

HÁBITOS DE ESTUDIO

“Como fomentar el hábito de realización de las tareas escolares”

Gran parte de lo que ocurre hoy con la educación tiene que ver con el valor fundamental que se da a las notas. Por cierto los niños deben ser evaluados. No obstante, no hay ninguna investigación que demuestre que las notas, tal como se otorgan corrientemente, tengan la capacidad de medir logros, ayudar en el proceso de aprendizaje y, mucho menos, prever éxitos en la vida adulta.

El famoso boletín tiene tal poder que genera un modo muy particular de aproximarse al aprendizaje. Los niños estudian para la nota. Viven en la angustia del cuatro. Los más aplicados del siete. El promedio es un instrumento de pánico o salvación como si fuera el reflejo real de sus capacidades, destrezas, potencialidades, valores.

En esta ansiedad, la mayoría de las veces, se suman los padres exigiendo según sus estándares. Para algunos el cinco es aceptable, para otros el seis no es suficiente.

Este fenómeno ocurre no sólo a nivel escolar. Muchos universitarios están presos de lo mismo. Aún cuando eligieron algo que les gusta, el sistema no les permite detenerse a contemplar lo que se enseña como un entrar a conocer otros mundos y conectarlos con la experiencia.

Por qué a mi hijo le va mal en la escuela

Diversos factores

1.- AGENDAS SOBRECARGADAS

Desde temprana edad los escolares viven agobiados por agendas impuestas por los deseos de los padres, a que cada vez más sean mejores y en ocasiones no por el gusto de ellos, a veces el nivel de exigencia es desproporcionado para su edad y capacidad.

Hay niños sometidos a situación de tensión porque han de estudiar el curso correspondiente, sacar al menos otro idioma, practicar deporte extra clases, o practicar clases de jazz, o de flamenco, cerrar el día en el gimnasio, típico en las adolescentes con sobrepeso.

Esos niños no tienen tiempo de descansar, ni de divertirse, ni de ser totalmente eficientes en nada definido. Al imponer actividades a los jóvenes es vital examinar su rendimiento y capacidad de respuesta. Existe una clara diferencia entre aquellas impuestas por los padres a las del propio niño o joven, las cuales si cumplirá sin agotamiento.

2.- AMBIENTE ESCOLAR

Otro factor a cuidar es el ambiente escolar, el cual debe ser propicio y con las metas bien definidas. Los padres deben aprender a detectar ambientes escolares donde se ha perdido algo la motivación de unos maestros, no de todos porque contamos con excelentes profesores

Puede que no les interese que el joven salga bien en sus estudios e, inclusive, vanagloriarse porque la mitad de su salón salió raspado en su materia. Es un concepto que se ha ido perdiendo, aún cuando pocos profesores viven en esa onda, lo cual frustra a los muchachos, con la consiguiente depresión juvenil que, obviamente, se reflejan en el rendimiento académico y en otras actividades propias de esa edad.

Ambientes conflictivos dentro del aula, donde existan un número de alumnos que distorsionan el ambiente de estudio y atención. Alumnos/as conflictivos que intimidan al resto de los compañeros.

3.- SITUACIONES FAMILIARES

Los efectos de la situación económica, con padres desempleados, familias desmembradas, por separaciones y hasta las mudanzas, aún para mejorar las condiciones de vida, influyen en los niños y jóvenes al generar una situación de estrés bien importante.

La falta de comunicación entre los padres e hijos; las altas expectativas creadas entorno a nuestra hija/o; los problemas frecuentes dentro del hogar que puedan crear tensiones constantes.

4.- FACTORES INDIVIDUALES

Los factores de tipo individual los dan el crecimiento y desarrollo juvenil cuando transformación típica de la adolescencia para dejar atrás al niño y convertirse en adulto. Miedos de los hijos a fracasar ante los padres, a no llegar al nivel que esperaban de ellos.

Miedos a aumentar la tensión en casa porque no apruebo todas las asignaturas. Miedos a las represalias o consecuencias si no apruebo.

Baja autoestima del niño/a o del adolescente que no cree posible que él llegue a las metas que se proponga.

Complejos de inferioridad por tener hermanos brillante con quienes se comparan.

5.- LOS AMIGOS

La influencia de las amistades es determinante. Si están en un grupo de personas con buen rendimiento, lo usual es que compartan ese nivel de rendimiento. Si es un grupo de personas no bien adaptadas al colegio y con bajo rendimiento, a la larga se perjudicarán buscando la aceptación del grupo.

