

Ayudando a los Estudiantes a Aprender

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

Dana Middle School
San Pedro, CA

Octubre 2009

CONSEJOS PARA LAS PRUEBAS

Elimine la presión y la ansiedad que vienen con las pruebas

¿Es que el estómago de su hijo le da un vuelco la noche antes de una prueba importante? Usted no puede rendirla por él, pero sí puede ayudarlo a prepararse para el gran día:

- **Hable con su hijo.** Pregúntele por qué se siente tan nervioso. ¿No comprende la materia? ¿Necesita ayuda para comenzar? A veces, simplemente hablar de la situación la torna menos intimidante.
- **Ayúdelo a elaborar un plan de estudio.** Anímelo a estudiar un poquito cada día con anticipación a la prueba. De este modo, no pasará estudiando todo de golpe la noche antes.
- **Dedique un rinconcito de su casa,** bien iluminado y tranquilo, para que sea el sitio de estudio. Verifique que su hijo tenga todos los útiles necesarios, incluyendo un bocadillo nutritivo.
- **Recuérdle cuáles son sus fortalezas.** “Sé que estás preocupado por la prueba de historia, pero recuerda lo bien que te fue en el último examen.” Concéntrese en las cosas positivas.



Después de la prueba, evite reaccionar de manera exagerada. Si a su hijo al final le va mal, no explote. En lugar de ellos, analice calmadamente qué fue lo que hizo y hable de cómo podría cambiar las cosas la próxima vez. Aplazarse en una prueba no es algo bueno, pero tampoco es motivo para ponerse histéricos.

Fuente: “Helping Your Child with Test-Taking—Helping Your Child Succeed in School,” U.S. Dept. of Education, www.ed.gov/parents/academic/help/succeed/part9.html.

MOTIVANDO A SU HIJO

Su apoyo motiva a su preadolescente

Los estudios revelan que la influencia positiva de un adulto es fundamental para que a los chicos les vaya bien. Los niños que tienen un ejemplo a seguir:

- **Se sienten** más seguros, optimistas y contentos.
- **Son** menos propensos a copiar en las pruebas en la escuela.
- **Tienden** a creer que sí pueden triunfar.
- **Son** más susceptibles de obtener buenas calificaciones.

Estas son algunas maneras ya probadas de lograr que su hijo continúe motivado:

- **Evite** juzgar a su hijo. Él es mucho más que la ropa que se pone. Llegue a conocerlo de verdad.
- **Elógielo.** Muchas veces, acusamos falsamente a los chicos. Cuando él haga algo estupendo, ¡dígaselo!
- **Respételo.** No descarte las opiniones de su hijo simplemente porque “es un muchacho.” Dele la atención que se merece.

Fuente: Anthony W. Jackson y otros, *Making the Most of Middle School: A Field Guide for Parents and Others*, ISBN: 0-8077-4476-X (Teachers College Press, www.tcpress.com).

TRABAJANDO CON LA ESCUELA

Su participación es esencial

Uno de los recursos más valiosos que tiene la escuela de su hijo es *usted*. Las escuelas que promueven la participación de los padres tienden a producir mejores estudiantes, señala la Asociación Nacional de Escuelas de Intermedia. Participar es fácil. Visite la escuela. Haga las tareas con su hijo. Hable con los maestros. ¡Su esfuerzo valdrá la pena!

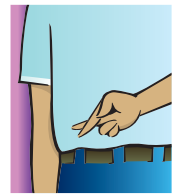
Fuente: National Middle School Association, “14 Qualities Announced for Effective Middle Schools as ‘Roadmap to Achievement,’” http://nmsa.org/news/Release_qualities.pdf.

VALORES POSITIVOS

Promueva la honestidad

Muchas veces, los padres se escandalizan cuando se enteran que sus hijos no han sido honestos. Tal vez hayan pescado a su preadolescente diciendo algo que no se considera la verdad absoluta. Para inculcarle a su hijo el valor de la honestidad:

- **Dele** a su hijo la oportunidad de ser honesto. Si usted duda de él, dígame, “Me está resultando difícil creerte ahora ...”
- **Cuando** vea algo deshonesto, coméntelo con su hijo.
- **Reconozca** cuando su hijo se comporte honestamente. Dígame algo positivo.
- **Nunca** reaccione de manera exagerada cuando su hijo no sea honesto con usted.



LA DISCIPLINA

Decida qué batallas libraré

Si usted pelea con su hijo constantemente, los dos terminarán enojados y frustrados. En lugar de ello, antes de cuestionar algo que haya hecho, pregúntese, “¿Esto es importante?” Si el problema es simplemente algo que le molesta, como por ejemplo, una habitación desordenada, déjelo pasar. Pero si es algo peligroso o inmoral, dígaselo.



