

CÓMO ATENDER LAS NECESIDADES DE APRENDIZAJE SOCIAL Y EMOCIONAL DE SU HIJO



jueves, 21 de marzo del 2019

NYSABE

Presentadoras: Yolanda Delgado-Villao y Clotilde Santana-Eccardi
Especialistas de Recursos Bilingües

NYUSteinhardt

Steinhardt School of Culture, Education, and Human Development

The Metropolitan Center for Research on Equity and the Transformation of Schools

New York State Language Regional Bilingual Education Resource Network

OBJETIVOS DE ESTA SESIÓN

Al final de este taller usted tendrá más conocimiento sobre:

- cuáles son las competencias de aprendizaje social y emocional
- los beneficios de usar estrategias que desarrollen el crecimiento de aprendizaje social y emocional de usted y de su hijo
- las destrezas que promueven el aprendizaje social y emocional de su hijo en el hogar y en la escuela
- cuáles son los recursos disponibles para apoyar el aprendizaje social y emocional en el hogar

¿QUÉ INFORMACIÓN TENEMOS ACERCA DE QUIENES SE GRADÚAN DE LAS ESCUELAS SECUNDARIAS DEL ESTADO DE NUEVA YORK?

La tasa de graduación de Escuela Secundaria en el Estado de Nueva York entre los estudiantes que iniciaron **el 9no grado en el año 2014** y se graduaron **en 4 años, en junio de 2018**.

SUBGRUPO ESTUDIANTIL	PORCENTAJE
Todos los Estudiantes	80.4%
Estudiantes con Discapacidades	55.9%
Estudiantes de Inglés cómo Nuevo Idioma	29%

En el Estado de Nueva York, la tasa de deserción escolar en la **Escuela Secundaria**, llega al **27.5% entre los Estudiantes de Inglés Como Nuevo Idioma**, y a **11.1% entre los Estudiantes con Discapacidades**.

SEÑALES DE ALERTA QUE PUEDAN RESULTAR EN DESERCIÓN ESCOLAR

Las investigaciones indican que la deserción escolar está relacionada con los siguientes factores de riesgo en estos dominios:

- calificaciones/acumulación de créditos
- progreso académico
- asuntos familiares
- retos personales



RUEDA DE APRENDIZAJE SOCIAL Y EMOCIONAL

Conocerse a Uno Mismo

- Reconocer sus emociones
- Evaluar sus puntos fuertes y sus limitaciones
- Tener confianza en uno mismo

Tener Conciencia Social

- Entender y respetar el punto de vista de otros
- Tener compasión para otros
- Como comportarse en diferentes ambientes
- Establecer y mantener relaciones con otros

Habilidades Relacionales

- Establecer y mantener relaciones positivas entre amistades, familiares, la comunidad en general, y personas de diferentes culturas
- Como funcionar en equipos de trabajo



Autocontrol

- Regular el estrés y controlar los impulsos
- Regular las emociones, pensamientos, y comportamientos

Tomar Decisiones de Manera Responsable

- Tomar decisiones constructivas y respetuosas
- Hacer decisiones basadas en nuestros valores, y el bien de uno y de los demás

COMPETENCIAS DEL APRENDIZAJE SOCIAL Y EMOCIONAL (SEL)

CONCIENCIA DE SÍ MISMO

La capacidad de reconocer con precisión sus emociones y pensamientos y saber cómo influyen en el comportamiento de uno. Esto incluye evaluar con precisión sus propias ventajas y limitaciones. Una persona que es consciente de sí mismo tiene un sentido bien fundamentado de optimismo y confianza.

- IDENTIFICAR LAS EMOCIONES
- AUTOPERCEPCIÓN CORRECTO
- RECONOCER FORTALEZAS
- CONFIANZA EN SÍ MISMO
- EFICIENCIA PERSONAL

AUTOCONTROL

El autocontrol es la capacidad de regular sus emociones, pensamientos y comportamientos de manera efectiva en diferentes situaciones. Esto incluye manejar el estrés, el control de los impulsos, motivarse a sí mismo y trabajar hacia las metas personales y académicas.

- CONTROL DE LOS IMPULSOS
- MANEJO DEL ESTRÉS
- DISCIPLINA PERSONAL
- MOTIVACIÓN PERSONAL
- ESTABLECIMIENTO DE METAS
- HABILIDADES ORGANIZATIVAS

COMPETENCIAS DEL APRENDIZAJE SOCIAL Y EMOCIONAL (SEL) (Continuación)

HABILIDADES RELACIONALES

Tener buenas habilidades relacionales simplemente significa tener la capacidad para establecer y mantener relaciones gratificantes con amigos, familiares y otras personas de diferentes ámbitos.