A partir de los 12-13 años el preadolescente necesita del grupo de iguales para formar pandilla y sentirse significativo/a. Sus amigos son lo más importante.

Los padres deben ser por tanto elementos activos en esa tarea, ayudando a su hijo a cumplir con sus deberes.

Ambiente de estudio

Es lógico que un niño vea los deberes como un engorro, pero se le puede ayudar para que se aplique en ellos y se sienta satisfecho por el esfuerzo. ¿Cómo?

La primera medida será disponer una habitación para que pueda concentrarse convenientemente. Su propio dormitorio servirá siempre que ningún hermano esté jugando a su lado.

*No debe haber ruidos. Sería realmente cruel obligar a un niño a estudiar mientras escucha música de fondo, la televisión o una fiesta.

*Dadle la merienda antes de que se sienta a hacer los deberes. Los estómagos vacíos no son buenos amigos de los cuadernos.

*No le dejéis abandonado. Es muy probable que requiera pronto alguna indicación o unas palabras de ánimo, y necesita que alguien esté disponible. No es bueno que se le atosigue, pero sí agradecerá alguna oportuna y aislada visita de vez en cuando para preguntarle cómo va.

Como ayudarle

- * Tan mal es desentenderse de los deberes de los hijos como agobiarles con constantes preguntas y castigos.
- * Si el niño no rinde y las horas pasan sin que vuelva la hoja, lo más probable es que le falte un buen estímulo o que esté desorientado sobre lo que tiene que hacer, y no que su coeficiente de inteligencia sea inferior al que le corresponde.

* Algunos padres se desesperan ante estas situaciones, pero existen opciones más productivas.

* Para empezar, si un niño no rinde en sus horas de estudio, ¿no será porque no lee bien?, ¿o porque no entiende?, ¿sabe realmente qué es lo que le han pedido en el colegio que haga?...

* Para afrontar con eficacia la situación, nada más rápido y eficaz que sentarnos diez minutos con el chaval antes de que se enfrente a sus tareas, y preguntarle:

¿Qué le han puesto hoy como tarea? ¿Sabe cómo hacerla?

Satisfechas sus dudas, dejadle sólo y acudid diligentemente si os llama. Está cumpliendo sus deberes, así que no es justo que le obliguéis a esperar, cuando os llame, a que acabéis de coser un dobladillo o de tender la ropa.

Ritmo de trabajo

* Para que el chaval no se quede pensando en las musarañas, será preciso forzar un poco su actividad, de modo que alcance un ritmo aceptable de trabajo.

* Una fórmula para lograrlo son los topes, poner pequeñas metas dentro de los deberes de cada día, ya sea en una materia concreta o en alguna lección algo más complicada. Una vez que el chico tenga bien claro lo que debe hacer y cómo, se sentirá capaz de aceptar estos retos y de disfrutar superándolos día a día.

* Otra ayuda fundamental y que os agradecerá mucho en el futuro es que le ayudéis a hacer esquemas de las lecciones. Esta tarea le permitirá ordenar los conocimientos en su memoria y assimilarlos con mayor facilidad.

Con interés

También es importante que tenga un horario fijo: merienda, un poco de charla, estudio y cena, que no le permita remolonear y dejar las cosas "para luego". El "después", cuando hay deberes, no existe. Su horario debe estar integrado en el de la familia: mientras él trabaja, sus hermanos también estudian, mamá hace sus cosas y papá las suyas.

*Pero, si es positivo que sea consciente de que hay un momento para cada cosa, también hay que hacerle entender que las tareas no se deben dejar a la mitad. Hay que acabarlas. *Una vez terminadas, no estará de más que prestéis atención a lo que ha estudiado, si se lo sabe bien, qué le ha gustado más, dónde ha encontrado las mayores dificultades y que reconozcáis su esfuerzo y sus pequeños éxitos. El se sentirá halagado y animado por vuestro interés hacia sus cosas, y tendrá más motivos para acabar bien y a su hora las tareas.

Motivar, no atosigar

"LA FAMILIA. PAUTAS EDUCATIVAS Y DE INTERACCIÓN. II"

Ponente: D. ANTONIO RIOS

Como para cualquier otra cosa que queráis de vuestro hijo, el atosigarle es el peor camino para obtenerla. El triunfo será lograr que él desee lo mismo que vosotros.

* Si es necesario, porque el niño se niega a abandonar su pereza, sus padres tendrá que mantener una seria conversación con él y explicarle claramente que el perjudicado por esta actitud es él mismo y que deberá pasar el verano estudiando porque se autoengaña.

