

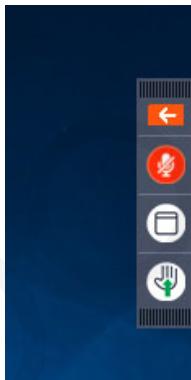


Conscious Awareness Learning Model
Modelo de Aprendizaje Consciente
Basado en Conscious Discipline® y otras prácticas de atención informadas sobre el trauma

Sesión 2: La familia escolar y 7 poderes & habilidades de la disciplina consciente

Financiado por:  En colaboración con:  

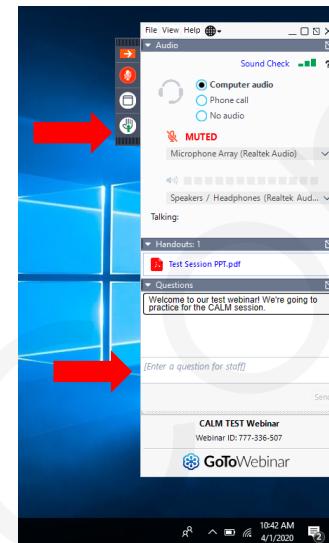
GoToWebinar



- La flecha naranja muestra el panel de control del asistente.
- El cuadrado hace que la presentación llene la pantalla completa.
- La opción de "levantar la mano" es por si desea hablar o comentar cuando las maestras pidan la participación.

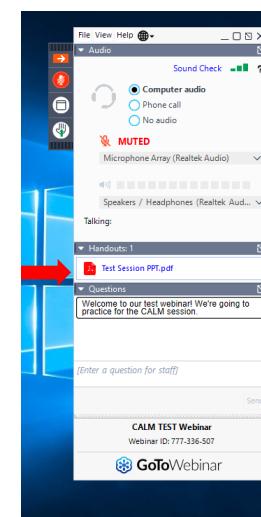
GoToWebinar

- Si tiene alguna pregunta en algún momento durante el seminario web, puede ir al menú “Questions” (preguntas) y escribirla. Tendremos un tiempo durante el seminario web para leer y responder preguntas enviadas a través de ese menú.



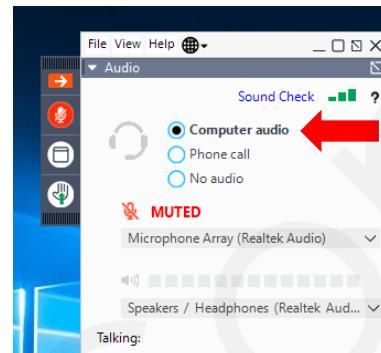
GoToWebinar

- Encontrará la copia de la presentación disponible para descargar en inglés y español el menú “Handouts” (documentos).
 - Todos los videos utilizados en la presentación están vinculados en los documentos (haga clic en la caja imagen en el archivo PDF y se abrirá en YouTube).



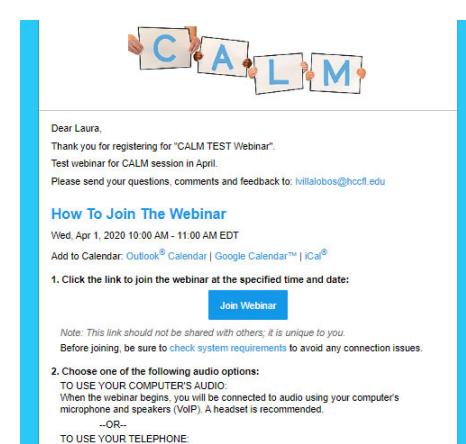
GoToWebinar

- Si tiene problemas de audio en cualquier momento durante la sesión, asegúrese de que está conectado a través de "Computer audio"
 - Para aquellos en la aplicación móvil asegúrese de que dice "You are connected using the internet" bajo la etiqueta "Audio"
- La mayoría de los problemas de audio son causados por una conexión lenta de Internet, siempre puede desconectar y volver a unirse al seminario web desde el enlace en el correo electrónico



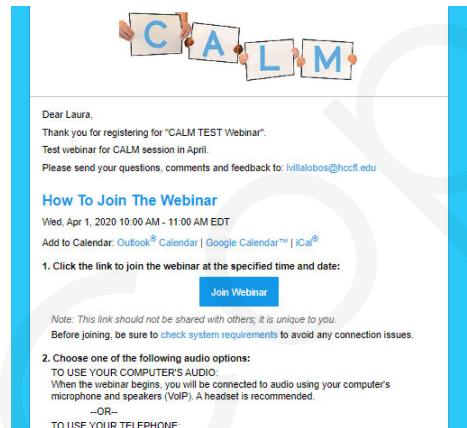
GoToWebinar

- Si está marcando a través del número de teléfono en el correo electrónico de confirmación, envíeme un correo electrónico para confirmar su asistencia
 - Los participantes que marcan no se incluyen en el informe automatizado de asistentes de GoTo
- Si recibió el correo electrónico de confirmación como un reenvío de cualquier otra persona y no del servicio automatizado, envíeme un correo electrónico para confirmar su asistencia
 - A los participantes se les envían enlaces de registro únicos adjuntos a sus nombres y apellidos para el informe de asistentes



GoToWebinar

- Si se une al seminario web en el mismo dispositivo que otro asistente, envíe ambos nombres en el cuadro Preguntas para confirmar su asistencia



How To Join The Webinar

Wed, Apr 1, 2020 10:00 AM - 11:00 AM EDT

Add to Calendar: [Outlook® Calendar](#) | [Google Calendar™](#) | [iCal®](#)

1. Click the link to join the webinar at the specified time and date:

[Join Webinar](#)

Note: This link should not be shared with others; it is unique to you.

