

KONSTWI KONPETANS OTO-JESYON NAN PITIT OU

Abilite pou yon timoun fè siksè nan lekòl, kolèj, e travay, epi pou acheve bonè li alon-tèm pral depann sou abilite li pou konstwi relasyon pozitif. Elèv kapab aprann kominike klèman, kowopere avèk lòt moun, epi negosye konfli konstrik-tivman an menm tan yo kapab sou wout pou fè siksè. Pa egzanp, nan lekòl nou ansenye elèv pou yo vin manb pwodikatif nan yon gwoup e nou ofri opòtinite pou yo travay an gwoup. Youn nan aktivite yo se enstriksyon ki baze sou pwojè. Aktyèlman elèv ap panse transfere enstriksyon yo epi aplike li nan yon pwoblèm ki genyen rapò avèk monn reyèl la epi kòm yon gwoup ki ap travay pou rezoud pwoblèm nan. Elèv yo aprann kontni, nòm, epi yo ap aprann konpetans rela-syon. Kòman pou nou travay ansanm? Kòman pou deside kilès ki pral ranpli wòl sa a? Kòman nou pral reyalize si nou fè siksè? E si nou fè yon fot? E si nou pa dakò avèk yon moun? Kòman nou pral antann nou sou sa?

Paran ak fanmi se patnè kritik pou ede pitit yo devlope konpetans. Resous sa yo ofri gid, zouti, e aktivite pou paran e fanmi ede pitit yo devlope Enstriksyon Emosyonèl Sosyal (SEL) lakay.

OPÒTINITE POU DISKITE KÒMAN POU KONSTWI KONPETANS OTO-JESYON

- **Pataje lit ou avèk pitit ou pou ansenye yo sou rezistans.** Egzanp: “Lè m te nan laj ou, mwen pat bon nan espò, men mwen te vle jwe nan ekip foutbòl la. Yo pat pran m pou premye ane a, men mwen te pratike e mwen te jwenn plas nan ekip la nan pwochèn ane a. Ki kèk nan objektif ou vle akonpli?”
- **Pale ak pitit ou a sou pwosesis li ta kapab pran pou atenn objeitif li.** Egzanp: “Si ou vle yon doktè, ou bezwen ale nan kolèj e nan lekòl medikal anvan ou kapab ede pasyan. Petèt nou ta dwe gade kèk film sou doktè e medsin yon fason pou ou genyen yon ide sou kisa li ye pou ou kapab yon doktè.”
- **Konplimante pitit ou lè li anreta nan satisfaksyon li.** Egzanp: “Mwen konnen ou reyèlman te vle gade televizyon tou swit apre lekòl. Ou te responsab lè ou te chwazi premye chanm ou. M te fyè pou pasyans ou.”

ESTRATEJI POU SIPÒTE DEVLOPMAN SOU KONPETANS OTO-JESYON

- **Jwèt ki pat ansenye pitit ou kòman pou regile emosyon yo:** Musical Chairs, Follow The Leader, Red Rover, Mother May I, Simon Says. Gen lòt jwèt ki enkli Jenga e Don't Break the Ice.
- **Ansenye oto motivasyon avèk SMART Goals:** Motive pitit ou pou etabli objektif ki Espesifik, Mezirab, Reyalizab, Pètinans e Limite nan Tan (SMART). Chita avèk yo plizyè fwa nan yon mwa pou kontwole pwogrè anvè objektif yo e sipòte yo lè genyen defi.



SWARE CINEMA FANMI

Meet the Robinsons (2007, klase G)

Avèk deviz prensipal ki se “kontinye avanse”, film pou ansenye timoun ke se pati inevitab nan lavi. Ou aprann e ou kontinye avanse! Ti gason talantye, Lewis, dekouraje paske l panse l pap kapab reyisi nan envansyon li, ke Bowler Hat Guy te vole. Sanzatann, yon jenn ki vwayaje alè yo rele Wilbur Robinson ki rive nan sèn nan pou kwape Lewis nan machin lè a. Ti mesye yo pase yon jou alavni avèk fanmi eksantrik Wilbur dekouvri yon sekrè etonan.

October Sky (1999, klase PG)

John Hickam ap travay nan min chabon nan Lwès Vijini ki renmen travay li e espere pitit gason li yo, Jim e Homer, pou kontinye fè sa li te konn fè yo. Homer vin enterese nan syans fize aprè li te wè Sputnik 1 kwaze syèl la. John pat renmen nouvo enterè pitit gason li a, men Homer kòmanse konstwi fize avèk èd zanmi e pwofesè li. Homer te deside e kreye plan pou l acheve plan yo, se dezine fize e syans ki kapab ofri li yon pi bon lavi.

Akeelah and the Bee (2006, klase PG)

Akeelah, yon ti fiy 11 ane ki abite nan Sid Los Angeles, dekouvri li genyen talan pou eple, ke li kwè ki pral mennen li nan National Spelling Bee a. Li jwenn èd nan fòm yon pwofesè misterye, ansanm avèk anpil sipò nan kominote li, Ak-eelah ta kapab senpman posede sa ki kapab rann rèv li vin laverite.



