



Una revista especial para padres y personas encargadas del cuidado de niños

# hablen, escuchen, conecten™



## » Las partidas militares

Enfrentar las partidas y las bienvenidas

## » Las bienvenidas

Motivar a los niños a expresar sus sentimientos

## » Cambios

Ajustarse a la "nueva vida normal"





**Hablen, escuchen, conecten** En reconocimiento a las contribuciones hechas por las Fuerzas Armadas de los Estados Unidos – el Ejército, la Naval, la Fuerza Aérea, la Marina, la Guardia Costera,

la Guardia Nacional y la Reserva – Sesame Workshop presenta “Hablen, escuchen, conecten: Las partidas militares, las bienvenidas, los cambios”, una iniciativa educacional bilingüe de alcance comunitario diseñada para las familias militares y sus niños. Estamos orgullosos de ofrecer nuestro apoyo a las familias militares mientras sobrepasan transiciones difíciles.

Con el mayor respaldo de



**WAL\*MART®**



Apoyo adicional de



**JOSEPH DROWN FOUNDATION**

Una creación de **sesameworkshop®**

Una organización educacional sin fines de lucro que produce Sesame Street y mucho más.

ILUSTRACIONES POR JOSEPHINE R. LAURICELLA. FOTOGRAFÍAS: MUPPETS™ DE SESAME STREET POR JOHN E. BARRETT © SESAME WORKSHOP, EXCEPTO LOS ANOTADOS. PORTADA © JOSE LUIS PELAEZ INC/BLEND IMAGES/CORBIS. PÁGINA 2: POR CHRISTINA DELFICO © SESAME WORKSHOP. PÁGINA 3: POR RICHARD TERMINE © SESAME WORKSHOP. PÁGINA 6: © DAVID HARRIGAN/GETTY IMAGES. PÁGINA 7: © JOSE LUIS PELAEZ INC/GETTY IMAGES. PÁGINA 11: © PHOTOALTO/JAMES HARDY/GETTY IMAGES. PÁGINA 12: POR JANET DAVIS © SESAME WORKSHOP. PÁGINA 14: © RAGNAR SCHMUCK/ZEFA/CORBIS. PÁGINA 15: © BRAND X PICTURES/JUPITERIMAGES. PÁGINA 17: © DAVID LAURENS/GETTY IMAGES. PÁGINA 18: POR JANET DAVIS © SESAME WORKSHOP. PÁGINA 19 (ABAJO) POR RICHARD TERMINE © SESAME WORKSHOP.

“SESAME STREET”™, “SESAME WORKSHOP”™, “HABLEN, ESCUCHEN, CONECTEN”™ Y SUS PERSONAJES ASOCIADOS, LAS MARCAS REGISTRADAS Y LOS ELEMENTOS DE DISEÑO SON PROPIEDAD DE SESAME WORKSHOP © 2008 SESAME WORKSHOP. TODOS LOS DERECHOS SON RESERVADOS. SESAME WORKSHOP, ONE LINCOLN PLAZA, NEW YORK, NY 10023 WWW.SESAMEWORKSHOP.ORG/TLC

# La familia es importante

Las familias militares, como la suya, son extraordinariamente dedicadas, fuertes y resistentes. Tienen que ser así porque enfrentan retos extraordinarios. Puede ser que su familia viva dentro de una comunidad militar o en cualquier otra comunidad. Sin embargo, los miembros del servicio militar y sus familias tienen algo en común: todos están prestando un servicio generoso a la nación.

Como miembros de una familia militar que tienen que lidiar con largos períodos de ausencia, sus niños van a necesitar mucho amor y seguridad. Cuando existen múltiples partidas, la familia pasa por el proceso de separación más de una vez. Las múltiples partidas, muy frecuentes hoy día, traen consigo la necesidad de ajustes continuos que requieren esfuerzos especiales y trabajo en equipo. » » »



Hay una manera de satisfacer las necesidades especiales de su familia y usarlas como una oportunidad para sentir orgullo, y crear lazos de unión y fortaleza. Cuando la familia trabaja en equipo, sus niños se sienten amados y seguros.

