

Ayudando a los Estudiantes a Aprender

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



Febrero 2019

Cotulla Independent School District

Estrategias para decir que no a la presión negativa de los compañeros

A medida que los adolescentes se hacen más independientes, se torna más importante para ellos aprender a tomar decisiones responsablemente. Saber cómo hacerle frente a la presión negativa de los compañeros es una parte esencial de este proceso.

Arme a su hijo con una variedad de estrategias para decirles que *no* a todas las cosas que él sabe están mal, o que no sean para él. Su adolescente podría:



- **Dar una razón personal.** “Me estoy esforzando por entrar al equipo titular. No quiero echar a perder mi salud o mi historial por consumir drogas”.
- **Hablar de lo que podría pasar.** “Lo siento, acaban de identificar a la persona que pintó las paredes de la escuela y lo han suspendido. No me puedo arriesgar”.
- **Ser despectivo.** Su adolescente simplemente podría lanzar una mirada desdeñosa, sacudir la cabeza y alejarse.
- **Sugerir otra actividad.** “Estaba pensado ir al cine esta noche. ¿Quién quiere venir conmigo en lugar de ir a la fiesta?”
- **Aplicar algo de presión él mismo.** “¿Realmente quieres fumar marihuana? Todos te van a considerar un adicto”.
- **Poner distancia.** Una persona que constantemente quiere meter a su hijo en problemas no es un verdadero amigo. Sugíerale que considere evitar a esa persona, por lo menos por el momento.



Considere las calificaciones bajo una perspectiva equilibrada

A los padres que quieren lo mejor para sus hijos, les resulta fácil hacer hincapié en las calificaciones. Claro que son importantes, pero no son el único indicador del éxito futuro, y pueden ser una causa importante de estrés para los jóvenes. Para mantener las calificaciones bajo la perspectiva apropiada:

- **Evite enviarle a su joven** el mensaje equivocado. A veces, los adolescentes creen que sus padres quieren que obtengan buenas notas a cualquier costo, lo que podría motivarlos a copiar.
- **Deje en claro** que el amor que siente por su hijo no depende de su libreta de calificaciones. Dígale lo orgulloso que se siente cada vez que termina un proyecto complejo o mejora su nota en una materia difícil.
- **Anime a su joven** a procurar la excelencia personal en lugar de la perfección. Debería tratar de desempeñarse lo mejor que pueda, y no necesariamente tratar de ser el mejor.
- **Recuérdale a su joven** que si bien la competencia para ingresar a universidades selectas es muy reñida, hay muchísimas instituciones estupendas. Asegúrele que trabajará con él para encontrar una que se ajuste a sus intereses y aspiraciones.

Haga una carpeta para el futuro

Armar una carpeta para la universidad y una carrera es una estupenda forma de prepararse para la universidad o el campo laboral. Ayude a su joven a hacer una carpeta donde pueda escribir información de su:

- **Desempeño académico.** Incluya sus clases, calificaciones y planes para cumplir con los requisitos.
- **Actividades,** incluyendo las fechas y cualquier cargo que haya desempeñado en la directiva del grupo.
- **Logros,** incluyendo premios o reconocimientos que haya recibido, tal como integrar el cuadro de honor de su clase.

¿Son adecuadas las reglas?

Todos los estudiantes de secundaria son distintos, como lo son las reglas que las familias establecen en su hogar. Pero, hacerse estas preguntas le será muy útil para fijar reglas apropiadas para su joven. Pregúntese:



- **¿Ha tenido mi hijo** la oportunidad de opinar? Pídale su opinión y luego tome usted la decisión final.
- **Esta regla,** ¿fomentará la independencia de mi hijo? Los jóvenes necesitan oportunidades para tomar decisiones dentro de límites razonables.
- **¿Sigo yo** esta regla? Dele el ejemplo a su hijo.
- **Mi joven,** ¿comprende las consecuencias de desobedecer estas reglas?

Una cronología ayuda a ver la importancia de la historia

Las cronologías ayudan a los estudiantes a comprender la relación entre varios sucesos históricos. Anime a su joven a elaborar una cronología de la era que está estudiando. Pídale que:



- **Identifique las fechas de la era.** ¿Cuándo comenzó y terminó el período?
- **Incluya sucesos clave.** Debería resumir lo que ocurrió, cuándo, dónde y quién participó.
- **Incluya ilustraciones** que lo ayuden a visualizar cómo se desarrollaron los sucesos.



¿Cómo puedo enseñarle a mi joven a no aplazar sus tareas?

