

Project Administrator
Gary Steinert
Regional Supt. of Schools

Project Coordinator
Pat Rhodes

Parent Educators
Janie Atilano
Sterling Dist.#5

Sue Austin
Sterling Dist.#5

Linda Berentes
East Coloma Dist.#12
Riverdale Dist.#14
Montmorency Dist.#145

Sandy Davis
Rock Falls Dist.#13

Mary Etryre
Sterling Dist.#5

Laura McCullough
Prophetstown-Lyndon-
Tampico Dist.#3
Morrison Dist. #6

Kathy Wolf
Erie Dist.#1

Laura Woodfall
Rock Falls Dist.#13

Resource Center Coor.
Debbie Klein

**Resource Centers and
Lending Libraries**
Erie Elementary
Prophetstown Elementary
Tampico Elementary
Wallace Education Center
Southside School
Merrill School

Administered By
Whiteside County Regional
Superintendent's Office

Funded By
State Board of Education
Erie Dist. #1
Prophetstown Dist.#3
Sterling Dist.#5
Morrison Dist.#6
East Coloma Dist.#12
Rock Falls Dist.#13
Riverdale Dist.#14
Montmorency Dist.#145

Whiteside County

PARENTS AS TEACHERS

1001 West 23rd Street
Sterling, IL 61081

Office Phone 625-1495
Library Warm Line 625-6331

A Whiteside County Regional Office of Education Publication

July 2002

Parent To Parent

Do you have information you would like to pass on to the families who read this newsletter? If so, **Parent to Parent** is an opportunity for you to do so.

Submit your "tip" by the 15th of each month, by one of the following ways:

E-mail: rhodes@whitesideroe.org

Mail: Pat Rhodes
1001 West 23rd Street
Sterling, IL 61081

Phone: 815/625-1495

From the Coordinator

The Whiteside County Parents As Teachers program is funded by the Illinois State Board of Education's Early Childhood Block Grant and your local school district.

The state board of education awards funds to programs who have met the goals and objectives for the previous year and can show, through self-evaluation, that families benefit from the program.

Local school's contract with us to deliver services to families in their district. Please take a few minutes to write your school district to let them know how much you enjoy and have benefited from the home visits and parent/child activities provided by Parents As Teachers .

Bring A Friend To The Park

Do you have a neighbor, friend, or relative who would like to be a part of Parents As Teachers? If so, this summer would be a good time to introduce them to the program by bringing them to one of the park activities.

Each year we have families graduate from our program because their youngest child is entering kindergarten in the fall. This enables the parent educators to enroll new families into the program.

The only requirements for enrollment are that the family lives in Whiteside County and has a child birth to age 5. We also will enroll a family who is expecting a child within 3 months.

Check the enclosed schedule for the dates and locations in July. You and your friend will each receive a book to take home when you attend.



Parent/Child Activities for ALL P.A.T. Families

PARK IT WITH A BOOK

Story and play time for you and your children.

Families attending will receive a copy of the "Book of the Week" to take home.

All activities will be cancelled if it is raining.

Book of the Week #3 - "Mama, Mama"

by Jean Marzollo

Date: Tuesday, July 9
Time: 10 - 11 a.m.
Place: Kelly Park - Morrison



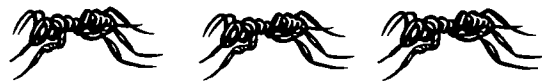
Date: Wednesday, July 10
Time: 10 - 11 a.m.
Place: Kiwanis Park (by the fire station) - Rock Falls

Book of the Week #4 - "The Ants Go Marching"

Illustrated by Jeffrey Scherer

Date: Tuesday, July 16
Time: 10 - 11 a.m.
Place: Jaycee Park - Prophetstown

Date: Wednesday, July 17
Time: 10 - 11 a.m.
Place: Heritage Park - Erie



Date: Thursday, July 18
Time: 10 - 11 a.m.
Place: Kilgour Park - Sterling

Encouraging Words

Encouragement can help children feel good about themselves and their parents. But it can also be overdone. Helpful words show appreciation without sounding like empty praise or "things parents are supposed to say." Here are some tips on encouraging your child.



★ Notice specific good acts and comment on them.

- *Tell your child how much you love her and how wonderful she is.* But she also needs to receive encouragement about specific actions. Instead of saying, "What a good girl you are," try saying, "You put your book back on the shelf." She will see her own action as helpful.
- *Pay attention to the things that your child gets right.* For example, if he usually pushes to the front of the line but remembers to wait this time, you might say, "I'm glad you remembered to wait to go down the slide when you saw Jason get to the ladder first," along with a smile or a hug.
- *Use words to help your child become aware of her own approach to problems.* "I noticed Maria wanted to play a different game than you did, so you suggested playing her choice and then playing yours. You looked like you were having fun together."

