



Bradley Hospital

Lifespan. Delivering health with care.®

Pale ak Timoun yo de Moman Ekonomik Difisil yo



Lè gen difikilte ekonomik, anpil paran gen difikilte pou yo bay fanmi yo bezwen debaz yo. Lè y ap fè fas ak kriz finansye, kisa paran ta dwe di pitit yo? Ki kantite enfòmasyon timoun oblije konnen?

Li pi bon pou konvèsasyon granmoun rete konvèsasyon granmoun. Lè sa gen rapò ak finans, timoun yo enpisan e pale de pwoblèm lajan ka fè yo santi yo frajil, espesyalman lè pa gen anyen yo ka fè pou yo chanje sityasyon an.

Li enpòtan anpil pou timoun yo santi ke paran yo gen kontwòl tout bagay, menm lè Manmi ak Papi gen anpil estrès e yo santi yo pa gen kontwòl anyen.

Men twa bagay pou ede

Estrès se fason kò a reyaji parapò ak yon pwoblèm, ki ka nenpòt bagay, tankou yon danje fizik oswa mande yon moun fè yon ti soti oswa menm eseye rantre nan yon ekip espò. Kò imen an reyaji parapò ak faktè estrès yo lè yo aktive sistèm nève a ak siyale glann adrenalin yo pou pwodui plis nan òmòn adrenalin ak kòtizòl yo.

Reyaksyon fas ak estrès sa a aji pi rapid lakay adolesan yo pase lakay adilt yo paske, pati nan sèvo ki ka evalye danje a ak kalm lan e ki anile reyaksyon estrès la poko byen devlope toujou kay adolesan yo.

Repons estrès la ka lakòz pwoblèm lè li reyaji twòp oswa lè li dire twò lontan. Sityasyon alontèm, tankou fè fas ak divès yon paran oswa viktim entimidasyon nan lekòl la, ka pwodui estrès dirab, estrès ba nivo ki ka epuize rezèv kò a, afebli sistèm iminitè kò a e fè yon adolesan santi l diminye.

Enfòmasyon reyèl yo sèlman

Paran yo dwe limite kantite enfòmasyon finansye enkyetan y ap pataje ak pitit yo, espesyalman sila yo ki gen mwens ke laj 10 lane yo. Lè w ap pataje enfòmasyon, yo dwe se enfòmasyon reyèl. Ou pa bezwen rete sou sa ki enkonni yo. Si w deside diskite de enkyetid ou antanke yon fanmi, pitit ou ka kòmanse enkyete tou.

Pa egzanp, timoun pa bezwen konnen ke paran yo gen enkyetid sou lisansiman ki ka fèt nan travay yo oswa ke yo resevwa avi pou sezi ki soti nan men kreyansye ipotèk kay yo a. Paran yo dwe tann jouk lè li nesèsè pou pitit yo konnen yon bagay, tankou pa egzanp, ke y ap demenaje nan yon nouvo kay.

Lè w gen detay yo, kominike enfòmasyon yo nan fason ki klè e konkrè. Pa egzanp, yon papa ka di yon bagay konsa: “N ap demenaje pou n ale nan yon nouvo apatman byento. Manman nou ansanm avèk mwen jwenn yon kote k ap bon pou tout fanmi nou an. N ap kontinye byen pran swen fanmi an.”

Onètete

Si timoun yo poze kesyon avan ou te gen entansyon pataje enfòmasyon yo avèk yo, onètete rete pi bon konsiy la. Timoun ki pi gran yo ka remake ke gen yon bagay k ap pase e yo ka poze kesyon tankou, “Poukisa Manmi pa ale travay ankò?” oswa “Poukisa nou pa pran vakans?”

Li enpòtan pou mesaj la rete onèt e senp. Yon repons apwopriye, senp, ka sanble ak yon bagay tankou, “Li pi difisil pou nou paske Manmi p ap travay nan moman an, men n ap travay ansanm pou nou ranje sityasyon an.” Sa ap konfime obsèvasyon pitit ou a e anmenm tan tou l ap rasire yo ke oumenm antanke paran ou gen kontwòl sityasyon an.

Tan ak atansyon

Li fasil pou bliye ke sa timoun vle vrèman se tan w ak atansyon w, sitou pandan yon kriz. Eseye jwenn aktivite ki amizan e gratis pou fanmi an amize l ansanm. Gen plizyè bagay ou ka fè ki pa koute anyen, tankou yon jounen nan plaj oswa yon jwèt pou jwe nan kay la leswa. Paran yo gen tandans panse ke yo bezwen fè ak achte bagay ki koute anpil lajan pou yo fè kè pitit yo kontan, men fè yo kado tan w se pi bon kado ki genyen.

Kote pou Jwenn Èd

Kids' Link RI nan 1-855-543-5465 (KID LINK) se yon sèvis triyaj nan domèn sante konpòtmantal pedyatrik ak yon rezo referans ki ka ede paran yo jwenn tretman pou pitit yo.

BH Link nan 401-404-5465 pèmèt tout rezidan Rhode Island, ki gen laj 18 lane ak plis ki gen yon pwoblèm sante mantal ak kriz itilizasyon sibstans, pou yo resevwa sèvis apwopriye ke yo bezwen lepli vit ke posib.