Chú biên: ThS. PHẠM THỊ THÚY
Cố vấn và hiệu đính: GS.TS. VŨ GIA HIỀN

Kỹ năng làm cha mẹ

Dành cho các bậc cha mẹ,
người nuôi dưỡng trẻ 0-6 tuổi

First News
NHÀ XUẤT BẢN TỔNG HỢP TP. HỒ CHÍ MINH

Kỹ năng làm cha mẹ

Phạm Thị Thúy

Chia sẽ ebook : http://downloadsachmienphi.com/
Tham gia cộng đồng chia sẽ sách : Fanpage : https://www.facebook.com/downloadsachfree
Cộng đồng Google :http://bit.ly/downloadsach

Table of Contents

LỜI GIỚI THIỆU

PHẦN I KỸ NĂNG LÀM CHA MẸ TRONG THỜI ĐẠI MỚI

CON VÀ CHA MẸ: MỐI QUAN HỆ CỘNG SINH

DẠY CON BIẾT YÊU THƯƠNG

DẠY CON BIẾT SỐNG

- TRẺ CẦN CÓ TẤM KHIÊN BẢO VỆ
- CHA MẸ LÀ NHÀ THAM VẤN

HỎI NHƯ TRẺ LÊN 3

CHA MẸ LÀM GÌ KHI CON BƯỚNG BỈNH?

- NHỮNG KIỂU BƯỚNG BỈNH CỦA TRẺ
- TẠI SAO TRẺ BƯỚNG?
- NHỮNG ĐIỀU CHA MẸ CẦN TRÁNH
- NHỮNG ĐIỀU CHA MẸ NÊN LÀM
- BỨC THƯ GỬI CON

