



*“Com ajudar els  
nostres fills i filles  
en els estudis”*

# SECUNDÀRIA

***Formadora: Ana Isabel del Río***

*Pedagoga i Màster en Educació per la Ciutadania i en Valors.*

*Versió materials: 2013*

<http://anaisabeldelrio.blogspot.com> Correu electrònic: [delrioanaisabel@gmail.com](mailto:delrioanaisabel@gmail.com)

## Index

<b>Presentació .....</b>	<b>3</b>
<b>Resum de les lectures que trobareu .....</b>	<b>4</b>
<b>Què podem fer les famílies per ajudar els nostres fills i filles a nivell escolar? .....</b>	<b>6</b>
<b>Com ajudar als nostres fills amb els deures</b>	<b>31</b>
<b>La televisió i els nostres fills i filles .....</b>	<b>56</b>
<b>Orientacions i guies per penjar a la nevera</b>	<b>60</b>
<b>Foment de la lectura .....</b>	<b>72</b>
<b>La relació pare-filles .....</b>	<b>79</b>
<b>Respiració conscient .....</b>	<b>81</b>
<b>Els fulls de la FaPaC .....</b>	<b>83</b>
<b>Accès als materials I-famílies .....</b>	<b>86</b>
<b>Escola de famílies, escoles de pares i mares</b>	<b>87</b>
<b>Compiladora dels materials .....</b>	<b>89</b>

# PRESENTACIÓ



Benvolgudes famílies,

La present compilació de materials amplia la xerrada que he fet al vostre centre educatiu, donat que 90 minuts són insuficients per abordar tants dubtes i interessos.

Més enllà de la **lectura dels articles que us interessin** del present material, us proposo algunes accions que poden ampliar l'acció de la xerrada sobre l'educació de la intel·ligència emocional.

1. **Difondre els presents materials** entre totes les famílies del centre, per facilitar la formació a través de la lectura, per animar a assistir a properes xerrades i per encetar noves accions formatives: trobades, reflexió,...
2. **Proposar a l'equip directiu i docents del vostre centre una xerrada-col·loqui conjunta** per parlar sobre els deures i preparació d'exàmens: com els entenen al centre, què consideren important, orientacions, etc...
3. **Participar en activitats d'escoles de pares/escoles de famílies o bé dinamitzar activitats en "petit comité"**. La trobada i el diàleg amb altres famílies enriqueix personalment i crea capital social, augmentant la cohesió dels centres educatius. Els més beneficiats són els nens i nenes del centre (la formació de les famílies incideix en el rendiment acadèmic i en el desenvolupament socioemocional dels alumnes). Adjunto algunes idees senzilles, eficaces i econòmiques per tirar endavant activitats formatives.

**Famílies:** Tot el que trobareu us pot resultar útil, però no cal oblidar que la millora del rendiment acadèmic i el benestar emocional dels nostres fills i filles depèn, des del nostre nivell d'incidència, d'aspectes molt subtils. La nostra influència és poderosa, però més enllà de la nostra participació i implicació allò que més pesa són aspectes quotidians, personals, propers... familiars:

1. **Tenir altes i raonables expectatives envers els fills i filles** i posar recursos perquè això que esperem sigui possible.
2. **Tenir un nivell de comunicació fluid i diari** (això engloba també a pares i mares que estan separats, cal que els nens i nenes parlin amb tots a diari, recuperar les trucades!). Amb un mínim de 10' diaris de comunicació íntima i propera podem marcar la diferència. Però la

comunicació és quelcom que es cultiva a llarg termini, no es pot ensenyar i aplicar com si es tractés d'una recepta. No obstant, si les coses no rutllen en aquest sentit, sempre estem a temps de recomençar i entomar allò que se'ns ha anat de les mans.

3. **Estil educatiu democràtic.** És cabdal. Per un bon desenvolupament emocional i intel·lectual, cal que les persones puguin parlar, ser tingudes en compte, participar en tot allò que afecta a les seves vides. I, per sobre de tot, un vincle segur i afectuós.

Espero que els presents materials siguin del vostre interès.

**Ana Isabel del Río**

**Podeu seguir alguns articles en matèria educativa al meu bloc:**  
<http://anisabeldelrio.blogspot.com/>

## GUIA DE LECTURA

Els continguts responen a dubtes generats a les xerrades i són generalment compartits a molts centres:

1. **Família i escola: què podem fer les famílies per ajudar els nostres fills i filles a nivell escolar? Documents que adjunto:**
  - *¿Qué pueden hacer los padres para ayudar a sus hijos a tener éxito en los centros educativos?* Materials de l'OCDE, basats en les proves PISA de 2009.
  - **Famílies, escola i èxit.** Dossier de premsa de la Fundació Jaume Bofill que versa sobre la relació entre les dues entitats i la seva influència en l'èxit escolar. D'interès per famílies i docents. Més a: [Fundació Jaume Bofill](#)
  - *La participación de la familia en la educación secundaria.* Southwest Educational Development Laboratory, Estats Units. Edició en castellà.

2. **Com ajudar els nostres fills i filles amb els deures.** Materials del Ministeri d'Educació [http://ntic.educacion.es/w3//recursos2/e\\_padres/](http://ntic.educacion.es/w3//recursos2/e_padres/)
3. **La televisió i els nostres fills i filles:** 27 consells i més.
4. **Orientacions i guies per penjar a la nevera.** Aquest materials tenen el seu origen als Estats Units, per tant, poden donar problemes a l'hora d'imprimir. Aconsello imprimir aquests fulls d'un en un si el text no es llegeix bé. Molts dels continguts procedeixen d'una altra realitat cultural i social. Es fan servir girs lingüístics que no coneixem. Tenen costums diferents en relació a les escoles i el context social i legislatiu és diferent, però les evidències científiques en què es basen moltes de les orientacions són sòlides i reconegudes internacionalment.
5. **Foment de la lectura.** Com aconseguir que els/les nostres fills/es siguin bons lectors i bones lectores: per què és tan important ser un/a bon lector/a, què podem fer els pares, com motivar-los, consells i orientacions.
6. **Articles propis, procedents del meu bloc. Adjunto un sobre la relació pare-filles i un altre sobre respiració conscient.** <http://anaisabeldelrio.blogspot.com.es/>
7. **Accès als fulls de la FaPaC, no us els perdeu!**
8. **Accès a les càpsules I-Famílies, de la FaPaC**
9. **Escoles de famílies, escoles de pares.** Un petit escrit que us he elaborat per tal d'encoratjar a escoles i famílies a formar-se, reflexionar, parlar d'allò que els angoixa o preocupa sobre l'educació de fills i filles. Us animo a crear xarxes de relacions riques i múltiples per tal d'acollir a les famílies de tots i cadascun dels nenes i nenes del centre. Ells necessiten prop seu a les seves pròpies famílies, per ser acompanyats, orientats i recolzats des de casa i des de el centre.



# PISA

## IN FOCUS

# 10

education policy education policy education policy education policy education policy education policy education policy

## ¿Qué pueden hacer los padres para ayudar a sus hijos a tener éxito en los centros educativos?

- Los estudiantes de 15 años cuyos padres leen a menudo libros con ellos durante su primer año de Educación Primaria tienen puntuaciones significativamente más elevadas en PISA 2009 que los estudiantes cuyos padres leen con ellos con poca frecuencia o nunca.
- La ventaja en cuanto al rendimiento entre los estudiantes cuyos padres les leen en sus primeros años de escolaridad es evidente, independientemente de los antecedentes socioeconómicos de la familia.
- La dedicación de los padres a sus hijos de 15 años está estrechamente asociada a un mejor rendimiento en PISA.

En su mayoría, los padres saben, instintivamente, que dedicar más tiempo a sus hijos e implicarse de manera activa en su educación les proporcionará una gran ventaja en la vida. Pero, como muchos padres tienen que hacer malabarismos a la hora de hacer compatible las demandas del trabajo con las del hogar, parece que nunca hay suficiente tiempo. Además, con frecuencia los padres son reacios a ofrecer a sus hijos ayuda con las tareas escolares porque piensan que les faltan algunas de las habilidades que permitirían influir en el éxito de sus hijos en la escuela.

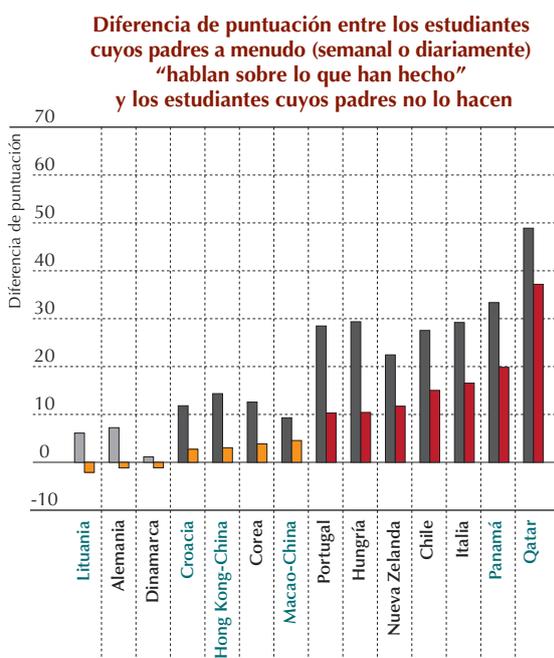
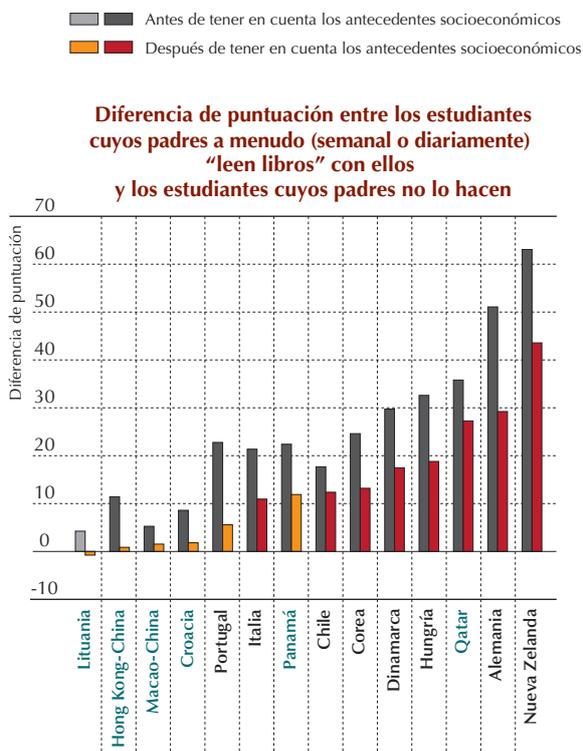
La buena noticia que obtenemos de los análisis de los datos de PISA es que no hace falta tener un doctorado ni dedicar una infinidad de horas para que los padres influyan en los resultados. De hecho, muchas actividades entre padres e hijos que están asociadas a un mayor rendimiento en la lectura suponen relativamente muy poco tiempo y ningún conocimiento especializado. Eso sí, lo que exigen estas actividades es un auténtico interés e implicarse activamente.

### Una dedicación temprana proporciona dividendos más adelante...

La evaluación PISA 2009 no recogió datos solamente de los estudiantes y de los directores de los centros escolares, sino que también formuló preguntas a los padres de los estudiantes. Algunas de estas preguntas estaban centradas en los tipos de actividades que hacían los padres con sus hijos cuando éstos cursaban su primer año de Educación Primaria; otras preguntas se centraban en las actividades a las que se dedicaban los padres con sus hijos en el momento de la evaluación de PISA, o sea cuando los hijos tenían 15 años.



## Apoyo de los padres al comienzo de la Educación Primaria



Nota: los valores estadísticamente significativos están marcados en un tono más oscuro.  
 Los países están clasificados en orden ascendente de diferencias de puntuación después de tener en cuenta los antecedentes socioeconómicos.  
 Fuente: OCDE, Base de datos PISA 2009, Tablas II.5.3 y II.5.4.

Las respuestas de los padres muestran una estrecha relación entre su dedicación a sus hijos y la implicación de éstos en actividades relacionadas con la lectura durante el primer año de Educación Primaria y su rendimiento en lectura a los 15 años. Los estudiantes cuyos padres informaron que habían leído un libro con sus hijos "todos los días o casi todos" o "una vez o dos por semana" durante el primer año de Educación Primaria consiguieron puntuaciones significativamente más altas en PISA 2009 que los estudiantes cuyos padres informaron de que "nunca o casi nunca" o sólo "una o dos veces al mes" habían leído un libro con sus hijos. Como promedio, en los 14 países para los cuales hay datos disponibles, la diferencia es de 25 puntos, el equivalente a más de medio año escolar; pero esta diferencia va desde 4 puntos en el país asociado Lituania hasta 63 puntos en Nueva Zelanda.

... independientemente de los antecedentes socioeconómicos de la familia.

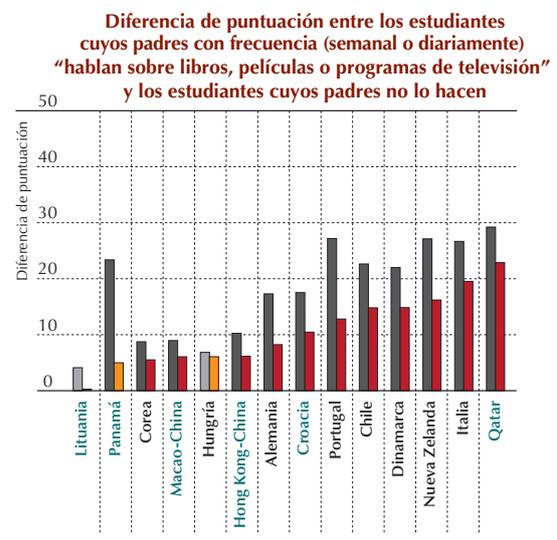
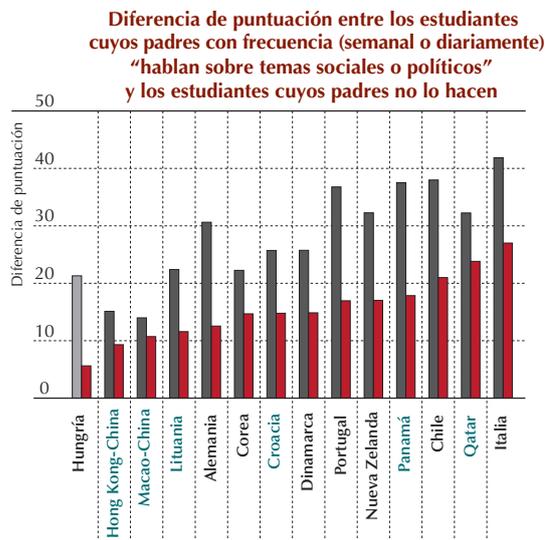
Las diferencias en el rendimiento que están asociadas a la dedicación de los padres reflejan en parte las diferencias en los antecedentes socioeconómicos de las familias, puesto que, como promedio, los estudiantes de familias aventajadas desde un punto de vista socioeconómico disfrutaron de un ambiente más propicio para un aprendizaje diverso, incluyendo el tener padres más involucrados. Sin embargo, incluso cuando se compara a estudiantes de antecedentes socioeconómicos similares, aquellos estudiantes cuyos padres les leían libros regularmente cuando estaban en el primer año de Educación Primaria tienen una puntuación 14 puntos más elevada, como promedio, que los estudiantes cuyos padres no lo hicieron.



Curiosamente, los diferentes tipos de actividades entre padres e hijos tienen diferentes relaciones con el rendimiento en lectura. Por ejemplo, como promedio, la diferencia de puntuación en lectura que se asocia a la implicación de los padres es mayor cuando los padres leen un libro con sus hijos, cuando hablan acerca de lo que han hecho durante el día y cuando les cuentan historias. La diferencia de puntuación es menor cuando la dedicación de los padres consiste en jugar con sus hijos a juegos relacionados con el alfabeto.

## Apoyo de los padres cuando el estudiante tiene 15 años

■ Antes de tener en cuenta los antecedentes socioeconómicos  
 ■ Después de tener en cuenta los antecedentes socioeconómicos



Nota: los valores estadísticamente significativos están marcados en un tono más oscuro.

Los países están clasificados en orden ascendente de diferencias de puntuación después de tener en cuenta los antecedentes socioeconómicos.

Fuente: OCDE, Base de datos PISA 2009, Tablas II.5.3 y II.5.4.



# PISA

IN FOCUS

Los estudiantes nunca son demasiado mayores para beneficiarse del interés que tienen sus padres por ellos.

Los resultados de PISA muestran también una fuerte asociación entre algunas actividades entre padres e hijos, cuando los hijos tienen 15 años, y el rendimiento en lectura según PISA. Por ejemplo, los estudiantes cuyos padres hablan sobre temas políticos o sociales con ellos ya sea semanal o diariamente tienen 28 puntos de ventaja, como promedio, sobre aquellos cuyos padres hablan de estos temas con menos frecuencia o nunca. La ventaja en cuanto al rendimiento es mayor en Italia (42 puntos) y menor en la economía asociada Macao-China (14 puntos). Cuando se tienen en cuenta los antecedentes socioeconómicos, la ventaja en cuanto a la puntuación desciende, pero sigue siendo importante (16 puntos) y se observa en todos los países y economías participantes, excepto Hungría. Los hallazgos de PISA muestran también que otras actividades entre padres e hijos, como “hablar de libros, películas o programas de televisión”, “hablar acerca de cómo les va a los hijos en la escuela”, “sentarse juntos a la mesa para comer” y “dedicar tiempo simplemente a hablar con los hijos”, están asociadas también con un mejor rendimiento del estudiante en lectura en la escuela.

En resumen: todos los padres pueden ayudar a sus hijos a desplegar todo su potencial dedicando tiempo a hablar y a leer con ellos, sobre todo, y especialmente, cuando son muy pequeños. Los profesores, las escuelas y los sistemas educativos deben estudiar cómo pueden ayudar a los padres, que están muy ocupados, a desempeñar un papel más activo en la educación de sus hijos, tanto dentro como fuera de la escuela.

**Para más información**

**Contacte con** Francesca Borgonovi ([Francesca.Borgonovi@oecd.org](mailto:Francesca.Borgonovi@oecd.org))

**Consulte** Informe PISA 2009: Superación del entorno social: Equidad en las oportunidades y resultados del aprendizaje (Vol. II)

Visite  
[www.pisa.oecd.org](http://www.pisa.oecd.org)

**El próximo mes**

¿Cómo se adaptan los sistemas educativos al creciente número de estudiantes inmigrantes?

DOSSIER DE PREMSA

**FAMÍLIES, ESCOLA I ÈXIT.  
MILLORAR ELS VINCLES PER MILLORAR ELS RESULTATS**

Jordi Collet i Antoni Tort  
(coordinadors)

Juliol 2012

## Presentació

**A Catalunya, és clau que s'abordi el tema de la millora de les relacions entre centres educatius i famílies per les grans potencialitats que té per a la millora del sistema, dels processos educatius i dels seus resultats.**

Les relacions entre escoles i famílies són de gran rellevància educativa, social i política a Catalunya i, en general, a Europa i a tot el món occidental actual. Els professors de la Universitat de Vic Jordi Collet i Antoni Tort són els autors de l'informe que presentem i que recull les principals recerques i les contribucions que es van presentar al seminari que va comptar amb la participació permanent d'una trentena de persones expertes de l'àmbit català (del Departament d'Educació, la Diputació de Barcelona, la FaPaC, els Moviments de Renovació Pedagògica, mestres, professorat, recercadors, etc.) i amb quatre ponències de reconeguts experts, que van emmarcar el tema.

## 1. Conclusions principals:

- a) La quantitat i la qualitat dels vincles entre docents i famílies influeixen de manera important en el clima del centre escolar, en el clima de l'aula i, finalment, en els resultats acadèmics.
- b) Existeixen evidències científiques de per què la millora dels vincles entre docents i famílies millora també els resultats acadèmics. La recerca internacional (OCDE. *Let's read them a story*, 2012) estableix una relació clara entre una família implicada en l'escolaritat dels fills/es i la millora dels resultats acadèmics, sigui quina sigui la classe social o l'ètnia familiar.
- c) El fet que les famílies "sentin i visquin" l'escola i l'institut com a part del "nosaltres", des de la "proximitat", incrementa les possibilitats d'èxit acadèmic i de millora dels resultats escolars de tot l'alumnat, especialment d'aquell provinent de contextos més vulnerables (Xavier Bonal).
- d) Cal trencar alguns estereotips i prejudicis molt estesos en l'àmbit escolar i familiar que no faciliten la confiança i el treball compartit. Hem detectat quatre barreres de desconfiança mútua i de culpabilització dels uns envers els altres: "les famílies deleguen a l'escola l'educació dels fills" ; "els mestres no es preocupen dels alumnes", etc.
- e) La nostra proposta canvia el pes de la responsabilitat de les famílies al centre educatiu. Per això, ens centrem en com les escoles i instituts innoven en l'organització, la comunicació, etc. amb les famílies com a factor clau per millorar el vincle amb aquestes.
- f) Obtenen millors resultats els centres educatius que estableixen un projecte compartit per promoure i facilitar la implicació parental en l'escolaritat. Són claus d'èxit educatiu elements com ara la quantitat i qualitat de la comunicació formal i informal entre docents i famílies; la participació de les famílies en activitats, classes i trobades a l'escola; la planificació conjunta entre docents i famílies del treball escolar a casa, etc. (Anne Henderson i Karen Mapp per al National Center for Family and Community Connections with School, EUA).
- g) **No tots els programes d'implicació parental tenen impactes positius:** analitzant aquest tipus de programes als EUA, l'impacte no sempre és l'esperat i cal treballar molt en la seva avaluació per evitar efectes perversos com poden ser la clientelització dels centres o l'augment de les desigualtats entre famílies més actives i aculturades i altres de menys familiaritzades amb el context escolar (Desimone i Abouchaar, 2003).

**h)** Vistes aquestes evidències, proposem que els centres educatius:

- Es plantegin com estan actualment les relacions entre docents i famílies: Quin és el rol de cadascú? Quin és el lloc de cada agent? Com són les relacions actualment?

- Proposin un pla amb actuacions concretes per a la millora de les relacions entre centres i famílies, especialment per part dels docents i que es consensui amb les famílies.

- Avaluin el pla i avancin en la millora dels vincles entre docents i famílies.

## 2. Millorar la relació família escola per millorar els resultats de l'alumnat

a) **Objectiu: assolir l'èxit escolar de tothom, especialment dels alumnes de les famílies més allunyades de la cultura escolar.** L'informe se situa en la perspectiva de la millora dels processos i els resultats educatius, especialment centrada en la necessitat de vincular els infants, joves i famílies més vulnerables al sistema escolar (equitat) a través de la transformació, la innovació i la millora dels centres educatius.

b) **El camí que es proposa per aconseguir-ho és la millora dels vincles entre docents i famílies, començant per canviar la cultura i l'organització escolar per facilitar aquesta millora.** Són molt nombrosos, especialment als Estats Units, els programes que busquen millorar la implicació familiar en la tasca educativa. Un dels projectes més potents és FAST (Families and Schools Together)<sup>1</sup> que es duu a terme a 46 estats nord-americans i a 5 països més.

La nostra proposta canvia el pes de la responsabilitat de les famílies al centre educatiu. **Per això, ens centrem en com les escoles i instituts innoven en l'organització, la comunicació, etc. en relació amb les famílies com a factor clau per millorar el vincle amb aquestes.** Aquest camí de "canviar escoles en relació amb les famílies per millorar els resultats acadèmics", s'ha seguit poc tot i que s'ha començat a mostrar eficaç en projectes i recerques per millorar els processos i els resultats acadèmics. Ex: **La Mallette des Parents (França)** on es constata que l'apropament de l'institut a les famílies ha fet millorar els resultats acadèmics i ha encoratjat el govern francès a proposar el projecte a centenars de *collèges*. El programa implica la posada en marxa per part dels docents d'una important estructura i unes pràctiques quotidianes i reflexives d'acollida, d'informació, de reunions, d'entrevistes i d'atenció a les famílies.

c) **Quan parlem de vincles entre centre educatiu i famílies, estem dient que es poden millorar en les dimensions següents:**

- *Comunicació.* Com fer arribar més i millor informació a totes les famílies a través de les diferents formes de comunicació: web - blogs, correu electrònic, cartes, fulletons, cartells...

---

<sup>1</sup> <http://www.familiesandschools.org/>

- *Expectatives i creences mútues.* Abandonar idees negatives sobre els altres agents educatius i promoure respecte, empatia i diàleg entre iguals.
- *Reunions.* Com millorar l'assistència, la utilitat i els resultats de les reunions d'inici curs, de final, les que són de cicles o específiques, etc.
- *Entrevistes.* Com millorar el plantejament, les habilitats comunicatives dels docents, el nombre d'entrevistes per curs, els objectius, etc.
- *Contactes informals.* Com fer-los més fluids i accessibles, com fer que siguin generadors de confiança i comunicació mútua, com superar barreres culturals i lingüístiques, etc.
- *Canvis en la cultura i l'organització escolar.* Transformacions en els espais i temps escolars. Organització de les entrades i sortides del centre educatiu de manera que facilitin el contacte entre docents i famílies; adaptant els temps escolars als continguts; establir un espai per a les famílies dins de l'escola obert sempre; etc.
- *Presència dels progenitors dins l'escola i l'aula.* Com s'avança cap a una presència més gran dels familiars en tasques de suport, en activitats docents puntuals o habituals, etc.? Com dèiem, cal innovar en elements clau de la "cultura escolar" com són l'organització dels temps, els usos dels espais, el ritme de les activitats, els rols dels docents-infants-famílies, etc. per facilitar una major presència i rellevància de totes les famílies a l'escola.
- *Relació amb els continguts.* Com es treballa perquè totes les famílies tinguin la possibilitat de donar suport als seus fills i filles en relació amb les tasques escolars al llarg del curs, les activitats d'estiu, les activitats culturals i de coneixement, ...
- *Tutoria.* Com la tutoria esdevé un espai de pont entre els infants i joves, els docents i les famílies que ajudi a compartir el projecte educatiu.
- *Espais de govern de l'escola.* Com s'integren les famílies en els espais de poder dels centres (Consell Escolar, etc.) com a part fonamental de l'escola i no com a "agents externs". I com tractar les famílies com a primer espai socialitzador i coresponsable de l'educació amb l'escola i no com a "pacients".
- *AMPA.* Com des dels centres docents es dóna suport a les AMPA i les seves tasques i funcions.
- *Altres elements.* Com es construeixen relacions amb la comunitat, com s'estableixen continuïtats de temps educatius (escola, família, lleure, esport, veïnatge ...) , com s'elabora la carta de compromís, etc.

Les dimensions es basen en la recerca: Joyce Epstein; Garry Hornby; el Harvard Family Research Project; l'informe "*La place et le rôle des parents dans l'École*"; l'informe del National Center for Family and Community connections with schools.

**d) Existeixen barreres per millorar aquest vincle entre docents i famílies en aquestes dimensions. Cal trencar alguns estereotips i prejudicis molt estesos en l'àmbit escolar i familiar que no faciliten la confiança i el treball compartit (barreres):**

- "*Les famílies no formen part de l'escola*". Com exposen, per exemple, Kherroubi (2008) o Monceau (2009), alguns discursos docents situen les famílies fora de l'escola, com un element extern. En aquestes mateixes i altres recerques, es constata la necessitat de reconèixer que els centres educatius d'educació obligatòria estan formats per infants i joves, famílies i docents. I cal que tots tres agents trobin el seu lloc i construeixin unes bones relacions amb els altres agents al centre educatiu.

- "*Les famílies han dimitit d'educar i deleguen l'educació a l'escola*". En la recerca de Francesc Pedró (2008) sobre el professorat de primària i secundària català, allò que valoraven els docents de manera menys satisfactòria de la seva tasca era la participació de les famílies al centre i en la tasca educativa. Les famílies i l'heterogeneïtat de l'alumnat eren percebuts com els dos elements que més dificultats generaven a la tasca professional dels docents. Però aquesta visió no correspon a la realitat. El que han canviat són les formes familiars, els estils educatius parentals, etc., però l'atenció, el temps i la inversió educativa en els fills és tant o més gran que fa vint o trenta anys, com s'exposa tant en recerques qualitatives (Lahire, 1995) com quantitatives (Sayer, Bianchi, i Robinson, 2004; Torrubia i Doval, 2009; etc.). Per construir un bon vincle, cal partir de la realitat que les famílies són les primeres educadores i responsables dels infants i que cal un pacte de coresponsabilitat entre iguals amb el centre educatiu per treballar junts per l'èxit del menor.

- "*Els mestres no es preocupen dels alumnes*". Malgrat que aquest és un prejudici recurrent, sempre que es pregunta a les famílies pel seu grau de satisfacció amb la tasca docent, el resultat és molt alt, tant a Espanya (Marchesi i Pérez, 2005; Feito, 2011) com a Catalunya (Torrubia i Doval, 2009). Se situa al voltant del 8 sobre 10 la nota mitjana que les famílies posen als docents en aspectes com el nivell acadèmic, l'educació moral i cívica, la relació amb el tutor/a o la implicació del professorat en la tasca docent. Per tant, podem dir que segons les famílies, aquest tipus de prejudicis sobre els docents no corresponen a la gran majoria dels mestres i professorat. El que cal és trobar les vies per al diàleg i la construcció d'un projecte compartit amb les famílies, en una relació entre iguals.

- *El treball amb famílies "no és cosa dels mestres"*. Ja són moltes les experiències a Catalunya en les quals el "fer de mestre" i el "ser escola", inclou de manera ineludible un treball important amb les famílies i la comunitat (comunitats d'aprenentatge, escoles sistèmiques, escoles rurals, escoles d'educació viva i activa, escoles d'educació lenta, escoles amb projectes singulars, escoles lliures, etc.). La reflexió i les experiències en aquestes desenes d'escoles, així com, per exemple, els documents dels Moviments de Renovació Pedagògica de Catalunya, constaten la necessitat social i educativa de repensar què vol dir "fer de mestre" i "ser escola". Cal que tot allò que sigui construir vincle amb famílies i comunitat –treball en xarxa (Collet, 2009)–, passi a ser un element central de la seva tasca habitual si volem aconseguir l'èxit acadèmic de tots els infants i joves.

