

Respeto y responsabilidad



Como padres quieren que sus hijos adolescentes sean respetuosos y responsables. Estos dos importantes rasgos del carácter hacen la vida más agradable con sus hijos pero además pueden mejorar su autoestima y contribuir a que triunfen en los estudios, en el trabajo y mucho más. He aquí maneras de desarrollar el respeto y la responsabilidad en sus hijos.

Respeto a uno mismo

La gente que se respeta a sí misma sabe que los demás han de tratarlos bien y ellos a su vez tratan a otras personas también con respeto.

Espera respeto. Que su hija sepa que se merece que sus amigos la respeten. Por ejemplo, debe ser capaz de expresar sus opiniones sin miedo de que se rían de ella. También debería tomar sus propias decisiones sobre dónde va o con quién sin que la critiquen por lo que elige. Haga con ella una lista de maneras en las que la gente muestra respeto mutuo. Puede usarla como baremo para saber si sus relaciones son respetuosas.

Piensa en ti misma. Cuando su hija defiende sus creencias y dice no a las cosas que la incomodan, está mostrando respeto por sí misma. Se respeta a sí misma también cuando se esfuerza al máximo por sus tareas, incluyendo sus estudios, sus actividades extraescolares o su trabajo a tiempo parcial. Por ejemplo, hacer los deberes con esmero y llegar puntual al trabajo muestran que se enorgullece de lo que hace.



Respeto a los demás

Respetar a los demás puede ayudar a su hijo a conectar mejor con sus hermanos, sus compañeros, sus profesores y sus jefes.

Muestra respeto. Su hijo debería considerar cómo sus actos—y sus palabras—afectan a los demás. ¿Hacen que la gente se sienta valorada? Por ejemplo, ¿es honesto y directo con sus amigos, en lugar de murmurar a sus espaldas y menospreciarlos ante otras personas? ¿Demuestra respeto por la privacidad de usted guardando las confidencias familiares? Anímelo a que piense en quién respeta y en qué características tienen estas personas. Esto contribuirá a que entienda cómo se manifiesta y se siente el respeto.

Dé ejemplo con sus actos. Su hijo aprenderá mejor siguiendo su ejemplo. Procure que él observe el respeto que usted muestra por los demás escuchándolos con cortesía cuando no están de acuerdo con usted. También puede demostrarle respeto a su hijo cumpliendo sus promesas o pidiéndole perdón cuando cometa un error. Si él es irrespetuoso usted tendrá otra oportunidad de dar ejemplo de respeto. Concéntrese en su comportamiento con tranquilidad (“No me gusta tu forma de hablarme”) en lugar de atacarlo (“¡Eres un grosero!”). Verá que usted puede estar en desacuerdo con alguien de forma respetuosa.

Idea: Refuerce el comportamiento que desea en su hijo mostrándole que usted se da cuenta de su conducta respetuosa. Por ejemplo, si le dice que le molestó cuando usted mencionó sus malas notas a su tía, usted podría decirle: “Te agradezco que esperaras a que llegáramos a casa para hablar de ello. Sé que te costó no protestar en ese momento. Vamos a comentarlo ahora”.



continúa

Muestra deportividad

Los jóvenes atletas que tratan con dignidad a sus contrincantes, a sus compañeros de equipo, a los entrenadores y a los árbitros son siempre ganadores. Comparta con su hija estas formas de mostrar respeto en el campo o en la cancha:

- Estrecha la mano de los contrincantes antes de un partido. Después del partido estrecha la mano o choca las palmas y di con cortesía: "Buen partido".



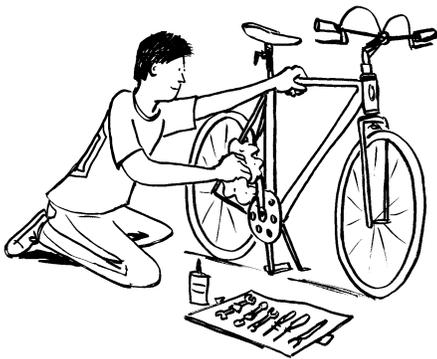
- Acepta con gentileza las decisiones arbitrales.
- Respetas las reglas del juego, te vean o no desde los laterales.
- Evita presumir exageradamente delante de tus contrincantes y no "hagas teatro" (bailes de victoria, fanfarronear).

