

# Tanperaman



## KI KALITE TANPERAMAN TIBEBE MWEN AN GENYEN?

Chak timoun fèt ak pwòp fason yo apwoche mond lan. Pafwa ke yo rekonèt sa kòm tanperaman yo. Tanperaman enpòtan pou w konprann paske li fòme konpòtman ak devlopman yon timoun. Pa egzanp, pitit ou a ka gen yon moman difisil ak chanjman. Lè w konnen sa a, l ap ede w sipòte pitit ou a plis nan moman w ap depoze l. Ou ta ka kreye yon woutin orevwa (tankou yon chante espesyal ak akolad) ki rekonfòtan.

## PA GEN NI BON OSWA MOVE TANPERAMAN

Timoun pa chwazi tanperaman yo. Se jus konsa yo branche. Se poutèt sa li enpòtan pou aksepte yo pou moun yo ye a. Sepandan, gen kèk tanperaman ki pi fasil pou okipe pase lòt. Yon timoun ki entans, reyaktif ka pi difisil pou kalme pase yon timoun ki pi rilaks, fleksib. Yon timoun ki timid ka bezwen plis sipò pou l santi l alèz pou l rantre nan yon gwoup timoun. Objektif la se ede pitit ou a pwospere lè ou nourri fòs ak bay sipò lè li nesesè. Lè w remake tanperaman pitit ou a, ou ede pitit ou a adapte, aprann, epi santi l plis an konfyans nan mond lan.

## SENK NAN NÈF DOMÈN TANPERAMAN YO:

- **Sosyabilite.** Sa vle di jan pitit ou a abitye reponn a nouvo bagay. Gen kèk timoun ki "pran tan pou yo chofe." Yo bezwen tan ak sipò nan men moun k ap bay swen yo fè konfyans pou yo santi yo alèz nan nouvo sitiyasyon. "Kontan rankontre ou" timoun yo apwoche nouvo moun ak sitiyasyon ak anvi. Yo konekte ak moun yo lè yo souri, gazouye, pale, epi gade yo nan je.
- **Fè fas ak chanjman.** Timoun yo fè fas ak anpil chanjman nan lavi yo. Sa a gen ladan ti chanjman, tankou yon nouvo jakèt, ak pi gwo chanjman, tankou demenaje nan yon nouvo kay. Gen kèk timoun ki twouve nenpòt chanjman difisil epi yo gen tandans reyaji a menm pi piti yo. Menm yon nouvo tetinn sou boutèy la oswa yon nouvo manje sou plat yo ka twòp an premye. Lòt timoun pi fasil.



- **Nivo Aktivite.** Gen kèk timoun ki pa oryante fè aksyon. Yo se "obsèvatè" epi yo kontan p jwe trankilman. Timoun sa yo pito absòbe mond lan nan gade oswa koute. Lòt timoun yo se "boujè ak bwase" ki toujou sou ale. Yo renmen lonje men, rale, ak eksplòre. Timoun sa yo pa "move," "sovaj" oswa "san kontwòl." Men yo ka bezwen anpil sipèvizyon.
- **Entansite emosyonèl ak reyaksyon.** Gen timoun ki entans. Gen lòt ki mwens konsa epi ki gen tandans trankil epi mwens rechiya. Yo dòmi plis pase mwayèn epi yo ka rantre nan yon orè pi vit. Timoun ki se "gwo reyaktè" di mond lan ki jan yo santi yo nan gwo vwa ak aksyon. Yo eksprime santiman yo ak entansite. Yo rele pou manifeste kè kontan oswa yo rele pou manifeste kòlè. Yo ka tou reyaji fòtman nan ti bagay tankou yon grate etikèt sou yon mayo.
- **Tolerans fristrasyon.** Timoun ki "fristre fasil" yo gen tandans fache anpil a la minit yon bagay pa ale nan sans yo. Yo pase yon moman difisil lè yo ap tann epi yo ka abandone byen vit lè yo fè fas ak yon defi. Lè yo kraze, fè yo konnen ke ou konprann. Di, "Devinèt yo difisil! Ou vin tèlman fache lè pyès la pa anfòm" Lè sa a antrene yo pou panse atravè solisyon yo.



## PA BLIYE TÈT OU

Sonje ke ou gen yon tanperaman, tou. Si tanperaman ou diferan de tanperaman tibebe w la, ou ka bezwen chanje apwòch ou pou kreye yon "bon konpatibilite." Bon konpatibilite demontre ke li sipòte devlopman an sante tibebe w la. Pa egzanp, ou ka renmen lekti trankil epi ou vle pataje aktivite sa a ak pitit ou a. Men, si yo gen yon nivo aktivite ki wo, ou ka jwenn jwe aktif toujou preferab. Yon chanjman ta ka sanble tankou aji istwa a olye pou yo chita pou li li. Si ou fache pa tanperaman pitit ou a, pale ak Espesyalis HealthySteps ou a.

ESKANE POU PLIS  
ENFOMASYON