- *"Els docents o les famílies han de fer el que l'altre agent vol"*. "Les famílies creuen que estem al seu servei", assenyala el professorat. "Les mestres ignoren les nostres opinions sobre l'escola", diuen mares i pares." Cal construir un diàleg equilibrat entre iguals que no respongui a la lògica "l'altre ha de fer el que jo vull", sinó de compartir projecte educatiu per als infants en el marc de la institució escolar.

## e) PROPOSTES I RECOMANACIONS

a) *Formadors/res*: a la formació del professorat de totes les etapes educatives, tant la inicial com la continuada, cal considerar centrals els elements sobre com treballar per un bon vincle entre docents, famílies i comunitat. I transversals, els que qüestionen el "fer de mestre" i el "ser escola/institut" tradicionals.

b) *Docents - centres escolars*: analitzar de manera rigorosa la quantitat i qualitat dels vincles amb les famílies i la comunitat i proposar un pla conjunt de millora d'aquests vincles consensuat amb les famílies. Un pla en el qual la primera responsabilitat d'innovació i canvi és dels docents com a professionals i dirigents del centre educatiu.

c) *AMPA i famílies*: promoure el debat a cada centre sobre com són els vincles entre docents i famílies i quin és el lloc de les famílies a l'escola i institut. Fomentar l'elaboració d'un pla de millora dels vincles i donar rellevància al rol de les famílies dins del centre.

d) *Administracions*: incloure les famílies i la comunitat com a agents clau en tots els debats i actuacions educatives. Promoure i recolzar de manera molt decidida les innovacions experimentals en els centres docents de totes les etapes de cara a millorar els vincles amb les famílies. I, posteriorment, estendre com a pràctica imprescindible, els "plans de millora dels vincles amb les famílies" a cada centre docent.

### 3. El context català: línies d'acció de present i futur

Fins al moment, a Catalunya hi ha quatre grans línies de projectes per a la millora dels vincles entre docents i famílies:

- 1) D'una banda, totes les activitats, projectes, formacions, webs... que s'han promogut i es promouen des del Departament d'Ensenyament i els seus diferents projectes i actuacions.
- 2) D'altra banda, tot el treball i els projectes a nivell municipal, sovint recolzats des de les diputacions i els consells comarcals.
- 3) En tercer lloc, tota la feina de formació i suport que es fa des de les AMPA i les federacions de pares i mares d'alumnes.
- 4) I, finalment, també hi ha una línia de treball que es porta a terme des de centres educatius amb projectes singulars que han inclòs el repensar i "repracticar" els vincles amb les famílies com un element important del seu projecte de centre (comunitats d'aprenentatge, escoles d'educació viva i activa, escoles d'educació lenta, etc.).

Partint de la trajectòria i els aprenentatges que tots aquests interessants àmbits de treball per a la millora dels vincles entre docents i famílies han generat i segueixen generant, es poden llistar les propostes següents:

Nom	Què? Actuacions i propostes	Qui? Agents implicats	Com? Metodologia
<b>Comunicació multinivell</b>	Pensar sistemes de comunicació per tal que la informació del centre educatiu arribi a totes les famílies independentment de la seva llengua o capital cultural.	- Docents - Direcció - AMPA - Pares i mares "enllaç" amb famílies no catalanoparlants	- Web i informació per via electrònica - Sistema d'informació relacional i personal - Aprofitar els espais informals - Model comunicatiu clar i amb resums en altres llengües
<b>Reunions útils i centrades en l'alumne</b>	Fer reunions més dinàmiques, útils, interactives i centrades en l'alumne.	- Docents - Famílies	- Fer parts generals per a la informació i concretes a l'aula amb les famílies - Fer reunions diverses (cicle, curs, inici, final, etc.) de formats diferents

<b>Entrevistes</b>	Fer més i millors entrevistes.	- Docents - Direcció - Famílies	- Formar els docents sobre com fer entrevistes - Preparar-les rigorosament - Evitar que siguin un "memorial de greuges" contra l'infant o la família - Fer-ne tres al llarg del curs - Oferir a cada família un docent que faci de referent per a tots els fills
<b>Contactes informals horaris "flexibles"</b>	Potenciar els espais informals de comunicació entre docents i famílies.	- Docents - Famílies	- Entrades i sortides "tranquil·les" de l'escola. Donar temps a l'infant per ubicar-se i als docents i les famílies per comunicar-se
<b>Presència dels progenitors dins l'escola i l'aula</b>	Promoure la proximitat de totes les famílies amb tot el que té a veure amb l'escola, a partir de la seva presència al centre (moments puntuals i habituals).	- Direcció - Docents - Famílies - Comunitat	- Entrades i sortides més "tranquil·les i flexibles" - Implicar els progenitors en moments puntuals (festes, jornades, classes especials, "setmana des famílies", etc. - Implicar les famílies de manera habitual: comissions, suport a la docència - grups heterogenis, etc.
<b>Canvis en l'organització i la cultura escolar</b>	Promoure canvis en l'organització escolar dels espais, dels temps, de les relacions, etc. que facilitin l'apropament amb les famílies	- Direcció - Docents	- Flexibilitzar els temps escolars adequant-los als continguts i les necessitats educatives - Canvis en els espais fent-los més flexibles (grups d'edats diferents, espais diferents ...) - Agrupacions heterogènies i treball cooperatiu
<b>Relació amb els continguts</b>	Contextualitzar els sabers escolars en els sabers familiars.	- Direcció - Docents	- Valoritzar els sabers i coneixements de les famílies del centre i la seva comunitat - Introduir elements d'aquests sabers al currículum a través de la interacció amb les famílies - Contextualitzar els sabers escolars a partir de realitats quotidianes de les famílies i els infants.

<b>Tutoria</b>	Potenciar l'espai de tutoria com un espai de (re)coneixement entre docents, alumnes i famílies	- Direcció - Docents - Famílies	- Coneixement de l'entorn, les famílies, el territori ... - Vincle entre aquest i els continguts escolars - Tutoria com a espai de debat, formació ... en col·laboració amb les famílies.
<b>Presència de les famílies als espais de govern del centre</b>	Fomentar una presència activa, crítica i constructiva de les famílies als espais de govern, poder i decisió de l'escola	- Direcció - Famílies	- Rol actiu i preponderant de les famílies al Consell Escolar - Comissions del Consell Escolar mixtes amb poder de decisió - Prestar atenció a tots els tipus de famílies i les seves demandes (també als grups amb menys veu)
<b>AMPA</b>	Donar suport logístic i organitzatiu a les AMPA	- Direcció	- Facilitar espais i recursos tècnics per a les tasques de l'AMPA - Debatre amb AMPA la continuïtat del projecte educatiu al voltant dels serveis que ofereix: menjador, acollida, extraescolars ...
<b>Altres</b>			- Fomentar el vincle del centre amb el territori - Fer un treball de qualitat i participació al voltant de la carta de compromís educatiu - Establir continuïtats educatives amb altres espais i agents.

#### 4. I ara què? La recerca "Escoles, famílies i èxit acadèmic" en marxa

La Fundació Jaume Bofill està duent a terme una recerca des d'inicis del curs 2011-2012 per tal de respondre a la pregunta sobre els efectes de la millora dels vincles de relació família-escola en els resultats educatius de l'alumnat. La recerca parteix de la hipòtesi clau: la millora dels vincles entre centres d'educació obligatòria i les famílies pot contribuir, a través de la millora dels processos educatius, el clima d'aula i de centre, també a la millora dels resultats acadèmics?

D'aquesta pregunta inicial se'n deriven altres preguntes de recerca:

- Quina és la "cultura l'organització escolar" i la pràctica quotidiana en els centres educatius a Catalunya en relació amb les famílies?
- Quins elements (discursius, organitzatius, pràctics) dificulten o faciliten les diferents implicacions de les famílies a les escoles?
- Quins àmbits i quins canvis en la cultura escolar amb relació a les famílies poden tenir més impacte en la millora dels resultats?

Per respondre aquestes i altres preguntes estem duent a terme **durant els cursos 2011-2012 i 2012-2013 una recerca sobre estratègies de millora a 8 centres educatius de primària i secundària del país**, que han acceptat de treballar i millorar per tal de veure si, amb la seva millora, també incrementen els resultats acadèmics.

- Els investigadors **acompanyen els claustres d'aquests 8 centres en un procés participat i rigorós per arribar de definir i implementar estratègies de millora dels vincles amb totes les famílies.**
- L'objectiu final, una vegada transcorreguts aquests dos cursos, és **avaluar la capacitat d'impacte d'aquestes millores en el clima d'aula, de centre i els resultats acadèmics de l'alumnat.** I extreure propostes útils per la millora en d'altres centres.
- **Els 8 centres que han acceptat participar en el projecte són:** Escola Mare de Déu del Mont (Girona); Escola Les Moreres (Flaçà); Escola Farigola (Seva), Escola Jesuïtes El Clot (Barcelona), Escola Salvador Llobet (Granollers), Escola de Girona, Escola Pia Nostra Senyora - Secundària (Barcelona) i Institut d'Osona.
- Els investigadors són els equips de recerca de la Universitat de Vic (Jordi Collet, Antoni Tort, Mar Beneyto, Josep Castillo, i Gemma Rebollo) i de la Universitat de Girona (Xavier Besalú, Jordi Feu, Núria Felip, Albert Quintana i Mario Montero).
- Els primers resultats s'esperen el juliol de 2013.

## 5. Preguntes per al debat públic

- a) Quin és el rol i el lloc de les famílies a l'escola? El treball amb famílies és una part central del "fer de mestre"? En quins termes?
- b) Quin model de "fer de mestre" estem construint? Quin rol hi té el treball i els vincles amb famílies i entorn?
- c) Per què quan les famílies pregunten per l'educació dels fills i filles, els docents ho viuen com una crítica? Per què quan els docents parlen de modificacions organitzatives (jornada intensiva, etc.) les famílies ho viuen com un problema injustificat? I, per tant, quins espais de trobada i diàleg entre iguals cal construir de manera generalitzada als centres d'educació obligatòria per tal que docents i famílies puguin comunicar com esperen que educui l'altre agent i com fer-ho més conjuntament?
- d) Com es poden construir aliances entre docents i famílies per afavorir l'èxit escolar i educatiu, assumint les pròpies responsabilitats, afavorint noves legitimitats des de la coresponsabilitat i evitant la culpabilització mútua?

# La participación de la familia en la educación secundaria

## Lo que la escuela puede hacer para apoyar la participación de la familia

Por Chris Ferguson y Victor Rodríguez

**P**or lo general, cuando los padres intentan hablar con sus hijos adolescentes acerca de la escuela, las respuestas que reciben son cortas y poco informativas. Los adultos, ya sean maestros o miembros de la familia, han tomado esto como muestra de rechazo. Sin embargo, los estudios en este campo muestran que, de hecho, los adolescentes sí desean interactuar con sus padres, al igual que con otros adultos, y desean que éstos se involucren en sus vidas (Duffett & Johnson, 2004).

Los educadores también han dado por sentado que los padres no están involucrados o muy interesados en el progreso de sus hijos adolescentes. Sin embargo, Shaver y Walls (1998) han encontrado que los padres sí desean estar involucrados en la vida de sus hijos adolescentes, independientemente de su nivel económico u origen étnico. Los padres no siempre tienen éxito, de tal forma que tienden a ser un poco cautelosos en sus acciones. El asunto central de la participación de la familia en la escuela al nivel de educación secundaria es determinar la clase de interacciones adultas que permitan no sólo que los adolescentes tengan cierta autonomía y respeto sino que cumplan además con las necesidades de la familia y la escuela.

Al nivel de primaria, las familias comúnmente ayudan con la tarea, acompañan a sus hijos durante el almuerzo en la escuela, sirven como voluntarios y son una presencia visible y bien aceptada en la escuela. En comparación, la participación exitosa al nivel de secundaria podría incluir reuniones especiales para comunicar información acerca de exámenes o estrategias para la preparación de exámenes; discusiones sobre la planeación de educación post-secundaria; participación en un equipo para mejorar el desempeño escolar; o talleres diseñados para enseñar estrategias para hacer las tareas o métodos para abordar los asuntos propios de la adolescencia. La participación al nivel de secundaria es, con frecuencia menos visible, aunque igualmente valiosa. Los estudios (Henderson & Mapp, 2002) demuestran que los procesos fundados en la familia que apoyan el aprovechamiento académico de los jóvenes incluyen interacciones donde la familia:

- **habla con frecuencia con el adolescente acerca de la escuela;**
- **ayuda en los planes para una educación post-secundaria, y**
- **los mantiene enfocados en el aprendizaje y en la tareas durante el año escolar.**

Para líderes escolares como la Sra. Cortez en la Exposición escolar, el asunto es, ¿cómo pueden las escuelas apoyar y promover la participación de la familia en la educación secundaria?

### EXPOSICIÓN ESCOLAR

La Sra. Cortez, directora de una secundaria urbana, y su consejero principal, el Sr. Thomas, acaban de regresar de una reunión realizada en la oficina central con el coordinador del programa para la participación de padres de familia del distrito. Ante la exigencia de un equipo de trabajo especial creado por el superintendente, el consejo directivo del distrito escolar acaba de adoptar una nueva política respecto a la participación de la familia al nivel de secundaria. Todas las secundarias del distrito crearán una metodología que involucre a las familias en el apoyo al aprendizaje estudiantil y que se base en los recursos que las familias puedan aportar a las escuelas. Tiene que estar implementado para funcionar el año siguiente. Es ya la primavera.

Cuando la Sra. Cortez y el Sr. Thomas hablan de este nuevo mandato con los maestros coordinadores al día siguiente, éstos no se oponen a la idea, pero no saben cómo implementarla. La Sra. Cortez les pregunta si alguien ha leído un artículo o asistido a alguna conferencia sobre el tema recientemente. El Sr. Thomas dice que él acaba de leer un artículo acerca de la participación de la familia al nivel de secundaria. El artículo dice

## EXPOSICIÓN ESCOLAR *Continuación*

que las escuelas secundarias tienen que pensar acerca de la participación de la familia de manera muy distinta. Necesitan ayudar a que las familias ofrezcan el apoyo para el aprendizaje estudiantil y hacer de la educación continua una meta para todos los estudiantes. ¡Y, todo esto tiene que ocurrir mientras se trabaja con adolescentes rebeldes! Una maestra pregunta si acaso creen que pueden hacer que los chicos anhelan quedarse en la escuela tanto como el interés que tienen en un par de tenis de marca reconocida. Todos se ríen, pero están de acuerdo en lo que dice esta maestra.

Otro maestro comenta cómo ayudó a un estudiante al principio de la semana señalándole cómo deberían sus padres llenar una sección de la solicitud de ingreso a la universidad. El grupo estuvo de acuerdo en que los estudiantes necesitaban más ayuda con la preparación al ingreso de la universidad.

El Sr. Thomas dice que él y otros consejeros les han sugerido a los estudiantes que visiten las universidades lo más pronto posible ya que reducir sus opciones a unas cuantas universidades facilita el proceso al no tener que llenar tantas solicitudes. Sin embargo, esta información no les ha llegado a los padres de familia. Después de unos cuantos minutos de discusión, el grupo se pone de acuerdo. Los estudiantes y sus familias necesitan más información sobre la solicitud de ingreso a la universidad y de la ayuda financiera. Uno de los maestros pregunta, “¿No sería éste un buen punto donde empezar una colaboración significativa entre las familias, los estudiantes y el personal docente?”

En cuestión de minutos, el grupo empieza a elaborar un plan en borrador. El grupo está trabajando con entusiasmo, cuando la señora Cortez les pregunta, “¿No creen que deberíamos involucrar a las familias y los estudiantes si se supone que este proyecto debe ser en colaboración con todos?” Se escuchan muchas risas. Uno de los maestros comenta que no hay nada como el dar a un grupo de maestros un problema a resolver: “Nuestra tendencia es dar la solución al problema de inmediato, ¿no es verdad?”

El señor Thomas sugiere que empiecen otra vez. En esta ocasión llevan a cabo una lluvia de ideas sobre un tema diferente: ¿Quién deberá estar involucrado en la planeación de un programa para apoyar a familias y estudiantes sobre sus planes futuros? Deciden que desean tener una lista diversa de estudiantes, representantes de las familias, personal escolar y miembros de la comunidad que podrían servir en un comité para explorar las posibilidades. Reducen la lista a 15 nombres y luego dividen los

nombres entre los maestros para distribuir la tarea de llamar a todos por teléfono.

La siguiente pregunta es qué hacer en la primera reunión. El grupo rápidamente llega a un consenso sobre dos asuntos. Primero, necesitan que todos en la reunión valoren la importancia de la participación de la familia en la planeación del futuro de los estudiantes de secundaria. Segundo, necesitan que los miembros de la familia se interesen y que participen en la iniciativa.

Varios de los miembros del personal sirven de voluntarios para trabajar en una actividad para ilustrar la necesidad de que la familia participe a este nivel. Su escuela ahora requiere que todos los programas nuevos estén basados en investigación. Antes de promover este proceso, necesitan estudiar que investigación se ha realizado en esta área e identificar otras escuelas que podrían servir de ejemplos para este programa.

Otro miembro del personal ofrece una consideración más para la planeación. Comenta que cuando alguien la invita de manera personal a que sea parte de un proyecto, esto la hace sentirse bien al poder contribuir su tiempo y energía. Otros miembros del personal asienten con ella. Pronto, el grupo decide adoptar estrategias específicas para crear una cultura de aceptación para los padres de familia:

1. **Respetar a los padres como aliados iguales.**
2. **Valorar las contribuciones potenciales de los padres.**
3. **Invitarlos y hacer sentir bien a los padres en la escuela y esta nueva iniciativa.**

Conforme van armando la actividad inicial y empiezan a comunicarse con las familias, el grupo mantiene estas tres estrategias en mente. Su plan pudo haber empezado exclusivamente con el personal de la escuela, pero su intención actual es convertirlo en un plan que involucre a toda la comunidad relacionada con la escuela.

La Sra. Cortez está muy bien impresionada y satisfecha con la respuesta tan positiva de su personal académico y su buena voluntad en considerar a los padres de sus estudiantes como colegas en este esfuerzo. Sin embargo ella está consciente que éste es sólo el principio. A todos, incluyéndola a ella, los maestros, estudiantes y familias; les espera mucho trabajo para implementar un programa para la secundaria que involucre a las familias de los estudiantes de la secundaria, que tenga éxito.

# Lo que hay que considerar

## La participación de las familias en la educación secundaria

**A** la Sra. Cortez se le entregó un proyecto increíblemente grande para ser completado en un espacio de tiempo muy corto. Para lograrlo, ella empezó presentando el concepto a un grupo selecto del personal, los alentó a hablar acerca de las necesidades del programa; y lo más importante, los ayudó a ver la importancia de involucrar a los estudiantes y sus familias en el proceso. Habría sido más fácil para ella haber permitido que los maestros líderes planearan y completaran el proyecto como estaban listos para hacerlo, antes de que ella preguntara si sería conveniente involucrar a las familias de los estudiantes en el proceso. Si ella hubiera tomado la vía rápida y más sencilla, el esfuerzo habría representado la voz solamente del personal de la escuela, sus necesidades y expectativas. Esto le habría restado la aceptación y el interés de todos los interesados en el éxito académico de los estudiantes.

Al incluir a la familia del estudiante en la etapa de planeación e implementación, los educadores pueden ampliar el alcance del trabajo y aumentar los recursos para la escuela y los estudiantes. Mientras la familia tiene una variedad de oportunidades para participar, la escuela toma la responsabilidad de proporcionar un programa balanceado y los padres se comprometen en maneras que les son significativas, según les permite su trabajo y su vida familiar. (Ritenour, 2004). Gutman y Midley (2002) encontraron también que aunque la participación de la familia como único factor en el desempeño académico podría tener poco significado, cuando se combina con el apoyo de maestros, un sentido de pertenencia por parte de los estudiantes, y una participación significativa de la familia, puede resultar en un impacto significativo en la experiencia educativa del estudiante.

Así como la Sra. Cortez se enfocó en un objetivo específico para su escuela, otras escuelas se beneficiarán al limitar el ámbito del trabajo, especialmente, al empezar con una iniciativa nueva. Por ejemplo si el problema es bajo rendimiento en las tareas, la escuela podría enfocarse en cómo ayudar a los padres a trabajar con su estudiante en la casa en su tarea. Cuando los padres saben cómo ayudar con la tarea el resultado puede ser un desempeño más alto en cuanto al logro académico para el estudiante (Balli, Deom, & Wedman, 1998).

Si la escuela decide concentrarse en lo que los estudiantes harán después de terminar la preparatoria, quizás podrían trabajar con miembros de la familia para alentar a sus hijos a asistir a la universidad. Cuando hay un esfuerzo conjunto, entre la escuela y la casa, para promover la educación después de la preparatoria, los estudiantes tendrán mayor probabilidad de hacer planes para continuar su educación después de graduarse de la escuela, sin importar los antecedentes de la familia (Fan & Chen, 1999).

Una revisión de la investigación reciente (Henderson & Mapp, 2002), defiende la postura de que las escuelas secundarias y las preparatorias deben promover:

Proporcionar talleres o conferencias sobre:

- **Temas que sugieran los padres, como la creación de estrategias positivas de disciplina y el apoyo de los hijos en situaciones de crisis.**
- **Información acerca de opciones de programas, los requisitos para la graduación, horarios de exámenes, y opciones para la educación después de la preparatoria y cómo planear para esto.**
- **Información acerca de cómo financiar la educación postsecundaria y cómo solicitar ayuda financiera.**
- **Explicación de los cursos que deben tomar los estudiantes para estar preparados para la universidad o para otras oportunidades educativas después de graduarse.**

## Lo qué hay que considerar *Continuación*

Contactar a las familias de manera regular a través de:

- **Llamadas regulares por parte de los maestros para comentar de algo positivo de sus hijos en la clase, no sólo cuando haya problemas.**
- **Reuniones con maestros para hablar del progreso de los estudiantes y de lo que están aprendiendo, especialmente cuando se relaciona a sus planes futuros.**
- **Llamadas por teléfono, correos electrónicos u otro contacto con los padres acerca de las expectativas del siguiente año escolar y actividades durante el verano para fomentar una relación con cada familia.**

Animar la participación de la familia en la escuela ofreciendo:

- **oportunidades para visitar y observar clases y tours de la escuela.**
- **visitas a la escuela del siguiente nivel donde puedan conocer otras familias y los programas de la nueva escuela y que la familia y el estudiante tengan oportunidad de hacer preguntas.**



## En la práctica

**E**n cada uno de los cuatro resúmenes creados por el National Center for Family and Community Connections with Schools de SEDL, los autores incluyen recomendaciones para la creación de programas efectivos basado en los estudios incluidos. En el resumen del 2002, *A New Wave of Evidence: The Impact of School, Family, and Community Connections on Student Achievement*, Henderson y Mapp recomiendan las siguientes estrategias para ayudar al personal escolar a desarrollar conexiones de la familia y la comunidad con la escuela.

### **1** **Para ayudar a la familia a ayudar a sus estudiantes a planear para el futuro**

*Los consejeros o los maestros pueden:*

- *Realizar talleres mensuales para los estudiantes de grados superiores y sus familias. Cada tema del taller podría estar dedicado a un aspecto específico de la planificación para la universidad.*
- *Planear una serie de talleres para los estudiantes de grados inferiores y sus familias durante la primavera cuando los estudiantes hacen sus selecciones de cursos para el año siguiente.*
- *Planear una serie de eventos de exploración de carreras para los estudiantes de noveno grado, poniéndose de acuerdo con negocios locales. Estos eventos podrían incluir visitar a alguien en su trabajo por parte de los estudiantes, la exploración de carreras, y la selección de cursos. Los estudiantes tienen una comprensión limitada de lo que realmente se tratan la mayoría de los trabajos y por lo tanto es difícil para ellos tomar decisiones para el futuro. Esta clase de eventos les permite adquirir una imagen más realista del trabajo al que quisieran dedicarse.*
- *Coordinar con los consejeros de la escuela secundaria para realizar varios eventos de planificación en la primavera para alumnos de octavo grado y sus familias. Estos eventos podrían enfocarse en la selección de clases y la planificación para el futuro.*

*Los maestros pueden:*

- *Crear tareas especiales que requieran que los estudiantes hablen con su familia, con empresarios, o con otras personas de la comunidad acerca de su futuro. Por ejemplo, los estudiantes pueden hacer un informe investigativo en la clase de historia acerca de la diferencia en los requisitos entre un trabajo de hace 30 años y uno similar de hoy en día; en matemáticas, los estudiantes pueden entrevistar a un ex estudiante o un pariente o amigo mayor que haya ido a la universidad, acerca de los costos de la universidad y crear un presupuesto para sus propias metas; o en la clase de inglés, los estudiantes pueden crear un periódico con artículos sobre ex estudiantes que se hayan graduado de la universidad.*

*Los padres pueden:*

- *Darse tiempo para hablar con sus hijos de manera regular, para que se enteren de lo que está pasando en la escuela. Cuando los padres preguntan qué hizo su hijo en la escuela, la respuesta es generalmente “nada”, pero si preguntan cómo les fue en una prueba, o una tarea específica, o algún evento especial, la respuesta que reciban será más informativa.*
- *Trabajar con sus hijos para establecer metas cada año. Esto requerirá que los padres aprendan sobre los requisitos y los diferentes planes que hay para graduarse.*

## 2 **Para ayudar a las familias en su apoyo a la instrucción académica**

*Los consejeros pueden*

- *Realizar talleres para familias para explicarles el informe de la escuela y ofrecerles un panorama general de las expectativas de las pruebas para los estudiantes.*
- *Trabajar con los maestros para proporcionar a la familia reportes sobre contenido de cursos, para que los estudiantes puedan hacer mejores decisiones en su selección de cursos.*

*Los maestros pueden*

- *Invitar a la familia a observar las estrategias de enseñanza para que ellos puedan ayudar a su estudiante en casa.*
- *Organizar eventos por área académica para las familias sobre matemáticas, ciencias, u otras áreas para que puedan ayudar a su estudiante en casa. Generalmente, estos eventos utilizan un enfoque central de aprendizaje para hacer partícipes a los miembros de la familia y los estudiantes en la resolución de un problema complejo o en la exploración del contenido. Esta es una oportunidad ideal para comprometer a las familias en procesos interactivos y enseñarles lo que se está enseñando a los estudiantes.*
- *Llamar a la familia para preguntarles si necesitan ayuda con la tarea de sus hijos. Estas llamadas pueden ser utilizadas para ayudar a determinar talleres para la familia para ayudarlos en el apoyo del aprendizaje estudiantil.*
- *Publicar las tareas, calendarios, y las fechas de exámenes electrónicamente, para que las familias estén informadas de cuándo los estudiantes necesitan estudiar más o quizás necesiten ayuda.*

*Los padres pueden*

- *Monitorear el progreso del estudiante diariamente para determinar cuándo su estudiante necesita ayuda o si es hora de que la familia solicite ayuda para poder a su vez, ayudar a su estudiante.*
- *Crear un directorio de teléfono para ayudar a todos los padres a mantenerse informados acerca de los eventos o actividades escolares.*
- *Participar en los equipos de apoyo creados por la escuela.*

### **Para más ideas sobre esta estrategia**

The **Coalition of Essential Schools** proporciona recursos vía su sitio de Internet para ayudar a los maestros y familias a trabajar con adolescentes. Su revista *Horace* contiene ideas y sugerencias de cómo trabajar con adolescentes. Esta revista está disponible en papel, sin embargo hay copias electrónicas en [essentialschools.org](http://essentialschools.org).

#### **CES National**

1814 Franklin St., Suite 700

Oakland, CA 94612

510-433-1451

<http://www.essentialschools.org>

## Para más ideas sobre esta estrategia *Continuación*

**Middle Ground**, una publicación de la **National Middle School Association** contiene anécdotas y estrategias sugeridas para programas exitosos para escuelas secundarias. Aunque todo está relacionado a la enseñanza en el nivel de secundaria, la publicación de agosto del 2004 está dedicada a artículos que tratan de las conexiones de familia y comunidad con las escuelas.

### **National Middle School Association**

4151 Executive Pkwy., Suite 300  
Westerville, OH 43081  
800-528-NMSA (6672)  
614-895-4730  
<http://www.nmsa.org>

La página web del **Parent Institute** contiene dos boletines informativos que ofrecen información que los maestros pueden compartir con las familias o que las familias pueden revisar por sí mismas. Un boletín está escrito para la secundaria y el otro para la preparatoria. Estos documentos están disponibles en español e inglés y pueden ser descargados sin costo alguno.

### **The Parent Institute**

P.O. Box 7474  
Fairfax Station, VA 22039-7474  
800-756-5525  
703-323-9170  
<http://www.parent-institute.com/hcl/>

## Investigación relacionada

---

Hay numerosos estudios que exploran la participación exitosa de la familia al nivel de secundaria. Los estudios reportados aquí representan varios diseños de investigación: estudios comparativos, encuestas al azar, y otros métodos descriptivos. Aunque cada estudio proporciona datos comparativos o es rico en descripción de los asuntos y los factores que influyen en la participación de la familia al nivel de secundaria, sin embargo, no proporcionan evidencia empírica acerca de qué estrategias de intervención pueden influir positivamente en el desempeño del estudiante que se encuentra en ensayos aleatorios de control.

