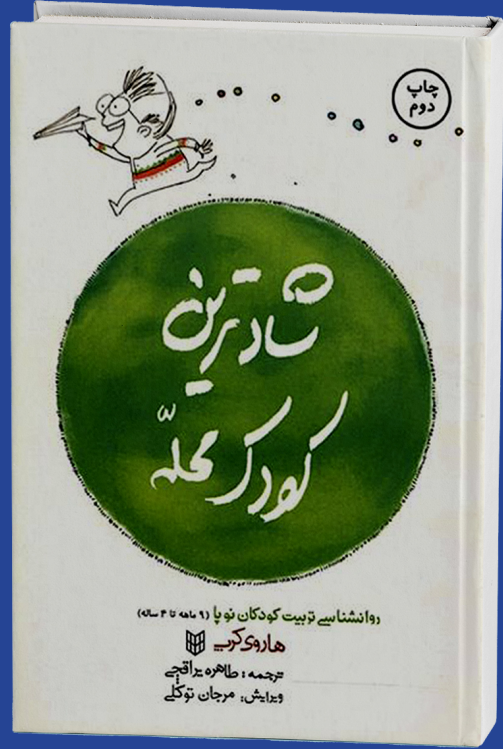


خلاصہ ی کتاب شادترین کودک محلہ



- نویسنده: ہاروی کرپ
- ترجمہ: طاہرہ یراقچی
- نشر: کتاب پنجرہ
- خلاصہ نویسی: لیلا سادات سیدروحانی
- ویرایش: سمیہ صادقی

خلاصه کتاب‌های ارائه شده در دوران، صرفاً در جهت معرفی کتاب عرضه می‌شوند و جنبه‌ی تأیید و تصدیق از طرف مؤسسه‌ی دوران را ندارند. از اینکه ویژگی‌های منحصر به فرد کودکان را مورد توجه قرار داده و مطالب نوشته شده را به همه‌ی کودکان تعمیم نمی‌دهید و با توجه به مطالب کتاب، انتظارات خاص برای کودکان ایجاد نمی‌کنید، سپاس‌گزاریم.

اصول مربوط به نوپایان

کودکان نوپا (۱ تا ۳ سال) مانند کوچولوهای غارنشین بی‌تربیت هستند. کودک یک ساله نمی‌تواند حرف منطقی را بپذیرد، به خصوص وقتی که عصبانی می‌شود. حالا می‌خواهیم با ۴ دلیل مهم بدانیم بچه‌ها چرا عصبانی می‌شوند؟!

۱. دنیای مدرن ما برای آن‌ها عجیب و غریب و غیر عادی است؛ وقتی کودکمان در فضای بسته‌ی خانه‌های کوچکمان که دورتادورش سقف‌های کسل‌کننده و بی‌روح است و نه خورشیدی می‌بینند و نه صدای پرنده‌ای را می‌شنود، باید به آن‌ها حق دهیم که گاهی عصبی، آشفته و کلافه شوند.

۲- مغز آن‌ها در تعادل و توازن نیست؛ فرد بالغ و بزرگسال دو نیمکره‌ی چپ و راستش به یک اندازه رشد کرده، کامل و در تعادل یکدیگر هستند اما در نوپایان، نیم‌کره‌ی چپ کوچک‌تر از نیم‌کره‌ی راست است و در تعادل یکدیگر قرار دارند. به همین خاطر هنگام عصبانیت، واکنش‌های شدید هیجانی از خود بروز می‌دهند.

۳- رشد طبیعی آن‌ها می‌تواند به بدرفتاریشان بیانجامد.
نوپایی که تازه راه افتاده، دوست دارد مدام راه برود و همه‌جا پرسه بزند.
نوپایان می‌خواهند همیشه در مرکز توجه باشند.
نوپایان مدام از این شاخه به آن شاخه می‌پزند.
نوپایان سرسخت هستند.
آن‌ها در برابر محدودیت‌ها مقاومت می‌کنند و ما احساس می‌کنیم مدام با ما مخالفت دارند.

