

Los Padres™

J. D. Meisler Middle School

¡aún hacen la diferencia!



Enséñele a su hijo a recuperarse después de sufrir un tropiezo

No hay padre que quiera ver fracasar a su hijo. Pero los fracasos son parte de la vida y muchos estudiantes empiezan a darse cuenta de esta realidad durante los años de la intermedia.

Si bien usted no puede prevenir que su hijo sufra un tropiezo, sí puede hacer algo todavía más importante: animarlo a recuperarse y a intentarlo otra vez.

Para ayudar a su hijo a adquirir resiliencia:

- **Haga hincapié en el esfuerzo.** Frecuentemente, los jóvenes creen que la capacidad es la única clave del éxito. Si reprobaban un examen de matemáticas, suelen decir, “No soy muy bueno para la matemática”. La manera de “hacerse mejor” para algo es continuar practicándolo e intentarlo de nuevo. Elogie el *esfuerzo* de su hijo y no solo los *resultados*.

- **Promueva los intereses de su hijo.** Como cualquier otra persona, es más probable que su hijo persevere en una actividad si le gusta. Y al perseverar, ya sea se trate de la lectura, un deporte o el piano, su aptitud y su amor propio mejorarán. Si adquiere más confianza en sí mismo, se sentirá más dispuesto a abordar actividades más difíciles, porque considera que a la larga triunfará.
- **Dé el ejemplo.** Recuérdale a su hijo que los adultos no tienen éxito en todo lo que tratan de hacer, especialmente la primera vez. Deje que su hijo lo vea intentándolo una y otra vez, ya sea que esté tratando de conseguir un empleo, aprender algo nuevo u organizarse en casa. Diga algo como, “A veces me siento desanimado, pero sé que lo lograré si persevero”.

Cuéntele a su hijo sus recuerdos de la intermedia



¿Recuerda usted cuando tenía 13 años, y pasó por momentos difíciles? Tal vez se sentía torpe, nervioso, incomprendido o poco popular. Es importante que usted hable con su hijo de estas experiencias.

Muchos maestros universitarios hacen lo mismo en sus clases de educación. Les piden a los estudiantes que están inscritos en la Facultad de Educación que recuerden cómo se sentían cuando cursaban la intermedia.

¿Por qué sacar a la luz estos viejos sentimientos? Pues porque ayuda a los maestros en formación a ver cómo se sienten los estudiantes que muy pronto serán sus alumnos. Concuerdan que este ejercicio los ayuda a encontrar los puntos en común con los estudiantes de intermedia.

Esto también funciona para los padres. Es probable que sean más comprensivos si pueden recordar haber tenido experiencias similares.

Entonces, la próxima vez que su hijo parezca molesto o enojado, cuéntele una anécdota de sus años de la intermedia. Es posible que su hijo se sienta más dispuesto a hacerle una confidencia si cree que usted podrá ponerse en su lugar.

Fuente: J.S. Davies y N.G. Adams, “Exploring Early Adolescent Identity Through Teacher Autobiography,” *Middle School Journal*, National Middle School Association.

La semilla del ‘abandono escolar’ se planta en escuela la intermedia



Si el estudiante va a abandonar la escuela, suele ocurrir en la secundaria, pero la semilla del abandono escolar por lo general se planta en la intermedia. En otras palabras, muchos estudiantes que dejan la escuela entre noveno y duodécimo año, emprendieron ese camino en séptimo u octavo grado.

Los estudios revelan que sin la intervención debida, un estudiante de sexto grado tiene una probabilidad del 75 por ciento mayor de abandonar la escuela si:

- Falta a clases 20 por ciento o más.
- Reprueba lengua o matemáticas.
- Obtiene malas calificaciones en una materia obligatoria debido a problemas de comportamiento.

Estas son las malas noticias. La buena noticia es que los padres pueden intervenir y guiar a los estudiantes de intermedia por el buen camino. Puede hacerse de este modo:

- Exíjale a su hijo que asista a la escuela todos los días. Solo

debería faltar si está enfermo o tiene una emergencia familiar.

