



Oficina Nacional de Head Start
Centro Nacional de

Oficina Nacional de Head Start
Centro Nacional de

Centro Nacional de
Salud, Salud del Comportamiento y Seguridad

Centro Nacional de
Compromiso de Padres, Familias y Comunidad

El Poder de Permanencia: Abordando la Retención del Personal y el de las Familias

Sesión 3c | 6 de abril del 2022

Resiliencia Relaciones
Raíces

Conferencia ERSEA 2022

1

Facilitadores



Maria Eugenia Vázquez Betancourt
Especialista en Capacitación y Asistencia Técnica

Alejandra Davis
Especialista en Capacitación y Asistencia Técnica

Conferencia ERSEA 2022

2

2



Objetivos de aprendizaje

- Compartir estrategias para amortiguar los impactos del estrés en los programas Head Start
- Identificar cómo conectarse con sus compañeros para compartir estrategias sobre la retención del personal y las familias
- Recomendar estrategias para trazar un plan con metas a corto y largo plazo

Conferencia ERSEA 2022

4



Bienestar del Personal y las Familias

¿Por qué seguimos hablando del bienestar del personal y de las familias?

Conferencia ERSEA 2022

5

5



Poder de Permanencia del Personal



6

6

Bienestar del Personal

Crecimiento del personal
dentro de su programa a
nivel

- Emotionally
- Socially
- Financially and career
wellness



7

Algunas Fuentes de Estrés del Personal de Head Start

Grandes Peticiones Laborales



Pocos Recursos



No Sentirse Valorado



Conferencia ERSEA 2022

8

8



9

Dimensiones holísticas del bienestar

Holistic dimensions of well-being

Conferencia ERSEA 2022 10

10

Enfoque Proactivo para la Retención



Conferencia ERSEA 2022 11

11

Consideraciones del Bienestar al Servicio de la Retención

- Recopile datos haciendo que el personal y la familia estén presentes en una conversación en curso
- Valore la gama de perspectivas y experiencias.
- Reexamine el plan de bienestar del personal
- Considere un plan de salud mental como una prioridad
- Sea paciente con usted mismo

