

Ayudando a los Estudiantes a Aprender

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



Diciembre 2020

Sierra Charter School

Ayude a evitar el efecto de la mirada de los compañeros al tomar riesgos

Los jóvenes y los riesgos es algo por lo que todo padre se preocupa, especialmente en un año en el que muchas actividades que solían ser comunes hoy parecen riesgosas. ¿Por qué los jóvenes que saben cómo comportarse de manera segura y responsable escogen hacer lo opuesto?

Los investigadores del cerebro han aprendido que los jóvenes podrían estar programados para tomar malas decisiones y asumir riesgos cuando sus amigos los están mirando. En un experimento, jóvenes y adultos jugaron a un videojuego corto de automovilismo. Se los recompensaba por terminar rápido, siempre y cuando siguieran las reglas básicas de tránsito. La mitad del tiempo, los jóvenes y adultos jugaron solos. El resto del tiempo, se les dijo que sus compañeros los estaban viendo en otro cuarto.



El resultado fue que cuando los jóvenes pensaron que sus compañeros los estaban mirando, exhibieron una mayor actividad cerebral y tomaron más riesgos. *La presión de los compañeros fue la simple presencia de los compañeros.* Por otra parte, cuando los adultos pensaron que sus compañeros los estaban mirando, su actividad cerebral y comportamiento no exhibieron cambios.

¿Qué significa esto para los padres de los jóvenes? Tal vez lo más importante sea que nunca se debe asumir que su hijo tomará decisiones responsables cuando está con amigos. Antes de que salga, revisen las reglas, y ayúdelo a analizar las consecuencias de sus acciones.

Fuente: J. Joormann, Ph.D., "Why Adolescents Make Riskier Choices When With Their Peers," Psychology Today, niswc.com/teenrisk.



Hable de la deshonestidad académica

Los estudios revelan que la mayoría de los estudiantes de secundaria se copian en algún momento. Los jóvenes se encuentran bajo mucha presión por rendir bien, y muchos ven copiarse como una manera de alivianar esta presión. La tecnología hace que esta práctica sea más fácil, y como "todos lo hacen", muchos jóvenes no lo ven como una falta grave.

Explíquele a su joven que copiarse es una falta académica grave. Dígame que:

- **Copiarse siempre está mal**, aunque sea fácil y nadie se entere.
- **La deshonestidad académica** incluye copiarse del trabajo de un amigo, así como dejar que un amigo se copie del suyo.
- **Usted prefiere** que él rinda su máximo potencial y obtenga una

calificación baja antes de que obtenga una calificación alta por copiarse.

- **Los estudiantes** que se copian se perjudican a sí mismos. Comente los usos en el mundo real de lo que su joven está aprendiendo. Tal vez vea que aprenderlo lo ayudará más que copiarse.

Fuente: C. Whitney, Ph.D., "Cheaters Never Win? Many U.S. High School Students Disagree," Howstuffworks, niswc.com/cheaters.

Mantenga viva la motivación

A esta altura, su joven podría sentir que hace años que han comenzado las clases. Es posible que tenga la tentación de entrar en modo vacaciones de invierno. Para ayudarlo a mantenerse enfocado y motivado:

- **Revise su participación.** Si ha faltado a clase o no ha hecho algún trabajo, ayúdelo a trazarse algunas metas para ser más puntual.
- **Anímelo a hacer listas de control** de todo lo que le queda por hacer. ¿Deberá trabajar durante las vacaciones?
- **Recuérdle que la escuela** es su prioridad, tanto ahora como a lo largo del año.

El estudio puede ser un esfuerzo grupal

Estudiar con compañeros puede ser una estupenda manera de que su joven se prepare para los exámenes. La clave está en formar un grupo que *realmente* estudie. Dele estos consejos:



- **Formar un grupo** pequeño. Escoger miembros que puedan separar el trabajo de lo social.
- **Dividir el trabajo.** Asignarle a cada miembro tareas según sus fortalezas.
- **Seguir un cronograma.** Ya sea en línea o en persona, las reuniones deberían seguir el cronograma establecido. El grupo debería asignar un líder para mantenerse encarrilado.

Use una lista de control

¡Su joven ya ha terminado el proyecto grande en el que estaba trabajando! Antes de que lo entregue, dígame que se haga estas preguntas:

- **¿Seguí** las instrucciones correctamente?
- **¿Puedo** decir honestamente que este es mi propio trabajo?
- **¿Enumeré** todas mis fuentes en el formato correcto?
- **¿Revisé** para detectar errores por descuido?
- **¿Estoy** satisfecho con el trabajo que estoy entregando?





