

CÓMO FUNCIONA RULER

APRENDIZAJE PERSONAL Y PROFESIONAL

- La puesta en práctica de RULER comienza cuando un equipo de una escuela asiste a un entrenamiento sobre los principios y herramientas de la inteligencia emocional.
- Todo el personal de la escuela participa en actividades de desarrollo de habilidades de RULER, para que puedan ser modelos a seguir e implementadores expertos de RULER para estudiantes y familias.

LA INSTRUCCIÓN EN EL AULA

- RULER continúa con el aprendizaje de los alumnos, que se alinea con el aprendizaje social y emocional y los estándares académicos.
- En la primera infancia y en la escuela primaria, RULER se integra a los planes de estudio académicos existentes.
- RULER para la escuela intermedia y secundaria se enfoca en temas apropiados para el desarrollo de la adolescencia temprana y tardía.

TESTIMONIO DE PADRES

"RULER permite al niño y al padre trabajar mejor a través de los desafíos en los que incurrimos al reconocer los efectos que nuestras emociones tienen en nosotros."

"La inteligencia emocional es casi lo más importante. Los asuntos académicos son geniales, pero sin el reconocimiento emocional, las piezas no pueden unirse."

"Me gusta entender lo que están aprendiendo mis hijos; nos ayudará a unirnos mejor como familia."

**PARA
MÁS INFORMACIÓN**

www.rulerapproach.org
www.facebook.com/rulerapproach
www.twitter.com/rulerapproach
www.instagram.com/ruler_approach



 **RULER**

**UN ENFOQUE BASADO EN
PRUEBAS PARA EL APRENDIZAJE
SOCIAL Y EMOCIONAL**

Yale *Center for Emotional Intelligence*

LAS EMOCIONES IMPORTAN

Las investigaciones muestran que las emociones influyen lo siguiente:

- Atención, memoria y aprendizaje
- Toma de decisiones
- Creatividad
- Bienestar mental y físico
- Capacidad para formar y mantener relaciones saludables
- Desempeño académico y en el lugar de trabajo

¿QUÉ ES RULER?

RULER es un enfoque basado en pruebas para el aprendizaje social y emocional (SEL) que apoya a la comunidad escolar completa en:

- Entender el valor de las emociones
- Desarrollar habilidades de inteligencia emocional
- Crear y mantener un clima escolar positivo



LAS HABILIDADES DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

Reconocer emociones

- Identificar emociones en uno mismo y en los demás mediante la lectura de claves verbales y no verbales

Comprender las emociones

- Conocer las causas de las emociones y cómo las emociones influyen en nuestros pensamientos, acciones y decisiones.

Usar vocabulario emocional

- Conectar una experiencia emocional a palabras de sentimientos específicos para describirla

Expresar emociones

- Conocer cómo y cuándo exhibir o mostrar nuestras emociones, dependiendo de con quién estamos, dónde estamos y lo que estamos haciendo.

Regular emociones

- Conocer y utilizar estrategias efectivas para manejar sus emociones

La investigación muestra que las habilidades de RULER ayudan a la gente de todas las edades a usar sus emociones juiciosamente, abriendo oportunidades para que tengamos éxito en la escuela, en el trabajo y en la vida.

CÓMO FUNCIONA RULER PARA LAS FAMILIAS

El objetivo de RULER para las Familias es conectar a las familias de los estudiantes con el trabajo que se realiza dentro de la escuela y crear un lenguaje compartido entre la escuela y el hogar.

Hacemos esto así:

- Diseñando actividades apropiadas para el desarrollo para compartirlas directamente con las familias.
- Proporcionando comunicación continua sobre RULER en la escuela.
- Ofreciendo a los padres y cuidadores la oportunidad de aprender sobre RULER e inteligencia emocional.

RULER para las Familias fue diseñado para validar y ampliar el aprendizaje de habilidades sociales y emocionales en el hogar, honrar la diversidad cultural y preparar a los niños para el éxito en la vida.

“Cuando todas las personas en una comunidad escolar adoptan la idea de que 'las emociones importan', cuando se vuelven más hábiles con sus emociones y en sus interacciones, y cuando las escuelas y los hogares se vuelven espacios más cálidos, más seguros y de mayor apoyo, es cuando los educadores, los estudiantes y sus familias prosperan”.

--Marc Brackett, PhD
Director Fundador del
Centro para la Inteligencia
Emocional de Yale

