

# High School YEARS

Colaborar para el éxito durante toda la vida



## Notas Breves

### Reconozca el progreso

Recompensar las notas con dinero o regalos da a entender que la única razón para conseguir las es ganar un “premio”. Use, por el contrario, expresiones sinceras de alabanza y aliento para reforzar la confianza y el éxito de su hijo. Acuérdesse también de reconocer sus esfuerzos. Se sentirá más motivado para alcanzar sus metas si ve que usted se da cuenta de sus avances.

### Vestidos para la seguridad

¿Sabe su hija que es seguro y elegante vestirse con la ropa deportiva adecuada? Puede preguntarle a su entrenadora qué equipo necesita para los deportes del colegio o los que practique por su cuenta. Dígale que busque en la red qué se recomienda para juegos o actividades informales. Los profesionales del deporte se visten con ropa que les protege y lo mismo debería hacer su hija.

### Cuelguen un mapa

Los mapas decoran mucho y sirven para iniciar conversaciones sobre gente, lugares y culturas. Sugíerale a su hijo que cuelgue un mapa en su habitación o en el pasillo de su casa. A continuación podría añadir tachuelas de colores o banderitas adhesivas para resaltar los lugares de los que aprenda algo, oiga hablar o visite.

### Vale la pena citar

“Nos ganamos la vida con lo que conseguimos. Nos forjamos la vida con lo que damos”. *Winston Churchill*

### Simplemente cómico

**P:** ¿Qué se rompe cuando lo dices?

**R:** El silencio.



## “Sí, soy responsable”

Despierte el sentido de la independencia en su hija animándola a desarrollar hábitos de responsabilidad personal. He aquí algunas estrategias.

### Ofrezca opciones

Puede que su hija no se dé cuenta de todo lo que se necesita para que un hogar funcione, así que implíquela en la toma de decisiones sobre las tareas semanales. Reúnanse una noche para hacer una lista de obligaciones y para asignar trabajos. Sus deberes podrían consistir en pasar la aspiradora a la casa, sacar la basura y vaciar el lavavajillas mientras que su hermanito tendrá otras distintas. Verá cómo sus responsabilidades encajan en el conjunto y notará que su ayuda es realmente importante.



### No corra al rescate

Es normal que los padres quieran ayudar a sus hijos. Pero su hija será más capaz cuando vea las consecuencias lógicas de sus actos. Si se le olvida su traje para el

ensayo de una obra de teatro en la escuela, por ejemplo, tendrá que ensayar sin él. Aprenderá que a veces es penoso e irritante que descuide una de sus responsabilidades y probablemente se acordará en el futuro.

### Preparada, lista, ya

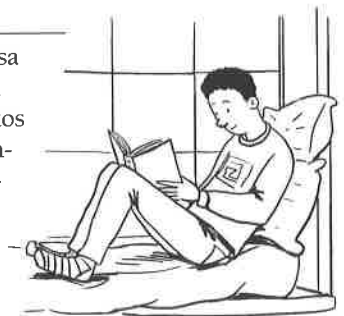
Su hija puede responsabilizarse de su jornada desde el comienzo. En lugar de salir por la puerta en plena crisis, la noche precedente podría dedicar 15 minutos a prepararse. Sugíerale que medite qué la retrasa por las mañanas (empacar la mochila, elegir la ropa) y que se ocupe de ello antes de acostarse. 👍

## Leer sobre un tema

En la secundaria su hijo tendrá que leer más prosa distinta de la ficción—lo que sus profesores llaman *textos informativos*—que cuando era más joven. Estos consejos pueden contribuir a que lea más en profundidad libros de texto, revistas, materiales de consulta, autobiografías y otro material factual.

**Comenzar por detrás.** En los libros de texto podría empezar leyendo el repaso o las preguntas de debate al final de cada capítulo. Eso le dará una idea de qué debe buscar al leer y de lo que aprenderá.

**Compartir y comentar.** Anime a su hijo a que comparta datos o ideas que le fascinen. Hágale preguntas abiertas que le ayuden a profundizar en lo que lee y a usar la información en debates de clase o en tareas escritas. 👍



## Fomente el razonamiento analítico

Cuando su hijo razona analíticamente es capaz de evaluar información, dar opiniones documentadas y tomar mejores decisiones. Pongan a prueba estas ideas para mejorar su modo de razonar, reflexionar y cuestionar la información.

