

# د Washington SEL پلي کولو لنډيز:

## د ښوونکو لپاره

### زده کړه په طبيعي توگه ټولنيز او احساساتي ده

هغه ښوونځي چې د ښه راغلاست او ټول شموله چاپيريال جوړولو باندې تمرکز کوي او د ټولو زده کونکو ټولنيز احساساتي پرمختگ ملاتړ کوي په داسې طريقو چې د زده کونکو تاريخونو او کلتورونو ته درناوی وکړي کولی شي د دوی اوږدمهاله برياليتوب او هوساينې ته وده ورکړي. احساسات او اړيکي په نيغه توگه اغيزمن کوي چې زده کونکي څنگه زده کړه کوي او څنگه دوی دا زده کړه پلي کوي. احساسات او اړيکي يا هم کولی شي زده کونکي وهڅوي چې په زده کړه کې ښکېل شي، يا که منظم نه وي، د پام، حافظي او مثبت چلند سره مداخله وکړي.<sup>1</sup> د مثال په توگه، زده کړه هغه وخت واقع کيږي کله چې دا شرايط پوره شي:

- زده کونکي ليدل کيږي او اوريدل کيږي. کله چې زده کونکي په دې باور کوي چې د دوی ښوونکي د دوی پيژندنې او کلتور ته درناوی کوي، دوی په ښوونځي کې د برياليتوب ډير احتمال لري.
- پياوړتياوې په کار اچول کيږي او جوړيږي. کله چې لويان په عمدي توگه د زده کونکو پياوړتيا باندې تمرکز کوي—تحصيلي، ټولنيز، او احساساتي—زده کړه زياتيږي، او زده کونکي ډير احتمال لري چې خپل ظرفيت ته ورسېږي.
- زده کونکي معنی لرونکي اړيکي جوړوي. کله چې ښوونکي د خپلو زده کونکو سره پياوړي اړيکي جوړوي، زده کړه وده کوي او هرڅوک ښوونځي ته ډير ژمن احساس کوي.<sup>2</sup>

### ټولنيز احساساتي زده کړه څه شی دی؟

Social emotional learning (ټولنيز احساساتي زده کړه) (SEL) په پراخه کچه د يوې پروسې په توگه پيژندل کيږي چې له دې لارې خلک د احساساتو اداره کولو، اهدافو ټاکلو، خپلوي جوړولو، او د ذمه واری پريکړو کولو کې پوهاوی او مهارتونه رامینځته کوي کوم چې په ښوونځي او ژوند کې د برياليتوب ملاتړ کوي. (د Washington ايالت د SEL تطبيق کولو لارښود وگورئ) SEL د "درجي" يا د کسرونو پيژندلو لاره نه ده، او دا يوازې نصاب يا اضافه نه ده. بلکې، SEL د زده کونکو د شتمنيو د جوړولو لپاره يو ارادي طريقه ده.

SEL په مختلفو لارو د زده کړې عدل<sup>3</sup> ملاتړ کوي: د ماشوم په بشپړ ودې ټينگار، د زده کړې ټولنيز طبيعت ته پام اړول، د دې باور وده کول چې ټول ماشومان زده کولی شي، د ځوانانو مهارتونو ته وده ورکول ترڅو ټولنيز شرايطو ته وده ورکړي، او د زده کونکو او ښوونکو ترمنځ د اړيکو ښه کول—ټولو زده کونکو لپاره کلیدي محافظتي فاکتور.<sup>4</sup>

<sup>1</sup> CASEL. (2007). له [www.casel.org](http://www.casel.org) څخه اخيستل شوی

<sup>2</sup> Aspen موسسه. (2019). له خطر سره مخامخ ملت څخه تر په اميد کې يو ملت: د ټولنيز، احساساتي، او تحصيلي پراختيا کميسيون څخه

وراندیزونه. <http://nationathope.org/communication-tools/>

<sup>3</sup> ښوونيز عدل پدې معنی لري چې هر يو ماشوم هغه څه تر لاسه کوي چې دوی ورته د خپل بشپړ اکادميک او ټولنيز ظرفيت ته وده ورکولو لپاره اړتيا لري. د ملي برابري پروژې

ويب پاڼې څخه اخيستل شوی: <https://www.nationalequityproject.org/education-equity-definition>

<sup>4</sup> Jones, S. M., & Kahn, J. (2017). د شواهدو اساس چې مونږ څنگه زده کوو: د زده کونکو ټولنيز، احساساتي، او اکادميک پرمختگ ملاتړ کول. د توپير شوي ساينس پوهانو شورا لخوا د شواهدو موافق بيانونه. Washington, DC: Aspen موسسه.



