

PTA - Phyllis Fagell Episode.mp3

[00:00:02] Bienvenidos a Notas de la Mochila, un podcast de PTA. Esta serie presenta conversaciones con expertos reales, padres reales y educadores reales para que las familias puedan ver un detrás de escenas real sobre lo que ocurre en la educación. Descubran cómo ayudar a sus hijos para que sean exitosos dentro y fuera de la escuela. Como padres, sabemos que sus hijos a veces se olvidan de darles las notas de su mochila. Y estas notas les cuentan todo lo que ocurre en la escuela. Por eso, hemos lanzado este podcast, solo para ustedes. Bienvenidos a Notas de la Mochila, un podcast de PTA.

LaWanda: [00:00:37] Bienvenidos a otro episodio de Notas de la Mochila, un podcast de PTA. Si están sintonizando por primera vez, les cuento que soy su copresentadora LaWanda Toney, directora de Comunicaciones de National PTA. Hoy estoy aquí con mi copresentadora, Helen Westmoreland, nuestra directora de Participación Familiar. En el episodio de esta semana, hablaremos sobre las difíciles transiciones que atraviesan los niños cuando recorren ese emocionante trayecto desde la escuela primaria hasta la intermedia.

Helen: [00:01:02] Muchas personas consideran a la escuela intermedia como un ritual de paso hacia la adolescencia. Es una época en la que los niños se vuelven cada vez más independientes y exploran su identidad. Y, como padres, se nos hace aún más difícil que nos cuenten algo. ¿Cómo se supone que una puede permanecer involucrada en la educación de sus hijos que están en la escuela intermedia?

LaWanda: [00:01:20] Sé que tienes una pequeña en casa, y mi hijo acaba de ingresar en la escuela primaria, pero tengo que confesarte que yo ya estoy nerviosa por la escuela intermedia. No estoy para nada lista para hacer esa transición. Y estoy segura de que muchos de nuestros oyentes se sienten identificados.

Helen: [00:01:34] Acuerdo contigo, Lawanda. Y déjame preparar el terreno: Eres un padre y tu hijo comienza la escuela intermedia. Él está aterrorizado. Tú estás aterrorizado. La mera idea de asegurarte de que tu hijo no solo está listo para la escuela intermedia, sino que también está preparado para todos los cambios sociales que esta conlleva deja a muchos padres cargados de preocupaciones. Piénsalo. Se

incrementa la tarea. El entorno escolar cambia, y las nuevas amistades y, a veces, las relaciones románticas recién empiezan. ¿Cómo pueden prepararse las familias y sus hijos para que les vaya bien en la escuela intermedia? Hemos traído a Phyllis Fagell, consejera escolar y autora del libro "Middle School Matters" (La escuela intermedia importa), para ayudar a los padres a prepararse para esta emocionante, pero también abrumadora, transición.

LaWanda: [00:02:13] Actualmente, Phyllis es consejera escolar en la Sheridan School de Washington, D.C. y ha trabajado con alumnos de kínder a 12° grado tanto en escuelas públicas como privadas. Es madre de tres hijos, consejera profesional clínica titulada y periodista con su columna en The Washington Post. Además, Phyllis ha publicado recientemente un nuevo libro titulado "Middle School Matters: The 10 Key Skills Kids Need to Thrive in Middle School and Beyond and How Parents Can Help" (La escuela intermedia importa: las 10 herramientas claves que los niños necesitan para prosperar en la escuela intermedia y más allá, y cómo pueden ayudar los padres).

Helen: [00:02:39] ¡Gracias por venir hoy!

Phyllis: [00:02:41] Gracias por invitarme. Es mi tema preferido.

Helen: [00:02:44] Bueno, cuéntenos por qué. ¿Qué despertó tu interés en el período de la escuela intermedia?

