

Mod5_FPP_032318_KT

Diapositiva 1: Resumen general de la crianza temporal

Este módulo se llama Autocuidado de la familia de crianza temporal, y le mostrará cómo el ser padre de crianza temporal puede afectar a su familia y el estrés que esto involucra, el duelo y la pérdida sufridos por la familia de crianza temporal, la importancia de tomar tiempo para sí mismo y cómo pedir apoyo y ayuda. Ha aprendido sobre cómo los niños y las familias biológicas se sienten acerca de estar en el cuidado de crianza temporal y en este módulo, conocerá cómo los niños que ingresan y salen de su hogar pueden afectarle a usted y a su familia.

Si es un pariente del niño bajo su cuidado, su familia puede ser afectada de maneras distintas que la de los padres de crianza temporal que no son familiares de los niños en su hogar. Puede sentir una sensación del duelo y la pérdida de una manera distinta que otros padres de crianza temporal y es posible que tengan otros sistemas de apoyo.

Diapositiva 2: Las voces de los padres de crianza temporal

Las voces de los padres de crianza temporal:

>> Me metí en esto por accidente y tenía un amigo en el trabajo que lo hacía y realmente él me animó a hacerlo y he visto que la mayoría de las personas empiezan así, que alguien lo ha animado a hacerlo.

>> Brindo cuidados de crianza temporal porque pienso que el enriquecimiento en la vida humana se puede medir con nuestras conexiones con los demás.

>> Hay varias razones y la más importante, me han hecho esa pregunta muchas veces y si puedo hacer una diferencia, que si un día en nuestro hogar puede mostrar a un niño que hay otra manera de hacer las cosas que le trae un poco más de paz o felicidad entonces valió la pena.

Diapositiva 3: Los efectos de la crianza temporal en la familia

Cuando usted decidió convertirse en padre de crianza temporal, ¿fue una decisión que tomó por sí solo o fue algo de lo que conversó con su cónyuge, pareja, hijos o parientes lejanos?

Independientemente de quien en su familia haya tomado la decisión de participar en la crianza temporal, la decisión afectará a toda su familia. Como padre o madre de crianza temporal, tiene la responsabilidad de cumplir con las necesidades de los niños de crianza temporal en su hogar, pero como miembro de su familia, también tiene la responsabilidad de cumplir con las necesidades de su cónyuge, pareja, hijos y de sí mismo.

Es una muy buena idea que las familias que están considerando participar en la crianza temporal, conversen sobre sus sentimientos acerca de la crianza temporal, incluyendo las cosas que esperan así como toda inquietud que puedan tener. Hablar sobre esto, especialmente con los niños en el hogar, ayudará a preparar a la familia para la crianza temporal. Sus hijos pueden preocuparse de que no recibirán tanta atención de usted o de qué pasará con los niños de crianza temporal cuando se vayan de su hogar.

Probablemente se ha preparado durante un periodo de tiempo para recibir a los niños en su hogar, pero a pesar de cuántos preparativos hace, todavía tomará tiempo y esfuerzo para acostumbrarse a tener a un niño en su hogar. Será así no sólo con el primer niño al que brinda cuidados de crianza temporal, sino que también con todo niño que recibe en su hogar. Mientras va ganando experiencia con la crianza temporal, aprenderá cómo ayudar a su familia a acostumbrarse a los niños que lleguen a su hogar y también aprenderá a ayudar a los niños que salgan de su hogar.

Si es pariente de los niños en su hogar, quizás ni siquiera tuvo el mismo tiempo para hacer los preparativos que tienen los otros padres de crianza temporal. Los padres de crianza temporal que no son familiares de los niños en su hogar generalmente planifican convertirse en padres de crianza temporal mucho antes de recibir niños en su hogar, y es posible que usted no haya tenido el mismo periodo de tiempo para prepararse para este cambio en su hogar.

