Sự Gắn Bó

Sự Gắn Bó là:

- mối liên hệ tình cảm giữa các đứa bé sơ sinh, các trẻ em và những người chăm sóc cho chúng
- biểu lộ lòng yêu thương và đáp ứng với các trẻ em

Các gia đình và các cộng đồng khắp thế giới biểu lộ sự gắn bó bằng nhiều cách khác nhau. Tất cả chúng ta đều có thể học hỏi lẫn nhau.

Sự gắn bó là điều quan trọng bởi vì:

- điều đó giúp trẻ em cảm thấy được yêu thương, tin cậy, và an toàn
- điều đó giúp trẻ em lớn lên và phát triển

Một số điều chúng ta có thể làm là gì?

Đối với các đứa bé sơ sinh:

- Nựng nịu, hôn hít, ôm ấp và bồng bế đứa con của bạn thường xuyên mỗi ngày.
- Ôm con chặt vào lòng mỗi lần cho con bú.
- Nhìn vào đôi mắt của đứa bé và mỉm cười.
- Xoa bóp cho đứa bé bằng đôi bàn tay ấm áp và với chút ít dầu.
- Khi đứa bé khóc, hãy bồng nó lên. Điều này giúp đứa bé biết rằng bạn thương yêu nó và bạn có nơi đó khi cần thiết.
- Hãy hát cho đứa bé nghe. Con của bạn muốn nghe giọng của bạn thường xuyên.
- Hãy nói chuyện với con của bạn bằng giọng dịu dàng. Đứa bé sẽ không hiểu những lời bạn nói, nhưng sẽ thích nghe âm thanh trong giọng nói của bạn.
- Hãy đeo đứa con bạn bằng tấm nịt đeo em bé khi bạn làm các công việc khác. Các đứa bé cần có sự tiếp xúc gần gũi cơ thể.

Đối với trẻ nhỏ:

- Đọc sách cho con của bạn nghe. Giữ đứa con ngồi trên đùi bạn. Trẻ nhỏ thích các loại sách với những chữ có âm điệu hài hòa và có các hình ảnh màu tươi sáng.
- Hãy chơi các trò chơi. Hãy cười đùa thật nhiều với nhau.
- Hãy hưởng thụ những giây phút tĩnh lặng. Đu đưa và hát nho nhỏ cho con bạn nghe.
- Ôm và hôn con bạn. Trẻ nhỏ cần cảm thấy được yêu thương và an toàn.
- Dạy con bạn những từ mới bằng cách lặp lại những chữ ấy. Khuyến khích con bạn lặp lại theo bạn.
- Hát các bài ca. Mở nghe bản nhạc bạn ưa thích và nhảy múa với con của bạn.
- Chú ý đến đứa trẻ. Lắng tai nghe khi con bạn nói với bạn.

Những gì bạn làm trong gia đình của bạn để xây dựng tình yêu thương, lòng tin cậy, và sự an toàn?

2007...May be photocopied with acknowledgement to the Multicultural Perinatal Network
c/o 416-338-7600 Toronto Public Health
Vietnamese translation of "Attachment"

TORONTO

Printed and distributed by Toronto Public Health