Conferencia ERSEA 2022 12

12



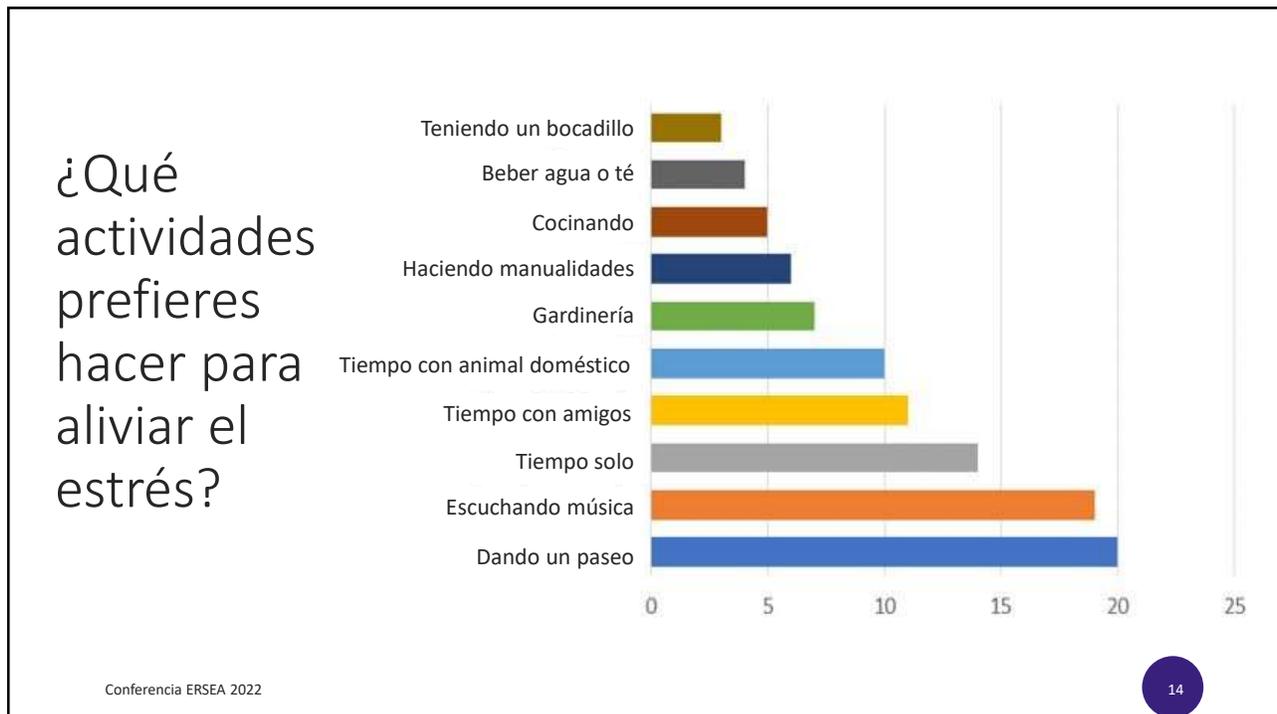
Efectos del estrés

¿Es el estrés realmente tan dañino para el bienestar mental y la salud en general?

Conferencia ERSEA 2022

13

13



14

Plan de Acción para el Bienestar del Personal

SWAP — Staff Wellness Action Plan

Establezca una meta y objetivos "SMARTIE"

¿Cuál es la meta y los objetivos para ayudar a cumplirla?

Miembros del Equipo

¿A quién incluir en la planificación?

Datos y Medidas

¿Qué datos de evidencia utilizar?
¿Cómo medir el progreso?

Pasos de acción

¿Cuál es nuestra línea de tiempo y qué haremos primero, después...?

Conferencia ERSEA 2022

15

15

Consideraciones para el Plan de Acción de Bienestar del Personal



Sensibilice y motive al personal antes del evento

Use incentivos para promover la asistencia

Mantenga al personal, los líderes y los socios comprometidos durante la implementación inicial.

Sea flexible para adaptarse a nuevos e imprevistos desafíos

Recopilar datos y comentarios para guiar los esfuerzos de mejora

Haga que los eventos de bienestar del personal sean continuos a lo largo de su programa, no "eventos únicos"

Conferencia ERSEA 2022

16

16

Matrix de Actividades de Bienestar del Personal

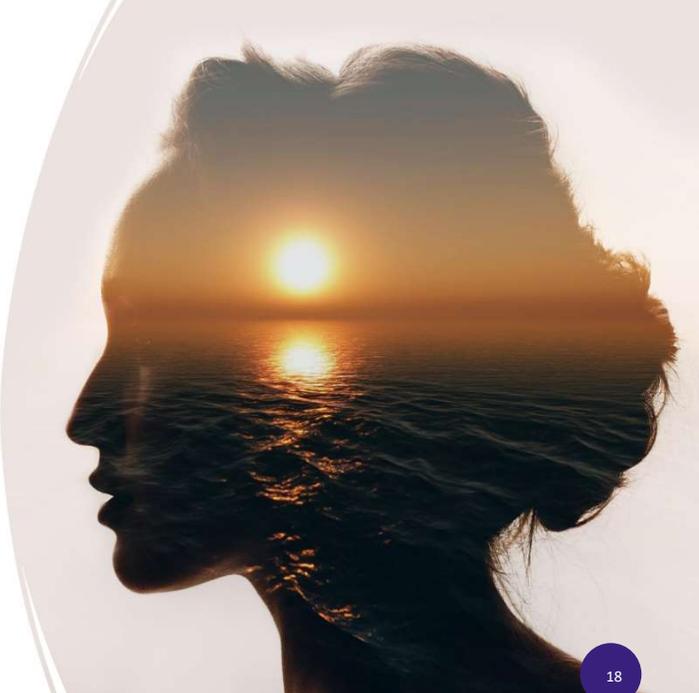
| CALENDARIO | LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES | FIN DE SEMANA |
|---------------------|---|--------|-----------|--------|---------|---------------|
| MAÑANA | Sesión de entrenamiento (revisar los objetivos de bienestar) llena botella de agua | | | | | |
| TARDE | Programa complete desafío de las 2 pm– sentadillas (ejercicio adaptable) | | | | | |
| DESCANSO | Siéntese en una pelota de yoga, únase a la pintura, escuche un podcast (momento de alimentación consciente) | | | | | |
| AFUERA | Aumentar el tiempo al aire libre Supervisión activa | | | | | |
| COMIDAS O MERIENDAS | Beba un vaso lleno de agua antes del almuerzo, comer bocadillos saludables | | | | | |
| NOCHE | Agregue el número de pasos dados a la tabla de clasificación | | | | | |
| OTRO | | | | | | |

