

SEL MENSUAL™

VOLETÍN INFORMATIVO

APRENDIZAJE SOCIAL Y EMOCIONAL (SEL)
& SELebrando ÉXITOS



¿QUÉ SELEBRAR EL ÉXITO?

Por Jordan Sims, Especialista en Programas Comunitarios

A medida que el año escolar llega a su fin, es importante tomarse un tiempo para hacer una pausa y celebrar nuestros éxitos. En la sociedad acelerada en la que vivimos hoy, es muy fácil lograr una meta o alcanzar un triunfo y luego fijar rápidamente nuestra mirada en nuestra próxima tarea o logro. Tomarse el tiempo para celebrar nuestros éxitos en el momento nos ayuda a identificar lo que funcionó bien para que podamos repetir ese proceso en proyectos futuros. ¡Esto también ayuda a aumentar nuestra confianza en nosotros mismos y puede motivarnos a lograr aún más! Tomarse el tiempo para celebrar los éxitos tiene muchos beneficios para nosotros, nuestros hijos y nuestra inteligencia emocional. En este número, exploraremos estos muchos beneficios y cómo podemos tomarnos el tiempo para fomentar este hábito de celebración tanto en nosotros como en nuestros hijos.

APRENDIZAJE TEMPRANO

Mientras que nos acercamos al final del año escolar, generalmente comenzamos a pensar en celebraciones. Nos gusta reconocer y celebrar los resultados y éxitos positivos tanto de los niños como de los educadores. Fomentar y celebrar los logros son formas importantes de reconocer los esfuerzos de los niños, las familias, y el personal que trabajan juntos. Celebrar los logros puede ayudar a inspirar la dedicación a la mejora constante, desarrolla confianza, promueve el aprendizaje y fomenta un sentido de pertenencia en los niños. Hay varias formas de celebrar el éxito, las cuales incluyen: Escribir notas de momentos sorprendentes, Hacer elogios/refuerzo positivo, recompensas, reconocimiento especial y crear un tablero de logros.

ESCUELA ELEMENTARIA

A medida que nuestros estudiantes de Jardín de infantes a quinto grado llegan al final de su año escolar, hay muchas maneras de celebrar su éxito. Si bien muchas celebraciones a nivel escolar se enfocan en el logro únicamente a través de la lente académica, como padres, hay muchas formas adicionales de celebrar los muchos logros que nuestros hijos han experimentado este año escolar. Algunas ideas incluyen: hacer que su hijo haga una lista de todas las cosas nuevas que aprendió este año, animar a su hijo a pensar en todas las formas en que ha sido un buen amigo de un compañero de clase este año y preguntarle a su niño que enumere todas las cualidades de un buen estudiante que ha demostrado (p. ej., ser un buen oyente, mantenerse organizado, seguir instrucciones, leer de forma independiente en casa, esforzarse al máximo, etc.).

SECUNDARIA

La escuela intermedia es una época de cambios constantes para los estudiantes y los padres. Desde cambiar de cuerpo hasta ir a múltiples clases con diferentes maestros en cada período. A esta edad hay múltiples oportunidades para celebrar los éxitos. A partir del sexto grado, hay una celebración cuando el niño ingresa al entorno de la escuela intermedia. Celebrar el éxito de pasar del mundo de primaria de un salón de clases todo el día a pasar a seis salones diferentes con diferentes maestros es un gran logro y digno de celebración. Al final del 8° grado, hay otra celebración para los estudiantes que se gradúan de la escuela intermedia y hacen la transición a la escuela secundaria. Por último, tanto usted como su hijo sobrevivieron y prosperaron durante los años de la escuela intermedia es un logro asombroso y de gran éxito. Tómese el tiempo para celebrar y reconocer todos los éxitos durante estos años, el crecimiento y la madurez de su niño.

PREPARATORIA

La escuela secundaria es un período de crecimiento rápido en el que a menudo nos olvidamos de mirar hacia atrás y ver cuánto han cambiado las cosas. Tómese este tiempo para reflexionar, reconocer y celebrar todos los éxitos en el camino. ¿De qué éxito está más orgulloso su estudiante? ¿Cómo ha cambiado su perspectiva a lo largo del año? ¿Cómo han cambiado sus objetivos? ¿Qué cambios han notado en ellos? Celebre lo que su hijo de secundaria ha aprendido sobre sí mismo mientras ha navegado el año escolar. Mire el proceso, el ensayo y error, y reconozca lo que han aprendido dentro y fuera del aula. Haga que su estudiante se sienta apreciado y amado, y construya su confianza para el próximo año. Ya sea que se gradúen en unas pocas semanas o se conviertan en estudiantes de último año, han superado muchos obstáculos e hitos para estar donde están hoy. Reduzca la velocidad y celebre esos éxitos con ellos y reconozca el crecimiento que ha ocurrido en el camino.



CELEBRATING SUCCESSES

Por Carolyn Tompkins
SEL Programa Especialista

Es importante señalar que la celebración de nuestros éxitos difiere de premiarnos a nosotros mismos. Celebrar se trata de apreciar el proceso, mientras que las recompensas marcan el final de un proceso. Cuando nos enfocamos en la celebración, esto nos permite sentir orgullo por nuestro esfuerzo en todo el proceso en lugar de solo el resultado final. ¡Celebrar con énfasis, también puede alentarnos a tener más motivación, dedicación y persistencia en nuestros futuros esfuerzos!

