
CÓMO AYUDAR A SUS HIJOS EN LOS ESTUDIOS

- Mantener un estrecho contacto con sus profesores y, sobre todo, con el tutor, ya que nos puede facilitar el conocimiento de nuestro hijo y de cómo ayudarle.
- Conocimiento ajustado de la realidad de nuestros hijos, de sus capacidades generales y escolares. Es decir, como padres debemos conocer realmente cómo es nuestro hijo: si tiene capacidades para estudiar, pero es un poco vago, si tiene dificultades para estudiar pero se esfuerza mucho, etc. Para tener esta visión conviene estar en contacto con los profesores y tutores, ya que ellos nos pueden informar del rendimiento de nuestro hijo en el centro.
- Estimular su interés por el estudio desde la propia familia, mediante un ambiente de valoración adecuada del aprendizaje y del estudio. Hay que tener en cuenta que lo ideal es que su hijo llegue a vivir el estudio y el aprendizaje de forma positiva, como fuente de satisfacción.
- Animarle a estudiar. Para ello han de tener fe en su hijo para que él la tenga en sí mismo. Han de valorar más el esfuerzo y su dedicación al estudio que los resultados. Hay que valorar los progresos, aunque no estén a la altura de lo que a ustedes como padres y madres les gustaría.
- Valorar a su hijo como persona, no sólo como estudiante. Estamos de acuerdo con la idea de que el estudio es importante para la vida, pero no lo único. Aunque su hijo no vaya bien en los estudios y toda la familia esté preocupada por ello, no debemos recordárselo en cada momento y dejar de valorarle otros aspectos positivos.
- Tipo de relaciones que se fomentan en la familia entre los hermanos y amigos. Pueden ser relaciones de: comparación, solidaridad, competencia... Por ejemplo: "Tu hermano sí que saca buenas notas", "Tú hermano, con lo poquito que estudia y hay que ver cómo aprueba", etc. Estos mensajes no favorecen un autoconcepto positivo. Hemos de valorar a cada hijo por separado y en su aspecto general, no sólo académico. ¡Debemos olvidarnos de las comparaciones entre hermanos, amigos, familiares! A nadie le gusta que le comparen con los demás, sobre todo si es una comparación negativa. Debemos fomentar la seguridad de nuestros hijos para enfrentarse a las tareas cotidianas.
- Fomentar su responsabilidad. Es necesario hacerles ver que el estudio es su responsabilidad y no la responsabilidad de los padres. Hay que ofrecerles colaboración, pero sin suplantar su trabajo. Se debe procurar que los hijos atribuyan gran parte de sus éxitos y/o fracasos a su propia actuación, y no a la de los demás.
- Es muy importante procurar no desanimarles ni desanimarse al primer tropiezo. No es aconsejable reprocharle constantemente sus malos resultados, ni hacer continuas comparaciones con hermanos, amigos, vecinos, etc. También hay que evitar descontrolarse e imponerle castigos absolutos, que después no suelen llevarse a cabo, con la consiguiente pérdida de eficacia y, sobre todo, de credibilidad y coherencia.
- Procurar que exista un buen clima familiar, un buen ambiente familiar con una atmósfera cordial, tranquila, donde existan unas relaciones basadas en la confianza y en la comunicación. Hemos de ser conscientes de que no existe una familia ideal, que no hemos sido educados para ser padres de adolescentes y, por tanto, hemos de reconocer nuestros fallos cuando los haya.

-
- Tipo de actitudes dominantes que existen en la familia en relación con los hijos: sobreprotección, sobreexigencia, ansiedad, resignación, comprensión, ayuda, rechazo... Entendemos que las actitudes de escucha y de comprensión, al mismo tiempo que de exigencia de responsabilidades negociadas por parte de las familias, son mucho más positivas para que el alumno asuma su tarea diaria de aprendizaje.
 - Grado de coherencia entre el padre y la madre u otras figuras de referencia del entorno familiar. Es contraproducente que uno sea muy exigente y el otro muy permisivo, ya que se quitan autoridad mutuamente y al final el hijo no tiene unas normas fijas de referencia, lo que puede conducir a que fije sus propias normas.
 - Favorecer las condiciones adecuadas de estudio: procurar que su hijo, en la medida de lo posible, tenga siempre un mismo lugar de estudio, que favorezca su concentración y en el que haya silencio (lejos de la televisión y otros ruidos), que estudie todos los días a las mismas horas y que se planifique su tiempo de estudio y de descanso (horario).
 - Dado que hay madres o padres que están en casa por las tardes, deben controlar las horas que sus hijos dedican al estudio y a hacer los deberes. Insistir en la necesidad de realizar todos los días las tareas.
 - No se considera justificado que los alumnos falten a clase porque se queden estudiando un examen. No es beneficioso porque se pierden las explicaciones de las materias a las que faltan y luego tienen que invertir tiempo y esfuerzo en recuperar esos apuntes. Se debe estudiar por la tarde, varios días antes del examen. El éxito en los exámenes no es la consecuencia de estudiar mucho el día antes, sino de ser constante y estudiar diariamente.
 - Procurar que su hijo descanse el tiempo necesario: no conviene acostarse demasiado tarde, ver la TV hasta altas horas, etc.
 - Controlar los hábitos alimenticios de sus hijos. Es fundamental para un buen rendimiento el haber desayunado correctamente antes de acudir al instituto, de la misma manera que conviene tomar algo a media mañana.