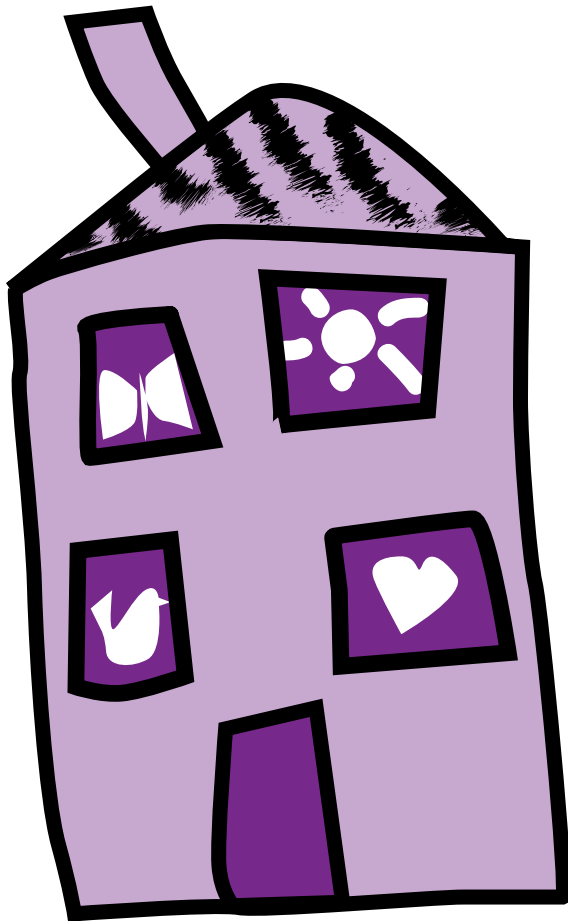


Chapter 6

Tip Sheets for Parents and Caregivers



Using the Tip Sheets for Parents and Caregivers

This section of the Resource Guide provides tip sheets on specific parenting issues. Each is designed for service providers to distribute to parents and caregivers in the context of a particular concern or question. The tip sheets are not intended to tell the whole story, but merely to provide a starting point for a discussion between parent and provider that is grounded in the five protective factors.

The information is easy to read and focuses on concrete steps that parents and caregivers can take to care for their children and strengthen their family. A Spanish version appears on the back of each tip sheet. The Spanish versions convey similar messages to the English versions, but they have been adapted slightly for readability and cultural appropriateness.

We encourage you to make additional copies of the tip sheets that are most useful to the families with whom you work.

The tip sheets address the following topics:

- **Bonding With Your Baby**—Written to help new parents understand the importance of early and secure attachment.
- **Dealing With Temper Tantrums**—Includes tips on how to prevent and handle toddler tantrums while modeling calm behavior.
- **Connecting With Your Teen**—Designed to help parents maintain strong bonds with their teens as they move toward independence.
- **Teen Parents... You're Not Alone**—Tips to help teen parents cope with the challenges of raising a new baby and find support.
- **Ten Ways to Be a Better Dad**—Encourages fathers to be involved and help their children live happy, healthy lives.
- **Raising Your Grandchildren**—Written to help caregivers deal with some of the unique challenges of parenting grandchildren and find concrete supports in the community.

These tip sheets, like the other resources in this guide, were created with input from experts from national organizations that work to protect children and strengthen families. Additional resources are available through the national organizations listed in Chapter 5.

Tip sheets may be downloaded individually for distribution at:
www.childwelfare.gov/preventing/res_guide_2010

More parenting tip sheets are available in the Parenting Resources section of the Child Welfare Information Gateway website:
www.childwelfare.gov/preventing/promoting/parenting

Bonding With Your Baby



What's Happening

Attachment is a deep, lasting bond that develops between a caregiver and child during the baby's first few years of life. This attachment is critical to the growth of a baby's body and mind. Babies who have this bond and feel loved have a better chance to grow up to be adults who trust others and know how to return affection.

What You Can Do

No one knows your child like you do, so you are in the best position to recognize and fulfill your child's needs. Parents who give lots of loving care and attention to their babies help their babies develop a strong attachment. Affection energizes your child to grow, learn, connect with others, and enjoy life.