Como se indica en la introducción de este reporte, los educadores y las familias suponen que los estudiantes de secundaria no desean que su familia se involucren en la escuela, y que la familia no ve la necesidad de estar involucrada al nivel de secundaria. Este estudio ofrece un panorama más claro de lo que desean y necesitan los estudiantes y sus familias. En 2004, la Fundación Wallace

comisionó un informe de Public Agenda para explorar “la voz” del “consumidor” sobre el tiempo pasado fuera de la escuela de los padres y estudiantes (pág. 7). Utilizando la tecnología digital de llamadas al azar, Duffett y Johnson realizó encuestas telefónicas con 609 estudiantes, de los grados 6 al 12 y 1,003 padres de familia o tutores de estudiantes de kinder al 12o grado de toda la nación y aplicaron

un cuestionario a diez grupos de enfoque. Aunque el informe cubre una gran variedad de temas, varias conclusiones se relacionan directamente a las ideas asociadas con este reporte:

- 1) La mayoría de los jóvenes creen que las actividades organizadas son buenas, y ellos reconocen que necesitan a veces un empujón para estar involucrados (pág. 10).
- 2) Las actividades y los programas que se enfocan al aprendizaje son de interés para los estudiantes y padres de familia, sin importar su estado económico de bajo ingresos y si pertenecen a una minoría (pág. 13).

**Duffett, A. & Johnson, J. (2004).** *All work and no play? Listening to what kids and parents really want from out-of-school time.* New York: The Wallace Foundation. <http://www.wallacefoundation.org/WF/>

En dos estudios publicados por el Center for Research on the Education of Students Placed At Risk (CRESPAR), los investigadores exploraron la participación de la familia al nivel de secundaria. Ambos estudios usaron información del estudio National Education Longitudinal Study of 1988 (NELS:88) del National Center for Education Statistics (NCES). Los investigadores entrevistaron a 13,580 padres de estudiantes que cursaban el último año de la preparatoria y que habían tomado parte también en el estudio original (NELS:88) que recolectó encuestas completas de aproximadamente 24,000 padres. Catsambis y Garland (1997) encontraron que conforme los estudiantes pasaban por la secundaria hacia la graduación, los padres no dejan de estar involucrados en la vida escolar de sus hijos, sino que cambian su papel poniendo menos atención a la conducta diaria del estudiante hacia las expectativas educativas para sus hijos. En un segundo reporte del estudio, Catsambis (1998) limitó su estudio para explorar si esta participación paternal tiene un impacto académico conforme los estudiantes progresaban del octavo al duodécimo grado. Ella encontró una alta correlación entre el nivel de comunicación acerca de la selección académica de cursos y el número de créditos logrados por el estudiante, al igual que una mayor inscripción en cursos de alto nivel. En un tercer reporte usando el mismo estudio (NELS:88)

e información de seguimiento de 1992, Catsambis (2001) reportó que los estudiantes de octavo grado se beneficiaban de la ayuda familiar con o sin supervisión del hogar; sin embargo, los estudiantes del décimo grado no lograron avanzar tanto por esta clase de intervenciones. Esto refleja la necesidad que tienen las familias y el personal escolar de usar varias estrategias para la participación de la familia que vayan de acuerdo con las necesidades y edad de los hijos.

**Catsambis, S., & Garland, J. E. (1997).** *Parental involvement in students' education during middle school and high school.* (CRESPAR Report 18). Baltimore, MD: Johns Hopkins University. ED423328. <http://www.csos.jhu.edu/crespar/reports.htm>

**Catsambis, S. (1998).** *Expanding knowledge of parental involvement in secondary education: Effects on high school academic success* (CRESPAR Report 27). Baltimore, MD: Johns Hopkins University. ED426174. <http://www.csos.jhu.edu/crespar/reports.htm>

**Catsambis, S. (2001).** Expanding knowledge of parental involvement in children's secondary education: Connections with high school seniors' academic success. *Social Psychology of Education, 5*, 149–177.

Van Voorhis (2001) estudió 6 clases de sexto y octavo grado que recibieron estrategias de intervención para tareas del programa TIPS (Teachers Involving Parents in Schoolwork) y 4 clases que no recibieron las intervenciones. Basado en su comparación, ella encontró que cuando las escuelas utilizan un modelo para ayudar en las tareas, hay un aumento en la participación de la familia en casa. Ella indica que si las escuelas desean un aumento en la participación efectiva de los padres, éstas necesitan crear una estructura formal que ayude a los padres en el apoyo del aprendizaje estudiantil.

**Van Voorhis, F. L. (2003).** Interactive homework in middle school: Effects on family involvement and science achievement. *The Journal of Educational Research, 96*(6), 323–338.

Chris Ferguson y Víctor Rodríguez son miembros del personal programático del National Center for Family and Community Connections with Schools de SEDL.

The National Center for Family and Community Connections with Schools es un proyecto de la organización Southwest Educational Development Laboratory (SEDL en inglés).

Copyright ©2006 by the Southwest Educational Development Laboratory. This publication was produced in whole or in part with funds from the Institute of Education Sciences, U.S. Department of Education, under contract #ED-01-CO-0009. The content herein does not necessarily reflect the views of the Department of Education, any other agency of the U.S. government, or any other source.

## Referencias citadas, páginas 1 al 4

---

Dentro de este documento, las descripciones de los conceptos y recomendaciones surgen tanto de la investigación pasada como de estudios actuales. Las referencias incluidas en esta sección reflejan ambas clases de literatura.

- Balli, S. J., Demo, D. H., & Wedman, J. F. (1998).** Family involvement with children's homework: An intervention in the middle grades. *Family Relations, 47*(2), 149–157.
- Duffett, A. & Johnson, J. (2004).** *All work and no play? Listening to what kids and parents really want from out-of-school time.* New York: The Wallace Foundation.
- Fan, X., & Chen, M. (2001).** Parental involvement and students' academic achievement: A meta-analysis. *Educational Psychology Review, 13*(1), 27–61.
- Gutman, L. M., & Midgley, C. (2000).** The role of protective factors in supporting the academic achievement of poor African American students during the middle school transition. *Journal of Youth and Adolescence, 29*(2), 223–249.
- Henderson, A., & Mapp, K. (2002).** *A new wave of evidence: Family and community connections with schools.* Austin, TX: Southwest Educational Development Laboratory.
- Ritenour, D. (2004).** Beyond the booster club: Connecting schools, families, and communities at the secondary level. *SEDL Letter, 16*(2), 15–17.
- Shaver, A. V., & Walls, R. T. (1998).** Effect of Title I parent involvement on student reading and mathematics achievement. *Journal of Research and Development in Education, 31*(2), 90–97. EJ561992.

## Estudios relacionados con este informe de estrategias

Usted puede encontrar más información e investigación sobre este tema en la base de datos de publicaciones del National Center for Family and Community Connections with Schools en “The Connection Collection,” en <http://www.sedl.org/connections/resources/bibsearch.html>. Si busca información acerca de la organización de la participación de la escuela, familia y comunidad, las palabras útiles para ello son: **middle school, high school, y secondary.**



**National Center for Family and  
Community Connections with Schools**

211 E. 7th St., Suite 400  
Austin, TX 78701-3253

NONPROFIT ORGANIZATION U.S. POSTAGE PAID AUSTIN, TX PERMIT NO. 314
--

# Com ajudar als nostres fills i filles en els seus estudis

---

A partir d'aquest punt es troben els materials de la pàgina web del *Ministerio de Educación de España*, pàgina web *ESCUELA DE PADRES*. A través de la pàgina web podreu accedir a altres materials sobre temes d'interès per les famílies. Molt interessant.

*Per accedir: [http://ntic.educacion.es/w3//recursos2/e\\_padres/](http://ntic.educacion.es/w3//recursos2/e_padres/)*

**Els diferents articles que trobareu:**

- 1. Cómo ayudar a nuestros hijos en los estudios.**
- 2. Papel de la motivación en el aprendizaje**
- 3. Dificultades más frecuentes en el estudio**
- 4. ¿Qué hay sobre el fracaso escolar?**
- 5. ¿Problemas entre los hijos y el colegio?**
- 6. ¿Para aprender hay que esforzarse?**



PARA ENCONTRAR EL DOCUMENTO EN FORMATO WEB SEGUIR EL ENLACE:

[http://ntic.educacion.es/w3//recursos2/e\\_padres/html/losestudios.htm#](http://ntic.educacion.es/w3//recursos2/e_padres/html/losestudios.htm#)

### ● **Cómo ayudar a nuestros hijos en los estudios**

La tarea educadora de los hijos es un derecho y deber primario que tienen los padres. El resto de las instituciones que aparecen a lo largo de la escolaridad de un niño tratan de educarlo por delegación implícita que hacen los padres de ese derecho primero. Pero delegar una tarea, no quiere decir olvidarse, es por ello, que los padres no pueden omitir el derecho y deber primero a la educación de sus vástagos.

La interrogante que surge es. ¿cómo ayudar a nuestros hijos en los estudios?, a esta pregunta vamos a tratar de darle respuestas:

#### **1.- Creando un ambiente de estudio en casa**

El ambiente que nos rodea es la influencia que tiene en nosotros el entorno que nos rodea. Watson uno de los iniciadores del conductismo en psicología, ya decía: "Dadme un niño y podré hacer de él o un criminal o un santo". Con ello quería poner de manifiesto la influencia decisiva que tiene el entorno que nos rodea en la personalidad o en la manera de conducirnos. Somos lo que hemos aprendido a ser.

Crear un ambiente no es la actuación de unos días concretos, sin continuidad de manera esporádica para tratar de conseguir unos objetivos educativos. Crear un ambiente significa una actuación sistemática, perseverante para conseguir los objetivos marcados.

¿Cómo se crea el ambiente de estudio?:

- Incidiendo desde todos los planos posibles para conseguir el objetivo, es decir, desde los valores a fomentar, ser laboriosos, ser constante en las tareas, valorar el esfuerzo, etc.
- Cuidando los detalles materiales que favorezcan el trabajo: que exista un sitio para estudiar, este lugar deberá reunir algunas condiciones mínimas del tipo de las siguientes: aislamiento de ruidos y cosas que distraigan; iluminación suficiente; silla y mesa de trabajo funcionales para las tareas que se realizan normalmente.
- Respetando los padres el tiempo de tareas sin interferir con otros encargos que puedan surgir, que la televisión no esté puesta en el tiempo de trabajo, etc.
- Creando hábitos de estudio, es decir, repitiendo siempre el mismo horario de estudio, de trabajo.. en un ambiente de silencio.
- Aprovechando los padres el tiempo de estudio para realizar ellos, si es posible, diversos trabajos que tengan pendientes para que sus hijos los puedan ver como modelos que van por delante y son dignos de imitar.
- Teniendo un material base para el estudio: diccionarios, enciclopedias, libros de consulta.
- Promoviendo para el tiempo libre actividades que tengan que ver con la cultura, con la lectura, con el afán de saber más.

## 2.- Los padres han de ir por delante en su afán por la cultura

Si los padres tienen, por ejemplo, curiosidad intelectual, afán de saber y afición por la lectura, serán un ejemplo estimulante para el estudio de sus hijos.

**La preocupación de los padres por los temas culturales, su afán por saber y afición por la lectura, se convierte en un buen estimulante para el estudio de sus hijos.**

Los padres tienen que preguntarse hasta qué punto fomentan, sobre todo con el ejemplo, la cultura familiar. En este punto puede surgir la pregunta de cómo van a hacerlo, si los padres posiblemente no tienen el nivel de estudios idóneo, no son universitarios, y apenas pueden responder a las preguntas que les plantean sobre las dudas en las

tareas escolares. En este punto hay que decir, que los hijos no piden un profesor particular en los padres, sino la coherencia en su preocupación por los temas culturales, su sensibilidad ante lo artístico, el afán de saber que han mostrado en su trayectoria personal. Son manifestaciones de esa sensibilidad cultural, la existencia de una biblioteca familiar, las revistas que entran, las conversaciones que se tienen, etc.

## 3.- Manteniendo una estrecha colaboración con el tutor y profesores de los hijos

Padres y profesores están metidos en una misma tarea: la educación de los niños, por ello, se ha de tirar unos y otros en la misma dirección y se precisa de una colaboración mutua.

En este punto como en tantos otros, hemos de estar en el término medio, no pasarse por un extremo ni por el otro. Hemos de estar en contacto con los profesores, pero no podemos estar un día si y otro no requiriendo información del profesor sobre cómo va nuestro hijo, porque ello puede resultar agotador para el profesorado. Tampoco hemos de pasarnos por el otro extremo, el no aparecer por el centro, el que nos desconozcan, por mucho que requieran nuestra presencia.

Término medio puede ser una entrevista en cada evaluación, en otros casos que nuestro hijo requiere una tutorización mayor por el colegio y los padres, la periodicidad de la reunión puede ser una vez al mes.

Los aspectos que se pueden tratar en esas entrevistas pueden ser:

- Intercambiar información sobre la forma de ser: conducta del hijo estudiante: que capacidades mentales tiene más y menos desarrolladas y cómo las usa.
- Qué disposición tiene hacia el estudio: ir tirando con el mínimo esfuerzo, muestra interés o no, es perseverante en lo que se propone o enseguida abandona...
- Cómo estudia: qué dificultades principales encuentra en la realización de su trabajo, en qué necesita mejorar en concreto.
- Que valores son los que se insiste en casa, y cuáles son los que se proponen en el centro.

Esta información del centro educativo se obtiene sobre todo a través de entrevistas periódicas entre padres y profesores. Conviene que los padres acudan a dichas entrevistas habiendo pensado que tipo de información necesitan y qué tipo de información pueden, a su vez, facilitar al tutor o a los profesores.

Conviene fijarse conjuntamente algún objetivo común para la actuación de los padres y del centro. Conviene que sea preciso y medible, para que en la próxima entrevista que se tenga, empezar por la revisión del objetivo marcado, cómo ha ido, qué dificultades han surgido, cómo adaptarlo para ahora, etc.

En el intercambio de información bidireccional entre padres y profesor, ocurrirá que el profesor o los padres no pueden proporcionar la información sobre algún dato concreto que se le pide. Esto es perfectamente comprensible. Pero los padres no deben por ello renunciar a conseguir lo que se proponían. Pueden pedir al tutor que consiga esa información para la entrevista siguiente, bien a través de su observación personal, bien a través de otras personas de entre las que trabajan en el centro educativo (profesores de las diferentes asignaturas, psicólogo, etc.).

#### 4.- Orientando a los hijos en el manejo de las técnicas de estudio

Los buenos resultados en el estudio depende de querer estudiar, saber estudiar y hacerlo, es decir nos estamos refiriendo a la motivación, a las técnicas de estudio y a la fuerza de voluntad para realizar lo previsto.

Ahora nos vamos a referir a la importancia de tener la suficiente competencia en el manejo de las técnicas de estudio. Éstas son el instrumento del trabajo intelectual, y de igual modo que si quisiéramos tener un jardín arreglado necesitamos de un instrumental: azada, rastrillo, tijeras.... para realizar nuestro propósito, de igual modo nuestra inteligencia necesita de un instrumental para ser eficaz en el estudio. Por otra parte, nuestro método de estudio siempre es perfeccionable, siempre algo se puede hacer mejor con el menor esfuerzo, mejor y en el menor tiempo posible.

Hay que decir que el primero y principal instrumento que se necesita para el estudio es la lectura, de manera que nuestro hijo tenga las suficientes habilidades en comprensión, velocidad y entonación correcta en la lectura. Si este aspecto básico no se ha desarrollado en su momento con la suficiente eficiencia, posteriormente será la causa originaria del fracaso escolar que aparecerá.

Otras técnicas de estudio que nuestro hijo debe manejar adecuadamente son:

- Saber organizarse el tiempo.
- Saber hacer esquemas, resúmenes.
- Saber subrayar un texto.
- Pasos a seguir para estudiar un tema.

Es muy probable que en el centro educativo haya un plan de acción tutorial en el que figurarán la impartición a los alumnos de las técnicas de estudio, pero a veces no se practica lo suficiente, y los padres tienen que suplir en ello.

Así pues, la primera tarea es detectar en qué falla nuestro hijo, los defectos de estudio más comunes son: memorismo, estudiar sólo para el examen, dependencia excesiva del profesor y del libro de texto (falta de iniciativa), no saber distinguir lo importante de lo secundario, dificultad para expresar oralmente y por escrito, dificultad para relacionar y sintetizar conocimientos, mal uso del tiempo...

Una vez que entendemos en qué falla y en qué hay que actuar, habrá que hacer un plan para tratar de superar esos puntos débiles.

#### 5.- Animando al estudio sin sermonear

Hay que empujar al estudio sin que se note, sin sermonear, ya que el insistir en un mensaje con oportunidad y sin ella en los adolescentes, puede ser contraproducente. Sermoneamos en la medida que insistimos demasiado en un punto sin que sea el momento oportuno para ello.

Hemos de valorar el esfuerzo y la dedicación de nuestro hijo al estudio más que sus resultados. No ha de centrarse toda la valoración de su hijo en sus notas. Hay que mirarle como persona y en un contexto más amplio que el mero rendimiento académico.

Resaltar sus propios progresos, aunque no estén a la altura de lo que a nosotros como padres nos gustaría. Hay que dar tiempo, lo importante es que vaya subiendo cota, aunque en un momento parezca que está retrocediendo. Recuerden que los éxitos, aunque sean o nos parezcan pequeños, son una pieza clave para mantener el interés.

**Es importante aprender a valorar a nuestros hijos como personas, sin centrarnos únicamente en su rendimiento académico.**

No poniendo, de entrada, las metas demasiado lejos, para que no cunda el desánimo. Por regla general, son más eficaces los pactos familiares sobre aspectos concretos y con refuerzos también

concretos, que los grandes discursos de los que se suele abusar.

## **6.- Procurando las ayudas pedagógicas oportunas cuando sea necesario**

Cada hijo tiene su propio ritmo de aprendizaje, los puntos fuertes en el conocimiento y materias en las que presenta lagunas o dificultades. A estos alumnos hay que dar la respuesta pedagógica adecuada, que puede ir desde nuestra ayuda personal hasta ponerle un profesor particular.

Vamos a analizar algunas de las posibles respuestas:

### **a) Encargarse los padres.**

Teóricamente parece una de las más idóneas porque el conocimiento profundo que los padres tienen de sus hijos les lleva a saber exactamente qué es lo que tiene que superar su hijo, además los padres están revestidos de una autoridad que no tienen otros que pueden intervenir, como son los hermanos.

La dificultad que tiene esta opción es que los padres han de disponer de suficiente tiempo para poder dedicarlo a la ayuda escolar de los hijos. Asimismo han de tener los suficientes conocimientos para ayudar a sus hijos en esas materias.

### **b) Encargarse algún hermano mayor.**

Tiene la ventaja de hacer partícipe a un hermano mayor de la responsabilidad de ayudar a un hermano. Esto crea más unidad familiar entre los miembros al tener un propósito común. Otra ventaja es que entre alumnos se explican de manera más didáctica y con el mismo lenguaje las cosas que tienen dificultades.

Puede tener la dificultad de la falta de autoridad que tiene un hermano de manera que no siga las indicaciones que se le hacen. Otra dificultad es la falta de perseverancia en el encargo que se ha asignado a ambos cuando surgen las dificultades. Suele pasar que el hermano a quien se le ha encargado la atención académica, se escude en que él tiene bastante que hacer y no puede perder el tiempo con su hermano, que además no responde a veces a sus indicaciones.

Para subsanar estas dificultades puede ser conveniente asignarle una paga al hermano con el fin de darle más seriedad y responsabilidad.

### **c) Tener un profesor particular.**

Que puede reforzar aquellas materias en las que tiene más dificultades. Para que un profesor particular sea una ayuda para nuestro hijo, hemos de tener en cuenta los siguientes puntos:

- Los contenidos que se vean en las clases particulares han de estar supeditados y ser complementarios a los que se desarrollan en el centro educativo por el profesor de esa materia.
- Es conveniente que sea una situación provisional, durante un tiempo. Hemos de tener en cuenta que lo normal es que vaya avanzando por los distintos cursos sin que necesariamente precise de un profesor particular. Se requerirá para situaciones extraordinarias: unos suspensos que indican lagunas importantes, dificultades significativas con área determinada, promocionar a un curso superior sin tener afianzado el anterior, cuando el niño no pueda seguir el ritmo normal de la clase....Sin embargo, puede pasar que lo extraordinario se convierta en ordinario.
- Los padres deberán contar con la opinión del tutor y otros profesores. De esta forma, en caso afirmativo puede establecerse, además, una colaboración entre el profesor particular y los profesores del centro.

## **7.- Siguiendo el quehacer diario sin agobiar**

Hemos de seguir el día a día del quehacer diario. El criterio es que cuanto más pequeños más de cerca hemos de hacer el seguimiento de las tareas de nuestros hijos, cuando van siendo más mayores y han ganado en autonomía y responsabilidad, les podemos dar más distancia en el seguimiento.

Hay que saber qué exámenes tienen, qué resultados están obteniendo, con qué dificultades se encuentran, cuáles son sus actitudes, disposiciones....

Hay que guardar un equilibrio entre dos posturas extremas, una hacer un seguimiento pormenorizado, que puede resultar agobiante a nuestros hijos, y que en algún momento determinado hay que seguir esa estrategia porque requiere una tutorización especial, pero que si se aplica más tiempo puede ser contraproducente. Y la otra postura es no preocuparnos por sus cosas, seguirlo a mucha distancia, de manera que indique despreocupación por nuestra parte. El criterio como se ha dicho antes es ir de más seguimiento a menos según va teniendo más años, pero cada caso es único.

Un objetivo educativo que hemos de marcarnos los padres es que tengan la suficiente madurez y autonomía para organizarse nuestros hijos en el tema de los estudios, y también sería extensible a otros ámbitos. Pero centrándonos en el primero, lo deseable sería que cuando están en el primer ciclo de la enseñanza secundaria obligatoria, es decir, con 13-14 años, nuestros hijos se pudieran organizar por si mismos el horario de estudio, si se van a levantar por la mañana o se quedan por la noche porque tienen un examen....

Hemos de tener en cuenta, que los padres podemos mandar que estudien, que hagan esto o aquello otro, pero esto se puede hacer cuando tienen pocos años, porque aceptan nuestras indicaciones sin rechistar, pero cuando llegan a la adolescencia, si no va saliendo de ellos mismos el hacer las cosas, porque entienden que así lo tienen que hacer, poco podremos hacer con imposiciones si nuestros hijos no están dispuestos a estudiar.

Para ir consiguiendo esta meta educativa, los padres tenemos que empezar desde pequeños, poco a poco, que sean ellos los que hacen las cosas porque así lo van decidiendo, con autonomía, aunque a veces haya que mandarles, pero con la tendencia que sean los que llevan las riendas de los estudios.



CRÉDITOS

ENLACES



## ● Papel de la motivación en el aprendizaje

Entendemos por **MOTIVACIÓN** el conjunto de variables intermedias que activan la conducta y/o la orientan en un sentido determinado para la consecución de un objetivo. Se trata de un proceso complejo que condiciona en buena medida la capacidad para aprender de los individuos.

Es lo que mueve a la persona en una dirección y con una finalidad determinada; es la disposición al esfuerzo mantenido por conseguir una meta. Constituye, por tanto, un factor que condiciona la capacidad para aprender. Al igual que los intereses, depende en parte de la historia de éxitos y fracasos anteriores de la persona pero también del hecho de que los contenidos que se ofrezcan para el aprendizaje tengan significado lógico y sean funcionales.

La motivación más eficaz debe tener carácter permanente: no es simplemente la causada por una actividad concreta, un tema atractivo o un extraordinario profesor, debe sostenerse ante circunstancias menos favorables.

En la motivación que un alumno llegue a tener desempeña un papel fundamental la **atención y el refuerzo social** que del adulto (profesor, padres...) reciba. Por eso son importantes las **expectativas** que los adultos manifiestan hacia el individuo y las oportunidades de éxito que se le ofrezcan.

Además hay que considerar la motivación como una amplia capacidad que precisa enseñar **valores superiores** como la satisfacción por el trabajo bien hecho, la superación personal, la autonomía y la libertad que da el conocimiento,... También, la motivación es una cuestión de procedimientos que implica un trabajo importante, utilizar autoinstrucciones, relacionar contenidos, trabajar en equipo, etc. Y por último, exige **conocimiento** sobre el riesgo que se corre en caso de fracasar en el intento o por el contrario, y más importante, la satisfacción que supone la obtención del éxito.

Podemos distinguir **DOS TIPOS DE MOTIVACIÓN**: una *intrínseca* que hace referencia a que la meta que persigue el sujeto es la experiencia del sentimiento de competencia y autodeterminación que produce la realización misma de la tarea y no depende de recompensas externas. Es el caso del niño que aprende la lista de jugadores de un equipo de fútbol porque realmente le llama la atención, le motiva, significa algo para él, y lo hace sin pretender ninguna recompensa, la aprende porque sí. Y la *motivación extrínseca* que estaría relacionada con la realización de la tarea para conseguir un premio o evitar un castigo. Como cuando un hijo ordena su habitación con el único fin de salir antes con los amigos y no porque realmente es necesario estar en un espacio ordenado porque resulta más cómodo. O como cuando hacen un recado para acercarse al quiosco y comprarse alguna golosina, etc.

ALONSO TAPIA en "Desarrollo Psicológico y Educación" de COLL, PALACIOS y MARCHESI, 1992 de Alianza Editorial, ha comprobado además que las personas con motivación intrínseca tienden a atribuir los éxitos a causas internas como la competencia y el esfuerzo, mientras que los individuos con motivación extrínseca tienden a hacerlo a causas externas, como el azar o las características de la tarea, con lo que estos chicos no se consideran capaces de controlar la consecución de las metas que persiguen.

Por todo lo anterior es importante destacar que la educación no debe limitarse a transmitir conocimientos, sino que debe además ser capaz de transmitir valores y actitudes positivas hacia la actividad escolar.

No aprender es una decisión personal pero lo natural es que las personas quieran aprender

Además debemos apuntar que los sujetos con alta motivación persisten más en la tarea y por tanto es más probable que alcancen sus metas, hacen juicios independientes y se proponen retos sopesando cuidadosamente sus posibilidades de éxito, y el propio éxito alcanzado refuerza su forma adecuada de afrontar las tareas.

Los profesores saben que la motivación es consecuencia de la historia de aprendizaje. Hay que promover la motivación intrínseca, el proceso es interactivo,... Estos autores se preguntan **¿QUÉ ES ESTAR MOTIVADO?** Para motivar a un individuo en el estudio, como en cualquier otra actividad, es necesario poner en juego un conjunto de estrategias concretas. Un primer paso en el medio escolar es hacer las clases atractivas a través, por ejemplo, de actividades lúdicas, novedosas, sorprendentes,... pero dependiendo del nivel educativo en que nos encontremos, sabemos que las situaciones escolares son con frecuencia arduas y requieren disciplina y esfuerzo. Es sabido que el trabajo escolar requiere esfuerzo, y debemos desterrar que el esfuerzo es sinónimo de aburrimiento; es necesario llegar a la conclusión que vale la pena esforzarse en actividades que realmente merezcan la pena.

Las **CAUSAS DE LA DESMOTIVACIÓN** en el individuo son muy variadas. Hay que buscar fundamentalmente en la estimulación que recibe o ha recibido la persona y en su historia de aprendizaje personal. Podemos encontrar explicación a esta pregunta en factores como la familia como primer agente, pero también en el condicionamiento de un medio social desfavorecido, los fracasos escolares que arrastre. La desmotivación supone la existencia de limitaciones contra las que es muy difícil luchar y vencer tales como las bajas expectativas y atribuciones inadecuadas, falta de hábitos, prejuicios, falta de conocimiento y habilidades y un largo etcétera frente a los es difícil obtener algún cambio.

JOSÉ ESCAÑO AGUAYO y M<sup>a</sup> GIL DE LA SERNA LEIRA en “*Motivar a los alumnos y enseñarles a motivarse*” publicado en “*Aula de innovación educativa*” nº 101 de mayo de 2001 afirman que la desmotivación está en la base del fracaso escolar y, con frecuencia también, en los problemas de disciplina. Los problemas de motivación en el aula tienen difícil solución.

Por otro lado, no es correcto pensar que la actuación del adulto se base casi exclusivamente en invocar la disciplina o la voluntad como una habilidad que debe ejercitar el alumno con el fin de obtener los objetivos planteados.

**¿CUÁLES SON LAS FUENTES PRINCIPALES DE MOTIVACIÓN?** Los autores antes mencionados afirman en el mismo artículo que la familia es la primera variable y la más constante. La disposición para el aprendizaje se le inculca a la persona a través de las preguntas que se le hacen, los comentarios, sirviendo de modelo y ejemplo de conducta y actitud.

La **familia** es la primera variable y la más constante; la disposición para aprender se la enseñamos a nuestros hijos con nuestras preguntas y comentarios, o siendo modelo o ejemplo en nuestra vida cotidiana. En el ámbito familiar podemos llegar a citar tres aspectos que tienen una influencia destacada en la motivación escolar de los hijos:

- su actitud ante el conocimiento y la escuela,
- el tipo de relación afectiva que establece con su hijo, y
- las destrezas y habilidades que despliega para motivarle y ayudarlo en el trabajo escolar.

En el **ámbito escolar** sabemos que mientras que hay alumnos que realmente animan y ayudan al proceso de enseñanza y aprendizaje, otros, por el contrario, dificultan, entorpecen,... por lo que debemos reconocer que todo lo que se realiza en la escuela tiene una influencia mutua, existe una interdependencia entre la actuación del profesor y el comportamiento y actitudes que manifiesta el alumnado en general.

Como conclusión de este apartado hay que decir que la motivación la debemos entender como una capacidad más de la personalidad del individuo que es educable y que se puede desarrollar, pero que a su vez, exige una adaptación a muy distintos niveles. Para empezar a motivar a una persona hacia los estudios hay que considerar su historia e ir poco a poco sin pretender grandes avances de inmediato puesto que contamos con limitaciones ya citadas anteriormente. Los cambios precisan tiempo, son lentos. Para conseguirlos hace falta que las ayudas no desaparezcan, sean constantes.

Una vez analizado el papel que juega la motivación en el individuo es momento para exponer algunas **ESTRATEGIAS CONCRETAS PARA MEJORAR LA MOTIVACIÓN** sobre todo en el **ámbito escolar** pero de interés para el *ámbito familiar* siguiendo fundamentalmente a MARTINIANO ROMÁN y ELOÍSA DÍEZ en “*Currículum y aprendizaje*”. Esperamos que estas estrategias (cuya redacción hemos modificado ligeramente) ayuden al lector a tener una idea más clara de los procedimientos a llevar a cabo y actuaciones concretas para empezar un plan progresivo, paulatino, constante que durará, con seguridad, un tiempo más bien prolongado.

