

Los Padres TM

Kern County Supt. of Schools Office
Daryl Thiesen, Title IV/TUPE Coord.

¡aún hacen la diferencia!

La participación de los padres en la secundaria es vital para el éxito

En la escuela primaria resulta muy fácil participar en la educación de su hijo. Los padres pueden acompañar a la clase en un paseo o trabajar de voluntarios en la escuela. En la secundaria, sin embargo, es posible que su adolescente no quiera su participación.

¡Pero es muy importante que continúe siendo parte de la vida escolar de su hijo! Cuando los padres participan en la escuela secundaria:

- **Los estudiantes** leen mejor.
- **Asisten a la escuela** con mayor regularidad.
- **Las tasas de abandono** escolar se reducen.
- **Los estudiantes tienen** una actitud más positiva hacia la escuela y el aprendizaje.

Pues entonces, ¿qué puede hacer usted? No se preocupe, es posible continuar participando en todo lo relacionado con la educación de su hijo sin hacer que se muera de vergüenza. Usted podría:

- **Mantenerse en contacto** con los maestros. Reúnase con ellos por lo menos una vez al año. Luego, puede comunicarse por medio de notas, mensajes electrónicos o telefónicos.
- **Hablar de la escuela.** Pregúntele a su adolescente qué está estudiando en sus clases. Escuche lo que le diga.



- **Asistir a los acontecimientos** escolares, especialmente si su hijo tiene un papel en ellos. Esto le demuestra a su hijo que para usted la escuela es importante.
- **Insistir en un horario fijo** para estudiar. Vea que su hijo tenga un lugar tranquilo y cómodo para estudiar.
- **Brindar ayuda.** Ofrecerse a corregir sus composiciones antes de entregarlas. Es una manera estupenda de enterarse de qué es lo que está leyendo y qué opina al respecto.

Fuente: "Family Engagement," National Dropout Prevention Network/Center, www.dropoutprevention.org/effstrat/family_engagement/overview.htm.

¿Faltarse a la escuela? ¡Su hijo saldrá perdiendo!



¿Es gran cosa permitirle a su hijo que se falte a la escuela si no está enfermo? Un estudio realizado por las escuelas del Sistema escolar de Chicago nos da la respuesta: *absolutamente.*

La institución educativa lleva cuenta del historial de asistencia de aquellos estudiantes que faltaron muy poco a la escuela, en promedio, una semana por trimestre. El estudio reveló que estos estudiantes eran más susceptibles de abandonar la escuela o no graduarse de la secundaria en cuatro años.

El noveno grado, en particular, es de especial importancia. Sólo 63 por ciento de los estudiantes de noveno grado que faltaron a clases una semana por trimestre se graduaron de la escuela después de cuatro años de estudio.

Cuando los adolescentes no asisten a la escuela, pierden importantes lecciones. Así que debe enfatizar la importancia de ir puntualmente a la escuela todos los días.

No se olvide de comprobar que su hijo esté asistiendo a sus clases. No basta que esté en la escuela; ¡también debe estar presente en su clase de matemática!

Fuente: Consortium on Chicago School Research, "What Matters for Staying on Track and Graduating in Chicago Public High Schools," University of Chicago, <http://ccsr.uchicago.edu/publications/07%20What%20Matters%20Final.pdf>.

Las mañanas pueden ser más tolerables para toda la familia



Lograr que un chico se levante por las mañanas puede ser una lata. Y durante estas primeras semanas de clase (en que su hijo todavía está en horario de verano) ¡puede parecerle imposible!

Pero usted puede enseñarle a su hijo a tolerar las mañanas. Aprender a levantarse a tiempo es muy importante. Cuando sea un adulto, su hijo tendrá que administrar su tiempo eficientemente todos los días.

Y si su hijo se siente motivado por las mañanas, es más probable que siga animado por el resto del día. Para ayudar a su hijo a levantarse:

- **Empiece con una sonrisa.** Cuando suene el despertador de su hijo, vaya a su dormitorio y dígame, “¡Buenos días!” Su ánimo positivo podría ser contagioso.
- **Anímelo a tomar desayuno.** Comer obliga a su hijo a despertarse. Y la

comida alimenta su cerebro, lo que a su vez hará que le sea más fácil aprender y prestar atención en clase. Dele algo para comer, así sea una banana cuando esté saliendo de casa.

