

- [Separation Anxiety](#)
- [Temper Tantrums](#)

કુલ લા ઉપર મથુ □ □ ક વધાદસ પદ શસિ ત્ની પદ ધી છે. ત્નીયા મતપતિ □ મને છે કે બળકને કુલ લા ઉપર મથુ તે બ્યેબ છે અને જ્નીચાએ બીજા મતપતિ □ મને છે કે બળકને કુલ લા ઉપર મથુ વાતબ્યેબ નથી. કેટલાક મતપતિ □ મને છે કે બળકને વશિષ બબ્તેમ જ કુલ લા ઉપર મથુ જોઈ. (દા.ત જ્નીચાએ બળક બહુ અથબ થીતેવથ તે છે) કેટલાકને કુલ લા ઉપર મથવાનો અર્થ થ"બળકને કુલ લા ઉપર થપટ મથવી", જ્નીચાએ બીજા કુલ લા ઉપર મથવા વશિ □ મવચિએ છે તે "શથીચ્ની સજા" છે, જે ઇજા ન પહોચડે જેવુ કે બળકના હાથઉપર ચ્માટ મથવી.

□□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□ □□□ □□□□□□ □□□ ?

જ્નીચાએ ઘણા મતપતિ સહમ્તહોય છે કે બળકને કુલ લા ઉપર મથુ □ ખોટુ છે, તે છત કુલ લા ઉપર મથુ □ ક શસિ ત્ની થીતેના ટૂપમં ચલુ ચ્હુયુ છે કાથકે ઘણા મતપતિ □ મને છે કે બળકને કુલ લા ઉપર મથવાથી તે □ કામ નથી કચ્ત જે કચ્વાની મ્નાઈ છે. કેટલાક મતપતિ □ મને છે કે બનિશાથથીક શસિ ત્ના પ□ ચ્કાથે જેવા કે સમ્ચની બ્હાઇ કામ નહી કચ્ચુ.

□□□□□□ □□□ □□□□□□ □□ □□□□□□□□ □□ ?

જ્નીચાએ કુલ લા ઉપર મથવાથી મતપતિની નચિશા □ છી થય છે અને અસ□ થઈ ટૂપથી દુચ્ચ વચહાઇ થેકાઈ જાય છે, તે શસિ ત્ની સૌથી □ છી અસચ્કાચ્ક પદ ધી છે. આ વચ્ ત્ણુકની બ્દલીમં શીખવાડુતનથી, સારુ કહી તે કુલ લા ઉપર મથવા પછી બળક લાયચ, નાથજ અને શચ્દિા ચ્ઈ જાય છે. ફક ત□ ક બેઘ્માઠ તે શખિ છે કે જે કચ્વાથી તે પકાડાઈ ન જાય.

કુલ લા ઉપર મથુ □ બળકને ખોટો સંદેશ મેકલાવે છે. કુલ લા ઉપર મથુ □ સુચ્ના આપે છે કે મથુ □ સમ્સ□ ચા□ નો નકિલ લાવવાનો સામન□ ચ ચ્સ□ તે છે અને તે મેટા મણસ મટે નાનકડાને મથવા બ્યેબ છે. જ્નીચાએ કુલ લા ઉપર મથુ □ પ□ થચ્કિ શસિ ત્ની વાપથ્વામં આવતે પદ ધી છે, તેમં કદાર સંબ્વતિલાંબે સુધી ચલવાની નુકશાનકાચ્ક અસચ છે, જેવી કે અચોગ□ ચ વચ્ ત્ણુક, આક□ ચ્કત, હસિક અચ્મા ગુનાહતિવ□ ચવહાઇ, નબ્બા બ્ચાત્ અને મનસકિ ઉદાસનિત.

□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□□□□

ફક તકુલ લા ઉપર મથવાથી બળકમં બીક અને ચતિ કાથબુતથય છે, જે ને સમ્ચણ નથી પડતે કે આવી કલ પનાનુ પથણિામ્ બ્ચજનક હોય છે. બળકો આવી પથસિ થતિમં લાગણીવશ ચ્ઈને પ□ થ્કિ થચિા કચે છે. તેની આસપાસની સ□ થતિ અને આવડત્ની વાસ□ ત્ચકિત સમ્ચત નથી.

- ત્મથ ઘચ્ની સચ્સામ્ગ થીને □ વી થીતથખો કે જે ટુટી ન શકે અચ્મા ઘેકેદાયક ન હોય, જે બળકની પહોચ્થી દુઇ હોય.
- જો ત્નીયા જોખમ હોય તે ત્મથ બળકનો હાથપકડી થખો નહી કે ચ્મ□ પડ મથે.
- જ્નીચાએ ત્મૂ બળક કોઇ પણ વસ□ તુપકડી થખે જે ત્ને લાગે કે તેણે નહી પકડવી જોઈ તે તેના હાચ્મંથી બ્જાજબ્થીથી લઈ નહી લ□ ચો પણ તેને □ ક ચ્કડુ આપો. તે જોઇ તે વસ□ તુજાટકીને લેવા મંગશો તે તેત્ને જોચ્થી પકડી થખશે.
- જો ત્ને ગુસ□ સો આવતે હોય તે બળકને સુચ્ક□ ધતિજગ□ ચા ઉપર થખો અને □ ચ્ડમંથી બ્હાઇ નીકળી જાવ.

