Escuela Secundaria
Los Padres™
¡aún hacen la diferencia!
Clarke County School District
Abril 2026
Vol. 33, No. 8

Desarrolle hábitos familiares que apoyen el aprendizaje

La idea de reforzar el aprendizaje puede parecer complicada cuando su joven está en la escuela secundaria. Es posible que sienta que no recuerda lo suficiente para ayudarlo. Pero hay otras maneras en las que podría ayudar.

Las familias pueden seguir apoyando el aprendizaje simplemente creando oportunidades cotidianas para que sus estudiantes utilicen y apliquen sus conocimientos y habilidades. Siga estos pasos:

- **Fomente los talentos de su joven,** incluso si no corresponden a las áreas que usted hubiese deseado. Esos talentos podrían convertirse en la base de su carrera en el futuro.
- **Pídale su opinión.** En general, los jóvenes están al tanto de los principales acontecimientos actuales y piensan sobre ellos. Escúchelo con atención, independientemente de si está de acuerdo con su punto de vista o no. Pregunte *por qué* su joven piensa de esa manera
- **Hable sobre el trabajo** que hacen las personas cuando entre a un negocio con su joven. Comente la educación y la capacitación que se necesita para hacer ese trabajo, pero mantenga una conversación bien informal. No convierta la situación en una lección.
- **Planifique proyectos familiares** que requieran aplicar habilidades matemáticas, como pintar una habitación o preparar una comida. Haga participar a su joven.
- **Anime a su joven a investigar** y explorar. Pídale ayuda para escoger algo que necesite la familia o para obtener información sobre un lugar nuevo para visitar juntos.
- **Muestre interés en las cosas nuevas** que aprenda su estudiante en la escuela. Pídale que le explique esos conceptos.

El desarrollo cerebral afecta el comportamiento

Usted quiere que su joven termine las tareas domésticas ahora, y él quiere pasar 30 minutos más en las redes sociales. A menudo, los jóvenes y sus familias se enfrentan a estas luchas de poder.

Se han realizado estudios del cerebro que sugieren que esta tensión podría deberse a que el cerebro de los jóvenes no está del todo desarrollado. Un área del cerebro conocida como corteza prefrontal actúa como el CEO del cerebro. Ayuda a los adultos a regular su comportamiento y planificar con anticipación. Lamentablemente, la corteza prefrontal de su joven no estará completamente desarrollada hasta alrededor de los 25 años.

Dado que no se puede acelerar el desarrollo cerebral, los expertos sugieren evitar las luchas de poder dentro de lo posible. Eso no significa ceder ante todas las exigencias de su joven, sino buscar maneras de hacerlo participar en la toma de decisiones. Decir algo como, "¿A qué hora crees que terminarás las tareas domésticas? Así vemos el partido a la noche" podría evitar una pelea y, a la vez, lograr que su joven termine las tareas.

Fuente: *The Teen Brain: 6 Things to Know*, The National Institute of Mental Health.

Copyright © 2026, The Parent Institute®

Asumir riesgos positivos puede ser académicamente beneficioso

Es posible que usted piense que "asumir un riesgo" es peligroso. Sin embargo, asumir ciertos riesgos puede ser beneficioso para los estudiantes.

Cuando los jóvenes asumen desafíos positivos, las posibilidades de que alcancen el éxito en la escuela aumentan y se reducen las probabilidades de que asuman riesgos negativos. Este tipo de riesgos positivos ayuda a los jóvenes a desarrollar la independencia, la confianza en sí mismos y la responsabilidad.

Anime a su joven a asumir estos tres tipos de riesgos positivos:

1. **Riesgos académicos.** Su joven podría inscribirse en una clase de un nivel superior el próximo año escolar o rendir una prueba para ingresar en un equipo deportivo, la banda o la obra de teatro de la escuela. Su joven podría postularse para presidente de la clase.
2. **Riesgos cotidianos.** Su joven podría conocer a alguien nuevo en la escuela o sentarse con un grupo diferente en el almuerzo. Podría asumir un desafío físico, como entrenar para una carrera de 5K o inscribirse en una clase para aprender algo nuevo.
3. **Riesgos relacionados** con la comunidad. Su joven podría organizar acciones voluntarias, postularse para un trabajo a medio tiempo o comenzar un negocio.

