

25 maneras en que los padres pueden ...

Motivar a los niños



... y ayudarlos a rendir mejor en la escuela



¿Recuerda la historia de la tortuga y la liebre?

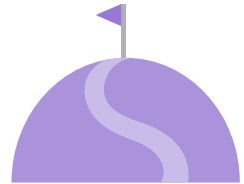
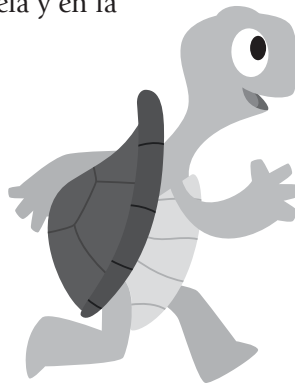
La tortuga ganó la carrera porque estaba más motivada que la liebre. Se esforzó hasta alcanzar su meta.

La motivación también es importante para su hijo. A los estudiantes motivados les entusiasma probar cosas nuevas. Hacen el trabajo escolar (y las tareas domésticas) sin necesidad de muchos recordatorios. Dicen *sí* con más frecuencia que *no*.

No es de extrañar que los niños motivados se desempeñan mejor en la escuela. Se esfuerzan al máximo. Disfrutan el reto de aprender algo nuevo. Y los estudios revelan que el esfuerzo puede ayudar a un niño a rendir mejor, independientemente de sus capacidades.

Nadie influye más que usted en la motivación de su hijo. Sus acciones pueden ayudarlo a adquirir una actitud positiva y pensar "sí se puede".

En este folleto encontrará 25 maneras de estimular la motivación y encaminar a su hijo hacia el éxito en la escuela y en la vida.



1 **Enséñele a su hijo a trazarse metas.** Comience con algo pequeño. Para los niños pequeños, las metas pueden incluir aprender a amarrarse los cordones de los zapatos o a deletrear su nombre. Los niños mayores pueden querer aprender una lista de palabras de ortografía o a montar en bicicleta. Celebre cada logro. Recuerde: Los niños que se sienten exitosos en un área están más dispuestos a tratar de aprender otra cosa.

2 **Hable de la escuela todos los días.** Hágale preguntas a su hijo sobre la jornada escolar. Y trate de ser específico: “¿Qué fue lo más divertido que sucedió en la escuela hoy?” “¿Qué cuento leyeron?”

Escuche las respuestas atentamente. Si usted muestra interés por la escuela, su hijo prestará atención y será un estudiante más motivado.

3 **Reconozca los logros.** Guarde los premios, cintas, certificados y fotografías de los acontecimientos escolares de su hijo en un álbum especial. Cuando agregue algo en el álbum, hable de cuán orgulloso usted está del logro de su hijo.

De vez en cuando, tome el álbum para enseñárselo a los abuelos y otros familiares. Y cuando su hijo tenga un mal día, miren juntos el álbum para recordar los éxitos pasados.

4 Promueva una actitud positiva. Tarde o temprano, casi todos los niños dicen, “No puedo”. Una madre astuta abordó este problema de la siguiente manera: Todos los días después de clase, le pedía a su hijo que escogiera un trabajo terminado. Podían ser obras de arte, problemas de matemáticas o cualquier otra cosa que mostrara su progreso.

Luego colgaba estos trabajos en el refrigerador, pues eran un recordatorio visible de que el rendimiento escolar de su hijo podía mejorar.

5 Recompense a su hijo con su tiempo. Algunos padres recompensan a sus hijos con dinero o regalos por los logros especiales. Pero esto les enseña a los niños a trabajar solo por las recompensas, en lugar de por el orgullo de hacer bien un trabajo.

En su lugar, recompense a su hijo con *su tiempo*. Deje que él escoja una actividad que pueda disfrutar toda la familia: una visita al zoológico, una película favorita o un picnic en familia.



6 Motive a su hijo a que escriba. Utilice una pizarra de borrado en seco o una pizarra de tiza barata para animar a su hijo a escribir. Dígale que la use para administrar el tiempo. Sugiera que escriba allí sus planes para el día siguiente (y que los marque cuando los termine). Su hijo también podría escribir metas a largo plazo para tenerlas siempre a la vista.

O simplemente usen la pizarra para disfrutar algunos juegos de palabras. Facilitar el acceso a las herramientas de escritura anima a los niños a escribir.

7 Fíjese en el comportamiento positivo. En algunas familias, los niños parecen recibir más atención cuando se portan mal que cuando siguen las reglas del hogar. Debido a que la atención de usted es tan importante para su hijo, preste más atención al comportamiento positivo que al negativo.

Podría decir algo como, "Como tú y tu hermano han jugado tan bien esta tarde, tendremos una hora de cuentos extra larga".