Before joining, be sure to [check system requirements](#) to avoid any connection issues.

2. Choose one of the following audio options:

TO USE YOUR COMPUTER'S AUDIO:

When the webinar begins, you will be connected to audio using your computer's microphone and speakers (VoIP). A headset is recommended.

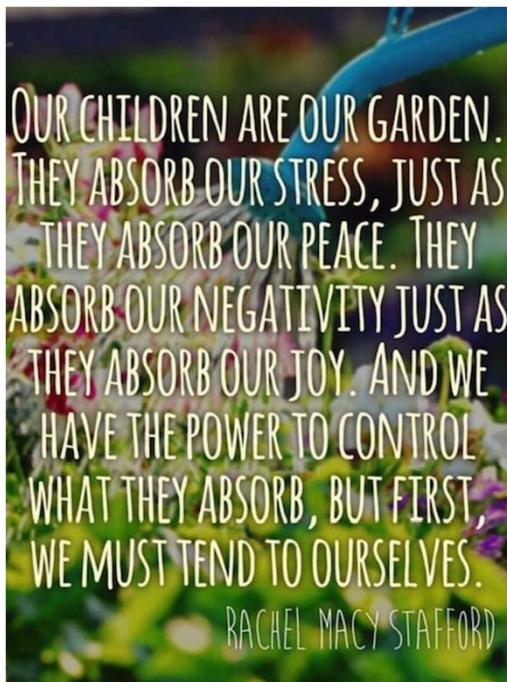
-OR-

TO USE YOUR TELEPHONE:

Rutina de Llegada

- Saludes ☺
- ¿Completaron el pre-assessment? ([enlace cierra a las 9:30am](#))
 - Si no, complétenlo aquí:
<https://www.surveymonkey.com/r/L875QXT>
- Prepárense





Nuestros hijos son nuestro jardín. Absorben nuestro estrés, al igual que absorben nuestra paz. Absorben nuestra negatividad al igual que absorben nuestra alegría. Y tenemos el poder de controlar lo que absorben, pero primero, debemos cuidarnos a nosotros mismos.

- Rachel Macy Stafford

Revisión Rápida de la disciplina consciente

- Un programa de inteligencia emocional basado en investigación cerebral
- Le da a los maestros y adultos las habilidades para ayudar a los niños a tener éxito en la escuela y en la vida
- Hay tres componentes principales de la disciplina consciente (Conscious Discipline®)

Seguridad

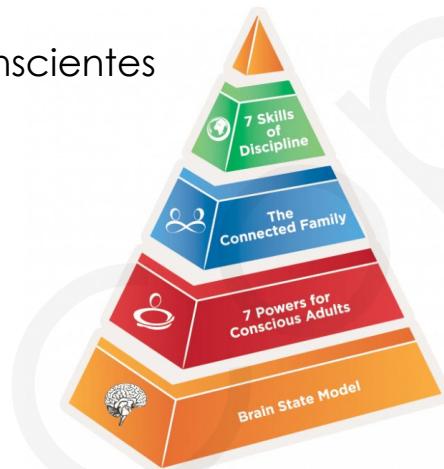
Conexión

Resolución de problemas



Cuatro componentes esenciales de la Disciplina Consciente

1. Modelo de estados cerebrales
2. Siete poderes para adultos conscientes
3. Creando la familia escolar
4. Siete habilidades de disciplina



Revisión Rápida de la Disciplina Consciente

- Se centra en construir una familia escolar – somos una familia de educación infantil
- Genera resultados altos de rendimiento
- Fortalece la autoestima
- Es un **viaje** que crea el cambio durable a través de una **comunidad** de **atención** y **conexión** ❤
- Se basa en un modelo de estados cerebrales
 - Nos ayuda a **Responer** vs. **Reaccionar**

Tres Estados Cerebrales

Estado de supervivencia

- Lucha, vuelo o congelar (no-verbal)
- **¿Estoy seguro?**

Estado emocional

- El mundo no va a mi manera
- **¿Me aman?**

Estado ejecutivo

- Estado óptimo de aprendizaje, logro del objetivo y técnicas de resolución de problemas (vigilancia relajada)
- **¿Qué puedo aprender?**



El estado ejecutivo

¿Sabía que?...

Cuando les enseñamos a los niños que resuelvan los conflictos respetuosamente, mejoramos y activamos los centros superiores de sus cerebros.

Objetivos de los Estados Cerebrales

- Permanecer en el **estado ejecutivo** nosotros mismos
 - Cambiar nuestro estado interno de malestar a la calma
 - **“Estoy seguro/a,” sigue respirando, “Yo puedo manejar esto.”**



Stop/Smile
Take a deep breath
And
Relax

- Identificar en qué estado interno está el niño
- Ayudar al niño a lograr un **estado ejecutivo** para el aprendizaje óptimo
- Aborde el comportamiento enseñando una nueva habilidad

Conceptos de Principios Inteligentes

1. El **mejor ejercicio** para el cerebro es el **ejercicio**.
2. El cerebro busca patrones y orientado a la supervivencia.
3. Las conexiones en el exterior con otra gente construyen conexiones de los nervios en el cerebro.
4. El **cerebro funciona óptimamente** cuando el niño se siente **seguro**.

