

Escuela

50.- ¿Hace solo las tareas?

Durante los años de enseñanza secundaria y superior, los deberes se tornan más intensos y las notas empiezan a importar más.

Al mismo tiempo, los adolescentes deben afrontar muchos otros cambios importantes. Se están adaptando a los cambios físicos y emocionales que conlleva la pubertad, al tiempo que el ajetreo de la vida social y los compromisos deportivos adquieren mayor importancia y que muchos adolescentes empiezan a tener trabajos de media jornada.

Los padres pueden desempeñar un papel fundamental para ayudar a sus hijos a afrontar todos estos desafíos y rendir en los estudios, ofreciéndoles un poco de ayuda, apoyo y guía, y sabiendo qué problemas requieren su participación y cuáles que se mantengan al margen.

Establecer un área de estudio

Asegúrese de que su hijo adolescente dispone de un lugar tranquilo, bien iluminado y carente de distracciones donde pueda estudiar y hacer los deberes. El lugar debería disponer de papel, bolígrafos, lápices, calculadora, un diccionario ortográfico, otro diccionario de ideas afines y cualquier otro material y libros de consulta necesarios. Debería estar alejado de posibles distracciones, como la televisión, el teléfono y los juegos de vídeo.

Es posible que su hijo adolescente prefiera retirarse a un espacio separado para trabajar, en vez de tener que estudiar rodeado de sus padres y hermanos. Concédale esa independencia, pero compruebe de vez en cuando que su hijo se centra en los deberes y no se distrae con otras cosas.

Si su hijo necesita una computadora para hacer algunos trabajos, intente colocar la computadora en un lugar de uso común, en vez de en su dormitorio, para evitar jugar a videojuegos, chatear o enviar correos electrónicos a sus amigos o navegar por Internet

para entretenerse durante el tiempo de estudio. Considere también la posibilidad de utilizar controles parentales, disponibles a través de su proveedor del servicio de Internet (ISP, por sus siglas en inglés) y programas que bloquean y filtran los materiales inapropiados.

Averigüe que páginas de Internet recomiendan los profesores de su hijo y agréguelas a la carpeta de favoritos para que pueda acceder a ellas fácilmente. Enseñe a su hijo a consultar fuentes fiables y a confirmar la información procedente de aquellas que parezcan cuestionables.

El apoyo de los padres

En lo que se refiere a los deberes, esté disponible para apoyar y guiar a su hijo, responder a sus preguntas, ayudarlo a interpretar las instrucciones de los trabajos y revisarlos cuando los termine. Pero resístase a la tentación de darle las respuestas correctas a las preguntas que le formulen o de acabarle usted los trabajos.

Puede resultar difícil ver a un hijo estresado por los deberes, sobre todo cuando tenga una prueba o examen o se acerque la fecha límite de la entrega. Pero usted podrá ayudarlo enseñándole las habilidades de resolución de problemas que necesita para completar sus tareas académicas y ofreciéndole apoyo y ánimo cuando se ponga a trabajar.

He aquí algunos consejos más para que a su hijo le resulte más fácil hacer los deberes:

Planifique las cosas con anticipación. Siéntese regularmente con su hijo para revisar las exigencias de las distintas asignaturas y asegurarse de que están equilibradas. Si su hijo tiene un volumen especialmente elevado de deberes, tal vez le interese modificar su horario para que pueda disponer de más tiempo de estudio durante la jornada o bien limitar sus actividades extraacadémicas. Los profesores y orientadores escolares pueden tener una perspectiva más acertada sobre qué asignaturas exigen más o menos trabajo.

Establezca una rutina de trabajo. Transmita a su hijo el mensaje de que los trabajos escolares son una prioridad principal y establezca una serie de reglas básicas, como fijar un lugar y un tiempo cada día para hacer los deberes. Y deje claro que no habrá

televisión, llamadas de teléfono, juegos, etc., hasta que acabe los deberes y usted se los revise.

