

Tadashi Tsujii

Phùng Thu dịch



Việc chơi là học

Dành cho trẻ 0-1 tuổi



NHÀ XUẤT BẢN
LAO ĐỘNG



THINKBOOKS
Phong sự để dẫn đầu

Về tác giả Tadashi Tsujii

Tadashi Tsujii là người thành lập thư viện đồ chơi đầu tiên của Nhật Bản tại Osaka, đồng thời là giảng viên của trường Đại học Giáo dục Osaka và Đại học nữ sinh, Học viện Kobe. Ông cũng phụ trách thu thập tư liệu và trình bày các chuyên đề về giáo dục trẻ em trên kênh truyền hình NHK. Hiện nay, ông là cố vấn của phòng tư vấn Asahi Baby (Tổ chức phúc lợi xã hội – văn hóa báo **Asahi**), giám đốc trung tâm Pyramid Method tại Nhật Bản của Tổ chức Giáo dục Hà Lan Cito, viện trưởng Viện Nghiên cứu trẻ em tổng hợp Tsujii.

Vì chơi là học

Dành cho trẻ 0-1 tuổi

Nhà xuất bản Lao động

175 Giảng Võ - Đống Đa - Hà Nội

Tel: (04) 3851 5380

Fax: (04) 851 5381

Website: www.nxblaudong.com.vn

Công ty Cổ phần Sách Thái Hà

119 C5 Tô Hiệu - Cầu Giấy - Hà Nội

Tel: (04) 3793 0480

Fax: (04) 6287 3238

Website: www.thaihabooks.com

Chịu trách nhiệm xuất bản: Võ Thị Kim Thanh*Biên tập:* Lê Thị Hằng*Trình bày:* Thu Hiền*Sửa bản in:* Thanh Huyền*Thiết kế bìa:* Ngọc Mai

ASOBIJOZU WA SHITSUKEJOZU AKACHANHEN

Copyright © Tadashi Tsujii All rights reserved

Original Japanese edition published by Octave

This Vietnamese edition is published by Thaihabooks JSC arrangement with Octave c/o Vista P.S

Bản quyền tiếng Việt © 2016, Thaihabooks JSC

Cuốn sách được xuất bản theo thỏa thuận bản quyền giữa Công ty Cổ phần Sách Thái Hà và Octave thông qua Vista P.S

Không phần nào trong cuốn sách này được sao chép hoặc chuyển sang bất cứ dạng thức hoặc phương tiện nào, dù là điện tử, in ấn, ghi âm hay bất cứ hệ thống phục hồi và lưu trữ thông tin nào nếu không có sự cho phép bằng văn bản của Công ty Cổ phần sách Thái Hà.

Biên mục trên xuất bản phẩm của Thư viện Quốc gia Việt Nam

Tadashi Tsujii

Vì chơi là học : Dành cho trẻ 0 - 1 tuổi / Tadashi Tsujii ; Phùng Thu dịch. - H. :

Lao động ; Công ty Sách Thái Hà, 2016. - 143tr. : hình vẽ ; 19cm

Tên sách tiếng Nhật: 遊び上手はしつけ上手赤ちゃん編

ISBN 9786045962046

1. Giáo dục gia đình 2. Trẻ em 3. Trò chơi

649.550832 - dc23

LDL0021p-CIP

In 2.000 cuốn, khổ 13 x 19 cm. In tại Công ty Cổ phần In - TM Prima. Địa chỉ: Số 35 ngõ 93 Hoàng Quốc Việt, Cầu Giấy, Hà Nội. Số đăng ký KHXB: 1113-2016 /CXBIPH/11-80/LĐ. Quyết định xuất bản số: 479/QĐ-NXBLĐ cấp ngày 27/4/2016. In xong và nộp lưu chiểu Quý II/2016.

Tadashi Tsujii

Phùng Thu dịch



Việc chơi là học

Dành cho trẻ 0-1 tuổi

TRIA VIỆT BẠN
LÀO ĐỘNG

THIÊN SINGH
Phòng và Đồ chơi trẻ em



Mục lục

<i>Lời nói đầu</i>	7
1 tháng tuổi: Tại sao trẻ khóc?	15
2 tháng tuổi: Không nhất thiết lúc nào cũng phải ở bên cạnh trẻ	29
3 tháng tuổi: Bắt đầu hình thành khả năng ghi nhớ	39
4 tháng tuổi: Trở thành một thành viên trong gia đình	49
5 tháng tuổi: Trẻ biết làm gì với đôi tay của mình?	59
6 tháng tuổi: Lưu giữ hình ảnh của mẹ	71
7 tháng tuổi: Tự do di chuyển	81
8 tháng tuổi: Tìm kiếm và phát hiện	91
9 tháng tuổi: Khi trẻ cần sự giúp đỡ của mẹ	101
10 tháng tuổi: Phát triển tự ý thức về bản thân	111
11 tháng tuổi: Hình thành ý thức bản thân	121
12 tháng tuổi: Tự đi những bước đầu tiên	131
<i>Lời kết</i>	141



Lời nói đầu

● Mẹ tạo cảm giác an tâm cho trẻ

Khi vừa mới chào đời, trẻ đã bị cuốn vào một “cơn bão kích thích mạnh mẽ” hơn chúng ta hình dung rất nhiều. Hãy thử tưởng tượng mà xem. Cảm giác, âm thanh, mùi vị, ánh sáng, tất cả đều ập tới trẻ cùng một lúc. Lúc đó, trẻ không thể hiểu được sự tồn tại của bản thân. Thậm chí trẻ cũng không thể phân biệt được tiếng khóc của mình phát ra từ bên trong cơ thể hay đến từ thế giới bên ngoài. Vì vậy, việc lưu ý để không tạo ra những kích thích quá mạnh đối với trẻ sơ sinh là rất quan trọng.

Tuy nhiên, cảm giác bất an do đói bụng và ngạc nhiên trước một thế giới mới lạ lắm sẽ chuyển thành cảm giác dễ chịu khi trẻ được mẹ vỗ về ân cần; và nếu được lặp lại trải nghiệm thay đổi này nhiều lần, trẻ sẽ dần có được cảm giác an tâm. Ngoài ra, đối với những người lần đầu tiên được trải nghiệm cảm giác làm mẹ, có thể nói thời kỳ cho con bú chính là khoảng thời gian hai mẹ con cùng tương tác ảnh hưởng lẫn nhau, vừa là thời gian lý tưởng để mẹ được “học”. “Học” trong trường hợp này chính là “chơi” cùng trẻ. Đừng coi việc chơi cùng trẻ là một nghĩa vụ mà hãy kiên nhẫn thực hiện với một tinh thần thật thoải mái. Chơi cùng trẻ thường xuyên sẽ giúp mẹ dần hiểu trẻ đang muốn gì: muốn bú ti, muốn được ôm ấp hay muốn được thay bỉm...; đồng thời, quá trình này sẽ giúp trẻ tự rèn luyện nhiều kỹ năng trong cuộc sống hàng ngày. Điều tôi muốn nhấn mạnh trong cuốn sách này là việc xây dựng mối quan hệ mật thiết và lòng tin đối với trẻ sẽ giúp tạo nền móng cơ sở để trẻ có thể học hỏi những quy tắc của cuộc sống. Chẳng bao lâu nữa trẻ sẽ biết bò, rồi chập chững biết đi, rồi bước sang thời kỳ răng sữa (trước

khi đi học), trải qua thời kỳ thiếu niên và trở thành người lớn. Trong suốt chặng đường phát triển này sẽ có nhiều thời điểm mối quan hệ giữa bố mẹ và trẻ bị lung lay, thậm chí rạn nứt. Những lúc như vậy, nếu nền tảng mối quan hệ giữa bố mẹ - con cái đã vững chắc thì sẽ không có gì đáng ngại cả. Giai đoạn trẻ từ 0 - 1 tuổi rất có ý nghĩa vì là giai đoạn quan trọng để hình thành nền tảng giáo dục một cách tự nhiên thông qua trò chơi với trẻ.

● **Mỗi trẻ có một cá tính riêng biệt**

Nhiều người cho rằng đứa trẻ nào cũng đều có xuất phát điểm giống nhau, nhưng nếu quan sát kỹ từng trẻ, bạn sẽ thấy thật ra mỗi bé đều có một sự khác biệt. Có những trẻ khi đặt xuống giường là nằm im, gần như không hoạt động gì, nhưng cũng có những trẻ rất hiếu động, đặt xuống giường là lập tức ngo nguậy tiến lên, lùi xuống khắp giường. Tại sao lại có sự khác nhau đó? Theo một báo cáo gần đây, nguyên nhân thứ nhất là do có khá nhiều trẻ sơ sinh coi việc thường xuyên trở mình liên tục khi ngủ

như một hoạt động phản xạ tự nhiên. Thứ hai là do sự khác nhau về lực căng cơ: Có những trẻ lực căng cơ rất khỏe, nhưng ngược lại cũng có những trẻ có cơ thể ở dạng Floopy (cơ bắp có cảm giác khá mềm và lỏng lẻo). Thứ ba là sự khác nhau về điều khiển vận động cảm giác. Có những trẻ dù chỉ một tiếng động nhỏ hay một chút ánh sáng cũng có phản ứng mạnh, giật mình sợ hãi, nhưng lại có những trẻ thích ứng tốt với những tiếng động lớn hay âm thanh ồn ào và có thể dễ dàng điều khiển thần kinh vận động của cơ thể như tự cho tay vào miệng, nắm rồi xòe tay ra...

Những trẻ có lực căng cơ khỏe, phản xạ quá nhạy cảm với âm thanh, ánh sáng xung quanh sẽ gặp vấn đề trong việc điều khiển cơ thể mình và bắt nhịp cuộc sống hàng ngày nên thường xuyên khiến bố mẹ phải “đau đầu”. Những phản ứng như thế có thể được chuyên gia về sản phụ khoa và nhi khoa chẩn đoán là “sự căng thẳng quá mạnh”. Nhưng đây chỉ là biểu hiện phát triển đặc biệt của trẻ ở thời kỳ này, do đó nếu người mẹ đáp lại trẻ với thái độ nhẹ nhàng, ân cần và tạo cảm giác an tâm cho trẻ thì trẻ sẽ thay đổi theo hướng tích cực.

Thông thường trẻ nào cũng sẽ cảm thấy an tâm khi được mẹ ôm ấp hoặc được cuộn trong chiếc chăn mềm, nhưng một số trẻ dù đã được bố mẹ ôm chặt vẫn cố gắng quấy đạp hay lật người. Với những trẻ thuộc nhóm này nên đặt trẻ nằm ngửa trên chiếu, không cần quấn chăn.

Hãy tìm cách để trẻ cảm thấy dễ chịu nhất, không cần gò bó theo một nguyên tắc nào cả vì nhu cầu của mỗi trẻ là khác nhau.

● Xây dựng nhịp sinh học cho trẻ

Tháng đầu tiên sau khi sinh là khoảng thời gian tốt nhất để hai mẹ con làm quen và tìm hiểu lẫn nhau. Đặc biệt có một điều người mẹ cần chú ý, đó là điều chỉnh nhịp thức - ngủ để trẻ có thể tự mình cảm nhận được nhịp sinh học. Có những lúc ta thấy trẻ nhìn chăm chú vào không trung không chớp mắt, đó là trẻ đang chú ý đến những thay đổi của âm thanh hay khuôn mặt của mẹ và cố gắng tiếp nhận tất cả các thông tin từ bên ngoài. Những lúc như thế chính là thời điểm thích hợp để mẹ giao tiếp với trẻ.

Tuy vậy, nếu mẹ tạo kích thích quá mạnh trẻ sẽ cảm thấy bị áp lực và từ bỏ việc tiếp nhận thông tin, vì thế mẹ cần tôn trọng thời gian nghỉ ngơi của trẻ. Những lúc trẻ chu miệng, nắm vắn chặt tay hay cong cổ chân là biểu hiện cho thấy trẻ muốn có sự thay đổi, lúc đó hãy để trẻ nghỉ ngơi rồi mới tiếp tục tạo những kích thích mới.

Thời kỳ này hầu hết trẻ sẽ dành thời gian cả ngày để nhìn chăm chú một vật gì đó rồi chìm vào giấc ngủ ngắn, nhưng cũng có một số trẻ chưa có nhịp sinh học nên quấy khóc cả ngày. Những lúc đó nhiều bố mẹ thường ngay lập tức ôm vào lòng, xoa lưng và an ủi, dỗ dành trẻ, tuy nhiên thỉnh thoảng bố mẹ hãy để mặc cho trẻ khóc thật to. Tại sao lại như vậy? Vì thông qua tiếng khóc, trẻ có thể giải toả căng thẳng, đồng thời sẽ biết rằng hành động khóc của mình được bố mẹ cho phép.

Cần chú ý không để xảy ra tình trạng trẻ khóc dai dẳng vì thấy không có ai đến xoa dịu những căng thẳng khi mình khóc. Những lúc đó trẻ sẽ mất đi nhịp sinh học của việc bước vào khoảng thời gian tĩnh lặng ngay sau khi ngừng khóc.

● Trẻ là người đồng hành trong suốt cuộc đời bạn

Trong một buổi nói chuyện về trẻ sơ sinh mà tôi tổ chức, khá nhiều bà mẹ than phiền với tôi rằng: “Bọn trẻ con thật phiền phức”. Nhiều mẹ cũng tâm sự khi bực bội đã trót đánh con, rồi sau đó lại có cảm giác tội lỗi dày vò. Khi tôi hỏi nguyên nhân thì hầu hết các bà mẹ đều có cùng một câu trả lời: “Tôi cũng không biết tại sao lúc ấy lại cáu gắt với con như vậy”.

Phụ nữ sau khi sinh có những thay đổi lớn về nội tiết tố nên không ít người bị rối loạn mất cân bằng cả nội tiết và tâm lý. Ngoài ra, nhiều mẹ cảm thấy khổ sở vì lo lắng khi quay lại với công việc sau khi sinh con, cảm giác suy sụp khi nghỉ việc, hoặc căng thẳng về việc chăm sóc con cái...

Nhưng các bà mẹ hãy nhớ, trẻ không phải là vật sở hữu hay linh vật của bạn, trẻ là người sẽ đồng hành trong suốt cuộc đời của bạn, là người có tính cách, cá tính khác bạn. Hãy thấm nhuần tư tưởng đó để giao tiếp vui vẻ, thoải mái với trẻ.

Tương truyền ngày xưa, trong bụng mẹ, trẻ được kết nối với mẹ bằng ba dây rốn. Một dây rốn giúp trẻ nhận được đầy đủ các dưỡng chất từ người mẹ

để phát triển, dây rốn thứ hai gửi trả lại chất bài tiết cho người mẹ, dây rốn còn lại chính là một món quà thượng đế ban tặng cho trẻ. Có lẽ, các trò chơi chính là món quà vô giá mà thượng đế đã ban cho những đứa trẻ và người mẹ của mình.



Tại sao trẻ khóc?

Trẻ sơ sinh thường liên tục ngo ngoáy, khua khoắc chân tay và khóc to. Tại sao trẻ khóc? Nguyên nhân có thể là do trẻ đói bụng hoặc tâm trạng không tốt, nhưng ở một khía cạnh khác thì khóc chính là phương pháp để trẻ truyền đạt mong muốn của mình với bố mẹ. Có những trường hợp dù bố mẹ đã bế trẻ lên vỗ về hoặc đã thay bỉm mới nhưng trẻ vẫn vặn vẹo, thậm chí quấy đạp mạnh trong vòng 20 đến 30 phút và tiếp tục khóc, tình trạng lặp lại ngày vài lần. Đặc biệt người mẹ thường cảm thấy phiền lòng và sốt ruột nhất là khi trẻ khóc dai dẳng vào tầm chiều tối – thời điểm mẹ bận rộn nhất trong ngày. Thật ra là khi đó trẻ nhạy bén cảm nhận được rằng những mệt mỏi trong ngày của mẹ đã lên đến đỉnh điểm, đồng thời lại háo hức mong chờ khoảnh khắc bố đi làm về, vì thế nên trẻ khóc để thể hiện tâm trạng bất ổn đó. Và người mẹ, dù đã cố gắng làm đủ mọi cách để trẻ thôi khóc nhưng không được, nên những bức tức và mệt mỏi càng tăng lên. Những lúc như thế, việc người mẹ cần làm là đừng quá trầm trọng hóa vấn đề trẻ khóc. Hãy nghĩ trẻ khóc là một chuyện rất bình thường, trẻ đang khóc và sẽ còn khóc nữa. Đơn giản vậy thôi.

