



## Escoja cuidadosamente sus palabras para motivar a su niño

**A**lgunas veces las palabras que usted usa pueden enviar un mensaje a su niño que es bastante diferente de lo que usted quería decir.

Por ejemplo, suponga que su niño está haciendo una tarea doméstica en su casa, pero le está llevando mucho más tiempo que el que le llevaría a usted. Finalmente, usted le dice, "Oye, déjame hacer eso."

Tal vez piensa usted que simplemente le terminó una tarea para su niño. Pero lo que realmente le comunicó fue, "No creo que puedas hacer eso."

Algunas veces las palabras que dicen los padres para motivar a sus niños realmente producen el efecto opuesto.

Aquí tiene algunas cosas que podría decirle a su niño que lo motivarán para seguir intentando, o para hacer lo mejor que pueda.

Cuando usted le dice:

- "¿Por qué no intentas hacer esto?" lo que su niño oírás realmente es,

"Creo que puedes hacer esto solo."

- "¿Qué pasaría si agregaras más agua?" su niño estará oyendo "Puedes resolver los problemas." Pero si usted le dice, "Eso está muy seco," su niño oírás, "No estás haciéndolo bien."
- "Nunca pensé en hacerlo de esa manera." su niño oírás, "Tomaste una buena decisión." Pero si usted le dice, "Yo no lo hago de esa manera," su niño oírás, "Estás haciéndolo mal."

Use este enfoque cuando su niño esté haciendo la tarea de la escuela. Si se atora en un problema de matemáticas difícil, pregúntele, "¿Has resuelto antes un problema como éste? ¿Cómo lo resolviste entonces?"

Siga enfocándose en las cosas que su niño *puede* hacer. Mientras más anime a su niño, más probable será que se mantenga motivado.

**Fuente:** Lynn Lott y Riki Intner, *Chores Without Wars*, ISBN: 0-761-51252-7 (Prima Publishing, 1-800 733-3000, [www.randomhouse.com/index.pperl](http://www.randomhouse.com/index.pperl)).

## Trate de ser específico cuando hable de respeto



La mejor manera de hacer que su niño muestre respeto no es hablándole de una idea abstracta que puede ser difícil que entienda. En lugar de eso, trate de hablarle de acciones muy específicas que pueda realizar para mostrar su respeto.

Por ejemplo, cuando su niño interrumpa, usted podría decirle, "Cuando alguien más esté hablando, es respetuoso escuchar hasta que la persona haya terminado. Entonces puedes tomar tu turno."

También puede preguntarle a su niño si puede plantear comportamientos específicos que podrían usarse para mostrar respeto. "¿Qué puedes hacer para mostrar respeto a tu maestra?" Su niño podría levantar la mano, terminar la tarea a tiempo y prestar atención en clase.

Después, cuando su niño haya hecho algo respetuoso, ayúdelo a hacer la conexión, "Me encantó la manera como mostraste respeto cuando llamó el Sr. Jones. Escribiste el mensaje con cuidado para que yo supiera cuándo contestar su llamada."

**Fuente:** Paula Denton, "The Power of Our Words," *Educational Leadership*, septiembre 2008 (Association for Supervision and Curriculum Development, 1-800-933-2723, [www.ascd.org](http://www.ascd.org)).

# Ayude a su estudiante a hacerse responsable de sus pertenencias



Usted le compró un cuaderno especial para tomar nota de sus tareas. Él lo dejó en la práctica de fútbol. Mañana va a presentar un examen de ortografía—pero su lista de palabras de ortografía está en la escuela.

Tal parece que algunos niños nunca aprenden a hacerse responsables de sus cosas. Aquí tiene algunas formas como puede ayudar:

- **Pídale a su niño que ayude** a desarrollar un plan. Hable con él sobre lo que necesitaría para organizarse mejor. Usted podría decirle, “Estás teniendo problema para llegar a la casa con toda tu tarea escolar. ¿Puedes plantear un plan que te ayudaría a recordar? ¿Por qué no piensas en él hasta la hora de la cena? Trae tu plan a la mesa y hablaremos sobre él.”
- **Una vez que él haya elaborado un**

plan, deje que lo ponga en acción. Eso significa que usted no lo va a salvar. Si deja su lista de palabras de ortografía en la escuela, no regrese a recogerla. Deje que él enfrente una mala calificación en un examen.

- **Ofrezca sugerencias** de cómo hacer cambios, pero deje que él se responsabilice de sus acciones. “¿Qué tal si tratamos de poner una caja cerca de la puerta. Entonces podrás poner en la caja todo lo que necesitas llevar a la escuela. ¿Qué piensas al respecto?”

**Fuente:** Elizabeth M. Ellis, *Raising a Responsible Child*, ISBN: 1-559-72301-7 (Birch Lane Press, Carol Publishing Group).

