

# Ayudando a los Estudiantes a Aprender

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



Abril 2022

Cumberland County Schools

## Insista en la honestidad académica y ayude a su joven a no hacer trampa

Los estudios sobre la deshonestidad en la escuela secundaria muestran que muchos jóvenes no consideran que sea una violación grave. En las encuestas, más de la mitad de los estudiantes admitieron haberse copiado en exámenes y trabajos. Y las universidades están informando un aumento generalizado del uso de tecnología para copiarse durante la pandemia.



Las investigaciones muestran que:

- **Los estudiantes creen** que “todos lo hacen”. Muchos jóvenes piensan que estarán en desventaja si *no* hacen trampa.
- **Copiarse es más fácil** que antes. Los estudiantes pueden descargar trabajos completos de internet, enviar fotos de los exámenes a sus amigos y obtener respuestas de exámenes de servicios de “tutoría” en internet.
- **La probabilidad de que los estudiantes** que están por encima del promedio hagan trampa es igual que la de sus compañeros de menor rendimiento académico. Y cuanto mayor sea la presión que sientan por obtener mejores calificaciones, mayor será la probabilidad de que hagan trampa.

Hable con su joven sobre la importancia de la honestidad académica. Diga que los estudiantes que se copian se hacen un daño a sí mismos y a los demás. Deje claro que no tolerará la deshonestidad en ninguna de sus formas: copiar las respuestas de la tarea, dar o recibir ayuda durante un examen, usar el trabajo o las ideas de otra persona sin darles crédito, entregar un trabajo hecho por otro, etc.

Fuente: J. Moody, “How Cheating in College Hurts Students,” U.S. News & World Report; A. Simmons, “Why Students Cheat—And What to Do About It,” Edutopia.



## Los jóvenes en proceso de maduración aún necesitan el tiempo de sus padres

A medida que su joven vaya creciendo y cambiando, su relación con él debería evolucionar. Pero pasar tiempo juntos sigue siendo un elemento esencial para mantener una relación sólida. Para aprovechar al máximo el tiempo con su hijo:

- **Dele al menos 15 minutos** de su atención todos los días. Permítale elegir qué harán. Tal vez quiera hablar sobre algo que le está molestando, jugar a su juego favorito o simplemente mirar un video. Lo importante es que se centre en su joven.
- **Platiquen sobre sus problemas**, pero límitese a dar los consejos mínimos y necesarios. Cada vez que resuelve un problema por su hijo, le envía el mensaje de que usted no considera que pueda resolverlo por sí mismo. En su lugar, escúchelo, haga preguntas, empatice con él y exprésele que confía en que tomará la decisión correcta.
- **Demuestre interés por él.** Hablen sobre lo que está haciendo en la escuela. Asista a sus juegos y a sus actos siempre que sea posible. Para demostrarle a su joven lo importante que es para usted, es mejor estar allí que transmitírselo con palabras.

## No escatime en el sueño

Los revelan que el sueño no solo es esencial para la salud y la atención de los jóvenes en clase, sino que también ayuda a los estudiantes a afrontar situaciones sociales estresantes con eficacia. Un estudio reciente del que participaron estudiantes de noveno grado mostró que dormir lo suficiente ayudaba a los estudiantes que enfrentaban problemas sociales a resolverlos y a buscar el apoyo útil de sus compañeros.

Fuente: Michigan State University, “How Sleep Helps Teens Deal with Social Stress,” ScienceDaily.

## Las listas de control ponen a su hijo en el asiento del piloto

Los pilotos usan listas de control para evitar errores y retrasos costosos. Estas listas también pueden ayudar a su joven a prepararse para un recorrido sin sobresaltos en la escuela. Sugírela que cree listas de:



- **Despegue por la mañana:** ¿Qué necesita para la escuela? Libros, cargador, almuerzo, formulario firmado, etc.
- **Paradas a mitad de vuelo:** ¿Qué necesita tener antes de llegar a cada clase? ¿Cuáles son los trabajos y las fechas de entrega que necesita saber antes de irse?
- **Preparación para el aterrizaje:** ¿Qué necesita tener para estudiar y hacer la tarea?

## Los mapas conceptuales conectan ideas

Los *mapas conceptuales* ayudan a los estudiantes a aprender material nuevo relacionándolo con cosas que ya saben. Pídale a su joven que:



- **Escriba la palabra**, frase o idea principal del material nuevo.
- **Escriba palabras** o conceptos relacionados que sepa alrededor de la palabra principal.
- **Agregue palabras** o conceptos nuevos mientras lee sobre el tema.
- **Edite el mapa** usando líneas o colores para organizar los conceptos relacionados.



