

Diciembre de 2007

# Middle Years

Trabajando para el éxito escolar

## Notas Breves

### Materiales al completo

Sugiera a su hijo que mire en su cartera y en su mesa de trabajo para asegurarse de que tiene todos los materiales que necesita (lapiceros, bolígrafos, papel, carpetas). Pídale que le haga una lista de lo que le falta y comprenda esos artículos cuando salgan juntos de compras. Si tiene todos los materiales adecuados le resultará más fácil ir al día con sus tareas.

### "Te lo prometo"

Las promesas son importantes para fortalecer la confianza. Anime a su hija a guardar las promesas que haga pidiéndole que las escriba en una pizarra en la cocina. *Ejemplo:* "Te prometo ponerme el casco cuando monte en bici". Escribir las promesas le recordará lo que ha dicho y le asegura a usted que cumplirá su palabra.

### Escuchar y aprender

Elija en la biblioteca un libro en cinta o en DVD para escucharlo con su hijo. Luego, cuando estén en el auto juntos (yendo al entrenamiento, recogiendo la cena), pónganlo y escuchen un fragmento. Hablar de lo que han oído fortalecerá en su hijo la capacidad de escuchar y de conversar y los dos disfrutarán de su tiempo juntos.

### Vale la pena citar

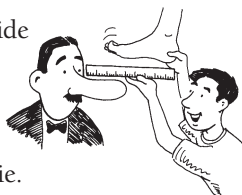
"El secreto para ir por delante es empezar".

Sally Berger

### Simplemente cómico

**P:** ¿Por qué no mide 12 pulgadas tu nariz?

**R:** Porque si lo hiciera sería un pie.



## ¿Sí o no?

### Tomar decisiones inteligentes

El día de su hijo está plagado de decisiones: qué ropa ponerse, qué hacer, de quién ser amigo. Pero muchos estudiantes de la escuela media no están seguros de cómo tomar buenas decisiones.

Pásele estas ideas a su hijo para ayudarlo a evaluar las opciones a las que se enfrenta.

### Haz una lista con tus opciones

Diga a su hijo que haga una lista. En un folio, uno al lado del otro, puede escribir los pros y los contras. *Ejemplo:* Quiere presentarse a las pruebas de selección de fútbol. Pros: hacer amistades, divertirse, ejercicio físico. Contras: menos tiempo para los deberes y para jugar, arriesgarse a no ser seleccionado. Hacer una lista mostrará a su hijo las consecuencias de su decisión.

### Considera todos los aspectos

Interpreten juntos ambos aspectos de una situación. *Ejemplo:* ¿Debería mantener



su hijo la amistad con Johnny, el cual no siempre se porta bien con él? Usted y su hijo pueden tomar partido para comentar las ventajas y las desventajas de la amistad con Johnny. Hablar de sus opciones ayudará a su hijo a ver las cosas con más claridad.

### Contempla los resultados

Hasta las malas decisiones pueden ayudar a los niños a tomar otras mejores. Anime a su hijo a pensar en qué le fue mal cuando lamenta una de sus decisiones. *Ejemplo:* Lo sorprendieron copiando en un examen. Pregúntele en qué pensaba cuando tomó la decisión de copiar. ¿Qué otra cosa podía haber hecho? Examinar los errores cometidos puede enseñar a su hijo a elegir con más inteligencia la próxima vez. 👍

## La vuelta al mundo

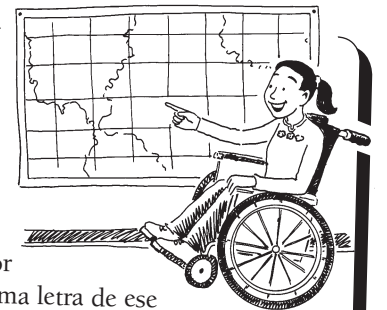
Su hija aprenderá un montón de geografía con estas sencillas ideas:

■ Cuelguen un mapa en el cuarto de estar. Señalen con el dedo países y regiones cuando comenten las noticias diarias.

■ Jueguen a "Geografía". Una persona dice el nombre de un continente, un país, un estado o una ciudad (por ejemplo, Chicago). La siguiente persona emplea la última letra de ese lugar para nombrar otro sitio (Oregón) y así sucesivamente.

■ Hagan una "pregunta del día" geográfica. Pueden encontrar temas en la red o en el libro de texto de su hija. *Ejemplo:* "¿Dónde se encuentra la montaña más alta del mundo?" (El monte Everest se encuentra en los Himalayas, en la frontera de Nepal y Tibet).

■ Refiéranse al norte, sur, este y oeste cuando vayan a algún sitio. *Ejemplo:* "Vamos hacia el parque que está al norte de nuestra casa". 👍



# Secretos para tomar apuntes

Tomar buenos apuntes puede ayudar a su hija a entender y a recordar la información que escucha en clase. Comparta con ella estas técnicas para tomar apuntes claros y precisos.

