

High School YEARS

Colaborar para el éxito durante toda la vida



Notas Breves

Funden un “club de artículos”

Para los adolescentes ocupados, un club de artículos es una divertida alternativa a un club de libros. Su hija y sus amigas podrían turnarse eligiendo un tema (derechos de los animales, alimentación sana). Pueden encontrar artículos relacionados con el tema, compartirlos y luego reunirse para comentarlos. Pensarán de manera crítica cuando lean y comenten prosa informativa.

Deposita tu voto

Hable con su hijo sobre las elecciones de este mes y explíquelo cómo decidió usted por quién votar. Si es lo suficientemente mayor (¡todo un hito para los adolescentes!), vayan juntos al colegio electoral. ¿Van a votar por distintos candidatos? Demuestre a su hijo que es posible discrepar con respeto.

La honradez es importante

Preste atención cuando su hija haga lo correcto, especialmente cuando podría haber sido fácil hacer lo contrario. Quizá se encuentre un billete de \$5 entre la ropa sucia y trate de averiguar a qué miembro de la familia pertenece. Dígale que demostró honradez al no quedarse el dinero.

Vale la pena citar

“Una meta es un sueño con fecha de vencimiento”. *Napoleon Hill*

Simplemente cómico

Un ciempiés iba caminando por el bosque y había una ramita en su camino. Y él tropezó... y tropezó y tropezó y tropezó...



Límites adecuados para adolescentes

Su hijo se va acercando a la edad adulta y usted quiere proteger su seguridad y prepararlo para que tome buenas decisiones cuando viva por su cuenta. Use estas estrategias para crear normas que funcionen para ustedes dos.



Ponga las cosas en perspectiva

Procure concentrarse en asuntos importantes para esta edad que estén relacionados con la salud y la seguridad como el alcohol, las drogas y el uso del auto. Procure ignorar cosas más pequeñas como su forma de vestir o un dormitorio desordenado, por ejemplo. El objetivo es elegir normas que importen a largo plazo.

Compruebe el “encaje”

Las normas y los límites pueden crecer con su hijo según se vaya haciendo mayor. Una norma antigua como no salir en pareja podría cambiar a salir en pareja pero con un grupo y finalmente permitirle que salga con su pareja a solas. O una hora de llegada para el fin de semana adecuada cuando

era preadolescente podría ser una hora más tarde ahora que es adolescente. Revise sus normas cuando muestre más (o menos) madurez y responsabilidad.

Imponga consecuencias lógicas

Que su hijo experimente en la vida real las consecuencias de desobedecer una norma. Por ejemplo, si llega tarde a casa y la mañana siguiente está cansado, no permita que se levante tarde. Si le ponen una multa por exceso de velocidad, deje que él la pague, junto con cualquier aumento de precio en su seguro del auto. Quizá se lo piense mejor la próxima vez que sienta la tentación de pasarse de hora o de manejar demasiado rápidamente. 👍

Conferencias de padres y profesores

Los encuentros con los profesores de su hija contribuyen a prepararla para el éxito. He aquí algunas buenas razones para asistir a las conferencias del otoño:

- Conseguirá información de primera mano sobre el progreso de su hija. Para que la reunión sea productiva haga con antelación una lista de preguntas y preocupaciones. Refiérase a su lista durante la conferencia para cerciorarse de que menciona todo.
- Puede compartir sus ideas sobre cualquier problema en el colegio o en casa que podrían afectar el rendimiento de su hija. Por ejemplo, un divorcio o una enfermedad crónica quizá dificulten su trabajo escolar o su comportamiento.

Consejo: Si su hija asiste a la conferencia, animela a que haga preguntas, comparta sus objetivos y diga si necesita ayuda con algo en concreto. 👍



La universidad adecuada para mí

Su hija quiere ir a la universidad. ¡Estupendo! Pero, ¿cuál es adecuada para ella? Puede reducir sus opciones con estos pasos.

1. Crear una lista de preferencias. ¿Qué quiere su hija en su universidad ideal? Dígale que haga una lista de cosas imprescindibles como “un programa sólido de ingeniería” y “asequible”. Sugíerale que incluya también rasgos que le apetezcan como “en una ciudad grande” o “clima cálido”.