El comportamiento respetuoso de usted cuando contemple un acontecimiento deportivo puede darle también ejemplo a su hija. ¿Cómo?

- Anime ("¡Bien hecho!") y evite los abucheos, los insultos y los comentarios negativos.
- Sea cortés con el equipo contrario y sus aficionados (salúdelos, felicítelos si ganan).
- Aplauda las buenas jugadas aunque su hijo no haya participado en ellas.
- Comente en privado sus preocupaciones con el entrenador, en lugar de hacerlo en presencia de su hija o de otros aficionados.

Responsable de ti mismo

Para ser un individuo responsable, su hijo ha de ser ante todo responsable de sí mismo.



Cuidar de las posesiones. Tanto si se trata de aparatos electrónicos, como de libros de texto o de los muebles del dormitorio, anime a su hijo a que se responsabilice de sus cosas. Podría colocar las cosas cuando

termine de usarlas para que no se pierdan o la gente las pise. Si algo se rompe, debería procurar arreglarlo. *Nota:* Debería también cuidar las posesiones de los demás. Si le pide prestado algo a un amigo o a un familiar debería devolverlo a tiempo y en la misma condición que estaba.

Responsabilizarse de uno mismo. Su hijo debería entender que es responsable de sus decisiones y de aceptar las consecuencias de esos actos. Indíquele que según se va haciendo mayor tendrá más responsabilidad también por su propio bienestar. Sugíerale que considere cuáles son sus puntos fuertes y sus habilidades y que las use para planear el futuro. Anímelo también a cuidar su cuerpo durmiendo lo suficiente (por lo menos 8-9 horas), comiendo alimentos nutritivos y haciendo ejercicio físico una hora al día.

Responsable ante los demás

Ser de fiar implica comportarse de manera que otras personas puedan depender de uno.

Pídale cuentas. Si su hija se olvida de sus tareas o las pospone, podría recordárselas con una

simple palabra ("El pasto") o sencillamente indicarle lo que tiene que hacer ("hay que cortar el pasto"). Pero no le haga el trabajo. A continuación, si no

lo realiza, imponga la consecuencia que decidió de antemano ("No irás al cine esta tarde puesto que no terminaste tus tareas"). En el caso de tareas o responsabilidades regulares, podría considerar hacer un plan y pedirle a su hija que lo firme. ("Limpiaré mi baño cada semana antes del domingo por la noche. Entiendo que no podré usar la computadora hasta que esté limpio".) Así las dos sabrán qué esperarse.



Indique las consecuencias. Podría explicar cómo ser responsable beneficia a su hija. Cuando ella demuestra que puede ocuparse de sus responsabilidades se gana el respeto de usted y quizá más libertad. Podría también comentar con ella cómo sus actos afectan a los demás si ella no lleva a cabo lo que debe. Por ejemplo, si le promete al consejero de un club que organizará una reunión pero no lo hace, puede que el club no pueda participar en una actividad importante. Esto afecta a todos en el club y podría también afectar su relación con sus compañeros.

High School Years

El ABC de la educación financiera



Su hijo acaba de conseguir un trabajo después del colegio. ¿Ahorrará sus ingresos para el futuro o los gastará en cuanto le paguen?

Enseñar a su hijo a administrar bien su dinero mientras es joven puede evitar que cometa errores financieros en el futuro. Además si aprende ahora lo básico entenderá sin arriesgar tanto. Ayude a su hijo adolescente a emprender la ruta hacia el éxito financiero con estas ideas.

Empieza con un presupuesto

Su hija estará en mejor forma financiera si usa un presupuesto para controlar los ingresos y los gastos. Sugírela estas estrategias para ayudarla ahora y a fin de que practique para cuando viva sola.



Encuentra un sistema. Anime a su hija a que haga y use un presupuesto en un formato que le resulte cómodo. Podría hacer una lista de ingresos y gastos en un cuaderno o un archivo de la computadora (puede encontrar ejemplos en la red buscando “teen budget worksheets”). También podría crear una hoja de cálculo.

