

Porque amo a mi hijo novedades

 Distrito Escolar del Valle de Boulder
Excelencia y Equidad

Mejorar Inspirar
Informar niños sanos son estudiantes más listos

Volumen 2 | Edición 7

ABRIL 2010

dentro de PORQUE AMO A MI HIJO

- 2 Transiciones para Padres y Adolescentes
- 3 Noches Universitarias Para Primaria
PyR con el Dr.J
- 4 Consejos de los Consejeros Escolares de BVSD para la Transición a la Escuela Intermedia
- 5 Calendario de Clases y Eventos

Recuerden decirle a su hijo que todo el mundo es nuevo en la escuela intermedia. Preséntele la escuela como un lugar adonde va a aprender cosas nuevas y hacer nuevos amigos. Según vaya el niño haciendo amigos, invítenles a su casa. Esto hará que surjan nuevas amistades y ayudará a los niños a estar conectados afuera de la escuela.

de Kristin Borostyan
Consejera, Aspen Creek K-8
y Louisville Middle School

>> Transiciones a la escuela intermedia y preparatoria

Un estudiante de primaria que se mueve a una intermedia puede ser comparado con un estudiante de preescolar que pasa a kindergarten. Los estudiantes tienen un buen concepto de la escuela pero las estructuras de aprendizaje y los sistemas dentro de la escuela son sumamente distintos. Adaptarse a la escuela intermedia y a la preparatoria son eventos significativos en la vida de una persona y merecen y exigen más atención y preparación.

Cuando un niño pasa a la escuela intermedia, toda la estructura del día escolar cambia y los niños empiezan a cambiar de clases y a moverse a través del día escolar de una forma mucho más independiente. Una parte muy importante de adaptarse bien es entender de verdad las nuevas estructuras y los sistemas de su nueva escuela. Identificar las diferencias es clave. Los detalles obviamente serán únicos a cada escuela pero los cambios principales incluyen tener siete u ocho clases diarias con maestros distintos y con un período de paso entre ellas. Los estudiantes no caminan en fila como antes. Usar casilleros, cambiarse de ropa para la gimnasia, saber que el rato que pasan afuera después de comer ya no se llama recreo y que a las clases de música y de gimnasia se las llama "optativas" en vez de "especiales" son algunos de los cambios principales en la nueva vida de su hijo en la escuela intermedia.

Una vez que los estudiantes pasan a la escuela preparatoria, la noción de los

distintos períodos de clase y de distintos maestros son noticias viejas y los cambios incluyen ahora conceptos como obtener créditos para la graduación en cada clase. Hay más clases académicas y optativas para elegir. Y hay muchachos que de hecho van a la escuela en su propio auto. Las apuestas son mayores ahora, las calificaciones, al igual que la asistencia escolar, tienen más significado y tomar buenas decisiones en cuanto a amistades y conducta es más importante que nunca.

Ayudar a su hijo a adaptarse a estos tipos de cambios es solo una parte de apoyarles con los cambios físicos, mentales y emocionales que llegan con la adolescencia. Teniendo en cuenta todos estos cambios logísticos, conversen con su hijo sobre qué partes de estos nuevos sistemas le gustan más. ¿Qué partes le preocupan y por qué? ¿Qué apoyos pueden darle ustedes o la escuela para ayudarlo a organizarse y a moverse por su nueva vida escolar con mayor facilidad?

Recuerden que la escuela es su socio para apoyar a su hijo cuando empiecen a responder estas preguntas en esta nueva y emocionante etapa que empieza en la vida de su hijo. Cuando surjan problemas y necesiten ayuda para apoyar a su estudiante en su escuela, consideren pedir ayuda al consejero escolar.

Aprendan más sobre los Consejeros Escolares de BVSD en su página web: www.bvsd.org/counseling.

por Sennen Knauer, M.Ed.
Coordinadora de Consejeros de
Primaria y Secundaria

>> Transiciones para Padres y Adolescentes

Los padres juegan muchos papeles. Algunos de ellos continúan durante toda la relación padre-hijo. Otros cambian dependiendo de las necesidades de desarrollo del niño.