Diapositiva 4: Las voces de los padres de crianza temporal

Las voces de los padres de crianza temporal:

>> Ya habíamos hablado de convertirnos en padres de crianza temporal por un tiempo, en aquel entonces mi esposo y yo sólo teníamos un niño pequeño entonces fue una buena decisión y pensamos que era sumamente importante poder ayudar a alguien más. Más tarde empezamos a participar en la crianza temporal de nuevo cuando nuestros hijos ya estaban más grandes y entonces conversamos entre familia sobre esto, hablamos con los niños y les dijimos que queríamos escuchar su opinión pero que la decisión la tomaríamos su papá y yo, pero queríamos escuchar cómo se sentían y cómo les afectaría la vida.

>> Creo que las conversaciones eran típicas, nos preocupábamos si tendríamos el espacio físico para hacerlo, nos preocupábamos sobre el espacio en nuestra vida, ya parecía que estábamos, pues, teníamos una vida ocupada y estábamos llenos y cansados al final de cada día y no teníamos niños que cuidar, entonces básicamente si íbamos a hacerlo funcionar el tener a otra persona en nuestra casa y luego cómo íbamos a hacerlo funcionar todo si tuviéramos dos personas más en casa. Y entonces cómo íbamos a hacerlo funcionar todo si tuviéramos tres personas más en casa.

Diapositiva 5: El duelo y la pérdida para las familias de crianza temporal

En otros módulos, ha aprendido sobre el duelo y la pérdida que sufren los niños y los padres biológicos, pero ahora piense en el duelo y la pérdida que usted y su familia puedan sufrir cuando los niños se vayan de su hogar. Mientras que podría apoyar la decisión de que el niño se mude o quizás pidieron el cambio, aún puede sentir una sensación de pérdida cuando el niño se vaya. A veces la pérdida es una sensación de tristeza que extraña al niño y lo quiere y otras veces la tristeza se debe a que siente que no lo pudo ayudar. Sea lo que sea el motivo de la sensación de pérdida, es importante conseguir maneras de ayudar a su familia a superarla. Este sentido del duelo y pérdida pueden ser sentidos por sus hijos también y es importante procesar estos sentimientos en familia.

Su trabajador de licencias puede ayudarlo a buscar apoyo durante este periodo del duelo. Más adelante en este módulo, conocerá maneras para buscar ayuda a través del relevo y los grupos de apoyo.

Para los proveedores familiares, su sensación del duelo y la pérdida puede ser muy distinta a la de los padres de crianza temporal que no son familiares de los niños en su hogar. También es posible que sufra del duelo por el niño y los padres biológicos porque el niño tuvo que ingresar al cuidado de crianza temporal. Quizás tenga una sensación de pérdida o vergüenza porque su familia está involucrada con el sistema del bienestar del menor y también es probable que tenga una sensación de pérdida como cualquier otro padre de crianza temporal cuando el niño se vaya de su hogar. Quizás tenga miedos semejantes sobre lo que pasará con el niño o si la mudanza fue algo positivo. Consulte a su trabajador de licencias para conectarse con los grupos de apoyo para los padres de crianza temporal que tratan el duelo y la pérdida de los cuidadores familiares.

Diapositiva 7: Las voces de los trabajadores de crianza temporal

Las voces de los trabajadores de crianza temporal:

>> Hay mucho apoyo disponible para los padres de crianza temporal, el condado o la agencia involucrados con su licencia y la situación del caso. Están también los recursos comunitarios dependiendo de las necesidades del niño en la familia, el sistema legal, el sistema educativo, terapeuta, todo tipo de profesional está ahí para apoyar la colocación, ayudar a satisfacer las necesidades del niño y los padres de crianza temporal pueden beneficiarse también participando en los grupos de apoyo o asistiendo a otras oportunidades educativas para padres de crianza temporal. Existe una organización estatal y también hay asociaciones locales para los padres de crianza temporal. Hay muchas opciones.

>> Es útil tener las asociaciones para padres de crianza temporal, creo que el mejor apoyo para los padres de crianza temporal es apoyarse entre ellos, el Centro de Recursos para la Adopción y la Crianza Temporal tiene buena información al igual que el sitio web del Departamento de niños y familias, entonces mientras más conectados estén los padres de crianza temporal entre ellos y con los trabajadores y terapeutas...esos son los mejores apoyos que pueden conseguir.