Here are some ways to promote bonding:

- Respond when your baby cries. Try to understand what he or she is saying to you. You can't "spoil" babies with too much attention—they need and benefit from a parent's loving care even when they seem inconsolable.
- Hold and touch your baby as much as possible. You can keep him close with baby slings, pouches, or backpacks (for older babies).
- Use feeding and diapering times to look into your baby's eyes, smile, and talk to your baby.
- Read, sing, and play peek-a-boo. Babies love to hear human voices and will try to imitate your voice and the sounds you make.
- As your baby gets a little older, try simple games and toys. Once your baby can sit up, plan on spending lots of time on the floor with toys, puzzles, and books.

The best gift you can give your baby is YOU. The love and attention you give your baby now will stay with him or her forever and will help your baby grow into a healthier and happier child and adult.

This tip sheet was created with input from experts in national organizations that work to protect children and strengthen families. To download this tip sheet or for more parenting tips, go to www.childwelfare.gov/preventing/promoting/parenting or call 800.394.3366.

What You Might Be Seeing

Normal babies:

- Have brief periods of sleep, crying or fussing, and quiet alertness many times each day
- Often cry for long periods for no apparent reason
- Love to be held and cuddled
- Respond to and imitate facial expressions
- Love soothing voices and will respond with smiles and small noises
- Grow and develop every day; they learn new skills quickly and can outgrow difficult behaviors in a matter of weeks

Usted y su bebé: El lazo que los une



Los bebés necesitan más que alimento, calor y protección. También necesitan amor, atención y cariño. Formar lazos ayuda a su bebé a crecer fuerte y sano, tanto física como mentalmente.



Los recién nacidos:

- Duermen, lloran, se quejan y ven el mundo a su alrededor muchas veces por día
- Les encanta que los mimen y que les hablen
- Lloran sin motivo aparente, a veces por mucho tiempo
- Les encantan las voces tranquilas y responden con sonrisas y gorgoritos de bebé feliz
- Crecen y cambian todos los días

Formar lazos es bueno para el bebé ... ¡y para usted!

Cuando usted forma lazos con su bebé, sabrá mejor lo que el bebé quiere y necesita. Y su bebé se sentirá amado y protegido. El lazo que usted forma ahora ayuda a que el cuerpo y el cerebro de su bebé crezcan sanos. Esto afectará al bebé toda su vida: su temperamento, sus decisiones y las relaciones futuras que pueda tener. Le ayudará a tener una vida mejor.

La mejor manera de crear ese lazo es pasar tiempo con su bebé.

Éstas son algunas cosas que usted puede hacer:

- Responda cuando lllore el bebé. Los recién nacidos no se vuelven “consentidos” por exceso de atención.
- Tómelo en brazos, mímelo y toque a su bebé a menudo. Use un canguro o una mochila especial para mantener a su bebé cerca.
- Léale, cántele y juegue a que se esconde y aparece. A su bebé le encanta oír su voz y tratará de imitarlo.
- Sonríale y mírelo a los ojos.
- Juegue juegos sencillos a medida que su bebé crezca. Pase tiempo en el piso con juguetes, rompecabezas y libros.

El mejor regalo que le puede hacer a su bebé es ¡USTED MISMO! El amor y la atención que le dé ahora permanecerán con él para siempre. Le ayudarán a tener relaciones sanas y a tomar buenas decisiones más adelante en la vida.

Esta hoja informativa para los padres fue desarrollada con la colaboración de profesionales vinculados a diversas organizaciones nacionales que protegen a la juventud y promueven familias sanas. Para descargar esta publicación o para obtener más consejos para los padres (en inglés), vea: www.childwelfare.gov/preventing/promoting/parenting o llame al 1.800.394.3366.

Dealing With Temper Tantrums

B

What's Happening

Two- and three-year-olds have many skills, but controlling their tempers is not one of them. Tantrums are common at this age because toddlers are becoming independent and developing their own wants, needs, and ideas. However, they are not yet able to express their wants and feelings with words. Take comfort in the fact that most children outgrow tantrums by age 4.



