



NATIONAL
ASSOCIATION OF
SCHOOL
PSYCHOLOGISTS

Trajedi ki pase ann Ayiti a: Jan pou ede timoun yo fè fas ak sitiyasyon sa - Sigjesyon pou paran ak moun k ap bay swen yo

Tranbleman tè ki sot pase ann Ayiti a lakoz devastasyon terib ki kapab fè gwo efè emosyonèl sou timoun k ap viv isit nan peyi Etazini. Menm jan tankou granmoun, anpil timoun ak jèn moun ka ap debat pou konprann anplè dezaz la, espesyalman si yo te gade imaj dejenere ak imaj kase kè yo ki nan nouvèl yo. Epi anplis, kèk timoun, patikilyèman nan kominote ayisyen-ameriken an, ki gen moun ki chè pou yo ki pèdi, blese, mouri, oswa ap lite pou yo kontinye viv. Gen lòt nan yo ki gen manb fanmi yo ki te ale ann Ayiti pou yo kapab eseye ede. Paran ak lòt responsab ka ede timoun yo lè yo sipòte bezwen emosyonèl ak sikolojik yo, lè yo ede yo konprann evenman yo jan yo ye a, lè yo pa kite yo gade televizyon anpil, lè yo bay yo opòtinite pou eksprime santiman yo, epi, sa ki pi enpòtan, lè yo fè yo santi yo byen pwoteje epi an sekirite.

Sigjesyon pou sipòte tout timoun ak jèn moun yo

Bay yo asirans. Timoun yo imite reyaksyon emosyonèl yo sou granmoun ki pwòch yo. Fason ou reaji trèzenpòtan. Fè yo konnen menm si trajedi a grav e menm si yo santi yo mal, ou ap fè tout efò w pou ede yo soti nan dezaz la. Konsantre sou sa ou kapab fè pou w bay èd ansanm ak sa ki nan nan relasyon ou genyen.

Koute byen epi byen obsève. Kite yo gide w pou w kapab konnen kijan yo konsène ak ki kantite enfòmasyon yo bezwen. Si yo pa bay trajedi a anpil atansyon, pa rete sou sa. Sepandan, se pou w disponib pou w reponn kesyon yo ak tout abilite w. Sonje jèn timoun ka pa kapab pale pou yo eksprime sa yo vle di. Pote atansyon sou chanjman nan kompòtman yo ak jan yo aji ak lòt moun. Pifò timoun ak adolesan ki lekòl toujou kapab diskite sou panse yo ak santiman yo malgre yo kapab bezwen pou se ou ki kòmanse konvèsasyon an. Ou ka kòmanse poze kesyon tankou “kote w te ye lè w te tande nouvèl tranbleman tè ann Ayiti a? Kòman w te aji lè w te tande nouvèl dezaz la? Kòman dezaz sa afekte w ak fanmi w pèsònèlman.” (Gade seksyon Reyalite ak Enplikasyon Kiltirèl la pou plis enfòmasyon).

Rekonèt enkyetid ki lye ak danje ki genyen nan dezaz natirèl yo. Jèn timoun ka gen enkyetid pou si tranbleman tè ta afekte vil ak zòn kote y ap viv la. Si ou ap viv nan yon zòn ki posib pou tranbleman tè ta frape se pou w eksplike yo peyi Etazini genyen plis regleman sou jan moun dwe bati kay pase jan yo bati ann Ayiti. Pou rezon sa, kay Etazini ka sipòte plis domaj san yo pa kraze. Si w ap viv nan yon zòn kote inondasyon, dife ak ouragan ka frape fasil se pou w eksplike yo si dezaz

natirèl konsa ta frape, fanmi an ap gen ase tan pou planifye e pou yo pran prekosyon ki nesèsè.