1. Evitar las *críticas negativas* ante los intentos de colaboración de los alumnos.
2. Estructurar la *docencia en el aula* de forma no excesivamente autoritaria mezclando la directividad con la aceptación de las decisiones de los alumnos.
3. Programar *trabajos en grupo* o sesiones donde cada alumno pueda colaborar según su nivel.
4. *Valorar positivamente los comportamientos de trabajo* o de estudio o en su defecto las aproximaciones.
5. El *reconocimiento del éxito* de un alumno o de un grupo de alumnos motiva más que el reconocimiento del fracaso y si aquel es público mejor.
6. Conocer las *causas del éxito o el fracaso* en una tarea determinada aumenta la motivación intrínseca.
7. El *aprendizaje significativo crea motivación*, no ocurre lo mismo con el aprendizaje memorístico y repetitivo.

8. Programar los contenidos y enseñarlos de forma que los alumnos puedan comprenderlos y aplicarlos con un *nivel medio de dificultad*.
9. Cuidar de que los *alumnos con un bajo nivel de motivación* consigan pequeños éxitos académicos para que aspiren en un futuro próximo hacia metas que exigen esfuerzos superiores.
10. Tener presente que los *alumnos con baja motivación*, en un principio suelen manifestar cierta resistencia a abandonar su deficiente situación motivacional puesto que temen que el posible cambio pueda aumentar su, ya de por sí, precaria situación.
11. Fomentar el *trabajo cooperativo* frente al competitivo.
12. Presentar *tareas asequibles* a las posibilidades de los alumnos.
13. Programar las actividades de la clase de forma que los alumnos puedan frecuentemente *tomar decisiones*. El profesor que da autonomía en el trabajo promueve la motivación de logro y la autoestima, aumentando así la motivación intrínseca.
14. Promover actividades en las que los *riesgos de fracaso* son moderados.
15. No exigir, dentro de lo posible, un *programa* que sólo se puede aprobar con un alto nivel de dedicación al estudio, puesto que los alumnos poco motivados no están dispuestos a dedicar dicho esfuerzo.
16. Llevar la clase con un *nivel medio de ansiedad* y evitar las situaciones extremas de máxima ansiedad o de aburrimiento.
17. Programar sesiones de *diálogo por grupos* de manera que los alumnos menos motivados puedan expresar sus opiniones sin miedo a ser rechazados por sus compañeros.
18. Realizar actividades o *trabajos fáciles* para los alumnos poco motivados, de manera que pueda valorar sus éxitos y su relativa dedicación.
19. Las *tareas creativas* son más motivantes que las repetitivas.

No obstante, si la familia quiere **autoevaluar** su actitud hacia la motivación de los hijos, y saber si motivan o no correctamente, si influyen de forma decisiva en una correcta motivación hacia el aprendizaje en los hijos, pueden responder al cuestionario que los autores JOSÉ ESCAÑO AGUAYO y M<sup>a</sup> GIL DE LA SERNA LEIRA presentan en el artículo *¿Favorecemos el que nuestros hijos estén motivados por el trabajo del colegio?* publicado en "Aula de Innovación Educativa", nº 95 de octubre de 2000 donde plantean una serie de interesantes preguntas de reflexión agrupadas en cinco apartados y las claves para la corrección. Los cinco apartados son:

1. El interés por el tema de trabajo.
2. El sentimiento de sentirse competente para aprender.
3. El disponer de un proyecto personal.
4. La ayuda de sus profesores.
5. La ayuda de sus compañeros.

#### **ALGUNA BIBLIOGRAFÍA RELACIONADA CON EL TEMA:**

ALONSO, J. (1995): *Orientación educativa. Teoría, evaluación e intervención*. Capítulo IV: Problemas de aprendizaje (II): Evaluación y mejora de la motivación hacia el aprendizaje. Madrid. Síntesis.

MARINA, J.A. (1997). *El misterio de la voluntad perdida*. Barcelona. Anagrama.

ESCAÑO, J.; GIL DE LA SERNA, M. (2000). "¿Favorecemos que nuestros hijos estén motivados por el trabajo del colegio? Cuestionario para padres y madres". *Aula de innovación educativa nº 95, pp.6 – 8*.  
<http://www.geocities.com/motivacionescolar>



CRÉDITOS

PARA ENCONTRAR EL DOCUMENTO EN FORMATO WEB SEGUIR EL ENLACE:

[http://ntic.educacion.es/w3//recursos2/e\\_padres/html/dif\\_estudio.htm](http://ntic.educacion.es/w3//recursos2/e_padres/html/dif_estudio.htm)



## ● Dificultades más frecuentes en el estudio

### Introducción

La vida escolar de los hijos puede pasar por distintas situaciones en cuanto al rendimiento académico. Hay algunos que siguen una trayectoria positiva siempre igual y constante en el rendimiento escolar. Hay otros que han ido bien en Primaria pero al llegar a Secundaria se produce una quiebra en su rendimiento. Otros hay que según van avanzando en los estudios mejoran su rendimiento.

Cuando surgen estas dificultades conviene afrontarlas cuanto antes, ya que lo que puede ser relativamente sencillo de corregir cuando se produce, pasado algún tiempo, tienden a cronificarse las dificultades y corregirlas es más dificultoso.

Cuando aparecen los problemas lo importante es enfrentarlos con serenidad, reflexión y rigor.

Al enfrentarnos al problema que plantea nuestro hijo hemos de tener en cuenta las siguientes consideraciones:

#### 1º.- ¿En qué consiste básicamente el problema?

Un problema cuanto más precisado está tanto más fácil es encontrar la solución, al contrario cuanto más difuso e impreciso más difícil es darle respuesta.

Si es posible vamos a tratar de hacer operativo el problema, es decir, en lugar de decir "es un vago", diremos que habitualmente no cumple el horario de estudio por la tarde, en lugar de decir "tiene dificultades en la lectura" diremos que no sabe entonar lo que lee, su comprensión lectora es escasa y le falta velocidad.

#### 2º.- ¿Cuándo ha comenzado el problema y con qué frecuencia se da actualmente?

Puede ser que sea al pasar de un nivel educativo a otro, de un colegio a otro, de estar con un profesor y

pasar a otra clase. Puede que aparezca según va teniendo más dificultades académicas, al juntarse con determinados compañeros....

### **3º.- ¿Cuáles son las causas del problema? ¿A qué lo atribuye el propio sujeto?**

Saber la raíz del problema no siempre nos resulta fácil, trataremos de indagar en ello para clarificarnos. Bastante información nos puede aportar el que sepamos a que atribuye nuestro hijo el bajo rendimiento, tiene este aspecto tanto más valor, cuanto más maduro es el chaval, porque ahí nos está dando pistas de por donde pueden ir las dificultades.

### **4º.- ¿Qué hemos hecho hasta el momento para resolver las dificultades y qué resultado nos han dado esas estrategias?**

Para afrontar un problema hay muy diversas estrategias que hay que valorar la idoneidad que tienen para tal fin. Habrá que desechar las que no han dado el resultado apetecido y buscar otras nuevas.

Vamos a ver las dificultades más frecuentes en los estudios y que podemos hacer con ellas:

#### **1ª.- No estudiar o hacer como que se estudia**

Se caracterizan por lo siguiente:

- Pueden estar ante el libro bastante tiempo, pero sólo eso “estar” puesto que la cabeza la pueden tener en otro sitio bastante lejos.
- Tardan demasiado tiempo para realizar las tareas.
- Omiten un tiempo de trabajo, de estudio para realizar las tareas pendientes.
- Se meten en su cuarto dos horas o el tiempo que sea y todo el mundo está convencido de que el niño está estudiando, pero estos chicos han podido pasarse la tarde entera haciendo un dibujo u oyendo los *walkman*.

Estrategias de intervención:

Este tipo de chavales tienen un *déficit* de hábitos importante. Los hábitos son recursos importantes para educar. Se adquieren por repetición de actos. La ventaja que tienen es que facilitan a la persona la realización de tareas que pueden ser costosas, como sucede con el estudio en los hijos.

■ Dedicar todos los días un tiempo al estudio, a la realización de las tareas. Empezar desde poco para ir subiendo según se vaya afianzando. Puede ser como tiempo orientativo, para un niño de Primaria en torno a media hora. Para uno de Secundaria alrededor de una hora.

■ Más vale poco tiempo y aprovechado que mucho y disperso.

■ Al ponerse a estudiar o trabajar darse un tiempo para cada una de las tareas que va a realizar y exigirse para tratar de hacerlo en el tiempo que se ha dado.

■ Hacerse un horario en el que haya tiempo para todo. Poner el estudio en los primeros momentos que se está más descansado.

#### **2ª.- Estudiar los últimos días**

Se caracterizan por lo siguiente:

- Estudian pero los últimos días, las últimas horas...
- Se acuestan tarde, se levantan temprano en el último momento, van a “revienta calderas” por

- el esfuerzo que hacen al final.
- Los padres pueden tener una percepción de que su hijo estudia y se ha esforzado bastante.

Estrategias de intervención:

Una de las variables que más tiene que ver con el éxito académico, es que el alumno tenga un plan de trabajo diario, así aparece en estudios experimentales. Cuando se deja para el final es imposible asimilar toda la materia, es como querernos comer en un día lo que no hemos comido en diez, por ejemplo.

- Tener un horario diario.
- Dedicar todos los días un tiempo a los repasos. Cada día de la semana a una materia, por ejemplo una hora, así se va estudiando lo que ya se ha visto y que entrará para el próximo examen.
- Que sea consciente que la estrategia de dejarlo todo para el final sirve cuando estamos en escalones inferiores en los estudios, pero al ir avanzando es imposible porque la materia a estudiar nos desbordará.

### **3ª.- Confundir "lo entiendo" con "ya me lo sé"**

Se caracterizan por:

- Confunden el "lo entiendo" con "ya me lo sé". Leen una lección y como la entienden, ya creen que la saben y dejan de estudiar.
- Desconocen que el proceso de aprendizaje implica en un primer momento entender lo que se quiere asimilar y después tiene que haber un momento de fijación en la memoria, que se realiza a través de la repetición de los contenidos.
- Referido a las disciplinas que precisan la realización de ejercicios y prácticas, los chavales que presentan esta dificultad son aquellos alumnos que fallan en las operaciones aunque sepan como se pueden hacer los ejercicios.

Estrategias de intervención:

Se impone una tarea de clarificación al alumno para que entienda los distintos momentos que tiene el proceso de aprendizaje: comprender los mensajes, elaborar un resumen-esquemático y fijarlos en la memoria. Estos pasos se descubren tras una breve experiencia en los estudios, pero puede ocurrir en los inicios de la vida académica que omitan alguno de los pasos comentados.

- Hacer un seguimiento durante algún tiempo para comprobar que se ha entendido los pasos a seguir para estudiar un tema.
- Que se den cuenta que tareas más difíciles conllevan más esfuerzo: repetición que lo que es más sencillo.
- Preguntarles los padres lo que dicen que han estudiado para comprobar los resultados.

### **4ª.- Dificultades de concentración**

Se caracteriza por:

- Les cuesta mucho concentrarse, les cuesta ponerse a estudiar: desde que se sientan hasta que empiezan a estudiar pasa más de media hora. Están muy "a medio gas" y se les va fácilmente la imaginación.
- Cualquier cosa que acontece a su alrededor atrae la atención y pierden el tiempo.
- Su rendimiento neto es escaso, si se entiende por tal el tiempo en general que se dedica a una actividad menos el tiempo perdido por desconcentración.

### Estrategias de intervención:

Si la concentración es la capacidad de dirigir todas las capacidades del conocimiento a la realización de una tarea, se ve que nos encontramos ante una de las habilidades fundamentales en el proceso del conocimiento. Se podría decir que si no hay un mínimo de concentración es prácticamente imposible el aprender algo, por tanto, la mejora de la concentración conlleva la mejora de la capacidad de aprender.

Como todas las capacidades, el desarrollo de la concentración es consecuencia de la ejercitación de la misma, por ello es frecuente que quien más dificultades tiene en la concentración es quien menos trayectoria de estudio tiene en su vida y al contrario.

- La eliminación de los estímulos irrelevantes que puedan captar la atención de quien estudia: revistas, fotografías, prendas...
- La eliminación de estímulos a los que pueda prestar atención de tipo sonoro, p.e. la radio o visual, p.e. la televisión.
- Darse un tiempo para la realización de cada tarea o actividad y exigirse para tratar de realizarla en el tiempo previsto. No es conveniente enfrentarse a una tarea con tiempo ilimitado para realizarla.
- Hay que empezar a estudiar a una hora fija para conseguir un buen rendimiento cerebral. Si una persona se acostumbra a hacer el esfuerzo de concentrarse todos los días a la misma hora, al cabo de unos días la cabeza se concentra con más facilidad a esa hora.
- Como la concentración supone un "calentamiento mental" puede ser conveniente que antes de ponernos a estudiar dediquemos varios minutos –no más de cinco- a tachar letras que nos hemos propuesto en una hoja de periódico, p.e. las "a" que encontremos o las "o", para después a continuación pasar a la actividad que tengamos prevista.
- En la misma línea que el punto anterior podemos trabajar mentalmente series de números y letras combinándolas, p.e. sea la serie 1 2 3 4 A . Se trata de ir corriendo la letra A hasta la izquierda, así :

**1 2 3 A 4 / 1 2 A 3 4 / 1 A 2 3 4 / A 1 2 3 4.** Estas series se pueden complicar interviniendo más letras o números.

- Tener claras las metas. No cabe duda que cuando algo queremos de verdad y lo proponemos como meta a conseguir, movilizamos todos los recursos que tenemos para tratar de alcanzar esa meta. En la medida que tengamos más claras nuestras metas en el estudio, más concentración tendremos para conseguirla.
- Intercalar descansos. El proceso de atención tiene una curva de manera que cuando se lleva un tiempo decae. Por ello, es conveniente intercalar descansos para recuperar la concentración. Esos tiempos de descanso pueden ser por cada hora u hora y media de estudio, unos minutos de descanso –entre cinco y diez- .
- Para sujetar la imaginación lo que podemos hacer es utilizarla en el estudio: en vez de hacer el esfuerzo de cambiar de pensamientos y empezar de nuevo cada vez que se nos va, hay que poner la imaginación en cada tema de estudio. Si está con volcanes, que se imagine cómo son, la lava que echan, etc. Eso ayuda también a que se grabe mejor las lecciones.

### **5ª.- Dificultades en la lectura**

La lectura y su comprensión constituyen las herramientas de trabajo de nuestro intelecto. Las dificultades que tengan nuestros hijos en la lectura de inmediato se trasladarán en el aprendizaje.

Las dificultades en la lectura se caracterizan por:

- No tener la suficiente velocidad lectora y comprensión de los textos que se leen. Tener que volver a leer algo para enterarse del texto.
- Tener una pobreza de vocabulario significativa que se nota en las dificultades que se tienen para saber el significado de palabras de uso bastante habitual.

- Tener dificultades en la expresión escrita para realizar textos con estructuras correctas y claras.
- Tener tendencia a postergar las tareas. Se siente un rechazo a la lectura como medio de entretenimiento.

Si hay un problema más serio de fondo como puede ser la dislexia habrá que acudir al especialista para su solución, pues no basta con estudiar más.

Estrategias de intervención:

La habilidad lectora como cualquier otra habilidad se desarrolla con el entrenamiento, es por ello que la primera tarea a realizar es el ejercicio. Todos los días dedicar un tiempo a leer en voz alta para adquirir una entonación correcta que ayuda a la comprensión. Volver a repetir la lectura del mismo texto tratando de reducir el tiempo que se tarda en leerlo sin que afecte a la correcta entonación.

- Hacerse preguntas sobre un texto leído acerca de las ideas más importantes que hay en el mismo.
- Corrigiéndole los defectos de lectura ayudándole a hacerse un cuadernito de vocabulario. Con ese pequeño diccionario personal tendrá que hacer ejercicios con las palabras desconocidas.

### **6ª.- Lagunas en las materias. Falta base**

Se caracteriza por:

Tener dificultades en las materias en que sus contenidos tienen una gran conexión entre unas partes y otras, p. e. las matemáticas. Es como una escalera con bastantes peldaños entre los que se da una continuidad. De igual manera que si en una escalera falta un escalón, no impide su utilización, pero cuando son varios seguidos se hace imposible transitar por ella, así en una materia que falte un escalón – conocimientos de unos contenidos previos- se puede superar con atención especial. Pero cuando faltan varios escalones –es decir, áreas importantes para proseguir estudios posteriores- es muy difícil avanzar en el estudio adecuadamente.

No tener asimiladas unas estructuras básicas de los contenidos de las diversas áreas, como consecuencia de un estudio para salir del paso en cursos anteriores.

Estrategias de intervención:

- Dedicación de un tiempo especial a tratar de remediar esa laguna. Puede ser a través de un hermano mayor, los padres o un profesor particular. Se entiende que esta ayuda es complementaria a la marcha de las clases y por tanto, supeditada a éstas.
- Potenciar las técnicas de estudio, no tener las suficientes habilidades para estudiar suele dejar lagunas en las materias que se han estudiado.

### **7ª.- Ansiedad ante los exámenes**

Se caracteriza por:

- Miedo a suspender o por tener un exceso de responsabilidad que les lleva a angustiarse. Suelen ser buenos estudiantes. Comienzan a estudiar y como salen con el gran miedo a suspender, se angustian. Quizá tras un año de malas experiencias, de un fracaso, de haber suspendido muchas... pierden la confianza en sí mismos y se sienten agobiados.

- Tener en los días previos y/o en la realización de los exámenes un nivel de ansiedad o nerviosismo claramente por encima de lo normal. Hay que decir que los exámenes son situaciones generadoras de ansiedad para todos, pero hay una parte del alumnado que responde de manera sobredimensionada en este aspecto, teniendo un efecto negativo para el rendimiento en los exámenes.
- La persona tiene pensamientos negativos y catastrofistas sobre los resultados que va a obtener. Anticipa que suspenderá, que no rinde, que se vendrá abajo....
- Tener una activación de algunos sistemas fisiológicos de la persona, así en el sistema digestivo se suele tener sensación de nudo en el estómago, duermen mal, le sudan las manos, dificultades en poder desayunar porque se puede vomitar.....Aparece tensión muscular en algunos miembros como brazos, espalda o piernas. Pueden darse también palpitaciones.
- Presentar movimientos o acciones automáticas que no puede controlar como comerse las uñas, necesidad de mover la pierna, dar toquitos con el bolígrafo en la mesa...

#### Estrategias de intervención:

- Es muy conveniente que se le explique de manera didáctica qué es lo que le está pasando y que sepa que tiene remedio lo que tanto le está afectando.
- Explicarle que la ansiedad se manifiesta en tres niveles de respuesta. El primero es a través de los pensamientos negativos que tiene. El segundo a través de los sistemas fisiológicos de la persona: sudoración, palpitaciones, nudo en el estómago, y el tercer nivel se manifiesta a través de la necesidad de movimientos que tiene, que le puede llevar hasta el abandono del examen.
- Intervenir en los tres niveles anteriores con distintas estrategias. Respecto de los pensamientos, cortando los negativos y catastrofistas, centrando la atención en lo que tengo que hacer aquí y ahora, no compararme con los demás en cuanto a lo que tienen hecho del examen, etc. Respecto del segundo nivel fisiológico, enseñando a nuestros hijos a relajarse. Es conveniente que practiquen algún deporte, pues tiene un efecto relajador. En el tercer nivel conviene que nunca abandonen el examen por mal que se puedan encontrar haciéndolo.

Todas estas estrategias requieren un entrenamiento y por tanto, tiempo y perseverancia por delante para que se puedan notar los resultados.

Para más información, consultar de nuestra web temática "Orientación Educativa" el artículo: [Ansiedad ante los exámenes](#)





### ● ¿Qué hay sobre el fracaso escolar?

Actualmente estamos siendo testigos de una realidad que salta a los medios de comunicación en relación con el sistema educativo, o más bien, con su estado de salud, y es el consabido FRACASO ESCOLAR: ¿realmente hay tanto fracaso escolar como se dice?; si es así, ¿sabemos de forma fiable en qué etapas se da más y/o menos?; ¿coinciden los expertos en las causas que lo provocan?, ¿y en las consecuencias?, ¿y en las posibles soluciones tanto desde casa como desde el mismo sistema educativo?; ¿es verdad que España registra más fracaso escolar que los países de su entorno? Por último, ¿si esto es una realidad que se manifiesta desde hace años, incluso décadas, qué es lo que impide poner freno y darle solución? En este artículo intentaremos reflexionar sobre estos puntos y alguno más.

Es preciso, antes de nada, intentar definir qué entendemos por **FRACASO ESCOLAR**. En primer lugar, hablamos de fracaso escolar cuando un alumno no consigue los objetivos propuestos para su nivel y edad y existe un desaprovechamiento real de sus recursos intelectuales. Es decir, en principio, el sistema se plantea unos objetivos determinados para los individuos de una cierta edad y en el momento que esos objetivos no se cumplen, hablamos de fracaso. Por tanto, visto así, el fracaso afecta a todos y la punta del iceberg es el alumno que no tiene éxito. Luego, podemos deducir, que es una persona, un miembro de la sociedad que necesita ayuda y la sociedad tiene que saber responderle..., ¿en verdad es así?

Y es que ¿es verdad, tal y como decíamos al principio, que existe tanto fracaso escolar? Veamos con qué DATOS y estudios contamos. Parece ser que el 72% del desempleo de los menores de 25 años tiene relación estrecha con el abandono de los estudios y el fracaso escolar. Así y según el Instituto Nacional de Calidad y Evaluación (INCE), casi la tercera parte de los alumnos adolescentes de España, estudiantes de ESO, obtiene calificaciones negativas. En la enseñanza media, un 32% de los alumnos repite curso, un 35% no termina con éxito 2º de ESO, el 48% no supera el bachiller y en la universidad el abandono de los estudios ronda el 50%.

Los datos manejados unidos al elevado nivel de absentismo y de abandono exigen una acción global.

Además en España uno de cada cuatro niños fracasa en sus estudios, con los consiguientes problemas que conlleva a nivel psicológico, emocional, de autoestima, etc. Por materias, es en las áreas instrumentales (Matemáticas, Lengua) donde aparece mayor fracaso muerte afecta a todos los humanos.

En otro documento al que hemos tenido acceso leemos que un estudio realizado por el Instituto Nacional de Evaluación y Calidad del Sistema Educativo (INECSE) confirma que la mitad de los alumnos españoles corre el riesgo de no acabar el Bachillerato o la Formación Profesional. Este informe pone de manifiesto el gran porcentaje de estudiantes que abandona de manera prematura el sistema: ni más ni menos que el 29% de las personas entre 18 y 24 años abandonaron en 2003 sus estudios antes de obtener el título correspondiente. Estos datos corroboran el último informe PISA en el que España quedaba por debajo de la media europea en alguna materia como Matemáticas.

Las chicas, globalmente, obtienen mejores resultados que los chicos en todas las pruebas y todos los niveles.

Los datos anteriores varían de unos informes a otros pero podemos concluir que sólo un 2% de los fracasos se debe a factores intelectuales, mientras que alrededor de un 29% está originado por trastornos de aprendizaje, entre los que destacamos la dislexia. La misma proporción se debe a factores emocionales de todo tipo y un importante 10% se debe al Trastorno de Déficit de Atención con o sin Hiperactividad (TDAH) Por último hay que decir que el fracaso escolar puede deberse a las dificultades acumuladas en el aprendizaje después de varios cursos.

Todos los informes que podamos utilizar vienen a coincidir en que el niño tiene problemas de lectura y comprensión, que es lento a la hora de captar el lenguaje oral, que le falta concentración, que su nivel de atención es inconstante e insuficiente, que no está conectado en tiempo real a lo que sucede, que no es maduro para entender lo que pasa a su alrededor, que no es capaz de mantener una postura adecuada, que es desordenado, ...Ante toda esta información, seguimos insistiendo, ¿cuáles son las causas de esta situación?

Las causas más reseñables son los trastornos de aprendizaje y los trastornos emocionales. Las podemos enumerar del siguiente modo:

1. **Intelectuales.** Como consecuencia de un desajuste entre la edad cronológica y la intelectual. Y no solo porque exista una discapacidad manifiesta sino también porque, en ocasiones, hay un bajo nivel de lectura comprensiva, asociada a una falta de vocabulario y a la falta de hábitos de lectura.

2. **Motivacionales.** Cuando no existe la actitud, la tendencia o atracción hacia el aprendizaje. La desmotivación puede venir dada, entre otros factores, por una inexistente correlación entre los contenidos impartidos en el aula y las necesidades reales de una sociedad tan cambiante como la actual. Es importante que en estos casos, el niño reciba estímulos positivos como el reconocimiento por los seres queridos, la aceptación social y el logro de metas a corto plazo.

3. **Falta de esfuerzo.** Muy unidas a las anteriores. Se trata de cuando dedica menos tiempo del necesario o no aprovecha debidamente ese tiempo al hacer un estudio con escasa intensidad, es decir, baja concentración, bajo nivel de comprensión y falta de memorización de lo estudiado.

4. **Orgánicas.** Se definen por problemas físicos que provocan cierto grado de absentismo escolar o por enfermedad crónica que genera cierto grado de cansancio en el niño.

5. **Emocionales.** Se dan tanto en niños con carencias afectivas como en niños sobreprotegidos, así como en niños hiperactivos, inseguros o con exceso de fantasía. Estas causas degeneran en trastornos del carácter acompañados de inestabilidad, cólera y reacciones negativas hacia el profesor y compañeros lo que ocasiona importantes dificultades de integración en el aula.

6. **Falta de técnicas y hábitos de estudio.** El alumnado debe aprender a aprender. Deben saber cómo se aprende y ello exige la utilización adecuada y en el momento y forma adecuados de las técnicas de estudio correctas.

7. **Programación inadecuada.** A veces existen tareas de excesiva dificultad para el nivel de maduración del alumno. Otras veces se pretende que el alumnado alcance de igual forma el mismo nivel.

Ya sabemos que las causas del fracaso escolar es múltiple y hay quien las centra en la influencia negativa de tres elementos muy conocidos en las familias de hoy día:

■ La **televisión:** según la Asociación de Telespectadores y Radioyentes, los niños españoles son los más "teleadictos" de Europa con un 97% de los chicos enganchados a la televisión unas tres horas y veinte minutos diarios por término medio. La revista Archives of Pediatric and Adolescent Medicine, de julio de 2005, incluye tres estudios que relacionan el uso de la televisión con las calificaciones escolares: en todos los casos, los niños que más televisión ven, sacan peores notas. Por el contrario, los niños que tienen ordenador en casa obtienen, al menos en algunos casos, mejores calificaciones.

■ Los **videojuegos:** para un 60% de los niños (según la Asociación de Fabricantes de Juguetes), los videojuegos son otra forma de entretenimiento favorita. Además de las videoconsolas hay que destacar también los juegos de ordenador.

■ Otros **inventos electrónicos:** aquí habría que incluir las play-station, las game-cube, las game-boy, etc.

Ante esta situación que describimos y una vez que aparece el fracaso escolar, es decir, cuando el niño empieza a traer suspensos a casa, **¿CUÁLES SON LAS REACCIONES QUE SE DAN?**

1. Una gran parte de padres tienen tendencia al **castigo** como primera reacción. El padre que recurre al castigo, a los gritos no se ha preocupado del hijo durante las 10 o 12 semanas que dura una evaluación y se limita a llevarse el gran disgusto cuando llega el boletín con las notas.

2. La reacción anterior es acompañada de una búsqueda inmediata de **profesor particular**.

3. La **humillación.** Las familias tienden a usar expresiones como "eres un vago", "no vas a ser nada en la vida", "eres un inútil", etc. Lo que se está generando es inseguridad en el chico por oír comentarios tan negativos como los anteriores.

4. **No hacer nada** después de los grandes gritos. Suele ser frecuente olvidarse del enfado cuando ha pasado un poco de tiempo y el chico vuelve a estar abandonado a su suerte. Los padres vuelven a estar inmersos en la dinámica de sus preocupaciones, del día a día y en una gran mayoría, se cae en el olvido del fracaso hasta la próxima.

5. **Búsqueda de información.** No obstante, antes de tomar decisiones precipitadas, los padres deben obtener información y la primera fuente de información es el propio niño, el supuesto "fracasado" para ver las verdaderas causas, motivos del hecho. También se puede concertar una entrevista con el tutor o con el profesor específico con quien el niño ha presentado una nota negativa.

Por tanto, ante la situación de fracaso escolar, la **FAMILIA** adopta un papel prioritario para la solución o intento

de solución del mismo llevando a cabo distintas acciones:

**El papel positivo de los padres es colaborar con el profesor del colegio y sobre todo con el hijo, preocupándose por lo que hace en el centro y por los deberes diarios para casa.**

1. Hay que aceptar y reconocer que el hijo tiene dificultades.
2. Demuestren que le quieren no por sus éxitos sino por él mismo.
3. La información sobre todo lo relativo al centro educativo es primordial.
4. Participen en las actividades del centro educativo que precisen la presencia de los padres.
5. Muestran predisposición y atiendan sus necesidades y preguntas en casa.
6. No cometan el error de hacerle el trabajo (deberes) con el engaño y creencia de que así le ayudan.
7. Háganle saber que no saben la respuesta a las preguntas que hace su hijo y propónganle buscar juntos la solución.
8. Potencien en el hijo la confianza en sí mismo.
9. Permítanle que tome decisiones y asuma responsabilidades.
10. No le comparen con otros miembros de la familia.
11. Sean coherentes. Si ustedes leen en casa, están transmitiendo una actitud positiva que se contagia y es más fácil compartir aficiones.
12. No asedien a su hijo con la idea del estudio.
13. Hablen con su hijo para conocer mejor el problema antes de tomar decisiones que más tarde les podrán llevar al arrepentimiento.
14. No amenacen ni castiguen; hay otros caminos como el pacto, la estimulación...
15. Enseñe (si no lo hacen en el centro educativo) a utilizar las técnicas adecuadas y a estudiar.
16. Evite transmitir mensajes negativos como "no vales", "no sabes", "eres mal alumno", etc.
17. Celebren sus éxitos por pequeños que sean.
18. Las clases particulares no siempre son la solución.
19. La ayuda de los maestros suele ser muy valiosa siempre que los padres van a ellos con una actitud adecuada. Los educadores tienen datos del rendimiento del chico y observaciones de su comportamiento en clase.
20. Tener clara la vocación profesional es la principal fuente de motivación del adolescente, por lo que es fundamental ayudarle a decidir la carrera o profesión que quiere estudiar. En este sentido, una buena orientación profesional puede dar buenos resultados (es aconsejable acudir al orientador escolar del centro educativo)
21. Enséñenle a apuntar las tareas en una agenda con precisión, a organizar el tiempo en casa (hacer horarios con tiempos de estudio y de descanso), proponerse metas cortas...

