

## Consejo 3: Apoyando la motivación



### Por qué es importante:

La motivación es una habilidad vital importante. Mantener la motivación ayuda a los niños a alcanzar sus objetivos académicos y personales. La motivación para el trabajo escolar puede ser difícil para muchos niños, especialmente hacia el final de un trimestre, año escolar o en el contexto del aprendizaje a distancia. Aquí hay algunos consejos útiles a continuación para apoyar la motivación con su hijo.

### Consejos para comenzar:

- **Establecer metas:** trabajar con su hijo estableciendo objetivos para llevar a cabo esa semana o el día.
- **Tener una lista de verificación:** esto ofrece al niño un recordatorio visual de lo que ha logrado y cuánto queda por hacer, tachando las cosas a medida que las va realizando.
- **Prepararse para lo que sigue:** al final del período de trabajo, pídale que escriba la lista de tareas del día siguiente para que puedan comenzar a realizarlas y saber que hay un plan en marcha. Tener un plan también puede reducir la ansiedad (lo que puede afectar la motivación), y tenerlo escrito puede sacarlo de la mente y ponerlo en papel.
- **Establecer una recompensa de finalización:** tener listo algo que espera con ansias cuando termine el trabajo para ese período: una llamada social con un amigo, tiempo al aire libre, un programa favorito.
- **Hacer primero el trabajo desafiante:** considerar completar el trabajo más difícil y apartarlo primero o en el momento del día en que su hijo esté más concentrado. Esto hará que la realización de tareas posteriores parezcan menos desalentadora.
- **Hablar con su hijo:** descubrir qué hicieron para terminar su trabajo y qué lo hizo difícil. Puede referirse a esto en conversaciones futuras cuando la motivación se convierta en un desafío.