

فیملی یونیورسٹی

SEL, BESS, CASEL



ایس ای ایل کیا ہے؟ یہ کیوں اہم ہے؟



- ★ پروسوشل رویوں میں اضافہ کرتا ہے (مہربانی، اشتراک، ہمدردی)
- ★ اسکول کے بارے میں طلباء کے رویوں کو بہتر بناتا ہے
- ★ کامیابی کو بہتر بناتا ہے
- ★ ڈپریشن اور تناؤ کو کم کرتا ہے
- ★ موثر سماجی اور جذباتی سیکھنے میں مربوط کلاس روم، اسکول وائڈ، خاندان اور کمیونٹی کے طریقے شامل ہیں۔
- ★

CASEL



- ★ اکیڈمک، سوشل اور ایموشنل لرننگ (سی اے ایس ایل) کے لئے تعاون
اعلیٰ معیار، ثبوت پر مبنی سماجی اور جذباتی سیکھنے (ایس ای ایل)
کے بارے میں علم کے لئے ایک معتبر ذریعہ ہے۔
- ★ سی اے ایس ایل کا مشن ثبوت پر مبنی سماجی اور جذباتی تعلیم (ایس ای ایل)
ایل) کو ہائی اسکول کے ذریعے پری اسکول سے تعلیم کا لازمی حصہ
بنانے میں مدد کرنا ہے۔
- ★

SEL Core Competencies

Self-Management

- Regulating one's emotions
- Managing stress
- Self-control
- Self-motivation
- Stress management
- Setting and achieving goals

Social Awareness

- Perspective taking
- Empathy
- Respecting diversity
- Understanding social and ethical norms of behavior
- Recognizing family, school, and community supports

Relationship Skills

- Building relationships with diverse individuals and groups
- Communicating clearly
- Working cooperatively
- Resolving conflicts
- Seeking help



Self-Awareness

- Labeling one's feelings
- Relating feelings and thoughts to behavior
- Accurate self-assessment of strengths and challenges
- Self-efficacy
- Optimism

Responsible Decision-Making

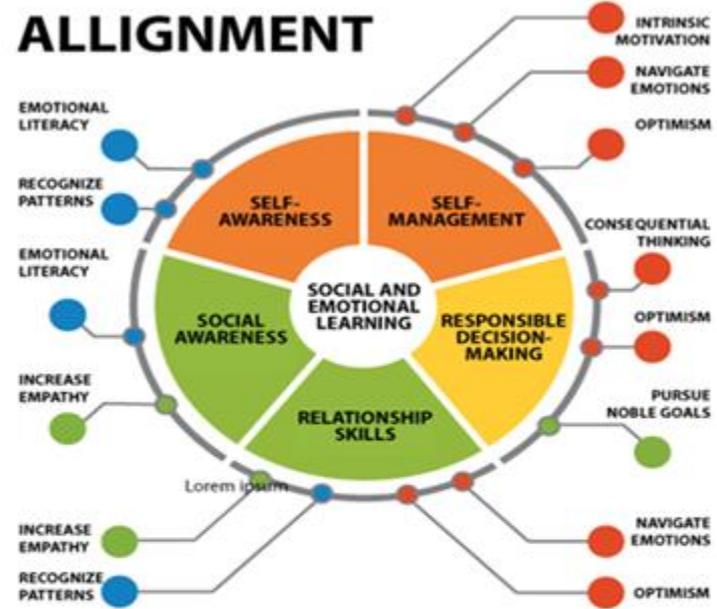
- Considering the well-being of self and others
- Recognizing one's responsibility to behave ethically
- Basing decisions on safety, social and ethical considerations
- Evaluating realistic consequences of various actions
- Making constructive, safe choices for self, relationships and school

Sources: CASEL, Acknowledge Alliance



بنیادی اہلیت کے
شعبے کیا ہیں
اور
انہیں کہاں ترقی دی
جاتی ہے؟

CASEL & SIX SECONDS ALIGNMENT



Six Seconds is an approved assessment provider with CASEL. Six Seconds the global community of EQ & SEL educators, supporting changemakers in 174 countries with a comprehensive system for measuring and growing the skills for a better future - for all.

