

## Konsèy pou pwofesè ka ede elèv yo apre yon tranbleman tè

Gen gwo lapè lè moun nan tranbleman tè, epi gen anpil estrès nan jou, semèm epi mwa ki vin apre. L ap pran tan pou anpil fanmi refè, sitou si yo gen sipò fanmi, zanmi, kominote a. Men se pa tout fanmi ki gen menm eksperyans yo nan epi apre tranbleman tè, tankou eksperyans nan replik tranbleman tè ki ka kontinye plizyè mwa. Tan l ap pran pou refè ap depann sou sa k te rive yo nan epi apre tranbleman tè a epi sou sa yo pèdi ak sa ki kase. Gen kèk timoun oubyen fanmi timoun yo ki ka blese anpil epi k ap gen pou yo resevwa tretman medikal ak reyadaptasyon pou anpil tan. Gen kèk fanmi k ap rekòmanse fè aktivite nòmal yo san pèdi tan, kwak gen lòt fanmi ki ka gen anpil pwoblèm ak dega yo gen nan kay yo ak zafè yo, ak koneksyon nan swen doktè, epi plis pwoblèm lajan. Gen anpil fanmi ki pèdi moun yo renmen anpil. Timoun ka pa reyaji menm jan lè gen tranbleman tè ak lè replik tranbleman tè e l ap depann sou laj timoun lan ak eksperyans timoun lan. Se pou pwofesè yo konnen timoun ka pa gen menm reyaksyon menm epi se pou yo ofri sipò epi konprann tout diferan reyaksyon.

Reyaksyon timoun gen apre tranbleman tè a epi nan replik tranbleman tè a ap depann sou jan papa ak manman, pwofesè, ak lòt moun reyaji yomenm. E yo mande pou granmoun ba yo enfòmasyon, konfò ak èd. Timoun gen anpil nan menm reyaksyon lè gen tranbleman tè. Men yo bese apre yon sèten tan, men pwofesè yo ka pare pou reyaksyon yo si w konnen ki reyaksyon timoun yo gen.

### Reyaksyon ki komen

- Sou nè, gen lapè, epi konsène sou sekirite pèsònèl ak sekirite lòt moun:
  - Timoun ka anpil lapè epi ka mande pou yo toujou rete ak fanmi yo
  - Jèn timoun ka kote sou janm papa, manman, sè ak fè, pwofesè, ak lòt moun
- Yo ka vin pè pou pa gen lòt tranbleman tè ak lòt replik tranbleman tè
- Enkyetid sou sekirite batiman yo
- Chanjman nan konpòtman:
  - Gen plis aktivite.
  - Gen mwens konsantrasyon epi fè atansyon mwens
  - Gen movèz imè plis
  - Pa pale ak moun twòp
  - Gen anpil chanjman imè
- Gen pwoblèm fizik (maltèt, malvant, koubati ak doulè)
- Chanjman nan abitud travay ki gen rapò ak lekòl la
- Toujou konsantre sou tranbleman tè a (toujou ap pale sou li - jèn timoun ka fè jwèt tranbleman tè a)
- Gen gwo reyaksyon ak bagay ki fè yo sonje tranbleman tè a (batiman ki detryi, debri, mi ki fann, nouvèl)

- Vin sansib anpil lè gen bri (sirèn, gwo bri, bagay k ap tonbe oubyen k ap kraze)
- Chanjman nan dòmi epi nan gou bouch
- Pa gen anpil enterè nan aktivite toulejou, tankou jwe ak zanmi
- Jèn timoun rekòmanse gen konpòtman tibebe (pale tankou tibebe, pisannit, kòlè)
- Plis konpòtman gwo risk nan adolesan (bwè, abi sibstans, fè mechanste pèsònèl)

### Kijan m ka ede elèv mwen yo ?

Pwofesè ka gen yon wòl enpòtan nan èd yo ka ofri elèv yo refè. Tounen lekòl, menm si nan yon adrès tanporè, ap ede nan byenèt timoun yo ak fanmi yo. Men detwa konsèy pou ede w nan travay w ap fè ak timoun epi fanmi yo.

#### **Byen okipe tèt ou**

Pou w ka okipe elèv ou yo, se pou w okipe tèt tou anvan.