Usted y toda su familia son héroes al hacer posible el servicio del padre que se va, al continuar los asuntos del hogar y al darle cariño al miembro del servicio cuando regresa a casa. Para ayudarlo a sobrepasar los cambios, Sesame Workshop le ofrece *Hablen, escuchen, conecten: Las partidas militares, las bienvenidas, los cambios*.

En esta revista especial encontrará información e ideas sobre:

- » **Las partidas militares: para ayudarlo a sobrepasar los momentos antes y durante las partidas, a las adaptaciones familiares, y a mantenerse conectados.**
- » **Las bienvenidas: para hacer que el reencuentro sea lo más placido posible, con ideas de cómo sobrellevar múltiples partidas y bienvenidas.**

Además de estar de nuevo en casa, el miembro del servicio que ha regresado puede lidiar con otras situaciones como heridas emocionales o físicas, o una combinación de ambas. Para esto le ofrecemos:

- » **Los cambios: para ayudarlo a usted y a su familia a mantener la comunicación y la esperanza mientras establecen una “nueva vida normal”.**

Usted es la persona que mejor conoce a su familia. De las secciones que necesite, elija las ideas que más se aplican a su situación. La revista les proveerá un útil punto de partida mientras usted y su familia exploran cómo manejar estas transiciones.





# Las partidas: Cómo crear conexiones

Cuando uno de los padres es llamado para servir, la familia completa debe adaptarse a muchas y nuevas experiencias, las primeras de las cuales son las diferentes etapas antes y durante las partidas. Mientras intente aplicar estas ideas, observe las que mejor funcionen en su familia para que puedan usarlas una y otra vez.

## Antes de las partidas

El período de tiempo antes de que el miembro del servicio se vaya puede causar ansiedad en sus niños y su familia. Una buena planificación junto con una gran dosis de confianza, ayudarán a que todos naveguen bien este período. Cuando uno de los padres tiene que partir habrá dificultades, pero como siempre, la clave es trabajar en equipo y mantener una buena comunicación. Las siguientes son ideas para comenzar:

- » **Prepárense y planifiquen juntos.** Informe a las personas que cuidan de su niño y a las personas claves que uno de los padres va a partir. Comience un sistema de apoyo con las personas que le puedan ayudar. Informe a cualquiera que esté envuelto en el cuidado de su niño.
- » **Mantenga las conexiones familiares.** Haga un objeto de “pensando en ti”, como una almohada “abrázame”: Rellene una camiseta del padre que partirá y cósala para cerrarla. Cuando su niño quiera, ¡puede abrazar la almohada!



## ¡Exprésate!

- » **Muchas veces a los niños les es difícil expresar sus emociones.** Desde antes de las partidas hasta mucho después de las bienvenidas al hogar, es importante motivar a su niño a que diga lo que siente con palabras, gestos, dibujos y preguntas. Así usted puede ayudarlo a adaptarse. Dígale que es normal sentirse así y asegúrele: "Yo estoy aquí contigo".
- » **Si usted tiene más de un niño, no se sorprenda si cada uno reacciona de manera diferente a las partidas.** Anime a sus niños mayores a ayudar, asegurándose de que ellos entiendan que son parte de un equipo. Por ejemplo, su niño mayor puede decir: "Vamos a hacer un dibujo para mamá, y papá se lo enviará a ella". Por supuesto, como padre, debe asegurarse que sus niños mayores sepan que deben compartir con usted sus preocupaciones, tal como lo hacen los de menos edad.



Si su niño no hace preguntas acerca de

la partida, usted debe hacerlo. Aunque no lo diga, su niño puede estar imaginándose algo peor.

Recuérdale: "Tu mamá (o papá) está muy bien preparada. Ella sabe como hacer su trabajo. Ella está trabajando con otros que también saben hacer su trabajo".

Asegúrele que ustedes continuarán haciendo las rutinas cotidianas, como leer cuentos a la hora de dormir, jugar con otros niños y comer en familia.

- » **No se sienta tímido si necesita pedir ayuda.** Es NORMAL pedir consejería si la necesita; anónimamente, si lo prefiere.