Inculque habilidades organizativas a su hijo. No hay nadie que nazca con grandes habilidades organizativas, este tipo de habilidades se van aprendiendo y practicando con el paso del tiempo. La mayoría de los niños no empiezan a tener distintos profesores y diferentes aulas hasta que llegan a las escuelas secundarias, donde la organización se convierte en algo fundamental para rendir en los estudios. Facilite a su hijo un calendario o planificador personal para ayudarlo a organizarse el tiempo.

Aplique los temas escolares al "mundo real". Hable a su hijo sobre cómo lo que aprenden los adolescentes se puede aplicar fuera de clase; por ejemplo, lo importante que es cumplir los plazos de entrega (algo que también le ocurrirá en el trabajo cuando sea mayor) o cómo los temas que tratan en la clase de historia se relacionan con lo que ocurre en las noticias actuales.

Problemas con los deberes

Especialmente en los cursos superiores, los deberes aumentan de volumen y de nivel de exigencia y es posible que planteen retos importantes a su hijo. Las siguientes estrategias pueden ayudarles a los dos:

Esté disponible. No necesita estar encima de su hijo a la hora de los deberes, pero esté cerca de él por si le necesitara. Si su hijo parece realmente agotado tras intentar resolver unos problemas de geometría durante varias horas, sugiérale que se tome un descanso, tal vez haciendo varios tiros libres de baloncesto con usted. Es posible que lo único que necesite sea desconectar un rato para tener la mente despejada pero, cuando llegue la hora de retomar los deberes, indíqueselo y pregúntele cómo puede ayudarle.

Esté en contacto con la escuela. Mantenga el contacto con los orientadores escolares y los profesores de su hijo a lo largo de todo el curso escolar, para que le informen sobre sus progresos, especialmente si el joven tiene dificultades. Le informarán sobre cómo le va a su hijo en la escuela y sobre formas de ayudarle a rendir más en los estudios. Pueden guiarle sobre las distintas

opciones de clases de apoyo, ofrecerle una visión general sobre las exigencias del curso, y orientarle sobre cualquier tema, como la dislexia, el TDAH (trastorno por déficit de atención con hiperactividad) o las dificultades visuales o auditivas. También puede solicitar que le mantengan informado sobre exámenes, pruebas y proyectos.

No se olvide de las técnicas de estudio. Ayude a su hijo a desarrollar unos buenos hábitos de estudio, tanto en lo referente a las clases como a los deberes. Nadie nace sabiendo estudiar y a menudo las técnicas de estudio no se trabajan lo suficiente en las clases. Cuando ayude a su hijo a prepararse para un examen, por ejemplo, sugiérale estrategias como utilizar tarjetas nemotécnicas para memorizar datos, tomar apuntes, hacer resúmenes y subrayar lo más importante mientras lee.

Anime a su hijo a pedir ayuda. La mayoría de profesores puede ofrecer una ayuda adicional antes o después de las clases y también le pueden recomendar otros recursos para ayudar a su hijo. Anime a su hijo a pedir ayuda cuando la necesite, pero recuerde que en la escuela se recompensa a los alumnos por saber las respuestas correctas, y a nadie le gusta reconocer que no las sabe. Elogie el esfuerzo de su hijo. Solicite al orientador escolar o a sus profesores información sobre recursos pedagógicos, en caso de que la necesite.

No espere a recibir el reporte de las notas para enterarse que su hijo tiene problemas académicos. Cuánto antes intervenga, antes podrá ayudar a su hijo a retomar el buen camino.

Aprender para la vida

Asegúrese de que su hijo sabe que usted está disponible en caso de que surja algún problema, pero que es importante que trabaje de forma independiente. Fomente el esfuerzo y la determinación, no solo las buenas notas. Hacer esto es decisivo para motivar a los niños a rendir en los estudios y a tener éxito en la vida.

