

Guía para Padres de Estudiantes de la Escuela Media

Indice

La Transición a la Escuela Media	2
Lo Básico de la Escuela Media	3
Ayuden a su Hijo/a a Tener Éxito	6
Trabajen con su Escuela	13
Realidades y Consejos para Padres	16
Consejos para los Padres de Atletas	25
Opciones de Carrera y de Estudios	26
Información Universitaria	29

“No es lo que hace por sus hijos, sino lo que les ha enseñado a hacer por sí mismos, lo que les hará tener éxito como seres humanos.” Ann Landers



Trabajen con su Escuela

Apoyen y trabajen con los administradores, maestros y consejeros de la escuela. Como ustedes, quieren que su hijo/a tenga una gran experiencia en la escuela media.

Demuestren interés y apoyo

La actitud que tienen los niños sobre la educación y la escuela está, hasta cierto punto, determinada por lo que los padres dicen y hacen. Su hijo/a necesita saber que ustedes apoyan a los maestros y a los administradores de la escuela, y que consideran la educación una alta prioridad.

Pueden transmitir mejor su interés en la educación y su apoyo a la escuela de su hijo/a haciendo lo siguiente:

- ▶ Insistan en que su hijo/a llegue a la escuela a tiempo todos los días.
- ▶ Cuenten con que su hijo/a trabaje a su capacidad.
- ▶ Demuestren interés en lo que estudia su hijo/a.
- ▶ Háblenle de la importancia de una buena educación.
- ▶ Espere que su hijo siga las reglas escolares.
- ▶ Asistan a todos los programas para padres y a las conferencias.
- ▶ Animen a su hijo/a a pensar en ir a la universidad.
- ▶ Demuestren un interés consistente en el progreso académico de su hijo/a.

Saquen el mayor provecho de las conferencias de padres/maestros

Las conferencias de padres/maestros presentan una excelente oportunidad a los padres para dar y recibir información. Los maestros pueden facilitar información del rendimiento del estudiante y los padres pueden compartir información que ayude a los maestros a entender mejor a su hijo/a.

En algunas escuelas medias, los padres hablan con un maestro que representa al equipo, o grupo de maestros, que trabaja con su hijo/a. Otras tienen conferencias que incluyen al estudiante y otras las tienen dirigidas por él. No importa que formato tengan, las conferencias son muy importantes y los padres necesitan asistir a ellas.

Antes de ir a una conferencia de padres/maestros, hagan una lista de la información que quieren compartir, así como de cualquier pregunta o problema que puedan tener. Así mismo, pregunten a su hijo/a si hay alguna cosa que le gustaría que usted discutiera con el maestro.

A veces es aconsejable que lleve a su hijo/ a la conferencia, para que puedan ver al maestro juntos. Esto daría a su hijo/la oportunidad de ser parte de la discusión.

En la página siguiente, encontrarán diez tópicos de discusión para las conferencias de padres/maestros, así como preguntas que hacer. Centrándose en estos tópicos de discusión y preguntas, les ayudará a asegurarse que sus conferencias de padres/maestros tengan significado y sean productivas.

Comuníquense con su escuela

Es mucho más fácil hoy en día, para los padres, mantenerse informado y comunicarse con el personal de la escuela. Las escuelas tienen ahora su propio sitio Web, y los padres pueden comunicarse, a menudo, con los maestros y consejeros por correo electrónico.



No duden en pedir información o ayuda cuando lo necesiten. Si hubiera una situación (p. ej. problema de salud, muerte en la familia, divorcio) que pueda afectar la actitud y el rendimiento de su hijo/a, asegúrense de dejar saber a la escuela lo que está ocurriendo.

Trabajen con la escuela para resolver problemas

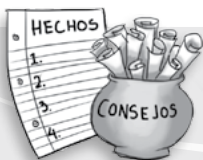
Si su hijo se queja de una clase o de un maestro, escuchen con atención y traten de determinar lo que está pasando. Al hacerlo, recuerden que parte de la educación de su hijo/a es aprender a como tener éxito en asignaturas que pueden no gustarles. También recuerden que es importante que los estudiantes aprendan a adaptarse a diferentes maestros, expectativas y estilos de enseñanza.

