



Bienvenido a *Amabilidad en el Aula*!

Nos complace que haya seleccionado este plan de estudios de aprendizaje socioemocional (SEL) aprobado por CASEL para ayudar a su personal a crear una cultura de bondad en su escuela.

El trabajo de crear una cultura escolar sana y amable *asuntos*, y comienza con líderes escolares fuertes, como usted. Entonces, ¿cómo puede ayudar a que este programa sea lo más exitoso posible? Comienza abordando su autocuidado y el autocuidado de sus maestros y personal. Si ustedes, los educadores, no están social y emocionalmente sanos, será difícil fomentar este tipo de salud en sus alumnos.

Con ese fin, cada *Amabilidad en el aula* El plan de lección comienza con un breve “Conexión del maestro/autocuidado” reflexión¹ que ayude a los maestros a aplicar los conceptos de esa lección personalmente y en sus espacios y relaciones profesionales, lo que les brindará una perspectiva única y fundamentada a través de la cual impartir la lección. Alentamos a los maestros a participar en estas reflexiones antes de hacer la lección con los estudiantes.

¹Amuestra Conexión del maestro/Reflexión sobre el autocuidado de la lección de sexto grado, “*RESPECTO*. - *En Nuestra Cultura*”

Conexión del maestro/autocuidado

La cultura es un gran reflector de respeto. Si las personas dentro de la cultura muestran respeto por sí mismos y por los demás, la cultura es saludable y tiene la capacidad de crecer. Si las personas dentro de la cultura no muestran respeto por sí mismos y por los demás, la cultura no es saludable y permanecerá fija y estancada, si no regresiva. ¿Cómo es la cultura de tu escuela en este momento? ¿Qué pasa con la cultura de su salón de clases? ¿Cuáles son algunas cosas que puedes hacer para mejorar la cultura y mejorar tu capacidad de respeto? Establezca una meta esta semana para mejorar la cultura de su salón de clases y trabaje para alcanzarla en las próximas semanas. Observe cómo usted y sus alumnos mejoran dando y recibiendo respeto después de que se alcanza esa meta.

También puede apoyar a los maestros en su aguda necesidad de autocuidado. Aquí hay algunas recomendaciones:

- ☐ **Participar:** Lea las Conexiones de Maestros cada semana. Dígale a su personal que practicará estas habilidades junto con ellos e inserte las ideas y los temas de las conexiones en las comunicaciones de su personal.
- ☐ **Muestra gratitud:** Abra las reuniones de personal con un “cheque de gratitud”. Hágale saber a su personal por lo que está agradecido con respecto a su trabajo y su comunidad escolar, e invite a otros a compartir algo por lo que están agradecidos.
- ☐ **Incorpore el cuidado personal en el horario:** Examine el horario diario/semanal y vea si existe la oportunidad de incorporar el “autocuidado del educador” en el día. ¡Incluso 15 minutos en los que todos hacen una pausa intencional pueden marcar una gran diferencia!

**RANDOM ACTS
OF KINDNESS
FOUNDATION®**

- ❑ **Registrarse:** Comprométase a consultar con su personal con respecto a su autocuidado. Si nota que alguien se ve muy cansado o agotado, regístrese. ¡Vea lo que necesita para estar lo mejor posible!
- ❑ **Reconocer:** Sea intencional al reconocer el arduo trabajo de su personal y hágalo por su nombre, asegurándose de reconocer a todos en algún momento durante el período.