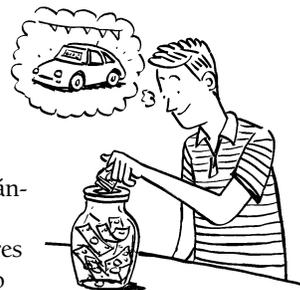
Elija lo que elija, necesitará registrar el dinero que recibe (asignación, cheque) y el que gasta (gasolina, diversiones, ahorros). Al restar los gastos de los ingresos verá cuánto podría gastar.

Imagina modos de limitar gastos. ¿Gasta más de lo que gana o no le queda lo suficiente para ahorrar? Sugírela a su hija que lleve un registro de gastos durante un mes para ver adónde se le va el dinero. A continuación podría pensar ideas para reducir sus gastos. Podría cambiar a un plan de celular menos caro o no comer fuera de casa con tanta frecuencia, por ejemplo. También podría pensar en maneras de aumentar sus ingresos, como trabajar horas extra.

Págate primero

Ahorrar dinero creará un hábito que dará a su hijo más seguridad financiera cuando sea mayor. También le dará una protección que puede usar para cubrir gastos inesperados o para aprovechar las ocasiones. Comparta con él estas ideas.

Dígale que escriba sus objetivos financieros. Saber para qué está ahorrando le facilitará hacerlo. Anime a su hijo a que escriba sus objetivos a largo plazo (universidad, auto usado) y los objetivos a corto plazo (entradas para un concierto, teléfono nuevo). A continuación sugírela que calcule cuánto necesita ahorrar y durante cuánto tiempo (para un concierto de 60 dólares podría ahorrar 15 dólares de su salario durante cuatro pagos).



Ahorrar es obligatorio. Dígale a su hijo que aparte cierto porcentaje (por ejemplo, 10%) de sus ingresos inmediatamente, tanto si consigue dinero de un trabajo, su asignación o regalos. Esto le ayudará a acostumbrarse a ahorrar primero y a vivir con lo que le quede. Podría indicarle que considere ahorrar como un gasto fijo más, lo mismo que el pago del auto o el alquiler.

Gastar con inteligencia

Es posible que su hija tenga ahora más dinero que cuando era más joven, especialmente si trabaja a tiempo parcial o hace trabajos extra como cuidar niños. Estas estrategias la ayudarán a gastar sus ingresos con inteligencia.

Ánimela a que planeé de antemano. Podría hacer una lista de la compra antes de ir al centro comercial o a una tienda. También podría ponerse un límite de gastos y llevarse sólo ese dinero. Si siente la tentación de comprar algo que no está en su lista

continúa

o que sobrepasa su límite, debería preguntarse si realmente es algo necesario o algo de lo que podría prescindir. *Idea:* Sugíerale que vuelva a casa y piense en el objeto. Al cabo de uno o dos días quizá se dé cuenta de que no lo necesita o de que le bastará con otro menos caro.

Que aprenda de sus errores. Si su hija gasta demasiado en ropa, por ejemplo, y no puede pagarse la salida al cine con sus amigos, procure no rescatarla. Aprenderá mejor si experimenta las consecuencias de sus actos. Además, si usted le da dinero una vez, seguirá comprando cosas que no puede pagarse y se esperará que usted siga ayudándola a hacerlo.

En el banco

Abrir cuentas en un banco ahora ayudará a su hijo a sentirse más cómodo con los procedimientos de los bancos. Sugíerale que abra una cuenta corriente y una cuenta de ahorros para que se acostumbre a escribir cheques, a hacer pagos electrónicos y a estar al tanto de su saldo. He aquí cómo.



Abrir una cuenta.

Anime a su hijo a que se pase por varios bancos. Debería preguntarle cuánto necesitará depositar, si es obligatorio mantener cierto saldo y qué gastos carga el

banco (por ejemplo, gastos de mantenimiento o por el uso del cajero automático). Usted tendrá que acompañarlo para abrir una cuenta si su hijo es menor de 18 años pero un empleado del banco puede explicarle cómo funcionan las cuentas corrientes y ayudarle a abrirlas. *Nota:* Su hijo deberá presentar documentos de identificación (partida de nacimiento, tarjeta de la Seguridad Social o permiso de manejar).