- ➔ COMUNICACIÓN
- ➔ COMPROMISO SOCIAL
- ➔ CONSTRUYENDO RELACIONES
- ➔ TRABAJO EN EQUIPO

CONCIENCIA SOCIAL

La conciencia social es la capacidad de entender y respetar el punto de vista de los demás y de aplicar este conocimiento a interacciones sociales con personas de diferentes ámbitos.

- ➔ LA TOMA DE PERSPECTIVA SUBJETIVA DEL OTRO
- ➔ EMPATÍA
- ➔ APRECIAR LA DIVERSIDAD
- ➔ RESPETO HACIA LOS DEMAS

COMPETENCIAS DEL APRENDIZAJE SOCIAL Y EMOCIONAL (SEL) (Continuación)

TOMAR DECISIONES DE MANERA RESPONSABLE

Una persona que toma decisiones responsables tiene la capacidad de tomar decisiones constructivas y respetuosas en su comportamiento personal y la interacción social.

- ➔ IDENTIFICAR PROBLEMAS
- ➔ ANALIZAR SITUACIONES
- ➔ RESOLVER PROBLEMAS
- ➔ EVALUAR
- ➔ REFLEXIONAR
- ➔ RESPONSABILIDAD ÉTICA

USANDO LA RUEDA DE SEL

Mire a la Rueda de SEL y a las explicaciones de cada una de las competencias y conteste las siguientes preguntas:

- ¿Cuál es la competencia en la que se siente más cómodo? ¿Por qué?
- ¿Cuál es la competencia en la cual usted, personalmente, necesita más ayuda? ¿Por qué?

METAS QUE SIRVEN DE GUÍA PARA EL APRENDIZAJE SOCIAL Y EMOCIONAL

- Desarrollar destrezas de **Consciencia de Sí Mismo** y **Autocontrol** esencial para el éxito en la escuela y en la vida
- Usar la **Conciencia Social** y las destrezas interpersonales para establecer y mantener relaciones positivas
- Demostrar destrezas éticas que ayudan a **Tomar Decisiones de Manera Responsable** y exhibir comportamientos responsables en contextos personales, escolares y comunitarios

CÓMO AYUDA EL APRENDIZAJE SOCIAL Y EMOCIONAL A UN ESTUDIANTE

El dominar efectivamente las **competencias de aprendizaje social y emocional** le ayuda:

- en mejorar rendimiento académico cuando los maestros consideran las competencias de aprendizaje social y emocional en los salones de clases
- en mejor bienestar
- reducir la angustia emocional, mejorar la participación en el aprendizaje, disminuir los problemas disciplinarios y disminuir las suspensiones
- mejorar la comunicación entre familiares, padres e hijos, y con los miembros del personal escolar
- mejorar las relaciones entre maestro y alumno, y entre un estudiante y sus compañeros

IDENTIFIQUE Y EXPLORE SUS ESPERANZAS, SUEÑOS Y METAS PARA SU HIJO

- ¿Qué esperanzas, sueños y metas tiene usted para su hijo?
- ¿Qué necesita su hijo aprender de usted, para realizar sus esperanzas, sueños y metas?
- ¿Cómo puede ayudar a su hijo alcanzar estas esperanzas, sueños y metas?

¿QUE PAPEL USTED DESEMPEÑA EN ASEGURAR EL APRENDIZAJE SOCIAL Y EMOCIONAL EN EL HOGAR?

Usted puede explorar formas de manejar desacuerdos y la ira para promover la seguridad social y emocional en el hogar:

- Crea un plan indicando lo que cada miembro de su familia puede hacer cuando está enojado o ansioso y ensayen los pasos del plan. Así su familia estará preparada para actuar apropiadamente.

Puede preguntarse:

- ¿Cómo se cuando estoy más que molesto?
- ¿Qué estrategias utilizo para mantenerme calmado?

ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE SOCIAL Y EMOCIONAL PARA PRACTICAR EN SU HOGAR

Puede aprender estrategias para superar los desacuerdos de maneras que ayuden a su familia a crecer socialmente y emocionalmente, como por ejemplo:

- Pregúntele a su hijo como se siente
- Encuentre maneras de mantener la calma cuando usted o su hijo están enojado
- Evite humillar o burlarse de su hijo
- Haga preguntas que ayuden a su hijo a resolver problemas por sí mismo
- Esté dispuesto a disculparse cuando comete un error
- Siempre que sea posible, dele a su hijo opciones para escoger y respete sus deseos, aunque usted no este de acuerdo

Fuente: CASEL and the Mid-Atlantic Regional Educational Laboratory for Student Success: *Schools, Families, and Social and Emotional Learning: Ideas and Tools for Working with Parents and Families – Ten Things You Can Do at Home* (Fredericks, L., Weissberg, R., Resnik, H., Patrikakou, E., and O'Brien, M. U.)