**“Una palabra de halago es un ‘trofeo verbal’ para un niño.”**

—Autor desconocido

# Sirva como voluntario durante la Semana Nacional de los Voluntarios



Del 19 al 25 de abril se celebra la Semana Nacional de los Voluntarios. La investigación muestra que los voluntarios pueden hacer que una escuela sea mejor para todos los estudiantes. Pero, ¿sabía que el trabajo que hace puede ayudarle a usted también?

Los voluntarios dicen que esto les ha ayudado a:

- **Aprender a llevarse bien** con los demás. Tal vez tenga que lidiar con diferencias o motivar a otros. Sea que esté lidiando con su niño de seis años o con su jefe, ¡esas son excelentes habilidades!
- **Desempeñarse mejor** en sus trabajos. Como voluntario, puede escoger una tarea que le va a ayudar en su trabajo. Sea que quiera mejorar sus habilidades de

computación o aprender a administrar un presupuesto, usted probablemente pueda hacer eso cuando ayuda a la escuela de su niño al mismo tiempo.

- **Encontrar un empleo.** Las personas que están buscando trabajo dicen que las tareas que desempeñan como voluntarios las han ayudado a prepararse para participar en el mercado de trabajo.

Envíe una nota a la escuela con su niño esta semana en la cual le pregunte a la maestra si puede hacer algo para ayudar. Ya sea recortar cosas en la casa o ir a la escuela a archivar documentos, les beneficiarán a usted y a la escuela de su niño.

**Fuente:** “National Survey of Giving, Volunteering and Participating.” Canadian Center for Philanthropy, [www.givingandvolunteering.ca/pdf/factsheets/Benefits\\_of\\_Volunteering.pdf](http://www.givingandvolunteering.ca/pdf/factsheets/Benefits_of_Volunteering.pdf).

# ¿Está estableciendo límites eficaces para su niño?



Cuando los padres hacen que se cumplan los límites, ¡sus niños rara vez les dan las gracias! Pero los límites ayudan a esos mismos niños a portarse mejor tanto en la casa como en la escuela. ¿Es usted eficaz cuando se trata de establecer y hacer que se cumplan los límites para su niño? Conteste *sí* o *no* a las preguntas de abajo para averiguarlo:

- \_\_\_ **1. Controlo mis límites.** No abrumo a mi niño con demasiados límites.
- \_\_\_ **2. Me aseguro que los límites sean claros.** Cuando mi niño entiende los límites, lo más seguro es que se atenga a ellos.
- \_\_\_ **3. Soy constante.** Si algo está prohibido hoy, seguirá estando prohibido mañana.
- \_\_\_ **4. Involucro mi niño** en el proceso de establecer límites y consecuencias.
- \_\_\_ **5. Le hago saber a mi niño** el “porqué” detrás de los límites que establezco.

**¿Cuán bien le está yendo?**

Cada respuesta de *sí* significa que usted está ayudando a su niño a entender los límites que establece. Para cada respuesta de *no*, pruebe la idea correspondiente.

Escuela Primaria  
**Los Padres**  
*¡hacen la diferencia!*

**Ideas prácticas para que los padres ayuden a sus hijos.** ISSN: 1523-1313

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 nuestro sitio web:  
[www.parent-institute.com](http://www.parent-institute.com).

Publicada mensualmente de septiembre a mayo por The Parent Institute®, una división de NIS, Inc., una agencia independiente y privada. Empleador con igualdad de oportunidad. Copyright © 2009 NIS, Inc.

**Editor:** John W. Wherry, Ed.D. **Redactor Principal:** Pat Hodgdon. **Redactora:** Rebecca Miyares. **Escritores:** Susan O'Brien y Kris Amundson. **Directora de Traducciones:** Michelle Beal-García. **Ilustraciones:** Joe Mignella. **Traductoras:** Kelly Maldonado y Dolores Quintela.

# La disciplina positiva comienza con una comunicación eficaz



“No estás escuchándome.” Es frustrante cuando los niños no hacen lo que dicen los padres. Pero el problema no siempre es

“no escuchar.” Muy frecuentemente, los padres no se están comunicando bien. Incluso los padres con las mejores intenciones pueden sermonear o criticar—haciendo que los niños se sientan y se porten peor. Es mejor:

- **Escuchar las ideas de su niño.** Cambie los sermones por pláticas y preguntas útiles. (“¿Por qué piensas que sucedió eso?” “¿Qué harías la próxima vez?”)
- **Aceptar que nadie es perfecto.** Los errores no son algo que se debe ocultar. En lugar de eso, su familia puede usarlos como oportunidades para aprender y crecer.
- **Confiar en las habilidades de su niño.** Cuando surja un problema menor, por ejemplo, dígame, “Creo que puedes manejar esto. Estoy aquí para ayudarte si lo necesitas.”

