

# CÓMO ESTIMULARLE EN LOS ESTUDIOS

El éxito escolar no depende sólo del centro donde estudia nuestro hijo. Los padres/madres somos responsables de numerosas actitudes, valores y hábitos que adquieren durante el aprendizaje. Y además, podemos ayudarle a estudiar, ya que todos los alumnos pueden mejorar su rendimiento. El papel educativo de la escuela es indiscutible, pero no suficiente.

El papel educativo de la escuela es indiscutible, pero una educación integral no se consigue por el simple hecho de acudir a una escuela de mayor o menor calidad. El aprendizaje y adquisición de conocimientos por parte de nuestros hijos es una parcela de la educación que los padres delegamos a los profesores. Sin embargo, nosotros somos altamente responsables del desarrollo adecuado de actitudes, valores y hábitos que les posibilitarán un éxito académico completo.

## **El papel de los padres/madres es decisivo en el éxito escolar de sus hijos**

Todos los estudiantes pueden mejorar su rendimiento escolar, nunca es demasiado tarde o temprano y los padres podemos contribuir a ello trabajando conjuntamente con nuestros hijos. La base de esta mejora está en establecer un lugar y horario de estudio adecuados, en facilitarles unas técnicas de estudio básicas, en estimularles adecuadamente para que mantengan la motivación suficiente para alcanzar buenos resultados y en fomentar la lectura. Podemos actuar en estos aspectos que afectan directamente al aprendizaje, teniendo siempre presente que éste es un proceso que requiere constancia y que, de lo que se trata, es de que nuestros hijos alcancen una autonomía de aprendizaje que les permita enfrentarse con éxito a sus estudios.

### **Establecer un horario y lugar de estudio**

Es muy útil ayudar a nuestro hijo a elaborar un plan de trabajo semanal basado en un horario de estudio personal y realista que pueda cumplir sin esfuerzo excesivo. Transmitir la importancia de organizar adecuadamente el tiempo y las ventajas que tiene utilizarlo correctamente sirve para que nuestro hijo lo valore y sepa aprovecharlo sin tener que renunciar a sus actividades favoritas.

Planificar un horario nos sirve para incluir en él tanto actividades escolares como actividades de ocio, para ayudar a nuestro hijo a crear un hábito de estudio y para facilitar la concentración y dedicación necesarias para la resolución de las tareas. El horario de estudio debe ser sobretodo factible, estar adaptado a nuestro hijo y debe cumplirse de forma más o menos regular.

Es conveniente cumplir el horario establecido y mantener siempre el mismo lugar para el estudio, puesto que la regularidad y los factores ambientales influyen en el rendimiento y en la concentración.

Para que el lugar de estudio sea adecuado, debemos procurar que cumpla los siguientes requisitos:

Debe ser siempre el mismo; de esta manera se evita que nuestro hijo pierda tiempo explorando un territorio al que no está habituado.

Debe ser tranquilo y estar lo más alejado posible de estímulos que puedan distraerle (televisión, fotografías, radio, teléfono, juegos, etcétera).

Debe tener una buena iluminación; la mejor luz para estudiar es la luz solar indirecta, evitando los contrastes acusados que dificultan la lectura. En el caso de luz artificial, conviene que el foco de luz esté a su izquierda para evitar sombras (o a la derecha si es zurdo).

Debe estar correctamente ventilado; el cerebro es muy sensible a la falta de oxígeno.

El mobiliario ha de ser adecuado, resistente y cómodo; la altura de la silla debe permitir que los pies apoyen sobre el suelo y la mesa debe ser de tamaño suficiente para distribuir en ella lo necesario.

El material que se haya de utilizar debe estar en orden y al alcance de la mano; todo debe estar fácilmente localizable.

Estas condiciones también pueden aplicarse a lugares destinados a niños en edad preescolar. Nuestro hijo puede tener una zona reservada con material educativo específico para su edad donde poder jugar, pintar, leer, "trabajar" o simplemente hablar de las tareas del colegio. De este modo, en poco espacio de tiempo pero con constancia, podremos crear unos hábitos que irán adaptándose a medida que cambien sus necesidades educativas.

### **Facilitar técnicas de estudio**

Las técnicas de estudio son imprescindibles en todas las tareas relacionadas con el estudio y el procesamiento de la información: comprensión, retención, recuperación... Existen numerosas técnicas de estudio, algunas sirven para finalidades muy específicas (por ejemplo, memorizar nombres de ríos), pero otras son herramientas de utilidad para cualquier ámbito del saber. A medida que nuestro hijo vaya superando niveles escolares, será indispensable que conozca y domine técnicas de estudio básicas:

Lectura comprensiva del texto.

