

# Los Padres

## ¡hacen la diferencia!

Region 10 Education Service Center is proud to provide this service for you!



## Evite los problemas comunes de los padres sobreprotectores

Cuando nacen los niños, están realmente indefensos. Y les corresponde a los padres protegerlos de cualquier manera que les sea posible.

Pero a medida que crezcan los niños, la necesidad de protegerlos cambia. Los niños llegan a ser más capaces y pueden hacer cosas por sí mismos. Los padres que continúan protegiéndolos de *cualquier cosa* podrían reprimir la independencia de su niño. Eso puede causar que su niño no sea capaz de tomar decisiones por sí mismo.

Los padres sobreprotectores envían un mensaje a sus niños diciéndoles que no pueden manejar las cosas por sí mismos. También hacen que sea más difícil para los niños desarrollar la perseverancia que viene de derrumbarse y reponerse otra vez.

Para evitar algunos de los problemas de los padres sobreprotectores:

- **Nunca haga la tarea** de su niño. Si se le olvida hacer un proyecto, tendrá que encarar las consecuencias.
- **No trate de negociar** una mejor calificación para su niño. Si usted o su niño se sienten confundidos por una calificación que saca, deje que su niño hable primero con el maestro al respecto.
- **No llame al padre** de un niño con el cual su niño está teniendo problemas en la escuela. Déle una oportunidad de resolverlo a su niño. Si se trata de un problema serio, comuníquese con la escuela. Trate de confiar en su niño. Bríndele oportunidades de hacer las cosas por sí mismo. ¿Cometerá errores? Probablemente. Pero también desarrollará responsabilidad para hacer las cosas por sí mismo.

**Fuente:** David Walsh, *No: Why Kids—of All Ages—Need to Hear It and Ways Parents Can Say It*, ISBN: 0-7432-8920-X (Free Press, 1-800-223-2336, [www.simonsays.com](http://www.simonsays.com)).

## Después de cada prueba, hágale tres preguntas a su niño



A menos que su niño sobresalga en cada prueba, probablemente existen cosas que puede mejorar antes de presentar otro examen. Aquí tiene tres preguntas que lo ayudarán a salir mejor:

1. **¿Cuál fue mi mayor problema en este examen?** Revise las preguntas que falló su niño para ver si existe un patrón. Tal vez pasó apuros con los problemas de matemáticas verbales.
2. **¿Qué ocasionó mi problema?** Haga que su estudiante vea cuidadosamente las preguntas que falló. ¿Cometió errores por descuido, como por ejemplo, olvidar revisar sus cálculos? ¿Se le acabó el tiempo y tuvo que dejar algunas preguntas en blanco?
3. **¿Qué podría hacer de manera diferente la próxima vez?** Una vez que su estudiante de primaria entienda lo que hay que arreglar, ayúdelo a planear para la próxima prueba. Tal vez podría tener que practicar los problemas verbales. O podría pasar unos cuantos minutos revisando los errores cometidos por descuido.

**Fuente:** Laurie Rozakis, *Super Study Skills*, ISBN: 0-439-21601-X (Scholastic Reference, 1-800-770-4662, [www.scholastic.com](http://www.scholastic.com)).

## Haga que estudiar para las pruebas sea más fácil con una guía de estudio



Seamos realistas— estudiar para un examen grande no es del todo divertido. ¿O lo es? La lectora **Sherry Gross**, una

madre de cuatro niños de **Dayton, Ohio**, ha encontrado una manera divertida y creativa para que estudien sus niños. Convierte su mesa de cocina en una guía de estudio gigante.

En primer lugar, cubre toda la mesa con papel marrón. Usted puede usar

cualquier clase de papel que venga en forma de rollo—incluso el lado de atrás de papel de envolver funcionaría.

Después ayude a su niño a escribir la información clave sobre toda la mesa. “¡Asegúrese de incluir algunos dibujos chistosos!” aconseja ella.

La mejor parte es que a la mañana siguiente su niño pueda repasar mientras está sentado en la mesa desayunando. Inténtelo—¡toda su familia podría aprender algo!

## Ayude a su niño a acostumbrarse a prestar atención a los detalles



Aún los niños más inteligentes pueden fracasar cuando no prestan atención a los detalles. Sacan una C-, D o F en una tarea

debido al trabajo desordenado o a errores cometidos por descuido.

Para sacar buenas calificaciones, los niños deben desarrollar el “hábito de los detalles.” Deben ir más despacio. Deben corregir los errores en ortografía y gramática. Deben efectuar una doble revisión de las respuestas en matemáticas. Deben volver a escribir los ensayos.