Responsabilice a su hijo. Que su hijo sepa que es ocupación suya controlar sus cuentas y anímelo a que las consulte con frecuencia. (*Idea:* Si la cuenta está también a su nombre, usted podrá observarla igualmente.) Si tienen acceso a Internet en casa o su hijo puede acceder con su teléfono, puede administrar sus cuentas en la red. Así puede ver con rapidez qué transacciones se han llevado a cabo y estar al tanto de cuánto dinero tiene en su cuenta. Para protegerse del robo de identidad, el número de sus cuentas y sus contraseñas deberían permanecer en secreto.

Control del crédito

Si presenta prueba de que recibe un sueldo o como cosignataria, su hija puede solicitar una tarjeta de crédito cuando cumpla 18 años. Antes de ese momento usted puede ayudarla a que adquiere experiencia con el “plástico” para que aprenda a usar el crédito con responsabilidad. Considere estas opciones.

Tarjetas de débito.

Su hija puede usar una tarjeta que parece una tarjeta de crédito pero que saca directamente el dinero de su cuenta bancaria. ¿La ventaja? Solamente puede gastar lo que tiene. Como con el uso de todo tipo de tarjetas se corre el riesgo del robo de identidad sugíerale que vincule su tarjeta sólo a su cuenta corriente. Debería poner una pequeña cantidad en ella y colocar el resto en la libreta de ahorros (y traspasar dinero a la chequera según lo necesite).



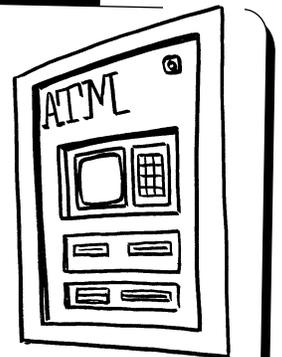
Tarjetas de crédito. Si usted autoriza a su hija a que use la tarjeta de crédito de usted, conseguirá una tarjeta en su nombre y los cargos aparecerán en el extracto de cuentas de usted. Podría solicitar un nivel de crédito más bajo para su hija: recuerde que en definitiva la persona responsable de los gastos de su hija será usted. Considere también dar normas específicas sobre el uso de la tarjeta (para ropas para el colegio, gasolina o sólo para emergencias, por ejemplo). Asegúrese de que su hija entiende que sólo debe cargar a la tarjeta lo que pueda pagar al cabo de un mes. De otra manera terminará pagando intereses sobre el precio de la compra.

Tarjetas prepago. Otra opción es poner dinero en una tarjeta prepago como Visa Buxx. Su hija podrá gastar sólo la cantidad que usted puso en la tarjeta, usted podrá controlar el uso que hace de ella y no habrá consecuencias ni en su crédito ni en el de ella. *Nota:* Las cuotas de inscripción son de 5 a 10 dólares y quizá haya otros cargos dependiendo de la entidad bancaria que expide la tarjeta.

Más formas de aprender

Anime a su hija a que se eduque en asuntos de finanzas con recursos como los siguientes:

- Toma una clase sobre finanzas personales en la escuela.
- Únete a un grupo de inversiones en horario extraescolar en el que los miembros actúan como si invirtieran en el mercado de valores.
- Lee la sección de negocios del periódico.
- Saca de la biblioteca revistas y libros de economía.
- Acude a sitios web dedicados a la educación financiera de los jóvenes como jumpstart.org o mymoney.gov/category/topic1/youth.html.