P: Mi hijo es inteligente, pero siempre deja todo para el último minuto. Aplaza sus proyectos y tareas hasta la noche antes de la fecha de entrega y luego tiene que hacerlos de prisa. Sus calificaciones están empeorando. ¿Qué puedo hacer para ayudarlo a abandonar este hábito?

R: Aplazar las cosas, como muchos otros malos hábitos de trabajo, puede tener consecuencias muy graves y su hijo debe abandonarlo antes de comenzar la universidad o ingresar al campo laboral. Para ayudarlo:

- **Averigüe qué lo causa.** Pregúntele por qué razón aplaza las cosas. ¿Teme no desempeñarse bien? ¿Le gusta la emoción de trabajar de prisa, corriendo contra el reloj? Si no está seguro de cómo lidiar con la situación, sugiérale que se reúna con su consejero académico.
- **Anime a su hijo a dividir** los proyectos grandes en componentes más pequeños. Luego, debería fijar un plazo para cada paso, empezando desde la fecha de entrega hacia atrás. Tal vez espere hasta el último minuto de cada uno de los plazos para hacer esa parte, pero una vez que termine esa sección es posible que se dé cuenta que es más fácil seguir trabajando. Y, poquito a poco, terminará el proyecto.
- **Ayude a su adolescente** a relacionar la tarea con sus metas a largo plazo. Por ejemplo, aprender a administrar el tiempo y cumplir con los plazos de entrega presentando trabajo de calidad, lo ayudará a rendir mejor en la escuela y en el campo de trabajo.



Cuestionario Para Padres

¿Está inculcando los valores de su familia?

Los padres desempeñan un papel importantísimo en la tarea de moldear los valores de sus hijos. Ahora que su adolescente se encamina hacia la edad adulta, ¿le está enseñando y mostrando cómo valorar las cosas que usted considera importantes? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas:

1. **¿Aprovecha** al máximo las oportunidades cotidianas para hablar de sus valores con su joven?
2. **¿Pone** sus valores en práctica? Si usted, por ejemplo, valora la compasión, ¿es amable y bondadoso?
3. **¿Difunde** sus valores en su comunidad, al servir como voluntario o ayudar a un vecino, por ejemplo?
4. **¿Elogia** a su adolescente cuando lo ve poniendo en práctica los valores de su familia?
5. **¿Reconoce** a aquellas personas que ponen en práctica sus valores?

¿Cómo le está yendo?

Más respuestas *sí* significa que le está inculcando a su joven los valores de su familia. Para cada respuesta *no*, pruebe esa idea.

“Un pueblo que valora sus privilegios por sobre sus principios, pronto perderá ambos”.
—Dwight D. Eisenhower

Multiplique el conocimiento

Rendir bien en matemáticas requiere esfuerzo a diario. Sugiérale a su joven estas estrategias comprobadas para mejorar su rendimiento:

1. **Lea el capítulo por adelantado.** Si la maestra enseñará el capítulo 4 la próxima clase, pídale a su joven que lo lea la noche antes, y que luego trate de resolver algunos problemas. De este modo, podrá darse cuenta qué le resulta confuso, y en qué se debe concentrar en la clase.
2. **Haga preguntas en la clase.** Recuérdale a su joven que si tiene una pregunta, es probable que otros también tengan la misma duda.
3. **Encuentre un compañero de estudio** a quien pueda llamar para discutir estrategias que los ayuden a resolver los problemas.

Enséñele finanzas a su joven

Los estudios revelan que la gran mayoría de los jóvenes de 18 – 24 años no tienen los conocimientos de administración financiera que precisan para tener estabilidad financiera. Para aumentar los conocimientos financieros de su joven, enséñele conceptos como el *interés*. Por ejemplo, ¿cuánto tendrá que pagar si tiene un balance de \$1000 durante un año y la tarjeta de crédito le cobra un interés del 20 por ciento?



Fuente: “Many young adults lack financial literacy, economic stability, study finds,” Science Daily, niswc.com/credit.

¡Abogue por los idiomas!

Un reciente informe de la Academia Americana de Artes y Ciencias, concluyó que aprender un idioma extranjero además del inglés es muy importante para el futuro de los jóvenes de hoy. Para apoyar el aprendizaje de un idioma extranjero:

- **Pídale a su joven que le enseñe** algunas frases a usted. Úselas en su casa.
- **Asistan juntos a festivales** y funciones culturales relacionadas con el idioma.
- **Animelo a mejorar sus destrezas** lingüísticas en su idioma materno si usted habla un idioma que no es el inglés.

Fuente: D.E. Davidson, “Why Study a Foreign Language When the Rest of the World is Learning English?” American Councils for International Education, niswc.com/languages.

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 1527-1072