Hành vi khóc sẽ cho trẻ được trải nghiệm một trạng thái căng thẳng mới của hệ thần kinh, là hành vi cần thiết cho sự phát triển của trẻ. Người mẹ nhẹ nhàng, bình tĩnh tiếp nhận việc trẻ khóc ngay cả khi trẻ gào khóc thật to ăn vạ sẽ giúp trẻ an tâm và dần có thêm tự tin để đối phó với thế giới bên ngoài. Tiếng khóc chính là bước đi đầu tiên trong cuộc đời của trẻ.

[Rèn luyện thói quen cho trẻ]

Khi người mẹ cho bú trực tiếp thì trẻ sẽ được tiếp xúc với cả hai bầu ngực của mẹ nhưng nếu cho bú bình thì nên liên tục thay đổi vị trí cho bú từ trái sang phải và ngược lại, làm như vậy trẻ sẽ hình thành được năng lực nhìn chăm chú một vật từ những hướng khác nhau, dần thoát khỏi phản ứng sinh lý tự nhiên cố hữu để nhìn mọi vật với ánh mắt linh hoạt hơn, từ đó khơi gợi niềm vui khám phá thế giới xung quanh của trẻ. Đối với những trẻ không chịu bú bình, hãy thử quấn quanh bình sữa một miếng vải mềm, việc làm này sẽ tạo cho trẻ có cảm giác thân quen hơn khi chạm vào bình sữa, đây cũng là cách bạn dạy cho trẻ như một trò chơi. Bạn có thể tận dụng những chiếc

tất chơi tennis có màu sắc sắc sỡ để làm những chiếc vỏ bọc bình sữa sinh động. Ngoài ra, hãy bế trẻ trong vòng tay của mình một cách thật chắc chắn. Thỉnh thoảng có thể thay đổi tư thế bế nhưng chú ý không được làm trẻ cảm thấy bất an. Khi nằm trong bụng mẹ, trẻ chuyển động liên tục nên rất thích vận động. Trẻ sẽ rất thích thú nếu được bố mẹ đung đưa nhẹ nhàng vừa phải.

1. Hôy nhìn mẹ nào!

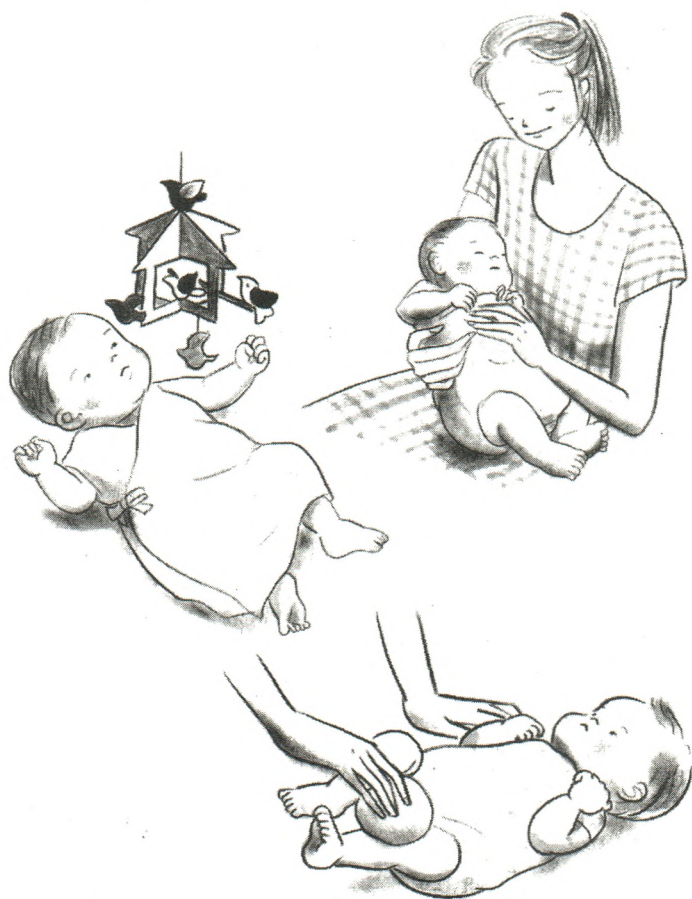
Bế trẻ trong lòng sao cho mặt trẻ đối diện với mẹ. Mẹ vừa di chuyển khuôn mặt từ trái sang phải và ngược lại, vừa cất tiếng trò chuyện để trẻ hướng ánh mắt về phía khuôn mặt mình. Nếu mẹ ngâm nga theo giai điệu bài hát nào đó, trẻ sẽ phản ứng với giọng nói của mẹ.

2. Quan sát những chuyển động

Treo các loại đồ chơi chuyển động trên cũi của trẻ. Đồ chơi càng có hình dáng đơn giản càng tốt. Hãy treo ở độ cao trẻ có thể nhìn chăm chú trong khoảng vài giây. Thỉnh thoảng hãy thay đổi vị trí treo đồ chơi từ phải sang trái và ngược lại để thu hút sự chú ý của trẻ.

3. Con có thích không?

Hãy tạo kích thích nhẹ nhàng vào chân tay của trẻ với một chiếc chổi nhỏ lông mềm hay một quả bóng vải cotton. Những kích thích nhẹ nhàng từ bên ngoài sẽ giúp trẻ nuôi dưỡng cảm giác của trẻ.



4. Ôi thơm quít

Lấy một miếng vải cotton mềm vo tròn thành một quả bóng nhỏ, xúc lên đó mùi cam, mùi vani hay loại nước hoa có mùi thơm dịu nhẹ rồi đưa lại gần mũi trẻ. Bằng cách này, mẹ có thể tạo kích thích về mùi hương khác nhau cho trẻ.

5. Trò chơi bắt chước

Trẻ được 2 đến 3 tuần tuổi có thể chơi trò chơi này. Mẹ bế trẻ sao cho mặt trẻ đối diện với mặt mẹ rồi làm các động tác như chu môi, thè lưỡi ra rồi thụt vào... để trẻ bắt chước. Sự yêu thương gắn kết với người thân thuộc chăm sóc mình sẽ nuôi dưỡng để trẻ trở nên điềm đạm, ngoan ngoãn.

6. Trò chơi nhịp điệu

Mẹ nằm ngửa, đặt trẻ nằm sấp trên ngực mình, sau đó từ từ di chuyển cơ thể sang trái phải để trẻ cảm nhận được nhịp điệu và lắng nghe nhịp đập của trái tim mẹ.





VAI TRÒ CỦA BỐ

Trẻ vừa mới chào đời không thể phân biệt được khuôn mặt nhưng có thể nhận biết được giọng nói của bố mẹ.

Trẻ thường tỏ ra dễ chịu hơn khi bố xuất hiện trước mắt mình. Tại sao lại như vậy? Khi xuất hiện trước mắt trẻ, mẹ thường thực hiện những công việc chăm sóc như cho bú hay thay bỉm, còn bố thì đơn thuần chỉ chơi cùng trẻ, điều này làm trẻ thoải mái hơn khi ở bên bố. Đây cũng chính là cách phân biệt bố và mẹ của trẻ.

[Cùng chơi với bố nào!]

Bố đặt trẻ nằm sấp rồi nâng nhẹ hai bàn chân trẻ lên từ phía sau, di chuyển nhịp nhàng hai chân như đang đạp xe đạp.



CÁCH CHỌN ĐỒ CHƠI VÀ CÁCH CHƠI

[Món đồ chơi đầu tiên]

Lục lạc được thiết kế với một chiếc vòng gỗ lớn, gia công kỹ càng và bề mặt trơn mịn, có gắn nhiều vòng tròn nhỏ với nhiều màu sắc rực rỡ, tươi sáng. Thiết kế của món đồ chơi này khiến ta liên tưởng đến hình ảnh những đứa con đang được ôm ấp trong vòng tay của mẹ.

Cơ quan thị giác của trẻ chưa phát triển một cách hoàn thiện nhưng nếu để ý chúng ta sẽ thấy thỉnh thoảng ánh mắt của trẻ thường hướng đến và nhìn chăm chú rất lâu vào một vật gì đó. Lục lạc sẽ là món

đồ chơi kích thích sự phát triển thị giác của trẻ hiệu quả, nhất là đối với những trẻ hay nhìn vu vơ.

- **Bí quyết chọn đồ chơi**

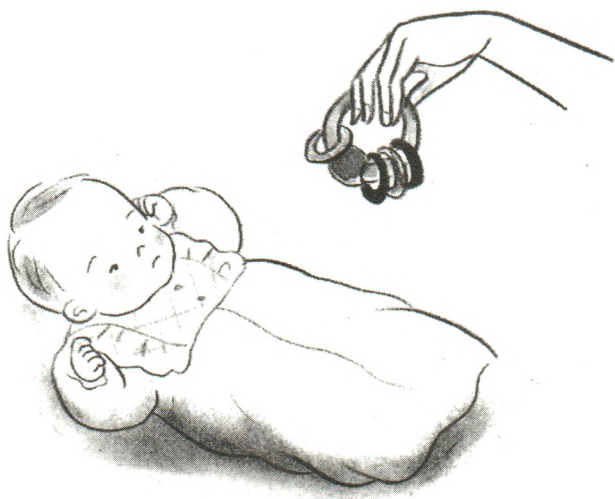
Các món đồ có màu sắc sắc rõ sẽ là điểm thu hút sự chú ý của trẻ, ngay cả chỉ khi nó là một món đồ chơi được thiết kế đơn giản.

- **Tính an toàn**

Đồ chơi cần được mài nhẵn mịn để không gây tổn thương cho làn da non nớt của trẻ. Chất liệu có thể là gỗ hoặc nhựa.

- **Cách chơi**

Buộc một sợi dây để treo đồ chơi, đưa đồ chơi đến trước mặt trẻ rồi từ từ di chuyển ra xa, khi thấy ánh mắt trẻ dừng cố định ở chỗ nào thì hãy ngừng di chuyển đồ chơi ở chỗ đó để cho trẻ tự quan sát. Lúc này có thể tạo kích thích cho trẻ bằng cách chạm nhẹ vào chân tay trẻ.





*Không nhất thiết lúc nào
cũng phải ở bên cạnh trẻ*

Giai đoạn này trẻ vẫn chưa thể phân biệt rõ ràng người hay vật trước mặt, giống như chúng ta đang ngồi ngắm nhìn cảnh vật bên ngoài từ cửa sổ tàu hỏa vậy, mọi thứ cứ hiện lên rồi lại biến mất trước mắt. Tuy nhiên, từ giọng nói và cách được chăm sóc, trẻ sẽ nhận biết được những người khác nhau. Nhiều trẻ sẽ biểu hiện khuôn mặt sợ sệt hoặc òa khóc khi ai đó không phải mẹ mình cất tiếng gọi hoặc dỗ dành mình.

Trẻ rất nhạy cảm với tiếng nói và động tác của bố mẹ khi ở gần, kể cả khi bé đang ngủ chập chờn. Vì thế nếu để trẻ ngủ cùng phòng với bố mẹ, trẻ sẽ mất nhiều thời gian để ý thức về sự có mặt của bố mẹ, do đó sẽ ảnh hưởng đến giấc ngủ của trẻ. Ở Nhật các gia đình thường có thói quen cho trẻ nằm giữa bố mẹ hoặc nằm ôm sát người lớn rồi ngủ cùng, nên chỉ cần trẻ khóc một chút là mẹ cũng bị thức giấc, dẫn đến cả hai mẹ con đều mệt mỏi. Vì thế, dù phòng ngủ có hơi chật một chút cũng nên thiết kế để cho con ngủ riêng giường với bố mẹ.

Ngoài ra, nhiều bố mẹ có thói quen thường xuyên bật ti-vi bên cạnh giường ngủ của trẻ mà không biết mình đã vô tình hình thành tính cách dễ bị kích động,

nóng nảy cho trẻ. Việc tránh những kích thích quá mạnh, để cho trẻ tự mình cảm nhận dòng chảy của thời gian chính là những điều kiện tiên quyết giúp trẻ luôn ở trạng thái tinh thần ổn định và điềm đạm.

[Rèn luyện thói quen cho trẻ]

Treo những đồ vật như quả bóng hay miếng vải mềm trên giường để khi bố mẹ thay bỉm, trẻ có thể chạm tay vào và chơi cùng với chúng (có thể sử dụng các loại đồ chơi treo nôi, cũi bán sẵn ngoài thị trường). Để trẻ cảm thấy thích thú khi được bố mẹ chăm sóc chính là chìa khóa giao tiếp quan trọng giữa bố mẹ và con cái. Tại các nhà trẻ ở Ý, khi nằm thay bỉm, trẻ sẽ được nhìn thấy mình qua chiếc gương nhỏ trên đầu nên tỏ ra rất dễ chịu và hợp tác với các thầy cô.

Ngoài ra, sau khi thay bỉm hoặc tắm cho trẻ xong, bạn hãy cùng trẻ chơi trò nắm chặt hai tay vào nhau rồi buông ra. Mặc dù chỉ trong một thời gian ngắn thôi nhưng nếu có thể vừa nói chuyện với trẻ vừa cho trẻ tập bài thể dục tay này, mẹ sẽ “ghi điểm” rất lớn trong trái tim trẻ.

1. Chiếc vòng tay xinh xắn

Hãy tận dụng một chiếc tất trẻ em có màu sắc sặc sỡ làm thành chiếc vòng đeo tay cho trẻ (chú ý đeo cả hai tay). Mỗi khi cử động cánh tay trẻ sẽ để ý đến tay và chuyển động tay của mình. Trẻ thời kỳ này chưa nhận biết được tay hay chân. Trẻ chỉ có thể cảm nhận được cơ thể mình là một khối rất lớn mà thôi.

2. Một vui - một buồn

Treo lên thanh chắn giường của trẻ một tờ giấy vẽ hình khuôn mặt thật to. Mặt trước vẽ khuôn mặt vui, mặt sau vẽ khuôn mặt buồn. Đầu tiên hãy cho trẻ xem tranh vẽ mặt vui, một lúc sau sẽ đổi sang tranh mặt buồn. Việc thay đổi này sẽ giúp nâng cao khả năng chú ý của trẻ.

3. Cái chạm tay thú vị

Cắt một miếng giấy màu sắc tươi sáng có độ lớn bằng nửa tờ báo. Treo miếng giấy ngay gần phía trên vùng ngực để trẻ rướn tay với chạm vào.



4. Gọi trẻ

Đứng xa cách nơi trẻ nằm ngủ rồi cất tiếng gọi. Thỉnh thoảng người mẹ thay đổi vị trí đứng khi gọi trẻ, điều này sẽ giúp tăng phản ứng của trẻ. Nếu trẻ quá trầm, chỉ nằm im không phản ứng gì thì càng phải gọi và nói chuyện với trẻ nhiều hơn. Sự quan tâm của trẻ tới ngôn ngữ sẽ bắt đầu từ chính những phản ứng với tiếng nói của những người thân thiết quanh trẻ.

5. Đồ chơi xúc xắc, lục lạc

Cho trẻ cầm đồ chơi xúc xắc, lục lạc. Khi cầm đồ chơi, trẻ sẽ lắc mạnh hoặc đưa đồ chơi lên miệng. Vì thế, khi lựa chọn đồ chơi cho trẻ phải đảm bảo an toàn, không gây tổn hại đến làn da hay khuôn mặt trẻ. Bố mẹ cũng đừng quên đổi tay để trẻ được cầm nắm đồ chơi ở cả hai tay.

6. Lệnh đèn nháy với bóng hơi

Đặt trẻ nằm sấp trên một quả bóng mềm lớn đã được bơm hơi. Mẹ đỡ nách để trẻ không cảm thấy sợ rồi dùng đưa trẻ về phía trước và sau. Nếu trẻ tỏ ra sợ, mẹ cần dùng đưa chậm hơn.





VAI TRÒ CỦA BỐ

Trẻ giai đoạn này đã hình thành đủ khả năng giao lưu cảm xúc với những người xung quanh. Nhiều thí nghiệm tâm lý của các chuyên gia đã chứng minh rằng, những lúc trẻ khó chịu, quấy khóc với tâm trạng không tốt, chỉ cần mẹ bình tĩnh, dịu dàng nói chuyện và mỉm cười với trẻ, trẻ sẽ nhanh chóng chuyển sang tâm trạng dễ chịu và cười đùa vui vẻ. Nếu quan sát những mẹ không giỏi dỗ dành trẻ, bạn sẽ thấy những mẹ này dường như lúc nào cũng bận rộn, vội vàng hết việc này đến việc khác, không có nổi một phút thanh thoi để tiếp nhận những tâm tư, cảm xúc của con. Với những trẻ như vậy, bố sau khi đi làm về nên cố gắng dành thời gian chơi cùng con để bù đắp cho con, đồng thời giúp mẹ thoải mái tinh thần vì cảm thấy mình được chia sẻ.

[Cùng chơi với bố nào!]