## Durante las partidas

Las cosas cambian una vez más cuando el padre ha partido. Tal vez tenga que cambiar la manera en que se hacen las cosas, como empezar nuevas rutinas y adaptarse a la nueva situación. Su familia se adaptará, y todos se sentirán orgullosos de lograrlo.

» **Tenga cuidado con lo que dicen de la guerra en la TV, la Internet, la radio y por teléfono.** Su niño puede escuchar aún cuando usted piense que no está escuchando. Explique esto a los parientes y amigos cuando estén de visita.

» **Apoye a su niño manteniendo la comunicación con el padre que ha partido** por medio de correo electrónico, teléfono, la Internet, fotos y dibujos. Su niño puede decirle buenas noches a la luna a la misma hora todos los días. Su niño sabrá que su padre también lo está haciendo.



Haga lo posible por mantener las rutinas diarias para que su niño se sienta seguro. A medida que pase el tiempo y su niño se sienta más cómodo, pídale que le ayude a crear nuevas rutinas como “Un día al revés”.

» **Desde el principio, mantenga abierta la fecha del regreso tanto como le sea posible, así es algo que le de esperanza:**

“Papá/mamá regresará cuando haya terminado su trabajo”. Ayude a su niño a contar los días que papá/mamá ha estado lejos. Por ejemplo, hagan una cadena de papel y añadan un aro por cada día, para dársela o colgarla como decoración cuando papá/mamá regrese. También, pueden poner un centavo en un frasco por cada día; cuando el padre regrese, su niño podrá comprar algo especial con el dinero.



¡Cuidese usted también! Al mantener su salud física, usted mantendrá su salud emocional. Coma y sirva alimentos sanos para que todos se sientan bien. Incluya actividades físicas en sus rutinas: caminar, jugar a los congelados y bailar. Notará que dormir lo suficiente hará la diferencia.



Incluya a su niño en los preparativos de algo especial, como hacer un bizcocho o un afiche de "Bienvenido a casa".

## Las bienvenidas: Juntos otra vez



Este día es el resultado de semanas de preparación y la experiencia puede durar mucho tiempo. Como en cualquier evento especial, la realidad puede ser diferente a lo esperado.

Por supuesto que el regreso de la persona amada es un momento de felicidad, pero también representa un nuevo cambio. Su niño necesitará de apoyo especial para enfrentar la situación. Con una buena planificación, usted puede preparar a su niño para tener nuevamente a toda la familia junta.



## Cómo restablecer las relaciones

Recuerde que hasta unos pocos meses pueden ser un período de tiempo largo en el desarrollo y crecimiento de un niño. Tome las cosas con calma. Las relaciones han cambiado, los miembros de la familia han crecido emocionalmente y los niños han crecido físicamente. Recuérdele a su niño que los cambios ayudan a que la familia esté más unida.

### » Hablen con anticipación acerca de lo que se puede esperar.

Recuérdele a su niño los cambios que ha tenido en los últimos meses: creció unas pulgadas, come alimentos diferentes, aprendió el abecedario. Dígale que el padre que regresa también ha tenido cambios: estuvo en lugares diferentes, ha pasado por situaciones difíciles y aprendió cosas nuevas.



**Tome las cosas con calma, sea paciente. Si su niño se siente tímido durante el reencuentro, muéstrele cómo mamá y papá se abrazan con cariño. Permita que su niño decida cuánto tiempo necesita.**

- » **Tendrán que adaptarse a nuevas rutinas.** Haga que los cambios sean lentos. Poco a poco volverán nuevamente a ser un equipo.
- » **Demuéstrele amor** todos los días con gestos, actos y palabras. ¡Los abrazos son de gran ayuda!



## Las múltiples bienvenidas

Los miembros del servicio militar hoy tienen que cumplir turnos adicionales que algunas veces son más largos. En realidad, la familia entera tiene que volver a partir y ese es un gran reto. Para un niño, las partidas significan cambios constantes. Además, también le puede ser difícil restablecer una relación de confianza y cariño si sabe que el padre tiene que volver a partir.

