

Los Padres™

Educational Service Unit #8
Linda Miller, Service Representative

¡aún hacen la diferencia!



Ayude a su estudiante a prepararse para las pruebas estandarizadas

Ya se acerca la primavera y ella nos trae más que un clima agradable y flores coloridas. Es en la primavera que se administran muchas de las pruebas estandarizadas. Si su preadolescente tiene un examen de este tipo en su futuro cercano, empiece a ayudarlo a prepararse.

Para que su hijo rinda bien:

- **Haga su parte.** Averigüe, con anticipación, lo más que pueda de la prueba. ¿Qué temas abarcará? ¿Se administrará en un día o durante toda una semana? ¿Qué significado tendrán los resultados para su preadolescente?
- **Recopile material de repaso.** Pídale a su preadolescente que le pregunte a la maestra si hay una prueba de práctica que pueda tomar en su casa. También podría ser útil que consulte libros que ofrecen consejos generales para la hora de rendir una prueba. Los mejores incluyen muestras o

ejemplos de los ejercicios que se incluirán en la prueba.

- **Adaptaciones especiales.** ¿Acaso su hijo tiene una discapacidad para el aprendizaje? Averigüe si esto le da derecho a solicitar servicios especiales para rendir la prueba. Para optimizar sus resultados, tal vez pueda tomar el examen en una habitación tranquila, o si un límite de tiempo.
- **Practique estrategias** para rendir los exámenes cuando esté haciendo las tareas. Para que su hijo entre en “la onda de las pruebas” ponga en práctica las estrategias que le serán útiles. Por ejemplo, los estudiantes saben que deben saltar las preguntas que no sepan y luego volverlas a abordar más tarde. Pídale que haga lo mismo al hacer las tareas.

Fuente: “Standardized Test Success,” FamilyEducation.com, <http://school.familyeducation.com/educationaltesting/teaching-methods/37502.html>.

Verifique que el calendario de su hijo no esté recargado



Las actividades extracurriculares pueden ser divertidísimas para su preadolescente. Pero no se olvide que son precisamente eso: algo *extra*. Lo más importante para su hijo debería ser la escuela. Pues entonces, es de vital importancia que sus actividades extracurriculares no interfieran con su desempeño en la escuela.

Para cerciorarse de que el calendario de su hijo no esté sobrecargado:

- **No pierda de vista** las calificaciones. ¿Las notas de su hijo empiezan a empeorar una vez comienza la temporada de baloncesto?
- **Fíjese en sus hábitos** para hacer las tareas. Su hijo solía terminar de estudiar a la hora de la cena. Pero ahora, sigue estudiando hasta la hora de acostarse. Esto podría ser una señal de que su calendario está recargado. Si este fuera su caso, tal vez haya llegado la hora de abandonar una actividad.
- **Observe su estado de ánimo.** Su hijo, que antes era afable, ¿acaso se ha vuelto malhumorado y se siente estresado? ¿Se despierta cansado o cae exhausto a su cama por la noche? Lo más probable es que tenga mucho que hacer.

Recuerde: las actividades extracurriculares deberían realzar la educación de su hijo, no interferir con ella. Si está haciendo muchas cosas, insista en que reduzca sus actividades, por lo menos por un tiempo.

Su hijo debería analizar las opciones antes de tomar una decisión



Antes de que su hijo pueda tomar una buena decisión sobre un tema importante, debería analizar sus opciones.

Sólo entonces estará preparado para actuar. Guíe a su hijo para que:

- **Se informe.** Si le piden que cuide el perro del vecino el fin de semana, debería averiguar *exactamente* qué tendrá que hacer. ¿Cuántas veces al día debe darle de comer? ¿A qué hora? ¿Debería sacarlo a caminar? ¿Con cuánta frecuencia?
- **Considere posibles conflictos.** Su hijo tiene que estudiar este fin de semana. También lo han invitado a una fiesta. ¿Puede hacer las dos cosas y además cuidar el perro?
- **Piense en los sentimientos** de las personas afectadas. Digamos que tiene que sacar el perro a las 8:30 de la noche y la fiesta comienza a las 7:30. Si se falta a la fiesta, ¿se enojará su amigo? Si rechaza el empleo, ¿será que el vecino le pedirá a otra persona que cuide el

perro la próxima vez?

