

# Middle Years

Trabajando para el éxito escolar



## Notas Breves

### Plan para el fin de curso

Cuando el fin de curso vaya llegando a su fin, el horario de su hija se llenará de exámenes, proyectos y funciones varias. Para controlarlo todo podría escribir sus obligaciones en un calendario de pared. También podría usar un calendario electrónico y compartirlo con usted para que esté informada.

### Consejos para el acné

Los buenos hábitos de cuidado de la piel contribuyen a eliminar o reducir el acné. Anime a su hijo a que se lave la cara con un producto de limpieza dos veces al día. Dígame que no se reviente las espinillas, pues eso podría dejar marcas en la piel. Si el problema persiste, quizá convenga llevarlo a un dermatólogo.

### Retos de sesenta segundos

Una forma rápida y divertida de conectar con su hija es que los miembros de su familia creen retos que puedan hacer en un minuto o menos! Por ejemplo, pongan un cronómetro y echen una carrera para ver quién puede apilar más vasos de plástico con una mano. O bien compitan para ser el primero que desliza una galleta de la frente a la boca.

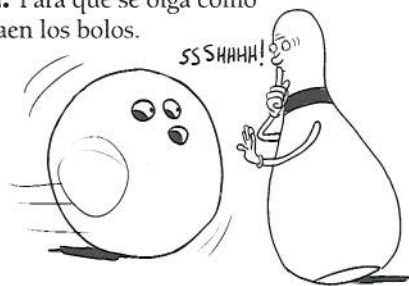
### Vale la pena citar

“Es otra vez primavera. La tierra es como un niño que recita poemas de memoria”.  
Rainer Maria Rilke

### Simplemente cómico

**P:** ¿Por qué debería haber silencio en una bolera?

**R:** Para que se oiga cómo caen los bolos.



## Progresos con la lectura

Leer por placer con regularidad reforzará el vocabulario de su hijo y sus conocimientos generales y puede además mejorar los resultados de sus exámenes. Anímelo con estas estrategias.

### Encuentra lo que te gusta

Enamorarse de la lectura quizá consista simplemente en encontrar los libros adecuados. Sugiera a su hijo que lea el primer libro de una serie popular: si lo disfruta, tal vez le apetezca leer el siguiente. Puede también conseguir una lista de libros semejantes a los que le gustan buscando en la red el título junto con el término “read-alikes”.

### Leer con amigos

Pregúntele a su hijo si quiere que lo lleve a la biblioteca para encontrarse con sus amigos. Podrían buscar en los estantes libros de ficción o de prosa informativa basados en sus intereses y luego sentarse juntos a leer en un rincón cómodo. O tal vez podrían sacar copias del mismo libro y leerlo



en casa. Cuando lo terminen podrían reunirse para comentar sus ideas sobre el libro.

### Hora de cuentos en familia

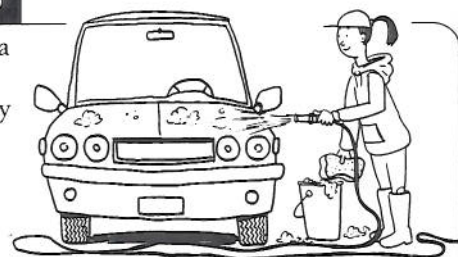
Si piensa que su hijo es demasiado mayor para que le lea en voz alta, ¡piense de nuevo! Lo cierto es que los niños de todas las edades se benefician de que se les lea. Ofrézcase a leerle los primeros uno o dos capítulos de un libro. Luego deje el libro donde pueda encontrarlo. Es posible que le pique la curiosidad y lea el resto del libro solo. 👍

## Educar niños agradecidos

Los adolescentes no siempre se dan cuenta de lo mucho que sus padres y otras personas hacen por ellos. Ayude a su hija a que sienta y exprese agradecimiento, y evite que se sienta con derecho a todo, con estas ideas:

■ Enseñe a su hija a ser agradecida por cosas que no le parezcan extraordinarias. Quizá la espere en el auto cada semana durante su clase de música o la mamá de una amiga la lleve a una fiesta de cumpleaños. Anímela a que piense en el esfuerzo que todos han hecho (“Qué amable fue Mrs. Lake al desviarse de su camino para recogerte”) y a que dé las gracias.

■ Explíquele a su hija que usted cubre sus *necesidades*, pero que espera que ella ahorre o trabaje para lo que *quiere* como una patineta o un videojuego. Sugírela que haga trabajitos esporádicos, como cuidar niños o lavar autos, para ganar dinero. 👍





# Resolución de conflictos: Busca tu camino

Cuando su hija discute con una amiga o con un hermano puede aprovechar la experiencia para mejorar la relación. ¿Cómo? Gestionando la situación de la forma correcta. Sugírela estos pasos.

