



FOR YOUTH DEVELOPMENT®
FOR HEALTHY LIVING
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY

**PROJECT
CORNERSTONE**
A YMCA of Silicon Valley Initiative

MIDDLE SCHOOL SOCIAL + EMOTIONAL LEARNING

A Project Cornerstone Curriculum for Middle Schoolers

LESSON OF THE MONTH

Friends are an influential factor in the lives of adolescents. Middle School is a time where adolescents have the opportunity to build new friendships and make decisions about existing friendships.

The Project Cornerstone Middle School SEL lesson for this month focused on friendship. Students began the lesson by identifying the characteristics and core values they hope to see in themselves and in their friends. Students investigated ways to express care and love to others and identified how they want to feel care and love from others. We then discussed the signs of a toxic friendship. Students practiced identifying healthy versus unhealthy friendship scenarios. We discussed how to evaluate and modify existing friendships. Students discussed how to nurture a positive friendship and how to step away from a toxic friendship.

RESOURCES

WHAT IS SEL?

Social and emotional learning (SEL) is the process through which all young people and adults acquire and apply the knowledge, skills, and attitudes to develop healthy identities, manage emotions and achieve personal and collective goals, feel and show empathy for others, establish and maintain supportive relationships, and make responsible and caring decisions. Students participating in SEL programs, like Project Cornerstone, enhance their capacity to effectively manage challenges and solve problems, improve emotional, physical, and social well-being and behavior, and increase academic performance.

WHAT CAN WE DO AT HOME?

- Share your personal and family values with your student.
- Be a positive role-model. Our students will learn as much from our actions as from our words.
- Get to know your student's friends. If circumstances permit, offer to chaperone events, drive friends to activities/outings, or open your home as a place for kids to hang out.
- Establish a code word or phrase your student can say or text to indicate that they need your help to get out of a dangerous or uncomfortable social situation. When given the code word, caregivers agree to provide immediate assistance to their student. Parents/guardians might need to pick the student up wherever they are or provide the student with a way out or a reason to remove themselves from a situation (e.g., telling the student they have to come home now, denying permission, or stating that there is an emergency and they have to be picked up immediately). Part of the agreement is that parents/guardians will not pass judgment and the student can choose how much information to share about the situation. This creates an important safety net for your adolescent.



FOR YOUTH DEVELOPMENT®
FOR HEALTHY LIVING
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY

**PROJECT
CORNERSTONE**
A YMCA of Silicon Valley Initiative

ESCUELA SECUNDARIA APRENDIZAJE SOCIAL + EMOCIONAL

Un plan de estudios de Project Cornerstone para estudiantes de secundaria

LECCIÓN DEL MES

Los amigos son un factor que influye en las vidas de los adolescentes. La secundaria es un periodo donde los adolescentes tienen la oportunidad de crear nuevas amistades y tomar decisiones acerca de las amistades existentes.

La lección SEL de Project Cornerstone para secundaria de este mes se enfoca en la amistad. Los estudiantes iniciaron la lección identificando características y valores fundamentales que esperan ver en sí mismos y en sus amigos. Los (las) estudiantes investigan formas para expresar preocupación y amor hacia los demás e identificar cómo quieren sentir preocupación y amor por parte de los demás. A continuación, dialogamos acerca de los indicios de una amistad tóxica. Los estudiantes practicaron identificando escenarios de amistad sana versus amistad no sana. Dialogamos sobre cómo evaluar y modificar amistades existentes. Los estudiantes debatieron cómo alimentar una amistad positiva y cómo apartarse de una amistad tóxica.

¿QUÉ ES SEL?

El aprendizaje socioemocional (SEL, por sus siglas en inglés) es el proceso por el cual todos(as) los (las) jóvenes y adultos adquieren y aplican el conocimiento, las habilidades, y las actitudes para desarrollar identidades sanas, manejar las emociones y alcanzar metas personales y colectivas, sentir y mostrar empatía por los demás, establecer y mantener relaciones de apoyo, y tomar decisiones responsables y con preocupación por los demás. Los (las) estudiantes que participan en programas de SEL, como Project Cornerstone, aumentan su capacidad para manejar retos efectivamente y resolver problemas, mejorar el bienestar y comportamiento emocional, físico, y social, y incrementar su desempeño académico.

RECURSOS

¿QUÉ PODEMOS HACER EN CASA?

- Comparta sus valores personales y familiares con su estudiante.
- Sea un modelo de conducta positivo. Nuestros estudiantes aprenden tanto de nuestras acciones, como de nuestras palabras.
- Conozca a los amigos de su estudiante. Si las circunstancias lo permiten, ofrézcase como acompañante en los eventos, ofrézcase para manejar a las actividades/salidas o abra las puertas de su hogar para que pasen el rato con sus amigos.
- Establezca una palabra o frase clave que su estudiante pueda decir o enviar por mensaje de texto para indicar que necesita su ayuda para salir de una situación social peligrosa o incómoda. Cuando escuchan la palabra clave, las personas responsables brindarán asistencia inmediata a su estudiante. Puede suceder que los padres de familia o guardianes necesiten recoger al estudiante de donde quiera que se encuentre o proporcionarle una salida o razón para alejarse de la situación (Ej: Decirle al estudiante que tiene que regresar a casa en ese momento, negarle el permiso o decir que surgió una emergencia y lo tendrán que recoger inmediatamente). Parte del acuerdo es que los padres/tutores no juzgarán y el estudiante puede decidir cuánta información compartir acerca de la situación. Esto crea una red de seguridad importante para su adolescente.