2. Investigar. El mejor lugar para empezar a hacerlo es su orientadora escolar. A continuación puede leer folletos y sitios web de universidades y asistir a ferias universitarias. Si fuera posible, visite con ella alguna universidad. También podría preguntar la opinión de estudiantes actuales o de graduados recientes.

3. Hacer una hoja de cálculo. Anime a su hija a convertir su lista de deseos en una herramienta

para tomar decisiones. Puede hacer una lista de características en la primera columna. Cuando considere sus opciones, debería crear una columna para cada universidad y poner una señal en el recuadro correspondiente. Verá de un vistazo qué universidades se adaptan a sus necesidades. 👍



De padre a padre

Hablar del acoso sexual

Dada la presencia del acoso sexual en los titulares últimamente, me di cuenta de que tenía que hablar con mi hijo y con mi hija de este difícil asunto.

Comentamos los tipos de comportamiento inapropiado mencionado en los artículos de noticias, como tocamientos no deseados, comentarios desagradables sobre los cuerpos de las personas y presión para hacer cosas que te incomodan.

También hablamos de las maneras de hacer frente al acoso, como buscar a un amigo de confianza o llamarme si les sucede algo en una fiesta o cuando salen en pareja. Si el acoso se produce en el colegio, deberían comunicárselo al orientador escolar o a un adulto en quien confíen.

Aunque no me resultó fácil hablar del tema, me alegro de haber iniciado la conversación. Pienso seguir recordando a mis hijos la importancia de respetar los cuerpos y las decisiones de otras personas y de que se defiendan si se sienten presionados o incómodos. 👍



P & R Mejores técnicas de estudio

P Parece que mi hijo pasa mucho tiempo estudiando, pero no le rinde nada. ¿Cómo puede trabajar con más eficacia?

R Anime a su hijo a que experimente con distintos métodos de estudio para averiguar cuál es el mejor para él.

Por ejemplo, podría leer sus libros de texto o apuntes y grabar la lectura y luego escuchar la grabación mientras hace ejercicio. También podría filmarse en vídeo mientras explica un concepto científico o un procedimiento de matemáticas. Si él y cada uno de sus amigos filman un vídeo distinto pueden compartirlos entre ellos.

¿Le gusta dibujar? Sugíerale que cree una tira cómica basada en un acontecimiento histórico o una novela. O si le gusta la música podría inventar una canción o una rima para recordar términos o fechas importantes. 👍



Observar los datos con cuidado

La afirmación: Las personas que tienen gatos de color naranja comen más pizza que las que tienen gatos negros.

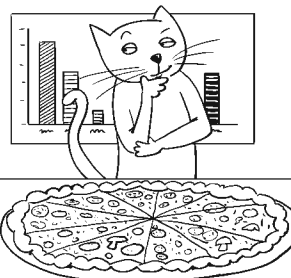
La realidad: El color de su gato y la cantidad de pizza que usted come no tienen relación alguna entre sí.

Sin embargo, es probable que su hijo encuentre una gráfica que defienda afirmaciones tan absurdas como la anterior. Piensen en celebrar una “noche familiar de la gráfica” en la que todos puedan ver que simplemente porque una gráfica indique una relación, ¡no significa que un factor sea la causa del otro! He aquí cómo.

1. Pídale a todos que busquen gráficas en periódicos o en la red que les interesen. Su hijo podría encontrar una sobre el agua limpia en distintos países o una sobre préstamos estudiantiles y etnicidad, por ejemplo.

2. Pásense las gráficas que han encontrado y que los miembros de su familia expliquen qué “ven”. ¿Qué historia cuenta cada gráfica?

3. Su hijo se dará cuenta de que puede defender distintos argumentos basándose en la misma gráfica. Esto le acostumbra a pensar críticamente y le ayudará a analizar datos en una variedad de materias. 👍



NUESTRA FINALIDAD

Proporcionar a los padres ideas prácticas que promuevan el éxito escolar, la participación de los padres y un mejor entendimiento entre padres e hijos.

Resources for Educators,
una filial de CCH Incorporated
128 N. Royal Avenue • Front Royal, VA 22630
800-394-5052 • rfeustomer@wolterskluwer.com
www.rfeonline.com
ISSN 1540-5613