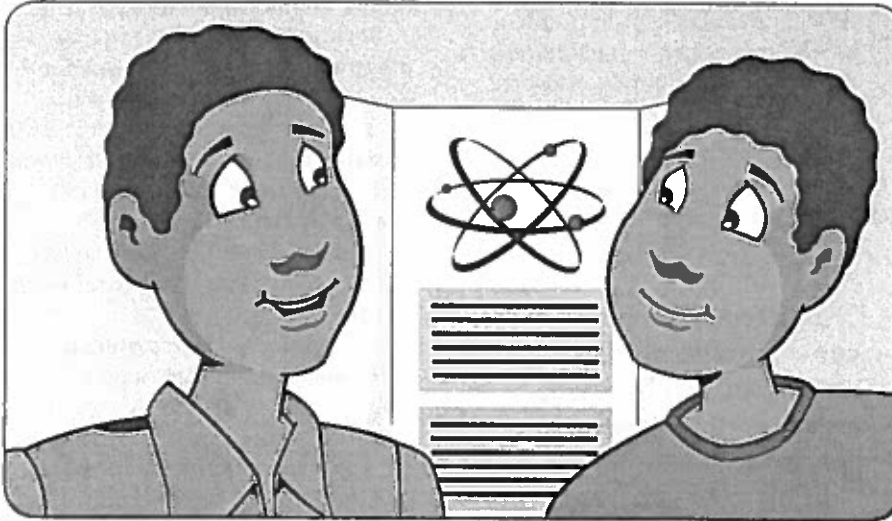


# Escuela Intermedia **Los Padres**™

## *¡aún hacen la diferencia!*



## Estimule el razonamiento de su estudiante de la escuela intermedia

**A** medida que su hijo va avanzando en la escuela, los maestros esperan que exhiba un razonamiento a un nivel superior. En lugar de simplemente limitarse a dar una respuesta, será necesario que ofrezca ejemplos que la acrediten.

Usted puede ayudar a su hijo a practicar este tipo de razonamiento superior si:

- **Disminuye la velocidad.** No se apure cuando esté conversando con su hijo. Por el contrario, tómese el tiempo necesario para comentar con él diversos temas, desde la próxima feria de ciencias hasta el clima. Cuanto más examine en detalle cualquier tema, más oportunidades le estará dando de pensar y analizar.
- **No interviene inmediatamente.** Cuando su estudiante de la intermedia tenga que encarar una decisión difícil, no se precipite

- a resolvérsela. En lugar de ello, dele la oportunidad de pensarlo con detenimiento. Si le pregunta, "¿En qué equipo deportivo debería participar?", deje que lo piense con cuidado. "¿Cuál te gusta más? ¿Hay uno más difícil que otro?"
- **Le pide que acredite su decisión.** Cuando su hijo finalmente decida algo, pídale que exprese de forma oral cómo analizó el problema. "Estoy feliz de que hayas decidido jugar al baloncesto. Dime por qué seleccionaste ese deporte". Al explicar cómo llegó a su decisión, estará aclarándola en su propia mente.
- **No lo juzga.** Tal vez usted no esté de acuerdo con la opinión de su hijo en todos los temas, pero así y todo, debería respetarla.

Fuente: A.J. LeStorti, "Developing Thinking in the Gifted," The Pennsylvania Association for Gifted Education, [niswc.com/mid\\_thinkskills](http://niswc.com/mid_thinkskills).

## Consejos ya comprobados para tomar apuntes



Es fundamental que los estudiantes aprendan a tomar buenos apuntes en las clases para que rindan bien en la escuela intermedia, ya que esta habilidad será mucho más necesaria en la secundaria.