ESTRATEGIAS PARA PRACTICAR EN SU HOGAR (Continuación)

- Anime a su hijo a usar palabras para expresar sus emociones, como “Me siento triste” o “Eso me enojó mucho”.
- Enfóquese en las fortalezas de su hijo
- Haga seguimiento con consecuencias por el mal comportamiento
- Anime a su hijo a compartir y ayudar
- Lea libros y cuentos juntos, o cuénteles historias sobre sus experiencias cuando era de su edad

Fuente: CASEL and the Mid-Atlantic Regional Educational Laboratory for Student Success: *Schools, Families, and Social and Emotional Learning: Ideas and Tools for Working with Parents and Families – Ten Things You Can Do at Home* (Fredericks, L., Weissberg, R., Resnik, H., Patrikakou, E., and O'Brien, M. U.)

ESTRATEGIAS PARA MANEJAR EL ESTRÉS

- Cuando estamos estresados, no podemos pensar con claridad o ver cualquier situación con precisión.
- Podemos cambiar de una manera reactiva y estresada a una manera calmada y positiva usando la siguiente estrategias. Una estrategia que puede usar es: **“STOP”**

MANEJANDO EL ESTRÉS (Continuación)

STOP (PARE):

S – Stop (Pare). Siempre cuando note que se siente con estrés o desequilibrio, haga una pausa y piense en cómo se siente.

T – Tome un respiro profundo. Preste su atención a su respiración, enfocándose en el cambio de su respiración para alertarle de su nivel de estrés.

O – Observe. Note como la respiración le ayuda a sentir una sensación de calma al resto del cuerpo. Además, mire a su alrededor. ¿Qué está sucediendo realmente, en el momento?

P – Proceda. Al cambiar su modo de reaccionar a un modo más apropiado, tomará entonces una acción más serena y que se adapta mejor a resolver la situación.

MOSTRAR LA GRATITUD PUEDE IMPACTAR TANTO SU VIDA COMO LA DE SU HIJO

La gratitud puede convertirse en una rutina familiar a través de la práctica intencional

- ¿Cómo puedes usted enseñarle a su hijo a mostrar y a expresar más gratitud?
- ¿Cómo animas a su hijo a mostrar más gratitud en el hogar?
- ¿Qué cosas usted puede hacer en familia para practicar la gratitud?

AYUDANDO A SU HIJO A SUPERAR EL MIEDO

Uno de los mayores desafíos que usted enfrenta es ayudar a su hijo a superar el miedo. Facilitando este proceso y preparando a su hijo para los desafíos de la vida es un papel fundamental para usted. Algunas de las habilidades del aprendizaje social y emocional que usted puede usar para ayudar a su hijo a manejar el miedo son:

- Sea paciente
- Dele ejemplos a seguir
- Sea usted un buen ejemplo para su hijo
- Dele el control en manejar su miedo
- Anímelo y alábelo
- Responda a sus preguntas
- Ayúdelo paso-a-paso para superar su miedo
- Mantenga la calma

SEA EL PACIFICADOR DE SU FAMILIA

Usted puede aprender estrategias para superar los desacuerdos familiares de manera que todos puedan a crecer social y emocionalmente.

Pregúntese:

- ¿Quién es el pacificador de mi familia?
- ¿Qué destrezas tiene esta persona?
- ¿Cómo es capaz de crear la paz?

PREGUNTAS



RECURSOS

- Videos para padres en Español:
https://www.youtube.com/watch?v=xz_aCbDI9uk&t=4s
- 2015 CASEL Guía: Programas de Aprendizaje Social y Emocional: Programas de Aprendizaje Social y Emocional Efectivos – Escuela Intermedia y Escuela Secundaria Edición: <http://secondaryguide.casel.org/casel-secondary-guide.pdf> (en inglés)
- CASEL: <https://casel.org/> (en inglés)
- Aprendizaje social y emocional: Esencial para el aprendizaje, esencial para la vida, esencial para el Estado de Nueva York:
<http://www.p12.nysed.gov/sss/sel.html> (en inglés)
- 10 Libros para padres: <https://casel.org/in-the-home/books/> (en inglés)
- Sitios web para padres: <https://casel.org/in-the-home/web/> (en inglés)
- Videos para padres en inglés:
<https://www.youtube.com/watch?v=y2d0da6BZWA&t=289s>

Thank You

Gracias

ありがとう

Merci

धन्यवाद

Hvala

شكراً

謝謝

ขอบคุณ

Məsi

Grazie

Bedankt

감사합니다
[kamsahamnida]

Obrigado!
Ευχαριστώ