What You Might Be Seeing

Normal toddlers:

- Love to say “no!” “mine!” and “do it myself!”
- Test rules over and over to see how parents will react
- Are not yet ready to share
- Need lots of fun activities, play times, and opportunities to explore the world
- Respond well to a routine for sleeping and eating (a regular schedule)
- Like to imitate grownups and to “help” mom and dad

What You Can Do

It is often easier to prevent tantrums than to deal with them once they get going. Try these tips:

- Direct your child’s attention to something else. (“Wow, look at that fire engine!”)
- Give your child a choice in small matters. (“Do you want to eat peas or carrots?”)
- Stick to a daily routine that balances fun activities with enough rest and healthy food.
- Anticipate when your child will be disappointed. (“We are going to buy groceries for dinner. We won’t be buying cookies, but you can help me pick out some fruit for later.”)
- Praise your child when he or she shows self-control and expresses feelings with words.

If you cannot prevent the tantrum, here are some tips for dealing with it:

- Say what you expect from your child and have confidence that your child will behave.
- Remain calm. You are a role model for your child.
- Holding your child during a tantrum may help a younger child feel more secure and calm down more quickly.
- Take your child to a quiet place where he or she can calm down safely. Speak softly or play soft music.
- Some children throw tantrums to seek attention. Try ignoring the tantrum, but pay attention to your child after he or she calms down.
- Resist overreacting to tantrums, and try to keep your sense of humor.

When your child is having a floor-thumping tantrum, the most important thing you can do is remain calm and wait it out. Do not let your child’s behavior cause you to lose control, too.

This tip sheet was created with input from experts in national organizations that work to protect children and strengthen families. To download this tip sheet or for more parenting tips, go to www.childwelfare.gov/preventing/promoting/parenting or call 800.394.3366.

Los berrinches

Es común que los niños pequeños hagan berrinches. Entre los 2 y 4 años los niños van desarrollando sus propias ideas, necesidades y deseos. Pero todavía no los pueden expresar en palabras. Esto puede ser frustrante para su hijo... ¡y para usted!



Los niños pequeños:

- Les encanta decir: ¡No!... ¡Mío!... y ¡Yo solo!
- Ponen a prueba las reglas una y otra vez para ver cómo reacciona usted
- Necesitan mucho tiempo para jugar, hacer cosas divertidas y explorar el mundo
- No saben compartir todavía
- Se comportan mejor cuando tienen horarios fijos para comer y dormir
- Les gusta imitar a los “grandes” y “ayudar” a mami y a papi

A veces los padres pueden prevenir los berrinches.

Estas son algunas cosas que usted puede hacer:

- Siga una rutina diaria de actividades divertidas, con suficiente descanso y comida sana.
- o Anticipe lo que puede desilusionar a su hijo. (“Vamos a comprar comida para la cena. Esta vez no vamos a comprar galletitas pero, ¿me ayudas a elegir fruta para el postre?”)
- Ayude a su hijo a concentrarse en otra cosa. (*¡Mira ese camión de bomberos!*)
- Deje que su hijo tome decisiones sobre cosas pequeñas. (*¿Quieres comer chícharos o zanahorias?*)
- Felicite a su hijo cuando se controle a sí mismo y exprese sus sentimientos en palabras.

Pero a veces los berrinches ocurren de todos modos.

Si no puede prevenir un berrinche, pruebe estas sugerencias:

- Aunque un berrinche en un lugar público puede ser penoso, no pierda la calma.
- Algunos niños se calman más rápido si los ayuda a sentirse seguros y protegidos.
- Lleve a su hijo a un lugar tranquilo para que se calme. Háblele en voz baja o ponga música suave.
- Si su hijo está tratando de comunicarse con usted, trate de entender lo que quiere. Si sólo quiere llamar la atención, no haga caso a su berrinche. Préstele atención *después* de que se haya calmado.
- Trate de no perder el sentido del humor. ¡No haga berrinche usted!