GIÁO DỤC GIỚI TÍNH CHO CON

DẠY CON... NGƯỢC

GIÚP TRẺ HẠN CHẾ XEM TIVI

- HÃY ĐỂ TRẺ TIN VÀO NHỮNG LỜI HỨA

CON TRẺ VÀ GAME ONLINE

- HÃY CÙNG CON HIỂU VỀ GAME ONLINE

BÍ QUYẾT GIÚP TRẺ HAY ĂN CHÓNG LỚN

- NHỮNG KINH NGHIỆM THỰC TIỄN GIÚP TRẺ ĂN NGON HƠN

CẢI THIỆN TÌNH TRẠNG NÔN TRỚ Ở TRẺ

- NÔN ÓI LIÊN QUAN ĐẾN VẤN ĐỀ ĂN UỐNG CỦA TRẺ
- NÔN TRỚ DO NGUYÊN NHÂN BỆNH LÝ

NHỮNG SAI LẦM THƯỜNG GẶP TRONG VIỆC NUÔI DƯỠNG VÀ CHĂM SÓC TRẺ 0-6 TUỔI

NHỮNG SAI LẦM THƯỜNG MẮC PHẢI
HẬU QUẢ
KINH NGHIỆM THỰC TẾ VÀ KHOA HỌC GIÚP NUÔI CON KHÔN LỚN VÀ KHỎE MẠNH
PHÒNG NGỪA TAI NẠN THƯƠNG TÍCH MÙA HÈ CHO TRẺ
TAI NẠN THƯƠNG TÍCH THƯỜNG GẶP Ở TRẺ EM VÀO DỊP NGHỈ HÈ
MỘT SỐ BIỆN PHÁP QUAN TRỌNG GIÚP NGĂN NGỪA TAI NẠN THƯƠNG TÍCH CHO TRẺ
CHO TRẺ HỌC BƠI
TẠI SAO TRẺ PHẢI HỌC BƠI?
CẦN CHUẨN BỊ NHỮNG ĐỒ DÙNG NÀO CHO CON?
TRẺ NÊN HỌC BƠI TỪ MẤY TUỔI?
LÀM GÌ KHI TRẺ SỢ NƯỚC?
ĐỂ TRẺ TẬP BƠI THÀNH CÔNG
GIỮ SỨC KHỎE CHO TRẺ KHI ĐI BƠI NHƯ THẾ NÀO?
DẠY CON BIẾT TỰ VỆ
PHẦN II NHỮNG KIẾN THỨC CHA MẸ CẦN CÓ
VAI TRÒ CỦA CHA MẸ TRONG VIỆC GIÁO DỤC TRẺ
LÀM CHA MẸ - MỘT "NGHỀ NGHIỆP" ĐẶC THÙ
NHỮNG NGUYÊN TẮC CƠ BẢN ĐỂ THỰC HIỆN TỐT VAI TRÒ LÀM CHA MẸ
NHỮNG YẾU TỐ ẢNH HƯỞNG ĐẾN VIỆC GIÁO DỤC CỦA CHA MẸ
KẾT LUẬN
ĐẶC ĐIỂM TÂM LÝ TRẺ TỪ 0 - 6 TUỔI
ĐẶC ĐIỂM TÂM LÝ TRẺ TỪ 0 - 1 TUỔI
ĐẶC ĐIỂM TÂM LÝ TRẺ 1-3 TUỔI
ĐẶC ĐIỂM TÂM LÝ CỦA TRẺ 3-6 TUỔI
KỸ NĂNG GIÁO DỤC CẢM XÚC CHO TRẺ TỪ KHI LỌT LÒNG ĐẾN 6 TUỔI
KỸ NĂNG GIÁO DỤC CẢM XÚC CHO TRẺ TỪ KHI LỌT LÒNG ĐẾN 1 TUỔI
DẠY CON 0-6 TUỔI: HỌC BẰNG TRÒ CHƠI
TRÒ CHƠI VÀ SỰ TRƯỞNG THÀNH CỦA CON
CÁC LOẠI TRÒ CHƠI, ĐỒ CHƠI VÀ CÁCH CHỌN ĐỒ CHƠI

DẠY CON CHƠI QUA TỪNG GIAI ĐOẠN
KỸ NĂNG GIÁO DỤC TRÍ TUỆ CHO TRẺ 0-6 TUỔI
KHÁI NIỆM
KỸ NĂNG GIÁO DỤC TRÍ TUỆ
CHUẨN BỊ TÂM LÝ CHO TRẺ VÀO LỚP MỘT
VÌ SAO CẦN CHUẨN BỊ TÂM LÝ CHO TRẺ VÀO LỚP MỘT?
CHUẨN BỊ TOÀN DIỆN CHO TRẺ VÀO LỚP MỘT
PHẦN III GỠ RỐI: TƯ VẤN CÁCH DẠY CON
DẠY CON TRONG GIA ĐÌNH MÂU THUẪN
CÂU HỎI:
TRẢ LỜI:
KHI CON ƯƠNG BƯỚNG
CÂU HỎI:
TRẢ LỜI:
TRẺ GANH TỴ VỚI EM
CÂU HỎI:
TRẢ LỜI:
CON HỌC ÔSIN... CHỬI THỀ
CÂU HỎI:
TRẢ LỜI:
CHUẨN BỊ CHO CON VÀO LỚP MỘT
CÂU HỎI:
TRẢ LỜI:
GIÚP CON TỰ GIÁC HỌC TẬP
CÂU HỎI:
TRẢ LỜI:
GIÚP CON KHÔNG NGHIỆN GAME
CÂU HỎI:
TRẢ LỜI:

DẠY CON BIẾT CHIA SẺ

CÂU HỎI:

TRẢ LỜI:

CON HƯ TẠI... HÀNG XÓM?

CÂU HỎI:

TRẢ LỜI:

CHỮA TẬT TÁY MÁY CỦA TRẺ

CÂU HỎI:

TRẢ LỜI:

TRẺ BẮT CHƯỚC "CHUYỆN NGƯỜI LỚN"

CÂU HỎI:

TRẢ LỜI:

YÊU BẠN KHÁC GIỚI

CÂU HỎI:

TRẢ LỜI:

BỆNH TỰ KỶ

CÂU HỎI:

TRẢ LỜI:

CHẬM PHÁT TRIỂN NGÔN NGỮ

CÂU HỎI:

TRẢ LỜI:

BÉ ĐÁI DẦM

CÂU HỎI:

TRẢ LỜI:

CON TRẦM CẢM

CÂU HỎI:

