

Escuela Intermedia

Los Padres

Educational Service Unit #8
Linda Miller, Service Representative

¡aún hacen la diferencia!



Enséñele a su hijo a recuperarse después de sufrir un revés

Ningún padre quiere ver a su hijo fracasar. Pero sufrir un tropiezo es parte de la vida, y muchos estudiantes empiezan a darse cuenta de esta realidad en los años de la intermedia. Las clases son más difíciles. Necesitan estudiar más. Y la falta de organización realmente puede afectar negativamente al estudiante.

No es posible prevenir que su hijo se tropiece y caiga. Pero usted sí puede hacer algo todavía más importante: animarlo a recuperarse e intentarlo de nuevo. Para hacerlo:

- **Dé el ejemplo.** Los adultos tampoco consiguen hacer todo lo que se proponen, especialmente la primera vez. Cada día, muéstrele a su hijo que usted está perseverando, ya sea que se trate de un nuevo empleo, de intentar aprender algo nuevo o de proponerse a organizarse en casa. Dígale algo como, "A veces, yo también me desanimo pero sé que lo lograré si persevero."

- **Haga énfasis en el esfuerzo.** Los jóvenes muchas veces creen que la capacidad es lo único que se necesita para triunfar. Si reprobaban un examen de matemáticas, dicen, "No soy bueno en matemáticas." La manera de mejorar en algo es simplemente practicando. Elogie a su hijo por su *esfuerzo*, y no simplemente por los *resultados*.
- **Promueva sus intereses.** Su hijo, como cualquier otra persona, prefiere dedicarse a una actividad que le gusta. Y al continuar con ella, obviamente mejora, ya sea que se trate de la lectura, los deportes o el piano. Esto lo ayuda a sentirse mejor consigo mismo. Al aumentar la confianza en su capacidad, se sentirá más dispuesto a abordar actividades que no le gustan tanto o que son más difíciles, porque cree que puede lograrlo.

Fuente: L. Clark, "Helping Children Achieve Success and Learn from Failure," The Ohio State University Extension, <http://ohioline.osu.edu/flm01/pdf/FS14.pdf>.

Promueva la seguridad en la escuela de su hijo



Muchos padres no se detienen a pensar en la seguridad de su hijo en la escuela. Pero es un área en la que pueden tener un gran impacto.

Usted podría:

- **Averiguar qué hace la escuela** para velar por la seguridad de los estudiantes. Apoye a la escuela en estas iniciativas. Anime a su hijo a obedecer la reglas de la escuela.
- **Hable claramente** en contra del acoso escolar. Déjele bien en claro a su hijo que acosar a los demás *nunca* es aceptable. Pero es igualmente inaceptable presenciar actos de acoso y no decir nada al respecto. Dígale a su hijo que le avise a usted si es testigo de actos de acoso. Informe a la escuela; el personal de la escuela no divulgará su nombre o el de su hijo si usted así lo pide.
- **Ofrezca sus servicios voluntarios** para promover la seguridad de los estudiantes. Por ejemplo, usted podría controlar las puertas cuando haya una fiesta. Si su hijo protesta, explíquele que es necesario que usted ayude para que la fiesta sea una experiencia segura y divertida para todos.

Fuente: J. Shea, "Parents Can Help Make Schools Safer," National PTA, www.pta.org/2881.htm.

Ayude a su hijo a descubrir cómo llevarse bien con sus compañeros



Su hijo acaba de pronunciar esas terribles palabras: “No encajo bien en la escuela.” ¿Qué debería hacer? Primero, no reaccione sobremanera. En lugar de ello, respire profundamente y siga toda la información pertinente.

Si descubre que su hijo es víctima de un acosador, debe intervenir e informar a la escuela. El acoso escolar es un problema muy grave, y no se lo debe dejar pasar por alto simplemente porque, “es cosa de los jóvenes.”

Por otro lado, si él se siente que no encaja simplemente porque no sabe cómo unirse a sus compañeros para hacer alguna actividad, usted puede ayudarlo a remediar la situación de este modo:

- **Explore lo que le gusta** y lo que no le gusta. Su hijo está madurando y sus intereses están ampliándose. Tal vez haya una actividad o deporte que ahora le parece interesante, aunque inicialmente no lo haya considerado.

