



Children's
FRIEND

Abril 2012

Boletín de Noticias de Head Start



RECORDATORIO: Es la meta de Children's Friend el mantener a todos nuestros niños seguros. Por lo tanto todos los adultos que recogen a los niños en la escuela o en el bus deben de tener una identificación válida con foto con ellos en todo momento.



Desarrollar La Autoestima

Es probable que cuando se tiene en cuenta la tarea de criar a los hijos, usted haya considerado que el fomentar la autoestima es uno de los aspectos más importantes. Como se siente su hijo acerca de sí mismo/misma es clave del éxito. Para desarrollar un auto-concepto positivo, dos necesidades deben ser satisfechas:

- *Su niño/a debe sentirse querido-incondicionalmente.*
Encuentre maneras de demostrarle a su niño/a de que el/ella es amado-no por lo que el/ella pueda hacer, si no por quien el/ella es.
- *Su niño/a debe de saber que el/ella es especial.*
Recuérdle a su niño/a de que el/ella tiene valores y que puede contribuir. Ayudarle a un niño/a a ver sus propias cualidades especiales es una gran manera de afianzar el auto-estima.

¿Que puede usted hacer para continuar promoviendo el auto-estima de su niño/a? Aquí están algunos consejos:

- *Ayude a su niño/a a dominar su medio ambiente.*
Provéale oportunidades a su niño/a para triunfar. Entonces, recompense a su niño/a en sus logros. Por ejemplo, escoja artículo de ropa que sea fácil de poner y quitar, mantenga los artículos que usa frecuentemente a un nivel alcanzable, y provéale juguetes que sean fáciles de manipular.
- *Anime a su niño/a de tomar iniciativa en actividades.*
Elogie cada esfuerzo, y suavemente guíe a el/ella ofreciéndole algunos consejos útiles. Por ejemplo, si su niño/a se pone la camisa al revés, recompense el esfuerzo. La próxima vez dirija a el/ella señalando que el sello de la camisa va atrás.

El libro de la Esquina: Libros Sobre Auto-Estima

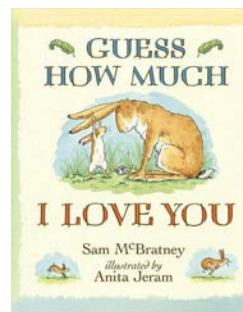


¡Me Gusto!

La cerdita alegre en este burbujeante libro le gusta a sí misma en un manera continua que todo los lectores verán un ejemplo de alguien que tiene un auto-estima bien fuerte.

Escrito y Ilustrado por Nancy Carlson

Publicado por HarperCollins Children's Books



Adivina Cuanto Te Quiero

A través de los personajes Big Nutbrown and Little Nutbrown, este libro hermosamente muestra los enlaces de querer entre un padre y un niño.

Escrito por Sam McBratney

Publicado por Candlewick Press



Mi Mamá y Papá Me Hacen Reír

A la mamá de Simon le gusta los puntos, pero a su papá le gusta las rayas. ¡El mensaje de esta bonita historia es que todos somos únicos!

Escrito por Nick Sharratt

Publicado por Candlewick Press



Importancia de la Salud Bucal

Todo el mundo sabe que el cepillarse y el uso del hilo dental es importante para una sonrisa agradable, pero la importancia de unos dientes saludable puede afectar la salud total de un niño/a. En Children's Friend, los niño/a se cepillan los dientes después de la comida. Mantener esta conducta en la casa puede prevenir problemas dentales más tarde en la vida.

Aquí algunas cosas que puede hacer para asegurar la buena salud bucal de su niño/a:

- Limpiar las encías de su bebé con una toalla húmeda después de cada comida.
- Cepillar los dientes de su bebé (aunque sea un solo diente) suavemente con un cepillo suave dos veces al día.
- No permite que su niño/s se duerma con un biberón.
- Haga un plan para llevar a su niño/a al dentista para el tiempo que el/ella tenga 18 meses.
- Anime a su niño/a a comer comida nutritiva regularmente y evitar merienda frecuente entres comida.
- Sea un modelo a seguir y cepille con sus niño/a.
- Proteger los dientes de si niño/a con flúor.
- Use una pasta dental con flúor.
- Si usted esta tomando agua que no esta fluorada, hable con su dentista o médico sobre la mejor manera de proteger los dientes de su niño/a.
- Hable con el dentista de su niño/a sobre selladores dentales. Ellos protegen los dientes de decaimiento.