Phyllis: [00:02:49] Creo que fue una combinación de empezar como consejera en la escuela intermedia al mismo tiempo que mi hijo mayor comenzaba a cursar la escuela intermedia. Estaba viviendo el sueño de la escuela intermedia en casa y en el trabajo. Y, de pronto, me hice consciente de lo que estaban atravesando mis hijos desde una perspectiva muy distinta. También comprendí qué estaban viviendo mis estudiantes y me di cuenta de que podíamos hacer mucho más para facilitar el trayecto a los niños mientras asisten a la escuela intermedia, y de que había mucho que los padres no estaban realmente escuchando de sus hijos, ya que se vuelven más reservados, un poquito más callados, en general, en la escuela intermedia. Así que sentí que tenía la oportunidad de ser la portavoz de un preadolescente. Es una de mis especies de personas favoritas porque son muy curiosos, entusiastas e inquisidores. Y creo que su mala reputación de estar buscando el drama y ser malditos es muy injusta. Yo no los

veo así para nada. Te aseguro que no se comportan así, sino que son alegres y es divertido trabajar con ellos.

Helen: [00:03:46] Tu perspectiva sobre la escuela intermedia es muy buena. ¿Qué te motivó a escribir tu nuevo libro, "Middle School Matters"?

Phyllis: [00:03:52] Creo que tengo una visión distinta sobre esta etapa a la de la mayoría de las personas porque trabajo con niños tanto en el ámbito privado como en el escolar. Además, estoy escribiendo sobre el desarrollo infantil para varias publicaciones. Por eso, estoy leyendo varias investigaciones y estoy viendo en qué pruebas se basan, y luego las retomo y trato de encontrar alguna practicidad en esos estudios y descubrir maneras en las que pueda ayudar a los padres de un modo práctico y concreto, que puedan usar directamente sin tener que reinventar la rueda o crear algo propio. Me dio la sensación de que todo el mundo estaba moviéndose un poco a tientas o probando cosas y tratando de ser creativos y haciendo lo mejor posible cuando, en realidad, hay muchas investigaciones publicadas que podrían facilitarles un montón el trabajo.

LaWanda: [00:04:35] ¿Por qué crees que la escuela intermedia y los estudiantes tienen tan mala fama?

Phyllis: [00:04:39] Muchos no tenemos los mejores recuerdos de esa etapa. Pienso que eso influye. No creo que la mayoría mire en retrospectiva a la escuela intermedia y diga "sabes, esos fueron los años felices". En todo caso, volvería a vivir los 12, los 13 y los 14. Así que estamos poniendo todo eso sobre la mesa. Además, experimentamos esa etapa mientras atravesamos la pubertad y al mismo tiempo que no tenemos vida. Divergencia y sin perspectiva. Por eso, se nos hace difícil entender que posiblemente esos recuerdos negativos sean exagerados, pero creo que también está la posibilidad de tener que revivir esa etapa con nuestros hijos, aparejada de algunos miedos a que ellos no estén listos para dar ese salto de desarrollo o que vivan algo parecido a lo que vivimos nosotros. Allí tienes la receta perfecta para rodearse de ansiedad.

LaWanda: [00:05:24] Eso tiene mucho sentido porque estoy recordando mi experiencia en la escuela intermedia y no deseo repetirla.

Helen: [00:05:29] La verdad, ahora que lo dices, no sé si alguna vez conocí a alguien que dijera: "La escuela intermedia estuvo sensacional".

Phyllis: [00:05:36] Cuando una trabaja en una escuela intermedia, muchas personas te dicen "ah", como si cavara pozos para ganarme la vida. No podría imaginarme que fuera una experiencia placentera, pero lo es. Y también lo es ser madre de un alumno de escuela intermedia. Lo único que hay que hacer es educarles un poquito distinto a cómo se educa a los niños más pequeños.

Helen: [00:05:54] ¿Por qué crees que son tan importantes para los niños los años en la escuela intermedia?

Phyllis: [00:05:58] Diría que hemos estado descuidando a la escuela intermedia cuando, probablemente, sea la etapa de desarrollo más crítica. Están cambiando rapidísimo, casi tan rápido como cuando eran bebés en la etapa de cero a dos años. Y están cambiando en todos los aspectos: físicamente, intelectualmente, moralmente. Sin embargo, a diferencia de los bebés, ellos son capaces de absorber información sumamente sofisticada. Están consolidando sus valores. Están decidiendo si se sienten bien o no con ellos mismos. Durante estos años, su confianza puede alcanzar su punto más alto o derrumbarse por completo. Por eso, es una etapa que realmente queremos capturar. Y creo que solemos pasar mucho tiempo observando la alfabetización temprana o la transición de la universidad y la profesión, que también son importantes, pero terminamos desaprovechando esta etapa que podríamos exprimir para preparar a nuestros hijos para el éxito.