- **Ofrezca alternativas.** Tal vez su hijo pueda explicarle a su amigo que le gustaría trabajar cuidando animales con mayor regularidad. Quizá su hijo y su amigo puedan hacer algo juntos el próximo fin de semana.
- **Acepte que las decisiones** no son perfectas. Si su hijo decide perderse la fiesta y cuidar el perro, está dejando de divertirse con sus amigos. Pero está ganando la oportunidad de cuidar el perro la próxima vez que su vecino viaje. A veces, es necesario hacer un pequeño sacrificio para que las decisiones rindan frutos a largo plazo.

Fuente: Barbara A. Lewis, *What Do You Stand For? For Teens, A Guide to Building Character*, ISBN: 1-5742-029-5 (Free Spirit Publishing, www.freespirit.com).

“Crecer es un proceso, no un acontecimiento puntual.”

—Paul B. Jamison

Use un tono de voz y las palabras adecuadas para evitar el griterío



Su hijo está en una edad en la que debe disciplinarlo con mucho más cuidado. La disciplina es esencial. Pero es más

probable que su hijo oponga resistencia a los métodos disciplinarios si los considera muy duros o dominantes. El objetivo de la disciplina se perderá si su hijo usa todo acto disciplinario como excusa para pelear.

Tal vez no sea posible evitarlo todo el tiempo. Pero usted puede tratar a su hijo con respeto y al mismo tiempo salir ganando si:

- **Baja la voz.** Conserve la calma y no pierda el control cuando le hable a su hijo.

- **Usa pocas palabras.** Los chicos por lo general ignoran a sus padres tan pronto se dan cuenta que viene un sermón. Así, en lugar de darle la lata porque su habitación está un desastre, señale la ropa que está en el piso y dígame, con firmeza: “Carla, recoge la ropa ahora mismo por favor.”
- **Señale lo obvio.** “El perro está parado frente a su platito vacío. Parece que tiene hambre.” No: “Te olvidaste otra vez de darle de comer al perro. ¿Es que no te acuerdas de nada?”

Fuente: Peter L. Benson y otros, *What Teens Need to Succeed: Proven, Practical Ways to Shape Your Own Future*, ISBN: 1-57542-027-9 (Free Spirit Publishing, www.freespirit.com).

¿Está fomentando la responsabilidad en su hijo?



Responda a este cuestionario para determinar si está fomentando la responsabilidad en su hijo. Esta es una de las cualidades más importantes para triunfar en la escuela y en la vida. Responda *sí* o *no* a las preguntas a continuación:

1. **¿Enfatiza lo importante** que es ser una persona fiable y digna de confianza, esperando que su hijo haga lo que se le pide?
2. **¿Responsabiliza a su hijo** por sus actos? Si pierde algo que le habían prestado, ¿le exige usted que gane el dinero necesario para reponerlo?
3. **¿Ha hablado con su hijo** de lo importante que es tener sentido común?
4. **¿Ayuda a su hijo** a adquirir más autocontrol? Dé el ejemplo controlando su genio y evitando actuar impulsivamente.
5. **¿Anima a su hijo** a ofrecer sus servicios como voluntario para alguna causa?

¿Cómo le fue?

Si la mayoría de las respuestas fueron *sí* esto indica que usted se está esforzando para criar a un niño responsable. Por cada respuesta *no*, pruebe la idea correspondiente.

Escuela Intermedia
Los Padres
¿aún hacen la diferencia!

Ideas prácticas para que los padres ayuden a sus hijos. ISSN: 1523-1321

Para obtener información llame o escribe a:
The Parent Institute®, 1-800-756-5525,
P.O. Box 7474, Fairfax Station, VA 22039-7474.
Fax: 1-800-216-3667.

O visite: www.parent-institute.com.

Publicada mensualmente de septiembre a mayo por The Parent Institute®, una división de NIS, Inc., una agencia independiente y privada. Empleador con igualdad de oportunidad. Copyright © 2010 NIS, Inc.

Editor: John H. Wherry, Ed.D.

Redactora: Rebecca Miyares.

Escritores: Maria Koklanaris y Holly Smith.

Directora de Traducciones: Michelle Beal-García.

Ilustraciones: Joe Mignella.

Traductoras: Kelly Maldonado y Dolores Quintela.

Usted es la mejor defensa contra el abuso de sustancias peligrosas



Quizá usted se dé cuenta que a esta edad su hijo podría sentirse tentado a probar alcohol o drogas (incluyendo el tabaco). Lo más probable es que usted no esté presente cuando esto suceda. Pero su hijo lleva consigo el cariño que usted tiene por él y su apoyo incondicional. Esto tendrá un impacto muy grande en lo que decida hacer en ese momento.

