

## Sea voluntario después de clase

Es estupendo poder ayudar en la escuela. Pero no siempre tiene que sacar tiempo del día para participar en la educación de su hijo. Consulte con los maestros si hay cosas que usted pueda hacer en casa o después de la jornada escolar. Por ejemplo:

- **Recoger materiales** que un maestro necesite para un proyecto de clase.
- **Hacer una lista de recursos comunitarios** que apoyen lo que se está estudiando en clase.
- **Preparar comida de un país** que se esté estudiando en clase.
- **Reclutar a otras familias** para que colaboren como voluntarios.
- **Conseguir la ayuda de empresas** para recaudar fondos para la escuela.
- **Preparar “paquetes de bienvenida”** para las familias nuevas en la escuela.

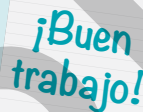
Y no olvide asistir a los eventos escolares que se realicen por la tarde, como conciertos de la banda, obras de teatro, actividades deportivas o ferias de arte.

## Intercambie notas con su hijo

Esta es una estupenda manera de mantener abiertas las líneas de comunicación con su hijo y, al mismo tiempo, fomentar su autoestima y sus habilidades de escritura.

Cuando tenga un rato libre, escríble una nota a su hijo. Felicítelo por un trabajo bien hecho, cuénteles sobre lo que está haciendo en el trabajo o solo dígame “Estoy pensando en ti”. Y pídale a su hijo que le escriba a usted.

Pueden intercambiar notas por la mañana antes de la escuela o justo antes de acostarse. Los escolares de intermedia necesitan que les recuerden a menudo que sus familias los aman. Las notas son otra forma de decir “Te quiero”.



¡Buen trabajo!

### *Dentro de cinco años ...*

Recuerde que dentro de cinco años su hijo no recordará la noche en que usted dejó los platos sucios en el fregadero. Pero ambos atesorarán para siempre el recuerdo del paseo que dieron juntos para contemplar el cielo nocturno.

Para los padres de la escuela intermedia

## Maneras en que los padres pueden ayudar a los niños a tener éxito en la escuela intermedia



Las investigaciones muestran que la adolescencia temprana es uno de los periodos más críticos en la vida de un niño. Durante estos años, los niños necesitan mucho apoyo de los adultos. Tanto la escuela como la familia desempeñan un papel importante a la hora de ayudar a los escolares de intermedia a aprender. Pero todos los estudios determinan que las familias son las que más influyen.

Pero las familias de los escolares de intermedia están muy ocupadas. ¿Cómo pueden encontrar tiempo para ayudar a sus hijos a tener éxito en la escuela?

A continuación, encontrará consejos comprobados para encontrar el tiempo para ayudar a su hijo.



THE PARENT INSTITUTE

Una de las series de QuickTips® de The Parent Institute®  
1-800-756-5525 • www.parent-institute.com

Stock No. 1143 (English) • Stock No. 2143 (Spanish)  
Copyright © 2022 The Parent Institute®

QuickTips®

THE PARENT INSTITUTE®

## Aproveche el tiempo en el carro

Usted pasa mucho tiempo en el carro a solas con su hijo. Es una estupenda oportunidad para sostener conversaciones significativas e influir de verdad en su hijo. Piénselo. Hay temas delicados que usted (y su hijo) quieren hablar: desde los cambios que trae la pubertad hasta las preocupaciones sobre lo que su hijo quiere hacer en el futuro. En el carro no es necesario mantener contacto visual. Su hijo no puede "irse de la habitación". Nadie puede escucharlos. Usted puede dar otra vuelta a la manzana si necesita más tiempo. Es perfecto.



### Pruebe estos consejos:

Para conseguir que su hijo hable de verdad, debe escucharlo de verdad. Apague la radio y guarden los teléfonos. Pregúntele: "¿De qué desearías hablar?" Y luego haga silencio y escuche. Repita la pregunta con una mirada silenciosa si es necesario, pero guarde silencio. Escuche ... espere ... y es posible que tengan la mejor conversación que han tenido en años. La intimidad del carro y escuchar de verdad son los secretos.

# CONSEJOS PARA ENCONTRAR TIEMPO

Algunas familias parecen hacer más cosas en el día que otras. No, ellas no han encontrado la forma de detener el reloj, sino que han aprendido a utilizar el tiempo con más eficacia. Estas son tres maneras de encontrar tiempo para ayudar a su hijo:

## 1. Establezca prioridades

Siéntese y haga una lista de lo que es verdaderamente importante para usted. (Lo más probable es que sus hijos encabecen la lista). Luego, decida cómo emplear su tiempo. Asegúrese de que sus decisiones reflejen lo que es importante para usted. ¿Tiene que escoger entre preparar una cena elaborada o hablar con su hijo sobre la escuela? Prepare sándwiches o caliente las sobras y hablen.



## 2. Pasen tiempo a solas

No basta con "tiempo de calidad". Los niños también necesitan "tiempo en cantidad" con usted. Su hijo necesita tiempo para hablar, para ver y oír cómo aplicaría usted su experiencia y sus valores a los problemas que él enfrenta. No hay nada como pasar tiempo a solas con un familiar para que un niño de cualquier edad se sienta especial. Haga una cita para pasar tiempo a solas con su hijo todas las semanas. Anótelo en el calendario. Luego, trate esa cita con la misma seriedad con la que trataría una reunión de negocios importante.

## 3. Utilice el botón de 'apagado'

Probablemente tienen más tiempo del que creen, pero los aparatos electrónicos se lo roban a usted y a su hijo. ¿Qué puede hacer?

- **Apague la televisión.** Grabe los programas que no quieren perderse.
- **Apague las notificaciones del teléfono.** Deje que el buzón de voz recoja las llamadas durante varias horas cada noche.
- **Apague la computadora.** Es increíble el tiempo que se puede perder buscando datos en internet y enviando correos electrónicos o mensajes instantáneos.

Aproveche el tiempo libre de pantallas para ayudar a su hijo con el trabajo escolar, leer juntos o simplemente hablar.

