

High School YEARS

Working Together for Lifelong Success



Short Clips

Recognize progress

Giving rewards like money or presents for grades sends the message that the only reason to achieve is to earn a “prize.” Instead, use heartfelt praise and encouragement to boost your teen’s confidence and success. Remember to acknowledge his efforts, too. He’ll be more inspired to achieve his goals if he sees that you notice his progress.

Gear up for safety

Does your teenager know that it’s safe and stylish to wear the proper sports gear? She can check with her coach about the equipment she needs for school or rec sports. For casual games or activities, have her look online to find what’s recommended. The professionals in every sport wear protective clothing, and so should your high schooler.

Hang a map

Maps make great decorations—and they’re a good springboard for discussing people, places, and cultures. Suggest that your teen hang a map in his room or a hallway of your home. Then, he could add colored pushpins or “sticky flags” to highlight places he learns about, hears about, or visits.

Worth quoting

“We make a living by what we get.
We make a life by what we give.”
Winston Churchill

Just for fun

Q: What breaks when you say it?

A: Silence.



“Yes, I’m responsible”

Spark your high schooler’s spirit of independence by encouraging her to develop habits of personal responsibility. Here are some strategies.

Offer choices

Your teen may not realize everything it takes to keep a household going, so involve her in decisions about weekly chores. Get together one night a week to make a to-do list and assign jobs. Her duties might be vacuuming the house, taking out the trash, and emptying the dishwasher, while her little brother has a different set. She’ll see how her responsibilities fit into the big picture and that her help really matters.



Don’t run to the rescue

It’s normal for parents to want to help their kids. But your teenager will become more capable when she sees the logical consequences of her actions. If she forgets her costume for a school-play dress

rehearsal, for instance, she will have to rehearse without it. She’ll learn that sometimes it’s painful or annoying if she neglects a responsibility—and she will be more likely to remember next time.

Ready, dressed, go

Your high schooler can take responsibility for her own day from the start. Rather than running out the door in crisis mode, she could take 15 minutes the night before to get ready. Suggest that she think about what trips her up in the morning (packing her backpack, choosing an outfit) and then handle it before bedtime. 👍

Reading into a topic

In high school, your teen will read more non-fiction—or what his teachers call *informational text*—than when he was younger. These tips can help him read more deeply in textbooks, magazines, reference materials, autobiographies, and other nonfiction material.

Start at the back. For textbooks, he might begin by reading the review or the discussion questions at the end of the chapter. That will give him a preview of what he should read for—and what he will learn.

Share and discuss. Encourage your high schooler to share facts or ideas that he finds fascinating. Ask open-ended questions to help him dig into what he reads and use the information for class discussions or written assignments. 👍



Encourage critical thinking

When your teen thinks critically, he's able to evaluate information, offer informed opinions, and make better decisions. Try these tips together to improve how he reasons, reflects, and questions information.

Present a problem. Take turns tossing out thought-provoking questions or scenarios over dinner. Should shoes cost more in bigger sizes? If you find a \$100 bill in the school cafeteria, what should you do with it? Why do movie stars earn so much more money than firefighters? Your teenager will get a chance to think through his beliefs and debate yours.

Research the facts. Your high schooler isn't wrong for thinking his team will win the Super Bowl, but can he



explain how he came to that conclusion? Did he research the players and analyze their skills? What sources did he use? Following these steps will help him learn to back up his positions.

Rethink personal biases. Critical thinkers consider other points of view. Before your child makes a decision, suggest that he run his ideas past someone who doesn't always agree with him. He'll start to think beyond his own experiences and biases. 👍



Q & A How to pay for college

Q Our daughter wants to go to college, but I can't imagine how we would ever pay for it. What should we do?

A First, encourage your daughter to consider a range of cost-saving options. She might attend commu-



nity college for two years before transferring to a four-year school. She could live at home. Or she can look at lower-priced schools, such as public colleges or ones located closer to home to cut down on transportation costs.

Then, get set up to find financial aid. To apply for federal student aid (grants, loans, and work-study programs), file the Free Application for Federal Student Aid (FAFSA) right after January 1 of your child's senior year.

Also, talk to your teen about applying for scholarships. There are many available, and small ones can add up. Have her ask her school counselor for ideas. 👍

Make the most of winter break

Winter break can be fun *and* productive. Share these choices with your teenager.

Renew your room

Instead of simply cleaning her room, maybe she'd like to rearrange it completely. Moving furniture around and coming up with new organizational systems will allow your child to put her own stamp on her space—and get off to a fresh start for the new year.



Find a new hobby

Encourage your high schooler to follow her passions. Maybe she'll teach herself new meditation techniques, learn cake decorating, or get into painting. Developing her own interests might lead to a career or just give her different ways to relax.

