

PLAN DE SEGURIDAD PARA EL REGRESO A LA ESCUELA

Este formulario debe usarse cuando un estudiante regresa [a la escuela] después una evaluación psiquiátrica o una hospitalización psiquiátrica. Complete este formulario en la reunión para el regreso a la escuela, con el estudiante y el padre, la madre o el tutor legal. Entréguele una copia al estudiante y una copiar al padre, la madre o el tutor legal para que así se también se pueda implementar el plan cuando el estudiante este en su hogar o en la comunidad.



¿Cuáles son algunos tipos de situaciones imágenes pensamientos, sentimientos, y comportamientos que podrían preceder o acompañar los impulsos suicidas para ti? ¿Cuáles son los eventos, pensamientos, ocupaciones que te ponen triste?



¿Cuáles son algunas de las actividades que puedes hacer que te ayudan a relajarte, sentirte menos ansioso, que te alegran o calman cuando estás molesto? ¿Qué cosas te hacen sentir alegre?



¿Cuáles son tus razones para vivir? Cuando tienes sentimientos suicidas, es muy fácil quedar atrapado en el dolor que estás sintiendo y olvidar las cosas positivas de tu vida.

Tu lista te ayudará a reenfocar tu atención sobre las razones para seguir hasta que pasen tus pensamientos y sentimientos suicidas.

¿Con quién puedes hablar sobre lo que sientes? (*Consejero escolar, maestro, amigo, hermano, padre o madre, vecino, pastor, entrenador, etc.*)

En la escuela

Nombre	Información de contacto
<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>

En el hogar

Nombre	Información de contacto
<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>

En la comunidad

Nombre	Información de contacto
<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>

¿Existen situaciones en la escuela que se pueden cambiar para apoyarte y mantenerte a salvo?

¿Existen situaciones en el hogar que se pueden cambiar para apoyarte y mantenerte a salvo?

Línea directa en caso de emergencia y para la prevención del suicidio las 24 horas 7 días a la semana

I-800-273-TALK (8255)

**ENVÍE MENSAJE DE TEXTO
"HOME" al 741741**