

Ayudando a los Estudiantes a Aprender

Consejos que las Familias Pueden Usar para Ayudar a los Estudiantes a Salir Mejor en la Escuela



Febrero 2025

San Juan Unified School District

Empodere a su estudiante para que se oponga al acoso escolar

En una encuesta reciente, más de la mitad de los educadores de la escuela intermedia mencionaron el acoso escolar como el mayor problema de seguridad en la escuela. Hablar con su hijo sobre el acoso escolar es una manera importante de ayudar a detenerlo.



Explique que el acoso escolar no es solo físico. También incluye:

- **El abuso verbal**, como los insultos y la difusión de rumores sobre las personas.
- **La manipulación social**, como hacer que los demás excluyan a alguien.
- **El acoso cibernético**, como publicar fotos y comentarios crueles o avergonzantes en redes sociales.

Haga hincapié en que es importante oponerse a todas las formas de acoso escolar. Hable con su hijo de las posibles medidas que puede tomar, como decir "eso no está bien", alejarse con la persona acosada y contárselo a un adulto en la escuela.

Si su hijo está siendo acosado:

- **Háblelo con delicadeza.** Su estudiante podría estar asustado o avergonzado. Deje claro que lo que está sucediendo no es culpa de su hijo.
- **Asegúrele a su estudiante** que lo ayudará a resolver el problema.
- **Trabaje con la escuela.** Un consejero escolar podría tener soluciones que usted desconoce y sugerencias para ayudar a su hijo.

Fuente: L. Baker y A. Prothero, "The State of Bullying in Schools, in Charts," EducationWeek.



Se puede aprender mucho de los exámenes

Los exámenes evalúan lo que han aprendido los estudiantes. ¿Pero sabe su hijo que también se puede aprender de los exámenes? Revisar un examen corregido es una de las formas más eficaces de mejorar el puntaje en los próximos exámenes.

Cuando el maestro devuelve un examen corregido, anime a su hijo a:

- **Anotar los conceptos** que le resultaron más difíciles y los que le resultaron familiares.
- **Corregir las respuestas** incorrectas. Su hijo debe determinar cuál fue el error ("sumé en lugar de multiplicar") o por qué las respuestas eran incorrectas. Si le resulta difícil, sugiérale que le pregunte al maestro.
- **Analizar los tipos de errores.** Los errores suelen deberse a descuidos, confusión o falta de preparación.
- **Planificar para el próximo examen.** Para reducir los errores por descuidos, su hijo debería leer las preguntas dos veces y volver a revisar el trabajo. Si algún tema le resulta confuso, debería pedir ayuda. Estudiar el material durante varios días es una mejor manera de prepararse que estudiar todo en una noche.

El humor impulsa la conexión

Un nuevo estudio asocia el uso de humor de los padres al criar a sus hijos con una relación más duradera y sólida entre hijos y padres. Reír juntos también es una forma eficaz de aliviar el estrés y aumentar el bienestar. Para fomentarlo, comparta en familia anécdotas divertidas, chistes y espectáculos. Solo asegúrese de que las bromas nunca sean a costa de su hijo.

Fuente: L. Emery y otros, "Humor in parenting: Does it have a role?" PLOS ONE.

Ofrezca un oído

Cuando los estudiantes de intermedia sienten que sus familias no los escuchan, suelen dejar de hablar. Para escuchar con atención:

- **Escuche en el momento.** No le pida a su hijo que espere a menos que sea realmente necesario.
- **Escuche a su hijo** antes de hablar. Si interrumpe o se apropia de la conversación, es posible que nunca oiga lo que su hijo iba a decir.



Continúe con el aprendizaje

Muéstrele a su hijo que el aprendizaje es importante reforzándolo y fomentándolo en casa. Asegúrese de:

- **Pedirle a su hijo que le enseñe algo.** Averigüe lo que está aprendiendo y pídale que se lo explique.
- **Aplicar las materias** escolares en la vida diaria. Enséñele a su hijo lo importante que es comprender las fracciones cuando, por ejemplo, se duplica una receta.
- **Ofrecer experiencias nuevas.** Rete a su hijo a relacionarlas con algo que haya aprendido en la escuela.
- **Pedirle a su hijo que use** habilidades escolares para ayudarlo. ¿Puede investigar cómo destapar el desagüe de un fregadero de forma segura?





¿Debería ser voluntario aunque mi hijo se avergüence?

P: Planifiqué acompañar una excursión de la escuela intermedia que se hará próximamente, pero mi hijo me ruega que no lo haga. ¿Qué es más importante, participar en la escuela o no avergonzar a mi hijo?

