

Ayudando a los Estudiantes a Aprender

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



Enero 2018

The School District, City of Erie
Federal Programs

Aprendizaje social, emocional para ayudar a los estudiantes

Los estudios revelan que el "aprendizaje social y emocional" (SEL, por su nombre en inglés) tiene un gran impacto positivo en el ambiente académico de la escuela. Además, conduce a un mejor aprovechamiento y bienestar entre los estudiantes. Y el SEL no está limitado al entorno escolar. En realidad, comienza en el hogar. Los expertos dividen el SEL en cinco áreas clave:



- 1. Autoconsciencia.** Anime a su hijo a explorar sus propios sentimientos, motivaciones, fortalezas y límites. Pregúntele cómo se siente respecto a una situación. ¿Qué le atrajo de un amigo en particular? ¿De qué se siente orgulloso?
- 2. Autocontrol.** Dele a su hijo consejos para controlar su humor y comportamiento, tal como respirar profundamente o concentrarse en una imagen positiva.
- 3. Conciencia social.** Dé usted el ejemplo a seguir. Exhiba respeto y compasión cuando se relacione con personas cuyo origen o formación sea diferente al suyo.
- 4. Destrezas sociales.** Si la relación que su hijo tiene con un maestro o un amigo es inestable, ayúdelo a pensar cuáles son los problemas, y cómo podría solucionarlos.
- 5. Toma de decisiones responsable.** Anime a su joven a enumerar los pro y los contra de cada opción. Ayúdelo a considerar el posible impacto que sus decisiones podrían tener en los demás.

Fuente: R. Weissberg y otros, "Why Social and Emotional Learning is Essential for Students," Edutopia, niswc.com/sel.



Para los exámenes, estudie paso a paso

Los estudiantes de intermedia saben que deben estudiar para sus exámenes, pero muchos de ellos no saben cómo hacerlo eficientemente. Si le enseña a su hijo este proceso para estudiar los exámenes de cada unidad, hará que la empresa le resulte más fácil. Pídale que:

- 1. Lea la primera sección** del capítulo. Si estudia una sección a la vez, es más probable que recuerde lo aprendido.
- 2. Piense en las preguntas** que el maestro podría hacer del material. Si a su hijo no se le ocurre ninguna, entonces debería volver a leer toda la sección.
- 3. Anote cada una** de las preguntas en una ficha de estudio. Luego,

debería escribir la respuesta correspondiente en el reverso.

- 4. Repita el proceso** para cada sección del capítulo o unidad.
- 5. Identifique el vocabulario clave.** Debería repararlo y hacer una ficha de estudio para cada palabra nueva.
- 6. Estudie las fichas.**

Fuente: "How to Prepare for Tests," The University of Alabama Center for Academic Success, niswc.com/chapter.

Los voluntarios ven la escuela desde adentro

Cuando usted colabora en la escuela, tiene la oportunidad de ver cómo funciona. Y esto es particularmente beneficioso si su familia acaba de mudarse al área, o si está acostumbrado a un tipo de escuela un tanto diferente. Al trabajar con los maestros, el personal de la escuela y otros padres, se familiarizará con el sistema local, y esto es muy beneficioso para su hijo.



Anime a su hijo a hacerse propósitos de aprendizaje

Su hijo puede empezar el 2018 con buen pie si se hace el propósito de mejorar sus hábitos de estudio. Sugíerale que:

- **Establezca un área de estudio.**
- **Adopte un horario fijo** para estudiar. Pídale que analice su horario y que seleccione un horario que le funcione a él.
- **Se organice todos los días.** Si su hijo archiva sus papeles, tira la basura y guarda sus cosas cada día, no se sentirá abrumado por el desorden.
- **Use la hora de las tareas** para estudiar, aunque no le hayan asignado ningún trabajo.

Anote todos los recordatorios

Para evitar hacer las tareas que les resultan desagradables, muchos estudiantes simplemente se "olvidan" de ellas. Para ayudar a su hijo a recordar sus responsabilidades, pídale que:



- **Anote todo.** Todos los días, debería elaborar una lista de lo que tiene que hacer y usar notitas autoadhesivas para dejarse recordatorios.
- **Use un calendario.** Si ya se aproxima el plazo de entrega de un proyecto particularmente difícil, pídale a su hijo que lo anote en el calendario cada día: "Entregar el informe en 5 días, entregar el informe en 4 días, etc."



¿Cómo puedo reavivar el interés de mi hijo en la escuela?

P: Debo decir que, en lo que va del año, mi hijo ha haraganeado bastante. Es inteligente, pero sus calificaciones no lo reflejan. Simplemente dice, "La escuela no es gran cosa". ¿Qué puedo hacer para cambiar esta actitud?

