



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 deepens our understanding of being self-aware and using the knowledge of our identity and perspective to better understand and interact with other people. It is normal to notice what makes us different from other people. Diversity brings a rich life experience. Sometimes people are treated unfairly due to their differences. This module defines bias, stereotypes, prejudice, discrimination, and racism. All humans experience bias. It is a brain shortcut used to help us quickly categorize and digest information. Bias can be detrimental when it leads us to treat others inequitably. Students learn how to interrupt bias by noticing and naming bias, and being intentional about their thoughts and actions. Students also learn the difference between being racist, not-racist, and anti-racist. As we strive to move through the world with empathy, we are working to be anti-racist. This means we are UPstanders and speak up and speak out whenever we hear, see, or experience racism or injustice. An anti-racist does not allow themselves to be a bystander, as silence can speak volumes. An anti-racist is someone who does the right thing, even when no one is looking or it is unpopular or uncomfortable. Anti-racists take action and are allies. We all have the responsibility to help make our schools and communities safe, just, inclusive, and equitable places.

### WHAT CAN WE DO AT HOME?

Having an open and honest dialogue with your middle schooler about race and racism is very important. The following steps will help you talk to your student about race and racism:

- Create a safe space for discussion. Students need to know that they can ask questions and share observations.
- Provide context (historical, cultural, and personal).
- Continue to share your values and perspectives.
- Address your student's curiosity and questions. Claiming to be "colorblind" negates an important part of people's identities. Race and ethnicity should be noticed and valued.
- Encourage critical thinking. Ask open ended questions to engage your student and prompt them to think more deeply.
- Be mindful about your own words and actions. Do some introspection and notice and name your own biases.
- Do your best to provide your student with opportunities to interact with, learn from, and read about people who are different from them.
- Embrace the power of storytelling. Talk about the stories of the racial, ethnic, and cultural groups you and your family identify with and their contributions and challenges. Encourage your student to listen to the stories of people and groups of people who are different from them. This might include people of a different race, ethnicity, gender, age, ability, language, religion, sexual orientation, or socio-economic status.

### 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.

### 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 profundiza nuestro entendimiento sobre ser conscientes de nosotros mismos y la utilización de nuestra identidad y perspectiva para un mejor entendimiento e interacción con otras personas. Es normal notar lo que nos hace diferentes a otras personas. La diversidad nos trae una rica experiencia de vida. A veces, las personas son tratadas injustamente debido a sus diferencias. Este módulo define la predisposición (prejuicios raciales), los estereotipos, el prejuicio, la discriminación, y el racismo. Es un atajo cerebral que nos ayuda a categorizar y digerir información rápidamente. La predisposición puede ser dañina cuando nos conduce a tratar a otras personas inequitativamente. Los (las) estudiantes aprenden a interrumpir las predisposiciones en contra de otras personas al observar y nombrar esas predisposiciones, y ser intencionales con sus pensamientos y acciones. Los (las) estudiantes también aprenden la diferencia entre ser racista, no ser racista, y ser antirracista. Mientras nos esforzamos para movernos por el mundo con empatía, trabajamos para ser antirracistas. Esto significa que somos Upstanders (defensores) y hablamos cada que escuchamos, vemos, o experimentamos racismo o injusticia. Un(a) antirracista no se permite a sí mismo(a) ser espectador(a), ya que el silencio lo dice todo. Un(a) antirracista es alguien que hace lo correcto, incluso cuando nadie está mirando, o es impopular o incómodo. Los (las) antirracistas toman acción y son aliados(as). Todos tenemos la responsabilidad de ayudar a que nuestras escuelas y comunidades sean lugares seguros, justos, inclusivos, y equitativos.

## ¿QUÉ PODEMOS HACER EN CASA?

Es muy importante tener un dialogo abierto y honesto con su hijo(a) sobre la raza y el racismo. Los siguientes pasos le ayudarán a hablar con su hijo(a) sobre la raza y el racismo:

- Cree un espacio seguro para platicar. Los (las) estudiantes deben saber que pueden hacer preguntas y compartir observaciones.
- Provea un contexto (histórico, cultura, y personal).
- Continúe compartiendo sus valores y perspectivas.
- Aborde la curiosidad y preguntas de su hijo(a). Afirmar que es "libre de prejuicios raciales" niega una parte importante de la identidad de las personas. La raza y la etnia deben ser notadas y valoradas.
- Fomente en pensamiento crítico. Haga preguntas abiertas para involucrar a su hijo(a) y motivarlo(a) a pensar más profundamente.
- Sea consciente de sus propias palabras y acciones. Haga un poco de introspección y observe y nombre sus propias predisposiciones (prejuicios).
- Haga lo mejor posible para brindarle a sus hijo(a) oportunidades para interactuar, aprender, y leer sobre personas que son diferentes a él (ella).
- Acepte el poder de la narración. Hable sobre las historias de los grupos étnicos, raciales, y culturales con los que usted y su familia se identifican y sus contribuciones y desafíos. Anime a su hijo(a) a escuchar las historias de personas y grupos de personas que son diferentes a ellos. Esto puede incluir a personas de una raza, etnia, género, edad, capacidad, idioma, religión, orientación sexual, o estatus socioeconómico diferentes.

## ¿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.

## RECURSOS