



Benvenuto a *Gentilezza in Aula!*

Siamo felici che tu abbia scelto questo curriculum di apprendimento sociale emotivo (SEL) approvato da CASEL per aiutare il tuo staff a creare una cultura della gentilezza nella tua scuola.

Il lavoro per creare una cultura scolastica sana e gentile *importa*, e inizia con dirigenti scolastici forti, come te. Quindi, come puoi aiutare a rendere questo programma il più efficace possibile? Inizia con l'affrontare la tua cura di sé e la cura di sé dei tuoi insegnanti e del personale.

Se voi, educatori, non siete socialmente ed emotivamente sani, sarà difficile favorire questo tipo di salute nei vostri studenti.

A tal fine, ciascuno *Gentilezza in aula* il programma della lezione si apre con un breve "Connessione con l'insegnante/Cura di sé" riflessione¹ che aiuta gli insegnanti ad applicare i concetti di quella lezione personalmente e nei loro spazi e relazioni professionali, che darà loro una prospettiva unica e radicata attraverso la quale tenere la lezione. Incoraggiamo gli insegnanti a impegnarsi in queste riflessioni prima di svolgere la lezione con gli studenti.

¹UNcampioneRiflessione sulla connessione dell'insegnante / c dalla lezione di 6a elementare, "RISPETTO. - Nella nostra culti

Connessione insegnante / cura di sé

La cultura è un grande riflesso di rispetto. Se le persone all'interno della cultura mostrano rispetto per se stesse e per gli altri, la cultura è sana e ha la capacità di crescere. Se le persone all'interno della cultura non mostrano rispetto per se stesse e per gli altri, la cultura è malsana e rimarrà fissa e stagnante, se non regressiva. Com'è la tua cultura scolastica in questo momento? E la cultura della tua classe? Quali sono alcune cose che puoi fare per migliorare la cultura e migliorare la tua capacità di rispetto? Stabilisci un obiettivo questa settimana per migliorare la cultura della tua classe e lavorare per raggiungerlo nelle prossime settimane. Osserva come tu e i tuoi studenti migliorate nel dare e ricevere rispetto dopo che l'obiettivo è stato raggiunto.

Puoi sostenere anche gli insegnanti nel loro bisogno acuto di cura di sé. Ecco alcuni consigli:

- ☐ **Partecipare:** Leggi i collegamenti degli insegnanti ogni settimana. Dì al tuo staff che eserciterai queste abilità insieme a loro e inserisci le idee e i temi delle connessioni nelle tue comunicazioni con il personale.
- ☐ **Mostrare gratitudine:** Aprire le riunioni del personale con un "controllo della gratitudine". Fai sapere al tuo staff per cosa sei grato riguardo al loro lavoro e alla tua comunità scolastica e invita gli altri a condividere qualcosa per cui sono grati.
- ☐ **Integra la cura di sé nel programma:** Esamina il programma giornaliero/settimanale e vedi se c'è un'opportunità per integrare la "cura di sé dell'educatore" nella giornata. Anche 15 minuti in cui tutti si prendono una pausa intenzionale possono fare una grande differenza!
- ☐ **Registrare:** Impegnati a fare il check-in con il tuo staff per quanto riguarda la loro cura di sé. Se noti qualcuno che sembra molto stanco o esausto, controlla. Scopri di cosa ha bisogno per essere al meglio!

**RANDOM ACTS
OF KINDNESS**
FOUNDATION®

- ❑ **Riconoscere:** Sii intenzionale nel riconoscere il duro lavoro del tuo staff e fallo per nome, assicurandoti di riconoscere tutti a un certo punto durante il mandato.