

Ayudando a los Estudiantes a Aprender

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



Abril 2025

Santa Cruz Valley Union High School

Refuerce el valor del aprendizaje y ayude a su joven a aplicar habilidades

Hacer trabajos refuerza el tema del que trata en la mente de su joven. De la misma manera, participar con regularidad en actividades de aprendizaje en casa refuerza que el aprendizaje es importante, útil y que puede hacerse en cualquier lado.

Para crear oportunidades de aprendizaje para su joven:

- **Muestre interés** por lo que está aprendiendo su joven en la escuela. Pídale que le cuente más sobre un concepto o le muestre cómo resolver un problema de matemáticas o ciencias.
- **Pídale que investigue** y explore. Por ejemplo, cuando surjan preguntas durante conversaciones en familia, pídale a su joven que busque las respuestas en fuentes confiables. O pídale que reúna información sobre lugares interesantes que se encuentren a poca distancia en carro para que su familia los visite.
- **Hablen sobre los trabajos** que realizan las personas de las empresas que visitan juntos. Hable sobre la educación que se requiere para hacer esos trabajos, pero mantenga una conversación informal.
- **Escoja proyectos** para hacer en familia que impliquen usar habilidades de matemáticas, como construir estanterías, plantar un jardín o pintar una habitación. Pídale a su joven que determine cuánta madera, mantillo o pintura necesitarán.
- **Hablen sobre los acontecimientos actuales** Muchos jóvenes tienen opiniones sólidas sobre lo que está sucediendo en el mundo. Pregúntele a su joven, "¿Qué piensas y qué te hace pensar eso?" Escuche con respeto y agrádeczale a por compartirlo, independientemente de si está de acuerdo o no.



Superen obstáculos comunes con la tarea

Si su joven está teniendo dificultad con la tarea escolar, es posible que ambos se frustren. Pero hacer el trabajo usted mismo o dejar que su estudiante no haga la tarea no es la solución.

En su lugar, aborde los obstáculos más comunes relacionados con las tareas escolares. Si su estudiante:

- **No está completando** o entregando trabajos, deje claro que no está bien. Luego, repase estrategias de organización, como usar una agenda y hacer listas de pendientes diarias.
- **No le da importancia** al trabajo escolar, señale la relación entre lo que está aprendiendo su joven y el mundo fuera de la escuela. También

diga que el trabajo escolar debe completarse antes que otras actividades.

- **No comprende** las instrucciones, anime a su joven a revisar los trabajos antes de salir de la clase y a pedirle aclaraciones al maestro.
- **Tiene demasiado trabajo**, pregúntele a su joven qué está haciendo en clase. Si le está yendo bien, es probable que el volumen de trabajo sea suficiente. De lo contrario, su joven debería pedirle ayuda al maestro.

Fomente matemática y ciencia

Muchos jóvenes evitan cursar las clases de ciencias y matemáticas de la secundaria necesarias para prepararse para trabajos en los campos de ciencia, tecnología, ingeniería y matemáticas (CTIM). Pero cursarlas puede aumentar las opciones de su joven para el futuro. Revisen estos datos:

- **La cantidad de trabajos relacionados** con las materias CTIM está aumentando más rápido que los trabajos en otras áreas.
- **Las personas en carreras relacionadas** con las materias CTIM tienen tasas de empleo más altas que las de otras personas.
- **Más de la mitad** de las personas que se dedican a trabajos de las áreas CTIM los consiguieron sin un título universitario.

Fuente: "The STEM Labor Force: Scientists, Engineers, and Skilled Technical Workers," National Science Foundation, National Science Board.

Sugiera el diálogo interno para relajarse

Los estudiantes de secundaria enfrentan muchas situaciones potencialmente estresantes: rendir un examen importante para la calificación de la clase, proteger el arco en un partido importante, etc. Para ayudar a su joven a abordar estas situaciones con calma, sugiérale que repita internamente frases positivas como: "Practiqué esto cientos de veces. Puedo hacerlo".



Aproveche los minutos libres

Para administrar el tiempo con eficacia es clave aprovecharlo al máximo, incluyendo los minutos libres que los jóvenes pasan navegando en línea, entre otras cosas. Recuérdele a su joven que 10 minutos son suficientes para:

- **Ojea un capítulo** de la lectura asignada.
- **Resolver uno o dos** problemas matemáticos.
- **Hacer fichas didácticas** de términos clave de la siguiente unidad de ciencias.
- **Encontrar una fuente** para un trabajo o proyecto que deberá hacer próximamente.
- **Repasar los apuntes** de clase de hoy y escribir preguntas para hacerle al maestro.





