

# High School YEARS

Working Together for Lifelong Success



## Short Clips

### Start an “article club”

An article club is a fun alternative to a book club for busy teens. Your child and her friends could take turns picking a topic (animal rights, healthy eating). They can all find related articles to share, then get together to discuss them. They’ll think critically as they read and discuss nonfiction.

### Cast your ballot

Talk to your high schooler about this month’s general election, and explain how you decided who to vote for. If he’s old enough to vote (a big milestone for teenagers!), head to the polling place together. Voting for different candidates? Show your child that it’s possible to disagree respectfully.

### Integrity matters

Notice when your teen does the right thing—especially when it would have been easy to do the opposite. Maybe she finds a \$5 bill in the laundry and tries to find out which family member it belongs to. Tell her that she showed integrity by not pocketing the cash herself.

### Worth quoting

“A goal is a dream with a deadline.”  
Napoleon Hill

### Just for fun

A centipede was walking through the forest, and there was a twig in his way. He tripped...and tripped and tripped and tripped...



## Set teen-friendly boundaries

As your teenager inches toward adulthood, you want to keep him safe—and prepare him to make good decisions when he’s on his own. Use these strategies to create rules that work for both of you.

### Put things in perspective

At this age, try to focus on big issues related to health and safety, such as alcohol, drugs, and driving. Consider letting go of smaller things like personal style choices or a messy bedroom, for instance. The goal is to pick rules that matter most in the long run.

### Check the “fit”

Rules and limits can grow with your child as he gets older. An old rule such as no dating could change to group dating only and eventually to allowing one-on-one dating. Or a weekend curfew that was right for him as a tween might be an hour or so later now that he’s a



teenager. Revisit your rules as he displays more (or less) maturity and responsibility.

### Keep consequences logical

Let your teen experience the real-life consequences of breaking a rule. For example, if he comes home late and is tired the next morning, avoid letting him sleep in. If he gets a speeding ticket, have him pay it, along with any increase in your car insurance. He may think twice the next time he’s tempted to stay out late or drive too fast. 👍

## Attending parent-teacher conferences

Meeting with your high schooler’s teachers helps to set your teen up for success. Here are good reasons to attend fall conferences:

- You’ll get first-hand information on how your teenager is doing. For a productive meeting, list any questions and concerns ahead of time. Refer to your list during the meeting to make sure you cover everything.
- You can share insights on any problems at school or home that might affect your teen’s performance. For example, dealing with divorce or chronic illness could cause her to struggle with schoolwork or behavior.



*Tip:* If your high schooler attends the conference, encourage her to ask questions, share her goals, and say if she needs help in a particular area. 👍

# The right college for me

Your teen wants to attend college. Great! Now, which one is right for her? She can narrow it down with these steps.

**1. Create a wish list.** What does your child want in her ideal college? Have her make a list of must-haves, such as “strong engineering program” and “affordable.” Suggest that she also include nice-to-have features like “in a big city” or “warm climate.”



**2. Do research.** The best place to start is with her school counselor. Then, she could read college brochures and websites and attend college fairs. When possible, visit college campuses together. She might also get insight by talking to current students or recent graduates.

**3. Make a spreadsheet.** Encourage your high schooler to turn her wish list into a decision-making tool. She can list the features down the first column. As she considers schools, she should create a column for each one and check the appropriate boxes. She'll see at a glance which colleges are good matches for her. 👍



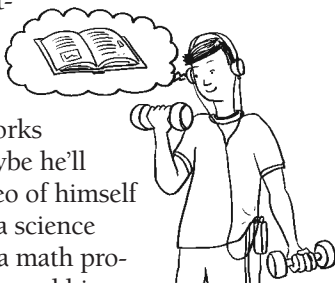
## Q & A Smarter study skills

**Q** My son seems to spend a lot of time studying without really getting anywhere. How can he work more efficiently?

**A** Encourage your teen to experiment with different study methods to figure out which ones work best for him.

For instance, he might record himself reading textbooks or notes and then listen while he works out. Or maybe he'll make a video of himself explaining a science concept or a math procedure. If he and his friends each film a video, they could share them with each other.