» **Enfatice que la partida es parte del trabajo.** Asegúrele a su niño, cuando sea necesario, que él no es el culpable de la partida del padre y que tampoco es debido a algo que él hizo o dijo.

» **Aproveche las reuniones informativas antes de cada partida** de los miembros del servicio militar. Estas reuniones no sólo ofrecen información valiosa sino que también establecen la comunicación y el trabajo en equipo.

» **Es importante no mencionar la partida hasta que haya llegado la orden final** y hacerlo solamente cuando se den señales visibles de que algo está ocurriendo como cuando tienen que empezar a preparar el equipaje.

» **Si usted tiene más de un niño, dedíquele tiempo a cada uno** en cosas simples como leer juntos o ir al parque a jugar. Usted le estará dando un mensaje valioso: "Eres importante para mí". Si su tiempo es muy limitado, pídale ayuda a sus parientes. Sus niños mayorcitos pueden hacerle compañía y ser buenos ejemplos para los menores, pero recuerde que ¡los mayorcitos también son niños!



Use la partida anterior como ejemplo. Dígale a su niño: "¿Recuerdas cuando papá/mamá partió la última vez? Fue difícil, pero seguimos siendo una familia, y lo seremos nuevamente". Repita las ideas y las estrategias que le fueron de ayuda antes y recurra a las personas en quienes usted puede confiar. Sea flexible ya que cada partida es diferente.

Antes y durante la partida y después del regreso, su niño seguirá necesitando de su apoyo especial. ¡Hablen, escuchen, conecten! Juntos, como una familia amorosa, valorarán las alegrías, el arduo trabajo y los retos.





# Exprésate: Preguntas y respuestas

Su niño va a tener muchas preguntas. Escúchelo y responda de manera directa y sencilla, si es posible. Trate de no decir: “No te sientas mal” o “No llores”. Lo más importante para su niño es saber que usted lo escucha. No se sorprenda si tiene que contestarle la misma pregunta una y otra vez. Estas son algunas de las más comunes:

- » **¿Cuándo regresará mi papí? ¿Por qué no puede venir ahora?**  
“Vendrá cuando haya terminado de hacer su trabajo. Sabes que él nos quiere mucho y que está deseoso de volver a casa”.
- » **¿Por qué mi mami tuvo que irse pero la mamá de Alex no?**  
“Porque todos tenemos trabajos diferentes. Tu mami trabaja en otro país, en un lugar muy lejos”.
- » **¿Papí se fue porque está enojado conmigo?** “No. Papá algunas veces puede estar molesto o cansado, pero no está molesto contigo. Él te quiere muchísimo”.





## Cambios: La “nueva vida normal”

Las partidas traen cambios para cada miembro de la familia. Esto es particularmente cierto cuando el regreso es debido a heridas. Las heridas pueden ser físicas o emocionales, o una combinación de ambas. Todo lo que antes era normal, de repente cambia. Esto puede ser muy difícil para una familia, pero en especial para los niños, porque posiblemente no se les pueda dar respuestas inmediatas a sus preguntas.

Debido a que los cambios y los retos son constantes, enfrente la situación poco a poco, a medida que el padre que ha regresado y toda la familia se adapten a las diferentes etapas de una “nueva vida normal”.

## Crisis y estabilización

Mientras más apoyo la familia le dé al padre que regresa con una herida física o emocional, o con ambas, mejor será la situación.

Aun cuando no se sepa el resultado y no se puedan dar explicaciones, su niño debe sentir que hay esperanzas.

♥ **Puede ser que al principio tenga muy poca información.** No le dé a su niño falsas esperanzas si usted no sabe lo que está sucediendo. Más bien, ayúdelo a sentirse tranquilo diciéndole, “Papá/mamá ha sufrido heridas, pero ya está en un hospital con doctores que saben lo que tienen que hacer. Ellos están ayudando a que se sienta mejor”.

♥ **Haga lo posible por controlar su propia ansiedad y no darle a su niño información que no necesita saber.** Piense bien lo que le va a decir a su niño y lo que dirá por teléfono a sus familiares. Hablar con amigos, sus padres, un consejero o un líder religioso le puede ayudar mucho.

