

Ayudando a los Estudiantes a Aprender

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

ESCUELA SECUNDARIA



Febrero 2024

Lake Cormorant High School

Ayude a su estudiante a asumir la responsabilidad de su aprendizaje

Usted está en una posición única para apoyar el éxito de su joven en la escuela. Si bien los maestros ayudan a los estudiantes a aprender materias en particular, las familias pueden ayudarlos a aprender cómo ser mejores estudiantes. Una de las maneras más importantes es reforzar la responsabilidad de su joven con el aprendizaje.

Para fomentar la responsabilidad:

- **Promueva un enfoque proactivo** hacia el aprendizaje. Si no tiene trabajos asignados en una clase, su joven puede adelantar la lectura o repasar trabajos anteriores. Si está teniendo dificultad, pedir ayuda lo antes posible es una medida responsable.
- **Ayude a su joven a hacerse responsable de sus errores.** Los jóvenes suelen ser habilidosos para echarle la culpa de una mala calificación u otro revés a otro: al maestro, al "estúpido" examen. Ayude a su joven a descubrir qué decisiones personales y acciones podrían haber contribuido a la situación. Haga preguntas como, "¿Cuánto te preparaste? ¿Entregaste todos los trabajos a tiempo?"
- **Permítale a su joven experimentar** las consecuencias de sus acciones. Si deja un trabajo para último momento, no lo ayude a completarlo.
- **Muestre que usted valora** los rasgos relacionados con la responsabilidad, como el autocontrol y la perseverancia. Elogie estas características cuando las vea en su joven u otros. También dé el ejemplo. "Seguiré intentando hasta lograrlo".



Hágase amigo de las familias de la escuela

Los amigos desempeñan un papel esencial en la vida de su joven. Y sus familias pueden desempeñar un papel útil en la de usted. Puede conocer a las familias de otros estudiantes asistiendo a los acontecimientos escolares, inscribiéndose en la organización de padres y maestros y ofreciéndose como voluntario. Hable con ellas sobre los desafíos que comparten y las maneras de apoyar a sus jóvenes y a la escuela.



Motive a mitad de año

¿Ha pasado un tiempo desde que vio a su joven esforzarse al máximo? Para revivir la motivación:

- **Muestre que valora** las ideas, los intereses y la personalidad de su joven.
- **Reconozca el progreso.** Una C podría no ser la calificación que usted esperaba, pero si la última calificación de su joven fue una D, es un avance.
- **Sugiera que su joven estudie** con un amigo al que le esté yendo bien.

Impulse las matemáticas

Según las investigaciones, apoyar el bienestar mental de los jóvenes podría ayudarlos a rendir mejor en matemáticas. Específicamente, sentirse capaz y decidido está relacionado con las calificaciones altas en matemáticas. Para fomentar estos sentimientos, ayude a su joven a:

- **Reconocer las fortalezas personales** además de las áreas en las que puede mejorar. Sugiera un replanteo de los pensamientos negativos. En lugar de "No soy bueno en matemáticas", su joven puede decir, "Esto es confuso. Voy a pedir ayuda para comprenderlo".
- **Encontrar un propósito.** Cuando aprendemos algo, nuestro cerebro forma conexiones nuevas. Por eso, aunque una habilidad matemática no sea útil de inmediato, ¡la "red" del cerebro de su joven está creciendo!



Fuente: T. Clarke, et al, "Helping Adolescents to Feel Competent and Purposeful—Not Just Happy—May Improve Grades," University of Cambridge.



Comparta motivos de la vida real para seguir yendo a la escuela

Los estudiantes que terminan la escuela secundaria ganan más dinero que los estudiantes que abandonan la escuela; en promedio, casi \$9000 más por año. Pero si el dinero no es suficiente para motivar a su joven a no abandonar la escuela y graduarse, comparta con él estos datos adicionales:

En comparación con los que abandonan la escuela, los estudiantes que se gradúan de la escuela secundaria:

- **Tienen una mayor** expectativa de vida.
- **Tienen más probabilidades** de tener empleo.
- **Tienen menos probabilidades** de cometer un delito o requerir servicios sociales.
- **Tienen más probabilidades** de contribuir a su comunidad mediante el voto y el voluntariado.

Ayude a su joven a ver la diferencia que marca la educación. Los estudiantes que están bloqueados por los problemas del día a día no siempre ven el panorama completo: el efecto que tiene terminar la escuela en sus vidas. Una de las principales razones que lleva a los estudiantes a abandonar la escuela es tener muchas calificaciones reprobatorias. Si su joven está teniendo dificultades, reúname con un consejero escolar para hablar sobre maneras de lograr que vuelva a encaminarse.