La manera más poderosa de motivar a su hijo es darle toda su atención. El tiempo que pasen juntos escuchando y hablando demuestra que a usted le importa lo que piensa su hijo, y lo animará a esforzarse al máximo.

8 Ayude a su hijo a trazarse metas a largo plazo. Los estudios revelan que los niños desmotivados suelen vivir en el presente. Se preguntan, “¿Por qué estamos aprendiendo esto? ¿Cuándo lo utilizaremos?”

Los estudiantes motivados saben que las acciones presentes pueden afectar el futuro. Están dispuestos a trabajar duro ahora para disfrutar del éxito más adelante. Estas son algunas maneras de fomentar este esfuerzo:

- **Deje que su hijo gane puntos** por hacer tareas domésticas extra. Asigne cierta cantidad de puntos a diferentes recompensas: poder escoger el menú de la cena, invitar a un amigo a dormir en casa, etc.
- **Inicie un plan de ahorro familiar** para un objetivo especial. ¿Su familia quiere hacer un viaje en el verano? Enséñele a su hijo cómo usted ahorra una pequeña suma de dinero cada semana.
- **Hable sobre una meta suya a largo plazo.** Tal vez usted quiera obtener el diploma de la escuela secundaria. Tal vez quiera hacer más ejercicio. Cualquiera sea su meta, establezca un plan para alcanzarla. Luego hable con su hijo sobre cómo le está yendo.



9 Ayude a su hijo a dividir los trabajos grandes en tareas más pequeñas y fáciles de realizar. A veces, las tareas grandes pueden parecer abrumadoras. Cuando los niños creen que una tarea es imposible, no se sienten motivados para intentarlo.

Supongamos que su hijo debe entregar un informe importante el mes que viene. Dígale, “Primero, busquemos en internet y en la biblioteca las fuentes que vas a necesitar. Luego, tendrás que reservar tiempo todos los días para leer y tomar notas. Después, puedes hacer un esquema y escribir un borrador. Cuando hayas terminado, puedes corregir y revisar el borrador antes de escribir el informe final”.

Dígale a su hijo que escriba los pasos, asigne un plazo para cada uno, exhiba la lista y tache los pasos que completa. A medida que vaya completando cada paso, su hijo ganará confianza y motivación para seguir adelante hasta terminar el trabajo.

10 Muestre su aprecio. El aprecio motiva a los niños a dar lo mejor de sí mismos. Los niños se esfuerzan más cuando saben que sus familias aprecian el trabajo duro. Estas son algunas maneras de expresar su aprecio:

- “Te agradezco que hayas limpiado tu habitación”.
- “Dejaste de ver televisión para ayudarme a entrar las compras. Gracias”.
- “Has estudiado mucho para el examen de matemáticas. Estoy orgulloso de ti”.

11 Enséñele a su hijo a hacerse comentarios positivos. Siga el consejo de la Pequeña Locomotora Azul del libro *La pequeña locomotora que sí pudo*, que repetía: “Creo que puedo, creo que puedo”. Cuando su hijo tenga que escalar una montaña, sugiérale que diga “¡Sé que puedo!”



12 Anime a su hijo a participar en una actividad extracurricular. Muchos expertos consideran que los niños que tienen éxito en otras áreas también se sienten motivados para tener éxito en el salón de clases. Deje que su hijo escoja una actividad que le resulte interesante. Y no olvide elogiar el esfuerzo.

13 Ayude a su hijo a ver el progreso. Tome un viejo libro favorito y díglele a su hijo, “¿Recuerdas cuando te costaba leer este libro?” Si su hijo tiene dificultad con las divisiones largas, pregúntele, “¿Te acuerdas de cuando no podías sumar $6 + 9$?”

Entable una conversación con su hijo. Pregúntele, “¿Qué has aprendido hoy que no sabías ayer?” (o la semana pasada, o el mes pasado). A veces, pregúntele sobre el futuro, “¿Qué desearías saber para esta época el año que viene?”



14 Fomente la resolución creativa de problemas. Ayude a su hijo a ver las tareas difíciles como retos estimulantes, y no como obstáculos abrumadores. Enséñele esta estrategia que funciona:

1. **Elaborar una lista de problemas** que necesitan solución.
2. **Escoger un problema de la lista.** Los otros problemas pueden hablarse o abordarse más adelante. Ayude a su hijo a aprender a enfocarse en una cosa por vez.
3. **Hacer una lluvia de ideas.** Haga que su hijo piense en tantas ideas para resolver el problema como sean posibles. Incluya todo en la lista, no importa qué tan absurdo parezca.
4. **Escoger una solución para probar.**

Si su hijo se encuentra con más problemas, hágale preguntas que lo ayuden a resolverlos. En otras palabras, pregúntele, “¿Cómo puedes mantener estas dos partes juntas?” en lugar de decirle, “Creo que necesitas pegamento”. Un pequeño estímulo puede motivar a su hijo a ver los problemas como retos interesantes, y también a aprender a usar la creatividad.