LaWanda: [00:06:42] ¿Podrías contarnos un poco más sobre los cambios importantes que ocurren durante esta etapa para que nuestros oyentes comprendan por qué es tan crítica?

Phyllis: [00:06:48] En términos de desarrollo, los niños se están apartando, se están identificando, están tratando de descubrir quiénes son, si son lo suficientemente buenos y si encajan o no. Hace unos días, yo estaba hablando con un director, que tiene un hijo en escuela intermedia, pero recuerda que, cuando su primera hija fue a la escuela intermedia, él sintió que tenía que apartarse e involucrarse menos porque tenía la sensación de que ella no quería que él se involucrara. Sin embargo, cuando se pone

el sombrero de director, se da cuenta de que es exactamente al revés, que esta es una etapa en la que los niños realmente quieren que sus padres estén presentes, pero de un modo distinto. Los niños quieren que los preparen no que les manejen, quieren que resuelvan los problemas con ellos en lugar de por ellos, que les permitan sentirse los expertos de sus propias vidas, que les traten con respeto y les hagan partícipes en la toma de decisiones, pero no que les abandonen porque a nosotros tampoco nos encanta esta etapa o porque percibimos erróneamente que no somos requeridos.

Helen: [00:07:41] Phyllis, mencionaste esta transición y que los niños atraviesan muchas cosas. ¿Qué piensas que las escuelas intermedias hacen bien en cuanto a preparar a los niños para esa transición y qué desearías, sabiendo todo lo que sabes, que hicieran distinto?

Phyllis: [00:07:54] Justo ahora, hay un gran movimiento llamado Remaking Middle School Initiative (Iniciativa para rehacer la escuela intermedia). Hay muchas personas que están echando un buen vistazo a la estructura misma de las escuelas intermedias porque, muy a menudo, tendemos a tratarlas como miniescuelas secundarias o tratamos a los niños como si estuvieran en la primaria y no apreciamos sus características particulares. Algo que no estamos entendiendo bien es que no hay suficientes reinicios. No hay tiempo suficiente para el juego desestructurado, de modo que los niños desarrollen las herramientas sociales que son tan importantes para ellos y para su resiliencia. Otra cosa que creo que no entendemos bien es que en el momento exacto en que los niños se sienten más inseguros, más vulnerables, más necesitados de apoyo constante por parte de los adultos, más necesitados de relaciones cómodas con sus compañeros, les sacamos del entorno en el que conocen a todas las familias, donde tienen a un maestro de aula base y quizás también de las escuelas de su vecindario. A lo mejor, ellos han ido a la escuela con esos niños durante años y, de pronto, les metemos en este entorno completamente nuevo en el que tienen que dominar los casilleros, que tomar un autobús y, quizás, tengan un influjo de estudiantes de muchas escuelas diferentes. De pronto, pasan de tener un maestro que conocen bien a tener siete maestros que, tal vez, no conocen para nada. Y tal vez vean a 100 niños distintos por día. Están desconectados de todo lo que les es familiar y todo lo que conocían en el mismo momento exacto en el que quieren encajar y tener una sensación de pertenencia.

LaWanda: [00:09:14] Hablaste sobre que es posible que a los niños les cueste este proceso. Yo creo que los padres atraviesan la misma transición. ¿Podrías contarnos qué deberían hacer para ayudarse a sí mismos con la transición?

