



Las 10 conversaciones preuniversitarias más importantes para tener con sus adolescentes

Educar a los hijos implica prepararlos para lo que vendrá. Practicar nuevas rutinas y discutir situaciones desconocidas y potencialmente desafiantes ofrece a los adolescentes la seguridad de que lo desconocido no está totalmente fuera de su control. La preparación prudente no debería terminar cuando los adolescentes terminan la secundaria y hacen planes para la transición a la universidad.

Hablar de temas sobre “adulthood” son esencial para usted y su hijo que va a ir a la universidad. Las conversaciones previas a la universidad que se indican a continuación son sugerencias para iniciar conversaciones con su hijo, no sermones de los padres. Estas conversaciones permiten a los padres compartir sus opiniones, proporcionar orientación, discutir las expectativas y comunicar su apoyo a la capacidad de su hijo adolescente para prosperar en la transición que se avecina. También ofrecen a los estudiantes que van a la universidad la oportunidad de compartir sus ideas, preocupaciones y expectativas antes de que empiecen a manejar muchos de estos temas por sí mismos.

Hay diez conversaciones importantes que debe mantener antes de que su hijo adolescente vaya a la universidad.

Los padres deben hablar de estos 10 temas con sus hijos adolescentes que van a la universidad.

1. El panorama general

¿Por qué mantener esta conversación? A veces los padres pasan por alto las preguntas más obvias en sus conversaciones con los estudiantes que van a la universidad. Las conversaciones sobre el panorama general ayudarán a sentar las bases de futuras conversaciones sobre la gran transición que se avecina.

Sugerencias para iniciar el diálogo: ¿Por qué quiere ir a la universidad? ¿Por qué quiere usted que su hijo vaya a la universidad? ¿Qué decisiones quiere tomar el estudiante de forma independiente en la universidad? ¿Qué decisiones quiere que su hijo tome de forma independiente en la universidad? ¿Qué considera cada uno de ustedes que es una experiencia universitaria satisfactoria desde el punto de vista académico? ¿social? ¿emocional?

2. Las expectativas de la familia

¿Por qué tener esta conversación? Los padres y los adolescentes tienen expectativas diferentes sobre cómo cambiará su relación una vez que comience la universidad.

Sugerencias para iniciar el diálogo: ¿Con qué frecuencia y de qué formas esperan comunicarse cuando comience la universidad? ¿Cuáles son sus expectativas en la respuesta de su hijo a mensajes de texto y llamadas telefónicas?

¿Mantenerse en contacto con sus hermanos y familiares? ¿Qué es lo más importante para usted de saber sobre cómo está llevando su hijo en las primeras semanas en la universidad? ¿Qué es lo más importante que su hijo sepa sobre la vida en casa cuando está fuera?

3. El dinero

¿Por qué tener esta conversación? Los costes universitarios siguen aumentando y las familias tienen dificultades para pagar la educación universitaria de sus hijos. Al mismo tiempo, la mayoría de los nuevos estudiantes universitarios carecen de experiencia en presupuestos, ahorro, préstamos y uso del crédito.

Sugerencias para iniciar el diálogo: ¿Cuánto cuesta anualmente la universidad del estudiante (o las universidades que está considerando) incluyendo matrícula, alojamiento y comida? ¿Cuánto aportará la familia o el estudiante? ¿Prevé la familia o el estudiante pedir préstamos? ¿Quién se hará cargo de la devolución de los préstamos? ¿Encontrará el estudiante un trabajo a tiempo parcial en la universidad? ¿Cómo se gestionarán los gastos, como la comida fuera del plan de comidas, el ocio o las compras por Internet? ¿Sabe el estudiante cómo llevar un presupuesto semanal/mensual?

4. La seguridad

¿Por qué mantener esta conversación? La seguridad de los estudiantes es una prioridad para todas las universidades, pero con tanta gente viviendo cerca, incluso en los campus más seguros se producen delitos, robos y agresiones. Es importante hablar con los estudiantes sobre la preparación para emergencias y las precauciones de seguridad antes de que salgan de casa.

Sugerencias para iniciar el diálogo: ¿Cómo puede protegerse el o la estudiante mientras pasea solo/a? ¿Cuál es su plan si pierde o le roban un objeto de valor, como una cartera o un ordenador portátil, en el campus? ¿Cómo pueden los estudiantes mantener a salvo su información personal al utilizar tarjetas de crédito o conexiones Wi-Fi no seguras en la universidad?

5. La salud

¿Por qué tener esta conversación? Hasta ahora, los padres han sido los responsables de la atención sanitaria preventiva y del cuidado de sus hijos enfermos, pero los estudiantes universitarios empezarán a gestionar todos los aspectos de su propia atención sanitaria (¡y las enfermedades se propagan rápidamente en las residencias universitarias!).

Sugerencias para iniciar el diálogo: ¿Cuál es el plan de seguro médico que tendrá el estudiante en la universidad y cómo funciona? ¿Es capaz el estudiante de narrar su historial médico personal a un profesional médico? ¿Cuáles son los nombres y las dosis de los medicamentos que toma el alumno y por qué los toma? ¿Programa ya el estudiante sus propias citas para visitas médicas y dentales? ¿Repone sus propias medicinas?

6. El área académica

¿Por qué tener esta conversación? Al fin y al cabo, la universidad es la escuela, pero las diferencias entre los estándares académicos de la secundaria y los de la universidad toman por sorpresa a muchos nuevos estudiantes universitarios. Estas diferencias incluyen la organización del tiempo, la responsabilidad personal, la búsqueda y el uso de recursos académicos, y tareas con mayor peso.

