Escuela Secundaria
Los Padres™
¡aún hacen la diferencia!
Enero 2022
Vol. 29, No. 5
Southeast Local Schools

Anime a su joven a trazar propósitos de aprendizaje específicos

Cada vez que llega el primero de enero, todos establecen propósitos que abandonan unas pocas semanas después. Este año, ¡ayude a su joven a establecer algunos propósitos de aprendizaje que pueda mantener!

Cuanto más específicos sean sus objetivos, más probable será que los logre. En lugar de un propósito amplio como "obtener mejores resultados en la escuela", los objetivos de su joven deberían incluir maneras específicas de mejorar. Por ejemplo:

- **Voy a leer durante 30 minutos** todos los días. Muy pocos jóvenes le dedican tiempo a la lectura por placer. Pero la mejor manera de mejorar el vocabulario y la comprensión es leer mucho y con frecuencia.
- **Voy a hacer al menos una pregunta** en cada clase. Para hacer preguntas fundamentadas, su joven deberá prestar atención en clase. Al prestar más atención, estará más conectado con lo que está aprendiendo, y es probable que eso lo lleve a hacer más preguntas y aprender más.
- **Voy a crear un sistema** para tomar apuntes para cada clase. La manera en la que su joven toma apuntes en historia podría ser diferente a la manera en que toma apuntes en química. Anímelo a hablar con sus maestros para determinar cuál es la mejor manera de anotar la información abordada.
- **Voy a repasar los apuntes** de clase todas las noches antes de dormir. Los estudios revelan que lo último que lee una persona antes de ir a dormir suele grabarse en su cerebro.

Promueva el pensamiento a largo plazo

A veces, los jóvenes son impulsivos. Suelen reaccionar rápido y, para muchos, pensar a largo plazo puede ser difícil. Sin embargo, las cosas más valiosas de la vida requieren planificación, esfuerzo y perseverancia.

Estas son algunas maneras simples de fomentar el pensamiento a largo plazo en su joven:

- **Cuando no pueda** comprender algo enseguida, conversen sobre las recompensas de la perseverancia. Recuérdele que la mayoría de las cosas que ha aprendido a hacer —desde montar en bicicleta hasta conducir un carro— han llevado tiempo.
- **Cuando hable** de un proyecto extenso para la escuela, conversen sobre la administración del tiempo. Ayúdelo a dividir el proyecto en partes más pequeñas con plazos individuales establecidos teniendo en cuenta la fecha de entrega final.
- **Cuando le muestre** la última moda que no le puede faltar o el aparato digital más reciente, enséñele sobre la planificación financiera. ¿Cuánto cuesta? ¿Cómo puede ahorrar dinero para comprarlo? Ayúdelo a armar un plan para comprar lo que quiere.

Copyright © 2022, The Parent Institute®

Copyright © 2022, The Parent Institute®

Estadísticas para motivar a los jóvenes a permanecer en la escuela

Los estudiantes que se graduaron de la escuela secundaria ganan más dinero que los estudiantes que abandonan la escuela secundaria; en promedio, aproximadamente $8000 más por año. Sin embargo, si el dinero no es suficiente para motivar a su joven a no abandonar la escuela, comparta con él estos datos.

Los estudiantes que terminan la escuela secundaria:

- **Viven más tiempo** que quienes abandonan la escuela.
- **Tienen más probabilidades** de tener un empleo.
- **Tienen menos probabilidades** de cometer un delito o requerir servicios sociales.
- **Tienen más probabilidades** de hacer contribuciones a sus comunidades mediante el voto y el voluntariado.

Lograr que su joven no abandone la escuela puede ser tan simple como ayudarlo a comprender lo importante que es su educación. Los estudiantes no siempre ven el panorama completo: el efecto que tiene terminar la escuela sobre el resto de sus vidas. Por lo tanto, hable sobre lo que puede lograr su joven con la educación y sobre cuánto aprecia su propia educación, o por qué desearía haber aprendido más.

Fuente: "High School Graduation Facts: Ending the Dropout Crisis," America's Promise Alliance.

"La educación es el arma más poderosa que puedes usar para cambiar el mundo".