- **Byen okipe tèt ou.** Fè anpil efò pou w bwè anpil dlo, manje regilyèman, epi dòmi anpil.
- **Pran tan pou pale ak fanmi w.** Eseye okipe bezwen tout fanmi w. Li ka itil pou pwofesè yo ede youn lòt lè yo gen bagay pou yo okipe.
- **Kominike ak lòt.** Garanti ou pale ak lòt pwofesè yo pou n ede youn lòt.
- **Pa fè twòp.** Eseye pa fè twòp netwayaj lakay tankou nan lekòl la, tankou leve bagay ki lou oubyen travay anpil tan.
- **Pa pran desizyon enpòtan.** Eseye pa pran okenn gwo desizyon, lè estrès sa a, ki ka gen gwo konsekans sou lavi w.

#### **Byen okipe elèv ou yo**

Men kèk konsèy pou ede elèv ou yo:

- **Chanje plan leson yo.** Bay mwens devwa, pa ale twò vit, epi fè leson yo pi enteresan, sitou lè klas la kontre nan yon adrès ki tanporè epi si orè lekòl la chanje, epi lè kanmarad klas oubyen lòt pwofesè pa tounen oubyen mouri.
- **Kominike ak elèv yo.** Pale san pwoblèm ak elèv yo sou opinyon yo ak enkyetid yo genyen sou tranbleman tè a ak sou replik li yo. Ofri enfòmasyon ki korèk pou ede konprann move enfòmasyon epi pou pa twò pè. Kanpe diskisyon an ak enfòmasyon sou pwosesis sekirite epi sou aktivite sekou kominote a ap syiv.
- **Rekonèt eksperyans elèv ou yo.** Envite elèv ak paran yo ba w enfòmasyon sou chanjman ki gen nan fanmi a oubyen lakay pou ou ka pi byen konprann ki chanjman ki gen nan konpòtman elèv la nan saldeklas la epi nan devwa.
- **Pataje enfòmasyon ak lòt.** Pale youn ak lòt epi ak lòt anplwaye lekòl la pou pataje enfòmasyon epi kontwole kijan elèv yo ye.
- **Ofri estrikti.** Pi plis posib, kenbe yon orè saldeklas ki prevwa epi ki gen estrikti sètadi règleman ak konsekans pou ka ofri elèv yo sipò, menm si ou fèk vini oubyen nan yon adrès tanporè.
- **Ede elèv yo boule ak dezespwa.** Ede elèv yo devlope epi sèvi ak pwòp metòd yo genyen, tankou

kominike ak yon granmoun yo renmen oubyen fè aktivite tankou jwe ak zanmi, lekti, priye, chante, danse, oubyen atizana.

- **Ankouraje bon abitud.** Ankouraje elèv yo bwè anpil dlo, manje regilyèman, epi repoze anpil.
- **Mete limit sou kantite kriz emosyon.** Li difisil lè elèv yo gen movèz imè oubyen ap fè dezod. Byen eksplike elèv yo kijan pou yo aji epi rekonpase bon konpòtman.
- **Diminye bagay ki fè sonje tranbleman tè a.** Ede elèv yo pa raple tranbleman tè a twòp. Pa pale twòp ak lòt pwofesè yo sou tranbleman tè a devan elèv yo epi pa fè twòp diskisyon sou tranbleman tè a nan klas la.
- **Idantifye pwoblèm pou dòmi.** Elèv ki fatige pa ka konsantre oubyen aprann byen epi ka gen movèz imè ak zanmi epi ak pwofesè yo. Ankouraje elèv yo dòmi pi plis tan yo kapab.
- **Se pou gen pasyans.** Refè fèt nan plizyè etap pou plizyè semèn ak mwa. Pa dekouraje poutèt kèk elèv pran plis tan pase lòt oubyen gen lòt ki ka gen move moman.
- **Ankouraje aktivite ki ede.** Ankouraje elèv yo patisipe nan aktivite pou ede rekonstri kominote lekòl la epi lavi sosyal, tankou pwojè pou fè pwogrè nan lekòl la oubyen nan katye a oubyen ede lòt moun nan kominote a.
- **Ankouraje tolerans nan saldeklas ou an.** Elèv ki nan klas ou an ka gwo viktim tranbleman tè a, tankou yo ka blese anpil oubyen figi yo chire, gen fanmi ki mouri, oubyen ap viv nan adrès tanporè. Ede elèv yo konprann soufrans lòt epi ede ofri youn lòt sipò pozitif. Pa egzanp : ankouraje elèv pou jwe youn ak lòt, anpeche timoun anbete lòt, mete elèv yo ansanm pou okenn timoun pa rete deyè.

*W ap jwenn plis enfòmasyon sou timoun, fanmi ak tranbleman tè nan sit entènèt National Child Traumatic Stress Network, [www.NCTSN.org](http://www.NCTSN.org).*

Translation by : Heartland Health Outreach, Cross Cultural Interpreting Services.