- **Averigüe qué tiene** a su disposición. Una vez que determine cuáles son sus intereses, vea que clubes o equipos podrían encajar con ellos. “Te encanta el diseño gráfico y creo que trabajar en el anuario de la escuela te permitirá conocer a otros jóvenes con intereses similares.”
- **Busque fuera de la escuela.** Las organizaciones de voluntariado, los teatros comunitarios y las ligas recreativas del condado son excelentes lugares para conocer otros jóvenes y hacerse de amigos. Si su hijo encuentra que encaja en uno de ellos, tal vez se sienta más seguro y no se considere como “el está demás” en la escuela.

“Hay pocas situaciones en la vida más difíciles que tener que lidiar con un hijo o hija adolescente que está intentando liberarse.”

—Anna Freud

Cuéntele a su hijo sus propios recuerdos de la escuela intermedia



¿Se acuerda cuando tenía 13 años? Seguro que pasó por momentos difíciles, a no ser que usted haya sido un joven muy diferente del resto. Quizá se sintiera torpe, poco popular, no comprendido. Es importante que hable con su hijo de ello.

Algunos profesores universitarios hacen algo similar en sus clases. Les piden a los estudiantes que quieren ser maestros que escriban cómo se sentían cuando estaban en la intermedia.

¿Por qué traer a la superficie estos sentimientos? Este ejercicio ayuda a los nuevos maestros a comprender mejor lo que pasa en el corazón y la

mente de los que serán sus estudiantes. Los maestros concuerdan que esto los ayuda a encontrar puntos en común con los adolescentes.

Es algo que también funciona con los padres. Es probable que se sienta más ligado a su hijo y lo comprenda mejor si recuerda haber tenido experiencias similares.

Así entonces, la próxima vez que su hijo parezca enojado, cuénteles una anécdota de sus años en la intermedia. Quizá su hijo se sienta más dispuesto a sincerarse con usted si cree que puede identificarse con él.

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

¿Mantiene usted abiertas las líneas de comunicación?



Los años de la intermedia son una época de cambio. Su hijo necesita que usted sea una constante en su vida. Tiene que estar seguro de que puede recurrir a usted cuando necesite hablar. Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas para averiguar si usted y su hijo tienen una buena comunicación:

- ___ **1. ¿Conversa** usted con su hijo regularmente?
 - ___ **2. ¿Se esfuerza** por mantener la calma, incluso cuando no está de acuerdo con su hijo?
 - ___ **3. ¿Respeto** el punto de vista de su hijo y le exige a él que haga lo mismo?
 - ___ **4. ¿Se comunica** con su hijo de manera no verbal, sonriéndole, abrazándolo y haciendo gestos positivos?
 - ___ **5. ¿Evita darle sermones** y en lugar de ello utiliza una lista de cosas por hacer para las tareas y los quehaceres?
- ¿Cómo le está yendo?**

Si la mayoría de las respuestas fueron *sí* significa que incluso en estos momentos, cuando las relaciones pueden ser algo tirantes, usted se está esforzando por mantener abiertas las líneas de comunicación. ¿La mayoría fueron *no*? Busque sugerencias en el 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 © 2012 NIS, Inc.

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

Editora: Rebecca Miyares.

Escritoras: Maria Koklanaris y Holly Smith.

Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.

Ilustraciones: Joe Mignella.

Traductoras: Kelly Maldonado y Dolores Quintela.

Anime a su hijo a volver a encarrilarse con la tarea escolar



Su hijo ha estado trabajando con dedicación en la intermedia por lo menos hace seis meses. Es ahora que muchos

adolescentes comienzan a aflojar el ritmo, tentados por las temperaturas más altas. Tal vez su hijo se resista a hacer la tarea, le dé miles de excusas o simplemente se rehúse a hacerlas.

Para que su hijo continúe comprometido con la escuela:

- **Recuérdale que debe administrar su tiempo.** Si le parece que tiene mucha tarea, tal vez esté dejando todo para el último momento. Ayúdelo a elaborar un organizador semanal para sus tareas.
- **Recuerde las palabras** del expresidente Ronald Reagan, “Confíe, pero compruebe.” Esto es lo que debería hacer si su hijo llega de la escuela día tras día y le dice que no tiene nada de tarea. Visite el tablero de tareas en el sitio de la escuela, si ésta tiene uno. De otra

manera, póngase en contacto con sus maestros. Dígame a su hijo que comprende que hacer las tareas no es lo que más le gusta. Pero la escuela es su trabajo y las tareas deben completarse.