Conferencia ERSEA 2022

17

Reflexionemos

- ¿Cómo se puede aplicar la estrategia “SWAP” en su programa?
- ¿Qué barreras cree que puede tener su programa para implementarlo con éxito



Conferencia ERSEA 2022

18



19

Priorizar Retención a través de...

- 

Escuchar las historias de las familias
- 

Reconocer y reflejar las necesidades de las familias
- 

Centrándose en los ayudantes (socios)

Conferencia ERSEA 2022

20

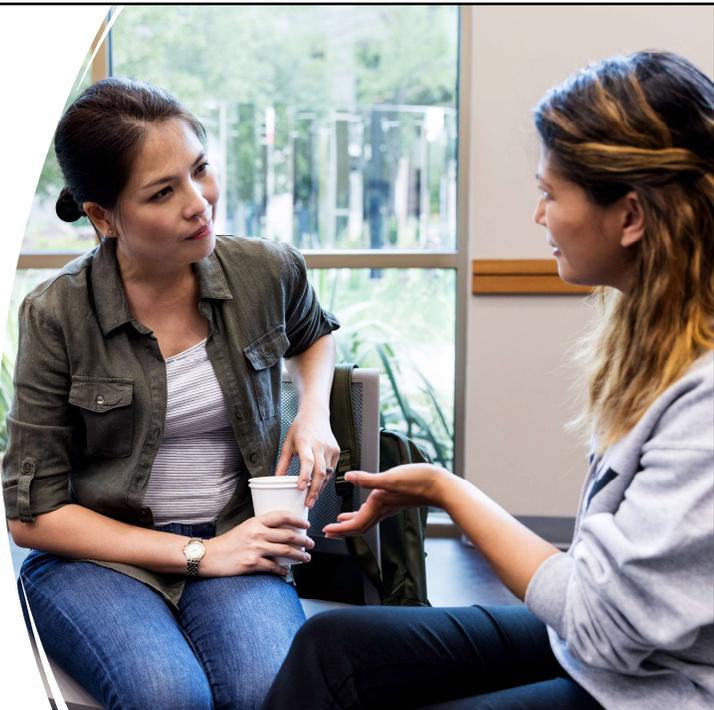
20

Retención: Escuchar las
Historias de las
Familias



21

Retención: Reconocer y
Reflejar las Necesidades
de las Familias



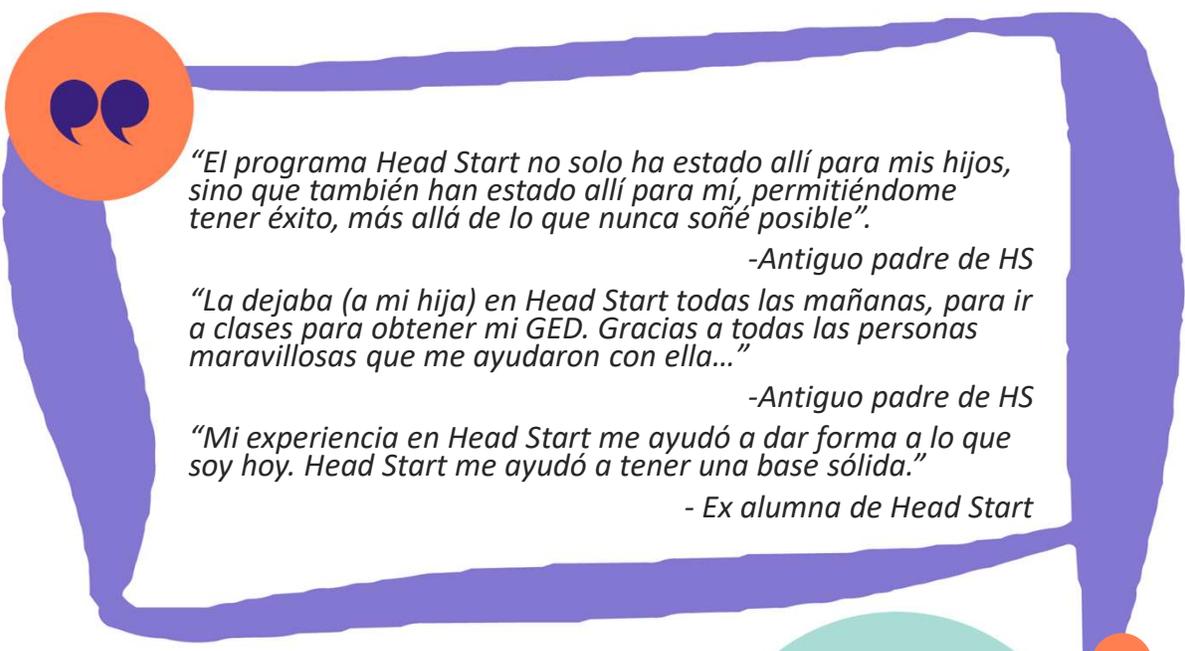
22

Retención: Centrarse en los Ayudantes (socios)



Conferencia ERSEA 2022

23



“El programa Head Start no solo ha estado allí para mis hijos, sino que también han estado allí para mí, permitiéndome tener éxito, más allá de lo que nunca soñé posible”.

-Antiguo padre de HS

“La dejaba (a mi hija) en Head Start todas las mañanas, para ir a clases para obtener mi GED. Gracias a todas las personas maravillosas que me ayudaron con ella...”

-Antiguo padre de HS

