



KONSÈY POU « PATAJE LANMOU, JERE STRÈS »

Avèk Pitit Ou (0-12 mwa)

- **Kenbe, Bo, epi karese.** Bay anpil atansyon lanmou ak touche. Ti bebe pa konn gate, donk li pa nesèsè pou w gen rezèv nan montre lanmou.
- **Reponn yo.** Reponn ti bebe w ak yon vwa lanmou lè yo fè yon bwi oswa mouvman.
- **Jwe ansanm.** Kenbe ti bebe w pre, souri, epi fè son ak grimas amizan. Jwe jwèt tankou "kach-kach." Pran yon poz si yo sanble boulyèse oswa gade yon lòt kote.
- **Rekonfòte yo.** Rekonfòte ti bebe w la lè l ap fè egzijan oswa l ap kriye. Li gendwa fatige, grangou, oswa mal alèz. Eseye souke li oswa chante dodo pou li. Sa ap pran tan pou konnen sa ki fonksyone pi byen.
- **Jwenn yon woutin** Jwenn tan ak fason pou w fè aktivite chak jou tankou bay manje, benyen, fè lekti, ak dòmi menm jan an chak fwa. Woutin konsa ede bebe yo ak jèn timoun santi yo ansekirite epi konnen ak kisa pou yo atann yo. Yo ede granmoun tou jere strès.

Avèk Jèn Ti Bebe (12-36 mwa)

- **Bloti kò w.** Anbrase epi karese jèn ti bebe w yon fason pou li santi l ansekirite epi santi ke w renmen l.
- **Ankouraje yo.** Bay sipò w ak ankourajman w lè pitit ou ap eseye nouvo bagay.
- **Enplike yo.** Yo kapab ede w ak travay tankou lonje rad ba ou pou lesiv.
- **Pale de santiman.** Ede pitit ou eksplike jan yo santi yo. Fè yo konnen ke pa gen pwoblèm pou yo santi yo kèlkeswa fason an epi ke w ap la pou yo lè kè yo kontan ak lè yo kontrarye.
- **Bay chwa.** Bay chwa tankou kijan li vle abiye oswa kisa li vle manje, men bay yon kantite opsyon limite. Pa egzanp, "Se lè pou yon goute. Eske w vle manje yon pòm oswa rezen?"
- **Fikse limit fondamantal.** Rete sou prensip ki gen rapò ak sekirite pa egzanp pa frape moun. Mete "Non" devan bagay ou pa vle pitit ou fè, answit distè yo ak yon lòt aktivite. Sèvi nèt ale ak menm règ yo yon fason pou pitit ou aprann yo. Fè tout posib ou pou w rete kalm.

Pran swen tèt ou. Lè lavi vin stresan, li enpòtan pou w pran swen tèt ou yon fason pou w ka la pou pititi ou. Eseye pataje travay ak zanmi oswa manm fanmi, fè ti mache, pratike yon pastan w renmen, oswa pratike respirasyon pwofon. Eseye diferan estrateji epi gade sa ki pi byen mache pou ou a. Asire w pou w mande èd lè w bezwen sa, epi pale ak doktè w si w santi w souvan tris oswa strese. Tout paran ak moun k ap bay swen bezwen èd.



KONSÈY POU « PALE, CHANTE, EPI LONJE DWÈT »

Avèk Pitit Ou (0-12 mwa)

- **Pale anpil.** Pale ak ti bebe w depi lè li fèt pandan aktivite tankou chanje kouchèt, bay manje, benyen, ak fè pwovizyon. Eksplike sa w ap fè.
- **Sèvi ak yon vwa amizan.** Sourti epi gade ti bebe w la nan je. Egzajere son mo yo.
- **Swiv enterè yo.** Pale sou bagay ou wè bebe w la ap gade oswa ap fè efò pou li touche. Obsève ki fason w pale oswa chante ki pi enterese li.
- **Fè ale retou.** Lè ti bebe w la fè yon son, montre eksitasyon sou figi w ak nan vwa w. Reponn ak pawòl. Gade pandan konbyen tan w ka kenbe "konvèzasyon" an ale retou ant nou de a.
- **Chante.** Chante prefere ti bebe w yo gendwa se chante ki genyen pawòl ki repete oswa sa ki genyen son rim.
- **Lonje men w sou objè.** Lonje men w sou objè epi site non yo—espesyalman sa ki enterese ti bebe w la.