TRẢ LỜI:

CON TRAI THÍCH GIỐNG CON GÁI

CÂU HỎI:

TRẢ LỜI:
LỜI CẢM ƠN
HỌC KỸ NĂNG LÀM CHA MẸ
TÀI LIỆU THAM KHẢO CHÍNH
Mục lục
PHỤ LỤC TRIẾT LÝ VỀ GIÁO DỤC GIA ĐÌNH
CHO CON CÁCH SỐNG

LỜI GIỚI THIỆU

Người xưa có câu "*Dạy con từ thuở còn thơ*"; các nhà tâm lý hiện đại cũng cho rằng "*Nếu con sinh ra đến ngày thứ ba cha mẹ mới dạy là đã muộn mất hai ngày*". Thực vậy, ngay khi rời khỏi bụng mẹ là em bé đã hòa nhịp cuộc sống cùng xã hội. Nếu các loài thú chỉ cần thức ăn thì con người còn cần ở cha mẹ cả tình yêu thương với sự hiểu biết và trách nhiệm. Trách nhiệm và tình cảm với con thì cha mẹ nào cũng có, nhưng thể hiện thế nào là vấn đề cần được nghiên cứu, làm sáng tỏ, chuẩn hóa và phổ biến.

Việc đứa trẻ ngoan, hư, tự tin, nhút nhát... trong tính cách, đẹp xấu trong hình thể không phải do trời định mà do sự tác động và dạy dỗ ngay từ khi bắt đầu phôi thai hình thành nên đứa trẻ.

Làm cha mẹ là một thiên chức thiêng liêng; trang bị kiến thức để nuôi dưỡng và dạy dỗ con cái nên người luôn là sự trăn trở của các bậc cha mẹ, vì thế, cuốn sách này góp phần trang bị một số kỹ năng thiết yếu trên bước đường làm cha mẹ, giúp cha mẹ thực hiện tốt nhất vai trò của mình.

Trân trọng giới thiệu cùng độc giả!

Thay mặt nhóm tác giả

GS.TS. Vũ Gia Hiền

CON VÀ CHA MẸ: MỐI QUAN HỆ CỘNG SINH

- Ngô Phương Thảo

Một bác sĩ chuyên khoa nhi nổi tiếng mát tay, nhận được lá thư của một bà mẹ trẻ, hỏi rất thật lòng: "Bác sĩ ơi, tôi được biết sữa mẹ rất tốt cho trẻ nhỏ. Con tôi lười ăn, khó uống sữa, chỉ thích bú ti mẹ. Cháu bú mẹ nay đã 2 tuổi, tôi muốn cho cháu bú mẹ lên đến 3 tuổi, như vậy có phù hợp không? Tôi nên theo chế độ dinh dưỡng nào để có sữa đủ cho cháu bú?".

Vị bác sĩ trả lời cũng rõ ràng, dễ hiểu: "Sữa mẹ chỉ thực sự tốt nhất từ 0 đến 6 tháng, nhiều nhất là một năm đầu đời. Sau đó, các chất dinh dưỡng không còn đủ cho bé. Ngược lại, nếu nuôi bé bằng sữa mẹ đến năm 3 tuổi, bé không những không cải thiện được hành vi ăn uống, mà tệ hơn nữa, sẽ dẫn đến suy dinh dưỡng. Trong trường hợp này, mẹ cần cố gắng tập thói quen ăn dặm cho trẻ, tìm cách cho trẻ hào hứng với bữa ăn, chứ không thể thay thế sữa mẹ cho đến năm bé 3 tuổi! Vì như thế, chắc chắn mẹ và bé sẽ 'ghiền nhau', mẹ đi làm không đặng, con đi học không đừng!".

Qua một chuyện bú mớm, chợt nghĩ, hình như các bà mẹ bây giờ đang chuyển từ thái cực này sang thái cực khác! Cách đây vài năm, rộ lên chuyện chị em cấm tiệt con bú mớm, rủ nhau sinh mổ để khỏi đau đẻ, cho con bú bình tuyệt đối để khỏi xệ ngực, thì nay lại chuyển sang mê

đẻ, mê cho con bú, mê tự tay chăm sóc con và mê mẩn vai làm mẹ của mình.