Do good

The holiday season, when people are in a giving mood, is a good time to begin a community service habit. Suggest that your teen check with organizations like Goodwill, the Salvation Army, or the Red Cross about volunteering during—and after—winter break. 👍

Parent to Parent Too much social media?

I noticed that the more our son Jeff was on social media, the sadder he seemed. He was either bummed about not being invited to a party or upset that his posts didn't get many "likes."

I talked to other parents and found out it wasn't my imagination. Feeling sad from being on social media is actually common. In fact, I've felt it myself. Together, Jeff and I came up with some ideas.



First, we're each going to set aside daily Facebook-free time. Then, I decided to delete the Facebook app from my phone so I wouldn't be tempted to look at it constantly. Finally, we thought of "hiding" friends who tend to post things that bother us.

It's difficult to stay away from social media these days, but Jeff and I are both going to try to limit our exposure—and increase our happiness. 👍

OUR PURPOSE

To provide busy parents with practical ideas that promote school success, parent involvement, and more effective parenting.

Resources for Educators,
a division of CCH Incorporated
128 N. Royal Avenue • Front Royal, VA 22630
540-636-4280 • rfeustomer@wolterskluwer.com
www.rfeonline.com
ISSN 1540-5605

High School YEARS

Colaborar para el éxito durante toda la vida



Notas Breves

Reconozca el progreso

Recompensar las notas con dinero o regalos da a entender que la única razón para conseguirlas es ganar un “premio”. Use, por el contrario, expresiones sinceras de alabanza y aliento para reforzar la confianza y el éxito de su hijo. Acuérdesse también de reconocer sus esfuerzos. Se sentirá más motivado para alcanzar sus metas si ve que usted se da cuenta de sus avances.

Vestidos para la seguridad

¿Sabe su hija que es seguro y elegante vestirse con la ropa deportiva adecuada? Puede preguntarle a su entrenadora qué equipo necesita para los deportes del colegio o los que practique por su cuenta. Dígale que busque en la red qué se recomienda para juegos o actividades informales. Los profesionales del deporte se visten con ropa que les protege y lo mismo debería hacer su hija.

Cuelguen un mapa

Los mapas decoran mucho y sirven para iniciar conversaciones sobre gente, lugares y culturas. Sugíerale a su hijo que cuelgue un mapa en su habitación o en el pasillo de su casa. A continuación podría añadir tachuelas de colores o banderitas adhesivas para resaltar los lugares de los que aprenda algo, oiga hablar o visite.

Vale la pena citar

“Nos ganamos la vida con lo que conseguimos. Nos forjamos la vida con lo que damos”. *Winston Churchill*

Simplemente cómico

P: ¿Qué se rompe cuando lo dices?

R: El silencio.



“Sí, soy responsable”

Despierte el sentido de la independencia en su hija animándola a desarrollar hábitos de responsabilidad personal. He aquí algunas estrategias.

Ofrezca opciones

Puede que su hija no se dé cuenta de todo lo que se necesita para que un hogar funcione, así que implíquela en la toma de decisiones sobre las tareas semanales. Reúnanse una noche para hacer una lista de obligaciones y para asignar trabajos. Sus deberes podrían consistir en pasar la aspiradora a la casa, sacar la basura y vaciar el lavavajillas mientras que su hermanito tendrá otras distintas. Verá cómo sus responsabilidades encajan en el conjunto y notará que su ayuda es realmente importante.



No corra al rescate

Es normal que los padres quieran ayudar a sus hijos. Pero su hija será más capaz cuando vea las consecuencias lógicas de sus actos. Si se le olvida su traje para el

ensayo de una obra de teatro en la escuela, por ejemplo, tendrá que ensayar sin él. Aprenderá que a veces es penoso e irritante que descuide una de sus responsabilidades y probablemente se acordará en el futuro.

Preparada, lista, ya

Su hija puede responsabilizarse de su jornada desde el comienzo. En lugar de salir por la puerta en plena crisis, la noche precedente podría dedicar 15 minutos a prepararse. Sugíerale que medite qué la retrasa por las mañanas (empacar la mochila, elegir la ropa) y que se ocupe de ello antes de acostarse. 👍

Leer sobre un tema

En la secundaria su hijo tendrá que leer más prosa distinta de la ficción—lo que sus profesores llaman *textos informativos*—que cuando era más joven. Estos consejos pueden contribuir a que lea más en profundidad libros de texto, revistas, materiales de consulta, autobiografías y otro material factual.

Comenzar por detrás. En los libros de texto podría empezar leyendo el repaso o las preguntas de debate al final de cada capítulo. Eso le dará una idea de qué debe buscar al leer y de lo que aprenderá.