Does he like to draw? Suggest that he create a comic strip based on a historical event or a novel. Or if he enjoys music, perhaps he'll make up a song or a jingle to help him remember important terms or dates. 👍



## Parent to Parent

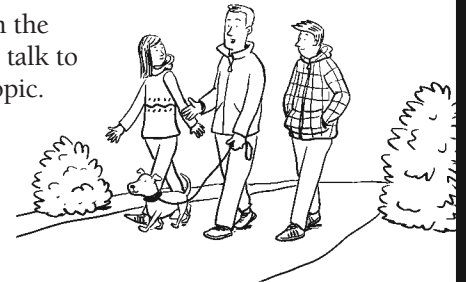
### Talking about sexual harassment

With sexual harassment in the headlines these days, I realized I needed to talk to my son and daughter about this difficult topic.

We discussed the types of inappropriate behavior mentioned in news articles, such as unwanted touching, unwelcome comments about people's bodies, and pressure to do things that make you uncomfortable.

We also talked about ways to handle harassment, like finding a trusted friend or calling me for a ride if something happens at a party or on a date. If harassment takes place at school, they should tell the counselor or another trusted adult.

Although this subject wasn't easy to bring up, I'm glad I started the conversation. I plan to keep reminding my children about the importance of respecting other people's bodies and decisions—and about speaking up for themselves if they feel pressured or uncomfortable. 👍



### Look at data carefully

**The claim:** People who own orange cats eat more pizza than those who own black cats.

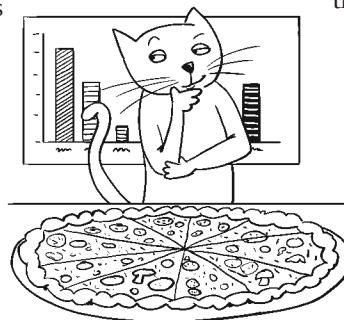
**The reality:** The color of your cat and the amount of pizza you eat are totally unrelated.

Yet your teen can probably find a graph to support claims as outrageous as that one. Consider holding a “family graph night” where everyone can see that just because a graph indicates a relationship, it doesn't mean that one factor causes another! Here's how.

**1.** Ask everyone to be on the lookout for newspaper or online graphs that interest them. Your high schooler might find one on clean water by country or on student loan debt by ethnicity, for instance.

**2.** Pass around the graphs you found, and let family members explain what they “see.” What story does each graph tell?

**3.** Your teen will realize that you can make different arguments based on the same graph. This will get him used to thinking critically—and help him with data analysis across all subjects. 👍



## 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  
800-394-5052 • rfeustomer@wolterskluwer.com  
www.rfeonline.com  
ISSN 1540-5605

# High School YEARS

Colaborar para el éxito durante toda la vida



## Notas Breves

### Funden un “club de artículos”

Para los adolescentes ocupados, un club de artículos es una divertida alternativa a un club de libros. Su hija y sus amigas podrían turnarse eligiendo un tema (derechos de los animales, alimentación sana). Pueden encontrar artículos relacionados con el tema, compartirlos y luego reunirse para comentarlos. Pensarán de manera crítica cuando lean y comenten prosa informativa.

### Deposita tu voto

Hable con su hijo sobre las elecciones de este mes y explíquelo cómo decidió usted por quién votar. Si es lo suficientemente mayor (¡todo un hito para los adolescentes!), vayan juntos al colegio electoral. ¿Van a votar por distintos candidatos? Demuestre a su hijo que es posible discrepar con respeto.

