



## Jere Konpòtman Defi Pt. 4

Aprè twa atelye chaje sou jere konpòtman difisil nan kay la, nou ap fini seri a ak yon Q&A! Envite espesyal nou an se Kay Rocha, yon asistan konpòtman nan Florid pou plis pase 25 ane, epi li pral reponn 5 kesyon yo poze souvan. Anvan plonje nan, sonje ke ou gen

opòtinite yo dwe pwofesè pitit ou a ak modèl wòl!

### 1. Ki jan paran yo ta dwe reponn a timoun ki pa vle ale nan kabann?

**Kay** - Gen de eleman kle kenbe nan tèt ou isit la:

yon. Gid, men angaje pitit ou

- Lè ou pral dòmi pa gen okenn plezi lè li santi l tankou yon korve! Se konsa, eseye mete pitit ou a nan pwosesis la - pale nan sa ki dwe jwenn fè (mete sou pijama, bwose dan, elatriye), men kite yo chwazi lòd la, epi si ou chwazi fini nan li yon liv ansanm (toujou bon), kite yo chwazi liv la tou!

b. Konsistans

- Pa gen pwoblèm woutin nan chwazi oswa lòd li yo, rete soude ak li se kritik, epi yo ka aktyèlman fè li yon bagay ke ou menm ak pitit ou kosyon sou!



### 2. Ki jan paran yo ta dwe reponn a timoun ki plenn lè yo kontan?

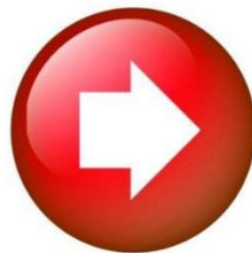
**Kay** - Pi wo pase tout lòt bagay, li enpòtan pou asire ke ou pa rekonpanse kriye, tankou sa a sèlman ogmante pwobabilite ki genyen pou pitit ou a kriye ankò nan tan kap vini an paske yo konnen li ka gen siksè. Olye de sa, eseye bagay sa yo:

yon. Inyore

- Montre pitit ou ke rèl pap reyalize anyen

b. Aprann pitit ou fason ki pi apwopriye pou fè fas ak emosyon alèz, ak lè sa a, redireksyon konpòtman an difisil / whining nan yon konpòtman pozitif

- Pou egzanp - "Mwen regrèt sa ke nou pa ka jwenn okenn jwèt jodi a, men si nou konpòte nou byen jodi a nan magazen an, nou ka gade pou jwèt semèn pwochèn!"



### 3. Ki jan paran yo ka kiltive sante mantal pitit yo?

**Kay** - Gran kesyon! Ou ka ankouraje bon sante mantal nan bagay sa yo ou di ak fè, ak nan anviwònman an ou kreye nan kay la:

yon. Montre apresyasyon pou siksè pitit ou a, men pi enpòtan toujou, efò yo

b. Koute & respekte santiman yo

- Fè yo konnen ke li oke yo santi yo tris, fache, elatriye, epi louvri yon liy kominikasyon sou santiman sa yo c.

Kreye yon anviwònman kay ki an sekirite, pozitif

- Bay espas pou aktivite fizik ak lyezon fanmi, epi kontwole itilizasyon ekran
- Fè yon modèl pa pran swen pwòp sante mantal ou ak ekspriye santiman ou!

### 4. Ki jan paran yo ka ranfòse pitit yo pozitifman?

**Kay** - Ranfòsman pozitif ka byen mèb oswa mèb:

yon. Tanjib lan

- Pran timoun nan lakou rekreyasyon an, sistèm rekonpans

b. Materyèl

- Ofri lwanj, bay yon gwo senk / akolad / gwo pous

Epitou - ranfòsman pozitif se menm pi efikas pase ranfòsman negatif!



### 5. Ki jan paran yo ka rete kalm lè yo ap fè fas ak konpòtman difisil?



**Kay** - Youn nan moso ki pi enpòtan nan rete kalm se sonje ke atitud ou afekte atitud pitit ou a. Lè ou santi ou fache, eseye:

yon. Mande tèt ou "kiyès, ki sa, ki lè, ki kote, poukisa, ak ki jan" sou konpòtman pitit ou ap montre

- "Poukisa" a pi enpòtan - ap eseye konprann pitit ou a ap amelyore repons ou an

b. Chwazi aktif pou konsidere kijan repons ou afekte byennèt emosyonèl pitit ou a

#### 3 Konsèy Jeneral

1. Ou pa pral toujou jwenn li dwa kòm yon paran, e ke sa a oke!
2. Limit yo ap ankouraje byennèt emosyonèl ak kwasans pou pitit ou a.
3. Gade pitit ou dekouvri tèt yo epi yo okouran de panse yo se pa sèlman yon kè kontan, men ka aktyèlman ede ankouraje konpòtman pozitif!

Pou nenpòt kesyon sou kontni an oswa pwogram vityèl nou an, tanpri imèl Kristen Rocha Aldrich nan

[krochaaldrich@reachoutandreadnyc.org](mailto:krochaaldrich@reachoutandreadnyc.org) .