



Madres y padres acompañamos y ayudamos a nuestros hijos a aprender mejor.

La comunicación es muy importante en el éxito educativo y en un desarrollo sano y equilibrado socio-emocional.

En casa hay que tener normas y límites claros y concretos, adaptadas a la edad, capacidad de cada niño y a las circunstancias que se den. Ser coherentes con ellas y procurar su cumplimiento.

Es importante hablar y razonar con los hijos e hijas, que las normas sean consensuadas, ya que los límites tienen su porqué.

Educar con afecto (abrazos, besos caricias, escucha, dedicación de tiempo, y paciencia...)

Debe de haber acuerdo en la pareja, ser ejemplo positivo para vuestros hijos.

Cada niño o niña tiene su propio ritmo, estilo y preferencias, por ello es importante conocerlas y adaptarse a ellas.



¿Qué es el estudio?

A través del estudio nuestros hijos/as hacen deberes, trabajos, resumen, repasan, y estudian o asimilan contenidos.

Los estudios son responsabilidad de los hijos/as. Pero los padres y madres deben apoyar, supervisar y hacer seguimiento.

La labor de enseñar es de los profesionales preparados para ello: los maestros y maestras.

¿Qué no debemos hacer?

- Compararles continuamente con hermanos, primos, amigos, etc.
- Hacer los deberes por nuestros hijos e hijas o darles la respuesta a un problema.
- No respetar su tiempo libre y de ocio.
- Atosigarles con los deberes.
- No valorar los estudios, no motivar, no dar cariño
- Precipitar el aprendizaje, sin respetar su ritmo.
- Hablar mal de la escuela o de los maestros, y de lo poco que sirve hacer los deberes.
- Únicamente criticar aquello que hacen mal, sin reforzarles nunca lo positivo.
- Reforzar sus logros únicamente con premios materiales.
- Pensar que los estudios son lo único importante en la vida de nuestros hijos e hijas.



Situaciones que pueden darse en los hijos:

- Desmotivación y negativa a estudiar.
- Dificultad para organizar su tiempo de estudio.
- Lentitud al realizar las tareas, falta de atención y concentración.
- Inexistencia de hábitos básicos de alimentación, sueño, y otros.



Qué hacer?

VALORAR LOS ESTUDIOS

Esto puede hacerse transmitiendo expectativas y mensajes positivos hacia sus hijos o hijas.

Prestarles atención y valorar los logros que su hijo/a consigue.

Mostrar su responsabilidad hacia sus obligaciones.



HÁBITOS BÁSICOS EN CASA:

- Establecer pautas de sueño y alimentación adecuadas para el trabajo intelectual.
- Hacer ejercicio diario.
- Que el niño/a colabore en las tareas de casa.
- Comer o cenar en familia.
- Que se disponga de un espacio de estudio en casa con temperatura e iluminación adecuadas y sin distracciones.
- Evitar interrupciones durante el tiempo de estudio.
- Aportar tranquilidad emocional en la vida del niño/niña.
- Respetar los horarios: hora de ir a la cama, levantarse, comer, hacer los deberes, asearse.



COMO ESTABLECER EL HÁBITO:

- **Crear las condiciones:** elegir una hora, un momento.
Ejemplo: su habitación, a las 6:30 h, después de merendar, sin castigos previos.
- **Establecer las rutinas todos los días,** con deberes y sin deberes.
- **Recompensar,** elogiar, animar y transmitir cariño por el trabajo bien hecho. Felicitación de la madre y del padre.



ELABORAR HORARIO DE ESTUDIO

Los padres han de establecer un horario con las diferentes actividades incluyendo un tiempo diario para estudiar.



AYUDARLE Y ENSEÑARLE A ORGANIZARSE

Preparar lo necesario para el día siguiente, usar la agenda, las listas de tareas, los calendarios o a priorizar las obligaciones.

SUPERVISAR Y ELOGIAR:

- Estar pendiente para elogiar y animar, en el cumplimiento del horario de estudio, el aprovechamiento del tiempo, en la realización de los deberes.
- Revisar los cuadernos de clase, donde en ocasiones, los profesores dejan observaciones.