Bế con để người con đuối thẳng đứng, và lặp lại nhiều lần trò chơi “Lên và xuống” với con bằng cách từ từ nhấc bổng con lên cao rồi hạ xuống. Con sẽ cảm thấy lạ lẫm và thú vị khi thấy tầm nhìn của



mình liên tục thay đổi. Nếu bố vừa nhắc con vừa nói theo nhịp “Cao lên này!”, “Thấp xuống này!” thì con sẽ càng thích thú hơn.



CÁCH CHỌN ĐỒ CHƠI VÀ CÁCH CHƠI

[Món đồ chơi sử dụng tay đầu tiên]

Tại sao trẻ hay cho tay vào miệng? Các cụ xưa thường nói rằng đó là dấu hiệu trẻ đang ngứa lợi nhưng thật ra thời kỳ này vẫn còn quá sớm để mọc răng. Có thể trẻ làm vậy để xác nhận rằng bộ phận tay đang tồn tại trên cơ thể mình chăng? Lúc này, tay của bé chính là cơ quan xúc giác nhạy bén đến mức có thể thay thế cả mắt và tai.

- **Cách chọn đồ chơi**

Nên lựa chọn những đồ chơi có gắn các vật nhỏ dễ dàng chuyển động khi trẻ chạm nhẹ tay vào.

Đồ chơi phải có kích thước hợp lý và nhẹ để giúp bé dễ dàng cầm nắm.

- **Tính an toàn**

Bề mặt đồ chơi phải mịn, nhẵn nhụi, góc cạnh mài tròn, không gây tổn thương đến ngón tay hay da của trẻ. Màu sơn không độc khi trẻ ngậm, chất liệu đồ chơi làm bằng gỗ hoặc nhựa an toàn là tốt nhất.

- **Cách chơi**

Trẻ vẫn chưa thể cầm chắc chắn nhưng nếu để đồ chơi chạm vào tay, nhiều trẻ sẽ tự nhiên nắm lấy. Bố mẹ hãy thường xuyên cho trẻ chạm vào đồ chơi để giúp trẻ hình thành khả năng tự mình cầm nắm các vật.





**Bắt đầu hình thành
khả năng ghi nhớ**

Giai đoạn này các phản ứng của trẻ sẽ khiến mẹ cảm thấy rất phấn khích. Mẹ đã có thể hiểu được con muốn gì thông qua tiếng khóc và con cũng bắt đầu ê a nói thành tiếng hoặc mỉm cười, trẻ trở nên thích được “giao tiếp” với thế giới bên ngoài. Sự thay đổi lớn ở thời kỳ này là trẻ đã có thể ngóc đầu khi được đặt nằm sấp trên giường và đã có thể giữ thẳng đầu khi được đỡ ngồi tựa lưng vào mẹ, vì thế tầm nhìn của trẻ cũng sẽ được mở rộng hơn. Ngoài ra trẻ cũng rất thích thú khi được chơi ú òa, có trẻ sẽ hét to, khua khoắng chân tay, lắc lư người... Việc chăm chú nhìn khuôn mặt lúc ẩn lúc hiện của mẹ sẽ giúp trẻ có thể ghi nhớ được khuôn mặt của mẹ dù chỉ trong một khoảng thời gian vài giây. Từ giai đoạn phản ứng với âm thanh, giọng nói và không khí xung quanh cho đến giai đoạn này, thần kinh não bộ của trẻ đã bắt đầu có một sự thay đổi mới về chất mang tên “ghi nhớ bằng thị giác”. Chính vì vậy, khi mẹ vừa cho con bú vừa xem ti-vi hoặc nói chuyện với người khác sẽ khiến con cảm thấy nhu cầu của mình không được thỏa mãn.

Thời kỳ này trẻ đã biết cho tay vào miệng một cách có ý thức, khác hẳn với cách đưa tay lại gần miệng mang tính phản xạ từ trước đến nay. Sau khi

cho tay vào miệng, trẻ sẽ biểu hiện khuôn mặt rất thỏa mãn. Đó là vì ý thức đối với cơ thể mình bắt đầu được hình thành, trẻ đã ý thức được về sự tồn tại của bàn tay mình. Các nhà tâm lý học gọi đây là “tự cảm nhận hình ảnh cơ thể”. Việc khám phá cơ thể của mình sẽ giúp trẻ hình thành cảm giác tin cậy với bản thân. Ngoài ra, trẻ có thêm niềm hứng thú với thế giới bên ngoài và biết tự chơi ngoan một mình.

[Rèn luyện thói quen cho trẻ]

Có nhiều mẹ mất niềm tin hay động lực để chăm sóc con. Một trong số những nguyên nhân là do mẹ quá kì vọng vào con nên khi thấy con mãi không hiểu và đáp lại tâm trạng, cảm xúc của mình thì cảm thấy thất vọng. Mẹ cần biết rằng tính cách cũng như cá tính của mẹ và con không hề giống nhau. Khi thấy con không hợp tác, hãy thử tìm một đồ chơi mà con thích xem sao. Đây là một giải pháp đơn giản nhưng lại giúp mẹ giao tiếp với con hiệu quả. Với những trẻ ngoan, trầm tính thì hãy đưa cho trẻ những đồ chơi nhìn vào là có cảm giác vui nhộn. Còn với những trẻ hiếu động luôn chân luôn tay, ồn ào thì hãy đặt bên giường trẻ những đồ chơi chuyển động.

1. Chơi với chiếc đồng hồ

Giờ chiếc đồng hồ báo thức trước mặt trẻ, cho trẻ nghe tiếng kêu tích tắc đều đặn của đồng hồ. Trẻ luôn có cảm giác an tâm khi nghe những âm thanh có nhịp điệu và sẽ nhìn chăm chú về phía chiếc đồng hồ.

2. Nói chuyện với trẻ

Mẹ đặt trẻ ở tư thế nằm ngửa trên đầu gối của mình và nói chuyện với trẻ bằng nhiều giọng điệu khác nhau, lúc nhẹ nhàng, lúc mạnh mẽ, lúc cao, lúc lại thấp, thỉnh thoảng có thể cười vang... Trẻ sẽ thích thú ê a hoặc rít lên theo giọng nói của mẹ. Hãy gọi tên trẻ nhiều lần và trò chuyện cùng trẻ.

3. Đá bóng

Đặt trẻ nằm ngửa, treo một quả bóng mềm phía trên, sao cho trẻ có thể di chuyển hoặc đập quả bóng bằng chân của mình.



4. Đồ chơi treo cũi

Hãy treo những đồ chơi nhiều màu sắc và phát ra những tiếng kêu vui tai sao cho trẻ có thể với tay chạm vào được. Theo phản xạ, trẻ sẽ sử dụng cả hai tay để với đồ chơi và chăm chú theo dõi những chuyển động của đồ chơi.

5. Tiến về phía trước nào!

Cho trẻ nằm sấp, mẹ ngồi xuống phía chân để nắm hai chân trẻ trong lòng bàn tay rồi đẩy nhẹ về phía trước. Trò chơi này là tiền đề quan trọng cho kỹ năng vận động bò về sau của trẻ.

6. Trò chơi với trái bóng

Cho trẻ nằm sấp, đặt trước mặt trẻ đồ chơi có màu sắc tươi sáng (ví dụ một quả bóng) và cất tiếng gọi trẻ. Khi trẻ nâng đầu hướng mắt về phía đồ chơi, mẹ từ từ dịch chuyển đồ chơi từ trái sang phải và ngược lại. Theo phản xạ, trẻ sẽ di chuyển mắt theo sự chuyển động của món đồ chơi đó, đồng thời cả hai tay của trẻ cũng sẽ di chuyển. Trò chơi này giúp trẻ kết hợp linh hoạt cử động của tay và mắt.





VAI TRÒ CỦA BỐ

Do định kiến “chơi cùng con là việc của mẹ” nên mẹ thường bị áp lực với trách nhiệm này. Nếu không thể cùng chơi với con, họ thường có khuynh hướng dẫn vật bản thân và cảm thấy có lỗi với con. Một người mẹ có cảm giác về trách nhiệm quá lớn thường sẽ hình thành phản ứng từ chối chơi với con thường xuyên. Trẻ rất nhạy cảm với điều này nên khi đó những phản ứng của trẻ với mẹ cũng sẽ ít dần, sự giao tiếp qua lại giữa mẹ và con dần xấu đi, lâu dần mối quan hệ mẹ - con sẽ trở nên khó khăn hơn. Việc bố dành thời gian để chơi với con sẽ liệu thuốc tốt nhất giúp mẹ nhẹ bớt cảm giác về trách nhiệm.

[Cùng chơi với bố nào!]

Khi tắm cho trẻ, hãy thả vào chậu hoặc bồn tắm vài quả bóng nhựa nhỏ, di chuyển những quả bóng để gây chú ý đến trẻ. Bằng cách để trẻ dùng tay chạm vào bóng, trẻ sẽ cảm nhận được sự khác nhau giữa vật mềm, vật cứng và hướng ánh mắt theo dõi chuyển động trên mặt nước của những quả bóng.



CÁCH CHỌN ĐỒ CHƠI VÀ CÁCH CHƠI

[Đồ chơi gặm nướu]

Đây là món đồ chơi rèn luyện khả năng cầm nắm rất tốt, đồng thời giúp kích thích sự phát triển xúc giác khi trẻ cho vào miệng. Việc đưa đồ chơi vào miệng sẽ giúp trẻ cảm nhận được sự dễ chịu, thoải mái và mang lại cho trẻ một cảm giác an toàn tuyệt đối. Vì thế, trẻ sẽ biểu hiện sự thỏa mãn trên khuôn mặt.

- **Cách chọn đồ chơi**

Nên lựa chọn đồ chơi có thiết kế kích thước sao cho dễ đưa vào miệng, dễ cầm nắm bằng tay.

- **Tính an toàn**

Đồ chơi được gia công kỹ lưỡng để không gây tổn thương miệng và tay trẻ, màu sơn an toàn.

- **Cách chơi**

Đưa đồ chơi lại gần mặt trẻ, lắc nhẹ để trẻ chú ý đến chuyển động và âm thanh phát ra từ đồ chơi. Sau đó dịch chuyển đồ chơi lại gần hơn nữa để trẻ có thể chạm tay vào. Hãy giúp trẻ cầm nắm đồ chơi.





*Trở thành một thành viên
trong gia đình*

Nhiều trẻ đến thời kỳ này đã ăn được đồ thô. Điều đó chứng tỏ trẻ đã có thể ăn cùng gia đình. Trẻ đã hình thành ý thức mình là một thành viên trong gia đình nên nếu có thể, bố mẹ hãy tạo cho trẻ thói quen ăn uống cùng cả nhà.

Đây cũng là thời điểm mà nhiều mẹ thường quan sát xem trẻ có phát triển bình thường không. Hãy bế trẻ đứng trước gương. Nếu trẻ hứng thú nhìn chăm chú hình ảnh phản chiếu của mình trong gương thì điều đó chứng tỏ trẻ đang phát triển bình thường. Tuy nhiên cũng có nhiều trẻ ngơ ngác không nhận ra khuôn mặt của mẹ được phản chiếu trong gương. Đó là bởi vì trẻ không thể lý giải được tại sao mẹ mình lại có hai khuôn mặt giống nhau.

Nếu trẻ không chú ý hay quan tâm đến chiếc gương, hoặc thể hiện sự bối rối với hai khuôn mặt của mẹ thì hãy gọi trẻ nhiều lần và động viên để trẻ có thể ngoảnh mặt về phía sau nhìn khuôn mặt thật của mẹ.

[Rèn luyện thói quen cho trẻ]

Trẻ không còn tập trung vào sữa nhiều như trước nữa mà đã bắt đầu quan tâm đến những thứ khác như mút tay, sờ vào quần áo mẹ, thậm chí có nhiều trẻ thường xuyên nôn trớ giầy bấn ra xung quanh khiến những bà mẹ thích sạch sẽ cảm thấy thật phiền phức. Nhưng đây cũng chính là bằng chứng cho thấy trẻ rất hứng thú khám phá thế giới bên ngoài, mẹ hãy cố gắng khắc phục giai đoạn này bằng cách tăng số lần bú và giảm thời gian cho mỗi cữ bú. Ngoài ra đây cũng là thời kỳ sợi dây gắn kết giữa trẻ và gia đình được tạo ra. Trẻ đã biết phản ứng với nhiều kích thích khác nhau nên đây chính là cơ hội tốt để bố mẹ nói chuyện thật nhiều với trẻ trong bữa ăn. Khi nói chuyện với trẻ, bố mẹ hãy nói to, rõ ràng, nói xong mới tiếp tục ăn, không vừa ăn vừa nói.

Nếu bố mẹ để trẻ ngồi vào bàn ăn và cho trẻ làm quen với bầu không khí gia đình, trẻ sẽ có được khả năng hoà nhập, từ đó những hành động như khóc không có nguyên nhân sẽ giảm dần, mẹ sẽ thấy việc nuôi dạy trẻ trở nên nhẹ nhàng hơn.

1. Đồ chơi gặm nướu

Khi bạn đưa cho trẻ một đồ chơi gặm nướu sạch sẽ, an toàn, trẻ sẽ ghi nhớ cách cầm nắm một vật bằng tay. Đôi tay của trẻ sẽ hoạt động linh hoạt hơn, trẻ cũng sẽ học được cách với để tóm lấy đồ chơi, cầm chặt đồ chơi trong tay. Chắc chắn trẻ sẽ cho đồ chơi đang cầm trên tay vào miệng như một hành động hiển nhiên; đây là hành động thể hiện trẻ muốn xác nhận, khám phá những thứ tồn tại quanh mình, bố mẹ cần chú ý trông chừng để trẻ không cho những vật lạ nguy hiểm vào miệng.

2. Chơi cùng trái bóng

Theo một nghiên cứu gần đây, trẻ 2 tuần tuổi đã có thể phân biệt màu sắc và trẻ 2 tháng tuổi đã biết phản ứng với ánh sáng. Khi được 4 tháng tuổi, khả năng thị giác của trẻ đã phát triển đầy đủ. Trẻ có thể nhìn thấy những vật ở xa, biết di chuyển đầu theo hướng mắt nhìn, biết chuyển động mắt và đầu theo hướng di chuyển của vật hay về hướng mình muốn nhìn. Bố mẹ hãy lăn đi lăn lại một quả bóng trước mặt trẻ để giúp trẻ rèn luyện thị giác.



3. Trò chơi ú òa

Mẹ nhìn chăm chú vào mắt trẻ một lúc rồi lấy tay che mắt và thể hiện các biểu cảm mặt khác nhau khi bỏ tay ra. Có một cách khác là người mẹ trùm lên đầu một chiếc khăn to và nói “òà” ngay khi bỏ khăn ra.

4. Trò chơi "chuyển tay"

Khi trẻ đã có thể cầm đồ chơi trong tay thì chẳng mấy chốc trẻ sẽ biết chuyển đồ chơi từ tay này sang tay kia. Bằng cách lặp lại "trò chơi chuyển tay" này nhiều lần, trẻ sẽ nhận biết được mình có hai tay, tay trái khác tay phải. Ngoài ra, trẻ sẽ hiểu được cảm giác về khoảng cách giữa bản thân và vật xung quanh, về sự tồn tại của vật trong không gian.

5. Chân con đâu nhỉ?

Để trẻ nằm ngửa và đi một đôi tất nhiều màu sắc vào một chân cho trẻ. Sau đó, đưa chân đã đi tất lại gần mặt trẻ. Nếu trẻ chú ý đến màu sắc của đôi tất đó, nhìn chăm chú vào chân mình và với tay định tóm lấy chân thì trò chơi đã thành công rồi.

6. Chơi với thú nhồi bông

Những con thú nhồi bông mềm mại, dễ cầm nắm, tạo cảm giác thoải mái và dễ chịu khi ôm hay khi cho vào miệng là món đồ chơi rất nhiều trẻ yêu thích. Khi chơi trẻ sẽ bắt đầu hướng tình cảm của mình cho thú nhồi bông, thú tình cảm từ trước đến



giờ trẻ chỉ dành tuyệt đối cho mẹ, nhưng đó không phải là điều gì đáng lo lắng cả. Hãy nghĩ việc trẻ dành tình cảm cho thú nhồi bông chính là trẻ đang dần học cách tự lập, tách ra khỏi mẹ. Những trẻ biết dành tình cảm cho thú nhồi bông chính là bằng chứng cho thấy đứa trẻ đang nhận được tình yêu thương tốt nhất từ người mẹ.