Phyllis: [00:09:25] Es una línea muy delgada porque, de pronto, una quiere seguir involucrada y enseñar a sus hijos todos estos valores y herramientas sociales y académicas, pero también quiere respetar su necesidad de mayor privacidad y autonomía. Creo que, para los padres, esta transición puede ser particularmente desconcertante porque pasan de ser voluntarios muy bien recibidos en la escuela y de organizar citas de juegos para sus hijos y de conocer a sus hijos, sus compañeros, sus familias, a tener que transitar este nuevo entorno en el que no están seguros de a qué maestro tienen que contactar, si es que tienen que contactar a alguno. No están seguros de si son bien recibidos o no en el edificio. Tampoco están seguros de si sus hijos los quieren allí o no. Por eso, en primer lugar, es un período para que los padres rediseñen su papel y, quizás, para que ellos mismos se diversifiquen socialmente. Para verla como una oportunidad para que crezcan junto con sus hijos y, luego, en términos de apoyarles durante esta etapa, la manera en que yo lo veo, la manera en que hablo sobre esto en mi libro es que existen ciertas herramientas que queremos que adquieran a lo largo de la escuela intermedia. Queremos que aprendan a hacerse buenos amigos. Queremos que aprendan cómo aprenden y qué necesitan tener para ser estudiantes exitosos y para defenderse y para tratarse bien en sus propios cuerpos y para estar seguros y para tomar decisiones.

Phyllis: [00:10:31] Para que puedan lograr todas esas cosas, porque no ocurren por ósmosis, los padres tienen que estar presentes para darles el ejemplo. Los padres pueden hacer preguntas. Sabes, noté que te comportas distinto cuando estás con esa amiga en particular, ¿por qué crees que es así? O si su hija se pelea con una amiga y está muy angustiada, pueden ayudarle a resolver el problema y decirle: "¿Qué opciones tienes? Estás angustiada porque no te invitaron a esta fiesta, ¿qué piensas que puedes hacer?" Idealmente, es la niña la que dice: "Bueno, tal vez pueda invitar a Sally a que venga a dormir en casa". Son los padres los que les guían y les ayudan a llegar a estas conclusiones, a diferencia de lo que ocurría cuando estaban en la escuela primaria. Quizás podrían llamar a los padres de la otra niña y decirles: "Sabes, nuestras hijas tuvieron una gran pelea, veamos si podemos ayudarles a resolverla". Es

decir, siguen estando presentes, pero ya no les tratan como si tuvieran ocho o seis años.

Helen: [00:11:13] ¿Podrías contarnos un poco más sobre estos compañeros y amistades y escuela mental? Porque, incluso desde mi experiencia, pero también por lo que he oído de otros padres, cuando asumen mucha de esa ansiedad de que hay un niño en el grupo de mis amigos que es un mala influencia o el bullying o hacer algo así, ¿cómo aconsejas a los padres que manejen su ansiedad y su papel en esas situaciones?

Phyllis: [00:11:36] Si a los padres no les gustan los amigos de sus hijos, tendrán la tentación de decirles directamente: "No quiero que te juntes con Carl porque cada vez que estás con Carl terminas faltando a clase o te envían a la oficina del director, no te hace quedar bien", pero si hacen eso, terminarán en un juego de tira y afloja. Y no queremos dar a nuestros hijos, que están tratando de establecer su autonomía, algo contra lo que rebelarse. Hay que ser listos en la manera de abordar estos temas y hacer algunas observaciones. Se puede comentar que otro amigo fue muy considerado al llamarle porque sabía que estaba enfermo. Se puede señalar que su hijo pareciera estar esforzándose demasiado y no se ve muy cómodo con ese amigo en particular, pero si sacan un decreto o prohíben una relación, no van a conseguir el resultado deseado. Ese es el gran desafío porque, como padres, tenemos esa perspectiva. Sabemos quién es una mala influencia o quién le hace quedar mal, y queremos entrometernos y arreglarle el mundo y dejárselo perfecto. En cambio, a los niños les puede llevar muchísimo tiempo darse cuenta de que se están sacrificando al reconocer que eso es parte del desafío de la escuela intermedia. Este es el límite de maduración que necesitan desarrollar porque sus amistades en la escuela intermedia cambian todo el tiempo. Pueden llegar a cambiar hasta cada dos semanas. La estadística que siempre me ha llamado la atención es que solo el uno por ciento de los amigos que tiene un niño en 7° grado sigue siendo su amigo en el 12° grado. Si se lo piensa así, se entiende por sí mismo. Se aclara solo. Ellos están experimentando y aprendiendo a través de la experimentación, y si les privamos de la oportunidad de aprender cómo reconocer a un buen amigo y quién les hace sentir bien y quién les hace sentir mal, es probable que en el corto plazo tengamos que revisarles. Sin embargo, en el largo plazo, lo que realmente queremos es que ellos reconozcan cuáles relaciones son

sanas y cuáles no porque, en el futuro, eso también se aplicará a las relaciones románticas.

