Konsèy pou Papa:
Kouwè tibebe yo konfòte yo dapre sant manman yo, papa yo ka jwenn ke si yo sèvi ak menm losyon oswa shanpo ak manman an sa ka ede yo. Papa yo ka pote yon chemiz ke manman an te mete pandan jounnen an pandan ke y ap bay tibebe a bibwòn pandan lannwit lan.

E si mwen pa santi anpil atachman ak tibebe mwen an?

Se pa tout tan ke atachman an pase nan kelke èdtan oswa plezye jou. Nan apepre 30 pousan manman ka gen yon delè nan atachman pou plezye valè rezon. Petèt tibebe a oubyen jan akouchman an fèt se pat sa ou te konpran lan. Petèt ou desu, anba anpil estrès, oubyen ou vreman fatige.

Laplipa paran pral devloe yon bonjan atachman ak tibebe yo pandan ke yap okipe bezwen tibebe pandan premye mwa yo. Deske paran yo ap apran kon tibebe yo an epi yap ajiste yo ak nou adisyon nan fanmi an santiman yo pral ogmante. Si ou santi ke ou pap atache ou lè ou pral mennen tibebe a nan premye randevou doktè li, pale ak doktè a konsènan enkyetid ou pandan randevou a.

Pou plis enfòmasyon sou bonjan devlopman timoun epi domi tibebe senesòf, ale nan **www.ounce.org**

Sleep Right, Sleep Tight

Florida HEALTH

Prevent Child Abuse Florida

The Ounce of Prevention Fund of Florida

Kreye yon Atachman Lanmou ak Tibebe Ou an

KREYE *yon Atachman Lanmou ak Tibebe Ou an*

Atachman ant paran ak timoun se yon nan pi gwo koneksyon nan lanati. Ke ou se manman oubyen papa biyolojik, yon paran adoptif oswa bò paran, li enpòtan pou pitit ou fòme yon bon relasyon avèk ou. Se deja yon chans ke timoun gentan gen tandans pou yo atache ak moun k ap okipe yo.

Yon Ti Pawòl Pou Atachman Senesòf

Pa gen bonjan atachman si pa gen konfyans . Tibebe bezwen asirans ke moun k ap okipe yo pral toujou ranpli bezwen yo epi kenbe yo senesòf. Gen paran ki kouwè ke si yo pataje yon kaban ak tibebe yo, pafwa yo rele sa ko-domi, se meye fason pou gen yon meye atachman ak pwoteje tibebe yo. Gen etid ke montre ke gen danje pou domi ansanm ak tibebe. Konsidere fè swivan yo avan ou deside ki bò tibebe ou an pral domi:

- Etoufman ak trangle nan yon kabann granmoun se kòz maje nan lanmò aksidantè tibebe nan eta Laflorid; epi
- Risk lanmò tibebe an relasyon ak domi **40 fwa pli wò** pou tibebe ki domi nan kaban granmoun konpare ak tibebe ki domi nan pwòp kabann pa l

Gen anpil bon fason pou atache ou senesòf ak tibebe ou an. Eseye yon nan lide sa yo ak ti pitit ou an.

Baz Atachman/Relasyon

Fè tibebe ou an santi l senesòf epi ke yo renmen l se yon nan etap ki plis enpòt pou ou atache ak pitit ou an. Devlope yon relasyon de konfyans ak tibebe ou an se yon nan premye bagay ki enpòtan. Tibebe ou an pral aprann pou l fè ou konfyans lè ou reponn lè l kriye. Menm woutinn ou pran pou ba li manje, syest ak domi lannwit pral ede tibebe ou an aprann sa pou li atan de anviwonman an, epi ki pral ogmante konfyans li. Epitou ti liv sa pral founi plis konsèy ki ka ede ou atache ou plis ak tibebe ou pandan lajounen ak lannwit.

Konsèy Atachman

Lè yon paran manyen pitit li ak anpil tandres konfòte tibebe an epi sa fè l santi yo renmen l epi li senesòf.

- Bay tibebe ou an yon ti masaj. Sa a se yon bonjan ekspèyans atachman, epitou lap ede tibebe ou an rilaks e lap ba li bon abitid pou l byen domi.
- Kenbe tibebe ou ak delikatman epi karese l dousman nan diferan fason.

Kontak pò a pò se yon lòt fason ki soulajan pou tibebe ou an. Eseye mete tibebe a sou lestomak ou pandan ou ap gade televizyon oubyen pandan ou ap pale ak zanmi.

Zye ka fènèt a am ou, soutou pou yon moun ki poko ka pale! Lè ou fè kontak vizyèl ak tibebe ou se yon bon fason pou nou kontekte.

Vwa ou se yon nan son tibebe ou plis renmen. Pale ak tibebe ou an epi reponn a sòn ke tibebe ou fè. Di tibebe ou an kijan ou pase jounnen ou an. Li oubyen chante pou tibebe ou an chak jou. Sa pral ede tibebe ou an atache a oumenm epitou sa pral aprann li kon teknik langaj ki enpòtan.

Tibebe renmen lè ou rekonèt efò yo. Eseye kopye movman tibebe ou an oubyen woukoulman tibebe an.

Jouwè jouwèt ki fasil kouwè koukou oubyen ti kouchon pèmèt ke sèvò tibebe an epi sa ap pèmèt gen plis relasyon avèk li.

Plis Konsèy

Repetisyon ak woutin ede tibebe yo santi yo senesòf. Lè ou gen yon eskedil pou repa, syèst ak domi le swa ka ede ou devlope yon relasyon konfyans ak tibebe ou an.

Etid yo montre ke tibebe ki gen yon woutinn pou domi le swa domi 30% pli vit, levi 50% mwen souvan, epi yo domi pandan pli lontan.

Sèvi ak 3-4 aktivite pou rilaks pral ede tibebe ou kalme epi aprann kisa aktivite sa yo vle di se lè pou li al domi. Eseye bennyen tobebe a, fè yon ti masaj pou misk li yo, epi pase yon ti moman san bouwi ansanm.

Kenbe kabann tibebe an bò kabann pa ou pandan premye si mwa yo pral fè l pli fasil pou reponn a bezwen tibebe an byen vit. Lè ou reponn a bezwen tibebe a byen vit pral ede nou kreye yon relasyon de konfyans.

"Meye kote pou yon tibebe domi se nan pwòp kaban pa l, nan chanm paran li pou premye si mwa lavi l." —American Academy of Pediatrics

Karès papa a kapab kalme tibebe a menm jan a sa manman an. Pafwa papa ka fòme yo atachman espesyal ak tibebe a lè li ba li yon bibwòn pandan lannwit la oubyen lè lap chanje kouchèt li.