Nacer humano no asegura que un niño se vuelva humanitario. – Dr. Bruce Perry

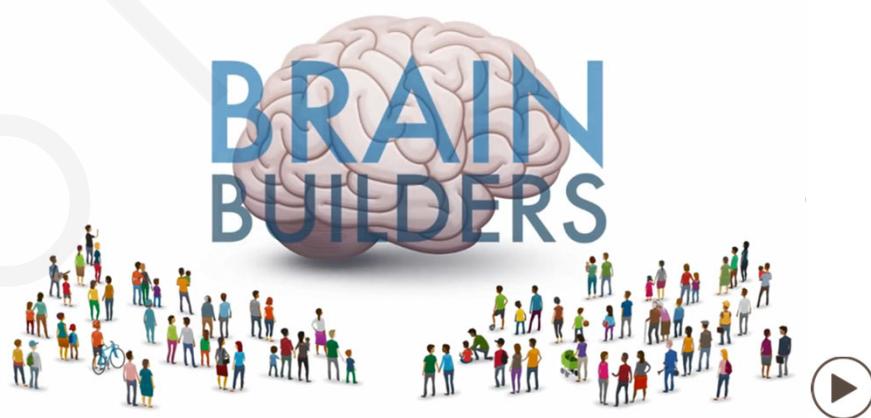
Child Flourishing Symposium 2014
University of Notre Dame
Shaw Center for Children and Families



@FamilyHomeorg

“La capacidad de cuidar, compartir, escuchar, valorar y ser empática –para ser compasivo- se desarrolla de ser cuidado, compartido, escuchado, valorado y nutrido.” <https://tinyurl.com/ChildPerry2014>

Cómo se construyen los cerebros la historia del desarrollo cerebral



Úselo o piérdalo



El del desarrollo cerebral

El desarrollo temprano del cerebro es influenciado directamente por las interacciones diarias de los bebés con sus cuidadores.

(Shonkoff & Phillips 2000)

Si las necesidades del bebé no se satisfacen adecuadamente, su confianza en conseguir sus necesidades satisfechas a través de relaciones puede ser desafiada. **Cuando esto ocurre, el desarrollo emocional y social sufre, y debido a que la base emocional de los bebés es el fundamento para todos los demás aprendizajes, también sufre el desarrollo intelectual y lingüístico.**

(Greenspan 1990; IOM & NRC 2015)



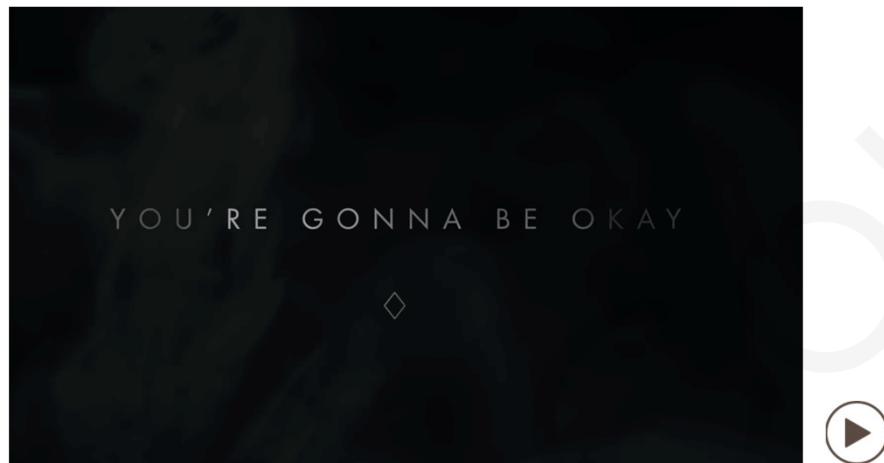
Todo desarrollo humano es continuo.

- Si una tarea psicológica no se completa en la primera infancia, el desarrollo físico de un niño no se detiene. Continúa.
- Cualquier trauma, necesidad insatisfecha, proceso de desarrollo psicológico incompleto o conflicto no resuelto crea un "agujero" en el desarrollo a largo plazo.
- Un niño con menos de estos "agujeros" es más resistente y capaz de tolerar el estrés y la adversidad más adelante en la vida.

Los procesos de desarrollo incompletos y las necesidades insatisfechas continúan recicrándose y presionando para que se completen en cada transición en nuestro desarrollo posterior...



Va a estar bien



El concepto de la familia escolar

Para niños que ya tienen una **vida familiar equilibrada**, el **modelo de la familia escolar** refuerza las habilidades que contribuyen a la clase.



Si un niño ha sido **traumatizado** o **carece de relaciones saludables en el hogar**, el **modelo de la familia escolar** proporciona una sensación de **seguridad y pertenencia**.