Dele estos consejos para tomar apuntes a su hijo:

- **No escribir todas las palabras.** Anime a su hijo a crear su propio sistema de abreviaturas, a que use símbolos para las palabras clave, y a que destaque las frases en las que el maestro hace hincapié o recalca.
- **Corregir sus apuntes después de la clase.** Su hijo debería releer los apuntes y ampliarlos, si fuera necesario, y hacerlo mientras la información esté fresca en su mente. Podría incluso tratar de escribir un resumen breve de los puntos más importantes que se presentaron en la clase. Si no está seguro sobre algo que anotó, debería preguntárselo al maestro.
- **Estudiar los apuntes.** Si su hijo estudia los apuntes todos los días, podrá comprender el material en profundidad, y de este modo, estará mejor preparado para la próxima clase o el examen.

Fuente: J. R. Ban, *Parents Assuring Student Success*, National Educational Service.

## Asignarle responsabilidades a su estudiante lo ayuda a desarrollarse



Cumplir con las responsabilidades asignadas en casa, además de hacer las tareas, ayuda a su estudiante de intermedia a verse como una persona capaz. Esta sensación de autoestima le será muy beneficiosa en la escuela y en la vida cotidiana.

Algunos niños están listos para asumir ciertas tareas antes que otros. Tenga en cuenta la madurez y el desarrollo de su hijo, y luego considere asignarle la responsabilidad de:

- **Programar sus actividades.** Deje que su hijo lleve cuenta de sus citas, actividades sociales y actividades extracurriculares. Puede anotarlas en el calendario familiar y coordinar con usted para ver cómo va y viene de cada una.
- **Preparar un presupuesto.** Deje que su hijo administre algunos de sus gastos. Si quiere comprar algo, anímelo a elaborar un plan.

¿Cuánto tendrá que ahorrar de su mesada o qué trabajos extra deberá hacer para alcanzar su meta?

- **Contribuir.** Su hijo debería participar en los debates de todo lo que afecta la vida de su familia. Como padre, usted tomará la decisión final, pero debería preguntarle a su hijo qué opina, y considerar su punto de vista. Cuando él aporta sus ideas, se siente valorado y comprendido.

Fuente: J.J. Pawel, *The Parent's Toolshop: The Universal Blueprint for Building a Healthy Family*, Ambris Publishing.

**“Nos preocupa en qué se convertirá un niño el día de mañana, y nos olvidamos que ya es alguien el día de hoy”.**

—Stacia Tauscher

## Recuérdelo a su estudiante que no existe la privacidad en línea



El uso de los sitios de contacto social, tal como Facebook, Instagram y Snapchat está en aumento. Grandes números de estudiantes de intermedia y secundaria se han suscrito a ellos para publicar sus opiniones, mensajes, fotografías y videos.

Para ayudar a su estudiante de intermedia a tomar decisiones sensatas cuando use los sitios de contacto social, usted debería supervisar lo que él publica.

Además:

- **Hable con su hijo de sus “amigos” en línea.** Solo las personas que él permita deberían tener acceso a las cuentas de su hijo. Verifique que solamente aquellos amigos

que su hijo conoce personalmente tendrán acceso a lo que él publica.

- **Recuérdelo a su hijo que nada desaparece completamente una vez se ha publicado en línea.** Por eso, debería pensar con cuidado antes de publicar algo que podría dañar su reputación o su amistad con alguien.
- **Hable de sus valores.** Recuérdelo a su hijo que no debería publicar nada en línea que no diría o haría en la vida real.
- **Haga hincapié en la seguridad.** Su hijo nunca debería publicar información que le permita a alguien ubicarlo. Además, nunca debería hacer planes para reunirse en persona con alguien que haya conocido en línea.

## ¿Apoya usted a su hijo a la hora de hacer las tareas?



En los años de la intermedia, se espera mucho más de los estudiantes. Esto podría incluir mayor volumen de tareas. Si

bien usted nunca debería hacerle la tarea a su hijo, sí puede apoyarlo.

Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas para ver si está ayudando a su hijo en la hora de las tareas:

1. ¿Tiene un lugar tranquilo y bien iluminado para que su hijo trabaje?
2. ¿Está informado sobre las expectativas de los maestros?
3. ¿Está disponible para su hijo durante la hora de las tareas, lo más que puede?
4. ¿Ayuda a su hijo a utilizar todos los recursos que tiene a su disposición, tal como internet, un grupo o un compañero de estudio?
5. ¿Le comunica a los maestros si la tarea es extremadamente difícil para su hijo, o si le toma mucho más tiempo del anticipado?