Para desarrollar este hábito, los niños deben relacionar la causa y el efecto. Deben entender que el tiempo y el esfuerzo adicionales se traducen en trabajo de primera clase. Les debe importar el resultado más que terminar el trabajo lo más rápido que se pueda.

Para ayudar a su niño a aprender a monitorearse respecto a los detalles:

- **No sermonee a su niño** cuando saque una mala calificación debido al trabajo de calidad inferior.
- **Identifique las áreas problemáticas.** Pídale a los maestros de su niño que especifiquen los detalles que su niño descuida con frecuencia.
- **Haga una lista de verificación** de “Atención a los Detalles” de las actividades orientadas a los detalles. La lista puede incluir

cosas como: entregó trabajo, terminó trabajo, cumplió instrucciones, revisó ortografía, etc. Haga que su niño marque los asuntos.

- **Plantee ideas** con su niño sobre cómo podría corregir un problema crónico. Pídale ideas al maestro.
- **Jueguen juegos** de identificar los detalles. Escriba un párrafo corto que tenga errores en ortografía, gramática y puntuación. Haga que su niño descubra los errores. O escriba de manera descuidada. Ayude a su niño a volver a escribir las oraciones para mejorar la legibilidad.

**Fuente:** Lawrence J. Greene, *1001 Ways to Improve Your Child's Schoolwork*, ISBN: 0-440-50265- (Dell Publishing/Random House, 1-800-733-3000, www.randomhouse.com).

## ¿Establece límites para su niño y hace que se cumplan?



Los padres que establecen límites claros—y hacen que se cumplan cuando sus niños los rebasan—en realidad tienen que castigarlos menos. Si todo el mundo en la familia conoce los límites, es más probable que su niño se comporte apropiadamente.

¿Está estableciendo límites efectivos? ¿Hace que se cumplan cuando su niño los rebasa? Conteste *sí* o *no* a cada una de las afirmaciones:

\_\_\_ 1. **He establecido límites claros** y he hablado de ellos con mi niño.

\_\_\_ 2. **Nuestra familia tiene rutinas.** Existe una hora de acostarse y una hora de estudiar habituales. Mientras más predecibles sean las cosas, menos probable es que los niños se peleen.

\_\_\_ 3. **Planeo con anticipación.** Un niño fatigado es con frecuencia un niño malhumorado. Trato de evitar hacer un viaje a la tienda cuando mi niño está agotado de la escuela.

\_\_\_ 4. **Mi niño está conciente** de las consecuencias cuando infringe las reglas. Hago que se cumplan *cada vez*.

\_\_\_ 5. **Refuerzo** el buen comportamiento. Le digo cosas a mi niño como, “Me gusta cuando vienes a cenar sin que se te llame.”

**¿Cuán bien le está yendo?**

Cada respuesta de *sí* significa que está estableciendo límites claros. Para las respuestas de *no*, pruebe esas ideas del cuestionario.

Escuela Primaria  
**Los Padres**  
*¡hacen la diferencia!*

**Ideas prácticas para que los padres ayuden a sus hijos.** ISSN: 1523-1313

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

Visite nuestro sitio web: www.parent-institute.com.

Publicada mensualmente de septiembre a mayo por The Parent Institute®, una división de NIS, Inc., una agencia independiente y privada. Empleador con igualdad de oportunidad. Copyright © 2008 NIS, Inc.

**Editor:** John W. Wherry, Ed.D. **Redactor Principal:** Pat Hodgdon. **Redactora:** Rebecca Miyares. **Escritores:** Luann Fulbright y Kris Amundson. **Directora de Traducciones:** Michelle Beal-García. **Ilustraciones:** Joe Mignella. **Traductor:** Kelly Maldonado y Dolores Quintela.

**¿Tiene una idea que quiere compartir?**

Los redactores de **Los Padres ¡hacen la diferencia!** pagan \$25 por cada idea original publicada, y usted recibirá el crédito en el artículo. Por favor, envíe sus ideas en inglés.

Envíe sus ideas a **Los Padres ¡hacen la diferencia!** Departamento Editorial, P.O. Box 7474, Fairfax Station, VA 22039-7474 (o [www.parent-institute.com/ideas/pmd](http://www.parent-institute.com/ideas/pmd)). Los materiales enviados no pueden ser devueltos.

## Recuérdelo a su niño que el respeto y los modales van de la mano



El respeto y los modales van juntos. Si su niño respeta a los demás, sus palabras y acciones—sus modales—lo muestran.

