



Konsòsyòm Kriz Florid
jwenn sipò Depatman
Sante Florid.

Reyaksyon ak Entèkansyon Espesifik ki Apwopriye pou Laj pou Timoun ak Adolesan ki Fè Eksperyans yon Ensidan Twomatik

Reyaksyon ki anba la yo se reyaksyon ki komen nan yon kriz:

- Chòk ak pèt sansasyon
- Refi oswa enkapasite pou rekonèt sitiyasyon ki rive a
- Konpòtman ki pa annamoni – ou parèt ebete, ap ekspriye santiman oswa bagay ki pa reyèl
- Konfizyon
- Kòlè (ki parèt deyò)
- Depresyon (kòlè ki parèt andedan)
- Dezòganizasyon
- Difikilte pou pran desizyon
- Sijesyon

Sijesyon ki anba la yo ap ede ou avèk moun ki gen diferan laj:

- Devlope rapò!
- Ekspriye konpreyansyon, chalè ak senserite
- Ede timoun nan otank posib pou fè li vin jwenn sans kontwòl li te pèdi a
- Rekonèt vrè pwoblèm yo
- Kite timoun yo “rakonte istwa yo”
- Pa montre ou pwovokan nan premye etap reyaksyon nan kriz la.

Bay timoun yon opòtinite pou yo ekspriye panse ak santiman yo nan yon klima chalè ak sipò, epitou bay yo edikasyon sou sentòm komen estrès twomatik. Li bon pou:

- Pale osijè reyalite ki fè pati evènman an
- Pale osijè konpòtman yo nan moman eksperyans lan (kote yo te ye ak sa yo t ap fè)
- Pale osijè reyaksyon fizik nan moman eksperyans lan (kijan kò ou te reyaji nan evènman twomatik la?)
- Pale osijè panse nan moman an epi imedyatman apre eksperyans lan (sa k ap pase nan lespri ou?)
- Pale osijè santiman yo nan moman an epi imedyatman apre eksperyans lan (kisa ou t ap panse?)
- Finalman li kapab bon pou mande, “Ki pi move bagay ki vini pou mwen nan eksperyans sa a?” Yon moun ta dwe espere gwo chanjman nan chak timoun epitou ou ta dwe pran prekosyon ou pou pa jije reyaksyon yo oswa pou pa pale avèk yo andeyò santiman yo.

Reyaksyon ak Entèvansyon Espesifik ki Apwopriye pou Laj pou Timoun ak Adolesan

Entèpretasyon reyaksyon jeneral moun ki ekspozé nan yon sitiyasyon kriz se yon etap ki enpòtan nan idantifye moun ki kapab bezwen plis asistans pwofesyonèl. Sa ki anba la a se yon lis sentòm ak entèvansyon posib ki apwopriye pou laj nan chak kategori laj.

Sentòm pou Timoun ki nan Lekòl Matènèl (Laj 1 ane jiska 5 ane)

Angajman nan konpòtman ki manke matirite pou laj epi ki pa t fèt lontan tankou:

- ◆ Souse dwèt pous
- ◆ Mouye kabann
- ◆ Pèt kontwòl blad-pipi
- ◆ Difikilte pou pale
- ◆ Kranpònman ak pèsyasyon
- ◆ Difikilte pou separasyon
- ◆ Diminisyon nan apeti
- ◆ Laperèz nan fènwa

Enfòmasyon ak Entèvansyon pou Timoun (Laj 1 ane jiska 5 ane)

- Timoun yo poko pose konsepsyon koyitif pou konprann yon kriz ak yon mank aptitud pou siviv pou yo kapab jere kriz la avèk efikasite
- Yo chèche adilt nan anviwònman yo pou yo jwenn sipò ak konfò
- Timoun yo imite reyaksyon adilt
- Enkyetid prensipal yon jenn timoun nan yon kriz ap gen chans pou yon abandon
- Fè timoun nan santi li sennèsòf ak pwoteje, fè li konnen ou p ap kite li
- Anjeneral, jenn timoun yo pa gen kapasite pou ekspriye santiman yo men y ap ekspriye santiman yo sitou nan konpòtman yo.
- Aktivite jwèt ap bay jenn timoun nan yon opòtinite pou ekspriye santiman ak panse ki endike yo pa anmezi pou ekspriye yo vèbalman
- Itilize: ajil, penti, kreyon koulè, kib, maryonèt, ak poupe epitou fè timoun nan rakonte ou istwa a.