¿Cómo puedo ayudar a mi joven a enfocarse en el futuro?

P: Mi hijo está en el tercer año de la secundaria. Cada vez que le pregunto qué piensa sobre el futuro, simplemente dice "No lo sé". Deberá prepararse para una carrera. ¿Cómo puedo ayudarlo a comenzar a determinar esto?

R: Son muchos los jóvenes que no saben qué carrera quieren seguir, y eso está bien. Sin embargo, no está bien evitar pensar en las posibilidades.

Para ayudar a su joven a abordar el tema, dígame que considere:

- **Las clases que le agradan.** ¿Existe un área donde sienta que sus habilidades son más sólidas? ¿Disfruta hacer los trabajos de una clase? Ayúdelo a informarse sobre las carreras que incluyen las habilidades que utiliza en aquellas materias.
- **Sus intereses fuera de la escuela.** ¿Le agrada pasar tiempo al aire libre? ¿Prefiere jugar juegos en línea? ¿Le agrada actuar como líder o ser parte de un equipo? ¿Prefiere hacer actividades con otros o de manera individual?
- **Maneras de aprender sobre distintos trabajos.** Anímelo a hablar con cualquier persona que usted o él conozca que trabaje en un campo de estudio que le interese. Su consejero también podría conectarlo con un ex alumno de aquellos campos y ayudarlo a aprender sobre los títulos o la capacitación que podría necesitar para prepararse para ellos.

Trate de no presionar a su joven en una dirección específica. En cambio, guíelo hacia el futuro que mejor se ajusta a él.



Cuestionario Para Padres

¿Brinda apoyo durante las dificultades?

Es normal que los estudiantes rindan mejor en algunas materias que en otras. Pero ¿qué si su joven realmente está pasando apuros en una clase? ¿Sabe cómo ayudarlo a abordar los asuntos académicos? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas:

1. **¿Le pregunta** a su joven por qué piensa que está teniendo dificultad en la clase?
2. **¿Le dice** a su joven que programe tiempo para estudiar esa materia todos los días?
3. **¿Anima** a su joven a pedirle al maestro si podría ayudarlo a elaborar un plan para mejorar?
4. **¿Ayuda** a su joven a encontrar recursos útiles, tal como videos en línea o clases particulares?
5. **¿Señala** y elogia las señales de progreso?

¿Cómo le está yendo?

Si la mayoría de las respuestas fueron sí, usted está dando pasos positivos para ayudar a su estudiante a ayudarse a sí mismo. Para cada respuesta no, pruebe esa idea del cuestionario.

"Créeme, la recompensa no es tan grande sin la lucha".

—Wilma Rudolph

Diviértanse leyendo

Las vacaciones de invierno es el momento ideal para animar a su hijo a abrir un libro por diversión. Y será más probable que lo haga si los demás a su alrededor también leen. Su familia podría:

- **Leer el mismo libro.** Pídale a su joven que guíe un debate informal sobre él.
- **Organizar una maratón de películas** basadas en libros. Deje que cada miembro familiar escoja una. ¿Cuál es la condición? Todos deben leer el libro primero.

Ayude a su joven a pensar a largo plazo

Con frecuencia, los jóvenes reaccionan de manera rápida y exagerada. Pero se requiere pensamiento a largo plazo para tener éxito en la escuela y alcanzar metas. Cuando su joven no puede determinar algo de inmediato, hable sobre las recompensas de la perseverancia. Cuando le muestre un objeto que "tiene" que tener, ayúdelo a calcular cuándo tendrá el dinero suficiente para adquirirlo ahorrando con diferentes tasas. Muéstrelle que pensar a largo plazo puede ayudarlo a obtener lo que quiere.



Enseñe valores paso por paso

Los valores que le inculque a su joven serán los que aplicará a sus estudios e interacciones con compañeros y maestros. Para ayudarlo a aprenderlos:

1. **Explíquelo los valores** que son importantes para usted.
2. **Muéstrele noticias** que demuestren sus valores en acción.
3. **Dé un buen ejemplo.**
4. **Pídale que viva** según sus valores familiares.
5. **Ofrezca oportunidades** para que su joven ponga sus valores en práctica.
6. **Felicítelo** por exhibir los valores.
7. **Hable de cómo abordar** situaciones en las que es difícil actuar conforme a sus valores.

Fuente: T. Lickona, *Character Matters*, Touchstone Books.

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 © 2020, 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