**Disciplin: At tage dig af din tumling, så du kan nyde ham.**

Hvordan tager du dig af en tumling og forbliver positiv? Tro det eller ej, det er muligt.

Din tumling er ikke længere så nem at distrahere, som da han var en baby. Han vokser – og det betyder udfordringer for dig!

* Tumlinger begynder at eksperimentere med følelsen af, at de er kraftfulde mennesker i verden, og de kan være trodsige.
* Tumlinger er viljestærke, og de kan være stædige.
* Tumlinger er begejstrede, og de kan være impulsive med hensyn til at gøre farlige ting.
* Tumlinger er ivrige efter at udforske, og de kan komme i vanskeligheder hurtigere end det tager dig at besvare dørklokken.
* Tumlinger har ingen slukkeknap. Når de bliver trætte, bliver de mere og mere opgejlede, til de falder sammen.

Hvad kan du gøre for at håndtere dit lille barn, så du kan nyde den fantastiske toårsalder?

**Positiv disciplin.**

Dit barn er ikke længere en baby, men en tumling. Det betyder, at han vil stå kraftigt frem for hans behov. Han kan ikke udtrykke sig særlig godt, så han bliver nemt frustreret, men han kan faktisk forstå en del. Hans største problem er, at han ikke kan fortælle dig mange ting, du har brug for at vide!

**Raseriudbrud.**

Raseriudbrud er naturens måde at lade din tumling få afløb for hans rygt og frustrationer, når livet er en smule for meget, så i stedet for at føle dig som en dårlig forælder, eller tro at du har et dårligt barn, kan du byde disse raseriudbrud velkomne som en mulighed for dit barn til at komme af med alle disse ubehagelige følelser. Og da raseriudbrud er et tegn på, at dit barn er overvældet, må du huske på, at forebyggelse altid er bedre end kuren.

**At give valg.**

Din tumling har brug for en vis kontrol over hans verden. Han forstår ikke nødvendigvis dine planer – hvorfor skulle han det? Han ønsker, hvad han ønsker. Men det betyder ikke, at du bliver nødt til at give slip på, hvad du har brug for. Føj dig ikke. Giv valg!

**Timeouts?**

Timeouts er fint for dig selv, når du har brug for en smule rum til, at du kan falde til ro. Men at bruge dem på dit barn? De virker ikke med de fleste børn, og de virker ikke med noget barn i særlig lang tid – i det mindste ikke uden at ødelægge jeres forhold.

**Hvorfor hvert hjem har brug for et falde-til-ro sted.**

Hver gang du beroliger dit barn og hjælper ham med at føle sig tryg og forstået, hjælper du ham med at opbygge en hjerne og et nervesystem, der vil give ham muligheden for at berolige sig selv, når han føler sig oprørt eller møder modgang – i resten af hans liv.

**Bør du give din tumling smæk?**

Nej, ikke hvis du ønsker et samarbejdende, ansvarligt og hensynsfuldt barn, der vokser op med selvdisciplin.

**Sæt grænser.**

At sætte grænser er en af de vigtigste færdigheder i opdragelsen. Hvis vi gør det rigtigt, vil vores barn få evnen til at sætte grænser for sig selv, og det er det, der kaldes for selvdisciplin.

Toårige elsker at kaste med ting. De kaster, når de er glade, og de kaster, når de føler sig ulykkelige. De slår også deres forældre og søskende. Det er vores job at hjælpe dem med at komme igennem denne normale udviklingsfase ved at lære dem forskellen mellem, hvad de må og ikke må gøre – igen og igen - til de lærer, hvad de har brug for at lære. Hvordan? Ved at acceptere deres følelser, selvom vi stopper og omdirigerer deres uacceptable adfærd, for eksempel:

*"Stop det! Vi kaster ikke med klodser – selv når du er vred. Her er en pude, du kan kaste med."  
  
"Av, det gør ondt. Jeg kan ikke lade dig slå mig. Men du kan fortælle mig, hvordan du føler det. Du kan sige: ”Jeg ønsker ikke, at du skal være sammen med babyen lige nu. Jeg ønsker, at du er sammen med mig!'   
  
"Vi skubber ikke! Brug dine ord til at fortælle din søster, hvad du ønsker. Sig til hende: “Min dukke. Jeg er ikke parat til at dele.””  
  
"Vi klipper ikke i gulvtæppet. Lad os se, hvad du kan klippe i. Hvad med dette stykke papir? Eller dette stykke pap? Hvilket et? Du bestemmer."  
-- Elaine Mazlish & Adele Faber*

Kilde: Dr. Laura Markham – grundlægger af [www.ahaparenting.com](http://www.ahaparenting.com) og forfatter til [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: Toddlers.

Uddrag af artiklen: Discipline – Managing Your Toddler so You Can Enjoy Him.