## ¿Cómo ayudo a mi joven reticente a tomar decisiones?

**P:** Mi joven tiene dificultad para tomar decisiones. ¡Parece no decidirse sobre nada! Está en el anteúltimo año y no falta mucho para que tenga que tomar decisiones importantes. ¿Cómo puedo ayudarlo?

**R:** La toma de decisiones puede ser difícil para muchos jóvenes. Pero a algunos, el miedo de tomar la decisión incorrecta puede conducirlos a una parálisis casi total.

Para ayudar a su joven a aprender a decidir:

- **Enséñele a pensar en sus opciones.** Anime a su joven a hacer listas de las ventajas y desventajas de cada alternativa. A veces, ver las cosas por escrito puede hacer que tomar la decisión sea más fácil.
- **Alivie la preocupación sobre los errores.** Comente que las cosas no siempre salen como las planeamos, y eso está bien. Su joven podrá aprender algo de cualquier decisión que tome, aunque eso sea lo que *no* tiene que hacer la próxima vez.
- **Ofrezca muchas oportunidades de bajo riesgo.** Suponga que su hijo es responsable de realizar un quehacer doméstico semanal. El lunes, diga: "Debes pasar la aspiradora en tu habitación antes del fin de semana. Decide cuándo quieres hacerlo". No se lo recuerde constantemente. Permítale elegir a él el momento para hacerlo. Si no completa el quehacer en el plazo designado, imponga una consecuencia.
- **Pídale que ponga plazos** para las decisiones importantes. "Tienes hasta el martes para decidir si quieres aceptar la oferta laboral del Sr. Brown".



## Fomente la motivación interna

La curiosidad y el deseo interno de aprender son motivaciones más poderosas que los factores externos, como las calificaciones. Para alimentar la motivación interna de los estudiantes para aprender:

- **Felicite a su hijo por abordar** clases rigurosas y no solo por obtener buenos resultados.
- **Inste a su joven a evaluar** los avances hacia las metas. Aliente la honestidad ("Podría obtener mejores resultados si estudiara 20 minutos más por día"), pero desaliente la autocritica destructiva ("Soy tan estúpido").
- **Aliente a su joven a usar** estrategias de aprendizaje eficaces, como leer el material en voz alta y crear pruebas de práctica.

## Pruebe un consejo de administración del tiempo

Si a su joven le cuesta administrar su tiempo, la solución podría estar en su bolsillo. A los jóvenes les encantan sus teléfonos. Por lo tanto, dígame a su hijo que use una aplicación con un calendario digital para ponerse recordatorios. Puede configurar una alerta en el calendario que suene unos minutos antes de que comience su horario de estudio o unos días antes de la fecha de entrega de un trabajo.



## Apoye el aprendizaje en casa

Su joven es responsable de su aprendizaje, pero hay muchas maneras en las que usted puede ayudarlo sin tomar el mando:

- **Haga preguntas específicas** sobre las clases de su joven. "¿Qué estás aprendiendo en química esta semana?"
- **Priorice la lectura.** Háblele a su joven sobre libros, periódicos y artículos de redes sociales, todo lo que haya leído últimamente. Comparta cosas que podrían interesarle.
- **Cree oportunidades diarias** para que aplique sus habilidades: calcular gastos, investigar respuestas a preguntas que surjan, dar los motivos de sus opiniones.

### Cuestionario Para Padres

## ¿Está limitando el poder que la presión de los compañeros tiene en su joven?

El deseo de agradarles a los compañeros es una motivación poderosa para los jóvenes, y a veces tiene más peso que su propio juicio. ¿Está ayudando a su hijo a evitar ceder ante la presión negativa de sus compañeros? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas:

1. **¿Anima** a su joven a valorar sus ideas y logros? "Debes estar orgulloso de la manera en la que ...".
2. **¿Ayuda** a su hijo a pensar en sí mismo como individuo? Pídale su opinión y evite hablar por él.
3. **¿Le enseña** a su joven que merece el respeto propio y ajeno?
4. **¿Le recuerda** a su joven que evite hacer cosas que lo harían perder el respeto por sí mismo?
5. **¿Representa** situaciones difíciles que su joven podría enfrentar para que practique las respuestas?

### ¿Cómo le está yendo?

Si la mayoría de sus respuestas fueron *sí*, usted está potenciando la capacidad de su joven para hacerle frente a la presión de sus compañeros. Para cada respuesta *no*, pruebe la idea correspondiente.

"Sé fiel a ti mismo.  
Un original vale más  
que una copia".  
—Suzy Kassem

### Ayudando a los Estudiantes a Aprender™

Publicado en inglés y español, de septiembre a mayo.

Editora Responsable: Doris McLaughlin.

Editor Emérito: John H. Wherry, Ed.D.

Editora: Alison McLean.

Gerente de Producción: Sara Amon.

Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.

Copyright © 2022, 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