¿Cómo le está yendo?

Si la mayoría de sus respuestas son *sí*, usted le está dando a su hijo la cantidad apropiada de apoyo a la hora de las tareas. ¿La mayoría fue *no*? Revise el cuestionario para encontrar sugerencias de cómo apoyar a su hijo.

Escuela Intermedia  
**LosPadres**  
*¡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](http://www.parent-institute.com).

Publicada mensualmente de septiembre a mayo por The Parent Institute®, una división de PaperClip Media, Inc., una agencia independiente y privada. Empleador con igualdad de oportunidad. Copyright © 2017 PaperClip Media, Inc.

Editor Responsable: L. Andrew McLaughlin.

Editor Emérito: John H. Wherry, Ed.D.

Editora: Rebecca Mlyares.

Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.

Ilustraciones: Joe Mignella. Traductoras:

Kelly Maldonado y Dolores Quintela.

## Un ambiente apacible en el hogar promueve el éxito académico



Su estudiante de intermedia encara presiones académicas y sociales, y usted y sus parientes también tienen responsabilidades que producen estrés. Lamentablemente, toda esta tensión puede tener un impacto negativo en las calificaciones de su hijo.

Hoy por hoy, es casi imposible llevar una vida libre de estrés, pero usted sí puede lograr que su hogar sea un refugio del ajeteo cotidiano.

Para ayudar a su familia a sentirse bien a nivel mental y emocional:

- **Ríase.** La risa debería ser una parte de cada día. Sugiera a todos que cuenten anécdotas cómicas de su día, de un programa, o una película o que cuenten un chiste.
- **Aconseje cómo aliviar el estrés.** Enséñele a su hijo a respirar

profundamente, dar una caminata corta o escuchar música relajante siempre que se sienta estresado.

- **Recuerde estas tres cosas:** buena alimentación, descanso y ejercicio físico. Son la clave del bienestar.
- **Hable de cosas positivas.** Todos los días, cada miembro de su familia debería hablar de algo positivo, así sea insignificante, que le haya ocurrido. Háganlo a la hora de la comida.
- **Colabore.** Los quehaceres se completan más rápidamente cuando todos colaboran. Programe una hora para hacer los quehaceres domésticos con toda la familia, y luego participen todos en una actividad divertida a modo de recompensa.

Fuente: A. Marks, M.D. y B. Rothbart, M.S.W., *Healthy Teens, Body and Soul: A Parent's Complete Guide*, Fireside.

## Cuatro estrategias que reducen la ansiedad por los exámenes



¿Acaso su estudiante de intermedia se pone muy nervioso la noche anterior a un examen?

¿Y usted también?

¡Relájese! Si bien usted no puede rendir el examen por su hijo, hay muchas cosas que puede hacer para ayudarlo a prepararse.

Hágalo así:

1. **Converse con él.** Pregúntele a su estudiante de intermedia por qué se siente tan nervioso por el examen. ¿Acaso el material es muy difícil? ¿No lo comprende? A veces, simplemente desahogarse y expresar sus preocupaciones hace que el examen parezca menos intimidante.
2. **Ayúdelo a elaborar un horario diario de estudio.** Si el examen es la semana entrante, anímelo a programar tiempo para estudiar cada día antes del examen. Esto

evitará que se pase la noche antes estudiando todo de golpe.

3. **Cree rincón de estudio acogedor.** En su hogar, cree un rincón de estudio tranquilo y bien iluminado para su hijo. Verifique que tenga todos los materiales que necesita, incluyendo un bocadillo nutritivo, antes de sentarse a estudiar.
4. **Recuérdle cuáles son sus fortalezas.** "Sé que estás preocupado por el examen de ciencia, pero, ¿recuerdas lo bien que te fue en el examen anterior?" Haga hincapié en las cosas positivas.