۴- خلق و خو و سرشتشان می‌تواند باعث عکس‌العمل‌های نامعقول شود.
هر کودکی با ویژگی‌هایی که منحصر به فرد خودش است به دنیا می‌آید. ویژگی‌هایی که شخصیت کودک را شکل می‌دهد، سرشت می‌گویند که اگر والدین سرشت کودک خود را بشناسند، این شناخت در مواقع حساس، کمک بسیار زیادی به آن‌ها می‌کند. این سرشت‌ها انواع بسیاری دارد و از هر انسان به انسان دیگر متفاوت است.

اصول مربوط به پرورش فرزند:

اکثر والدین با ۴ چالش درگیر هستند:

- ۱- ما آن‌طور که باید و شاید از کمک و راهنمایی برخوردار نیستیم.
- ۲- کشمکش‌های روزانه می‌تواند به بروز احساس شکست در ما بیانجامد.
- ۳- نوپایان می‌توانند با اعمال و رفتارشان ما را از کوره به در بزنند.
- ۴- سرشت ما ممکن است با سرشت فرزندانمان در تضاد باشد.

زندگی در نسل‌های پیش از ما، بسیار متفاوت بوده است. همه به صورت دسته‌جمعی زندگی می‌کردند و وقتی کسی بچه دار می‌شد همه به آن مادر و پدر در بچه‌داری کمک می‌رساندند. در واقع کودک در قبیله‌ای مخصوص به خودش رشد می‌یافت. هیچ والدی به تنهایی فرزندش را بزرگ نمی‌کرد. اما شرایط زندگی کنونی کاملاً فرق کرده و والدین یا سرپرستان کودک به تنهایی فرزندشان را بزرگ می‌کنند و چه خوب است اگر بتوانند از کسی کمک بگیرند.

همان‌طور که وقتی کودکی رفتار مناسبی انجام می‌دهد، پدر و مادرها به خود افتخار می‌کنند، زمانی هم که رفتار ناشایستی از او سر بزند، والدین خود را مسؤؤل رفتار کودکشان می‌دانند و همین‌ها باعث به وجود آمدن احساس شکست و ناامیدی در والدین می‌شود و آن‌ها را سرخورده می‌کند. چه خوب است که والدین بدانند کودکان بیشتر عصبانیتشان را با آن‌ها بروز می‌دهند زیرا در کنار آن‌ها احساس امنیت بیشتری می‌کنند و می‌توان این نوع رفتار فرزندان را نوعی چاپلوسی و تملق تلقی کرد.

گاهی کودکان با انجام دادن برخی رفتارها، خاطرات بدترین اتفاقات کودکی یا بزرگ‌سالی والدین را زنده می‌کنند و همین امر باعث از کوره در رفتن والدین می‌شود.

در این‌گونه مواقع بهتر است والدین باور داشته باشند که کودکشان به عمد قصد آزار یا تحقیر آن‌ها را ندارد و به خود یادآور شوند که این کودک، نابالغ است و هنوز یاد نگرفته برای احساسات دیگران ارزش قائل شود.

متفاوت بودن سرشت کودک و والدین گاهی باعث ایجاد چالش بین آن‌ها می‌شود و آگاهی والدین از سرشت خودشان و کودکشان بسیار به رفع این چالش‌ها کمک می‌کند.

در برخورد با چالش‌های روزانه با کودکان بهتر است با او مثل یک سفیر کبیر برخورد کنید. ویژگی‌های سفیر کبیر این است که به کشورهای خارجی سفر کرده و از طریق توجهات ویژه، رابطه‌ی خوبی با آن کشورها برقرار می‌کند، برای دیگران احترام و ارزش قائل است و در عین حال در هنگام بروز اختلافات جدی، محکم می‌ایستد، از موضع خود کوتاه نمی‌آید و قاطعانه برخورد می‌کند.

یعنی والدین در نقش سفیر کبیر هستند و آن‌ها که نقش سفیر رایازی می‌کنند دقیقاً همین کار را انجام می‌دهند و همچنین از دو مهارت کلیدی برخوردارند. ارتباط کلامی همراه با احترام و صحبت کردن به زبانی که مغز نابالغ یک نوبا بتواند آن را درک کند.