Se leerá tantas veces como haga falta hasta conseguir un nivel de comprensión de la información satisfactorio. En numerosas ocasiones será necesaria la utilización de un diccionario para tener una comprensión correcta de los términos que aparecen en el texto y de su contenido informativo.

Subrayado de las ideas más importantes.

Se marcarán o resaltarán (con bolígrafo, lápiz, rotulador o marcador fluorescente) las palabras o frases más significativas de las ideas básicas del texto.

Elaboración de un esquema o resumen.

Se hará una selección y se extraerán las ideas que se consideren más importantes. Saber distinguir las ideas básicas de las secundarias no es una tarea sencilla y nuestro hijo sólo lo conseguirá con la práctica. A pesar de la dificultad inicial que supone hacer el esquema, más tarde le será de gran ayuda a la hora de retener y recuperar la información.

Retención o memorización de información.

Se almacenará en la memoria el resumen o esquema elaborado. La asociación o relación de ideas es un recurso muy útil para retener información, sobre todo si se trata de un listado de palabras.

Recuperación y reproducción de la información almacenada.

Se hará tanto oralmente como por escrito. Nuestro hijo tiene que ser capaz de recordar la mayor parte del texto estudiado y de reproducir, en primer lugar, el esquema memorizado y, a partir de él, el resto de información relevante que proporcionaba ese texto. Éste será también el procedimiento más adecuado a seguir en la realización de un examen, tanto oral como escrito.

### **Estimular y motivar adecuadamente**

La motivación quizá sea uno de los factores que más directamente inciden en el éxito escolar. Sin motivación nuestro hijo no dará todo lo que puede dar de sí, independientemente de sus capacidades. Nuestro estímulo será un elemento clave para asegurar y mantener un alto nivel de motivación y una buena predisposición hacia el estudio. Para ello, es importante atender a los siguientes aspectos:

Los resultados obtenidos y las recompensas ofrecidas. Es conveniente recompensar de alguna manera los esfuerzos realizados por nuestro hijo, principalmente con alabanzas y mensajes positivos y nunca de forma gratuita, para evitar que pierdan su valor de refuerzo. Las recompensas, a medida que avanza la edad del niño, no deben asociarse siempre a la consecución de algo material tangible.

El interés de los padres en el aprendizaje. Los hijos están más motivados si los padres se interesan por los temas que están estudiando y no sólo por los resultados del rendimiento escolar.

El propio estado físico y emocional. El cansancio, la ansiedad y los problemas personales influyen negativamente en la concentración y motivación. Es necesario que los padres conozcamos en qué situación se encuentra nuestro hijo si su interés por el estudio decae de forma anómala y actuar en consecuencia.

## **Fomentar la lectura**

Mediante la lectura tenemos acceso a un caudal de conocimientos y emociones. Fomentar la lectura desde edades tempranas favorece el aprendizaje escolar de nuestro hijo. Comprobemos que el material de lectura es el adecuado para su edad y sus gustos y que entiende lo que lee, pues la dificultad en la lectura y la comprensión es uno de los principales problemas de aprendizaje y de fracaso escolar.

Si en casa se respira un clima de respeto hacia el estudio es más fácil que nuestro hijo se sienta motivado a disfrutar de ese mundo. No podemos insistir en que estudie si, por otro lado, nos oye comentar que estudiar está muy bien, pero lo realmente útil es trabajar. Hablar de la finalidad de la educación servirá para que nuestro hijo entienda lo útil que le será tanto para su futuro profesional como para su crecimiento personal.

La capacidad intelectual no puede llegar a suplir la constancia y el hábito de trabajo que requiere cualquier aprendizaje, sobre todo el escolar.

Hemos destacado la importancia que los padres tenemos en el aprendizaje escolar de nuestros hijos. Ahora debemos terminar valorando la autonomía de aprendizaje de nuestros hijos. Esto significa que nuestra ayuda debe ir encaminada, fundamentalmente, a favorecer esta autonomía; se trata de que nuestro hijo adquiera un hábito de estudio/trabajo y desarrolle las habilidades necesarias para el aprendizaje escolar.

Para aquellos padres que quieran más información sobre el tema, recomendamos la lectura del libro: Aprender a estudiar, Concepción Fernández Rodríguez, ya que ofrece recomendaciones prácticas para enfrentarse al trabajo escolar en casa y en clase.

Elena Roger Gamir