KÒMANSE YON DISKISYON ANSENYE KONPETANS OTO-JESYON ATRAVÈ LITERATI

ELEMANTÈ

My Mouth is a Volcano pa Julia Cook

Tout panse Louis yo te trè zenpòtan tou. An fè, panse li yo te sitèlman enpòtan pou li ke lè li genyen yon bagay pou di, lang li pouse tout mo enpòtan li yo kont dan li e li reyaji e entèwonp lòt moun. Bouch li tounen yon vòlkan! Li rakonte nan pèspektiv Louis, istwa sa a ofri yon fason amizan pou ansenye timoun valè ki genyen lè yo kapab kontwole enpilz yo lè yo respekte lòt moun, e koute e rete tann tou pa yo pou yo pale.

1. Kisa sa vle di lè moun di Louis “reyaji” anpil?
2. Kisa ki rive kò Louis lè lòt moun ap pale?
3. Kòman Louis te santi lè Richard ak Courtney te koupe lapawòl nan bouch li?

Deep Breaths pa Carol Thompson

Dolly se yon kochon e Jack se yon lapen e yo se de pi bon zanmim men menm pi bon zanmi pa antann yo tout tan. Lè Dolly ak Jack nan yon gwo dezakò, yo kòmanse byen yo fini mal, tris, e aprè yo vin bon ankò! Fè prèy yon bon relasyon, liv la etabli yon egzanp sou kòman pou jere gwo emosyon e rezoud diferans.

1. Kòman ou kalme tèt ou lè ou santi sou fache?
2. Kòman rete kal e pale ak zanmi ou sou pwoblèm nan yon fason janti, ede ou?
3. Eske ou panse ou kapab eseye sa ou aprann nan liv la, avèk moun ki pa zanmi ou, tankou fanmi ou oswa pwofesè ou?

The Very Impatient Caterpillar pa Ross Burach

Yon gwoup cheni prepare pou transfòme, men youn nan yo pa te ankò aprann kòman pou transfòme. Tout kondisip cheni li yo t ap di l pou l pran pasyans, men li te difisil pou li te rete ap sibi transfòmasyon an, eske l kapab transfòme?

1. Eske ou panse sou tan lè pasyans te lakoz yon bon bagay te rive fèt?
2. Ki kèk estrateji cheni itilize pou yo rete kal pandan yo ap pran pasyans?
3. Ki kèk estrateji ou kapab itilize pou rete kal?

SEGONDÈ

For Everyone pa Jason Reynolds

Yon powèm eksitan e enspirasyonèl pou moun ki ap reve ki raple tout moun ke kèlkeswa konbyen fwa yon moun ki ap reve fè fayit, dezi a, pasyon an e esperans lan pa janmen totalman efase-paske rive genyen rèv la se kòmansman ou bezwen si ou vle ale yon kote. Ekriyen an vle timoun konnen ke rèv pran tan e li mande efò pou acheve li, men nenpòt posib si ou mete espri ou sou li.

1. Kisa ki rèv ke ou genyen?
2. Avèk ki kèk nan obstak ou kapab fè fas sou wout ou pou acheve rèv ou yo?
3. Ki kèk fason ke ou kapab reve konsantre e travay at-ravè obstak sa yo pou acheve rèv ou yo?

The Self-Discipline Handbook: Simple Ways to Cultivate Self-Discipline, Build Confidence, and Obtain Your Goals by Natalie Wise

Aprann poukisa fwontyè pa move pase sa, poukisa imilyasyon difisil, kòman pou konstwi elan, kòman pasyon avanse pwogrè, poukisa pèsistans se yon vèti e pasyans pa opsyonèl. Aprann kòman pou anime tèt ou e konnen pwòp sik kreyatif ou. Sa ki pi enpòtan an, aprann kòman kiryozi se nouvo vilnerabilite, e poukisa, san li, oto-disiplin pap janmen kapab dire. Poukisa pitit ou genyen pwoblèm pou fini pwojè? Nou tout kapab benefisye nan oto disiplin, men pi fò nan nou yon ti jan pa fin klè sou ki sa li reyèlman ye. Manyèl sa a pral ansenye ou kòman pou rejwi nan kiltivasyon oto disiplin. Aprann kisa li ye, kòman pou jwenn li, e poukisa nou bezwen li, kòman pou nou mentni li, e poukisa nou vle li. Liv la kouvri majè obstak nan lavi nou, ni adedan ni deyò. Yo dezinye liv sa a pou ogmante oto disiplin e ofri lektè a yon bon jan dòz sou oto konfidans.

The Big Life Journal for Tweens/Teens: Teen Edition

Yo dezinye jounal sa a pou asiste ou adolesan pou devlope rezistans e ansanm avèk yon eta despri ki evolue pou devni adilt konfidan e ere. Li ede adolesan e yo dekouvri puisans sèvo e eta despri pou konprann ke yo anchaj pwòp lavi e bonè yo, ou chanje oto konvèsasyon negatif nan pozitif e otorize konvèsasyon, e pratike etabli-man objektif pou pi byen simonte difikilte ak echèk.