



Welcome to the School Counselor's Corner



Kindness Week!

Kindness is already built into our schoolwide expectations of being Respectful, Responsible & Ready. Along with the 3R's, we have a new character trait each month to help our students build positive social skills to help them succeed in life.

The month of February is Compassion! Students receive bi-weekly character trait lessons that focus on the theme of the month. By teaching, encouraging and modeling kindness to our students, we will create a culture of kindness.

Kindness week encourages our students to continue the discussion of and practice showing compassion and kindness to others.

Character Trait of the Month:

February is **Compassion!**

I show I care by being kind, showing empathy and helping others.

I know that

Kindness
begins with







Read about Kindness

Here are some books that teach lessons about kindness.

- *Listening with My Heart* by Gabi Garcia
- *Chrysanthemum* by Kevin Henkes
- *Be Kind* by Pat Zietlow Miller
- *The Invisible Boy* by Trudy Ludwig
- *Kindness is Cooler Mrs. Ruler* by Margery Cuyler
- *Have you Filled a Bucket Today* by Carol McCloud
- *The Kindness Quilt* by Nancy Elizabeth Wallace
- *How Kind* by Mary Murphy
- *The Golden Rule* by Ilene Cooper
- *The Lion and the Mouse* by Jerry Pinkney

Kindness Week

Feb. 15 - Feb. 18

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
Holiday	THINK twice about what you say	Dreaming of kindness	Brighten someone's day	Crazy about Kindness
				
No School	Twin Day	Pajama Day	Bright Colors	Crazy Hair

Benefits of Teaching Kindness

Teaching and encouraging kindness is related to many of the following positive outcomes:

- Happy children! There is a natural good feeling that results when we do an act of kindness, even if it's small.
- Higher self-esteem. The endorphin in our brains when we do something kind increases our sense of belonging. Children will feel like they can have a true impact on their environment.
- Kindness increases our connections with other people on a deeper level.
- Improved academic success. The feel good effects of being kind help increase children's concentration and memory, which greatly impacts learning.
- Better mental health. Acts of kindness increase serotonin levels, which is the natural brain chemical that improves mood.





Welcome to the School Counselor's Corner



Semana de la!

Amabilidad La amabilidad ya está integrada en las expectativas de toda nuestra escuela de ser respetuoso, responsable y listo. Junto con las 3R, tenemos un nuevo rasgo de carácter cada mes para ayudar a nuestros estudiantes a desarrollar habilidades sociales positivas para ayudarlos a tener éxito en la vida.

¡El mes de febrero es Compasión! Los estudiantes reciben lecciones de rasgos de carácter cada dos semanas que se enfocan en el tema del mes. Al enseñar, alentar y modelar la bondad a nuestros estudiantes, crearemos una cultura de bondad.

La semana de la bondad alienta a nuestros estudiantes a continuar con la discusión y la práctica de mostrar compasión y bondad a los demás.

Rasgo de carácter del mes: Febrero es **Compasión!**

Demuestro que me importa siendo amable, demostrando empatía y ayudando a los demás.
Sé que

Kindness
begins with



Lee sobre la bondad

Aquí hay algunos libros que enseñan lecciones sobre la bondad.

- *Listening with My Heart* by Gabi Garcia
- *Chrysanthemum* by Kevin Henkes
- *Be Kind* by Pat Zietlow Miller
- *The Invisible Boy* by Trudy Ludwig
- *Kindness is Cooler Mrs. Ruler* by Margery Cuyler
- *Have you Filled a Bucket Today* by Carol McCloud
- *The Kindness Quilt* by Nancy Elizabeth Wallace
- *How Kind* by Mary Murphy
- *The Golden Rule* by Ilene Cooper
- *The Lion and the Mouse* by Jerry Pinkney

Kindness Week



15 de Febrero - 18 de Febrero



Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
Día Festivo	PIENSA dos veces antes de hablar	Sonar amabilidad	Alegre si dia de Alguien	Loco de amabilidad
				
No Escuela	Día de Gemelos	Día de Pijama	Colores brillantes	Peinado loco

Beneficios de enseñar bondad

Enseñar y fomentar la bondad está relacionado con muchos de los siguientes resultados positivos:

- ¡Niños felices! Hay un buen sentimiento natural que resulta cuando hacemos un acto de bondad, aunque sea pequeño.
- Mayor autoestima. La endorfina en nuestro cerebro cuando hacemos algo amable aumenta nuestro sentido de pertenencia. Los niños sentirán que pueden tener un verdadero impacto en su entorno.
- La amabilidad aumenta nuestras conexiones con otras personas en un nivel más profundo.
- Mejora del éxito académico. Los buenos efectos de ser amable ayudan a aumentar la concentración y la memoria de los niños, lo que tiene un gran impacto en el aprendizaje.
- Mejor salud mental. Los actos de bondad aumentan los niveles de serotonina, que es la sustancia química natural del cerebro que mejora el estado de ánimo.