Con un poco de apoyo procedente de los padres, los deberes pueden ser una experiencia positiva para un adolescente y favorecer habilidades que duran toda la vida y que necesitará para tener éxito en los estudios y en muchas otras facetas de la vida.

Fuente: <https://kidshealth.org/es/parents/help-teen-homework-esp.html>

51.- ¿Poco rendimiento escolar?

Al menos uno de cada cinco estudiantes tendrá problemas para sobresalir académicamente en algún momento durante la escuela primaria y secundaria. El bajo rendimiento académico requiere nuestra atención inmediata, antes de que el daño a la autoestima sea irreparable o que un joven desarrolle aversión a asistir a la escuela.

Mientras que la raíz del problema puede relacionarse con la escuela y nada más que eso, el bajo rendimiento en las calificaciones puede ser una señal de advertencia de una de las siguientes causas:

Padecimientos físicos: trastornos no diagnosticados del sueño, anemia, mononucleosis infecciosa, condiciones de la tiroides, discapacidad auditiva o de la vista, otros

Trastornos emocionales: depresión, ansiedad, trastornos alimenticios, otros

Discapacidades de aprendizaje/discapacidades del desarrollo: dislexia, trastornos centrales de la percepción auditiva, trastorno de déficit de atención e hiperactividad (TDAH), otros.

Abuso de sustancias: una reducción drástica en las calificaciones puede ser una advertencia de que el niño esté experimentando con alcohol y drogas ilícitas

Lo que puede hacer

Hable con su hijo adolescente. Después de todo, es la autoridad final de lo que hay detrás de sus dificultades académicas. Pero esto debería conversarlo, no enfrentarlo. Hágale saber que usted está de su lado y que desea ayudarlo a retomar el camino:

. ¿Pasa algo en la escuela o en otras áreas de tu vida que nos quieras contar? Estamos preocupados y deseamos ayudarte”.

Concierte una reunión con los maestros. Hasta el padre más involucrado ignora lo que sucede en la escuela. Algunas veces, en la escuela los adolescentes revelan lados de sí mismos que ocultan bajo muchos mantos en casa, o viceversa. Así que las observaciones de un maestro pueden proporcionar indicios invaluable para conocer las causas de los problemas académicos de un niño.

En los días previos a la conferencia entre los padres y el maestro, anote las preguntas que aborden las áreas que más le inquietan. Puede ser que no le agrade escuchar todo lo que el maestro tenga que decir una vez llegue a la conferencia. Pero trate de tener presente que con raras excepciones, los comentarios menos alentadores no son un ataque personal al carácter de su hijo joven o de su capacidad como padre.

Pídale al maestro que sea específico y escuche de manera educada lo que tiene que decir.

Por ejemplo: “¿Me podría dar un ejemplo de lo que me está diciendo? ¿Con qué frecuencia se comporta mal en clase?”

Luego, trabajen juntos para encontrar una solución. Posiblemente decidió advertirle a su hijo que cualquier incidente futuro de mala conducta tendría como resultado la pérdida de un privilegio, tal como la mesada de una semana o el uso del auto de la familia.

Considere contratar a un tutor después de la escuela. Las sesiones personalizadas con un tutor privado pueden hacer maravillas con los estudiantes que unas semanas parecían no comprender la materia. Aprender en un entorno sin presiones probablemente tiene mucho que ver con el éxito y no con las instrucciones personalizadas.

Las quejas constantes de sentirse aburrido o agobiado en la escuela pueden indicar que un joven esté pasando por momentos difíciles en las actividades académicas.

Permita que los estudiantes retrasen algunos de los cursos necesarios y que se sabe son demasiado difíciles y los desaniman hasta el punto de abandonar la escuela. En su lugar, pueden tomar más cursos que les interesen.

Organice a estos estudiantes en grupos pequeños, luego, ellos irán juntos de clase en clase, ofreciendo su apoyo.