♥ **Tendrán que hacer decisiones difíciles.** Prepare a su niño para las decisiones difíciles. Puede decirle: “Voy a visitar a papá/mamá para ver en qué puedo ayudar. Te quedarás con Abuela (o en una casa cerca del hospital o en el lugar que usted decida). ¡Recuerda que todos te queremos!”.



¡Las rutinas cotidianas son importantes! Donde sea que esté su niño, trate de hacer que se mantengan algunas de sus rutinas. Lleve un juguete o una frazada favorita, esto le dará un sentido de seguridad. Recuerde asegurarle que lo que está sucediendo no es culpa de él ni de nadie, sino que son cosas que pueden pasar en el trabajo que el padre realiza.





**Para algunos niños, el tiempo y la atención que usted les da significa simple y sencillamente: amor.**

Trate de estar con su niño todo el tiempo posible. Si no puede, comuníquese con frecuencia y mándele fotos de usted, del padre que se está recuperando (si es apropiado), de los doctores y del hospital por correo electrónico. Escuche atentamente las preocupaciones y las noticias diarias de su niño.

♥ **Al paso del tiempo, continúe comunicándose y actualice la información si es conveniente.**

Aunque es importante tener cuidado con la cantidad de información que comparta con su niño, sí trate de conversar con él sobre lo que está pasando. Recuerde que la imaginación de su niño reemplaza cualquier vacío de lo desconocido y eso puede ser peor. Ofrezca esperanza: “Vamos a tardar en saber qué está pasando, pero juntos vamos a salir adelante”.



**Si su niño no puede visitar al padre en el hospital, él puede**

**hacer dibujos o enviarle un animal de juguete para que lo ponga junto a la cama. O puede también grabarle una canción.**

♥ **Consulte con el personal médico sobre cuándo puede su niño visitar al padre herido.**

Eso dependerá del nivel de desarrollo y madurez emocional de su niño. Busque ayuda sobre cómo prepararlo para los cambios que verá en el padre herido. Por ejemplo, acerca de los tubos, equipos médicos, vendajes, etc.; así como la realidad de que verá a otros heridos cerca. Además de que el padre también puede verse o actuar muy diferente de como su niño lo recuerda.

♥ **Si la visita es posible, no lo obligue a tocar y abrazar al padre, ya que al principio, puede sentir temor. Deje que su niño decida cuando hacerlo.**





## Las heridas invisibles

Para los niños, las heridas invisibles son las más difíciles de entender. ¿Por qué papá (o mamá) parece estar enojado o triste? ¿Por qué se le olvidan las cosas o parece distraído?

Es importante que le explique esos cambios a su niño de una manera en que los pueda entender.

- » **Explíquelo que algunas heridas son invisibles, como un dolor de estómago.** El dolor está adentro. Cuando miramos a la persona, no podemos ver su dolor, pero está ahí. Ayude a su niño a entender que la herida puede hacer cambiar la forma en que el padre se siente, habla y actúa. Explíquelo que estar olvidadizo, enojado, frustrado y no poder dormir pueden ser resultados de una herida invisible.
- » **Elogie la fortaleza, valentía y ayuda** de su niño, pero anímelo a que también exprese sus temores.
- » **También pueda que tenga que explicar el motivo por el cual el padre no puede moverse o responder:** “Los doctores quieren que papá/mamá descanse”, o “Las medicinas ayudan a que se mejore pero le dan sueño”.
- » **Reconozca la confusión de su niño y asegúrese de que no tenga sentimientos de culpabilidad.** Puede decirle: “Sé que mamá/papá no está sonriendo ahora pero te quiere muchísimo”.

## Rehabilitación

Una vez que el padre herido se estabilice y empiece a recuperarse, nuevos retos aparecerán. Ayude a su niño a comprender que este proceso podrá ser largo. Dígale: “Es un largo proceso, pero lo haremos juntos, paso a paso”.

### ♥ **Aníme a su niño a hacer preguntas acerca de las heridas:**

“¿Te duele?”. En caso de que tenga alguna prótesis: “¿Eres un robot con súper poderes?”. “¿Tendrás siempre dificultad para hablar o recordar las cosas?”. “¿Te crecerá otra pierna?”. Muéstrole como funciona la prótesis o la silla de ruedas. La mayoría de los niños son curiosos y adaptables. ¡Aproveche esa cualidad!