Más tarde, cuando su hijo reciba su calificación, hablen al respecto. Si le fue bien, celebre su éxito. Si no le fue bien, analicen con calma qué fue lo que no funcionó y hablen de cómo podría mejorar la próxima vez.

Fuente: "Helping Your Child with Test-Taking: Helping Your Child Succeed in School," U.S. Department of Education, [nswc.com/mid\\_testanxiety](http://nswc.com/mid_testanxiety).

**P:** Pesqué a mi hijo copiando todas las respuestas de la tarea de un compañero. Me ha dicho que esto no es nada grave. ¿Qué puedo hacer?

### Preguntas y respuestas

**R:** Lamentablemente, muchos estudiantes empiezan a copiar en los años de la intermedia. A esta edad, los estudiantes son muy conscientes de cómo se comparan con sus compañeros, y consideran que copiar es una manera de seguirles el paso.

En un estudio que llevó a cabo el Instituto de Ética Josephson, el 90% de los estudiantes de intermedia admitió haber copiado la tarea de un compañero y el 75% reconoció haber copiado en un examen.

Copiar es muy grave. Pero usted puede evitar que su hijo convierta el error que ha cometido en un problema mucho más serio. Hágalo así:

- **Dígale claramente a su hijo que copiar está mal.** Es deshonesto y le priva de la oportunidad de aprender lo que debe saber para triunfar en la vida.
- **Hable con su hijo y pregúntele por qué decidió copiar.** ¿Tiene miedo de decepcionarlo o de recibir un castigo si obtiene calificaciones que no son brillantes?
- **No haga hincapié en las calificaciones.** En cambio, recalque la importancia del esfuerzo. Dígale que los errores son oportunidades para aprender y que usted lo querrá pase lo que pase.
- **Ayude a su estudiante a adquirir buenos hábitos de estudio** para que pueda sacarse mejores calificaciones por su propio mérito.
- **Procure ayuda si su hijo se ha retrasado.** Tal vez el maestro conozca a un estudiante que esté dispuesto a darle clases individuales un par de horas por semana.
- **Programe una reunión para que usted y su hijo hablen con el maestro y el consejero.**

# Enfoque: la disciplina

## Tres estrategias que pondrán fin a las respuestas insolentes



Como padre de un estudiante de intermedia, con certeza que tiene días en que parece que todo lo que usted dice

está mal. Hasta el más inocente de los comentarios recibe una respuesta insolente, arrogante o desdeñosa por parte de su hijo.

Tal vez se sienta frustrado y enojado. Pero lo mejor es evitar una explosión de sus emociones. En lugar de ello:

1. **Exprésese utilizando “yo”.** Cualquier mensaje que comienza con “tú siempre” o “tú nunca” o siquiera apenas “tú” será considerado por su hijo como una acusación. Y nada provocará una pelea más rápidamente que sentirse acusado.

En cambio, haga énfasis en cómo se siente *usted*. Diga, “Yo me siento muy frustrado cuando la basura se amontona”, en lugar de “¡Tú nunca sacas la basura!”

2. **Repita como disco rayado.** No debata por qué no puede ir al concierto solo. En cambio, repita y repita. “La regla en nuestra casa es que no se puede ir a los conciertos sin un adulto”. Cuando se queje, respóndale otra vez, “La regla en nuestra casa es que no se puede ir a los conciertos sin un adulto”.
3. **Haga un comentario positivo, y luego aléjese.** Hay ocasiones en las que simplemente no podrá razonar con su hijo hasta que se calme. Dígale, “Sé que estás enojado, y eso me entristece. Pero estás siendo tan insolente que no puedo hablar contigo ahora. Podemos hablar más tarde.”

Fuente: A. Svensen, “Did That Come Out of My Child’s Mouth?” Family Education, niswc.com/mid\_backtalk.

## Establezca reglas en su hogar que fomenten la conducta respetuosa

Es importante que los niños sean respetuosos en la escuela. La manera en que se comportan con los miembros de su familia sienta la base de su comportamiento con otras personas.

