

- ▶ O paso de Primaria a ESO leva consigo unha serie de peculiaridades: Van ter máis asignaturas e horas de clase, un maior número de profesores e aprenderán a convivir no mesmo centro con mozos e mozas maiores ca eles.
- ▶ Para moitos adolescentes o inicio da etapa supón un **período de estrés e ansiedade**. Por exemplo, poden escoitar diferentes historias e lendas urbanas sobre o instituto que case sempre son fruto da imaxinación, e preocupan antes de comezar. Noutros casos agobia simplemente o novedoso e o descoñecido. Estadísticamente está demostrado que o alumnado que leva con éxito os estudos en Primaria, continúa facéndoo en Secundaria.
- ▶ Unha vez que comece o curso, axudade ao voso/a fillo/a a elaborar un horario de dedicación aos estudos. Aínda que poden contemplarse momentos de ocio ao longo da semana, o **estudo terá que ser a actividade principal**. Non só se trata de realizar deberes escolares, senon tamén terán que dedicar tempo a realizar repasos, preparar resumos ou adiantar traballo. A dedicación **constante e diaria aos estudos** é a mellor medida para previr outro tipo de dificultades.
- ▶ Procurade ter unha boa comunicación en todo momento co voso/a fillo/a. Os pais debedes de estar informados do avance do/a voso/a fillo/a e non esperar os resultados das avaliacións. Mantede unha entrevista ao longo de cada trimestre co/a titor/a e acudide sempre que vos chamen.
- ▶ As veces os/as mozos/as dan aos pais mensaxes como “no teño nada que estudar”, “non hai exames”, “todos os compañeiros fan o mesmo”... Non vos deixedes enganar e contrástade a información.
- ▶ Controlade o uso e o tempo de dedicación a internet poñendo, dende o principio unhas normas estrictras para o seu uso: Marcade uns horarios, e supervisade o uso que lle dan os/as vosos/as fillos/as (especialmente das redes sociais). Os abusos nestes aspectos, soen ser o principio do fracaso nos estudos, e poden chegar a provocar problemas de apatía, déficit de atención e incluso adicción.



O PASO A SECUNDARIA



- ▶ Debedes estar informados do seu círculo de amigos. A partir destas idades o círculo de amigos ten unha gran influencia sobre o adolescente. O paso a Secundaria é un momento onde se establecen novas relacións. Mantédevos informados e vixiantes sobre as súas amizades: non sempre son unha influencia positiva.
- ▶ Ao comezo da etapa e durante a mesma é convinte que estedes atentos a cambios de humor e de conducta no voso/a fillo/a. Cambios bruscos como mal xenio, excesivo nerviosismo, cambios nas súas costumes,... poden ser unha sinal de alerta. Nestes casos, non deixedes pasar moito tempo. Abordade o tema en primeiro lugar co voso/a fillo/a. Se isto non fora efectivo informádevos a través dos profesores do centro. Se houberse problemas, pide axuda a outros especialistas, como o orientador/a do instituto.