>> Creo que los padres de crianza temporal deberían contactar a su trabajador cuando puedan porque son una fuente profunda de conocimiento pero también hay organizaciones para padres de crianza temporal, organizaciones locales, grupos de apoyo para conectar a los padres de crianza temporal con otros padres de crianza temporal, lo cual he sabido que es muy beneficioso, cuando los padres de crianza temporal puedan interactuar y aprender de otras personas que hacen el mismo trabajo que ellos y publicar estrategias e ideas, también hay organizaciones nacionales para padres de crianza temporal que tiene buenos sitios web y excelentes congresos, aparte de todos los recursos comunitarios que existen para los padres. Sabe que a veces me parece que los padres de crianza temporal piensan que no son elegibles o

que no encajan en esos grupos ni ningún grupo de apoyo para padres, la red de padres (parenting network) o algo así, lo que está disponible para padres regulares también está disponible para los padres de crianza temporal.

>> Hay varios recursos de apoyo que están disponibles para padres de crianza temporal dependiendo del condado o la agencia con la que trabajan, algunos condados y agencias tienen reuniones ocasionales para padres de crianza temporal en donde se reúnen para contar historias y apoyarse el uno al otro. Algunas agencias y condados brindan talleres de capacitación regulares y es otro lugar en que puede llegar a conocer a otros padres de crianza temporal, aprender algo más sobre los niños bajo su cuidado y aumentar su propio nivel de destrezas. Cada familia tiene un trabajador social asignado al niño y ese trabajador social puede servir de una fuente de apoyo, educación, ánimo. Creo que quizás lo más importante es que los padres de crianza temporal se apoyen entre ellos porque es un trabajo bastante difícil y nadie conoce mejor el trabajo que otros padres de crianza temporal, entonces basado en mi experiencia puedo decir que es muy bueno cuando los padres de crianza temporal se apoyan entre ellos.

Diapositiva 8: Red de apoyo

Mientras participa en la crianza temporal, recuerde que para poder cuidar totalmente a los niños bajo su cuidado, también debe cuidarse de sí mismo. Para poder cuidarse de sí mismo, piense en cómo las personas alrededor suyo pueden apoyarlo. Usted y su familia pueden sentirse apoyados por otros familiares, vecinos, amigos, compañeros de trabajo, miembros de su comunidad espiritual u otros padres de crianza temporal. Esas personas que pueden y podrán apoyarlo a usted y a su familia son su “red de apoyo” y serán personas sumamente importantes de las cuales podrá depender mientras participa en la crianza temporal.

Imagínese que ha tenido un día muy estresante y no se siente bien. ¿A quién puede llamar para desahogarse o conversar? ¿A quién puede llamar que sabe que lo escuchará y ofrecerá su apoyo? ¿Quiénes son las personas en su vida en las que sabe que puede contar a pesar de todo?

Use su cuaderno para escribir quién está en su red de apoyo. Luego anote cuándo podría localizar a esas personas cuando las necesite. Una persona en particular no necesita estar disponible las 24 horas al día para formar parte de su red de apoyo. Puede tener alguna amiga que no vive cerca pero a la que puede llamar en cualquier momento para apoyo. Ella sería una gran ayuda para ayudarlo a desahogarse pero no sería realista pensar que podría ayudarlo a hacer compras de comida o mandados. Considere maneras en que cada persona en su red de apoyo puede ayudarle a usted y a su familia mientras participan en la crianza temporal, anótelas y luego hable con su trabajador de licencias sobre esto.