Al establecer las reglas de lo que considera comportamiento aceptable, creará un ambiente más apacible y respetuoso en casa y en la escuela.

Anime a toda su familia a:

- Hablar en un tono educado.
- Pedir permiso antes de tomar las pertenencias de otra persona.
- Compartir. El cartón de cereal es para todos los miembros de la familia, no solo para su hijo.
- Aceptar que no siempre todos nos salimos con la nuestra. Los miembros de la familia deben turnarse.
- Pensar en los demás. Pregúnteles cómo fue su día. Felicite o apoye cuando sea apropiado.



No tolere comportamiento como:

- La violencia física de ninguna forma.
- Los gritos y chillidos.
- Insultar a otros miembros de la familia.
- Robarle a un miembro familiar.
- Faltarle el respeto a la propiedad de su familia.

Fuente: R. Howard, *Parenting at the Speed of Teens: Positive Tips on Everyday Issues*, Search Institute Press.

## Evite las técnicas disciplinarias que fomentan el mal comportamiento



Muchas maneras comunes de disciplinar en realidad promueven el mal comportamiento.

Los expertos recomien-

dan estos consejos:

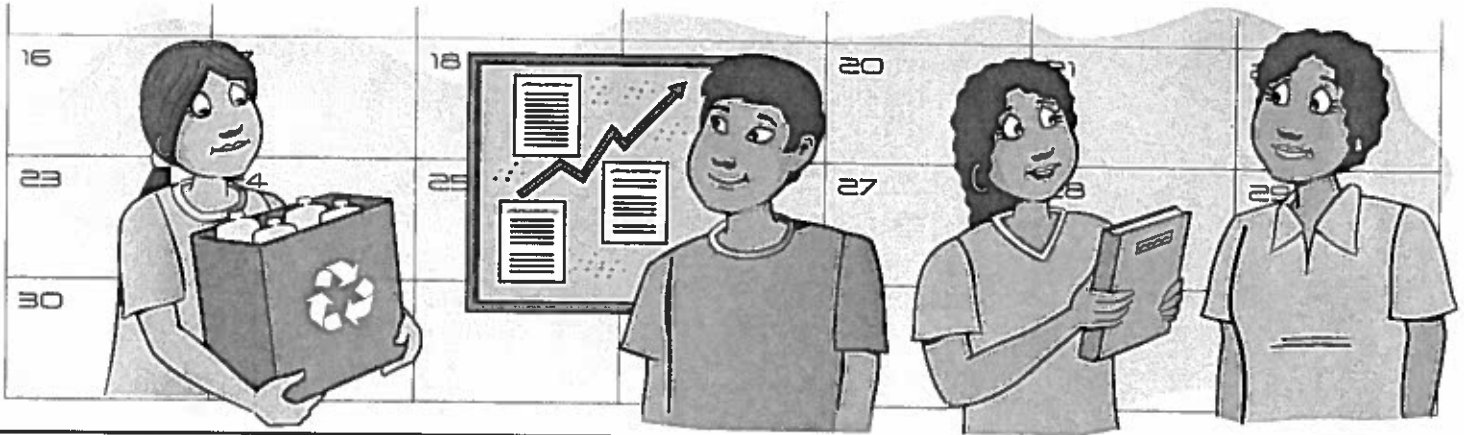
- **No tiente a su hijo.** Decirle algo como, “A ver si te animas a hacerlo”, puede percibirse como un desafío.
- **No deje lugar a dudas.** En lugar de decir, “Trata de terminar los quehaceres hoy”, sea claro y diga, “Termina los quehaceres hoy mismo”.
- **No haga preguntas sin sentido.** En lugar de preguntarle a su hijo,

“¿Cuántas veces te dije que no uses ese tono de voz conmigo?” dirija su atención a lo que le gustaría que hiciera. Dígale, “Usa un tono respetuoso al hablar”.

