**4årig klynker, er trodsig**

**og opfører sig dårligt overfor babyen.**

Spørgsmål:

Min datter bliver 4 til september, og hun har været et glad og aktivt barn. I den sidste måned er hun begyndt at have følgende adfærdsproblemer.

1. Hun bliver meget sensitiv og emotionel. Hun græder og klynker over meget småting.

2. Hun er jaloux på sin 10 måneder gamle søster, og hun bliver nogle gange vred på hende. Hun slår og skubber til hende og tager legesagerne, hendes lillesøster leger med. Hun ønsker også at få alt, vi giver til babyen (baby legesager, mad, og hun ønsker at sidde i babyklapvognen.)

3. Hun startede med ikke at tage en lur for halvanden måned siden, og hun bliver umedgørlig, når hun kommer hjem fra børnehaven ved tretiden. Hun bliver også meget opgejlet og kan ikke falde stille til ro, og hun har en tendens til at opføre sig dårligt på dette tidspunkt.

4. Hun tester konstant vores grænser og siger “nej” til hvad som helst, vi beder hende om.

5. Hun ønsker mig hele tiden, og hun ønsker, at jeg skal hjælpe hende med alt (bad, tage tøj af og på, børste tænder osv.,) og hun siger gentageligt “Jeg kan ikke lide far” fordi min mand bliver vred på hende og hæver sin stemme nogle gange.

Jeg gad vide, om alt dette skyldes hendes jalousi? Opfører hun sig på denne måde blot for at få vores opmærksomhed? Da jeg lige havde fået babyen, opførte hun sig på denne måde i 1-2 måneder, men så kom hun sig over det, så hvorfor skulle hun lige pludselig føle sig jaloux igen? Hun synes også at gå tilbage i udviklingen i sammenligning med for nogle måneder siden. Hun ønsker at blive båret som en baby, og hun ønsker, at jeg tager hendes sko på).

Jeg har talt med de voksne i børnehaven, og hun har det okay der og synes at nyde at være der.

Jeg bruger masser af tid alene med hende dagligt, og jeg taler til hende om, hvordan hun nu er en storesøster, og hvordan jeg ønsker, hun skal opføre sig osv. Jeg ved, at hun er i stand til at forstå dette, da hun lytter og opfører sig meget godt nogle gange. Jeg ønsker at lære hende mere selvkontrol, da jeg føler, hun mangler denne i sammenligning med andre børn på hendes alder, så hun ikke lader vreden få overhånd. Hun ved, når hun har gjort noget forkert, men hun kan ikke kontrollere sig selv.

Hvad kan jeg gøre for at hjælpe hende med at blive den muntre lille pige igen? Hvordan kan jeg lære hende at dele alt med babyen, (hun er meget aggressiv og besiddende og ikke god til at dele med andre børn?)

Svar:

Jeg er ked af, at din lille pige har det så svært, og at hun gør livet svært for dig. Vi handler ofte, som om vores børn bør tage en ny baby med lethed og uden at være bekymrede over det. Sandheden er, at det er en stor tilpasning for vores barn, og hun har brug for mere kærlighed og opmærksomhed fra os for at klare den – på et tidspunkt hvor vi ikke har nok hænder eller opmærksomhed, og vores barn er mindst tiltrækkende. Men hvis du kan se på tingene fra hendes perspektiv, kan du hjælpe hende med at finde vejen tilbage til hendes glade, tillidsfulde selv.

*Jeg gad nok vide, om alt dette skyldes hendes jalousi?*

Fordi hun begyndte at handle på denne måde, da hun holdt op med at tage en lur, er det sandsynligt, at hun er overtræt, og derfor kan hun ikke kontrollere sine følelser. Så ting, hun måske har taget i stiv arm før, er nu for meget for hende at håndtere.

Når dette er sagt, er det fuldstændig normalt, at hendes oprørte følelser udløses af babyen. Hun er ked af, at hun ikke længere er din elskede eneste baby, så hun klynker og bliver let oprørt. Hun føler, at noget er blevet taget fra hende, så hun tager babyens ting. Hun føler manglende forbindelse til dig, så hun bliver trodsig. Hun er bange for at miste dig, så hun ønsker dig hele tiden.

Men husk på, at alle børn vil teste grænserne. Og husk på, at hun også er ganske træt, fordi hun ikke længere tager en middagslur, så hun har ikke de indre resurser til at magte tingene. Når hun kommer hjem fra børnehaven, kan du da tage babyen i en bæresele og kun fokusere på at hygge/pusle på sofaen med din store pige? Læs historier for hende, kys hendes tæer, lad hende tale om børnehaven. Hun har brug for en mulighed for at falde til ro og komme af med al anspændtheden fra hendes dag, og hun har brug for at genforbinde sig med dig, mens hun gør dette. Når hun har gjort dette, vil hun være i stand til at falde til ro og lege.

*Opfører hun sig på denne måde blot for at få din opmærksomhed?*

Nej, hun opfører sig på denne måde, fordi hun føler sig meget oprørt indeni. Hun er bange for, at du fik en ny baby, fordi hun ikke var god nok, og at du ikke længere elsker hende. Hun er i særlig grad bange for, at hendes far ikke elsker hende mere, og at det er derfor, han råber af hende. Hun føler, hun er en dårlig person, fordi hun ikke ønsker at dele med sin søster, og fordi hun indser, at hun ikke længere er en fryd for dig, kun en kilde til frustration.