- **Sugíerale que se duche,** empezando con agua fría. La baja temperatura y el choque que le producirá obligará al más somnoliento de los chicos a abrir los ojos. O permítale a su joven que encienda la radio. Una canción con ritmo animado podría ayudarlo a entrar en movimiento.

Fuente: Denise Witmer, “How To Help Your Teen Wake Up in the Morning,” About.com: Teens, http://parentingteens.about.com/od/behavioranddiscipline/ht/wake_alarmclock.htm.

“Los logros más ambiciosos siempre ocurren en el marco de expectativas igualmente ambiciosas.”

—Jack Kinder

Utilice el tiempo detrás del volante para enseñar sobre el respeto



Es importante aprovechar las oportunidades que le ofrece la vida diaria de su hijo para enseñarle lecciones en respeto. Y si usted busca una situación con la que él se identifique, pues habrá encontrado una oportunidad de oro para impartir una enseñanza.

La gran mayoría de los chicos sueñan con obtener su licencia para conducir. Y cuando se acerca la fecha en que finalmente podrán hacerlo, empiezan a fijarse en los otros conductores. Para los padres, esta es una excelente oportunidad de ayudarlos a pensar en cómo demostramos respeto.

Imagínese que un conductor se le cruza por delante al tratar de ingresar en el carril de giro. Usted podría enfurecerse. O podría hablar con su

hijo. ¿Ese conductor está demostrando respeto hacia los otros?

No se sorprenda si su hijo le dice que usted debería haber respondido de la misma manera. Tal vez incluso le diga, “Tú permitiste que él te falte el respeto.”

Es precisamente este razonamiento el que mete a los chicos en problemas. Esta es la oportunidad de recordarle que no debe responder a cualquier pequeño desaire.

Si usted hubiera ido detrás de ese conductor, podría haber creado una situación peligrosa para usted y terceras personas. Para los adolescentes es una lección importantísima aprender que es aceptable no responder en todas las ocasiones.

Fuente: Goodcharacter.com, “Teaching Guide: Respect for Grades 7-12,” www.goodcharacter.com/ISOC/Respect.html.

¿Está ayudando a su hijo a considerar las consecuencias?



Los jóvenes creen que son invencibles. Es tarea de los padres enseñarles a ser cuidadosos. ¿Está ayudando usted a su hijo a tomar decisiones prudentes y a considerar las consecuencias de las mismas?

Responda *sí* o *no* a las preguntas a continuación para averiguarlo:

1. **¿Ha hablado** con su hijo de la necesidad de pensar *antes* de actuar?
2. **¿Le ha enseñado** a su hijo tácticas dilatorias cuando tenga que enfrentar una decisión? Podría contar hasta 10 o fingir que está llamando a alguien para comprar algo de tiempo.
3. **¿Le recuerda** a su hijo de las metas a largo plazo que se ha trazado? “¿Ingresarás en la universidad si te faltas a clases y repruebas?”
4. **¿Le ha dado** a su hijo una opción de escape? Si está en peligro usted lo recogerá, sin ninguna recriminación.
5. **¿Le ha sugerido** maneras de decir que *no*? “¡Mis padres me matarían!” suele ser muy eficaz.

¿Cómo le fue?

Cada respuesta *sí* significa que está ayudando a su hijo a pensar antes de actuar. Por cada respuesta *no*, trate de probar la idea correspondiente en el cuestionario.

Escuela Secundaria
Los Padres
¡aún hacen la diferencia!

Ideas prácticas para que los padres ayuden a sus hijos. ISSN: 1523-133x

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 © 2009 NIS, Inc.

Editor: John H. Wherry, Ed.D.

Redactora: Rebecca Miyares.

Escritores: Kris Amundson y Jennifer McGovern.

Directora de Traducciones: Michelle Beal-García.

Ilustraciones: Joe Mignella.

Traductoras: Kelly Maldonado y Dolores Quintela.

Anime a su estudiante a hacer las tareas de modo 'ecoeficiente'



Muchas familias están haciendo lo que pueden para proteger el medio ambiente. Algunas reciclan. Otras utilizan

bombillas fluorescentes. Y otras tratar de usar el sistema de transporte público tanto como sea posible.

Este año escolar, dele a su hijo la opción de hacer algo que sea benigno para el medio ambiente. Ayúdelo a hacer sus tareas de modo "ecoeficiente", es decir, ahorrando papel.