- **Esté atento y determine** si su hijo se ha desorganizado un poco. Esta es la principal razón por la cual los estudiantes de intermedia dejan de completar las tareas y sus calificaciones empeoran. Averigüe cómo está llevando cuenta de sus tareas. ¿Qué hace para guardar sus papeles en la carpeta? Si su hijo se le queda mirando, atónito o se suscita una pelea, hablen abiertamente. Sea comprensivo, pero enfatice que la organización ayuda mucho. Ofrézcase a ayudarlo a pensar en posibles ideas para mantenerse organizado.

Fuente: P. Ghezzi, “Homework: Why it Matters,” SchoolFamily.com, www.schoolfamily.com/school-family-articles/artide/10658-homework-why-it-matters.

Los estudiantes necesitan que sus padres estén disponibles para ellos



Cuando su hijo era pequeño, requería de mucha atención y tiempo de su parte. Pero ahora que está en la intermedia, ¿todavía necesita tanta atención?

Absolutamente. La única diferencia es que esta vez usted no tendrá que intervenir tan directamente, aunque sí debería estar disponible para su hijo para ayudarlo a navegar las turbulentas aguas de la adolescencia. Una manera de hacerlo es hablando con él y escuchándolo.

Para mantener abiertas las líneas de comunicación con su hijo:

- **Comuníquese sus valores.** Dígame que opina de la lealtad, la honestidad y la responsabilidad. Los valores básicos que usted tiene serán la base de los de su hijo.

- **Oriéntelo, no lo juzgue.** Ayúdelo a aprender a tomar decisiones acertadas hablando de las maneras en que podría abordar una cierta situación. Y mantenga la mente abierta. No lo haga sentir como si usted siempre tuviera la razón y él estuviera equivocado.
- **Reconozca las diferencias.** Su hijo no es una versión suya en miniatura y la niñez de él no es una repetición de la suya. Recuerde que las experiencias de su hijo en la intermedia podrían ser muy diferentes de las que usted recuerda.
- **Sea cariñoso.** Dígame a su hijo con frecuencia que lo quiere y que cree en él.

Fuente: “Parenting a Preteen,” Palo Alto Medical Foundation, www.pamf.org/preteen/parents/parenting.html.

P: Mi hijo de octavo grado está en buen estado físico, pero ahora que no practica ningún deporte, me preocupa que se vuelva muy sedentario. ¿Cómo podría mantenerlo en buen estado sin convertirme en un verdadero sargento?

Preguntas y respuestas

R: La obesidad es una verdadera epidemia, así que tiene razón de preocuparse por el estado físico de su hijo. Lo difícil, especialmente durante los años de la adolescencia, en que los jóvenes prestan tanta atención a su apariencia física, es mantener la atención en el *bienestar*, no en el peso.

Para ayudar a su hijo a mantenerse en buen estado físico y al mismo tiempo conserva una actitud positiva hacia su cuerpo y hacia los alimentos:

- **Haga que comer sano sea un hábito para toda la familia.** Si en su nevera tiene muchos alimentos ricos en azúcar y muy procesados, asuma el compromiso de llevar a casa opciones más saludables. Anime a su familia a probar una nueva fruta o verdura cada semana.
- **Invítelo a la cocina.** Su hijo debería participar en la planificación y preparación de las comidas familiares. Podría inspirarlo a preocuparse más por el tipo de comida que consume.
- **No use la comida como premio o castigo.** La comida es energía, pura y simplemente. No le dé más importancia convirtiéndola en algo que *gana* si se comporta bien o *pierde* si no lo hace.
- **Limite la tele.** Los estudios revelan que los jóvenes que ven más de cuatro horas de tele por día pesan más que aquellos que solo ven dos horas. Invite a su hijo a andar en bicicleta o dar un paseo por la cuadra en lugar de quedarse sentado frente a la pantalla.

—Holly Smith,
The Parent Institute

Enfoque: La lectura

Mejore la capacidad de su hijo de leer en Internet



Hoy por hoy, su hijo no puede considerarse un verdadero lector si no puede leer muy bien en línea. Tal vez usted considere que navegar en Internet es una pérdida de tiempo. (¡A veces sí lo es!) Pero muchos de los empleos para los que se está preparando su hijo, exigirán que tenga la capacidad de leer en línea.