Al pasar a la adolescencia los niños necesitan desesperadamente que los padres sean una parte activa de su vida, tanto si lo reconocen como si no. Los padres que manejan bien esta transición reconocen que lo que sus hijos necesitan ahora es un padre entrenador – alguien que pueden usar como recurso, como guía, como tabla de sonido y como ancla.

Los padres también experimentamos nuestras propias transiciones. Nuestro primer y principal papel es dar cuidado físico y emocional. A eso añadimos el papel de maestro a través de los ejemplos, de la instrucción y de la orientación que damos a nuestros hijos. Cuando estos empiezan a tener más actividades afuera de la casa, añadimos el papel de administrador o manager para apoyar sus intereses, llevándoles a sus actividades y ayudándoles a poner prioridades y resolver problemas. Nosotros continuamos asumiendo estos papeles hasta la escuela intermedia.

Según van pasando los niños a la adolescencia y adquieren más poder para dirigir su vida y motivarse por sí mismos, ya no necesitan tener padres administradores. En este momento es cuando suelen despedir a sus padres. A muchos de nosotros nos entra el pánico por no saber qué hacer. Algunos intentamos seguir manejándolo todo y surgen las batallas con los hijos. Otros se retraen, diciéndose a sí mismos que ya han criado a sus hijos y por tanto han terminado su trabajo. Ninguna de estas respuestas cumple las necesidades de sus hijos. Los niños necesitan saber que tienen libertad para explorar y experimentar y que sus padres estarán ahí siempre que los necesiten.

Los padres que pueden cambiar su papel acaban pudiendo mantener una conexión mientras sus hijos batallan con las múltiples transiciones y dificultades que se les presentan – en sus cuerpos, en sus cerebros, en sus valores, en sus sistemas de creencias, amigos, clases, maestros, escuelas, etc.

Stephanie Bryan, de REAL Parenting, y Mary Lynne Coleman, de Tools 4 Teens Life Coaching, están ofreciendo una clase esta primavera enfocada a las transiciones de los padres y de los adolescentes. Stephanie va a trabajar con los padres para enseñarles a ser padres entrenadores mientras que Mary Lynne compartirá los principios del éxito con los adolescentes para darles poder a través de los cambios de su vida. Visiten la página www.REALparenting.net para más información.

Distintas culturas crean distintos rituales para marcar los cambios y hacerlos memorables. En nuestra cultura valoramos las transiciones que tienen que ver con los logros y, a excepción de la muerte, que son intencionados. Las bodas, las graduaciones y los funerales son ritos que nos permiten rendir honor a las transiciones de forma consciente y colectiva. Estos ritos sociales nos ayudan a conectarnos con los demás, a reconocerles y a apoyarles. Cuando se pregunta a la gente sobre la importancia de estos ritos, responden que lo que más significado tiene para ellos es el acto de presenciar. Una transición sin testigos es algo perdido que deja un vacío. El ser humano necesita testigos para poder sentirse honrado y completo.

Hay transiciones importantes que nuestra cultura ha olvidado y cuyos ritos, de haber habido alguno, han desaparecido. El paso de la niñez a la adolescencia es una de estas transiciones. Los padres estamos constantemente hablando de los cambios físicos y emocionales de nuestros niños. ¿Cuándo fue que ocurrieron? Parece que ocurrieron de un día para otro. Estas monumentales transiciones han estado ocurriendo poco a poco, enviando señales sutiles y a veces no tan sutiles. Un cliente joven me dijo una vez, “Quiero colocarme un cartel que diga ‘Cuidado con los explosivos, pueden explotar en cualquier momento’”. Cuando pregunto a mis clientes jóvenes qué les sería útil, me dicen que quieren que la gente note los cambios de forma positiva. Quieren TESTIGOS. Los padres y los cuidadores pueden crear ritos para marcar esta transición. No hace falta que los ritos sean complicados. Deben ser eventos conscientes e intencionados que rindan honor a la persona y la reconozcan.

A continuación pueden ver algunas sugerencias hechas por los niños:

- Pinten su recámara, cambien la colcha y guarden los objetos de la niñez.
- Salgan de viaje o tengan una cena especial en un restaurante y hagan tiempo para hablar sobre las pérdidas de la niñez y la emoción y los temores de la adolescencia. Acaben con un regalo para marcar la transición – un anillo, un reloj, un collar.