Một mẹ trẻ 25 tuổi, sinh con lần đầu tiên, trong một tuần sau khi đẻ đã thay lần lượt ba người giúp việc! Đến bà ngoại đứa bé dù rất thương con, thương cháu cũng ngậm ngùi ra về, vì chịu không nổi tính khí kỹ lưỡng quá sức của cô con gái. Bà mẹ này đã ẵm tám đứa con, nhưng không thể ẵm đứa cháu ngoại cho vừa ý cô con gái út. Nào là ẵm cháu phải ẵm theo góc nghiêng 30 độ, cho bú sữa bình cũng phải canh cho góc nghiêng 45 độ, thay tã phải vuông góc các bề mặt với nhau, quần áo bé phải giặt tay bằng xà bông cục, không giặt bằng xà bông giặt, dị ứng da của bé... Bà mẹ trẻ này, có thể đã đọc hàng chục cuốn sách về kỹ năng chăm sóc em bé của hàng chục nhà xuất bản khác nhau, nhưng có lẽ chưa biết được kiến thức này: muốn làm cho con hạnh phúc, hãy làm cho mình hạnh phúc! Vì niềm hạnh phúc và tươi vui của mẹ sẽ lan tỏa đến đứa nhỏ, sẽ khiến đứa nhỏ cảm nhận được tinh thần trong trẻo, hài hòa, thoải mái của từng tế bào đang nâng niu nó! Điều đó khác biệt với một bà mẹ chăm chăm tìm bới những lỗi to lỗi nhỏ trong quá trình chăm sóc con mình, làm cho không khí gia đình căng thẳng, ngột ngạt, và hậu quả cuối cùng là chỉ còn hai mẹ con tự chăm sóc lẫn nhau!

Câu cửa miệng dễ dàng nghe ở nhiều cuộc vui: "Hy sinh đời bố, củng cố đời con". "Đời bố", cũng có thể hiểu là đời mẹ, đời cha mẹ. Nhiều người mẹ chấp nhận một cuộc sống mình không mong muốn, chỉ để con mình có đủ cha đủ mẹ, dù những đứa trẻ trong gia đình thì ước gì cha mẹ nó... chia tay! Bởi tiếng bấc tiếng chì, những lần dằn mâm ném chén, những ngày tháng chiến tranh lạnh lẽo trong thứ tiếng súng đạn câm lặng, biến những đứa trẻ thành những viên đá khô cứng, tự giãy giụa với bóng mình hằng đêm với khao khát được "làm trẻ thơ" trong thân hình bé thơ còm cõi. Nhiều người cha ra ngoài với những nhân tình ướt át thú vị để chạy trốn người vợ đã chai lì cảm giác yêu đương, những buổi tối trở về nhà đóng vai "cha" gượng gạo, dù gì, có còn hơn không!

Những người mẹ, trong thời đại nam nữ mất lòng tin lẫn nhau quá nhiều, bởi các trang báo mạng hàng ngày tố chồng ăn chả vợ ăn nem, liền chuyển tình yêu và mối quan tâm của mình sang con cái. Uống thứ sữa tốt nhất, học ở trường "đỉnh nhất", chơi đồ chơi xịn nhất. Trẻ chưa tới 4 tuổi, mẹ đã bắt đầu tìm thầy cho học chữ, tay trẻ còn non nớt cũng cố gò cho tròn nét, rồi trầy trật con khóc mẹ rầu, liền lên facebook than thở: "Dạy con học chữ, sao khổ quá đi!". Thay vì sợ con thua thiệt bạn bè khi chưa biết chữ ở tuổi lên 4, mẹ có thể cùng con chơi thả diều, đọc sách cho con nghe, chơi tô màu, chơi đố chữ. Mẹ cũng không nhất thiết phải bằng mọi giá chạy vạy cho con được học trường tốt nhất để "giải quyết khâu oai", chỉ cần tìm trường đủ gần nhà để con đi học không phải hít khói bụi, không bị nhiễm lạnh vì phơi sương sớm. Mẹ cũng không cần gồng mình lên để mua những đồ chơi tính bằng tiền triệu, trong thời buổi vật giá leo thang, để chứng minh con cái là số một của mình.