### ♥ **Cuando su niño le pregunte:**

“¿Se pondrá bien?”; contéstele: “Algunos doctores muy buenos están ayudando para que se ponga bien, y ¡tú también estás ayudando! Va a tomar un buen tiempo, y trabajo, y puede que tengamos que aprender nuevas maneras de hacer algunas cosas, pero lo haremos juntos como familia”.

### ♥ **Trate de encontrar un punto medio entre proteger a su niño y aceptar la difícil realidad por la que están viviendo.**

“Sí, tu papá está diferente, pero sigue siendo tu papá y te sigue amando”. Acepte lo que ha cambiado pero enfatice lo que sigue siendo igual. Recuérdele: “Seguimos siendo una familia unida y muy valiente. Nos ayudaremos todos juntos”.



¡Permita que su niño le ayude con la terapia!

Hasta los niños más pequeños pueden llevar un vaso de agua o aplaudir cuando el padre dé su primer paso. Pueden decorar la prótesis con fotos o hacer una placa especial para la silla de ruedas: “¡Mamá sobre ruedas!”. Cuando hacen dibujos o ilustran frases cortas están ayudando al padre a recordar palabras importantes. Esto alivia los temores de su niño y lo ayuda a restablecer la comunicación con el padre.

♥ **Dele a su niño un “beso en la mano”.** Dígale que el beso se quedará aun cuando se lave las manos y que cuando se ponga la mano en su mejilla, sentirá el calor del beso por todo el cuerpo y le recordará que sus padres lo aman, y que ese amor nunca cambiará.



# Exprésate: Señales de estrés



- » Los niños se expresan no sólo con palabras, sino también con el comportamiento. Cada niño puede reaccionar diferente al estrés y la tristeza. Esté atento a los cambios y busque ayuda profesional si es necesario. Algunas señales de que su niño necesita ayuda son rabietas, mucho apego a alguien, retraído o hiperactivo, pesadillas, no poder dormir y olvidarse por ejemplo de “ir solito” al baño. Si su niño demuestra ansiedad cuando tiene que ir a la escuela, recuerde que es debido a su temor de salir de casa. Hable acerca de esto con los maestros, trabajadores sociales y con consejeros profesionales.



## La reintegración

A medida que el padre herido se rehabilita, su familia aprende maneras de manejar con la situación y hacer planes a largo plazo. Para algunas familias significa regresar a la base militar y para otras regresar a una comunidad civil. Anime a su niño a recibir los cambios como si fueran una manera de obtener nuevas experiencias y mantener unida a la familia.



de la casa donde papá/mamá o cualquier miembro de la familia, pueda usar para cuando necesiten relajarse.

- ♥ **Use los servicios de la comunidad,** el apoyo de familiares, de consejeros y del personal médico. Puede hacerlo de manera anónima si lo prefiere.
- ♥ **Adapte las rutinas cotidianas a medida que la situación cambia.** Los cambios grandes deben ser mínimos especialmente al principio.

♥ **Explíquelo que el proceso de recuperación no ha terminado:** “Mejorar tomará mucho tiempo”. En muchos casos, la terapia será continua; los doctores y las medicinas pueden continuar siendo parte de su vida, y puede haber más hospitalizaciones.

♥ **El padre que ha regresado puede no recordar cosas,** estar irritable y emocionalmente ausente. Dígale a su niño: “Mamá necesita relajarse para pensar por un momento”. Disponga de lugares dentro o fuera



**Motive a su niño a pensar en nuevas maneras de hacer las cosas.**

**Si el padre ha perdido un brazo, den abrazos de un solo brazo. Si ha perdido una pierna, jueguen a los congelados o al fútbol en silla de ruedas. ¡Vayan al parque a comer o hagan una canción familiar!**

**Los hermanos mayores, aquellos que se adaptan mejor a los cambios, pueden ayudar a los pequeños a enfrentar esta nueva y difícil situación. Ellos también pueden ser buenos embajadores ante la comunidad.**



♥ **Anime a su niño a compartir sus logros y destrezas con el padre que ha regresado.** Ahora ya puede saltar, vestirse y hacer otras cosas más. Disfruten juntos estos logros. De la misma manera, su niño puede animar al padre que ha regresado herido cuando aprende de nuevo una destreza.

