



COUNSELOR'S CORNER

March 2024

COUNSELING FOCUS

KCAA's character traits this month are Integrity + Confidence. I am excited to get time with each and every class for social-emotional lessons (SEL) two times a month. Below are the lesson topics I will be focusing on in each grade this month:

Kinder: Confidence + Decision Making Skills

1st: Creativity + Self-Esteem

2nd: Creativity + Self-Esteem

3rd: Self-Esteem + Test Prep

4th: Taking Action/Being an Upstander + Test Prep

5th: Self-Esteem + Test Prep

LET'S CONNECT!



evan_sumner@dpsk12.net



(720) 424-0215



<https://tinyurl.com/elementarysc>

EVENTOS PROXIMOS

- March 7th - Elementary arts showcase
- March 25 - 29 Spring break, no school

WHAT IS INTEGRITY?

Doing what is right, even when no one is watching

How do you show integrity?



I can walk away when others are making poor choices



I can encourage others to do the right thing



I can follow the rules and expectations of our school

BUILDING CONFIDENCE IN CHILDREN

Children's self-esteem will naturally go through ups and downs at different points, but with support their self-esteem and confidence can grow. Alongside talking and providing emotional support, there are things you can do to help your child improve their confidence. As you think about strategies you might want to try, always remind yourself you're doing your best. It's natural to feel overwhelmed sometimes, or guilty about what you're not doing. Remember that modeling good self-esteem is really important. That means not expecting yourself to be perfect or giving yourself a hard time either. Some ideas to try:

- **Encourage them to try new things**
 - Instead of focusing all their energy on what they already excel at, it's good for kids to diversify. Attaining new skills makes kids feel capable and confident that they can tackle whatever comes their way
- **Allow kids to fail**
 - It's natural to want to protect your child from failure, but trial and error is how kids learn, and falling short on a goal helps kids find out that it's not fatal. It can also encourage kids to greater effort, which will serve them well as adults.
- **Don't get upset about mistakes**
 - Help kids see that everyone makes mistakes and the important thing is to learn from them, not dwell on them. Confident people don't let fear or failure get in their way -- not because they're sure they won't ever fail, but because they know how to take setbacks in stride.
- **Help kids find their passion**
 - This can help kids develop a sense of identity, which is essential to building confidence. Of course, seeing their talents grow will also give a huge boost to their self-esteem.
- **Set goals**
 - Articulating goals, large and small, and achieving them makes kids feel strong. Help your child turn desires and dreams into actionable goals by encouraging them to make a list of things they'd like to accomplish. Then, practice breaking down longer-term goals into realistic benchmarks. You'll be validating their interests and helping them learn the skills they'll need to attain their goals throughout life.
- **Celebrate effort**
 - Praising kids for their accomplishments is great, but it's also important to let them know you're proud of their efforts regardless of outcome.
 -

Find More Here: <https://childmind.org/article/12-tips-raising-confident-kids/>



COUNSELOR'S CORNER

Marzo 2024

ENFOQUE DE ASESORAMIENTO

Los rasgos de carácter de KCAA este mes son Integridad + Confianza. Estoy emocionado de tener tiempo con todas y cada una de las clases para recibir lecciones socioemocionales (SEL) dos veces al mes. A continuación se detallan los temas de las lecciones en los que me centraré en cada grado este mes:

Kinder: Confianza + Habilidades para tomar decisiones

1st: Creatividad + Autoestima

2nd: Creatividad + Autoestima

3rd: Autoestima + Preparación para exámenes

4th: Tomar acción/Ser un defensor + Preparación para el examen

5th: Autoestima + Preparación para exámenes

¡CONECTÉMONOS!



evan_sumner@dpsk12.net



(720) 424-0215



<https://tinyurl.com/elementarysc>

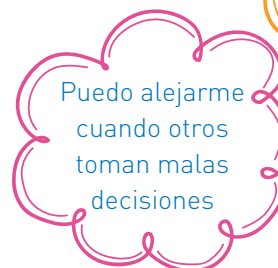
EVENTOS PROXIMOS

- Marzo 7 - Exhibición de artes elementales
- Marzo 25 - 29 Vacaciones de primavera, no hay clases

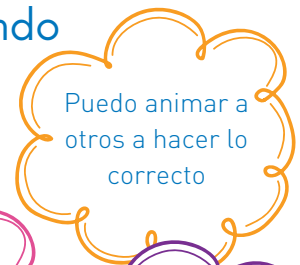
¿QUÉ ES LA INTEGRIDAD?

Hacer lo correcto, incluso cuando nadie esté mirando

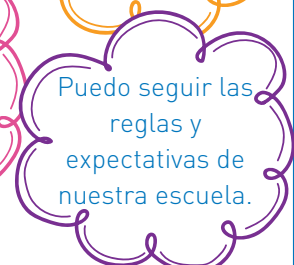
¿Cómo demuestras integridad?



Puedo alejarme cuando otros toman malas decisiones



Puedo animar a otros a hacer lo correcto



Puedo seguir las reglas y expectativas de nuestra escuela.

FOMENTAR LA CONFIANZA EN LOS NIÑOS

La autoestima de los niños naturalmente pasará por altibajos en diferentes momentos, pero con apoyo su autoestima y confianza pueden crecer. Además de hablar y brindar apoyo emocional, hay cosas que puede hacer para ayudar a su hijo a mejorar su confianza. Mientras piensa en las estrategias que quizás quiera probar, recuerde siempre que está haciendo lo mejor que puede. Es natural que a veces te sientas abrumado o culpable por lo que no estás haciendo. Recuerde que modelar una buena autoestima es realmente importante. Eso significa no esperar ser perfecto ni tampoco pasarlo mal. Algunas ideas para probar:

- **Anímelos a probar cosas nuevas.**
 - En lugar de centrar toda su energía en aquello en lo que ya destacan, es bueno que los niños diversifiquen. Adquirir nuevas habilidades hace que los niños se sientan capaces y seguros de que pueden afrontar cualquier cosa que se les presente.
- **Permitir que los niños fallen**
 - Es natural querer proteger a su hijo del fracaso, pero los niños aprenden mediante prueba y error, y no alcanzar una meta les ayuda a descubrir que no es fatal. También puede animar a los niños a realizar un mayor esfuerzo, lo que les resultará muy útil cuando sean adultos.
- **No te enfades por los errores**
 - Ayude a los niños a ver que todos cometemos errores y que lo importante es aprender de ellos, no pensar en ellos. Las personas seguras de sí mismas no dejan que el miedo o el fracaso se interpongan en su camino, no porque estén seguras de que nunca fracasarán, sino porque saben cómo afrontar los reveses con calma.
- **Ayude a los niños a encontrar su pasión**
 - Esto puede ayudar a los niños a desarrollar un sentido de identidad, que es esencial para generar confianza. Por supuesto, ver crecer sus talentos también dará un gran impulso a su autoestima.
- **Fijar metas**
 - Articular metas, grandes y pequeñas, y alcanzarlas hace que los niños se sientan fuertes. Ayude a su hijo a convertir sus deseos y sueños en metas realizables animándolo a hacer una lista de las cosas que le gustaría lograr. Luego, practique dividir los objetivos a más largo plazo en puntos de referencia realistas. Estará validando su interés y ayudándolos a aprender las habilidades que necesitarán para alcanzar sus objetivos a lo largo de la vida.
- **Celebrar el esfuerzo**
 - Elogiar a los niños por sus logros es fantástico, pero también es importante hacerles saber que está orgulloso de sus esfuerzos, independientemente del resultado.

Encuentre más aquí:

<https://childmind.org/article/12-tips-raising-confident-kids/>