Sentòm pou Timoun (Laj 5 ane jiska 11 ane)

- ◆ Tristès ak kriye
- ◆ Move konsantrasyon
- ◆ Laperèz pou fè tèt li mal
- ◆ Iritabilite
- ◆ Mouye kabann
- ◆ Konfizyon
- ◆ Plent fizik
- ◆ Refize al lekòl
- ◆ Enkyetid ak laperèz
- ◆ Difikilte pou manje
- ◆ Konpòtman regresif
- ◆ Konpòtman agresif
- ◆ Retrè
- ◆ Konpòtman pou atire atansyon

Enfòmasyon ak Entèvansyon pou Timoun (Laj 5 ane jiska 11 ane)

- Timoun ki nan gwoup laj sa a pale plis, men yo pi konkrè (parapò ak abstrè) nan panse yo ak nan pwosesis yo. Y ap mennen ou souvan nan kesyon yo. Koute yo avèk atansyon epi sèlman reponn sa y ap chèche a, pa bay yo plis enfòmasyon pase sa yo vle oswa bezwen yo.
- Pifò jenn timoun pa konprann ap toujou gen lanmò. Timoun ki nan nivo eleman tè kapab devlope laperèz serye konsènan lanmò ak enkyetid separasyon yo avèk fanmi yo ak zanmi yo.

Enfòmasyon ak Entèvansyon pou Timoun (Laj 5 ane jiska 11 ane)

- Fè aktivite kote yo kapab ekspriye santiman ak panse yo, si yo ta dwe itilize yo
- Diskisyon ki planifye sou laperèz ak enkyetid kapab ede tou
- Fè penti oswa desen, ekri nan yon jounal, li istwa epi/oswa diskite sou yo, epitou egzèsis kapab fasilite pwosesis gerizon an
- Ankouraje pitit ou pou li fè deskripsyon desen li epi/oswa mande li pou li rakonte yon istwa. Pa egzanp, ou kapab ankouraje timoun lan pou li fè desen sou sa li pè a ak sou bon bagay li kapab sonje sou evènman an.
- Li enpòtan pou pa janm jije timoun nan pou reyaksyon li yo!
- Montre santiman ak emosyon vizib timoun nan
- Ede timoun nan otank posib vin jwenn sans kontwòl li pèdi a
- Nòmalize santiman timoun nan

Sentòm pou Timoun ki Kòmanse Gen Laj Adolèsan (Laj 11 zan jiska 14 zan)

- | | |
|---|------------------------------|
| ◆ Twoub nan somèy | ◆ Enkyetid jeneral |
| ◆ Ogmantasyon oswa diminisyon nan apeti | ◆ Difikilte pou travay lekòl |
| ◆ Pèt enterè nan aktivite | ◆ Afeksyon fizik |
| ◆ Separasyon avèk kamarad | ◆ Move pèfòmans nan lekòl |
| ◆ Laperèz pou fè tèt li mal | ◆ Depresyon |
| ◆ Atitid rebèl | ◆ Difikilte pou konsantre |

Enfòmasyon ak Entèvansyon pou Timoun ki Gen Laj Adolèsan (Laj 11 zan jiska 14 zan)

- Timoun ki nan gwoup laj sa a genyen yon pi gwo sansiblite ak entèpretasyon sou evènman trajik yo, men souvan yon fason ki limite pou reponn.
- Timoun ki nan gwoup laj sa a montre souvan enkyetid pou moun ki viktim oswa ki mouri yo epi souvan yo vle bay èd nan kèk fason.
- Jenn adolesan yo, sitou gason yo, kapab montre yo egzajere epitou yo kapab parèt sinik, pètèt kòm yon defans kont reyaksyon emosyonèl akablan. Diskisyon an gwoup ki ankouraje timoun yo pale sou santiman yo konsènan kriz la bay benefis
- Yo ta dwe diskite tou sou pwoblèm konsènan sekirite pèsònèl chak moun ak sekirite fanmi an
- Ankouraje timoun sa yo ou yo ekri yon lèt (pou voye ba fanmi viktim yo, ba travayè sekou yo, elatriye)
- Bay timoun sa yo asirans pou fè yo konnen: “Pa gen pwoblèm pou yo genyen santiman yo genyen jodi a,”

- “Reyaksyon ou se yon reyaksyon ki nòmal nan yon evènman anòmal,” “Pa gen pwoblèm si w gen pwoblèm,”
- “Mwen la pou ou si w ta renmen pale”
- Ankouraje jwèt kote nou chak patisipe pou eksprime emosyon, ankouraje tèks souvni
- Bay yo fè travay ki kapab asosye ak gerizon epitou ede yo santi yo enpòtan ak itil.

