

Ganar el Juego de la Escuela para Estudiantes Avanzados

Serie de Aprendizaje #1 para Padres y Madres de ALPS del NVUSD

Miércoles, 13 de marzo de 2024

Zoom 6pm-7pm

Dana Cope, Cope Consulting LLC
www.danacopeconsulting.com

If there is no way,
Create One!



NVUSD ALPS

Serie de Aprendizaje para Padres y Madres

https://docs.google.com/document/d/10ROAgmV3z_TNxXWQrHu1gVvFOM_xBrxRH7mtL7zIrg/edit



Citas Orientativas

“

You have to learn the rules of the game And then...play better than everyone else

-Albert Einstein

”

“

Your mind is like a piece of land planted with many kinds of seeds: seeds of joy, peace, understanding, love, seeds of anger, fear, hate and forgetfulness. The seeds that are watered more grow strong.

-Thich Nhat Hahn

”

Amar lo que hay

-Byron Katie

- El sistema educativo tal y como lo conocemos solo tiene unos 200 años. Antes, la educación estaba reservada a la élite.
- La Revolución Industrial creó la necesidad de una escolarización universal. Las escuelas se construyeron para ser impersonales, eficientes y estandarizadas.



Amar lo que hay

-Byron Katie

- Ahora comprendemos que los humanos no pueden ser estandarizados. Nuestro sistema evoluciona lentamente para ser más personalizado.
- Mientras evoluciona es importante aprender las reglas del juego y saber que la única persona que podemos controlar somos nosotros mismos.
- Para ganar la partida tenemos que “amar lo que hay” y hacer que el sistema escolar trabaje para nosotros mientras sigue evolucionando lentamente.



Vamos a **LAUNCH** (**LANZAR**) a nuestros jóvenes a los confines de la naturaleza humana -Abraham Maslow

Listen - Escuchar, aprender sobre sí mismos y sobre los demás

Assume - Asumir intenciones positivas, pedir aclaraciones

Understand - Comprender que todos lo hacemos lo mejor que podemos

Nature - La naturaleza calma la amígdala hiperactiva y preocupada

Compassion - Compasión por uno mismo, conduce a la compasión por los demás

Hearts - Los corazones curan y pueden ayudar a otros a ver el patrón



LAUNCH

Listen - Escuchar, aprender sobre sí mismos y sobre los demás

¡Conocernos a nosotros mismos y pedir lo que necesitamos es la clave del éxito! ¡Ayudar a nuestros jóvenes a ser independientes con esta habilidad les ayudará a ser autónomos a lo largo de la escuela primaria, intermedia, preparatoria y más allá!

- Piense en cada aula como si fuera un tablero de ajedrez. ¿Cuáles son las reglas visibles y ocultas? Hable sobre el uso de esto como familia. También puede ser divertido crear un tablero de juego.
- Aconseje a su hijo/a que envíe un correo electrónico o hable en persona con su maestro/a si tiene preguntas, inquietudes, preocupaciones o consideraciones especiales que quiera proponerle. ¡Esto les ayuda a convertirse en aprendices autónomos en la vida!



LAUNCH

Assume - Asumir intenciones positivas, pedir aclaraciones

En *Los Cuatro Acuerdos* de Don Miguel Ruiz se nos recuerda que debemos encontrar el valor para hacer preguntas y expresar lo que realmente queremos. Byron Katie nos recuerda que estamos en un universo amoroso. Cuando asumimos intenciones positivas y pedimos aclaraciones evitamos malentendidos, tristezas y dramas.

- Si finalizo antes, ¿puedo trabajar en una actividad de elección preaprobada? ¿Puedo cambiar de sitio? ¿Puedo levantarme y mover mi cuerpo cuando finalice el trabajo asignado?
- La mayoría de las cosas pueden resolverse estableciendo una sólida colaboración con su maestro/a.