Recuerde que:

- **Brindarle una sólida vida familiar** es lo mejor que puede hacer por su hijo. ¿Su hijo sabe lo mucho que lo quiere? Si la respuesta es sí, es menos probable que él lo decepcione bebiendo o consumiendo drogas.

Un adolescente que come con su familia y disfruta de pasar tiempo en casa tendrá menos oportunidades y deseos de consumir drogas o beber.

- **Su hijo debería saber** que usted no se toma este tema a la ligera. Déjele bien en claro que usted desapruueba del consumo de alcohol y drogas. Dígale que no lo dejará pasar por alto “ni siquiera por esta vez.” Recálquele que si existen indicios que está bebiendo o consumiendo drogas, usted tomará medidas inmediatamente. Estas podrían incluir supervisarlos más de cerca.

Fuente: Ruth Taswell, editor, *Parenting at the Speed of Teens: Positive Tips on Everyday Issues*, ISBN: 1-57482-845-2 (Search Institute, www.search-institute.org).

Inspire a su hijo de intermedia con un poco de orientación y cariño



¿Quiere mandar a su hijo a la escuela listo para aprender y ansioso por hacerlo? ¡Dígale que lo apoya! En otras palabras, encárguese de que él se sienta querido y apoyado en su casa.

- Según los expertos, los chicos que tienen relaciones sólidas:
- **Se sienten más seguros** y tienen una visión más optimista que los chicos que no las tienen.
 - **Son menos susceptibles** de copiar en una prueba.
 - **Se sienten más sanos** y más felices que los otros chicos.
 - **Crean que pueden triunfar** en el futuro.
 - **Son nueve veces más propensos** que sus compañeros a tener un promedio perfecto en la escuela.

¿Cuál es la mejor manera de mostrarle a su adolescente que usted lo quiere? Hay demasiadas como para contarlas todas. Sin embargo, cuando se consultó con los estudiantes en una encuesta, ellos señalaron:

- **Escuche atentamente** cuando ellos quieran decirle algo.
- **Evite compararlos** con sus hermanos u otros compañeros.
- **Dé un buen ejemplo.**
- **Pasen más tiempo juntos** divirtiéndose en familia.
- **Evite darles un sermón** cada vez que cometan un error.
- **Trátelos con respeto.**
- **Anímelos a dar lo máximo** en la escuela y cualquier otra actividad.
- **Establezca reglas y límites** razonables.
- **Reconozca** cuando hagan algo bien.
- **Oriente.**
- **Demuestre interés** por su trabajo escolar.
- **Conozca a sus maestros** e infórmese sobre sus clases.

Al estar siempre a disposición de su hijo y mostrarle lo mucho que él significa para usted, lo está encaminando hacia el éxito.

Fuente: Anthony W. Jackson y otros, *Making the Most of Middle School: A Field Guide for Parents and Others*, ISBN: 0-8077-4476-X (Teachers College Press, www.tpress.com).

P: Mi hija de sexto grado está muy entusiasmada por asistir a la fiesta del Día de San Valentín en la escuela, pero no estoy segura. Asistirán estudiantes que son mayores que ella. ¿Cómo puedo determinar si está lista para participar en actividades de este tipo?

Preguntas y respuestas

R: No hay una respuesta sencilla para la pregunta de si un niño está listo para asistir a una fiesta de la escuela. Pero hay maneras de determinar si una cierta actividad es apropiada para su hija.

Antes de decir *sí* o *no* a cualquier nueva actividad:

- **Piense en su hija.** Analice, con toda honestidad, su madurez. ¿Es responsable y juiciosa? ¿Acata las reglas y usa su sentido común? Pues entonces, tal vez no haya problemas en permitirle que participe en esta actividad de “chicos grandes,” particularmente porque está patrocinada por la escuela.
- **Infórmese.** ¿Su hija le ha traído a casa toda la información sobre la fiesta? Léala. Si después de haberlo hecho hay algo que todavía le preocupa, comuníquese con la escuela y hable con alguien sobre la fiesta. Y si conoce a algún padre con hijos mayores que hayan participado de esta actividad en el pasado, pregúnteles qué opinan.
- **Vea si puede servir** de acompañante. La perfecta solución al problema podría ser servir de acompañante. Después de todo, su hija podrá ir a la fiesta y usted tendrá la oportunidad de ver las cosas directamente. Y, como bono adicional, ¡la escuela podrá contar con un par de manos adicionales!