—Nelson Mandela

Su estudiante puede usar reglas mnemotécnicas para recordar datos

Una regla *mnemotécnica* es cualquier truco que ayuda a su joven a aprender y recordar información. Si alguna vez recitó "Treinta días tiene septiembre ... " para recordar la cantidad de días que hay en un mes, ya usó una regla mnemotécnica.

Hay distintos tipos de reglas mnemotécnicas. Anime a su joven a experimentar y encontrar las reglas que le den mejores resultados. Puede probar con:

- **Los acrónimos.** Su hijo puede tomar la primera letra de cada palabra que quiere recordar y formar una nueva palabra con esas letras. Por ejemplo, HEMOS es un acrónimo clásico para recordar los cinco Grandes Lagos: *Hurón*, *Erie*, *Michigan*, *Ontario*, *Superior*.
- **Los acrósticos.** La primera letra de cada palabra representa uno de los elementos de la lista que debe memorizarse. "Papá está mirando dos sapos rojos" es una manera de recordar el orden de las operaciones en matemáticas: *paréntesis*, *exponentes*, *multiplicación*, *división*, *suma*, *resta*.
- **Las rimas.** ¿Cuándo fue el primer viaje de Colón al Nuevo Mundo? "Colón al viejo continente le dijo adiós y llegó a América en 1492".
- **La música.** Pídale a su joven que incluya datos clave en una canción popular y nunca se la quitará de la cabeza.
- **Dividir en partes.** Como es más fácil recordar pequeñas porciones de información, su joven puede dividir listas más largas en grupos más pequeños.
- **Formar cadenas.** Su hijo puede crear una historia o imagen alocada que relacione información. Cada elemento debería recordarle el siguiente.

¿Ayuda a su joven a centrarse en una tarea a la vez?

Los jóvenes pueden hacer muchas cosas al mismo tiempo. Envían mensajes de texto mientras escuchan música y miran videos mientras estudian para historia. Los estudios revelan que los jóvenes tienen dificultades para evitar las distracciones. Entonces, podrían estar haciendo varias cosas a la vez, pero ninguna bien.

Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas para averiguar si usted está ayudando a su joven a enfocarse en la tarea que está haciendo:

___**1. ¿Le pide** a su joven que apague el televisor, el teléfono y otros aparatos mientras estudia?

___**2. ¿Se fija** de vez en cuando cuántas cosas diferentes está haciendo su joven mientras estudia?

___**3. ¿Da** un buen ejemplo centrándose en una cosa a la vez?

___**4. Su familia,** ¿tiene un horario límite para el uso de pantallas? Luego de un cierto horario, todos los dispositivos deben apagarse.

___**5. ¿Anima** a su joven a leer? La lectura fortalece la concentración.

¿Cómo le está yendo?

Si la mayoría de sus respuestas fueron *sí*, usted está promoviendo la concentración. Para cada respuesta *no*, pruebe las ideas del 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 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.

Publicada mensualmente de septiembre a mayo.
Copyright © 2022, The Parent Institute, una división de PaperClip Media, Inc., una entidad independiente y privada. Empleador con igualdad de oportunidades.
Editora Responsable: Doris McLaughlin.
Editor Emérito: John H. Wherry, Ed.D.
Editora: Rebecca Miyares.
Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.

 Copyright © 2022, The Parent Institute®

Cuatro maneras de respaldar las habilidades de pensamiento crítico

Según una encuesta realizada a profesores universitarios, muchos estudiantes graduados de la escuela secundaria no están preparados para las expectativas que enfrentarán en la universidad. La falta de pensamiento crítico es uno de los motivos.

Entre los educadores encuestados, el 82 por ciento indicó que menos de la mitad de sus estudiantes tenían las habilidades de pensamiento crítico que necesitaban para alcanzar el éxito.

Para abordar este problema, los maestros de secundaria se están enfocando más en el aprendizaje profundo y el pensamiento crítico. Esto significa que a su joven no solo se le pedirá que recuerde un dato, sino que deberá comprender cómo se relaciona ese dato con otras ideas.

