

¡Bienvenidos a Valorar a los demás!

Estimado padre, madre, tutor o encargado:

Estamos comenzando la unidad «Valorar a los demás» de Harmony SEL, nuestro programa de aprendizaje social y emocional. En esta unidad, los estudiantes aprenden a valorar a los demás al apreciar sus contribuciones y al adoptar sus puntos de vista o perspectivas. Los estudiantes desarrollan la empatía, desarrollan destrezas de relaciones y se defienden a sí mismos y a los demás cuando observan comportamientos injustos, lo cual crea una clase acogedora y solidaria. Estas son algunas ideas importantes de cada lección:

Apreciar nuestras diferencias

- Todos somos iguales y diferentes.
- Todos somos únicos, y esta singularidad nos hace especiales.
- Podemos aprender tanto de los demás como sobre los demás.

Incluir a todos

- Entendemos cómo se siente cuando te dejan de lado en lugar de ser incluido.
- Podemos asegurarnos de que los demás se sientan incluidos.

Romper estereotipos

- Entendemos que los estereotipos se basan en suposiciones sobre las personas debido a un grupo del que forman parte, en lugar de basarse en el conocimiento real de una persona.
- Podemos conocer a los demás y «reventar» los pensamientos estereotipados para asegurarnos de que todos se sientan incluidos.

Mostrar empatía y dar apoyo a los demás

- Podemos ponernos en «el lugar del otro» para entender cómo es posible que se sientan los demás en una situación.
- Podemos usar la empatía para ayudar a los demás y fortalecer nuestras relaciones.
- La empatía es una manera de mostrar que alguien nos importa.

Defender a los demás

- Podemos reconocer cuándo una situación no es justa y tomar medidas para lograr que sea justa.
- Podemos usar la empatía para dar apoyo a los demás en una situación injusta.

Una parte importante de *Harmony SEL* es que los estudiantes hablen y practiquen los conceptos fuera del salón de clases. Consulte las Conexiones entre casa y escuela: Actividades en casa (en la página siguiente) para poner en práctica destrezas que muestren que valoramos a los demás en casa.

Gracias por su continuo apoyo a *Harmony SEL*. Póngase en contacto conmigo si tiene alguna pregunta sobre el programa. Lo invitamos a consultar todos los materiales del Portal educativo en línea de Harmony. Puede inscribirse gratuitamente en online.harmonysel.org.

Atentamente,

Conexiones entre casa y la escuela: Actividades para hacer en casa

Su niño está aprendiendo la importancia de valorar a los demás. Estas actividades son maneras divertidas de practicar estas destrezas en casa. Las siguientes ideas reforzarán lo que estamos aprendiendo en la escuela: hay actividades para jugar, temas para debatir y comportamientos que apoyar. Están diseñadas para ajustarse a su rutina cotidiana y son oportunidades de conectarse aún más con su niño.

- Consiga algunos libros ilustrados. Pida a su niño que identifique las emociones de un personaje que se enfrente a un problema. Haga que su niño imagine cómo se sentiría si estuviera en la misma situación. Anime a su niño a pensar en formas de dar apoyo al personaje:
 - Podría «preguntarle» al personaje cómo se siente y qué necesita.
 - Podría pedir ayuda a un adulto.
 - Podría ayudar al personaje o ayudar a resolver el problema.
 - Podría incluir al personaje en una actividad divertida.
- Cuando su niño experimente una emoción intensa o vea que otra persona experimenta una emoción intensa, anímelo a ver la situación desde la perspectiva de otra persona. Pregúntele cuál es su punto de vista y cuál cree que es la perspectiva de los demás.
- Felicite a su niño cuando use la empatía, muestre un comportamiento acogedor, se comporte de forma justa y reviente estereotipos.
- Ayude a su niño a darse cuenta de que no es posible cambiar algunas situaciones que pueden parecer injustas. Por ejemplo: los equipos sólo pueden admitir un determinado número de jugadores para que todos tengan una oportunidad en el campo de juego. Esto puede excluir a algunas personas, sobre todo cuando no hay personas suficientes para formar un nuevo equipo. Pero podemos reconocer los sentimientos de los demás e intentar encontrar formas de ayudarlos a sentirse incluidos.
- Dé a los estudiantes la oportunidad de reflexionar sobre lo que harían si vieran o experimentaran un trato injusto. Use libros, programas de TV, la historia y otros acontecimientos de la vida para hablar de cuándo y cómo defenderse a uno mismo y a los demás.
- Aproveche las oportunidades (como al leer cuentos o ver videos) para guiar a su niño a:
 - Identificar estereotipos.
 - Ver las cosas desde la perspectiva de un personaje.
 - Identificar situaciones injustas y proponer posibles soluciones.
 - Identificar las formas en que los personajes podrían darse apoyo unos a otros.
- Comente de qué manera las reacciones de los personajes ante situaciones injustas o estereotipadas impactan sobre las relaciones de unos con otros.
- Use el vocabulario de SEL al hablar con su niño. Dos palabras del vocabulario de esta unidad que podría usar son *estereotipo* (pensamiento o creencia sobre una persona debido al grupo al que pertenece) y *empatía* (cuando se puede sentir y comprender cómo se siente otra persona).