Sentòm pou Adolesan (Laj 14 ane jiska 18 ane)

- | | |
|---|--|
| ◆ Souvni endiskrèt | ◆ Diminisyon nan nivo enèji |
| ◆ Pèt sansasyon | ◆ Depresyon |
| ◆ Enkyetid ak santiman kilpabilite | ◆ Twoub nan somèy |
| ◆ Twoub pou manje | ◆ Pasivite |
| ◆ Konpòtman anti-sosyal | ◆ Konpòtman agresif |
| ◆ Move pèfòmans nan lekòl | ◆ Pwoblèm avèk kamarad |
| ◆ Itilizasyon estipefyan oswa plis itilizasyon/abi estipefyan | ◆ Retrè |
| ◆ Move konsantrasyon | ◆ Mwen enterè nan moun ki gen sèks opoze |
| ◆ Sentòm sikozomatik | ◆ Kòlè ak Iritabilite |

Enfòmasyon ak Entèkansyon pou Adolesan (Laj 14 zan jiska 18 tan)

- Anjeneral, adolesan yo kapab angaje nan plis panse abstrè ak ipotetik epitou genyen yon pi bon sans pèmanans lanmò a. Men, anpil adolesan konsève fo panse ki endike, sa ta ka pa janm rive yo epitou se “bon bagay rive bon moun epi move bagay rive move moun.”
- Li enpòtan pou ankouraje diskisyon sou panse, santiman, konviksyon, ak enkyetid konsènan sitiyasyon kriz la.
- Ou kapab bezwen abòde fo panse konsènan evènman an
- Fè efò pou konnen ak nòmalize reyaksyon yo
- Vin yon oditè konpreyansif; koute nan yon fason ki bon kote ou montre ou p ap jije
- Li enpòtan pou rete pasyan
- Toujou montre ou sansib nan nivo konpreyansyon adolesan an
- Pa sipoze ou dwe genyen tout repons yo; di konsa: “Mwen pa konnen”, lè li apwopriye
- Ou kapab diskite sou estrateji pou siviv tankou teknik detant ak estrateji pou rezoud pwoblèm

Rezime Estrateji Entèkansyon

Timoun ki nan Lekòl Matènèl ak Lekòl Primè

- ✗ Fè aktivite tankou itilizasyon ajil ak blòk
- ✗ Penti
- ✗ Fè desen
- ✗ Ekri nan yon jounal pou pi gran timoun yo
- ✗ Li istwa epi fè diskisyon sou yo
- ✗ Ekri kat ak lèt pou moun ki mouri a oswa pou fanmi/zanmi ki siviv yo
- ✗ Kreye yon penti miray oswa “kat-memwa” konsènan eksperyans yo pandan kriz la
- ✗ Devlope yon “bwat-memwa” pou kontwole panse yo
- ✗ Devlope tablo “panse yo jan yo asosye ak santiman yo”
- ✗ Konsèy pou chak moun apa ak konsèy angwoup

Rezime Estrateji Entèvansyon

Adolesans

- ✗ Ekri jounal
- ✗ Aktivite atistik
- ✗ Ekri pwezi
- ✗ Ekri istwa
- ✗ Ekri kat ak lèt pou moun ki mouri a oswa pou fanmi/zanmi ki siviv yo
- ✗ Teknik detant tankou respire fò ak detant miskilati ofi-amezi
- ✗ Estrateji pou rezoud pwoblèm
- ✗ Diskisyon an ti gwoup
- ✗ Gwoup sipò
- ✗ Egzèsis fizik
- ✗ Tande mizik
- ✗ Konsèy pou chak moun apa ak konsèy angwoup
- ✗ Pase tan avèk zanmi ak fanmi

Si w bezwen èd, rele 211 epi mande pou yon sant sante mantal zòn ou oswa itilize youn nan resous ki anba la yo:

Lokalizatè Tretman

Lokalizatè Sèvis Sante Mantal
(800) 789-2647 (Angle ak Panyòl)
(866) 889-2647 (TDD)
www.mentalhealth.samhsa.gov/databases

Lokalizatè Sant Tretman Abi Estipefyan
(800) 662-HELP (4357)
(Nimewo gratis, Sèvis Rekòmandasyon pou Tretman 24 èdtan pa jou nan lang Angle ak Panyòl)
(800) 487-4889 (TDD)
www.findtreatment.samhsa.gov

Liy Dirèk Enfòmasyon

National Suicide Prevention Lifeline
(800) 273-TALK (8255)
(800) 799-4889 (TDD)

Liy Dirèk Enfòmasyon SAMHSA National
(800) 662-HELP (4357) (Angle ak Panyòl)
(800) 487-4889 (TDD)

Liy Dirèk Workplace
(800) WORKPLACE (9675752)
www.workplace.samhsa.gov/helpline/helpline.htm