

helping your child manage stress and other emotions

Many students struggle with stress and emotional situations. If you've noticed your child or teenager struggling, Texas Child Health Access Through Telemedicine (TCHAT) and Children's HealthSM Virtual Care can help. Please discuss your concerns with your child's school counselor to start the process.

What can it help manage?

- Adjustment disorders
- Anxiety
- Attention-deficit hyperactivity disorder (ADHD)
- Behavioral difficulties
- Bereavement
- Bullying
- Coping skills
- Decision making
- Depression
- Expression of feelings
- Frustration tolerance
- Healthy relationships
- Improved social skills
- Sleep problems
- Social skills

How does it work?

- Speak with your school counselor if you have behavioral health concerns for your child. They can place a referral and have you complete consent forms.
 - Once we receive the referral and consent forms, we will reach out to schedule an intake with one of our behavioral health clinicians to determine appropriate next steps.
 - Next steps may include short-term virtual counseling with our clinician, psychiatric consultation, connection to community resources and supportive case management.

How much does it cost?

All services, telephonic and virtual, are provided at no cost.



Scan the QR code to learn more and enroll.
childrens.com/tchat



tcmhcc
Texas Child Mental
Health Care Consortium

TCHAT
Texas Child Health Access
Through Telemedicine

children'shealth[?]

UTSouthwestern
Medical Center.

ayudamos a su hijo a manejar el estrés y otras emociones

Muchos estudiantes tienen dificultades con el estrés y otras emociones. Si usted ha observado que su hijo tiene este problema, el servicio de telesalud infantil de Texas (TCHAT, por sus siglas en inglés) y Children's HealthSM Virtual Care puede ayudarle. Por favor, consulte con el consejero escolar de su hijo.

¿Qué problemas ayudamos a resolver?

- Ansiedad
- Bullying
- Depresión
- Dificultades del comportamiento
- Duelo
- Expresión de sentimientos
- Habilidades para sobrellevar situaciones
- Habilidades sociales
- Problemas para ajustarse a los cambios
- Problemas para dormir
- Relaciones sanas
- Tolerancia a la frustración
- Tomar decisiones
- Trastorno por déficit de atención con hiperactividad
- Trastornos de adaptación

¿Cómo funciona?

- Hable con el consejero de la escuela si tiene preocupaciones sobre el comportamiento de su hijo. Ellos pueden hacer una remisión o darle los formularios necesarios.
 - Cuando recibamos la remisión y los consentimientos, nos comunicaremos con usted para darle una cita con uno de nuestros especialistas de salud mental para determinar los próximos pasos.
 - Los servicios pueden incluir sesiones virtuales para el asesoramiento de la salud mental con nuestros proveedores, conseguir servicios cerca de casa y apoyo a la familia para manejar sus situaciones.

¿Cuánto cuesta?

Todos los servicios, telefónicos y virtuales, son sin costo a la familia.



Escanee el código para obtener más información e inscribirse.
childrens.com/tchatt



tcmhcc
Texas Child Mental
Health Care Consortium

TCHAT
Texas Child Health Access
Through Telemedicine

children'shealth

UTSouthwestern
Medical Center.