

Ayudando a los Estudiantes a Aprender

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



Marzo 2021

Sierra Charter School

Los textos complejos ayudan a mejorar las habilidades de lectura

La capacidad de leer textos complejos es uno de los indicadores de éxito más importante de los estudiantes en la universidad. Sin embargo, muchos libros populares para jóvenes están escritos muy por debajo de ese nivel de lectura.

Está bien que su joven lea libros populares, en especial si desarrollan su entusiasmo por la lectura. Pero consumir lectura fácil únicamente no lo preparará para la universidad. Tampoco lo ayudará con el tipo de lectura que podría tener que hacer en el trabajo. Para eso, debe leer material más complejo.

Para ayudar a su joven a estar a la altura del desafío:

- **Hable del fortalecimiento muscular.** Para fortalecer los músculos hay que levantar peso. Fortalecer los músculos de la lectura implica leer contenido más difícil.
- **Asegúrese de que programe** suficiente tiempo para la lectura requerida de sus clases. Con frecuencia, los maestros asignan textos complejos. Leerlos —y no solo darle una mirada rápida a una guía de estudio antes de la clase— es la única manera de beneficiarse de ellos.
- **Anímelo a leer** un libro más difícil por placer. Puede pedirle al bibliotecario que le recomiende un libro que esté relacionado con sus intereses.
- **Sugíerale que escuche mientras lee.** Muchas obras literarias clásicas están disponibles en audiolibros. Escucharlos mientras sigue la lectura en la versión impresa puede aumentar el nivel de comodidad que siente al leer textos complejos.



Lucho contra el acoso cibernético

La comunicación en línea se ha convertido en una cuerda salvavidas para los estudiantes. La desventaja es que más de la mitad de los jóvenes informan haber tenido alguna experiencia con el acoso cibernético.

Los estudios recientes revelan que los jóvenes que ven a sus padres como personas cariñosas y compasivas son menos propensos a participar del acoso cibernético. Esta es otra razón importante para decirle con frecuencia a su joven que a usted le importa cómo está, y también para preguntarle si necesita ayuda.

Para empoderar a su joven para que lucho contra el acoso, dígame que:

- **Elimine los comentarios** hechos en sus publicaciones en redes sociales que sean crueles o se burlen de otros.

- **Deje de seguir o bloquee** los usuarios que publiquen repetidamente cosas hirientes o negativas de otros.
- **Le informe a un adulto** de confianza sobre los incidentes.
- **Difunda entre sus amigos** el mensaje que él piensa que el acoso está mal y que quiere detenerlo.

Fuente: L. Grunin y otros, "The Relationship Between Youth Cyberbullying Behaviors and Their Perceptions of Parental Emotional Support," *International Journal of Bullying Prevention*, niswc.com/cybully.

Promueva los debates cívicos

En la actualidad, los desacuerdos acalorados dividen a las personas en todas partes. Sin embargo, sí es posible tener un desacuerdo respetuoso. Cuando discuta, enséñele a su joven a:

- **Usar un tono de voz agradable.** El sarcasmo y la repulsión no convencerá a nadie.
- **Buscar los puntos en común.**
- **Respaldar sus opiniones con hechos.**
- **Escuchar todas las opiniones.**

Fomente la resiliencia

Aprender no siempre es fácil, y este año es prueba de ello. Requiere perseverancia y dedicación. Y cuando aparecen obstáculos, se necesita resiliencia. Para ayudar a su joven a recuperarse y superar los obstáculos:



- **Anímelo a pedir ayuda.**
- **Recuérdale sus fortalezas.** Hable sobre otras dificultades que su joven ha superado con éxito.
- **Muéstrele que usted cree en él.** Esto podría darle confianza para seguir intentando.
- **Sugíerale que se conecte** con otros estudiantes. Sentirse conectado con los amigos de la escuela fortalece la resiliencia.

Haga preguntas para aclarar el entendimiento científico

Pedirle a su joven que le explique lo que está aprendiendo en ciencias es una estupenda manera de ayudarlo a averiguar si realmente lo comprende. Haga preguntas como:

- **¿Qué concepto** se aborda en esta unidad?
- **¿Qué hace** que esta idea sea útil?
- **¿Puedes mostrarme** cómo funciona?
- **¿Por qué crees** que tus maestros quieren que aprendas esto?





¿Cómo hago que mi joven me cuente qué sucede?

