



WISCONSIN OFFICE OF
**Children's
Mental Health**

Kumsaidia Mtoto Wako Katika Tiba

VIDOKEZO KUTOKA KWA MZAZI



"Kumuona mjukuu wangu akifaidi kutokana na tiba kumenionyesha **jinsi ilivyo muhimu kwa wazazi kuarifiwa na kushirikishwa**. Zaidi ya miaka 20 iliyopita, wakati mwanangu alipokuwa akipokea tiba, sikuelewa kikamilifu mchakato huo. **Kushiriki kikamilifu leo kunasababisha tofauti kubwa katika kumsaidia mjukuu wangu kujihisi salama, kueleweka na kusaidiwa.**"

– Angela Clements



► **Wewe ndiye msaada na mtetezi mkuu wa mtoto wako.** Uliza maswali ikiwa huelewi mchakato huo.



► Kumbuka, jukumu lako si "kurekebisha" tatizo, bali ni **kuiga, kufanya mazoezi, na kuchochea stadi mpya** pamoja na mtoto wako. Na huenda ukahitaji kujenga stadi hizo pia!



► **Mazoezi husababisha maendeleo, wala sio ukamilifu.** Sherehekea kila hatua ndogo ambayo mtoto wako anachukua na umkumbushe (na wewe mwenyewe) kuwa kujifunza ujuzi mpya kunachukua muda.



► **Huruma ni mojawapo ya zana yenye nguvu zaidi uliyonayo.** Kumsikiliza mtoto wako tu huimarisha uhusiano wako na yeye na humsaidia kujihisi salama kushiriki.



► **Uponyaji huchukua muda, na maendeleo yanaweza yasitendeke kila wakati bila kukumbwa na changamoto.** Endelea kumtia moyo mtoto wako na kuwasiliana na mtaalamu wa tiba katika kipindi chote cha mchakato huo.



► Wakati wa mchakato wa uponyaji wa mtoto wako, unaweza kugundua mambo ndani yako ambayo unahitaji kuyafanyia kazi. **Kile ambacho umepitia si kosa lako, lakini uponyaji wako ni jukumu lako.** Jiwajibishe katika mchakato wa uponyaji na kukua pamoja na mtoto wako!



WISCONSIN OFFICE OF
**Children's
Mental Health**

children.wi.gov