Diapositiva 9: Recárguese, usted y a su familia

Ser padre o madre de crianza temporal puede ser divertido y satisfactorio, pero puede ser exhausto también. Para poder cuidar a los niños en su hogar de forma eficaz, tendrá que pensar en cómo usted y su familia “recargan las pilas”, o sea, ¿cómo tomarán tiempo para ustedes mismos y energizarse? Piense en los momentos estresantes por los que han pasado con su familia y cómo los superaron. Algunos ejemplos de recargarse podrían incluir:

Hacer un viaje familiar después de los días festivos estresantes para pasar tiempo juntos y divertirse

Tomar un baño prolongado o pasar tiempo leyendo a solas

Hacer ejercicios después de un día estresante

Llevar a los niños a tomar helado

Ir de pesca

¿Cómo recarga las pilas? ¿Cómo puede ayudar a su familia a que recargue las pilas? Recargar las pilas puede incluir tomar 10 minutos para sí mismo todos los días o podría ser hacer un viaje familiar. Usted puede recargarse a diario, pero a veces necesitará más que eso. Piense en las maneras diferentes en que usted y su familia pueden sentirse rejuvenecidos y escriba sus ideas para compartirlas con su trabajador de licencias.

Diapositiva 10: Las voces de los padres de crianza temporal

Las voces de los padres de crianza temporal:

>> Lo que hago para cuidarme a mí mismo y mi estrés, eso ha mejorado en los 15 años que he estado participando en la crianza temporal porque fue una gran deficiencia cuando recién empecé, el cuidado de relevo o cuidado infantil de alguna forma es excelente y estoy mucho más involucrado en la comunidad que antes cuando empecé y en parte se debe a que una vez que tenga niños de crianza temporal, se ocupan con la escuela, las obras de teatro, los deportes, la iglesia y...

>> Las maneras en que cuidamos a nuestra propia familia se tratan de estar consciente de lo que sucede con nuestros hijos. Saber que son...cómo responden a la colocación de algún niño o a la salida del niño de nuestro hogar y tratar de ayudarles a superarlo usando fotografías o conversación, nos gusta...es como los niños no se van para siempre y todavía tenemos artículos que nos recuerdan a ellos para que no sea una pérdida tan grande, no es como que...porque ya

está empacando su ropa y sus artículos cuando se va o volver a alistar la habitación cuando llega el niño entonces tratamos de mantener esa constancia para que los niños vean que...que aún están ahí solo que ya no están con nosotros.

>> Pienso que asegurarse que tome tiempo para sí mismo y que le permita tiempo de relevo para que no pueda...no se puede correr la carrera rápida como padre de crianza temporal, hay que hacerlo de forma duradera. Se nos olvida que tenemos que cuidar de nosotros mismos especialmente en estas situaciones complicadas y emocionalmente estresantes que hemos elegido enfrentar como padres de crianza temporal. Hay que hacer el autocuidado una prioridad.

>> Mi esposo y yo tenemos un sentido de humor excelente después de todos estos años de haber sido padres de crianza temporal y nos ayuda a recargar. Básicamente tenemos que poder reírnos juntos al final del día y asegurarnos que nos conectemos a diario, que hablemos el uno con el otro todos los días, que hagamos actividades divertidas como ir al cine, hacer una noche de película, ir a cenar juntos, reunirnos con algunos amigos, es extremadamente importante mantenerse conectado con su pareja durante la crianza temporal porque requiere mucha energía.

>> Es muy importante cuidarnos a nosotros mismos porque si no lo hacemos, no podemos cuidar a los niños. Todos los días, trato de buscar los pequeños detalles que hacen los niños que traen la dicha en vez de la frustración, no verlo como algo frustrante. Me gusta caminar como familia, yo sola hago mucho...básicamente trate de hacerlo divertido y disfrutarlo porque se quite el estrés.

Diapositiva 11: Cuándo pedir ayuda

Durante este taller, probablemente ha escuchado 100 veces que consulte a su trabajador de licencias cuando necesita ayuda, entonces ¡no tenga miedo hacerlo cuando lo necesite! Al pedir

ayuda, estará cuidado a los niños de crianza temporal en su hogar y a su familia de la mejor manera posible. Si ignora las señales de advertencia del estrés o la frustración, no podrá cuidar a su niño de crianza temporal, su familia, o a sí mismo de forma eficaz.

