

Redefining Excellence

The Holidays are upon us and inevitably, they're the time when we see our children and young loved ones up close. It's a time that what we and their schools, peers, and society have passed on to them bears visible fruit. Unfortunately, during this most heart warming of holiday seasons, some observant adults will discover that the children and young adults they care for the most have swallowed some of the unhealthy messages they are being fed.

Dr. Jennifer Freed and the team at AHA! (Attitud. Harmony. Achievement., is an educational program promoting social emotional learning, peace building, and joy through creative expression) believe today's young people deserve better. To this end, Dr. Freed has written a holiday message to us all to consider... CASA Editor

By Jennifer Freed, PhD / Executive Director, AHA!

TODAY, EDUCATION IS GEARED toward testing, achieving, and aiming to be someone ultimately recognized for talent, position, status, and/or wealth. Youth and parents are perpetually bombarded with messages that they must climb certain very particular ladders to be successful.

Lost are the days when each person was valued alike for the part they played in their local community: the baker, the seamstress, the plumber, the doctor, the grocer, the mechanic, the engineer, etc. Outdoor playdates and neighborhood parties have often been replaced by a web of disconnected people staring at flat screens. Stories of success now mostly emphasize celebrity or wealth at the expense of effort and ethics. Communication is rarely about the quality of true face-to-face connection; it is a lightning-speed affair where the fastest ping rate and the number of "friends" and "likes" are what really matter. We have moved from the excellence of presence and service, to a consumer-driven frenzy to acquire status and power.

Consider the trajectory of the youth who are sent to and through the educational institutions, with their measures of achievement tied to high grades, high test scores, abundant structured extracurricular activities, acceptance to a high-status four-year college, and choosing a major related to higher earnings.

The underlying assumption is that those who garner these top five "rings" will be guaranteed security in a highly stressful, increasingly competitive world. Those who pursue these goals exclusive to all else may well become grandly monetized; but this by no means guarantees emotional satisfaction. Unfortunately, getting to the top of the rickety ladder of success very rarely turns out to have justified the means for getting there, in terms of inner wellbeing.

Making a champion student is prioritized at the expense of creating a sense of meaning in life. Those who fail to exhibit potential for "greatness" are often marginalized, shamed, and ignored. Youth come through this system filled with ideas about what the right grades, test scores, colleges, or majors might promise them; and they often have no idea what they can offer to the world that isn't tied to self-interest, or have a clue what the world needs from them. Youth who have reached the pinnacle of achievement – a spot in an Ivy League college – report staggering amounts of depression and anxiety, even as they have grasped the "golden ring." And those who do not see themselves as able to participate in this "race to the top" are left to anguish with feelings of inadequacy and often irrelevancy.

Equating academic excellence with superiority may prop up the egos of top performers and their parents but can also create a raspy emptiness. Across the spectrum of achievement, in those who grasp the "golden ring" and those who see it as out of their reach, there is a common ground: a lack

of feeling truly connected and belonging to the world.

Perhaps it is time to redefine excellence.

Imagine if excellence was imbedded in qualities of being and interdependency that focus on the flourishing of the community, not just on the primacy of the individual's rise. All current evidence, both research-oriented and anecdotal, suggests that connection, cooperation, support, empathy, and creative expression – not financial abundance or social status beyond what's needed to meet basic needs – are the true keys to happiness of a life well lived.

Our educational systems would incorporate factors like these which affirm social and emotional wellbeing, not just to those that create enormous competition, stress, and social segmenting.

What questions could we ask our youth to make this new standard a reality in their lives and should education support them asking? A few ideas:

What unique gifts do I have that make me essential to my community?

How well can I get along with others in this globally complex emerging world?

How well can I work through inevitable failures, frustrations, and disappointments?

How can I test and stretch my capacity for continuously learning new ideas and skills?

How can I care for others in such a deep, reliable, and ethical way that my connections consistently support and nourish my growth?

If we were to prioritize this list equally alongside academics, tests, and high-status college acceptance, consider how differently we might train teachers and imagine the classroom. Consider how differently parents might relate to their children and how this would affect the teacher-to-student relationships.

Isn't it time we excelled in a world that is better for us all and brings out the gifts of everyone in it?

In the context of meaning, growth, grit, and empathy, we can learn not only subject matter and content, but how to actually be the authors of our own lives within a robust, generative, and connected community.



AHA! se ha comprometido a transformar el mundo con empoderar a los adolescentes para crear comunidades pacíficas y conectadas. Para información visite: www.ahasb.org

Jennifer Freed, PhD is a psychotherapist, mediator, and author with over 30 years' experience working with youth and deep roots in the Santa Barbara area.

Jennifer Freed, PhD es una psicoterapeuta, mediadora, y autora con más de 30 años de experiencia trabajando con los jóvenes y con raíces profundas en el área de Santa Bárbara.

AHA! is committed to transforming the world by empowering teens to create peaceful and connected communities. For info visit: www.ahasb.org

La redefinición de la excelencia

Los días de fiesta están sobre nosotros y, inevitablemente, son el momento en que vemos a nuestros niños y seres queridos jóvenes de cerca. Es un tiempo donde es visible lo que les hemos transmitido nosotros, sus escuelas, los compañeros y la sociedad. Desafortunadamente, durante ésta, la más conmovedora época de fiestas, algunos adultos observadores descubrirán que los niños y jóvenes por los que se preocupan más han ingerido algunos mensajes poco saludables.

