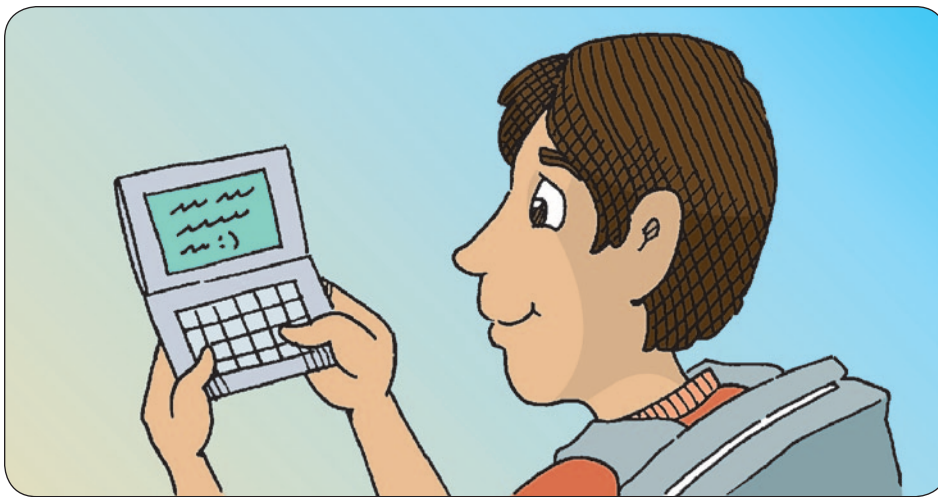


Katy Independent School District

***¡aún hacen la diferencia!***



## Los mensajes de texto pueden mantenerlo conectado con su hijo

**S**i su hijo tiene un teléfono móvil, lo más probable es que se comunique en el idioma de los jóvenes: mensajes de texto. La mayoría de los jóvenes le envían mensajes a sus amigos, pero también querrá enviarle a usted. Y esto puede ser algo muy bueno. Los mensajes de texto pueden:

- **Mantenerlo informado.** Los estudiantes de intermedia no quieren que sus amigos los escuchen hablando con sus padres. Pero sí le enviarán un mensaje de texto para decirle en dónde están, con quién y a qué hora volverán a casa.
- **Aliviar su preocupación.** Nuevamente, su hijo podría no querer contestar el teléfono. Pero usted podría enviarle un mensaje para preguntarle, “Estás atrasado. ¿Estás bien?” Probablemente le responda inmediatamente.
- **Lograr que su hijo siga sus instrucciones.** Fastidiar a su hijo para que haga su tarea o tienda

su cama seguramente hará que él se resista. Pero enviarle un mensaje de texto es algo neutro: no revela exasperación o un tono de voz irritable. Y habrá un registro escrito en su teléfono para recordarle lo que tiene que hacer. Pero tenga mucho cuidado de:

- **No evitar cualquier otra forma de comunicación.** Es necesario que usted continúe conversando con su hijo. Déjele bien en claro que le quitará su teléfono móvil si se rehúsa a hablar con usted.
- **No tener sujeto a su hijo por una correa electrónica.** Algunos estudiantes de intermedia les mandan muchos mensajes de texto a sus padres. No deje que su hijo adquiera el hábito de preguntarle a usted cosas que ya puede, y debe, averiguar solo.

**Fuente:** K. Tuttle, “Texting tips for parents and teens,” The Boston Globe, [www.boston.com/community/moms/articles/2010/09/11/texting\\_tips\\_for\\_parents\\_and\\_teens/](http://www.boston.com/community/moms/articles/2010/09/11/texting_tips_for_parents_and_teens/).