Hay muchas formas de marcar las transiciones para que nuestros niños se sientan presenciados y honrados en los cambios más importantes de su vida. **Mi consejo: ¡Diviértanse con ello!**

por Marcela Ot'Alora G., LPC
Boulder Psychological Services

>> Noches Universitarias Para Primaria

El término "universidad" ya no se refiere necesariamente a universidades de cuatro años. Hoy en día universidad puede ser cualquier cosa desde un certificado de oficios o vocacional hasta una universidad comunitaria de dos años, hasta una sumamente selecta y privada. Aunque su hijo sea todavía muy joven, este es el momento de empezar a pensar y planear la educación de su hijo después de la preparatoria.

Bajo el patrocinio de CollegelInvest, esta primavera se va a celebrar Noches Universitarias para Primaria en cinco escuelas primarias de BVSD. Estos eventos estarán abiertos a todas las familias de BVSD. CollegelInvest va a ofrecer una cena sencilla y rifará \$250 en cuentas de ahorro en cada escuela.

Abril 6 Primaria Lafayette – 5-8 p.m.	Abril 14 Primaria Emerald – 5-8 p.m.
Abril 29 Primaria Sánchez – 5-7 p.m.* (<i>part of their "Spring in to Summer" event</i>)	
Mayo 3 Primaria Columbine - 5-8 p.m.	Mayo 12 Primaria Pioneer - 5-8 p.m.

Los ponentes harán una presentación en español y en inglés sobre los siguientes temas de interés:

- Tengan fe en sus hijos. Ellos PUEDEN conseguir algún tipo de institución educativa tras la preparatoria.
- Lo que deben saber cuando sus hijos elijan sus clases de intermedia y de preparatoria y los efectos permanentes de sus elecciones.
- CollegelInvest dará información sobre los servicios que ofrecen para ayudar a los niños de Colorado a obtener una educación después de la preparatoria. Incluso con los sueldos más bajos, ES posible desarrollar un plan para prepararse para la educación de sus hijos.

PyR con el Dr. J {Preguntas y Respuestas}

Q: *¿Cómo puedo ayudar a mi hijo, que en breve entrará a la escuela intermedia, a adaptarse a la adolescencia?*

A: Justo cuando empezamos a descubrir técnicas eficaces de educación, la llegada de la adolescencia hace que gran parte de lo que hacemos como padres quede obsoleto. Si nuestras estrategias de disciplina y de educación no evolucionan a la par del desarrollo de nuestros hijos, nos encontraremos muy pronto batallando con ellos en lo que nos parece ser un tiempo interminable. Para entender el por qué, debemos entender primero la tarea clave del desarrollo de la adolescencia: la individualidad. Esta es la transformación de nuestro hijo, el paso de ser una persona dependiente a una autosuficiente. Este proceso comienza al final de la escuela primaria y continúa a lo largo de su juventud. El proceso incluye profundos cambios emocionales, sociales, físicos, hormonales y neurológicos. Con razón parece que de repente nuestro hijo nos da más trabajo.

El truco es apoyar este proceso en vez de rechazarlo. De forma más concreta, tengan en cuenta las siguientes sugerencias:

- **Honren la transición:** Creen oportunidades para celebrar este monumental cambio en la vida de su hijo reconociéndolo a través de la discusión, del ritual y del reconocimiento.
- **Hablen con, en vez de a:** Les guste o no, los días de dar sermones han pasado a la historia. Es hora de que empiecen a escuchar más que a hablar.
- **Usen estrategias para darles poder:** Cuando surjan los conflictos, pidan a su hijo que contribuya con las soluciones. Anímenle a que opine sobre el plan de disciplina.
- **Únense al experimento:** Aunque les pueda dar miedo, la experimentación es también parte del desarrollo normal en la adolescencia. Cuando sea apropiado, permita que haya acuerdos negociados a corto plazo que dan a su hijo más control sobre su vida. Si fracasa el experimento, analícenlo juntos y revisen su plan.
- **Pasen del control al consejo:** Sus consejos resultarán teniendo más valor para su hijo el resto de su vida. Si hacen este cambio ahora, es más probable que el muchacho los tenga en cuenta en el futuro.