Si hubiera un problema con una clase, maestro/a u otro estudiante, primeramente traten de ayudar a su hijo/a a encontrar cómo tratar con la situación independientemente. Si encuentran que el problema es serio, o si creen que deben de intervenir, pónganse en contacto con el maestro, consejero o director y comparta lo que le preocupa.

Conferencia de Padres-Maestros

Tópicos de Discusión y Preguntas

- ▶ **Deberes** - ¿Los deberes de mi hijo/a están terminados completamente, con precisión y a tiempo?
- ▶ **Participación en clase** - ¿Mi hijo/a hace preguntas, responde voluntariamente y participa en las discusiones?
- ▶ **Organización** - ¿Mi hijo/a parece estar organizado? ¿Viene a clase preparado?
- ▶ **Éxito Académico** - ¿Cómo le va a mi hijo/a en esta clase? ¿Está trabajando a su capacidad? ¿Es esta clase apropiada al nivel de habilidad de mi hijo/a?
- ▶ **Administración del tiempo en la clase** - ¿Usa mi hijo/a el tiempo juiciosamente?
- ▶ **Asistencia y Puntualidad** - ¿Está mi hijo/a en clase todos los días? ¿Llega a clase a la hora?
- ▶ **Foco** - ¿Presta mi hijo/a atención en clase?
- ▶ **Ajuste social** - ¿Es mi hijo/a respetuoso/a y cortés con los maestros y estudiantes? ¿Parece llevarse bien con los otros estudiantes?
- ▶ **Fuertes y Debilidades** - ¿Cuáles son los puntos fuertes de mi hijo/a? ¿En qué áreas necesita trabajar más?
- ▶ **Comentarios adicionales** - ¿Tiene algún consejo para mí o para mi hijo/a? ¿Cuál es la mejor manera de ponerme en contacto con Vd. si tengo una pregunta o preocupación en el futuro?



Realidades y Consejos para Padres

Estos datos y consejos les ayudarán a guiar y apoyar a su hijo durante sus años en la escuela media o “middle school.”

Entiendan los tipos de cambios

Los estudiantes de la escuela media pueden ser un reto y fuente de frustración, aún para los padres más pacientes y dedicados. Pero cuando los padres echan una mirada a los cambios que los estudiantes de Middle School están sufriendo, es mucho más fácil entender por qué actúan de esa manera.

► Cambios físicos

La mayoría de los estudiantes cambian mucho físicamente durante la escuela media. Como algunos estudiantes maduran antes que otros, los estudiantes tienen una gran variedad de tipos y tamaños.

Cuando los estudiantes llegan a la pubertad, se encuentran, a menudo, cohibidos y turbados por las cosas que sus cuerpos están experimentando. También encuentran que diferentes partes de sus cuerpos cambian y crecen, a veces, a diferente tiempo y velocidad. Por ejemplo, los brazos, piernas o nariz de un joven, pueden parecer de repente, desproporcionados. Por supuesto que esto está ocurriendo durante un tiempo en que la apariencia es lo que más les importa. Con el crecimiento de sus cuerpos, y las hormonas que emergen, los estudiantes se encuentran a veces cansados, doloridos y simplemente irritables.

La mejor manera de ayudar a su hijo es hablarle, y asegurarle que todos estos cambios son normales. Para que los estudiantes puedan encontrarse bien con su apariencia, los padres pueden discutir higiene personal y aseo. También pueden ayudar a su hijo a escoger ropa que esté de moda y que les favorezca, pero que se adhiera también a las reglas de vestir escolares.

Lo más importante, es asegurar a sus hijos repetidamente que están guapísimos.

¡CARIÑO,
ESTÁS MUY
GUAPO!

► Cambios emocionales

Los estudiantes de la escuela media están, a menudo, malhumorados. Están excitados, apáticos, contentos, tristes, confundidos. Estos cambios de humor son el resultado normal de los cambios en sus cuerpos y de la necesidad de encontrar quienes son, y como encajan en este complicado mundo de la escuela media.