★ Notice your child's effort and be honest in praising it.

- *Support your child's good intentions.* Rather than saying, "What a beautiful card! You're a great artist!" try saying, "Daddy will really like the get well card you made."
- *Be careful not to go overboard with praise.* Your child may begin to doubt your judgment if you constantly tell him that he's the fastest boy or the best artist, especially if he knows others who are faster or who draw better pictures.

★ Avoid compliments that insult your child or others.

- *Don't praise your child in a way that sounds like criticism.* Saying, "You actually remembered to put your coat away for once" is not encouraging. If something your child has done is worth complimenting, let the compliment stand on its own.
- *Avoid insulting others while encouraging a child.* Saying, "You are a much better helper than your brother" may cause competition and resentment.

"I love you." "I'm proud of you." "I'm so glad you're my child." Children and adults feel good when they hear these words.

These suggestions were adapted from:

Brazelton, T. Berry, & Sparrow, Joshua A. (2001). Touchpoints three to six: Your child's emotional and behavioral development (pp. 222-224). Cambridge, MA: Perseus.

Work and Family Resource Center. (1996). Praising children [Online]. Available: <http://www.cpirc.org/tips/praise.htm#Praising%20Children>

★ Learn more about praising your children by visiting these Web sites:

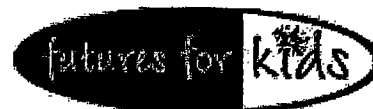
Self-Esteem and Narcissism: Implications for Practice
<http://ericecece.org/pubs/digests/1993/lk-sel93.html>

Letting Your Kids Know How Special They Are

http://www.parentsplace.com/expert/parenting/articles/0,10335,243319_113401,00.html



28 Children's Research Center
81 Gerry Dr. • Champaign, IL 61820-7469
Telephone: 217-333-1366 • Fax: 217-333-3767
Toll-free: 800-883-4135 (Voice/TTY)
Email: iel@uiuc.edu
Internet: <http://illinoisearlylearning.org>



For more tip sheets on other topics, please go to <http://illinoisearlylearning.org>

Palabras animadoras

El aliento emocional puede ayudar a los niños a sentirse bien acerca de sí mismos y sus padres. Pero también puede hacerse de manera exagerada. Las palabras alentadoras comunican la apreciación sin dar la impresión de ser alabanzas vacías o "cosas que los padres deben decir." A continuación presentamos unos consejos sobre cómo alentar a su hijo.



- ★ Tome nota de hechos buenos específicos, y coméntenlos.
 - *Cuente a su hija del amor que usted le tiene y lo maravillosa que es. Pero la niña también necesita recibir ánimo acerca de hechos específicos. En vez de decirle, "¡Qué buena niña eres!", procure decirle, "Pusiste tu libro en la estantería de nuevo." Su hija entenderá que su propia acción fue provechosa.*
 - *Preste atención a las cosas que su hijo hace bien. Por ejemplo, si suele dar empujones hasta llegar a la frente de la cola pero esta vez se acuerda de esperar, usted podría decirle, "Me alegra que te acordaste de esperar para bajar el resbalón cuando viste a Jasón llegar primero a la escalera," dándole una sonrisa o un abrazo.*
 - *Use las palabras para ayudarle a su hijo a darse cuenta de sus propios planteamientos de los problemas. "Vi que María quería jugar otro juego que tú no querías jugar, y le sugeriste que jugaran al que ella quería y después el que tú querías. Me parecía que se divertían juntos."*

- ★ Fíjese en los esfuerzos de su hijo y alábelo con sinceridad.
 - *Apoye las buenas intenciones de su hijo. En lugar de decirle, "¡Qué tarjeta más linda! ¡Eres un artista estupendo!", le podría decir, "A Papi le gustará mucho la tarjeta 'Espero que te mejores' que le hiciste."*
 - *Guárdese de no exagerar las alabanzas. Su hijo quizás desarrolle dudas sobre el discernimiento de usted si le dice constantemente que es el niño que corre más rápido, o el mejor artista, especialmente si él sabe que hay otros que corren más rápido o que saben dibujar mejor.*

- ★ Evite los cumplidos que insulten a su hijo o a otros.
 - *No alabe a su hijo de manera que se parezca a una crítica. No es alentador decirle, "No puedo creer que por fin te acordaste de colgar tu abrigo." Si su hijo ha hecho algo digno de un cumplido, dele el cumplido, y déjesele así.*
 - *Evite insultar a los demás al animar a un niño. Si usted le dice, "Me ayudas mucho mejor que tu hermano," esto podría causar la competición y el resentimiento.*

"Te amo." "¡Estoy orgullosa de ti!" "Estoy tan feliz de que eres mi hijo." Los niños—y los adultos también—se sienten contentos al escuchar estas palabras.