Si considera que es posible hacer que la escuela sea más divertida y satisfactoria para su hijo adolescente, concierte una reunión con el asesor guía o el director. Determine qué ajustes podrían hacerse en el plan educativo de su hijo para que satisfaga de mejor manera sus necesidades.

Fuente: <https://www.healthychildren.org/Spanish/ages-stages/teen/school/Paginas/poor-school-performance-how-parents-can-help.aspx>

52. -¿Pasó bien de año?

Por las malas notas, porque su nivel madurativo le hace ir más atrasado que el resto, porque tiene dificultades para estudiar... Muchos son los motivos por los que un colegio puede recomendar a los padres de un niño que su pequeño repita curso, un episodio que no es cómodo para nadie pero que puede ser fundamental para que tu hijo supere sus dificultades académicas.

Cómo reaccionar

Tanto si estabas advertida –a la luz de las notas de tu hijo y por las advertencias en las tutorías con sus profesores– como si la noticia te ha cogido por sorpresa, es importante mantener una actitud serena y objetiva. Para entender qué es lo que ha ocurrido, lo mejor es dialogar abiertamente con tu hijo, dejándole expresar libremente su opinión al respecto y después, lo antes posible, concertar una cita con su tutor para que aclare los motivos que han visto los profesores para tomar la decisión de que el niño repita.

Lo mejor es que durante el curso siguiente trabajéis conjuntamente para que tu hijo pueda superar las dificultades que este año no le han permitido superar los contenidos curriculares. Ellos sabrán indicarte si hay un problema concreto, como dislexia, trastorno por déficit de atención e hiperactividad y te recomendarán si es necesario acudir a un experto que os

ayude. Si es una cuestión de bajo rendimiento, sin ninguna alteración que lo explique, tendrás que trabajar sobre técnicas de estudio que le ayuden a organizar su tiempo y a sacar el máximo partido de él. También tendrás que ser más estricta sobre el tiempo que debe dedicar al estudio y buscar un modo de motivarle.

Cómo ayudar al niño a superarlo

Repetir es un trago difícil de digerir para muchos niños; sus capacidades se ven puestas en tela de juicio por los padres, los profesores, sus compañeros y él mismo. Además, el futuro se presenta como algo incierto ante él: ¿voy a perder a mis amigos de clase?, ¿volveré a suspender?, ¿se burlarán de mí mis antiguos compañeros?, ¿me tomarán manía los profesores?. La forma de reaccionar de los padres ante la nueva situación es fundamental. Toma nota de estas claves para afrontarlo:

Si los suspensos se deben a una clara falta de trabajo por parte de tu hijo, repréndele e indícale que va a tener que hacer tareas y estudiar durante el verano para ir entrenando de cara al curso siguiente.

Sé optimista con el futuro, transmítele que confías en su capacidad para esforzarse y trabajar durante todo el año para superar los objetivos del curso.

Tranquilízale respecto a sus amigos diciéndole que seguirá viéndoles fuera de las aulas e insístele en que, además, hará nuevos amigos entre sus compañeros de clase.

¿Y el próximo curso?

Afrontar un nuevo curso escolar repitiendo no es fácil para muchos niños. A la desilusión por no estar con sus amigos se une el hecho de que puede aburrirse al aprender los mismos contenidos que unos meses antes. Mantener unos buenos niveles de motivación es fundamental para que su ánimo no decaiga. Estableced una rutina de deberes, estudio y repaso diario desde el primer día y plantead objetivos a corto y largo plazo que revisaréis con cada boletín de notas. Cuando apruebe, coméntale lo orgullosa que estás de él y lo mucho que ha mejorado y mantén un contacto constante con sus profesores para ver cómo evoluciona.

Fuente: <https://www.guiadelnino.com/educacion/escuela-infantil-y-colegio/como-ayudar-a-tu-hijo-si-repite-curso>

53.- ¿Se cansa seguido?