### La honradez es importante

Preste atención cuando su hija haga lo correcto, especialmente cuando podría haber sido fácil hacer lo contrario. Quizá se encuentre un billete de \$5 entre la ropa sucia y trate de averiguar a qué miembro de la familia pertenece. Dígale que demostró honradez al no quedarse el dinero.

### Vale la pena citar

“Una meta es un sueño con fecha de vencimiento”. *Napoleon Hill*

### Simplemente cómico

Un ciempiés iba caminando por el bosque y había una ramita en su camino. Y él tropezó... y tropezó y tropezó y tropezó...



## Límites adecuados para adolescentes

Su hijo se va acercando a la edad adulta y usted quiere proteger su seguridad y prepararlo para que tome buenas decisiones cuando viva por su cuenta. Use estas estrategias para crear normas que funcionen para ustedes dos.



### Ponga las cosas en perspectiva

Procure concentrarse en asuntos importantes para esta edad que estén relacionados con la salud y la seguridad como el alcohol, las drogas y el uso del auto. Procure ignorar cosas más pequeñas como su forma de vestir o un dormitorio desordenado, por ejemplo. El objetivo es elegir normas que importen a largo plazo.

### Compruebe el “encaje”

Las normas y los límites pueden crecer con su hijo según se vaya haciendo mayor. Una norma antigua como no salir en pareja podría cambiar a salir en pareja pero con un grupo y finalmente permitirle que salga con su pareja a solas. O una hora de llegada para el fin de semana adecuada cuando

era preadolescente podría ser una hora más tarde ahora que es adolescente. Revise sus normas cuando muestre más (o menos) madurez y responsabilidad.

### Imponga consecuencias lógicas

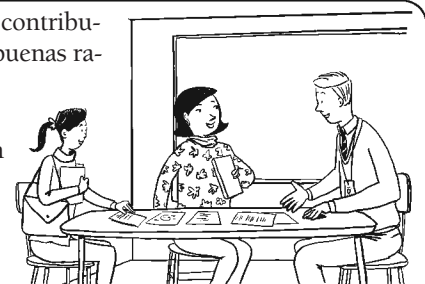
Que su hijo experimente en la vida real las consecuencias de desobedecer una norma. Por ejemplo, si llega tarde a casa y la mañana siguiente está cansado, no permita que se levante tarde. Si le ponen una multa por exceso de velocidad, deje que él la pague, junto con cualquier aumento de precio en su seguro del auto. Quizá se lo piense mejor la próxima vez que sienta la tentación de pasarse de hora o de manejar demasiado rápidamente. 👍

## Conferencias de padres y profesores

Los encuentros con los profesores de su hija contribuyen a prepararla para el éxito. He aquí algunas buenas razones para asistir a las conferencias del otoño:

- Conseguirá información de primera mano sobre el progreso de su hija. Para que la reunión sea productiva haga con antelación una lista de preguntas y preocupaciones. Refiérase a su lista durante la conferencia para cerciorarse de que menciona todo.
- Puede compartir sus ideas sobre cualquier problema en el colegio o en casa que podrían afectar el rendimiento de su hija. Por ejemplo, un divorcio o una enfermedad crónica quizá dificulten su trabajo escolar o su comportamiento.

**Consejo:** Si su hija asiste a la conferencia, animela a que haga preguntas, comparta sus objetivos y diga si necesita ayuda con algo en concreto. 👍



# La universidad adecuada para mí

Su hija quiere ir a la universidad. ¡Estupendo! Pero, ¿cuál es adecuada para ella? Puede reducir sus opciones con estos pasos.

**1. Crear una lista de preferencias.** ¿Qué quiere su hija en su universidad ideal? Dígale que haga una lista de cosas imprescindibles como “un programa sólido de ingeniería” y “asequible”. Sugíerale que incluya también rasgos que le apetezcan como “en una ciudad grande” o “clima cálido”.



