

JJHS Counselors' Corner

Winter 2020

Dear JJHS Families,

We are excited to share about some exciting events in our School Counseling Department. This year, we began our [new School Counseling curriculum](#). This is a district-wide curriculum being implemented in grades 6-12.



Students have been using SchoolLinks as our platform for career/college lessons as well as 9th grade scheduling. Parents can see a demo of the SchoolLinks "Find Your Path" interest inventory by entering "[path.is](#)" in your web/mobile browser.

On January 27, the Counselors and Mr. Decker began "Mindful Monday" morning announcements. Mindful Monday will take place each week, and JJHS students/staff will complete a brief mindfulness exercise to begin their day (in place of morning announcements). We are excited to have this time each week to teach students powerful tools to manage stress and emotions!

As always, we welcome you to reach out to us for resources, celebrations, or concerns regarding your student. We will have some new lunch groups (eg, mindfulness, problem-solving, friendship groups) beginning this winter/spring. Please reach out to us if you feel your student has needs in these areas!

Upcoming Programs in Student Services

Hispanic Parent Night

April 23, 2020 6pm at JJHS

All parents are welcome at this Spanish-Language event.

Resources

Power of Choice

[Parent Post](#): How to talk with your kids about underage drinking

[Power Talk](#): Our Family Story activity

Mindfulness

[Deep Breathing Exercises for Kids](#)

Students are learning and practicing "Triangle Breathing" during Mindful Monday announcements in January/February

Ms. Herrera, 6th Grade

e: aherrera@naperville203.org
p: 630-420-6364

This fall in 6th grade, I presented a "Meet Your Counselor" lesson in both the Bulls and Bears POD day. The goal was for students to know who I am and how I can help them. We talked about the 3 main reasons I help students as their School Counselor: academics, social-emotional growth, and college/career planning. Students also completed an "Onboarding" lesson on our new college and career program SchoolLinks. My goal this year is to teach at least 3 additional lessons to all 6th graders.

All 6th graders have been encouraged to seek my assistance if they are struggling with the junior high transition. Please encourage your child to seek out assistance as well. Thank you!

Mrs. Anderson, 7th Grade

e: LAnderson1@naperville203.org
p: 630-420-6361

In fall, students completed SchoolLinks Onboarding lessons, featuring the "Find Your Path" interest inventory (link above for you to try!).

I returned from maternity leave in December and have been focusing on student social-emotional supports. I recently presented a lesson on anxiety and coping skills (focusing on mindfulness) for the recent Ice team pod day. Students really enjoyed using the Hoberman sphere to illustrate the difference in our breathing when we are calm versus anxious. I look forward to presenting for the Fire team soon!

Every Friday, any 7th grader can join my drop-in friendship group during lunch. Email me for more information!

Mrs. Miles, 8th Grade

e: scmiles@naperville203.org
p: 630-420-6826

This fall in 8th grade, I visited both EPIC and JOURNEY teams to discuss transitions and how to prepare for high school. This is a very exciting time for students, but can also be very stressful! Please encourage your students to try their best during their last year here at Jefferson, so they can feel more confident and prepared.

Students also registered for ninth grade classes via School Links.

I am excited to serve the 8th grade students at JJHS and it has been a pleasure getting to know everyone. I have had the privilege of meeting with students one on one and in groups.

JJHS El rincón de los consejeros académicos

Invierno 2020

Estamos encantados de compartir algunos eventos emocionantes en nuestro departamento de consejeros académicos escolares. Este año, comenzamos nuestro nuevo plan de estudios de consejeros escolares [Consejería-new School Counseling curriculum](#). Este es un plan de estudios que se está implementando en los grados de 6º-12º en todo el distrito.



Los estudiantes han estado usando SchoolLinks como nuestra plataforma para lecciones de carrera/universidad, así como para organizar sus horarios de 9º grado. Los padres pueden ver una demostración del inventario de intereses “Find Your Path” “Encuentra tu camino” en el SchoolLinks ingresando en "[path.is](#)" en su navegador web/móvil.