MANTENER CONTACTO Y COLABORAR CON EL COLEGIO

• Mantener contacto con el tutor o tutora es una forma de darle importancia a los estudios y de estar informado, además, es una manera de prevenir posibles dificultades. Como mínimo sería conveniente mantener una entrevista en cada trimestre.

• Si se necesita ayuda, se deben solicitar pautas claras y concretas: qué tengo que hacer; cómo y con qué lo hago.

OFRECER AYUDA

- Podéis ayudar en aspectos concretos, pero no solucionar lo que tiene que solucionar el niño por si solo.
- Algunos ejemplos de ofrecer ayuda: interpretar las instrucciones de una tarea, facilitar información, resaltar información clave o comprobar si se ha asimilado un contenido.
- Recompensa, anima y transmite cariño por el trabajo bien hecho.



APRENDER DE OTRA MANERA:

Promover otros aprendizajes, aprovechando algún tema o centro de interés que le guste al niño para fomentar la lectura, mejorar los idiomas, profundizar en el uso educativo de las nuevas tecnologías, el gusto por la música, la visita de museos, exposiciones, el teatro, acudir a conciertos y todo lo relacionado con el enriquecimiento cultural, favoreciendo así sus capacidades cognitivas y por tanto su aprendizaje.



Ten en cuenta que:

- El estudio es una actividad más como comer, descansar o jugar.
- Que tu hijo/a puede llegar lejos practicando, cada día un poco más.
- El estudio es cosa suya, su responsabilidad es estudiar, aunque sus profesores, educadores y padres/madres puedan y deban ayudarle.
- No estudie con la televisión o con el ordenador encendido.
- Que sea organizado con sus cosas.
- Establece una rutina diaria. Que elabore un horario de la tarde.
- Que planifique cuando tiene pruebas dosificando los estudios.
- Relajación ante los exámenes. Repaso rápido de los resúmenes o esquemas.
- Deje tiempo para otras cosas que le gusten.
- Motívale: puedes y sabes.
- Estudia solo/a. Busca en el diccionario las palabras que no entiende.
- Que repita hasta que salga bien.
- Le das recompensas.
- Dile que le quieres.

Ejemplos de refuerzo positivo

(Qué entiende tu hijo con lo que le dices)



Muy bien (Soy capaz); **Si necesitas algo, pídemelo** (sabe que puede contar contigo); **Sé que lo has hecho sin querer** (entiende que no lo volverá hacer); **Estoy muy orgulloso de ti** (Satisfacción); **yo sé que eres bueno** (Soy bueno); **Te felicito por lo que has hecho** (ganas de mejorar); **qué sorpresa más buena me has dado** (alegría); **Cuando me necesites, yo te ayudaré** (Amor); **Noto que cada día eres mejor** (Ganas de serlo); **Creo lo que me dices, sé que lo harás** (Confianza); **Puedes llegar a donde tú quieras** (Puedo hacerlo); **Seguro que las próximas notas son mejores** (Estudiar más).

Recuerda:

- Potenciar la participación en otras actividades de su interés.
- Cuidar alimentación y sueño.
- Mantener comunicación con el niño.
- Mantener contacto y colaborar con el colegio.
- Garantizar unas condiciones ambientales idóneas.
- Supervisar y elogiar.
- Ayudarle a establecer un hábito de estudio.
- Enseñar algunas técnicas de estudio.
- Elaborar un horario de estudio.
- Adoptar medidas si no estudia.
- Si algo le funciona no modificarlo.
- Educar con afecto.





Material elaborado por el Servicio Municipal de Servicios Sociales

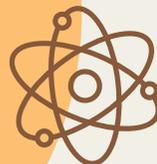
Fuentes consultadas:

Guía de orientación para familias con adolescentes: Delegación Provincial de Educación de Jaén: Equipo Técnico Provincial para la Orientación Educativa y Profesional.

Cómo ayudar a los hijos e hijas a obtener éxito escolar. *El papel de la familia*. CEAPA Puerta del Sol, 4 6° A 28013 Madrid

JARQUE, J (2008) *Cómo ayudar a los hijos en los estudios*. Madrid. Grupo Gesfomedia.

Garrido, P. www.guiainfantil.com. Instituto Europeo de Estudios de la Educación.



Ayuntamiento de Murcia