> **"Asumir riesgos no significa eludir responsabilidades, sino aceptar posibilidades".**
>
> *—Vick Hope*

Anime a su joven a usar diversos recursos en sus investigaciones

Saber cómo investigar es esencial para los estudiantes de secundaria. En esta etapa escolar, los estudiantes necesitan más que las respuestas; beben saber cómo *encontrarlas*.

Internet y la biblioteca ofrecen una base sólida para investigar, pero algunos proyectos requieren que su joven vaya más allá. Explorar otros tipos de recursos le permitirá desarrollar habilidades necesarias para las entrevistas, habilidades de resolución de problemas y habilidades de pensamiento creativo. Anime a su joven a:

- **Leer artículos** sobre el tema para encontrar fuentes de información. Su joven incluso podría llamar a un periodista. Muchos de ellos están dispuestos a compartir información y contactos con estudiantes.
- **Contactar a expertos** en el campo. Para encontrar expertos, su joven puede buscar en internet o llamar a las oficinas de asuntos públicos de universidades y empresas.
- **Ir a museos locales,** archivos o sociedades de historia. A menudo, estos lugares tienen documentos de fuentes primarias y artefactos originales. Pueden contar con curadores que aporten conocimientos y materiales únicos.
- **Hacer una breve encuesta.** Su joven podría hacer una serie de preguntas sobre un tema en particular e incluir sus hallazgos en el trabajo.
- **Buscar documentales,** videos educativos y podcasts relevantes. Estos recursos también pueden incluir entrevistas con figuras clave.
- **Hablar con los maestros** y el bibliotecario. Después de reunir algunos materiales, su joven podría pedir sugerencias sobre libros, artículos y otros recursos que le ofrezcan un punto de vista diferente.

¿Está ayudando a su joven a obtener la ayuda que necesita?

Se acerca fin de año, pero aún hay tiempo para que los estudiantes que tienen dificultades obtengan ayuda. ¿Está haciendo lo posible para identificar los problemas y ayudar a su joven? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas:

1. **¿Reconoce** los signos de advertencia (malas calificaciones, ausencias a clase) de que su joven podría estar teniendo dificultades académicas?
2. **¿Ha ayudado** a su joven a identificar las posibles causas de un problema, como no hacer los trabajos, no escuchar al maestro, no comprender los trabajos?
3. **¿Le ha dicho** a su joven que pedir ayuda cuando la necesita es un signo de fortaleza?
4. **¿Ha animado** a su joven a hablar con los maestros o con un consejero sobre la ayuda disponible en la escuela?
5. **¿Ha consultado** otros recursos si su joven necesita más ayuda de la que puede proporcionar la escuela?

¿Cómo le está yendo?

Cada respuesta *sí* significa que usted está ayudando a su joven a obtener todo el apoyo que necesita para cambiar las cosas. Para cada respuesta *no*, pruebe la idea correspondiente.

Escuela Secundaria Los Padres ¡aún hacen la diferencia!™

Ideas prácticas para que los padres ayuden a sus hijos.

Para obtener información llame o escriba a:
The Parent Institute, 1-800-756-5525,
P.O. Box 7474, Fairfax Station, VA 22039-7474.
Fax: 1-800-216-3667.
O visite: www.parent-institute.com.

Publicada mensualmente de septiembre a mayo.
Copyright © 2026, The Parent Institute,
una división de PaperClip Media, Inc.,
una entidad independiente y privada.
Empleador con igualdad de oportunidades.
Editora Responsable: Doris McLaughlin.
Editor Emérito: John H. Wherry, Ed.D.
Editora: Rebecca Hasty Miyares.
Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.

 Copyright © 2026, The Parent Institute®

Reconozca los primeros patrones del abuso de sustancias en jóvenes

Reconocer el abuso de sustancias en los jóvenes puede ser difícil, pero es esencial para su seguridad. A menudo, las familias no identifican los primeros signos hasta que el problema se agrava. Como el abuso de sustancias puede ser un asunto de vida o muerte, preste atención para identificar estos signos:

- **Problemas con compañeros.** Cuando los jóvenes dicen que no tienen amigos, están decepcionados consigo mismos o comienzan a juntarse con compañeros que tienen una mala reputación podrían estar en riesgo.
- **Evidencia.** Encontrar objetos como latas de cerveza vacías, parafernalia relacionada con las drogas o papel de fumar sugiere que joven es consciente de su presencia y que posiblemente los haya utilizado.
- **Apatía.** Los jóvenes que consumen drogas o alcohol suelen empezar a ignorar sus responsabilidades y las cosas que antes les importaban, como las opiniones de su familia, su apariencia personal o sus amigos que no consumen.
- **Problemas académicos repentinos.** Hay muchas razones por las cuales las calificaciones de su estudiante podrían empeorar notoriamente. Pero si este cambio se observa junto con otras señales de consumo de sustancias, podría ser parte de un patrón.
- **Problemas monetarios inusuales.** Las drogas y el alcohol cuestan dinero. A veces, los jóvenes toman dinero de sus casas para poder mantener su hábito. Por otro lado, si un joven repentinamente tiene más dinero del que suele tener, es posible que esté vendiendo drogas.

Siete preguntas para ayudar a su joven a pensar en el aprendizaje

Cuando las familias les preguntan a sus estudiantes sobre la escuela, lo que más les suele interesar son las calificaciones. Aunque esa preocupación es válida, el proceso de aprendizaje es igual de importante.

Ahora que está terminando el año escolar, siga mostrando interés en lo que está estudiando su escolar de secundaria haciendo preguntas sobre:

1. **Los logros en las clases.** ¿Cómo resolvió los problemas matemáticos más recientes?
2. **Los exámenes recientes.** Pregunte si el examen fue una forma eficaz de evaluar qué tan bien sabía el material. ¿Por qué?
3. **Las lecturas asignadas.** ¿Puede resumir la trama? ¿Hay algún fragmento que le recuerde a algo? ¿Aprendió algo nuevo?
4. **El trabajo con sus compañeros.** ¿Cómo resultó un proyecto grupal reciente? ¿Elegiría trabajar otra vez con esos estudiantes? ¿Por qué?
5. **El uso de nuevas habilidades.** ¿Utilizó su joven algo que aprendió en una clase como ayuda con un proyecto o trabajo de otra clase?
6. **Experiencias que cambiaron** la perspectiva o el pensamiento de su joven. Por ejemplo, ¿hubo un debate interesante en clase?
7. **Temas** sobre los que su joven pensó incluso fuera del horario de clase. ¿Qué fue lo que los hizo interesantes?

Las preguntas como estas demuestran que usted está interesado en lo que piensa su joven. También lo animan a pensar en el proceso de aprendizaje y a comprender que aprender es mucho más que obtener calificaciones.

Fuente: "Grades vs Learning: Shifting Attention to What's Important," The Graide Network, The Chicago Literacy Alliance.

Preguntas y respuestas

P: Claramente hay algo que le molesta a mi joven. Cuando pregunto qué está sucediendo, no dice nada. No estoy seguro de qué hay detrás de su negativa a abrirse conmigo. ¿Qué puedo hacer para que me cuente qué ocurre sin ser insistente?

R: Los jóvenes suelen ser muy reticentes a compartir sus problemas con sus familias. Pero es necesario que siga intentando averiguar qué es lo que le está molestando a su joven.

Aunque es probable que el problema sea relativamente menor, es importante abordarlo, sobre todo si continúa durante varios días o semanas.

Para animar a su joven a compartir lo que sucede:

- **Dígale que está preocupado.** "Siento que hay algo que no me estás contando. Quiero que sepas que me preocupo por ti y que estoy aquí, pase lo que pase. Puedes hablar conmigo de lo que sea. Parte de mi tarea como padre es ayudarte a resolver problemas".
- **Cree un espacio** sin distracciones para conversar. Prueben dar un paseo en carro o salgan a caminar. Los jóvenes suelen abrirse cuando no hay contacto visual.
- **Sea claro** sobre sus expectativas. "Respeto tu privacidad y tu deseo por manejar las cosas por tu cuenta, pero necesito que me digas qué sucede. Puedes tener un poco más de tiempo para pensarlo, y luego resolvamos esto juntos mañana por la noche, después de la cena".
- **Pida ayuda.** Si su joven sigue negándose a hablar, consulte a un maestro, médico, consejero, entrenador u otro adulto en el que su joven confíe. Trabajen en conjunto para descubrir qué le sucede a su joven.

Copyright © 2026, The Parent Institute®

Enfoque: valores positivos

Empodere a su joven para que tome mejores decisiones

Su estudiante tendrá que tomar todo tipo de decisiones a lo largo de la escuela secundaria, desde qué clases seleccionar hasta cómo enfrentar la difícil presión de sus compañeros. Ayúdelo a aprender cómo tomar decisiones responsables que fomentarán el éxito académico y social.

