SKILLS FOR Learning & Life
The School District of Palm Beach County

Enfòmasyon sou Endikatè Imè Fanmi ak Moun K ap Bay Swen.

Youn nan Tèm Aptitid pou Aprantisaj ak Lavi (SLL) nou yo pou mwa sa a se kapab idantifye diferan santiman ak emosyon. Tèm sa a ede nou vin konnen tèt nou plis. Gen plizyè estrateji ak materyèl diferan ki kapab ede w idantifye jan w santi w. Semèn sa a yo te prezante pitit ou a Endikatè Imè a. Sa se yon zouti ki kapab sipòte jenn moun ak adilt pou yo idantifye jan yo santi yo avèk presizyon. **Nou atache yon kopi Endikatè Imè nou an:**

Endikatè Imè a genyen kat (4) kadran koulè diferan pou reflete diferan eta emosyonèl. Kadran anwo adwat la vyolèt. Kadran sa a reprezante emosyon nou santi ki genyen yon gwo nivo enèji epi ki pi plezan. Si w nan eta emosyonèl vyolèt la, ou kapab santi w kontan, kontan anpil, plen lespwa, oswa optimis. Ou santi w byen anpil epi w pare pou reyalize nenpòt bagay.

Kadran anwo agoch la wouj. Kadran sa a reprezante emosyon nou santi ki genyen gwo nivo enèji men ki pi deplezan. La a ou kapab santi w fristre, enève, pa trankil, oswa enkyè. Kò w kapab santi l tandi, ou kapab fwonse sousi w, epi/oswa kè w kapab ap bat vit.

Kadran ki anba agoch la ble. Kadran sa a reprezante emosyon nou santi ki genyen yon nivo enèji ki ba epi ki plis deplezan. Nan eta emosyonèl sa a, ou kapab santi w tris, poukont ou, anbarase, oswa dekouraje. Pozisyon kò w kapab afese, fwon w plise, epi ou kapab pa santi w motive pou fè prèske anyen.

Kadran ki anba agoch la vèt. Sa a se kadran pou emosyon nou santi ki genyen nivo enèji ki pi ba epi ki pi plezan. La a, ou santi w kalm, detandi, ak/oswa satisfè.

Izaj Endikatè Imè a lakay ou kapab se yon bon fason pou kòmanse konvèsasyon nan fanmi an sou jan moun santi yo, sa kapab ede devlope abilte emosyonèl. Pandan w ap pran dejene oswa avan ou soti pou ale lekòl, mande pitit ou kibò li klase tèt li nan kontè a epi pataje pwòp fason oumenm ou santi w. Verifye ankò nan aswè pandan soupe oswa avan n ale dòmi.

Sonje, pandan kèk emosyon kapab parèt enkonfòtab, pa genyen emosyon ki pa bon. Tout santiman yo bon epi yo kapab chanje pandan jounen an. Si jamè ou santi pitit ou a pa kapab depase eta emosyonèl wouj oswa ble yo epi li bezwen pale avèk yon moun, fè m konnen epi m ap konekte yo avèk konseye lekòl la ak/oswa pwofesyonèl sante konpòtman an.

The Department of Multicultural Education (Haitian Creole) Translation Team certifies that this is a true and faithful translation of the original document. (561) 434-8620 –January 2023 – SY231011