



September 22nd, 2020

Buenas tardes familias de Mission Hills,

Con gran pesar les comparto que ayer falleció un estudiante de Mission Hills. En este momento, la familia ha solicitado privacidad y ánimo a todos a que respetemos su solicitud. Por favor, manténgalos en sus pensamientos y oraciones durante este momento difícil.

Los adultos y los estudiantes reaccionarán a la pérdida a su manera, y todos debemos respetar la forma en que nuestros compañeros Grizzlies manejan sus emociones. Sentir una variedad de emociones es una respuesta normal a cualquier pérdida. Muchos estudiantes pueden encontrar que no se ven tan afectados y encontrar la distracción al sumergirse en el trabajo escolar, mientras que otros pueden experimentar una gran cantidad de emociones que dificultan la concentración.

Somos conscientes de las preocupaciones en nuestra familia Grizzly y en la comunidad de San Marcos con respecto a la salud mental y el suicidio, y empatizamos y compartimos las preocupaciones de nuestras comunidades. Nos gustaría tomarnos un momento para abordar el tema de las autolesiones y la conciencia del suicidio. Muchos de ustedes se preguntarán si este tema es aplicable a su(s) estudiante(s). Desafortunadamente, los consejeros y el personal de todo el país están viendo estas ideas preocupantes con más frecuencia en los estudiantes.

A esta edad, nuestros estudiantes son más vulnerables a material sugerente y muchos de nuestros estudiantes pueden estar expuestos inadvertidamente a contenido sensible relacionado con autolesiones y suicidio, que puede provenir de conversaciones con amigos, televisión, juegos en línea y redes sociales. Por favor controle el bienestar de su estudiante y hable con ellos regularmente sobre sus sentimientos e interacciones con sus compañeros.

Afortunadamente, como educadores y padres, podemos enseñar habilidades a nuestros hijos que pueden protegerlos del riesgo de suicidio y otros comportamientos autodestructivos cuando se convierten en adultos jóvenes. Las habilidades para resolver problemas, la capacidad de manejar los sentimientos y la habilidad de acudir a adultos de confianza en busca de ayuda son habilidades críticas que nunca se pueden enseñar demasiado pronto. Nos gustaría brindarle

información y recursos sobre cómo puede apoyar a su(s) estudiante(s). Tómese un momento para revisar los documentos proporcionados para obtener más información.

- [Concienciación sobre el suicidio para padres y cuidadores](#)
- [Recursos de asesoramiento para el duelo](#)
- [Recursos para estudiantes](#)

Tenga en cuenta que es posible brindar apoyo escolar a nuestros estudiantes durante estos momentos inusuales de instrucción remota. Además de los recursos proporcionados para las familias, la administración de la escuela, los miembros del equipo de crisis de MHHS y el personal de apoyo están disponibles por correo electrónico y por teléfono. Llame al 760-290-2700 si necesita más ayuda.

Juntos, como una comunidad Grizzly, podemos apoyar a nuestros estudiantes y trabajar para mantenerlos seguros.

Cliff Mitchell

Director

Mission Hills High School