R: Los estudiantes y las escuelas se benefician de la ayuda de los voluntarios de las familias. Sin embargo, no querrá que sus esfuerzos por comprometerse hagan que su hijo se sienta mal. Para encontrar un equilibrio:



- **Tómese a su hijo en serio.** No ignore las quejas. En cambio, siéntese a hablar del tema con él. "Me doy cuenta de que no quieres que acompañe la excursión. Desearía saber por qué. ¿Hay algo específico que te preocupa?"
- **Haga preguntas.** Cuando escuche a su hijo, tenga en cuenta que en la escuela intermedia hay mucha presión social para encajar. Haga preguntas como las siguientes, "¿Tienes miedo de que tus amigos piensen que eres patético si me ven en la excursión?" Si su hijo dice *sí*, pregunte, "¿Te parecería raro que los padres de tus amigos se ofrecieran como voluntarios? ¿O no sería un gran problema?"
- **Busque maneras de participar** y, a su vez, respetar los sentimientos de su hijo. Si su hijo sigue estando molesto por su presencia en la excursión, apúntese para otra cosa en su lugar. Tal vez pueda formar parte de un comité escolar o ayudar al personal de la oficina. Y si su hijo lo ve mientras está en la escuela, no le dé tanta importancia. Simplemente sonríale y aléjese.

Cuestionario Para Padres

¿Se está comunicando con su hijo?

La comunicación abierta entre usted y su hijo es esencial para que usted sepa lo que está pasando y pueda proporcionarle apoyo o tomar medidas. ¿Mantiene una conexión comunicativa con su hijo? Averigüelo a continuación:

1. **¿Sabe** con quién almuerza su hijo a menudo? Escriba un nombre: _____ vez en cuando? Mencione una de sus canciones o bandas favoritas: _____
2. **¿Sabe** los nombres de los maestros de su hijo y qué enseñan? ¿Cuál es el favorito de su hijo? _____
3. **¿Sabe** qué preocupa a su hijo? Nombre una de las preocupaciones actuales de su hijo: _____
4. **¿Sabe** a quién le envía mensajes de texto con frecuencia su hijo? Nombre a dos amigos: _____
5. **¿Sabe** qué música le agrada a su hijo y la escuchan juntos de _____

¿Cómo le está yendo?

Hable sobre sus respuestas con su hijo. ¿Puede su hijo responder preguntas similares sobre usted?

"La comunicación funciona para aquellos que trabajan en ella".
—John Powell

Aplique las fortalezas a los problemas

Los estudiantes se esfuerzan más cuando piensan que pueden alcanzar el éxito. Por lo tanto, si una clase le resulta difícil, ayude a su hijo a averiguar qué funciona en otra clase y cómo aplicarlo. Para ayudar a su hijo a desarrollar sus fortalezas:

1. **Pregunte**, "¿En qué clase piensas que te está yendo mejor?"
2. **Comente** las cosas que su hijo está haciendo en esas clases que lo han conducido al éxito.
3. **Sume** sus propias ideas sobre las fortalezas de su hijo a la lista.
4. **Cree** un plan. Podría decir, "¿Haces preguntas en historia si hay algo que no terminas de comprender? ¿Podrías hacer eso en ciencias?"
5. **Haga un seguimiento.** Pida actualizaciones periódicas sobre las fortalezas que está usando su hijo y los resultados. Comente otras estrategias que podría probar.

Comparta recomendaciones para estudiar en grupo

Estudiar con otros es una manera eficaz para los estudiantes de ampliar el aprendizaje que hacen solos. Estudiar en grupo fomenta las habilidades interactivas y puede ayudar a su hijo a sentirse apoyado al aprender.



Recuérdelo a su hijo que los grupos de estudio eficaces mantienen la concentración en el aprendizaje y no en la socialización. Sugírela que se turnen en el liderazgo para que una persona no domine el grupo.

La negligencia no es simplemente un error

Resolver los problemas matemáticos pares en lugar de los impares podría ser un error real. Pero si su hijo no hizo los trabajos asignados:

- **Explique que eso es negligencia**, y que desatender responsabilidades nunca está bien.
- **Refuerce que la escuela** es la principal responsabilidad de su hijo.
- **Aplique una consecuencia** que se relacione con la tarea no completada.

Fuente: K. Thomsen, M.S., *Parenting Preteens with a Purpose*.

Ayudando a los Estudiantes a Aprender™

Publicado en inglés y español, de septiembre a mayo.

Editora Responsable: Doris McLaughlin.

Editor Emérito: John H. Wherry, Ed.D.

Editora: Alison McLean.

Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.

Copyright © 2025, The Parent Institute®, una división de PaperClip Media, Inc.

P.O. Box 7474, Fairfax Station, VA 22039-7474

1-800-756-5525 • www.parent-institute.com