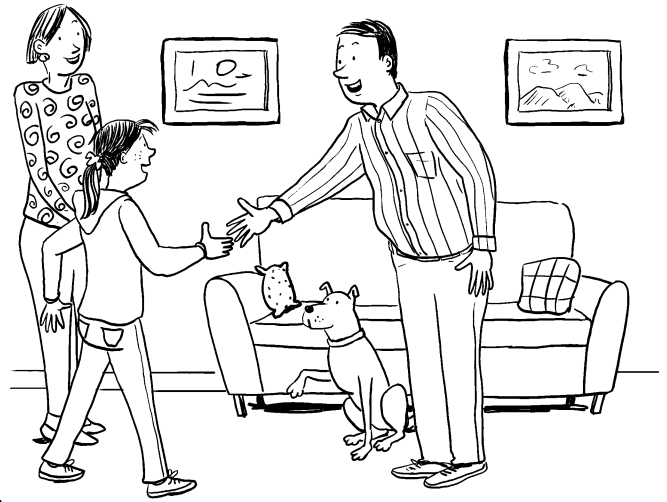


Build Interpersonal Skills

Through the middle years and beyond, your child will need to get along with all kinds of people—from adults like teachers and administrators to classmates and coworkers. Strong social and communication skills will help her make connections, build relationships, and interact well with others. Use these suggestions.



Start conversations

Have your tween practice introducing herself. Pretend to be a teacher or student she hasn't met before. Suggest that she smile, say "Hello," and tell a little about herself. ("I'm Nicole, and I'm in seventh grade.") Then, she could ask questions about the other person. ("What subjects do you teach?" or "Where did you go to school before you moved here?") She can finish the conversation on a friendly note by saying something like "I'm looking forward to your class."

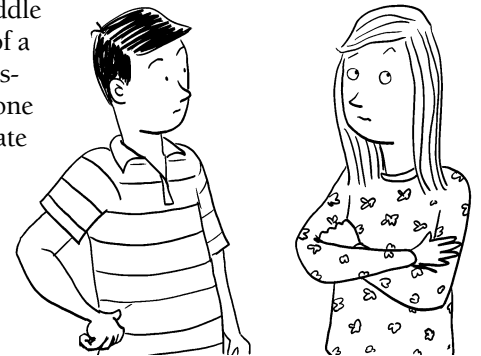
With people your tween already knows, she might create conversation by bringing up shared interests ("Did you see the latest comic book?") or relevant topics ("What are you doing your history project on? Mine's on the Reconstruction Era").

Read body language

Nodding, smiling, and looking people in the eye all show that someone is interested in what you're saying and probably wants to keep talking. On the other hand, moving or looking away may signal that a person is ready to end the conversa-

tion. Talk about polite ways for your child to excuse himself if he senses those cues. ("Thank you for the help, Mrs. Smith" or "I have to go. See you later!")

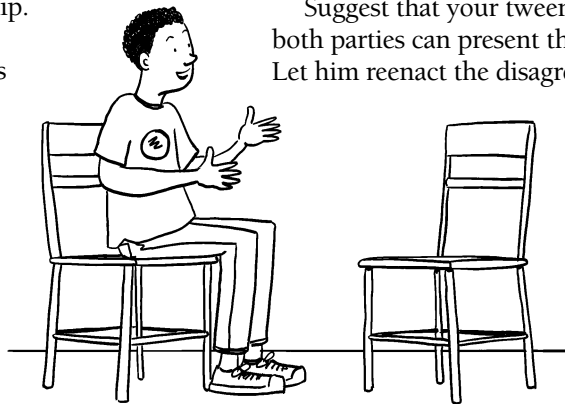
Remind your middle grader to be aware of a person's facial expression, posture, and tone of voice. If a classmate says, "That's great," but she's rolling her eyes, she may not mean it the way she said.



Resolve conflict

Conflict can crop up in any relationship. Learning how to handle it will give your child a valuable tool for solving problems while maintaining good relationships.

Encourage your middle schooler to look for ways to settle issues peacefully. For example, if he and a friend can't agree on an activity, they might do what each person wants for part of the time. Or if he and a project partner both want to choose the images for a presentation, they could each pick half or decide together.



