

يواجه الأطفال الصغار صعوبة في الانتقال من شيء إلى آخر. ويركز الأطفال غالبًا في هذا العمر على اللحظة الحالية. ويسبب لهم هذا صعوبة في تعديل ما يفعلونه في الوقت الحاضر. وحتى لو كانوا متحمسين لما سيحدث بعد ذلك، فقد يظلون يقاومون! ويتصرفون بهذه الطريقة لأن أدمغتهم غير ناضجة وفي مرحلة النمو، وليس لأنهم يحاولون أن يكون من الصعب إرضاءهم أو يرغبون في تعطليك.

بعض الطرق للمساعدة في تسهيل التحولات لك ولطفلك:

امنحهم الوقت للاستعداد. أخبري طفلك أنك ستضعين الألعاب في مكانها خلال 10 دقائق، ثم خلال 5 دقائق، ثم خلال دقيقتين. ويساعده ذلك على معرفة أن التغيير قادم رغم أنه لا يفهم الوقت. وقد لا يزال غير سعيد، لكن مع مرور الوقت سوف يتحسن في التكيف مع ذلك.

خططي لحدوث تأخير. أعدي نفسك للنجاح. وخصصي وقتًا إضافيًا في جدولك اليومي لأن التحولات تستغرق بعض الوقت.

تواصلي بوضوح وعلى مستوى تفكيره. قد يكون طفلك مشغولاً للغاية بما يفعله لدرجة أنه لا يسمع كلماتك. حاولي الانحناء للأسفل والنظر إليه في عينيه. ثم استخدمي لغة بسيطة لإخباره أن الوقت قد حان للانتقال قريبًا. وفي بعض الأحيان يمكن لفت انتباهه بحركة يد لطيفة على كتفه أو عن طريق إيماءة.

جربي استخدام مؤقت. يستجيب بعض الأطفال بشكل جيد للمؤقت. ولا تعني هذه الطريقة أنك تقولين إنه يجب عليه التوقف عن اللعب. ويمكنك القول إن المؤقت هو الذي قرر ذلك!

اجلي دمية أو حيوانًا محشوًا بالقطن لمساعدتك. قد ينتقل طفلك بسهولة أكبر عند وجود صديق أو بطانية ليأخذها معه (راجع المقال بعنوان ["الألعاب المحببة" ودمى الدببة والأغطية](#)).

ضعي طبقوسًا. في بعض الأحيان قد يكون الروتين أو أغنية خاصة جزءًا من التحولات اليومية. ويمكنك غناء أغنية "هيا لنذهب لتناول الإفطار" أو رقصة "هيا لنركب السيارة". ويمكنك أيضًا منح طفلك وظيفة صغيرة للمساعدة في الانتقال من شيء إلى آخر. ربما ترفعيه دائمًا لإطفاء الأنوار قبل مغادرة المنزل.

اعرضي خيارات. اسمحي لطفلك بالاختيار من بين عدة أشياء عندما يكون ذلك ممكنًا. اسألي: "هل تريد ارتداء القميص الأزرق أم الأخضر؟" ويمكنك أيضًا ابتكار خيار إذا كان طفلك يحب فعله. على سبيل المثال، يمكنه اختيار قطعة الخبز التي يريد تحميصها. حاولي ألا تطرحي أسئلة عندما لا يوجد خيار، مثل "هل تريد ركوب السيارة الآن؟" لأنه قد يقول: "لا!"

اجعلي العملية في شكل لعبة أو سباق. قد تكون المنافسة اللطيفة مع طفلك محفزة (ومع ذلك، قد تأتي السباقات بين الأشقاء بنتائج عكسية). وهذا مضحك خصوصًا إذا كنت تتظاهرين بأنك تفعلين ذلك بشكل خاطئ. قولي: "هيا نرى من يمكنه ارتداء حذائه أولاً!" ثم ضعي يديك في حذاءك وقولي: "لقد فزت!" بمجرد أن يضحك طفلك، يمكنك مساعدته بسرعة في ارتداء حذائه.

تجنبي التهديدات. قد تجعل التهديدات بعض الأطفال أكثر عنادًا! ويرغب الأطفال الصغار غالبًا في "أود فعل ذلك بنفسني". وقد تقودهم دوافعهم للاستقلالية إلى التمسك برأيهم عند الشعور بالتهديد. تجنبي الصراع على السيطرة من خلال خيار واحد أو أكثر من الخيارات المذكورة أعلاه.

يُرجى المسح الضوئي للمزيد
من المعلومات