- **Repetir lo que dice su niño.** Asegúrese que entendió lo que dijo. “Así es que Sean no te escogió para que estuvieras en su equipo, y tú le gritaste.”
- **Imaginarse cómo se siente su niño.** Póngalo en palabras, “Sean es tu amigo, pero lo que hizo ocasionó que te sientas apartado y enojado.”
- **Portarse de manera respetuosa—** aun cuando su niño no lo haga así. Si dice algo dramático (“¡Te detesto!”), manténgase tranquilo y comprensivo (“Estás furioso por lo que hice”).
- **Ser breve en lo que dice.** Escuche sin interrumpir. Cuando hable, diga lo que piensa de manera breve y clara.
- **Demostrar que quiere a su niño,** independientemente de cualquier otra cosa. Decirle que lo quiere solamente no es suficiente. Demuéstrelo comunicándose de maneras cariñosas y eficaces.

**Fuente:** Jane Nelson, Ed.D., “Why Children Don’t Listen,” [ParentInvolvementMatters.org](http://ParentInvolvementMatters.org), [www.parentinvolvementmatters.org/articles/positive-discipline-jane-nelson.html](http://www.parentinvolvementmatters.org/articles/positive-discipline-jane-nelson.html).

# Una ‘lista en la mano’ puede ayudar con conceptos matemáticos claves



Abril es el Mes de Conocimiento de las Matemáticas. Una ‘lista en la mano’ es una manera divertida de ayudar a su

niño a recordar un concepto o habilidad matemática clave. Haga que su niño:

- **Trace su propia mano** en un papel. En la palma de la mano, escriba la idea o habilidad matemática que necesita recordar. Por ejemplo, “Sumar números de tres dígitos.”
- **Piense en todas las cosas** que necesita recordar. Aquí tiene algunas que podría plantear. “Trabajar de derecha a izquierda.” “Comenzar en las columnas de las unidades.” “Si la

suma es más alta que nueve, lleve un “uno” a las columnas de las decenas.” “Después sumar los números en las columnas de las decenas.”

“Llevar números más altos que nueve a la columna de las centenas.”

- **Escoja los cinco mejores consejos** y los escriba en los dedos de la mano. Puede consultar la “lista de la mano” cuando haga la tarea y puede repararla antes de presentar un examen. Con sólo unas cuantas ideas claves, será más fácil que recuerde cómo resolver el problema.

**Fuente:** Harvey F. Silver, John R. Brunsting y Terry Walsh, *Math Tools, Grades 3-12*, ISBN: 9781-4129-5782-3 (Corwin Press, a Sage Publications Company, 1-800-233-9936, [www.corwinpress.com](http://www.corwinpress.com)).

**P:** Mi niña de segundo grado hace berrinches cuando no se sale con la suya. Admito que algunas veces me doy por vencida en lugar de encarar su comportamiento. Ella está actuando de la misma manera en la escuela, y su maestra ha solicitado mi ayuda para hacer que se controle por sí sola. ¿Qué puedo hacer?

## Preguntas y respuestas

**R:** Los berrinches que hacen los niños de dos años son bastante difíciles de encarar. Pero los niños de ocho años necesitan aprender cómo controlarse por sí solos. Aquí tiene algunas ideas:

- **Anote los berrinches** que hace su niña durante una semana más o menos. Anote lo que sucedió justo antes del berrinche. Esto le ayudará a comenzar a ver patrones. ¿Qué pasa cuando se desmorona? ¿Cuántas veces se rinde usted ante un berrinche?
  - **Elabore un plan de acción** para cambiar su comportamiento. Algunas veces los padres se sienten tentados a ignorar a una niña que está haciendo un berrinche. Desafortunadamente, eso puede sólo inducirla a que dramatice todavía aún más.
  - **Establezca límites claros.** Suponga que hace un berrinche con frecuencia si no le permite ver televisión. Dígame con calma, “No es hora de prender la televisión. Es hora de leer.” Es muy probable que no deje de hacer el berrinche inmediatamente. Continúe hablando con ella. “Sé que estás alterada. Pero esta es la regla.”
  - **Dígame que puede controlar** su comportamiento. “Te sentirás mucho mejor cuando estés bajo control.” Después haláguela cuando se tranquilice.
- Cualquier cosa que usted haga, *no se dé por vencida*. El éxito en la escuela y con otros niños depende de que aprenda cómo controlar ese temperamento.

—Kristen Amundson  
The Parent Institute

# Enfoque: Pasando tiempo juntos

## Diviértase con su niño y desarrolle su buen estado físico



Es primavera y es una perfecta época para practicar juegos activos al aire libre con su niño y unos cuantos de sus amigos.

