

Ayudando a los Estudiantes a Aprender

Consejos que las Familias Pueden Usar para Ayudar a los Estudiantes a Salir Mejor en la Escuela



Noviembre 2014

Martin Luther King Middle School

Tenga expectativas altas y lo más probable es que su hijo las alcance

¿Usted quiere que su hijo rinda bien en la intermedia? Dígale que las metas que tiene para él son ambiciosas y que cree que las alcanzará. Los estudios revelan que los adolescentes cuyos padres esperan de ellos un buen desempeño, por lo general lo logran.

Sin embargo, la clave es tener cuidado que las expectativas no sean tan ambiciosas que a su hijo le resulte imposible alcanzarlas. Tendrían que ser difíciles y exigirle empeño, pero al mismo tiempo ser alcanzables, siempre que trabaje con dedicación.

Cuando establezca expectativas, recuerde:

- **Ser claro.** Evite los comentarios imprecisos sobre las metas. En lugar de decir, "Quiero que rindas mejor este semestre", sea específico y diga, "Este semestre, quiero que mejores tu calificación de matemáticas cinco puntos". Una meta concreta es alcanzable; un objetivo difuso no lo es.
- **Pensar en el futuro, pero concéntrese en el presente.** Soñar sobre una beca para la universidad no tiene nada de malo. Pero ese sueño, aun si se convierte en realidad, no se concretará sino en varios años. Mientras tanto, el plazo de entrega del informe literario es el jueves. Podría serle más útil recordarle que relea el capítulo en lugar de mencionarle la competencia para ingresar en la universidad.
- **Tolerar los reveses.** Los adolescentes aprenden tanto de los fracasos como de los éxitos, así que no lo "salve" de los tropiezos. Cuando no logre alcanzar una meta, esté a su lado. Recuérdele que lo quiere. Y luego, ¡vuelva a esperar grandes cosas de él!



Fuente: W. Parker, "Setting Appropriately High Expectations for Children," niswc.com/bar.



Para completar los proyectos, divídalos

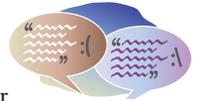
Muchos estudiantes de la intermedia todavía están acostumbrándose a la cantidad de tarea que deben completar. Y cuando además les asignan un proyecto a largo plazo, todo les resulta abrumador. Para ayudar a su hijo a administrar las nuevas exigencias sobre su tiempo, anímelo a:

- **Dividir el proyecto** en unos cinco pasos. (Menos si es un proyecto pequeño, más si es muy grande).
- **Especificar cada uno de los pasos.** "Buscar 10 datos que acrediten el tema. Anotar la fuente de cada uno", es mucho mejor que "Buscar un sitio web sobre el tema".
- **Fijar un plazo** para cada uno de los pasos. Esto es vital. Si tiene varios plazos pequeños, el proyecto siempre se mantiene fresco en la mente de su hijo. Además, lo mantiene encarrillado para completarlo.
- **Programar** cuánto tiempo trabajará en el proyecto cada noche.
- **Darse una pequeña recompensa,** tal como ver un poquito de tele, cada vez que complete un paso.

Fuente: A.K. Dolin, *Homework Made Simple: Tips, Tools and Solutions for Stress-Free Homework*, Advantage Books.

Por el simple gusto de argüir

Su hijo está aprendiendo a razonar en un nivel superior. Puede pensar sobre conceptos abstractos y formar ideas en el acto. Y vamos, sí que puede argumentar.



Los argumentos pueden ser cansadores, pero tenga paciencia. La capacidad de razonar de su hijo está desarrollándose, y sus discusiones así lo prueban. Considere sus ideas, pero recuerde que usted es el adulto a cargo.

El aprendizaje sigue en casa

Todos los padres contribuyen de manera valiosa a mejorar el rendimiento académico de sus hijos. Pruebe estas ideas con su adolescente:

- **Lean en voz alta, el uno al otro.** Comenten lo que han leído.
- **Asígnele nuevas responsabilidades.**
- **Hablen de los temas** que está aprendiendo en la escuela y pregúntele qué opina de ellos.
- **Pasen tiempo junto.**
- **Pídale que razone.** Hablen de las similitudes y diferencias. Pídale consejos cuando tenga un problema. Hágale preguntas que comiencen con "¿Y qué si ... ?"



Acosadores y víctimas: ambos corren peligro

Los estudios revelan que tanto la víctima del acoso como el acosador sufren una serie de problemas causados por la intimidación, y que además, son más propensos a consumir sustancias peligrosas. Es recomendable estar atento a:

- **El estado de ánimo de su hijo.** Si detecta un cambio negativo en su personalidad que dura varios días, hable con su hijo de lo que le ocurre. Si no le dice nada, comuníquese con el consejero.
- **El uso de la computadora y el móvil.**
- **La relación que tiene con usted.** Dígale claramente que usted está preocupado y que no permitirá que nadie lo lastime. Tampoco pondrá en peligro su salud.

Fuente: "Bullying in Middle School May Lead to Increased Substance Abuse in High School," Science Daily, niswc.com/substance.



¿Cómo apoyo la iniciativa de mi hijo de comenzar de cero?

