



مطمئن باشید شما به عنوان والدین و دیگر بزرگسالان در زندگی کودک الگوی خوبی برای بیان احساسات هستید.

6 تا 18 ماهه

وقتی در حال بازی با کودکان هستید ناگهان کودک دستتان را گاز می گیرد. چه باید کرد؟

آنچه نباید انجام دهید.

_ گاز نگیرید، بعضی والدین فکر می کنند گاز گرفتن متقابل به کودک یاد می دهد که گاز نگیرد، اما کودکان نمی دانند که گاز گرفتن باعث درد شما می شود و برعکس. تنها اثرش این است که به هر دو تان آسیب می رسد و روابطتان خدشه دار می شود.

آنچه باید انجام دهید:

1- کودک را به کناری زده و محکم بگویید «گاز گرفتن درد دارد.»

2- متناوباً رفتاری مثل در آغوش گرفتن کودک را نشان دهید.

3- به کودک جسمی نرم (مثل دندونی) بدهید تا کودک گاز بگیرد.

کودکان منمن، جیغ زدن، گریه و گاز گرفتن را انجام می دهند تا با نیازهایشان ارتباط برقرار کنند. لمس و کشف می کنند تا در مورد خود و محیط اطرافشان شناخت پیدا کنند. نه اینکه آسیب زده یا سرپیچی کنند. آن رفتارهای کودک که

خطرناکند یا به دیگران آسیب می رسانند را بایستی محدود کنیم.

اما بایستی کودکان را بترسانیم یا به آنها آسیبی برسانیم هدف ما کمک به کودکانمان است که احساساتشان را بدون صدمه به خود یا دیگران نشان دهند.

1— مراقب نشانه ها باشید و یاد دهید زمانی که کودک خیلی هیجان زده یا ناراحت است، ناراحتی خود را بیان کند.

2— به کودک بفهمانید که چگونه نیازهایش را به طرق مختلف مثل کف زدن یا خندیدن بیان کند.

3— در پاسخ و واکنش ثابت قدم باشید.

سنین 2 تا 3 سال

بچه لگد و جیغ می زند، با کج خلقی اسباب بازیها را به زمین می کوبد به خاطر اینکه اسباب بازی که می خواسته، برایش نخریدید. چه باید کرد؟

آنچه نباید انجام دهید:

1— سعی نکنید برای کودک نوپایتان دلیل و استدلال بتراشید. بچه ها در کج خلقی به حرف منطقی گوش نمی دهند.

2— خونسردی نشان ندهید، چون این عمل کودک را به وحشت خواهد انداخت. خاطره بدی در ذهن او به جای می گذارد.

3— در مقابل کودک تسلیم نشوید، چون تسلیم در مقابل رفتار بد کودک، نوعی پاداش دادن به اوست. و کج خلقی هایش را تقویت می کند.

4— به کودک رشوه مثل آب نبات یا خوراکی ندهید. او ممکن است برای گرفتن این رشوه چنین رفتاری را شروع کند.

آنچه باید انجام دهید:

1— سکوت کنید و در مقابل آنچه دیگران فکر می کنند نگران نباشید.

2— از خرده گیری و نزاع چشم پوشی کنید. تا جایی که ممکن است به کودک بی توجهی کنید.

3— در صورت لزوم اگر کودک قصد مجروح یا صدمه زدن احتمالی را دارد، با نگهداشتن اجباری از این عمل خودداری کنید.

4— اگر کج خلقی کودک ادامه پیدا کرد فروشگاه را ترک کنید.

۵- در موقعی که کودک آرام است برایش توضیح دهید که اگر با کج خلقی وسایل را پرتاب یا خراب کند، فروشگاه را ترک خواهید کرد.

۶- به رفتار خوب پاداش دهید. بعد از آن عمل خوب، زمان ویژه ای به کودک صرف کنید.

زمانی که بچه ها جسور و رام نشدنی می شوند همه ما زمانی صداهای وحشتناک کودک را شنیده ایم. این عمل گهگاهی به چه علت رخ می دهد!

اما بچه ها نیاز دارند تا این مرحله را بگذرانند. آنها نیاز دارند تا به توانایی های ما در مقابل آنها پی ببرند، تا خود را از والدین جدا کنند و کنترل خود را یاد بگیرند.

ما می توانیم به بچه ها یاددهیم رفتار شایسته و بجایی در مقابل پاداش رفتار خوب، چشم پوشی رفتار محرک و جلوگیری به خود یا دیگران داشته باشند.

۱- قبل ورود به فروشگاه، رفتاری که انتظار دارید و نتیجه بد رفتاری را برای کودک شرح دهید.

2— احساس اطمینان در همه روشها تان داشته باشید، همینطور اصرار برای گفتگو یا تسلیم را نپذیرید.

سنین 3 تا 4 ساله

کودک چیزی را با زور پیش می برد یا همبازی اش را نیشگون می گیرد، یا از حرفهای بیجا و نابجا استفاده می کند. چه باید کرد؟

آنچه نباید انجام دهید:

1— کودک را در کونی نزنید. این به کودک آموزش می دهد که ضربه زدن بسیار خوب است به شرط اینکه بزرگتر باشید.

2— انتقاد نکنید یا بدخو نشوید. این عمل اعتماد به نفس کودک را کم می کند و خاطره بدی در ذهن او به جای می گذارد.

3— کودک را از داشتن جفت یا همتای دیگر محروم نکنید.

آنچه باید انجام دهید:

1— به دلیل تراشی برای کج خلقی کودک گوش دهید و حرفها، احساسات و اظهارات درستش را تأیید کنید.

2— به کودک کلمات مناسب برای برقراری احساسات را بفهمانید.

3— به کودک «مهلت دهید» تا از دستورات پیروی کند.

دستوراتی برای «مهلت دادن»

1— با قاطعیت از کودک بخواهید که صدایش را به قصد مهلت دادن کنترل کند.

2— کودک را نزدیک اما جدا قرار دهید چون تمایل به فعالیت دارد.

3— به کودک بگویید که مجبور است برای دقایقی با توجه به سنش آرام بنشیند. مثلاً کودک 3 ساله 3 دقیقه آرام می نشیند.

4— مهلت تا زمان معین ادامه دارد.

بچه ها در این سنین شروع به یاد گرفتن دستورات و محدودیتها می کنند، اما اشتباه هم می کنند. آنها به تذکر دهنده و اثرات و نتایج فوری نیاز دارند که به اعتماد به نفس شان احترام گذارند و به آنها کمک کند تا بدون خجالت یا اوقات تلخی از والدین شان یاد بگیرند.

1— بازی کودک را مشاهده کنید و از رفتار خوب او تعریف کنید. به عنوان مثال بگویید. «من واقعاً تاب خوردن و خندیدن تو را دوست دارم»

2— مطمئن باشید شما به عنوان والدین و دیگر بزرگسالان در زندگی کودک الگوی خوبی برای بیان احساسات هستید.