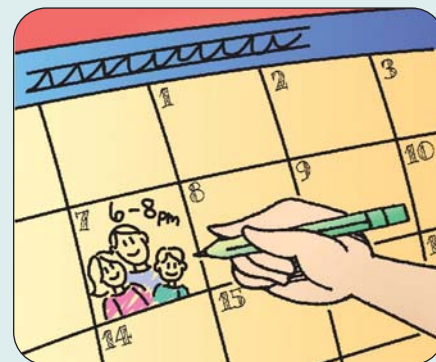
Enséñele estos juegos a su niño:

- **Pato, Pato, Ganso.** Junte a un grupo de niños y siéntelos en círculo. Escoja a uno de ellos que sea “ello.” Ese jugador camina alrededor del círculo, dando golpecitos en las cabezas de los niños y diciendo, “Pato” cada vez que da el golpecito. De repente, el jugador dice “Ganso,” y el “Ganso” debe perseguir a “ello” alrededor del círculo. Si “ello” logra llegar al asiento vacío sin haber sido atrapado, el “Ganso” se convierte en “ello.”
- **Luz Roja, Luz Verde.** El jugador “semáforo” se aparta de los otros jugadores, que están en una línea a unos 15 pies de distancia. Cuando el “semáforo” dice “verde,” los jugadores avanzan hacia él. Cuando el “semáforo” dice “rojo,” tiene que dar vueltas alrededor y asegurarse que todos se detengan. Cualquier jugador que se mueva, queda fuera. Si un jugador toca al semáforo, se convierte en el “ello” siguiente.
- **¿Mamá Puedo?** Todos se paran a la misma distancia del jugador “Mamá.” “Mamá” dice el nombre de alguien al mismo tiempo que le da una orden. (“Laura, da seis pasos de bebé hacia adelante,” o “Jack, da tres pasos saltos de conejo.”) El jugador designado debe preguntar, “¿Mamá puedo?” La respuesta puede ser “Si, puedes,” o “No, no puedes.” Si un jugador olvida preguntar “¿Mamá puedo?”, tiene que regresar al punto de salida. Quienquiera que toque a “Mamá” primero se convierte en “ello.”

## Use estrategias para maximizar el tiempo que pasa con su niño

Los padres ocupados se sienten presionados cuando se trata de dedicar el máximo de tiempo con sus niños. Pero esto es difícil cuando hay muchas cosas que pueden interferir. Para que el tiempo que pasan juntos sea más frecuente y significativo:

- **Limite el tiempo de televisión.** Simplemente el hecho de prender la televisión puede conducir a horas de tiempo desperdiciado. La Academia Americana de Pediatría recomienda no ver más de dos horas de televisión al día.
- **Ofrézcase como voluntario.** Si su niño está en un club, equipo u otra actividad, ofrezca sus servicios para ayudar. Entonces nada evitará que pasen juntos este tiempo.
- **Póngase en movimiento.** Incluya el ejercicio en su rutina. Haga algunas actividades como familia, tales como ir de paseo, jugar a la roña o patear una pelota de fútbol.



- **Marque el tiempo en familia** en el calendario. Considérelo como si se tratara de una cita. También programe actividades uno a uno que atraigan a cada niño.
- **Ponga la mesa para la cena.** Las comidas que se hacen sentados ayudan a los niños y a los padres a concentrarse mutuamente.

**Fuente:** Thomas R. Lee, “How To Spend Quality Time With Your Children,” Utah State University, [www.newswise.com/articles/view/516482](http://www.newswise.com/articles/view/516482).

## Leer es una forma productiva de pasar tiempo con su niño



Leer es una de las formas más productivas de pasar tiempo con su niño. Es también una oportunidad para ser

creativo. Para mantener fascinado a su niño por los libros:

- **Ponga en escena un espectáculo.** Use voces diferentes para cada personaje y represente las partes.
- **Hable con el “público.”** Haga preguntas que capten el interés de su niño. “¿Estuviste de acuerdo con lo que hizo?” “¿Qué piensas que sucederá después?”
- **Repita una función.** Su niño tal vez quiera oír los cuentos una y otra vez, y eso está bien. Mientras

más escuche un libro su niño, más puede aprender de él.

- **Admire a los otros actores.** Escuchen a narradores de cuentos profesionales. Visiten la biblioteca y saquen algunos libros de audio para ver ideas nuevas. Su niño podría tocar un instrumento mientras usted lee, por ejemplo, simulando que se trata de una “banda sonora.”
- **Continúe haciéndolo.** Haga que leer se convierta en parte de su rutina cotidiana. Escoja el tiempo cuando su niño esté más receptivo. Dígale cuánto disfruta este tiempo que pasan juntos.