Sugerencias para iniciar el diálogo: ¿Cuáles son las diferencias entre cómo se define el éxito académico en la secundaria y en la universidad? ¿Cuáles son los problemas de gestión del tiempo del estudiante? ¿Cuáles son las expectativas del estudiante o de su familia respecto al curso académico elegido? ¿Cuáles son las expectativas para compartir las notas ahora que los padres no tendrán acceso directo a ellas? ¿Cuáles son las ventajas específicas de asistir a las horas de consulta de los docentes universitarios y docentes auxiliares? ¿Cómo sabrá el estudiante si debe considerar la posibilidad de abandonar una asignatura?

7. Las relaciones

¿Por qué tener esta conversación? Las relaciones positivas con los compañeros de piso, los amigos, las parejas, los mentores y los educadores son un factor clave para que un estudiante de primer año vuelva a la universidad en su segundo año.

Sugerencias para iniciar el diálogo: ¿Cómo responderá el estudiante si no puede llevarse bien con su compañero de habitación? ¿Cómo podría el estudiante abordar una situación en la que un nuevo amigo universitario no puede permitirse cosas que él sí puede permitirse o en la que él no puede permitirse cosas que otros sí pueden? ¿Cómo podría alguien reconocer una relación malsana o tóxica con un mentor? ¿Un empleador? ¿Una pareja romántica? Al hablar con nuevos amigos de la universidad, ¿qué temas podrían hacer que el estudiante se sintiera incómodo al principio?

8. Las drogas y alcohol

¿Por qué tener esta conversación? La disponibilidad de drogas y alcohol + la ausencia de los padres + el deseo de encajar = decisiones potencialmente arriesgadas en relación con las fiestas universitarias.

Sugerencias para iniciar el diálogo: ¿Qué influencia cree el estudiante que tendrán el alcohol y las drogas en su experiencia universitaria? ¿Cuáles son sus expectativas sobre el comportamiento del estudiante en relación con el consumo de sustancias en la universidad? ¿Cómo debe cuidar el estudiante a un compañero que está muy borracho o se ha desmayado? ¿Cuáles son los peligros conocidos específicos del consumo excesivo de alcohol en la universidad? ¿En qué se diferencia consumir comestibles de fumar marihuana? ¿Cómo afecta el consumo de sustancias a la capacidad de una persona para consentir una experiencia sexual?

9. La participación en la universidad

¿Por qué? Los estudios demuestran que la participación en las asociaciones y organizaciones del campus ofrece importantes beneficios a los estudiantes universitarios, como encontrar una comunidad de amigos y ampliar sus habilidades organizativas y de liderazgo.

Sugerencias para iniciar el diálogo: ¿Qué clubes, organizaciones o grupos de afinidad quiere explorar el estudiante en la universidad? Cuando el estudiante piensa en participar en la universidad, ¿cree que querrá perfeccionar las habilidades y pasiones existentes o probar algo completamente nuevo? ¿cuál es la mejor manera de manejar el compromiso de tiempo, las presiones sociales y la responsabilidad financiera de unirse?

10. El autocuidado

¿Por qué? En todo el país, las colegios y universidades se enfrentan a un enorme aumento del número de estudiantes que necesitan atención de salud mental y apoyo para su bienestar. Los nuevos estudiantes universitarios deben aprender a equilibrar su autocuidado diario con todas las novedades de una vida universitaria ya de por sí estresante.

Sugerencias para iniciar el diálogo: ¿Cuántas horas de sueño necesita el estudiante para funcionar bien? ¿Cuáles son algunas formas de desarrollar una rutina de sueño saludable en la universidad, dadas todas las distracciones? ¿Hay alimentos que el estudiante debería comer con regularidad o limitar? ¿Qué planes tiene el estudiante para seguir una rutina de ejercicio saludable en la universidad? ¿Utilizará el estudiante los servicios de asesoramiento que se ofrecen en su nueva universidad? ¿Cuáles son algunas formas saludables de aliviar el estrés?

Estos temas de debate son sólo el principio. Si quieres saber más, echa un vistazo a las tarjetas Talking College™, creadas por la Dra. Brenner y basadas en las experiencias de profesores universitarios, personal y familias. Las tarjetas proporcionan pistas para las discusiones preuniversitarias más importantes sobre “hacerse adulto”. La baraja incluye 279 temas de debate que abarcan 11 temas diferentes.

La Dra. Andrea Malkin Brenner es una educadora y autora especializada en la transición a la universidad que aporta años de experiencia como “conocedora de la universidad” a sus charlas y talleres para estudiantes secundarios y padres. Andrea es la creadora de las recién publicadas tarjetas Talking College™, la baraja original de tarjetas con temas de debate para estudiantes universitarios y sus padres. También es coautora de *How to College: What to Know Before You Go (and When You're There)*, un libro dirigido a los estudiantes que guía a los graduados secundarios en su transición a la vida universitaria.

Andrea trabajó en la American University de Washington DC durante 25 años como profesora de sociología y administradora. Creó el programa de experiencia de primer año, reconocido en todo el país, y dirigió la mayor comunidad de aprendizaje y convivencia para estudiantes de primer año de la universidad. La Dra. Brenner ha recibido múltiples premios por su labor docente y sus programas para estudiantes de primer año. Para llevar a la Dra. Brenner al secundario de su estudiante, póngase en contacto con Andrea a través de AMBrenner.com.

Brenner, A. M. (2021, November 21). The 10 most important pre-college conversations to have with your teens. Grown and Flown. <https://grownandflown.com/10-pre-college-conversations-parents-teens-andrea-malkin-brenner/#:~:text=%20Parents%20need%20to%20talk%20about%20these%2010,have%20this%20conversation%3F%20College%20costs%20continue...%20More%20>