

سلوكيات التحدي



من المعروف عن الأطفال الصغار أنهم غير منطقيين. ويرجع السبب في ذلك لامتلاكهم مشاعر قوية وأنهم لم يتمكنوا بعد من إيقاف دوافعهم. وتقودهم عواطفهم الكبيرة إلى التصرف بطرق صعبة: الصراخ والضرب وري الأشياء، وغير ذلك الكثير.

بعض الطرق لإدارة هذه السلوكيات الصعبة:

حافظي على هدوئك. أحد أهم الأشياء التي يمكنك فعلها عندما يتصرف طفلك بشكل غير لائق هو الحفاظ على الهدوء والتنظيم (راجع المقال بعنوان [التنظيم الذاتي](#)).

أوقفي السلوك السيء. على سبيل المثال، أمسكي بيد طفلك – بثبات لكن ليس بقسوة – وقولي له بينما تنظرين في عينيه: "ممنوع الضرب. الضرب مؤلم." بصوت جاد لكن هادئ.

تحققي من مشاعر طفلك. قولي: "أنت غاضب لأن بابلو أخذ لعبتك. لا بأس بأن تشعر بالغضب. لكنني سأمنعك من الضرب. الضرب مؤلم."

امنحي الطفل خيارات. أخبري طفلك وأظهري له ما يمكنه فعله. وعلميه طرقاً أفضل لتوجيه طاقته. إذا أوقفت سلوك طفلك السيء، لكن لم تخبريه بما يجب عليه فعله بدلاً من ذلك، فقد يستمر في فعل الشيء الذي تريدين منهم الكف عنه. أخبريه أنه يستطيع القفز لأعلى ولأسفل، أو الدوس بقدميه، أو الضرب على وسائد الأريكة.

ابحثي عن الأنماط. راقبي عن كثب حتى تتمكني من ملاحظة ما يسبب التوتر لطفلك. وبهذه الطريقة، يمكنك التنبؤ بموعد حدوث نوبة غضب. ربما تكتشفين أن طفلك ينهار في كل مرة يحتاج فيها إلى الجلوس في مقعد السيارة. وبمجرد معرفة ذلك، يمكنك تقديم الدعم له. ويمكنك إعطاء تنبيه له قبل 5 دقائق. أو يمكنه اختيار كتاب أو لعبة خاصة لإحضارها إلى السيارة لتسهيل التحول (راجع المقال بعنوان [التحولات](#)).

وضحي ما حدث. هناك العديد من العواقب الطبيعية للأفعال. وشرحي ما حدث. قولي: "عندما ضربت كاري، آلمتها وبدأت في البكاء"، أو "عندما ألقيت اللعبة على الأرض، انكسرت".

أعدي توجيه السلوك. ساعدي طفلك على التعبير عن رغباته بطريقة تتناسب معك. وقدي بديلاً. قولي: "ليس من الجيد رمي الأشياء. قد يتأذى شخص ما. يمكنك رمي هذه الكرات الرغوية في السلة بدلاً من ذلك.

بعض الأشياء التي لن تساعد:

استجابة عاطفية كبيرة من مقدم رعاية. كلما زاد انزعاجك، زادت احتمالية استمرار هذا السلوك، وذلك لأن رد الفعل المبالغ فيه، سواء كان إيجابياً أو سلبياً، يجذب انتباه طفلك. وهذا وحده يمكن أن يكون سبباً لتكرار هذا السلوك.

العقاب. لا تساعد العواقب التي تلجئ إليها في هذا العمر كثيرًا. ولا يزال الأطفال الصغار يتعلمون القواعد وكيفية إدارة سلوكهم. ويمكن أن تكون العقوبة مخيفة بالنسبة لهم، ولا يساعدهم الخوف على التعلم. أو قد يضحكون أو يهربون لأنهم فعلياً لا يفهمون.

الخلل. عندما يتعرض طفل صغير للخلل بسبب سلوك لا يستطيع السيطرة عليه بعد، فسوف يشعر بالسوء فقط. ولن يحسن الشعور بالسوء سلوكه أو قدرته على التنظيم الذاتي.

الكثير من المساومة. عندما يُسمح للطفل بالمساومة كثيرًا، يتعلم أن هذه طريقة فعالة للحصول على ما يريد. ويساعد وجود قواعد متسقة الأطفال على الشعور بالأمن والأمان.

المطالبة باعتذار. لا يتعلم الأطفال الصغار الذين يُطلب منهم قول "آسف"، دون أن يفهموا تمامًا الخطأ الذي ارتكبه، من أخطائهم. وإذا أُشريت إلى ما حدث، فسوف يبدوون في رؤية عواقب أفعالهم، وسيقدمون يومًا ما اعتذارًا صادقًا.

قد تكون إدارة السلوكيات الصعبة مرهقة للغاية على مقدمي الرعاية. تواصل مع أخصائي HealthySteps لطرح أي أسئلة و/أو الاستفسار عن التحديات التي تواجهك.

يُرجى المسح الضوئي للمزيد
من المعلومات

