

# A mejorar hábitos

Jesús Amaya

(01 septiembre 2024)

A una semana del inicio de clases ha empezado la lluvia de quejas y culpas hacia los maestros: "Mi hija no quiere ir a la escuela porque sus amiguitas están en otro salón y la directora no la quiere cambiar. Está deprimida". "Mi hijo no quiere hacer la tarea porque el maestro no lo motiva".

"Mi hijo no quiere levantarse por la mañana porque la escuela es aburrida". Y puedo continuar con una gran cantidad de descontentos de alumnos y padres hacia la escuela.

Tengo algunas preguntas a los papás:  
¿Preparamos a nuestros hijos para entrar a la escuela? ¿Implementamos un horario de sueño, actividades de lectura, repaso del año anterior y uso de la tecnología?

Me llamó la atención que el primer día de clases en la universidad la mayoría de mis alumnos llegaron agotados de las vacaciones. Les pregunté por qué estaban cansados y dijeron: "Es que hoy me levanté muy temprano" o "Ayer me acosté muy tarde porque era el último día de vacaciones".

El martes pasado EL NORTE en esta sección publicó el artículo "Gana la apatía a chicos; culpan a redes" analizando la nueva problemática que enfrentan los maestros de apatía y poca motivación de los estudiantes. Muchos culpan al mal uso y tiempo excesivo que están presentes frente a una pantalla y que es imposible competir con el celular.

Algunas escuelas quieren restablecer la calidad de aprendizaje y las prohibiciones de celulares ganan terreno, pero no es suficiente. ¿De qué sirve que en la escuela lo prohíban si, al subirse al auto o llegar a casa no existen reglas sobre su uso?

¿Por qué tenemos miedo de decir "No"?  
Apoyemos a la escuela y en el hogar, porque de lo contrario la batalla está perdida.  
Seamos colaboradores y no enemigos de los maestros y escuelas.

¿Cómo podemos apoyarlos? Supervisando sus tareas para que logren su aprendizaje y no por Chat GPT, regulando el uso de la tecnología, establecer un horario de sueño respetando un promedio de ocho horas, implementar estrategias para desarrollar hábitos saludables en las áreas emocional, intelectual y física y, especialmente, cumplir con nuestros deberes parentales.

En mi último libro: Estudiantes 4.0: Sus deberes y riesgos, plasmo la importancia de hacer conciencia entre los estudiantes sobre sus roles y responsabilidades. No toda la obligación recae en los maestros: el maestro es un facilitador y lleva a cabo diferentes estrategias didácticas significativas para que

el alumno aprenda. Pero la última palabra la tiene el estudiante.

Si el alumno no duerme un promedio de ocho horas o no despega su mirada de los videojuegos o del TikTok su aprendizaje será pobre a pesar de todo lo que haga el maestro.