LaWanda: [00:13:30] Me parece que es un excelente consejo que los padres hagan preguntas en lugar de alimentarles por la fuerza, que les hagan sentir que ellos están tomando la decisión, aunque nosotros les estemos ayudando, pero sin imponernos. Me parece que eso es muy importante, así que me lo voy a grabar en el cerebro.

Phyllis: [00:13:48] También, si un niño realmente tiene dificultades, los padres pueden echar leña al fuego de las nuevas amistades y pedir apoyo en el ámbito escolar. Por eso, si su hijo juega al fútbol con rocas y está teniendo problemas para hacerse amigos, usted puede decirles que invite a un amigo a tomar un helado después de la práctica o si su hijo no tiene aptitudes sociales, pero podría funcionar en una actividad como los bolos, usted puede organizarla o arreglar una comida a la canasta con otras familias que tengan niños de la misma edad. Lo importante es que desarrolle las habilidades sociales. Lo importante es que tenga al menos uno o dos amigos de los que depender. Si ese no es el caso, usted querrá averiguar por qué, y puede hacerlo hablando con los maestros y con los entrenadores, y tratando de entender cuál podría ser el obstáculo y ofrecerle una ayudita.

LaWanda: [00:14:29] ¿Podemos hablar un poquito sobre las redes sociales en la escuela intermedia? Sé que, en esta época, muchos niños están consiguiendo dispositivos o han tenido dispositivos, pero ahora pueden llevarlos a la escuela. Tienen teléfono y empiezan a tratar de estar en distintas plataformas. Y se pueden decir algunas cosas al respecto.

Phyllis: [00:14:46] Me gusta pensar en las redes sociales casi como si estuvieran plegadas dentro de lo que sea que se manifiesta orgánicamente en la vida de los niños porque son un desafío real en muchos ámbitos distintos. Por eso, si los niños están haciendo la tarea y pasan de la tarea a enviar mensajes o de la tarea al Snapchat, probablemente no hagan nada con eficiencia. Tal vez, también se queden despiertos hasta demasiado tarde, y eso les afecte el sueño, lo que tendrá un impacto en la salud mental porque quizás no sabemos con exactitud cómo afectan las redes sociales a los niños, pero sí sabemos que la falta de sueño puede conducir a la depresión y la ansiedad. En síntesis, a esos factores externos habría que prestar atención, y, en la

escuela intermedia, los niños necesitan mucho apoyo con respecto a las redes sociales. No es el momento de retroceder en grande. Ellos necesitan que los padres les hagan revisiones mínimas de las publicaciones en el momento y que les hablen sobre los comentarios apropiados e inapropiados. También que usen cualquier error para transformarlo en enseñanza y que los preparen para el éxito sin tener pantallas en su habitación; deberían apagarlas a una hora determinada. Debería haber algunos límites establecidos. De nuevo, yo creo en generar roles con los niños. Pienso que se consigue más participación, y que, si se los trata con madurez, es más factible que cumplan las reglas, pero he oído de personas que se ponen muy creativas, que colocan el celular en un sobre sellado mientras estudian o les preguntan a los niños cuánto tiempo sería apropiado usarlo. A menudo, el niño es más estricto que el padre. En materia social, las redes sociales son el lugar de donde proviene mucho de mi trabajo como consejera escolar, hay mucho espacio para las malas interpretaciones, para no entender pistas sociales, para tener malos entendidos, para tener miedo a perderse de algo, para sentirse inepto al ver las vidas perfectas de los demás. Es decir, como adultos, puede ser duro mirar las redes sociales con mucha frecuencia, puede cobrarnos un precio por nuestra autoestima. Todos los estudios indican que lo mismo ocurre con los niños. Incluso los varones están teniendo dificultades con el tema de la imagen corporal cuanto más tiempo pasan en línea mirando las cuentas de otras personas. Por eso, no es buena idea que los niños pasen demasiado tiempo merodeando en línea y viendo qué hacen los demás en lugar de vivir sus propias vidas. Tampoco así desarrollan sus habilidades sociales, esas que se trabajan en el cara a cara. Todo con moderación. Y si pasan mucho tiempo conectados, lo mejor sería saber por qué están deprimidos. ¿Encuentran niños con los mismos problemas en línea? ¿Están tratando de interactuar con personas que están dispuestas a hablar con ellos porque no tienen amigos en la escuela? Luego, deberíamos tratar de resolver el problema subyacente. Pero, en términos generales, en cuanto a las redes sociales, ¿esta energía se los chupa? Porque se pasan todo el día socializando en la escuela y, después, tienen un receso cuando se van a casa, pero, al final, es más de lo mismo. Solo es cuestión de reconocer que es más que agotador estar en la capa de la escuela intermedia en redes sociales, y su energía para interactuar con otras personas está completamente mermada. En mi experiencia como madre, el mejor regalo que podemos dar a nuestros niños es reforzarles la desconexión. Han sido muy agradecidos hasta el día de hoy. Mi hijo de 18 años me agradece por no haberle permitido estar en las redes sociales durante la escuela intermedia.

