

Ayudando a los Estudiantes a Aprender

Consejos que las Familias Pueden Usar para Ayudar a los Estudiantes a Salir Mejor en la Escuela

Santa Cruz Valley Union High School

Enséñele a su joven estrategias para evaluar la información en línea

El mundo de los medios digitales está cambiando rápidamente, y la enorme cantidad de información disponible en internet no está sujeta a ningún control de calidad ni de veracidad. Parte de esa información es engañosa o, simplemente, errónea. Por lo tanto, la capacidad para evaluar la precisión, la fiabilidad y el sesgo de las fuentes de internet es una habilidad fundamental para los estudiantes de secundaria.

Tanto si su joven busca información en línea para un trabajo escolar como por interés personal, sugiérale que use estas estrategias:

- **Elegir con cuidado entre los resultados de la búsqueda.** El resumen de la IA que aparece arriba puede basarse en fuentes poco confiables. Los primeros sitios no son necesariamente los mejores; algunos pueden haber pagado para aparecer allí.
- **Considerar la fuente.** Al leer cualquier cosa en internet, su joven debería preguntarse: *¿El objetivo de este sitio o canal es vender un producto o una idea? ¿De dónde provienen los datos?*
- **Comparar las fuentes.** Comparar dos o tres sitios sobre el mismo tema le permitirá a su joven reconocer los méritos y las limitaciones de cada uno.
- **Desconfiar de la información.** Muchas fuentes se dedican a vender productos. Su joven debería consultar con un médico cualquier información sobre salud antes de ponerla en práctica.

Fuente: J. Breakstone y otros, *Students' Civic Online Reasoning: A National Portrait*, The Stanford History Education Group, Stanford University.



Aplice las nuevas habilidades de pensamiento al aprendizaje

El desarrollo del cerebro en los años de la escuela secundaria les da a los estudiantes una mayor capacidad para pensar de manera analítica, planificar con anticipación, resolver problemas y controlar impulsos. Pero necesitan práctica para aplicar estas nuevas habilidades al aprendizaje y al trabajo escolar.

Anime a su joven a adoptar hábitos de estudio que lo ayuden, como:

- **Clasificar por colores** los distintos tipos de información y materiales. Esto ayuda al cerebro de su joven a categorizar la información que ve en diferentes colores mientras procesa cuál es el siguiente paso a dar.
- **Enumerar los pasos** de los proyectos a largo plazo. Su joven podrá

ver el progreso, lo que falta hacer y las fechas de entrega en un lugar.

- **Seguir rutinas.** Las rutinas fijas ayudan a los jóvenes a administrar el tiempo y a no desviarse de sus metas.
- **Crear diagramas** para visualizar la información. Esto facilita la comprensión y la memorización.

Fuente: P. Lorain, "Brain Development in Young Adolescents," National Education Association.

Los consejeros pueden ayudar

Tiene un aliado a la hora de apoyar a su joven en la escuela. El consejero de su joven está capacitado para ayudar a las familias con muchos problemas. Contáctelo por preguntas o preocupaciones sobre:

- **Clases** y cronogramas.
- **Las calificaciones**, cuestiones académicas o de aprendizaje y cómo ayudar a su joven.
- **Problemas sociales o emocionales** que afecten a su joven.
- **La planificación de la vida** después de la escuela secundaria.
- **La búsqueda de recursos** y ayuda en una crisis familiar.



Mejore el comportamiento

En una encuesta reciente realizada a maestros, la mayoría afirmó que el comportamiento disruptivo de los estudiantes en la escuela ha empeorado. Los maestros también dicen que la ayuda eficaz de las familias tendría un impacto positivo. Para proporcionarla:

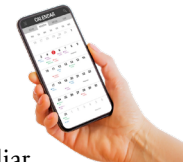
- **Hable** del comportamiento escolar adecuado. Deje claro que eso es lo que espera de su joven.
- **Deje** que su joven participe en la definición de las reglas y consecuencias. Aplíquelas siempre.
- **Mantenga** la mente abierta si la escuela lo contacta para expresar preocupación por el comportamiento de su joven. Escuche todas las partes antes de tomar decisiones o medidas.

Fuente: H. Kurtz y M. Riser-Kositsky, "Teacher Morale in 2026, Five Takeaways," Education Week.

Fomente la responsabilidad

Los niños disciplinados y responsables obtienen mejores resultados en la escuela y en la adultez. Para fomentar estos rasgos, pídale a su joven que:

- **Agende** y lleve un registro de las citas personales.
- **Cree** un presupuesto y se ajuste a él.
- **Planee** una actividad familiar.
- **Lea** las noticias. Las responsabilidades de los líderes mundiales ofrecen perspectiva.





No soy bueno en matemáticas. ¿Cómo ayudo a mi joven?

