

AYUDA A TU HIJO EN LOS ESTUDIOS

En este apartado encontraras 10 situaciones y sus respectivos consejos para ayudar a tus hijos en el estudio.

1. No estudiar.

El gran problema no es que estudien mal o no puedan, sino que, simplemente, no estudian. Hacen tareas, deberes y dibujos pero no estudian. Se meten en su cuarto y todo el mundo está convencido de que el niño está estudiando. Pero han podido pasarse la tarde entera haciendo un dibujo o una redacción sin estudiar. Así no van adquiriendo ese poso de conocimientos para cuando llegue el examen.

Consejo: a éstos, lo que más le conviene, es empezar todos los días por estudiar. Nada más sentarse, que estudien un tiempo. De diez a catorce años deben estudiar por lo menos tres cuartos de hora. Y a partir de quince años, por lo menos una hora a hora y media de control para que sigan este plan. Y después del estudio que hagan las tareas. Necesitan un cierto control para que sigan este plan. Si tiene toda la tarde para hacer las tareas, gasta la tarde entera. Si solo tiene una hora, se ajusta y va más aprisa. Además el estudio cansa y hay que estudiar cuando se está más descansado.

2. Estudio atropellado de últimos días.

Tiene que ver con el anterior. Este si estudia, pero sólo unos días antes del examen. Además se crea en la familia la idea de que ha estudiado mucho ya que queda la sensación tanto al chico como a los padres, de la última semana y media: se levantado pronto, se ha esforzado muchísimo, se ha acostado tarde estudiando. Así piensan, o que no hay derecho a que luego suspenda. Pero en realidad falta el poso necesario para que la memoria asimile y comprenda las lecciones.

Consejo: el trabajo y el estudio diario, con control, todos los días ha de estudiar algo. Si un día tiene mucha tarea, después del estudio la hará y lo mismo si no tiene. Si no tiene tarea solo estudiará.

3. Falta de ejercicio. Confundir “lo entiendo” con “me lo sé”.

Los hay que confunden el “lo entiendo” con “me lo sé”. Leen una lección y como la entienden, ya creen que se la saben y dejan de estudiar. Sin embargo, lo que les hace falta es ejercitación, repasar y hacer los ejercicios.

Consejo: que vean la ejercitación como parte de su estudio. Hay que enseñarles que “lo sé” es igual a “lo entiendo” más “me lo estudio”. Entender es lo más difícil, pero una vez que lo entiendes hay que aprenderlo: hay que dedicar esfuerzo, repetirlo, hay que usar la memoria.

4. Dificultades de concentración, falta de control de la imaginación.

Les cuesta mucho concentrarse, les cuesta el arranque: desde que se sientan hasta que comienzan a estudiar. Están muy a medio gas y se les va fácilmente la imaginación.

Consejo: hay que empezar a estudiar a una hora fija para conseguir un buen rendimiento cerebral, así la cabeza se concentrará con más facilidad a esa hora de estudio. Por otro lado el mejor consejo para sujetar la imaginación es sacarle uso en el estudio, hay que poner la imaginación en cada tema de estudio y me imagino como es lo que estoy estudiando. Esto ayuda a que se graben mejor las lecciones.

Respecto a la televisión hay que decir que cansa la cabeza y daña la capacidad de concentración, lo mismo que los videojuegos. Es mejor un rato de lectura, un tebeo, un periódico... porque eso es como un precalentamiento.

5. Problemas de comprensión. Dificultades en la lectura. Vocabulario pobre.

Es el caso del que se ve que se esfuerza pero que no puede. Si le explicas la lección y se la cuentas aprende enseguida. Pero si tiene que aprendérsela él solo con el libro le cuesta mucho. Se siente defraudado, pues no hay resultados.

Consejo: lo que hay que hacer es ayudarle a leer bien corrigiéndole los defectos de lectura y ayudándole a hacerse un cuaderno de vocabulario. Con ese pequeño diccionario personal tendrá que hacer ejercicios con las palabras desconocidas. Si no se ataja no se mejora. Se le puede decir que estudie más, pero llega un momento en que se hunden. Si hay un problema más serio como dislexia, etc., hay que llevarle a un especialista. No vale con estudiar más.

6. Lagunas, falta de base.

Son los que entienden las matemáticas, por ejemplo, pero fallan en los quebrados, que pertenecen al programa del año pasado cuando estaban enfermos.

Consejo: con estos, hay que dejar de quejarse y ponerse a rellenar las lagunas. En el colegio es muy difícil, pero para ello es muy útil un profesor particular o que el hermano mayor se dedique a explicar. Una vez conocidas las lagunas, habrá que solucionarlas en vez de quejarse continuamente.

7. Ansiedad, angustia. Bloqueo emocional, inseguridad.

Hay chavales que por un exceso de ansiedad y de miedo a suspender se angustian. Comienzan a estudiar y como salen con el gran miedo a perder, se angustian. Quizá tras un año de malas experiencias, de un fracaso, de haber suspendido muchas, ... pierden la confianza en sí mismos y se sienten agobiados. Se les distingue fácilmente cuando llegan a los exámenes pues tienen trastornos intestinales, duermen mal, están tensos, les sudan las manos en medio del examen, etc. Son chavales temerosos y eso les bloquea, pues no tienen la serenidad suficiente para sacar a la luz lo que saben.

Consejo: hay que tratarles de dos maneras: primero, dándoles seguridad, valorando su esfuerzo, reforzando la confianza en que ellos son capaces, reforzando sus pequeños éxitos. Y, después, enseñarles a controlar esa ansiedad, enseñarles a relajarse, mediante algunas técnicas.

8. Timidez, inseguridad, no preguntar, no puedo.

En este caso el bloqueo llega por la timidez y la vergüenza a preguntar. Es el temor al ridículo, a quedar mal y, así el “no puedo” es la excusa que ponen para no enfrentarse a un problema que les da miedo.

Consejo: hay que ayudarles a superar ese temor al ridículo y a preguntar, puede ser, controlando, junto al profesor, cuántas veces pregunta en clase, planteándoselo al hijo como un punto de esfuerzo personal.

9. Los “empollones” memorísticos.

En estos el desarrollo intelectual no va parejo al sistema de estudio. Hasta los 12 años hay una gran facilidad para memorizar así, leyendo varias veces. Pero a partir de esa edad la memoria es la más lógica, más de relación, de sentido global. Hay chicos que pasan los cursos y siguen estudiando igual, leyendo veinte veces. Eso, además de aburrídisimo, es un tipo de memoria peligrosa. Son los chavales de “lo tengo en la punta de la lengua”, “si me dice la primera palabra sigo yo”, “¿eso era lo que estaba en la página segunda?”. Sufren mucho, dedican mucho tiempo y según pasan los cursos va a peor.

Consejo: a estos hay que enseñarles a estudiar, a cambiar el método de estudio, sabiendo que al principio le costará, pero luego será muy eficaz.

10. Los “optimistas” del “ya me lo sé, pregunta” “Lo tengo dominado, está chupado, mamá”.

A estos hay que ayudarles a tocar tierra, preguntándoles para que comprueben que efectivamente no lo saben.

Consejo: hay dos técnicas: que se autoevalúen y repasen. Que no digan “me lo sé” antes de haber cerrado un libro y de haberse preguntado. Y, a la vez, enseñarles a repasar. Los contenidos de las lecciones se aprenden bien una vez que se repasan. En el estudio se entiende, en los repasos es donde de verdad se aprende.