

Los Padres

Loudoun County Public Schools
www.lcps.org

¡aún hacen la diferencia!



Haga sus expectativas claras al comienzo del año escolar

La escuela secundaria es importante. Las calificaciones que su hijo obtenga afectan muchas cosas, desde cuánto pagará por el seguro del automóvil, hasta si podrá practicar un deporte en la universidad. Entonces, es importante que su hijo tenga una base sólida.

Estudios realizados por el Proyecto de Investigación de la Familia, de la Universidad de Harvard, revelan que hay una cosa que todos los padres pueden hacer: tener expectativas altas. Cuando uno espera que a su hijo le vaya bien en la secundaria, él lo notará y responderá. Como resultado, comienza a creer que le puede ir bien.

Esto significa que pasará más tiempo haciendo su tarea. Y por supuesto, como consecuencia, le irá mejor en la escuela.

Hay tres cosas que usted debería hacer todos los días:

1. **Hablar con su hijo** sobre la escuela. Dígame que usted quiere que se esfuerce cada día. Tal vez su hijo no esté entre los mejores de la clase, pero siempre puede dar lo mejor de sí mismo.
2. **Hablar sobre los próximos pasos.** Ayúdelo a ver la conexión entre las buenas calificaciones y su futura carrera profesional.
3. **Enfatizar el esfuerzo.** Cuando su hijo siente que no puede hacer su tarea de matemática o terminar su informe de inglés, anímelo a no darse por vencido. Los adolescentes tienen que aprender a perseverar con una tarea difícil, aunque ésta los ponga a prueba.

Fuente: E. Patrikakou, "Adolescence: Are Parents Relevant to Students' High School Achievement and Post-Secondary Attainment?" Harvard Family Research Project, www.hfrp.org/publications-resources/browse-our-publications/adolescence-are-parents-relevant-to-students-high-school-achievement-and-post-secondary-attainment.

Asistir a la escuela es la clave del éxito académico



Es imposible tener éxito en la escuela sin este factor: la asistencia. La asistencia es el elemento más importante para el éxito escolar, este año y todos los años.

Estudios han revelado lo importante que es la asistencia a la escuela. Un estudio indicó que un 75 por ciento de los alumnos que había faltado a la escuela con regularidad no se graduó de la secundaria. Esto significa que un adolescente que falta con frecuencia tiene apenas un 25 por ciento de probabilidades de graduarse.

Así que este año, haga que la asistencia a la escuela sea una prioridad para su toda su familia:

- **Nunca permita que su hijo** se quede en casa para faltar a una prueba importante o para descansar antes de un partido.
- **No use a su hijo** como niñero sustituto. Haga otros planes antes de que sus hijos más pequeños se enfermen.
- **Quedarse en casa** no debería ser algo placentero. Cualquier joven que se siente mal y no puede ir a la escuela, tampoco debería poder ver tele, jugar videojuegos o usar la computadora.
- **No programe citas** en horario de clase.

Fuente: J. DeKalb, "Student Truancy," ERIC Digests, www.ericfacility.net/databases/ERIC_Digests/ed429334.html.

Participe y esté alerta para asegurarse que su hijo no esté intimidando



La intimidación, especialmente en la escuela secundaria, ha llegado a las noticias en los meses pasados. La intimidación cibernética ha hecho que sea más difícil que los padres sepan lo que está ocurriendo. Se intimida a los alumnos con chismes e insultos, y ahora el acosador solitario se ha convertido en un grupo de alumnos que tienen en la mira a una víctima.

¿Qué puede hacer usted para asegurarse de que su hijo no se convierta en un intimidador?

- **Controle el uso de Internet** de su hijo. Ponga la computadora en un área común. Dígale a su hijo que quiere ver su perfil en las redes de contacto social.
- **Fomente las interacciones cara a cara.** Algunos estudios sugieren que los alumnos que están acostumbrados a la comunicación electrónica podrían no darse

cuenta del impacto que tienen sus palabras en el resto. Sugírela a su hijo que invite a sus amigos a casa, en lugar de “chatear.”