♥ **Ahora que toda la familia está en casa, tendrán que reasignar responsabilidades.** No permita que su niño se sienta como si lo han degradado. Enfátice que todos pueden continuar participando en las actividades diarias, pero de una manera diferente. Después de los ajustes, haga unas rutinas familiares nuevas y especiales. Tal vez, al final de la semana cada miembro de la familia puede decir qué fue “lo mejor de la semana”.

O pueden disfrutar juntos de mirar las estrellas o una taza de chocolate o una limonada. ¡Hagan actividades que mantengan a la familia unida!

♥ **Sean flexibles,** todos tendrán que adaptarse a las nuevas rutinas del hospital, la casa y la terapia física.

## Los cambios son para siempre.

Esta es su nueva familia, su “nueva vida normal”. Sus niños pueden adaptarse. Ayude a que su niño entienda que en la vida las cosas siempre están en constante cambio y que si tenemos flexibilidad y fortaleza podemos ver el lado positivo de los cambios. Sobre todo, los cambios son parte de las experiencias y del camino que ustedes como familia han emprendido juntos.

**En la siguiente página encontrará cómo conectarse con nosotros por la Internet. » » »**





## Algunas páginas útiles en el Internet:

[www.asymca.org](http://www.asymca.org)  
[www.centerforthestudyoftraumaticstress.org](http://www.centerforthestudyoftraumaticstress.org)  
[www.deploymentkids.com](http://www.deploymentkids.com)  
[www.militarychild.org](http://www.militarychild.org)  
[www.militaryonesource.com](http://www.militaryonesource.com)  
[www.militarystudent.org](http://www.militarystudent.org)  
[www.nmfa.org](http://www.nmfa.org)  
[www.parentsasteachers.org](http://www.parentsasteachers.org)  
[www.pva.org](http://www.pva.org)  
[www.saluteheroes.org](http://www.saluteheroes.org)  
[www.survivingdeployment.com](http://www.survivingdeployment.com)  
[www.uso.org](http://www.uso.org)  
[www.woundedwarriorproject.org](http://www.woundedwarriorproject.org)  
[www.zerotothree.org/military](http://www.zerotothree.org/military)

Por favor visite [www.sesameworkshop.org/tlc](http://www.sesameworkshop.org/tlc) para una copia impresa de esta revista para padres y otros adultos encargados del cuidado de niños, y para más materiales y actividades familiares. Puede compartir esta información con sus amigos y familiares.

**¡Queremos su opinión!** Por favor responda a una encuesta sobre “Hablen, escuchen, conecten”. Complete la encuesta y encuentre más actividades para la familia en el Internet en: [www.sesameworkshop.org/tlc](http://www.sesameworkshop.org/tlc).



**HABLEN, ESCUCHEN, CONECTEN: PARTIDAS MILITARES, BIENVENIDAS, CAMBIOS**  
 UNA REVISTA ESPECIAL PARA PADRES Y PERSONAS ENCARGADAS DEL CUIDADO DE NIÑOS

**Vicepresidenta de Alcance Comunitario y Prácticas Educativas:**  
 Jeanette Betancourt, Ed.D.  
**Directora de Contenido:**  
 María del Rocío Galarza

**Editora en Jefe:** Rebecca Herman  
**Escritora:** Leslie Kimmelman  
**Asistente Editorial:** Beth Sharkey  
**Editora Ayudante:** Jeanette Leardi  
**Correctoras de Material:**  
 Helen J. Carey y Diane Feldman

**Vicepresidenta de Mercadeo y Estrategia de Marcas Registradas:** Suzanne Duncan  
**Vicepresidenta de Desarrollo Creativo:**  
 Janet Boye Jenkins

**Directora de Mercadeo y Servicios Creativos:** Giao Roever  
**Diseñadora:**  
 Kristin Richards Lauricella, Lauricella Design