Estas sugerencias son adaptaciones tomadas de los siguientes recursos:

Brazelton, T. Berry y Sparrow, Joshua A. (2001). Touchpoints three to six: Your child's emotional and behavioral development (pp. 222-224). Cambridge, MA: Perseus.

Work and Family Resource Center. (1996). Praising children [Online]. Available: <http://www.cpirc.org/tips/praise.htm#Praising%20Children>

- ★ Aprenda más sobre cómo alentar a su hijo visitando estos sitios Web:
Estoy Alegre Que Yo soy Yo: Desarrollando Autoestima en los Niños Pequeños
<http://www.pbs.org/wholechild/spanish/providers/glad.html>

La autoestima en los niños y adolescentes

http://www.ciudadfutura.com/psico/articulos/autoestima_nya.htm



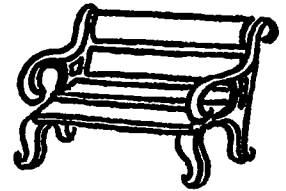
28 Children's Research Center
81 Gerty Dr. • Champaign, IL 61820-7489
Teléfono: 217-333-1386 • Fax: 217-333-3767
Gratis: 800-583-4138 (Voz/TTY)
Email: iel@uiuc.edu
Internet: <http://illinoisearlylearning.org>



Para más páginas de consejos acerca de otros temas, favor de visitar el: <http://illinoisearlylearning.org>

The Park Bench School of Parenting

Years ago parents got most of their child-rearing information from each other. Articles in the Park Bench School of Parenting are written to revive that custom. If you belong to a parents' group, use these articles as discussion starters. Or ask a friend what he or she would do in a similar situation. Listen to different viewpoints and decide for yourself what's best for your family.



GETTING CHILDREN TO DO WHAT YOU ASK

Looking for ways to get your children to do what you expect of them? Here's a list of suggestions that have worked for others. Talk them over with other parents, and you may come up with additional effective ideas.

Organization: Think ahead.

- Let your child know what new situations will be like.

Provide Choices: As much as possible, give your child choices.

- Make certain these choices are between alternatives that are acceptable to you.

Clear Expectations: Your child needs to know exactly what is expected.

- "Stop it!" is not nearly as helpful to your child as "Use two hands on your cup."

Follow Through: If you say you are going to do something, do it!

- Don't tell your child you are going to do something unless you are able to and unless you plan to carry it through.

Be Specific: Avoid words like *good, better, nice,* etc. in directions and comments.

- Instead of phrases like "You're a good boy," tell him specifically what you like, "I like it when you pick up your toys."

Say It: Be straightforward about what you expect.

- When making a statement, don't preface it with "Would you like to", or you'll be giving a choice when you don't mean to give one.

Consistency: Children respond well to predictability.

- Provide consistent consequences for consistent behavior--both positive and negative.

Keep It Positive: When giving directions, present them positively instead of negatively.

- It is much more pleasant to hear "Do this" than "Don't do that."

Keep It Simple: Children need clear directions.

- Break down directions so that your child can concentrate on one task at a time.

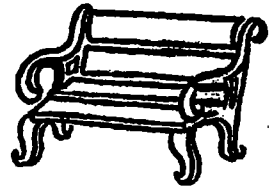
Humor: Don't be afraid to laugh.

- Humor and a "light touch" are helpful when interacting with your child.

Source unknown. Revised by Carole Hoppe and Elaine Dempsey

La Escuela En El Banco del Parque

Hace muchos años los padres se ayudaban unos a otros para criar a sus hijos. Los artículos que se encuentran en *La Escuela en el Banco del Parque* fueron escritos para revivir esa costumbre antigua. Si usted participa en un grupo de padres que se reúne con regularidad, puede usar estos artículos para empezar conversaciones con ellos. O pregúntele a un amigo o amiga qué haría él o ella en una situación semejante. Escuche bien los diferentes puntos de vista y decida por sí mismo qué es lo mejor para su familia.



CÓMO CONSEGUIR QUE LOS NIÑOS HAGAN LO QUE SE LES PIDE.

¿Está buscando maneras de hacer que sus hijos hagan lo que se espera de ellos? Aquí tiene una lista de sugerencias que han sido útiles para otros. Converse sobre ellas con otros padres y es posible que se le ocurran más ideas efectivas.