- **Hablen de los programas** de tele y las películas. Un estudio reveló que los programas y películas muchas veces glorifican la “maldad.” Hable con su hijo sobre estas situaciones. Pregúntele si cree que éstos representan lo que ocurre en su escuela.

Fuente: R. Hampson, “A ‘Watershed’ Case in School Bullying?” USA Today, www.usatoday.com/news/nation/2010-04-04-bullying_N.htm.

“De la cabeza para abajo, vales salario mínimo. Pero de la cabeza para arriba, no hay límites.”

—Frank Bono, padre de familia, hablando de la importancia de la educación

Revise las responsabilidades de su hijo adolescente; haga cambios



Este mes de septiembre, tómese algo de tiempo para revisar las responsabilidades que tiene su hijo adolescente. Los jóvenes crecen mucho en un año, y tal vez sea momento para un cambio. Piense en ideas como éstas:

- **¿Su hijo** ha obtenido su licencia de conducir este verano? Tal vez esté listo para asumir la responsabilidad de recoger la ropa de la tintorería o hacer algún mandado para la familia.
- **¿Ha cumplido** con el horario de llegada a casa por la noche este verano? Quizá pueda extenderse media hora los sábados.
- **¿Le ha rogado** que le dé una oportunidad de “probarle” que ya es un adulto? Dele a su hijo toda la responsabilidad del cuidado de

la mascota de la familia: su alimentación, ejercicio y programar las citas con el veterinario.

Los jóvenes pueden parecer algo apáticos a veces, pero es su manera de mostrar su independencia y que en *realidad* no necesitan a sus padres. Pero la gran mayoría de los jóvenes *sí quieren* la aprobación de sus padres. Dividir los quehaceres domésticos entre todos le muestra a su hijo que:

- **Él es un miembro importante** de la familia.
- **Usted cree** que él es capaz de cumplir con sus responsabilidades.
- **Su recién descubierta** independencia no ha pasado por alto.

Actualizar las responsabilidades de su hijo adolescente le muestra que está orgulloso de él y además lo prepara para las responsabilidades que tendrá como adulto.

¿Está ayudando a su hijo a prepararse para la universidad?



Los alumnos de secundaria solían esperar hasta el último año para pensar en la universidad. Pero hay muchas cosas que los que cursan el penúltimo año deberían hacer para encontrar la universidad que se ajuste a sus necesidades y expectativas. Responda *sí* o *no* a las preguntas:

1. **¿Se han reunido con el consejero** de su hijo para asegurarse que curse las materias necesarias para la universidad?
2. **¿Se está asegurando** de que su hijo estudie para que sus calificaciones de este año reflejen su mejor esfuerzo?
3. **¿Le ha sugerido** a su hijo que conozca bien a sus maestros para que se sientan cómodos cuando tengan que escribirle cartas de recomendación?
4. **¿Está planificando** visitar algunas universidades este año? Si no puede viajar, haga algunas visitas por Internet.
5. **¿Está animando** a su hijo a tomar pruebas de admisión a la universidad por lo menos una vez este año? De ese modo, tendrá tiempo de mejorar su puntuación si fuera necesario.

¿Cómo le esta yendo?

Cada *sí* significa que está ayudando a su hijo a prepararse para la universidad. Por cada *no*, intente la idea correspondiente.

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 © 2010 NIS, Inc.

Editor Responsable: John H. Wherry, Ed.D.

Redactora: Rebecca Miyares.

Escritores: Kris Amundson y Jennifer McGovern. Editora de Traducciones: Victoria M. Gaviola. Ilustraciones: Joe Mignella.

Traductoras: Kelly Maldonado y Dolores Quintela.

Ayude a su hijo a comenzar la escuela con hábitos de estudio sólidos



Es un nuevo año con nuevos maestros. Es una gran oportunidad para que su hijo modernice sus viejos hábitos de estudio.

