

Ayudando a los Estudiantes a Aprender

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



Abril 2019

Dodson Middle School
Home of the Dolphins

Si su hijo tiene dificultades, evite la 'indefensión adquirida'

Los niños aprenden a diferente paso, de distinto modo, y un tropiezo en la escuela ciertamente no significa que la carrera académica de su hijo está condenada al fracaso. Pero a veces, después de un par de reveses seguidos, los estudiantes se sienten tan temerosos de fallar otra vez que se rehúsan a abordar una tarea nueva o difícil. Esta visión paralizante de que no son capaces de rendir bien se conoce como *indefensión adquirida*.



Para proteger a su hijo de esta indefensión adquirida después de un fracaso, anímelo a:

- **Ser optimista.** Si cree que puede aprender y mejorar, y se concentra en empeñarse lo más que pueda, es más susceptible de tener éxito.
- **Abordar primero las tareas más fáciles.** Con frecuencia, les decimos a los estudiantes que aborden primero lo más difícil, para sacárselo de encima. Pero completar primero una tarea fácil podría darle la confianza que necesita para seguir adelante.
- **Probar nuevas estrategias.** ¿Acaso comprenderá mejor el material si hace ilustraciones o gráficos? ¿Entenderá mejor el texto si se graba a sí mismo leyéndolo y luego lo escucha?

Apoye a su hijo al mantener usted mismo una actitud optimista. Dígale a su hijo cómo puede sobreponerse a los obstáculos. Y evite dirigirse a él sarcásticamente o señalándole sus fallas. Esto no motivará a su hijo; lo lastimará.



La variedad mejora la lectura

Aunque su hijo nunca lea una novela por placer, no cometa el error de tildarlo de mal lector. Es posible que se lo crea. En lugar de ello, reconozca el valor de las otras cosas que lee. Anime a su hijo a leer:

- **Revistas.** Seguir de cerca el desempeño de un equipo deportivo le enseña a su hijo a leer el diario o los sitios internet para obtener información. Hágle preguntas que lo obliguen a investigar.
- **Los resultados deportivos.** Seguir de cerca el desempeño de un equipo deportivo le enseña a su hijo a leer el diario o los sitios internet para obtener información. Hágle preguntas que lo obliguen a investigar.
- **Novelas y cuentos.** Estos pueden mejorar la fluidez y comprensión y enriquecer el vocabulario de su hijo.
- **Manuales de instrucción.** Su hijo aprenderá que leer puede enseñarle cosas prácticas.
- **Mensajes de texto.** Enviar y leer mensajes de texto es lectura para la comunicación. Pero si estos mensajes son lo único que su hijo lee, ¡ha llegado la hora de establecer un límite e introducir algo de variedad en lo que lee!

La fiebre de primavera no es motivo para faltar a la escuela

El buen desempeño académico de su hijo en la escuela depende de su asistencia, aun en un día cálido de primavera, cuando le gustaría hacer otra cosa. No se olvide de:

- **Recordarle a su hijo** que usted espera que asista a todas sus clases, todos los días.
- **Prohibir las ausencias** porque se siente aburrido, cansado o no está preparado.
- **Trabajar con la escuela** si descubre que su hijo ha estado faltando a clases. La gran mayoría de los problemas pueden solucionarse cuando los padres, estudiantes y las escuelas trabajan cooperativamente.

Fomente cambios saludables

Ciertos pequeños cambios pueden tener un impacto importante en la salud y la capacidad de pensar y aprender de su hijo. Puede empezar con estos dos ahora mismo:

1. **Beba agua,** y en bastante cantidad. Setenta y cinco por ciento del cerebro de su hijo es agua. Tiene que estar hidratado para funcionar bien.
2. **Haga más ejercicio.** La clase de educación física no es suficiente. Los adolescentes necesitan por lo menos una hora de ejercicio por día.



Lista de control para escribir

Los estudiantes de intermedia suelen ser muy sensibles cuando se les critica el trabajo que hacen. Entonces, dele a él mismo la tarea de mejorar su escritura mediante el uso de esta lista de control:

- **He leído completamente** la composición para ver si tiene sentido.
- **La introducción** expone claramente cuál es la idea central de la composición.
- **Los puntos que presento** fluyen lógicamente.
- **Reemplacé las palabras vagas** con otras más específicas.
- **Acorté las oraciones** largas y verbosas.





¿Qué puedo hacer para que mi hijo se sienta a trabajar?

P: Mi hijo siempre estudia para los exámenes y las pruebas cortas, pero frecuentemente no completa las tareas. ¿Qué puedo hacer para ayudarlo a asumir responsabilidad por sus tareas diarias?