Suggest that your tween listen as much as he talks so both parties can present their sides in an argument. *Idea:* Let him reenact the disagreement at home like this. Have

him set up two chairs facing each other and alternate sitting in one, then the other, to role-play each side of the dispute. When he has to make points for the "other" side, it will open up his mind to another way of seeing things.

continued

Think before you post

You can't overstate the fact that what we do online never goes away—and can end up being shared all over the world. Before your middle grader posts pictures or comments or sends texts, suggest that he ask himself if he would want them seen by a roomful of classmates or by adults like his grandparents, teachers, or even future college admissions officers or employers. If not, they're better left offline. *Tip:* Follow your child on social media. You'll keep track of what he's doing, and knowing you're seeing it may help him think carefully about what he posts.

He should also consider whether something is more of a personal discussion—and therefore meant to be shared only with one or two close friends. If so, he could talk about it in person or send a direct message or text. Point out that broadcasting comments on social media pages is like walking into a store and announcing it over the loudspeaker.

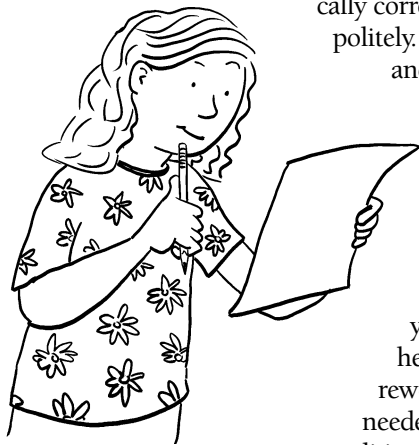


Be clear and respectful

Your tween may need to communicate with teachers, coaches, or activity advisers via written note, email, or text. Encourage her to read over what she's written before hitting "send." That way, she can be sure it makes sense, is grammatically correct, and comes across politely.

Saying things clearly and respectfully in writing is another way to get along with people while getting the job done.

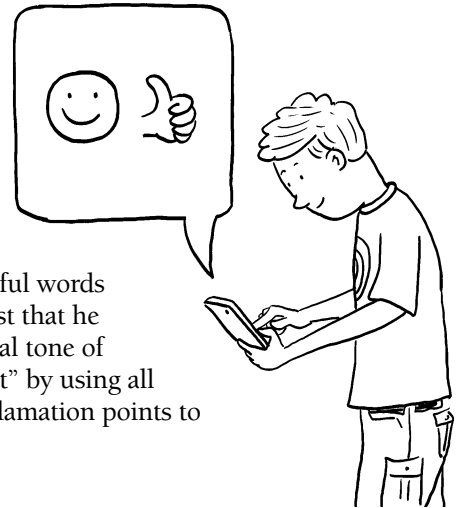
Note: Offer to look over messages if she has time and you're available. Help her think of ways to reword something if needed. She'll improve her editing skills in the process.



Keep it positive

Encourage your middle grader to stay upbeat, supportive, or helpful in his online comments and responses ("Way to go!" or "I like your sweater"). This old advice is still good advice: "If you can't say something nice, don't say anything at all."

Also, let your tween know that disagreements that start online can carry over into real life. To avoid stirring the pot, he shouldn't post angry or hurtful words or pictures. Suggest that he "speak" in a normal tone of voice—not "shout" by using all caps or lots of exclamation points to make a point.



Work as a team

Teamwork is an important interpersonal skill—and one that will come into play in school, after school, and on the job.

Suggest that your middle grader get used to working with others by starting or joining study groups. Even a casual weekly meeting with classmates to go over science notes can give her experience with give-and-take. They might ask each other questions or take turns teaching each other different parts of the material. Attending study groups

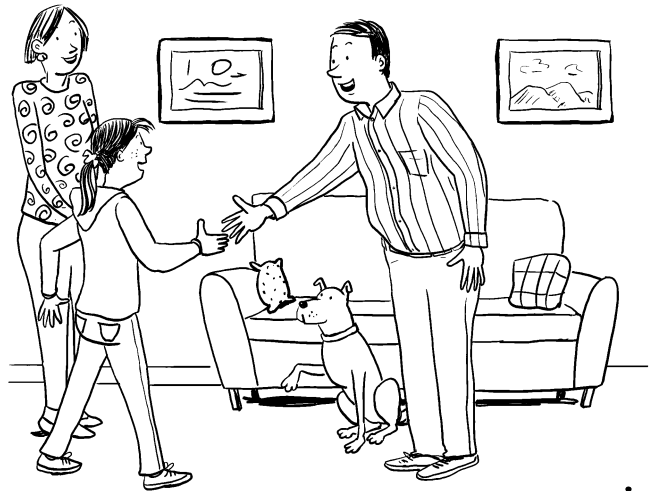
may give her the chance to work with students she doesn't know well, which is another way to prepare her for collaborating in the workforce.

