

Many of the life lessons you as parents/guardians wish to provide for your child can be taught through our expectations of them within the classroom. It is important for all of us (educators and parents) to provide praise for when our students do well, but it is just as important to discuss mistakes and disappointment.

It is in the mistakes that the learning and growth takes place.

We believe helping your child learn these 10 skills will allow your hopes and dreams for them to happen.

- 1. Make good friend choices.** Kids figure out quickly which friends provide a sense of belonging and which ones make them feel uncomfortable. It can be helpful to ask your children these questions: Do you have fun and laugh with this person? Can you be yourself? Is there trust and empathy? Common interests are a bonus.
- 2. Work in teams and negotiate conflict.** Has your student ever carried the heavy load of a group project? Maybe they didn't delegate and divide the work effectively at the onset. If they didn't help carry the load, why not? Help them understand what happened and consider what they might have done differently.
- 3. Manage a student-teacher mismatch.** Unless there is abuse or discrimination, don't bail them out by asking for a teacher change. Remind them that if they can manage the situation, they won't feel powerless or helpless the next time. Focus on concrete barriers to success in the class, not the interpersonal conflict.
- 4. Create organization and homework systems.** Make sure they are the architects of this process. Encourage them to come up with solution-oriented plans and tweak them as needed. Do they need to create a checklist or use a planner? Their motivation will come from ownership.
- 5. Monitor and take responsibility for grades.** If you care more than they do about their grades, why should they worry? Let them monitor their own grades, and if they don't do well, don't step in to advocate for assignment extensions or grade changes. Let them carry the burden and experience the connection between preparation, organization and grades. Conversely, if they are perfectionists, they will learn they can survive and manage the disappointment of a low grade.
- 6. Learn to self-advocate.** By middle school, they should be learning how to ask teachers for help or clarification. When students bond with teachers, they connect more intimately with the material too.
- 7. Self-regulate emotions.** Help your kids identify any physical symptoms that accompany their stressors. This may help them know when to take a breath or hit the "pause" button before reacting. In real time, point out when they handle an emotional situation well. Discuss the strategy they implemented—maybe they took a break or listened to music. Also, help them make connections between their thoughts, feelings and behaviors. Are they stuck in all-or-nothing thinking? Are they consistently self-critical?
- 8. Cultivate passions and recognize limitations.** When your children are fired up about something, run with it and encourage exploration. Get books, go to museums and be supportive even if the subject does not excite you. In the process, you will help them figure out what drives them. On the other hand, it is okay if they struggle in a specific area. That too is useful information. No one needs to be good at everything.
- 9. Make responsible, safe and ethical choices.** Teach them to respect their bodies, and to make safe and healthy decisions. It is equally important to talk about how to avoid putting others at risk. Have open conversations and discuss plans for different scenarios they may encounter. Try not to be overly reactive if they ask shocking or distressing questions. Keep the lines of communication open.
- 10. Create and innovate.** Our changing world needs imaginative creators and divergent thinkers. It also can build confidence to think independently. As your kids do their homework, read required texts and take standardized tests, remind them that these benchmarks are not the only ways to measure success. Encourage them to make connections across material from different classes, and to build, write, invent and experiment

Adapted from Phyllis L. Fagell, Top 10 skills middle school students need to thrive, and how parents can help. February 29, 2016.

Muchas de las lecciones de vida que como padres / tutores desee ofrecer para su hijo puede ser enseñado a través de nuestras expectativas de ellos dentro del salón. Es importante para todos nosotros (educadores y padres) para proporcionar elogios para nuestros estudiantes cuando hacen bien, pero es tan importante para discutir los errores y decepción. *Es en los errores que el aprendizaje y el crecimiento se lleva a cabo.*

Creemos que ayudar a su hijo a aprender estas habilidades 10 permitirá a sus esperanzas y sueños para que sucedan.

