



¿Adivine qué?

Boletín informativo para padres #1 de
septiembre de 2024

Descubra lo que su estudiante acaba de aprender en
asesoramiento

Subtítulo

Enfoque 2024-2025: Individuos y comunidades saludables: centrados en el aprendizaje de habilidades de tomar de decisiones responsables con el propósito y la pertenencia como nuestra base sólida.

Aquí está la lección en la que participaron sus estudiantes: [Enlace de video](#)

Resumen de la sección de asesoramiento

Este mes, en Advisory, estamos trabajando en definir y desarrollar un sentido de Propósito y Pertenencia como base para aprender a tomar decisiones responsables. Utilizando un concepto japonés llamado Ikigai, que se traduce libremente como "una razón de ser", los estudiantes explorarán sus fortalezas, intereses, pasiones, lo que pueden hacer para trabajar y otros objetivos para desarrollar una métrica para tomar decisiones que los beneficiarán a sí mismos y a su comunidad. Mediante videoclips, discusiones entre compañeros y juegos, los estudiantes pueden comenzar a vivir su propósito y contribuir a un sentido de pertenencia en su ambiente.



Pruébalo en la Casa

¿Considere compartir su Ikigai! Le invitamos a hacer las siguientes preguntas: ¿En qué eres bueno? ¿Qué amas? ¿Qué necesita el mundo? ¿Qué te motiva a levantarte por la mañana? Explora tus respuestas o preguntas con su estudiante. Pregúntale si está dispuesto a compartir las suyas. Use preguntas o afirmaciones para profundizar la discusión como; "¿Hay algo más que te gustaría compartir?" o "¿Cómo imaginas que sería la vida si...?" o "Tengo curiosidad por escuchar más sobre eso" o "¿Qué te conmueve en el mundo?" Es importante tener en cuenta que nosotros, y nuestros estudiantes, podemos cambiar de opinión y/o podemos priorizar diferentes cosas en diferentes momentos de nuestras vidas. Esta discusión puede ser continua.

Palabras que deben saber -

(en lo que se refiere a la escuela y el hogar)

Propósito: *lo que hace que la vida tenga sentido y está conectado con algo más grande que uno mismo. El propósito proporciona motivación, perseverancia frente a los desafíos y es un antídoto contra la depresión y la ansiedad.*

Pertenencia: *sentirse visto, aceptado, incluido y valorado por las fortalezas, experiencias, cultura y rasgos individuales que uno aporta a un contexto o entorno. El sentido de pertenencia permite que el cerebro de los estudiantes se encuentre en un estado de calma y listo para participar en actividades académicas, sociales y emocionales, vocacionales y profesionales.*

Recursos

Consuelo de Cuidado (Care Solace)

1 (888) 515-0595

www.caresolace.com/FUHSD

Salud mental del condado

1 (800) 704-0900

NUEVA línea contra el suicidio y crisis

Marce 988

Refiera a su estudiante a un profesional de salud mental de la escuela para que lo ayude durante el día escolar (8:00 a. m. a 3:30 p. m.):

Cupertino

Fremont

Homestead

Lynbrook

Monta Vista

Opciones educativas