[sixseconds.org/education](https://www.sixseconds.org/education)



اسکول: سکھائیں اور ایس ای ایل
مہارتوں کا نمونہ بنائیں، دن بھر ایمبیڈڈ
کریں، اسکول کا مثبت ماحول بنائیں،
کمیونٹی کا احساس پیدا کریں

فیملی اور کمیونٹی پارٹنر شپ: اسکول
کی سرگرمیوں کے بعد گھر میں ایس
ای ایل کو تقویت دیں

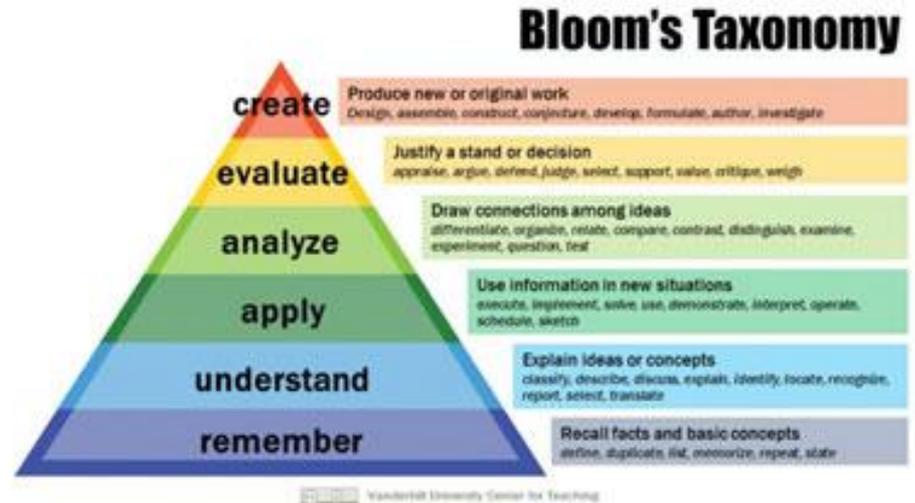
سیکھنے ایس ای ایل مہارتیں بہتر ایڈجسٹمنٹ اور تعلیمی کارکردگی کے لئے ایک بنیاد فراہم کر سکتے ہیں جیسا کہ زیادہ مثبت سماجی رویوں اور ہم عمر تعلقات، کم طرز عمل کے مسائل، کم جذباتی پریشانی، اور بہتر گریڈز اور ٹیسٹ اسکور میں ظاہر ہوتا ہے۔



میسٹرو اور بلوم



Maslow's Hierarchy of Needs



Bloom's Taxonomy

ذہنی صحت آج



- ★ ہر چھ میں سے ایک امریکی نوجوان جس کی عمر 6 سے 17 سال ہے ہر سال ذہنی صحت کی خرابی کا سامنا کرتا ہے۔
- ★ کسی شخص کی زندگی بھر رہنے والی تمام ذہنی بیماریوں کا 50 فیصد 14 سال کی عمر سے شروع ہوتا ہے اور 75 فیصد 24 سال کی عمر تک شروع ہوتا ہے۔
- ★ ذہنی بیماری کی علامات اور علاج کے آغاز کے درمیان اوسط تاخیر ۱۱ سال ہے۔
- ★ امریکہ میں 10 سے 34 سال کی عمر کے افراد میں خودکشی موت کی دوسری سب سے بڑی وجہ ہے اور امریکہ میں موت کی دسویں سب سے بڑی وجہ ہے۔
- ★ نوعمر انصاف کے نظام میں 70 فیصد سے زیادہ نوجوانوں کو تشخیص شدہ ذہنی بیماری ہے۔

پری اسکول میں ایس ای ایل



- ★ لینے کی باری کریں
- ★ حصہ داری
- ★ انتظار
- ★ مشترکہ مشغولیت اور کھیانے کی مہارت
- ★ سیلف مینجمنٹ مہارتیں
- ★

- ★ ہفتہ وار ایس ای ایل اسباق: زونز آف ریگولیشن، ہاڈی منیجر ہونا
- ★ حمایت میں دھکیلنا
- ★ ایس ای ایل دن بھر میں تعمیر کیا گیا
- ★

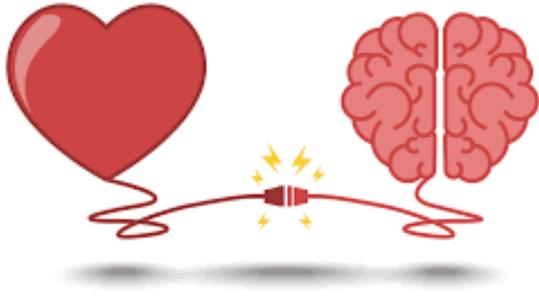


ایلیمنٹری اسکول میں ایس ای ایل

- ★ مشترکہ طور پر ہفتہ وار سبق گریڈ کے - 5
- ★ مہارتوں، کرداروں پر عمل کرنے کے مواقع
- ★ کتابیں
- ★ ٹیم پروجیکٹ
- ★ مواصلاتی مہارتیں
- ★



