



نوبات الغضب تتواجد في كثير من الاطفال بين عمر سنتين الى 4 سنوات..في بعض الاحيان تكون لها خلفية مرضية نرى ان الطفل اذا لم تلبى رغبته يصرخ بقوة و يبكي ويرمي نفسه على الارض و احيانا يدق راسه غضبا .
ماذا نفعل في هذه الحالة ؟

بالذات لو حصلت هذه المشكلة امام الناس .. او في مكان عام .. فالطفل يطلب حلوى او ايس كريم في مجمع سوبر ماركت او لعبة في سوق عام .. وعند رفض الاهل يبدأ بالصراخ ومنعا للاجراج نرى ان الاهل يلبوا طلبه فقط لاسكاته وابعاد نظرات الناس .
كيف نتحكم في هذه النوبات:

المباحث و الدراسات السلوكية على الاطفال تفيد بان تلبية رغبة الطفل عند الصراخ .. و اعطاءه ما يريد هي السبب الرئيسي لجعل هذا المتصرف يستمر ...مرة واحدة يفعلها الطفل و تصبح عنده عادة .. فيعلم ان اسهل طريقة لفعل ما يريد هو الصراخ و الغضب .
ماذا نفعل ؟

- 1- كن هادئا .. و لا تغضب .. و اذا كنت في مكان عام لا تخجل ..وتذكر ان كل الناس عندهم اطفال و قد تحدث لهم مثل هذه الامور .
- 2- ركز على الرسالة التي تحاول ان توصلها الى طفلك . وهي ان صراخك لا يثير أي اهتمام او غضب بالنسبة لي و لن تحصل على طلبك .
- 3- تذكر .. لا تغضب و لا تدخل في حوار مع طفلك حول موضوع صراخه مهما كان حتى لو بادرك بالاسئلة .
- 4- تجاهل الصراخ بصورة تامة .. و حاول ان تريبه انك متشاغل في شئ اخر .. و انك لا تسمعه لو قمت بالصراخ في وجهه انت بذلك اعطيته اهتمام لتصرفه ذلك ولو اعطيته ما يريد تعلم ان كل ما عليه فعله هو اعادة المتصرف السابق .
- 5- اذا توقف الطفل عن الصراخ وهداء.. اغتنم الفرصة واعطه اهتمامك واطهر له انك جدا سعيد لانه لا يصرخ.. و اشرح له كيف يجب ان يتصرف ليحصل على ما يريد مثلا ان ياكل غذاءه اولاً ثم الحلوى او ان السبب الذي منعهك من عدم تحقيق طلبه هو ان ما يطلبه خطير لا يصح للاطفال .
- 6- اذا كنت ضعيفا امام نوبة الغضب امام الناس فتجنب اصطحابه الى السوبر ماركت او السوق او المطعم حتى تنتهي فترة التدريب و يصبح اكثر هدوء .
- 7- ومن المفيد عندما تشعر ان الطفل سيصاب بنوبة الغضب قبل ان يدخل في البكاء حاول لفت انتباهه على شئ مثير في الطريق ... اشارة حمراء .. صورة مضحكة .. او لعبة مفضلة . و اخيرا تذكر .. نقطة هامة دائما مرة واحدة فقط كافية ليتعلم الطفل انه اذا صرخ و بكى و اعطى ما يريد عاودا المتصرف ذلك مرة اخرى