

Ayudando a los Estudiantes a Aprender

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



Diciembre 2017

The School District, City of Erie
Federal Programs

Empodere a su hijo para hacerle frente al acoso en la escuela

El acoso o la intimidación, desde las bur-las en la cafetería, hasta el abuso físico o el acoso cibernético, es más común en los años de la intermedia. Los estudios revelan que los estudiantes "populares" son más propensos a intimidar ellos mismos, y que este comportamiento suele percibirse como algo "chévere". Aquellos estudiantes que son simples espectadores, o que recompensan a los amedrentadores con su amistad o estima, hacen que el problema empeore.



Para alentar a su hijo a hacerle frente al acoso en lugar de ser un simple espectador:

- **Ayúdelo a reconocer la intimidación o el acoso** por lo que es: comportamiento cruel y dañino. No es diversión inocua y nunca es chévere. Daña a la víctima.
- **Dígale que se marche y pida ayuda.** Sin el aliento de sus compañeros, muchos acosadores no tendrían la misma motivación para intimidar. Su hijo no debería ignorar el problema, pero sí puede ignorar al autor del acoso. Dígale que debe informar a un adulto de esta situación.
- **Promueva la empatía.** Inste a su hijo a tenderle una mano amiga al compañero que es blanco del acosador. Una palabra afectuosa vale mucho para una víctima de intimidación.
- **Sugiera que convenza a sus amigos** de que acosar a otros no es para nada chévere. Pueden ponerse de acuerdo en que no aceptarán esta intimidación, aunque el acosador sea popular, y que se apoyarán mutuamente para denunciarlo.

Fuente: S. Wolpert, "Cool' kids in middle school bully more, UCLA psychologists report," UCLA Newsroom, niswc.com/cool.



Guíe a su hijo hacia la universidad

Para los estudiantes de intermedia, la vida después de la secundaria parece tan distante que ni siquiera tienen que pensar en ello. Pero este es el momento apropiado para que su hijo empiece a pensar en su futuro académico. Para iniciar la plática:

- **Explíquelo los beneficios.** Tal vez a su hijo le parezca que la universidad no es más que cuatro años extra de educación. Dígale que aquellos que tienen un título universitario encuentran empleo más fácilmente, y con salarios más altos. Además, viven más y gozan de mejor salud que los que no tienen educación universitaria.
- **Hable de sus fortalezas e intereses.** ¿En qué se destaca? ¿Qué le encanta hacer? Ya sea que se trate de

escribir cuentos o construir puentes, con certeza que hay un programa universitario dirigido a esta área.

- **Hable de sus metas.** Pregúntele qué se imagina para él en el futuro. Hablen de lo que podría hacer ahora, tal como estudiar más, o tomar clases más avanzadas, para ayudarlo a alcanzar sus metas más tarde.

Fuente: *Getting Ready for College & Careers: A Handbook for Grades 6 through 8*, Washington State GEAR UP Program, niswc.com/mid_college.

Promueva la fiabilidad

Un estudiante puede ser talentoso e inteligente. Pero no llegará lejos en la vida si no es una persona de fiar. Enséñele a su hijo a:

- **Entregar su trabajo a tiempo.**
- **Hacer lo que le corresponde** en los trabajos grupales.
- **Corregir sus errores.** Si decepciona a un amigo, debería resarcirlo y evitar el error en el futuro.

No deje de aprender en las vacaciones de invierno

Para que las destrezas académicas de su hijo se mantengan a punto durante las vacaciones de invierno, planeé actividades para que él:



- **Practique matemática.** Pídale que calcule el costo de los ingredientes que necesitará para preparar una doble receta de galletas, o cuántas cadenas de luces serán necesarias para cubrir el perímetro de su casa.
- **Escriba.** Podría empezar un blog o componer una nueva canción en ocasión de las fiestas.
- **Lea.** Vaya a la biblioteca con regularidad para buscar material que le interese.

El cuerpo de su hijo está cambiando

No debería sorprendernos que los adolescentes sean inquietos. Sus huesos están creciendo más rápido que sus músculos. Esto puede provocar "dolores de crecimiento". Sentarse por mucho tiempo les resulta incómodo, ya que el hueso del coxis está endureciéndose. Cuando su hijo haga la tarea, sugiera que:



- **Se tome descansos para estirarse.**
- **Estudie de pie.** Podría estudiar las palabras de vocabulario mientras camina por la casa.

Fuente: P. Lorain, "Squirming Comes Naturally to Middle School Students," National Education Association, niswc.com/mid_squirm.