Lo mejor que puede hacer es guardar la calma, incluso cuando el niño hace un berrinche en pleno piso. No pierda la paciencia, trate de entender lo que el niño le quiere decir. Recuerde que la mayoría de los niños dejan de hacer berrinches alrededor de los 4 años de edad.

Esta hoja informativa para los padres fue desarrollada con la colaboración de profesionales vinculados a diversas organizaciones nacionales que protegen a la juventud y promueven familias sanas. Para descargar esta publicación o para obtener más consejos para los padres (en inglés), vea: www.childwelfare.gov/preventing/promoting/parenting o llame al 1.800.394.3366.

Connecting With Your Teen

What's Happening

Many teens spend less time with their families than they did as younger children. As they become more independent and learn to think for themselves, relationships with friends become very important. Sometimes it may feel like your teen doesn't need you anymore. But teens still need their parents' love, support, and guidance.



What You Might Be Seeing

Normal teens ...

- Crave independence
- Question rules and authority
- Test limits
- Can be impulsive
- Make mature decisions at times, and childish ones at others

What You Can Do

Simple, everyday activities can reinforce the connection between you and your teen. Make room in your schedule for special times when you can, but also take advantage of routine activities to show that you care.

Tips to keep in mind:

- **Have family meals.** If it's impossible to do every night, schedule a regular weekly family dinner night that accommodates your child's schedule.
- **Share “ordinary” time.** Look for everyday opportunities to bond with your teen. Even times spent driving or walking the dog together offer chances for your teen to talk about what's on his or her mind.
- **Get involved, be involved, and stay involved.** Go to games and practices when you can. Ask about homework and school projects. Look for chances to learn about your teen's latest hobby.
- **Be interested.** Make it clear that you care about your teen's ideas, feelings, and experiences. If you listen to what he or she is saying, you'll get a better sense of the guidance and support needed. Get to know your teen's friends and their parents, too, when possible.
- **Set clear limits.** Teens still need your guidance, but you can involve your teen in setting rules and consequences. Make sure consequences are related to the behavior, and **be consistent** in following through. Choose your battles. Try to provide choices in the matters that are less important.

Your words and actions help your teen feel secure. Don't forget to say and show how much you love your teen!

This tip sheet was created with input from experts in national organizations that work to protect children and strengthen families. To download this tip sheet or for more parenting tips, go to www.childwelfare.gov/preventing/promoting/parenting or call 800.394.3366.

Cómo relacionarse con su hijo adolescente



Lo que está pasando

Muchos adolescentes comparten menos tiempo con su familia. Conforme se hacen más independientes y aprenden a pensar por sí mismos, las relaciones con sus amigos se hacen más importantes. A veces puede parecer que su hijo adolescente ya no lo necesita. Pero en realidad los adolescentes siguen necesitando el amor, el apoyo y los consejos de sus padres.



Los adolescentes normales...

- Desean independizarse
- Cuestionan las reglas y la autoridad
- Ponen a prueba los límites
- Pueden ser impulsivos
- A veces toman buenas decisiones, a veces malas

Lo que usted puede hacer

Cualquier actividad normal puede mejorar su relación con su hijo adolescente. Dedique tiempo para compartir ocasiones especiales con su hijo cuando pueda, pero también aproveche las actividades que forman parte de la rutina familiar para demostrarle que le interesa lo que hace en la escuela y con sus amigos.

Estas actividades familiares pueden fortalecer la relación con su hijo:

- **Coma con la familia.** Si no pueden comer juntos todos los días, aparte un día de la semana para la cena familiar.
- **Comparta más tiempo con su hijo.** Busque oportunidades para acercarse a su hijo. Usted puede platicar con su hijo aun cuando estén en el supermercado o cuando vayan en el auto.
- **Manténgase involucrado en la vida de su hijo.** Vayan juntos a partidos y entrenamientos de la escuela. Hablen de la tarea y los proyectos escolares. Busque información sobre la actividad favorita de su hijo, o ayúdelo a buscar una actividad o pasatiempo.
- **Demuestre interés.** Demuestre interés por las ideas, sentimientos y experiencias de su hijo. Si pone atención a lo que su hijo le dice, sabrá cómo guiarlo y ayudarlo a tomar decisiones. Conozca a los amigos de su hijo y, de ser posible, también a sus padres.
- **Establezca límites claros.** Déle consejos a su hijo adolescente, pero involúcrelo a la hora de establecer las reglas y las consecuencias por no seguirlas. Asegúrese de que las consecuencias tengan que ver con el comportamiento, y sea consecuente a la hora de aplicarlas. Escoja sus batallas. Ofrezca varias opciones cuando se trate de situaciones de menor importancia.