Suiv nouvèl yo. Li enpòtan pou w rete enfòmè, men pran twòp nouvèl pap twò ede w. Imaj dezans la sèlman ak rezilta moun k ap soufri paske yo blese, grangou epi malad ka twòp pou ou. Jenn timoun patikilyèman pa ka distenge ant imaj televizyon ak reyalyite pèsonèl yo. Timoun ki pi gran yo kapab chwazi pou pran nouvèl, men se pou w disponib pou w diskite sa yo wè epi ede yo byen konprann. Yo kapab inyore nouvèl yo epi gade mizik videyo. Sa nòmàl.

Mete aksan sou kapasite moun yo genyen pou kapab reziste. Ede timoun yo konprann moun yo genyen kapasite pou pase atravè yon evenman trajik e pou yo kontinye avèk lavi yo. Mete plis atansyon sou pwòp konpetans timoun yo lè n baze sou lavi chak jou yo nan moman difisil. Itilize tèm ki apwopriye ak laj yo pou n idantifye lòt dezans ki te pase nan lòt kominote oswa nan lòt peyi e kijan moun yo te reprann fòs yo. Mete aksan sou entèlijans, kreyativite ak rezistans sitwayen Ayiti yo.

Souliye konpasyon ak imanite moun. Gwo trajedi konn fè genyen anpil swen ak sipò nan tou mond lan. Mete atansyon sou èd gouvènman, ajans ki pa la pou fè pwofi ak chak grenn moun bay. Diskite bonjan mwayen lojistik k ap pèmèt èd yo rive nan zòn pi frape yo ak kowoperasyon ant lidè ak pèp nan anpil nasyon. Pale sou jan prezidan Obama ap travay ak ansyen prezidan Clinton ak Bush pou ranmase lajan pou ede pèp ayisyen.

Pase tan an fanmi. Rete ansanm ak manb fanmi w toujou enpòtan nan tan difisil ak moman tristès. Menm si trajedi a pa frape timoun ou yo anpil, sa kapab yon bon opòtinite pou nou kapab patisipe konsansyèzman nan epi apresye lavi an fanmi. Lè nou travay ansanm, sans estabilite ak koneksyon timoun yo ap vin pifò. Si lafwa fè pati lavi fanmi w rete konekte ak relijyon w.

Fè yon bagay pozitif ak timoun ou yo oswa elèv ou yo pou ede lòt moun ki nan bezwen. Aksyon se youn nan mwayen pou ede timoun yo santi yo gen kontwòl epi devlope yon sans koneksyon ki fò. Pami sigjesyon yo nou jwenn bay òganizasyon entènasyonal k ap ede lè gen dezans donasyon endividyèl, mete yon koleksyon pou ranmase lajan sou pye nan lekòl la oswa nan kominote a, oubyen nou kapab menm travay ansanm pou sipòte fanmi ki nan bezwen nan kominote a.

Sa pou w di ak sa pou w pa di. Pa bay pyès eksplikasyon ki baze sou relijyon, bay sipò w pito. Espesyalman, pran prekosyon pou w pa blame pèp ayisyen oswa di yo modi. Pa di se Vodou ki lakoz oswa di yo te siyen yon kontra ak satan nan istwa yo. Se pi move bagay ou ta kapab di. Fè sèten ou pa rantre timoun nan koze oswa nan temwayaj sou sa ki te pase ann Ayiti yo. Lè granmoun ap pale sou detay orib tranbleman tè a, l ap bon pou w fè timoun soti anba bouch ou. Ou dwe ofri timoun yo - sitou sa yo ki vilnerab yo - lòt lokasyon oswa lòt aktivite lè n ap pale sou sa.