Ayudando a los Estudiantes a Aprender™

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

Octubre 2009

Dele una guía sobre el respeto a su estudiante

¿Es que su preadolescente sabe lo que realmente significa el respeto? Enséñele que respetar simplemente significa tratar con amabilidad a todos los que nos rodean. Anímelo a:

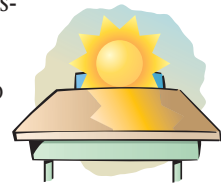
- **Ser amable** con los demás, cualquiera sea su aspecto o su formación.
- **Hablar** demostrando que valora a su interlocutor.
- **Escuchar** sin interrumpir o usar gestos descorteses, como mirar con desdén.

Deducir ayuda a los chicos a adquirir conocimientos

Una vez que están en la intermedia, los chicos deben poder “leer entre líneas.” Esto se conoce como *deducir*. Las deducciones se basan en las pistas que el lector obtiene del texto y en todo el conocimiento que ha acumulado. Para deducir mejor lo que lee, enséñele a su hijo a preguntarse a sí mismo que es importante, y cómo una acción influye otra y un evento conduce a otro.

Comience cada día con una buena rutina

Es normal que su hijo remolonee un poco en la mañana a la hora de alistarse para ir a la escuela. ¿Quién quiere salir de la cama para ir a clases? Pero la buena asistencia es vital y su trabajo es encargarse de que su hijo vaya a la escuela *todos* los días. Hágalo así:



- **Aplique** un horario razonable para acostarse.
- **Sujétese** a una rutina fija durante la mañanas.
- **Evite** el caos matutino. Pídale a su hijo que se prepare la noche antes.

PREGUNTAS Y RESPUESTAS

¿Qué pueden hacer los padres para alentar las buenas amistades?

P: Mi hija ha empezado a juntarse con un grupo de chicos que tiene mala reputación. No quiero ser cerrado de mente pero me preocupa que sucumbirá a la presión de sus amigos y seguirá su mal ejemplo. ¿Qué puedo hacer sin poner en peligro nuestra buena relación?



R: Es importante que hable con su hija. Pregúntele qué es lo que le gusta hacer con sus amigos. ¿Qué es lo que le atrae de ellos, en particular? ¿Qué valores tienen en común? Tal vez sea que la hacen sentirse más madura. O quizá opina como usted, es decir que no aprueba de la manera en que se comportan, pero no sabe qué hacer al respecto. Para orientarla en esta difícil situación:

- **Su conversación debe tener un tono general.** Tenga cuidado de no hablar individualmente de ninguno de ellos.
- **No juzgue.** No menosprecie a sus amigos o insulte su educación, sus padres, etc. Esto hará que su hija sienta que tiene que defenderlos.
- **Anime a su hija a sincerarse con usted.** “Parece que Isabel fue muy maleducada con el conductor del autobús hoy. ¿Cómo te sentiste al ver ese comportamiento?”
- **No la critique si acude** a usted con un problema de sus amigos. Límitese a escucharla.
- **Sea firme.** Si realmente tiene desconfianza de algunos de sus amigos, intervenga. Limite el tiempo que le permite pasar con ellos.

CUESTIONARIO PARA PADRES

¿Ofrece consejos para la hora de estudio?

Algunos niños desperdician mucho tiempo porque no saben cómo organizarse. Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas para determinar si está tratando de prevenir que esto ocurra.

- ___ 1. **¿Le ha dado** a su hijo un cuaderno y un calendario para anotar las tareas?
- ___ 2. **¿Anima** a su hijo a estudiar cuando esté despierto y alerta?
- ___ 3. **¿Ayuda** a su hijo a dividir las tareas grandes en partes más pequeñas y más fáciles de abordar?
- ___ 4. **¿Impide usted** el uso del teléfono, la tele y otras distracciones durante la hora de estudio?
- ___ 5. **¿Le sugiere usted** a su hijo que haga una lista diaria de las cosas por hacer?

¿Cómo le fue? Cada respuesta *sí* significa que usted está maximizando el tiempo de estudio de su hijo. Para cada respuesta *no* considere probar la idea correspondiente del cuestionario.

“Algunas personas sueñan con tener éxito. Otras, se despiertan y se dedican a alcanzarlo.”
—Autor desconocido

Ayudando a los Estudiantes a Aprender™

Editor: John H. Wherry, Ed.D.
Redactora: Jennifer McGovern.

Escritora: Erika Beasley.

Directora de Traducciones: Michelle Beal-García.
Gerente de Producción: Pat Carter.

Ilustraciones: Maher & Mignella, Cherry Hill, NJ.

Copyright © 2009, The Parent Institute®, a division of NIS Inc.
P.O. Box 7474, Fairfax Station, VA 22039-7474

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