**El trabajo entre padres y educadores es básico para afrontar esta realidad creciente y preocupante.**

Por último nos preguntamos si toda la solución recae y la encontramos únicamente en el entorno familiar. Dicho de otra forma, **¿QUÉ PAPEL JUEGA EN TODO ESTE PROBLEMA EL SISTEMA EDUCATIVO?** Efectivamente, el sistema educativo también tiene algo que decir y hacer. Ya decíamos al principio que es un problema de todos. En resumen apuntamos algunas medidas que este sistema educativo español tan cambiante pretende aplicar como solución o lucha contra el fracaso escolar:

**Los padres deben unir sus esfuerzos a los de los maestros para que la escuela pueda ejercer una acción verdaderamente intensa y duradera.**

1. Competencias básicas. La lectura, la escritura y el cálculo (matemáticas) son los pilares en los que se basará el aprendizaje del alumnado.

2. Repetir curso.
3. Examen de recuperación o extraordinario.
  4. Las evaluaciones de diagnóstico en distintos momentos educativos pretenden velar por el estado de salud del sistema.
5. Educación infantil gratuita.
6. Más recursos para los idiomas extranjeros.
7. Autonomía de los centros.
8. Financiación.

[CRÉDITOS](#)[ENLACES](#)

© [Ministerio de Educación](#)  
[Instituto de Tecnologías Educativas](#)

Información general : [webmaster@ite.educacion.es](mailto:webmaster@ite.educacion.es)  
C/ Torrelaguna 58. 28027 Madrid - Tlf: 913 778 300. Fax: 913 680 709

## ● ¿Problemas entre los hijos y el colegio?

Los padres, en ocasiones, se enfrentan a la educación de sus hijos con temores de no poder estar a la altura de los tiempos y los métodos educativos. Pero no hay por qué sentirse así, no hace falta ser una persona de gran cultura, ni gran nivel intelectual ni adquirir métodos de aprendizaje especiales. Lo más importante que debemos tener es una actitud positiva y unos expectativas razonables.

Existe un **objetivo primordial**: desarrollar en los hijos un fuerte deseo de aprender acompañado de un sentido de la responsabilidad y confianza en sí mismo para llevar a cabo las tareas escolares. Los padres deben ser defensores de los hijos, guiarlos, apoyarlos y saber también quedar en la sombra para que ellos asuman sus responsabilidades en el colegio.

Favorecer una actitud positiva en los hijos, darles motivaciones y fomentar el deseo de aprender, garantiza el éxito en el colegio.

Si un hijo quiere aprender y está convencido de que el colegio es importante, el éxito está garantizado. El **objetivo de los padres** debe dirigirse a fomentar una actitud positiva en los hijos y a darles motivaciones para tener éxito en el colegio, cuanto antes, mejor.

La **actitud de los padres** ante el colegio y el modo de comunicarla ejercen una fuerte influencia en los sentimientos de los niños. Aún así, existen algunos **PROBLEMAS** que trataremos de resolver. Uno de ellos surge cuando el hijo se queja del colegio; otro, cuando es el colegio el que se queja del niño; y, por último, podemos hablar de cuando el profesor y el niño no se llevan bien, es decir, no hay entendimiento entre ellos. Analicemos cada uno de estos supuestos.

La primera cuestión que nos podemos plantear es cuando **EL HIJO SE QUEJA DEL COLEGIO**. En primer lugar hay que tener cuidado a la hora de interpretar sus quejas, asegurarse que no existe una razón de fondo mas grave. Las quejas obedecen a diversas **razones**:

- Algo o alguien le molesta.
- Quiere encubrir algo más serio.
- Quiere llamar la atención de los padres.

Algunas **quejas** reflejan luchas infantiles noraes que forman parte del desarrollo sano de cualquier niño. Los **padres deben** escuchar las quejas para que el niño no piense que no se le toma en serio y aprender o distinguir si surgen de un problema real en el colegio o no. La mayoría de los niños no son capaces de describir con exactitud lo que les molesta y utilizan el colegio como un todo ya que así es un objetivo fácil. Si se quejan de algo que nadie puede comprobar pueden obtener comprensión, desviando la atención sobre el colegio en general, frente al cual los padres ejercen poco control.

Escuchar a nuestros hijos es muy importante para aprender a diferenciar si los problemas proceden realmente del colegio.

Otro motivo de queja es la **injusticia**. Cuando el niño es uno más entre centenares y tiene que ajustarse a un complejo sistema de normas y reglas, es raro que no se sienta injustamente tratado en algún momento de su vida escolar. Una

situación injusta que se suele dar en los colegios es la que se llama "**de reacción posterior**": *un niño hace algo a posteriori en reacción a algo que le han hecho a él*. Lo podemos describir mejor con un ejemplo: un niño le hace algo a otro (el profesor no mira). El segundo niño reacciona atrayendo la atención del profesor quien ve la segunda reacción pero no quién la provocó. El segundo niño recibe el castigo. Los profesores son humanos y tienen sus defectos como cualquier otro profesional. Uno de ellos consiste en la humana tendencia de tratar a los niños de forma desigual. En ocasiones el profesor "etiqueta" al niño al que le resulta difícil librarse de ella.

Existen otros motivos por los que el niño puede quejarse, como son:

- ✓ El niño tiene dificultades con el profesor, con algunas asignaturas o con las normas del colegio.
- ✓ Algún/os niño/s se ensañan con él, le toman el pelo, le excluyen del juego o maltratan.
- ✓ Síndrome de separación: cuando pasa de la guardería al colegio. En este caso el niño se quejará de todo e incluso puede ponerse enfermo.
- ✓ Hay niños que dominan la frustración mejor que otros. Cuando no se consigue puede aparecer esto: "el profesor la ha tomado conmigo".
- ✓ Los niños que han dejado de ser dirigentes ya sea por haber perdido a sus amigos (cambio de colegio) o ven que su papel no es valorado, empiezan a quejarse de todo y a culpar al profesor o al colegio de su "marginación".
- ✓ El niño se queja del colegio para llamar la atención de sus padres.

- ✓ El niño siente temor al fracaso aún cuando tenga éxito. Como el colegio provoca tensión, lo consideran responsable de sus males.
- ✓ En muchos casos si el profesor conociera la situación tendría capacidad de solucionarla, pero él no es adivino... Solución: hay que transmitirle al niño la necesidad de que comunique sus necesidades y sentimientos.

Ya hemos visto diversos tipos de quejas que puede hacer el niño en relación con el colegio. Es necesario que llegado a este punto analicemos **¿QUÉ PUEDEN HACER LOS PADRES?**. Explicaremos las distintas posibilidades a través de los siguientes puntos:

1. Hablar y escuchar. Aceptar lo que dice el niño sin juzgarlo y animarle a hablar libremente para obtener una visión global de los motivos de la queja.
2. Proporcionar directrices. Si le preguntamos: ¿qué crees que debes hacer?, ¿cómo puedes solucionar el problema?, ¿lo has discutido con tus amigos del colegio?, etc., guiaremos al niño a la raíz del problema y a que acepte la responsabilidad de resolver por sí mismo el problema.
3. ¿Qué quieres que haga?. Hay que conocer los deseos del niño ya que a veces quieren quejarse pero no que los padres intervengan.
4. Consultar en el colegio. Dependerá de la gravedad de la queja y de si el niño ha pedido nuestra intervención. Si la queja es seria y tiene fundamento hay que concertar una cita con el profesor, el niño y los padres.
5. Investigar el problema. La reunión no debe centrarse en adjudicar culpas sino en investigar el problema.
6. Trazar un plan. Ayudar al niño a averiguar lo que debe hacer en la siguiente ocasión.
7. Preguntar. Hablar con el niño de vez en cuando para saber cómo van las cosas. Esta medida es preventiva y de esta forma garantizamos estar debidamente informados lo que tranquiliza a todos, tanto al niño como a los padres.

Hasta el momento hemos analizado la situación que se produce cuando el niño se queja del colegio y qué pueden hacer los padres. Es necesario también reflexionar sobre la situación que se produce cuando **EL COLEGIO SE QUEJA DEL NIÑO**. Se produce la queja cuando la actuación o conducta del niño dificulta el funcionamiento de otros alumnos o el niño no respeta ciertas normas. Ante esta realidad los padres deben tomarse en serio estas **quejas**:

- El niño se resiste a la autoridad.
- Maltrata a otros.
- Muestra falta de respeto a los adultos.
- Lleva objetos o sustancias prohibidas a las aulas.
- Destruye propiedades del colegio.
- Muestra incapacidad para dominar sus impulsos.

Como **sugerencias para solucionar estos problemas** tanto si se está de acuerdo con el colegio como si no, podemos dar las siguientes:

- Oír ambas partes para llegar a la raíz del problema.
- Fijar el objetivo de conciliar las opiniones de todos los implicados en la situación.
- Procurar no culpar a alguien en concreto, y si la situación requiere un castigo no eximir a las partes culpables de las consecuencias (tampoco al niño).
- Los padres deben averiguar de qué es responsable su hijo y admitirlo. El niño debe tomar conciencia de su responsabilidad y el colegio evitar que se convierta en víctima al niño.
- Llegar a acuerdos y soluciones.
- Establecer líneas de comunicación; qué hacer en casa y qué en el colegio.
- Si los padres consideran justo el castigo, no prolongarlo en casa. Si hay que reforzar con restricciones en casa hay que hacerlo en un periodo limitado.
- Si los padres piensan que el colegio trata la situación de forma injusta o erróneamente no hay que someterse. Esto demuestra que no se han establecido relaciones adecuadas.

- Más vale mantener el tipo y la sonrisa. Que el colegio conozca a los padres equivale a tener una póliza de seguros.

Por último, cabe hablar de otro tipo de conflictos que nacen de las relaciones interpersonales y son aquellas situaciones que se resumen en que **EL PROFESOR Y EL NIÑO NO SE LLEVAN BIEN**. Generalmente los profesores sienten un profundo cariño por sus alumnos y los niños les recuerdan durante toda su vida. Pero existe la posibilidad de que no se entiendan. Son varias las **razones** que originan el conflicto:

- La relación empezó mal.
- Hay "conflicto de caracteres".
- Hay postura punitiva del profesor injustamente.
- El profesor ha herido con sus palabras al niño.
- El niño se ha esforzado por adaptarse sin conseguirlo, etc.
- El niño reta al profesor para llamar la atención.
- Al niño le cuesta vivir las normas de funcionamiento del grupo-clase.

Para resolver la situación hemos de tener en cuenta a la apreciación de todas las partes implicadas, es decir, el profesor y el niño. Los padres deberán ser los defensores de la verdad de la situación, y si es su hijo la causa principal del conflicto elaborar la respuesta educativa correcta en colaboración con el centro educativo. De igual manera colaborar con el centro para introducir los cambios oportunos en el profesorado.

El **primer paso** es hablar con el profesor y en segundo término con el tutor, jefe de estudios e incluso el director. Esta reunión será entre padres, profesor y tutor-jefe de estudios-director (depende de la complicación del caso e implicación del equipo directivo). Normalmente estas actuaciones nos llevarán a feliz término pero si no fuera así, habría que valorar otras opciones: Posibilidad de que pasara con otro profesor, consultar con el Consejo Escolar...

Como **resumen** diremos que si cubrimos las necesidades de la Educación Preescolar, Infantil y Primaria estaremos ayudando a que nuestros hijos triunfen en el colegio ya que ésta época es fundamental en la vida escolar y a menudo no es atendida y valorada por los padres. No olvidemos que el niño que necesita ayuda en la Educación Secundaria quizá no recibiera la guía paterna desde el principio y en esto consiste la base de todo.



CRÉDITOS

ENLACES



## ¿Para aprender hay que esforzarse?<sup>(1)</sup>

En el artículo titulado “El valor del esfuerzo en la formación de la persona” se analiza qué se entiende por esfuerzo, cuál es la importancia que el Sistema Educativo da al esfuerzo, la relación del esfuerzo como valor de la persona con otros valores como la disciplina, la obediencia, el trabajo bien hecho, etc.

En el presente artículo queremos reflexionar sobre las posibilidades que existen de fomentar el valor del esfuerzo en el niño, la importancia que tiene el esfuerzo de la persona para un mejor aprendizaje, veremos cómo sí es posible que su hijo aprenda a esforzarse y enumeraremos (además de las ya citadas en el artículo citado) unas pautas concretas que usted, padre/madre, puede poner en práctica para ayudar a su hij@ a esforzarse.

Por **ESFUERZO** entendemos la “acción enérgica del cuerpo o del espíritu para conseguir algo”. También “empleo de elementos costosos en la consecución de algún fin” (Diccionario Espasa Calpe, 2001).

Algunos autores afirman que existe aprendizaje sin esfuerzo. Parte de verdad tienen porque hay que recordar que buena parte de las competencias funcionales que el individuo adquiere (la comunicación, la capacidad de andar, etc) se aprenden con muy poco esfuerzo. Si consideramos la segunda acepción de la definición de esfuerzo que hemos citado, el esfuerzo supone poner en juego “elementos costosos” ante una tarea, planificar los pasos que deberán realizarse, anticipar sus consecuencias, pensar en indicadores de progreso, supervisar la actividad mientras se realiza, revisar los resultados intermedios, introducir las correcciones necesarias, buscar alternativas de solución a un incidente no previsto,

**El esfuerzo sólo conduce a un aprendizaje de calidad cuando es un esfuerzo con sentido, y la exigencia sólo genera un esfuerzo de este tipo cuando es portadora de sentido.**

evaluar la adecuación del proceso seguido y la pertinencia del producto obtenido, aprender de los errores cometidos para próximas tareas, y esto sustentado sobre mecanismos de automotivación que la persona debe crear como alimentar el propio interés, controlar la ansiedad, reducir los sentimientos de miedo a fracasar, persistir en el empeño, o pedir apoyo y ayuda cuando sea necesario.

Según lo anterior, **el esfuerzo es también una cuestión de grado** como sucede con la motivación. No hay una sola manera de esforzarse, sino muchas. El simple hecho de escuchar un momento a un adulto supone para muchos niños un esfuerzo enorme aunque no se impliquen en absoluto en la explicación. Debemos tener en cuenta que **el esfuerzo en sí mismo no garantiza el aprendizaje**. Sin esfuerzo es difícil que haya aprendizaje, pero a menudo el simple esfuerzo conduce únicamente al hastío o a aprendizajes de ínfima calidad.

**EL ESFUERZO SE APRENDE.** Hay quien dice que todo aprendizaje implica un esfuerzo. Un factor determinante del éxito escolar en todas sus etapas es el desarrollo, cultivo y afianzamiento de la voluntad de aprender. Esta voluntad de aprender posee un doble sentido: por un lado, se trata de un querer saber (actitud de atención hacia el mundo, nosotros mismos, etc.).

Por otro, es también un querer poner los medios para saber: quiere decir, estar dispuesto a movilizar la mayor cantidad de recursos posible para conseguir el aprendizaje mediante el esfuerzo. Es preciso presentar el esfuerzo como un progreso sostenido a lo largo de un proceso de aprendizaje.

**La capacidad de esforzarse se aprende y puede potenciarse si se emplean las estrategias adecuadas.**

Es en el periodo de 3 a 5 años cuando se deben establecer las bases para que el individuo pueda ir interiorizando la necesidad de esforzarse como parte esencial de su responsabilidad en el proceso educativo.

Para el aprendizaje del esfuerzo contamos con una serie de principios que orientan la enseñanza de estrategias de autorregulación del esfuerzo. Estos principios son tres:

- Las estrategias se deben centrar en la comprensión de la necesidad de esforzarse en determinadas circunstancias y de ajustar ese esfuerzo al objetivo y condiciones de la tarea en cuestión.
- Las estrategias han de permitir al niño tomar conciencia del conjunto de decisiones y operaciones mentales que pueden facilitar el mantenimiento y regulación de su esfuerzo.
- Las estrategias han de focalizar el trabajo en la gestión de los factores emocionales que acostumbran a acompañar a aquellas actividades que exigen un cierto nivel de esfuerzo como pueden ser la ansiedad, el desánimo, la impotencia, la incertidumbre, etc.

Teniendo en cuenta estos principios, desde el primer momento, el adulto debe poner en juego una serie de

**La estrategia más adecuada para estimular el esfuerzo es el de valorarlo.**

estrategias que se resumen en favorecer el interés y anclar en esa actitud las exigencias de un rendimiento cada vez mayor.

Los padres deben saber que en el Sistema Educativo se busca alcanzar la finalidad de la personalización del esfuerzo a través de los siguientes objetivos que también se han de buscar en el ámbito familiar:

1. Suscitar el interés de los chicos, diseñando una variedad de actividades motivadoras que promuevan o faciliten el esfuerzo y logren captar el interés del niño.
2. Ayudar a organizar la información y ofrecer las herramientas necesarias que posibiliten la adquisición de los conocimientos y refuercen la confianza en las propias capacidades.
3. Diseñar estrategias para superar las dificultades, disfrutar los logros y compartir unas y otras experiencias con los demás.
4. Mantener la continuidad en la exigencia.

Pero no en todos los ámbitos familiares se fomenta de igual manera el esfuerzo. Así nos encontramos distintas formas de actuar<sup>(2)</sup> o **PATRONES DE CONDUCTA FAMILIAR** a la hora de inculcar en los niños este valor:

1. No querer traumatizar a los niños obligándoles a esforzarse. Creen que “bastante se han esforzado y se esfuerzan ya ellos”.
2. Incoherencia al obligar a sus hijos a esforzarse en determinados ámbitos, generalmente el académico, y no mostrar la misma firmeza ante otras cuestiones como pueden ser asumir responsabilidades en cuanto a hábitos de autocuidado, compartir tareas de la casa, prescindir de algo en beneficio de los demás..., convirtiéndose en “asistentes” de sus hijos y colaboran con la ingenua creencia de que si les liberan de estas tareas van a tener más energías y tiempo para estudiar.
3. Transmitirles un doble mensaje contradictorio: uno de modo explícito que consiste en insistir en el valor del esfuerzo para alcanzar y mantener metas de tipo material o de estatus social y otro implícito por la realidad percibida por el niño de unos padres insatisfechos por una vida extremadamente competitiva, falta de tiempo, estrés, etc. que hace preguntarse a los hijos si merece la pena esforzarse para alcanzar ese resultado.
4. Creer que es mejor no intervenir directamente en la educación de sus hijos “que la vida ya les enseñará lo que deben hacer y lo que cuesta ganarse las cosas” o bien “que la naturaleza ya se encargará de hacer su trabajo e irlos madurando”.
5. Pensar que la motivación implica entretenimiento y que básicamente ha de venir la escuela. “Mi hijo no aprende porque la escuela, los profesores o el método empleado no son atractivos para él”.
6. Obstinar en que sus hijos se esfuerzen por alcanzar metas adecuadas desde el punto de vista paterno, sin tener en cuenta las capacidades, motivaciones o intereses del niño.
7. Fijar la atención solamente en los comportamientos inadecuados y en las equivocaciones, potenciando, así, la inseguridad y la apatía.
8. Fomentar diferencias entre los roles de género, reforzando la elección de caminos distintos en función del sexo.

El problema con el que nos encontramos los adultos es que debemos enseñar a los niños a esforzarse, a comprender el valor y el sentido del esfuerzo, a esforzarse en la dirección adecuada. Para enseñar a esforzarse es imprescindible transmitir los **BENEFICIOS DEL ESFUERZO**. En primer lugar los **conocimientos** que producen una satisfacción íntima, ayudan a comprenderse a sí mismo y al mundo en el que nos ha tocado vivir. Nos ayudan a encontrar respuesta a las muchas preguntas que nos surgen; conocer las propias limitaciones y tener el valor suficiente para seguir arrancándole a la vida los innumerables secretos que encierra. En segundo lugar, los **productos del conocimiento** ya que gracias a ellos, el hombre ha evolucionado y ha conseguido mejorar su calidad de vida. Por último, el desarrollo de la propia personalidad. Con el esfuerzo, el hombre consigue el máximo de sí mismo.

#### **BIBLIOGRAFÍA RELACIONADA CON EL TEMA:**

ALONSO TAPIA, J.: “*Motivar para el aprendizaje. Teorías y estrategias*”  
Edebé. Barcelona, 1997

BELTRÁN, J.A.; PÉREZ, L.: “*Educación para el siglo XXI*”  
Síntesis. Madrid, 2000

ESCAÑO, J.; GIL DE LA SERNA, M.: “*¿Favorecemos que nuestros hijos estén motivados por el trabajo del colegio? Cuestionario para padres y madres*”  
Aula de Innovación Educativa, nº 95. 2000

HUGUET, T.: “*El papel de la familia en la motivación escolar del alumnado*”  
Aula de Innovación Educativa, nº 101

MARINA, J.A.: “*El misterio de la voluntad perdida*”  
Anagrama. Barcelona, 1997

MONEREO, C.: “*Ser estratégico y autónomo aprendiendo. Unidades de enseñanza estratégica para la ESO*”  
Graó. Barcelona, 2001

PÉREZ, L.; DOMÍNGUEZ, P.; DÍAZ, O.: *“La educación de los más capaces: guía para educadores”*  
MEC. Madrid, 1998

#### NOTAS AL PIE

(1) Artículo relacionado con el titulado “El valor del esfuerzo en la formación de la persona”

(2) Teresa López López y Rosa M<sup>ª</sup> Sáez en “Comunicación y colaboración con las familias para promover el esfuerzo escolar de sus hijos” en *Aula de Innovación Educativa*, nº 1200



CRÉDITOS

ENLACES

# Consejos para ver TV en familia

---

*“Dedicar más de 60 minutos diarios a ver la televisión disminuye el rendimiento académico de los niños”*

Según un estudio de Kantar Media sobre los hábitos televisivos en 15 países, en España los **niños y jóvenes ven una media de más de tres horas de televisión al día**. La crisis económica ha aumentado el tiempo que los niños dedican a la televisión, aumentando todavía más en las clases económicas desfavorecidas. En cambio, en las clases sociales altas, el consumo de televisión ha disminuido en una hora diaria. La brecha entre las clases sociales se amplía de muy diversas formas. Dedicar **más tiempo del recomendable** a ver la televisión **resta tiempo** a hacer actividades enriquecedoras, que faciliten la interacción con la familia. Supone otras limitaciones, como educar de forma distorsionada y limitadora respecto al uso del tiempo libre. Demasiada televisión también **inhibe la realización de actividad física**, con lo cual aumenta el riesgo de obesidad y otras patologías relacionadas con la falta de ejercicio. Y, lo más importante: **limita el tiempo que debe ser destinado al juego, la interacción con la familia y otras personas y la creatividad**. La televisión sin control expone a nuestros hijos a peligros de los cuales debemos protegerles. Entre ellos, el de las empresas que publicitan sus productos a través de los medios, haciendo servir todo tipo de estrategias para llegar a nuestros hijos. En el momento actual niños, adolescentes y jóvenes son el objetivo de una sociedad que busca consumidores, potenciales compradores a los que hay que seducir: se busca conseguir que deseen comprar, a veces, a cualquier precio. Esta sociedad, basada en el consumo sin límites transmite unos determinados valores ante los que las familias debemos **posicionarnos**: ¿Acepto lo que me exponen o lo cuestiono? Quienes, desde luego, tienen pocas opciones para escoger de una manera crítica y pocos recursos para protegerse del acoso de la publicidad de los anuncios y de la publicidad subliminal de los programas de televisión son los menores: nuestros hijos. El consumo ilimitado es imposible y confundir la felicidad con el consumo es un error vital que debemos superar. Los diversos canales de televisión no son ni lo responsables ni lo éticos que debieran ser, por ello, deben ser sometidos a control para proteger los derechos de los niños. Pero no existe mejor control que el que podemos ejercer los padres desde el hogar.

**Aspectos positivos de la televisión.** Tiene muchos, pero en la dosis adecuada. Debemos elegir, debemos programar qué queremos ver y qué conviene a nuestros pequeños. Existen cadenas nacionales que no emiten anuncios, como la primera y la 2, de Televisión Española. También tenemos a nuestra disposición magníficos programas, series y películas de gran valor educativo que podemos disfrutar y compartir en familia. En nuestro país se recomienda que se dedique un máximo de UNA HORA AL DÍA a ver la televisión. Un uso positivo, intencional y educativo de la televisión puede convertirse en un medio sano de entretenimiento, nos brinda una ocasión para hacer una actividad en familia y es un medio eficaz para estimular y complementar la educación de nuestros hijos.

**A continuación, reproduzco los 27 consejos prácticos para ver la televisión en familia** que propone FEDEPADRE (organización chilena de padres). El fin es el de promover el uso positivo de la Televisión. El texto está adaptado a los vocablos españoles que utilizamos habitualmente.

## 27 Consejos para ver TV en familia. (Fuente: FEDEPADRES, Chile)

**1- Los hijos deben ser enseñados por sus familias**, tanto a ver espacios televisivos gratificantes y enriquecedores, como a no ver aquellos que le puedan degradar en su dignidad humana. Si las familias no enseñamos a ver televisión a nuestros hijos, ¿quién lo hará?

**2- Tenemos que enseñar a los hijos a que no hay que “ver televisión”, sino que hay que ver programas de televisión.** Así podremos desarrollar la capacidad de selección y discriminación, que nos habilitará para ver aquello que nos conviene y no mirar aquello que no nos conviene ver. Debemos preguntar a nuestros hijos ¿Qué queréis ver?, en lugar de preguntar ¿Queréis ver televisión?

**3- Para crear un criterio de selección al momento de ver televisión, debemos evitar tener encendida la televisión**, cuando no hay nadie viendo un programa determinado.

**4- Un buen modo de afirmar las ideas anteriores, es no tener a mano el mando de la televisión.** El “zapping”, o la costumbre de cambiar permanentemente de canal de televisión, dado que esto es contrario al criterio de selección que debemos desarrollar en nuestros hijos para ver la televisión.

**5- Nuestros hijos no deben tener un aparato de televisión en su habitación.** Esta costumbre incentiva el aislamiento, provoca una adicción a la televisión y es contrario a la vida de familia. Debemos tener presente que una adicción desordenada a la televisión impide el juego de nuestros hijos, su creatividad y la convivencia familiar.

\*Nota: los niños que tienen televisión en su cuarto tienen un rendimiento académico inferior a aquellos que no la tienen.

**6- Es conveniente tener un horario preestablecido para ver programas de televisión.** Como todas las cosas, la televisión tiene “su lugar” en vida familiar, junto a otras actividades.

**7- No use la televisión como una “niñera electrónica”, dado que ella no cuida verdaderamente a nuestros hijos**, especialmente si los dejamos ver “lo que están dando”. Cuando ambos padres trabajan, este criterio es especialmente importante.

**8- La capacidad de imitación que tiene el niño debe ser orientada hacia el conocimiento de personajes reales y ejemplares** (Por ejemplo: científicos/as, deportistas, personajes dignos de ser imitados, artistas), y no hacia “héroes imaginarios”, “monstruos” y personajes inexistentes.

**9- Echarle la culpa a la televisión es la salida fácil.** Los padres no debemos cesar en la lucha porque en casa se vea buena televisión, teniendo siempre presente que nos corresponde a nosotros el deber y la responsabilidad formativa de nuestros hijos.

**10- Si puede, es muy conveniente que los padres acompañen a sus hijos mientras ven la televisión.** De esta forma podremos conocer directamente los efectos que los programas que ven les producen en nuestros hijos.

**11-. No todos los programas aportan lo mismo.** Debemos preferir que en lo posible nuestros hijos vean aquellos espacios que tengan que ver con el desarrollo de valores, amor a la naturaleza, ocupación positiva del tiempo de ocio y cultivo de la cultura, a aquellos programas insustanciales o superficiales.

**12-. No es conveniente que el niño vea el programa que se le antoje, tanto con la complicidad de su familia como a escondidas de ella.** No conviene dar por sentado que todos los programas llamados “infantiles” tienen un contenido adecuado. Las familias debemos orientar a nuestros hijos en este sentido, lo que nos obliga a informarnos adecuadamente al respecto.

**13-. Las familias debemos informarnos del contenido de los programas de televisión.** Cualquier espacio que incluya erotismo, sexualidad, violencia, maldad, permisividad, delincuencia, racismo, etc., no es apto para niños. Y las familias deben saberlo, y evitar que sus hijos los vean. Para lograr esto, se pueden consultar guías de calificación de la programación de la televisión que se publican a instancias de organismos públicos legitimados.

**14-. Hay que tener presente que los hijos deben aprender los valores morales antes que nada en el ámbito de la familia,** y en la convivencia con las demás, y no en los personajes y acciones de la televisión.

**15-. Las familias deben esforzarse por buscar alternativas a la televisión:** deporte, visitas a museos y parques naturales, sesiones de teatro, proyección de videos, fomento de conversaciones familiares, y prácticas de acciones solidarias a favor de los demás.

**16-. La “cultura de la imagen” debe llegar a los niños por medios que no sea exclusivamente la televisión,** es decir, por fotografías, exposiciones, mapas y lectura.