## Use la libreta de calificaciones para fijar metas y celebrar



Su hijo de la escuela intermedia acaba de llegar a casa con su libreta de calificaciones. Usted puede usar esta oportunidad para aprender

mucho si:

- **Hablan al respecto.** ¿Ha habido sorpresas, buenas o malas? Coméntenlo. Sin embargo, si está enojado por una calificación en particular, no comience a gritar. No sólo estará cerrando las puertas a toda comunicación con su hijo, sino que no logrará nada. Entonces, conserve la calma. “Estoy decepcionada por esa C en lengua. Tenemos que hablar sobre esto.”
- **Fije metas.** Aproveche la libreta de su hijo para trazar el rumbo del resto del año. Si le fue bien, hablen de qué podría hacer para mantener su rendimiento. Si tuvo dificultades, piensen en cómo podría mejorar. “Entregaste las tareas de ciencias a tiempo, pero tuviste dificultades en las pruebas. ¿Qué te parece si empiezo a tomarte la lección cada noche durante la semana anterior a una prueba?”
- **Celebre.** Un promedio perfecto es siempre una buena razón para celebrar, pero si su hijo ha trabajado mucho para subir su calificación de una C a una B, merece unas palmaditas en la espalda, ¡o porqué no un helado!

## Enséñele a su hijo a administrar el dinero con responsabilidad



Aprender a administrar el dinero no es solamente de vital importancia para la vida diaria, sino que además es una manera estupenda de ayudar a su hijo a adquirir mayor responsabilidad en general. Para que su hijo use su dinero inteligentemente:

- **Dele una mesada.** Es difícil enseñarle a su hijo a administrar su dinero responsablemente si no tiene dinero para administrar.
- **Explíquele cuáles son sus valores** respecto al dinero. La actitud que usted tiene hacia el dinero moldea, en gran parte, la de su hijo.
- **Hable de las diferencias** entre *necesitar* y *querer*. Tenga conversaciones profundas sobre la idea de *querer* y *necesitar* algo.
- **Anímelo a fijar una meta.** ¿Su hijo está desesperado por comprarse el nuevo videojuego? Sugírela que comience a ahorrar ahora mismo. Pídale que anote el precio y que calcule cuánto tendrá que

ahorrar cada semana para poder comprarlo.

- **Abra una cuenta de ahorros** para su hijo. Cada vez que reciba el extracto de cuenta, verá cuánto dinero tiene y cuánto ha recibido de interés.
- **Muéstrele, con ejemplos prácticos,** cómo elaborar un presupuesto. La próxima vez que vaya al supermercado, pídale a su hijo que lo acompañe. “Bien, tenemos \$100 y debemos comprar la comida para una semana. Hablemos sobre cómo podríamos lograrlo.”

**Fuente:** P. Richard, “15 Ways to Teach Kids About Money,” FamilyEducation.com, <http://life.familyeducation.com/money-and-kids/parenting/36332.html?detoured=1>.

**“Si bien sus hijos harán exactamente lo opuesto de lo que usted les pida que hagan, tiene que seguir queriéndolos tanto como siempre.”**

—Bill Cosby

## Una buena estrategia puede ayudar a su hijo a tomar buenas decisiones



Aprender a tomar buenas decisiones, y a enfrentar las consecuencias de las malas, es parte de crecer y madurar. Su trabajo no es decidir por su hijo. Su trabajo es enseñarle a decidir por sí mismo.

Para hacer esto, ayude a su hijo a seguir este plan de decisiones:

1. **Pídale que defina el problema.** ¿Qué decisiones tiene que tomar? Cuanto más claramente pueda definir las, más fácil le resultará tomar el camino adecuado.
2. **Pídale que explore sus opciones.** ¿Qué respuestas al problema le parecen razonables? ¿Algunas son más riesgosas que otras? ¿Qué podría perder o ganar?

3. **Pídale que considere las consecuencias.** ¿Qué se pone en juego si selecciona una opción u otra?
4. **Pídale que tome una decisión.** Cuando haya considerado el problema, no queda más que decidir. Cuando todo termine, hable con su hijo y pregúntele cómo salieron las cosas. Si su decisión fue acertada, analicen cómo podría adoptar la misma estrategia la próxima vez que tenga que resolver un problema. ¿Pero si la decisión no fue la más adecuada? Hablen de lo que podría cambiar.

