NOVIEMBRE DE 2026

las MENTALIDADES importan

FORTALECIENDO LA CONEXIÓN
ENTRE EL HOGAR Y LA ESCUELA

ESTAMOS CONECTADOS

A partir de este mes, los estudiantes explorarán la mentalidad **Estamos Conectados**, que destaca la importancia de relacionarnos con los demás y sentir que somos parte de una comunidad. Esta mentalidad nos recuerda el valor de crear y mantener relaciones positivas y significativas basadas en la aceptación, la confianza y el respeto.

Los estudiantes aprenderán sobre los cuatro componentes de esta mentalidad: **Acepta a Todos**, **Maximiza las Relaciones Positivas**, **Construye el Equipo de tus Suenos**, y **Lidera con Valor**. Estos componentes animan a los estudiantes a ser amables, construir relaciones positivas, trabajar bien con los demás y reconocer que nunca están realmente solos.

Según los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC), contar con conexiones sociales positivas puede ayudarnos a vivir más tiempo y con mejor salud. Personas que cuentan con relaciones estables y personas que los apoyan tienen más probabilidades de tomar decisiones saludables, lo que contribuye a un mejor bienestar físico y emocional.

7 MINDSETS EN CASA

Las familias desempeñan un papel muy importante en ayudar a los niños a desarrollar las habilidades necesarias para crear y mantener relaciones saludables. Los padres y cuidadores pueden reforzar la mentalidad **Estamos Conectados** dando el ejemplo a través del respeto, la empatía y la comunicación abierta. También pueden ayudar a los niños a reconocer cómo sus palabras y acciones afectan a los demás, hacer amistades, resolver desacuerdos y tomar decisiones positivas.

Las relaciones sólidas muchas veces se construyen a través de experiencias compartidas, así que busquen tiempo para disfrutar de actividades juntos en familia. Animen a sus hijos a relacionarse con personas que sean cariñosas, comprensivas y que saquen lo mejor de cada uno. Consideren algunas de las siguientes preguntas y vean hacia dónde los lleva la conversación:

- ¿Quiénes forman parte de tu equipo de apoyo (Dream Team) en este momento? ¿Por qué?
- ¿Quién te ayudó hoy? ¿Cómo te ayudó y cómo te hizo sentir?
- ¿De qué maneras puedes demostrar cariño y amabilidad a un amigo o familiar?

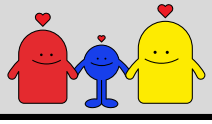
PRACTICANDO LA GRATITUD

La gratitud es mucho más que simplemente decir "gracias." Puede ser tan sencillo como reconocer y apreciar las cosas buenas que tenemos en nuestra vida.

Las investigaciones demuestran que practicar la gratitud mejora nuestra salud emocional, fortalece nuestras relaciones e incluso contribuye a nuestro bienestar físico.

Anime a sus hijos a pensar en momentos especiales de su día y a identificar las personas, los lugares y las cosas por las que se sienten agradecidos. Consideren hacer una lista para compartir y repasar en familia durante el mes de noviembre.

CENTRO DE VIDEOS



Haz clic en cada grupo de grados para ver videos de estudiantes compartiendo lo que **Estamos Conectados** significa para ellos.

K-2 * 3-5 * 6-8 * 9-12

7 MINDSETS