— Holly Smith,
The Parent Institute

Enfoque: El equipo hogar-escuela

Esto es lo que los maestros quieren decirle



Las conferencias entre padres y maestros en la intermedia son por lo general muy cortas. Los maestros de su hijo

podrían no tener la oportunidad de expresar todo lo que quisieran.

Pues entonces, a nombre de los maestros de su hijo, estas son algunas de las cosas que tal vez no puedan decirle, pero que ciertamente quieren que usted sepa:

- **Su hijo todavía necesita** su apoyo para rendir bien en la escuela. Está atento a las tareas, pruebas y proyectos. Si parece que nunca tiene nada de tarea, desconfíe.
- **Conozca a los amigos** de su hijo. Los compañeros adquieren una gran importancia en la intermedia. Si su hijo empieza a pasar el tiempo con chicos que exhiben un comportamiento peligroso o que nunca estudian, lo más probable es que su hijo haga lo mismo.
- **Haga preguntas.** Usted tiene el derecho y la responsabilidad de informarse sobre las calificaciones de su hijo y de cómo le está yendo en general. Mande un mensaje electrónico, llame a la escuela y déjele un mensaje a la maestra.
- **Fíjese si su hijo** parece muy estresado. Los chicos de intermedia tienen mucho que hacer. Algunos asumen demasiadas responsabilidades. Cada semana, su hijo necesita algo de tiempo para la familia y para descansar.
- **Quiera a su hijo** con todo su corazón. Dígaselo frecuentemente (pero tal vez no delante de sus amigos). Anímelo toda vez que pueda. Déjele bien en claro que puede contar con usted. Cuando quiera hablar, escúchelo. Recuerde, usted es la persona más importante en la vida de su hijo.

Continúe participando en la vida escolar de su hijo en la intermedia

Este es uno de los mitos más grandes de la escuela intermedia: No queremos a los padres. ¡Tal vez este mito sobreviva porque los estudiantes continúan propagándolo!

Sea cual fuera la fuente, no es correcto. Los padres pueden ayudar muchísimo en la intermedia. Las oportunidades para ayudar son diferentes que en la primaria. Pero no son menos importantes.

Usted podría:

- **Comunicar.** La escuela intermedia tal vez necesite alguien que escriba un boletín informativo. O podría mandar mensajes electrónicos a los padres para informarles de noticias y acontecimientos. O si usted es bilingüe, podría servir de traductor para otros padres.
- **Aconsejar.** Si está disponible después de la escuela o por las noches, podría ayudar con un grupo estudiantil. Pregúntele a su hijo. Algunos estudiantes



quieren que sus padres participen en sus actividades, mientras que otros prefieren que no lo hagan.

- **Apoyar.** Los maestros de intermedia por lo general no tienen voluntarios en los salones de clase. Pero hay excepciones, como por ejemplo, una obra o presentación de la clase u otro acontecimiento especial. Si está disponible y tiene interés, ¡pregunte!

Fuente: Sharron Kahn Luttrell, "Middle School: A Role for Parents," PTO Today, www.ptotoday.com/pto-today-articles/article/85-middle-school.

Trabaje como voluntario en la escuela de su preadolescente



Trabajar como voluntario en la escuela le indica a su hijo que la educación es importante. Pero si usted cree que está muy ocupado y no tiene

tiempo para hacerlo, reconsidérelo. Hay muchas maneras de ayudar desde casa.

Usted podría:

- **Organizar un evento** para recaudar fondos. ¿Los chicos de intermedia están organizando un evento para recaudar fondos para la escuela? Llame a unas cuantas empresas y pídale su patrocinio.

- **Escriba comunicados de prensa** o propuestas para conseguir fondos. ¿Usted es un verdadero mago con las palabras? Averigüe si la escuela puede usar su pericia.
- **Use su creatividad.** ¿Qué le parece preparar unos bocadillos o golosinas para recaudar fondos para la Asociación de padres? ¿O sacar su máquina de coser? Después de todo, ¡los trajes para la obra de teatro no se zurcirán ellos solos!

Fuente: "Getting Involved at Your Child's School," KidsHealth.org, <http://kidshealth.org/parent/positive/learning/school.html>.