**Aprende taquigrafía.** Anime a su hija a desarrollar su propio sistema taquigráfico. *Ejemplos:* “w/” para “with”, “b4” para “before” si escribe en inglés. También puede tomar prestados métodos IM y de mensajería de texto como la omisión de vocales (“lkg” para “looking”). Emplear abreviaturas le permitirá tomar apuntes con más rapidez.

**Señala los puntos importantes.** Sugiera que numere los puntos clave. Por ejemplo, si el profesor explica “los tres



aspectos principales” de la Revolución Industrial, su niña podría escribir 1, 2 y 3 junto a cada uno. Hacer una lista de ítems le organizará los datos en la mente y la ayudará a ver si le falta algo.

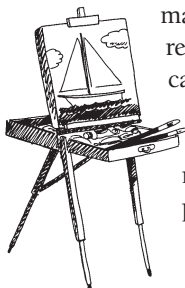
**Selecciona.** Explique a su hija que no tiene que escribir palabra por palabra lo que diga el profesor. Debería, en cambio, hacer un resumen de la información en unas cuantas palabras. *Ejemplo:* Podría escribir: “mucha tiranía” para “Se encuentran muchos ejemplos de tiranía a lo largo de la historia”. Escribir menos permitirá su hija escuchar con más facilidad lo que el profesor dice a continuación. 👍

## “¡Qué creativo!”



¿Se ha preguntado alguna vez dónde se fue ese espontáneo hijo suyo que cantaba y dibujaba? ¡Aún está aquí! Pero como los jóvenes adolescentes son normalmente más tímidos, podrían necesitar unos pocos halagos para expresar su creatividad. Ponga a prueba estas estrategias:

★ Coloque un caballete barato y materiales (papel de dibujo, pinturas, pinceles,



marcadores, lápices de colores) en un rincón de su casa. Cuando usted no mire, quizá a su hijo le dé por dibujar a su mascota o pintar una puesta de sol.

★ Anime a su hijo a llevar un diario. Sugiera que

escriba todo, desde su opinión sobre la escuela hasta sus citas favoritas o sus predicciones sobre la temporada de baloncesto.

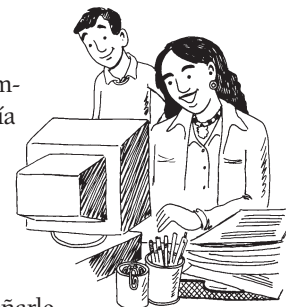
★ Encargue a su hijo de diseñar con la computadora con motivo de un cumpleaños. Puede bajarse imágenes que se refieran a la persona homenajeada (su comida favorita o su estrella de cine preferida) y escribir una felicitación ingeniosa. *Ejemplo:* “Feliz cumpleaños de parte de toda la piña” con la imagen de una piña tropical. 👍

## De padre a padre La lectura importa

Leo mucho en mi trabajo: informes, correos electrónicos y memorandos. Pero como decía que me pasaba el día con la computadora mi hijo Jared pensaba que no leía en el trabajo. Un día hizo un chiste sobre hacerse mayor para no tener que “leer nada más”.

Me di cuenta de que Jared no sabía lo mucho que se lee en el trabajo. Así que el sábado siguiente me lo llevé a la oficina y le enseñé los montones de informes y contratos que manejo. Luego le mostré correos que había guardado para enseñarle la cantidad de mensajes que leo en un día. “Ya veo que leer es más importante de lo que pensaba”, murmuró Jared.

Ahora, durante la cena, le pregunto qué ha leído en la escuela y le cuento lo que he leído yo en el trabajo. Nos enteramos de lo que nos ocurre durante la jornada y Jared está aprendiendo que la lectura les importa a los mayores. 👍



## P & R Signos de depresión

**P** ¿Cómo puedo saber si mi hija está melancólica o realmente deprimida?

**R** La presión de los compañeros, los cambios del cuerpo y los desafíos de la escuela pueden causarles dificultades a los jóvenes adolescentes. Ésta es la razón por la que es importante reconocer los síntomas de la depresión.

Observe con atención los cambios en el comportamiento de su hija, como el abandono de amigos y aficiones, actitudes desesperadas, enojos exagerados, reacciones

extremas a las críticas o la falta de cuidado por su aspecto personal. Otros indicadores pueden ser la bajada rápida de notas o cambios grandes en los hábitos de sueño y comidas.

Si su joven adolescente muestra estos síntomas, hable con un pediatra, la enfermera de la escuela o el orientador escolar. Podrán sugerirle un psicólogo u otro tipo de ayuda.

Comuníquelo también a su hija la preocupación de usted por ella. Pregúntele cómo se siente y escúchela cuando hable. Saber que usted se preocupa quizá la ayude a comunicar lo que la está molestando. 👍



### NUESTRA FINALIDAD

Proporcionar a los padres ideas prácticas que promuevan el éxito escolar, la participación de los padres y un mejor entendimiento entre padres e hijos.

Resources for Educators,  
una filial de Aspen Publishers, Inc.  
128 N. Royal Avenue • Front Royal, VA 22630  
540-636-4280 • rfeustomer@wolterskluwer.com  
www.rfeonline.com  
ISSN 1540-5559