Es importante que pida ayuda cuando la necesite. ¡Evite esperar! Cuando se siente estresado o abrumado, hable con su trabajador de licencias sobre cómo puede manejar el estrés de la forma más productiva.

Diapositiva 12: Las voces de los padres de crianza temporal

Las voces de los padres de crianza temporal:

>> Generalmente en nuestra familia, dependemos el uno del otro en cuanto al relevo para nuestra familia, nuestros hijos ya son adultos ahora y nos podrían ayudar para evitar usar el relevo formal, pero sí creo que es muy importante que los padres de crianza temporal aprovechen esas oportunidades para cuidarse a sí mismos y usar el cuidado de relevo si lo necesitan hacer.

>> Puede programar que los niños se junten con otros para jugar después de la escuela y así consigue el tiempo que necesita cuando están jugando con amigos, asimismo, ese día de la semana servirá de sanación, teniendo ese tiempo para estar con su pareja de nuevo con su familia y con su perro.

Diapositiva 13: Los grupos de apoyo y las asociaciones para padres de crianza temporal

Como ya había escuchado en este módulo, su trabajador de licencias puede conectarlo con los grupos de apoyo para padres de crianza temporal. Aprendió en el módulo 2 sobre Wisconsin Foster and Adoptive Parent Association (WFAPA, por sus siglas en inglés), una red de apoyo estatal para los padres de crianza temporal y adoptivos. Puede obtener más información sobre WFAPA visitando su sitio web: www.wfapa.org. Su comunidad puede también tener grupos de apoyo locales, entonces hable con su trabajador de licencias sobre esto. National Foster Parent Association (NFPA, por sus siglas en inglés) es una organización nacional que puede brindarle apoyo y ayuda. Puede encontrar información sobre NFPA en su sitio web, nfpaonline.org, o puede llamar al 1-800-557-5238.

También puede buscar información en Foster Care and Adoption Resource Center (FCARC, por sus siglas en inglés) acerca de la crianza temporal y los recursos disponibles para usted como padre de crianza temporal. Puede encontrar FCARC en línea www.wifostercareandadoption.org o llamar por teléfono al 1-800-762-8063.

Además de asistir a los grupos de apoyo para padres de crianza temporal, otra manera para sobrellevar el duelo y la pérdida es el uso del relevo, lo que brinda un breve descanso tanto para usted como para los niños en su hogar. Esto no se usa como un castigo para los niños, sino para brindarle a usted y al niño un poco de tiempo y espacio. Durante el relevo, los niños pasan algún tiempo con otro proveedor y el relevo puede durar algunas horas o algunos días. Si no tiene niños en su hogar cuando sufre del duelo y la pérdida, puede tomar una pausa de recibir niños en su hogar. Como ya aprendió anteriormente en este taller, es mejor tomar el tiempo que usted necesite y prepararse para la llegada del niño a su hogar que recibir a los niños y sentir que no puede atenderlos de forma adecuada. Si sufre del duelo y la pérdida relacionados

con un niño que se va de su hogar, puede ser mejor darse y darle a su familia el tiempo para procesar esa pérdida antes de recibir más niños en su hogar.

Diapositiva 14: Las voces de los padres de crianza temporal

Las voces de los padres de crianza temporal:

>> Cuando estábamos batallando, fue muy importante conectarnos con otras personas que hacían lo que nosotros hacíamos. Muchas veces, sus familiares o amistades no entienden por lo que está pasando como padre de crianza temporal, entonces es muy importante que se conecten con personas que tengan la misma mentalidad y que le puedan brindar buenas ideas ya que frecuentemente tienen las mejores ideas porque ya han pasado por lo mismo.

>> Para mí, soy bastante religiosa y tomo tiempo para orar. Hablo con mis amigos. Pienso en muchas de las mismas cosas que otras personas cuando están estresadas.