VAI TRÒ CỦA BỐ

Bố mẹ thường cho con ra ngoài từ khá sớm. Bạn có thể dễ dàng bắt gặp những cặp vợ chồng dẫn con đến các quán karaoke hay nhà hàng. Tuy nhiên, trong thời kì này nếu trẻ bị kích thích quá mạnh, dù đã trở về nhà nhưng con vẫn trong tâm trạng đầy phấn kích, có thể gào khóc to hoặc cả đêm không ngủ. Có những gia đình, mẹ đang ở trạng thái mệt mỏi khi từ bên ngoài về mà vẫn phải chăm sóc con nên thường dễ tức giận hoặc nóng nảy với những thay đổi cảm xúc của con, dẫn đến những hành động cư xử thiếu kiên nhẫn hay quá đáng với con. Lúc này chính là thời điểm thích hợp để bố “ra tay”. Hãy chơi cùng con để làm giảm cơn nóng giận của mẹ.

[Cùng chơi với bố nào!]

Bố đặt trẻ nằm sấp, dùng đầu ngón tay ấn với lực vừa phải vào lưng con (chú ý tháo hết nhẫn và vòng tay, cắt ngắn móng tay... để không làm tổn thương làn da non nớt của con). Khi đó con sẽ chống hai tay xuống giường hoặc chiếu để nhấc đầu lên. Đây là bài tập vận



động cơ bắp cần thiết giúp cơ bụng và lưng của trẻ chắc khỏe, đồng thời giúp trẻ ngồi vững sau này.



CÁCH CHỌN ĐỒ CHƠI VÀ CÁCH CHƠI

[Đồ chơi có thể di chuyển khi chạm vào]

Treo đồ chơi trên giường, cũi hoặc xe đẩy. Khi trẻ chạm vào đồ chơi, các hạt gỗ sẽ chuyển động, tiếng kêu vui tai của chuông sẽ phát ra. Khi nhìn một vật chuyển động trước mặt, trẻ không chỉ hướng sự chú ý đến chuyển động mà còn tự động với tay lấy vật. Có lẽ với trẻ, để kiểm tra một vật nào đó, dùng mắt là chưa đủ mà còn cần sự hỗ trợ của tay nữa.

- **Cách chọn đồ chơi**

Nên lựa chọn đồ chơi được thiết kế và gia công sao cho đầu ngón tay và cổ tay của trẻ có thể dễ dàng di chuyển theo những hướng khác nhau.

- **Tính an toàn**

Đồ chơi không gây nguy hiểm cho trẻ, không thể tháo rời những phụ kiện nhỏ đi kèm để tránh trẻ đưa được những đồ vật nhỏ đó vào miệng.

- **Cách chơi**

Hãy vừa gọi trẻ vừa di chuyển món đồ chơi đã treo trên giường. Nếu trẻ đã nhìn chăm chú những chuyển động đó, hãy hướng dẫn trẻ cách đưa tay ra để với đồ chơi.





Trẻ biết làm gì
với đôi tay của mình?

Trẻ 5 tháng tuổi rất nhanh nhẹn và hoạt bát. Phần thân trên của trẻ đã khá cứng cáp nên trẻ thích ngồi ghế chơi hàng giờ liền. Việc sử dụng đôi tay cũng dễ dàng và thuận tiện hơn rất nhiều. Trẻ dành hơn nửa thời gian thức của mình để di chuyển tay và ngắm nhìn đôi tay của mình. Nếu một món đồ chơi không nằm trong tầm với, trẻ sẽ nhìn chăm chú món đồ chơi đó, sau đó nắm chặt rồi xòe tay. Và khi thấy mọi việc không theo ý muốn của mình, trẻ sẽ thể hiện cảm xúc cáu kỉnh, tức giận. Để có thể tự do sử dụng đôi tay, trẻ phải ngồi thật vững và điều khiển được cái đầu nặng của mình. Đây là những kỹ năng cần thiết cho mọi hoạt động của trẻ sau này. Hãy đặt trẻ ngồi tựa vào ghế rồi luyện cho trẻ với tay lấy đồ chơi phía trước mặt.

Thời kỳ này trẻ cũng bắt đầu bập bẹ tập nói. Nhiều trẻ phát triển sớm đã có thể phát những âm đơn giản. Những trẻ chưa ê a lại thường nhạy cảm với âm thanh xung quanh. Về cơ bản, đây là thời điểm sợi dây gắn kết giữa mẹ và trẻ rất chặt chẽ. Tuy vậy, khi bước vào hành trình chuẩn bị cho con ăn dặm (nhiều bà mẹ có thể phải tập cho con ăn dặm sớm hơn để đi làm trở lại sau sinh), nhiều bà mẹ thường có cảm giác

trống rỗng hoặc cảm thấy có lỗi vì không còn cho con bú mẹ hoàn toàn nữa, vì thế thường cưng chiều hay chăm sóc con quá mức. Nhưng mẹ cần biết rằng, khi rời bầu vú mẹ, trẻ còn có biết bao niềm quan tâm đến từ vô vàn thứ xung quanh, rồi tự do tiếp xúc với mọi thứ qua đôi bàn tay, bàn chân mình (với trường hợp phải gửi nhà trẻ thì trẻ còn được tiếp xúc với những người khác ngoài bố mẹ mình), nên hãy để điều này bù đắp cho cảm giác lo lắng của mình, đừng bao bọc con quá mức.

[Rèn luyện thói quen cho trẻ]

Song song với quá trình chuẩn bị ăn dặm, trẻ cần phải rèn luyện kỹ năng cho đồ ăn thô vào miệng. Kỹ năng này sẽ khiến trẻ cảm giác có một vật thể lạ nào đó xâm nhập vào bên trong cơ thể mình. Chính vì thế nên nếu việc ăn đồ ăn cứng thất bại, nhiều trẻ sẽ nảy sinh phản ứng cự tuyệt, không hợp tác trong việc ăn uống nữa. Vì thế trước khi đưa đồ ăn vào miệng con, mẹ hãy kích thích các bộ phận quanh miệng bằng cách vừa chỉ tay vừa nói theo nhịp “mũi này, tai này, má này”. Làm như vậy mẹ sẽ tạo cho con tâm lý sẵn sàng tiếp nhận đồ ăn vào miệng.

1. Bạn nào trong gương thế nhỉ?

Đối với trẻ giai đoạn này, gương có một ý nghĩa rất quan trọng. Nếu trước đây trẻ chỉ ngơ ngác nhìn mình trong gương không hiểu chuyện gì xảy ra, và chỉ lật mặt sau gương để nhìn lướt qua thì bây giờ trẻ đã bắt đầu ngắm nhìn chăm chú hình ảnh phản chiếu trong gương của mình hoặc mỉm cười. Nói cách khác, trẻ đã phát hiện sự tồn tại hình ảnh của chính mình trong gương. Hãy đưa cho trẻ một chiếc gương cầm tay nhỏ để trẻ chơi và khám phá.

2. Ú òa với thú nhồi bông

Đối với trẻ 5 tháng tuổi, những món đồ chơi không xuất hiện trước mắt thì đồng nghĩa với những món đồ chơi đó không tồn tại. Bởi vì trẻ đã có được những cảm giác thực đối với món đồ chơi của mình khi dùng tay chạm hay cầm nắm món đồ chơi đó nhiều lần. Hãy trùm một chiếc khăn tay to lên thú nhồi bông (chú ý để lộ một phần thân dưới của thú nhồi bông) rồi sau đó kéo khăn lên để trẻ nhìn thấy sự tồn tại của nó.



3. Trò chơi lẩy

Đây là thời kỳ trẻ thường dậy từ sáng sớm, xoay người, lăn lộn khắp giường rồi kêu gọi bố mẹ. Bố mẹ hãy cố gắng rèn cho trẻ thói quen nằm ngửa tự chơi với chân tay một mình và ban ngày hãy chơi trò lẩy thật nhiều. Hãy từ từ lăn hoặc đẩy nhẹ trẻ, có thể đặt trẻ lên ga giường rồi kéo ga từ từ nhẹ nhàng để lăn trẻ.

4. Chơi đùa với bóng hơi

Đặt trẻ ngồi trên một quả bóng hơi cỡ lớn rồi dùng đùi nhẹ nhàng, chậm rãi. Khi ngồi lên bóng, trọng lực giảm nên trẻ sẽ cảm thấy rất thoải mái, thư giãn. Trẻ hiếu động sẽ có những cử chỉ thể hiện sự thích thú khi được kết hợp rung hay lắc nhẹ. Với những trẻ nhạy cảm, chúng cảm nhận sự an tâm thông qua những cảm nhận về chuyển động của cơ thể mình. Bố mẹ hãy chú ý dùng đùi hoặc rung lắc nhẹ nhàng, từ từ để trẻ không cảm thấy sợ hãi.

5. Con thích mặt nào?

Trẻ 5 tháng tuổi bắt đầu biết phân biệt mặt người. Khi bố mẹ chơi trò chơi sau đây với trẻ, năng lực nhận thức của trẻ sẽ phát triển tốt hơn hẳn.

Vẽ vào giấy vẽ một khuôn mặt vui và một khuôn mặt buồn có kích cỡ như mặt thật của người lớn rồi dán hai tờ giấy đó vào hai mặt của chiếc quạt giấy tròn. Sau đó giong quạt trước mặt trẻ, cho trẻ xem mặt vui rồi lại lật mặt sau cho trẻ xem mặt buồn, cứ thế luân phiên. Liệu trẻ sẽ phản ứng thích thú với khuôn mặt nào đây nhỉ?



6. Chơi với phao bơi

Bơm căng một chiếc phao bơi rồi đặt trẻ ngồi vào giữa lòng phao. Đặt sẵn một món đồ chơi và một chiếc khăn tắm sạch ở gần trẻ sao cho trẻ dễ dàng với lấy được. Trẻ sẽ chuyển động tay sang trái phải như thể đang tập thể dục vận người. Nếu trẻ chẳng may ngã khi đang chơi thì đã có chiếc phao bơi nâng đỡ.



VAI TRÒ CỦA BỐ

Thời kỳ này trẻ bắt đầu hiểu động hơn, vì thế nếu bố dành thời gian kiên nhẫn chơi với con thì sẽ tạo cho con cảm giác tin cậy. Các nhà tâm lý học đã chỉ ra rằng sự tin cậy sẽ rất có ích cho tính tự lập sau này của trẻ. Bố khi chơi cùng trẻ sẽ có một sức hút lớn đến con.

[Cùng chơi với bố nào!]

Đặt trẻ nằm ngửa xuống mặt phẳng. Bố quỳ gập gối xuống, đặt hai chân trẻ vào giữa hai đầu gối của mình sau đó nắm hai tay kéo trẻ ngồi dậy. Lúc này, nếu kéo hai tay trẻ đột ngột có thể gây tổn thương đến phần vai và khuỷu tay nên hãy nói với trẻ “Nào, 1, 2, 3 này”, rồi mới chậm rãi và nhẹ nhàng kéo trẻ lên. Sau đó lại đưa trẻ về vị trí cũ và lặp lại trò chơi này nhiều lần.



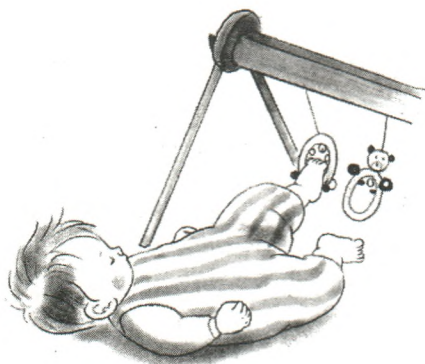
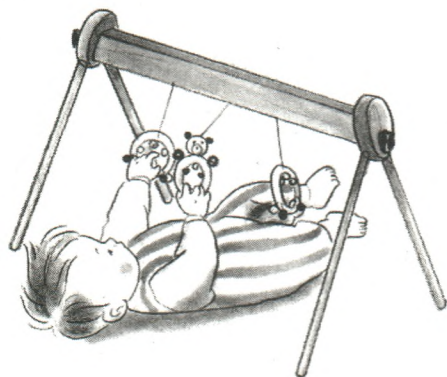
CÁCH CHỌN ĐỒ CHƠI VÀ CÁCH CHƠI

[Món đồ chơi vận động đầu tiên: Kệ chữ A]

Có những đồ chơi cho phép trẻ nằm ngửa, dùng hai tay với các món đồ được treo trên kệ hoặc ngồi để chơi. Vận động là một công việc quan trọng của trẻ. Nhờ vận động và di chuyển, trẻ sẽ dần hiểu về những thứ xung quanh mình. Quá trình tìm hiểu đó sẽ dễ dàng với những vật ở gần hơn là ở xa, do trẻ có thể sờ hoặc chạm vào đồ vật thay vì chỉ có thể nhìn ngắm.

- **Cách chọn đồ chơi**

Nên lựa chọn đồ chơi có chức năng đơn giản nhưng phải có độ bền cao khi trẻ chơi với những vận động mạnh.



- **Tính an toàn**

Đồ chơi được thiết kế và gia công với độ bền cao.

- **Cách chơi**

Nếu trẻ nằm ngửa chơi, hãy đưa trẻ lại gần kệ với khoảng cách trẻ có thể với tay tới các món đồ treo trên kệ. Hoặc cũng có thể sắp đặt sao cho chân trẻ chạm tới các món đồ treo, trẻ sẽ dùng chân đá hoặc làm chúng di chuyển. Nếu trẻ ngồi chơi, hãy trải một tấm đệm ngồi hoặc thảm chơi phía dưới.



Lưu giữ hình ảnh của mẹ

Hai mẹ con thường xuyên chơi cùng nhau “để ghi dấu ấn hình ảnh mẹ vào trái tim con”. Khi mẹ cầm hai tay trẻ úp vào mặt mình để che mặt lại, rồi sau đó bỏ hai tay trẻ ra để trẻ nhìn thấy mặt, hành động tạo sự bất ngờ như vậy sẽ làm trẻ hết lên thích thú và cười khanh khách. Những trẻ được học trò chơi này sau nhiều tuần, khi được thay bím sẽ khua khoảng chân liên hồi thích chí vì nghĩ chiếc bím phía trước mặt đang che khuôn mặt mình. Nhờ chơi trò này với mẹ, trẻ biết ghi nhớ hình ảnh của người mình yêu thương và luôn ở trạng thái ổn định về cảm xúc. Khi đã lưu giữ hình ảnh mẹ trong đầu, trẻ có thể tự ở một mình trong một thời gian ngắn mà không cần mẹ bên cạnh. Đó là bởi vì trẻ luôn ghi nhớ rằng mẹ không bao giờ biến mất và đã có thể nhớ về mẹ khi ở một mình. Do đó, nếu trẻ không được trải nghiệm cùng mẹ thật nhiều trò chơi, cảm giác cần mẹ của trẻ lúc nào cũng sẽ mạnh mẽ, trẻ sẽ thiếu đi cảm giác ổn định về tinh thần, dẫn đến mất bình tĩnh, hay mè nheo.

Khi càng vận động nhiều, trẻ càng nói được nhiều. Trẻ phản ứng rất nhanh với giọng nói của mẹ, vì thế mẹ thường xuyên nói chuyện với con là yếu

tổ quan trọng không thể thiếu để hình thành ngôn ngữ cho con. Thỉnh thoảng trẻ sẽ hét to để làm mẹ ngạc nhiên, trẻ rất thích thú với trò chơi này. Trẻ hào hứng khi nghe giọng nói của chính mình và muốn xác nhận xem mẹ có chú ý đến mình không, vì thế mẹ đừng giận dữ mà hãy đáp lại tiếng gọi ấy của trẻ một cách vui vẻ.

[Rèn luyện thói quen cho trẻ]

Nhiều trẻ có thói quen phun sữa trong miệng, vút đồ ăn, ném thìa, làm lộn xộn bàn ăn. Những lúc như vậy, các bà mẹ thích sạch sẽ thường xuyên nổi nóng. Có một phương pháp giúp trẻ sớm học các quy tắc ăn uống, đó là thử cho trẻ cầm thìa chơi khi ăn. Khi mẹ đưa thức ăn vào miệng trẻ, trẻ sẽ bắt chước cho chiếc thìa mình đang cầm trên tay vào miệng. Khi trẻ vừa bỏ thìa ra khỏi miệng thì mẹ hãy nhanh tay dứt thìa thức ăn đã để sẵn vào miệng trẻ, làm như vậy trẻ sẽ có cảm giác mình đã tự ăn.

