

Lè Benyen



Tibebe ak timoun piti pa toujou bezwen yon beny chak jou. Men, gen kèk timoun ki renmen sa! Yon beny cho nan fen jounen an ka yon abitud agreyab. Li kapab asire kalm tou. Men kèk konsèy pou yon beny relaksan epi san danje:

- **Prepare tout bagay anvan ou mete pitit ou a nan dlo.** Rasanble savon, chanpou, sèvyèt, rad/pijama pwòp, kouchèt ak jwèt.
- **Ouvri dlo a epi tcheke tanperati a.** Si ou pa mete tanperati dlo a anba 120 °F, w ap bezwen teste dlo a ak ponyèt ou. Li ta dwe tyèd, men pa cho.
- **Planifye pou tranzisyon an.** Se pa tout timoun ki renmen benyen, e menm timoun ki renmen benyen ka reziste. Timoun laj sa a gen difikilte pou yo pase de yon bagay a yon lòt (Konsilte atik [Tranzisyon \(Transitions\)](#) an). Sa ka rive menm lè yo pral fè yon bagay yo renmen! Rann tranzisyon pou antre nan beny nan pi fasil ak yon dekont pou dezabiye oswa yon lòt jwèt amizan.
- **Pa janm deplase lè pitit ou a nan beny nan.** Li PA SEKIRIZE pou kite tibebe w la oswa timoun piti w la poukont li nan beny nan. Yo ka nwaye byen vit nan yon ti kantite dlo, menm nan yon chèz pou benyen.
- **Pale ak tibebe w la pandan wap benyen l.** Lè benyen se yon gwo opòtinite pou konsantre w sou pitit ou a. Kòm ou pwobableman chita bò kote benywa a, ou ka ba li tout atansyon ou. Pale ak yo sou sa ki pase pandan jounen yo a. Ou ka bay non pati kò yo tou pandan w ap ede yo benyen.
- **Chante menm chante pou "beny" nan a chak fwa.** Li ta ka yon bagay eklabousan oswa nenpòt lòt chante (menm youn ou te envante).



ESKANE POU PLIS
ENFOMASYON



- **Amize w!** Ou pa menm bezwen jwèt sofistike. Kèk atik plastik nan kwizin ou (tas, kiyè, elatriye) ki flote oswa koule yo toujou amizan.

Abitid tankou benyen aswè ka ede pitit ou a konprann tou ke lè dòmi an ap apwoche. Yon fwa beny nan fini, ou ka ale nan lòt woutin ou fè leswa, tankou bwose dan ou, tan istwa ak mete nan kabann.