Estableciendo nuestras clases para el aprendizaje óptimo

de la fábrica a la familia

Modelo de fábrica tradicional

- Motivadores externos
 - Es decir, castigos y recompensas
 - Solución rápida



Creando la familia escolar

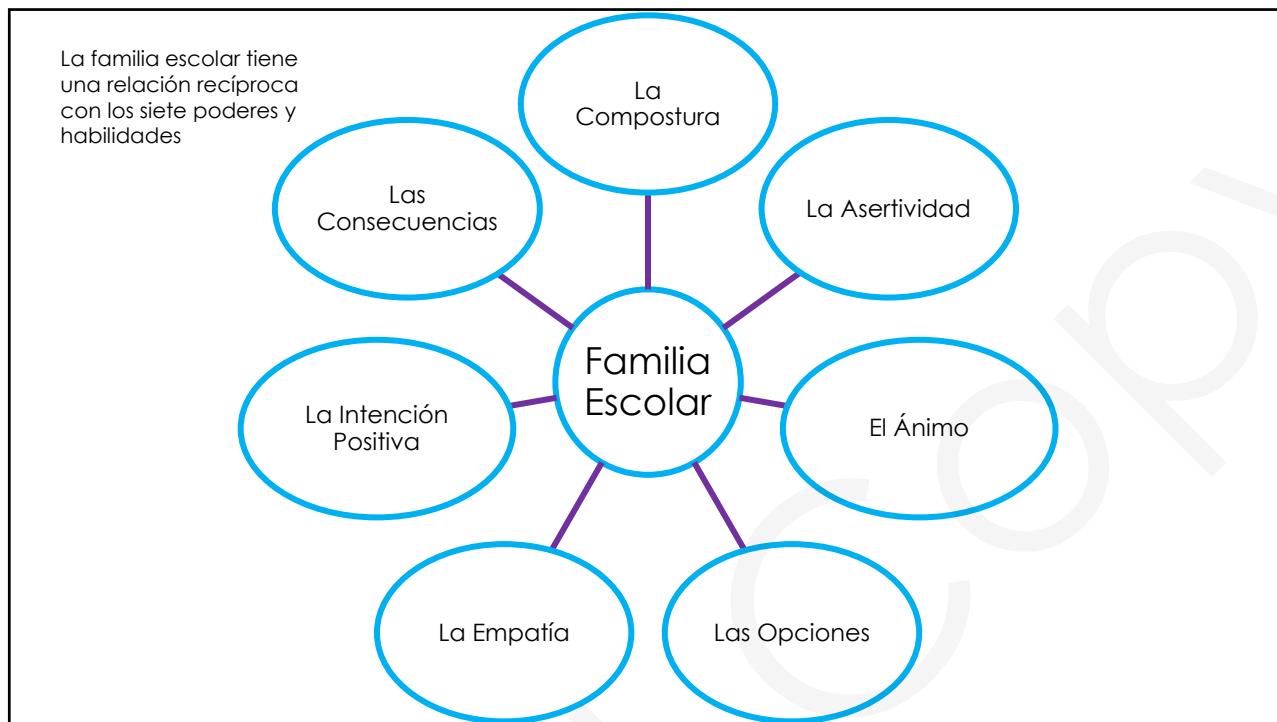
- Motivadores internos
 - Es decir, **Seguridad** y **Conexión**
 - Construir relaciones; Administrador, maestros, personal de apoyo, padres, niños
- Todos los miembros se sienten lo suficientemente seguros emocionalmente como para experimentar el conflicto como un aprendizaje



La Familia Escolar

La familia escolar tiene una relación **recíproca** con los siete **poderes** y **habilidades** de la disciplina consciente





Discusión

- ¿Quiénes están en su familia?
- ¿Qué le hizo sentirse **seguro, conectado**, y un miembro **valioso** de su familia?





Cada oportunidad



Narración y conexión



ABCs y yo, ¿qué?

El factor más importante para el aprendizaje en la escuela
es la calidad de la relación profesor/alumno



Los 4 C's de la Familia Escolar

- **Caring** (el **cuidado**)
- **Connection** (la **conexión**)
- **Contribution** (la **contribución**)
- **Conflict resolution** (la resolución de **conflicto**)



Beneficios del Modelo de la Familia Escolar

- Optimiza el desarrollo del cerebro
- Graba la **resiliencia** en la cultura escolar
- Ayuda a **curar** el ciclo de la pérdida a la violencia
- Fomenta las habilidades de **resolución de conflictos**
- Promueve la **eficacia de las consecuencias**
- Modela y enseña nuestros **valores**
- Modela el **poder compartido** y la **democracia**
- Enciende de nuevo la **alegría** inherente de la **enseñanza** y el **aprendizaje**

La Familia Escolar – Optimiza el desarrollo cerebral

- Las conexiones en el exterior (con otra gente) construyen conexiones de los nervios en nuestros cerebros
- Las conexiones le dicen al cerebro que seamos más **dispuestos** y **controlemos los impulsos**

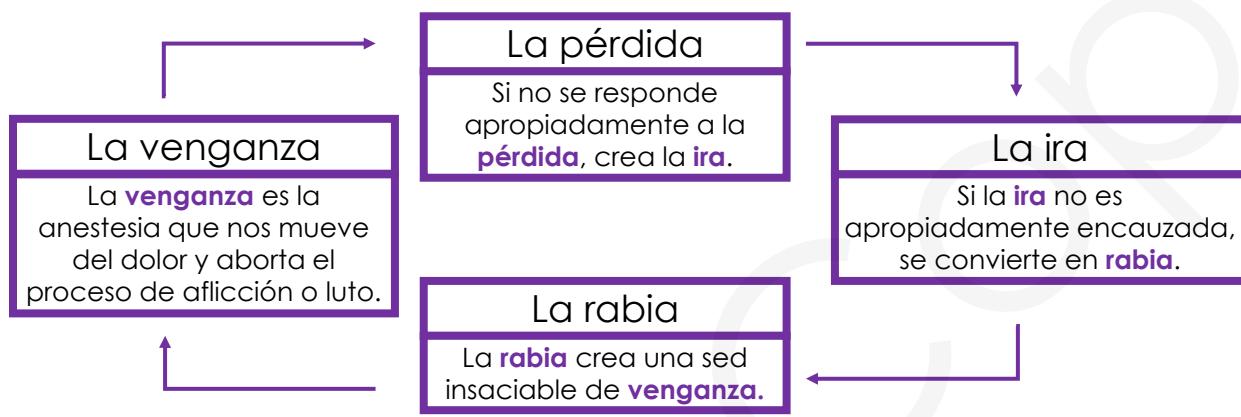


La Familia Escolar– Graba la **resiliencia** en la cultura escolar

- **Seguridad** y relaciones **conectadas**
- **Escuchar** a las lágrimas y ofrecer **orientación** ayuda a los niños a desarrollar **resiliencia emocional**



La Familia Escolar – Ayuda a curar el ciclo de la pérdida a la violencia



Una cultura escolar compasiva motiva a los niños a resolver problemas.

