

Second Step Program

We want your child to be successful in school, and that means going beyond the basics. Excelling in academic classes is important, but students also need to know how to learn, make good decisions, handle strong emotions, and get along with others.

This year, we'll incorporate the *Second Step* Middle School Program into Go Time. The program focuses on skills and concepts that are designed to help students both in and out of school. These include:

- **Mindsets and Goals:** Students learn about ways to grow their brains and get smarter, along with research-based strategies for achieving goals and handling difficult situations.
- **Values and Friendships:** Students learn to identify their personal values and use those values to make good decisions and build strong, positive relationships.
- **Thoughts, Emotions, and Decisions:** Students learn the positive role emotions play in their lives, how to handle unhelpful thoughts and strong emotions, and specific strategies for calming down.
- **Serious Peer Conflicts:** Students learn how to identify and avoid serious conflicts, resolve conflicts that can't be avoided, think about other people's perspectives, and help stop bullying and harassment at school.

If you have any questions about the *Second Step* Middle School Program, please do not hesitate to contact your grade level counselor for more information. Thank you for supporting your child in learning the skills and concepts that lead to success in school and in life.

Estimada familia,

Queremos que su hijo o hija tenga éxito en la escuela, lo que significa ir más allá de lo básico. Aunque la excelencia en lo académico es importante, los estudiantes también deben saber cómo aprender, tomar buenas decisiones, manejar las emociones fuertes y llevarse bien con los demás.

Esta semana comenzaremos el programa *Second Step* Middle School, que se enfoca en las habilidades y conceptos diseñados para ayudar a los estudiantes tanto dentro como fuera de la escuela. Consisten en:

Mentalidades y objetivos: Los estudiantes aprenderán maneras para desarrollar el cerebro y hacerse más inteligentes, junto con estrategias basadas en la investigación enfocadas a alcanzar objetivos y afrontar situaciones difíciles.

Valores y amistad: Los estudiantes aprenderán a identificar sus valores personales y a utilizarlos para tomar buenas decisiones y establecer relaciones positivas y fuertes.

Pensamientos, emociones y decisiones: Los estudiantes aprenderán la función positiva que desempeñan las emociones en sus vidas, cómo manejar los pensamientos inútiles y las emociones fuertes y estrategias específicas para calmarse.

Conflictos graves con los compañeros: Los estudiantes aprenderán a identificar y evitar los conflictos graves, a resolver los que no puedan evitar, a pensar acerca de las perspectivas de los demás y a ayudar a parar el bullying y el acoso en la escuela.

Si tienen alguna pregunta acerca del programa *Second Step* Middle School, no duden en ponerse en contacto conmigo y les daré más información. Gracias por apoyar a su hijo o hija a que aprenda las habilidades y conceptos que le ayudarán a tener éxito en la escuela y en la vida.