برقراری ارتباط توأم با احترام / اصول برقراری ارتباط با نوپایان

قانون فست فود:

قانون فست فود قانونی است که برای آرام کردن فرد عصبانی به کار می‌رود. دلیل گفتن فست فود این است که وقتی ما به رستوران می‌رویم و سفارشمان را می‌دهیم، سفارش گیرنده برای اطمینان از درست شنیدن سفارش‌ها دقیقاً همان‌ها را تکرار می‌کند. در هنگام عصبانیت طرف مقابل، ما هم دقیقاً باید مانند فروشنده در رستوران رفتار کنیم. باید بتوانیم احساس او را بفهمیم و آن را تکرار کنیم تا فرد مقابل با انعکاس حال خودش از طرف ما، آرام شود. چگونگی ادای این احساسات از اهمیت بسیار بالایی برخوردار است و باید حواسمان باشد که نه مانند ریبات خیلی سرد برخورد کنیم و نه بسیار پرشور و هیجان باشم. در قانون فست فود والدین باید به این نکته توجه کنند که وقتی احساسات کودکشان را تکرار می‌کنند، مطمئن شوند او آرام‌آرام در حال رسیدن به آرامش است، بعد نوبت پدر و مادر است که حرف خودشان را بزنند.

والدین در قانون فست فود، اول به احساسات کودکشان احترام می‌گذارند و بعد با شور و شوق هرچه تمام‌تر او را در برداشتن گام بعدی تشویق می‌کنند.

چگونگی عکس‌العمل والدین به هیجانات فرزندشان در سلامتی او سهم بسیار مؤثری دارد. کودکانی که هیجاناتشان سرکوب نشده و به راحتی خنده و گریه می‌کنند، از سلامت روان بیشتری نسبت به کودکانی که هیجاناتشان سرکوب شده و احساس تنهایی عمیقی می‌کنند، برخوردارند.

یکی از مهم‌ترین نکات قانون فست فود احترام گذاشتن است. والدین خیلی باید حواسشان باشد که هنگام عصبانیت به کودکشان حرف ناسزا نگویند، او را تحقیر و تمسخر نکنند، صحبت‌های رکیک نگویند، انتقاد و تهدید نکنند و احترام کودکشان را نگه دارند، زیرا قرار است سال‌ها دوست همدیگر باشند.

زبان ساده نوپاها

یکی از مهم‌ترین کارهایی که والدین می‌توانند برای آرام کردن کودک عصبانی خود انجام دهند، استفاده از زبان ساده‌ی نوپاها است. زبان نوپاها زبان بچه‌گانه نیست، زبان خاص نوپایان است. کودکان نوپا وقتی عصبانی می‌شوند هیچ‌یک از حرف‌های والدین خود را نمی‌شنوند. اگر مادر قصد داشته باشد با حرف زدن طولانی، فرزند نوپایش را آرام کند، سخت در اشتباه است. زیرا در این موقعیت، کودک فقط مادری را می‌بیند که فقط لب‌هایش تکان می‌خورد و حرف و احساسش را نمی‌فهمد.

والدین می‌توانند هر آنچه را که می‌خواهند با استفاده از تکنیک زبان ساده‌ی نوپاها بیان کنند:

عبارات کوتاه

تکرار عبارات

منعکس کردن ذره‌ای از احساسات کودک (با استفاده از لحن، صدا، حرکات دست و سر)

نیم‌کره‌ی چپ مغز کودک نوپای عصبانی، نامتعادل است و جملات طولانی را نمی‌شنود. بنابراین والدین با استفاده از عبارات کوتاه (عبارات یک یا دو کلمه‌ای فقط واژگان کلیدی) می‌توانند فرزندشان را آرام کنند و بعد از آرام شدن کودک، طول عبارات و جملات والدین می‌تواند به حالت اولیه بازگردد.

هرچقدر کودک آشفته‌تر و عصبانی‌تر باشد ناشنواتر و بی‌اعتنا تر می‌شود و کم‌تر حرف والدین را می‌شنود. به همین دلیل والدین باید عبارات کوتاه را چندین بار تکرار کنند و حواسشان باشد که "کلید جادویی" را فراموش نکنند.