- **Anímelo a trabajar** con mucho empeño y a dar lo máximo de sí.
- **Dígale que cree en él** y que sabe que tendrá éxito en lo que intente, sea lo que sea.
- **Anímelo a participar** en actividades extracurriculares. Los estudiantes que se sienten ligados a la escuela, más allá del campo académico, son más susceptibles de graduarse de la secundaria.
- **Coopere con los maestros** de su hijo. Todos quieren lo mejor para él.
- **Todos los días**, hable con su hijo de la escuela y lo que está aprendiendo.

Fuente: A. Khan, “Middle School Moment,” FRONTLINE, nismc.com/mid_dropout.

“Los jóvenes se meten en problemas cuando nadie presta atención”.

—Madeline Levine, Ph.D.

Ayude a su hijo a determinar cómo se integrará con sus compañeros



Su hijo acaba de pronunciar esas terribles palabras: “¡No encajo en la escuela!” ¿Qué debería hacer? Primero, no reaccione de manera exagerada. Respire profundamente e infórmese.

Si descubre que su hijo es el blanco de un acosador, intervenga y comuníquese a la escuela. El acoso es un problema serio, y no debe desestimarse diciendo que “es cosa de muchachos comportándose”.

Por otro lado, si su hijo se siente marginado porque no sabe como incorporarse y participar con sus compañeros, ayúdelo del siguiente modo:

- **Explore lo que le gusta** y lo que no le gusta. Su hijo está madurando y sus intereses están cambiando. Tal

vez haya una actividad o deporte que le parece interesante ahora, aunque antes no lo parecía.

- **Averigüe qué tiene** a su disposición. Una vez hayan comentado cuáles son sus intereses, vea qué clubes o equipos podrían ser una buena opción para él. “Te encanta el diseño gráfico y trabajar en el anuario escolar podría darte la oportunidad de conocer a otros compañeros que también les gusta”.
- **Busque más allá de la escuela.** Organizaciones de voluntariado, ligas deportivas y teatros comunitarios son estupendos lugares para conocer a otros jóvenes. Si su hijo encuentra su lugarcito en uno de ellos, podría sentirse más seguro y menos como “el que no encaja”.

¿Está manteniendo abiertas las líneas de comunicación?



Los años de la intermedia son una época de cambio. Su hijo necesita que usted sea la constante. Debe sentirse seguro de poder recurrir a usted cuando necesite conversar.

Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas para determinar si usted y su hijo están comunicándose bien.

___1. **¿Se hace** el tiempo, con regularidad, para sostener conversaciones con su hijo?

___2. **¿Se esfuerza** por conservar la calma, incluso cuando tiene un desacuerdo con su hijo?

___3. **¿Respetas** el punto de vista de su hijo, y le exige a él que haga lo mismo?

___4. **¿Se comunica** de manera no verbal, tal como mediante gestos, sonrisas y abrazos?

___5. **¿Evita** darle la lata a su hijo y usa en su lugar otras cosas, como una lista de control para las tareas y quehaceres?

¿Cómo le está yendo?

Más respuestas *sí*, significa que está esforzándose por mantener abiertas las líneas de comunicación. Para cada respuesta *no*, pruebe la idea correspondiente del cuestionario.

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 escriba 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 © 2016 NIS, Inc.

Editor Responsable: John H. Wherry, Ed.D.

Editora: Rebecca Miyares.

Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.

Ilustraciones: Joe Mignella.

Traductoras: Kelly Maldonado y Dolores Quintela.

Tomar buenos apuntes permitirá rendir mejor en los exámenes



Los estudios revelan que los estudiantes se benefician de muchas maneras si toman buenos apuntes. Algunos estudiantes se olvidan lo que el maestro dice en clase, pero lo recuerdan si lo tienen escrito. Repasar los apuntes de la clase es también una estupenda manera de estudiar para los exámenes.

Dele a su hijo de intermedia estos consejos para tomar apuntes:

- **Piense en lo que es importante** y anótelos. Si su maestro escribe los puntos importantes en la pizarra o los proyecta en la pantalla, cópielos. Si no, esté atento a los nombres y fechas de los acontecimientos y otros puntos clave.
- **No trate de anotar todo.** Esto lo agotará y no lo ayudará a rendir mejor en el examen. Consulte con el maestro si no está seguro cuáles son los puntos a destacar.
- **Revise y vuelva a escribir** sus apuntes cuando regrese a casa. A veces, los apuntes que se escriben

a la rápida suelen estar desordenados. Si los vuelve a escribir se asegura que sabrá qué está leyendo cuando estudie después. Además, ayuda a que la información se le grabe en la mente. Podría escribirlos en la computadora e imprimirlos.