El 27 de enero, los consejeros académicos escolares y el Sr. Decker comenzaron los anuncios matutinos del “Mindful Monday” El “Mindful Monday” tendrá lugar cada semana, y los estudiantes/personal de JJHS completarán un breve ejercicio de mindfulness para comenzar su día (en lugar de los anuncios matutinos). ¡Estamos ilusionados de poder tener este tiempo cada semana para enseñar a los estudiantes maneras impactantes para manejar el estrés y las emociones!

Como siempre, le animamos a comunicarse con nosotros para obtener recursos, celebraciones o preocupaciones con respecto a su hijo. Tendremos algunos grupos nuevos de almuerzos (por ejemplo, mindfulness, resolución de problemas, grupos de amistad) a partir de este invierno / primavera. ¡Por favor, póngase en contacto con nosotros si usted siente que su hijo tiene necesidades en estas áreas!

Próximos programas de

servicios al alumno

Hispanic Parent Night
Noche para Padres Hispanos
23 de abril del 2020 a las 6 de la noche en JJHS
Todos los padres son bienvenidos a este evento en español.

Recursos

Poder de elección
[Parent Post](#): Cómo hablar con sus hijos sobre el consumo de alcohol de menores de edad
[Power Talk](#): Nuestra actividad sobre nuestra historia familiar

Mindfulness
[Deep Breathing Exercises for Kids](#)
[Ejercicios de respiración profunda para niños](#)

Los estudiantes están aprendiendo y practicando "*Triangle Breathing*" "respiración del triángulo" durante los anuncios del lunes *Mindful Monday* en enero y febrero.

Ms. Herrera, 6º Grado e: AHerrera@naperville203.org p: 630-420-6364	Mrs. Anderson, 7º Grado e: LAnderson1@naperville203.org p: 630-420-6361	Mrs. Miles, 8º Grado e: scmiles@naperville203.org p: 630-420-6826
Este otoño en 6º grado, presenté una lección de “Meet Your Counselor” (conocer a su consejero académico) durante los días de Bulls y Bears POD day. El objetivo era que los alumnos conocieran quién soy y cómo puedo ayudarles. Hablamos de tres motivos principales por los que ayudo a alumnos como su consejero académico: cuestiones académicas, crecimiento socioemocional, y planificación universitaria/profesional. Los alumnos también cubrieron un cuestionario “Onboarding” sobre nuestro programa nuevo sobre universidades y carreras profesionales SchoolLinks. Mi objetivo es enseñar tres lecciones a todos los alumnos de 6º grado este curso. He animado a todos los alumnos de 6º grado a que pidan consejo si se sienten agobiados con el cambio a la secundaria-junior high. ¡Por favor, anime a su hijo a pedir consejo también!	En el otoño, los alumnos completaron una lección en SchoolLinks, sobre “Find Your Path”-”encuentra tu camino” (¡enlace arriba para que lo pruebe!). Regresé de la baja por maternidad en diciembre y me he estado centrando en los apoyos socioemocionales de los estudiantes. Recientemente presenté una lección sobre ansiedad y habilidades de afrontamiento (centrándome en mindfulness) para el equipo Ice pod day. Los estudiantes realmente disfrutaron usando la esfera Hoberman para ilustrar la diferencia en nuestra respiración cuando estamos tranquilos comparado con estar ansiosos. ¡Espero poder presentarlo al equipo Fire pronto! Todos los viernes, cualquier estudiante de séptimo grado puede unirse a mi grupo de amistad durante el almuerzo. ¡Envíeme un correo electrónico para obtener más información!	Este otoño en octavo grado, visité los dos equipos EPIC y JOURNEY para discutir las transiciones y cómo prepararse para la escuela secundaria-high school. ¡Este es un momento muy emocionante para los estudiantes, pero también puede ser muy estresante! Por favor, anime a su hijo a que intente hacer el mejor trabajo posible durante el último año aquí en la escuela Jefferson, para que puedan sentirse más seguros y preparados. Los estudiantes también se matricularon para las asignaturas de noveno grado a través de School Links. Estoy encantada de servir a los estudiantes de octavo grado en JJHS y ha sido un placer conocer a todos. He tenido el privilegio de reunirme con los estudiantes individualmente y en grupos.