Estudios muestran que las personas responden positivamente a las personas corteses. Con buenos modales, su niño atraerá más amigos y le irá mejor en la escuela.

De modo que recuérdelo a su niño:

- **Los modales cuentan.** Las personas se sienten bien cuando su niño las trata con respeto. Él también ganará su respeto.
- **Seguir la regla de oro**—trata a los demás como te gustaría que te trataran a ti.

- **Decir por favor, gracias, de nada y perdón.** Indúzcalo a usar estas expresiones cuando lo olvide.
- **Esperar una pausa** en la conversación en lugar de interrumpir.
- **Reconocer cuando se comporta descortésmente.** Si se da cuenta que ha sido grosero, debe pedir perdón por sus acciones.

Sobre todo, los padres necesitan modelar buenos modales. Hable con respeto sobre los demás—particularmente sobre el maestro de su niño.

**Fuente:** Michele Borba, *Parents Do Make a Difference: How To Raise Kids with Solid Character, Strong Minds, and Caring Hearts*, ISBN: 0-7879-4605-2 (Jossey-Bass, 1-888-378-2357, www.josseybass.com).

## Trabaje con la escuela para asegurar el éxito para su niño con TDAH



El doctor confirma lo que usted sospechaba. Su niño no es solamente muy activo y distraído. Tiene el trastorno de déficit de atención e hiperactividad.

Los niños con TDAH pueden ser desafiantes tanto para sus padres como para sus maestros. Pero cuando trabajan como equipo, usted puede ayudar a su niño a triunfar.

Aquí tiene unos cuantos consejos:

- **Hable con el maestro.** Siéntense a hablar del TDAH de su niño. Hágle saber al maestro que usted quiere que trabajen juntos. Usted necesitará saber cómo iban las cosas en la escuela. Tal vez exista algún tipo de reporte diario—una manera rápida para que el maestro le haga saber qué sucedía. Escoja cuatro o cinco objetivos para que su niño trabaje en ellos. El reporte puede hacerle saber cómo le iba a su niño. Debe ser rápido y fácil para que el maestro lo termine.
- **Manténgase informado** de la tarea. Los niños con TDAH pasan apuros

llevando la tarea de un lado a otro. Trabaje con el maestro para crear un sistema que sea tan infalible como sea posible. Tal vez él pueda poner sus iniciales en un cuaderno donde su niño haya anotado la tarea para mañana.

- **Evite el castigo.** Concéntrese en maneras positivas de ayudar a su niño a mejorar. Haga un juego de aprender las palabras de ortografía. Elogie a su niño por su progreso.

**Fuente:** Peter S. Jensen, *Making the System Work for Your Child with ADHD*, ISBN: 1-572-30870-2 (The Guilford Press, 1-800-356-7006, www.guilford.com).

**“Evite la tentación de hacer una tarea por su niño simplemente porque usted puede hacerla más rápido o mejor. Recuerde que su ritmo no puede ser su ritmo y la calidad de ellos, especialmente cuando son pequeños, probablemente no será su calidad.”**

—Ronald Dietel  
Investigador de Educación

**P:** Mi niña de quinto grado nunca ha sido una niña entusiasta. Pero durante el año pasado, se volvió incluso más pesimista. Nada está nunca bien. No le gusta la escuela. No le gusta su maestra. La semana pasada, le pedí que planeara algo especial para nosotras dos. Más tarde, dijo que estaba “Bien, creo.” Estoy perdiendo la paciencia.

### Preguntas y respuestas

**R:** Es normal para los padres querer que sus hijos estén contentos. Y es agotador estar cerca de alguien que siempre está con el ánimo por el suelo. Aquí tiene algunas cosas en qué pensar:

- **Escuche** a su hija. Tal vez tenga una razón para no estar contenta. Pídale que le hable de las cosas que la desaniman. Si hay algún problema (o persona) que surge una y otra vez, tal vez haya dado con el problema. Por ejemplo, las niñas de quinto grado tienden a formar camarillas que excluyen a los demás.
- **Deje** que se queje. Está bien dejar que se queje de vez en cuando. Si se queja de las matemáticas, déjela que lo haga durante un minuto o dos. Luego dígame, “Bueno, todavía necesitas terminar de resolver esos problemas antes de irte a la escuela mañana.” Trate de ser una modelo de la clase de actitud que le gustaría que ella mostrara. ¡Recuérdelo que no siempre podemos hacer sólo las cosas que nos gustan!
- **Comprenda** que usted no es responsable de arreglar todo en su vida. Ayúdela a hacerse responsable cuando pueda. Es una manera de darle poderes—y permitirle que se sienta bien consigo misma.