Sigjesyon pou timoun ak jèn tranbleman tè a frape

Timoun ak adolesan ki te pèdi yon moun ki chè pou yo oswa ki konekte ak kominote ki devastè yo kapab bezwen plis swen. Anpil fanmi ap konbat anksyete, fristrasyon, ak krent sou ki destine moun ki chè pou yo ki Ayiti kapab genyen. Granmoun yo ap

eseye sanzespwa pou yo aprann si manb fanmi yo gen Ayiti toujou vivan epi yo nan lapenn pou sa ki pa vivan yo. Tantatif pou pran nouvell oswa pou ede moun ki kontinye viv bay anpil estrès. Gen kèk ka kote manb fanmi ki ap viv isit ap vwayaje ann Ayiti pou ede fanmi yo ki nan bezwen oubyen petèt pou vini ak timoun ki òfelen yo nan peyi Etazini. Li enpòtan pou yo pa neglije bezwen timoun ki isi yo. (Pou plis enfòmasyon an detay sou kijan pou ede timoun yo fè fas ak sa yo pèdi ak lapenn, gade jan pou n ede timoun yo fè fas ak lanmò, pèt ak lapenn.)

Konnen ki danje ki genyen pou reyaksyon emosyonèl grav yo. Degre yon timoun afekte ap varye an rapò avèk sikonstans pèsònèl li. Sa ki pi vilnerab yo se timoun ki:

- Te gen manb fanmi yo ki mouri, blese oswa yo pa wè.
- Gen orijin yo ann Ayiti oswa ki kontinye ap viv nan kominote devaste yo.
- Genyen yon sans relijye oubyen kiltirèl trè fò ak pèp ayisyen.
- Gen zanmi, pwofesè oswa vwazen ki te pèdi moun ki chè pou yo nan tranbleman tè a.
- Rete vivan apre lòt dezaz natirèl, patikilyèman nan zòn ki petèt vilnerab yo.
- Sot pèdi moun ki chè pou yo, patikilyèman paran.
- Ap souffri avèk Maladi Estrès apre yon Twoma, Depresyon ak lòt Maladi Mantal.

Konnen reyaksyon timoun/adolesan ka petèt genyen akòz troma ak pèt.

Kèk timoun kapab an danje pou yo ka gen reyaksyon emosyonèl grav akòz sikonstans pèsònèl yo. Sentom yo kapab diferan selon laj yo. Depresyon, anksyete, tristès ak kolè kapab reyaksyon anpil moun. Kontakte yon pwofesyonèl si pitit ou a ta montre gwo chanjman nan konpòtman oswa si youn nan sentom sa yo nan yo ta dire pou anpil tan.

- **Timoun ki nan preskolè.** Souse dwèt, mouye (pipi nan) kabann, pa vle separe ak paran yo, pa ka dòmi byen, pa ka manje byen, pè fè nwa, fè bak nan konpòtman, rale soti sou zanmi y oak abitud yo.
- **Timoun ki nan lekòl elemantè.** Irite fasilman, agresivite, kochma, evite lekòl, pa ka konsantre pou anpil tan, rale soti nan aktivite y oak zanmi yo.
- **Adolesan.** Difikilte pou dòmi ak manje, ajitasyon, ogmantasyon konfli, plenyen, konpòtman delenkan ak konsantrasyon kout.

Mande pou èd si timoun ou yo bezwen sa. Trajedi kapab fè moun ki afekte dirèkteman yo kapab santi yo bouke, patikilyèman sa ki pèdi moun ki chè pou yo. Sa kapab ede w anpil si ou rete konekte avèk kominote w. Li kapab enpòtan tou si ou chache sipò nan men pwofesyonèl sante mantal pou w fè fas ak santiman ki twòp pou ou yo. Sa nòm al apre yon evenman twomatic fin pase, patikilyèman nan degre sa. Ou pa dwe entèprete si ou chahe èd sikolojik kòm yon siy ki montre oumenm oswa pitit ou a souffri maladi mantal. Si pitit ou a blese fizikman oswa gen bwa l kase, ou t ap chache èd medikal. Si pitit ou a blese emosyonèlman, li nòm al pou w chache èd sikolojik. Kòm paran oswa moun k ap pran swen, ou pa oblije pran tout responsabilite yo pou kont ou.