کلید جادویی همان انعکاس احساسات کودکشان است. وقتی کودک عصبانی و آشفته است، بهتر است والدین عبارات کوتاه را چندین بار همراه با نمایان کردن کمی از احساس کودک در حالت چهره، زبان بدن و لحن صدایشان تکرار کنند. میزان انعکاس احساسات هم اهمیت بسیاری دارد و والدین باید حواسشان باشد که شدتش آن قدر زیاد نباشد که کودک را آشفته‌تر کند.

شاید در ابتدا استفاده از زبان ساده‌ی نوپایان از نظر والدین بی‌فایده باشد و احساس کنند بیشتر به مسخره کردن می‌ماند ولی باید اطمینان داشته باشند که این‌طور نیست زیرا والدین در حال توجه به احساسات کودک هستند و به او احترام می‌گذارند.

زبان ساده‌ی نوپاها فقط مختص نوپایان نیست، بلکه بر روی بچه‌های بزرگ‌تر و حتی بزرگسالان هم اثرگذار است. زیرا عصبانیت، نیم‌کره‌ی چپ مغز انسان را از کار می‌اندازد.

مبانی رفتار: بزرگ کردن کودک به روش چراغ سبز، زرد، قرمز:

رفتارهای چراغ سبز (چگونه به رفتارهای خوب میدان دهیم؟)

هرچه زمان بیشتری را صرف رفتارهای خوب کنید زمان کمتری را به مقابله با رفتارهای بد اختصاص خواهید داد:

مهارت اول: نشان دادن توجه لحظه‌ای و آنی:

اگر والدین روزانه هزار بار توجه لحظه‌ای و آنی بر رفتارهای خوب فرزندشان داشته باشند دیگر کم‌تر شاهد بد رفتاری او خواهند بود.

مهارت دوم: اختصاص دادن وقت و توجه کافی به کودک

اگر والدین می‌خواهند فرزندی شاد و همکار تحویل جامعه دهند باید برنامه‌ی منظمی را به وقت‌گذاری و توجه کافی نشان‌دادن به کودک اختصاص دهند که این کار به شکل‌های مختلفی انجام می‌شود:

الف. توجه:

تمام کودکان نوپا از بامدادان تا شامگاهان نیاز به توجه دارند. توجه نشان دادن به این معنی نیست که ما ۲۴ ساعت شبانه روز چشم از او برداریم. با علاقه نشستن کنار کودک، در سکوت به او نگاه کردن، چشمک زدن، لبخند زدن و ماساژ دادن و شبیه این‌ها چند راه ساده برای توجه نشان دادن به کودک است.

ب. تعریف و تمجید کردن:

والدین در تعریف و تمجید کردن باید بسیار مراقب باشند تا زیاده روی نکنند و فقط از آن رفتاری که می‌خواهند در کودک نهادینه شود تمجید کنند. تلاش‌های کودک برای انجام کارش را ببینند و از آن تعریف و تمجید کنند. در تمجید کردن مراقب باشند ابتدا از کودک تعریف نکنند و بعد منکر آن شوند. تمجیدهای درگوشی، تمجیدهایی هستند که ما نمی‌خواهیم مستقیماً به کودکمان بگوییم، مثلاً برای فرد دیگری که مقابلمان نشسته، بدون اینکه به فرزندمان نگاه کنیم از کودک خود و تعریف و تمجید می‌کنیم. این روش از تعریف و تمجید، بسیار تأثیرگذارتر است.

ج. بازی کردن:

سه نوع بازی هست که بهتر است هر روز با کودک انجام شود:

۱. بازی در فضای باز

۲. بازی‌های خلاقانه

۳. بازی کتاب‌خوانی

مهارت سوم: اعتماد به نفس او را افزایش دهید.

کودکان نوپا در طول روز احساس می‌کنند بازنده‌اند، پس بهتر است والدین کاری کنند تا فرزندشان در طول روز احساس پیروزی و برنده‌بودن داشته باشد. وقتی کودک احساس برنده‌بودن داشته باشد، همکاری با مادر و پدر بهتر و بیشتر می‌شود. احترام گذاشتن و کمی شوخی کردن به کودک این احساس برنده‌شدن را به او می‌دهد.