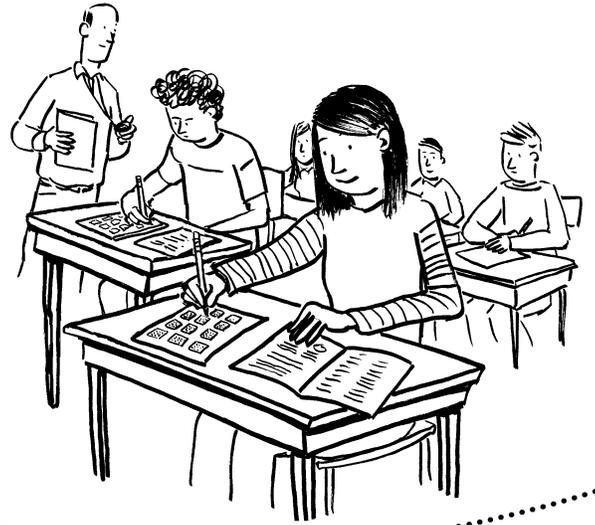
High School Years

Guía a los

exámenes de ingreso a la universidad

Las universidades usarán los resultados de los exámenes SAT o ACT de su hijo para compararlo con otros estudiantes de distintas procedencias académicas y para predecir qué tipo de estudiante será en la universidad. Aunque los exámenes ciertamente no son el único factor que las universidades tienen en cuenta, sacar buenas notas en ellos ayudará a su hijo a ser admitido en el colegio universitario de su preferencia y a poder optar a becas.

Esta guía los ayudará a circular por el laberinto de los exámenes de acceso a la universidad.



Tipos de exámenes de ingreso

El SAT incluye lectura crítica, escritura y matemáticas mientras que el ACT examina de inglés, matemáticas, lectura y ciencias. El ACT ofrece también un examen aparte de escritura, en el que hay que escribir durante 30 minutos el mismo día que el ACT normal.

Si su hija está solicitando la admisión a centros altamente selectivos o quiere estudiar ciertas materias, quizá necesite también tomar ciertos SAT sobre asignaturas específicas. Hay 20 entre los que elegir, cada test dura una hora y cubre áreas como historia, literatura, matemáticas, ciencias o lenguas extranjeras. Su hija puede tomar hasta tres en un día, pero siempre en día distinto al SAT general.

¿De qué debo examinarme?

La mayoría de los centros universitarios aceptan o el SAT o el ACT pero su hija debería cerciorarse preguntando en las universidades que le interesen. Estos exámenes difieren entre sí de varias maneras:

- El SAT va de un área de contenido a otra, mientras que el ACT se centra en un área de contenido concreta.
- El SAT da importancia al vocabulario.
- El ACT incluye ciencias y el SAT no lo hace.
- El SAT tiene una porción escrita, pero en el ACT no se escribe un ensayo a menos que el estudiante tome también el test de escritura llamado ACT Writing Test.

- El SAT quita puntos por respuestas erróneas. El ACT da puntos basándose en las respuestas acertadas y no se penalizan las conjeturas.



■ Los encargados de la oficina de admisiones prestan atención a las notas de las secciones individuales de los SAT. Pero les interesa más el resultado global (compuesto) del ACT. (Nota: El resultado del test de escritura del ACT se da por separado.)

Sugírela a su hija que practique con modelos de preguntas y con una versión de cada examen para decidir cuál hacer o si examinarse de ambos. ¿Se siente más cómoda con uno en particular? ¿Sacó una nota claramente más alta en uno que en otro?

¿Cuándo?

Los estudiantes se examinan típicamente en el invierno o la primavera del penúltimo año de secundaria. Algunos estudiantes vuelven a examinarse más tarde en la primavera de ese año o al comienzo de su último año de secundaria. Los orientadores universitarios aconsejan que los estudiantes tomen los exámenes que elijan (SAT o ACT) por lo menos dos veces a fin de conseguir la nota más alta posible.

Para los SAT de asignaturas específicas es buena idea hacer cada test inmediatamente después de terminar el curso correspondiente aunque sea en el primer o segundo año de secundaria. Así su hijo recordará con facilidad el material. Por ejemplo podría hacer el Chemistry Subject Test después de estudiar química en el grado 10. Los exámenes de idioma extranjero son la excepción: debería esperar hasta que tome el nivel más alto que planea tomar en el instituto.