Có câu chuyện, một bà mẹ hiện đại có một cậu con trai hiện đại, năm nay chàng ta tròn 18 tuổi. Một hôm, chàng ta hẹn với một người phụ nữ ngoài ba mươi trong một quán cà phê dễ thương để bàn chuyện công việc. Cuộc trò chuyện đang hồi gay cấn, thì điện thoại của cậu vang lên, và màn hình nhấp nháy dòng chữ "sư tử nhà"! Cậu lặng lẽ bấm điện thoại nghe với giọng nói cực kỳ từ tốn: "Dạ con nghe mẹ!". Không rõ từ trong điện thoại phát ra những thứ tiếng gì, chỉ thấy chàng ta nhăn mặt, đưa điện thoại ra xa. Sau cùng, chàng nói: "Mẹ muốn con về nhà, mang bỉm và đi loanh quanh trong sân thôi sao?", nói rồi, chàng cúp máy. Một phút sau, điện thoại của chàng tiếp tục kêu lên. Lần này, người mẹ muốn gặp người phụ nữ đi với chàng. Bà nói: "Em ơi, chị cảm ơn em trước, chị nhờ em giúp chuyện này: từ giờ về sau, em để yên cho thằng con chị học hành, năm nay nó thi cuối cấp, nó không rảnh để làm mấy chuyện tào lao đâu em!". Người phụ nữ cũng im lặng nghe, rồi dạ. Khi cuộc điện thoại chấm dứt, chàng trai 18 tuổi ngại ngùng nói với người phụ nữ đi cùng: "Con xin lỗi cô, mẹ con là người biết làm mọi thứ, chỉ có hai thứ không làm được, đó là làm thinh và làm biếng!".

Làm cha mẹ là công việc dài nhất của một đời người, một công việc mà bạn không thể xin nghỉ việc, không thể mua bảo hiểm, không thể từ chối, càng không thể bị sa thải. Chúng gắn chặt vào bạn, nhiều khó khăn, đầy thử thách, nhiều vinh dự, đầy hạnh phúc. Nhưng điều đó

không có nghĩa là bạn sống cả đời chỉ với vai trò làm cha, hay làm mẹ. Bạn có nhiều vai trò khác và đừng từ chối sống tử tế với bản thân mình. Và nếu có thể, hãy cho phép mình thêm một vai trò: là bạn của con. Vì từ tình bạn, sẽ có một mối quan hệ cộng sinh đầy bình đẳng: mẹ chăm sóc con, và con chăm sóc mẹ; mẹ yêu thương con, và con yêu thương mẹ. Mẹ rửa chén, con quét nhà, dù cây chổi của con bé tí xíu chẳng quét được bao nhiêu, nhưng hãy cho con được bình đẳng trong mối quan hệ cộng sinh với cha mẹ mình. Bạn là người sinh ra con, nhưng cũng có thể tìm được tình bạn đích thực nơi ấy. Vì sao ư? Đơn giản vì chia sẻ với người bạn, dù sao, cũng dễ dàng hơn!

"Nếu nói vận mệnh của một quốc gia nằm trong tay những nhà cầm quyền, chi bằng hãy nói rằng, nó nằm trong tay của những người mẹ. Vì vậy, chúng ta cần phải nỗ lực, khuyến khích các bà mẹ - những nhà giáo dục của nhân loại."

- Nhà triết học Friedrich Engels

DẠY CON BIẾT YÊU THƯƠNG

- Ths. Phạm Thị Thúy

Yêu thương mang lại hạnh phúc cho con người. Mệnh đề này chưa thật chính xác nếu chúng ta yêu thương không đúng cách. Muốn yêu thương mang lại hạnh phúc, chúng ta phải học, trẻ em lại càng cần phải học để biết yêu thương.

Có ý kiến cho rằng giới trẻ hiện nay vô cảm hơn trước, hung hăng hơn trước, thể hiện cụ thể qua các vụ bạo lực học đường ngày càng gia tăng. Nguyên nhân phải chăng vì cha mẹ chưa dạy cho các em bài học yêu thương ngay từ khi còn bé?