Sus palabras y sus acciones ayudan a que su hijo se sienta seguro. ¡Demuéstrele a su hijo adolescente cuanto lo quiere!

Esta hoja informativa para los padres fue desarrollada con la colaboración de profesionales vinculados a diversas organizaciones nacionales que protegen a la juventud y promueven familias sanas. Para descargar esta publicación o para obtener más consejos para los padres (en inglés), vea: www.childwelfare.gov/preventing/promoting/parenting o llame al 1.800.394.3366.

Teen Parents... You're Not Alone!



What's Happening ??

Being a parent is a 24-hour-a-day job, and sometimes it can feel overwhelming. You may be juggling the demands of a baby, your family, school, and work. Chances are you're not able to do all of the things you enjoyed before your baby was born.

What Can I Do ??

Every parent needs support sometimes. If you think stress may be affecting how you treat your baby, it's time to find some help. Try the following:

- **Join a support group.** A group for young moms or dads could give you time with new friends who have lives similar to yours. Your children can play with other children, and you can talk about your problems with people who understand. Look on the Internet or call your local social services agency for information about support groups in your community.
- **Find ways to handle stress.** Take a break while someone reliable cares for your baby. Take a walk with the baby in a stroller, or rest while your baby naps. A social worker or nurse can help you learn other ways to manage stress.
- **Finish school.** Even though it may be difficult, finishing high school (or getting a GED) is one of the most important things you can do to help your baby and yourself. A diploma will help you get a better job or take the next step in your education (such as vocational training or college).
- **Improve your parenting skills.** Don't be afraid to ask for advice from experienced parents. Classes for parents can also help you build on what you already know about raising a happy, healthy child.
- **Call a help line.** Most States have help lines for parents. Childhelp® runs a national 24-hour hotline (1.800.4.A.CHILD) for parents who need help or parenting advice.

Stay in contact with friends and family who support you and make you feel good about yourself. Remember, help is just a phone call away!

This tip sheet was created with input from experts in national organizations that work to protect children and strengthen families. To download this tip sheet or for more parenting tips, go to www.childwelfare.gov/preventing/promoting/parenting or call 800.394.3366.

Many teen parents sometimes feel...

- Confused and uncertain—about their future or their skills as a parent
- Overwhelmed—they don't know where to begin or they feel like giving up
- Angry—at the baby's other parent, their friends, or even their baby
- Lonely—like they are the only person dealing with so many problems
- Depressed—sad and unable to face their problems

These feelings do not mean you are a bad parent!

Hay muchos padres adolescentes como usted



Lo que está pasando

Ser padre o madre es como tener un trabajo de 24 horas al día, y a veces puede ser muy pesado. Es probable que usted tenga que cuidar a un bebé y ocuparse de la familia además de ir a la escuela y al trabajo. Quizás ya no tenga tiempo para hacer todo lo que le gustaba antes de que naciera el bebé.

Lo que usted puede hacer

Todos los padres necesitan apoyo tarde o temprano. Si usted siente que el estrés está afectando la manera como trata a su bebé, es mejor que busque ayuda. Considere estas opciones:

- **Encuentre un grupo de apoyo.** Puede hacer nuevos amigos entre las personas y los padres jóvenes que tienen una vida parecida a la suya. Sus hijos pueden jugar con los hijos de estos padres jóvenes, y usted puede hablar de sus problemas con personas que lo entiendan. Busque por Internet o llame a su agencia local de servicios sociales para obtener más información sobre los grupos de apoyo en su comunidad.
- **Encuentre maneras de sobreponerse al estrés.** Tome un descanso mientras alguien de confianza cuida a su bebé. Vaya a caminar con su bebé en la carriola, o dese un baño de burbujas mientras duerme su bebé. Una enfermera o trabajador social le puede ayudar a sobreponerse al estrés.
- **Termine la escuela.** Aunque parezca difícil, terminar la preparatoria o high school (u obtener su GED) es una de las cosas más importantes que puede hacer para mejorar su situación y la de su bebé. Con su diploma, usted puede encontrar un trabajo mejor pagado y puede seguir sus estudios en el futuro (como la escuela vocacional o la universidad).
- **Adquiera más experiencia de crianza.** No tenga miedo de preguntar a los padres con más experiencia. Las clases para los padres también le ayudan a mejorar sus habilidades como padre o madre para criar a un niño sano y feliz.
- **Llame a un número de apoyo.** Casi todos los estados tienen números de teléfono para ayudar a los padres. La organización Childhelp® le brinda una línea de apoyo las 24 horas del día (1.800.4.A.CHILD) donde le ofrecen asistencia en español.

Manténgase en contacto con los familiares y los amigos de confianza que lo apoyan y lo hacen sentir bien. ¡Recuerde: usted puede encontrar ayuda en español solo marcando un teléfono!

Esta hoja informativa para los padres fue desarrollada con la colaboración de profesionales vinculados a diversas organizaciones nacionales que protegen a la juventud y promueven familias sanas. Para descargar esta publicación o para obtener más consejos para los padres (en inglés), vea: www.childwelfare.gov/preventing/promoting/parenting o llame al 1.800.394.3366.

Muchos padres adolescentes a veces se sienten...

- Confundidos o indecisos sobre su futuro o su habilidad como padre o madre
- Abrumados por no saber dónde empezar, o por sentirse con ganas de renunciar a todo
- Enojados con el otro padre del bebé, sus amigos o hasta con el bebé
- Solitarios por sentir que son la única persona que enfrenta problemas similares
- Deprimidos y tristes o incapaces de enfrentar sus problemas

¡Experimentar estos sentimientos no quiere decir que sea un mal padre o una mala madre!

Ten Ways to Be a Better Dad



What's Happening

Children need both parents. Involved fathers can help children lead lives that are happier, healthier, and more successful than children whose fathers are absent or uninvolved. Fathers who spend time with their children increase the chances that their children will succeed in school, have fewer behavior problems, and experience better self-esteem and well-being.



What You Can Do

- 1. Respect your children's mother**
When children see their parents respecting each other, they are more likely to feel that they are also accepted and respected.
- 2. Spend time with your children**
If you always seem too busy for your children, they will feel neglected no matter what you say. Set aside time to spend with your children.
- 3. Earn the right to be heard**
Begin talking with your kids when they are very young and talk to them about all kinds of things. Listen to their ideas and problems.
- 4. Discipline with love**
All children need guidance and discipline, not as punishment, but to set reasonable limits and help children learn from natural or logical consequences. Fathers who discipline in a calm, fair, and nonviolent manner show their love.
- 5. Be a role model**
Fathers are role models whether they realize it or not. A girl with a loving father grows up knowing she deserves to be treated with respect. Fathers can teach sons what is important in life by demonstrating honesty, humility, and responsibility.
- 6. Be a teacher**
A father who teaches his children about right and wrong and encourages them to do their best will see his children make good choices. Involved fathers use everyday examples to teach the basic lessons of life.
- 7. Eat together as a family**
Sharing a meal together can be an important part of healthy family life. It gives children the chance to talk about what they are doing, and it is a good time for fathers to listen and give advice.
- 8. Read to your children**
Begin reading to your children when they are very young. Instilling a love for reading is one of the best ways to ensure they will have a lifetime of personal and career growth.
- 9. Show affection**
Children need the security that comes from knowing they are wanted, accepted, and loved by their family. Showing affection every day is the best way to let your children know that you love them.
- 10. Realize that a father's job is never done**
Even after children are grown and leave home, they will still look to their fathers for wisdom and advice. Fatherhood lasts a lifetime.