MEN din kærlige opmærksomhed er, hvad der vil kurere hendes frygt. Hun har måske brug for at græde for at få denne frygt ud, men din accept af hendes følelser er, hvad der vil helbrede hende. Og det er kun din kærlige opmærksomhed, der kan skabe tilliden, der er nødvendig, før hun vil ”vise” dig disse følelser.

Opbyg tillid så ofte som muligt ved at lytte til hende, forbinde dig med hende og lege lege med hende.

*Da jeg lige havde fået babyen, var hun som dette i 1-2 måneder, men hun kom sig over det, så hvorfor føler hun sig lige pludselig jaloux igen? i*

Det er MEGET almindeligt, at børn kommer sig over en brors eller søsters fødsel efter nogle få måneder for kun at falde tilbage igen ved omkring ni måneders alderen, hvor babyen begynder at ønske deres legesager.

*Hun synes at falde tilbage i sammenligning med for nogle månder siden (hun ønsker at blive båret som en baby, og hun har brug for, at jeg giver hende sko på.)*

Dette er fuldstændig normalt. Forkæl hende. Lad hende sidde i klapvognen, giv hende skoene på osv. Sig: *"Du ønsker at være min baby lige nu, gør du ikke? Du vil ALTID være min baby, uanset hvor stor du bliver, uanset hvor god du bliver til at tage dine sko på. Kom her, min lille baby, lad mig hjælpe dig med dine sko.”*Når først du tilfredsstiller dette behov, vil hun ikke længere have brug for det, og hun vil selv tage sine sko på, fordi børn altid ønsker mesterskab, når først deres afhængighedsbehov er tilfredsstillet.

*Jeg talte med de voksne i børnehaven, og hun virker til at have det fint der og til at nyde det der.*

Dette er fint. Det er godt, at hun har en verden udenfor hjemmet, som hun ikke behøver at dele med sin søster.

*Jeg bruger en masse tid alene med hende dagligt.*

FINT! Dette er det vigtigste, du kan gøre.

*Jeg taler til hende om, hvordan hun er en storesøster nu, og hvordan jeg ønsker hun skal opføre sig osv. Jeg ved, at hun er i stand til at forstå dette, da hun lytter og opfører sig meget fint nogle gange. Jeg ønsker at lære hende mere selvkontrol, hvilket jeg føler, hun mangler i sammenligning med børn i hendes alder, og at hun ikke lader vreden komme over sig. Hun ved, når hun har gjort noget forkert, men hun kan ikke kontrollere sig selv.*

Det er okay, men husk på at gentagelige foredrag ikke er nyttigt. Hun ved allerede, hvad der er rigtigt, og hun bryder sig ikke om, at hun ikke kan kontrollere sig selv, og at hendes følelser er så stærke. Hendes hjerne udvikler sig stadigvæk, og hun vil være meget mere i stand til at styre sig selv om et år. Du kan fremskynde denne proces ved at give hende empati og forståelse.

*Hvordan kan jeg lære hende at dele alt med sin baby søster (hun er meget aggressiv og besiddende og ikke god til at dele med andre børn)?*

Du kan hjælpe hende med at lære at dele, men få hende venligst ikke til at dele noget med sin søster lige nu. Hun må allerede dele sine elskede forældre. Hun bør IKKE blive bedt om at dele sine legesager. Men du kan hjælpe hende med at vente på, at det bliver hendes tur i stedet for at tage fra sin søster.

Når hun tager ting væk, kan du mildt bruge empati med hende om, hvor meget hun ønsker denne ting, men at det er hendes søsters tur lige nu, og at du vil hjælpe hende med at vente på at det er hendes tur. Hun vil sandsynligvis bryde sammen, hvilket er en stor mulighed for at vise dig alle hendes følelser om, hvor unfair livet er, og hvor meget hun ikke bryder sig om at dele ALT! Lyt med empati. Husk på at børn, der er meget aggressive og besiddende er bange, så hun vil sandsynligvis vise dig sin frygt ved at svede, vride sig og sparke.

*Hvad kan jeg gøre for at hjælpe hende med at blive den muntre lille pige igen?*

1. Tilfredsstil hendes dybe behov for at føle, at hun stadigvæk er elsket.

2. Hjælp din mand med at se det fra din datters perspektiv, så han holder op med at råbe af hende. Hun er fire år og føler sig elendigt tilpas. At råbe af hende er unfair og vil kun gøre tingene værre.

3. Forbind dig med hende dybt, som foreslået ovenfor.

4. Hjælp hende med hendes følelser. Nogle gange har børn simpelthen brug for at græde, og at vi forstår deres elendighed. her with her emotions.

5. Elsk hende betingelsesløs, på trods af klynkeriet og alt andet. Børn har brug for vores kærlighed mest af alt, når de mindst ”fortjener” den. Find måder hvorpå du kan anerkende hende og være vild med hende. Og nyd hende!

[Peaceful Parent, Happy Kids](http://www.amazon.com/Peaceful-Parent-Happy-Kids-Connecting/dp/0399160280/ref=sr_1_1?s=books&ie=UTF8&qid=1348066694&sr=1-1), [Peaceful Parent, Happy Siblings](http://www.amazon.com/gp/product/0399168451/ref=as_li_tl?ie=UTF8&camp=1789&creative=390957&creativeASIN=0399168451&linkCode=as2&tag=yourparesolu-20&linkId=OLTMGEA6E7S2E45I) og [Peaceful Parent, Happy Kids Workbook](https://amzn.to/2DXVBWo)

[www.ahaparenting.com](http://www.ahaparenting.com)

Se sektion: Preschoolers.

Uddrag af artiklen: 4 Year Old Whiny, Defiant, Mean to Baby