Helen: [00:17:37] Como introvertida autoproclamada, me parece un buen consejo para todas las edades. Otra de las cosas que ocurren con las redes sociales, pero en la escuela intermedia en general, es que puede ser el comienzo de esto. No sé qué decir. Es como en *El señor de las moscas* (Lord of the Flies), ¿no? Es el momento en el que los niños empiezan a decir: mira quién manda y a quién puedo controlar. Creo que, para muchos padres, la primera experiencia realmente aterradora es que sus hijos hagan bullying a otros o que sean víctimas de bullying. ¿Qué aconsejarías a los padres para manejar este tipo de situaciones?

Phyllis: [00:18:11] La tendencia que existe entre los padres consiste en tomar por asalto la escuela y exigir consecuencias. Y el bullying es mucho más complejo que eso. A veces, ni siquiera es realmente bullying. No hay desequilibrio de poder. No hay intención de dañar a alguien. No es algo que se repita. Son solo dos niños teniendo un conflicto. Por eso, los padres tienen que respirar hondo, evaluar la verdadera situación y tratar de manejarla antes de convertirla en un caso de bullying. Si es bullying, lo mejor es no hacer promesas de mantenerse alejado o no decir nada. Muchos niños piden a los padres que no digan nada, pero eso solo empeora las cosas. Los padres pueden resolver el problema con los niños y ayudarles a encontrar soluciones y analizar las opciones disponibles. Tal vez haya un formulario de bullying en la escuela. Es conveniente empezar por hablar con el consejero escolar en lugar de un administrador para no escalar el problema enseguida. Sin embargo, debe haber una etapa en la que se recopile la información para analizar el relato de su hijo, hacerse una idea de lo que vieron otros y, recién allí, diseñar un plan para ayudarlo. A veces, es una situación en la que los padres tienen que involucrarse y, a veces, los niños realmente necesitan cambiar de entorno. El bullying hay que tomárselo en serio, pero creo que los padres, a menudo, más bien piensan que los conflictos normales se elevan al nivel de bullying.

LaWanda: [00:19:16] En tu libro, hablas sobre las 10 herramientas claves. ¿Podrías contar por encima de qué se tratan?

Phyllis: [00:19:23] Abarcan todo el espectro, desde temas relacionados con el desarrollo ético y moral hasta el aprendizaje y la comprensión de sí mismos como estudiantes pasando por establecer expectativas razonables, tratar temas como el perfeccionismo hasta hacerse buenos amigos y defenderse. Creo que aprender a