La mejor manera de ayudar a su hijo es darle apoyo, alentarle, quererle y darle una atmósfera estable en el hogar.

► Cambios intelectuales

Los estudiantes de la escuela media están listos para explorar y aprender sobre la vida. Tienen un fuerte sentido de lo que es justo, y les gusta pensar que ellos pueden hacer algo para cambiar el mundo. Son capaces de pensar más en abstracto, y pueden manejar tareas intelectuales más complejas.

Los padres pueden ayudar a sus hijos a desarrollarse intelectualmente discutiendo tópicos serios con ellos, dándoles oportunidades de expresar sus opiniones y demostrando respeto por sus ideas.

► Cambios sociales

Los amigos son muy importantes para estos estudiantes, y pasan, a menudo, mucho tiempo en mensajería instantánea, mensajería de texto y hablando con ellos. Están también empezando a interesarse más por el sexo opuesto.

Estos estudiantes están tratando de encontrar su propia identidad; pero, no quieren ser diferentes, se preocupan de lo que piensa la gente y quieren formar parte del grupo. Como “encajar” es tan importante, son susceptibles a la presión de los compañeros y a las imágenes y mensajes que reciben de los sistemas de comunicación (“las chicas tienen que estar delgadas”).

Los estudiantes que confían en si mismos se dejan influenciar menos por la presión de los compañeros y los mensajes de los medios informativos. Por lo tanto, es muy importante que los padres pasen tiempo con sus hijos/as y les ayuden a desarrollar un fuerte sentido de quienes son. Mientras que estar con sus amigos es muy importante para estos estudiantes, hacer cosas con sus padres y su familia les da un sentido de seguridad del que están muy necesitados.



Estén enterados e informados

La escuela media es la época cuando los padres necesitan estar más involucrados y más vigilantes. Un nuevo mundo se ha abierto al estudiante de esta escuela, y es cuando a menudo, están tentados de probar cosas nuevas. Estos consejos les ayudarán a asegurarse que sus hijos no se descarrilan.

- ▶ Cuando sus hijos salen de casa, sepan donde van, con quien van a estar y que van a estar haciendo. Cuando sus hijos saben que ustedes están vigilándolos, estarán menos tentados de hacer cosas que no deben de hacer.
- ▶ Hablen con los padres de los amigos de su hijo. Discutan horas de llegar a casa, pernoctar y futuros eventos sociales. Los hijos dirán menos lo de “*Todo el mundo puede hacerlo...*” si saben que sus padres están hablando con otros padres.
- ▶ Inviten a los amigos de sus hijos a casa y lleguen a conocerlos. También estén disponibles para llevarlos en coche cuando lo necesiten. Aprenderán mucho oyéndolos hablar.
- ▶ Averigüen que sucede en el centro comercial y otros sitios de encuentro.
- ▶ Averigüen qué clase de música está escuchando, qué videos y programas de TV está mirando y a qué juegos de video está jugando. También, entérense de donde van en línea. Ellos quieren y necesitan una cierta cantidad de libertad, pero todavía necesitan que sus padres provean la pauta y los límites.
- ▶ El alcohol, las drogas y el tabaco son temas con los que todos los padres tienen que enfrentarse de alguna manera. Manténganse informados de lo que pasa en su barrio y en su escuela. Hablen con su hijo sobre los peligros del alcohol, las drogas y el tabaco, y asegúrense de que sabe lo que ustedes piensan sobre estos temas.
- ▶ Si tienen la sensación de que su hijo está implicado en una actividad que está mal o que le pueda hacer daño, escuchen sus instintos y tomen la acción apropiada.



Comuníquense con su hijo/a

Comunicarse con un estudiante de la escuela media puede ser un verdadero reto, Cuando los padres preguntan “¿Cómo te ha ido en la escuela hoy?” a menudo oyen “bien” o “aburrida”. Si los padres hacen más preguntas, sus hijos seguramente se preguntarán por qué están siendo interrogados. Pero comunicarse con los estudiantes de la escuela media puede ser difícil, por ser tan importante, los padres necesitan hacer un mayor esfuerzo.

