



Cómo motivar a un adolescente que no quiere estudiar

Muchos son los padres y madres que se encuentran con un gran problema cuando llega la adolescencia de su hijo o hija, quienes en muchos casos prefieren hacer otras actividades diferentes a estudiar, como es lógico a su edad. Y a los padres y madres eso les preocupa, ya que piensan que puede peligrar el futuro académico de su adolescente. En estos casos, que son muy habituales, los familiares buscan la forma de **cómo motivar a un adolescente que no quiere estudiar** confiando en encontrar la manera de hacer que su adolescente consiga centrarse en sus estudios.

En primer lugar, antes de alarmarse, hay que pararse a pensar si es una simple fase pasajera o es algo cada vez más usual. Por ejemplo, cuando pasan de la escuela al instituto toda persona adolescente necesita un periodo de adaptación al nuevo ritmo de estudio, o por ejemplo cuando cambian de ciclo y el nivel de exigencia es mayor. **Hay que darles un tiempo de margen y adaptación.** En estos casos podemos afirmar que una bajada de rendimiento sería común.

Veo indispensable añadir, sin ser una crítica a los docentes que tantas ganas ponen en su trabajo, que si hay muchos casos de **falta de motivación escolar** es por culpa, en mayor medida, del sistema escolar tradicional actual, que muchas veces impone materia de un modo poco o nada motivador. A nadie le gusta estar 7 horas al día sentado en la misma silla y escuchando temario de un modo teórico y nada estimulador. El problema reside en enseñar de modo maestría a modo repetitivo.

Por eso, son muchos los niños o niñas que durante la infancia son calificados como buenos estudiantes pero que al llegar a la adolescencia comienzan a bajar su rendimiento escolar, con peores calificaciones, y mostrar falta de interés por ir a al instituto, y falta de motivación.

El principal problema al que se enfrentan los padres/madres radica en la falta de comunicación o una comunicación inadecuada con su adolescente, por lo que ambas partes deben poner de su parte para conseguir los buenos resultados académicos esperados.

La **falta de motivación escolar** de una persona adolescente se debe a la llegada de una etapa con muchos cambios tanto a nivel físico como psicológico, debido a la puesta en marcha de un proceso neurohormonal que afecta a todo el organismo y que supone un incremento de la impulsividad de las personas adolescentes, atracción por nuevas relaciones y el descenso del interés por lo que antes sí interesaba, al mismo tiempo que empiezan a tener interés por todo aquello que es novedoso, excitante y en ocasiones hasta peligroso. Que a una persona adolescente le interese más, por ejemplo, vivir nuevas experiencias que estudiar matemáticas es totalmente normal.

Entonces, ¿Cómo motivar a un adolescente que no quiere estudiar?

Te dejo algunos puntos indispensables para que puedes aplicar con tu hijo o hija adolescentes para saber **cómo motivar a un adolescente que no quiere estudiar**:

- **Habla y escucha al adolescente.** Aunque en ocasiones resulta complicado poder mantener una conversación con un adolescente, se debe tratar de mantener la tranquilidad y la calma y buscar escuchar aquello que él/ella pueda decir o pensar, y no dejarse llevar por el enfado, el miedo o la ansiedad. Tratar de mantener una [buena comunicación con los hijos](#) es fundamental para tratar los diferentes problemas que puedan surgir, entre ellos su falta de motivación escolar. Importante: hablar no es sinónimo de agobiar. Se tiene que mostrar interés por cómo le van los estudios, por si tiene alguna dificultad, pero no debemos centrar todas las conversaciones -ni discusiones- en el tema académico.
- **Busca el origen del problema.** Si existen problemas que puedan estar afectando, como problemas de alimentación, [trastornos de aprendizaje](#), problemas de interacción social, problemas de estrés y presión académica, o conflictos con el profesorado, se debe actuar y por ello es importante conocer el origen del problema, para lo cual puede ser recomendable hablar con el centro educativo. Muchas veces solo vemos los problemas académicos y no miramos más allá en la causa emocional que hay detrás. Por ejemplo: un adolescente que tenga problemas de relación social es muy posible que baje su rendimiento académico, y eso profesores y padres debería tenerlo en cuenta.
- **Tener mayor flexibilidad con los hijos y dejarles su espacio.** Para fomentar su motivación escolar se recomienda que, si el adolescente tiene algún interés en deporte, música, o baile, que se le deje su espacio para poder llevar a cabo sus aficiones, eso sí, que también mantenga su compromiso de cumplir con sus obligaciones escolares. Además, se debe mantener una actitud con una mayor flexibilidad, manteniendo el diálogo para tratar de encontrar soluciones a las diferentes discrepancias que puedan surgir. Las personas adolescentes, al igual que las adultas, necesitan [tiempo de ocio](#). Ya han cumplido su jornada en el instituto, necesitan descansar antes de ponerse a los deberes, al igual que las personas adultas cuando salimos de trabajar.
- **Hablar sobre su futuro.** Es sin lugar a duda uno de los puntos más importantes, hablar de los planes de futuro del adolescente y buscar información sobre ello juntos es un buen modo de motivarle. Hacer que el adolescente se plantee objetivos a medio y largo plazo es una buena forma de incentivarle, ya que le hará reflexionar sobre los pasos a realizar. En este punto se debe apoyarle para que puedan alcanzar estos objetivos y reforzar mucho su esfuerzo y su autoestima. Muy importante: no debemos poner una sola vía académica como válida, es decir, el bachillerato y la universidad no son las únicas vías académicas posibles. Es importante transmitir que el ESO es obligatorio, pero que después hay varias opciones posibles (por ejemplo FP). Debemos liberarlos de la gran

ansiedad por culpa de [la presión de las expectativas](#) que llevan consigo las personas adolescentes.

En conclusión, para saber **cómo motivar a un adolescente que no quiere estudiar** debes escucharle, respetarle y guiarle para que pueda encontrar soluciones a los problemas que se le plantean, entre ellos la falta de motivación escolar.

Y si aún así, ves que no consigues ayudarlo, siempre es buena idea buscar ayuda con algún **extraescolar de refuerzo** o de animarle a buscar un **grupo de estudio**. ¿Por qué en grupo? Porque estudiar con más gente puede hacer que las aportaciones de unos y de otros **enriquezcan más el proceso de aprendizaje**. Fluye la comunicación y hay aportaciones diferentes y distintos modos de ver cómo resolver un problema. Por ejemplo: puede que tu adolescente tenga mayor dificultad en lengua y un compañero pueda ayudarlo, pero destaque en matemáticas y sea él el que ayude. De este modo refuerza su autoestima sintiéndose valioso y no se centra solo en su debilidad sino también en su fortaleza. Por eso recomiendo mucho el formar un equipo de estudio, ya que hace que la **motivación escolar** crezca. Unos y otros se alientan para la consecución positiva del objetivo que se persiguen y, además, refuerzan sus habilidades sociales y su empatía.

Ana Belén Gallardo Rodrigo

Orientadora IES Virgen del Espino (Soria)