Jeremy empuja a Carla en la fila:

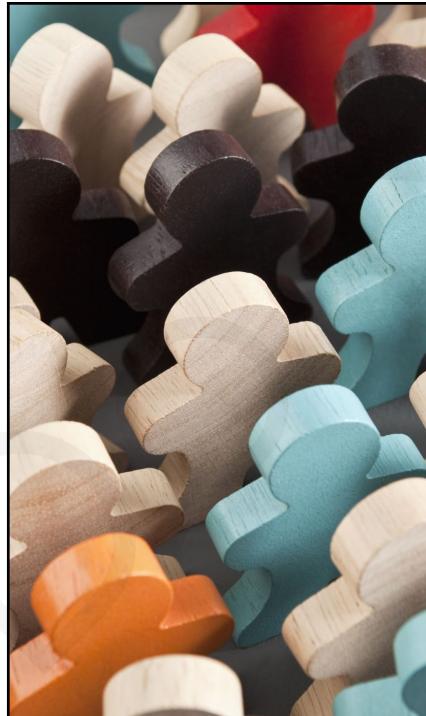
La maestra entrena a Carla para decir, "No me gusta cuando me empujas Jeremy. Por favor camina despacio detrás de mí en la fila."

La maestra entrena a Jeremy con, "Querías que Carla caminara más rápido. No puedes empujar. Empujar duele. Cuando quieras que Carla se mueva más rápido, di, 'Carla, por favor acércate más a los demás. Estamos muy atrasados de la fila.'"



La Familia Escolar promueve la eficacia de las consecuencias.

La forma en que un niño se siente (angustia) sobre el resultado de sus acciones (consecuencias) se convierte en la fuerza impulsora para aprender una mejor manera de manejar la situación.



La Familia Escolar modela y enseña nuestros valores.

- Ser de servicio el uno al otro
- Concentrando su atención en los actos cotidianos de amabilidad
- Aprender a resolver los conflictos interpersonales de manera efectiva
- Establecer ser indispensable a través de trabajos diarios
- Auténticamente conectando (cara a cara) con los amigos
- Ofrecer empatía diariamente
- Integrar la música, el movimiento y brain breaks en el horario diario para fomentar los estados de aprendizaje óptimos

La Familia Escolar – Modela el poder compartido y la democracia



La Familia Escolar – Enciende de nuevo la alegría inherente de la enseñanza y el aprendizaje



La Familia Escolar

Crea un **óptimo aprendizaje** a través de **alto reto** combinado con un **nivel de estrés bajo**



Poll - Encuesta

Piense en sus días escolares...

¿Era el niño bueno, el malo o el niño invisible?



¿Cómo se sintió?

Vamos a ampliar nuestro círculo familiar de una madre a otra



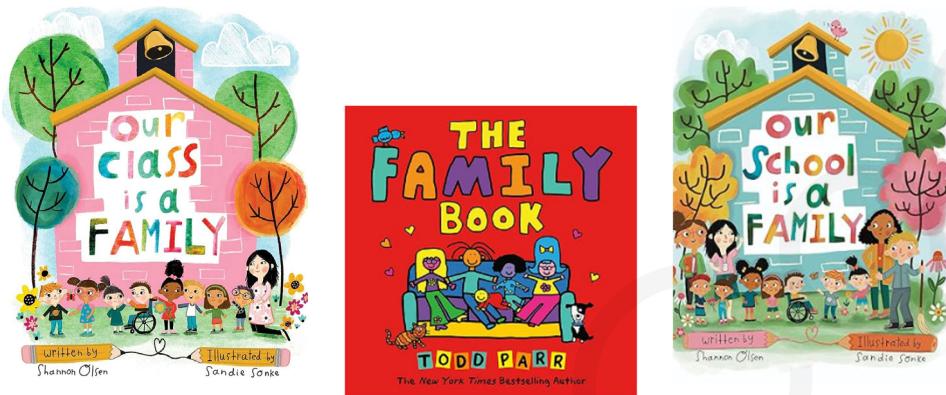
Todos tenemos la responsabilidad y el privilegio en el
"crecimiento de los niños"

Creando la Familia Escolar

1. Llame su salón una Familia Escolar
2. Ponga un afiche en la puerta diciendo "Bienvenido/a a nuestra Familia Escolar"
3. Diga "Bienvenido/a a nuestra Familia Escolar" siempre cuando alguien nuevo entre
4. Nombre o haga que sus estudiantes nombren a su Familia Escolar
 - La Familia Escolar Red Robin
 - La Familia Escolar Buddy Bear