Kominike ak lekòl ou. Timoun ki nan chagren pou lòt moun, ki gen anksyete pou manb fanmi yo ki blese oswa yo pa ka jwenn, oubyen ki konsène sou lavni manb

fanmi yo k ap viv nan kominote ki te detwi yo gen anpil estrès. Nivo detrès sa kapab deranje anpil e kapab gen kòm rezilta pa pote atansyon nan klas, move nòt, chanjman nan konpòtman ak absans. Sitiyasyon an kapab pran anpil tan pou l jwenn yon solisyon. Pwofesè dwe detèmine ki sipò anplis oswa konpasyon elèv yo bezwen epi travay ak paran yo pou devlope yon plan pou ede elèv yo kontinye travay menm jan. sikològ eskolè a, travayè sosyal la, konseye a kapab bay sipò anplis.

Konprann pwosesis chagren an. Chagren se yon pwosesis, se pa yon evenman. Chak moun viv lapenn yon fason diferan e se pa tout timoun nan menm gwoup laj ki ka konprann lanmò menm jan oswa avèk menm santiman. Fason timoun yo wè lanmò depann de pèspektiv inik yo genyen sou mond lan ansanm ak eksperyans yo. Pami mwayen chagren kapab manifeste genyen chòk emosyonèl, tristès, rale soti sou moun, konpòtman regresif, kolè oswa move konpòtman, ak enkredilite/denegasyon. (Gade gade jan pou n ede timoun yo fè fas ak lanmò, pèt ak lapenn.) Yo dwe bay elèv yo opòtinite pou yo eksprime chagren yo lè yo jwe kòm aktè oswa nan travay atistik ak atizanal (pou jèn timoun) epi nan domèn atistik, dram, mizik, ak konpozisyon pou timoun pi aje ki nan lekòl elemantè, pou adolesan ak jèn.

Gen volonte pou diskite konsèp lanmò a. Timoun kapab pi konsène pou lanmò yo ak lanmò yon moun ki chè pou yo, patikilyèman paske gen anpil timoun ki pami moun ki mouri yo. Pale ak timoun ak adolesan ki pè yo sou sijè sansib sa enpòtan. Gen lòt resous ki kapab ede tou (pa egzanp, liv pou diferan laj ki diskite sijè lanmò ak moun k ap mouri, enstisyon ki ede moun ki chagren yo ak ospis yo oswa òganizasyon relijye yo oswa si sa fè pati nan vi familyal ou). Si yon timoun soti nan yon kay ki gen yon sistèm kwayans djanm oswa ki gen lafwa, li ap posib pou sa bay yon sous sipò trè fò lè yo gen pou fè fas ak pwoblèm sa yo.

Rekonèt bezwen pa w. Pa inyore pwòp santiman anksyete, chagren ak kolè ou genyen. Pale avek zanmi, manb fanmi, lidè relijye ak konseye sante mantal yo kapab ede. Li enpòtan pou w fè timoun ou yo konnen tristès ou. Se pou konprann si ou pedi manb fanmi oswa zanmi, ou kapab santi sa twòp pou ou pandan jounen an. Ou ka sipòte timoun ou yo pibyen si yo ka eksprime pwòp emosyon ou nan yon fason pozitif. Dòmi byen, manje byen, epi fè egzesis.

Ayiti: Reyalite ak Enplikasyon Kiltirèl

Ayiti se yon nasyon ki gen 9 milyon moun epi li se alafwa dezyèm demokrasi ki pi aje e ki pi pòv nan emisfè oksidantal la. Anviwon 80% nan popilasyon Ayiti a ap viv nan povrete, Y ap sibziste ak mwens pase 2 dola pa jou. Popilasyon an pale kreyòl-ayisyen epi yo estime to alfabetizasyon an a 55%. Anpil gwo ouragan te frape Ayiti; sa te lakoz deplasman plizyè santèn milye moun. Menm avan tranbleman tè a, te gen mwens pase mwatye popilasyon an kit e ka jwenn dlo potab epi malnitrisyon t ap vale teren. Adisyone sou sa, dezaz natirèl yo gen pi gwo enpak sou say o ki genyen mwens resous finansye yo. Yo gen kèk ti resous toupiti pou prevni pwoblèm sa yo rive (sètadi, konstwi bilding ki ka reziste ouragan ak tranbleman tè) oubyen pou yo kapab fè fas ak trajedi ki fin pase. Dènye estimasyon yo fè konnen kantite

moun ki mouri prèske rive nan 200 000 avèk 3 milyon moun kap bezwen èd entènasyonal nan jou k ap vini yo.