- **No amenace.** Si le dice a su hijo, “Si no terminas tu tarea antes de la cena, no comerás postre”, le está dando una opción. Es mejor que le diga, “Debes terminar la tarea antes de la cena”.
- **No sea impreciso.** Los niños no aprenden de frases como, “¡Madura de una vez!” Ellos necesitan que sea específico: “Es tu responsabilidad recordar tus quehaceres”.

# Consejos para los Padres

## Calendario



THE PARENT INSTITUTE

### Consejos para los Padres

#### Calendario

Escuela Intermedia  
**Los Padres**  
*¡ahí hacen la diferencia!*

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
			<b>1</b> Dígame a su hijo que la escuela es su trabajo. Es más importante que los deportes, los pasatiempos y la televisión.	<b>2</b> Asocie la responsabilidad de su hijo con la libertad. A medida que adquiera más responsabilidad, tendrá más libertad.	<b>3</b> Anime a su hijo a escribir una carta de agradecimiento a su maestro favorito.	<b>4</b> Cuando su hijo vaya a la casa de un amigo, asegúrese de que haya un adulto presente para supervisar.
<b>5</b> Hoy, durante 20 minutos, dejen de hacer lo que están haciendo y lean.	<b>6</b> Pregúntele a su hijo qué haría si un amigo suyo robara algo de una tienda.	<b>7</b> Dígame a su hijo algo específico que a usted le agrade de él. Procure hacer esto todos los días.	<b>8</b> Pídale a su hijo que le enseñe algo que esté aprendiendo en la escuela. Deje que se lo explique (aunque usted ya lo sepa).	<b>9</b> Comente una noticia internacional con su hijo. ¿De qué manera afecta a nuestro país?	<b>10</b> Recuerde que la clave para ganarse el respeto de su hijo es respetándolo a él.	<b>11</b> Hoy es el cumpleaños de Thomas Edison. Enseñele a su hijo el dicho de Edison: "No hay sustituto para el trabajo duro".
<b>12</b> Dé un paseo con su hijo y usen los cinco sentidos para observar el mundo que los rodea.	<b>13</b> Después de que su hijo se haya ido a la cama, deje una tarjeta de San Valentín donde él pueda verla a la mañana.	<b>14</b> Sirva el desayuno favorito de su hijo simplemente para demostrarle lo mucho que lo quiere.	<b>15</b> La próxima vez que lleve a su hijo a un entrenamiento o una práctica, quédese unos minutos y observe.	<b>16</b> Observe y comente las buenas cualidades de los amigos de su hijo.	<b>17</b> Lea un editorial con su hijo. Dígame si usted está de acuerdo con lo que leyeron. Pregúntele qué piensa él.	<b>18</b> Haga que toda la familia limpie la casa durante media hora. Muchas manos hacen que el trabajo sea leve.
<b>19</b> Lleve a su hijo a tomar el desayuno fuera de casa. Hablen sobre sus metas para los próximos cinco años.	<b>20</b> Pregúntele a su hijo, "¿Qué desearías que hagamos diferente en casa?" Este abierto a las sugerencias años.	<b>21</b> Pídale a su hijo que le cuente lo que la palabra <i>divito</i> significa para él.	<b>22</b> Si su hijo debe enfrentar una decisión grande, hablen de ello basándose en la fe o los valores de su familia.	<b>23</b> Continúen hablando sobre la escuela. Cada día, pregúntele a su hijo lo que está pensando y haciendo.	<b>24</b> Ayude a su hijo a hacer una lista de cosas para hacer. La organización es la clave hacia la independencia.	<b>25</b> Hoy, prepare un almuerzo nutritivo y haga un picnic con su hijo.
<b>26</b> Hoy a la noche, no vean televisión. En su lugar, usen el tiempo para leer.	<b>27</b> Pregúntele a su hijo qué tareas escolares de este año cree que recordará dentro de cinco años.	<b>28</b> Cuando su hijo reacciona mal, es importante que usted mantenga la calma. Hablen luego, cuando estén más tranquilos.				

Febrero 2017