**Fuente:** W. Parker, “Helping Your Children Make Good Decisions,” About.com, [http://fatherhood.about.com/od/succeedingasafather/a/good\\_decisions.htm](http://fatherhood.about.com/od/succeedingasafather/a/good_decisions.htm).

## ¿Está preparado para el primer romance de su hijo?



Aunque parezca un poco temprano, muchos niños tienen su primer novio o novia en los años de la escuela intermedia.

¿Está usted preparado para lidiar con esta situación? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas para averiguarlo:

1. **¿Ha hablado con su hijo** sobre algunas cosas esenciales, como el respeto a uno mismo, a otras personas, la gentileza y la consideración?
2. **¿Ha conservado la calma?** En la escuela intermedia, las relaciones son más amistosas que “serias.”
3. **¿Ha hablado con su hijo** sobre las reglas de esta relación?
4. **¿Demuestra respeto** por los sentimientos de su hijo?
5. **¿Le ha explicado** qué es lo que su familia considera comportamiento apropiado? ¿Ha hablado con él de las consecuencias del comportamiento riesgoso?

**¿Cómo le está yendo?**

Si la mayoría de las respuestas fueron *sí*, usted está preparado para ayudar a su hijo en esta nueva fase de su vida. Para cada respuesta *no*, pruebe la idea del cuestionario.

Escuela Intermedia  
**Los Padres**  
*¡aún hacen la diferencia!*

Ideas prácticas para que los padres ayuden a sus hijos. ISSN: 1523-1321

Para obtener información llame o escriba a:  
The Parent Institute®, 1-800-756-5525,  
P.O. Box 7474, Fairfax Station, VA 22039-7474.  
Fax: 1-800-216-3667.

O visite: [www.parent-institute.com](http://www.parent-institute.com).

Publicada mensualmente de septiembre a mayo por The Parent Institute®, una división de NIS, Inc., una agencia independiente y privada. Empleador con igualdad de oportunidad. Copyright © 2011 NIS, Inc.

Editor Responsable: John H. Wherry, Ed.D.

Editora: Rebecca Miyares.

Escritoras: Maria Koklanaris y Holly Smith.

Editora de Traducciones: Victoria M. Gaviola.

Ilustraciones: Joe Mignella.

Traductoras: Kelly Maldonado y Dolores Quintela.

## ¿Qué si su hijo se ve involucrado en una situación de 'bullying'?



El acoso, o "bullying," es un problema cada vez más serio que las familias y las escuelas deben enfrentar juntas. Hoy,

los expertos reconocen los serios efectos que tiene el acoso, como problemas académicos y emocionales.

El acoso comprende acciones o palabras crueles. Puede ocurrir en persona (como en la escuela) y desde lejos (como por Internet).

Aquí tiene qué hacer, ya sea que su hijo sea el acosador, la víctima o un simplemente un testigo:

- **Dígale a su hijo que usted** no aprueba el acoso, cualquiera sea su expresión. Esto incluye escribir comentarios hirientes en Internet o mensajes de texto. Aplique serias consecuencias si usted descubre que su hijo está acosando.
- **Promueva la supervisión** y el compañerismo. Por lo general, el acoso ocurre cuando un individuo está a solas con otro. Sugíerale a su hijo que en la escuela siempre esté en

lugares donde haya supervisión de un adulto. Si no hay adultos, su hijo siempre debería estar por lo menos con otro compañero.

- **Dígale a su hijo que** limitarse a ser un espectador cuando otra persona es víctima del acoso es casi tan malo como hacerlo uno mismo. Debería contarle a un adulto. Su hijo puede apoyar a la víctima invitándolo a formar parte de su grupo, parándose a su lado o poniéndole una mano sobre el hombro. Si su hijo se siente seguro puede hasta enfrentar al acosador, "¡Deja tranquilo a Juan! Acosar a los demás no es nada chévere."
- **Enséñele estrategias** para evitar convertirse en una víctima del acoso. Podría marcharse. Es más difícil acosar a una persona que no se queda quieta para escuchar los insultos. Puede practicar respuestas, como "Para. No me gusta."