Organización: Pensar por adelantado.

- Haga saber a su hija cómo serán las nuevas situaciones.

Ser consecuente: Los niños responden bien a aquello que es previsible.

- Ofrezca consecuencias previsibles a comportamientos también previsibles (tanto positivos como negativos).

Expectativas claras: Su hija necesita saber exactamente qué se espera de ella.

- Le ayuda mucho más oír "Usa tus dos manos con la taza" que "¡No hagas eso!"

Seguimiento: Si dijo que harían algo, ¡háganlo!

- No le diga a su hija que van a hacer algo a no ser que vayan a poder hacerlo y que realmente planee hacerlo.

Sea específico: Al dar instrucciones o hacer comentarios, evite usar palabras como *bueno*, *mejor*, *bien*, etc

- En lugar de decir cosas como "Eres una niña muy buena," díglele específicamente qué le gusta "Me gusta cuando recoges tus juguetes".

Dígalo: Sea clara sobre lo que espera.

- Cuando vaya a afirmar algo, no empiece diciendo "¿Te gustaría...?" o estará ofreciendo una elección cuando no tenía intención de hacerlo.

Dé opciones: Siempre que sea posible, ofrezca opciones a su hijo.

- Asegúrese de que estas opciones sean alternativas aceptables para usted.

Comuníquese en positivo: Al dar instrucciones, preséntelas de forma positiva en lugar de en negativo.

- Es mucho más agradable oír "Haz esto" que "No hagas eso."

Manténgalo sencillo: Los niños necesitan instrucciones claras.

- Detalle las instrucciones para que su hijo pueda concentrarse en una tarea a la vez.

Humor: No tenga miedo a reír.

- El humor y el "tono liviano" ayudan al interactuar con su hijo.

Autor desconocido revisado por Carole Hoppe y Elaine Dempsey

Sweet Dreams

Bedtime Tips for Tired Parents

Experts say that there are three attributes that will make a bedtime routine work--Consistency, Consistency, and Consistency!

1. Start quiet activities about an hour before bedtime.
2. A warm bath may help your child relax.
3. Set a routine--perhaps a favorite book, a drink of water, and a goodnight kiss.
4. Set limits--one story, one drink of water, one kiss.

This may not solve all problems, but it is a good first step.

*DuPage County Health Department
Healthy Families DuPage*

Nurture Your Child's Emotional Growth

- Tell your children you love them. Offer lots of hugs and kisses.
- Make a list of wonderful things about your children.
- Avoid exposing your children to stressful or violent situations.
- Provide structure for your children's day. Set times for meals, naps, bedtime.
- Make sure your children feel safe. Comfort them when they're scared. Show them you have taken steps to protect them.
- Take care of yourself so that you can be available for your children.
- Join a parent support group to share your joys and challenges.

*DuPage County Health Department
Healthy Families DuPage*

Felices Sueños

Consejos de la hora de dormir para padres cansados

Los expertos dicen que hay tres atributos que harán que la rutina de la hora de dormir funcione: Consistencia, Consistencia y Consistencia!

1. Comiencen con actividades tranquilas una hora antes de dormir.
2. Puede que un baño calentito ayude a relajarse a su hijo.
3. Fije una rutina (puede ser un libro favorito, beber agua y un beso de buenas noches)
4. Ponga límites como una historia, un vaso de agua, un beso.

Es posible que esto no solucione todos los problemas pero puede ser un buen comienzo

*DuPage County Health Department
Healthy Families DuPage*

Cuide el crecimiento emocional de su hijo

- Dígales a sus hijos que les quiere. De a sus hijos muchos besos y abrazos.
- Haga una lista de cosas maravillosas de sus hijos.
- Evite exponer a sus hijos a situaciones estresantes o violentas.
- Ofrezca a sus hijos una estructura para su día. Establezca horas concretas para comidas, siestas y la hora de dormir.
- Haga que sus hijos se sientan seguros. Tranquilícelos cuando sientan miedo. Demuestre que ha tomado medidas para protegerles.
- Cuídese usted para que pueda estar disponible para ellos.
- Únase a un grupo de apoyo de padres para compartir sus alegrías y problemas con ellos.

*DuPage County Health Department
Healthy Families DuPage*

Music Under The Stars

Sterling Municipal Symphony Band



Free Concerts in the Park

Grandon Civic Center
Downtown Sterling

Each Wednesday in July
Beginning at 7:30 p.m.

Bring your family,
meet your friends,
have a great evening!

Gary J. Steinert
Regional Superintendent of Schools
Whiteside County ROE
1001 West 23rd Street

Nonprofit Organization
U.S. Postage
Paid
Morrison, IL 61270