Dele a su hijo estos cuatro consejos:

- 1. Conseguir una agenda.** La única manera 100% eficiente de recordar lo que uno tiene que hacer es anotándolo. Una agenda nos ayuda a llevar cuenta de todo: desde cuál es el capítulo que hay que leer, qué problemas hay que resolver, hasta cuándo será la próxima prueba y cuándo es el próximo partido de voleibol. De este modo, estará siempre preparado y evitará estudiar todo la noche anterior.
- 2. Tomar apuntes** en todas las clases. Cuando el maestro habla, no lo hace para perder el tiempo. Está diciéndole a los alumnos lo que tienen que aprender del tema y lo que se incluirá en la prueba.
- 3. Pensar en un rincón de estudio.** Si hace la tarea todos los días en el mismo lugar, el cuerpo se acostumbra a él y tarda menos tiempo en concentrarse cuando uno se sienta a estudiar. Un buen lugar de estudio es tranquilo, cómodo, bien iluminado y tiene todo lo esencial para trabajar: lápices, lapiceros, papeles, material de referencia, etc.
- 4. Formar un grupo de estudio.** Puede ser muy útil debatir algunos temas con otros compañeros. Sin embargo, el grupo debe ser pequeño, y quienes lo conforman deben ser conscientes de que es para estudiar, no para charlar con los amigos.

Hable con su hijo sobre la importancia del respeto



La gente asume que los adolescentes son irrespetuosos y, ¡sorpresa!, por lo general lo son. En lugar de reprender a su hijo por

ser irrespetuoso, tenga una buena conversación con él al respecto.

Trate de:

- **Hablar sobre el respeto.** ¿Qué es ser respetuoso? ¿Qué palabras utilizaría para definir el respeto? ¿En qué se diferencia ser respetuoso en persona, en Internet o a través de un mensaje de texto? ¿Tendría que haber una diferencia?
- **Hablar sobre la falta de respeto.** ¿Cómo se comportan las personas que no respetan a los adolescentes? ¿Cómo muestran los jóvenes la falta de respeto hacia los demás? ¿Ha sentido su hijo alguna vez que alguien le ha faltado el respeto, ya

sea otro joven, un adulto o hasta usted mismo? ¿Cómo cree que se sienten los demás cuando él les falta el respeto?

- **Hablar de la importancia** de ser respetuoso en la escuela. Su hijo puede mostrarle respeto al maestro de maneras sencillas, como llegando a clase preparado y a tiempo. Puede mostrarles a sus compañeros que los respeta trabajando en silencio. Y puede demostrar respeto por el personal de la escuela obedeciendo las reglas y comportándose con buenos modales.

Es más probable que lo respeten a su hijo si él a respeta a todos aquellos que lo rodean.

Fuente: Rick Wormeli, *Day One & Beyond*, ISBN: 1-571-10355-4, Stenhouse Publishers.

P: Mi hijo asistió a una pequeña escuela privada hasta el año pasado. Ahora, ingresará al noveno grado en una escuela pública grande. Tenía amigos en su escuela anterior, pero conoce a pocos alumnos en la nueva. Él no me cuenta mucho, pero sé que no se siente feliz. ¿Qué puedo hacer para que esta transición sea positiva?

Preguntas y respuestas

R: Comenzar en cualquier escuela nueva es un desafío. Entonces, ¡hasta los alumnos que se conocen desde hace años se sentirán un poco nerviosos! Usted podría:

- **Reunirse con el consejero** de su hijo si todavía no lo ha hecho. Averigüe si hay clubes o actividades en las que su hijo podría participar. Es más probable que los jóvenes que tienen intereses similares a los de su hijo quieran ser sus amigos.
- **Darle oportunidades** de sentirse en control de la situación. Deje que decida qué se pondrá; tiene que sentirse integrado al grupo. Entonces, a pesar de que lo que él escoja sea algo que usted no se pondría, déjelo, siempre y cuando la ropa sea apropiada.
- **Asegurarse que esté completando** su trabajo escolar. Si se atrasa en cualquier asignatura, se sentirá más estresado, y no necesita esa tensión adicional.
- **Apoyarlo.** Pase tiempo a solas con su hijo. Es más probable que él sea sincero con usted si están haciendo alguna actividad juntos, que si usted le dice, "Hijo, hablemos."
- **Mantenerse optimista.** Recuérdele a su hijo que si hizo amigos en la escuela anterior, también lo logrará en la nueva. Entonces debería tomarse su tiempo para encontrar a las personas con las que le gustaría ser amigo. Las hay.

