



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

This month's Project Cornerstone module focuses on three of the core competencies of Social and Emotional Learning: Self Awareness, Social Awareness, and Relationships. This module, titled "Me and You", helps students identify and recognize their personal identity; discover similarities, differences, and diversity among peers; listen to and consider the perspectives of others; and learn how to disagree with respect.

As students ponder the question, "Who am I?", they will be creating a personal identity map. A person's identity includes the qualities, characteristics, beliefs, and experiences that make a person who they are. Students will also participate in activities to practice articulating personal viewpoints, and learn how to have courageous conversations focused on empathy and kindness with someone who has a different perspective.

WHAT IS SEL?

Social and emotional learning (SEL) is the set of skills, knowledge, and behaviors involved in understanding and managing emotions, setting and achieving positive goals, feeling and showing empathy for others, engaging in positive relationships, and making responsible decisions. Students participating in SEL programs, like Project Cornerstone, enhance their capacity to effectively manage challenges and solve problems, improve emotional well-being and social behavior, and increase academic performance.

WHAT CAN WE DO AT HOME?

- As your student discovers their personal identity, help your child by sharing stories of your family heritage, culture, and traditions.
- Encourage your child to identify their interests and talents.
- Talk with your middle schooler about your family's core values (the principles, standards, and qualities that are most important to you).
- Students are learning how to practice empathy by listening to the stories and experience of others and learning how to look at the world from different perspectives. Your student is listening to your words and watching your actions. Be a good role model. Practice along with your student how to disagree respectfully using these steps:
 - Treat people with respect and kindness.
 - Suspend judgment and remain calm.
 - Ask questions and be genuine about trying to understand the perspective of others.
 - State your position by sharing personal stories and experiences.
 - Look for common ground and identify areas of agreement.
 - Accept differences.
 - Be willing to maintain your perspective or change your mind based on your new understanding.
- Discussing different perspectives, and even disagreeing respectfully, can be a positive and unifying experience. As we inspire people to connect across differences, we are able to understand one another better.

RESOURCES



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

El módulo de este mes de Project Cornerstone se enfoca en tres de las capacidades centrales del Aprendizaje Social y Emocional: Conciencia de Sí Mismo, Conciencia Social, y Relaciones. Este módulo titulado "Yo y Tú", ayuda a los (las) estudiantes a identificar y reconocer su identidad personal, descubrir similitudes, diferencias, y diversidad entre compañeros(as), escuchar y considerar las perspectivas de los demás, y aprender cómo estar en desacuerdo respetuosamente. A medida que los (las) estudiantes se preguntan, "¿Quién Soy?", estarán creando un mapa de identidad personal. La identidad de una persona incluye las cualidades, características, creencias, y experiencias que hacen a la persona quien es. Los (las) estudiantes también participarán en actividades para practicar la articulación de puntos de vista personales, y aprenderán cómo tener conversaciones valientes centradas en la empatía y la bondad con alguien que tiene una perspectiva distinta.

¿QUÉ ES SEL?

Aprendizaje social y emocional (SEL, por sus siglas en Inglés) es un set de habilidades, conocimiento, y comportamientos que suponen entendimiento y manejo de emociones, establecimiento y alcance de metas positivas, sentir y mostrar empatía por los demás, involucrarse en relaciones positivas, y tomar decisiones de manera responsable. Los (las) estudiantes que participan en programas de SEL, como Project Cornerstone, aumentan su capacidad para manejar retos y solucionar problemas, mejorar su bienestar emocional y comportamiento social, e incrementar su desempeño académico.

¿QUÉ PODEMOS HACER EN CASA?

- A medida que su estudiante descubra su identidad personal, ayúdele compartiendo historias de su herencia, cultura, y tradiciones familiares.
- Anime a su hijo(a) a identificar sus intereses y talentos.
- Hable con su estudiante de secundaria sobre los valores centrales de su familia (los principios, los estándares,
- Los (las) estudiantes están aprendiendo a practicar la empatía al escuchar las historias y la experiencia de los demás y cómo ver el mundo desde perspectivas distintas. Su estudiante está escuchando sus palabras y observando sus acciones. Sea un buen modelo a seguir. Practique junto con su estudiante cómo estar en desacuerdo respetuosamente utilizando estos pasos:
 - Trate a las personas con respeto y bondad.
 - No juzgue y mantenga la calma.
 - Haga preguntas y sea genuino(a) al intentar entender la perspectiva de los demás.
 - Exprese su posición compartiendo historias y experiencias personales.
 - Busque puntos en común e identifique áreas en las que están de acuerdo.
 - Acepte las diferencias entre sí.
 - Esté dispuesto(a) a mantener su perspectiva o a cambiar de opinión basándose en su nuevo entendimiento.
- Platicar sobre perspectivas distintas, y hasta estar en desacuerdo respetuosamente, puede ser una experiencia positiva y unificadora. A medida que inspiramos a las personas a conectarse a través de las diferencias, podemos entendernos mejor.

RECURSOS