

Jesyon Laperèz Timoun Piti yo



POUKISA PITIT MWEN AN PÈ?

Tibebe ak timoun piti yo souvan devlope gwo laperèz. Pafwa sa ki te abitye yè, ka fè pè jodi a. Tibebe yo ka sezi lè yo tande bri fò. Yo ka gen enkyetid entans etranje. Timoun piti yo ka toudenkou vin pè fè nwa, bri, lè benyen, oswa menm bèt. Sa rive lè yo vin pi mobil epi yo deplase lwen pwoteksyon ou.

Rive 2 zan, pifò timoun renmen mond nan pretann. Yo pa vrèman konprann diferans ki genyen ant fantezi ak realite. Imajinasyon yo ka mennen nan laperèz. Yon lòt faktè ka chanjman ki sot pase nan lavi yon timoun. Imajinasyon yo ka mennen nan laperèz. Li ta ka separasyon ak yon moun pwòch, yon nouvo tibebe, yon nouvo gadyen, oswa yon demenajman ki sot pase. Menm bagay ki sanble minim ka kite yon timoun santi li enseki ak plis pè.

Tanperaman pitit ou a enpòtan tou (gade atik [Tanperaman](#)). Timoun ki plis pridan oswa ki fasil akable yo gen plis chans pou yo devlope laperèz. Si ou gen yon ti bebe ki "lan pou chofe", bay tan pou yo ajiste ak nouvo moun ak anviwònman.

Eseye rezone ak yon timoun piti sou laperèz jis pa mache. Men kèk gabay ou ka fè pou ede rekonfòte yon timoun piti:

- **Toujou prezante nouvo moun bay pitit ou a.** Sa fè yo konnen ke nouvo moun nan OKE. Li kapab senp tankou "Sa a se zanmi m ki rele Sherry. Li vin vizite.: Langaj kò w enpòtan la a tou, paske w fè pitit ou konnen Sherry se yon envite ke ou akeyi.
- **Aksepte laperèz timoun piti yo.** Ba yo pawòl pou yo eksprime pè yo. Nonmen pè a ede diminye enkyetid yo—nonmen li pou donte li. Di, "Ou santi ou pè abwaman chen an."
- **Pa janm takinen sou laperèz (menm nan bon imè).** Epi pa eseye pale yo pou yo soti ladan l. Sa a ka fè pè a dire pi lontan, epi pitit ou fè ou konfyans mwens. Valide epi mete etikèt sou santiman: "Mwen konnen li fè pè lè li loraj. Li fè anpil bwi, men nou an sekirite. Map rete avèk ou jiskaske tanpèt la fini."



- **Lè pitit ou sanble li pè yon kote oswa aktivite, pa pouse yo pou yo patisipe.** Ou ka ede pa rantr nan aktivite a ou menm. Ou ta ka tou mete pitit ou a ak yon lòt timoun ki ap patisipe. Ou konnen pitit ou pi byen epi ou ka wè ki jan yo reyaji nan nouvo sitiyasyon.
- **Lè yon timoun pè, ou ka anmezi pou konsole yo oswa distrè yo.** Si ou pa kapab, lè sa a, jis rete pre epi ofri sipò.
- **Rete kalm lè pitit ou montre ou ke yo pè.** Li kalman lè ou rete kalm, menm si ou pa kapab “ranje” kèlkeswa sa pè a ye.
- **Pa soti nan wout ou pou ou evite yon bagay pitit ou pè.** Ede pitit ou espere evite yon bagay ka fè pè yo pi entans. Olye de sa, sipòte yo lè yo fè eksperyans pè a. Natirèlman, sa pa vle di ou ta dwe ale deyò epi eseye jwenn li. Pa egzanp, si yo pè yon otobis, ou ka ede prepare yo ak sipòte yo lè ou gen pou pran otobis la.

ESKANE POU PLIS
ENFOMASYON