- **Recurra a un amigo.** Si uno de sus compañeros también toma apuntes, podrían compararlos. Tal vez él haya captado algo que a usted se le pasó por alto. Estudien juntos y háganse preguntas para practicar.
- **Se mantenga organizado.** Sus apuntes no lo ayudarán a estudiar si los pierde. No lo ayudarán si no sabe para qué materia son, o para qué período. Considere usar una carpeta con diferentes secciones, rotuladas con el nombre de cada una de sus clases. Póngales fecha a sus apuntes y archívelos en la sección correspondiente.

Fuente: "Note-taking Tips," TeensHealth, Nemours, nishwc.com/mid_notes.

Su hijo puede mantenerse seguro y ser productivo cuando esté solo en casa



Quizá considere que su estudiante de intermedia es maduro y competente. Sin embargo, si todos los días vuelve a una casa vacía después de la escuela, probablemente usted se preocupe por él.

Aquí tiene cinco estrategias para garantizar que su hijo se mantenga seguro y aproveche su tiempo para hacer la tarea cuando esté solo en casa:

1. **Prepárese para una emergencia.** Antes de dejar a su hijo solo en casa, verifique que sepa qué hacer en caso haya un incendio, mal tiempo o cualquier otra situación de emergencia.
2. **Anote las reglas.** Ya sea se trate de una "no invitar a los amigos"

o "no cocinar" cuando usted no esté en casa, deje bien en claro qué es lo que espera.

3. **Insista en que se comuniquen** con usted. Debería llamarlo o enviarle un mensaje de texto tan pronto llegue a casa.
4. **Ayúdelo a establecer una rutina.** Si el autobús lo deja a las 4 p.m. y usted llega a casa a las 6 p.m., dele una estructura para llenar esas horas. "Tómame unos 30 minutos para relajarte y luego empieza tu tarea".
5. **Elabore un plan alternativo.** Las llaves se pierden. Las puertas se traban. Pues entonces, verifique que su hijo tenga un plan alternativo si no puede entrar en la casa.

P: A mi hijo le va bien en la escuela, pero me está enloqueciendo en casa. Me ignora completamente cuando le hablo y parece que le da mucha satisfacción enojarme. ¿Por qué se esfuerza tanto por llevarme la contra?

Preguntas y respuestas

R: Es estupendo que su hijo esté rindiendo bien en la escuela. El ambiente de su hogar desempeña un papel importante en su éxito académico, así que es importante lidiar con este comportamiento frustrante de manera positiva.

Aunque le resulte difícil creerlo, es muy probable que su hijo no esté tratando de molestarlo. De hecho, es posible que su comportamiento no tenga nada que ver con usted.

Algunos psicólogos creen que existen dos tipos de padres:

1. **Los positivos.** Estos padres creen que sus hijos son básicamente buenos. Cuando sus hijos los ignoran, lo atribuyen a una distracción, no al mal comportamiento. Los padres positivos tienden a conservar la calma cuando deben lidiar con el mal comportamiento.
2. **Los negativos.** Estos padres consideran que el comportamiento frustrante de sus hijos es irrespetuoso. Y lo que es peor todavía, consideran que está dirigido a ellos, y por tanto tienden a reaccionar con ira.

¿Qué tipo de padre es usted? Si considera que *cada vez* que su hijo se comporta de manera irritante está queriendo insultarlo, pues lo más probable es que pase mucho tiempo enojado con él y que presuma que está tratando de irritarlo.

En lugar de ello, aborde la situación de manera más positiva, reconociendo que es un adolescente normal. Es más probable que reaccione calmadamente y así ¡evitará volverse loco!

Enfoque: la lectura

¡Consejos para que su escolar de la intermedia lea más!



Usted ya sabe que no puede forzar a su hijo a leer. Pues entonces, concéntrese en hacerle un tiempito para leer

y que halle que la lectura es algo que vale la pena, por lo menos un par de minutos cada día.

