

# Ayude a su hijo(a) a tener éxito en la transición a la escuela secundaria

A medida que su hijo(a) se prepara para la escuela secundaria, puede preguntarse, ¿cuál es la mejor manera para mí, como padre/madre/cuidador de prepararlo para esta nueva transición y cómo puedo hacerle frente a mis propias preocupaciones?

**Aquí hay algunos consejos útiles para usted y su hijo(a):**

## 1. Nuevo entorno escolar.

La escuela secundaria es muy diferente de elementary school. Hable con su hijo(a) sobre qué esperar y qué puede hacer si se siente abrumado. Ayúdelos a administrar su carga de trabajo dividiéndola en tres categorías: prioridad, fácil y siguiente. Ayúdelos a administrar su tiempo asegurándose de que las tareas se hagan antes de la noche y estableciendo un cronómetro para los descansos.

## 2. Fomente los intereses especiales de su hijo(a).

Pregúntele sobre las partes de la escuela que lo entusiasman. ¿Es matemáticas, lenguaje, música, artes, deportes o un club especial? Estos intereses especiales pueden ser el motivo por el que quiera ir a la escuela todos los días. Ayude a su hijo(a) a equilibrar la experiencia de aprendizaje entre intereses especiales y materias básicas. Si su hijo(a) necesita más ayuda, hable con el maestro.

## 3. Hable con su hijo(a) sobre las redes sociales.

Los niños de la escuela secundaria tienden a pasar mucho tiempo en las redes sociales, publicando fotos, socializando con sus compañeros y siendo influenciados por otros. Es importante educar a su hijo(a) sobre lo que es apropiado en las redes sociales y lo que no es. Una vez que publican algo en las redes sociales, es público y permanente.

## 4. Como padre/madre/cuidador, ¿qué puede hacer por usted mismo?

No permita que sus propias preocupaciones se interpongan en el crecimiento y desarrollo de su hijo(a). Hable con amigos de confianza sobre sus preocupaciones con respecto a su hijo(a). Este es un momento en que los padres/cuidadores pueden apoyarse en la comunidad. Al mismo tiempo, le está dando a su hijo(a) un modelo a seguir sobre la importancia de practicar el cuidado personal y construir un sistema de apoyo.

