



Transformándonos en apoderados

Cómo apoyar a mi hijo o hija en su vida escolar.

Las investigaciones muestran que hay muchos factores que ayudan a que los niños y niñas logren aprendizajes profundos y significativos y una buena formación integral. Uno de los más importantes es la colaboración entre dos mundos en que los niños y las niñas participan estrechamente: la familia y el colegio.

Está visto que en la medida que esos dos contextos están comunicados, comparten información y colaboran estrechamente, los niños y niñas tienen mejores posibilidades.

Aquí es importante destacar que usted envía a sus hijos al colegio, porque hay enseñanzas que no puede impartir en la casa, pero el colegio no puede obtener los máximos resultados si no cuenta con sus apoderados, porque somos los que contribuimos a crear las óptimas condiciones para que nuestros hijos e hijas aprendan.

¿Cómo se puede colaborar con el colegio en pro del aprendizaje y desarrollo de nuestros hijos e hijas? Aquí algunas sugerencias:

1) Muestre a sus hijos e hijas que usted tiene interés en su vida escolar.

No se trata de preguntarles solo por el rendimiento académico, sino por su experiencia escolar: ¿qué hicieron hoy? ¿qué fue lo que más te gustó? ¿qué es lo que más te gusta del colegio? ¿Qué cosas son las que se te hacen más difíciles?

Si el niño o niña percibe que usted está legítimamente interesado/a, se sentirá acompañado/a y tendrá confianza para contarle y pedirle ayuda si así lo requiere.



2) Muestre buena disposición frente a los requerimientos del colegio.

La institución educativa necesita conocerle, tener información de primera mano acerca de su hijo o hija para poder trabajar de mejor manera con él/ella. Por ello, asista a las reuniones y entrevistas que le convocan, porque usted puede dar valiosa información acerca de su hijo/a y recibir información importante para poder colaborar con su proceso. Participe activamente en las instancias que la institución educativa propicia para que los apoderados se acerquen, conozcan la labor del colegio, a sus profesores y también a los otros apoderados y apoderadas.



3) Evidencie su buena disposición hacia el colegio delante de sus hijos e hijas

Hable bien del colegio y de sus profesores en presencia de sus hijos/as. Si tiene diferencias, resuélvalas entre adultos. Piense que sus hijos e hijas están muchas horas en ese espacio, a cargo de sus profesores, y los comentarios negativos les hacen desconfiar de personas que les están educando y les desmotivan con respecto al espacio escolar.



4) Contribuya a que su hijo o hija llegue en las mejores condiciones al colegio para poder aprender.

Esto implica la cantidad y la calidad de su sueño. Ponga horarios y supervise que pueda llegar descansado/a en el horario que comienzan las clases. Procure que las mañanas sean organizadas, sin estrés, sin apuros extremos para que su hijo/a no llegue agitado/a al colegio, sino en un buen estado anímico y mental para poder aprender.

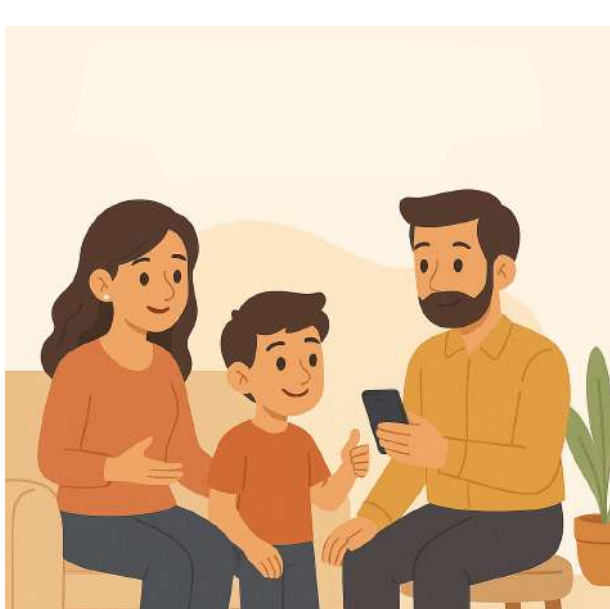
Contribuya a que coma sano, ya que el cerebro reacciona con mayor disposición y apertura cuando se ha consumido una dieta equilibrada, compuesta de frutas, verduras, proteínas y suficiente agua. Por el contrario, la comida chatarra, las bebidas de fantasía, producen el efecto opuesto.



5) Regule el uso de pantallas y específicamente internet y redes sociales

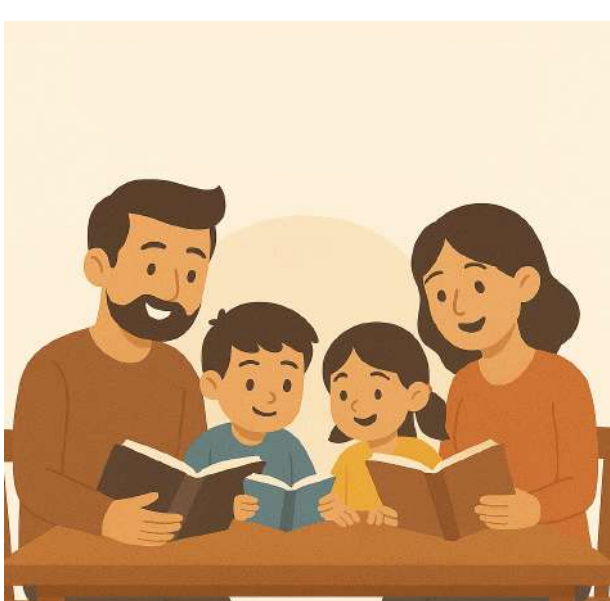
Actualmente, los niños, niñas y adolescentes hacen un uso excesivo de pantallas y esto está afectando su cerebro, su relación con el mundo y consigo mismos. Ese tipo de uso produce desconcentración, irritabilidad, dificultad para establecer vínculos, insomnio o trastornos del sueño, falta de persistencia para realizar tareas más prolongadas, entre otras afectaciones.

Usted es la persona que sus hijos e hijas necesitan para poner límites en el uso de dispositivos electrónicos que terminan haciendo daño, no lo puede dejar a la voluntad de ellos. Actúe con firmeza para poner límites al tiempo de uso, al tipo de uso, al momento de uso (nunca en horas de comida o cercanas al momento de dormir).



6) Motive a sus hijos e hijas a aprender

Motive el gusto y el proceso de aprender, evitando referirse al estudio como algo aburrido o negativo. Absténgase de hablar solo de las notas y de los resultados, pregúntele por sus gustos, cuénteles lo que a usted le gustaba, qué le motivaba a usted aprender. Lean juntos, investiguen juntos, ayude con las tareas, acompañe para que organice un horario. Está visto que los niños y niñas que son apoyados por sus familias, logran mejores aprendizajes y mayor adherencia al proceso escolar.



En resumen, transfórtese en un aliado de la institución educativa a la que usted ha confiado a su hijo o hija. Si aplica estas sugerencias, estará contribuyendo cualitativamente a apoyar el proceso de desarrollo y aprendizaje de ellos en la etapa escolar.



Elementos claves

- * Busque la alianza con la escuela, colaborando y acercándose a esta.
- * Muestre interés por la vida escolar y motive a sus hijos a aprender.
- * Cautele que sus hijos tengan las condiciones físicas y psicológicas para aprender.