Para respaldar el desarrollo de las habilidades de pensamiento de su joven:

1. **Desafíelo a formar opiniones** y defenderlas. Por ejemplo, si su joven considera que debería haber un letrero de alto frente a la escuela, pregúntele por qué. Luego, anímelo a escribir una carta a las autoridades locales en la que detalle sus ideas.
2. **Ayúdelo a ver un problema** desde todas las perspectivas. Diga: "Comprendo por qué *tú* crees eso. Pero hay otras personas que podrían decir ... ".
3. **Dígale cuáles son los motivos** de los límites que establece. Por ejemplo, los estudios revelan que, luego de las 9 p.m., más jóvenes tienen accidentes automovilísticos de los que salen heridos. ¡Qué gran motivo para establecer un límite de horario para conducir!
4. **Hable sobre las publicidades** cuando estén mirando la televisión. ¿De qué manera están intentando persuadir a los televidentes? ¿Son eficaces?

Fuente: D. Schaffhauser, "Survey: Most Profs Find HS Grads Unready for College or Work," *Campus Technology*, 1105 Public Sector Media Group.

Hable con su joven sobre cómo combatir el acoso cibernético

Los jóvenes pasan mucho tiempo enviándoles mensajes de texto a sus amigos y compartiendo publicaciones en redes sociales. No es sorpresa que estos son los canales que usan muchos acosadores para intimidar a otros estudiantes. Los estudios revelan que el 60 por ciento de los estudiantes son testigos del acoso cibernético a menudo, y que solo 1 de cada 10 víctimas le informan a un adulto de confianza.

Ya sea un comentario irrespetuoso publicado en una fotografía o un rumor que se ha retuiteado varias veces, el acoso cibernético puede tener un efecto devastador en la autoestima y el desempeño académico de los estudiantes.

Los jóvenes cumplen una función importante en ponerle fin al acoso cibernético. Enséñele a su hijo a:

- **Eliminar el contenido** de sus redes sociales que tenga una intención cruel o busque burlarse de alguien. No debería compartir comentarios negativos con sus amigos. El acoso escolar empeora cuando otras personas difunden el mensaje.
- **Dejar de seguir o bloquear** a usuarios que suelan publican cosas dañinas o negativas sobre otros.
- **Informar los casos de acoso** a un adulto de confianza. Los jóvenes suelen seguir un código de silencio. Sin embargo, contarle a un adulto puede ayudar a terminar con la situación.
- **Detenerse** y pensar antes de publicar algo que podría dañar a alguien.
- **Hablar con otros estudiantes.** Su joven debería decirles a sus amigos que cree que el acoso no es agradable.

Fuente: "11 Facts About Cyber Bullying," DoSomething.org.

P: Mi joven sería un gran agente secreto. Si no quiere que uno sepa algo, no habla. Lamentablemente, el año pasado guardó el secreto de que estaba por reprobar matemáticas hasta que ya era demasiado tarde para hacer algo al respecto. ¿Cómo puedo hacer para que se abra y cuente las cosas que son realmente importantes?

Preguntas y respuestas

R: Cuando los estudiantes llegan a la escuela secundaria, no siempre es fácil descubrir lo que sucede en sus clases. Usted tiene razón al hacer el esfuerzo. Hablar sobre la escuela es importante para usted y para su joven.

Sin embargo, como aprendió el año pasado, los jóvenes no siempre juzgan correctamente qué es lo que usted necesita saber. Por lo tanto, este año trabaje para mejorar la comunicación con su hijo y con la escuela.

Curiosamente, una solución puede ser lograr que su hijo se abra y cuente cosas que no son tan importantes. Hágalo participar de un proyecto del hogar. Llévelo a dar una vuelta en el carro. Salgan a caminar. Es posible que la conversación fluya con más facilidad cuando ambos estén concentrados en otra tarea.

Hablen sobre cosas cotidianas. Y asegúrese de hablar *con* su joven en lugar de hablarle *a* su joven. Procure escucharlo al menos tanto como habla. Permítale tomar el mando de la conversación. Si su hijo quiere hablar sobre un programa de televisión nuevo que vio, permita que ese sea el tema.

Mientras tanto, manténgase en contacto con la escuela. ¿Hay una boleta de calificaciones en internet que usted pueda consultar? Póngase en contacto con los maestros de su joven si hay algo que le preocupa. Es posible que su joven nunca sea un charlatán, pero usted puede averiguar lo que necesita saber.

