

# CONSEJITOS BASADOS EN UNA INVESTIGACION PARA SER PADRES DE ALTOS LOGROS

Ronald F. Ferguson, PhD

Vice-Presidente y Director, la Iniciativa del Cierre de la Disparidad de Logros Académicos, Universidad de Harvard  
Octubre 2007

1. Promueva pasatiempos de lectura diaria en el hogar.
2. Intente asegurarse de que su niño(a) obtenga suficiente descanso para que no esté soñoliento en la escuela. Consulte expertos locales acerca de cuanto tiempo de sueño su niño(a) necesita a su edad.
3. Asegúrese de que su niño(a) consuma un desayuno nutritivo.
4. Exprese calor regularmente. Esto significa (por ejemplo):
  - a. Pasen tiempo juntos
  - b. Escuche atentamente a lo que el niño(a) tiene que decir
  - c. Responda cuidadosamente y sensitivamente a lo que ellos dicen
  - d. Abraze a su hijo(a).
  - e. Dígale que usted se siente orgulloso(a) de que ellos sean buenas personas.
  - f. Dígale que usted se siente orgulloso(a) cuando ellos hacen su mejor esfuerzo
  - g. Dígale que los quiere
  - h. Permítale al niño(a) ayudar a establecer normas, cuando sea apropiado
5. Mantenga un balance entre la estructura y la necesidad. Esto significa tener reglas claras y firmes acerca de (por ejemplo):
  - a. Hacer tareas (y buscar ayuda cuando la necesite)
  - b. Ver Televisión (no demasiado)
  - c. Amigos (niños (as) que respeten sus valores)
  - d. Hora de llegar al hogar
  - e. Tareas y responsabilidades
  - f. El trato a sus hermanos(as)
  - g. Respeto a los adultos
  - h. Horario de dormir durante las noches de escuela (suficientemente temprano para evitar estar soñoliento en la escuela)
6. Discuta los materiales de lectura con los niños de forma que los estimule a disfrutar la lectura.
7. Durante la lectura de la hora de dormir, hágale preguntas fáciles y un poco difíciles (pero no estresantes) acerca de la historia (mientras más difíciles las preguntas más los ayudará en la comprensión). Trate de hacerlo divertido.
8. Mantenga una variedad de materiales de lectura para los niños(as), especialmente materiales que estén relacionados a los intereses especiales de su niño(a). (Para niños más jóvenes, la variedad es importante por que es difícil tener una discusión de la misma historia una y otra vez. Tiene que haber nuevas historias que saquen a flote nuevas preguntas.
9. Trate constantemente fortalecer la idea que el aprendizaje puede ser disfrutado/divertido/estimulante.
10. No sobre enfatice el hacer siempre las cosas correctamente; enfatice mejor el esfuerzo y comprensión.
11. Busque oportunidades en el hogar para discutir y aplicar lo que su niño(a) está aprendiendo en la escuela. Por ejemplo, permitiéndoles que le ayude a cocinar con recetas es una buena manera para reforzar las lecciones de matemáticas de escuela elemental (sumando, multiplicando, dividiendo, fracciones). Discusión de eventos actuales del periódico pudieran estar conectados con lo que su niño(a) está haciendo en la clase de estudios sociales. Pregúntele al maestro por ideas que usted pudiera utilizar para conectar la vida del hogar con la vida de la escuela.
12. Activamente busque por oportunidades fuera de la escuela para:
  - a. Tutorías y reforzar las lecciones de la escuela
  - b. Oportunidades extra-curriculares con libertad de explorar y ser creativo.
  - c. Oportunidades extra-curriculares para desarrollar talentos especiales
13. Conozca a los amigos cercanos de su niño(a) y trate de conocer a sus padres.
14. Cuando parezca necesario, sirva de modelo y adulto que cuida de los amigos de sus niño(a).
15. Estimule a su niño(a) a pensar acerca de su futuro y a establecer metas. Ayude a su niño(a) a desarrollar metas a corto plazo y metas a largo plazo.
16. Trate de limitar el ver la televisión sustituyéndola por otras actividades constructivas e interesantes.
17. Construya los sentidos de sus niños(as) para ser una persona valorada. Evite el uso de sobre nombres negativos tales como “tonto” o “cabezón” o “vago” o “bueno para nada.” En vez, utilice nombres como “dulce corazón” o “honey” o “mi brillante hijo” o “amor de mi vida.”
18. Trate de culminar cada reprimenda con un estado positivo que le permita a su niño(a) saber que usted ha separado sus disgustos acerca de su comportamiento de su orgullo acerca de lo buena persona que realmente ellos son.