## د Washington ایالت د SEL معیارونه<sup>5</sup>

خان پوهاوی:	فرد د خپل احساساتو، شخصي شتمنو، د ودې ساحو، او احتمالي بهرنی سرچینو او ملاتړونو پیژندنې وړتیا لري.
د خان مدیریت:	فرد د احساساتو، فکرونو او چلندونو د تنظیم کولو وړتیا لري.
د خان اغیزمنتوب:	فرد د خپل خان هڅولو، صبر کولو او خان د وړتیا په توګه کتلو وړتیا لري.
ټولنیز پوهاوی:	فرد د مختلفو تېر حالو او کلتورونو څخه د نورو سره لید او خواخوږي کولو وړتیا لري.
ټولنیز مدیریت:	فرد د شخصي چلند او ټولنیزو تعاملاتو په اړه خوندي او جوړونکي انتخابونو کولو وړتیا لري.
ټولنیز مشغولا:	فرد نور په پام کې نیولو او د ښوونځي او ټولني په هوساینې کې د ونډې اخیستو لیاوالتیا ښودلو وړتیا لري.

## د Washington ایالت SEL چوکاټ: اړین عناصر او لارښود اصول

1. د اقلیم او کلتور له لارې د زده کونکي SEL ملاتړ لپاره حالات رامینځته کول.
2. SEL په خپل ډیزاین او پلي کولو کې د کورنیو، ښوونکو، د ټولني شریکانو، او ځوانانو په منځ کې همکارۍ ته اړتیا لري.
3. د بالغ ظرفیت جوړول.

برابري: هر ماشوم د خپل بشپړ ظرفیت د پراختیا لپاره هغه څه ترلاسه کوي چې دوی ورته اړتیا لري.

په کلتوري توګه پایښت: کلتور ته د زده کړې سرچینې په توګه کتل کېږي، نه د خنډ.

نړیوال ډیزاین: د زده کړې توپيرونه پلان شوي او ځای ورکړل شوي.

د صدمې په اړه خبرتیا: د صدماتو د اغیزو په اړه پوهه په پالیسي او عمل کې راغونډ شوي.

"بدلون کونکي SEL زده کونکو او ښوونکو ته [اجازه ورکوي] چې پیاوړي، درناوي اړیکې د ورته والي او توپيرونو په تعریف باندې جوړ کړي، زده کړي چې د نابرابرۍ اصلي لاملونه په جدي توګه وځیري، او د ټولني او ټولنیزو ستونزو لپاره ګډ حلونه رامینځته کړي."<sup>6</sup>

## اوس په ټولګیو کې د SEL د ودې لپاره د ننوتلو نقطې

1. اړیکي اهمیت لري. د خپلو زده کونکو سره مثبتې اړیکې جوړې کړئ. د متنوع زده کونکو کلتور او پس منظر تایید کړئ چې تاسو یې خدمت کوئ. په ټولګي کې د SEL بډایه کولو لپاره د خپلو زده کونکو کلتوري شتمنیو څخه کش کړئ.
2. شرایط اهمیت لري. زده کونکي او لویان خپل ټولنیز احساساتي مهارتونه د هغه شرایطو په پام کې نیولو سره کاروي چې په کوم کې دوی خپل ځان مومي. داسې چاپیریالونه جوړ کړئ چې د زده کونکي ټولنیز احساساتي مهارتونو پلي کولو ملاتړ کوي.

<sup>5</sup> د ټولنیز او احساساتي زده کړې بنچمارک کاري ډله. (2016). *Washington's K-12*. عامه ښوونځیو کې ټولنیز احساساتي زده کړې حل کول. له <https://ospi.k12.wa.us/sites/default/files/2022-12/selworkgroup2016report.pdf> څخه اخیستل شوی

<sup>6</sup> Jagers, R. J., Rivas-Drake, D., & Borowski, T. (2018). *برابري او ټولنیز احساساتي زده کړه: کلتوري تجزیه* [د چوکاټ لنډيز]. Chicago, IL: د تحصيلي، ټولنیز، او احساساتي زده کړې لپاره همکارۍ، د SEL اندازه کول.



3. د خان په اړه پوهه اهمیت لري. د خپل خان SEL وړتیاوو پراختیا سره پیل وکړئ. د خان ارزونې څخه کار واخلئ، لکه دا د لوی ښوونکو او مشرانو مرکز څخه، د دې منعکس کولو لپاره چې ستاسو تجربې او کلتوري تېرحال ستاسو په ښوونه څنګه اغیزه کوي.
4. د اوسني SEL کار په اړه پوهاوی اهمیت لري. د SEL معیارونو، بنچمارکونو، انډیکاتورونو، او لارښود اصولو په کتلو سره په Washington ایالت کې د اوسني SEL کار په اړه زده زده کړئ. هغه لارې وپلټئ چې تاسو کولی شئ معیارونه په خپل ښوونځي او د ټولګي په مراسمو کې ورواچوئ.
5. د اغیزمن SEL ستراتیژیو کارول اهمیت لري. د تدریسي ستراتیژیو او د ټولګي مدیریت تخنیکونه وکاروئ او ارزونه وکړئ چې د ملاتړ کونکي، پاملرنه کونکي ټولګي چاپیریال ته وده ورکوي—لکه د اوکلینډ یونیفایډ ښوونځي ولسوالۍ څخه دا دری لاسلیک SEL تمرینونه.
6. په کلتوري توګه دوام لرونکي ټولګي رامینځته کول او د SEL مسلو راغونډول. په کلتوري توګه دوام لرونکي ټولګیو کې د SEL ادغام په اړه د ښوونکو لپاره د OSPI SEL آنلاین ماډل پوره کړئ. د صداقت سره د SEL تمرین کولو، ماډل کولو او پلي کولو لپاره د پوره SEL پلي کولو لارښود وکاروئ.