- **Expresen su orgullo y su amor:** Aunque los adolescentes puedan actuar como que no les importa nada, no se dejen engañar. Es ahora cuando necesitan sus comentarios positivos más que nunca.

Educar a un adolescente puede parecer una tarea abrumadora y a veces hasta imposible. Al usar estrategias efectivas y tener paciencia, su hijo saldrá del proceso con éxito. ¡Y ustedes también!

Para saber más, les invito a que me acompañen en el próximo evento gratis de PEN:

Escuela Intermedia: El cambio de la Niñez a la Adolescencia
Lunes, 19 de abril a partir de las 6:15pm, Primaria Mesa (1575 Lehigh St, Boulder)

You can submit your questions directly to me by phone (720-217-3270), fax (720-381-6089), email (Jan.Hittelman@gmail.com), or regular mail (1527 Pine Street, Boulder 80302).

I hope to hear from you soon.

por **Jan Hittelman**
Psicólogo Licenciado

>> Consejos de los Consejeros Escolares de BVSD para la Transición a la Escuela Intermedia

Pongan atención a lo que está diciendo su hijo y ESCUCHEN sus preocupaciones.

de Carol Azzolina, M.Ed., CAC III
de las escuelas primarias Whittier International y Emerald

Su estudiante está preocupado por el tema de los casilleros, por la pizza de la comida y por la clase de gimnasia; ustedes se preocupan por que le toquen los mejores maestros y que vaya a la universidad. Ambos necesitan calmarse, respirar hondo y DISFRUTAR la escuela intermedia.

de Carl Sanchez
Consejero, Primaria Sánchez

Compren un paquete de candados y practiquen usar la combinación.

de Jennifer Phillips
Consejera, Arapahoe Campus

Les ayuden a crear formas sanas de escape – deportes, música, arte, etc. – construyendo sobre los intereses y las aptitudes de los estudiantes.

de Tara Krams
Consejera, Monarch K-8

Animen a sus hijos a que compartan sus preguntas/preocupaciones con su consejero escolar o con su maestro. Ustedes incluso pueden acompañarles y apoyarles para hacerse de valer y buscar respuestas. Asegúrense de dejar que sean sus hijos los que hablen – ¡es buena práctica para ellos!

de Melissa Glorioso
Escuelas Primarias University Hill y Creekside

Permitan que la escuela se convierta poco a poco en responsabilidad de su hijo; si ustedes se preocupan de ella más que el niño, acabará siendo su propia responsabilidad.

de Andrea M. Salvo
Consejera 6-8,
Escuela Autónoma Peak to Peak

Comuníquense regularmente con los maestros y con el consejero de su estudiante y anímenle a él a que haga lo mismo.

de David Stansbury
Consejero en la Escuela Preparatoria Monarch

Al abrirse nuevas puertas, otras se van cerrando. Tengan en cuenta que la tristeza y la sensación de pérdida suelen acompañar a los estudiantes cuando pasan a otra escuela. Hagan que esto sea parte de las conversaciones que mantengan sobre el final del año escolar y ayuden a sus niños a encontrar formas sanas para expresar sus sentimientos y despedirse de las personas y los lugares que han tenido un tremendo impacto en su vida.

de Sennen Knauer, M.Ed.
Coordinadora de Consejeros de BVSD

>>Calendario de Clases y Eventos

ABRIL 2010

After Hour Arts y Breakthrough Arts del YMCA Presentan Clases de Arte Extraescolares

Gratis: Cerámica, Dibujo, Hemp & Henna, Natural Highs, Yoga, Baile Contemporáneo, Billares, Cocina, Producciones Hip Hop, Silk Screening, Tye-Dyeing, It's All Fun & Games, y muchas más. **Las clases comienzan el 5 de abril y son ofrecidas todos los días de la semana.** Abiertas también a los adolescentes. ¡Gratis! Contacto: Joy at joy@septemberschool.org 303-473-0844 o Jess at jessica.england@ymcabv.org 303-443-4473 ext 4650