R: Lamentablemente, muchos estudiantes de intermedia tienen este punto de vista. Si bien la cultura popular recalca, de la boca para afuera, que la escuela es importante, con mucha frecuencia los niños reciben de las siguientes fuentes el mensaje opuesto:

- **Las anécdotas de individuos** que pasaron de la pobreza a la riqueza. Estas son las favoritas de los medios de comunicación. El punto principal es que, usualmente, el individuo abandonó la escuela. Pero estas anécdotas son noticia precisamente porque *raramente* ocurren.
- **El humor popular.** Muchos personajes no son muy inteligentes pero por cierto que son cómicos. Y muchos adolescentes se vuelven populares en la escuela gracias a su comportamiento un tanto alocado.
- **El mensaje que envían los padres.** Los padres que se quejan de los proyectos que asignan las maestras o no le dan a la escuela la importancia que requiere, les envían a sus hijos el mensaje que la escuela es un fastidio.



Dígale a su hijo claramente que las anécdotas de triunfos personales que oye son excepciones *rarisimas* a la regla. Hable con él de las diferencias entre lo que ve en la tele y la vida real. Luego, pregúntele de la escuela cada día, pues de este modo le demostrará que la escuela es lo más importante para usted. Hable con él de cómo se ha beneficiado gracias a la educación que ha recibido. Dígale que es más probable que su vida sea feliz y exitosa si se toma la escuela con seriedad.



¿Ayuda usted a su hijo a forjar su futuro?

Los estudiantes de intermedia pueden tener un impacto positivo en su carrera académica. ¿Está animando a su hijo a tomar las decisiones que lo prepararán bien para el futuro? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas:

1. **¿Recalca** la importancia de leer, y espera que su hijo lea a menudo?
2. **¿Anima** a su hijo a tomar las clases más avanzadas que pueda?
3. **¿Habla** con su hijo de las noticias de actualidad y le señala su relación con la cívica y la historia?
4. **¿Insta** a su hijo a aprender un idioma extranjero? Si comienza a estudiarlo ahora, tendrá una ventaja cuando empiece la secundaria.
5. **¿Habla** con su hijo de sus intereses y de cómo podrían aplicarse a una carrera profesional?

¿Cómo le está yendo?

Más respuestas *sí* significa que usted está ayudando a su hijo a hacer planes para un futuro brillante. Para cada respuesta *no*, pruebe la idea correspondiente del cuestionario.

"No siempre podemos construir el futuro para nuestros jóvenes, pero sí podemos formar a nuestros jóvenes para el futuro".
—Franklin D. Roosevelt

Póngale fin a las groserías

Los estudiantes de intermedia no son siempre corteses. Para abordar el problema de las réplicas insolentes y promover la urbanidad:

- **Señale cuál es el problema.** "Tu tono no es apropiado".
- **Señale con calma.** "Si continúas hablándome con insolencia, no podrás usar tu móvil el resto del día".
- **Considere su intención.** A veces, lo que parece insolencia es el intento de su hijo por expresar una opinión diferente. Muéstrele cómo expresar sus ideas usando un tono respetuoso.
- **Reconozca cuando las cosas mejoran.** ¿Su hijo ya no le contesta con insolencia? ¡Dígaselo!

Insista en la asistencia regular

Los estudios revelan que los adolescentes que faltan constantemente a la escuela, son más propensos a graduarse después que sus compañeros o inclusive a abandonar la escuela completamente. ¿Las buenas noticias? Incluso hasta una pequeña mejora en el historial de asistencia puede aumentar significativamente las probabilidades de una carrera escolar exitosa.



Fuente: "In Middle School, Grades and Attendances Matter," Attendance Works, niswc.com/inschool.

Dele un empujoncito a su hijo

Si su hijo de intermedia tiene dificultades con la carga de trabajo más pesada y las tareas más complejas que le están asignando, el apoyo que usted le ofrezca puede marcar la diferencia. Demuéstrelo de este modo:

- **Dígale a su hijo** que usted tiene confianza en él y que usted sabe que él sí puede hacerlo.
- **Señálele cuánto** ya ha aprendido en la intermedia.
- **Elógielo** cuando lo vea esforzándose.
- **Anímelo a hablar** con sus maestros de cualquier tema que no entienda.

Fuente: "Helping Your Teen With Homework," KidsHealth, niswc.com/support_homework.

Ayudando a los Estudiantes a Aprender™

Publicado en inglés y español, de septiembre a mayo.

Editor Responsable: L. Andrew 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 © 2018, 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