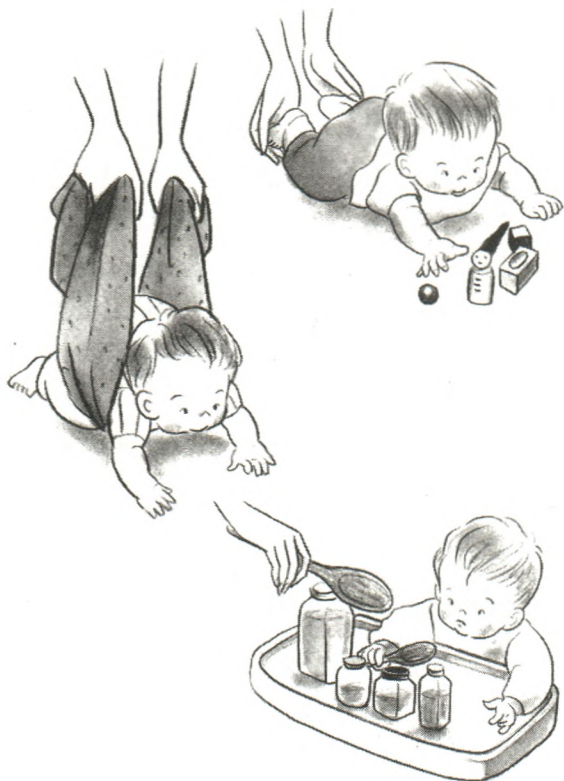
Nào, ta cùng chơi!

1. Tập trườn để lấy đồ chơi

Đặt trẻ nằm sấp, để đồ chơi trước mặt trẻ ở khoảng cách trẻ không thể với tới, sau đó khuyến khích trẻ lấy chúng. Mẹ hãy dùng tay nâng lòng bàn chân của trẻ rồi đẩy nhẹ để cơ thể trẻ tiến về phía trước. Ở thời điểm này, trẻ đã bắt đầu biết sử dụng thành thạo cánh tay và đầu gối của mình để trườn, chân tay thì bắt đầu biết khua khoắng giống như chim vỗ cánh. Mặc dù định tiến về phía trước nhưng trẻ lại di chuyển đang lùi về phía sau. Trẻ chưa thể cảm nhận rõ ràng về vị trí trước sau, nhưng với sự giúp sức rất nhỏ của mẹ ở trò chơi này, trẻ sẽ hiểu được cảm giác tiến về phía trước.

2. Tớ là voi con đâu!

Khi trẻ đang ở trạng thái trườn, hãy luồn một chiếc khăn tắm to qua phần ngực và bụng trẻ rồi nhắc nhẹ trẻ lên. Người mẹ vừa đi vừa nói: “Tớ là voi con đây, ỳnh, ỳnh” và điều khiển để hai mẹ con cùng tiến về phía trước. Chẳng mấy chốc trẻ sẽ tự động từ trườn chuyển sang sử dụng khuỷu tay và đầu gối để bò.



3. Trò chơi sáng tạo âm thanh

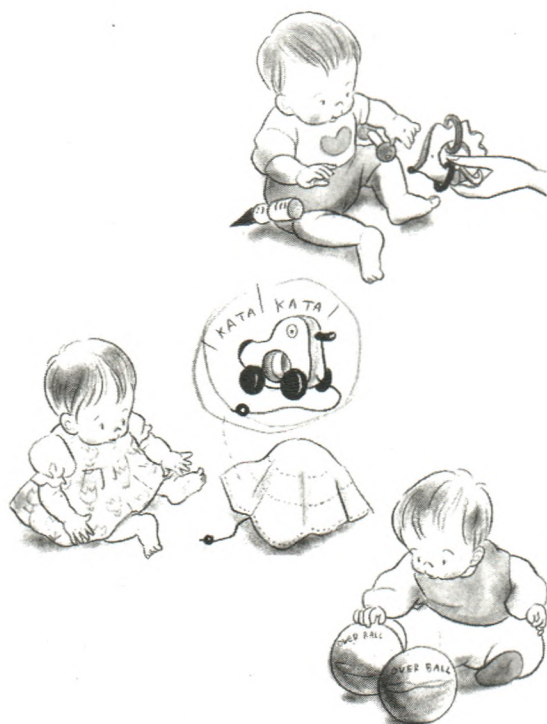
Thời kỳ này trẻ đã bắt đầu tập nói nên hãy cho trẻ chơi với thật nhiều loại âm thanh. Mẹ có thể tận dụng bình, chai nhựa đã qua sử dụng đổ lượng nước khác nhau vào từng bình, sau đó dùng muôi, thìa hoặc que gõ vào các bình để cho trẻ nghe những âm thanh khác nhau được phát ra.

4. Mẹ có cái này cho con này!

Khi trẻ đang cầm một món đồ chơi bằng hai tay, hãy chìa cho trẻ một đồ chơi khác và dụ để trẻ với tay lấy nó. Trẻ rất muốn lấy đồ chơi đó nhưng cả hai tay lại đang bận nên sẽ thể hiện khuôn mặt bối rối, khó xử. Tuy nhiên, ngay sau đó trẻ sẽ thả cả hai món đồ chơi ở hai tay ra để tóm lấy món đồ chơi mới. Trò chơi này sẽ giúp trẻ hình thành khả năng giải quyết vấn đề trước mắt của mình.

5. Phát hiện ra đồ chơi

Cho trẻ chơi một món đồ chơi hoặc quả bóng có phát ra âm thanh. Khi trẻ đã chơi được một lát thì hãy giấu những đồ chơi đó bằng cách dùng một chiếc khăn tắm to trùm kín lên. Khi không nhìn thấy đồ chơi đâu nữa, trẻ sẽ mất hứng thú, khi đó hãy di chuyển đồ chơi để âm thanh phát ra, rồi nhắc khăn tắm ra để trẻ thấy đồ chơi ở dưới chiếc khăn tắm chứ không hề biến mất. Những trò chơi như thế này sẽ nuôi dưỡng cho trẻ khả năng tưởng tượng với những thứ không nhìn thấy trước mắt.



6. Quả bóng bí ẩn

Chuẩn bị hai quả bóng nhựa mềm có độ bền tốt để bơm nước vào, một quả bơm 1/3, quả còn lại bơm 1/2. Đặt hai quả bóng trước mặt trẻ rồi lăn bóng qua lại để bóng di chuyển. Sau đó, đặt bóng ở vị trí trẻ có thể với tới và khuyến khích trẻ dùng tay lăn bóng. Sự dịch chuyển của những quả bóng chứa nước này sẽ nâng cao khả năng tập trung và chú ý của trẻ.

Dành cho trẻ 0-1 tuổi



VAI TRÒ CỦA BỐ

Trường hợp trẻ có anh/chị lớn hơn, nhiều anh/chị có thể sẽ đối xử với trẻ như với búp bê hay thú nhồi bông, thậm chí nhiều lúc còn gây ra những nguy hiểm khôn lường cho trẻ. Mẹ thường hay ngăn cản “Không được, nguy hiểm lắm” nhưng thật ra trẻ sẽ thu được những kinh nghiệm cực kỳ quý giá khi chơi với anh/chị của mình. Nhiều trường hợp trẻ khó chịu khi mẹ cho ăn nhưng lại ngoan ngoãn ăn đồ anh chị cho. Những trẻ trầm tính sẽ nâng cao khả năng giao tiếp rất tốt khi được anh/chị cho xem sách tranh hay cùng chơi trò đóng vai. Vì thế, bố cần có thái độ khoan dung, rộng lượng với những hành động có thể hơi mạnh tay hoặc thái quá của các con với em mình.

[Cùng chơi với bố nào!]

Trải một tấm ga trải giường lớn trên sàn nhà. Cho trẻ nằm lên trên rồi từ từ di chuyển tấm ga, thỉnh thoảng có thể trườn tấm ga lên người trẻ rồi kéo nhẹ. Để trẻ không sợ hãi, lúc đầu nên di chuyển từ từ, sau đó dần dần di chuyển nhanh hơn, trẻ sẽ cười to thích thú.



CÁCH CHỌN ĐỒ CHƠI VÀ CÁCH CHƠI

[Món đồ chơi sử dụng cả hai tay để chơi]

Con người ai cũng phải sử dụng dụng cụ để sinh hoạt. Chơi với những món đồ chơi ở thời kỳ sơ sinh chính là để chuẩn bị cho trẻ có thể sử dụng các dụng cụ sau này. Rèn luyện thói quen sử dụng cả hai tay để chơi là rất quan trọng, tuy vậy việc này đòi hỏi năng lực vận động cao độ của hệ thần kinh.

Đành cho trẻ 0-1 tuổi

- **Cách chọn đồ chơi**

Nên lựa chọn những đồ chơi mà chỉ bằng thao tác đơn giản có thể dễ dàng tạo ra chuyển động vui nhộn.

- **Tính an toàn**

Đồ chơi phải bền, nếu có dây thì phải là dây khó đứt.

- **Cách chơi**

Đầu tiên, mẹ cùng con dùng hai tay nhấc đồ chơi đưa lên cao. Nếu con không làm được hoặc không thích thì không nên ép con chơi. Con sẽ tự động biết chơi sau một thời gian nữa.





Tự do di chuyển

Nhiều trẻ giai đoạn này bắt đầu biết trườn rồi tiến đến bò. Bò là vận động kích thích phần hoạt động bậc cao của não nên sẽ có sự khác nhau giữa từng trẻ. Để bò được, trẻ vừa phải dùng sức của hai tay và hai chân, y như bốn chân cột vậy, để nâng đỡ phần thân vừa di chuyển của mình, đồng thời phải luyện tập kĩ năng này nhiều lần. Cứ như thế, chỉ sau 2 - 3 tuần, hầu hết trẻ sẽ có thể tiến về phía trước theo ý mình. Rất có thể một ngày nào đó mẹ sẽ bắt gặp hình ảnh con đột nhiên nắm lấy thành cũi và tự đứng dậy. Nhờ bò, trẻ sẽ hoàn thiện thần kinh vận động cần thiết cho kĩ năng bước đi sau này. Với những trẻ có thể tự mình đứng dậy, bố mẹ hãy chuẩn bị cho trẻ một vật gì đó an toàn để cầm nắm. Tuy nhiên, nếu mẹ cố gắng bắt trẻ tập đứng thì có thể sẽ gây tổn hại đến sự phát triển cơ bắp chân và cảm giác cân bằng của trẻ. Năng lực vận động mới hình thành này của trẻ sẽ rất quan trọng để trẻ có thể tự mình bước đi trong tương lai.

Tuy vậy, để cho trẻ tự do di chuyển trong nhà đồng nghĩa với việc trẻ có thể sẽ gặp nhiều nguy hiểm. Hãy đảm bảo an toàn tuyệt đối cho trẻ bằng cách bịt tất cả các ổ cắm điện bằng nút bọc ổ điện để phòng trẻ thè lưỡi hay chạm tay ướm vào, đặt các

chai lọ chứa chất tẩy rửa, gạt tàn thuốc lá... xa tầm tay trẻ. Ngoài ra có những lúc trẻ vừa chơi vừa sờ vào bộ phận sinh dục, mà đây là bộ phận còn nhạy cảm hơn cả tai, mũi, miệng. Nếu bố mẹ ngăn cấm trẻ làm những hành động này, thì vô tình đã khiến cho những bộ phận ấy trở thành một cái gì đó đặc biệt với trẻ, thậm chí là khủng khiếp, tối tệ. Nếu mẹ bày cho trẻ thật nhiều trò chơi có tính kích thích cao để trẻ ổn định cảm xúc thì sự lưu luyến với những bộ phận đó tự nhiên sẽ biến mất.

[Rèn luyện thói quen cho trẻ]

Điều phiền toái lớn nhất xảy ra giữa mẹ và con có lẽ là bữa ăn. Nếu trẻ chịu hợp tác ăn thì mẹ sẽ rất an tâm, nhưng với những trẻ biếng ăn, nhiều mẹ sẽ cảm thấy bần khoăn vì mình chưa hoàn thành nhiệm vụ: “Chắc tại tôi nấu dở quá nên con không thích”. Nhiều bà mẹ cố ép trẻ hoặc dùng cách lừa trẻ há miệng to để đút thìa vào miệng trẻ mà không biết rằng làm như vậy kết quả sẽ chỉ càng tệ hại hơn. Khi trẻ tỏ thái độ bất hợp tác với việc ăn uống, hãy thử để trẻ tự ăn một mình, còn mẹ vào bếp làm những việc khác. Mỗi quan hệ căng thẳng hai bên khi đó sẽ được xoa dịu và biết đâu vấn đề lại được giải quyết dễ dàng.



1. Tóm lấy đồ chơi

Khi trẻ đã biết trườn hoặc bò, hãy đặt một món đồ chơi trước mặt trẻ. Sau đó dùng tay nâng hai bàn chân trẻ lên và nhẹ nhàng đẩy về phía trước.

2. Đưa đồ chơi cho trẻ khi trẻ đang bò

Khi trẻ đang bò, hãy chìa một món đồ chơi ra trước mặt trẻ. Trẻ sẽ lưỡng lự một chút rồi sau đó sẽ đưa một tay ra nắm lấy đồ chơi, một tay còn lại và hai chân vẫn sẽ nâng đỡ cơ thể. Đây là trò chơi giúp thân kinh vận động của trẻ nhanh nhẹn hơn, đồng thời nuôi dưỡng cảm giác về sự cân bằng cho trẻ.

3. Sách tranh mẹ tự làm cho trẻ

Hãy cắt những bức tranh có kích thước lớn từ những tờ tạp chí cũ như tranh điện thoại để bàn, con chó, máy bay, xe buýt... rồi dán từng tranh vào mặt sau (phần có giấy trắng) của các tờ lịch cũ để làm thành một cuốn sách tranh cho trẻ. Những cuốn sách tranh rực rỡ nhiều màu sắc đang bán trên thị trường cũng là một gợi ý tốt, tuy nhiên thời kỳ này



mẹ hãy chọn cho trẻ những bức tranh có tính thực tế cao, chẳng hạn như những đồ vật, con vật xung quanh trẻ... Mẹ hãy cho trẻ ngồi vào lòng, chấp nối những bức tranh thành một câu chuyện ngẫu hứng bất kỳ rồi đọc cho trẻ nghe.

4. Thả đồ chơi

Trẻ giai đoạn này đã có thể ngồi chơi lâu và sử dụng tay khéo léo hơn. Hãy đặt trước mặt trẻ một chiếc hộp nhựa hoặc kim loại và hướng dẫn để trẻ thả đồ chơi đang cầm trên tay xuống hộp. Khi thả xuống, hộp sẽ phát ra âm thanh nên trẻ sẽ hiếu kỳ làm đi làm lại nhiều lần. Hành động tự mình thả đồ chơi đang cầm trên tay một cách có ý thức cho thấy sự phối hợp nhịp nhàng của hoạt động não và vận động tay.

5. Đồ chơi giáo dục dạng hộp thả khối

Trên thị trường hiện có nhiều loại đồ chơi được đặt tên là “Đồ chơi phát triển trí não”, “Đồ chơi thông minh”. Một món đồ chơi rất được yêu thích trong số đó là đồ chơi thả hình khối bằng gỗ. Trên bề mặt chiếc hộp hình vuông được khoét các lỗ mô phỏng các hình khối, trẻ sẽ lấy các khối gỗ nhiều màu thả vào lỗ sao cho khớp. Khi thả các hình khối vào trong hộp, để kiểm tra xem hình khối có trong hộp hay không, trẻ sẽ phải mở nắp hộp. Trò chơi này giúp trẻ dần hiểu rằng mặc dù đồ chơi không có trước mắt mình nhưng vẫn có trong hộp.



6. Tay nào có tay nào không?

Người mẹ xòe hai tay trước mặt trẻ, một tay cầm món đồ chơi nhỏ trong lòng bàn tay. Sau đó nắm cả hai tay lại và nhờ trẻ tìm xem đồ chơi nằm ở tay nào. Hãy dạy cho trẻ biết đồ chơi được giấu trong tay chắc chắn sẽ xuất hiện trở lại. Nếu trẻ sẽ mất hứng thú khi không nhìn thấy đồ chơi đâu nữa, lúc đó hãy mở lòng bàn tay.



VAI TRÒ CỦA BỐ

Chỉ cần chuông cửa reo hoặc nghe thấy tiếng mở cửa lúc chiều tối là trẻ sẽ hét lên “a, a”, thậm chí nhiều trẻ phát triển sớm đã biết gọi “ba, ba”. Trẻ đã bắt đầu hình thành khả năng liên tưởng đến bố thông qua tiếng động của cửa. Nếu bố về nhà lúc con đang thức, hãy bế con lên và trò chuyện cùng con. Người xưa đã nói: người mẹ nghiễm nhiên trở thành mẹ vì đã sinh ra trẻ, nhưng bố chỉ trở thành bố khi trẻ ý thức được điều đó. Vì thế việc tạo dựng mối quan hệ bố - con từ sớm là rất quan trọng.

[Cùng chơi với bố nào!]

Đổ sữa chua vào một khay to để trẻ tự do nghịch ngợm với các ngón tay của mình. Ở trường mẫu giáo trò chơi này được gọi là “Vẽ tranh bằng tay” (Finger painting). Các giáo viên mầm non cho rằng khi chơi ở những khu cát, ngày càng có nhiều trẻ chỉ cần cát bám vào tay là đã khóc rồi, nhưng thật ra trò chơi này rất tốt, nó giúp trẻ đánh thức các giác quan khi trực tiếp sờ tay vào chất liệu tự nhiên.