Fuente: K. Barrington, "What is the Impact of High School Graduation Rates?" Public School Review.



Mi joven recibe burlas por su peso. ¿Qué puedo hacer?

P: Mi joven de noveno grado tiene sobrepeso. En el autobús escolar, los otros niños le hacen comentarios crueles al respecto y se niegan a compartir el asiento con él. Mi estudiante ha comenzado a faltar a la clase de gimnasia por las burlas en el vestuario. ¿Qué debería hacer?

R: El acoso verbal es el tipo más común de intimidación en las escuelas, y la apariencia física es la causa más común de acoso. Este tipo de acoso escolar no solo afecta la autoestima de los estudiantes, sino que también tiene un impacto negativo en la asistencia y el desempeño académico.

Para ayudar a su joven:

- **Deje claro** que no merece ese trato, y que los acosadores están en falta. Diga que usted está del lado de su joven y que lo ayudará.
- **Pídale a su joven que le informe** el comportamiento al maestro de gimnasia y a un consejero escolar o al director para que puedan abordarlo.
- **Ayude a su joven a enfocarse en sus fortalezas** e intereses y a dedicarles más tiempo a esas actividades. Hacer algo bien proporciona una sensación de logro, y su joven podría conocer amigos que compartan sus intereses.
- **Convierta el estilo de vida saludable en una prioridad** para toda la familia, no solo para su joven. Hable con un médico para establecer metas de nutrición y ejercicio adecuadas.



¿Enseña a tomar decisiones sensatas respecto a los medios digitales?

Los jóvenes están pasando cada vez más tiempo en internet. ¿Está ayudando usted a su joven a hacer un uso positivo de los medios digitales y a equilibrarlo con actividades productivas libres de pantallas? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas:

1. **¿Permite** el uso de dispositivos para acceder a contenido educativo y actividades?
2. **¿Anima** a su joven a apagar los dispositivos durante el tiempo de estudio a menos que los necesite para un trabajo?
3. **¿Ha establecido** un horario límite en el que los dispositivos digitales deben apagarse? Cargue los aparatos fuera del dormitorio de su joven por la noche para eliminar las tentaciones.
4. **¿Sugiere** pasatiempos alternativos? Su joven puede hacer ejercicio, leer, hablar con amigos y familiares cara a cara, etc.
5. **¿Ayuda** a su joven a planificar el uso de los medios digitales de antemano y a cumplir con el plan?

¿Cómo le está yendo?

Si hay más respuestas sí, usted está ayudando a su joven a administrar el tiempo que pasa en internet de manera productiva. Para cada respuesta no, pruebe esa idea.

"El truco consiste en ponerse usted mismo a cargo de sus pantallas en lugar de permitir que ellas estén a cargo de usted".
—Dr. Edward Hallowell, MD

Conectarse apoya la disciplina

Participar activamente en la vida de su joven (hablando sobre la escuela y las actividades, conociendo a sus amigos, etc.) lo ayudará a establecer y hacer cumplir una disciplina efectiva. Luego, si surge un problema, puede trabajar con su joven para encontrar una solución en lugar de imponerla. Es más probable que los jóvenes se sientan más motivados para seguir adelante con un plan que ayudaron a desarrollar.

Fomente la lectura por placer

¿Leer por diversión ha desaparecido de la lista de prioridades de su joven? La lectura por placer proporciona beneficios académicos y sociales para los estudiantes. Ofrezca un recordatorio de que leer le permite a su joven:

- **Viajar a lugares emocionantes** sin gastar un centavo.
- **Convertirse en un experto** en un área de interés.
- **Jugar al detective** y resolver un misterio.
- **Reírse y disfrutar.**
- **Descubrir personas** con intereses, ideas y problemas similares a los propios.



Fuente: N. Thadani, "The Benefits of Recreational Reading," George Mason University.

Fomente los procesos que apoyan el éxito

Estos son algunos procesos simples que pueden hacer que a su joven le resulte más fácil organizar, aprender y aplicar información en las clases:

- **Codificación por color.** Escribir los trabajos, la información nueva y los detalles de los proyectos en diferentes colores puede ayudar a su joven a saber con un vistazo cómo manejar el material.
- **Tablas y diagramas.** Pueden ayudar a su joven a hacer conexiones y recordar la información más adelante.
- **Rutinas** Los hábitos constantes de asistencia, estudio y administración del tiempo ayudarán a su joven a mantenerse al día.

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.

Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.

Copyright © 2024, 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