**Planteen un problema.** Durante la cena, túrnense en la formulación de preguntas y de escenarios que hagan pensar. ¿Deberían costar más los zapatos de tamaños más grandes? Si se encuentra un billete de \$100 en el comedor escolar, ¿qué debería hacer con él? ¿Por qué las estrellas de cine ganan mucho más dinero que los bomberos? Su hijo tendrá la ocasión de meditar sus creencias y de debatir las de usted.



**Investiguen los datos.** Su hijo no yerra al pensar que su equipo ganará el Super Bowl, pero ¿puede explicar cómo llegó a esa conclusión? ¿Estudió a los jugadores y analizó sus habilidades? ¿Qué fuentes usó? Seguir estos pasos le ayudará a respaldar sus posiciones.

**Reconsiderar las tendencias personales.** Las personas que razonan analíticamente tienen en cuenta otros puntos de vista.

Antes de que su hijo tome una decisión, sugiérale que contraste sus ideas con alguien que no siempre esté de acuerdo con él. Empezará a pensar más allá de sus propias experiencias y tendencias. 👍



## PARA Cómo pagar la universidad

**P** Nuestra hija quiere ir a la universidad, pero no se me ocurre cómo podríamos costearla. ¿Qué deberíamos hacer?

**R** En primer lugar, anime a su hija a que tenga en cuenta varias opciones para disminuir los gastos. Podría ir dos años al colegio universitario de la comunidad antes de transferirse a una universidad de cuatro años. Podría vivir en casa. O bien podría considerar universidades con precios más bajos, como las públicas o las situadas cerca de su hogar para reducir los gastos de transporte.



A continuación pónganse a buscar ayuda económica. Para solicitar ayuda federal para los estudiantes (subvenciones, préstamos, programas de trabajo y estudio), rellenen la Free Application for Federal Student Aid (FAFSA) inmediatamente después del 1 de enero en el año senior de su hija.

Sugiérale también a su hija que solicite becas. Hay muchas disponibles y acumular varias pequeñas puede ascender a bastante. Dígale que pida consejo a su orientador escolar. 👍

### 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  
540-636-4280 • rfeustomer@wolterskluwer.com  
www.rfeonline.com  
ISSN 1540-5613

## Aprovechar al máximo las vacaciones de invierno

Las vacaciones de invierno pueden ser divertidas y productivas. Comparta con su hija estas ideas.

### Renueva tu habitación

En lugar de simplemente limpiar su habitación su hija podría reorganizarla por completo. Mover los muebles e inventar nuevos sistemas de organización permitirá que su hija ponga su propio sello en su espacio y que empiece de cero el año que viene.



### Descubre una nueva afición

Anime a su hija a que se ocupe de lo que le apasiona. Quizá pueda enseñarse a sí misma nuevas técnicas de meditación, aprender a decorar pasteles o iniciarse en la pintura. Desarrollar sus propios intereses podría llevarla a una carrera profesional o sencillamente ofrecerle distintos modos de relajarse.

### Haz el bien

Las fiestas, unas fechas en las que la gente se siente generosa, son un buen momento para establecer el hábito del servicio comunitario. Sugíérale a su hija que consulte con organizaciones como Goodwill, Salvation Army o la Cruz Roja sobre la posibilidad de trabajar como voluntarias durante las vacaciones de invierno y también después. 👍

## De padre a padre

### ¿Demasiadas redes sociales?

Observé que cuanto más tiempo pasaba nuestro hijo Jeff en las redes sociales, más triste parecía. Estaba o desanimado porque no lo invitaban a una fiesta o enojado porque sus envíos no conseguían muchos “me gusta”.

Hablé con otros padres y descubrí que no me estaba imaginando la situación. Sentirse triste a causa de las redes sociales es en realidad bastante normal. Yo mismo lo he sentido. De modo que Jeff y yo nos pusimos a pensar.



En primer lugar los dos vamos a reservar un tiempo a diario sin Facebook. Luego decidí borrar la aplicación de Facebook de mi celular para no sentir la tentación de estar constantemente mirando. Finalmente decidimos “ocultar” a amigos que suelen publicar cosas que nos molestan.

Hoy día es difícil mantenerse al margen de las redes sociales, pero Jeff y yo vamos a intentar exponernos menos a ellas y a aumentar nuestra felicidad. 👍