Another great way to practice is to literally join a team, whether it's a debate team, math team, or field hockey team. From team meetings and practices to games or meets, your tween will get experience with brainstorming ideas, giving and listening to opinions, and sharing credit for results.

Middle Years

Forjar relaciones interpersonales

Durante los años de la escuela media y también después, su hija necesitará llevarse bien con todo tipo de personas, desde adultos como los maestros y el personal administrativo hasta los compañeros de clase y los colegas en el trabajo. Unas destrezas sólidas de relación social y de comunicación le ayudarán a establecer conexiones, a forjar relaciones y a relacionarse bien con los demás. Usen estas sugerencias.



Empezar conversaciones

Dígale a su hija que practique la forma de presentarse. Imagine que usted es una maestra o una estudiante que no conoce. Sugíerale que sonría, diga “Hola” y cuente algo de sí misma. (“Me llamo Nicole y estoy en el séptimo grado”.) Luego podría hacerle preguntas a la otra persona. (“¿Qué asignaturas enseña?” o “¿Dónde vivías antes de mudarte aquí?”) Puede terminar la conversación con un comentario positivo como “Tengo muchas ganas de asistir a su clase”.

Con personas que ya conoce su hija podría iniciar conversaciones hablando de intereses comunes (“¿Has visto el último libro de cómics?”) o de temas relevantes (“¿Sobre qué estás haciendo el trabajo de historia? El mío es el período de la Reconstrucción”).

Lean el lenguaje corporal

Afirmar con la cabeza, sonreír y mirar a los ojos muestran que se está interesado en lo que uno dice y probablemente quiera seguir hablando. Por el contrario, moverse o mirar hacia otro lado

quizá indiquen que una persona está lista para terminar la conversación. Comenten cómo su hijo se puede excusar con corrección si percibe esas señales. (“Gracias por su ayuda, Mrs. Smith” o “Tengo que irme. ¡Nos vemos más tarde!”)

Recuérdale a su hijo que sea consciente de la expresión facial de una persona, de su postura y de su tono de voz. Si una compañera dice “Genial”, pero pone los ojos en blanco, es posible que no lo diga sinceramente.



Resuelvan conflictos

En cualquier relación puede surgir un conflicto. Saber cómo hacerle frente será una valiosa herramienta para que su hijo resuelva problemas de paso que mantiene buenas relaciones.

Anime a su hijo a buscar la manera de sellar una disputa amistosamente. Por ejemplo, si él y un amigo no pueden ponerse de acuerdo sobre una actividad, podrían hacer un rato lo que cada uno quiere. O si él y el compañero de un proyecto quieren elegir las imágenes para una presentación, cada uno podría elegir la mitad o hacer juntos la selección.



Sugíerale a su hijo que escuche tanto como habla a fin de que las dos partes puedan presentar su versión del desacuerdo. *Idea:* Dígale que represente el desacuerdo en casa de esta forma. Dígale que coloque

dos sillas frente a frente y alternense sentándose en una, luego en la otra, para dramatizar cada lado de la disputa. Al tener que dar razones para el “otro” bando su mente se abrirá a otro modo de ver las cosas.

continúa

Piensa antes de publicar

Es indispensable recordar que lo que hacemos en la red nunca desaparece y que puede ser contemplado en todo el mundo. Antes de que su hijo publique fotos o comentarios o envíe textos, sugiérale que se pregunte si le gustaría que eso lo vieran sus compañeros o personas mayores como sus abuelos, maestros e incluso futuros empleados de la oficina de admisiones o empleadores. Si no es así, es mejor dejarlo fuera de la red. *Consejo:* Siga a su hijo en los medios sociales. Puede vigilar lo que hace y al saber que usted lo ve su hijo meditará con más cuidado lo que publica.

