

Kreye Woutin Chak Jou



KISA WOUTIN YO YE?

Yon woutin se yon seri aktivite ki fèt nan yon sèten lòd. Woutin chak jou rive nan menm fason an epi a menm lè a. Ou ka gen woutin pou w pare w pou jounen an, tankou pran douch epi abiye. Ou ka gen woutin pou w ale travay ak prepare manje tou.

Lè w vin ajoute yon tibebe nan fanmi w sa chanje bagay yo. Ou ka bezwen ajiste orè maten, apremidi oubyen aswè w la. Li pa toujou fasil pou w fè chanjman, kidonk al dousman lè wap adopte nouvo woutin antanke yon paran.



POUKISA WOUTIN YO ITIL?

Woutin yo rekonfòtan pou granmoun ak pou tibebe yo. Yo ka ede nou santi nou pi rilaks. Tibebe yo pa gen okenn kontwòl sou lavi yo. Woutin yo ede pitit ou a antisipe sa ki pral rive apre. Woutin yo rekonfòte yo epi ba yo yon santiman konfyans ak sekirite. Santiman sekirite sa a pral ede yo eksplòre, grandi ak devlope.

Woutin yo rasire tibebe yo ke wap pran swen bezwen yo. Etabli woutin chak jou pou benyen, bay manje ak al dòmi. Woutin pou lè benyen an ka gen ladan l dezabiye tibebe a ak vlope l nan yon sèvyèt. Ou ka chante yon chante lè wap mete l nan kivèt dlo a epi aplike losyon lè ou retire l nan dlo a. Lè tibebe w la rive gen laj sis mwa, li pral gen anpil chans rekonèt sèten woutin.

PWEN REPÈ POU W SONJE YO

- Woutin yo ta dwe itil epi fè w santi w pi kalm. Si yon woutin pa mache, eseye yon lòt.
- Pral gen jou kote woutin ou an ap vin deraye oubyen kraze. Se lavi. Ap gen jou wap chwazi pa swiv woutin ou yo tou. Se ka yon jou ferye oubyen yon lè ou gen yon randevou. Pale ak tibebe w la oubyen timoun piti w la sou chanjman kap vini yo. Aprea kalme yo si yo fache. Ou ka di, "Ou pral kay doktè jodi a, donk ou pral fè syès ou a pita." Retounen nan woutin nòmal ou yo pi vit posib.
- Chanjman nan woutin yo ka deranjan. Pa egzanp, si w toujou mete tibebe w la nan kabann, li ka gen pwoblèm pou l dòmi san ou. Pran pasyans lè sa rive.