# 

# **10 Basic Life Skills Every Kid Should Know by High School**

# 

# As parents, we love our kids so much we want to protect them, help them, and cultivate them into perfect, happy humans. Unfortunately, this over parenting has the opposite effect, leaving our kids unready for the world and life as adults.

"We parents, we're doing too much," says Julie Lythcott-Haims, former dean of freshmen at Stanford University and author of "[How to Raise an Adult: Break Free of the Over parenting Trap and Prepare Your Kid for Success](https://www.howtoraiseanadult.com/)." "We have the very best of intentions, but when we over-help, we deprive them of the chance to learn these really important things that it turns out they need to learn to be prepared to be out in the world of work, to get an apartment, to make their way through an unfamiliar town, to interact with adults who aren't motivated by love."

Now the mom of two high schoolers, Lythcott-Haims' a-ha moment came in 2009 after telling parents at Stanford's freshman orientation to let their kids go and then coming home for dinner and cutting her then 10-year-old son's meat.

"That's when I got the connection," she says. "When do you stop cutting their meat? When do you stop looking both ways for them as they cross the street? These are all things that we're doing to be helpful, protective and so on, but if you've sheltered your 18-year-old all the way up to 18 by doing all of those things, then they end up bewildered out in the world. I realized this was why the Stanford freshman I was working with, however accomplished in the G.P.A. and childhood resume sense, were reliant upon mom or dad to kind of do the 'work' of life."

Are you ready to stop helicopter parenting and prepare your kid for life as a young adult? Lythcott-Haims shares 12 basic life skills every kid should know by high school:

### 

### **Make a meal**

"By the time your kid is in high school, they really ought to be able to do everything related to their own care, if they had to," Lythcott-Haims says. "I'm not saying stop making dinner for your kids, but I am saying you ought to have confidence that they could make a breakfast for themselves, that they could make a lunch."

While most days you *are* going to be preparing their meals, you want them to be able to feed themselves if necessary. "When something happens, grandma gets sick and one parent's got to rush across town to look after her and the other parent's off at work, you want to know your freshman in high school has what it takes to pack their own lunch, make his own dinner, you know? The more they age, the more they should feel that, 'Yeah, I've got this.' There's a competence, and there's a confidence that comes when we build competence."

### 

### **Wake themselves up on time**

"By the time your kid is entering high school, you ought to have confidence they can wake themselves up and get themselves washed and dressed in clothing that's clean," Lythcott-Haims says. "I underscore this because too many of us are letting kids off. We're their alarm clock and then what happens? They're late for breakfast; they're late to school; and we drive them. All that teaches them is, 'I'll always be there to wake you up and drive you,' which is not true."

### 

### **Do laundry**

When teaching teens basic chores like laundry, we have to be careful not to be snippy and make them feel bad about not knowing how to do it yet. "If they haven't learned, it's because we haven't taught them," she says, "so parents need to acknowledge [to their kids] that they've been over-helping." Instead, show them the ropes, watch them do it themselves once to make sure they've got it, and then let them handle it on their own.

### 

### **Pump gas**

"When they learn to drive, they better know how to pump gas, okay?" Lythcott-Haims says. "I know of college students who have always had their parents fill their tank, whether at home in high school or even in college. The parents just top off the tank whenever they come visit her. Well, one day a 20-year-old student is out driving around, and her tank is near empty. And she says, 'Oh my gosh, I've got to get gas. I've never done that. But I'm smart, I can figure it out.'" Long story short: She accidentally puts diesel in the car because no one ever taught her what to do. That's an expensive and unnecessary lesson.

### 

### **Pitch in**

"Employers these days are saying, 'Hey, wait a minute, what is it with these 20-somethings, they just want to be told exactly what to do, kind of step-by-step, and they want to be applauded for doing it,'" Lythcott-Haims says. "If we've just served them, if parents have just said their academics and activities are all that matter and we'll take care of everything else, no chores and no helping out around the house, then they get out into the workplace and they don't have that pitch-in mindset."

"Kids need to learn how to contribute for the betterment of the whole," she says. "Maybe they have siblings and one is stressed out about something, and the other says, 'I'll do your chore for you. Because I see you're stressed out and you need some help.' That's building a sense of it's not just about me. I can do for others."

### 

### **Advocate for themselves**

"If you're the one throughout high school who's always got to be emailing the teacher, you basically are teaching your kid, 'You're not competent, and I'm going to have to do it for you,' which is terribly harming," Lythcott-Haims says.

