

Boletín informativo para padres

ASESORÍA DE
NEW CANEY ISD

Septiembre de 2025



Comprender y abordar el rechazo escolar y el ausentismo crónico

Cómo ayudar a su hijo a desarrollar confianza, conexión y una rutina positiva

¿Qué es el rechazo escolar y el ausentismo crónico?

El rechazo escolar se produce cuando un niño o adolescente experimenta incomodidad emocional al asistir a la escuela, lo que resulta en frecuentes llegadas tarde, ausencias parciales o totales. El ausentismo crónico se define como la falta del 10 % o más de los días de clase, ya sea justificada o injustificada. Si bien las ausencias ocasionales por enfermedad o emergencias familiares son normales, las ausencias frecuentes pueden ocasionar graves problemas académicos, emocionales y sociales. La intervención temprana es clave para ayudar a su hijo a sentirse seguro, apoyado y exitoso en la escuela.

Causas comunes de rechazo o evasión escolar

Los desafíos pueden crear un ciclo en el que quedarse en casa se siente como el único alivio, lo que dificulta aún más el regreso a clases. Los niños pueden evitar la escuela por diversas razones, como:

- *Ansiedad o depresión: Preocupación por el rendimiento académico, la separación de los padres o las interacciones sociales.*
- *Conflicto entre pares o estrés social: sentirse excluido, incomprendido o tener dificultades para formar o mantener amistades.*

- *Desafíos de aprendizaje: sentirse abrumado por las tareas escolares, luchar para mantenerse al día con las expectativas de la clase o falta de confianza en ciertas materias.*
- *Transiciones familiares: el divorcio, la pérdida, una mudanza o la llegada de nuevos miembros a la familia pueden causar trastornos emocionales.*
- *Síntomas físicos relacionados con el estrés: dolores de cabeza o de estómago sin una causa médica clara.*



Señales de que su hijo podría tener dificultades con la asistencia escolar

Busque estos signos emocionales, conductuales o físicos:
Quejas frecuentes de sentirse enfermo (especialmente en las mañanas escolares)
Negativa a vestirse o salir para la escuela
Rabietas, llanto o apego al dejarlo
Evitar tareas relacionadas con la escuela (tareas, hablar sobre la escuela)
Caída repentina de las calificaciones o del interés en aprender
Alteraciones del sueño o cambios en el apetito

En este boletín
podrás encontrar:

¿Qué es el rechazo escolar y el ausentismo crónico?

Causas comunes de rechazo o evasión escolar

Señales de que su hijo podría tener dificultades con la asistencia escolar

Cómo pueden ayudar los padres

Recursos para padres

Cuándo buscar ayuda adicional

Cómo pueden ayudar los padres: establecer rutinas, fomentar la motivación y ofrecer apoyo

1. Establezca rutinas consistentes. Los niños se sienten más seguros con una estructura. Las rutinas les ayudan a saber qué esperar, lo que reduce la ansiedad y les da confianza.

- Crea rutinas claras para la mañana y la hora de acostarte.
- Prepare los útiles escolares la noche anterior para reducir el estrés.
- Mantenga horarios de sueño y de despertarse consistentes, incluso los fines de semana.

2. Establecer expectativas claras sobre la asistencia escolar

- Comunique que asistir a la escuela es una expectativa familiar y parte de su responsabilidad.
- Evite reforzar la conducta de evasión permitiendo que su hijo se quede en casa sin un motivo claro.
- Mantén la calma y brinda apoyo, pero sé firme sobre la importancia de ir a la escuela.

3. Vuelva a conectar a su hijo con la alegría del aprendizaje

- Celebre los pequeños éxitos: llegar a tiempo, asistir a parte del día, completar una tarea.
- Anímelos a volver a entusiasmarse con la escuela preguntándoles qué les gusta: ¿los amigos, el arte, el recreo, la ciencia?
- Hable positivamente sobre sus propias experiencias de aprendizaje.

4. Aborde la causa raíz, no solo los síntomas

- Haga preguntas abiertas: "¿Qué te resulta difícil de la escuela en este momento?" o "¿Qué te ayudaría a sentirte mejor acerca de ir?"
- Valide sus sentimientos sin juzgarlos: "Parece que te sientes realmente abrumado".
- Conéctese con maestros, consejeros escolares o profesionales de la salud mental para comprender el panorama general.



5. Limite la programación excesiva y el tiempo frente a la pantalla

- La sobrecarga de actividades y el exceso de tiempo frente a la pantalla pueden aumentar el estrés y reducir la motivación.
- Reserve tiempo para actividades tranquilas, creativas o físicas fuera del horario escolar.
- Fomentar el movimiento, la naturaleza y las conexiones cara a cara.

6. Consejos adicionales para la comunicación

- Reconoce sus sentimientos: «Sé que estás preocupado por la escuela. Es difícil, pero es importante, y tus profesores y yo te ayudaremos».
- Utilice un lenguaje claro y seguro: diga "cuando estés en la escuela" en lugar de "si vas a la escuela" para establecer una expectativa clara.
- Aliente con convicción: refuerce la confianza diciendo cosas como: "Eres valiente por ir a la escuela".
- Ofrezca opciones directas: utilice opciones firmes y simples como: "Es hora de levantarse" o "¿Quieres desayunar o ducharte primero?"

Recursos para padres

Libros:

Ruby encuentra una preocupación de Tom Percival

Líneas directas de soporte:

Línea Nacional de Ayuda para Padres:
1-855-4A PADRES (1-855-427-2736)

Apoyo de salud mental: Tri-County
Behavioral Healthcare 936-521-6100

Cuándo buscar ayuda adicional

Si su hijo/a se niega a asistir a la escuela o ausentarse constantemente, considere buscar apoyo profesional. Podría necesitar ayuda si su hijo/a:

- Lloro o entra en pánico diariamente al pensar en la escuela.
- Faltan varios días al mes
- Muestra signos de depresión o ansiedad.
- Se niega a salir de casa o a interactuar socialmente.
- Se está quedando atrás académicamente debido a las ausencias.