Cuando su hijo lea en línea debe:

- **Analizar.** Cuando su hijo haga una búsqueda en línea, ciertamente encontrará una serie de sitios. Debería preguntarse, “Este sitio, ¿ofrece información pertinente al trabajo que debo hacer? ¿Cuán pertinente? ¿Sé quién creó este sitio? ¿Es alguien de fiar?”
- **Aprovechar su estilo** de aprendizaje. Aquellos que aprenden mejor visualmente pueden buscar tablas, fotografías y gráficos para ilustrar el texto. Pero la naturaleza audiovisual de los sitios web es beneficiosa también para aquellos que tienen otros estilos de aprendizaje. Su hijo tal vez pueda hacer clic en un video adjunto para suplementar el texto. Y ya que para navegar por Internet es necesario usar las manos y la vista al mismo tiempo, es estupendo para los que aprenden mejor de manera práctica.
- **Predecir.** La mayoría de los sitios tienen enlaces a otros que también son relevantes e interesantes. Pero su hijo no debe simplemente hacer clic sin pensar. Debe preguntarse, “¿Por qué me están pidiendo que visite ese sitio? ¿Qué información me dará? ¿Será útil?”

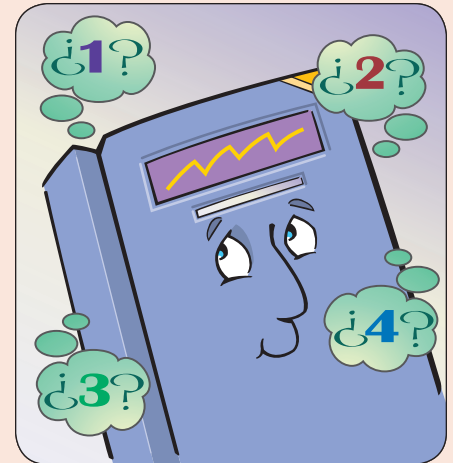
Fuente: J. Atlas, “Reading, Writing, and Technology,” International Reading Association, www.reading.org/InformationFor/Parents.aspx.

Enséñele a su hijo a cuestionar todo cuando esté leyendo

Su hijo tal vez logre leer muy rápidamente los textos que le asignan en la escuela, pero, ¿comprende lo que ha leído?

Para animarlo a leer con el objetivo de comprender lo leído, pídale que se haga estas preguntas cada vez que termine un pasaje:

1. **¿Cuál es el objetivo del autor?**
¿Este pasaje es informativo?
¿O está tratando de convencer al lector de un cierto punto de vista?
2. **¿Cuál es la idea principal?** ¿Es que el pasaje tiene un tema principal? ¿El autor recalca varias veces una idea central?
3. **¿Dónde está la evidencia?** ¿Qué datos incluye el autor para acreditar el tema? Estos datos, ¿son convincentes? ¿Bastan?
4. **¿Qué podría robustecerlos?** Si su hijo fuera el autor, ¿qué



información adicional incluiría?
¿Cómo cambiaría o mejoraría el pasaje si incluyera esa información?

Fuente: “Reading for Meaning,” Colorado State University, <http://writing.colostate.edu/guides/reading/critread/pop2c.cfm>.

Un club de lectura promoverá la lectura, la diversión y los lazos



Los padres y los estudiantes de intermedia hoy en día suelen leer y disfrutar de los mismos libros. Desarrolle este mutuo interés formando un club del libro para los padres y los jóvenes.

Comience así:

- **Haga que su hijo participe.** No puede forzarlo, pero persuada a su hijo a que por lo menos lo intente.
- **Invite a unos cuantos amigos.** Sus amigos podrían traer a sus hijos, un sobrino o sobrina. Los amigos de su hijo podrían venir con sus padres u otro adulto de confianza.

- **Decida dónde se reunirán.** La primera reunión podría ser en su casa o en una biblioteca cercana.
- **Aporte ideas.** Pídale a todos que sugieran el primer libro que leerán. Debería ser interesante y apropiado para todos los participantes.
- **¡Lean!**
- **Reúnanse nuevamente** en un mes para conversar del libro y compartir un grato momento. Luego, seleccionen otro libro.

Fuente: “Starting Your Own Book Club,” PBS.org, www.pbs.org/parents/readinglanguage/articles/bookclubs/start.html.