Recomendaciones de libros



Construir la Familia Escolar

Rutinas

Enseñan comportamientos esperados



Rituales

Crean conexiones



Estructuras

Satisfacen las necesidades de **todos** los niños

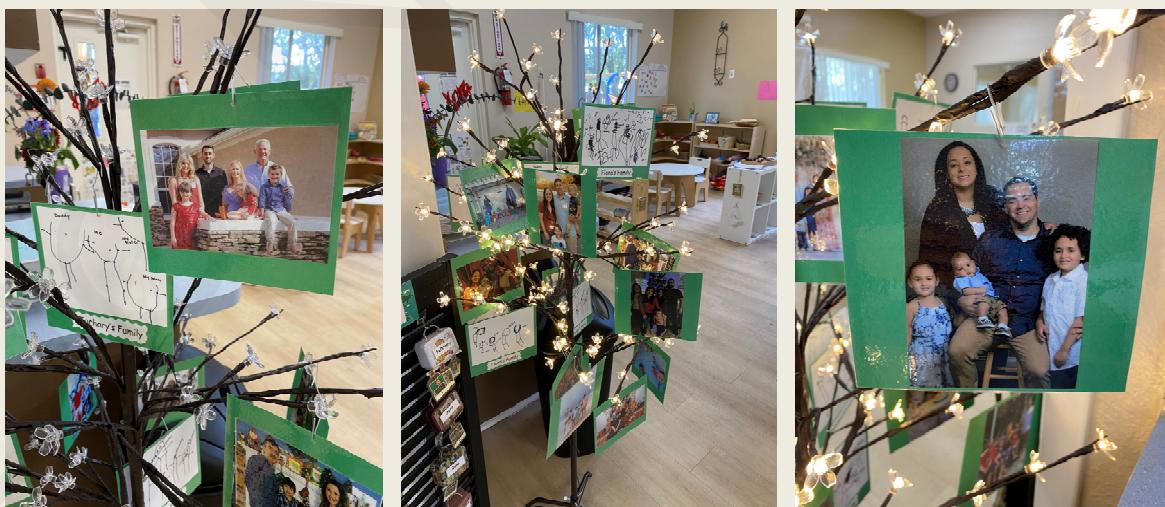


Estructuras de Clase

La base de clases **emocionalmente inteligentes**

- Tablero de Amigos y Familias
- Ritual de Saludos
- El Safekeeper
- Comienzo Inteligente
- Reglas y Rutinas Visuales
- Tablero de cómo ser de servicio
- Lugar Seguro (Safe Place)
- Rituales de Desear Bien
- Rituales de la familia escolar
- Tablero de Trabajos
- Máquina de Tiempo
- Centro de Celebraciones
- Centro de “We Care” (“Nos Importas”)
- Reuniones de Clase
- Árbol de Amabilidades

¡llumine su árbol familiar!



¡Comience cada mañana al estilo del comienzo inteligente!

- UNIR – **reunir al grupo**
- LIBERAR ESTRÉS – **calmar el sistema nervioso**
- CONECTAR – **interacción lúdica cara a cara**
- COMETER – **ayudar a mantenerlo seguro**



Actividades Para Unir

- Attendance Ritual
- Uniting Song
- Pledge
- Class Chants
- Stories
- Celebrations/Successes



Actividades Para Unir



Fiesta para ver el seminario web de CALM



Actividades Para Liberar Estrés

- Actividades de respiración honda
- Respirar como una STAR, un globo, un desagüe y un pretzel
- Estiramiento
- Canciones de alta energía
- Yoga



Actividades Para Liberar Estrés



Actividades Para Liberar Estrés

Abrazo mariposa

- Silenciando y calmando: una técnica simple de conexión a tierra
- Si está procesando algo, puede procesarlo tocando (izquierda-derecha aproximadamente 5 veces) y luego respirar.
- Repita según sea necesario para centrar.

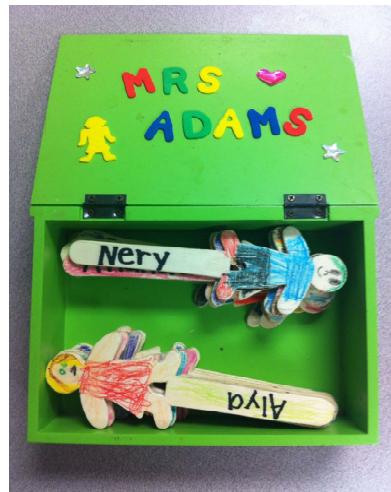


Actividades para Conectar

- Contacto Visual
- Tocar
- Presencia
- Carácter Juguetón



Actividades Para Cometer



Compromisos del Safekeeper



Commitments Check-up



Ritual de Safekeeper

- Safekeeper es una **descripción de trabajo**
 - Cambiar del **control** a **mantener a los niños seguros** y ayudarlos ser **exitosos**
- Deben:
 - Ser una **STAR**
 - Ser **conscientes** de los **factores desencadenantes**
 - **Notar** en vez de **juzgar**
 - Usar lenguaje de **seguridad** no de **miedo**
 - Ver el **conflicto** como una **oportunidad de enseñar**

**Remember to take
care of yourself.
You can't pour from
an empty cup.**



Recuerde cuidar
de sí mismo. No
puede verter de
una taza vacía.

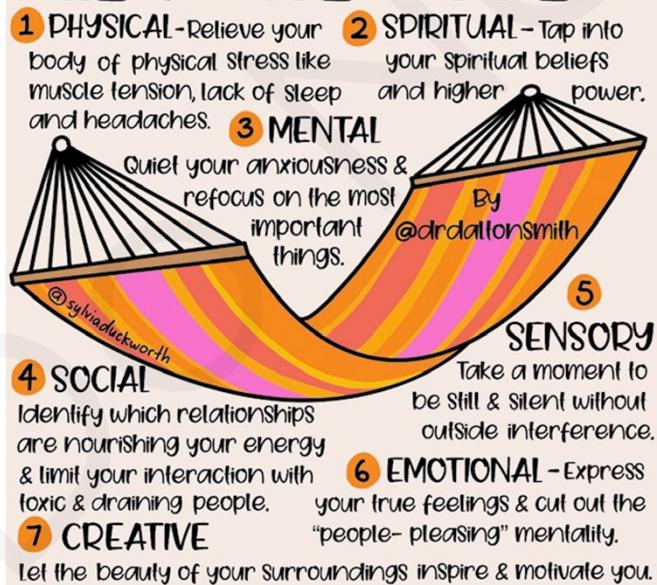
Compromiso del Grupo

Queremos tomar el primer paso en la construcción de la **familia escolar** haciendo ese cambio de **recompensas** a **relaciones** y del **control** a la **conexión**.