CÁCH CHỌN ĐỒ CHƠI VÀ CÁCH CHƠI

[Đồ chơi chuyển động]

Phòng ngủ của trẻ cần tránh tiếng ồn ti-vi và ánh đèn lò mờ, một không gian tĩnh lặng, yên ắng là lý tưởng nhất. Hãy trang trí một món đồ chơi chuyển động được thiết kế đơn giản ở phía trên đầu trẻ. Khi ngược lên và nhìn thấy nhiều đồ chơi có hình dạng giống nhau, trẻ sẽ có được cảm giác yên tâm như nhìn thấy khuôn mặt của mẹ vậy.

- **Cách chọn đồ chơi**

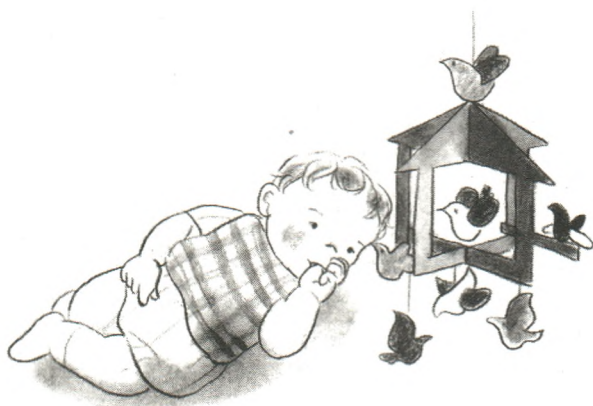
Nên lựa chọn những đồ chơi có thiết kế thật đơn giản. Tránh lựa chọn những đồ chơi được trang trí diêm dúa, lòe loẹt và những đồ chơi chạy bằng điện.

- **Tính an toàn**

Đồ chơi phải nhẹ, an toàn để chẳng may có bị rơi vào mặt trẻ cũng không xảy ra vấn đề gì.

- **Cách chơi**

Mỗi khi định di chuyển đồ chơi, hãy gọi để thu hút sự chú ý của trẻ. Nếu bạn cố định chỗ treo đồ chơi, đầu trẻ phải luôn luôn hướng về cùng một phía nên thỉnh thoảng hãy thay đổi chỗ treo.





Tìm kiếm và phát hiện

Trẻ hoạt động liên tục khi thức. Khi đã biết bò, trẻ thường theo mẹ đi khắp các nơi trong nhà. Tuy nhiên, nhiều bà mẹ nghiêm cấm trẻ không được tự do di chuyển khiến trẻ thấy bức bối. Khoảng thời gian trẻ tự do di chuyển, chơi đùa có ảnh hưởng lớn đến sự phát triển não bộ là rất quan trọng. Thời kỳ này, có những trẻ thích cố tình làm rơi cốc từ trên bàn xuống sàn nhà khiến mẹ bức dọc, nhưng sở dĩ trẻ làm vậy là bởi trẻ tin sẽ có người nhặt đồ đánh rơi lên cho mình. Nếu mẹ hiểu được trẻ làm gì cũng có lí do “chính đáng” thì sẽ thấy tâm trạng thoải mái hơn rất nhiều.

Thời kỳ này trẻ thích chơi trò vịn vào thành giường, nhồm mông cong về phía sau để chuẩn bị đứng lên nhưng lại buông một tay ra nên hay bị ngã đập mông về phía sau. Trẻ có thể đứng lên dễ dàng nhưng lại gặp vấn đề khi ngồi xuống. Nhiều trẻ khi ngồi là thẳng lưng, hai tay giơ lên rồi ngồi phịch ngay xuống phía sau, vì thế hãy trải một tấm thảm xốp hay đệm ngồi xung quanh cho trẻ.

Mẹ để trẻ ngồi lên một bên đầu gối mình rồi sau đó nâng đầu gối lên, lúc này trẻ vịn vào ngực mẹ nên sẽ cảm thấy yên tâm để đứng. Nếu đã có thể thực

hiện tốt bước này, tiếp theo hãy đặt trẻ ngồi đối diện với mẹ, nắm lấy hai tay của trẻ rồi khuyến khích để trẻ tự đứng lên bằng sức của mình. Khi ngồi cũng thực hiện tương tự, mẹ ngồi trên sàn co gối rồi cho trẻ ngồi lên đầu gối, tay mẹ đỡ hai bên hông trẻ rồi hơi ngả người trẻ về phía trước. Mẹ hãy thực hiện những động tác này một cách từ từ để không làm trẻ thấy bất an và lặp đi lặp lại hai động tác này như một trò chơi với trẻ.

[Rèn luyện thói quen cho trẻ]

Thời kỳ này bạn sẽ thấy trẻ bắt đầu có nhiều hành động ích kỷ chỉ biết đến bản thân, nhưng đối với bản thân trẻ thì đây là hành vi hợp lý để đạt tới mục tiêu của mình. Nếu trẻ quá dựa dẫm vào mẹ, chẳng hạn như thường xuyên im lặng chỉ tay khi muốn mẹ lấy đồ cho thì đó là hành động thể hiện bố mẹ đã quá bao bọc trẻ từ trước đến giờ. Những lúc như thế, mẹ hãy giả vờ không quan tâm để tạo cơ hội cho trẻ tự đáp ứng yêu cầu của mình. Tất nhiên, những lúc trẻ không thể tự mình giải quyết thì hãy nhanh chóng giúp đỡ trẻ.

Nào, ta cùng chơi!

1. Chiếc mũ trên đầu

Đội cho trẻ một chiếc mũ lên đầu. Trẻ thường sẽ với tay lấy chiếc mũ đó xuống rồi sau đó lại đội lên. Nếu trẻ lấy mũ xuống nhưng không đội lại thì hãy khuyến khích để trẻ đội. Thông qua trò chơi này trẻ sẽ nhận thức được mình có đầu và sử dụng tay khéo léo hơn.

2. Xe ô tô đến đây!

Đặt trẻ nằm sấp xuống sàn nhà rồi dùng hai tay nhắc nhẹ phần phía dưới nách trẻ lên. Khi đó trẻ sẽ dùng hai tay để nâng đỡ cơ thể mình. Mẹ vừa dùng hai tay ôm phần thắt lưng của trẻ, vừa đẩy nhẹ toàn bộ cơ thể trẻ về phía trước vừa nói: “Xe ô tô đây, zì zì”. Nếu trẻ sợ không với tay về phía trước thì cứ để trẻ chống hai tay xuống sàn chơi cũng được. Trò chơi này giúp phát triển thần kinh vận động bậc cao, tức là vận động chân tay phối hợp.

3. Đặt đồ chơi lên ga trải giường

Đặt trẻ ngồi, trải một tấm ga trải giường trước mặt trẻ và để đồ chơi lên phía trên. Hãy khuyến khích



để trẻ tóm hoặc kéo tấm ga lấy đồ chơi. Khi tự mình kéo ga trải giường, trẻ sẽ hiểu được nguyên nhân và kết quả khi món đồ chơi di chuyển. Cũng có thể chơi trò giấu đồ chơi trong ga giường rồi đi tìm.

4. Trò chơi với búa gỗ

Cho trẻ cầm một chiếc thìa gỗ hoặc búa gỗ gõ vào đĩa nhôm, cốc nhựa, hoặc tờ tạp chí cũ... Trẻ sẽ cảm nhận được sự khác nhau của các âm thanh phát ra từ các vật khác nhau.

5. Vận chuyển đồ chơi

Đặt hai chiếc hộp trước mặt trẻ, một hộp đựng vài món đồ chơi và một hộp trống không. Hãy để trẻ lấy từng món đồ chơi bỏ vào hộp trống. Trẻ thời kì này sẽ bắt đầu học được ý nghĩa của số nhiều trong toán học.

6. Trò chơi lên và xuống

Mẹ duỗi thẳng chân, đặt trẻ ngồi lên đầu gối mình rồi co chân đẩy đầu gối lên cao, dùng hai tay nâng trẻ lên cao rồi từ từ lắc nhẹ trẻ từ trái sang phải và ngược lại. Sau đó duỗi đầu gối thật nhanh, mở hai đầu gối để mông trẻ chạm xuống nền nhà. Trò chơi này không chỉ khiến trẻ thích thú mà còn nuôi dưỡng cho trẻ cảm giác cân bằng và năng lực kiểm soát cơ thể.





VAI TRÒ CỦA BỐ

Khi cho trẻ nhìn một quả bóng và một khuôn mặt ai đó trong khoảng thời gian ngắn từ hai cửa sổ khác nhau thì một số trẻ sẽ hứng thú với bóng, số còn lại quan tâm đến khuôn mặt. Những trẻ chăm chú nhìn bóng thường sẽ chơi các trò chơi rất giỏi, còn những trẻ chú ý đến khuôn mặt thường thích thú các mối quan hệ với những người xung quanh. Vì thế bố cần nắm bắt được cá tính của từng đứa con mình khi chơi các trò chơi với chúng.

[Cùng chơi với bố nào!]

Bố để trẻ ngồi trên đầu gối đối diện với mình, bế xốc hai nách trẻ nâng lên cao rồi lắc từ trái sang phải và ngược lại. Khi cơ thể đột ngột nghiêng về một bên, đầu của trẻ sẽ vuông góc với cơ thể, đây được gọi là hoạt động phản xạ thần kinh vận động, nó sẽ bảo vệ đầu trẻ khi chẳng may ngã nghiêng người xuống sàn.



CÁCH CHỌN ĐỒ CHƠI VÀ CÁCH CHƠI

[Đồ chơi mẹ tự làm]

Một trong những trò chơi yêu thích của trẻ là kéo hoặc lôi một vật gì đó ra. Thường mẹ sẽ bắt gặp trẻ mở tủ ngăn kéo bàn, tủ; mở hộp trang điểm của mẹ lấy mỹ phẩm ra; hoặc mở cặp lôi hết các đồ trong cặp ra... Nếu trẻ thích những trò chơi này, hãy chuẩn bị một hộp các-tông, khoét một hình cửa sổ trên hộp rồi nhét vào đó thật nhiều các loại giấy như giấy ăn hay giấy báo cũ. Trẻ sẽ rất hào hứng mở cửa sổ để thò tay vào lấy hết giấy ra ngoài.

- **Bí quyết làm đồ chơi**

Hãy tìm một chiếc hộp hoặc thùng bìa các-tông có độ lớn vừa phải, khoét một hình cửa sổ nhỏ trên hộp rồi nhét vào trong hộp những tờ giấy báo cũ hoặc những tờ quảng cáo, tờ rơi không dùng đến... rồi cho trẻ lấy chúng ra.

- **Tính an toàn**

Chú ý bỏ hết những linh kiện gắn trên hộp các-tông như ghim dập hay đinh ghim...

- **Cách chơi**

Cho trẻ thấy giấy đã lần lượt được lấy ra ngoài từ cửa sổ như thế nào.





**Khi trẻ cần
sự giúp đỡ của mẹ**

Trẻ 9 tháng tuổi, đã biết sử dụng tay và đầu gối của mình thành thạo để bò quanh nhà. Hành động cầm một món đồ chơi từ chỗ này đến chỗ khác, rồi lại quay lại chỗ cũ để lấy một món đồ chơi khác là bằng chứng cho thấy năng lực ghi nhớ của trẻ đã được hình thành, nghĩa là trẻ đã bắt đầu hiểu được sự liên quan giữa các sự vật sự việc. Tương tự, việc trẻ khóc khi vừa bước vào phòng khám là do trẻ nhớ lại lần đến khám trước đó.

Ở giai đoạn này sự giúp đỡ quá nhiều của mẹ là điều cấm kị. Nếu mẹ đến bên giúp trẻ khi trẻ đang cố chơi đi chơi lại một trò nào đó lại vô tình làm mất hứng thú của trẻ. Khi trẻ ngừng chơi, cách hiệu quả nhất là nắm lấy tay trẻ và khích lệ nhẹ nhàng để trẻ tiếp tục chơi. Trong cuộc sống hàng ngày cũng vậy, để không gây nguy hiểm hay gây phiền toái cho những người khác, hãy để sau khi trẻ đã làm xong, chơi xong thì mới khen ngợi hoặc la mắng trẻ.

[Rèn luyện thói quen cho trẻ]

Đây là thời điểm trẻ bắt đầu muốn tự mình làm mọi thứ, cũng là thời điểm trẻ hình thành tư duy trừu tượng: trẻ đã có thể ghi nhớ những cảm xúc vui, buồn, sợ hãi. Chắc chắn trẻ sẽ không thể quên được cảm giác sợ khi bị ốm phải nhập viện hay cảm giác buồn khi bị bố mẹ mắng. Nếu những cảm giác ấy kéo dài liên tục, trẻ sẽ dần trở nên nhút nhát, rụt rè và tình yêu với bố mẹ cũng sẽ dần bị phai nhạt. Tuy nhiên đối với trẻ nhỏ, những cảm xúc tưởng như không thể tự giải quyết được ấy lại dễ dàng hóa giải bằng những trò chơi. Những đứa trẻ bị bố mẹ mắng thường làm dịu nỗi buồn của mình bằng cách chơi trò đóng vai ở nhà trẻ, chúng sẽ đóng vai bố mẹ và mắng những bạn búp bê. Trò chơi đóng vai theo chủ đề chính là một nhà tư vấn tâm lý cho trái tim non nớt của trẻ.

1. Tìm đồ chơi

Cho trẻ cầm đồ chơi trên cả hai tay, nhẹ nhàng lấy đồ chơi ở một bên tay trẻ rồi giấu sau lưng mẹ hoặc dưới thảm ngồi. Hãy quan sát xem trẻ có bò đến tìm đồ chơi của mình hay không.

2. Trò chơi xếp hình khối gỗ mức độ dễ

Khi đưa cho trẻ bộ xếp hình khối gỗ hình dạng đơn giản, trẻ sẽ dùng các đầu ngón tay của mình cầm một khối gỗ đặt cạnh một khối gỗ khác rồi xếp chồng lên trên. Tuy nhiên sự phát triển của mỗi trẻ khác nhau nên không có nghĩa trẻ nào cũng có thể làm được như vậy. Đây là trò chơi cơ bản để trẻ học được những khái niệm về độ cao và số lượng nên hãy khuyến khích để trẻ thực hiện nhiều lần.

3. Trò chơi về xúc giác

Các kích thích giác quan xúc giác sẽ làm trẻ rất thích thú. Cảm giác dễ chịu khi chạm vào những vật mềm sẽ giúp trẻ gợi nhớ đến làn da của mẹ, đồng



thời giúp trẻ khám phá thế giới xung quanh mình. Hãy cho vào hộp những đồ vật mềm mại, mảnh vải, khăn, tờ giấy, cục bông mềm, quả bóng nhựa rồi cho trẻ tự do sờ, cầm nắm hay đưa lên miệng.

4. Úp ngược hộp

Đặt một vật nhẹ không có nắp như một chiếc hộp hay một chiếc chậu nhỏ trước mặt trẻ, bỏ vào đó một vài chi tiết đồ chơi. Sau khi thấy trẻ đã nhìn chăm chú vào hộp hay chậu thì người mẹ úp ngược hộp hoặc chậu rồi lại lật lên, sau đó khuyến khích để trẻ tự làm. Qua trò chơi này trẻ sẽ biết về khái niệm không gian đóng và không gian mở: trong và ngoài hộp, đồng thời cũng bắt đầu hình thành nhận thức về không gian.

5. Bộ đồ chơi nấu ăn

Khi trẻ đang cầm cốc chơi, hãy mang một con búp bê hoặc thú nhồi bông đến bên cạnh trẻ và nói: “Con cho bạn ăn (hoặc uống) đi”. Trẻ vẫn chưa thể chơi cùng búp bê hay thú nhồi bông nhưng trò chơi này chính là chìa khóa để nuôi dưỡng trí tưởng tượng của trẻ.

Ngoài ra, đối với nhiều trẻ chưa quen uống nước hoa quả bằng cốc thì điệu bộ người mẹ tự mình uống rồi cho búp bê, thú nhồi bông uống sẽ là bí quyết giúp trẻ học cách sử dụng cốc.



6. Chơi trong lều

Dùng tấm ga trải giường to để làm một chiếc lều cắm trại có độ lớn đủ cho hai, ba trẻ. Cho lũ trẻ vào lều và để chúng tự do chơi với các món đồ chơi. Có thể trẻ sẽ khó chịu khi tiếp xúc với những trẻ khác hoặc bị chúng giành mất đồ chơi nhưng chính điều đó lại giúp trẻ học được cách chia sẻ đồ chơi với bạn.