Những trẻ có hành động vô cảm như báo chí đưa tin là rất đáng thương. Chúng là nạn nhân của thực trạng giáo dục, của xã hội, nhà trường và gia đình. Tại sao các em mất kiểm soát cảm xúc đến mức làm những việc mà bình thường cho các em làm, chưa chắc các em đã dám làm. Ta cũng đã thấy rất nhiều nước mắt hối tiếc từ chính các em đó thôi. Tại người lớn vô cảm? Tại áp lực học tập? Tại môi trường học không thân thiện, thiếu tình yêu thương? Tại cha mẹ không biết yêu thương các em?

Phân tích vấn đề này, có lẽ cần một nghiên cứu chuyên sâu. Cá nhân tôi nhận thấy nguyên nhân từ cha mẹ là lớn nhất. Vì cha mẹ chưa dạy cho các em bài học yêu thương ngay từ bé. Từ khi còn là bào thai, các em đã rất cần được thai giáo, cần dưỡng chất yêu thương từ cha mẹ và mọi người xung quanh để trưởng thành cả về trí tuệ và nhân cách. Nhưng, hiện nay có bao nhiêu bà mẹ được quan tâm, được yêu thương, có bao nhiêu bà mẹ bị bỏ rơi, bị đối xử tệ khi mang thai? Bao nhiêu người cha, người mẹ vì cơm áo gạo tiền đi làm suốt ngày không nhìn thấy mặt con, nói gì đến trò chuyện, quan tâm?

Có một bạn trẻ tâm sự trên diễn đàn: "Chỉ mong cha mẹ dành 15 phút cho con mỗi ngày". Điều này thật đáng suy nghĩ. Nếu hỏi 100 người mẹ có yêu con không, sẽ có 99,9% bà trả lời là có. Nhưng, nếu hỏi 100 đứa con của 100 bà mẹ đó rằng: "Con có cảm nhận được tình yêu của mẹ dành cho con không?", chắc số trả lời "Có" nhỏ hơn rất nhiều.

Dạy trẻ biết yêu thương chính là dạy trẻ nên người. Chỉ có tình yêu mới giúp con người với con người biết "sống cùng" nhau, biết chia sẻ, quan tâm giúp đỡ lẫn nhau để xây dựng cuộc sống chung hạnh phúc. Xã hội hiện đại đang có một căn bệnh "chúng ta sống giữa nhiều người mà không sống cùng nhiều người" (*Đám đông cô đơn,* Riesman). Muốn chữa trị tận gốc căn bệnh này chỉ có thể bằng tình yêu thương. Đây là một môn học khó. Khó nhất của môn này là bắt buộc người dạy phải có "vốn" về chính điều mình muốn dạy.

Môn học "cách yêu thương" này không thể có một giáo án chung cho tất cả các phụ huynh. Mỗi gia đình là một trường học, mỗi cha mẹ là một thầy cô giáo đặc biệt; dạy con không bằng lý thuyết mà bằng hành động, không chỉ giảng giải mà còn cho con cùng tham gia, không áp đặt mà phải cho con tự thay đổi. Cha mẹ là tấm gương để trẻ soi vào, tự học lấy tình yêu thương và tự thể hiện tình yêu thương theo cách riêng của mình.

Nói như vậy không có nghĩa là chúng ta chỉ cần dạy trẻ qua cách sống, không cần dạy trẻ cụ thể. Người lớn biết sống yêu thương là điều kiện cần, biết dạy trẻ thông qua các hoạt động hàng ngày là điều kiện đủ. Vậy, người lớn nên hành động thế nào để con trẻ học được bài học yêu thương?

Biểu hiện của tình yêu thương là sự quan tâm. Bằng những hành động cụ thể, cha mẹ có ý thức dạy con về tình yêu thương sẽ có rất nhiều cách khác nhau, ví dụ cha mẹ xem tivi, đọc báo cùng con, thảo luận về những mảnh đời bất hạnh và cùng bàn cách giúp đỡ trong khả năng của gia đình. Cha mẹ quan sát những người sống xung quanh xem ai cần giúp đỡ thì luôn sẵn sàng, vừa "mua láng giềng gần", vừa tập cho con thói quen quan tâm, giúp đỡ người khác.