**17-. Inevitablemente, y no obstante nuestros esfuerzos, habrá contenidos televisivos contrarios a los valores familiares.** Es por ello que los padres debemos fomentar que los programas sean analizados y conversados en reuniones de familia, por ejemplo en el espacio de las comidas, con la televisión apagada, claro. Esto no solo enriquece la comunicación familiar, sino que es una muy buena manera de dar un apoyo concreto a la educación de nuestros hijos, evitando que arraiguen malos contenidos televisivos en ellos.

**18-. Las familias, poco a poco, pueden crear una videoteca con películas y documentales** de interés para los niños.

**19-. Los anuncios comerciales pueden ser tan peligrosos como los malos programas de televisión.** Los padres debemos estar muy atentos para que la televisión no convierta a nuestros hijos en personas superficiales o consumidoras de todo lo que se anuncia. Nunca hay que hacer caso de la publicidad de juegos que inciten a la violencia, a la discriminación, y al racismo.

\*Nota: debemos ser muy críticos ante la oferta desmesurada, promover nuestros valores frente a contravalores que se nos presentan y apagar los anuncios cuando corresponde. Considero muy importante que los anuncios sean analizados junto a ellos, desde la perspectiva moral familiar: pueden ser una gran oportunidad para confrontar los valores de los medios con aquellos que defiende nuestra unidad familiar. Hemos de aprovechar los malos programas y las malas influencias para enseñar a nuestros hijos qué es aquello que la familia rechaza (machismo, consumismo, intolerancia, discriminación, degradación, malos tratos, falta de respeto,...)

**20-. Ver o no ver televisión no debe convertirse para los niños en un premio o castigo.**

**21-. Las familias, deben iniciar a sus hijos, según su edad y desarrollo, en una positiva y prudente educación sexual,** que evite que una imagen distorsionada de la mujer y del hombre y del sexo les sea transmitida, poco a poco, por medio de la televisión.

**22-. Las familias debemos luchar para que cualquier espacio de televisión infantil, sin ética, sin respeto a los valores y a los derechos de los niños, sea tipificado como un delito por la legislación nacional.** La mala televisión infantil, o “programación basura” tiene su origen en el menosprecio a la dignidad del niño como persona.

**23-. No debemos dejar que nuestros hijos vean televisión basura.** Si estos programas de televisión son vistos por nuestros hijos, confundirán la realidad con la ficción, se desorientarán y equivocarán al comprender y valorar el sentido de la vida, e irán deformando su propia conciencia. Transigir con la mala calidad de aquellos programas de televisión inadecuados para los niños, dejándolos que los vean, equivale a transigir y hacerse cómplice de lo que distorsiona los valores y los derechos de la infancia.

**24-. Las familias debemos organizarnos para exigir una televisión adecuada en horarios infantiles.** Las actitudes groseras, los hábitos y comportamientos antisociales, las obscenidades del lenguaje, la pérdida del sentido de la autoridad, la vulgaridad y la frivolidad, la apología subliminal o directa de conductas reprochables, y cualquier menosprecio a la vida humana, deben ser erradicados, especialmente de los espacios que tengan a los niños como destinatarios.

**25-. Ante una programación infantil con baja, discutible y reprochable calidad, las familias deben poner en marcha una actitud crítica adecuada y constructiva.** Asimismo, debemos incentivar una buena televisión, resaltando sus buenos programas.

**26-. Las familias y educadores deben hacer comprender a los niños que la televisión no es imprescindible ni el único medio para llenar su tiempo libre.**

**27-. El ejemplo resulta una terapia eficaz. Si la familia ve mucha televisión, o televisión de mala calidad, ¿con qué criterio van a evitar que sus hijos vean aquellos programas negativos para ellos!**

**Y algo más:**

- Recuerden evitar que los niños vean más de una hora al día de televisión.
- Se recomienda apagar la televisión durante las comidas o en las reuniones familiares.
- Eviten contradicciones entre los adultos a la hora de utilizar la televisión
- **Para los abuelos amantes de la televisión, su entretenimiento por las tardes, mientras cuidan a sus nietos:** pacten con sus hijos el tiempo que pasan con sus nietos, pero eviten condenar a sus vulnerables cabecitas a cantidades de televisión que son nocivas y están distorsionando su percepción de la realidad. Hablen de todo ello y lean junto a sus hijos éstas cuantas orientaciones.

Más información: **Els fulls de la FaPaC.**

<http://www.fapac.cat/Fulls-d-assessorament-per-a-pares-i-mares-de-l-Escola-de-Pares-de-la-FaPaC>

# Recordatoris per posar a la nevera

---

A continuació, teniu a la vostra disposició:

1. **DIEZ COSAS PARA HACER EN CASA.** Las escuelas, los padres y el aprendizaje social y emocional. Material en espanyol procedent de casel.org, organització reconeguda internacionalment que promoguda -entre altres- per Daniel Goleman amb l'objectiu de difondre l'educació emocional i social. [www.casel.org](http://www.casel.org)
2. **DIEZ COSAS PARA HACER CON SU ESCUELA.** Recomanacions en relació a les famílies i les escoles. També realitzada per CASEL.
3. **IDEAS PARA LOS PADRES,** sobre l'aprenentatge social i emocional. També procedents de CASEL.
4. **Hablando Sobre Las Calificaciones Escolares De Su Hijo,** procedent de Solid Foundation, © Copyright 2008, Academic Development Institute. Materials que ens donen pautes sobre la forma de fer un positiu abordatge de les notes escolars. Com parlar i fer un ús positiu, de quina manera poden millorar i quines estratègies fer servir.
5. **Preparandose para Una Conferencia de: Padre—Maestro—Estudiante** procedent de Solid Foundation, © Copyright 2008, Academic Development Institute. Com preparar tutories eficaces i positives. Com aprofitar millor aquella justa mitja hora per ajudar a millorar acadèmica i personalment als nostres fills i filles.
6. **La Tarea Es Formar Un Hábito,** procedent de Solid Foundation, © Copyright 2008, Academic Development Institute. Sobre hàbits i pautes d'estudi.
7. **100 maneras de ayudar a su hijo y a su escuela a tener éxito,** fullet procedent de PTA ([www.pta.org](http://www.pta.org)), associació de famílies i docents americana que aglutina a 5.000.000 de socis. El seu eslògan és molt significatiu: CADA NIÑO, UNA VOZ. Ens indica la necessitat de superar la representació de poques persones a les escoles per passar a la participació ampla de tots i totes. Això garanteix que les necessitats i situacions particulars siguin tingudes en compte, per superar la participació de pocs i per garantir la necessària participació de tothom als centres: nens i nenes, famílies i docents. Només junts podrem construir les escoles que responguin a les peculiaritats i diversitat que les escoles engloben. És necessària la participació de tothom. El valor de cada família implicada a les escoles és equivalent a 750 euros. Quant valor generariem si tots i totes ens impliquéssim de forma efectiva a les escoles i també de forma més eficaç des de casa?

## Las Escuelas, Los Padres, y el Aprendizaje Social y Emocional

# Diez Cosas para Hacer en Casa

1. **Concéntrese en los puntos fuertes del niño.** Cuando su hijo(a) trae a casa un examen, háblele primero sobre lo que hizo bien. Luego háblele de lo que puede mejorar. Elogie específicamente sus puntos fuertes. No sólo critique las cosas que estén mal hechas.
2. **Haga cumplir las consecuencias de la mala conducta.** A veces los padres cuando están enojados dicen ciertas cosas que no ayudan a limitar esas conductas a largo plazo. Usted tal vez diga, "Te quedas sin televisión por un mes por lo que hiciste." Pero tanto usted como su hijo(a) saben que después de uno o dos días la TV volverá a estar encendida. Decida qué consecuencias son justas y luego hágalas cumplir.
3. **Pregúntele a los niños cómo se sienten.** Cuando usted le pregunta a su hijo(a) cómo se siente, el mensaje que le está dando es que sus sentimientos son importantes y que a usted le interesan.
4. **Encuentre maneras de permanecer calmo(a) cuando usted se enoja.** Es normal enojarse o irritarse a veces. Aprenda a reconocer las situaciones que le hacen perder los estribos y haga algo antes de perder el control. Pruebe de respirar hondo por un momento. Piense en establecer un "área tranquila" donde uno puede ir cuando está alterado(a). O simplemente usted puede dejar de hablar y salir del cuarto por un rato. Siéntense en familia y hablen acerca de qué puede hacer cada uno para mantenerse calmo.
5. **Evite humillar o burlarse de su hijo(a).** Eso puede hacer a los niños sentirse mal acerca de ellos mismos. Puede llevarlos a no tener confianza en sí mismos, y eso a su vez puede traerles problemas en su desempeño escolar, causarles enfermedades y problemas para llevarse bien con los amigos. Las críticas injustas y el sarcasmo también hacen daño a la confianza que une a los niños con sus padres. Preste atención a cómo les habla a sus hijos. Déles lugar para cometer errores a medida que aprenden cómo hacer cosas nuevas.
6. **Esté dispuesto(a) a pedir disculpas.** Los padres necesitan poder pedir disculpas a sus hijos si lo que dijeron no era lo que querían decir. Explíqueles con calma lo que usted de veras quiso decir. Al hacer esto usted les da un buen ejemplo. Les está mostrando lo importante que es pedir disculpas después de haber herido a alguien. Les está enseñando que es posible tratar de resolver problemas manteniendo el respeto por el otro.
7. **Déles a los niños la oportunidad de escoger y respete sus deseos.** Cuando los niños tienen ocasión de elegir algo, aprenden a resolver problemas. Si usted escoge por ellos, nunca aprenderán esta habilidad tan importante. Darle a los niños maneras para expresar sus preferencias y tomar decisiones les muestra que sus ideas y sus sentimientos tienen importancia.
8. **Hágales a sus niños preguntas que les ayuden a resolver solos sus problema.** Cuando un padre escucha que su hijo tiene un problema, es tentador meterse y tratar de resolverlo. Pero eso puede dañar la habilidad del niño de encontrar soluciones por su propia cuenta. Una manera de ayudarlos es hacerles preguntas útiles. Por ejemplo, "¿Qué te parece que podrías hacer en esta situación?" y "Si escoges una solución en particular, ¿qué consecuencias tendrá tu decisión?"
9. **Lean juntos libros y cuentos.** Leer cuentos en voz alta es una manera de compartir algo agradable y aprender juntos acerca de otras personas. Por ejemplo, los cuentos pueden ser una manera de explorar cómo se maneja la gente con problemas comunes como hacerse de nuevos amigos o perder un amigo, o manejar conflictos. Pídale al maestro de su hijo(a) o al bibliotecario que le recomiende cuentos sobre temas que les interesen a usted y a sus hijos.
10. **Alléntelos a compartir y ayudar.** Hay muchas maneras de hacer esto. Usted y su hijo(a) pueden preparar juntos la comida en un refugio para personas sin hogar o ir a una caminata o *walk-a-thon* para juntar fondos para alguna causa. Pueden ayudar a vecinos ancianos o a familias necesitadas. Eso les enseña a los hijos que pueden tener impacto positivo en la vida de otras personas.

## Las Escuelas, Los Padres, y el Aprendizaje Social y Emocional

# Diez Cosas para Hacer con su Escuela

1. **Concéntrese en la importancia de aprender.** Tómese un momento todos los días para preguntarle a su hijo(a) qué aprendió en la escuela. No se concentre solamente en matemáticas, inglés y estudios sociales. Pregúntele cómo se lleva con otros estudiantes y cómo se siente con respecto a la escuela. El aprendizaje es una actividad para toda la vida, no solamente para la escuela. Hable acerca de lo que usted haya aprendido en el curso del día.
2. **Trate de crear en su casa un ambiente positivo para el aprendizaje.** Fije horarios regulares y proporcione a su hijo(a) un lugar silencioso y bien iluminado para hacer las tareas escolares. Limite la cantidad de TV que miran. Decida con su hijo(a) las reglas con respecto a interrupciones como llamadas telefónicas o visitas. Asegúrese de que su hogar tenga bastantes libros, revistas y periódicos.
3. **Ponga en su casa una cartelera de anuncios escolares.** Coloque ahí a la vista el calendario escolar y otros anuncios de la escuela. Decidan en familia a qué eventos escolares van a asistir. Ayude a su hijo(a) a participar en actividades escolares interesantes y valiosas.
4. **Escuche cuando su hijo(a) habla sobre la escuela.** Preste atención a lo que dice su hijo(a) dice acerca de la escuela. Si su hijo(a) está feliz con su clase y sus actividades escolares, mande una nota o llame al maestro a agradecerle. Si su hijo(a) parece frustrado(a), aburrido(a) o parece sentirse solo(a) en la escuela, llame al maestro o consejero escolar a ver qué se puede hacer.
5. **Ayude a su hijo(a) con las tareas escolares.** Nunca haga las tareas escolares de su hijo(a). Pero ayúdelo(a). Ayude a su hijo(a) a determinar prioridades para el trabajo escolar. Por ejemplo, puede alentar a su hijo(a) a "atacar" los deberes más difíciles primero, cuando tiene más energía.
6. **Saque provecho de las juntas escolares.** Encontrar tiempo para ir a juntas escolares puede ser difícil. Muchas escuelas ofrecen horarios y lugares alternativos para que los padres hagan preguntas y hablen de soluciones para problemas comunes. A menudo en estas reuniones hay alguien que cuida a los niños. Haga de este tipo de Juntas una prioridad.
7. **Done tiempo a la escuela.** Al ofrecerse de voluntario(a) en la clase, usted puede entender mejor cómo apoyar en la casa el aprendizaje de su hijo(a). Pruebe de ser 'room parent' (padre o madre de salón), o ir como chaperón a funciones escolares, o ser tutor(a). Hasta los padres que trabajan de tiempo completo pueden visitar la escuela de sus hijos por la noche o en los fines de semana. Cree sus propias oportunidades si es que no existen.
8. **Asista a actividades escolares.** Siempre que sea posible, asista a las representaciones teatrales de su hijo(a), a sus eventos deportivos o ferias de ciencias. Su presencia demuestra que los intereses y el trabajo de su hijo(a) son importantes para usted. También puede darle a usted una oportunidad de conocer a otros padres y al personal escolar.
9. **Únase a un "Club de Libros acerca del Aprendizaje Social y Emocional" o empiece uno si no lo hay.** En algunas comunidades, los padres han creado clubes de lectura para aprender cómo pueden fomentar el desarrollo social y emocional de sus niños. Puede hacerse como parte de la Asociación u Organización de Padres y Maestros (PTA o PTO). También es algo que se puede hacer informalmente con amigos o padres de los compañeros de clase de su hijo(a). (Vea la breve lista de lecturas incluidas en este material.)
10. **Fomente buenas comunicaciones con la escuela.** Las buenas comunicaciones son básicas para apoyar la educación de su hijo(a). Pídale al maestro de su hijo(a) que le sugiera actividades para el hogar, para apoyar las habilidades que los niños están aprendiendo en la escuela. Pídale tareas para el hogar que incluyan directamente a los padres. Un ejemplo puede ser que los estudiantes les pregunten a sus padres sobre sus orígenes culturales o sus experiencias de trabajo.

## Las Escuelas, Los Padres, y el Aprendizaje Social y Emocional

# Ideas para los Padres

Trabajando juntos, las escuelas y los padres pueden fomentar el aprendizaje social y emocional de los niños (*social and emotional learning* o SEL, por sus iniciales en inglés). El aprendizaje social y emocional incluye algunas habilidades básicas:

- ◆ **Conocerse a uno mismo**—reconocer los propios sentimientos y controlar el enojo o la cólera.
- ◆ **Entender a los demás**—desarrollar empatía y ponerse en el lugar del otro.
- ◆ **Tomar decisiones responsables** y llevarlas adelante. Eso incluye considerar las consecuencias que las propias acciones tienen a largo plazo para uno mismo y para los demás.
- ◆ **Entenderse a uno mismo**—manejar las propias emociones, fijarse metas y sortear los obstáculos.
- ◆ **Construir relaciones sanas**—decir que no a la presión negativa de los pares y trabajar constructivamente en la resolución de conflictos.

Cuando los niños dominan estas habilidades, tienen más probabilidades de tener éxito en la escuela y en la vida. Son más felices y desarrollan más confianza en sí mismos. Son mejores alumnos, miembros de la familia y mejores en el trabajo. Tienen menor tendencia a tener problemas de drogas y de alcohol, a la depresión o a la violencia. El aprendizaje social y emocional es como una póliza de seguro para una vida saludable, positiva y exitosa.

### El Papel de los Padres

Mucho antes de que los niños sepan decir su primera palabra o dar su primer pasito, responden cuando sus papás los tocan, responden al tono de sus voces y a sus estados de ánimo. Ése es el principio del aprendizaje sobre emociones y relaciones. Sucede tan naturalmente como ocurre el crecimiento y desarrollo de sus cuerpecitos.

“La vida en familia es nuestra primera escuela para el aprendizaje emocional”, dice el autor Daniel Goleman. En la familia, dice, “aprendemos cómo sentirnos respecto a nosotros mismos y cómo reaccionan otros ante nuestros sentimientos.” Este aprendizaje sucede tanto a través de lo que dicen y hacen los padres a sus niños, como también de cómo se tratan entre ellos.

### Algunos Puntos Básicos para Tomar en Cuenta

- ◆ Los niños aprenden de sus padres importantes lecciones acerca de las emociones. Cuando los padres amenazan o castigan a los niños por demostrar sus emociones, los niños aprenden que las emociones son peligrosas y que deben guardarse dentro de uno. Eso puede llevar más adelante en la vida a la depresión o a cólera sin control. Cuando los padres no enseñan a sus hijos maneras aceptables de expresar su enojo, los niños pueden pensar que está bien estallar frente a otros o tener rabietas.
- ◆ Los padres deberían considerarse “entrenadores de emociones”. Pueden alentar a sus hijos a que usen palabras para describir sus sentimientos, como “Estoy triste” o “Eso me hizo enojar mucho” para expresar sus emociones.
- ◆ Cuando los niños aprenden a expresar sus sentimientos y respetar a los demás, se vuelven más felices y sanos. Esos niños tienen menos probabilidades de sufrir de problemas de depresión, violencia u otros problemas de salud mental a medida que van creciendo.
- ◆ Muchos programas de Aprendizaje Social y Emocional para las escuelas incluyen actividades para padres. Cuando los padres y los estudiantes practican las habilidades de SEL en la casa, los efectos son aún mayores. Además los niños llegan a reconocer que aprender es algo que se hace a lo largo de toda la vida, y no solamente algo que se termina cuando se sale de la escuela.
- ◆ A los niños les gusta que sus padres los guíen y les enseñen. Según una encuesta reciente el 86% de los muchachos de 10 a 17 años dijeron que sus padres eran influencias muy importantes en sus vidas. Sólo el 22% dijo que la televisión, las películas y la música popular eran igual de importantes. Nadie puede ocupar el lugar de los padres en la crianza de niños a quienes les importan los demás, que tienen confianza en sí mismos y son capaces.

Para mayor información, póngase en contacto con: Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL), University of Illinois at Chicago, Department of Psychology (MC 285), 1007 West Harrison St., Chicago, IL 60607. 312/413-1008. [casel@uic.edu](mailto:casel@uic.edu), [www.CASEL.org](http://www.CASEL.org)



## Helpful Tips for Parents

### **Hablando Sobre Las Calificaciones Escolares De Su Hijo**

#### **Discussing Your Child's Report Card**

Una de las maneras que existe para comunicarse entre el maestro, los padres y el estudiante, es mediante las calificaciones escolares. Las calificaciones son el resultado de progreso y de los trabajos del estudiante en el curso pasado valorado por el maestro. A continuación damos algunos consejos que le pueden servir de ayuda ante una posible discusión con su hijo referente a las calificaciones escolares.

**Reúnanse en privado, padres y hijos, sin ninguna distracción.**

**No limite el tiempo. Su hijo se merece recibir atención sin interrupciones.**

Asegúrese que dispone de suficiente tiempo, poder plantear el tema relajadamente le favorecerá.

**Empiece repasando lo que su hijo ha aprendido en cada asignatura del pasado curso.**

Pregúntele sobre las distintas actividades llevadas a cabo entre asignaturas. Hable de su progreso.

**Pregunte a su hijo cómo se determinan las calificaciones del curso.**

¿por asignatura? ¿por exámenes? ¿por las tareas? ¿reportajes? ¿participación en clase?

**Pregúntele si está satisfecho con las calificaciones que recibió.**

Si su respuesta es “no”, pregúntele qué cree él/élla que se puede hacer para mejorarlas. Plantee en concreto los pasos que puede tomar. ¿Cómo pueden ayudar los padres?

**Repase otro tema reflejado en las notas,**

Por ejemplo: los comentarios del maestro, faltas de asistencia a clase, esfuerzos, conducta, actitud, etc...Escúchele mientras él le explica.

**Comente con él, cuáles son sus metas para el próximo curso.**

¿Son éstas unas metas razonables? ¿o son de desafío?

**Ayúdele a planificar sus próximos pasos.**

¿Debería su hijo hablar con el maestro para discutir sus preocupaciones, o explicarle sus nuevas metas, así como preguntar que le de consejos? ¿Necesita su hijo hacer algunos cambios dentro de sus hábitos basándose en cómo estudia en casa? ¿Tiene su hijo interés en aprender más sobre algún tópico en particular?

**Hablen de los pasos que van a tomar.**

Si es que su hijo decidiera hablar con el maestro ¿Va usted a interesarse en los resultados de esta reunión? ¿Cómo cree usted que puede ayudar a su hijo a lograr alcanzar su meta? Si su hijo demuestra interés en aprender más sobre algún tópico en particular ¿Qué puede usted hacer para ayudarle?

**¿Qué tal si usted se reuniera con el maestro o decidiera enviarle una nota?**

Como resultado de la conversación con su hijo en referencia a las notas escolares, ¿Tiene usted alguna pregunta que hacer al maestro? ¿Cree usted que ahora tiene más información sobre su hijo que el maestro debería saber? ¿Desea usted demostrar su agradecimiento al maestro por el trabajo o simplemente decir “gracias”?

**Cuando todo va en orden, demuestre a su hijo su orgullo por los esfuerzos demostrados.**

De esta forma siempre que sea necesario hacer cambios, su hijo sabrá que usted estará de su lado para ofrecerle apoyo. Concluya la conversación dejando una afirmada comprensión sobre los pasos que cada uno han de tomar.

## Helpful Tips for Parents

### **Preparandose para Una Conferencia de: Padre—Maestro—Estudiante** **Preparing for a Parent-Teacher-Student Conference**

Considere las sugerencias que a continuación le ofrecemos para asegurarse de que cuando usted salga de la conferencia entre padres y maestros, se lleve consigo toda la información que usted quiere.

#### **Haga una lista de todas las preguntas que usted quiere hacer a los maestros.**

Esta es su oportunidad para hacer preguntas al maestro de su hijo. Tome tiempo antes de la conferencia para hacerse una lista con las preguntas que usted quiere que le sean contestadas.

#### **Antes de la conferencia hable con su hijo.**

Hable sobre el progreso del aprendizaje de su hijo. Entérese de las actividades más recientes de la clase. Asegúrese si su hijo tiene alguna pregunta para que usted le pregunte al maestro. ¿Hay algo que le molesta a su hijo que debería saber el maestro? ¿Ha colaborado el maestro en ayudar a su hijo de alguna manera especial? Tome unas cuantas notas.

#### **Dispóngase a dar algunas “buenas noticias” al maestro.**

Los maestros necesitan y se merecen recibir buenas noticias. Esté dispuesto a informar al maestro de cuando su hijo le ha traído buenas noticias de la escuela. Acuérdesse de la ayuda especial que el maestro ofreció a su hijo, las palabras de ánimo y estímulo, los consejos sobre los temas de mayor interés de su hijo.

#### **Hable abierta y honestamente.**

Comparta sus frustraciones y éxitos con respecto a la vida escolar y familiar de su hijo. Un comprensivo entendimiento de las preocupaciones y de las prioridades de su hijo ayudará al maestro a relacionarse mejor con su hijo.

#### **Averigüe formas para poder ayudar mejor a su hijo.**

Hable con el maestro sobre las formas en que usted puede ayudar a su hijo en casa. Quizás sea proporcionándole un horario y un buen lugar de estudio. Puede que sea conversando a menudo con su hijo sobre la escuela o escuchándole leer en voz alta. Pida sugerencias al maestro.

#### **Visualice a su hijo mediante los ojos del maestro.**

Algunos niños se comportan en la casa muy diferentemente a como se comportan en la escuela. Aproveche la conferencia para saber más del comportamiento de su hijo, también para ayudar a que el maestro entienda mejor a su hijo.

#### **Expresa sus preocupaciones.**

No tenga miedo de expresar su preocupación con respecto al rendimiento en la escuela de su hijo, el ambiente de la clase, la presión de los estudiantes o cualquier otra cosa que pueda estar afectando la educación de su hijo.

## Helpful Tips for Parents

### La Tarea Es Formar Un Hábito Homework is Habit Forming

Ya que los niños adquieran el hábito de estudiar en casa por medio de los padres, los consejos que le damos a continuación puede que le sirvan de ayuda.

#### **Ayude a que su hijo establezca un horario para estudiar en casa.**

La tarea es solamente una parte del tiempo de estudio. Ayude a su hijo a acostumbrarse a estudiar en casa, aunque la tarea haya sido terminada. Ayude a su hijo a planificar un horario semanal que incluya tiempo para los estudios.

#### **Establezca un tiempo mínimo de estudio.**

Diez minutos por nivel de curso, por día, cinco días a la semana es una expectativa razonable. Por ejemplo, un niño del cuarto grado no estudiará menos de 40 minutos al día y un niño del octavo grado no estudiará menos de 80 minutos al día.

#### **Cuando la tarea está completada, los estudiantes pueden usar el tiempo restante para estudiar.**

Las asignaturas son solamente una parte del estudio. Después de completar las asignaturas, el tiempo restante se puede usar para el repaso, leyendo materiales que estén relacionados con lo que se está estudiando, haciendo trabajos extras, organizando las notas.

#### **Los descansos son importantes.**

Un breve descanso cada 20 minutos, alerta al cerebro. Aunque la hora de estudio debe ser un tiempo de silencio, no quiere decirse que ésta sea la hora de la siesta. Ayude a hacer la hora de estudio de su hijo más efectiva. Anímele a que se siente en una postura correcta y a que tome un breve descanso cada 20 minutos. Proporcíónele una iluminación apropiada en el lugar de estudio.

#### **Hable con su hijo de sus hábitos de estudio.**

El hábito de estudiar en casa es enseñado por los padres, no por los maestros. Mucho de los buenos hábitos son enseñados por los padres. Estudiar en casa puede ser uno de ellos. Una vez establecido, el hábito de estudiar se quedará con su hijo durante sus años escolares y después. Al hacerse un adulto seguirá encontrando tiempo para leer y aprender.

#### **Supervise el tiempo de estudio de su hijo.**

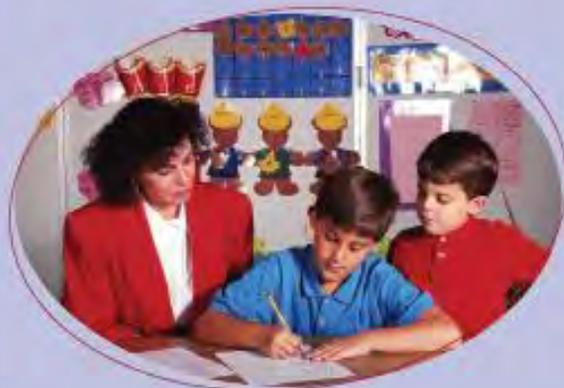
Hága saber a su hijo que usted está interesado. Vigile el progreso de su hijo. Déle ánimo y apoyo.

Involúcrese! Obtenga resultados!

# 100 maneras de ayudar a su hijo y su escuela a tener éxito



**PTA**  
cada niño. una voz.\*



## Existen muchas maneras

de involucrarse en la educación de su hijo. Probablemente ya está haciendo algunas cosas. Tal vez sea hablándole al maestro para darle “las gracias” o para preguntarle algo o atendiendo alguna junta escolar o de la mesa directiva. Pronto verá los resultados de sus esfuerzos y esto se debe a que cuando los padres se involucran en la educación de sus hijos, todos ganan.

**PTA**  
cada niño. una voz.\*



## La comunicación

1. Responda en forma positiva, y demuestre aprecio por los maestros y el personal directivo.
2. Adopte una actitud positiva y una mentalidad abierta en las interacciones con el personal administrativo y los docentes de la escuela.
3. Escuche las opiniones de los otros cuando estén debatiendo sobre algún tema.
4. Informe a los maestros acerca de las fortalezas, talentos e intereses de su hijo.
5. Comparta las expectativas y establezca objetivos para su hijo junto con el docente.
6. Solicite citas según su necesidad para hablar sobre la evolución o las inquietudes de su hijo.
7. Asista a conferencias para padres y docentes con las preguntas específicas que desee hacer.
8. Decida junto con el docente de su hijo el mejor medio de contacto (teléfono, correo electrónico, notas, etc.).
9. Comprenda y refuerce las reglas y las expectativas de la escuela en su casa.
10. Participe en oportunidades informales para conversar y conocer al personal administrativo, los docentes y demás integrantes del cuerpo educativo.
11. Plantee sus inquietudes o dudas en forma honesta, abierta y oportuna.
12. Asista a las reuniones de la PTA o de padres con regularidad.
13. Lea los boletines informativos de la clase y/o la escuela.
14. Visite la página Web de la escuela.
15. Conozca los nombres de los docentes, directivos y enfermeros de la escuela de su hijo.

16. Lea y familiarícese con el manual de la escuela.
17. Solicite que la información esté disponible en todos los idiomas que hablan las familias de los niños que asisten a la escuela.
18. Comparta las prácticas familiares en cuanto a la cultura, los valores y las actitudes de los padres con el personal de la escuela de su hijo.
19. Comunique sus percepciones en cuanto al trato hacia los padres y, cuando sea necesario, trabaje junto al personal de la escuela para mejorar las percepciones y el clima del ámbito escolar.
20. Informe a los docentes acerca de cualquier cambio importante que haya ocurrido en la vida de su hijo (como la muerte de una mascota, una mudanza familiar, la pérdida de algún ingreso, la enfermedad de algún miembro de la familia, o un divorcio).