دو راه‌کار جالب برای افزایش اعتماد به نفس کودک وجود دارد:

الف. هرچه کودک بداند او را باور دارید، خودش را بیشتر باور دارد. برای اینکه کودک متوجه شود او را باور دارید بهتر است با احترام به حرف‌هایش گوش دهید، از او درخواست کمک کنید و به او حق انتخاب دهید.

ب. دومین راه برای افزایش اعتماد به نفس کودک، خنگ بازی در آوردن والدین در بازی با بچه‌ها است.

در این مدل بازی، کودک احساس می‌کند تیزهوش، توانمند و زبرورنگ است. خنگ بازی در آوردن به هیچ‌وجه ایده‌ی بدی نیست که نوپایان فکر کنند والدینشان خنگ هستند. کودک شما می‌داند که پدر و مادرش واقعاً ضعیف یا بچه نیستند. والدین اولین و آخرین شخصیت داستان زندگی کودکان هستند. احترام با دست‌انداختن‌ها و شوخی‌ها، از بین نمی‌رود. حتی با این کارها بیشتر دوستان خواهند داشت.

مهارت چهارم: صبر و شکیبایی را به او آموزش دهید.

آموزش صبر و شکیبایی یکی از مهارت‌های بسیار مهم و شگفت‌انگیز در تربیت فرزندان است. صبر کردن مهارتی است که نیاز به تمرین دارد.

دو روش برای آموزش صبر و خویشتن‌داری برای نوپایان:

الف. کنترل رفتارهای آنی و افزایش صبر و شکیبایی

این یک روش سریع برای کمک به نوپایان پرخاشگر است که می‌توان با کودک انجام داد، به این صورت که هرگاه او درخواستی از مادر و پدر خود داشت والدین برای پاسخ به درخواستش بلند می‌شوند، به سراغ خواسته‌ی کودکشان می‌روند و از او می‌خواهند یک دقیقه صبر کند و سپس از کودک به خاطر صبرش تشکر و تعریف کنند و بعد خواسته‌اش را برآورده سازند.

ب. تنفس جادویی

تنفس جادویی نفس عمیق کشیدن با اصول در هنگام عصبانیت است که ابتدا والدین باید خودشان به طور کامل آن را بلد باشند و بتوانند در مواقع ضروری استفاده کنند تا کودکشان هم یاد بگیرد و استفاده کند.

مهارت پنجم: یک برنامه‌ی روزانه ترتیب داده و همان را ادامه دهید.

داشتن یک برنامه‌ی روزانه و روتین به کودک احساس امنیت و نشاط و زیرکی می‌دهد چون برنامه‌های روزانه، قابل پیش‌بینی هستند. کودک احساس امنیت می‌کند و نیز وقتی همه روزه کارهای مشخصی را انجام می‌دهد احساس باهوشی و زیرکی می‌کند زیرا می‌داند موضوع از چه قرار است و بر آن چیرگی دارد.

دو برنامه‌ی جالب روزانه وجود دارد که باعث خواهد شد نوپایان احساس امنیت و عشق بیشتری کنند:

الف. حرف‌های قشنگ قبل خواب:

پیش از خوابیدن کودک بهترین و قشنگ‌ترین زمانی است که مادر یا پدر کودکشان را در آغوش بگیرند و حرف‌های پر مهر و پر از محبت و عشق به او بزنند و از کارهای خوب کودکشان که در طول روز انجام داده برایش بگویند تا او آسوده و آرام بخوابد.

ب. اختصاص دادن زمان خاص برای تفریح و توجه:

هر روز برای کودکشان ۳۰ دقیقه زمان ویژه‌ی مختص او و بدون هیچ مزاحمتی مشخص کنید. این زمان، فقط و فقط برای وقت‌گذاشتن با اوست و بسیار زمان شاد و مفرحی است.

مهارت ششم: بذر محبت بکارید.