Gần gũi nhất là những hoạt động trong nhà: sự quan tâm, yêu thương của cha mẹ với nhau và cha mẹ với con cái. Quan tâm, yêu thương đúng cách, đúng điều mà các thành viên trong gia đình đang cần. Con đang cần yên tĩnh, cha mẹ không nên hỏi han nhiều. Đó mới chính là sự quan tâm!

Biết lắng nghe con: lắng nghe khi con nói, lắng nghe cảm xúc của con cũng là cách thể hiện tình yêu thương và dạy con cách yêu thương. Hay đơn giản hơn nhưng vẫn có hiệu quả cao là cha mẹ dành cho con thật nhiều cử chỉ âu yếm, bằng ánh mắt, bằng cái nắm tay, ôm hôn... Cách này giúp trẻ cảm nhận được tình yêu thương của cha mẹ nhanh nhất và nhiều nhất.

YÊU CON VÔ ĐIỀU KIỆN

“Hãy cho con một tình yêu vô điều kiện
Một tình yêu không phụ thuộc vào phiếu điểm ở trường
Rằng đôi tay phải luôn sạch sẽ, rằng con phải thành
người nổi tiếng.
Hãy cho con cảm giác rằng bố mẹ chấp nhận con
bằng cả trái tim
Chấp nhận cả những nhược điểm
Những khả năng, những nét tính cách con.
Hãy cho con nhận biết sự thật; giúp con nhận thấy chính mình
Là con người trong vũ trụ, với nhiều chướng ngại vật
Nhiều cơ hội thành công.
Hãy cho phép con bạn lớn lên
Rồi tạo dựng cuộc sống độc lập với bạn
Đây là những nguyên tắc thể hiện bạn tôn trọng con.”
– Trích *Những lời khuyên dành cho cha mẹ,* Joshua Liebman

DẠY CON BIẾT SỐNG

- Ths. Phạm Thị Thúy

Nhiều bậc cha mẹ luôn băn khoăn trước thực trạng cuộc sống ngày càng phức tạp, có nhiều tiêu cực, nhiều gian dối thì nên dạy con như thế nào. Nếu dạy con những điều tốt, dạy con làm việc tốt sau này, con có bị lừa gạt, bị thiệt thòi không? Nếu cho con thấy những tiêu cực xung quanh thì có khiến con bi quan, thiếu niềm tin hay thậm chí bắt chước theo không?

Cuộc sống như đồng xu, luôn có mặt phải và mặt trái. Mặt phải càng rộng thì mặt trái cũng càng to. Nếu con chúng ta chỉ biết thế nào là tốt và luôn làm việc tốt thì có thể khi bước vào đời các cháu thành "gà công nghiệp", thậm chí sẽ là sự hụt hẫng, là những cú sốc khi các cháu trực tiếp chứng kiến những việc xấu.

Tôi đã gặp một trường hợp, hiện nay anh đã trên 40 tuổi, nhưng làm việc ở đâu anh ta cũng không thích nghi được, ở đâu anh cũng nhìn thấy việc xấu và anh từ bỏ công việc vì không chấp nhận được cái xấu. Và quan niệm thế nào là tốt của anh ta cũng rất khác mọi người, vì vậy anh luôn cảm thấy mình lạc lõng với mọi người. Đồng nghiệp, sếp của anh thì luôn cho anh là khác người, thậm chí là "hâm". Kết quả là đến nay anh vẫn chưa có một chỗ làm ổn định, thu nhập bấp bênh, vợ con chưa lo được.

Với quan niệm trẻ con như tờ giấy trắng nên nhiều cha mẹ chỉ muốn viết lên những điều tốt đẹp, bao bọc con bởi những hoàn cảnh sống tốt, những hành động tốt. Thậm chí, có cha mẹ không cho con chơi với trẻ hàng xóm vì sợ con học thói quen xấu, nói tục, chửi bậy. Có cha mẹ không dám cho con đi bơi vì sợ nước hồ bẩn, không dám cho con tự đi xe đạp ra đường vì sợ tai nạn... Nếu sợ nhiều như vậy thì khi lớn lên con chúng ta sẽ trở thành những đứa trẻ như thế nào? Các cháu có thể tự tin được không, có thể hòa mình vào cuộc sống được không? Có thể sống hài hòa với mọi dạng người trong xã hội không?