Mi joven nunca me cuenta nada. ¿Qué debería hacer?

P: Quiero ser aquella persona a la que mi estudiante de 11.º grado recurra cuando tenga preguntas y problemas. Pero siento que me deja afuera. Sé que este año puede ser un desafío, y también lo es crecer. ¿Cómo puedo hacer para que mi joven se abra?

R: Es común que los jóvenes quieran mantener a sus padres a distancia. Pero tiene razón en que la comunicación abierta entre ustedes lo ayudará a saber con qué se enfrenta su joven para poder ofrecerle un apoyo efectivo.

Para fomentar la comunicación bilateral:

- **Comience con preguntas.** Pregúntele a su joven: “¿Sientes que puedes hablar conmigo sobre temas importantes para ti?” Si la respuesta es *no*, pregúntele, “¿Cómo puedo cambiar eso?”
- **Saque un tema.** Podría decir, “Desearía hablar contigo sobre _____. ¿Podemos hablar esta noche?” Eso le da a su joven una oportunidad de preparar o sugerir otro momento en el que se sentiría más cómodo.
- **Concéntrese en escuchar.** Dele a su joven mucho tiempo para expresar sus pensamientos y opiniones. Haga preguntas abiertas. “¿Qué ayuda cuando las cosas no están yendo bien?” Si lo que escucha le molesta, retrase la respuesta hasta que esté tranquilo.
- **Hagan una lluvia de ideas juntos** sobre cómo abordar los problemas. Muéstrele a su joven que hablar con usted puede hacer que la vida sea más fácil.



Cuestionario Para Padres

¿Está reduciendo el poder de la presión de los compañeros?

Para los jóvenes es importante integrarse con sus compañeros, pero a veces pueden nublar su juicio. ¿Está preparando a su joven a resistir la presión negativa de los compañeros? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas:

1. **¿Anima** a su joven a sentirse orgulloso por sus características personales y sus logros?
2. **¿Refuerza** la individualidad de su joven y evita hablar por él?
3. **¿Hace hincapié** en que su joven es merecedor del autorrespeto y del respeto de los demás?
4. **¿Sugiere** actividades positivas en las que su joven pueda conocer a compañeros que compartan sus intereses?
5. **¿Hace** un juego de roles de maneras en las que su joven puede decir no?

¿Cómo le está yendo?

Si hay más respuestas *sí*, usted está ayudando a su joven a mantenerse firme ante la presión de los compañeros. Para cada respuesta *no*, pruebe la idea correspondiente.

“La valoración de ti mismo la determinas tú. No tienes que depender de alguien que te diga quién eres”.

—Beyoncé

Hable sobre lo que espera

Las expectativas que expresa sobre los logros académicos de su joven importan. Las investigaciones muestran que:

- **Los jóvenes se esfuerzan por alcanzar** las expectativas altas (pero realistas) de sus familias.
- **Las expectativas que los jóvenes** tienen para sí mismos comienzan a coincidir con las expectativas de sus familias, ya sean positivas o negativas.

Expresé la expectativa de que su joven trabaje arduamente en la escuela, de que rinda bien y se gradúe. Pregunte sobre las expectativas de su joven y hable sobre los caminos para alcanzarlas.

Fuente: J.M. Froiland y M.L. Davison, “Parental expectations and school relationships as contributors to adolescents’ positive outcomes,” *Social Psychology of Education*, Springer.

Ofrezca recomendaciones para proyectos grupales

Los proyectos grupales les enseñan a los estudiantes cómo trabajar en equipo, una habilidad valiosa para el lugar de trabajo. Comparta estas recomendaciones para alcanzar el éxito:



- **Dividir las tareas** en función de las fortalezas de las personas. Los miembros podrán explicar mejor su parte al resto del grupo.
- **Ser profesional.** Programar reuniones y fechas límite, y cumplirlas.

Pídale a su joven que piense

El aprendizaje real sucede cuando los estudiantes piensan en el material. Para fomentarlo, hágale a su joven preguntas que requieran pensar. Estas son algunas de las preguntas que podría hacer sobre estos temas:

- **Historia:** ¿Quién o qué puso en marcha estos sucesos? ¿Los sucesos te recuerdan a algo que esté sucediendo en la actualidad?
- **Matemáticas y ciencias:** ¿Qué hay de nuevo para ti en esta unidad? ¿Cómo se relaciona con lo que ya sabes?
- **Literatura:** ¿Qué motiva a los personajes principales? ¿Qué harías en una situación similar?

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