Las fechas de los exámenes y de matriculación se pueden conseguir en la oficina del orientador escolar o en los sitios web de los exámenes (sat.collegeboard.org/register/sat-dates y actstudent.org/regist/dates.html).



continúa

Cómo prepararse

Estudiar mucho en asignaturas troncales como inglés, matemáticas, ciencias y estudios sociales es el mejor método para que su hija se prepare. La lectura regular es también importante pues un vocabulario amplio puede serle útil, especialmente en el SAT.

Además es importante practicar de alguna manera para los exámenes. Su hija podría hacer exámenes de práctica en casa, usando los test que se encuentran en la red o en libros. Anímela a que simule las condiciones reales del examen (sentada en un pupitre, con la música y la TV apagadas) y que se dé el tiempo exacto del que dispondrá en el examen real. Dígale que se puntúe el test después para averiguar en qué concentrarse cuando estudie.

Puede encontrar pruebas de práctica en sat.collegeboard.org/practice y en actstudent.org/testprep o en libros como *Preparing for the ACT* (se lo dan gratis en la escuela). También podría conseguir guías a los exámenes en las series de Barron's,



Princeton Review o Kaplan. *Idea:* Los amigos o vecinos cuyos hijos han hecho esos exámenes recientemente estarán encantados de pasarle estos libros a su hija.



Algunos centros ofrecen también preparaciones para el SAT o el ACT como asignaturas optativas. Su hija podría también buscar a un estudiante universitario que hizo bien esos exámenes para que le dé clases particulares baratas. Otra idea es que su

Exámenes de AP

Los cursos del Advanced Placement (AP) pueden ayudar a su hijo a conseguir habilidades académicas de más alto nivel y a destacar cuando solicite el ingreso a la universidad. Si saca buena nota en los exámenes de AP, quizá pueda saltarse cursos de primero en la universidad e incluso ahorrarse dinero de matriculación al conseguir crédito por el curso. Necesitará enterarse de la normativa de cada universidad sobre AP dado que cambia de centro a centro.

Los exámenes de AP tienen lugar en mayo y las notas se envían a las universidades en julio (o cuando indique el estudiante). Los exámenes se califican en una escala de 1 a 5, y la nota de 3 se considera "aprobado". Las universidades suelen requerir un 4 o un 5 para otorgar crédito. Si su hijo está insatisfecho con una nota puede pedir que se la retengan o se la cancelen.

Para prepararse para los exámenes de AP su hijo debería ir al día con su trabajo durante el curso y asistir a todas las sesiones

periódico o una revista aunque no tenga pensado enviarlas. La lectura de los artículos de opinión en la prensa puede ilustrarle cómo se presenta un argumento. Finalmente debe practicar la escritura con un límite de tiempo puesto que deberá hacer eso durante los exámenes.

Idea: Sugírela a su hija que vea el nuevo "simulador de un día de examen" del College Board para ver qué puede esperarse el día del examen (sat.collegeboard.org/register/sat-test-day-simulator).

¿Cuánto?

El SAT cuesta 49 dólares y el ACT 34 dólares (o 49.50 con el componente escrito). Los SAT sobre materias concretas cuestan 22 dólares por la matrícula básica y 11 dólares por test. (Los exámenes de idioma extranjero que incluyen un componente hablado, llamado "idioma con comprensión oral", cuestan 22 dólares cada uno.) *Nota:* Asegúrese de que su hijo se matricula dentro del plazo indicado y elige con cuidado el lugar del examen: puede haber cargos extra por matricularse tarde o por hacer cambios.

No permita que el precio de los exámenes evite que su hijo se matricule. Quizá pueda optar a una exención del pago de tasas que puede solicitar mediante su orientador escolar.

de repaso que ofrezca su profesora. Podría también buscar en librerías y bibliotecas libros de preparación para el examen de AP o preguntar a compañeros que ya lo hayan hecho si tienen libros que le podrían prestar. Sugírela que busque en la red sugerencias para hacer bien el examen (por ejemplo, collegeboard.com/student/testing/ap/prep).

Cada examen de AP cuesta 87 dólares. Existen reducciones y exenciones de las tasas para los estudiantes que tenga derecho a ello y algunos sistemas escolares pagan las tasas para todos los estudiantes. Su hijo puede enterarse preguntándole al orientador escolar.



High School Years