

Konpòtman Difisil



Timoun piti yo gen yon repitasyon pou yo pa rezonab. Sa a se paske yo gen santiman fò epi yo poko kapab kontwòle enpilsyon yo. Gwo emosyon yo lakòz ke yo konpòte yo nan fason difisil: yo rele byen fò, frape, voye objè, ak anpil lòt bagay.

Gen kèk fason pou jere konpòtman difisil sa yo:

Rete kalm. Youn nan bagay ki pi enpòtan ou ka fè lè pitit ou a ap konpòte l mal se pou w rete an kontwòl sitiasyon an epi kenbe kalm ou. (konsilte atik [Kontwòl Tèt ou \(Self-Regulation\)](#)).

Kanpe konpòtman an. Pa egzanp, pran men pitit ou a—fèm men pa yon fason brital—epi di l, pandan wap gade l nan je, "Pa bay moun kou. Kou yo fè mal," sou yon ton serye men kalm.

Konprann santiman pitit ou a. Di: "Ou fache paske Pablo te pran jwèt ou a. Li nòmal pou w santi w fache. Men, map anpeche w bay moun kou. Kou yo fè mal."

Bay opsyon. Di epi montre pitit ou a sa yo *kapab* fè. Anseye l pi bon fason pou l itilize enèji l. Si w kontwòle konpòtman pitit ou a, men ou pa di l kisa *pou l fè pito*, li ka kontinye fè bagay ou vle li sispann fè yo. Di l ke li ka sote ponpe, bat pye l oswa frape kousen kanape yo.

Obsève tandans yo. Obsève pitit ou ak anpil atansyon pou w remake sa ki ennève l. Nan fason sa a ou ka predi ki lè li ka fè yon kolè. Ou ka dekouvri ke pitit ou a panike chak fwa li oblije chita sou chèz machin yo. Yon fwa ou konnen, ou ka bay sipò. Ou ka notifie l 5 minit davans. Oswa li ka chwazi yon liv oswa jwèt espesyal pou pote nan machin nan pou rann tranzisyon an pi fasil (konsilte atik [Tranzisyon \(Transitions\)](#) yo).

Montre sa ki te pase. Gen anpil konsekans natirèl ki asosye ak aksyon yo. Eksplike sa ki te pase. Di, "Lè ou te frape Carrie, sa te fè l mal epi li te kòmanse kriye," oswa, "Lè ou te jete jwèt la atè a, li te kraze."

Redirije konpòtman an. Ede timoun piti ou a eksprime dezi l yo nan yon fason ki bon selon ou. Ofri yon altènatif. Di, "Li pa bon pou voye blòk yo. Yon moun ka blese. Ou ka voye boul an fòm sa yo nan panyen an pito."



Men kèk bagay ki pap ede:

Yon gwo repons emosyonèl de yon moun kap bay swen. Plis ou fache, se plis chans konpòtman an ap kontinye. Se paske yon gwo reyaksyon—pozitif oswa negatif—atire atansyon pitit ou a. Sa sèlman kapab yon rezon ki fè yo repete konpòtman an.

Pinisyon. Sanksyon yo bay a laj sa a pa trè efikas. Timoun piti toujou ap aprann règ yo ak kijan pou yo jere konpòtman yo. Pinisyon yo ka fè yo pè, e laperèz pa ede yo aprann. Oswa yo ka jis ri oswa bwaze paske yo pa reyèlman konprann.

Wont. Lè yon jèn timoun wont pou konpòtman li poko ka kontwole, li ka sèlman santi l pi mal. Santi l pi mal pa pral amelyore konpòtman l oswa kapasite l pou l kontwole tèt li.

Twòp negosyasyon. Lè yon timoun gen dwa negosye souvan, li aprann ke se yon fason efikas pou li jwenn sa li vle. Règ ki konsistan ede timoun yo santi yo an sekirite.

Mande pou yo prezante ekskiz. Timoun piti ke yo mande pou yo di "ekskize," san yo pa konprann byen sa yo te fè mal, pa aprann de aksyon yo. Si ou montre yo sa ki te pase, yo pral kòmanse wè konsekans aksyon yo. Yon jou yo pral prezante yon ekskiz sensè.

Kompòtman difisil yo ka trè difisil pou moun kap bay swen yo jere. Kontakte Espesyalis HealthySteps ou a pou poze kesyon oswa pataje nenpòt difikilte w ap rankontre.

