



La disciplina, el esfuerzo personal y la autoestima son las que determinan el éxito o el fracaso en los estudios

**La disciplina, el esfuerzo personal y la autoestima son las que determinan el éxito o el fracaso en los estudios**

A todos los padres nos preocupan los estudios de los hijos. Por tanto, una reflexión que debemos hacernos es: “¿Quién ha enseñado a estudiar a mi hijo?”. Parte del trabajo de los buenos profesores consiste en enseñar cómo debe estudiarse su asignatura. Pero también los padres pueden colaborar en esta tarea. ¿Cómo?

1. No hacer que los hijos estudien (con castigos, encerronas, control directo...), sino que quieran estudiar: motivarles siempre en positivo y estar atentos a su equilibrio emocional. Los conflictos afectivos repercuten negativamente en el rendimiento académico.
2. Crear unas condiciones físicas adecuadas en casa: mobiliario, material, silencio... Es una variable que influye poco en el rendimiento (alrededor de un 10%), pero que es fácil de controlar.
3. Preocuparse por su alimentación, descanso, ocio... Ir mal dormidos o sin desayunar es causa directa de un bajo rendimiento (el alumno no aprovecha las clases). Un fin de semana movido nos deja un par de días fuera de juego (hay muchos alumnos que literalmente se duermen en las clases). No podemos aceptar que la semana comience el miércoles.
4. Fijarse en cómo estudian. Comentar con el profesor o tutor del hijo lo que se ha observado y pedir asesoramiento para ayudarle. Si repite

en voz alta, si utiliza papel y lápiz, si dedica mucho tiempo a pasar apuntes, si el estudio es diario...

5. Ayudarles a planificar el tiempo, a elaborar un horario de estudio realista con un compromiso de cumplirlo. Un horario es la mejor forma de aprovechar el tiempo. Ojo con las actividades extraescolares: tienen que entrar en el horario y dejar tiempo para el estudio y el descanso. Los horarios están para cumplirlos: hay que ayudarles a conseguirlo.

6. Estar a su disposición, sin sustituirles en su trabajo. No hay que hacerles los deberes, no hay que estudiar por ellos, pero sí echarles una mano. Si nos preguntan el significado de una palabra, mejor dejarles el diccionario que darles una definición.

7. Interesarse por sus materias de estudio, por lo que están aprendiendo. Es una forma de motivarles. Si les decimos: "A ver, ¿qué estás estudiando?" y mostramos interés y lo relacionamos con hechos cotidianos, seguro que sienten mayor interés y aprecian más lo que estudian.

8. Valorar a los profesores. Nunca los desautoricemos ni hablemos mal de ellos. Ojo a la muletilla: "El profe me tiene manía", generalmente oculta una falta de esfuerzo o de actitud por parte de nuestro hijo. Los profesores y los padres tiramos del mismo carro.

9. Dar más importancia al esfuerzo que a los resultados. Cuando los resultados no se corresponden al esfuerzo realizado, animarles y buscar las causas de este desfase, puede haber una falta de base en una materia que requiere de un refuerzo extra, puede ser cuestión de una mala organización, dificultades de aprendizaje que requieran una reeducación...

10. Ojo a los distractores: móvil, televisión, Facebook, WhatsApp, música, Internet... Justamente porque creen que no les distraen, interfieren con mayor incidencia en el estudio. Una canción te hace volar la imaginación; una llamada perdida te saca en un instante del libro; alguien que se conecta al WhatsApp desconecta del estudio; un rato en Internet puede convertirse en horas navegando...

Debemos ser conscientes de que la inteligencia es la variable que más influye en el rendimiento escolar hasta el momento vital de la adolescencia. A partir de ahí, la disciplina, el esfuerzo personal y la autoestima son las que determinan el éxito o el fracaso en los estudios. Y aquí sí que los padres podemos intervenir.

**Pilar Guembe y Carlos Goñi**

## Cómo ayudar a los hijos a estudiar

Publicado: Jueves, 19 Junio 2014 02:02

Escrito por Pilar Guembe y Carlos Goñi

---