مادر یا پدر می‌توانند از طریق داستان‌های خیالی بذر محبت را درون روان کودک خود بکارند. والدین می‌توانند این داستان‌ها را خودشان بسازند و داستان‌سرایی کنند تا ارزش‌هایی را که می‌خواهند، از این طریق به کودکشان منتقل نمایند. یکی دیگر از راه‌هایی که والدین می‌توانند بذر محبت بکارند؛ نقش‌گذاری است. والدین از طریق نقش‌گذاری موقعیت‌های مختلف را به همراه کودکشان بازی می‌کنند یا همراه با عروسک‌ها، به ایفای نقش می‌پردازند تا ارزش‌ها و مفاهیمی را که می‌خواهند فرزندشان یاد بگیرد، به او آموزش دهند.

رفتارهای چراغ زرد (چگونه جلوی رفتارهای آزاردهنده را بگیریم؟)

رفتارهای چراغ زرد کودک نوپا رفتارهایی مانند نق‌زدن، به ستوه آوردن و بیهوده وقت تلف کردن است. والدینی که می‌خواهد به رفتارهای چراغ زرد کودکشان خاتمه دهند و او را به سمت رفتار خوب هدایت کنند باید در مسیر درست تربیتی قرار گیرد تا بتوانند به نتیجه‌ی دلخواهشان برای رفتار فرزندشان برسند.

مهارت اول: ارتباط توأم با احترام برقرار کنید.

والدین در مواجهه با نق‌زدن و رفتارهای این‌چنینی کودکشان قانون فست فود و استفاده از زبان ساده نوپاها را به همراه احترام، یعنی زانوزدن و هم‌قد فرزندشان شدن به کار می‌گیرند. در برقراری ارتباط توأم با احترام توجه به یک سری نکات، کار را تأثیرگذارتر می‌کند. در این مهارت خیلی خوب می‌شود اگر به کودک حق انتخاب داده شود و یا می‌توان چیزی را که می‌خواهد و مدام برای به دست آوردنش نق می‌زند، در عالم خیال به او داد، همچنین می‌توان با استفاده از تکنیک کاشت بذر محبت، در کاهش رفتارهای آزاردهنده‌ی کودک خود استفاده کنید.

مهارت دوم: محدودیت‌ها را با کودکان مشخص و استوار کنید.

برای مشخص کردن محدودیت‌ها برای فرزندتان باید منطقی بوده و انتظارات منطقی و متناسب با سن کودکشان را از او داشته باشید. محدودیت‌هایی را که قرار است برای فرزندتان بگذارید، ساده و کوتاه توضیح دهید. نیم‌کره‌ی چپ مغز نوپایان هنوز کامل نشده و جملات طولانی، آن‌ها را بیشتر گیج می‌کند. وقتی برای فرزندتان محدودیت و قانونی می‌گذارید بر روی آن ثابت قدم و استوار باشید، اما اگر گاهی تحت شرایط خاصی نتوانستید قانون و محدودیت را اجرایی کنید حتماً به کودک خود توضیح دهید.

مهارت سوم: به توافق برنده-برنده دست پیدا کنید.

این مهارت به گونه‌ای است که هم والدین و هم فرزند، با رعایت عدالت به خواسته‌هایشان می‌رسند، آن‌هم بدون رفتارهای تهدیدآمیز! درست مانند یک مبادله که چیزی به کودک می‌دهیم و چیزی از او می‌خواهیم و در این صورت هر دو برنده‌ایم!

مهارت چهارم: کم‌محلی کردن به فرزند هنگام رفتار آزاردهنده.

این مهارت را زمانی که کودک، رفتارهای آزارنده انجام می‌دهد و می‌بیند که از این راه جلب توجه می‌کند به کار ببرید. یعنی مدت زمانی به او توجه نمی‌کنید و هنگامی که کودک رفتار ناشایستی از خود بروز داد، احساسش را مثل یک گزارش‌گر ورزشی انعکاس می‌دهید. اگر این کار جواب نداد چند ثانیه‌ای به او توجه کنید تا آرام شود، بعد از اینکه آرام شد دوباره پیش او بروید و درباره‌ی احساسش با او حرف بزنید.