Entendemos que no es un proceso fácil. Cuando cometamos errores (los cometemos) nos permitiremos un "**¡OOPS!**".



THE 7 TYPES OF REST



7 tipos de descanso

1. Físico - Alivie su cuerpo de estrés físico como tensión muscular, falta de sueño y dolores de cabeza
2. Espiritual - Aproveche sus creencias espirituales y poder superior
3. Mental - Calme su ansiedad y reenfoque en las cosas más importantes
4. Social - Identifique qué relaciones nutren su energía y limite su interacción con personas tóxicas y drenantes
5. Sensorial - Tómese un momento para estar quieto y en silencio sin interferencias externas
6. Emocional - Exprese sus verdaderos sentimientos y corte la mentalidad de siempre agradar a la gente
7. Creativo - Deje que la belleza de su entorno le inspire y motive



*We are not the Survival of the Fittest,
We are the Survival of the Nurtured*

- LOUIS COZOLINO

No somos la supervivencia del más apto,
somos la supervivencia de los criados.

RAIN

- **R**ecognize - *Reconocer*
- **A**llow - *Permitir*
- **I**nvestigate - *Investigar*
- **N**urture - *Criar*



*Del libro de Tara Brach sobre *La Compasión Radical* (2019)

Reconocer

Estar quieto y notar lo que está sucediendo en el momento presente

- “¿Qué está pasando dentro de mí?”

Enfoque su atención en cualquier pensamiento, emociones, sentimientos o sensaciones que usted esté sintiendo:

- Pensamientos angustiosos, sentimientos de ansiedad, dolor, confusión o entumecimiento

Permitir

- Aceptar la pausa
 - “¿Puedo estar con esto?” o “¿Puedo dejar que esto sea?”
- Ser consciente a su respiración ayudará a quedarse con los sentimientos en su cuerpo

¡Practicar el poder del SI!

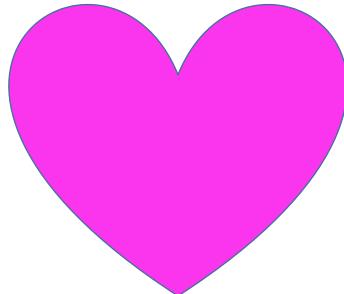
Investigar



Hacer la vuelta en U
De pensar a preguntar
"¿Por qué me siento así?"
"¿Qué es lo que más necesito en este momento?"

Criar

¡Consuélese y cuídese!



*Self-care is giving the
world the best of you,
instead of what's left
of you.*

Katie Reed

El cuidado personal
es darle al mundo
lo mejor de ti, en
lugar de lo que te
queda.

- Katie Reed

Brave - Sara Bareilles



New Ways November 2023

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
8		1 Make a list of new things you want to do this month	2 Respond to a difficult situation in a different way	3 Get outside and observe the changes in nature around you	4 Sign up to join a new course, activity or online community	5 Change your normal routine today and notice how you feel
6 Try out a new way of being physically active	7 Be creative. Cook, draw, write, paint, make or inspire	8 Plan a new activity or idea you want to try out this week	9 When you feel you can't do something, add the word "yet"	10 Be curious. Learn about a new topic or an inspiring idea	11 Choose a different route and see what you notice on the way	12 Find out something new about someone you care about
13 Do something playful outdoors - walk, run, explore, relax	14 Find a new way to help or support a cause you care about	15 Build on new ideas by thinking "Yes, and what if..."	16 Look at life through someone else's eyes and see their perspective	17 Try a new way to practice self-care and be kind to yourself	18 Connect with someone from a different generation	19 Broaden your perspective: read a different paper, magazine or site
20 Make a meal using a recipe or ingredient you've not tried before	21 Learn a new skill from a friend or share one of yours with them	22 Find a new way to tell someone you appreciate them	23 Set aside a regular time to pursue an activity you love	24 Share with a friend something helpful you learned recently	25 Use one of your strengths in a new or creative way	26 Try out a different radio station or new TV show
27 Join a friend doing their hobby and find out why they love it	28 Discover your artistic side. Design a friendly greeting card	29 Enjoy new music today. Play, sing, dance or listen	30 Look for new reasons to be hopeful, even in tough times			

ACTION FOR HAPPINESS **Happier · Kinder · Together**

We are family

bound to humanity as a whole as well as to the earth, the plants, and animals that share it with us.

- John Perkins

Somos familia ligadas a la humanidad en su conjunto, así como a la tierra, las plantas y los animales que la comparten con nosotros.

- John Perkins

Solicitar CALM Connection

Complete el formulario en línea si está interesado/a en que una entrenadora venga a hablar con sus familias. Una vez que haya completado el formulario, una entrenadora se pondrá en contacto con usted para discutir los detalles.

CALM Connection Requests

Many of you have heard about our "CALM Connections" at our CALM trainings. These events are delivered on-site by one of our CALM specialists as an opportunity to share CALM programming and the basics of Conscious Discipline. Parent education and building the home-school connection is critical in supporting our teachers in delivering quality care. The CALM team is always striving to support providers and we are now accepting interest forms. Please fill out the form if you are interested in having a coach come to speak to your families. Once you have completed the form a coach will contact you to discuss details.