Para motivar a su hijo:

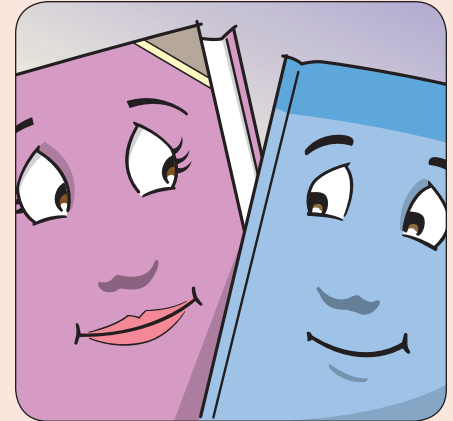
- **Permítale quedarse despierto** hasta más tarde para leer. (No más de 15 minutos en noches de semana. ¡Es necesario que duerma lo suficiente!)
- **Pídale que le lea a otra persona.** No solo que estará leyendo, sino que además estará haciendo algo bueno para otra persona. Leerle al hermanito menor es una alternativa obvia. Pero con certeza que un pariente de la tercera edad se alegrará si alguien le lee.
- **Anímelo a leer a su manera.** No es necesario que su hijo termine cada libro que comienza. Dígale que puede dejar un libro si no le gusta. O leer la serie fuera de orden, si así lo quiere. ¡Leer es una forma de libertad!
- **No critique lo que lee.** Siempre y cuando el material no sea dañino o inapropiado, trate de no preocuparse mucho por lo que su hijo lee. Tal vez considere que las revistas para adolescentes no son de lo más estimulantes, pero leerlas es mejor que no leer nada.
- **Sugíerale que exprese su opinión.** A los estudiantes de intermedia les gusta pensar que pueden influenciar a los demás. Si escribe un informe literario, ¡podría hacer precisamente eso!

Disfrute con su estudiante de experiencias dedicadas a la lectura

Ahora que su hijo está en la intermedia, hay muchas actividades que compiten por su atención. Sin embargo, leer por placer es una de las mejores cosas que puede hacer para garantizar el éxito en la escuela.

Para promover la lectura:

- **Lea con su hijo.** Pídale a la bibliotecaria que le sugiera libros apropiados para estudiantes de intermedia. Elija un libro y pida dos copias. Forme un “mini club del libro” solo para ustedes dos. Ofrézcale un privilegio o una salida especial cuando termine el libro. Recuerde, terminar el libro incluye comentarlo.
- **Lean al mismo tiempo.** Es menos probable que su hijo se distraiga si ustedes dos hacen lo mismo. Elija un momento del día en que



los dos puedan sentarse a leer juntos unos 20 minutos.

- **Busque películas** que se hayan inspirado en libros. Si se interesa en una película, es más probable que su hijo lea el libro en el que se ha basado. Programen leer el libro y ver la película juntos.

¿Qué habilidades de lectura usará su hijo en la intermedia?



El buen rendimiento académico depende de la capacidad de su hijo de comprender lo que lee. Pero, ¿qué significa eso *realmente*? Su hijo debería concentrarse en estas seis áreas:

1. **Saber cuál es el objetivo del autor.** ¿Por qué escribió esto el autor? ¿Lo hizo para informar al lector? ¿Para entretenerlo? ¿Para influenciarlo?
2. **Identificar la idea principal y los detalles.** ¿Cuál fue el mensaje fundamental del autor? ¿Qué incluye en su texto para acreditar o reforzar su mensaje?
3. **Analizar y comprender** el lenguaje descriptivo. “El océano me susurraba”, no significa que el océano en realidad *habla*. Significa que el autor encuentra atractivo al océano.
4. **Secuencia.** ¿Qué ocurrió primero en la historia? ¿Y que pasó después? ¿Cuál fue el resultado?
5. **Identificar relaciones** entre lo que ocurrió en la historia y el desenlace de ésta.
6. **Comprender a los personajes.** ¿Qué sienten? ¿Cómo se comportan como consecuencia de ello?

Fuente: ACT, “For Middle Schoolers: Activities to Build College-Level Reading Skills,” AdLit.org, niswc.com/mid_readskills.