

Así me siento

ANN PRAN SWEN EMOSYON TIMOUN YO

Sipò ak oryantasyon pou fanmi an

¿Ki enpòtans emosyon yo pou aprantisaj la?

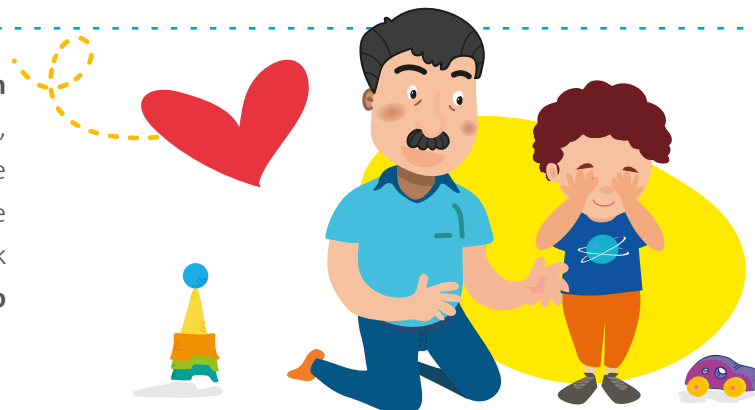
Nan senk premye ane yo nan lavi timoun yo, poto mitan devlopman nan sèvo ak devlopman nan lavni emosyonèl yo bati. Pou poto sa yo ka fèm, granmoun yo dwe pran swen emosyon timoun yo. Emosyon jwe yon wòl kle nan pwosesis aprantisaj la, **pa gen aprantisaj san emosyon**, sa vle di timoun yo aprann lè yo santi, lè yo fè eksperyans, jwe, jwi yon bagay, yo santi yon emosyon. E, yo bezwen pou granmoun ki ap pran swen yo a enpatik, ki vle di, **mete yo nan plas yo, konekte ak bezwen yo, respekte ak aksepte tout emosyon yo (kè kontan, kontantman, tristès, pè, kòlè, nan elatriye).**

Fanmi an se premye edikatè ak premye lekòl emosyon. Soti nan moman timoun yo fèt, manman, papa ak moun kap bay swen yo anseye ak lang yo, yo mwazi ak konpòtman yo, paske timoun yo aprann nan imitasyon, atansyon ak senpati. Fanmi yo bezwen edike avèk lanmou ak kè kontan, paske emosyon sa yo se baz pou reveye atansyon ak kiryozi nan timoun yo. Nan yon anviwònman kote yo santi yo pran swen ak renmen, timoun yo pral gwo chabwak yo nan aprantisaj yo, yo pral gen pi gwo konfyans, sekirite ak yon evalyasyon pozitif nan tèt yo ak lòt moun.

¿Ki jan nou ka sipòte timoun yo emosyonèlman?

Adilt yo gen plis chans yo ekspriye nan mo sa k ap pase yo, nan lòt men an, timoun yo ekspriye santiman yo nan konpòtman yo ak jwèt yo. Se poutèt sa, nan peryòd sa a nan pandemi, ki te difisil pou tout moun, yo ka ekspriye tèt yo ke yo te plis chimerik, kriye plis, mande oswa menm prezante konpòtman regressif, tankou gen difikilte nan kontwòl sfenktè a, reutilize sison, yo te plis tache bay granmoun lan, nan mitan lòt moun. Fè fas a reyaksyon sa yo, **timoun yo bezwen sipò emosyonèl**, sa vle di ke granmoun nan dwe akonpaye yo avèk afeksyon, ede yo nonmen ak ekspriye sa yo santi yo, ofri diferan fòm ekspresyon de emosyon yo selon laj yo, tankou: penti, trase, jwe, nan mitan lòt moun.

Nan premye mwa yo tounen nan jadendanfan, swa an pèsòn oswa nan mòd aleka, li espere ke timoun yo pral fè eksperyans emosyon diferan, bay yo ke yo te nan kay la pou yon tan long. Gen kèk ki ka santi yo enkyete oswa ezite retounen nan klas jadendanfan, ak lòt moun tris oswa fristre ke yo pa ka fè sa, epi yo dwe rete lakay yo, san yo pa wè zanmi yo ak edikaté yo. **Nan peryòd ajisteman sa a, yo pral bezwen anpil sipò emosyonèl ak senpati nan men fanmi yo.**



Kijan fanmi an ka sipòte timoun nan emosyonèlman?

1 Krete espas atansyon an plen pou timoun ki sou chaj ou a, Menm si yo kout, ou dwe avè l'oswa li, san se pa yon telefòn selilè oswa lòt distraksyon. Akonpaye san kritike oswa jije sa timoun nan santi, site epi valide emosyon ou, pa egzanp, "Ou gen lapenn epi ou vle kriye, oumèt kriye", pa fè presyon sou li pou l pale epi respekte silans li. Menm si timoun nan pèdi konsantrasyon oswa chanje sijè a, lefèt ke ou akonpaye l' pral fè l' santiw konprann li, san danje epi lap gen konfyans.

2 Preparel, eksplikel kijan retou nan gadri a ye, pale sou sa ou pral fè, kijan nouvo woutin yo pral ye. Si lap retounen poukont li, asire li ke ou pral rankontrel ankò chak apremidi, gen yon rit nan mwen kite nou ak reyinyon. Transmèt kalm nan ka ou gen yo ale lakay ou nan edikasyon distans, eksplike ke li se kenbe tout moun ki an sekirite ak an sante.

3 Anime yo pou yo retounen nan aktivite jadendanfan yo, animel poul aprann nouvo bagay, fè pwomosyon pou jwèt epi apiye pwosesis aprantisaj li sanw pa sanksyonel lèl fè erè, paske erè fè pati aprantisaj.

4 Akonpanye l ak yon apwochman fizik e afektif, pale avè l / li kap gade l nan je, ap vin nan wotè fizik li, nan ka tibebe ki nan bra yo, dodine yo, chante pou yo, elatriye, konsa ou bayo sekirite ak pwoteksyon. Granmoun nan dwe reflete yon eta emosyonèl ki kalm, pwoteksyon ak sekirite, paske timoun yo enfekte ak emosyon granmoun yo, pa egzanp yon timoun ap reyaji avèk krentif devan yon granmoun ki santil fristre.

5 Se pa fasil! Ou dwe fleksib ak tèt ou, ou dwe gen konpreyansyon, pa mandel poul fè tout bagay pafè, paske timoun dwe emosyonèlman byen. Si ou bezwen chèche sipò, ale nan jadendanfan ak / oswa Fonoinfancia de Fundación Integra (800 200 828 oswa www.fonoinfancia.cl), se rezo sipò yo.