**1.** Pregúntele a su hija cómo reacciona normalmente ante un conflicto. ¿Es un “hipopótamo” que se precipita a la disputa, una “tortuga” que se esconde de las riñas o un “venado” que se queda paralizado cuando una pelea la pone en el centro de todas las miradas?



**2.** Una vez que su hija sepa cómo suele reaccionar, puede realizar los necesarios ajustes. Un hipopótamo necesita dar marcha atrás para tranquilizarse o recordarse que debe escuchar en silencio. Una tortuga podría pensar lo que bien que se siente cuando los problemas se solucionan y luego hacer un esfuerzo

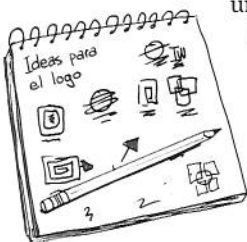
por comentar la situación. Un venado podría admitir “No sé qué decir” y aceptar una conversación al respecto cuando haya pensado mejor las cosas.

**3.** Anime a su hija a que practique nuevas respuestas hasta que le salgan con naturalidad. Comenten qué ocurre con los conflictos cuando responde de una manera o de otra: ¿qué consigue mejores resultados? 👍

## Diseñar un logo

Dígale a su hijo que imagine que está poniendo en marcha su propio negocio. ¿Qué logotipo enviaría a su público el mensaje adecuado? Al diseñar uno practicará el pensamiento creativo y reforzará sus destrezas de comunicación. He aquí cómo.

En primer lugar anímelo a que examine críticamente los logos que encuentra en sitios web, paquetes de comida y ropa. Por ejemplo, ¿por qué tiene el logo de Amazon una flecha que va de la A a la Z?



A continuación sugiera a su hijo que investigue lo que las personas asocian con ciertos colores, formas y tipos de

letra. Por ejemplo, el amarillo suele comunicar alegría y se cree que los cuadrados indican confianza y estabilidad. Los distintos tipos de letra pueden expresar desde diversión hasta elegancia.

Finalmente su hijo podría usar lo que ha aprendido para diseñar su logo. Para una empresa de servicio técnico podría elegir amarillo, un cuadrado y un tipo de letra futurístico para sugerir que él es alegre y que los clientes pueden confiar en que él resuelva sus problemas tecnológicos. 👍



## P & R

### Clases de salud mental

**P** La escuela de mi hijo ha empezado a incluir lecciones de salud mental en la clase de educación para la salud. ¿Por qué es esto necesario?

**R** La escuela quiere proteger la seguridad y la salud de los estudiantes, tanto física como mental. Por esta razón procura que los niños reconozcan y gestionen problemas de salud mental como la depresión y los pensamientos suicidas.

Pregúntele a su hijo qué está estudiando en clase de educación para la salud, lo mismo que haría con cualquier otra asignatura. Por ejemplo, quizá estudie los síntomas de la depresión o cómo pedir ayuda si tiene pensamientos suicidas. Explíquele que puede acudir a usted si se siente triste o está pensando en lastimarse.

Si usted quiere informarse más, comente el programa de estudios con la maestra de educación para la salud, con la orientadora escolar o con un administrador y pregunte cómo pueden apoyar a su hijo en casa. 👍



## De padre a padre

### Descubrir el legado familiar

Hace poco empecé a investigar la genealogía de mi familia. Cuando se lo mencioné a mi hija Evelyn, dijo que quería ayudarme. Al final se convirtió en una interesante lección de historia y de geografía para ella y para mí.

Yo tenía conocimiento de mis raíces españolas, pero después de hablar con mis padres y buscar un poco más en la red, Evelyn y o descubrimos que también tenemos antepasados de Inglaterra y de

Francia. En un sitio de genealogía, mi hija buscó antiguos padrones municipales que rastreaban el origen de algunos familiares hasta la mitad del siglo XVIII. Luego buscamos en mapas los lugares donde vivieron.

Evelyn ha decidido hacer un árbol genealógico para su próximo proyecto de sociales. Necesita saber de dónde vino la otra mitad de su familia, así que a continuación va a investigar la genealogía de la familia de su mamá. 👍



## NUESTRA FINALIDAD

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

Resources for Educators,  
una filial de CCH Incorporated  
128 N. Royal Avenue • Front Royal, VA 22630  
800-394-5052 • rfeustomer@wolterskluwer.com  
www.rfeonline.com  
ISSN 1540-5559