Noviembre de 2019

Standley Middle School
William Pearson, Principal

Middle Years

Trabajando para el éxito escolar

Notas Breves

Preguntar sobre el colegio

Quizá se necesite algo de creatividad para conseguir que su hijo hable del colegio. En lugar de preguntarle "¿Qué tal el colegio?" pruebe con "¿Con qué te reíste hoy?" o "¿Qué fue lo más interesante que dijo uno de tus maestros?" *Idea:* Comparta antes con él algo de su propia jornada. Es probable que su hijo se abra a usted con más facilidad.

Come frutas y verduras

Anime a su hija a que consuma más frutas y verduras en el almuerzo del comedor escolar. Podría añadir verduras del bar de ensaladas como lechuga y tomate a su hamburguesa o sándwich de pollo. Y un postre sano podría ser mojar en yogurt fruta fresca como rodajas de manzana o trozos de piña.

¿SABÍA USTED? Si controla por la red las notas de su hijo sabrá qué tal va en sus estudios. Es importante recordar, sin embargo, que las notas no se ponen al día cada día. Si ve una mala nota o que falta una tarea, pregúntele a su hijo. Quizá tenga una explicación razonable, o es posible que su maestro no haya puesto aún todas las notas.

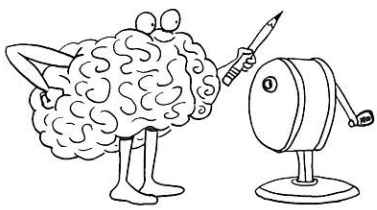
Vale la pena citar

"Recuerda que la felicidad es una forma de viajar, no un destino".
Roy M. Goodman

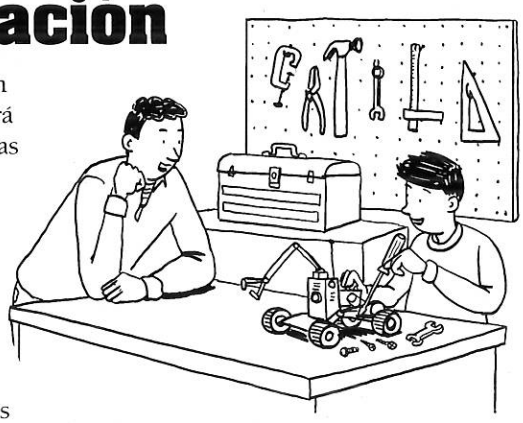
Simplemente cómico

P: ¿Qué mejora con el uso?

R: Tu mente.



Preadolescentes: Relaciones en transformación



Ver cómo se transforma su hijo en un adolescente puede ser fascinante. Le dará una idea de cómo será de mayor mientras se desarrollan sus intereses, sus opiniones y su sentido del humor. Pero también puede ser complicado pues se está haciendo más independiente. Ponga a prueba estas estrategias para mantener una relación sólida.

Dele algo de espacio

¿Prefiere su hijo estar con sus amigos en lugar de con usted? ¿Se suele encerrar en su habitación? Esos comportamientos son normales. Conecte con él haciendo preceptivas algunas actividades en familia, como las salidas de los fines de semana o la cena. Procure también hablar cada día con él. Le reconfortará saber que puede contar con usted.

Busque lo positivo

Cuando su hijo esté de mal humor, piense en lo que le gusta de él, por ejemplo su sentido del humor o su compasión por los animales. Formule sus comportamientos negativos como algo positivo. Por ejemplo, su habilidad para discutir podría indicar talento para el debate. O su insistencia en hacer las cosas a su modo indica que piensa por sí mismo.

Evite las comparaciones

Concéntrese en la persona que su hijo es en lugar de compararlo con usted a su edad o con otros preadolescentes. Puede que usted practicara deportes en la escuela media, pero él quiere construir robots y hacerse del club ecologista. Muéstrele interés por sus actividades y hágale preguntas para informarse sobre ellas. ("¿Qué puede hacer tu robot?" "¿Qué tal resultó la limpieza del río?")

Esfuerzo = resultados

Es más probable que su hija se esfuerce si entiende mejor que el trabajo duro es un factor del éxito. Ayúdela a que vea esa relación con estas sugerencias.

- **Concéntrese en sus actos.** En lugar de decir lo bien que escribe su hija, podría indicarle que su redacción mejoró mucho gracias al tiempo que pasó corrigiéndola. Aprenderá que ella controla los resultados que obtiene.
- **Fomente la persistencia.** Cuando su hija haga frente a un contratiempo, recomiéndele que modifique algo en lugar de rendirse. Digamos que recibe una nota más baja de lo que se esperaba en una prueba de educación para la ciudadanía. Podría dedicar más tiempo a estudiar para la próxima prueba.