* Es inevitable que el chico vea sus deberes como una pesadez, pero sí podrá entender que, al igual que su padre ha de ir todos los días a trabajar, él también debe cumplir con su responsabilidad de escolar estudiando sus lecciones.

A MODO DE RESUMEN

- No permitáis que el niño vea sus deberes como una pesada carga sin sentido. Hacedle ver que son su responsabilidad, y que su esfuerzo será provechoso.
- Poned pequeñas metas a vuestro hijo cada día, para ayudarle a que se esfuerce por superarse y él mismo se anime con sus pequeñas victorias.
- Procurad que el ambiente de la casa no enturbie nunca el estudio de vuestro hijo. Hay que respetar su trabajo.
- Procurad que los hermanos pequeños se esfuercen en no armar jaleo mientras el escolar hace sus deberes. Este se sentirá apoyado, y los demás aprenderán el hábito de respetar el trabajo de todos.
- No agobiéis al niño con la constante pregunta "¿Has hecho todos los deberes?" y cambiarla por otra bien distinta "¿Me enseñas lo que has hecho hoy?"
- Las comparaciones siempre son odiosas. Evitadlas entre hijos, primos o vecinos. Lo importante es que el niño sepa lo que debe hacer para lograr buenas notas.
- Hablad con los profesores de vuestro hijo para saber si se retrasa en alguna asignatura y haced hincapié en ella.
- Si el niño no rinde, averiguad si le falta motivación y si sabe realmente cuáles son sus tareas.

SUGERENCIAS

1º- Busque las causas subyacentes del resultado pobre en la escuela.

Si a un niño o un joven que obtiene unos malos resultados en la escuela se le somete a examen y se descubre que no tiene ninguna incapacidad para el aprendizaje, tal vez esté perturbado por fricciones que se están produciendo entre sus padres en el hogar, o por otros motivos (amigos, colegio, profesores, compañeros...). Lo indicado es acudir a un profesional.

* **¿ Se siente su hijo excluido de la escena social de sus padres?**

* **¿ Se está afirmando negativamente en le escuela como respuesta a un excesivo dominio parental en el hogar?**

* **¿ Hay algo en la vida de su hijo que hace que este deprimido?**

El padre preocupado debería formularse las preguntas.

2º- ¿ Cuáles son las verdaderas capacidades de su hijo/a?

Al hacer demandas irrazonablemente altas, los padres sólo logran crear cierta forma de resistencia en sus hijos, sea ésta la rebelión abierta, el sabotaje encubierto o la docilidad excesiva. Esta última reacción puede presagiar problemas más serios de ajuste en el futuro, ya que la conducta sumamente dócil a veces está relacionada con una incapacidad para lograr la independencia emocional de los padres.

3º.- Sea un socio, no un adversario.

Hay modos en que usted puede hacerles saber a sus hijos adolescentes que no los rechaza por sus elecciones en su estilo de vida. Si evita la tendencia a decir - NO - a cada deseo extraño de sus hijos, con el tiempo llegarán a apreciar lo afortunados que fueron al tener padres tan comprensivos. Escuche a sus hijos.

4º.-Deje que su hijo sugiera una recompensa apropiada...

Y si usted decide que está dentro de los límites de una demanda razonable, acéptelo. Cuando su hijo empiece a obtener regularmente buena notas, él comenzará a descubrir que el éxito en sí mismo es su propia recompensa. El reconocimiento de los profesores, los padres, los compañeros. Su propio autorrespeto y su orgullo son las recompensas más satisfactorias.

Una advertencia:

No fije una pauta de resultados que su hijo adolescente no pueda alcanzar. Si un chico sabe que no puede ganar una recompensa, no intentará ganarla.

No espere que su hijo siga mejorando en forma indefinida con una sola recompensa.

5º- Hacer un intervalo

Algunos jóvenes pueden necesitar salir de la corriente del proceso educacional y trabajar durante un tiempo. El trabajo puede darle a un adolescente una nueva perspectiva de la vida. Un adolescente que trabaja por un tiempo, a menudo llega a darse cuenta por sí mismo de que el trabajo no calificativo no es gran cosa, después de todo. En tales casos, el adolescente puede sentirse feliz de volver a la escuela, circunstancia en la que con frecuencia logrará mejores resultados al regresar.

No se aconseja que los chicos dejen la escuela. Pero en determinadas ocasiones una distensión temporal de los rigores de la presión en el hogar y en la escuela puede resultar benéfico, si se han intentado todos los otros recursos. En todo caso, después de cierta edad, un padre no puede obligar a un adolescente a ir a la escuela