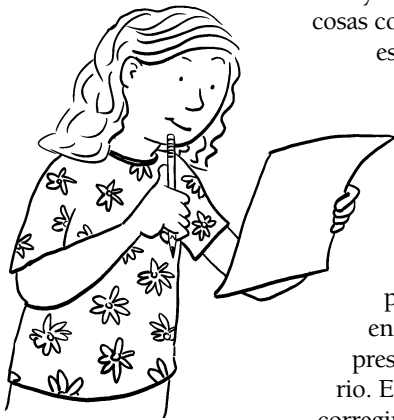
También debería tener en cuenta si algo tiene un carácter más personal y si es así debería compartirlo sólo con uno o dos amigos íntimos. En ese caso debería hablar en persona o enviar un correo o mensaje de texto directo. Explíquelo que publicar comentarios en las páginas de los medios sociales es como entrar en una tienda y anunciarlo por el sistema de megafonía.



Ser claros y respetuosos

Puede que su hija tenga que comunicarse con maestros, entrenadores o los facilitadores de alguna actividad escribiéndoles una nota, un correo electrónico o un mensaje de texto. Anímela a repasar lo que ha escrito antes de darle a la tecla de “enviar”. Así puede cerciorarse de que tiene sentido, la gramática es correcta y el tono es cortés. Decir las cosas con claridad y respeto por escrito es otra forma de llevarse bien con la gente mientras se ocupa de su trabajo.

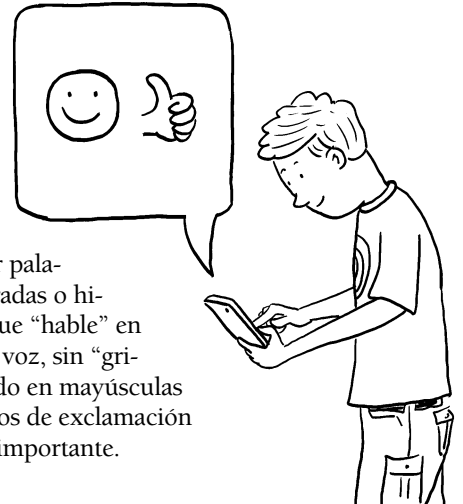
Nota: Ofrézcase para revisar los mensajes si su hija tiene tiempo y usted está disponible. Ayúdela a pensar en maneras de volver a expresar algo si fuera necesario. El proceso le enseñará a corregir mejor sus textos.



Un tono positivo

Anime a su hijo a ser optimista, comprensivo y servicial en los comentarios y respuestas que publique en la red (“¡Fantástico!” o “Me encanta tu suéter”). Este viejo dicho sigue siendo válido: “Si no puedes decir algo agradable, no digas nada”.

Explíquelo a su hijo que las disputas que comienzan en la red pueden trasladarse a la vida real. Para evitar echar leña al fuego, su hijo no debería publicar palabras o imágenes airadas o hirientes. Sugíérale que “hable” en un tono normal de voz, sin “gritar” escribiendo todo en mayúsculas o con muchos signos de exclamación para expresar algo importante.



Trabajar como un equipo

El trabajo en equipo es una destreza interpersonal importante y una que adquirirá especial protagonismo en la escuela, después de la escuela y en el trabajo.

Sugíérale a su hija que se acostumbre a trabajar con otras personas formando grupos de estudio o uniéndose a alguno ya existente. Un simple encuentro informal con sus compañeras para repasar los apuntes de ciencias le dará experiencia en el intercambio de ideas. Podrían hacerse preguntas o, por turnos, explicar cada una las distintas partes del material. Participar en

grupos de estudio quizá le dé la ocasión de trabajar con estudiantes que no conoce bien, otra forma de prepararse para colaborar en el mundo laboral.

Otra manera estupenda de practicar es unirse literalmente a un equipo, sea de debate, de matemáticas o el equipo de hockey sobre hierba. Desde las reuniones de equipo hasta los entrenamientos y encuentros deportivos, su hija adquirirá experiencia en pensar ideas con espontaneidad, dar opiniones y escucharlas y compartir el reconocimiento por los resultados.

Middle Years