- 1. Hacer buenas elecciones de amigos.** Los niños identifican rápidamente qué amigos proporcionan un sentido de pertenencia y cuáles hacen sentir incómodos. Puede ser útil preguntar a sus hijos estas preguntas: ¿Te diviertes y ríes con esta persona? ¿Puede ser tu mismo? ¿Hay confianza y empatía? Los intereses comunes son una ventaja.
- 2. Trabajar en equipo y negociar conflictos.** Ha llevado a su hijo alguna vez la pesada carga de un proyecto de grupo? Tal vez no delegar y dividir el trabajo de manera eficaz en el inicio. Si ellos no ayudan a llevar la carga, ¿por qué no? Ayudarles a entender lo que pasó y considerar lo que podrían haber hecho de otra manera.
- 3. Manejo de un desajuste del estudiante-maestro.** A menos que haya abuso o discriminación, no sacarlos del apuro al pedir un cambio de maestro. Recordarles que si pueden manejar la situación, que no se sientan impotentes desamparados la próxima vez. Centrarse en las barreras para el éxito en la clase, no el conflicto interpersonal.
- 4. Crear sistemas de organización y las tareas.** Asegúrese de que son los arquitectos de este proceso. Animarles a elaborar planes orientados a soluciones y ajustar según sea necesario. Es lo que necesitan para crear una lista de control o usar un planificador? Su motivación vendrá de la propiedad.
- 5. Monitorear y asumir la responsabilidad de grados.** Si usted se preocupa más que ellos acerca de sus grados, ¿por qué preocuparse? Dejar que ellos controlen sus propios grados, y si no lo hacen así, no intervenir para abogar por las extensiones de asignación o cambio de grado. Dejar que ellos lleven la carga y la experiencia de la conexión entre la preparación, organización y grados. Por el contrario, si son perfeccionistas, ellos aprenden que pueden sobrevivir y manejar la decepción de una nota baja.
- 6. Aprender a abogar para sí mismo.** En la escuela secundaria, ya deberían estar aprendiendo cómo pedir ayuda a los maestros o aclaración. Cuando los estudiantes se adhieren a los profesores, se conectan más íntimamente con el material también.
- 7. Autorregular las emociones.** Ayude a sus hijos a identificar los síntomas físicos que acompañan a sus factores de estrés. Esto puede ayudarles a saber cuándo tomar una respiración o presionar el botón de “pausa” antes de reaccionar. En tiempo real, señala cuando manejan bien una situación emocional. Discutir la estrategia que implementaron, tal vez tomaron un descanso o escucharon música. Además, ayudarles a hacer conexiones entre sus pensamientos, sentimientos y comportamientos. Están atrapados en todo o nada el pensamiento? Están constantemente criticando a sí mismo?
- 8. Cultivar pasiones y reconocer limitaciones.** Cuando sus hijos excitados por algo, siguelos la corriente y fomenta la exploración .. Obtener libros, ir a museos y ser de apoyo, incluso si el sujeto no te excita. En el proceso, se le ayudará a averiguar lo que los impulsa. Por otro lado, está bien si luchan en un área específica. Eso también es información útil. Nadie tiene que ser bueno en todo.
- 9. Tomar decisiones responsables, seguros y éticos.** Enseñarles a respetar sus cuerpos, y para tomar decisiones seguras y saludables. Es igualmente importante hablar acerca de cómo evitar poner en peligro a otros. Tener conversaciones abiertas y discutir los planes para los diferentes escenarios que se puedan encontrar. Trate de no ser demasiado reactiva si se hacen preguntas impactantes o estresantes. Mantenga abiertas las líneas de comunicación.
- 10. Crear e innovar.** Nuestro mundo necesita cambiar creadores imaginativos y pensadores divergentes. También puede tener la soltura para pensar de manera independiente. A medida que los niños hagan sus tareas, leer textos requeridos y tomar los exámenes estandarizados, recordarles que estos puntos de referencia no son las únicas formas de medir el éxito. Animarles a hacer conexiones a través de material de diferentes clases, y para construir, escribir, inventar y experimentar