VAI TRÒ CỦA BỐ

Trẻ lớn hơn có thể sẽ cố tình xô ngã em bé khi em định đứng dậy hoặc sẽ đẩy khi em đang ngồi chơi trên đầu gối bố. Thậm chí có nhiều anh/chị còn đùa ác ý với em, làm anh em cãi nhau khiến bố đau đầu. Nhiều bố thường mắng mỏ trẻ lớn quá mức cần thiết và bênh trẻ bé. Nhưng cách giải quyết hợp lý nhất là cứ lờ đi khi thấy anh/chị em cãi nhau. Trẻ sẽ hiểu được cảm giác của người khác từ thái độ công kích của anh/chị, đồng thời hiểu được cách tự bảo vệ mình và ý nghĩa của việc hợp tác với người khác như thế nào. Trong những tình huống như vậy, thay vì tổn sức can thiệp, bố hãy đóng vai trò giảm năng lượng trong sự lẩn át của trẻ lớn đối với trẻ nhỏ.

[Cùng chơi với bố nào!]

Nhiều trẻ đang chơi với bố bỗng chuyển sự chú ý hay hứng thú và định bỏ sang chỗ khác chơi, lúc đó bố hãy tóm lấy hai chân trẻ kéo lùi về phía mình và trêu đùa: “Bố bắt được con rồi nhé!”



CÁCH CHỌN ĐỒ CHƠI VÀ CÁCH CHƠI

[Trò chơi xếp hình khối]

Xếp hình khối là món đồ chơi kinh điển của trẻ, đến mức nhiều người đùa vui rằng trẻ khởi đầu từ xếp hình và kết thúc cũng là xếp hình. Nhiều bà mẹ suy nghĩ xếp hình khối là một món đồ chơi có tính giáo dục nên nhiệt tình hướng dẫn con xếp chồng lên nhau nhưng cách chơi như vậy là chưa đúng. Hãy để con tự do chơi với các hình khối: sắp xếp, xếp chồng lên nhau, phá đổ.

- **Cách chọn đồ chơi**

Chọn các khối hình không in chữ số và các nhân vật. Đồ chơi phải nhẹ, có kích thước to hơn lòng bàn tay trẻ một chút.

- **Tính an toàn**

Không làm tổn thương đến tay, đầu ngón tay của trẻ.

- **Cách chơi**

Đầu tiên mẹ hãy làm mẫu cho trẻ các thao tác sắp xếp, xếp chồng, phá đổ. Sau đó hãy để cho trẻ tự do thỏa sức sáng tạo với các khối hình.





**Phát triển tự ý thức
về bản thân**

Trẻ 10 tháng tuổi đã có thể thực hiện thành thực những động tác ngồi, bò, tự đứng dậy. Trẻ đã biết vịn tay vào thanh chắn giường để đứng dậy và đi men theo thanh chắn. Một tay trẻ thường bám vào thanh giường, còn tay kia cầm một món đồ chơi hay một vật nhỏ gì đó. Hành động đó cho thấy trẻ đã biết sử dụng tay bằng nhiều cách khác nhau. Trẻ trở nên bận rộn với các hoạt động vận động cơ thể thì sẽ bắt đầu xa rời bầu vú mẹ.

Mặt khác, thời kỳ “gì cũng không” của trẻ cũng bắt đầu từ đây. Có thể nhiều bà mẹ sẽ bối rối hoang mang với hiện tượng này nhưng với trẻ, bé vẫn chưa biết thế nào là không thích. Có lẽ vì trẻ đã quen với việc di chuyển cổ để thay đổi tầm nhìn sang hai bên theo chiều ngang từ rất sớm nên trẻ lắc đầu dễ dàng hơn gật đầu. Nếu hiện tượng này của trẻ liên tục lặp lại, mẹ hãy cứ để cho trẻ làm theo ý mình rồi sau đó truyền đạt với trẻ điều mẹ muốn bé làm. Bằng việc trình bày rõ ràng mong muốn của mình, mẹ sẽ giúp trẻ hình thành ý thức tự giác, tự ý thức về bản thân. Việc mẹ để con tự ăn bằng thìa cũng vậy. Nhiều bà mẹ cũng muốn giúp con hình thành ý thức tự giác nhưng vì lí do con ăn lâu mất nhiều thời gian, hay

làm giầy bẩn thức ăn nên lại cầm thìa xúc cho con ăn. Những lúc như vậy, mẹ hãy để cho trẻ cầm một chiếc thìa khác trên tay để trẻ tự đưa thìa vào miệng. Tranh thủ lúc trẻ bỏ thìa ra khỏi miệng, mẹ hãy nhanh chóng đưa đồ ăn vào miệng trẻ. Làm như vậy trẻ sẽ có cảm giác mình đã tự ăn và dần dần sẽ học được cách dùng thìa.

[Rèn luyện thói quen cho trẻ]

Ý nghĩa sâu xa ẩn đằng sau hành động lắc đầu không thích của trẻ là sự tự ý thức về quyền sở hữu ở trẻ đã bắt đầu hình thành và phát triển. Từ trước đến giờ, trẻ chơi mà không phân biệt đồ chơi của mình hay đồ chơi của anh chị nhưng dần dần, trẻ sẽ lựa chọn để tìm giữa đồng đồ chơi món mình thích. Thoạt nhìn, có thể bạn sẽ thấy hành động này của trẻ thật ích kỷ, nhưng đây chính là nguồn năng lượng không thể thiếu để hình thành và phát triển bản ngã của trẻ.

Nào, ta cùng chơi!

1. Ngủ ngoan nhé bạn thú nhồi bông!

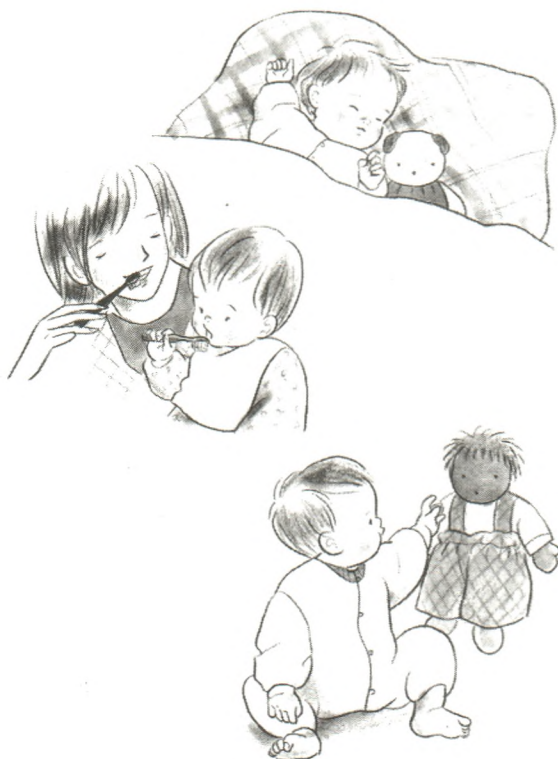
Hãy giữ ánh sáng trong phòng dịu nhẹ, có thể đu đưa nôi trẻ nhẹ nhàng rồi nói chuyện với trẻ, hoặc đặt cạnh trẻ một chú thú nhồi bông yêu thích. Khi để trẻ ôm thú nhồi bông trên giường, trẻ sẽ nói chuyện, nâng niu chăm sóc thú nhồi bông. Hành động này cho thấy trẻ đang thể hiện lại những tình cảm yêu thương trẻ nhận được từ mẹ của mình.

2. Bắt chước

Thông qua những động tác bắt chước như vỗ tay, chu môi, lắc đầu, xoa bụng, dậm chân, đội mũ..., năng lực quan sát của trẻ sẽ nhạy bén hơn rất nhiều. Ngoài ra, qua trò chơi này trẻ cũng học được những động tác, thói quen trong cuộc sống hàng ngày như đánh răng, cầm thìa, mặc quần áo...

3. Mắt bạn búp bê đâu nhỉ?

Khi mẹ giơ búp bê trước mặt trẻ và hỏi: “Mắt bạn búp bê đâu nhỉ?”, trẻ sẽ chỉ tay vào mắt của búp bê. Có thể hỏi tương tự với đầu và miệng. Sau đó mẹ



chuyển sang hỏi “Thế mắt/đầu của con đâu?”. Cũng có những trường hợp khi mẹ hỏi đầu ở đâu, trẻ sẽ tỏ thái độ không thích trả lời hoặc biểu hiện khuôn mặt khó chịu bất hợp tác, đây là biểu hiện chứng tỏ trẻ đã biết phân biệt búp bê và mình là hai thực thể khác nhau.

4. Chiếc loa tự làm

Hãy nói chuyện với trẻ qua chiếc loa hình ống trụ được làm từ bìa cứng hoặc giấy vẽ dày. Trẻ sẽ chú ý và thích thú với những âm thanh bị thay đổi méo đi vọng ra từ chiếc loa này. Khi bạn đưa loa cho trẻ, trẻ sẽ bắt chước mẹ cho loa lên miệng ê a hoặc hét lên thích thú.

5. Gọi điện thoại

Chiếc điện thoại đối với trẻ là một món đồ chơi có sức hút không giới hạn. Trẻ thường chăm chú nhìn khi bố mẹ mình gọi điện thoại. Hãy rút phích cắm điện thoại để bàn của gia đình rồi cho trẻ chơi cũng là một ý tưởng hay. Trẻ sẽ học được cách giao tiếp qua điện thoại, đồng thời cũng có thể rèn luyện khả năng ngôn ngữ.

6. Đồ ăn ở đâu thế nhỉ?

Chuẩn bị sẵn hai chiếc hộp vuông cùng màu và một chiếc hộp tròn. Sau đó cho một món đồ ăn vặt yêu thích của trẻ vào chiếc hộp hình tròn và đổ trẻ



tìm xem đồ ăn đang nằm ở hộp nào. Không chỉ giúp trẻ rèn luyện khả năng ghi nhớ, trò chơi này còn giúp trẻ tăng cường khả năng tư duy về sự tồn tại của vật, không nhìn thấy một vật trước mắt không có nghĩa là vật đó đã biến mất.



VAI TRÒ CỦA BỐ

Khi được hỏi có thường xuyên chơi cùng con khi ở nhà không, hầu hết các ông bố đều trả lời có. Khi được hỏi tiếp rằng chơi những trò gì cùng con thì hơn nửa câu trả lời là chơi với con khi tắm. Trong lúc bố tắm cho con và chơi cùng con trong nhà tắm thì mẹ sẽ có thời gian để chuẩn bị bữa tối, gấp và cất quần áo khô...

[Cùng chơi với bố nào!]

Khi tắm cho con, bố hãy kiếm một chiếc hộp (hoặc bát, chậu) nhựa nhỏ không dùng đến, đục thật nhiều lỗ trên bề mặt rồi đổ nước ấm vào. Sau đó giơ chiếc hộp lên phía trên đầu trẻ và nói: “Mưa rồi, mưa rồi”, nước ấm sẽ phun xuống từ các lỗ trên hộp. Trò chơi này sẽ giúp trẻ cảm thấy việc gội đầu không còn đáng sợ nữa.



CÁCH CHỌN ĐỒ CHƠI VÀ CÁCH CHƠI

[Búp bê]

Búp bê là món đồ chơi không chỉ dành riêng cho các bé gái mà các bé trai cũng có thể chơi. Chơi cùng búp bê sẽ giúp trẻ phát triển cảm xúc và học cách yêu thương. Nên chọn những búp bê có khuôn mặt hơi mơ hồ một chút hơn là những búp bê có gương mặt với đường nét rõ ràng vì chúng sẽ giúp trẻ tưởng tượng và thể hiện cảm xúc tốt hơn.

- **Cách chọn đồ chơi**

Nên chọn búp bê vải mềm mại, chân tay búp bê được may kĩ càng và dễ dàng cử động. Không nên chọn những búp bê nhiều phụ kiện nhỏ hay trang trí lòe loẹt.

- **Tính an toàn**

Búp bê được làm từ những nguyên vật liệu tự nhiên an toàn cho trẻ, không gây dị ứng cho trẻ.

- **Cách chơi**

Người mẹ hãy cho trẻ thấy sự nâng niu, yêu thương đối với búp bê bằng cách trò chuyện, ôm ấp, chăm sóc chúng rồi để trẻ tự chơi.





Hình thành ý thức bản thân

Trẻ 11 tháng tuổi đã có thể tự đứng vững ở hầu hết mọi lúc mọi nơi: trong phòng, khi ăn uống hay khi tắm. Bạn cũng có thể bắt gặp nhiều trẻ sẵn sàng đứng dậy để bác sĩ khám ở các phòng khám nhi. Hơn nữa, trẻ không chỉ đứng mà còn biết ngồi xồm, cúi người về phía trước nên khi trẻ làm rơi món đồ chơi đang cầm trên tay xuống sàn, trẻ có thể dễ dàng cúi xuống nhặt đồ chơi lên. Những lúc trẻ làm rơi hay ném đồ chơi cũng chính là lúc trẻ học được cảm giác khoảng cách và chiều sâu không gian từ vị trí hiện tại của mình đến món đồ chơi đó. Khi bố mẹ đặt trẻ ngồi xuống ghế và đưa một món đồ chơi cho trẻ cầm, nhiều trẻ sẽ cố tình làm rơi đồ chơi xuống sàn rồi vừa nhìn món đồ mình đã ném vừa hét thật to: A..a...a... Khi đó những bà mẹ bận rộn có thể sẽ rất tức giận nhưng hãy nghĩ trẻ làm vậy để học hỏi và thông cảm với trẻ.

Thời kỳ này trẻ không những phát triển nhanh về mặt thể chất mà còn bắt đầu nắm bắt được thái độ, cảm xúc của bố mẹ, đặc biệt là ý nghĩa của hai từ “không được”. Thậm chí, khi mẹ nghiêm mặt nhắc nhở “không được”, có nhiều trẻ còn lặp lại động tác của mẹ. Lúc này, mẹ cần thực hiện những biện

pháp giáo dục cơ bản với trẻ. Kết quả của những thí nghiệm tâm lý học đã cho thấy trẻ sẽ càng khó bảo khi bố mẹ đưa ra những mệnh lệnh hay nghiêm cấm với trẻ. Ngược lại, khi mẹ để trẻ tự do suy nghĩ, trẻ sẽ biết tự điều khiển cảm xúc của mình. Nếu mẹ có năng lực cảm nhận tốt và thấu hiểu tâm tư của trẻ thì trẻ sẽ ngoan ngoãn nghe lời. Chơi cùng con là cách rất hiệu quả để mẹ giao lưu tâm tư, tình cảm với trẻ, điều này sẽ giúp ích rất nhiều cho việc giáo dục trẻ sau này.

[Rèn luyện thói quen cho trẻ]

Khi cời tất, trẻ vừa kéo phần tất ở đầu ngón chân vừa kêu to: “Mẹ hãy nhìn con này”, hoặc khi uống hết sữa, trẻ lắc hộp sữa trống đã uống hết để mong được mẹ khen. Còn khi đánh rơi thìa, bát trong bếp làm phát ra âm thanh lớn, trẻ lúng túng như thể muốn che giấu mẹ. Những điều này cho thấy trẻ đã biết phân biệt mắng và khen. Việc khen ngợi những việc tốt trẻ làm và tỏ thái độ nghiêm cấm với những hành động chưa tốt của trẻ là rất quan trọng. Tuy nhiên, để trẻ không sợ hãi, hãy nhẹ nhàng chỉ ra thật cụ thể cho trẻ hiểu thế nào là hành động tốt và chưa tốt rồi mới mắng hay khen trẻ.

1. Thả đồ chơi xuống đất

Hãy đưa cho trẻ những món đồ chơi tạo ra những âm thanh hay hiện tượng khác nhau khi làm rơi xuống đất... Trẻ sẽ rất thích thú và chăm chú quan sát xem hành động của mình tạo ra những ảnh hưởng như thế nào.

2. Trốn tìm với đồ chơi

Giấu đồ chơi vào một túi giấy hay một chiếc hộp trước mặt trẻ. Ngay lập tức trẻ sẽ tìm và lấy món đồ chơi đó ra. Trò chơi này giúp trẻ cảm nhận được sự thú vị khi phát hiện ra đồ chơi, đồng thời giúp trẻ hiểu sự khác nhau giữa bên trong và bên ngoài.

3. Chơi với đường hầm

Thả một chiếc ô tô hay tàu hỏa đồ chơi nhỏ vào ống trụ làm bằng giấy. Khi không nhìn thấy đồ chơi nữa trẻ sẽ tạm thời mất hứng, lúc đó, mẹ hãy nghiêng ống để đồ chơi rơi xuống sàn. Khi chơi hãy cho trẻ đoán xem đồ chơi sẽ rơi ra từ hướng nào.