LAUNCH

Understand - Comprender que todos lo hacemos lo mejor que podemos

En *Los Cuatro Acuerdos* de Don Miguel Ruiz se nos recuerda que no debemos tomarnos nada personalmente. Todos hacemos lo mejor que podemos con lo que sabemos en este momento. Todos estamos aprendiendo aquí y aprender es difícil para todos.

- Su hijo/a está aprendiendo a articular sus necesidades.
- El maestro/a de su hijo/a está aprendiendo a satisfacer las necesidades de todos los alumnos de su clase.
- Usted es un padre, madre o un cuidador con el plato lleno.
- Su trabajo como padre, madre o cuidador es entrenar a su hijo/a en maneras que le ayuden a hacer que el sistema funcione para él o ella.
- A veces es importante tomarse un respiro para descansar y reajustarse.



LAUNCH

Nature - La naturaleza calma la amígdala hiperactiva y preocupada

Existe una parte especial del cerebro llamada amígdala. Es como su propio guerrero protector. Cuando su amígdala cree que puede haber problemas puede ponerse un poco dramática y avivarle para hacer frente al peligro, aunque usted esté a salvo. Restablecer su sistema nervioso es importante cuando nuestra amígdala se activa. Hay muchas cosas que puede hacer. He aquí algunas ideas:

- Tomarse una pausa
- Poner su cuerpo en movimiento
- Atención Plena
- Respirar
- Comer
- Descansar



LAUNCH

Compassion - Compasión por uno mismo, conduce a la compasión por los demás

- Ninguno de nosotros vino con un manual de instrucciones. Todos estamos aprendiendo, haciendo y construyendo nuestro cohete mientras lo pilotamos.
- Cultivamos el amor cuando permitimos que nuestro yo más vulnerable y poderoso sea profundamente visto y conocido.
-Brene Brown
- Brene Brown habla de los tres dones de la imperfección: Coraje, Compasión y Conexión. Juntos, estos tres dones nos ayudan a vivir una vida plena llena de felicidad y autoaceptación.



LAUNCH

Hearts – Los corazones curan y pueden ayudar a otros a ver el patrón

- Usted es más fuerte de lo que cree, más fuerte de lo que parece y más inteligente de lo que piensa. -Winnie the Pooh
- Nadie tiene un viaje fácil aquí porque todos estamos aprendiendo a navegar por la vida y hacer que funcione para nosotros. Habrá tiempos difíciles, pero somos resilientes. Este patrón es el mismo para todos nosotros.
- Podemos hacer cosas difíciles que a veces requieren que hablemos con respeto cuando es necesario. Ayudar a nuestros jóvenes a hacerlo es la clave.
- Crea que su hijo/a se lanzará a la independencia y alcanzará todo su potencial ¡porque le tiene a usted como su Guía al Lado!
- ¡Juntos todo es POSIBLE!

Together
Everything is Possible!



Bibliografía

Brene Brown. *GIFTS of IMPERFECTION*. Hazelden, 2010, 2022.

Cope, Dana. “RECURSOS GRATUITOS” *Dana Cope Consulting*, 2024,

www.danacopeconsulting.com/free-resources.html. Consultado el 25 de febrero de 2024.

Don Miguel Ruiz. *THE FOUR AGREEMENTS*. Hay House Inc, 2008.

Hạnh, Nhất. *PEACE IS EVERY STEP*. Bantam Books, 1991, 2013.

Katie, Byron y Stephen Mitchell. *LOVING WHAT IS*. Random House, 2008.

Maslow, Abraham H. *THE FARTHER REACHES OF HUMAN NATURE*. Penguin Compass, 1971.

Schrager, Allison. “The Modern Education System Was Designed to Teach Future Factory

Workers to Be Punctual, Docile, and Sober.” *SIS*, 1 de julio de 2018.

Young, Karen. *DEAR YOU, LOVE FROM YOUR BRAIN*. Woodslane Press, 2022.