Algunas maneras excelentes de celebrar nuestros éxitos incluyen:

- Tomarse un tiempo para usted: esto puede consistir en salir a caminar, crear un diario de éxitos, organizar una cena con amigos, emprender una aventura o incluso comenzar un nuevo pasatiempo.
- Incluya a otras personas que nos apoyaron para lograr nuestros objetivos; esto ayuda a que todos se sientan apreciados y valorados y también aumenta la probabilidad de volver a tener un equipo exitoso en el futuro.
- Reflexione sobre su éxito: hágase preguntas como: ¿Qué fue lo que más disfruté de este viaje? ¿De qué me siento seguro? ¿Qué cambiaría la próxima vez?

Para obtener información adicional sobre este tema, visite

www.verywellmind.com.

Para acceder a recursos gratuitos o comprar recursos para el hogar, el aula o la oficina, visite nuestro sitio web:



www.myframeworks.org

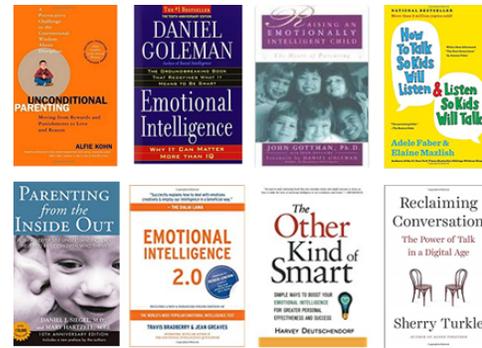
REFLECCIONA Y CELEBRA

Por Siomara Bridges-Mata
Especialista en Programas Comunitarios Sr.

A Una gran manera de SElebrar nuestros éxitos es reflexionando sobre nuestras experiencias. Tómese un momento este mes para hacer una pausa y pensar en todos los grandes momentos que se compartieron, el progreso que se logró, los logros que se lograron y todas las pequeñas y grandes victorias de este año escolar. ¡Puede ser creativo como familia, clase o escuela creando un Mapa de celebración de éxitos!

Haga una lista de cada mes y haga que todos compartan un logro o un momento feliz que recuerden. ¡Haga que los participantes compartan algunas de sus respuestas y déles el mayor de los ánimos! A continuación, encontrará algunas preguntas orientadoras que invitarán a su grupo a reflexionar sobre sus éxitos. Puede adaptar el contorno de su mapa a la edad, el grupo y el entorno apropiados, pero lo que está en el corazón de esta actividad es permitir que todos tengan la oportunidad de pensar en los momentos de los que están orgullosos a través del lente del Aprendizaje Social y Emocional. ¡Diviértete, SELébrate y pásala bien!

- Agosto: ¿Cuál es una emoción que sentiste este mes? ¿Cómo lo superaste y/o lo aceptaste?
- Septiembre: ¿Qué es lo que lograste este mes de lo que te sientes orgulloso?
- Octubre: ¿Qué aprendiste este mes que te emocionó?
- Noviembre: ¿Cómo te ayudó alguien este mes?
- Diciembre: ¿Cómo ayudaste a alguien este mes?
- Enero: Comparta una meta que esté feliz de haber logrado este mes.
- Febrero: ¿Quién es una persona que demostró que se preocupa por ti este mes?
- Marzo: ¿Qué es lo que lograste este mes que te hizo sonreír?
- Abril: ¿Qué habilidad usaste este mes para ayudarte a tener éxito?
- May: ¿Cuál es tu mayor logro de este año escolar?



RECURSOS Y LECTURAS

Por Mabel Filpo
SEL Programa Especialista

Celebrar los éxitos de los niños les ayuda a sentirse apreciados, amados y competentes. ¡El final del año escolar es un buen momento para hacerlo! A medida que los niños se vuelven más conscientes de sus logros, les ayuda a aumentar su confianza en sí mismos. Esta es también una oportunidad para ayudar a los niños a visualizar que están pasando de un año escolar al siguiente. Para los niños, este puede ser un período de diferentes sentimientos y emociones. Pueden estar felices y orgullosos de terminar el año escolar; y al mismo tiempo nerviosos por lo que traerá el nuevo año escolar. A continuación, presentamos una lista de recursos para celebrar el éxito.

Artículos para los padres

- [Your Child is Going to Kindergarten: Making the Move Together](#) (Early Childhood National Centers)
- [Acknowledge your Teens' Successes by Celebrating them](#) (SecureTeen)
- [Celebrating a Child's Success: Why It Matters](#) (Orchids)

Lecturas para los niños:

- [I Believe I Can](#) by Grace Byers
- [Remarkably You](#) by Pat Zietlow Miller
- [I Can Do Hard Things: Mindful Affirmations for Kids](#) by Gabi Garcia

El deber de los colegas es cuidarse el uno al otro, divertirse ,celebrar sus triunfos, aprender de las caídas, buscar razones para elogiar no para criticar, y comunicarse libremente respetando a los demás.

Richard Branson

Teens In Action APLICACIONES PARA AÑO ESCOLAR 2022-23 ABIERTAS AHORA!

Frameworks' Teens In Action™ (TIA) is a 10-month programa de liderazgo y compromiso cívico que equipa a los estudiantes de secundaria con las habilidades sociales y emocionales necesarias para tener éxito en todos los aspectos de sus vidas.

APLICA AHORA EN:
MYFRAMEWORKS.ORG/TEENS-IN-ACTION

Mayo 2022

CONNECTATE CON NOSOTROS

- Facebook: Frameworks of Tampa Bay
- Twitter: @Frameworks_TB
- LinkedIn: Frameworks of Tampa Bay
- Instagram: @FrameworksofTampaBay
- YouTube: Frameworks of Tampa Bay
- Website: www.myframeworks.org

HAZ UN IMPACTO