¿Cómo puedo ayudar a mi hijo a ponerse al día cuando falta?

P: Nuestra familia saldrá de viaje fuera del país este mes, y mi hijo estará ausente de la escuela durante varios días. ¿Qué puedo hacer para evitar que se atrase en sus clases?

R: Toda vez que un estudiante se ausenta de la escuela, pierde cosas que no pueden recuperarse, como por ejemplo, los debates y discusiones de la clase. La única manera de garantizar que su hijo no se pierda estas oportunidades de aprender es si asiste a la escuela todos los días.

Si usted no puede cambiar la fecha de su viaje, tómese el tiempo para hablar con los maestros de su hijo. Pregúnteles si puede recibir ahora los ejercicios y tareas de lectura que se asignarán durante su ausencia. Recuerde que los maestros no tienen por qué organizarse y planificar según su programa de viaje.

Luego, cuando su familia esté de vacaciones:

- **Pídale a su hijo que visite el sitio web de la clase** cada día, si fuera posible, y que estudie el material que se presente.
- **Ofrézcale a su hijo oportunidades académicas** que no tiene en casa, tal como visitas a un museo o sitios culturales. Coméntenlos en familia.
- **Incluya tiempo para el estudio en la agenda diaria.** Si no hay tarea, su hijo debería leer por placer. Una vacación de la escuela no debería ser una vacación del aprendizaje.



Cuestionario Para Padres

Su hijo, ¿estará seguro solo en casa?

A los estudiantes de intermedia les encanta la idea de estar de vacaciones durante las fiestas de fin de año. Pero para los padres que trabajan fuera de casa, esto significa que sus hijos podrían pasar mucho tiempo solos. ¿Ha preparado usted a su hijo para que se mantenga seguro y protegido? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas:

1. **¿Ha establecido** reglas respecto a contestar el teléfono y el timbre de la puerta cuando usted no esté en casa?
2. **¿Le ha enseñado** a su hijo cómo debe contestar el teléfono? "Mi mamá lo llamará más tarde".
3. **¿Le ha dado** a su hijo varias maneras de comunicarse con usted?
4. **¿Le ha dicho** a su hijo a quién podría llamar en caso que no pueda comunicarse con usted?
5. **¿Ha establecido** reglas respecto al uso de electrodomésticos y

otros objetos que podrían ser peligrosos durante su ausencia?

¿Cómo le está yendo?

Más respuestas *sí* significa que usted está enseñándole a su hijo a mantenerse seguro cuando esté solo en casa. Para cada respuesta *no*, pruebe la idea correspondiente del cuestionario.

"El amor comienza cuidando a los que están más cerca, los que están en casa".
—Madre Teresa

Haga un plan para la disciplina

Crear un plan por escrito para disciplinar a su hijo puede ayudarlo a seguir las reglas establecidas y a reducir las peleas al respecto. Hágalo así:

- **Elija un par de reglas clave** que hará cumplir. Establezca tanto las reglas como las consecuencias claramente.
- **Pregúntele a su hijo qué opina.** Dele la oportunidad de opinar, pero recuérdale que usted tomará la decisión final.
- **Ajuste el plan** a medida que su hijo vaya aprendiendo a respetar los límites.

Fuente: "Family Rules," Raising Children Network, nswc.com/ruleplan.

Cuatro razones para leer

¿Acaso su hijo necesita que lo convenza de los beneficios de pasar algo de su tiempo libre dedicado a la lectura? Recuérdale que leer puede:

1. **Llevarlo a muchos lugares.** Puede viajar a cualquier parte a través de las páginas de un libro.
2. **Convertirlo en un experto** en un tema que le interesa.
3. **Hacerlo reír.** Aprender el humor por escrito desarrolla la capacidad cognitiva.
4. **Presentarle nuevos personajes** que están enfrentando los mismos problemas que él.



Fuente: R. McMahon, "9 Ways to Get Teens Reading," Common Sense Media, nswc.com/reasonstoread.

El mejor regalo: el servicio a la comunidad

En esta temporada de dar y recibir regalos, ayude a su hijo a valorar el servicio comunitario. Anímelo a:

- **Considerar a los que están solos.** ¿Podría invitar a un vecino a unirse a su familia para un acontecimiento especial?
- **Organizar una colecta de ropa** o alimentos. ¿Podría animar a sus amigos a donar alimentos o ropa en buen estado? Ayúdelo a llevar lo que colecte a un albergue para indigentes.
- **Preparar y llevar golosinas** o galletas a la estación de bomberos o policía de su localidad.

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 © 2017, 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