15 Lleve un registro de los libros que lee su hijo. Dígale que escriba el nombre de cada libro que termina en una tarjeta, y colóquelas en la pared de su habitación. O recorte círculos y dígale a su hijo que cree una “oruga lectora”. También puede escribir los títulos de los libros en pequeñas tiras de papel y utilizarlas para hacer una cadena de papel.



16 Señale ejemplos a seguir. Conocer las estrategias que han conducido a otras personas al éxito puede motivar a su hijo a adoptar esas mismas estrategias. Señale personas exitosas que su hijo ya conozca, y sugiérale que lea algunas biografías de personajes históricos. La biblioteca local debería tener una gran variedad. Las biografías de Jackie Robinson, Neil Armstrong y Sonia Sotomayor son un buen punto de partida.

Ver que otras personas también tuvieron que superar retos puede ayudar a su hijo a desarrollar la perseverancia que se necesita para alcanzar el éxito.

17 **Motive a su hijo en matemáticas.** Si usted dice, “Yo no soy bueno en matemáticas”, es posible que su hijo no piense que es importante rendir bien en esa materia. En lugar de eso, demuestre que todos pueden ser buenos en matemáticas al señalar cómo usted las usa todos los días. Pídale a su hijo que mida los ingredientes de una receta. Muéstrole cómo verifica las cuentas en una hoja de cálculo. Pídale que calcule cuánto tiempo necesitará para llegar a un destino.

18 **Evite la procrastinación.** Cuando su hijo se enfrente a un proyecto escolar grande o a una habitación desordenada, sugiérale que haga algo para comenzar, por pequeño que sea. Podría programar un temporizador y trabajar durante 15 minutos. Realizar una parte de la tarea puede proporcionarle la motivación que necesita para seguir adelante.

19 **Enséñele a su hijo a visualizar el éxito.** Cuanto más clara sea la imagen de alcanzar una meta en la mente de su hijo, más fácil le resultará alcanzarla.

Por ejemplo, dígame, “Imagina a tu maestro diciendo que ha llegado la hora del examen de ortografía. Imagínate a ti mismo sintiéndote seguro porque has estudiado todas las palabras. Escucha al maestro pronunciando cada palabra y mírate a ti escribiéndolas correctamente. Luego mira la A+ en tu hoja”.

20 **Enfóquese en el éxito.** Enumere cinco logros que su hijo alcanzó esta semana. Enumere cinco logros propios. Coloque la lista donde ambos puedan verla.



21 **Escuche los mensajes** que le transmite a su hijo. Si su actitud hacia el trabajo es, "Odio los lunes", no se sorprenda si su hijo no se siente motivado para levantarse e ir a la escuela después del fin de semana.

Si usted dice, "Haré eso más tarde", es probable que su hijo también deje las cosas para último momento.

22 **Encuentre un orden de tareas que funcione para su hijo.** Empezar con una tarea difícil cuando su hijo está más fresco puede hacer que todo lo demás le parezca fácil. Pero entrar en calor con una tarea fácil ayuda a algunos estudiantes a sentirse exitosos y motivados para encarar una tarea más difícil. Averigüe qué le funciona mejor a su hijo.

23 **Comparta con su hijo su propio entusiasmo.** Puede que usted esté encantado con su nuevo trabajo. Cuénteles lo que le hace feliz. Quizá le agrade mucho la jardinería. Comparta sus intereses con él. Los padres que se emocionan aprendiendo cosas nuevas tienen hijos que también se emocionan por aprender.

24 **Ayude a su hijo a reconocer el éxito, incluso en la derrota.** “Siento mucho que tu equipo perdiera. Pero puedes estar orgulloso de que marcaste un gol”. “Sé que estás decepcionado con tu nota en el examen de matemáticas. Pero mira todos los problemas que resolviste correctamente”.

25 **Elogie a su hijo.** Pero recuerde que el tipo de elogio que haga puede afectar la motivación. Los mejores elogios son merecidos, específicos y sinceros. En lugar de limitarse a decir, “Eres un niño estupendo”, procure comentar cosas concretas que su hijo haya hecho especialmente bien. Estos son algunos ejemplos:

- “Te felicito por perseverar con tu tarea de matemáticas”.
- “Gracias por poner la mesa sin que te lo pidiera”.
- “Has organizado muy bien tu trabajo”.

Alimente el amor por el aprendizaje que su hijo ya tiene. Comience con una sola idea. Será un paso en la dirección correcta.

¡Esa es una manera en la que usted puede marcar la diferencia!

Publicado por:

THE
PARENT
INSTITUTE®

(800) 756-5525

www.parent-institute.com

Fremont Unified School District
State & Federal Programs

Stock No:
(English) 305A
(Spanish) 405A