We will make every effort to serve everyone and will start a waitlist once slots are filled.

* Full Name (First & Last)	* Email Address
<input type="text"/>	<input type="text"/>
* Center Name	* Center Type
<input type="text"/>	<input type="radio"/> Center Based <input type="radio"/> Family Child Care Home
* Center Address	* Street Address
<input type="text"/>	<input type="text"/>
Address line 2	
<input type="text"/>	

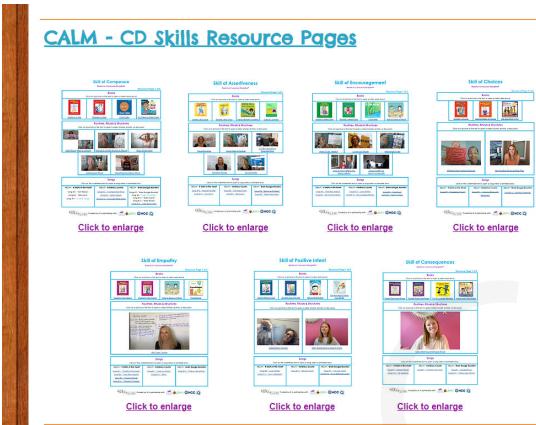
<https://www.calmhcc.org/calm-connection-requests>

Soportes de sitio CALM FY2024

- Debe tener un mínimo de 8 entrenamientos de ciclo regular desde 1 octubre 2022
- Los formularios de solicitud se pueden presentar mientras se trabaja para completar los 8 entrenamientos
- El formulario de solicitud se puede encontrar en nuestra pagina web, www.calmhcc.org
- El formulario de solicitud debe ser completado en su totalidad; por favor, no deje ninguna área en blanco
- Envíe su formulario de solicitud completado por correo electrónico a calm@hccfl.edu
- Póngase en contacto con Jourdain Cole o Chloe Bogdajewicz con cualquier pregunta



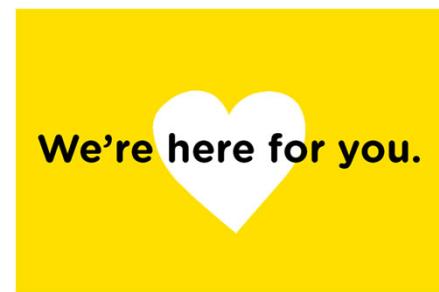
Páginas de recursos de las habilidades de la disciplina consciente®



www.calmhcc.org or <https://www.calmhcc.org/websites-other-resources>

Recursos de QEES

- [La línea de aprendizaje de QEES](#)
- [Recursos de la línea de aprendizaje de CALM](#)
- [Recursos de la línea de aprendizaje de ELM](#)
- [Canal de YouTube](#)



Summer Theme

[Cheers for a Dozen Ears](#)

Fruit and Vegetable Classification

The screenshot shows the homepage of the QUES Learning Line YouTube channel. The channel title 'Canal de YouTube' is prominently displayed in large, bold, black letters at the top center. Below the title, the channel's profile picture is a blue circle with a white 'Q' and the text 'Early Education System'. The channel name 'QUES Learning Line' and the subscriber count '362 subscribers' are visible. The main content area features a video thumbnail for 'About QUES with Program Director Marni Fuente' (395 views, 1 year ago). Below this, a text box provides information about the Quality Early Education System (QUES), stating it is funded by the Children's Board of Hillsborough County in partnership with CALM, ELM, and HCC. The channel also displays logos for these partners. A 'Videos' section shows thumbnails for various clips, including 'Reading The Hat with Ms. Kellie and Ms. Jourdin', 'Reading Fair is Fair with Ms. Natasha', 'Crisis Response for Child Care Providers with Angela', 'Calming the Upset with Ms. Amy and Ms. Jean', 'Open ended Art with Shelley', and 'Reading The 5 Little Snowmen with Ms. Sue'. To the right, a 'Playlist' section lists 'Videos for Child Care Providers' (46), 'Lecturas en voz alta y actividades en español' (76), 'Transition Songs and Chants' (3), and 'QUES Community Corner - Guest Read Alouds' (7). The overall layout is clean and organized, designed to be user-friendly for early childhood educators.

Premios/Sorteo

Instrucciones de fin de sesión

1. Complete la evaluación de la sesión que aparecerá después del webinar
 - Un correo electrónico de seguimiento también contendrá el link para la evaluación y post-assessment
2. Espere un correo electrónico de seguimiento de **Laura** con respecto al post-Assessment **en 1 hora**
3. Despúes de presentar el post-assessment en Survey Monkey, recibirá un correo electrónico con su certificado de sesión
 - Los certificados pueden tardar hasta una semana en enviarse

Información de fin de sesión

- Post-Assessment & Evaluación
<https://www.surveymonkey.com/r/TLG6MZH>
- Registración para otros seminarios:
 - CALM/ELM 29 de noviembre
 - CALM 6 de enero
 - CALM/ELM 10 y 17 de enero
 - CALM 24 de enero
 - QEES 27 de enero
- Página web
 - Registro
www.calmhcc.org/register
 - Teacher Portal
www.calmhcc.org/calm-teacher-portal
 - Contraseña del Resource Center Contraseña: **CalmHCC**



Contáctenos

Marni Fuente

mfuente@hccfl.edu

813-259-6415

Denise Pullano

dpullano@hccfl.edu

813-259-6474

Laura Villalobos

lvillalobos@hccfl.edu

813-259-6555



We Wish You Well



 Conscious
Discipline