Avèk Jèn Ti Bebe (12-36 mwa)

- **Esplike lavi.** Pale sou aktivite chak jou nou wè epi fè ansanm. Pifò bagay enteresan epi nouvo pou jèn ti bebe!
- **Sèvi ak men w.** Lonje men w sou objè w ap pale de li a. Ankouraje pitit ou lonje men sou objè w site a.
- **Tande epi reponn.** Montre jèn ti bebe w la ke w enterese nan sa li gen pou l di. Reponn kòmmanse ansanm ak kesyon li yo.
- **Devlope sa pitit ou di a.** Pa egzanp, si yo lonje men sou yon chen epi di, "Toutous," ou kapab reponn, "Wi, sa a se yon toutous. Li mawon epi li swa."
- **Poze kesyon.** Fè jèn ti bebe w la reflechi. Poze kesyon ki kòmmanse ak "Kiyès...?" "Kisa...?" oswa "Poukisa...?" Pa egzanp, "Poukisa w panse ti gason an tris?" Montre enterè nan repons yo bay yo.
- **Chante.** Chante chante epi resite rim kantin lè w te piti, ke w pran nan liv, oswa ke w fè oumenm. Jèn ti bebe w la gendwa renmen espesyalman sa ki genyen son rim ak mouvman men yo. Eseye chante menm chante a chak fwa se moman yon aktivite espesyal tankou lè benyen.

Sèvi ak nenpòt lang. Pale nan nenpòt lang ou santi w pi alèz. Tout lang ede timoun devlope. Se yon bagay estrawòdinè si pitit ou pandan l ap grandi pale plis ke yon sèl lang!

1

2

3

KONSÈY POU «KONTE, GWOUPE, EPI KONPARE»

Avèk Pitit Ou (0-12 mwa)

- **Bouje sou rit la.** Tape vant ti bebe w la oswa bat men li sou rit yon chante. Oswa souke li pandan w ap chante dodo pou li.
- **Konte.** Pa egzanp, konte ak bouje chak grenn nan zòtèy li yo. Oswa konte pandan w ap leve l anlè sou ou.
- **Konpare objè yo.** Ede bebe w la eksplòre bagay ki menm jan epi ki diferan. Kite li souke bokal ki fè son diferan. Oswa ba li kalite twal ki diferan pou li touche (tankou sa ki swa ak sa ki rèch). Pale sou diferans yo.
- **Ranpli ak vide.** Pa egzanp, sèvi ak yon veso pou pran epi vide dlo nan benywa a. Sèvi ak mo tankou "antre," "sòti," "ranpli," ak "vid."

Avèk Jèn Ti Bebe (12-36 mwa)

- **Konpare gwosè ak kantite yo.** Jèn ti bebe w la gendwa enterese nan sa ki pi "gwo" oswa "piti." Ou gendwa pale avèk li tou sou si li bezwen "plis" oswa "mwens."
- **Chache fòm.** Lonje men w sou fòm epi bay pitit ou eksplikasyon sou yo. "Gade, fenèt sa a se yon kare ak kat kote." Gade si yo ka jwenn epi site fòm nan lantouraj yo.
- **Mete ansanm epi klase.** Fè yon jwèt mete epi klase objè an gwoup. Aranje yo pa koulè, fòm, oswa gwosè. Pa egzanp, jwenn tout kantite bagay vèt ke w kapab, answit klase yo soti nan pi piti pou rive nan pi gwo.
- **Mezire pandan w ap fè manje.** Jwenn fason ki san danje pou jèn ti bebe w la patisipe pandan w nan kuizin nan, tankou konte ak ede w mezire engredyan yo.
- **Mete blòk youn sou lòt.** Ankouraje jèn ti bebe w la mete blòk youn sou lòt oswa lòt objè tankou vè plastik. Pale avèk yo sou sa y ap fè a.
- **Konte objè yo answit regwoupe yo.** Lonje men w sou chak objè pandan w ap konte epi di konbyen yo ye. Separe objè yo an de gwoup. Answit konte chak gwoup apa. Eseye ankò ak gwoupman diferan.
- **Bat men w sou yon rit.** Fè jèn ti bebe w la repete batman an epi danse avèk ou.



KONSÈY POU « CHACHE KONNEN NAN FÈ MOUVMAN EPI NAN JWE »

Avèk Pitit Ou (0-12 mwa)

- **Pase tan kouche sou vant.** Ti bebe ta dwe kouche sou do, men pandan lajounen pandan yo reveye, asire w ke bebe w la pase tan "kouche sou vant."
- **Bouje bra ak janm yo.** Lè w ap abiye bebe w la oswa chanje kouchèt li, kenbe epi bouje bra oswa janm yo tou dousman. Pale oswa chante sou sa w ap fè a.
- **Swiv enterè yo.** Obsève kisa bebe w la ap gade oswa ap fè efò pou li touche. Si w kapab, mete objè a pi pre yon fason pou yo eksplore li. Eksplike ak kisa li sanble ak kijan w santi w lè w touche li.
- **Ba li objè pou li kenbe.** Bay objè ki genyen koulè, fòm, ak sifas diferan. Sèvi ak objè chak jou ki san danje. Ou pa bezwen jwèt sofistike pou w kenbe atansyon ti bebe w!
- **Jwe kach-kach.** Kache figi w ak men w epi ouvri men w pou w montre yon gwo souri. Ou gendwa kache objè anba yon sèvyèt oswa yon dra.
- **Kite yo deplase.** Kite ti bebe w la eksplore sa ki nan lantouraj li pandan l ap lonje men li pou touche, woule, deplase, ak rale. Jis asire w ke li ansekirite.