Copyright © 2022, The Parent Institute®

Enfoque: valores positivos

Ayude a su joven a aprovechar el voluntariado

Los educadores saben que el servicio a la comunidad proporciona beneficios académicos significativos para los estudiantes. Les da una oportunidad de aplicar lo que han aprendido a necesidades humanas reales.

El voluntariado también ayuda a los estudiantes a adquirir habilidades y experiencias valiosas, que pueden encaminarlos hacia una carrera futura.

Si bien muchas personas piensan en ofrecerse como voluntarios en las fiestas, el servicio a la comunidad debería ser una prioridad todo el año. Pídale a su joven que escoja una organización a la que su familia podría ayudar.

En familia, podrían:

- **Apoyar a una organización.** Algunas familias donan dinero a una organización benéfica a la que apoyan. Pero esa no es la única manera de ayudar. Averigüe si puede llenar sobres para un grupo que trabaja en un asunto importante para su joven. ¿Podría organizar una colecta de productos enlatados para un banco de alimentos? Tal vez podría ayudar a correr la voz sobre una causa especial en las redes sociales.
- **Preparar y servir una comida.** Un comedor de beneficencia o un refugio para personas sin hogar podría necesitar voluntarios para preparar, servir y entregar comida.
- **Convertirse en un amigo** por correspondencia. ¿Hay un asilo cerca? Pregunte si a alguna de las personas que viven allí querría recibir correspondencia con frecuencia.
- **Hacer un regalo anónimo.** Tal vez su joven conozca a alguien que está pasando por un momento difícil. Dejarle una planta o unas galletas en la puerta podría mejorar el estado de ánimo de esa persona.

Proceso de siete pasos para enseñarles valores a los jóvenes

Los maestros quieren que los estudiantes sean responsables y respetuosos. Y los padres quieren que sus hijos tengan valores sólidos. Pero ¿de qué manera puede enseñar valores?

Pruebe este proceso de siete pasos:

1. **Explicar.** Hable sobre los valores que son importantes para su familia.
2. **Examinar.** Busque noticias que demuestren esos valores en acción.
3. **Mostrar.** Si quiere que su joven sea honesto, sea honesto usted también.
4. **Esperar.** Dígale a su joven que espera que respete los valores de la familia, incluso si los de él son diferentes.
5. **Experimentar.** Si quiere que su joven sea compasivo, bríndele experiencias en las que pueda poner ese valor en práctica.
6. **Alentar.** Cuando su joven ponga en práctica uno de los valores de la familia, reconózcalo: "Gracias por ser honesto y mostrarme la calificación de tu examen de lengua".

7. **Evaluar.** Hable sobre momentos en los que le resultó difícil poner sus valores en práctica. Juntos, hagan una lluvia de ideas de maneras de enfrentar esas situaciones.

Fuente: T. Lickona, *Character Matters: How to Help Our Children Develop Good Judgment, Integrity, and Other Essential Virtues*, Touchstone Books.

La confianza en sí mismo prepara a su joven para alcanzar el éxito

Cuando los estudiantes confían en sus habilidades, suelen obtener mejores resultados en la escuela, pues creen que pueden lograr metas y superar problemas.

Para darle a su joven un sentido sólido de sus habilidades, muéstrele que usted cree que él es una persona capaz. Asegúrese de:

- **Notar sus logros.** Su joven no obtuvo una A en el último examen; obtuvo una B. ¡Eso significa que dominó la mayor parte del material! Mencione lo orgulloso que está de que el estudio haya dado sus frutos. Y recuérdele que los errores que cometió son grandes oportunidades de aprendizaje.
- **Asignarle tareas domésticas** y otras responsabilidades en casa.
- **Evitar las críticas** que no sean constructivas. En cambio, céntrese en lo que su joven hace bien.
- **Permitirle tomar** tantas decisiones por su cuenta como sea posible sin que eso comprometa su seguridad.
- **Pedirle que ayude** a un amigo o a uno de sus hermanos con algo, como una tarea escolar. Ayudar a otra persona le dará a su joven una sensación de orgullo.