Animélo a:

- **Ser creativo a la hora de tomar apuntes.** Su hijo podría tomar notas en el reverso, de papeles usados. O podría grabar las clases y luego pasar sus notas en la computadora una vez llegue a casa.

- **Usar papel reciclado.** El papel que se recicla para producir más papel no va a parar a un vertedero, prolongando así la vida de estos. Pídale a su hijo que se fije en la etiqueta del papel. Si es reciclado, la leyenda en el envase así lo indicará.
- **Piense antes de imprimir.** ¿Es que su hijo necesita imprimir cada borrador de su trabajo de investigación? Vea si puede corregir sus primeras versiones en la computadora e imprimir una sólo cuando sea necesario. ¡Además, debería aprovechar los dos lados del papel cuando imprima!

Fuente: Grace Fleming, "How to Green Your Homework And Be Kind to the Environment," About.com: Homework/Study Tips, <http://homeworktips.about.com/od/studymethods/a/green.htm>.

Ayude a su adolescente a vencer la presión para enviar, publicar fotos



Los jóvenes que miran sus teléfonos móviles con mucha atención podrían no estar leyendo mensajes de texto. Tal vez estén

mirando fotografías provocativas que sus amigos les han enviado.

Recientes estudios revelan que la presión de los amigos provoca que muchas niñas envíen estas fotografías insinuantes. ¡Casi la mitad de las adolescentes indicó que la presión de sus amigos o parejas las había motivado a poner en línea fotografías que no se atreverían a mostrarles a sus abuelitos!

Antes que su adolescente oprima el botón de "enviar" usted debe conversar con ella:

- **Sepa con quién se comunica su hija.** Usted sabe quién entra a su casa, pero, ¿sabe con quién se comunica su hija por teléfono o en línea?
- **Compruebe que su hija comprenda** que en el espacio cibernético no hay nada privado. Incluso cuando los

chicos creen que les están enviando una foto a un par de amigos, ellos las reenvían a otros y poco tiempo después, aparecen en MySpace.

- **Ayúdela a pensar en el futuro.** Nada desaparece completamente una vez se publica en línea. ¿Cómo se sentiría si un miembro del comité de admisiones de la universidad viera esas fotos? ¿O un posible empleador?
- **Mire el perfil de su hija.** MySpace y Facebook son dos de las redes donde su hija podría estar comunicándose con sus amigos. Recuérdele que ya ha tomado la decisión de hacer que esta información sea del dominio público. No es que usted la esté espiando. Simplemente, quiere ver qué es lo que los otros ya saben de ella.

Fuente: National Campaign to Prevent Teen and Unplanned Pregnancy, "Sex and Tech: Results from a Survey of Teens and Young Adults," www.thenationalcampaign.org/sextech/PDF/SexTech_Summary.pdf.

P: Mi hija quiere hacer las tareas mientras escucha música. Me dice que esto la ayuda a concentrarse mejor y a trabajar más eficientemente. Nuestra regla en casa siempre ha sido hacer las tareas en un lugar tranquilo porque ella insiste que otros ruidos la distraen. Ya que se inicia el año escolar, queremos establecer reglas que la ayuden a rendir bien en la escuela. ¿Puede aprender mientras escucha música?

Preguntas y respuestas

R: Como ocurre con muchos problemas relacionados con los hijos, la respuesta es "depende." Los estudios sobre este tema no han arrojado una respuesta clara. Para encontrar la mejor respuesta para su hija:

- **Hágase un par de preguntas.** ¿Cómo le está yendo en la escuela? ¿Está esforzándose lo más que puede? ¿Está obteniendo buenas calificaciones o simplemente pasando las materias con la mínima nota requerida?
- **Fíjese en su hija** mientras estudia con música. ¿Está cantando la letra de las canciones que escucha? Si fuera así, pues entonces no está prestando atención a sus tareas, diga lo que diga. En ese caso, tal vez tenga que escuchar sólo música instrumental, sin letra cuando estudie.
- **Pruebe un experimento.** Durante un mes, pídale que haga sus tareas sin música. Luego, dele un mes para estudiar con música. Compare los resultados. ¿Le tomó más tiempo completar su tarea? ¿Mejoraron sus notas?