- ★ ذہن سازی
- ★ سماجی بیداری
- ★ ایگزیکٹو کام کرنا
- ★ خود آگاہی
- ★ ہدف ترتیب
- ★ دوست / سرپرست بننے کے مواقع
- ★



مڈل اسکول میں ایس ای ایل

فخر کا مقصد ہمارے لیے سماجی اور جذباتی مہارت کی مشق کرنے کے ساتھ ساتھ گلین کرسٹ میں مثبت دیکھ بھال کرنے والے بالغوں سے ملنے کے لیے ایک موقع فراہم کرنا ہے

سواری کا وقت ہمارے لیے بات چیت کے لیے ایک محفوظ جگہ فراہم کرتا

کلاس روم کے اساتذہ کے ذریعہ سال بھر پرائیڈ اسباق۔

صلاحیتوں میں سے ایک پر مرکوز ہے: خود آگاہی ، خود انتظام ، سماجی آگاہی ، تعلقات کی مہارت ، اور ذمہ SEL ہر سبق دارانہ فیصلہ سازی کا وقت ہمارے لیے بات چیت کے لیے ایک محفوظ جگہ فراہم کرتا ہے۔

ایس ای ایل سکرینر کیا ہے؟



- ★ اسکول میں طلبا کی کامیابی پر سماجی اور جذباتی عوامل سب سے زیادہ طاقتور اثر انداز ہوتے ہیں
- ★ اسکریننگ ایک جامع نظام فریم ورک کا جزو ہے
- ★ خطرے میں طلبا کی شناخت ضروری نہیں کہ عام طرز عمل میں واضح ہوں
- ★ تیز اور موثر
- ★ اسکول سماجی جذباتی بہبود کی روک تھام اور مداخلت کے لئے ایک اچھا ماحول ہیں
- ★

بی ای ایس ایس

بی اے ایس سی-3 طرز عمل اور جذباتی اسکریننگ سسٹم

بی اے ایس سی-3 طرز عمل اور جذباتی اسکریننگ سسٹم (بی اے ایس سی-3 بی ای ایس ایس) ہائی اسکول کے ذریعے پری اسکول میں بچوں اور نوجوانوں کے طرز عمل اور جذباتی طاقتوں اور کمزوریوں کا تعین کرنے کا ایک قابل اعتماد، فوری اور منظم طریقہ پیش کرتا ہے۔

زیر انتظام اور الیکٹرانک طور پر اسکور کیا

28 سوالات

اسکریننگ تشخیص، تشخیصی تشخیص نہیں



Behavioral
and Emotional
Screening System

BESS

نمونہ بی ای ایس ایس سوالات

طلباء سے کہا جاتا ہے کہ وہ اس ڈگری کی درجہ بندی کریں جس سے وہ بیان سے متفق ہیں۔ طلبا کو ایسے انتخاب دیئے جاتے ہیں جیسے، (کبھی نہیں، کبھی کبھی، اکثر)۔

نمونہ بیانات:

- میں اپنے استاد کے ساتھ مل جاتا ہوں۔
- میں جو ہوں اس سے خوش ہوں۔
- میں فیصلے کرنے میں اچھا ہوں۔



گھر میں ایس ای ایل کو فروغ دینے کے لئے 5 تجاویز



- خاندانی معمولات قائم کریں
- اپنے بچے کے ساتھ جڑیں - دن کا بہترین حصہ کیا تھا؟ کیا چیلنجنگ تھا؟ عام سوالات کے برعکس مخصوص سوالات پوچھیں جیسے کہ "آپ کا دن کیسا رہا؟"
- ورزش، مطالعہ یا روزمرہ کی سرگرمیوں میں خوشی تلاش کر کے خود کی دیکھ بھال کا نمونہ
- احساسات کے بارے میں بات کر کے انہیں معمول پر لائیں
- اپنے بچوں کو ان کی ایگزیکٹو کام کرنے کی مہارتوں کو بہتر بنانے کے لئے کاموں اور منصوبوں میں مدد کریں

پیشکش کے لیے نوٹ

- ہر اہلیت کو توڑیں اور مثالیں دیں؟
- آخر میں سوال اور اے؟ (سوالات ٹائپ کرنے کے اختیارات؟)
- یو ڈی ایل - بند کیپشن، مختلف زبانیں (ہسپانوی میں ذیلی عنوانات، سائن لینگویج؟) مخصوص ضروریات کے ساتھ خاندان آر ایس وی پی؟
- خاندانی رابطہ سلائڈیں؟
-