4. Con đường giấy

Gấp một tờ báo cũ thành các phần rồi cố định bằng băng dính sao cho không khí vào phần giữa tờ báo khiến nó hơi phồng một chút, như thế ta đã có một con đường giấy trên sàn nhà. Cho trẻ đi bộ trên con đường đó. Mẹ hãy đứng phía sau, cầm hai tay trẻ giơ lên cao và cổ vũ, khích lệ để trẻ tiến về phía trước. Trẻ sẽ dồn sức vào cánh tay và đôi chân để đi từng bước vững chãi.

5. Chơi với cát

Cho cát vào một chiếc xô đồ chơi, đưa cho trẻ một cái xẻng xúc và dạy trẻ cách thao tác với chiếc xẻng đó. Khi cầm xẻng, trẻ sẽ lập tức múc cát vào xô rồi lại úp ngược xô đổ hết cát ra, rồi lại xúc cát vào, và cứ thế lặp đi lặp lại. Đây là trò chơi phối hợp rất tốt hoạt động của tay và mắt, chơi trò này lặp lại nhiều lần sẽ giúp trẻ rèn luyện sự khéo léo của đôi tay để sử dụng nhiều các dụng cụ khác trong cuộc sống.



6. Chơi với bóng

Mẹ ngồi đối diện với trẻ, từ từ lăn qua lăn lại một quả bóng mềm. Mẹ hát một bài hát phù hợp với tốc độ lăn bóng để giúp trẻ hiểu được cảm giác nhịp điệu.



VAI TRÒ CỦA BỐ

Trẻ thường chờ đợi thời điểm chiều tối lúc bố đi làm về. Sự gần gũi với bố sẽ giúp trẻ cân bằng tình cảm dành cho bố - mẹ vì trẻ thường có khuynh hướng thiên vị mẹ hơn. Thông thường, bố sẽ ít trò chuyện hay cười đùa với trẻ như mẹ nhưng những trò chơi thể chất vận động nhanh và mạnh một chút của bố sẽ khiến trẻ rất thích thú, nhất là các bé trai.

[Cùng chơi với bố nào!]

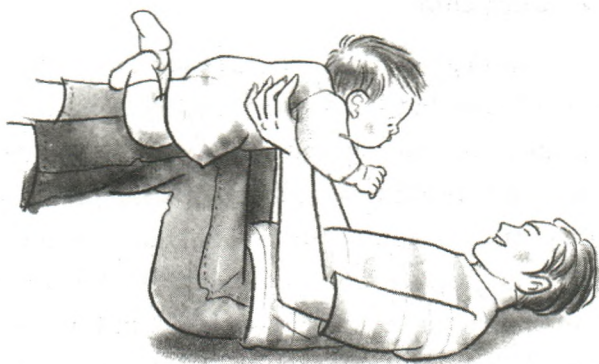
Bố nằm ngửa bế trẻ, dùng hai cánh tay và đầu gối nâng vai và phần thân dưới của trẻ lên. Hãy vừa nói: “Máy bay đến đây, vèo vèo”, vừa nâng trẻ lên cao rồi hạ xuống.



CÁCH CHỌN ĐỒ CHƠI VÀ CÁCH CHƠI

[Đồ chơi ghép hình]

Ở cửa hàng đồ chơi, nhiều trò chơi ghép hình được bày la liệt khiến các bậc phụ huynh rất khó lựa chọn. Thông qua các thao tác ghép vào rồi tháo ra các



chi tiết, trẻ sẽ học được về hình dạng và độ lớn một cách rất tự nhiên. Bố mẹ chú ý mua cho trẻ các bộ ghép hình có mức độ từ dễ đến khó.

- **Cách chọn đồ chơi**

Không chọn đồ chơi với mục đích dạy trẻ học, hãy cứ để trẻ chơi một cách tự nhiên nhất. Nên chọn những bộ ghép hình phân chia đơn giản, có núm cầm dễ nhấc ra, lắp vào.

- **Tính an toàn**

Để đề phòng trẻ cho vào miệng, nên chọn những đồ chơi sơn màu an toàn, được mài bóng các góc cạnh và bề mặt.

• Cách chơi

Nếu là bộ ghép hình chủ đề động vật và phương tiện giao thông, hãy kết hợp dạy cho trẻ về hình dạng của những con vật hay phương tiện ấy bằng tranh ảnh hay sách tranh trước khi cho trẻ lắp ghép. Nếu bộ ghép hình có nhiều chi tiết, lúc đầu hãy cho trẻ nhắc lên và ghép đi ghép lại một chi tiết thôi, những chi tiết còn lại hãy cố định bằng băng dính vải. Làm như vậy sẽ khiến trò chơi đơn giản hơn rất nhiều.





Tự đi những bước đầu tiên

Với trẻ sơ sinh 1 tuần tuổi, khi mẹ đỡ hai nách và để chân trẻ chạm xuống sàn, trẻ sẽ đạp chân liên tục. Đây là vận động phản xạ của trẻ khi mới sinh ra. Đến giai đoạn 12 tháng tuổi này, trẻ đã có thể tự đi theo ý muốn của mình. Từ đây, những sinh hoạt trong cuộc sống của trẻ sẽ tự do, dễ dàng hơn rất nhiều so với giai đoạn bò và đi men. Nhiều trẻ một ngày bỗng tự đứng chập chững giữ thăng bằng và bước đi. Lúc này những bước chân của trẻ vẫn còn lẫm chẫm, bước không đều và chưa vững nhưng chỉ khoảng một tuần sau đó trẻ sẽ tiến bộ vượt bậc. Tuy vậy, dù đã biết đi nhưng khi khó lấy những món đồ mình thích, trẻ vẫn di chuyển bằng động tác bò quen thuộc. Những lúc như thế bố mẹ không nên ép trẻ phải đứng lên đi. Khi đã bò thành thục và chính thức bắt đầu tập đi, bước chân của trẻ sẽ rất vững chắc, cho dù có chẳng may bị ngã thì thần kinh vận động của trẻ vẫn hoạt động để trẻ chống tay về phía trước bảo vệ cơ thể mình. Bố mẹ hãy vừa trông chừng con an toàn vừa để cho trẻ hành động theo suy nghĩ, như vậy sẽ giúp trẻ học được cách tự bảo vệ cơ thể.

[Rèn luyện thói quen cho trẻ]

Khi biết đi, trẻ đã bước sang giai đoạn phát triển mới và bắt đầu cho mọi người thấy “cái tôi” của mình. Ví dụ điển hình nhất là trong bữa ăn. Nhiều trẻ có cá tính và cái tôi rất mạnh, chúng nhất quyết không chịu ăn. Trong những trường hợp như thế, mẹ hãy giữ cho mình một tinh thần thật thoải mái, hãy suy nghĩ thật nhẹ nhàng đơn giản: Trẻ ăn 3 bữa một ngày, một bữa chúng đã ăn nghiêm chỉnh đằng hoàng thì hai bữa còn lại chỉ cần đòi hỏi ở mức vừa phải thôi! Đây chính là cách cư xử sáng suốt với trẻ để bữa ăn diễn ra một cách thuận lợi, dễ chịu.

1. Chộp chững tập đi

Khi đứng lên tập đi, trẻ đã biết giữ thăng bằng, phần thân trên sẽ nghiêng về phía trước rồi sau đó di chuyển phần thân dưới nhưng trẻ vẫn sẽ liên tục bị ngã. Vì thế, khi trẻ đứng lên, mẹ hãy từ từ buông tay trẻ ra nhưng vẫn tạo một khoảng cách vừa đủ với trẻ để trông chừng. Sau đó, hãy động viên để trẻ bước chân, tuyệt đối không giục hay ép khiến trẻ sợ. Nhiều trẻ mới bước được bước đầu tiên đã ngồi xuống bò, bố mẹ hãy vui vẻ và kiên nhẫn đợi chờ khoảnh khắc trẻ tự mình bước đi!

2. Mình có đi qua được không nhỉ?

Hãy làm một mái nhà hình vòng cung bằng bìa các-tông cũ rồi kẹp vào giữa hai bức tường hoặc hai mép cửa chính hay tủ. Kẹp hai đầu mái nhà ở độ cao sao cho khi trẻ đứng dậy sẽ chạm đầu vào. Có trẻ sẽ đứng núp dưới mái nhà nhưng cũng có những trẻ sẽ bò xuống sàn. Thông qua trò chơi này, trẻ sẽ nhận thức được về không gian như độ cao, chiều rộng...



3. Đồ chơi kéo

Những món đồ chơi kéo (như các loại xe kéo hình con thú ngộ nghĩnh) sẽ giúp trẻ điều khiển tay nhiều hơn và tăng cường kỹ năng cân bằng hơn là những món đồ chơi đẩy (như xe tập đi các con thú). Những món đồ chơi khi kéo phát ra những âm thanh vui tai và chuyển động thú vị sẽ thu hút sự chú ý của trẻ.

4. Xếp hình khối lớn

Hãy để trẻ xếp chồng ba, bốn khối vuông lớn được làm từ bìa các-tông hay nguyên liệu mềm. Độ cao xếp chồng đến đúng phần ngực trẻ khi trẻ đứng là hợp lý nhất. Trò chơi này không chỉ giúp trẻ cảm nhận được về độ cao, độ lớn mà còn dạy cho trẻ cảm giác thỏa mãn khi hoàn thành xong trò chơi.

5. Chơi với chiếc bóng

Tắt đèn để phòng tối. Khi chiếu ánh sáng của đèn pin về phía trẻ, bóng của trẻ sẽ xuất hiện trên tường. Mẹ hãy chỉ cho trẻ thấy khi trẻ di chuyển hay ngồi xuống thì cái bóng cũng sẽ thay đổi. Qua trò chơi này trẻ sẽ nhận biết được những thay đổi khi di chuyển cơ thể.

6. Chơi với cọc gỗ

Trẻ ngày càng sử dụng các đầu ngón tay của mình một cách khéo léo. Có một món đồ chơi giúp tăng sự khéo léo cho đôi tay, đó là lắp các cọc gỗ vào lỗ đã đục sẵn. Đầu tiên, hãy đưa cho trẻ những cọc



gỗ có độ lớn và chiều cao giống nhau để trẻ cắm vào lỗ. Thông qua hoạt động này, trẻ học được một chuỗi các động tác sử dụng tay: cầm cọc trên tay, đưa cọc tới các lỗ và cắm cọc vào lỗ rồi thả tay ra.



VAI TRÒ CỦA BỐ

Giai đoạn bắt đầu tập đi, trẻ thường hay nhõng nhẽo mẹ. Chỉ cần không thấy bóng mẹ đâu là trẻ sẽ khóc ầm lên. Các chuyên gia gọi biểu hiện tâm lý này của trẻ là trạng thái “kích động tinh thần”, đây cũng là giai đoạn người lớn dễ vô tình có những hành động ngược đãi trẻ khi bức bối cáu kỉnh. Để làm giảm sự phụ thuộc vào mẹ, bố hãy nghĩ ra nhiều trò chơi gắn kết tinh thần để chơi với con nhé.

[Cùng chơi với bố nào!]

Làm cho trẻ một cây gậy đánh bóng được cuộn tròn từ tờ báo cũ. Bố ngồi đối diện với trẻ, ném bóng



cho trẻ để trẻ dùng gậy đánh. Nên sử dụng những quả bóng mềm có độ lớn vừa phải. Bố có thể làm mẫu cho trẻ một lần rồi khuyến khích trẻ bắt lấy quả bóng.



CÁCH CHỌN ĐỒ CHƠI VÀ CÁCH CHƠI

[Đồ chơi kéo]

Các món đồ chơi kéo thường khó hơn đồ chơi đẩy. Việc kéo đòi hỏi trẻ phải có năng lực tinh tế tự mình điều khiển phương hướng. Không chỉ tự đi một mình, trẻ còn phải học vừa giữ cho cơ thể mình cân bằng đồng thời vừa kéo được đồ chơi đi cùng.



- **Cách chọn đồ chơi**

Trẻ thích kéo các đồ chơi chắc chắn, có trọng lượng nặng một chút. Hình thức chuyển động của đồ chơi càng đa dạng, thú vị, trẻ sẽ càng hứng thú chơi đi chơi lại.

- **Tính an toàn**

Chọn đồ chơi có đặc tính an toàn cho trẻ.

- **Cách chơi**

Nếu trẻ vẫn sợ khi tự đi một mình, mẹ hãy dắt một tay trẻ, tay kia để trẻ kéo đồ chơi.

 Lời kết

Trong một buổi nói chuyện, tôi đã hỏi các bậc phụ huynh một câu hỏi: “Khó khăn lớn nhất của các bạn khi nuôi con là gì?”. Hầu hết các bà mẹ trẻ trong hội trường đều trả lời rằng đó không phải là sự vất vả khi chăm sóc trẻ như thay bỉm, cho bú, các vấn đề bài tiết, tắm rửa hay khóc đêm... mà là vấn đề “trẻ con không biết nói”. Tôi cũng người trong chốc lát. Tất nhiên các bà mẹ ấy đều biết rõ một điều là trẻ sơ sinh chưa thể nói được, nỗi lo lắng của họ ở đây là việc không hiểu trẻ sơ sinh muốn gì để đáp ứng. Tôi hiểu những tâm tư chính đáng của các bà mẹ trẻ, họ đưa ra những lý do: “Vì trước khi sinh tôi mới chỉ luyện tập các thao tác chăm sóc trẻ trên búp bê, chưa có kinh nghiệm bế con” và vấn đề khó khăn nhất là:

“Tôi không hiểu con mình đang đòi cái gì”, vì thế dù biết là không tốt nhưng họ vẫn vô tình mắng mỏ trẻ.

Đâu phải cứ sinh con là mẹ sẽ tự nhiên biết cách bế và dỗ dành con? Để kết thân với con, mẹ cần học cách “quan sát”, “bắt chước” và một chút “thực hành”. Sợi dây gắn kết giữa mẹ và con, mà ta vẫn gọi là tình mẫu tử, không phải là thứ tự dưỡng mà có, nó là kết quả của sự cố gắng hun đúc từ cả hai phía.

Đã hơn 7 năm kể từ khi cuốn sách này lần đầu tiên ra mắt bạn đọc. Tôi rất vui mừng và hạnh phúc vì nhiều bà mẹ trẻ khi đó đã sử dụng cuốn sách này như một cẩm nang nuôi dạy con. Thú thực, tôi cũng hơi băn khoăn không biết trải qua nhiều năm như vậy, thông tin của cuốn sách có còn phù hợp không, nhưng đại diện của nhà xuất bản Octave đã khẳng định: “Cuốn sách là những câu trả lời đúng đắn cho những câu hỏi các bà mẹ trẻ hiện đại đang thắc mắc”.

Một điều chắc chắn là để hiểu trẻ muốn gì thì không có cách nào khác là phải chơi cùng trẻ, nhưng sự thật không có ông bố bà mẹ nào ngay từ đầu đã biết chơi với con khéo léo, đúng cách. Tôi mong các

bác phụ huynh sẽ vận dụng những kiến thức trong cuốn sách này để nuôi dạy và chơi cùng con, chứ không chỉ đọc xong rồi cất lên giá sách.

Mùa hè năm 2005

Thái Hà Books trân trọng cảm ơn mọi ý kiến đóng góp của độc giả.

Mọi thông tin xin gửi về:

- Góp ý về biên tập: publication@thaihabooks.com
- Góp ý về bản quyền: copyright@thaihabooks.com
- Tư vấn dịch vụ xuất bản: dichvuxuatban@thaihabooks.com



THAIHABOOKS
Phụng sự để dẫn đầu

Công ty Cổ phần Sách Thái Hà

Trụ sở chính: 119 C5 Tô Hiệu -

Nghĩa Tân - Cầu Giấy - Hà Nội

Tel: (04) 3793 0480; Fax: (04) 6287 3238

VP-TPHCM: 533/9 Huỳnh Văn Bánh - P. 14 - Q. Phú Nhuận

Tel: (08) 6276 1719; Fax: (08) 3991 3276

Website: www.thaihabooks.com

Nhà sách Thái Hà

119 C5 Tô Hiệu - Nghĩa Tân - Cầu Giấy - Hà Nội

Tel: (04) 6281 3638

Website: www.nhasachthaiha.vn

SÁCH CÙNG BỘ



Vì chơi là học



Cuốn sách mà bất cứ bố mẹ nào cũng nên mua, để:

- ★ Mẹ sẽ biết tâm sinh lý của trẻ
- ★ Những trò chơi phù hợp với trẻ
- ★ Cách chọn đồ chơi và cách chơi
- ★ Các trò chơi nào bố có thể tham gia cùng bé
- ★ Cả nhà sẽ có những giây phút tuyệt vời bên nhau!



SÁCH THÁI HÀ



N. Sách Lâm-S. inh L
Vì chơi là học



56

43VC

616

Gia Ban:

34.000

Giá: 43.000đ