Y ya que está fijando reglas para la hora de estudio, piense en otras distracciones. Considere establecer una regla de no mirar TV durante la hora de estudio ya que su hija le ha dicho que otros ruidos le molestan. Usted puede concentrarse en pagar las cuentas, leer o en otros quehaceres tranquilos.

— Holly Smith,
The Parent Institute

Enfoque: La responsabilidad

Deje que su hijo se responsabilice por su propio horario



Es posible que su hijo esté acostumbrado a que usted le diga qué hacer y dónde hacerlo. Pero a medida que va

creciendo, debería asumir responsabilidad por su propio horario.

El inicio del nuevo año escolar es la perfecta oportunidad para darle a su joven una agenda o calendario. Instelo a pensar en las tareas y a anotar todo lo que tiene que hacer para no olvidarse.

Luego, sugiérale que empiece a pensar:

- **En todo el mes.** Después de anotar en su calendario sus obligaciones con la escuela, la familia y actividades extracurriculares, debería analizar todo el mes. ¿Hay algún conflicto? ¿Hay algún proyecto grande que tiene que entregar el mes que viene que tal vez ya deba comenzar?
- **En toda la semana.** Es importante que analice la semana que viene. ¿Tiene alguna prueba? Esta semana deberá dedicar más tiempo a esa materia. Si quiere salir con sus amigos el viernes por la noche tal vez tenga que lavar su ropa el jueves.
- **En todo el día.** Su adolescente puede hacer listas de cosas por hacer para ayudarlo a mantenerse al día. De esta forma, garantizará que está completando todo lo que tiene por hacer.

Revise el horario con su adolescente. Si está en la escuela ocho horas por día, duerme ocho por la noche y estudia tres horas cada día, ¿es que tiene tiempo para jugar en el equipo de fútbol?

Con práctica, su joven aprenderá a tomar decisiones responsables para usar su tiempo.

Anime a su adolescente a asumir responsabilidad por sus cosas

Cuando su hijo tenía seis años, usted dejaba pasar por alto un olvido una que otra vez. Pero ahora ya tiene 16, y sigue olvidándose la ropa para gimnasia en la casa o dejando el libro de historia en la escuela.

El comportamiento olvidadizo de su hijo es frustrante para usted, y está afectando negativamente su desempeño en la escuela. Para ayudar a su hijo a responsabilizarse por sus propias cosas:

- **Evite “salir al rescate.”** Si tiene una prueba de biología mañana pero se ha olvidado los apuntes en la escuela, no deje todo lo que está haciendo para llevarlo a la escuela. Dígale que tiene que encontrar una solución. Podría irse a la escuela a pie o llamar a un amigo para estudiar con él.



- **Trate de averiguar** por qué es tan olvidadizo. ¿Es distraído sólo cuando se trata de la tarea de inglés? Tal vez esté teniendo dificultades con esa materia. Marque una reunión con su hijo y el maestro para obtener ayuda adicional.

Las actividades extracurriculares desarrollan la responsabilidad



Está comenzando el año escolar y es posible que su hijo esté pensando en inscribirse en un par de actividades extracurriculares.

Pueden ofrecerle la oportunidad de asumir más responsabilidades, pero no será así si éstas son simplemente diversión y juegos.

Expertos en la Universidad de Wake Forest han determinado que los adolescentes pueden aprovechar los clubes y actividades extracurriculares para hacerse más responsables.

En la vida muchas veces tenemos que hacer cosas que no queremos. Los clubes nos ofrecen una manera estupenda de aprender esa lección. Un estudiante que trabaja para el diario escolar tiene que cumplir con el

plazo de entrega de los artículos, aunque tenga una prueba al día siguiente. Un joven actor no puede faltarse al ensayo de la obra, porque todos se verían afectados.

Hable de ello con su hijo. Si empieza un proyecto para un club, debe terminarlo. Si se inscribe en un equipo, está asumiendo el compromiso de ir a todos los entrenamientos. Luego de ir al primero, temprano por la mañana, le será más fácil seguir adelante.

Dígale a su hijo que está desarrollando el “músculo de la responsabilidad.” Se hará más fuertes cada vez que asuma sus compromisos.

Fuente: “Wake Forest University Study Shows How Youth Programs Foster Responsibility in Teens,” Wake Forest University, www.wfu.edu/news/release/2009.02.06.t.php.