**Directora de Proyectos Principal:**  
 Lynn Chwatsky  
**Director de Investigación a Nivel Nacional:**  
 David Cohen

**Coordinadora de Proyectos:**  
 Debbie Plate  
**Coordinadora de Traducciones al Idioma Español:** Hélé Cuesta

**Traductora al Español:**  
 Ruby Norfolk/Editing Partners  
**Correctora de Materiales en Español:**  
 Ninoska Marcano, Liz Fernandez

**Sesame Street Magazine**  
**Directora de Arte:** Colleen Pidel  
**Editora Delegada:** Kama Einhorn  
**Editora Asociada:** Mary Buri

**Agradecimiento especial** al equipo completo de HEC II

### SESAME WORKSHOP

**Presidente y Oficial Ejecutivo en Jefe:**  
 Gary E. Knell

**Oficial de Operaciones en Jefe:**  
 H. Melvin Ming

**Vicepresidente Ejecutivo de Educación, Investigación y Alcance Comunitario:**  
 Lewis Bernstein, Ph.D.

**Vicepresidente Ejecutivo de Distribución:**  
 Terry Fitzpatrick

**Vicepresidenta Ejecutiva y Oficial Administrativo en Jefe:** Susan Kolar

**Vicepresidente Ejecutivo de Proyectos Internacionales:** Daniel Victor

**Vicepresidenta Ejecutiva y Oficial de Mercadeo en Jefe:** Sherrie Rollins Westin

### CONSEJEROS

**Patty Barron**, Directora de Iniciativas Juveniles del National Military Family Association (NMFA)

**Charles F. Bolden Jr., MGEN, Comandante General Retirado de la Infantería de Marina de EE. UU.:** Oficial Ejecutivo en Jefe del JACKandPANTHER LLC

**Stephen J. Cozza, M.D., Coronel Retirado del Ejército de EE. UU.:** Profesor de Psiquiatría del Uniformed Services University of the Health Sciences

**Amy Goyer**, Coordinadora Nacional de la AARP Foundation Grandparent Information Center

**Lii Ingram**, esposa del General Asistente y Consejera de los Programas para las Familias de la Guardia Nacional de Carolina del Norte; Guardia Nacional de Carolina del Norte, Oficina del General Asistente

**Delores F. Johnson**, Directora de Programas para las Familias del Family & Morale y el Welfare & Recreation Command del Ejército de EE. UU.

**Mary M. Keller, Ed.D.**, Directora Ejecutiva del Military Child Education Coalition (MCEC)

**Sylvia Kidd**, Directora de Programas para las Familias de la Association of the United States Army (AUSA)

**Harold Kudler, M.D.**, Profesor Clínico Asociado del Departamento de Psiquiatría y Ciencias del Comportamiento en Duke University

**Nancy Kules**, esposa, y **Ryan Kules, CPT Retirado del Ejército de EE. UU.**, Veterano de Iraq Discapacitado del Servicio Militar, Wounded Warrior Project, Warriors to Work, Gerente de Programa

**Michael L. López, Ph.D.**, Director Ejecutivo y Co-fundador del National Center for Latino Child & Family Research

**Corina Mellado Miller**, Trabajadora Social Clínica Licenciada Independiente del Consultation/Liaison Service/Preventive Medical Psychiatry en el Departamento de Psiquiatría del Centro Médico Walter Reed

**Debbie Paxton, R.N., M.S.N.**, Consejera Fundamental Voluntaria y esposa del Oficial General de la Infantería de Marina de EE. UU.

**Patty Shinecki**, miembro de la Junta de Consejeros del Programa U.S. Army Amputee Care en el Centro Médico Walter Reed, Citizen-Soldier Support Program y el Military Child Education Coalition (MCEC)

**Jean Silvernail, Ed.D.**, Jefa del Military Child Education, Pacific Command

**Barbara Thompson**, Directora de la Oficina de Poliza Familiar para la Niñez y la Juventud en la Oficina del Diputado Principal bajo el Secretario de Defensa

**Janice Witte**, Asesora de Niñez Temprana