**Fuente:** J. y R. Sommers-Flanagan, "The Buzz on Bullying," American School Counselor Association, [www.schoolcounselor.org/content.asp?contentid=282](http://www.schoolcounselor.org/content.asp?contentid=282).

## La marihuana en la preadolescencia aumenta el riesgo de otras drogas



Consumir marihuana a cualquier edad es altamente peligroso e ilegal. Pero cuanto más joven se comienza, mayor es el

riesgo. Esto es lo que reveló un estudio que realizó la Universidad Case Western Reserve de Ohio. El estudio analizó los riesgos que implica empezar a consumir marihuana antes de los 13 años. Los comparó con los riesgos de empezar en la adolescencia.

El estudio, realizado el año pasado, reveló que los niños que comienzan a fumar marihuana antes de los 13 años, tienen más probabilidades de:

- **Consumir otras drogas ilegales.**
- **Hacerse adictos.**
- **Sufrir de estrés.**
- **Tratar de cometer suicidio.**

- **Infringir las normas de tránsito.**
  - **Fumar cigarrillos.**
- Como padre, usted puede:
- **Decirle a su hijo** que usted fuertemente desapruueba el consumo de drogas ilegales y del consumo de alcohol por menores de edad.
  - **Darle el ejemplo a su hijo.** No consume alcohol en exceso o drogas.
  - **Conocer a los amigos** de su hijo. Insista en saber dónde y con quién está su hijo.
  - **Animar a su hijo a tener** un buen rendimiento escolar: la educación está vinculada a menos consumo de drogas.

**Fuente:** B. Boughton, "Preteen Marijuana Use Linked to Comorbid Substance Abuse and Psychological Disorders," Medscape Medical News, [www.medscape.com/viewarticle/720652](http://www.medscape.com/viewarticle/720652).

**P:** Mi hija de séptimo grado es una buena alumna, ¡pero lograr que haga su tarea muchas veces se siente como una tortura! ¿Qué puedo hacer para que complete su tarea sin que el episodio se convierta en una verdadera batalla campal?

### Preguntas y respuestas

**R:** Cuando se trata de las tareas, ni siquiera los expertos concuerdan. Algunos sostienen que la tarea es vital para reforzar lo que se enseñó en la clase. Otros dicen que la tarea hace que los jóvenes rechacen la escuela y pierdan el entusiasmo por el aprendizaje.

Quienquiera que tenga la razón, la realidad es que, la tarea no desaparecerá en un futuro cercano. Esto significa que usted y su hija deberán aprender a vivir con ella.

Para que la hora de la tarea no sea una terrible experiencia ni para usted ni para su hija:

- **Explíquele por qué** es importante. Hable con su hija sobre el objetivo de la tarea: le sirve para practicar lo que acaba de aprender en la clase.
- **Deje que ella asuma** más control. No, su hija no podrá decidir si quiere completar la tarea o no, pero sí puede decidir *cómo* lo hará. ¿Le gusta más trabajar en el piso de su dormitorio que sentada en su escritorio? Déjela. ¿Prefiere escuchar algo de música en vez del silencio absoluto? Encienda la radio. ¿Le resulta mejor trabajar después de la cena que antes de cenar? Está bien.
- **Participe.** Muestre curiosidad por las cosas que su hija está aprendiendo. Pídale que le enseñe algo nuevo. Si usted demuestra interés en su trabajo, tal vez ella lo haga también.

—Holly Smith,  
The Parent Institute

# Enfoque: La motivación

## Mantenga su hijo encaminado con metas y conversación



Las personas trabajan mejor si se motivan a sí mismas. Esto quiere decir que el deseo de alcanzar una meta nace

de ellos mismos, y no se produce porque alguien los amenaza con un castigo o les ofrece una buena recompensa.