## 10 د تدریس کړنې چې SEL ته وده ورکوي<sup>7</sup>

- ✓ د زده کونکي متمرکز دیسپلین
- ✓ د ښوونکي ژبه
- ✓ زمه واري او انتخاب
- ✓ خواخوږي او ملاتړ
- ✓ همکاري زده کړه
- ✓ د ټولګي بحثونه
- ✓ د خان انعکاس او خان ارزونه
- ✓ متوازن لارښوونې
- ✓ تحصیلي مطبوعات او تمې
- ✓ د وړتوب لوړول—ماډلینګ، تمرین کول، ځواب، روزنه

## د ښوونکي SEL سرچینې

### د CASEL ښوونکي SEL سرچینې

د CASEL څخه جوړ شوی لیست چې د ښوونکو لپاره د SEL سرچینو باندې تمرکز کوي.

<sup>7</sup> Yoder, N. (2017). د ټول ماشوم ښوونه: لارښوونې کړنې چې د ښوونکي ارزونې په دريو چوکاټونو کې د ټولنيز-احساساتي زده کړې ملاتړ کوي [د څیړنې څخه تر تمرین لنډيز]. Washington, DC: د څیړنو لپاره په امریکایي موسسو کې د لویو ښوونکو او مشرانو مرکز.



## د سترو بنوونکو او مشرانو باندې مرکز

د ټولګيو په ورځني ژوند کېنې ټولنيز احساساتي زده کړه کې د بنوونکو لپاره فعاليتونه او ستراتيژيې شاملې دي.

## ټولنيز احساساتي زده کړه او د برابري زياتونه او وړاندیزونه

په خپل ټولګي کې د تعليمي برابري تر لاسه کولو لپاره سرچينې.

## د SEL لپاره د تمرين دانې: ټيټ لګښت، د ټيټ پار ستراتيژي

د واليس فاؤنډيشن څخه لنډيز چې په چټکۍ سره د SEL ستراتيژيو سپړنه کوي.

## د ايالت له مسلکي زده کړه

ميساچوسټس: د ټول شموله تمرين لپاره د بنوونکي اغيزمنتوب لارښود کتاب

ميشيگان: د ميشيگان د بنوونکي د بنه کولو چوکاټ سره ټولنيز او احساساتي زده کړې نښلول (pp. 18-19)

مينيسوتا: د SEL ولسوالۍ د پلي کولو پراختيا لارښود

نيويارک: ټولنيز احساساتي زده کړه: د زده کړې لپاره اړين، د ژوند لپاره اړين (pp. 28-29)

ټينيسي: د مسلکي زده کړې پلان کول او ارزونې طريقه

جواز



پرته لدې چې بل ډول يادونه وشوه، د ټولني او ځوانانو موسسو لنډيز چې د Washington Office of Superintendent of Public Instruction (د Washington عامه لارښوونو سرپرست دفتر) لپاره د SEL کاري ډلې لخوا رامېنځته شوي د کريټيو کامنز انتساب 4.0 نړيوال جواز لاندې جواز لري. ټول لوگو او سوداګريزي نښانې د دوی د اړوندو مالکينو ملکيت دی.

دا سرچينه ممکن ويب پاڼو ته لښکونه ولري چې د دريمې ډلې لخوا پرمخ وړل کيږي. دا لښکونه يوازې ستاسو د اسانتيا لپاره وړاندې شوي او دا د OSPI لخوا هيڅ تاييد يا نظارت نه تشکيلوي يا معنی نلري.

که چېرې دا کار تطابق شي، د پام وړ بدلونونو يادونه وکړئ او بيا سرليک ورکړئ، د Washington Office of Superintendent of Public Instruction (د Washington عامه لارښوونو د سرپرست دفتر) لوگو لري کړئ. لاندې انتساب چمتو کړئ:

دا سرچينه له اصلي موادو څخه اخيستل شوې وه چې د Washington Office of Superintendent of Public Instruction (د Washington عامه لارښوونو د سرپرست دفتر) لخوا چمتو شوې. اصلي توکو ته په وړيا توګه د OSPI ټولنيز احساساتي زده کړې ويب پاڼې باندې لاسرسی کيدی شي.