>> Pienso que es bastante útil tener a un equipo que apoya a los niños como los trabajadores sociales que están involucrados, el poder llamar a un trabajador social para desahogarme sin ningún otro motivo que sólo desahogarme. Creo que el tiempo a solas me ayuda, entonces conseguir una niñera para los niños y poder escaparme de la casa por un tiempo puede ser bastante útil.

Diapositiva 15: Saber es poder

Su red de apoyo será increíblemente valiosa para usted como padre o madre de crianza temporal. Además de tener con quién contar, recibir capacitación adicional le ayudará a

prepararse para los niños en su hogar tanto como para el estrés que conlleva la crianza temporal. La capacitación de los fundamentos que completará en su primer periodo de licencias cubrirá más a fondo los efectos de la crianza temporal en su familia y le brindará más estrategias para lidiar con el estrés que podría sentir. Su trabajador de licencias puede informarlo de otras oportunidades que podrían ayudarlo a cuidar mejor de los niños en su hogar. Estas otras oportunidades educativas podrían cumplir con sus requisitos de educación continua. Nuevamente, porque no lo ha escuchado lo suficiente, ¡consulte a su trabajador de licencias!

Diapositiva 16: ¡Lo hizo!

¡Lo hizo! ¡Faltan pocas diapositivas más para completar la capacitación antes de la colocación y estará bien preparado para convertirse en un excelente padre o madre de crianza temporal! Se le han brindado muchos consejos y herramientas para trabajar con los niños y las familias biológicas y ha aprendido sobre lo que se espera de usted como padre o madre de crianza temporal. Ha escuchado sobre lo que puede hacer para cuidarse a sí mismo y a su familia y cómo la situación podría ser diferente si es familiar de los niños bajo su cuidado. No piense que tiene que tener todo memorizado porque todo está aquí cuando necesite repasarlo. Tendrá a mucha gente respaldándolo, apoyándolo y que está dispuesta a ayudarlo cuando sea necesario. No dude en pedir ayuda. Repítalo conmigo, que cuando tiene alguna duda, ¡consulte a su trabajador de licencias!

Diapositiva 17: Las voces de los trabajadores y padres de crianza temporal

Las voces de los trabajadores de crianza temporal:

>> La labor, el trabajo y el esfuerzo que hacen los padres de crianza temporal es extremadamente difícil y, al mismo tiempo y para cada desafío que se presente, hay un

momento brillante que hace que todo valga la pena. Entonces cuando parece que se pone difícil, aguántese porque hay un momento brillante por venir.

>> No se dé por vencido, aguántese con ellos porque estos niños están muy confundidos, han pasado por mucho, han escuchado mucho, algunos se han mudado mucho y sólo quieren que alguien los comprenda y con algunos niños es más difícil que con otros y si los padres de crianza temporal tienen la paciencia, y pueden mostrarles que los quieren a pesar de todo lo que tengan que hacer para disciplinarlos, eso es clave para que estos niños lo logren.

Las voces de los padres de crianza temporal:

>> Ser padre de crianza temporal es un trabajo maravilloso, es lo más difícil que jamás he hecho y también lo más satisfactorio. Es difícil darse cuenta de cuánto puede afectar la vida de uno el tener a alguien que cuenta contigo.

Diapositiva 18: Repasando el módulo...

Respire profundo y tome un momento para reflexionar en este módulo. Ha escuchado sobre la importancia de cuidarse a sí mismo y a su familia para poder atender a los niños en su hogar. Ha pensado en quién está en su red de apoyo y cómo puede depender de ellos cuando los necesite, y ha escuchado cuán importante es el pedir ayuda. Tiene información sobre los grupos de apoyo y maneras en que puede tomar un descanso de la crianza temporal. Ha aprendido cuán importante es recargar y tomar tiempo para sí mismo.

Diapositiva 19: Las voces de agradecimiento

Las voces de agradecimiento

Muchas gracias, padres y madres de crianza temporal. Los apreciamos y los necesitamos.

Muchísimas gracias.

Gracias por su cariño.

Gracias por hacer una diferencia positiva en la vida de un niño.

Diapositiva 20: Revise su conocimiento