Si considera que su hija puede estar clínicamente deprimida, haga una cita con su doctor.

—Kris Amundson  
The Parent Institute

# Enfoque: Motivando a su niño

## Anime a su niño a que le enseñe una cosa o dos



Las investigaciones muestran que los niños están más motivados a aprender cuando se sienten capaces, conectados y en control. Permitirle a su niño que le enseñe cosas alimenta estos sentimientos.

Enseñarle a usted también ayuda a su niño a entender mejor los trabajos. Refuerza lo que sabe y revela las lagunas que tiene en entender.

Para hacer que su niño le enseñe:

- **Muestre interés** en lo que está aprendiendo en la escuela. Haga que le muestre, le explique o le lea en voz alta.
- **Pídale que comparta** los relatos de un libro que esté leyendo.
- **Deje que le examine.** Vea si usted puede nombrar las capitales de los estados o los presidentes. Deletree una palabra de vocabulario o utilícela en una oración. Él también puede examinar su conocimiento de un dato científico o de matemáticas.
- **Pídale a su niño** que le ayude a resolver un problema o a crear algo. ¿Qué piensa que debe hacer usted primero, segundo, después?
- **Busque la ayuda de su niño** en la computadora. ¿Cómo navega él en la red?
- **Pídale que le enseñe** cómo jugar un juego.
- **Pida que lo mantenga informado.** Pregúntele qué puede decirle acerca de un evento o de personas que aparecen en las noticias.
- **Pida la opinión** de su niño antes de solidificar la de usted.
- **Impresiónese.** ¡Felicitese a su niño por lo que sabe!

**Fuente:** Stacy DeBroff, *The Mom Book Goes to School: Insider Tips to Ensure Your Child Thrives in Elementary and Middle School*, ISBN: 0-73432-5754-1 (Free Press, 1-800-223-2336, www.simonsays.com).

## Mantenga motivado a su niño cuando enfrente dificultades

**E**l trabajo escolar se hace más desafiante de un nivel de grado al siguiente. Los niños que no pueden mantenerse al nivel de la clase a menudo se sienten como fracasos.

Sólo hablarle a su niño no le convencerá de que no es un fracaso. Comprenda sus sentimientos y luego tome estas medidas:

- **Ponga el fracaso** en perspectiva. Dígale a su niño, "Tú no puedes triunfar siempre la primera vez. Nuestros errores nos pueden ayudar a aprender."
- **No permita que su niño culpe** a los demás. Es su esfuerzo lo que importa.
- **Planee pasos pequeños** para vencer obstáculos. Fije objetivos realistas. Haga que los objetivos correspondan a su edad y experiencia.
- **Establezca una rutina** de estudio para mantener a su hijo al día.



- **Manténgase al corriente** de lo que está sucediendo en la escuela. No permita que aumenten los problemas.
- **Considere conseguir ayuda** si se necesita en una materia en particular. Hable con el maestro.
- **No compare a su niño** con otros. Reconozca sus fortalezas.

**Fuente:** Roberta Israeloff, *What To Do... About Your Child's Moods and Emotions*, ISBN: 0-7621-0100-8 (Reader's Digest Books, 914-238-1000, www.rdstore.com).

## Motive a su niño para que esté listo para asistir a la escuela



¿Se entretiene su niño en las mañanas antes de irse a la escuela? ¿Ruega por quedarse en casa? ¿Se queja de un dolor de estómago? ¿Llora o hace un berrinche?

Algunas veces los niños se resisten ir a la escuela para atraer la atención. Algunas veces ni siquiera están motivados para moverse.

Ayuda a introducir una rutina de la mañana que requiere que su niño responda a sus reglas y lo que usted dice.

Para la rutina:

- **Levante temprano** a su niño. Considere levantarlo cuando

menos una hora antes de que necesite irse a la escuela.

- **Enliste cada paso** que su niño debe dar para alistarse. Ir al baño. Desayunar. Cepillarse los dientes. Vestirse. Tomar su mochila y su almuerzo. Despedidas.
- **Incluya tiempo** para premiar a su niño por estar a tiempo. O él puede utilizar este tiempo para leer.
- **Siga la misma rutina** cada mañana entre la semana.
- **Establezca consecuencias** negativas por no cumplir con la rutina.

**Fuente:** Christopher A. Kearney, *Getting Your Child to Say "Yes" to School: A Guide for Parents of Youth With School Refusal Behavior*, ISBN: 978-0-19-530630-9 (Oxford University Press, 1-800-445-9714, www.oup.com).