Pero muchos estudiantes de la escuela intermedia todavía necesitan un poco de ayuda para sentirse motivados en lo relacionado a su trabajo escolar. Pues entonces, ayude a su hijo a lograr esto. Aquí tiene cómo:

- **Haga una lista de sus metas.** Su hijo debería hacer una lista de sus clases y, al lado de cada una, anotar sus metas. ¿Qué calificación le gustaría obtener en su próxima libreta? Anímelo a fijar una meta ambiciosa, pero realista.
- **Conversen todos los días.** Use esa lista de metas para comenzar la conversación. Háglele preguntas como, “¿Tienes tarea para esta materia? ¿Entregaste la tarea? ¿Cuándo es la próxima prueba, examen o proyecto? ¿Te devolvieron algún examen?”
- **Manténgase en contacto con los maestros.** Pregúnteles cómo le va a su hijo. Recálquele que usted, él y la escuela tienen que trabajar en colaboración. Es importante que su hijo sepa que usted y sus maestros se preocupan mucho por su rendimiento académico. Trabajar cooperativamente promueve la motivación. Creer que a nadie le interesa nada provoca desaliento.

**Fuente:** M. Whitley, “Motivating students to improve achievement,” CNN, <http://archives.cnn.com/2001/COMMUNITY/08/29/whitley>.

## Para motivar a su hijo trate de aprovechar la tecnología

¿Su hija le lanza una de esas miradas cuando llega la hora de hacer las tareas? Si es así, déjela que use la computadora para hacerla.

Los estudios revelan que los alumnos se sienten más motivados a aprender cuando participan activamente en el proceso de aprendizaje. Y una de las mejores maneras de lograr que participen es mediante el uso de la tecnología.

Su hija puede usar la computadora para escribir las palabras nuevas de vocabulario y sus definiciones. Puede escribir los apuntes después de leer una sección de su libro de texto.

Si su hija tiene un proyecto, puede navegar por Internet para averiguar los datos que necesita. Cuando su hija usa la tecnología para buscar información, los expertos señalan que ella:



- **Mejora su capacidad de analizar datos y predecir resultados.**
- **Se convierte en un alumno del “mundo real.”**
- **Mejora sus destrezas para resolver problemas.**

**Fuente:** “Using Technology to Motivate Middle School Students,” Teaching Today, <http://teachingtoday.glencoe.com/howtoarticles/using-technology-to-motivate-middle-school-students>.

## Hágale preguntas a su hijo para motivarlo a rendir mejor



Su hijo está teniendo dificultades en la escuela y usted sabe que puede rendir mejor. Quiere respuestas. Entonces lo cuestiona. Su hijo responde con monosílabos, o ni siquiera responde.

Para que su hijo mejore, es necesario que hable, y no que permanezca en absoluto silencio mientras usted le habla. Aquí hay algunas ideas:

- **Haga preguntas que promuevan el análisis y verdaderas respuestas.** No pregunte, “¿Está todo bien en la escuela?” Él le dirá sí, y la conversación habrá terminado. Diga, “Escuché que la clase de la Srta. Jones es difícil. Dime, ¿de qué hablaron la última clase?”

- **Concéntrese en lo que le preocupa, no en las críticas.** El mensaje para su hijo debería ser siempre: me preocupo por ti. Quiero conversar contigo de maneras en que podría ayudarte.
- **Piense antes de darle consejos a su hijo, particularmente consejos como, “estudia más” o “¿qué tal si pasas menos tiempo viendo tele?”** En lugar de ello, cuando su hijo le hable de un problema escolar, dígame, “Comprendo por qué estás preocupado. ¿Cómo podrías resolver este problema?”

**Fuente:** Natalie Rathvon, *The Unmotivated Child: Helping Your Underachiever Become a Successful Student*, ISBN: 0-684-80306-2, Fireside, una compañía de Simon & Schuster.