

# ¿Cómo puedo mantener a mi hijo(a) adolescente interesado(a) durante la enseñanza virtual?

## FOLLETO DE CONSEJOS PARA PADRES

Lo más probable es que su hijo(a) adolescente haya enfrentado desafíos que hayan causado que esté menos interesado(a) en una o más de sus clases virtuales. Quizás haya tenido problemas técnicos, experimentado fatiga del "Zoom", o simplemente extrañe estar en un aula física con sus maestros y compañeros. Cualquiera que sea el caso, los siguientes son algunos consejos para ayudarlo a mantenerse interesado(a) y evitar el agotamiento virtual.

### Consejo 1: Aliente a su hijo(a) adolescente a fijar metas.

A medida que los adolescentes hacen la transición a la escuela secundaria, comienzan a pensar más y más en su futuro. Su hijo(a) adolescente probablemente sabe que sus calificaciones y promedio de calificaciones o GPA (por sus siglas en inglés) pueden afectar sus metas futuras. La enseñanza virtual puede ser una excelente manera para alentar a su hijo(a) a concentrarse en sus clases y establecer metas significativas.



#### Diga esto

- "Fijemos una sencilla meta a lograr en tus clases todos los días (por ejemplo, responder una pregunta en el chat, terminar todas tus tareas, pedir ayuda a tu maestro)."
- "¿Qué clases te gustaban cuando asistías en persona? ¿Qué hace que algunas clases sean más difíciles de tomar de forma virtual?"



#### Haga esto

- Ayude a su hijo(a) adolescente a establecer metas para mejorar sus calificaciones (por ejemplo, entregar más tareas, mejorar la calidad de su trabajo, llevar cuenta de su participación).
- Hable con su hijo(a) adolescente acerca de lo que quisiera hacer después que se gradúe. Recuérdele que si le va bien en la escuela ahora esto puede ayudarlo a lograr estas metas más adelante.



#### Pruebe hacer esto

- ¿Cuáles son las políticas de evaluación de los maestros? Use esta información para ayudar a su hijo(a) adolescente a cumplir con las fechas tope, entregar trabajos atrasados, o ganar créditos adicionales para mejorar sus calificaciones.
- Indague también acerca de las expectativas de la instrucción virtual. ¿Recomienda a su hijo(a) adolescente encender su cámara, iniciar sesión unos minutos antes, o usar audífonos para limitar las distracciones? Hacer estas cosas puede ayudarlo a permanecer más concentrado(a) durante la clase.

## Consejo 2: Enséñele a su hijo(a) adolescente a expresar sus opiniones.

Cuando los estudiantes están confundidos o frustrados, por lo general se esconden detrás de la pantalla y dejan de participar. Es importante que su hijo(a) adolescente hable cuando tenga una pregunta, necesite ayuda, o se dé cuenta de que algo no funciona. La mayoría de los maestros desean crear un entorno de aprendizaje virtual significativo para todos.



### Diga esto

- “Se te ve siempre tan feliz después de la clase de ciencias pero pareces estar frustrado(a) después de estudios sociales. ¿Qué hace que una clase sea tan interesante y la otra tan frustrante?”
- “¿Pides ayuda cuando no entiendes algo? Si no quieres pedir ayuda delante de tus compañeros, envía a tu maestro un mensaje de charla privada o pídele que te ayude más tarde.”



### Haga esto

- Después de la clase, pida a su hijo(a) adolescente escribir lo que le ayudó a mantenerse interesado(a) (por ejemplo, tareas estructuradas, trabajo con compañeros, videos de guía). Escribir esta información puede ayudarle a pensar en lo que funciona y lo que no funciona para él(ella) durante el aprendizaje virtual.
- Aliente a su hijo(a) adolescente a compartir con sus maestros lo que le gusta y lo que no le gusta. Ayúdele a redactar un correo electrónico o practicar una conversación.



### Pruebe hacer esto

- Averigüe si el maestro ofrece diferentes maneras para completar las tareas (por ejemplo, grabar un vídeo en lugar de escribir un párrafo, trabajo en grupo). Su hijo(a) podría sentirse más motivado(a) e interesado(a) si puede elegir cómo completar una tarea.
- Pregunte a su hijo para asegurarse de que aún habla siempre que necesita ayuda. Hablar sobre lo que funciona y lo que no funciona, debe ser un proceso regular, no una conversación de una sola vez.

Enseñar a su hijo(a) adolescente a expresar sus necesidades es una habilidad importante, ¡algo que usará toda su vida! Aunque el aprendizaje virtual le pueda parecer difícil, es posible que ahora su hijo(a) adolescente pueda reconocer cuando tiene dificultades y comunicar estas ideas y sentimientos.

## Consejo 3: Ayude a su hijo(a) a explorar otras oportunidades de participación.

Las actividades extracurriculares, como deportes, clubes, conciertos y obras de teatro suelen ayudar a motivar a los adolescentes a desempeñarse bien en la escuela. Cuando están motivados, tienen más probabilidades de permanecer interesados en la clase. Como muchas de estas oportunidades no siempre están disponibles durante el aprendizaje virtual, aliente a su hijo(a) a explorar otras actividades.



### Diga esto

- “Intenta tener una competencia semanal con tus amigos para ver quién da más pasos. Puedes usar una aplicación para llevar cuenta de la distancia recorrida.”
- “Puedes crear un club de cine con tus compañeros y compartir tus vídeos en línea.”



## Haga esto

- Si su hijo(a) adolescente por lo general espera con ansías el concierto de primavera de la banda musical, aliéntelo(a) a tocar una canción con sus amigos durante las pausas de la jornada escolar.
- Ayude a su hijo(a) a organizar una actividad extracurricular virtual (por ejemplo, clubes de pasatiempos; canto, baile, o concursos de fotografía). Crear un evento con la participación de su comunidad escolar puede aumentar su autoestima y hacer que esté más interesado(a) en iniciar sesión todos los días.

¿A quién no le gustan los concursos? Pregunte al director de la escuela de su hijo(a) si es posible organizar un evento virtual divertido como un concurso de canto o de talentos. Esto podría ser una manera divertida para toda la escuela reunirse, especialmente después de un año tan difícil.



## Pruebe hacer esto

- Averigüe si se ofrece alguna actividad extracurricular en línea. Es posible que haya centros comunitarios locales que ofrezcan clases virtuales de arte, teatro, yoga, preparación para los exámenes de ingreso a la universidad, o de cocina.
- Observe la actitud de su hijo(a) adolescente. Con nuevas actividades en las que puede participar, ¿su actitud hacia la escuela ha cambiado?

## Referencias

1. Hernandez, V. (2020). *Creating online clubs for students during remote learning*. <https://www.edutopia.org/article/creating-online-clubs-students-during-remote-learning>
2. Kelleher, I., & Hulleman, C. (2020). *The science of keeping kids engaged—Even from home*. <https://www.edutopia.org/article/science-keeping-kids-engaged-even-home>
3. Morin, A. (n.d.). *6 tips for helping your high-schooler learn to self-advocate*. <https://www.understood.org/en/friends-feelings/empowering-your-child/self-advocacy/6-tips-for-helping-your-high-schooler-learn-to-self-advocate>