Los consejos que figuran a continuación les ayudarán a comunicarse mejor y conectar con su hijo de la escuela media.

- ▶ El momento oportuno es importante. Estén disponibles cuando su hijo/a quiera hablarles. Igualmente, busquen momentos en los que pueda estar más abierto para conversar (después de llegar de la escuela, antes de acostarse, etc.). Un momento particularmente bueno para hablar es cuando van en el coche. Es un sitio tranquilo, nadie puede marcharse, y, de todas maneras, están pasando el tiempo juntos.



- ▶ Díganle lo que ustedes quieren que haga, en vez de decirle lo que no quieren que haga. Por ejemplo, en vez de decir “No dejes la mochila en el suelo” digan “Por favor, pon tu mochila en tu dormitorio.”
- ▶ Hagan preguntas que requieran más de una palabra para contestar. En vez de “¿Cómo te ha ido en la escuela?” digan “Cuéntame cómo te ha ido hoy” o “¿De qué trata ese libro?”
- ▶ Por lo general es más fácil hablar con estos estudiantes cuando están haciendo algo que les guste a los dos. Hagan tiempo para hacer actividades con ellos solos, como cocinar, ir de compras, ir de paseo, mirar un partido o salir a por un helado. Estas son todas, formas excelentes de pasar tiempo de calidad con su hijo y facilitan excelentes oportunidades para conversar.
- ▶ Sean muy específicos en sus comunicaciones. En vez de decir “Ven pronto a casa” digan “Ven a casa a las 8:00”. No dejen las órdenes abiertas a interpretación.

- ▶ Los estudiantes de la escuela media, a menudo dicen cosas por su valor impactante o para “probar las aguas” para ver como reaccionan sus padres. Es mejor permanecer calmado, escuchar y no reaccionar muy fuerte. “¿Así es que puedes decirme por qué quieres teñirte el pelo de verde?”
- ▶ Los niños responden a veces, a órdenes o peticiones con un gruñido o en un tono de voz que es menos que agradable. Atribúyanlo al humor o rebelión de la escuela media. Lo importante es que sus hijos hagan lo que ustedes les piden. Esperar una respuesta positiva es, a veces, demasiado pedir.
- ▶ Los estudiantes de la escuela media pueden actuar como si no oyeran lo que sus padres les dicen, pero están escuchando. Están escuchando sus palabras y su tono de voz. Sus hijos necesitan oír que sus padres tienen fe en ellos y en sus habilidades, y que les quieren sin condiciones.
- ▶ No teman pedir perdón o admitir que no tenían razón. Los niños necesitan saber que está bien no tener razón y cometer equivocaciones. También necesitan aprender que cuando Vd. comete una equivocación, toma responsabilidad por sus acciones, y corrige su equivocación, si es posible.
- ▶ Reconozcan la importancia de la comunicación no verbal. Los niños no siempre pueden poner en palabras las cosas que quieren o necesitan que ustedes sepan. Por lo tanto, es importante prestar atención al lenguaje corporal, humor, costumbres de comer, patrones de dormir y rendimiento escolar. Todo esto puede ser un indicador de cómo van las cosas en la escuela y con los amigos.
 Si ellos parecen deprimidos o disgustados, muchas veces todo lo que necesitan es simplemente un abrazo o unas palabras de aliento. Si ustedes sienten que hay temas serios que necesitan arreglarse, déjenle saber que están preocupados. Si encuentran que necesitan ayuda, hablen con el consejero o doctor de su hijo/a.
- ▶ Hay ciertas “reglas no escritas” que estos estudiantes esperan que sus padres respeten. Por ejemplo, no deben de demostrar cariño o corregir a sus hijos delante de sus amigos, y cuando llevan en el coche a un grupo de niños, deben de hablar lo menos posible. En realidad, todas estas reglas se encierran en una: *No digan o hagan nada que les haga sentirse avergonzados.*