Instead, teach your child how to have a conversation with an authority figure and advocate for themselves. "So I'd say, 'Look honey, I know you're frustrated about this grade or you're upset about that happening on the soccer team, or you don't understand this information. You need to be the one to go talk to your teacher respectfully and advocate for yourself.'" she says. "And if they look at you in horror, say, 'You can do it; I know you can do it. Do you want to practice with me?' The only way to teach them is to get out of their way and make them do it."

Also, prepare them to listen well to what the other person is saying and understand it might not go their way. "Many times they won't get the outcome they desire, and it's 'Well, 'I tried.' And they come home and they learn to cope with it, because not everything in life will go your way."

### **Pack their own bag**

"We're always putting their stuff in their backpacks," Lythcott-Haims says. "'Oh, don't want you to forget your homework!' And then that backpack becomes a bag or a briefcase one day in the workplace, and they haven't learned that skill of being responsible for remembering their own stuff, doing that inventory every morning, 'What do I need? Wallet, keys, lunch, work, laptop.'"

### **Order at restaurants**

While this skill should be taught sooner than high school, if that's where parents find themselves, it's not too late. If they've never ordered for themselves, say, "Hey, guys, it's time you started ordering for yourselves. I realize it's not for me to decide what you're going to eat, or me to assume you're going to have your usual order, or for me to order for the whole family,'" she says.

Remind them to look the server in the eye, be polite, communicate their request, and say, "thank you." "One day before long, they're going to be out with friends or out with a girlfriend or boyfriend, and they're going to want to have that skill to not only order food, but to do so respectfully—and not look like a jerk who's an entitled kid with a credit card, who can pay for it, but can't really treat the server respectfully," Lythcott-Haims says.

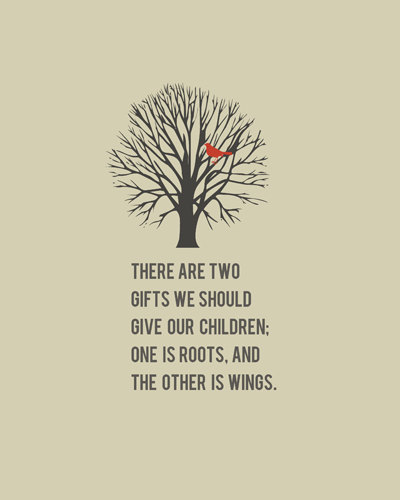
### **Talk to strangers**

"Their life will be full of strangers, if we think about it, but we have this blanket rule, 'Don't talk to strangers,' which isn't the right rule," Lythcott-Haims says. "The right rule would be, 'Let me teach you how to discern the very few, creepy strangers from the vast, vast majority of normal strangers.' That's a skill."

Then, send your children out in the world to talk to strangers—safe ones. Lythcott-Haims taught her own kids this skill by sending them to a store within walking distance of their suburban home to run a small errand and ask the sales clerk for help. She handed them a $20 bill and off they went. "They come back with a spring in their step," she says.

### **Go grocery shopping**

Has your child ever even noticed that the grocery store aisles are nicely labeled with signs hanging from the ceiling? They should know how to navigate a supermarket on their own, Lythcott-Haims says. "Send them off on their own with one of those little hand-held baskets to go get five or six things," she says. "If you've got a 13-year-old, and you've never let him or her out of your sight in a grocery store, you're going to be freaking out; but 13-year-olds don't get abducted from grocery stores."



Source: <https://www.parenting.com/child/child-development/12-basic-life-skills-every-kid-should-know-high-school>

**10 habilidades básicas para la vida que todo niño/a debe saber en la escuela secundaria**

Como padres, amamos tanto a nuestros hijos que queremos protegerlos, ayudarlos y cultivarlos como seres humanos perfectos y felices. Desafortunadamente, esta sobreparentación tiene el efecto opuesto, dejando a nuestros hijos sin estar listos para el mundo y la vida como adultos, condenando a muchos, al fracaso.

"Nosotros, los padres, estamos haciendo demasiado", dice Julie Lythcott-Haims, ex decana de estudiantes de primer año en la Universidad de Stanford y autora de "Cómo criar a un adulto: liberarse de la trampa de los padres y preparar a su hijo para el éxito". "Tenemos las mejores intenciones, pero cuando ayudamos en exceso, les privamos de la oportunidad de aprender estas cosas realmente importantes que resulta que deben aprender a estar preparados para estar en el mundo del trabajo, para obtener un apartamento, para abrirse camino a través de una ciudad desconocida, para interactuar con adultos que no están motivados por el amor ".

