

SUPPORTING YOUTH THROUGH TRANSITIONS

COUNTY
of SAN LUIS
OBISPO

A guide for caregivers and support teams to ease big changes in a young person's life

SLO FOSTER CARE 

How You Can Help

1. Prepare them early (if possible)

- Relay age-appropriate information
- Be honest, but calm — avoid surprises
- Let them ask questions and express emotions

2. Validate their feelings

- Acknowledge their emotions
- Focus on listening, not talking
- Offer simple reassurance

3. Involve them in the process

- Let them help pack if moving
- Ask what they need to feel more comfortable
- Consider their voice in decisions

4. Keep Familiar People & Routines

- Keep contact with familiar people
- Maintain consistent schedules if possible
- Let the child take comfort items

5. Connect them to support

- Therapy
- Mentoring
- Support groups
- Extracurricular activities

Why Transitions Matter

Transitions — like moving homes, schools, or caseworkers, or aging out of care — can trigger stress, fear, or grief, even if the change is positive

How adults respond during these times can either build trust or add trauma



Common Transitions Youth May Face

- Moving to new placements
- Starting a new school
- Changes in visitation schedule
- Changes to reunification plans
- Shifting caseworkers or services
- Entering Extended Foster Care or adulthood (AB 12)

FOR ADDITIONAL RESOURCES, VISIT:
WWW.SLOFOSTERCARE.COM

APOYANDO A LOS JÓVENES DURANTE LAS TRANSICIONES

COUNTY
of SAN LUIS
OBISPO

Una guía para cuidadores y equipos de apoyo para facilitar cambios importantes en la vida de un joven.

SLO FOSTER CARE 

Cómo puede ayudar

1. Prepárelos con anticipación (si es posible)

- Comparta información apropiada para su edad
- Sea honesto, pero mantenga la calma – evite sorpresas
- Permítales hacer preguntas y expresar sus emociones

2. Valide sus sentimientos

- Reconozca sus emociones
- Enfóquese en escuchar, no en hablar
- Ofrezca tranquilidad y apoyo sencillos

3. Involúcrelos en el proceso

- Permítales ayudar a empacar si se van a mudar
- Pregunte que necesitan para sentirse más cómodos
- Considere su opinión al tomar decisiones

4. Mantenga a las personas y rutinas familiares

- Mantenga el contacto con personas conocidas
- Mantenga horarios consistentes cuando sea posible
- Permita que el niño lleve objetos que le brinden consuelo

5. Conéctelos con apoyo

- Terapia
- Mentoría
- Grupos de apoyo
- Actividades extracurriculares

Por Qué Son Importantes las Transiciones

Las transiciones – como mudarse de hogar, cambiar de escuela o de trabajador social, o salir del sistema de cuidado – pueden provocar estrés, miedo o tristeza, incluso cuando el cambio es positivo.

La manera en que los adultos responden durante estos momentos puede generar confianza o añadir trauma.



Transiciones Comunes que Pueden Enfrentar los Jóvenes

- Mudarse a un nuevo hogar o colocación
- Comenzar en una nueva escuela
- Cambios en el horario de visitas
- Cambios en los planes de reunificación
- Cambio de trabajador social o servicios
- Ingresar al Cuidado de Crianza Extendido o a la adultez (AB12)

PARA RECURSOS ADICIONALES, VISITE:
WWW.SLOFOSTERCARE.COM