

挑战行为



幼儿以不讲道理而闻名。这是因为幼儿的感情强烈,无法抑制自己的冲动。幼儿的强烈情绪导致他们做出困难的行为:尖叫、殴打、扔东西等等。

管理这些顽固行为的一些方法:

保持冷静。当孩子表现不佳时,你可以做的最重要的事情之一就是保持调节和冷静(请参阅[自我调节](#)文章)。

制止该行为。例如,握住孩子的手(用力但不要粗暴),并在与孩子视线齐平的位置告诉他们“不准打。打起来特别痛。”保持严肃而平静的声音。



验证孩子的感受。说:“你因为 Pablo 拿走了你的玩具而生气。感到生气是可以的。但我会阻止你打。打起来很痛。”

给出选项。告诉并向孩子展示他们可以做什么。教他们更好的方法来疏导释放能量。如果阻止孩子的行为,但不告诉他们要做什么,他们可能会继续做你希望他们停止的事情。告诉他们可以上下跳跃、跺脚或敲击沙发垫。

寻找模式。密切观察,这样就可以注意到什么会给孩子带来压力。从而可以预测何时可能发生爆炸。你可能会发现孩子每次需要坐进汽车座椅时都会崩溃。一旦了解这一点,就可以提供支持。你可以提前 5 分钟进行提醒。或者他们可以选择一本特殊的书或玩具带入车内,让过渡更容易(请参阅[过渡](#)文章)。

指出发生了什么。行为会产生许多自然后果。解释一下发生了什么。说,“当你打 Carrie 时,她会痛,就开始哭,”或者,“当你把玩具扔到地板上时,它就摔碎了。”

重定向行为。帮助孩子以你认为合适的方式表达他们的需求。提供替代方案。说:“扔积木是不行的。有人可能会受伤。你可以把这些泡沫球扔进篮子里。”

有些事情不会有帮助：

照护人的强烈情绪反应。你越生气，这种行为就越有可能继续。这是因为强烈的反应——无论是积极的还是消极的——都会引起孩子的注意。仅凭这一点就可能成为他们重复这种行为的原因。

惩罚。在这个年龄段给予的惩罚没有多大帮助。年幼的孩子仍在学习规则和如何管理自己的行为。惩罚可能会让他们感到害怕，而恐惧并不能帮助他们学习。或者他们可能会笑或逃跑，因为他们并不真正理解。

羞辱。当一个小孩因为自己无法控制的行为而受到羞辱时，他们只会感觉更糟。感觉更糟不会改善他们的行为或自我调节的能力。

经常讨价还价。当孩子经常被允许谈判时，就会知道这是获得他们想要的东西的有效方法。制定一致的规则有助于孩子感到安全和有保障。

要求道歉。幼童被要求说“对不起”，却没有完全理解自己做错了什么，他们不会从自己的行为中吸取教训。如果你指出发生了什么，他们会开始看到自己行为的后果。总有一天他们会真诚地道歉。

难以控制的行为对照护人来说可能非常困难。如果遇到任何问题和/或挑战，请联系您的 HealthySteps 专家。

扫描以获取更多信息