Compartir y comentar. Anime a su hijo a que comparta datos o ideas que le fascinen. Hágale preguntas abiertas que le ayuden a profundizar en lo que lee y a usar la información en debates de clase o en tareas escritas. 👍



Fomente el razonamiento analítico

Cuando su hijo razona analíticamente es capaz de evaluar información, dar opiniones documentadas y tomar mejores decisiones. Pongan a prueba estas ideas para mejorar su modo de razonar, reflexionar y cuestionar la información.

Planteen un problema. Durante la cena, túrnense en la formulación de preguntas y de escenarios que hagan pensar. ¿Deberían costar más los zapatos de tamaños más grandes? Si se encuentra un billete de \$100 en el comedor escolar, ¿qué debería hacer con él? ¿Por qué las estrellas de cine ganan mucho más dinero que los bomberos? Su hijo tendrá la ocasión de meditar sus creencias y de debatir las de usted.



Investiguen los datos. Su hijo no yerra al pensar que su equipo ganará el Super Bowl, pero ¿puede explicar cómo llegó a esa conclusión? ¿Estudió a los jugadores y analizó sus habilidades? ¿Qué fuentes usó? Seguir estos pasos le ayudará a respaldar sus posiciones.

Reconsiderar las tendencias personales. Las personas que razonan analíticamente tienen en cuenta otros puntos de vista.

Antes de que su hijo tome una decisión, sugiérale que contraste sus ideas con alguien que no siempre esté de acuerdo con él. Empezará a pensar más allá de sus propias experiencias y tendencias. 👍



PER Cómo pagar la universidad

P Nuestra hija quiere ir a la universidad, pero no se me ocurre cómo podríamos costearla. ¿Qué deberíamos hacer?

R En primer lugar, anime a su hija a que tenga en cuenta varias opciones para disminuir los gastos. Podría ir dos años al colegio universitario de la comunidad antes de transferirse a una universidad de cuatro años. Podría vivir en casa. O bien podría considerar universidades con precios más bajos, como las públicas o las situadas cerca de su hogar para reducir los gastos de transporte.



A continuación pónganse a buscar ayuda económica. Para solicitar ayuda federal para los estudiantes (subvenciones, préstamos, programas de trabajo y estudio), rellenen la Free Application for Federal Student Aid (FAFSA) inmediatamente después del 1 de enero en el año senior de su hija.

Sugiérale también a su hija que solicite becas. Hay muchas disponibles y acumular varias pequeñas puede ascender a bastante. Dígale que pida consejo a su orientador escolar. 👍

NUESTRA FINALIDAD

Proporcionar a los padres ideas prácticas que promuevan el éxito escolar, la participación de los padres y un mejor entendimiento entre padres e hijos.

Resources for Educators,
una filial de CCH Incorporated
128 N. Royal Avenue • Front Royal, VA 22630
540-636-4280 • rfeustomer@wolterskluwer.com
www.rfeonline.com
ISSN 1540-5613

Aprovechar al máximo las vacaciones de invierno

Las vacaciones de invierno pueden ser divertidas y productivas. Comparta con su hija estas ideas.

Renueva tu habitación

En lugar de simplemente limpiar su habitación su hija podría reorganizarla por completo. Mover los muebles e inventar nuevos sistemas de organización permitirá que su hija ponga su propio sello en su espacio y que empiece de cero el año que viene.

Descubre una nueva afición

Anime a su hija a que se ocupe de lo que le apasiona. Quizá pueda enseñarse a sí misma nuevas técnicas de meditación, aprender a decorar pasteles o iniciarse en la pintura. Desarrollar sus propios intereses podría llevarla a una carrera profesional o sencillamente ofrecerle distintos modos de relajarse.

Haz el bien

Las fiestas, unas fechas en las que la gente se siente generosa, son un buen momento para establecer el hábito del servicio comunitario. Sugíérale a su hija que consulte con organizaciones como Goodwill, Salvation Army o la Cruz Roja sobre la posibilidad de trabajar como voluntarias durante las vacaciones de invierno y también después. 👍



De padre a padre

¿Demasiadas redes sociales?

Observé que cuanto más tiempo pasaba nuestro hijo Jeff en las redes sociales, más triste parecía. Estaba o desanimado porque no lo invitaban a una fiesta o enojado porque sus envíos no conseguían muchos “me gusta”.

Hablé con otros padres y descubrí que no me estaba imaginando la situación. Sentirse triste a causa de las redes sociales es en realidad bastante normal. Yo mismo lo he sentido. De modo que Jeff y yo nos pusimos a pensar.



En primer lugar los dos vamos a reservar un tiempo a diario sin Facebook. Luego decidí borrar la aplicación de Facebook de mi celular para no sentir la tentación de estar constantemente mirando. Finalmente decidimos “ocultar” a amigos que suelen publicar cosas que nos molestan.

Hoy día es difícil mantenerse al margen de las redes sociales, pero Jeff y yo vamos a intentar exponernos menos a ellas y a aumentar nuestra felicidad. 👍