Cuando los niños son pequeños quieren de forma innata pasarlo bien y divertirse. Su papel es explorar el mundo, descubrir cosas nuevas y mostrar sus sentimientos. Juegan con cualquier cosa y su imaginación les permite tener la creatividad suficiente para poder disfrutar divirtiéndose. Pero en ocasiones esto deja de suceder y los niños empiezan a aburrirse de cualquier cosa y de repente se cansan de todo rápido.

Los niños son el ejemplo de sus vivencias diarias y si se cansan de todo rápido puede que sea una señal de que el niño está diciendo algunas cosas a sus padres con su comportamiento.

Motivos de por qué los niños se cansan de todo rápido

1. Están llamando tu atención. Es posible que los niños se cansen de todo rápido porque no quieran ‘otras cosas’ para entretenerse y lo que estén diciendo sin decir palabras es que quieren pasar tiempo de calidad con sus padres. En ocasiones los niños pueden mostrar su descontento ante todo como una forma de mostrar su necesidad de pasar más tiempo en familia.

2. Se siente mal emocionalmente. Quizá el niño se muestra cansado de todo porque se siente mal emocionalmente. Está triste o enfadado por algún motivo y es necesario descubrirlo para poder hacer que se sienta bien de nuevo.

3. Tiene demasiadas cosas. Cuando un niño tiene demasiadas cosas no disfrutará de nada en concreto porque no podrá prestar la atención suficiente a lo que tiene delante. Hoy en día los niños tienen demasiados regalos y no sienten la necesidad de disfrutar de lo que tienen, si no que cada vez quieren más cosas materiales. Es necesario luchar contra esto para que los niños aprendan a

disfrutar del momento sin pensar en lo que no tienen, disfrutando de lo que sí tienen.

4. Tiene sobre estimulación. Otro motivo por el que un niño se cansa de todo rápido puede ser porque tiene demasiados estímulos a su alrededor y no es capaz de centrarse en ninguno. Es por eso que los niños deben tener la oportunidad de poder disfrutar de las cosas sin necesidad de tener tantas sobre estimulación, sobre todo tecnológica.

Estos son algunos motivos por los que un niño puede sentirse abrumado y cansarse de todo rápido. Es importante averiguar qué es lo que le ocurre al niño que se cansa de todo para entender qué le ocurre exactamente y poder buscar la forma de que se sienta mejor de nuevo y pueda disfrutar de su entorno cercano y de las cosas que tiene de la mejor forma posible.

Consejos para motivar a los niños en el colegio:

- Exponer los logros del pequeño: Que escoja dos o tres de los trabajos que haya hecho en el colegio y que más le gusten para ponerlos en la nevera, o colgarlos en su cuarto. Pueden ser dibujos, trabajo de matemáticas, dictados, etc....
- Hablar del colegio de manera regular: Debemos dar la oportunidad cotidiana de que el niño comparta sus experiencias en la escuela con los adultos.
- A medida que el niño aprenda y mejore en el colegio hemos de comparar sus trabajos de hoy en día con los del pasado para que vea el progreso que está teniendo y se sienta orgulloso
- Cuidado con las expectativas: A veces se da la situación en la que los padres e incluso los hijos tienen expectativas muy altas. Esto puede ser contraproducente ya que hará que muchos niños no intenten hacer las cosas por miedo al fracaso.
- Reforzar el estilo de aprendizaje que mejor realice: Gracias a las inteligencias múltiples, los niños aprenden de distintas formas, leyendo, escribiendo, repitiendo, experimentando. Debemos



definir cuál es el estilo de aprendizaje de nuestro hijo y reforzarlo dando oportunidades en la que pueda desempeñar su potencial al máximo.

Fuente:

<https://www.guiainfantil.com/articulos/educacion/conducta/por-que-hay-ninos-que-se-cansan-de-todo-rapido/>

<https://www.guiainfantil.com/articulos/educacion/aprendizaje/como-motivar-a-ninos-que-pierden-el-interes-por-aprender/>