

过渡



幼儿难以从一件事过渡到另一件。这个年龄的孩子通常专注于当下。这让他们难以转换。即使他们对接下来将要发生的事情感到兴奋，可能还是会反抗！他们这样做是因为他们的大脑还不成熟，正在成长，而不是因为他们想刁难你或拖你的后腿。

帮助你和孩子轻松过渡的一些方法：

给他们时间准备。告诉你的孩子你将在 10 分钟后收拾好玩具，然后 5 分钟，再过 2 分钟提醒。这有助于他们知道改变即将到来，即使不理解时间。他们可能仍然不开心，但随着时间的推移，会更好地适应。

为孩子行动缓慢做准备。为成功做好准备。在你的日常计划中留出时间，让你的过渡持续一段时间。

明确地与他们交流。你的孩子可能太忙于自己正在做的事情，以至于听不到你的话。试着蹲下来看着他们的眼睛。再用简单的语言告诉他们很快就该继续前进了。有时一只温柔的手放在他们的肩膀上或者一个手势就可以引起他们的注意。

试试计时器。有些孩子对计时器反应良好。这样，不是你说他们必须停止玩耍。你可以说是计时器！

让一个洋娃娃或毛绒玩具帮助你。你的孩子可能会更容易与朋友或毯子一起过渡（见[“安抚玩偶”](#)、[泰迪熊和毯子](#)一文）。

创造一种仪式。有时，一个特殊的程序或歌曲可以是日常过渡的一部分。你可以唱一首“去吃早餐”的歌或者跳一段“上车”的舞。你也可以给你的孩子一份小任务，帮助他从一件事情转移到另一件事情。也许你总是在离开家之前把他们举起来关灯。

提供选择。尽可能让你的孩子做出选择。提问：“你想穿蓝色的衬衫还是绿色的？”如果你的孩子喜欢，你也可以发明一个选择。例如，他们可以选择烤哪块面包片。当没有选择的时候，尽量不要问问题，比如“你现在想上车吗？”因为他们可能会说：“不！”



让它成为一场游戏或比赛。与你的孩子进行一场善意的竞争可以起到激励作用（然而，兄弟姐妹之间的竞争可能会适得其反）。如果你假装做错了，这是特别有趣的。说：“看谁先穿鞋！”再把手放进鞋子里，说：“我赢了！”一旦你的孩子笑了，你可以迅速帮他们穿上鞋。

避免威胁。威胁会让一些孩子更加顽固！初学走路的孩子经常想“自己做”。他们追求独立的欲望会导致在受到威胁时固执己见。采取上述一个或多个方法，避免权力斗争。

扫描以获取更多信息