□□□□□□□□ □□□□□□ □□□ □□□□ □□□□□□□□ □□□□□□□□□□

ચલવાનુ શીખત હોય તેમા શશ્ણિ ને શસિ તશીખડાવવી □ મટે બહુ જ વઘયે સમ્ચ, બ્જા અને સહનશલિતની જૂચ છે અને □ ટલા મટે તે મ્હત્તી વનુ છે કે અસચ્કાચ્ક થીતમ્બો અને ચોગ□ ચ થીતેહોય. દા.ત ચલવાનુ શીખત બળકને □ વી વસ□ ત્ની સાથેચ્વાનુ નહી કહેવુ જોઈ જે જોખકાચ્ક છે, જેવો કે ગેસનો રુલ□ હો, કાથકે તેમુ પથણિામ્ શું આવશે તે સમ્ચત નથી. કુલ લા ઉપર મથવાથી □ પથણિામ્ સ□ પષ□ ટ નહી કચે. ત્મથે શસિ ત્ની પદ ધ્મ□ □ ક ઘથી થીતેવાપથ્વી જોઈ નહી તે ત્મથ બળકને □ મ લાગશે કે તે ગંભીર નથી.

- ચલવાનુ શીખત શશ્ણિ મટે □ સ□ વાભવીક છે કે તે વાત્મથણનુ ચયે બજુથી નચ્કિ ષણ કચે છે અને આ થીતેતે □ વી જોખકાચ્ક વસ□ ત્ની ને ત્નીચાથી દુઇ કચે.
- ચલવાનુ શખિત શશ્ણિ સાથેસીધી અચ્કામ્ણથી દુઇ ચ્હો, જે ફક તબ્નેને ગુસ□ સો લાવશે અને નચિશ કચ્શે. □ ને બ્દલે ઘ્નીચાનપલ□ ટો કચે અચ્મા વકિ□ ષેપ પાડો. ઘણી બ્ધી સમ્સ□ ચા□ આવી પથસિ થતિમં કોઇક વનિોદી વસ□ ત્ની ને હળવી કચે છે અચ્મા

અન અપેક્ષા ધરતીને કે નાથજ થયેલા બાળકને ગુદગુદી કહે છે.

- જો તે ઘાટ મથવાનું ચલુ કર્યો, તે તેના ઘુટણા ઉપર અથ્થા મેજ ઉપર મથે. આ અવાજ બાળકના વથ તણકને તેને મથવા સવિચ અટકાવશે.

### વિદ્યાર્થીઓને સલાહ

- શાંતસૂચિ દેખવાનું કુલુ લા ઉપર મથુ બની શકુતનથી. ટલે ટ મહત્ વનુ છે કે તમ ગુસ સાને તે નચિંતી થયમં થખો. તે દુર જઈ શકો છો, શીકા ઉપર મથે અથ્થા નોંધલખો. ક વાટ તે શાંતથવ તે કદાર તને કુલુ લા ઉપર મથવાની ઘર છા છી થો.

- તે જવાચાએ તમ બાળકો ઉપર ગુસ સાે થવ તવાચાએ તમ ડને હાથથી જોથી તલી પાડો. આનો અવાજ તેની વથ તણકને અટકાવશે.

- જો તમ બાળક તને સાંભળે નહી તે તેના સ ત સુધી જુકી જાવ અને તેના હાથજોથી પકડો જેને લીધેતમથી સામે જોવાનુ થેકી નહી શકે અને પછી શાંતથી વાતકથે.

- જો તને લાગે કે તમ બાળકને દંડ આપવો છે તે ખાતી થી કથે કે આ સજા નવાચી થીતઆ ઘટનાને સંધતિહોય અને ટલે તે બેધમાઠ શીખે જે તમે તેને શીખવવો છે. તેને ચોગય શકિ ધા આપો. તેને બતવો કે તેની સુથક ધા મટે તે ચતિ કથે છો અને જવાચી જૂથ પડે તવાચ સુધી તે સુથક ધાના નચિમે લાદશો. ટીવી, મઠિાઈ દુર લઈ જવી અને કુલુ લા ઉપર મથવાથી સુથક ધા શીખવાડી શકાતે નથી.

### વિદ્યાર્થીઓને સલાહ

- સાથ વથ તને સમ્મ આપો. આંલગિન અને પ થંસા દુર સુધી લઈ જશે.

- તમ બાળકની પ થક થચિા ઉપર તેની ભવનાને સમજવા પ થ્યતી ન કથે. મેટા બાળકને પુછો કે તે ગુસ સામં કેમ છે ? જવાચાે ક શશિુ થડે તવાચે પોતને પુછો. તેણીને તેલવાનુ જોઈ છે ? તેનુ બચતેનુ ભિનુ થઈ ગયુ છે ? તેણીને ભખ લાગી છે. ?

- તમ હદયના પથવિથ તની લેવડદેવડ કથે. જો ભુક્ષાભમં તમ બાળકને તે મથુ હોય પણ તેંધકથવાનુ નક કી કથુ હોય તે તમ બાળક સાથેઆ નચિે ઇય લેવા વધિ વાતકથે. આ બેધમાઠ તમ સંપૂથ છા કુંટું મટે મ્લચવાન બનશે.