La Dra. Jennifer Freed y el equipo de AHA! (Actitud. Armonía. Logro., es un programa educativo para promover el aprendizaje social y emocional, construir la paz, y la alegría a través de la expresión creativa) cree que los jóvenes de hoy merecen algo mejor. Para ello, la Dra. Freed ha escrito un mensaje para la época de fiestas para que todos nosotros lo consideremos... CASA Editor

Por Jennifer Freed, PhD / Directora ejecutiva de AHA!

HOY EN DÍA, LA EDUCACIÓN ESTÁ DIRIGIDA a las pruebas, el logro, y con el objetivo de ser alguien últimamente reconocido por su talento, su posición, su estatus y / o su riqueza. La juventud y los padres constantemente son bombardeados con mensajes de que tienen que subir algunas escaleras muy particulares para tener éxito.

Ya no existen los días en que cada persona se valoraba por igual por el papel que desempeñaban en su comunidad local: el panadero, la costurera, el plomero, el médico, el almacenero, el mecánico, el ingeniero, etc. Citas de juego al aire libre y fiestas de vecindad a menudo han sido sustituidas por una red de personas desconectadas mirando las pantallas planas. Las historias de éxito ahora principalmente destacan la fama o la riqueza a costa del esfuerzo y la ética. La comunicación es raramente sobre la calidad de la verdadera relación de cara a cara; se trata de un asunto veloz donde la tasa de ping más rápida y el número de "amigos" y "me gusta" es lo que realmente importa. Hemos pasado de la excelencia de la presencia y el servicio, a un frenesí impulsado por el consumidor para adquirir estatus y poder.

Considera la trayectoria de los jóvenes que son enviados hacia ya través de las instituciones educativas, con sus medidas de desempeño ligados a los altos grados, altas puntuaciones de pruebas, actividades extracurriculares abundantes y estructuradas, la aceptación a una universidad de cuatro años de alto estatus, y elegir una carrera relacionada con ingresos más altos.

La suposición fundamental es que los que junten estos cinco "anillos" se les garantizará la seguridad en un mundo altamente estresante y cada vez más competitivo. Aquellos que persiguen estos objetivos exclusivos para todo lo demás bien pueden ser grandiosamente compensados; pero esto de ninguna manera garantiza la satisfacción emocional. Desafortunadamente, llegar a la cima de la escalera del éxito muy raramente resulta haber justificado los medios para llegar allí, en términos del bienestar interior.

Hacer un estudiante campeón se prioriza a costa de crear un sentido de significado en la vida. Los que no exhiben potencial de "grandeza" a menudo son marginados, humillados, e ignorados. La juventud viene a través de este sistema llenos de ideas acerca de cuales son las calificaciones adecuadas, los resultados de las pruebas, los

colegios, o qué les pueden prometer las carreras; y a menudo no tienen idea de lo que pueden ofrecer al mundo que no está ligado al interés propio, o tienen una idea de lo que el mundo

necesita de ellos. Los jóvenes que han llegado a la cima del éxito – un lugar en una universidad de la Ivy League – reportan cantidades asombrosas de depresión y ansiedad, incluso a medida que han logrado obtener el "anillo de oro." Y aquellos que no se ven a sí mismos como capaces de participar en esta "carrera a la cima" se quedan con sentimientos de insuficiencia y, a menudo irrelevancia.

Igualando la excelencia académica con la superioridad puede sostener los egos de los más destacados y la de sus padres, pero también puede crear un vacío rasposo. A través del espectro de logros, en aquellos que logran obtener el "anillo de oro" y los que lo ven como algo fuera de su alcance, hay un terreno común: la falta de sentirse realmente conectado y que pertenece al mundo.

Tal vez es hora de redefinir la excelencia.

Imagínate si la excelencia fuera incrustada en las cualidades de ser y de la interdependencia que se centran en el florecimiento de la comunidad, no sólo en la primacía del ascenso de la persona. Toda la evidencia actual, tanto como la orientada en la investigación y la anecdótica, sugiere que la conexión, la cooperación, el apoyo, la empatía y la expresión creativa – No la abundancia financiera o estatus social más de lo que se necesita para satisfacer las necesidades básicas – son las verdaderas claves de la felicidad de una vida bien vivida.

Nuestros sistemas educativos incorporarían factores como estos que afirman el bienestar social y emocional, no sólo para los que crean enorme competencia, el estrés y la segmentación social.

¿Qué preguntas podríamos preguntarles a nuestros jóvenes para hacer este nuevo estándar una realidad en sus vidas y la educación debe apoyar que las pregunten?

Algunas ideas:

¿Qué dones únicos tengo que me hacen esencial para mi comunidad?

¿Qué tan bien me puedo llevar con los demás a nivel mundial en este mundo emergente y complejo?

¿Qué tan bien puedo trabajar a través de los inevitables fracasos, frustraciones y decepciones?

¿Cómo puedo probar y estirar mi capacidad de aprender continuamente nuevas ideas y habilidades?

¿Cómo puedo cuidar a los demás de una manera tan profunda, confiable y ética que mis conexiones constantemente apoyan y nutren mi crecimiento?

Si tuviéramos que dar prioridad a esta lista por igual junto con lo académico, los exámenes y la aceptación a una universidad de alto nivel, consideremos lo diferente que podríamos capacitar a los maestros e imaginamos el salón de clases. Ten en cuenta lo diferente que los padres podrían relacionarse con sus hijos y cómo esto afectaría a las relaciones de maestro a alumno.

¿No es tiempo que sobresaliéramos en un mundo que es mejor para todos nosotros y que resalta los dones de cada uno que existe en el?

En el contexto de significado, el crecimiento, la firmeza de carácter, y la empatía, podemos aprender no sólo sobre la materia y el contenido, sino cómo ser realmente los autores de nuestras propias vidas dentro de una comunidad sólida, generativa y conectada.