## La crianza de los hijos

21. Conozca a los amigos de sus hijos y a sus padres.
22. Aproveche los programas y recursos que se ofrecen en la escuela para la familia.
23. Trabaje con otras personas a fin de montar un centro de recursos para padres en la escuela.
24. Contribuya con la creación de una biblioteca de libros o juguetes, y visítela con frecuencia.
25. Brinde ayuda en la elaboración de grupos o programas de apoyo para los padres.
26. Disponga un día para visitar el aula de su hijo o almorzar con él en la escuela.
27. Infórmese sobre clases o temas relacionados con el desarrollo infantil, los estilos de aprendizaje, la disciplina, etc.
28. Asista a las ferias educativas para padres y demás acontecimientos especiales de la escuela.
29. Organice un foro de lectura para padres que constituya un ámbito de debate sobre las publicaciones actuales.
30. Contribuya con la elaboración de un boletín informativo escolar sobre la crianza de los hijos o colabore con la publicación de dicho boletín si ya existe en la escuela.
31. Promueva y ofrézcase para trabajar como voluntario en los programas previos al horario escolar o después de éste.
32. Elabore un archivo casero de identificación de su hijo que incluya datos tales como expedientes médicos, fotos y huellas digitales.
33. Haga donaciones y/u ofrézcase para trabajar en colectas de ropa y alimentos destinados a familias con dificultades económicas que habitan en la comunidad.
34. Pregunte a los docentes o asesores escolares cómo hablar con su hijo acerca de temas difíciles.

## El aprendizaje del alumno

35. Hable con su hijo sobre cómo le fue en la escuela y las tareas todos los días.
36. Conozca las fortalezas y debilidades académicas de su hijo.
37. Proporcione un lugar tranquilo y bien iluminado con los útiles escolares básicos para estudiar y hacer las tareas.
38. Ayude a su hijo a dividir proyectos de tareas de gran magnitud en pasos más pequeños y más fáciles de manejar.
39. Determine una rutina diaria y un horario que sean siempre iguales para estudiar y hacer las tareas.
40. Aliente y felicite a su hijo por sus esfuerzos.
41. Comparta sus intereses, pasatiempos y talentos con su hijo.
42. Proporcione a su hijo libros, revistas, periódicos y demás material, y alientelo a leer.
43. Veán juntos programas de televisión selectos y luego hablen sobre éstos.
44. Hagan viajes en familia a la biblioteca, el zoológico, el museo o el parque para disfrutar de una experiencia de aprendizaje divertida.
45. Hable con el docente de su hijo acerca de la elaboración de juegos y actividades didácticas.
46. Ayude a su hijo con las tareas, pero procure no hacerlas por él.
47. Asista a las reuniones escolares sobre las expectativas de aprendizaje, evaluación y procedimientos de calificación.
48. Contribuya a fijar objetivos y a elaborar un plan educativo personalizado para su hijo.
49. Participe en actividades que le ayuden a entender la tecnología escolar.
50. Ayude a organizar y asista a sesiones nocturnas para la familia destinadas a mejorar los hábitos de estudio, cómo hacer las tareas, etc.
51. Ayude a desarrollar, visite u ofrezca servicios al centro de estudio o tutores.
52. Participe en familia en las ferias académicas.



## El voluntariado

53. Responda a las encuestas escolares sobre sus intereses, talentos y habilidades.
54. Informe al personal escolar sobre su disponibilidad para tareas voluntarias (días, horarios y frecuencia).
55. Coordine y participe en actividades que se llevan a cabo en la escuela durante la tarde y los fines de semana.
56. Ayude al docente de su hijo en el aula o los viajes de día de campo cuando esté disponible.
57. Trabaje junto a los docentes y el personal de la escuela en el desarrollo de actividades voluntarias que pueda hacer desde su casa.
58. Ayude a los educadores y al personal de la escuela a crear una atmósfera cálida y cómoda para los padres.
59. Ayude en las tareas de cuidado de niños y/o transporte para padres voluntarios.
60. Colabore en el desarrollo de formas creativas para incorporar voluntarios a las actividades de la escuela.
61. Trabaje con otras personas para desarrollar descripciones de trabajos voluntarios y evaluaciones de quienes participan en éstos.
62. Ayude al personal de la escuela a seleccionar padres y miembros de la comunidad como voluntarios.
63. Brinde asistencia a la capacitación y orientación sobre cómo ser un voluntario eficaz.
64. Conozca y cumpla con las políticas de disciplina, confidencialidad y de otras áreas para voluntarios.
65. Determine una hora para hablar regularmente con el personal de la escuela y los educadores junto a quienes está trabajando.
66. Participe en la organización y planificación de medios para reconocer y evaluar a los voluntarios.
67. Responda a las encuestas y cuestionarios escolares sobre la eficacia de los programas para voluntarios.

- 68. Ayude a elaborar y distribuir un directorio de voluntarios para padres, personal de la escuela y docentes.
- 69. Ofrezcase como voluntario para los servicios de asesoramiento en sus áreas de experiencia, destinados a docentes o personal de la escuela.

## En sociedad con la escuela

- 70. Conozca las políticas y prácticas de la escuela y el distrito inherentes a los niños.
- 71. Exprese su apoyo o inquietudes respecto a cualquier tema que afecte a su familia.
- 72. Participe en grupos de tareas escolares que evalúen temas como los códigos de vestimenta escolar o las políticas para evitar la intimidación.
- 73. Participe en reuniones para determinar necesidades y servicios educativos especiales.
- 74. Asista a talleres sobre la resolución de problemas, solución de conflictos y disertaciones públicas para desarrollar sus habilidades de patrocinio.
- 75. Participe en consejos o comités de asesoramiento escolar dedicados a los planes educativos, la disciplina, y demás.
- 76. Forme parte de un equipo de administración basado en la escuela e integrado por docentes y personal directivo.
- 77. Aliente y apoye a sus hijos para que ocupen posiciones de liderazgo en los grupos estudiantiles.
- 78. Ayude a su escuela a crear una guía para la familia sobre los derechos y responsabilidades de los alumnos.
- 79. Asista a las reuniones de la PTA, de la junta directiva escolar y/o del distrito, y plantee los temas que le preocupan.
- 80. Conozca los cargos que ocuparán los candidatos y participe en las elecciones de la junta escolar.
- 81. Trabaje con los docentes y el personal administrativo de la escuela en el desarrollo de una política en materia de participación de padres.
- 82. Escriba, llame o visite a los funcionarios locales o estatales dedicados a la elaboración de políticas para ofrecer su apoyo u oposición a las leyes educativas.
- 83. Participe en movimientos organizados para elevar peticiones o en campañas de presentación de cartas, en ambos casos dirigidas al Congreso, en materia de leyes inherentes a las escuelas públicas y demás temas relacionados con los niños.
- 84. Dé su testimonio en audiencias públicas en apoyo u oposición de propuestas de leyes educativas.
- 85. Vote en las elecciones locales, estatales y federales por los funcionarios públicos que apoyan la educación.

## La colaboración con la comunidad

- 86. Obtenga y use información sobre recursos y organizaciones comunitarias.
- 87. Ayude a su escuela a elaborar un directorio de servicios sociales y comunitarios.
- 88. Hágalos saber a los organismos y negocios locales qué sucede en su escuela.
- 89. Ayude a coordinar y participe en acontecimientos que brinden apoyo a grupos comunitarios.
- 90. Comente a los empleadores sobre realizar reuniones o talleres orientados a los padres en el sitio de trabajo.
- 91. Aliente a los empleadores a adoptar cronogramas de trabajo flexibles y permisos de salidas de modo que los empleados puedan asistir a las reuniones y acontecimientos escolares.
- 92. Pida a los empleadores y a los negocios locales que hagan donaciones y brinden su apoyo a los programas escolares.
- 93. Ayude a organizar y/o participe en ferias comunitarias en materia de salud.
- 94. Seleccione miembros comunitarios (empresarios, personas retiradas) para que trabajen como voluntarios en la escuela.
- 95. Adopte una posición activa en grupos comunitarios como la YMCA y los Boys and Girls Clubs.
- 96. Participe en consejos y comités de asesoramiento de la comunidad local.
- 97. Trabaje con las autoridades locales y funcionarios públicos para patrocinar o participar en acontecimientos comunitarios.
- 98. Ayude a organizar y/o participe en un proyecto comunitario de "limpieza" o "embellecimiento".
- 99. Aliente y facilite la participación de su hijo en algún servicio comunitario.
- 100. Dé el ejemplo; adopte una posición activa en el servicio comunitario sólo o junto a su hijo.

**PTA**

*cada niño, una voz.*

(800) 307-4PTA (4782) \* [www.pta.org](http://www.pta.org)

© 2006 PTA. Todos los derechos reservados. Impreso en los EE.UU. (12/06)

**PTA** y *cada niño, una voz.* son marcas registradas del Congreso Nacional de Padres y Maestros.

# Despertem el gust per la lectura des de casa

## COM PODEM FER DELS NOSTRES FILLS I FILLES UNS BONS LECTORS?

### Per què és important que siguin bons lectors?

**P**erquè els hàbits lectors milloren el rendiment escolar. Perquè els bons lectors comprenen i assimilen amb rapidesa els aprenentatges nous.

Perquè els llibres els serveixen per a entretenir-se, reflexionar, desvetllar la fantasia, augmentar els coneixements, desvetllar sentiments...

### Llegir és suficient per ser un bon lector?

**N**o, a més de llegir és imprescindible que ho facin amb fluïdesa i que sàpiguen explicar el que han llegit.

Han de ser capaços de ser crítics; això significa que han d'analitzar, contextualitzar, relacionar i valorar els textos que llegeixen.

Han de tenir l'hàbit de la lectura i estar-hi motivats.

Si cada dia practiquen la lectura i parlen sobre el que han llegit, aconseguiran ser bons lectors.

### Com els podem ajudar a trobar-li el gust, a la lectura?

- Intentant que us vegin llegir a casa. Vosaltres sou el seu exemple.
- Llegint-los contes en veu alta quan són petits.
- Practicant la lectura amb ells de deu a vint minuts cada dia.
- Tenint llibres a casa del seu interès.
- Disposant d'un lloc agradable per llegir.
- Ajudant-los a planificar un temps per a la lectura.
- Fent-los conèixer altres formats, com per exemple, els llibres digitals.
- Interessant-vos per les seves lectures de classe i, si podeu, llegiu-les.
- Fent activitats al voltant dels llibres com dibuixar, anar a la biblioteca, al teatre o al cinema.
- Regalant-los llibres pels aniversaris i celebracions tenint en compte els seus interessos.

**A l'hora d'escollir un llibre per als vostres fills i filles heu de tenir en compte els seus gustos, i també les característiques pròpies de cada edat.**

## ELS LLIBRES HAURIEN DE...

### FINS ALS 5 ANYS

**T**enir protagonistes amb els quals es puguin identificar: nens de la seva edat, animals, etc.

Ser llibres curts. A partir dels 3 anys: amb vocabulari o frases senzilles i amb la lletra grossa.

Estar fets de diversos materials, que es puguin mullar, amb tapes dures, de cartró, de roba, amb il·lustracions grosses o elements mòbils...

### DELS 6 ALS 8 ANYS

**R**elatar històries quotidianes i conegudes, i també llegendes i faules, amb varietat de personatges (quotidians, màgics, poderosos...) per tal d'estimular la seva imaginació.

Ser llibres amb capítols curts, amb lletra grossa i amb imatges (dibuixos, fotografies...) que ajudin a entendre la història.

### DELS 9 ALS 12 ANYS

**R**elatar històries d'acció (misteri, ciència ficció, còmics) on els protagonistes tinguin personalitats més complexes (presenten canvis de conducta, d'edat, d'opinions...) i també poden informar de temes actuals que siguin del seu interès.

Tenir relats més llargs on, per exemple, es narri més d'una història en el mateix llibre utilitzant un llenguatge quotidià i il·lustracions que acompanyin la història.

### DELS 13 ANYS EN ENDAVANT

**S**er llibres d'actualitat amb protagonistes i temes amb els quals es puguin identificar (amor, amistat, misteri, música, esport...).

Relatar històries extenses, fins i tot que ocupin més d'un llibre (trilogies...). Tenir il·lustracions quan siguin necessàries per a la comprensió del relat o la informació.



# Sugerencias para leer libros a los preadolescentes y adolescentes

## El leer a los preadolescentes y adolescentes en voz alta, les ayuda a:

- Continuar asociando la lectura con sentimientos de ternura y de placer; aprender sobre palabras y lenguaje; desarrollar sus habilidades de escuchar; ampliar su vocabulario; hablar de los personajes, escenario, y de la trama y relacionarlos con sus propias vidas; ganar conocimiento sobre una variedad de tópicos o temas; explorar asuntos y conductas sociales y morales; convertirse en mejores lectores independientes; ser motivados para leer por sí solos; descubrir qué autores y qué estilos les gustan.
- Permanecer conectados a sus familias
- Establecer un compromiso de por vida con la lectura.

## Escoja libros que sean del agrado de los preadolescentes y los adolescentes:

- Los preadolescentes y adolescentes se interesan más y más en eventos actuales ya sean locales, nacionales o internacionales. Léan los editoriales y los artículos del periódico y las noticias de revistas.
- Los preadolescentes y adolescentes están en la etapa de definir lo que los hace únicos como individuos y están aprendiendo cómo ellos encajan en el mundo. Lean novelas, del pasado y del presente, con personajes jóvenes quienes experimentan y enfrentan los retos del crecer.
- Los preadolescentes y adolescentes cuestionan la autoridad de los mayores. Lean novelas clásicas y modernas que tengan que ver con asuntos fuertes tales como las necesidades de una comunidad son más importantes que las de los individuos.
- Los preadolescentes y adolescentes están luchando por ser independientes, pero todavía quieren estar conectados a sus familias. Léales sus propios libros favoritos y explíqueles porque éstos son importantes para usted y léales libros que le permitan compartir risas, una buena novela de misterio, un libro de acción y aventuras, o un libro de aventuras de ciencia-ficción.
- Los preadolescentes y adolescentes están aprendiendo gradualmente a pensar de manera abstracta y a comprender las razones de otros puntos de vista que son diferentes a los suyos. Léanles libros que les provoquen pensar "más allá de su pequeña cápsula" y ver el mundo mucho más allá de sus experiencias diarias.
- Los preadolescentes y adolescentes piensan sobre lo que van a hacer en su vida ~ir a la universidad, seguir una carrera, y más. Lean libros que presenten una variedad de oportunidades y experiencias.

## Trate de poner en práctica los siguientes secretos de la lectura:

- Continúe leyéndoles a horas regulares y también de manera espontánea: "Acabo de leer lo que dijo XX persona sobre el juego de fútbol de anoche. ¿Puedo leértelo?"
- Respete a los preadolescentes y adolescentes al dejarlos mantener reservados sus puntos de vista, cuando ellos lo desean. A esta edad es perfectamente normal el que quieran mantener en privacidad algunas cosas.
- Varíe el menú de lectura y ofrezca desde la lectura más ligera, a una más larga con cosas interesantes que provoque el pensamiento del lector.
- Modele el cómo pensar en lo que lee al parar a conversar sobre un punto clave. "Nunca me imaginé esto, y ¿tú que piensas?"
- Fomente la conversación al hacer preguntas abiertas que no tienen respuestas correctas ni incorrectas, pero que al contrario, invitan al pensamiento y al aprendizaje: ¿Qué piensas sobre . . .? ¿Cuál es tu opinión sobre . . .? ¿Cuándo te diste cuenta de que ella iba a . . .?

## Helpful Tips for Parents

### Creando Buenos Hábitos Para Leer Building Reading Habits

La mayoría de los niños aprenden a leer, pero no todos adquieren el hábito de leer. Los padres desempeñan un gran papel ayudando a sus hijos a crear buenos hábitos para la lectura. Los consejos que a continuación le ofrecemos puede que le sirvan de ayuda:

#### **Hable con sus hijos sobre la lectura.**

Pregunte a sus hijos cosas sobre los libros e historias que hayan leído. Coménteles sobre la clase de lectura que usted lee. Haga que la lectura sea un tema de conversación familiar.

#### **Haga frecuentes visitas con sus hijos a la biblioteca.**

Visitar de vez en cuando la biblioteca puede resultar siendo una gran actividad familiar. Disfrute en compañía de sus hijos hojeando libros. Enseñe a sus hijos como usar la tarjeta de la biblioteca.

#### **Haga tiempo para leer en familia.**

La vida familiar puede ser a veces muy ajetreada, dejándonos poco tiempo libre para leer. Haga que la lectura sea una actividad para la familia, creando lapsos de tiempo de por lo menos 30 minutos para que todos lean. Apague el televisor. Dé a cada miembro de la familia la oportunidad de seleccionar su lectura favorita. ¡Leyendo juntos disfrutarán de un tiempo de tranquilidad!

#### **Regale libros a sus hijos.**

Los libros son el mejor regalo de cumpleaños o de cualquier otra ocasión especial.

#### **Lea con sus hijos en voz alta.**

Los niños no tienen porqué ser de corta edad para leer en voz alta. Por lo regular, los padres suelen leer a sus hijos cuando éstos son pequeños. Cuando los niños aprenden a leer, leen a sus padres en voz alta. Comparta con sus hijos estas preciadas etapas.

#### **Para estimular el hábito de leer, use el periódico como “herramienta”.**

Hable con sus hijos sobre el contenido del periódico. Enséñeles a saber diferenciar las diferentes secciones que en él existen. Recorte algunos de los artículos que sean de su interés y compártalos con sus hijos. Así mismo, anímelos a que ellos recorten también artículos de su interés y los compartan con la familia.

#### **Aconseje a sus hijos a leer para preparar actividades en familia.**

Antes de tomar unas vacaciones, ir de excursión o de asistir a un acontecimiento especial, dígame a sus hijos que le lean lo referente a la localidad en que el lugar está situado, actividades disponibles...y que ellos le presenten toda la información obtenida a la familia.

# Colorín Colorado®

## Consejos para padres de adolescentes con dificultades para escribir

Por: Colorín Colorado (2008)  
Escuela media/Preparatoria

Al graduarse de la escuela preparatoria, se espera que los estudiantes estadounidenses hayan aprendido a escribir de manera eficaz para una variedad de propósitos, desde la redacción de cartas y cuentos hasta ensayos e informes de investigación. Sin embargo, a muchos estudiantes de la escuela media y la preparatoria no les gusta escribir, y los estudiantes que están aprendiendo inglés como segunda lengua pueden tener especial dificultad para la escritura. En este artículo veremos algunos de los motivos por los que los estudiantes más grandes buscan evitar la escritura, así como algunas sugerencias para que usted pueda ayudar a su hijo adolescente a convertirse en un mejor escritor.

En su artículo "Understanding Why Students Avoid Writing" (Comprender por qué los estudiantes evitan la escritura), la educadora Regina G. Richards sostiene que éstos pueden ser algunos de los motivos por los que a los estudiantes no les gusta escribir:

- Les cuesta empezar y se sienten abrumados por la tarea de escribir.
- Necesitan concentración para formar las letras: no es un proceso automático.
- Les resulta difícil organizar y usar los mecanismos de escritura.
- Les falta rapidez y eficiencia para encontrar la palabra o palabras adecuadas para expresar una idea.
- Les resulta difícil elaborar sus ideas con fluidez.
- Les cuesta llevar un registro de sus pensamientos así como escribirlos en papel.
- Sienten que el proceso de escribir en papel es lento y aburrido.
- Sienten que lo escrito nunca resulta lo que ellos querían.
- Creen que su trabajo escrito es descuidado pese a haber dedicado mucho tiempo y esfuerzo.
- Son disgráficos, es decir que tienen extrema dificultad para escribir de manera legible como consecuencia de problemas de procesamiento a nivel cognitivo básico.
- Sufren de dislexia, que causa problemas de ortografía e interfiere con el uso automático del mecanismo de la escritura.

## Consejos para padres

---

¿Qué cosas puede hacer como padre/madre para apoyar a su hijo adolescente que es reacio a escribir o tiene dificultades para escribir? Para ayudarlo en este proceso, a continuación les damos algunas sugerencias adaptadas de pautas de escritura para padres, que fueron creadas por el Consejo Nacional de Profesores de Inglés (NCTE, por sus siglas en inglés), Great Schools y Colorín Colorado.

### El trabajo día a día

- **Practicar, practicar y practicar**

¡Para escribir se necesita práctica! Deje que su hijo adolescente lo vea escribir a menudo y aliéntelo para que él/ella también escriba. La escritura en casa puede ser escribir correos electrónicos, mensajes instantáneos, notas de agradecimiento, diarios, descripciones de álbumes de recortes y notas de lo que hay para cenar. (NCTE)

- **Intente escribir para distintos públicos**

Incentive a su hijo para que amplíe sus opciones y habilidades escribiendo para muchos públicos distintos. Puede intentar escribir una carta de lectores o a un legislador, un cuento tonto para su hermana menor o una lista de las "diez mejores" cosas para alegrar a un amigo enfermo. (NCTE)

- **Diviértanse con la lengua**

Diviértase con la lengua y comparta ese sentido del juego con su hijo. Señale palabras y frases nuevas que encuentra en el periódico o en la radio; comparta la letra de sus canciones preferidas; use la creatividad para

bautizar a su nueva mascota o para escribir tarjetas de regalos. (NCTE)

- **Déle a su hijo una amplia variedad para leer**

Déle a su hijo una amplia variedad de material de lectura, tanto educativa como de entretenimiento, y pásele sus autores, novelas y revistas preferidas para mostrarle que usted también lee. Converse sobre cosas que hayan leído los dos. (NCTE)

- **Aliente a su hijo para que analice distintos estilos de escritura (y las razones de las diferencias)**

Aliente a su hijo para que compare los estilos de distintos autores, y que compare una editorial periodística con un texto de Internet o un manual de instrucciones para ver sus diferencias.

- **Aliente a su hijo para que intente formas de escritura que le interesen**

Si su hijo adolescente ha encontrado una forma de escritura que le gusta, incentíVELO para que practique, ya sea poesía, redacción periodística, cartas o escribir en Internet. Si su hijo está aprendiendo inglés, puede incentivarlo para que practique una escritura informal en su primer idioma para familiarizarse con las destrezas básicas de escritura. Sin embargo, cuando las tareas de escritura son en inglés, los alumnos deberían escribir directamente en inglés y no en su lengua materna primero para luego traducir el trabajo al inglés, ya que su vocabulario probablemente sea más amplio en su lengua materna y es posible que no puedan traducir todo lo que escriben en su primera lengua.

- **Incentive a su hijo adolescente para que escriba sobre cosas e intereses personales**

Incentive a su hijo a usar la escritura para pensar con más detenimiento sobre las cuestiones de su vida: preguntas, problemas, tareas difíciles, pasatiempos y temas sobre los que quiere aprender más. Escribir con frecuencia un diario personal puede darle a su hijo un espacio valioso para expresarse y desahogarse. (NCTE)

- **Asegúrese de que su hijo tiene lo necesario para escribir**

Apoye a su hijo asegurándose de que tiene materiales apropiados para escribir (papel, bolígrafos, lápices suficientes, etc.), así como un espacio tranquilo donde hacerlo. Si su hijo debe hacer una tarea en computadora y usted no tiene computadora en casa, consulte con el laboratorio de computación de la escuela para ver si su hijo puede completar su tarea ahí, o consulte la disponibilidad de computadoras en la biblioteca pública de su zona. Además, asegúrese de que su hijo tenga un buen diccionario español/inglés para traducir palabras nuevas, y ayúdelo para aprender a usarlo.

- **Lleve a su hijo a la biblioteca**

Puede ayudar a su hijo adolescente a buscar los recursos que necesita para completar sus tareas de escritura llevándolo a la biblioteca, en particular si está trabajando en un informe de investigación. Si bien puede encontrar recursos en Internet, algunos sólo podrá encontrarlos en la biblioteca.

- **Comuníquese con el maestro/a de su hijo adolescente**

Si su hijo tiene dificultades para escribir, hable con sus maestros para que lo aconsejen cómo puede ayudar a su hijo en casa.

- **Apoye el esfuerzo de su hijo en el aprendizaje del inglés**

Si los problemas de su hijo se relacionan con su conocimiento limitado del idioma inglés, pregúnteles a sus maestros qué pueden hacer usted y su hijo para mejorar las destrezas de lectoescritura en inglés de su hijo.

## **Antes de empezar un trabajo de escritura**

- **Pregúntele a su hijo cómo puede ayudarlo**

Empiece por preguntarle a su hijo: "¿Cómo te puedo ayudar?" Como asistente, su función es escuchar y ayudar a su hijo a explicar lo que quiere decir. (GreatSchools)

- **Ayude a su hijo debatiendo ideas**

Si su hijo tiene problemas para empezar a escribir, sugiÉRELE que propongan y comenten ideas, que haga una lista o comente sus pensamientos con usted o un amigo. A veces escribir durante 15 minutos sobre todo y nada (incluyendo el "no sé qué escribir") hace aparecer las ideas precisas que necesita para el trabajo. También puede ayudar hacer un trabajo previo del vocabulario que necesitará para escribir sobre el tema asignado. (NCTE)

- **Enseñe a su hijo a usar sus propias experiencias**

Incentive a su hijo a usar sus propias experiencias y a involucrarse con el tema asignado. Si un alumno puede relacionarse con un tema, es posible que se sienta más motivado para completar el trabajo de escritura. (NCTE)

- **Ayude a su hijo a comprender la tarea de escritura**

Asegúrese de que su hijo entienda qué es lo que tiene que escribir. Pídale que le explique la tarea a usted. Si no puede, pregúntele si tiene indicaciones escritas del maestro/a. Si no tiene indicaciones, dígame que se las pida a un amigo. (GreatSchools)

- **Ayude a su hijo a comprender el contenido de lo que tiene que escribir**

Algunos estudiantes tienen dificultades para escribir porque no piensan sobre lo que quieren decir o no saben cómo ordenar sus ideas correctamente. Pregúntele a su hijo cuál es el punto principal que quiere enfatizar. Si no puede explicar sus ideas verbalmente al principio, escribirlas le resultará más fácil. Pídale que le cuente ejemplos o anécdotas que sirvan de apoyo para el punto principal. Eso lo ayudará a elaborar cómo puede sostener su idea principal o tesis. Si su hijo tiene una reacción negativa ante el ejercicio, pregúntele por qué. Si lo ayuda a elaborar sus ideas, puede ser capaz de escribir algo efectivo basándose en las objeciones que tiene con respecto a la tarea. (GreatSchools)

## **Después de completar un trabajo de escritura**

- **Señale las fortalezas en la escritura de su hijo**

Busque tres fortalezas en la escritura de su hijo y señálelas. Siempre empiece con las fortalezas. Busque detalles concretos, como oraciones claras y palabras vívidas, y felicítelo. Señale la frase, oración o párrafo y léalo en voz alta. Explique por qué es eficaz: "Me gusta mucho cómo captas al personaje principal del libro" o "Me encantan los detalles expresivos de esta oración". De esta manera le mostrará que la escritura no es un proceso misterioso pero que se necesitan destrezas que él/ella pueden manejar. (GreatSchools)

- **Ayude a su hijo a entender la importancia del proceso de escritura**

Ayude a su hijo a ver la importancia de aclarar sus ideas, hacer un borrador y revisarlo antes de pasar al mecanismo de la escritura. Escribir es un proceso de elaborar y bosquejar ideas, luego revisarlas y, finalmente, corregir la gramática y la ortografía del texto. (NCTE)

- **Ayude a su hijo a evaluar la precisión y la importancia de su idea principal**

Verifique la evidencia. ¿Los ejemplos o anécdotas sirven para apoyar la idea principal? ¿Son precisos? ¿Son expresivos? ¿Su hijo usó recursos confiables? Si su hijo tiene problemas en esta área, pídale que se tome un minuto y le explique la escena o situación que está describiendo como si fuera un reportero, usando las 6 palabras de pregunta: quién, qué, cuándo, dónde, por qué y cómo. (GreatSchools)

- **Ayude a su hijo a verificar la organización de su trabajo**

Revise el trabajo de su hijo para ver si la escritura está bien organizada. Si la tarea es un ensayo, verifique si la maestra/o dio instrucciones específicas sobre la introducción, párrafos de desarrollo o conclusión. Repase la secuencia de ideas de cada párrafo que ha escrito su hijo. ¿Puede seguir la idea o faltan etapas en la secuencia para entender la lógica? ¿Hacen falta transiciones entre los párrafos para unirlos? Converse sobre los párrafos que están bien e identifique por qué cumplen su fin. Comente cómo se relacionan la introducción y la conclusión con el tema principal. ¿El escritor logra captar al lector con la introducción? ¿La conclusión contiene la tesis y resume las ideas principales? (GreatSchools)

- **Aliente a su hijo para que lea su trabajo en voz alta**

Escuche cómo su hijo lee su trabajo escrito sin interrumpirlo. Escribir es una tarea difícil que requiere concentración. Si lo interrumpe, puede interferir en el proceso de pensamiento de su hijo. (GreatSchools)

- **Pídale a su hijo que le explique las partes que usted no entiende**

Si hay algo que no está claro, pida más información. Pregúntele a su hijo qué está tratando de comunicar. Dígame si hay algo sobre lo que quisiera tener más información; una idea que no está expresada por completo. No lo critique ni le dé la respuesta; ayúdelo a encontrar sus propias respuestas. Si responde como lector al trabajo escrito de su hijo, le mostrará que escribir es una manera de comunicar ideas a un público. (GreatSchools)

- **Déle a su hijo opiniones positivas**

Apoye a su escritor en potencia. Si su hijo decide compartir su trabajo escrito con usted, mencione específicamente qué es lo que más le gusta de su trabajo. Alégrese con el esfuerzo, disfrute de las ideas y resista la tentación de criticar. Deje en claro que a usted siempre le interesa leer cualquier cosa escrita que su hijo quiera compartir con usted. (NCTE)

- **No preste atención a los errores de un borrador**

No corrija la gramática o la técnica en un borrador. Su hijo puede corregir sus propios errores de un borrador mientras revisa su trabajo, en particular si usted lo incentiva para que lea su escrito en voz alta, para usted o para él mismo. Sin embargo, si su hijo comete un error de técnica constante en esta etapa, pregunte si sabe cómo corregirlo. Si no lo sabe, enséñele la manera correcta. En el borrador final, aliente a su hijo para que corrija su propio trabajo. Resista la tentación de producir un trabajo escrito "perfecto" desde su punto de vista. (GreatSchools)

- **Déle a su hijo un lugar especial para tener su trabajo escrito**

Ofrézcale a su hijo una carpeta o cuaderno especial para escribir e insista para que lo use para su trabajo escrito. No hay nada mejor que la sensación de leer algo que escribimos meses atrás y redescubrir lo bueno que es. (NCTE)

- **Respete el trabajo escrito de su hijo**

Respete a su hijo como escritor. Qué corrige y cómo lo hace es su elección, no la suya. La "voz" de su escritura debe ser la de su hijo, no la suya. Haga una sugerencia y recuerde que él/ella debe aprender a hacer el ejercicio de pensar y escribir. (GreatSchools)

Escribir no les resulta fácil a todos los estudiantes, pero con paciencia y su apoyo, verá que a su hijo le resulta un poco más fácil que antes.