El Autismo y los Superdotados: Cómo desarrollar las Fortalezas del Niño - Dr. Temple Grandin

Lunes, 5 de abril, 7:00-8:30 p.m., Escuela Preparatoria Fairview

Basado en experiencia personal, el Dr. Grandin hablará sobre cómo y por qué la gente con autismo piensa de forma distinta, sobre programas económicos de intervención temprana, cómo afectan las sensibilidades sensoriales al aprendizaje, enseñar a personas autistas a vivir en un mundo imprevisible y carreras y aprendizaje de oficios. Presentado por Boulder Valley Gifted and Talented (BVGT, programa de talentados y dotados de BVSD). Gratis; se aceptan donativos. Para detalles visiten www.bvgt.org. Confirмен asistencia a programming@bvgt.org

Caminos para Educar con Éxito: Ayudando a su Hijo con los Cambios de Nivel Educativo

Aprendan estrategias efectivas para ayudar a su hijo a pasar con éxito de la escuela primaria a la intermedia, a la preparatoria y después a la universidad. Panelistas: Linda Cain, MSED, Lauri Benblatt, LPC, Jeffrey Kuhn, LCSW

Lunes, 5 de abril, 7:00-8:30 p.m., Biblioteca Meadows, Boulder
Para más información: www.BoulderPsychologicalServices.com

Clase de Amor y Lógica®

Facilitadora: Sheryl Schwabe, MSW, CAC III - **Miércoles, 7 de abril – 12 de mayo (6 sesiones), 6:00-8:30 p.m.,** Centro Recreativo Louisville. Para más información: Sheryl Schwabe a 303-520-6803 o sschwabe@comcast.net.

Caminos para Educar con Éxito: La Educación de los Hijos Durante el Divorcio - Los niños quedan más afectados por cómo se divorcian los padres que por el propio divorcio en sí. Aprendan a educar con eficacia y a minimizar el trauma. Panelistas: Harmony Barrett Isaacs LPC, Stuart Marshall, LPC, Jamie Lau
Lunes, 12 de abril, 7:00-8:30 p.m., Biblioteca Meadows, Boulder
Para más información: www.BoulderPsychologicalServices.com

Reunión de Apoyo para Padres de ADHD (BVSD)

12 de abril, 6:00-8:00 p.m., Escuela Primaria Fireside, 845 Dahlia Street, Louisville. Llamen al Enlace con los Padres Anna Stewart para más información: 720-561-5918 o anna.stewart@BVSD.org

novedades de PORQUE AMO A MI HIJO

BOLETIN PARA Padres de BVSD

Publicado por BVSD
Escrito por expertos y
por padres de la comunidad
de Boulder

PORQUE AMO A MI HIJO

Junta Editorial

Editores Adjuntos

>> Leisha

Conners Bauer
Boulder Healthy
Youth Alliance

>> Dr. Jan Hittelman

Boulder Psychological
Services

Director de Publicación

>> Marsha Moritz Co-Founder of PEN

Editor

>> Maela Moore Comunicaciones de BVSD

Contribuidores

>> Paula Nelson PEN Chair

>> Briggs Gamblin Comunicaciones de BVSD

>> Sennen Knauer BVSD Counseling

>> Kathy McMenamin PEN Representative

¡Búsquennos en la web!
www.bvsd.org

>>Calendario de Clases y Eventos

ABRIL 2010

PEN Presenta: El Mito de las Tareas

Alfie Kohn, autora y presentadora nacional

Sábado, 17 de abril, 8-10 a.m., Naropa University, Nalanda Campus, 6287 Arapahoe Ave, Boulder
¡Compre su entrada mientras duran! Contacto: Betsy Fox, o visiten la página <http://www.naropa.edu/extend/index.cfm>
\$25/adulto, \$10/estudiantes. Hay becas. ***abierto a adultos y jóvenes, servicio de guardería y traducción al español. Vean abajo la persona de contacto.** Patrocinado por PEN en colaboración con Naropa University.

PEN Presenta: Escuela Intermedia: El Cambio de la Niñez a la Adolescencia

Aprendan a ayudar a sus hijos con esta transición mientras mantienen a la vez una buena relación con ellos.

