

BLOG PARA PADRES DEL PESTALOZZI

Departamento Psicopedagógico

Nº 0010 – 01/06/2009

En la vida escolar la magia no existe ... sólo los trucos



Luego de procesar la información de hábitos de estudio de los alumnos mayores, junto con los tutores, observamos la tendencia de ellos a reportar dificultades para organizar su tiempo de estudio fuera del colegio: con pocas rutinas, con postergaciones del trabajo, dedicando tiempo a lo más placentero, con periodos de descanso sin control, con poca planificación de la tarde. Ello nos alerta a observar cómo nuestros hijos organizan el tiempo de tareas y estudio fuera del colegio.

Carecer de una rutina organizada en casa y hacer las cosas sólo en la medida que los motive, los hace más propensos a que cuando llegue el momento de controlar sus fatigas, el estrés frente a la responsabilidad o la sensación de monotonía, abandonen aquello que les parezca difícil, frustrante, tedioso, o que requiera persistencia. A través de la desorganización del tiempo y del entorno los chicos enseñan a sus cuerpos y capacidades perceptuales (discriminación, focalización, atención sostenida) a desorganizarse y a ceder con facilidad ante los pequeños o grandes desafíos.

Los pequeños momentos de descanso de cinco minutos muchas veces se alargan y se convierten en una incontrolable hora improductiva.

Ayudarles a tener una rutina y supervisarla contribuirá a generar más orden en sus pensamientos, tolerancia a la presión y a priorizar sus responsabilidades sobre las cosas placenteras.

Por otro lado, hay una tendencia a rodearse de muchos distractores cuando se estudia: celular, televisión, MSN, iPod, teléfono, equipo y asimismo la tendencia a colocar primero las diversiones y luego las tareas.

Si se permiten muchos distractores, poca rutina para estudiar en casa durante la tarde y además hay una supervisión ineficiente de la calidad de los trabajos y del tiempo para cumplir con las responsabilidades, se combinan las condiciones necesarias para tener problemas en el colegio. Estas situaciones pueden construir las condiciones para el autosabotaje escolar.





Estos autosabotajes pueden darles la percepción de que no “sirven” para estudiar, pues usualmente estos acaban en experiencias de fracaso, las cuales podrían reforzar más su sensación de ineficiencia.

En las conversaciones que mantengo con los alumnos con ciertos problemas de rendimiento observo que aspiran a mejorar sus calificaciones, pero no les entusiasma mucho la idea de arriesgarse a cambiar la forma en que hacen las cosas

(hábitos). De hecho, algunos tienen poca conciencia de que si permanecen

haciendo lo mismo, entonces obtendrán los mismos resultados escolares. Aquí la confrontación de ideas con su hijo es clave, pues hay que cambiar la forma de hacer las cosas para que los resultados sean diferentes, y les reitero: la magia no existe, solo los trucos.

Les sugiero padres de familia proponer espacios definidos para estudiar, de 25 a 30 minutos de trabajo sin despegarse del asiento por 5 a 10 minutos de *break*, para iniciarse en la organización personal, así como brindar la supervisión sobre la calidad y puntualidad en la entrega de los trabajos.

Este es un primer paso en que debemos ayudar a nuestros hijos, el colocarse frente al trabajo (tareas y estudio) el tiempo necesario, y conversar con él o ella acerca de las situaciones que lo seducen y alejan, o le estimulan a postergar la responsabilidad por lo más agradable (procrastinación). Luego hablaremos de cómo usar ese tiempo cuando ya está frente al trabajo, pues para estudiar no basta con estar motivado, se requiere también estrategias.

José Antonio Panduro
Departamento Psicopedagógico

joseantonio@pestalozzi.edu.pe

Creemos que los conceptos de orden y organización personal no son valores en sí, pero son fundamentales para los valores “autocontrol” y “orientación al logro”. Considerando este concepto, nuestro lema de esta semana es:

**La diferencia entre
un sueño y una visión es
un plan de trabajo**

Stuart Schroeder

Estamos convencidos que el recipiente de un sueño está dotado de la capacidad para realizarlo.

El plan de trabajo ayudará a hacer realidad los sueños y las visiones. Nosotros buscamos jóvenes con visión y con sueños. A través del plan de trabajo y de una eficiente organización personal, pueden hacerlos realidad.