defenderse es una de las herramientas más importantes que pueden adquirir los niños en la escuela intermedia porque los padres estamos tomando distancia, entonces, los niños tienen que asumir sus responsabilidades. Como padres, estamos haciendo un sistema de andamios para acompañarles durante la escuela intermedia, pero trabajando con miras hacia la independencia. Si todo el tiempo lo hacemos por ellos, no llegará el momento en el que puedan hacerlo solos. Entonces, pienso en ese intermedio. Hay un momento en el que es importante trabajar en esa toma de riesgos, esa sana toma de riesgos, porque cuando se tiene una edad en la que estamos seguros de que todos nos juzgan y nos observan, saben, ese concepto del público invisible, esa es la época en la que probablemente tomemos menos riesgos. Por eso, si encuentran la manera de empoderar a los niños para que salgan de su zona cómoda, y menciono muchas estrategias distintas para lograrlo, y hay tantas oportunidades, podría ser un riesgo social. Nosotros proyectaremos en nuestros niños lo que pensamos que es un riesgo contra lo que ellos piensan que es un riesgo hasta que necesitemos entender realmente qué es riesgoso para ellos y partir desde ahí. También queremos que estén empoderados para poder recuperarse del fracaso. Queremos asegurarnos de que puedan reponerse de un contratiempo y de que tengan estrategias para lidiar con la situación y de que acepten a otras personas. Esa es una de las habilidades que más me gusta desarrollar durante la escuela intermedia. Si tomamos niños que, de nuevo, son todos inseguros y les decimos que deberían escuchar la historia de todo el mundo porque todos tienen algo para decir y que todos merecen que les traten con dignidad y respeto, les estamos diciendo que eso rige también para ellos. Al enseñarles a aceptar las diferencias del prójimo, estamos reforzando su capacidad de desarrollar una identidad sana. Y el desarrollo de la identidad es una parte esencial de esos años en la escuela intermedia.

Helen: [00:21:14] Eso es fabuloso porque creo que, a menudo, tiramos abajo a los estudiantes de escuela intermedia como si fuera una etapa aterradora. Tú mencionaste todas estas herramientas... Hablamos un poquito sobre qué podemos hacer desde la perspectiva de padres, y me dio curiosidad, ¿a qué deberían prestar atención los padres durante la escuela intermedia? Es decir, ¿qué cositas deberíamos observar si realmente están ayudado a nuestros hijos con estas habilidades que van más allá de lo académico?

Phyllis: [00:21:41] Una de las cosas que los estudiantes de escuela intermedia necesitan, ya hablamos de esto hace un ratito en términos de la transición de la primaria a la intermedia, es adultos con los que puedan formar un vínculo dentro del ámbito escolar. No importa si es la persona de seguridad o la supervisora de la cafetería o el consejero o su maestra favorita o un administrador. Lo importante es que les pregunten a sus hijos con quién conectan y que les digan que conectan con alguien, que tienen a alguien en el edificio que sienten que es una persona a la que pueden acudir si necesitan un consejo o contención o con quien almorzar en el salón de clases el día que nadie los recibe bien en la cafetería. Esto puede ser algo muy fuerte para un niño de séptimo grado. También deberían prestar atención a las comunicaciones entre el hogar y la escuela. Hablé con una directora que me dijo que se consideraba implacable en las redes sociales porque publicaba 100 fotos por día como mínimo. El motivo de esto es que quiere brindar temas de conversación a los padres. Quiere que sepan qué hacen sus niños durante el día para que puedan iniciar una charla. Esas pequeñas cosas, como la comunicación entre el hogar y la escuela, también pueden ayudar a reforzar la relación con los niños.

Helen: [00:22:47] Lo dijimos al comienzo del episodio, pero la escuela intermedia suele ser la época en la que los niños llegan a casa y cuando les preguntamos qué hicieron durante el día, nos responden "nada" y cuando les preguntamos cómo estuvo la escuela, nos contestan "bien", pero cuanto más se obtiene para sondear con las preguntas, más fácil se produce el diálogo.