“Mi experiencia en Head Start me ayudó a dar forma a lo que soy hoy. Head Start me ayudó a tener una base sólida.”

- Ex alumna de Head Start

Conferencia ERSEA 2022

24

24



UBUNTU
I AM BECAUSE WE ARE

UBUNTU
YO SOY PORQUE NOSOTROS SOMOS

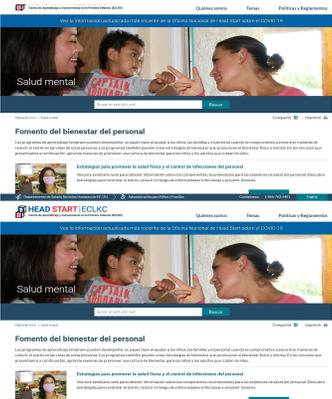
Conferencia ERSEA 2022

25

25

Recursos

- Center for Early Childhood Mental Health Consultation.
- <https://www.ecmhc.org/relaxation.html>



Conferencia ERSEA 2022

26

26



Gracias

27

 **Centro Nacional de**
Salud, Salud del Comportamiento y Seguridad

 **Centro Nacional de**
Compromiso de Padres, Familias y Comunidad

Para obtener información adicional, envíe un correo electrónico a PFCEwebinars@ecetta.info o llame al 1-866-763-6481

Esta capacitación cuenta con el apoyo de la Administración para Niños y Familias (ACF, sigla en inglés) de Estados Unidos (EE. UU.) Departamento de Salud y Servicios Humanos (HHS, sigla en inglés) como parte de una adjudicación de ayuda financiera por un total de \$5,900,000 con el 100% financiado por la ACF. El contenido pertenece al/los autor(es) y no refleja necesariamente las opiniones oficiales, ni implica un respaldo, de la ACF/el HHS ni del Gobierno de Estados Unidos.

28