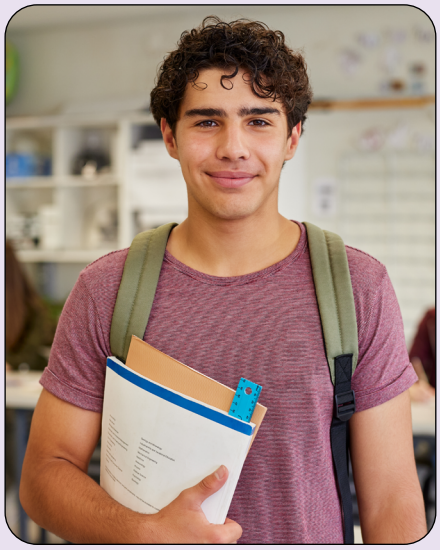
Cuando su estudiante tenga que tomar una decisión, sigan estos pasos juntos:

- **Pídale que describa la situación.** Haga preguntas abiertas que no puedan responderse simplemente con *sí* o *no*.
- **Comenten las opciones posibles.** Ayude a su joven a hacer una lluvia de ideas de distintas alternativas y a evaluar los beneficios y las desventajas de cada opción. Hablen sobre las maneras en las que distintas consecuencias podrían afectar sus metas.
- **Permítale a su joven** tomar una decisión y llevarla a cabo. Luego, pregúntele, "¿Qué aprendiste al tomar la decisión?" ¿Tomarías la misma decisión (u otra) si te enfrentaras a un problema similar en el futuro?"

Recuerde: a veces, los jóvenes desafían los valores y las creencias familiares. Sin embargo, aun así, necesitan orientación para tomar decisiones importantes sobre el futuro. Los jóvenes suelen rebelarse para afirmar su independencia. Pero con su apoyo y su amor incondicional, su joven desarrollará el carácter y el juicio que lo conducirán a decisiones responsables.

Fuente: American Medical Association, "Helping Your Teen Make Responsible Choices," Palo Alto Medical Foundation.

La conducta respetuosa es esencial para el desarrollo del carácter



Para lograr el éxito, los estudiantes deben aprender a ser respetuosos con los demás, incluidos sus compañeros de clase, familias, maestros y instructores. Recuérdele a su joven que los estudiantes deberían:

- **Escuchar respetuosamente** a los demás cuando hablan. Esto significa mirar a quien está hablando y no interrumpir.
- **Ser puntuales.** Llegar puntual, ya sea al ensayo de la banda, a la clase de historia o a un almuerzo con un amigo, demuestra respeto.
- **Tener buenos modales.** Que su joven diga *por favor*, *gracias*, *perdón* y *de nada* muestra que es considerado y agradecido.
- **Prestarle atención al tono de voz.** La manera en que su joven dice algo es tan importante como lo que dice.
- **Escuchar la opinión** de los demás. Su joven podría estar en desacuerdo, y eso está bien. Expresar opiniones de manera respetuosa hace que las interacciones sean corteses.
- **Ser cortés en internet** y los mensajes de texto. La comunicación escrita puede prestarse a malentendidos. Su joven debe evitar el sarcasmo, los comentarios desagradables y compartir información privada sobre otras personas.
- **Aceptar la última palabra.** Muchos jóvenes insisten con su postura, incluso cuando un adulto se mantiene firme. Explíquele que eso no suele funcionar.

Una actitud positiva ayuda a los jóvenes a alcanzar el éxito

Es imposible desarrollar muchos de los elementos clave del carácter, como la bondad, la empatía y el liderazgo, si solo se mira el lado negativo de la vida. Por eso, tener una actitud positiva es una de las piedras angulares del carácter.

Anime a su joven a:

- **Tener esperanza.** En lugar de preocuparse sobre todo lo que podría ir mal, sugiérale que se enfoque en los pasos que puede seguir ahora para que las cosas salgan bien. Sentirse empoderado es el primer paso hacia el éxito.
- **Seguir adelante.** En algunas ocasiones, las cosas no saldrán como lo espera su joven. Reconozca la decepción, pero luego de unos días, anímelo a aceptar la situación y mirar en una nueva dirección.
- **Evitar las comparaciones.** Siempre habrá alguien que parezca más inteligente, talentoso o afortunado. Centrarse en los sentimientos de insuficiencia puede destruir la actitud positiva.