P: Quiero que mi joven acuda a mí cuando tenga preguntas y problemas. Pero últimamente, siento que se ha cerrado, y sé que está lidiando con la adolescencia y con un año escolar difícil. ¿Qué puedo hacer?

R: Es común que los jóvenes quieran apartarse de sus padres. Pero como usted bien dice, una comunicación abierta lo ayudará a saber qué está sucediendo en la vida de su joven para poder apoyarlo de manera efectiva. Para promoverla:



- **Pregúntele a su joven** si siente que puede hablar con usted sobre temas importantes. Si la respuesta es *no*, hablen de cómo podrían cambiar eso.
- **Allane el camino** para las conversaciones serias. Usted podría decir, “¿Podemos hablar de ___?” Esto le da a su joven la oportunidad de prepararse o sugerir una hora que le resultaría más cómoda.
- **Enfóquese en escuchar.** Dele a su joven suficiente tiempo para expresar sus puntos de vista. Haga preguntas abiertas. “¿Qué te es útil cuando las cosas no están yendo bien?”
- **Mantenga la calma.** Enfadarse o ponerse a la defensiva podría arruinar la conversación. De ser necesario, respire profundamente y retrase su respuesta.
- **Resuelvan problemas juntos.** Muéstrela a su joven que hablar con usted puede facilitar su vida. Sea paciente. Podrían necesitarse varias conversaciones para lidiar con algunos asuntos.

Cuestionario Para Padres

¿Está ayudando a su joven a concentrarse?

A los jóvenes les agrada abordar muchas cosas al mismo tiempo cuando hacen el trabajo escolar. Sin embargo, los estudios revelan que, aunque *puedan* hacer varias cosas a la vez, no pueden hacerlas *bien*. ¿Está ayudando a su joven a enfocarse en el trabajo escolar? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas:

1. **¿Tiene** una regla que indique que su joven debe apagar todos los aparatos electrónicos que no necesite para el trabajo escolar mientras estudia?
2. **¿Anima** a su joven a ordenar las tareas según su nivel de prioridad?
3. **¿Supervisa** a su joven algunas veces, para ver cuántas cosas diferentes está haciendo mientras estudia?
4. **¿Minimiza** las distracciones en su casa mientras su joven está estudiando?
5. **¿Anima** a su joven a leer con frecuencia? Leer fortalece

la capacidad de concentración de la mente.

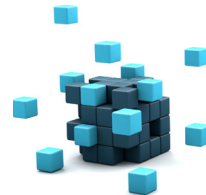
¿Cómo le está yendo?

Si la mayoría de sus respuestas fueron *sí*, usted está ayudando a su joven a aprender a concentrarse en una tarea por vez. Para cada respuesta *no*, pruebe esa idea.

“La concentración es el secreto de la fuerza ... en el manejo de los asuntos humanos”
—Ralph Waldo Emerson

Fomente el pensamiento más profundo

Los maestros de secundaria quieren que los estudiantes piensen cómo se relaciona el material que están aprendiendo con otras ideas. Su joven también deberá hablar de sus conclusiones de manera persuasiva. Para ayudarlo a practicar este tipo de pensamiento:



- **Rete a su joven** a formar opiniones y defenderlas.
- **Ayúdelo** a ver todos los lados de un asunto.
- **Dele** las razones para las reglas que ha establecido.
- **Hable con él** sobre los métodos que usan los publicistas para persuadir a las personas a que compren.

Los consejeros pueden ayudar con los estudios y más

Los consejeros escolares están capacitados para ayudar a los jóvenes y sus familias a lidiar con asuntos difíciles. Contáctese con el consejero si:

- **Usted está preocupado** por el comportamiento o la salud mental de su joven.
- **Las calificaciones de su joven** están sufriendo.
- **Su estudiante o su familia** están enfrentando una crisis. Los consejeros pueden brindar apoyo y ayudarlos a navegar la situación.

Ponga a su joven a cargo de terminar el trabajo escolar

A veces, apoyar a su joven significa dar un paso atrás y darle más control. Así aprenderá a asumir responsabilidad por su trabajo escolar y sus estudios. Para aumentar sus posibilidades de éxito:

- **Dígale a su joven** que se trace un horario regular para hacer los trabajos y estudiar.
- **Anímelo a usar** un sistema eficaz para llevar cuenta de sus trabajos.
- **Recuérdela una sola vez** que debe hacer su trabajo escolar. Luego deje que él se ocupe.
- **Deje que enfrente** las consecuencias si no entrega el trabajo completo a tiempo.

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 © 2021, 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 1526-9329