**2. Investigar.** El mejor lugar para empezar a hacerlo es su orientadora escolar. A continuación puede leer folletos y sitios web de universidades y asistir a ferias universitarias. Si fuera posible, visite con ella alguna universidad. También podría preguntar la opinión de estudiantes actuales o de graduados recientes.

**3. Hacer una hoja de cálculo.** Anime a su hija a convertir su lista de deseos en una herramienta

para tomar decisiones. Puede hacer una lista de características en la primera columna. Cuando considere sus opciones, debería crear una columna para cada universidad y poner una señal en el recuadro correspondiente. Verá de un vistazo qué universidades se adaptan a sus necesidades. 👍



## P & R Mejores técnicas de estudio

**P** Parece que mi hijo pasa mucho tiempo estudiando, pero no le rinde nada. ¿Cómo puede trabajar con más eficacia?

**R** Anime a su hijo a que experimente con distintos métodos de estudio para averiguar cuál es el mejor para él.

Por ejemplo, podría leer sus libros de texto o apuntes y grabar la lectura y luego escuchar la grabación mientras hace ejercicio. También podría filmarse en vídeo mientras explica un concepto científico o un procedimiento de matemáticas. Si él y cada uno de sus amigos filman un vídeo distinto pueden compartirlos entre ellos.



¿Le gusta dibujar? Sugíerale que cree una tira cómica basada en un acontecimiento histórico o una novela. O si le gusta la música podría inventar una canción o una rima para recordar términos o fechas importantes. 👍

## De padre a padre

### Hablar del acoso sexual

Dada la presencia del acoso sexual en los titulares últimamente, me di cuenta de que tenía que hablar con mi hijo y con mi hija de este difícil asunto.

Comentamos los tipos de comportamiento inapropiado mencionado en los artículos de noticias, como tocamientos no deseados, comentarios desagradables sobre los cuerpos de las personas y presión para hacer cosas que te incomodan.

También hablamos de las maneras de hacer frente al acoso, como buscar a un amigo de confianza o llamarme si les sucede algo en una fiesta o cuando salen en pareja. Si el acoso se produce en el colegio, deberían comunicárselo al orientador escolar o a un adulto en quien confíen.

Aunque no me resultó fácil hablar del tema, me alegro de haber iniciado la conversación. Pienso seguir recordando a mis hijos la importancia de respetar los cuerpos y las decisiones de otras personas y de que se defiendan si se sienten presionados o incómodos. 👍



### Observar los datos con cuidado

**La afirmación:** Las personas que tienen gatos de color naranja comen más pizza que las que tienen gatos negros.

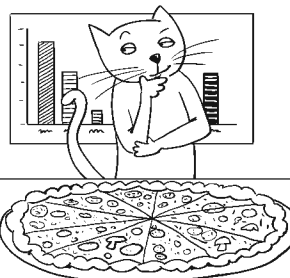
**La realidad:** El color de su gato y la cantidad de pizza que usted come no tienen relación alguna entre sí.

Sin embargo, es probable que su hijo encuentre una gráfica que defienda afirmaciones tan absurdas como la anterior. Piensen en celebrar una “noche familiar de la gráfica” en la que todos puedan ver que simplemente porque una gráfica indique una relación, ¡no significa que un factor sea la causa del otro! He aquí cómo.

**1.** Pídale a todos que busquen gráficas en periódicos o en la red que les interesen. Su hijo podría encontrar una sobre el agua limpia en distintos países o una sobre préstamos estudiantiles y etnicidad, por ejemplo.

**2.** Pásense las gráficas que han encontrado y que los miembros de su familia expliquen qué “ven”. ¿Qué historia cuenta cada gráfica?

**3.** Su hijo se dará cuenta de que puede defender distintos argumentos basándose en la misma gráfica. Esto le acostumbra a pensar críticamente y le ayudará a analizar datos en una variedad de materias. 👍



## 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  
800-394-5052 • rfeustomer@wolterskluwer.com  
www.rfeonline.com  
ISSN 1540-5613