Pèp ayisyen ak sa yo ki gen orijin ayisyen k ap viv nan peyi Etazini yo fyè, yo gen rezistans e yo travay di. An jeneral, ayisyen se yon pèp rezève; li ka sanble yo pa eksprime emosyon yo lè gen kriz, menm si yo ta pèdi e soufri anpil. Menm jan sa ye nan anpil kilti, gason yo gen tandans pou kenbe santiman yo pou yo, tandiske fanm yo eksprime yo plis. Jeneralman, ayisyen pale si yo adrese yo lapwòl. Epiou, ayisyen pap nesèsman chache sipò men yo ap aksepte l si moun ofri yo. Pi plis pase sa, nan kèk pati nan kominote ayisyen an, gen stigma lè moun chache èd sikolojik. Lè gen kriz, li pa etranj pou yo neglije bezwen emosyonèl timoun yo akòz nesèsite pou granmoun yo genyen pou fè sa ki pi enpòtan.

Difikilte fanmi yo rankontre nan peyi Etazini – li sanble chak grenn ayisyen frape dirèkteman ak dezaz sa nan yo fason oswa nan yon lòt. Timoun ak adolesan k ap viv nan kominote a ap gen petèt pou yo fè fas ak anpil pwoblèm, pami yo nou jwenn:

- Enkapasite pou kominike ak moun ki chè pou yo e konsa yo pa kapab detèmine kijan yo ye
- Enkyetid ak anksyete moun ki kontinye viv yo genyen pou fè fas ak kondisyon orib yo (pami yo gen moun ki chè pou yo ki blese)
- Chagren pou moun ki chè pou yo ki te mouri
- Detrès yo gen paske yo pa kapab idantifye moun ki chè pou yo e pou antere yo nòmalman
- Yon pèt yo santi jis nan zo paske tout yon zòn detwi nèt
- Enkyetid sou danje ki genyen pou vyolans ak malady grav ak gwo pwoblèm sante
- Fristrasyon ekstrèm paske yo pa kapab fè plis pou ede
- Ijans entans pou yo aji aktivman
- Paran yo ki plonje nan reyaksyon emosyonèl yo ak lè y ap eseye fè fas epi chache ak ede moun yo renmen yo
- Fwa yo ki kapab pran fòs oswa vin an kriz pandan y ap eseye konprann trajedi a
- Yon santiman pwofon pou kominote a ak fyète paske yo se ayisyen.

Kòm manb Asosyasyon Nasyonal Sikològ Eskolè yo, tout kè nou avèk pèp ayisyen sa a ki se yon pèp brave pi rezistan ansanm avèk ayisyen-ameriken k ap viv pami noun an peyi sa a. Nou swete w gen fòs nan moman gwo bezwen sa a.

Resous: nou ka jwenn referans yo nan

http://www.nasponline.org/resources/crisis_safety/haiti.aspx. Epi sou sit wèb sa w ap jwenn lyen lòt òganizasyon ak enfòmasyon sou jan pou w ede timoun ak fanmi yo fè fas ak kriz ak mwayen pou w bay ajans entènasyonal yo èd sou entènèt.

©2010, National Association of School Psychologists, 4340 East West Highway #402, Bethesda, MD 20814, www.nasponline.org

Se Fabiola Forges, Josie Cine, ak Vitres Caceide ki tradui dokiman sa.