## Otros recursos

---

Para obtener más información sobre cómo ayudar a su hijo si tiene una discapacidad de aprendizaje, puede leer el siguiente artículo:

**"La enseñanza efectiva de la escritura a estudiantes con problemas de aprendizaje."**

## Referencias

---

Consejo Nacional de Profesores de Inglés. "Helping Your Teenager to Write Better" (Cómo ayudar a su hijo adolescente a escribir mejor). <http://www.ncte.org/parents/parents>.

Richards, Regina G. Richards. "Understanding Why Students Avoid Writing." Richards Educational Therapy Center, Inc. Riverside, CA. Mayo de 1999. <http://www.adlit.org/article/5892>.

Strean, Linda. "Writing Coaches' Tips for Parents." GreatSchools. <http://www.greatschools.net/cgi-bin/showarticle/1100>.

---

<http://www.colorincolorado.org/articulo/21926/?theme=print>

© Copyright 2011. Todos los derechos reservados. Colorín Colorado recibe apoyo sustancial de la Federación Americana de Maestros y apoyo adicional del Instituto Nacional para el Alfabetismo, así como del Departamento de Educación de los Estados Unidos, Oficina de Programas de Educación Especial. ¡Colorín Colorado! es una marca registrada ® de WETA.

¡Manténgase informado! Suscríbese a nuestros boletines electrónicos gratuitos: <http://www.colorincolorado.org/boletines/>.

## La imprescindible relación padre-hija y su influencia en una vida saludable y feliz, Ana Isabel del Río



Autora de la imagen: Sarah Small

La niña que tiene una estrecha y positiva relación con su padre, con una amplia y profunda comunicación, una relación de confianza y apoyo por parte de él tiene un desarrollo afectivo y social más positivo.

En este artículo hago especial hincapié en los beneficios de la relación especial y estrecha entre padre e hija. Existe una creencia muy extendida: que las niñas necesitan más a sus madres que a sus padres para crecer y desarrollarse como futuras mujeres; maduras, emocionalmente estables y con autonomía emocional. Pero esta creencia es errónea. La base de un armonioso desarrollo emocional femenino radica en una saludable, firme y segura relación con sus padres. Ello no significa que la relación con la madre deje de ser fundamental, imprescindible e irrenunciable. Mi afirmación significa que cada cual aporta una parte fundamental y que es necesario llamar a los papás a estar más presentes y reconocer su imprescindible y fundamental papel: para permitir que nuestras hijas sean felices, maduras e independientes.

La relación positiva con la figura paterna es un elemento de protección fundamental que dota de ventajas a las niñas:

- **Logros académicos.** La implicación del padre, junto a la madre, en los temas escolares mejora más el rendimiento que si solo uno de ellos se implica. El valor de la doble implicación mejora exponencialmente el rendimiento escolar. Los estudios de Fan y Chen calcularon esta influencia en una mejora del 30% del rendimiento académico.
- **Prevención de embarazos prematuros.** Las niñas que tienen una sólida relación con sus padres tienen menos dependencia afectiva de los chicos, siendo menos necesario que recurran al sexo como forma de obtener amor y reconocimiento.
- **Tienen más seguridad en sí mismas y son menos dependientes.**
- **Se fijan más objetivos a largo plazo.**
- **Evitan involucrarse en relaciones abusivas,** tanto emocionales como físicas.
- **Resisten mejor la presión de sus iguales** (presión de grupo) frente al sexo prematuro, fumar, tomar drogas y alcohol.
- **No dependen excesivamente de los chicos para sentirse a gusto consigo mismas.**
- **Muestran y defienden sus opiniones de forma más asertiva.**
- **Se relacionan mejor con las figuras de autoridad** (profesores, jefes, ...)
- **Tienen más deseos de probar cosas nuevas y aceptar tareas que supongan un reto.**
- **Tienen menos posibilidades de caer en estados depresivos y de desarrollar trastornos alimentarios.**

¿Qué podemos hacer para cuidar y desarrollar relaciones más significativas, estrechas y comunicativas entre el padre y su hija?

**1. Incorporar al padre de forma activa y cotidiana a la educación y acompañamiento de sus hijas.** Debe prestarse especial atención a esta cuestión cuando los padres están separados. Aquellos padres que aman por encima de todo a sus hijos y son capaces de separar sus posibles diferencias con el otro progenitor, cuidan cuestiones como la referida: la presencia de ambas figuras en la vida de los niños. La relación padre-hija es fundamental y debe valorarse y fortalecerse.

**2. Animar a que los papás destinen más tiempo a la relación con sus hijas.** En ese tiempo no debe haber más miembros de la familia alrededor. Cuanto más tiempo pasen juntos más honestamente podrán comunicarse, para poder abordar cuestiones importantes y personales. Un recurso que los papás podéis utilizar es el de seleccionar 10 fotografías de vosotros mismos en diferentes épocas de vuestras vidas, especialmente de vuestra infancia y adolescencia. Se debe incluir una fotografía del abuelo de la niña, para saber más cosas sobre él. A continuación, dedicar al menos una hora a cada fotografía en diversas sesiones para explicar todo lo que sea posible de ese tiempo. Ello permitirá que vuestras hijas os conozcan más, que conozcan vuestra historia, sentimientos y procesos.

**3. Explicar a las hijas lo importantes que son las relaciones con sus padres, para que las cuiden y las busquen como forma de bienestar, salud y felicidad.**

¿Qué actividades podemos hacer?

1. **Dos horas semanales exclusivas para cada hija.** Asegurarnos de que padre e hija compartan, al menos, dos horas semanales en actividades que les involucren a ambos sin la presencia de otros miembros de la familia.
2. **Ver películas juntos.** Especialmente aquellas que transmitan un mensaje positivo sobre la relación padre-hija.
3. **Leer libros en los que los padres se muestran tan capaces de educar a sus hijos como lo son las madres** para criar a sus hijos.
4. **Observar y cuestionar juntos los anuncios y los mensajes que la sociedad lanza con la idea de que los padres son estúpidos e incompetentes para educar a sus hijos.**

Lo importante es fortalecer los lazos y tomar profunda conciencia del poderoso valor que tiene el padre en la vida emocional y social de sus hijas.

Para acceder al test que permite nos permite valorar la calidad de la relación padre-hija:

<http://anaisabeldelrio.blogspot.com/2012/01/test-para-evaluar-la-calidad-de-la.html>

**Fuente:** Linda Nielsen. Docotora en Psicología educacional en la Wake University. Nielsen imparte el curso "Padres e hijas", único en su tipo en Estados Unidos. Es autora de de *Embracing Your Father: How to Build the Relationship You Always Wanted with Your Dad* (Estrechando lazos con tu padre: Cómo construir la relación que siempre quisiste con tu padre) (McGraw-Hill, 2004).



## Los beneficios de la respiración consciente y la mejora del estrés, por Ana Isabel del Río

Ricard Rutllan, monge budista.

*"Uno de los grandes -y devastadores- efectos del estilo de vida occidental es el estrés crónico"*

**Contra nuestra vida y nuestra salud, contra nuestro equilibrio fundamental, el estrés avanza imparable** -y aceptado socialmente- en sociedades como la nuestra. El estrés es un mecanismo natural que acciona todos nuestros recursos físicos para reaccionar ante peligros físicos inminentes. El problema surge cuando percibimos a nuestro alrededor multitud de peligros mentales y reaccionamos físicamente, confundiendo la respuesta: inseguridad laboral, personas tóxicas, malas relaciones, exceso de trabajo, maltrato, críticas,... Reaccionamos desactivando cualquier función fisiológica que no sirva para defenderse. Es entonces cuando el cuerpo reacciona deteniendo la digestión, el crecimiento, el sistema reproductivo, desviando la sangre que irriga abundantemente el cerebro permitiendo la reflexión,... y activando la tensión sanguínea, el bombeo del corazón, la captación de oxígeno para activarnos, etc... Hemos aceptado socialmente sacar recursos de la cuenta corriente de nuestra vida de forma infinita, pagando los intereses a un precio terrible: enfermedades de desarrollo lento que degeneran en muertes prematuras y en un terrible descenso de la calidad de vida. ¿Cómo es posible que no estemos escandalizados con estilos de vida y formas de organización que estresan a las personas para hacerlas producir o para servir a intereses peregrinos? Estresar a las personas para hacerlas producir, para que obedezcan (en el hogar) o aceptar que la vida de una persona se desarrolle bajo sus efectos y terribles consecuencias debería ser moralmente reprochable. No podemos cambiar los usos sociales, pero sí podemos decidir vivir de otra manera y atendernos mejor. Como el debate sería largo, opto por mostrar herramientas para vivir de forma más equilibrada o como recurso de ayuda cuando el estrés ya ha aparecido.

**Para recuperarnos del estrés cuando ya ha aparecido o para mantener una actitud que evite su aparición disponemos de recursos sencillos y útiles.** Uno de los más potentes y fáciles de llevar a cabo es la práctica de la respiración consciente. Respirar conscientemente es también una buena forma de regular nuestras emociones, recuperándonos de estados emocionales que nos alteran. Nos permite tomarnos tiempo, recuperar el cuerpo de sucesivas respuestas instintivas de lucha o huida y restablecer nuestra capacidad de pensar y de reaccionar de forma acorde con nuestros deseos. Es también una buena forma de romper las rumiaciones, pensamientos circulares que nos impiden dedicar nuestras energías a gestionar lo que nos sucede, atrapándonos como un pez que se muerde la cola.

**Al concentrarnos en la respiración se abandonan de forma transitoria los pensamientos circulares,** pues nuestra capacidad consciente es limitada y debemos hacer una cosa u otra. Si, además, concentramos nuestra atención en algún punto de la cara mientras respiramos (por ejemplo, la nariz: sintiendo el aire que entra y sale por ella y todas las sensaciones que se producen) el cerebro deberá dedicar su acción a esta práctica, abandonando otras acciones conscientes. Dedicamos el 80% de la actividad cerebral consciente a la cara, por tanto, si nos concentramos en algún punto de ella no podemos llevar a cabo demasiadas

actividades mentales a la vez. Pasa lo mismo cuando reímos, por eso es saludable y necesario reír a menudo: para descargar tensiones y para desconectar transitoriamente de la actividad mental excesiva.

**¿Debemos aplicarlo a nuestros hijos?** Es especialmente importante que mantengamos en ellos su capacidad natural de respirar adecuadamente, la cual se distorsiona por una inadecuada atención a ella y por la falta de cuidado de estas cuestiones en occidente. Debemos recordar a nuestros pequeños que respiren consciente y profundamente a lo largo del día, que no pierdan conciencia de su corporalidad, de las emociones que se generan en ellos y de sus pensamientos. Los buenos hábitos respiratorios en tareas como el estudio y la utilización del ordenador, mientras hablan, etc., mejorarán -así mismo- su productividad y satisfacción.

**A causa de las prisas nos olvidamos de oxigenarnos adecuadamente.** Sin depender de nadie y dedicando unas breves sesiones a lo largo del día (que pueden ser de 1 ó 5 minutos) podemos conseguir grandes mejoras. Pequeñas acciones cortas a lo largo del día mejorarán nuestro saber estar **aquí y ahora**.

**El estrés es un gran mal porque desarrolla enfermedades de desarrollo lento y mortal:** diabetes, enfermedades coronarias, trastornos digestivos, metabólicos, bajada de defensas, problemas de crecimiento, etc. En nuestra vida cotidiana inhibe e impide funcionar de forma harmónica: cuando estamos estresados disminuye nuestra capacidad de aprender, de razonar adecuadamente y de ser éticos y considerados. Esta cuestión es especialmente relevante en el caso de los niños pequeños, pues son muy vulnerables, ya que tienen dificultades para procesar el cortisol que generan las situaciones de estrés. Es necesario evitar que crezcan y se desarrollen con alta sensibilidad al estrés, hipersensibles a las situaciones. Para ello, lo mejor es procurarles una vida sin presiones excesivas y angustias que les saquen de un buen equilibrio. Podemos hacer lo mismo, pero sin estrés. Alargaremos su vida y la nuestra, siendo la de todos de mejor calidad.

### **Bases de la respiración consciente que permite la recuperación del estrés y el equilibrio interno:**

- Por cada inhalación de aire que hagamos debemos dedicar el triple de tiempo a eliminar el aire que contienen nuestros pulmones:
  - ✓ *Inspirar (uno)*
  - ✓ *Espirar (un, dos, tres)*
  - ✓ *Mantenernos así de uno a varios segundos antes de volver a tomar aire.*
- La inspiración debe llegar hasta el abdomen, expandiendo nuestros pulmones completamente.
- Concentrar nuestra atención en algún punto de la cara -como la nariz-, sintiendo la sensación del aire que entra y sale por ella.

**Al respirar de esta manera, dedicando el triple del tiempo a espirar el aire que a tomarlo, activamos el sistema nervioso parasimpático.** Este es responsable de nuestra recuperación tras el estrés y de devolver al organismo a su estado de equilibrio. Activando el sistema nervioso parasimpático recuperamos y restablecemos el equilibrio del aparato cardiovascular, aparato digestivo, aparato genitourinario, regulación del metabolismo, aparato respiratorio, etc. A esta práctica debemos dedicar un mínimo de un minuto cada vez varias veces al día, siendo más positivo dedicar más tiempo.

Y recuerden: pensamos mejor, somos más creativos, éticos y respetuosos cuando estamos en estado de relajación física y mental.

Para acceder a enlaces a ejercicios de meditación y respiración:

<http://anaisabeldelrio.blogspot.com/2012/02/los-beneficios-de-la-respiracion.html>

## **Fulls d'assessorament per a pares i mares de l'Escola de Pares de la FaPaC**

13 Juliol, 2007

**Relació de tots els fulls d'assessorament per a pares i mares publicats fins a l'actualitat:**

[Full 69:](#) Les bases de la felicitat i la plenitud

[Full 68:](#) Esport i desenvolupament integral

[Full 67:](#) Navegació segura a Internet

[Full 66:](#) Educar les emocions

[Full 65:](#) El valor de la creativitat

[Full 64:](#) La Filosofia i la vida familiar

[Full 63:](#) Els nens no es divorcien

[Full 62:](#) L'estrés i la vida familiar

[Full 61:](#) L'alimentació dels nostres fills

[Full 60:](#) La participació de les famílies immigrades a l'escola i el paper de les AMPA

[Full 59:](#) Llegir per créixer II: Llegir contes junts (Setembre-October 2006)

[Full 58:](#) Violència entre iguals: Bullying i assetjament (Maig 2006)

[Full 57:](#) L'impacte de les noves tecnologies: reptes i possibilitats, límits i riscos (Maig 2006)

[Full 56:](#) Llegir per créixer I (Juliol-Setembre 2005)

[Full 55:](#) Avis, néts i vida familiar (Juny 2005)

[Full 54:](#) Quan nosaltres ens separem, què passa amb ells? (Gener-Febrer 2005)

[Full 53:](#) L'esport extraescolar: Un espai educatiu (Juny 2004)

[Full 52:](#) Un nen malalt de càncer a l'escola (Setembre-October 2003)

[Full 51:](#) Obrint pas a la diversitat sentimental humana (Març-Maig 2003)

[Full 50:](#) La relació família-escola, una responsabilitat compartida (Gener-Febrer 2003)

[Full 49:](#) La mort, un tema que se'ns fa difícil (Setembre-October 2002)

[Full 48:](#) La manca d'atenció i la hiperactivitat, què en sabem del TDAH? (Maig-Juny 2002)

[Full 47:](#) Podem ajudar-los en les tasques escolars? (Gener-Febrer 2002)

[Full 46:](#) Aprendre a viure en la diversitat cultural (Abril 2001)

[Full 45:](#) Les conferències-col.loqui de la FaPaC (Maig-Juny 2000)

- [Full 44](#): La transició al món del treball (Maig-Juny 2000)
- [Full 43](#): L'angoixa de fer de pares (Març-Abril 2000)
- [Full 42](#): Addicció a les drogues (Gener-Febrer 2000)
- [Full 41](#): Nous models familiars, noves pautes de relació (Desembre 1999)
- [Full 40](#): Temps lliure per a què? (Setembre 1999)
- [Full 39](#): La mobilitat dels nois i noies per la ciutat; un perill o una ocasió per aprendre? (Maig-Abril 1999)
- [Full 38](#): Aprendre de la diferència (Gener-Febrer 1999)
- [Full 37](#): El paper dels pares i mares en l'orientació vocacional dels fills (Novembre-Desembre 1998)
- [Full 36](#): La televisió: Responsabilitats i actuacions des de l'entorn familiar (Novembre-Desembre 1998)
- [Full 35](#): Com educar es nostres fills II (Novembre-Desembre 1998)
- [Full 34](#): Com educar els nostres fills I (Setembre-October 1998)
- [Full 33](#): Premis i càstigs (Març-Abril 1996)
- [Full 32](#): Desenvolupament psicomotriu (Maig-Juny 1994)
- [Full 31](#): Com eduquem als nostres fills? (Gener-Febrer 1994)
- [Full 30](#): Adquisició d'Hàbits (Novembre-Desembre 1993)
- [Full 29](#): L'anorèxia (Gener-Febrer 1993)
- [Full 28](#): Desenvolupament del llenguatge II (Juliol-Agost 1992)
- [Full 27](#): Desenvolupament del llenguatge I (Maig-Juny 1992)
- [Full 26](#): Hiperactivitat II (Març-Abril 1992)
- [Full 25](#): Hiperactivitat I (Gener-Febrer 1992)
- [Full 24](#): La relació Família-Escola (Novembre-Desembre 1991)
- [Full 23](#): Els problemes més comuns (Setembre-October 1991)
- [Full 22](#): Fracàs escolar (Juliol-Agost 1991)
- [Full 21](#): Educació per al consum (Maig-Juny 1991)
- [Full 20](#): La religió a l'escola (Març-Abril 1991)
- [Full 19](#): Les notes escolars (Novembre-Desembre 1990)
- [Full 18](#): La relació de la parella separada amb els fills (Març-Abril 1990)
- [Full 17](#): El meu fill es fa pipí! (Gener-Febrer 1990)
- [Full 16](#): La gelosia entre germans (Novembre-Desembre 1989)

[Full 15](#): Mecanismes i paper de l'autoestima en la formació de la personalitat (Maig-Juny 1989)

[Full 14](#): I tu, què vols ser quan siguis gran? (Abril 1989)

[Full 13](#): Educació sexual (Novembre-Desembre 1988)

[Full 12](#): Maduresa i aprenentatge escolar (Setembre-October 1988)

[Full 11](#): L'adolescència: Una etapa difícil per a pares i fills (Març-Abril 1988)

[Full 10](#): Les convivències escolars. una petita aventura educativa fora de l'aula (Gener-Febrer 1988)

[Full 9](#): L'agressivitat dels nostres fills, un tema que preocupa a pares i mestres (Novembre-Desembre 1987)

[Full 8](#): Un bon regal per als nostres fills: l'amor als llibres (Setembre-October 1987)

[Full 7](#): La televisió, el convidat de sempre (Maig-Juny 1987)

[Full 6](#): La coeducació a la família. Nois i noies: diferents però amb dret a les mateixes oportunitats (Març-Abril 1987)

[Full 5](#): Els jocs i les joguines (Gener 1987)

[Full 4](#): La disciplina a casa i a l'escola (Novembre 1986)

[Full 3](#): Les vacances, un canvi necessari (Maig 1986)

[Full 2](#): Com ajudar els nostres fills en els seus estudis (Febrer 1986)

[Full 1](#): El Diàleg, la primera clau de l'Educació (Novembre 1985)



**Font URL :**

<http://www.fapac.cat/Fulls-d-assessorament-per-a-pares-i-mares-de-l-Escola-de-Pares-de-la-FaPaC>

## CÀPSULES I-FAMÍLIES

Les càpsules I-FAMÍLIES contenen la informació dels FULLS, ampliada amb altres recursos, per tal d'aprofundir en cada tema. Podeu trobar el text, acompanyat de pàgines WEB relacionades amb el tema, recursos multimèdia i materials en format PDF.

La FaPaC, en el seu esforç per donar eines i recursos a les AMPA i les famílies està actualitzant i ampliant els continguts de EL FULL, dels quals trobeu aquí els enllaços. Es van començar a publicar el 2012 i, poc a poc, es van publicant noves CÀPSULES.

Actualment, les càpsules que teniu a la vostra disposició són:

**SOM 2100 AMPA**  
191 brassol, 1595 escoles, 271 instituts, 16 institut escoles, 27 altres

Cerca

FAPAC    CANAL AMPA    RECURSOS    ESCOLA DE PARES    COMUNICACIÓ    DELEGACIONS    CONSULTA'NS

**Delegacions**

- Barcelona-Ciutat
- Barcelona-Comarques
- Girona
- Lleida
- Tarragona

**Recursos**

- FaPaCges
- Actes recomanats
- Llibres recomanats
- Mediateca

**Càpsules I-Famílies**

*L'estrès i la vida familiar*  
08 Gener, 2013



Estem estressats i creiem que no tenim recursos per afrontar situacions que ens superen? Hi ha estratègies per gestionar les emocions, reduir l'estrès familiar i prevenir-lo en els infants. Us les...

[+] • 0 comentaris • 191 visites

*Violència entre iguals: bullying*  
18 Octubre, 2012



Quan la relació entre nens i joves deriva en un esquema de domini-submissió es dona un procés de maltractament sostingut conegut com a *bullying*. Les conseqüències...

[+] • 0 comentaris • 428 visites

*L'alimentació dels nostres fills*  
14 Maig, 2012



Els vostres fills mengen de tot i variat? L'alimentació és una font de salut però s'ha de vigilar que aquesta sigui equilibrada, a casa i a l'escola. Us expliquem per què.

[+] • 0 comentaris • 697 visites

*Navegació segura a Internet*  
23 Març, 2012



Internet potencia sense límits la comunicació i la informació, però hem de saber què fem i per què ho fem. Mal utilitzat pot suposar un gran risc per infants i adolescents...

[+] • 0 comentaris • 300 visites

*El Projecte Educatiu de Centre*  
13 Març, 2012



El Projecte Educatiu de Centre és un dels elements més importants de l'escola perquè defineix els seus valors i objectius. Els experts recorden que ha de ser compartit per tota la...

[+] • 0 comentaris • 124 visites

**Seguiu-nos a:**

**Participeu**

- Fòrums
- Blogs

**Identifiqueu-vos**

USUARI:

CLAU:

Entreu

- Creeu un compte nou
- Demaneu una contrasenya nova

**Debats actius**

- Error generant informes
- format Q19
- CARMANYOLA AL MENJADOR
- Error instal·lant l'aplicació
- EL BATXILLERAT ARTÍSTIC

més

**Enllaços**

 PREGUNTES FREQUENTS AMPA

No us les perdeu: Per accedir



## ESCOLA DE FAMÍLIES, ESCOLA DE PARES

“Una de les formes més poderoses i efectives d’implicar-nos per millorar el rendiment acadèmic, la intel·ligència emocional, el benestar dels nostres fills i filles i la qualitat de les escoles és formar-nos: via escoles de famílies o via trobades amb altres famílies ”

### PRIMER UNA XERRADA INTRODUCTÒRIA AL TEMA, DESPRÈS CONTINUAR APRENENT I REFLEXIONANT

Ara que ja heu fet una xerrada al vostre centre via **FaPaC**, mitjançant el recolzament del present material o d’altres materials amb què vosaltres compteu, podeu continuar aprenent i reflexionant a la vostra tasca diària com a mares, pares o familiars.

**Què podeu fer?** Sigui quina sigui l’opció es pot fer fàcil i econòmic.

#### 1. TROBADES AMB ALTRES FAMÍLIES

- Fer petites trobades de grups de famílies prenent un cafè o a casa d’algú. Es pot fer la **lectura i discussió d’un llibre** que tracti algun tema d’interès per capítols, es pot fer una trobada a l’entorn d’un article – dels que ajunto o d’altres del vostre interès- fer una estona de reflexió o bé es pot escollir un tema d’interès i fer un grup de discussió amb un temps limitat.
- Proposar o impartir una formació sobre un tema concret adreçat a la resta de famílies del centre o a algun grup (exemple, el grup de famílies de la classe del vostre fill i filla). Si domineu Internet podeu impartir una sessió sobre recerques a Google, com crear i fer servir una adreça de correu electrònic, ...

#### 2. TIRAR ENDAVANT UNA “ESCOLA DE FAMÍLIES”

Es pot tirar endavant des de l’AMPA, comissions mixtes docents-famílies o - fins i tot- des del propi centre. Si plantegeu una activitat trimestral, com a mínim, el centre comptarà amb una nova oportunitat d’obrir les portes a les famílies, un espai de comunicació i diàleg, trobada, resolució de dificultats, i/o formació de tothom: famílies, docents i alumnes.



## Activitats. Alguns suggeriments

**Grups de debat i reflexió** a l'entorn d'una petita lectura –article, capítol d'un llibre que es llegirà al llarg del curs o bé a l'entorn d'alguna dificultat compartida o objectius que es volen assolir als centres.

### **Xerrada a càrrec d'algun pare o mare expert en alguna qüestió**

**Xerrades a càrrec d'algun docent del centre**, que versin sobre temes que preocupin molt a les famílies, com els deures, beneficis de la participació o educació emocional.

**Xerrades puntuals a càrrec de professionals externs** que encetin un nou tema d'interès, com la intel·ligència emocional. Podeu organitzar-les juntament amb altres escoles del vostre entorn i compartir les despeses. També podeu demanar recolzament als Departaments d'Educació municipals, Plans d'entorn municipals,...

**Sessions formatives que comptin amb el suport dels propis alumnes**, exemple: formació relacionada amb Internet i temes digitals.

**Creació d'espais TIC i 2.0** Una de les grans bretxes que allunyen a les famílies de la realitat educativa és la falta de competència en noves tecnologies de la informació i en el domini dels espais virtuals. Les escoles que compten amb espais específics per capacitar a les famílies garanteixen més possibilitats d'èxit escolar per tothom.

**Taller d'escriptura i lectura literària i creativa 1.0 i 2.0.** Per nens i adults. Aquest espai pot tenir per objectiu dinamitzar l'escriptura creativa, tant manual com per publicar a blocs, webs, etc... Paral·lelament, es dinamitzarà el gust per la lectura a través d'activitats específiques: tallers literaris, conta-contes dinamitzats per nenes i nens que ja saben llegir o per familiars,... i activitats que apropin escriptura i lectura a tothom.

**Gimnàs emocional.** Espai estable d'educació emocional al centre, adreçat a alumnes, famílies i docents. Aquest espai, com tots, requeria un projecte específic per treballar l'educació emocional a diferents nivells i per tot el col·lectiu escolar. Es pot iniciar la feina amb la creació d'un grup d'estudi i formació en educació emocional.

**Espai d'anglès.** Es tractaria de reforçar des de tots els àmbits diverses experiències vivencials en altres idiomes i aprofitar també per millorar la competència lingüística de les famílies i altres persones de la comunitat. Exemple d'activitats: visionat de pel·lícules subtítolades, desenvolupar projectes d'enriquiment informal en anglès, convidar a persones estrangeres a parlar dels seus països d'origen, crear espais per parlar en anglès o altres llengües, fer activitats extraescolars mixtes, incloent nens i famílies, ... en els idiomes que es vulguin desenvolupar o bé en català o castellà.

**Muntar grups per fer activitats diverses:** anar a caminar, fer un taller de ioga, etc...

## Ana Isabel del Río

Pedagoga i Màster en Educació per la Ciutadania i en valors. Formadora de la FaPaC.

### **Xerrades i tallers que ofereixo durant el curs 2012-2013:**

- Eduquem la intel·ligència emocional
- Gestio emocional
- Com ajudar els nostres fills en els seus estudis: com afavorir l'èxit i evitar el fracàs escolar.
- 2  part xerrada Com ajudar els nostres fills en els estudis: Com ajudar els nostres fills i filles amb els deures.
- Com afavorir l'èxit escolar des de casa
- Com fomentar la participació de les famílies als centres i la implicació a casa.
- Habilitats socials. Com ensenyar els nostres fills a ser més competents socialment.
- Fomentar la lectura en els nostres fills: per què fer-ho? Com fer-ho?

### **Assessorament, orientació i suport a famílies i alumnes:**

dificultats amb els estudis, problemes de comportament, risc de fracàs escolar.

### **Col·laboració en projectes públics o privats**

Disponibilitat per cooperar i posar en marxa programes específics: dinamització de la participació de les famílies, programes de formació de pares i famílies, programes de prevenció de fracàs escolar, etc. Si teniu alguna altra proposta, consulteu.

Contacte: [delrioanisabel@gmail.com](mailto:delrioanisabel@gmail.com)

Bloc, Ana Isabel del Río. <http://anisabeldelrio.blogspot.com/>