

COMO AYUDAR A LOS HIJOS EN CASA

Forma de ayudarle:

1. Creando un ambiente de estudio en casa
2. Manteniendo una estrecha colaboración con los profesores
3. Orientando a los hijos en el manejo de las técnicas de estudio
4. Animando al estudio sin sermonear
5. Procurando ayudas pedagógicas cuando sea necesario
6. Siguiendo el quehacer diario sin agobiar
7. Creando condiciones positivas de índole físico

1.- Creando un ambiente de estudio en casa

Crear un ambiente significa una actuación sistemática con continuidad y no de manera esporádica, si no perseverante para conseguir los objetivos marcados.

¿Cómo se crea el ambiente de estudio?

* Cuidando los detalles materiales que favorezcan el trabajo, que exista un sitio para estudiar, el cual reúna condiciones mínimas como: aislamiento de ruidos y distracciones; 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.

* Creando hábitos de estudio, es decir, repitiendo siempre el mismo horario de estudio, de trabajo en un ambiente de silencio.

* Teniendo un material base para el estudio: diccionarios, enciclopedias, libros de consulta.

2.- Manteniendo una estrecha colaboración con los profesores

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

En este punto como en tantos otros, hemos de estar en el término medio. Término medio puede ser una entrevista en cada evaluación. En caso que nuestro hijo requiera una tutorización mayor, la periodicidad de la reunión puede ser una vez al mes.

Convendrá fijarse conjuntamente algún objetivo común para la actuación de los padres y del centro. Este debe ser 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.

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

El principal instrumento que se necesita para el estudio es la lectura. Si este aspecto básico no se ha desarrollado en su momento con la suficiente eficiencia, posteriormente será, posiblemente, la causa originaria del fracaso escolar que aparecerá.

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

- * Saber organizar su tiempo.
- * Saber hacer esquemas, resúmenes.

- * Saber subrayar un texto.
- * Pasos a seguir para estudiar un tema.

La primera tarea es detectar en qué falla nuestro hijo, los defectos de estudio más comunes son: memorismo, estudiar sólo para el examen, 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 con el centro un plan para tratar de superar esos puntos débiles.

4.- Animando al estudio sin sermonear

Hay que empujar al estudio sin que se note, sin sermonear, ya que el insistir en un mensaje 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.

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, aunque en un momento parezca que está retrocediendo. Los éxitos, aunque sean o nos parezcan pequeños, son una pieza clave para mantener el interés.

5.- Procurando ayudas pedagógicas cuando sea necesario

Cada alumno/a tiene su propio ritmo de aprendizaje. Hay que dar la respuesta pedagógica adecuada, que puede ir desde nuestra ayuda personal hasta ponerle un profesor particular.

Tener un profesor particular que pueda reforzar aquellas materias en las que tiene más dificultades supone que 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. 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....

6.- 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. Pero 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....

Sin embargo, hay que guardar un equilibrio entre dos posturas extremas: una hacer un seguimiento pormenorizado, que puede resultar agobiante y otra es no preocuparnos por sus cosas, seguirlo a mucha distancia, de manera que indique despreocupación por nuestra parte. El criterio es ir de más seguimiento a menos según va teniendo más años, pero cada caso es único.

Los padres podemos mandar que estudien 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 lograremos con imposiciones.

7. Creando condiciones de índole físico

Haciendo revisiones de salud si su hijo se encuentra enfermo; cuidando una alimentación equilibrada sin abusar de grasas y azúcares.

Respetando las horas de acostarse y levantarse; durmiendo un promedio de 8 horas.

Realizando actividad física comedido y sin un exceso de actividades extraescolares.

No olvidar que ahora la profesión del hijo es la de estudiante.

<u>¿Cómo motivar a mi hijo a estudiar?</u>	<u>Frases que pueden ayudar...</u>
<ul style="list-style-type: none">• Transmitir la importancia que tiene para ellos estudiar.• Motivarles de manera intrínseca• Reforzar el estudio con recompensas y premios• No considerar el estudio como una obligación• Informarles de la valía que otorga el estudio para su formación como personas• Hacerles ver que aunque hay materias que no les gustan, son necesarias	<ul style="list-style-type: none">• ¡Enhorabuena! lo estás haciendo realmente bien• Estoy orgullos@ de ti, sigue así• Has progresado mucho, te felicito por ello• Sigue adelante y conseguirás lo que te propones• Sabía que lo lograrías• El que la sigue, la consigue• ¡Felicidades! hoy tu rendimiento ha sido espectacular• Confío en ti• Has mejorado mucho, continúa así

Lo que no hacer

- No compararle con otros hijos o amigos.
- No criticarle como persona, sólo corregirle sus errores.
- No inculcarle una visión negativa de la vida. Esfuércese en ser positivo con su hijo.
- No proyectar sobre nuestros hijos nuestras propias frustraciones, temores o ansiedades