"Ahí es cuando tengo la conexión", dice ella. "¿Cuándo dejas de cortar su carne? ¿Cuándo dejas de mirar en ambas direcciones cuando cruzan la calle? Estas son todas las cosas que estamos haciendo para ser útiles, protectores y demás, pero si le has protegido. -hasta los 18 años haciendo todas esas cosas, luego terminan desconcertados en el mundo. Comprendí que esta era la razón por la cual el estudiante de primer año de Stanford con el que estaba trabajando, por mucho que lograra excelentes promedios y el sentido del currículum de la infancia, dependían de mamá o papá para hacer el 'trabajo' de la vida ".

¿Estás listo para detener la crianza en helicóptero y preparar a tu hijo para la vida como adulto joven? Lythcott-Haims comparte 10 habilidades básicas para la vida que todo niño/a debe saber en la escuela secundaria:

**1. hacer una comida**

"Para cuando su hijo/a esté en la escuela secundaria, realmente debería poder hacer todo lo relacionado con su propio cuidado, si es necesario", dice Lythcott-Haims. "No estoy diciendo que dejen de preparar la cena para sus hijos, pero les digo que deben tener confianza en que podrían hacer un desayuno para ellos mismos, que podrían hacer una cena".

Si bien la mayoría de los días va a preparar sus comidas, uno sí desea que puedan alimentarse si es necesario. "Cuando algo sucede, la abuela se enferma y uno de los padres tiene que ir corriendo a través de la ciudad para cuidar de ella y el otro padre está trabajando, usted como padre quisiera saber que su hijo/a de primer año en la escuela secundaria tiene todo lo necesario para preparar su propio almuerzo o cena, ¿sabe? Cuanto más envejecen, más deberían sentir eso, 'Sí, tengo esto'. Hay una significado de sentirse competente, y hay una confianza que viene cuando construimos, como padre, este sentido de competencia ".

**2. Despertarse a tiempo**

"Para cuando tu hijo/a esté ingresando a la escuela secundaria, deberías tener confianza de que pueden despertarse, prepararse y vestirse con ropa limpia", dice Lythcott-Haims. "Subrayo esto porque muchos de nosotros estamos dejando ir a los niños teniéndonos como su despertador y luego ¿qué pasa? Llegan tarde al desayuno; llegan tarde a la escuela y los llevamos a la escuela. Todo lo que les está enseñando es: "Siempre estaré allí para despertarte y llevarte a a escuela", lo que no es cierto. No podrá ser para siempre.

**3. Lavar la ropa**

Cuando enseñamos a los adolescentes tareas básicas como lavar la ropa, debemos tener cuidado de no ser astutos y hacer que se sientan mal por no saber cómo hacerlo todavía. "Si no han aprendido, es porque no les hemos enseñado", dice ella, "por lo que los padres deben reconocer [a sus hijos] que han estado ayudando mucho". En vez de eso, muéstrales el camino, observa cómo lo hacen ellos mismos una vez para asegurarse de que tienen la idea, y luego deja que lo manejen por su cuenta.

**4. Gasolina**

"Cuando aprenden a conducir, es mejor que sepan cómo poner gasolina, ¿de acuerdo?" Lythcott-Haims dice. "Sé que hay estudiantes universitarios que siempre han tenido a sus padres llenando su tanque, ya sea en casa en la escuela secundaria o incluso en la universidad. Bueno, un día un joven de 20 años la estudiante está conduciendo y su tanque está casi vacío. Y ella dice: "Dios mío, tengo que conseguir gasolina. Nunca lo he hecho. Pero soy inteligente, puedo resolverlo". "Larga historia corta: accidentalmente pone diesel en el auto porque nadie le enseñó qué hacer. Esa es una lección cara e innecesaria. Por lo menos se los debería hacer partícipes de puntos claves como: cuánto cuesta, cómo se pide gasolina, qué tipo de gasolina existe, etc.

**5. Adelantarse.**

"Los empleadores en estos días están diciendo: 'Oye, espera un momento, ¿qué pasa con estas veinteañeras? Sólo quieren que se les diga exactamente qué hacer, paso a paso, y quieren ser aplaudidos por hacerlo. " dice Lythcott-Haims. "Si les acabamos de servir, si los padres acaban de decir que lo que importa son sus actividades académicas y nosotros nos encargaremos de todo lo demás. Si ellos no ayudan en las tareas y no ayudan en la casa, entonces saldrán al lugar de trabajo y no tienen esa mentalidad de lanzamiento/comedimiento”.