R: Quizá a su hijo le parezca que las pruebas y los exámenes son más importantes, pero es la tarea lo que refuerza el aprendizaje a diario.



Para ayudarlo a tomarse las tareas más seriamente:

- **Hablen del problema.** Si usted no se lo ha dicho claramente todavía, hágalo ahora mismo. "Me he dado cuenta de que te estás descuidando con la tarea. Esto no es aceptable, así que veamos cómo podemos cambiar esta situación."
- **Establezca y aplique un horario diario para las tareas.** Determine qué horario le funciona mejor a su hijo y haga que se cumpla. Si no tiene tarea, puede usar el tiempo para repasar, trabajar en un proyecto a largo plazo o leer.
- **Relacione las tareas con los privilegios.** "Cuando termines las tareas, podrás ver la tele". Revise su trabajo para verificar que lo haya completado cuando le dice que sí lo ha hecho.
- **Siga el asunto de cerca.** Si sus estrategias no están funcionando, los maestros deberían intervenir. Dígale a su hijo que usted controlará semanalmente que esté entregando sus tareas. Decida qué consecuencia aplicará si descubre que él no lo hace. Y luego, cumpla con lo que ha dicho.

Cuestionario Para Padres

¿Qué pasa en las horas después de clases?

Muchos estudiantes de intermedia se quedan solos por varias horas después de clases. Para algunos, la falta de supervisión significa más oportunidades para meterse en problemas. ¿Está usted supervisando las horas que su hijo pasa a solas después de llegar de la escuela? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas:

1. **¿Se mantiene** en contacto con su hijo por teléfono cuando sale de la escuela y usted no está con él?
2. **¿Ha hecho** arreglos para que hijo tenga un adulto con el que pueda comunicarse después de sus clases, tal como un pariente, un vecino o una niñera?
3. **¿Anima** a su hijo a participar en actividades extracurriculares que están supervisadas por un adulto?
4. **¿Ha establecido** reglas respecto a quién puede visitar la casa cuando usted no está?
5. **¿Habla** de los peligros a los que los adolescentes están expuestos

en las horas después de clases y cómo evitarlos?

¿Cómo le está yendo?

Más respuestas *sí* significa que usted está ayudando a su hijo a mantenerse seguro y ser productivo después de las clases. Para cada respuesta *no*, pruebe esa idea.

"En términos automovilísticos, el niño suministra la energía, pero son los padres quienes controlan el volante".
—Dr. Benjamin Spock

Usted todavía es quien manda

Su hijo está madurando. Comprende ideas más complejas. Tal vez usted le haya dado más libertad. Pero su hijo todavía precisa de un padre que lo guíe, y debería respetar a usted y a otros adultos. No se olvide de:

- **Insistir en que hable cortésmente.** No tolere las groserías. Dígale a su hijo que usted le responderá cuando le hable con cortesía.
- **Aplicar las reglas** y las consecuencias.
- **Ser bondadoso** con su hijo y sus amigos, pero no trate de ser "uno más del grupo".
- **Tomar sus decisiones** en base a su sentido común de padre, no en lo que les gustaría a su hijo y a sus amigos.

Mantenga motivado a su hijo hasta el último día

Para que su hijo continúe concentrado en la escuela hasta el último día de clases:



- **Reconozca** su progreso y sus éxitos. Dígale lo orgulloso que se siente de él. Los estudiantes de intermedia se comportan como si no les interesara la aprobación de sus padres, pero en realidad, sí les interesa.
- **Animelo** a superarse constantemente.
- **Hable** de cómo todo lo que está aprendiendo le será útil en el futuro.

Aplique sus reglas sobre el alcohol y las drogas

Probar drogas y alcohol *no* es un rito de iniciación normal para los jóvenes. Consumir alcohol o drogas, aunque sea una vez, puede causarle daño a su hijo. Déjele bien en claro que usted espera que él no corra este riesgo:

- **Sea explícito.** En vez de "Ten cuidado", dígale, "No puedes consumir drogas y alcohol".
- **Explíquele las razones.** "El consumo de alcohol por menores de edad y el consumo de drogas es ilegal. Además, son sustancias dañinas para la salud."
- **No deje que su hijo** pase el rato con amigos que usted sabe consumen drogas, sin que esté presente un adulto.

Ayudando a los Estudiantes a Aprender™

Publicado en inglés y español, de septiembre a mayo.

Editor Responsable: Doris McLaughlin.

Editor Emérito: John H. Wherry, Ed.D.

Editora: Alison McLean. Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.

Editoras: Rebecca Miyares y Erika Beasley.

Gerente de Producción: Sara Amon.

Copyright © 2019, The Parent Institute®, una división de PaperClip Media, Inc.

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

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