Phyllis: [00:23:01] Diría dos cosas con respecto a ese punto. Una es la anécdota de una amiga que me contó que su hijo llegaba a casa con cara de gruñido porque ella le decía "¿cómo estuvo la escuela?", y él le respondía "uf". Así, ella no llegaba a ningún lado. Entonces le decía cosas como "¿qué aprendiste en la clase?" Y de nuevo recibía el gruñido. Entonces, cambió el ángulo y empezó a decir "¿qué te enseñó la maestra? ¿De qué habló la maestra?" Ella solo añadió un poquito de distancia emocional, y, de pronto, el niño empezó a hablar de nuevo. Por eso, es importante reconocer que cosas que para nosotros no son nada invasivas, para los niños pueden serlo y mucho. La otra cosa que creo que es importante recordar son los padres. Esto se remonta a lo agotador que es lidiar con esos siete maestros. Cien niños por día, exigencias académicas más elevadas, la rotación social: todo eso que viven todos los días mientras atraviesan la pubertad sin experiencia de vida ni perspectiva. Es decir, eso es

realmente tan duro, que, cuando llegan a casa, no quieren que los atosiguen con preguntas. No quieren hablar con nadie. No es que no quieran hablar con ustedes, sus padres. No quieren hablar con nadie de nadie. A menudo, solo quieren sentarse en un armario. Por eso, hay que ser pacientes y dejarles que se acerquen cuando estén listos para hablar. Y, por desgracia, a menudo, para ese momento, nosotros estamos pagando facturas, limpiando la cena y no estamos disponibles para ellos. Pero creo que reconocer que tenemos que dejar de lado lo que estamos haciendo y darles toda nuestra atención cuando ellos están listos y hacerlo en sus tiempos es esencial para comunicarnos con los estudiantes de escuela intermedia.

LaWanda: [00:24:22] Es un tema tan interesante. Sé que podríamos seguir durante horas. Hemos hablado mucho. ¿Nos dirías una cosa que los padres pueden hacer para preparar a sus hijos para la transición de la escuela intermedia?

Phyllis: [00:24:35] Una cosa que pienso que los padres deberían saber es a qué temen los niños y qué les preocupa durante la transición de la escuela intermedia. Algunos de estos miedos son fáciles de erradicar porque se relacionan a cosas que tienen que ver con lo conocido, que tienen que ver con sentirse competente o incompetente, como usar un candado con combinación. Los padres pueden erradicar un sentimiento de esos con solo enseñarles a usar un candado con combinación con anticipación o llevándolos a la escuela y revisando sus horarios o llevándoselos. Esta es una ventaja del día escolar simulado que ofrece la escuela durante el verano. Podría ser tentador faltar pensando que no es importante, pero es muy importante porque la transición de los niños se hace mucho más fluida si tienen una sensación de pertenencia y comodidad en ese entorno. En la escuela primaria, se les puede llevar a ver obras teatrales de la escuela intermedia. Se les puede acostumbrar al edificio mucho antes de que llegue el momento de usarlo. Pueden hacer que se reúnan con su consejero. El verano previo, si están especialmente ansiosos, pueden hacer que coordinen con un amigo conocido para encontrarse frente a la cafetería durante la primera semana, así ya saben que tienen con quién sentarse. Pero, para saber qué intervenciones deberían escoger, tienen que hablar con sus hijos sobre qué es lo que les preocupa. Como padres, solemos ir al punto más alto y nos preocupamos por el bullying y los chismes, mientras que a ellos les preocupa más cómo van a hacer la transición si solo tienen tres minutos entre clases.

Helen: [00:25:45] Gracias, Phyllis, por venir hoy y compartir tantos buenos consejos. Si nuestros oyentes desean saber más sobre la transición hacia la escuela intermedia, ¿adónde pueden recurrir para saber más sobre tu libro o qué otros recursos les pueden ser útiles?

Phyllis: [00:25:59] Mi libro se llama "Middle School Matters" y está disponible en Amazon o Barnes and Noble o en cualquier lugar donde se vendan libros. También tengo un sitio en la web, Phyllisfagell.com, y tuiteo muchos recursos sobre esta etapa en @phyllisfagell.

Helen: [00:26:15] Muchas gracias, Phyllis, y gracias a todos los que nos escucharon hoy. Sigamos debatiendo sobre el tema usando #backpacknotes (#notasdelamochila) en las redes sociales. Y esperamos que nos sintonicen la próxima.

Cierre: [00:26:26] Gracias por sintonizar Notas de la Mochila, un podcast de PTA. Recuerden seguirnos en las redes sociales arroba national PTA y visitarnos en línea en PTA punto org barra backpack notes.