"Los niños necesitan aprender cómo contribuir para mejorar el espacio donde se vive", dice ella. "Tal vez tienen hermanos y uno está estresado por algo, y el otro dice: 'Haré tu oficio de casa por ti. Porque veo que estás estresado y que necesitas ayuda". Eso está creando una sensación de que no se trata sólo de mí sino de que puedo hacer algo por los demás ".

**6. Abogar por sí mismos**

"Si eres el único en la escuela secundaria que siempre tiene que estar enviando un correo electrónico a la maestra para solucionar todos los problemas, básicamente le estás enseñando a tu hijo: 'No eres competente, y voy a tener que hacerlo por ti', lo que es terriblemente dañino", dice Lythcott-Haims.

En su lugar, enséñele a su hijo cómo tener una conversación con una figura de autoridad y hacer una petición por sí mismo. "Así que diría: 'Mira cariño, sé que estás frustrado por esta calificación o que estás molesto por lo que sucedió en el equipo de fútbol, ​​o que no entiendes esta información. Habla respetuosamente con tu maestro y aboga por ti mismo ", dice ella. "Y si te miran con horror, di: 'Puedes hacerlo; sé que puedes hacerlo. ¿Quieres practicar conmigo?' La única forma de enseñarles es salir de su camino y hacer que lo hagan ".

Además, prepárelos para que escuchen bien lo que la otra persona está diciendo y entiendan que, a veces puede que no les salga bien o como ellos hubiesen querido. "Muchas veces no se obtiene el resultado que se desea, y se debería pensar: 'Bueno', lo intenté '. Y que regresen a casa y aprendan a lidiar con eso, porque no todo en la vida saldrá como ellos/as quieren".

**7. Empaque su propia mochila**

"Siempre estamos poniendo las cosas en sus mochilas", dice Lythcott-Haims. "'¡Oh, no quiero que olvides tu tarea!' Y luego esa mochila se convierte en una bolsa o un maletín que un día será en el lugar de trabajo, y no han aprendido la habilidad de ser responsables de recordar sus propias cosas a través de hacer un inventario cada mañana: "¿Qué necesito? Cartera, llaves, almuerzo , trabajo, laptop.”

**8. Ordenar en restaurantes**

Si bien esta habilidad debe enseñarse antes de estar en la escuela secundaria, si es allí donde se encuentran los padres, no es demasiado tarde. Si nunca han pedido por sí mismos, diga: "Oigan, muchachos, es hora de que comiencen a ordenar por sí mismos. Me doy cuenta de que no me corresponde a mí decidir qué van a comer, ni a mí a asumir que van a pedir su orden habitual, o que yo ordene para toda la familia ", dice ella.

Recuérdeles que miren el mesero a los ojos, sean corteses, comuniquen su solicitud y digan "gracias". "Muy pronto, saldrán con amigos o con una novia o novio, y deberán tener esa habilidad no solo para pedir comida, sino para hacerlo con respeto, y no tener la apariencia de un maleducado con una tarjeta de crédito, que puede pagar la comida pero que realmente no puede tratar al mesero con respeto ", dice Lythcott-Haims.

**9. Habla con extraños**

"Si lo pensamos bien, la vida de los hijos/as estará llena de extraños. Se debería poder instruir: Déjame enseñarte cómo discernir a los pocos extraños peligrosos de la vasta y vasta mayoría de los extraños normales'. Eso es una habilidad ".

Luego, envíe a sus hijos al mundo para hablar con extraños, que estén a salvo. Lythcott-Haims enseñó esta habilidad a sus propios hijos enviándolos a una tienda a poca distancia de su hogar para hacer un pequeño recado y pedir ayuda al empleado de ventas. Les entregó un billete de $ 20 y se fueron.

**10. Ir de compras**

¿Alguna vez ha notado su hijo que los pasillos de las tiendas de comestibles están bien etiquetados con carteles que cuelgan del techo? Ellos deberían saber cómo navegar por un supermercado por su cuenta, dice Lythcott-Haims. "Envíenlos solos con una de esas pequeñas cestas de mano para conseguir cinco o seis cosas y usted les espera en la caja", dice ella.

Fuente: <https://www.parenting.com/child/child-development/12-basic-life-skills-every-kid-should-know-high-school>