© 2019 Resources for Educators, a division of CCH Incorporated

Enganchados a un libro

La lectura por placer reforzará los conocimientos generales y el vocabulario de su hija. Estas ideas la motivarán a leer más.

Conviertan la lectura en prioridad. Cuando su familia descanse por la tarde, procure que cada persona lea en silencio en lugar de ver TV. Visiten la biblioteca con regularidad para que haya siempre libros en casa. Hable con su hija de lo que lee usted y pregúntele por su libro.

Lean sobre los autores. Si a su hija le gustan ciertos libros en especial, podría visitar el sitio web de sus autores para informarse sobre ellos. También podría buscar en internet entrevistas con los autores y reseñas de sus otros libros y así descubrir algo nuevo que leer.

Salgan con material de lectura. Los momentos de lectura se van acumulando a lo largo del día. Su hija podría planearlos de antemano ¡llevándose un libro dondequiera que vaya! Así puede leer en el metro, en la consulta del dentista o mientras espera a quien la lleve a casa. Sugiérale que meta una revista en su bolso, que tenga siempre una novela en la mochila o que se descargue un e-libro para tener siempre algo que leer.

P&R Párate a pensar

P *Mi hijo suele tomar decisiones sin meditarlas bien. ¿Cómo puedo enseñarle a no tomar decisiones impulsivas?*

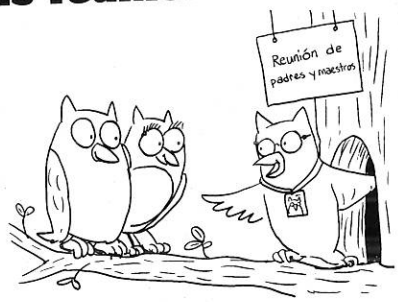
R El cerebro de su hijo está aún desarrollándose, especialmente la parte que controla la toma de decisiones.

Explíquele que para elegir bien debe considerar los hechos. Por ejemplo, tiene que elegir compañeros para un trabajo en equipo. Quizá su instinto le pida trabajar con su mejor amigo. Pero anímelo a que tenga en cuenta quién tiene buenos hábitos de estudio y no le cargará a él con todo el trabajo.

Dele también experiencia en tomar decisiones cotidianas como elegir regalos para los parientes o seleccionar una película para la noche de cine en familia. Por ejemplo, en lugar de elegir el primer regalo que le guste, debería tener en cuenta el presupuesto de su familia y las aficiones de cada persona.

Aprovechar al máximo las reuniones

Aproveche las reuniones de padres y maestros para ponerse en contacto con los maestros desde el comienzo del año y compartir con ellos información que apoye los estudios de su hijo. Tenga en cuenta estos consejos:



- Pídale opinión a su hijo. Pregúntele si le gustaría que usted mencionara algo específico. Quizá quiera que un maestro sepa que le da apuro levantar la mano en clase, por ejemplo.
- Pregunte por los puntos fuertes de su hijo y por aspectos en los que podría mejorar. Quizá averigüe que le gusta ayudar a otros estudiantes pero que tiene que gestionar mejor su tiempo en clase. Pida también consejo sobre cómo puede apoyarlo en casa.
- Comente lo que usted observa en casa. Puede que su hijo disfrute con un juego matemático que recomendó la maestra o tal vez le cueste trabajo un proyecto de ciencias. Esta información es útil para que los maestros exijan y ayuden más a su hijo.

De padre a padre La empatía puede prevenir el acoso

El hijo de mi hermana sufría acoso en el colegio. Por suerte, mi hermana se puso en contacto con el orientador y resolvieron la situación y, además, mi hermana aprendió algo interesante que compartió conmigo.

El orientador le dijo a mi hermana que la empatía es un antídoto contra el acoso. Dijo que cuando los niños entienden y se preocupan por los sentimientos de los demás, es menos probable que acosen. Así que me puse a pensar en formas de hablar con mi hija Dara del tema. Cuando mencionó que el padre de una compañera estaba enfermo, la animé a que llamara a la niña con regularidad y que incluso enviara una tarjeta o galletas.

También procuro mostrar empatía cuando Dara está disgustada por algo en lugar de decirle "Todo se arregla". Cuando le gustaba un niño pero él no sentía lo mismo por ella, le conté una experiencia semejante que yo tuve en la escuela media.

Confío en que concentrarnos en la empatía ayude a Dara a ser amable con los demás y a no participar nunca en acosos.

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 CCH Incorporated
128 N. Royal Avenue • Front Royal, VA 22630
800-394-5052 • rfecustomer@wolterskluwer.com
www.rfeonline.com
ISSN 1540-5559

© 2019 Resources for Educators, a division of CCH Incorporated