Avèk Jèn Ti Bebe (12-36 mwa)

- **Sòti al mache.** Kanpe lè pitit ou montre enterè pou yon bagay epi pale de li. Si se yon bagay ki san danje pou touche, kite yo touche li pou konnen kijan sifas la ye.
- **Woule yon boul devan dèyè.** Fè yon son "Weee!" lè w woule boul la ba li.
- **Jwe jwèt obstak.** Fè yon jwèt kous obstak senp pandan w ap sèvi ak dra, zòrye, oswa bwat. Gade si pitit ou ka pase "sou yo," "anba yo," "sou kote yo," ak "nan mitan yo".
- **Fè atizana.** Jèn ti bebe w la ap renmen pran plezi fè majigridi ak yon kreyon oswa yon krè. Yo gendwa fè eksperyans tou nan pliye oswa chire papyè.
- **Jwe jwèt devinèt.** Pa egzanp, mete kèk objè nan yon sak epi fè pitit ou a devini kisa ki anndan li san li pa gade. Li gendwa touche, santi, oswa souke sachè a.
- **Imite.** Jèn ti bebe pral kòmanse imite aktivite granmoun, tankou mete yon poupe kouche oswa ba li yon piki. Swiv yo epi jwe jwèt la ansanm ak yo.
- **Kite yo rezoud pwoblèm.** Si jèn ti bebe w la ap konsantre sou yon bagay, rete an retrè epi swiv ki solisyon yo ka jwenn poukont yo. Si li kole, ba li ase èd yon fason li kontinye san li pa bay vag.



KONSÈY POU « LI ISTWA EPI BRASE LIDE SOU ISTWA SA YO »

Avèk Pitit Ou (0-12 mwa)

- **Li regilyèman ak emosyon.** Pandan yon sèten tan, ti bebe w la p ap konprann men sa pa fè anyen. L ap tandè vwa w, gade imaj yo, epi devlope bon santiman pou liv.
- **Rete senp.** Liv an katon ki genyen po di ak paj epè fèt espesyalman pou ti bebe. Chwazi liv ki kout, senp epi ki genyen imaj klè.
- **Bloti kò w.** Kenbe ti bebe w sou ou yon fason pou yo santi yo alèz pandan y ap ka gade imaj yo.
- **Enplike yo.** Yo gendwa vle kenbe liv la, vire paj yo, oswa tape imaj yo. Yo gendwa menm mòde liv la. Tout sa nan aprann nan!
- **Eksplike imaj yo.** Li pa enpòtan pou w li tout—oswa ankenn—nan mo yo. Lonje men w sou imaj yo epi dekri koulè, fòm, ak kisa pèsonaj yo ap fè.
- **Swiv yo.** Lè yo kòmanse pèdi enterè, eseye yon lòt liv oswa kanpe. Ti peryòd lekti kout ap travay pi byen.

Avèk Jèn Ti Bebe (12-36 mwa)

- **Jwenn yon woutin** Eseye li ansanm chak jou. Avan w mete li kouche se yon bon moman pou lekti, men chwazi yon lè pandan jounen an ki mache pi byen pou fanmi w.
- **Prepare w.** Avan w ouvri liv la, tcheke paj kouvèti a. Li tit la. Gade imaj yo. Mande pitit ou sou kisa yo panse istwa a ye.
- **Chanje vwa w.** Eseye vwa diferan pou diferan pèsonaj.
- **Ede yo swiv ansanm avèk ou.** Lonje men w sou mo ak imaj yo. Pale sou koulè, fòm, ak kisa pèsonaj yo ap fè.
- **Poze kesyon.** "Kisa w panse ki pral rive ansuit?" oswa "Poukisa tifi a kontan?" Reponn kòmantè pitit ou a ansanm ak kesyon li yo. Montre w interese ak ide li yo.
- **Pa rete twò serye.** Jèn ti bebe w la gendwa vle vire paj la avan w fin li l. Si yo pa ka chita trankil pou tout liv la pa gen pwoblèm.
- **Re-li.** Jèn ti bebe aprann ak repetisyon, donk li nòmal si yo vle li yon liv prefere plizyè fwa. Obsève kijan yo fè lè yo metrize istwa a. Men eseye pou varyete tou, paske nouvo liv ofri nouvo bagay pou gade ak aprann.