کنترل خشم‌ها

اوج آشفتگی‌ها و اوقات تلخی‌های نوپایان، ۱۸ تا ۲۴ ماه است و دوباره در ۳ سال و نیمگی باز می‌گردد. کودکان نوپا چون نمی‌توانند صحبت کنند و یا ارتباط درستی برقرار نمایند، آشفته و عصبانی می‌شوند. گاهی والدین در مقابل کودک خود داد و بیداد می‌کنند و همین باعث می‌شود که فرزندشان یاد بگیرد که این‌گونه هم می‌تواند خشم خود را خالی کند. والدین حواسشان باشد تا شرایطی ایجاد نکنند که به احساس تحقیر شدن یا سرافکنندگی بیانجامد زیرا همین موضوع باعث عصبانیت و آشفتگی کودک می‌شود. با استفاده از برقراری ارتباط توأم با احترام و قانون فست فود و زبان ساده‌ی نوپاها به اوقات تلخی کودکان خاتمه دهید. اگر والدین پیش از شروع اوقات تلخی کودک، جلوی آن را بگیرند قطعاً احساس بهتری خواهند داشت.

۴ راه در رسیدن به این مهم وجود دارد:

الف. از موقعیت‌های دردسرساز دوری کنید.

شایع‌ترین عواملی که باعث بروز اوقات تلخی می‌شوند عبارتند از خستگی، گرسنگی، خوردن غذاهای کافئین‌دار یا شکر، طولانی در خانه ماندن، توجه نکردن کافی به کودک، داشتن وسایل زینتی و شکستنی زیاد در خانه، تغییر پیدا کردن برنامه‌ی روزانه‌ی کودک و دعوای پدر مادر با یکدیگر!

ب. تمام طول روز با احترام با کودک خود ارتباط کنید.

ج. به کودک خود توجه نشان دهید.

مادر و پدر باید در طول روز، چندین و چند بار به کودک خود توجه نشان دهند و هرچه بیشتر به کودک توجه نشان داده و با او بازی شود، اعتماد به نفس کودک بیشتر شده و همکاری بهتری با والدین نشان می‌دهد.

د. راه‌های افزایش صبر و بردباری و تنفس جادویی را به کودک خود آموزش دهید.

پاسخ‌های واقعی به مسائل رایج

بیشترین مسائلی که والدین در برخورد با فرزندشان با آن‌ها دست و پنجه نرم می‌کنند در ۴ مورد زیر خلاصه می‌شود:

۱- ترس و اضطراب

برخی کودکان در موقعیت‌های جدید دچار ترس و اضطراب می‌شوند. با ابزارهای برقراری ارتباط توأم با احترام، انجام کارهای تکراری و روزمره، تمجید درگوشی، معامله‌ی برنده-برنده، قصه‌های خیالی و نقش‌گذاری، تنفس جادویی می‌توان ترس‌های کودکان را کاهش داد.

۲- رفتار و کردار ناراحت‌کننده

والدین می‌توانند با دوری از موقعیت‌های دردسرساز، برقراری ارتباط توأم با احترام، به کودک توجه نشان دادن، آموزش راه‌های افزایش صبر و بردباری و نیز تنفس جادویی از بروز رفتارهای آزاردهنده جلوگیری کنند.

۳- مخالفت و مبارزه طلبی‌ها

گاهی پیش می‌آید که کودکان با والدین خود مخالفت می‌کنند و این مخالفت‌ها گاهی به خاطر منع شدن آن‌ها از انجام کاری است. این مخالفت‌ها، والدین را عصبانی و غضبناک می‌کند. برقراری ارتباط توأم با احترام، حفظ آبروی کودک، معامله‌ی برنده-برنده و قصه‌های خیالی چند راه‌کار برای پایان دادن به مخالفت‌ورزی‌های نوپایان است.

۴- رفتارهای پرخاشگرانه و خطرناک

وقتی کودکان کارهای پرخاشگرانه و خطرناک می‌کنند والدین باید سریعاً وارد عمل شوند و جلوی آن را بگیرند.

بعد از گذراندن دوران نوپایی، کودکان وارد مرحله‌ی جدیدی از زندگی در ۴ سالگی می‌شوند که شادی، نشاط و مسؤولیت‌پذیری و اعتمادبه‌نفس را به همراه خود دارد و حس بسیار خوبی از این مسیر ۴ ساله را به والدین القاء می‌کند.