P: Mi estudiante de octavo grado ha empezado el año con muchos problemas, pero parece que ahora está corrigiendo sus errores. Quiero que adquiera buenos hábitos antes de ingresar en la secundaria. ¿Qué puedo hacer para mantenerlo por el buen camino sin presionar demasiado?

R: Felicidades por darse cuenta de que, a veces, es importante dejarlos solos. Si bien usted desea que él continúe por el buen camino, no es bueno que controle y administre cada segundo de su día. Para apoyar sus nuevos hábitos positivos sin socavarlos:



- **Elogie su iniciativa.** Dígale a su hijo lo orgulloso que se siente por los cambios que ha adoptado. "Creo que es estupendo que estés esforzándote por entregar tus tareas a tiempo". Tal vez reaccione con indiferencia, pero la aprobación de sus padres probablemente tenga un valor incalculable para él.
- **Evite los elogios con doble intención.** Cuando lo esté felicitando por su progreso, no saque a colación los malos hábitos del pasado. Él ya sabe que cometió errores; no hay razón para recordárselo.
- **Ayude discretamente.** Preste atención a las técnicas de estudio beneficiosas que tiene su hijo y apóyelas discretamente. Si ahora ha decidido estudiar antes de la cena, sírvale un bocadillo nutritivo. Si finalmente está usando su escritorio para hacer tareas, verifique que su lámpara le dé la luz necesaria y que tenga los útiles que precisa. Si está organizando mejor su tiempo, dele un calendario grande para ayudarlo a seguirle la pista a todo lo que debe hacer.

Cuestionario Para Padres

¿Cómo está lidiando con la adolescencia?

La adolescencia es un período de rápidos cambios en los niños. ¿Está preparado para guiar a su hijo mientras los atraviesa? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas:

1. **¿Comprende** que su hijo necesita empezar a separarse de usted?
2. **¿Acepta** que su hijo se siente más temperamental que antes? Sin embargo, esto no excusa el comportamiento insolente o irrespetuoso.
3. **¿Respeta** la privacidad de su hijo, pero al mismo tiempo se mantiene al tanto de quiénes son sus amigos y qué actividades hace?
4. **¿Es firme,** justo y constante al explicar y aplicar las reglas de su hogar, y al expresar sus valores, aunque él quiera poner a prueba los límites?
5. **¿Anima** a su hijo a pensar en el futuro y a establecer metas,

mientras que al mismo tiempo acepta que tiene que estar más concentrado en el aquí y ahora?

¿Cómo le está yendo?

Si la mayoría de sus respuestas fueron sí, esto significa que está ayudando a su hijo a encarar los años de la intermedia. Para cada respuesta no, pruebe la idea correspondiente del cuestionario.

“La mejor forma de describir la adolescencia es que es el período que comienza con la pubertad y termina ... en algún momento”.

—David Walsh, Ph.D.

Inspire el deseo de sobresalir

No siempre resulta fácil mantener motivado a un estudiante de intermedia. Pero no permita que se desanime por los vaivenes del día a día. Para inspirar a su hijo a esforzarse lo más que pueda:

- **Ayúdelo a establecer sus propias metas.** “Leer por placer cada fin de semana”. “Estudiar ciencia tres noches por semana”. Cuanto más alcanzables las metas, más probabilidades que sienta que las está alcanzando.
- **Dele la perspectiva adecuada.** Si se siente enojado porque obtuvo una mala calificación, recuérdale que un par de notas bajas no arruinarán su futuro.
- **Premie el éxito.** Las buenas calificaciones son su propia recompensa, ¡pero todos apreciamos algo especial de vez en cuando!

Sea honesto con respecto a la integridad

Incúlquele a su hijo un sentido de la integridad y él trabajará con dedicación en la escuela, además de convertirse en un adulto que exhibe un comportamiento ético. Para promover la integridad:

- **Hable al respecto.** Una encuesta reveló que 60% de los estudiantes habían admitido copiar en la escuela. Si su hijo opina que esto no es nada grave, pregúntele por qué. La deshonestidad académica nunca es aceptable.
- **Dé el ejemplo de integridad.** Su hijo siempre lo observa y aprende de usted.

Resuelva un problema de matemáticas

A algunos estudiantes de intermedia les resulta difícil la matemática. Anime a su hijo a:



- **Aprovechar al máximo** el tiempo de clase. Anote dos ejemplos de cada tipo de problema que haya presentado el maestro.
- **Revisar a diario los apuntes de clase.**
- **Buscar en el libro de texto** ejemplos de problemas y sus explicaciones.
- **Pedir ayuda.** Su hijo debe hacer su tareas, pero puede pedirle a un compañero que demuestre un concepto.

Fuente: “Homework Help for Middle School Math,” Math and Reading Help, nswc.com/solve.

Ayudando a los Estudiantes a Aprender™

Editor Responsable: Phillip Wherry.

Editora: Alison McLean.

Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.

Escritora: Erika Beasley. Gerente de Producción: Pat Carter.

Ilustraciones: Maher & Mignella, Cherry Hill, NJ.

Copyright © 2014, The Parent Institute®, una división de NIS, Inc.

P.O. Box 7474, Fairfax Station, VA 22039-7474

1-800-756-5525 • www.parent-institute.com • ISSN 1527-1064