

# GOOD QUESTIONS for parents

Parenting  
can be tough.



Asking for help doesn't have to be!

CARD SET 3: SCHOOL AGE

# BUENAS PREGUNTAS para padres

**Ser padres  
de familia  
puede ser difícil.**



¡Pedir ayuda puede ser fácil!

SERIE 3: EDAD ESCOLAR

**Does your child use words to explain feelings? Can he/she identify disappointment, frustration, anger, sadness, regret, etc.?**



**¿Cómo utiliza su niño/a  
las palabras para explicar  
sus sentimientos?**

**¿El/ella puede identificar  
desilusión, frustración,  
enojo, tristeza,  
arrepentimiento, etc.?**



**What do you do when your child has negative feelings? How do you show your child that you recognize and understand those feelings so he/she feels heard?**



**¿Qué hace usted cuando su niño/a tiene sentimientos negativos? ¿Cómo le demuestra a su hijo/a que usted reconoce y comprende estos mismos sentimientos para que el/ella se sienta escuchado/a?**



**How can you help  
your child feel safe?  
Are your child's needs  
(physical, social,  
emotional, spiritual)  
being met?**



**¿Cómo puede ayudar usted a su niño/a sentirse seguro? Se le da atención a las necesidades de su hijo/a (físicamente, socialmente, emocionalmente, espiritualmente)?**





**Have you set  
“Family Rules”  
in your home?**



**¿Usted a establecido  
“Expectativas o  
reglas de familia”  
en su hogar?**



**How are you teaching empathy? When something bad happens, do you talk about how others feel? Can your child understand others' feelings might be different than their own?**



**¿Cómo es que les enseña a tener empatía? ¿Cuándo algo malo pasa, habla usted sobre como otras personas se podrían sentir? ¿Su hijo/a tiene la habilidad de entender como los sentimientos de otras personas pueden ser diferentes a los suyos?**



**Who can you reach  
out to when you  
need help?**



**¿A quién le puede  
pedir ayuda?**



## Parents, ask for help and find support!

- Ask parenting questions at the doctor's office, childcare centers, schools or **1-800-CHILDREN**
- Take a parenting class or join a parent support group. SCAN's *Parent Connection Resource Guide* lists more than 50 across Northern Virginia: [scanva.org/PCRG](http://scanva.org/PCRG)
- Find more information on SCAN's online Parent Resource Center or download the FREE mobile app: [scanva.org/PRC](http://scanva.org/PRC)

A PROJECT OF SCAN OF NORTHERN VIRGINIA

[parentingcanbetough.org](http://parentingcanbetough.org)

## ¡Padres, pidan ayuda y busquen apoyo!

- Haga preguntas sobre la crianza de los hijos en su centro de salud, centros de cuidado de niños, la escuela o llame al **1-800-244-5373**
- Tome una clase de crianza o únase a un grupo de apoyo de padres. ¡El guía electrónico de recursos para padres de SCAN tiene más de 50 clases por todo el Norte de Virginia! Visite el sitio web [scanva.org/PCRC](http://scanva.org/PCRC)
- Encuentre más información en línea en el centro de recursos para padres de SCAN o descargue la aplicación gratuita: [scanva.org/esp](http://scanva.org/esp)

UN PROYECTO DE SCAN OF NORTHERN VIRGINIA

[scanva.org/serpadres](http://scanva.org/serpadres)