

Cuidado de la salud mental

en niños y adolescentes

01.

Fortalecer la adaptación a diferentes entornos, sintiéndose aceptado y apoyado.

02.

Promover habilidades que permitan enfrentar positivamente la dificultades cotidianas.

03.

Desarrollar competencias académicas, sociales, culturales, entre otras.

04.

Incentivar las relaciones interpersonales, promoviendo actividades y juegos de expresión emocional.

05.

Asegurar un ambiente escolar positivo y seguro.

06.

Fortalecer valores tanto en el aula académica, como en el hogar.

07.

Enseñar y fomentar la toma de decisiones responsables para la resolución de conflictos.

08.

Animar a ayudar a otros.

09.

Fomentar hábitos saludables: alimentación, actividad física, sueño, etc.

10.

Estar atentos a las señales de alarma.

11.

Asegurar el acceso a servicios de salud mental en la institución educativa.

12.

Acompañar e intervenir de forma empática ante las dificultades.