Adapted from National Fatherhood Initiative. Find the full brochure at www.fatherhood.org/10ways.asp

Diez maneras de ser un mejor padre



Lo que está pasando

Los niños necesitan a ambos padres. Los padres que participan en la vida de sus hijos los ayudan a tener vidas más saludables, felices y exitosas. En cambio, los niños cuyos padres se ausentan o no participan en la vida de sus hijos no tienen las mismas oportunidades. Cuando los padres dedican tiempo a sus hijos, éstos tienen más probabilidades de sobresalir en la escuela, tener menos problemas de comportamiento y experimentar mejor autoestima y bienestar.

Lo que usted puede hacer

- 1. Respete a la madre de sus hijos**
Cuando los niños ven que sus padres se respetan, es más probable que ellos aprendan a respetar y a sentirse respetados.
- 2. Dedique tiempo a sus hijos**
Si siempre está muy ocupado para encargarse de sus hijos, tarde o temprano se sentirán abandonados sin importar lo que les diga. Deje tiempo libre para dedicarse a sus hijos.
- 3. Gánese el derecho de ser escuchado**
Empiece a platicar con sus hijos desde pequeños y hableles de muchas cosas. Escuche sus ideas y sus problemas.
- 4. Imponga disciplina, pero con amor**
Todos los niños necesitan consejos y disciplina, pero no como un castigo, sino para establecer límites razonables y para ayudar a los niños a aprender consecuencias lógicas y naturales. Los padres que disciplinan a sus hijos de forma tranquila, justa y sin violencia demuestran su amor.
- 5. Sea un padre modelo**
Quieran o no, los padres dan el ejemplo a sus hijos. Una niña con un padre cariñoso y respetuoso crece con la idea de que merece ser respetada. Los padres les enseñan a sus hijos las cosas importantes de la vida al demostrar humildad, honestidad y responsabilidad.
- 6. Sea un buen maestro**
Los padres que enseñan sus hijos la diferencia entre el bien y el mal, animándolos a hacer lo mejor que puedan con sus vidas, se sentirán recompensados cuando sus hijos tomen buenas decisiones. Bastan ejemplos comunes y de todos los días para enseñarles las cosas que valen la pena en la vida.
- 7. Coma con la familia**
Comer en familia es una parte importante de una vida familiar saludable. La comida con la familia da a los niños la oportunidad de hablar de sus actividades, y los padres, a su vez, pueden escucharlos y aconsejarlos.
- 8. Lea con sus hijos**
Lea con sus hijos desde pequeños. Cultive su amor por la lectura para que tengan una vida rica y llena de posibilidades profesionales.
- 9. Demuestre afecto**
Los niños necesitan sentirse seguros sabiendo que son queridos, aceptados y amados por su familia. Demuéstreles su afecto para que se sientan queridos y apreciados.
- 10. Comprenda que el trabajo de un padre nunca termina**
Aun después de que los niños crezcan y se vayan de casa seguirán respetando los consejos y la sabiduría de sus padres. Un padre es para toda la vida.

Adaptado de la Iniciativa Nacional para la Paternidad. Encuentre el folleto completo en: www.fatherhood.org/10ways.asp

Raising Your Grandchildren



What's Happening

No matter why or how they came to live with you, your grandchildren will benefit from being in your home. When children cannot be with their parents, living with a grandparent may provide:

- Fewer moves from place to place
- The comfort of a familiar language and culture
- A chance to stay with siblings
- More contact with their parents, depending on the situation

What You Can Do

It will take time for your grandchildren to feel safe and secure in their new home with you. You can encourage these good feelings in a number of ways:

- Set up a daily routine of mealtimes, bedtime, and other activities.
- Help your grandchildren feel “at home” by creating a space just for them.
- Talk to your grandchildren, and listen when they talk to you.
- Set up a few rules and explain your expectations. Then, enforce the rules consistently.
- Reward positive behavior. When children make mistakes, focus on teaching rather than punishing.
- Be as involved with their school as you can, and encourage your children to participate in school activities.