Presentador: Dr. Jan Hittelman

Lunes, 19 de abril a partir de las 6:15 p.m., Primaria Mesa, 1575 Lehigh St., Boulder

Hermanos Sin Rivalidad

Stephanie Bryan, LCSW, CAC III

Jueves, 22 de abril al 27 de mayo, 6:30-9:00 p.m., Dreamcatcher Direct Instruction Center, 5440 Conestoga Ct. (al noreste de la 55 y Arapahoe), Boulder. Para registrarse llamen a Stephanie al 303-397-0646 o visiten la página www.REALparenting.net

Clase REAL de Educación para Padres y Principios del Éxito para los Adolescentes

Presentado por Stephanie Bryan, LCSW, CAC III y Mary Lynne Coleman, MA

Martes, 27 de abril al 25 de mayo, 6:15-9:00 p.m., Dreamcatcher Direct Instruction Center, 5440 Conestoga Ct. (al noreste de la 55 y Arapahoe), Boulder. **Clase interactiva:** Los padres aprenderán habilidades para conectarse con sus adolescentes y mantener la conexión. Los adolescentes aprenderán las habilidades para ayudarse a lograr su potencial. Hay becas. Para inscribirse: www.REALparenting.net

MAYO 2010

Marquen su calendario para la **COMIDA ANUAL DE CELEBRACIÓN DE PEN**

Lunes, 3 de mayo, 11:00 a.m.-1:00 p.m., Spice of Life Event Center, Boulder. Presentador invitado: Corey Benard Jones

Caminos para Educar con Éxito: Entendiendo las Discapacidades de Aprendizaje; Desde el Diagnóstico hasta el Éxito en la Escuela

Entiendan mejor cómo se diagnostican y se tratan las discapacidades de aprendizaje y el impacto que tienen en los niños que las sufren. Panelistas: Iris Lee, Dr. Jan Hittelman

Lunes, 3 de mayo, 7:00-8:30 p.m., Biblioteca Meadows, Boulder

Para más información: www.BoulderPsychologicalServices.com

Caminos para Educar con Éxito: Abuso del Alcohol y de las Drogas: Lo que Necesitan Saber

Ayuden a proteger a su hijo del uso de sustancias informándose, aprendiendo a afrontar este tema con la familia y entendiendo los distintos niveles de tratamiento disponibles.

Panelistas: Linda Cain, MSED, Ann Kloos, LCSW, Avani Dilger, LPC

Lunes, 10 de mayo, 7:00-8:30 p.m., Biblioteca Meadows, Boulder

Para más información: www.BoulderPsychologicalServices.com

¿Están interesados en clases para padres de niños entre 0 y 6 años de edad? Vean la circular adjunta sobre Foothills Parenting Classes en las que encontrarán nueve clases de Amor y Lógica desde abril hasta agosto. Visiten la página www.FoothillsParentingClasses.com para más información.

¿Están interesados en formar parte de un Grupo de Discusión Literaria con los Padres? *Please Stop the Rollercoaster: How Parents of Teenagers Can Smooth Out the Ride* es una guía para padres de adolescentes que están siempre ocupados y que dudan de cuál es su papel ante los constantes cambios. Los voluntarios de PEN han estado organizando grupos literarios para padres durante los dos últimos años usando este recurso. Esta reunión inicial les dará información sobre el libro y organizará a los padres en grupos de discusión. Con un formato ya establecido los grupos de discusión ayudan a los padres a examinar y discutir temas importantes con los que seguramente se van a encontrar, usando un libro que ofrece una gran fuente de información práctica y concisa. Para más información pónganse en contacto con Fawnda Hathaway a fawnda@comcast.net o 303-604-2547.

***Contactos de PEN:**

Preguntas generales/voluntarios: Betsy Fox, PEN Lead Coach, foxbetsy@msn.com, 720-563-7007

Guardería: Kathleen Sepeda, kathleenSepeda@aol.com, 303-506-8929 Gratis para niños mayores de 5 años, necesario confirmar asistencia.

Interpretación: Eugenia Brady, eugenia.brady@bvsd.org, 720-561-5150