—Kristen Amundson,
The Parent Institute

Enfoque: El equipo hogar-escuela

Continúe participando en la escuela de su hijo



¿Qué marca la diferencia entre un alumno de secundaria exitoso y uno que tiene dificultades? Esta es la pregunta que intentó responder un

grupo de estudiantes investigadores en el estado de Kentucky. Le hicieron una encuesta a más de 4.000 adolescentes. Leyeron estudios de investigación. Los resultados fueron claros: la participación de los padres juega un papel enorme. Estos son algunos de los datos que encontraron:

1. **Nada reemplaza** el contacto personal. Si tiene una pregunta, es más fácil hacérsela a alguien conocido. Entonces, propóngase asistir a la Noche de Regreso a la Escuela para conocer a todos los maestros de su hijo.
2. **Asista a los eventos escolares.** Por lo general, éstos le permiten reunirse y conversar informalmente a los padres y los maestros. Como señaló el Dr. Laurence Steinberg: "Los padres que asistieron a los programas escolares, a la Noche de Regreso a la Escuela, fueron a ver los partidos deportivos de su hijo, o las funciones musicales y teatrales de su hijo" tuvieron hijos que fueron alumnos más exitosos.
3. **Los padres y los maestros** están ocupados. Tal vez usted no siempre esté disponible para atender una llamada de la escuela. Asegúrese que la escuela tenga todos sus números de teléfono y su dirección de correo electrónico. De este modo, ¡será menos probable que no reciba el mensaje de que su hijo ha faltado a la cuarta hora de clase!

Fuente: Youth News Team of Kentucky Conference for Community and Justice, "High School Students Have Parents, Too!" Pritchard Committee for Academic Excellence, <http://dennis4353.home.insightbb.com/ynt/YNTSummaryReport.pdf>.

Conozca al consejero académico de la escuela de su hijo

Durante los años de la escuela secundaria, su hijo tendrá muchos maestros y entrenadores. Cursará diferentes clases y participará en diferentes actividades.

Pero hay una persona que verá la imagen completa, que seguirá de cerca el progreso de su hijo durante todos los años de la secundaria. Esa persona es su consejero.

Los consejeros pueden ayudarlo a usted y a su hijo a tomar buenas decisiones cuando es el momento de escoger qué clases tomar. Si está encaminado a la universidad, el consejero se asegurará que tenga todas las clases que necesite.

Luego, cuando llegue la hora de pensar en la universidad, el consejero puede sugerirle instituciones que vayan bien con los intereses y aptitudes de su hijo. Sugerirá algunas que tal vez estén fuera de su alcance y otras que probablemente lo admitirán.



Entonces, ¿cuando deberían usted y su hijo conocer al consejero? Lo antes posible. Programe una cita para conocerlo. Juntos, podrán ayudar a su hijo a trazar un plan para que tenga éxito en la secundaria.

Fuente: College Board, "Your Child's High School Counselor, Putting it All Together," www.collegeboard.com/parents/plan/hs-steps/21287.html.

Pruebe una de estas maneras de ayudar en la escuela de su hijo



Es posible que su hijo no quiera que usted ayude en su clase de Inglés. Pero hay otras maneras de cooperar. Uste puede ayudar:

- **Dando clases particulares.**
- **Participando en una comisión** de la escuela.
- **Ayudando a diseñar** un folleto que describa la escuela.
- **Contestando el teléfono** en la oficina de asistencias.
- **Llevando a la escuela** a algún padre que no pueda conducir.
- **Traduciendo información** de la escuela a otro idioma.
- **Vendiendo boletos** de entrada a algún acontecimiento.
- **Haciendo disfraces** o pintando la escenografía para una obra de la escuela.
- **Haciendo trabajo de escritorio.** Pregúntele al maestro de su hijo o a la oficina administrativa si hay papeles o folletos que deben ser doblados o engrapados.
- **Elaborando listas** de direcciones de correo electrónico para que los maestros puedan comunicarse con los padres de cada clase.

Fuente: North Central Regional Educational Laboratory, "50 Ways Parents Can Help Schools," www.ncrel.org/sdrs/areas/issues/envrnmnt/famcomm/pa1k20.htm.