Si esta Embarazada, busque cuidado prenatales y coma una dieta saludable. Su dieta debe de incluir acido fólico para prevenir defectos de nacimiento al cerebro y a la médula espinal y quizás labio leporino/problema del habla.



distinguiendo la realidad de la fantasía, sus sueños malos pueden sentirse espantosamente realidad.

Estrategia de Calmantes

Contéstele el "Que – si" Los

Temores Preescolares

Como cuatro y cinco años de edad empiezan a entender el concepto de abstractos, sus temores se convierten mas complicado también. Ellos tienen miedo a lo que puedan ver y de lo que esta al acecho en su imaginación; los monstruo debajo de la cama, cosas que golpean en la noche, y de lo que puede pasar cuando Mami o Papi no estén cerca.

No es una sorpresa que este es el pico de la edad de pesadillas. Y como los preescolares aun tienen un tiempo difícil

niños/as de esta edad mayormente se preocupan por lo que pueda pasar. Si su niño/a brinca al ver al perro de su vecindario, por ejemplo, cálmelo explicando el comportamiento del perro. En vez de decir, "el perro no te hará daño", sea específico, "El perro te huele para conocerte. El ladra porque así es como ellos hablan."

No sobre reaccione a pesadillas. Cuando Ryan McCaffery, 5, tiene un mal sueño, Candace la madre hace lo mejor por calmarla. "Algunas veces estoy tan cansada que la dejo quedarse con migo, aunque," admito que la madre de Atlanta.

Pero es mejor mirarlo rápidamente y arrojárselo en su propia cama; de lo contrario, usted valida sus temores.

Busque modelos a seguir. Si su niño/a le tiene terror a las barras de mono el patio de recreo, anímela a que mira a un hermano/a o a otro niño/a de su edad jugando sin convencerla de tomar turno. Ver a alguien con quien el/ella se pueda relacionar para confrontar sus temores puede darle un tiro de valor.

Respecte sus sentimientos. Burlarse de su niño/a o forzarlo a confrontar una situación que aterra lo más probablemente será contraproducente. Pero no se deje llevar por su miedo tampoco, de lo contrario, usted la convencerá de que esta realmente en peligro. Si su niño/a se asusta cada vez que escucha un trueno, por ejemplo, resista la urgencia de recogerla y apretarla fuerte. En vez bájese a su nivel y hablen sobre eso.

Fuente: Monstruo debajo de la cama: Entendiendo los temores de los niños por Reshma Memon Yaqub, parents.com.



¿Que le esta diciendo su niño/a?

¿Esto le suena familiar?

"Mi niño/a tiene rabieta diariamente. El golpea, pateo, muerde, tira sus juguetes, y grita. No lo puedo llevarlo a la tienda porque el grita y es tan frustrante. Estoy preocupada por el cuando vaya a la escuela y actúe de esta manera en el salón de clase. Yo trato de decirle "no" pero el no escucha. Yo siento que no tengo el control".

¿Cuando su niño/a esta presionando sus botones, puede ser bien frustrante! Por lo tanto, cuanto mas usted trata de entender lo que su niño/a le esta tratando de decir (por ejemplo, cuando el/ella esta teniendo una rabieta o golpeando), menos estresado vas a estar en un largo plazo. Busque cualquier patrón o claves antes del comportamiento desafiante de su niño/a.

Por ejemplo:

Ay alguna hora del día cuando el comportamiento pasa mas frecuente? ¿Alrededor de la hora de cama o de comer? ¿Es cuando el/ella esta cambiando de una actividad a otra?

¿Quien esta alrededor del niño/a cuando este comportamiento esta ocurriendo? ¿Hay niño/a o adultos alrededor? ¿Las persona son familiares o desconocido del niño/a?

Todos los niño/a expresan sus emociones en su propia manera. Algunas veces, ellos usan el comportamiento como una manera para dejarle saber que algo más esta pasando. Mediante la identificación de patrones y entendiendo

el comportamiento, usted estará mas capacitado para ayudarlo a manejar sus emociones.

Recuerde, que usted tiene el Equipo de Head Start para ayudarlo a entender lo que su niño/a le esta diciendo y descifrar cuales son los próximos pasos para ayudarlo a usted y a su niño/a.

Aquí algunos recursos adicionales para información en comportamiento de niños/as, desarrollo, y varios temas relacionados:

<http://www.parenting.com/child>

Para información sobre el desarrollo y comportamiento de su niño/a.

<http://www.pbs.org/parents/inclusivecommunities>

Para aquello al cuidado de niños/as con o sin discapacidad.

<http://parenting-ed.org/parent-handouts.asp>

El centro para Padres Efectivo provee información en muchos temas. Disponible en Ingles y Español.