P: Mi joven está teniendo dificultades con las matemáticas este año. Nunca fui muy bueno en matemáticas y no sé cómo ayudarlo. ¿Qué puedo hacer?

R: Esta es una situación común. Pero independientemente de sus propios conocimientos de matemáticas, hay varias maneras en las que puede ayudar a su estudiante de secundaria:

- **Dé el ejemplo** con una actitud adecuada. Las investigaciones muestran que la actitud de las familias frente a las matemáticas tiene un efecto directo sobre los logros de sus niños en la materia. En lugar de decir "A mí tampoco me agradaban las matemáticas", déjele claro a su joven que cree que vale la pena aprender matemáticas y que él es capaz de hacerlo.
- **Señale todas las maneras** en las que usa las matemáticas durante el día: en el trabajo, en la cocina, al pagar las cuentas, etc. Ayude a su joven a notar que las matemáticas son algo que los adultos necesitan saber.
- **Anime a su joven a hablar.** Pídale a su joven que le explique un problema paso a paso.
- **Sugíerale que aborde cualquier parte del problema** que pueda hacer y que muestre todo el trabajo. Luego, su joven podrá pedirle aclaraciones al maestro, y este podrá ver en qué punto se ha desviado.
- **Fomente la perseverancia.** El sentimiento de finalmente comprenderlo motiva a los estudiantes a asumir nuevos desafíos.



¿Ayuda a su joven a afrontar los problemas?

Son pocos los estudiantes que pasan por la escuela sin encontrarse nunca con algún obstáculo: una materia difícil, un concepto complejo o un maestro exigente. ¿Sabe cómo ayudar a su joven si está enfrentando problemas académicos? Responda *sí* o *no* a continuación:

1. **¿Ayuda** a su joven a llegar a la raíz del problema? Pregunte "¿Por qué crees que estás teniendo dificultades?"
2. **¿Recomienda** que su joven destine tiempo todos los días a estudiar para la clase?
3. **¿Anima** a su joven a pedirle ayuda al maestro para hacer un plan de mejora?
4. **¿Explora** otros recursos para ayudar a su joven, como videos de internet o clases particulares?
5. **¿Contacta** al maestro o al consejero escolar si su joven sigue teniendo dificultades?

¿Cómo le está yendo?

Si hay más respuestas sí, usted está potenciando la capacidad de su joven para resolver problemas académicos. Para cada respuesta no, pruebe la idea correspondiente.

"Donde hay un problema, hay una oportunidad para aprender algo nuevo".
—Nitin Nanddeo

Sea específico sobre la lectura

Es más probable que los jóvenes hagan cosas cuando se les dan instrucciones específicas en lugar de sugerencias generales. Por lo tanto, para fomentar la lectura, intente sugerir un libro específico. Para encontrar títulos para recomendar:

1. **Pregunte qué tipos de libros** disfruta su joven: fantasía, no ficción, biografía, etc.
2. **Busque listas** y reseñas de libros para jóvenes en sitios como Goodreads.com y Commonsensemedia.org.
3. **Haga una lista** de algunos libros que podrían agradarle a su joven. Sugiera uno para que lea la próxima vez que vaya a la biblioteca.

Fuente: T. Cremin y L. Scholes, "Reading for pleasure: scrutinising the evidence base" *Language and Education*.

Enseñe cómo tomar decisiones sabias

Las decisiones de los jóvenes pueden afectar sus futuros. Repase este proceso con su joven:



1. **Describir** la situación en detalle.
2. **Pensar** todas las opciones posibles. Hablen sobre las ventajas y desventajas de cada una.
3. **Permitir** que su joven decida.
4. **Evaluar.** ¿Tomaría su joven la misma decisión otra vez?

Tome precauciones sociales

Las redes sociales pueden ayudar a los jóvenes a sentirse conectados, pero también pueden provocar sentimientos de ansiedad y depresión. Para limitar los efectos negativos:

- **Carguen los teléfonos** lejos del dormitorio de su joven por la noche.
- **Fomente la comprobación** del estado de ánimo. Si las redes sociales están afectando a su joven, es hora de acudir a un amigo o a un adulto de confianza.
- **Destinen tiempo a calmarse.** Diga "Si una publicación te enfada, espera 24 horas antes de responder".

Fuente: T. Masri-zada y otros, "The Impact of Social Media & Technology on Child and Adolescent Mental Health," *Journal of Psychiatry and Psychiatric Disorders*.

Ayudando a los Estudiantes a Aprender™

Publicado en inglés y español, de septiembre a mayo.

Editora Responsable: Doris McLaughlin.
Editor Emérito: John H. Wherry, Ed.D.

Editora: Alison McLean.
Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.

Copyright © 2026, The Parent Institute®, una división de PaperClip Media, Inc.

P.O. Box 7474, Fairfax Station, VA 22039-7474
1-800-756-5525 • www.parent-institute.com