

GRATEFUL



diana.villarreal@houstonisd.org

# Noticias del Consejero

Noviembre 2022

## Proximo Eventos

- Tema de consejeria mensual: Autoconciencia social enfoque en la gratitud

-Semana del 14 de nov.: Semana del Ser Amable

-Semana del 14 de nov.: Semana del

Colegios/Universidades

-18 de nov: Café con la Directora



## HISD Programas Magnet

El proceso de las aplicaciones para las secundarias magnet empiezan en diciembre.

## Servicio de Consejeria SAF



## Rasgo de caracter: Gratitude

"Los estudios muestran que las personas que piensan de manera optimista son mas resistentes y mas capaces de navegar por los altibajos"- ReThinkEd

- Ten una actitud the gratitud. En días que no son agradables, enfocate en las cosas que tienes. En un diario escribe sobre las cosas que agradeces en tu vida.
- Asegurate de dar las gracias a todos los que te ayudan de una manera o otra; puedes hacer un dibujo o escribir una carta de agradecimiento.

-ReThinkEd

## Consejos para padres: El uso de la pantalla de nuestros aparatos electronicos

- Mostrar interes en lo que su hijo hace haciendo preguntas
- Sea un modelo para sus hijos. Muestreles que tiene disciplina en torno a su propio tiempo frente a la pantalla.
- Haz que determinados momentos, como la hora de comer o de acostarte, sean zonas libres de pantallas.
- Asegurese de tener controles parentales en sus teléfonos, tabletas o computadoras portatiles. Esto puede ayudar a sus hijos a alejarse del contenido inapropiado o del contenido para adultos.

-Strong Texas Families  
2022 Parenting Tips Calendar