Di Orevwa

HealthySteps®
SWEN PEDYATRI • SIPÒ • GID POU PARAN
Yon pwogram ZERO TO THREE

Poukisa orevwa yo difisil konsa? Timoun piti yo ka gen difikilte pou yo elwanye yo de prensipal moun k ap ba yo swen an. Moun kap bay swen prensipal yo ka gen pwòp anksyete pa yo tou. Pou timoun piti yo, lè yo lwen "baz sekirite" yo sa ka parèt efreyan. Yo souvan pwoteste lè yo kriye oswa lè yo fè yon veritab kriz kòlè. Sa ka lakoz li pi difisil pou prensipal moun k ap bay swen an ale! Si yo santi yo koupab oswa angwase pou swen timoun nan, orevwa a ka pi difisil toujou.

MEN KÈK TI KONSÈY POU YON "BON" OREVWA:

- **Prepare tèt ou pou kenbe ton w pozitif ak optimis.** Timoun kapte reyaksyon adilt ke yo fè konfyans nan lavi yo. Konpòtman w voye yon mesaj. Si w boulvèse pou w di orevwa, gen chans pou w voye yon mesaj pa aksidan bay pitit ou ki fè l konprann sa enkyetan. Pale avèk yon lòt adilt osijè enkyetid ou yo pou w pa parèt enkyete oswa tris. Pa pran twò tan. Di orevwa byen rapid, ak kè kontan. Asire w ke pawòl ou yo, ton vwa w ak ekspresyon fasyal ou, tout transmèt menm mesaj la: *Tout bagay ap pase byen pou ou.* Pa tounen al jwenn li si w tande pitit ou a ap kriye, menm si sa boulvèsan. Si w enkyete, bay yon koutfil annare pou w verifye.

- **Prepare pitit ou a.** Si ylo ase gran, pataje istwa sou tèm separasyon avèk li. Ou kapab jwe avèk poupe tou, ke yo depoze nan lekòl matènèl la oswa nan gadri a. Asire w yo pase yon jounen ki amizan e ke yo toujou al chèche yo pou yo ale lakay. Ou ka vizite gadri a oswa pwofesyonèl swen an. Lè moman rive, fè pitit ou a konnen ke jodiya se yon jou gadri li ye. Toujou di pitit ou kilè wap tounen nan yon fason ke lap konprann. Di, "Map lakay la pou m fè bizou pou ou lè w pral dòmi" oswa "Map wè w apre syès ou a."

- **Planifye pou rete pou yon ti tan.** Rete pandan 10–15 minit ka fè bagay yo pi fasil. Si w deside rete, l ap enpòtan pou gentan fè yon plan avèk pwofesyonèl swen pitit ou a. Wap konnen ke li lè pou w ale lè ou wè pitit ou a alèz. Si l gen difikilte pou li enplike l, mande pwofesyonèl swen pitit ou a pou li rete avèk li pandan wap di l orevwa. Konsa, lè ou prale, l ap ka al jwenn yon lòt adilt ki atansyone pou rekonfòte l.

© 2021 ZERO TO THREE. Property of the HealthySteps National Office. Adaptations, reproductions, revisions, excerpts, derivatives including but not limited to translations,and other exploitation of the materials are expressly forbidden without the prior written authorization of ZERO TO THREE.

- **Kreye yon woutin orevwa ki espesyal.** Pa egzanp, ou ka fè bizou pou pitit ou a nan pla men l pou li "kenbe" l pandan tout jounen an. Oswa chante yon chante espesyal ansanm anvan ou ale. Woutin orevwa yo rekonfòtan pou timoun. Yo ede yo konprann ak prepare yo pou sa kap rive apre. Ou ka tante pou w kouri sove sou li paske w panse pitit ou a pap remake sa, men lap remake l. Li gen chans pou li pi kontrarye ak estrese ke anvan si l pa wè lè w ale. Li ka menm vin gen mwens konfyans ak kole mwens sou ou!
- **Itilize yon objè ki rekonfòtan** (gade atik sou *"Loveys", Teddy Bears and Blankies*) la. Mache avèk bèt an pelich prefere pitit ou a oswa yon kouvèti ki dous. Yon lòt fason pou rekonfòte pitit ou a lè nou pa ansanm se kite yon foto fanmi a nan kazye l oswa nan pòch li. Ou ka kòmanse desine yon foto avèk pitit ou a tou anvan ou ale epi pwomèt li nap fini l lè ou retounen.

ESKANE POU PLIS ENFÒMASYON

© 2021 ZERO TO THREE. Property of the HealthySteps National Office. Adaptations, reproductions, revisions, excerpts, derivatives including but not limited to translations,and other exploitation of the materials are expressly forbidden without the prior written authorization of ZERO TO THREE.
HS_17-TH_HAT_Saying Goodbye