This is a big job, and you may need help from your community. Here are some suggestions:

- Help with housing or other bills, clothing, or school supplies may be available specifically for grandparents raising grandchildren in your community.
- Join a support group. Often there are local groups for grandparents raising grandchildren.
- Ask for help and referrals from a church leader, the counselor at your child’s school, or a social services agency.
- If necessary, get professional help to address your grandchild’s special needs, such as medical care, mental health care, or special education.

What You Might Be Seeing

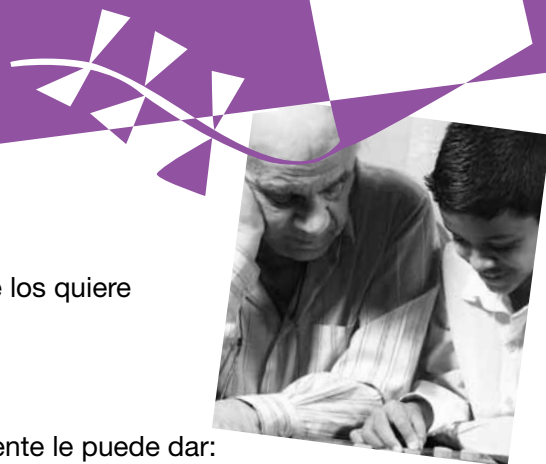
Despite these benefits, the children will face some unique challenges:

- They may feel insecure and unsure that you will take care of them.
- They may act out or challenge you.
- They will miss their parents.
- They may be anxious or depressed.
- They may seem young or act too old for their ages.

Parenting the second time around brings special challenges and special joys. Do not hesitate to ask for help or seek services in your community for yourself and your grandchildren.

This tip sheet was created with input from experts in national organizations that work to protect children and strengthen families. To download this tip sheet or for more parenting tips, go to www.childwelfare.gov/preventing/promoting/parenting or call 800.394.3366.

Cómo criar al hijo de un pariente



Es muy importante que los niños se sientan parte de una familia que los quiere y los respeta.

Su hogar puede ser el mejor lugar para los hijos de un pariente.

Cuando un niño no puede estar con sus padres, el hogar de un pariente le puede dar:

- El consuelo de estar con una persona que conoce, y que comparte su idioma y cultura.
- La oportunidad de quedarse con sus hermanos
- Menos mudanzas de un lugar a otro
- A veces más contacto con sus padres

Usted puede ayudar a que el niño se sienta seguro y protegido en su hogar.

- Tenga un sitio especial sólo para él, para que se sienta en casa.
- Tenga una rutina diaria de comidas, actividades y horas de irse a la cama.
- Háblele y escúchelo cuando le habla.
- Ponga unas pocas reglas y explíquelo lo que espera de él. Haga que se cumplan las reglas sin falta.
- Si el niño hace algo bueno, ¡dígaselo! Si comete un error, explíquelo lo que debe hacer la próxima vez.
- Participe en su escuela y en sus actividades escolares.

Criar al hijo de un pariente no es fácil. Es posible que usted necesite ayuda.

Su comunidad puede tener recursos para ayudarle con:

- Comida, vivienda y algunas de sus cuentas
- Ropa, útiles escolares y enseñanza individual
- Apoyo y asesoramiento
- Visitas al médico, atención de la salud mental o educación especial

Tenga paciencia. Tomará tiempo para que el niño se sienta protegido y seguro con usted. Si usted necesita apoyo, hable con el consejero de la escuela o con un trabajador social. Si usted necesita apoyo adicional solicítelo en su iglesia o en una agencia comunitaria.

Esta hoja informativa para los padres fue desarrollada con la colaboración de profesionales vinculados a diversas organizaciones nacionales que protegen a la juventud y promueven familias sanas. Para descargar esta publicación o para obtener más consejos para los padres (en inglés), vea: www.childwelfare.gov/preventing/promoting/parenting o llame al 1.800.394.3366.

Los niños extrañan a sus padres.

Los niños que no viven con sus padres tienen necesidades especiales. Pueden:

- Sentirse inseguros y no saber con certeza si usted los va a cuidar
- Portarse mal o desafiarlo
- Estar preocupados o deprimidos
- No comportarse de acuerdo con su edad