Dạy con biết làm việc tốt, sống tốt là rất tuyệt, nhưng như vậy, các cháu sẽ thiếu trầm trọng những kỹ năng sống vốn rất cần thiết khi các cháu lớn lên, bơi trong dòng sông cuộc đời với bao quanh co, khúc khuỷu, những rác rưởi ngăn dòng nước... Các cháu cần biết những cái xấu để tránh, để ứng phó, để dự phòng... Càng biết nhiều cái xấu càng giúp trẻ cứng cáp hơn, trưởng thành hơn, cha mẹ càng đỡ lo con mình bị vùi dập hơn.

Tuy nhiên, cái khó nhất là dạy con biết cái xấu nhưng không bị nhiễm cái xấu. Ông bà ta dạy "*Gần mực thì đen, gần đèn thì rạng*" cũng là để nhắc nhở mỗi người chúng ta: biết cái xấu nhưng đừng gần cái xấu. Dạy con biết phân biệt tốt-xấu, biết làm theo những điều tốt và phòng tránh những điều xấu là điều cha mẹ nào cũng muốn. Muốn nhưng thấy rất khó làm. GS.TS. Trần Văn Khê từng nói, cha mẹ hãy là "lan can cầu cho con", tôi rất đồng cảm. Lan can cầu của cha mẹ sẽ giúp con biết đường tốt mà đi, và tránh ngả sang đường xấu. Cha mẹ đồng hành cùng con để ngăn con không làm điều xấu, biết tác hại của điều xấu, biết ứng phó với cái xấu.

Nhưng dù dạy con cách mấy cũng không thể hóa giải được mọi phức tạp của cuộc sống. Các cháu cần biết tùy cơ ứng biến, chúng ta không thể theo sát mọi lúc, mọi nơi để chỉ bảo.

TRẺ CẦN CÓ TẤM KHIÊN BẢO VỆ

Điều quan trọng là chúng ta giúp con có một tấm khiên để tự bảo vệ mình. Tấm khiên này

vô hình, nó là sức mạnh bên trong của mỗi đứa trẻ. Tấm khiên đó được tạo nên từ lòng tự tin, tinh thần dũng cảm, bản lĩnh và đạo đức. Quan trọng nhất là cho con một nền tảng đạo đức vững chắc, con biết phân biệt tốt xấu, biết đúng sai mà hành xử cho phù hợp. Để con có được điều này, cha mẹ chỉ có thể dạy con bằng chính đạo đức được thể hiện trong hành vi ứng xử hàng ngày của mình chứ không thể dạy bằng lời nói.

Câu "Sinh con rồi mới sinh cha" thật có lý. Có con và muốn dạy con nên người, chúng ta mới thấy càng cần phải học làm cha mẹ, phải tự chỉnh đốn mình mà làm gương cho con. Con học ta qua tấm gương phản chiếu cách chúng ta cư xử với con và với mọi người. Ta đánh mắng con lúc dạy con thì con cũng nhiễm tính bạo lực, đánh mắng bạn bè, đánh mắng người khác. Ta nói dối con thì đến một ngày nào đó con cũng nói dối ta. Ta thất hứa với con thì con cũng sẽ là đứa thích thất hứa. Ta hành xử xấu khi nóng giận thì con chúng ta cũng không biết cách kiểm soát cảm xúc...

Gia đình chính là xã hội thu nhỏ, ta cần chỉ cho trẻ biết khi nào người lớn hành động đúng, khi nào hành động sai để trẻ phân biệt đúng sai, biết lợi ích khi làm việc tốt và hậu quả khi làm việc sai. Thẳng thắn tự nhận lỗi cũng là một cách dạy con. Cùng con quan sát mọi người xung quanh để giúp con biết phân biệt người tốt người xấu. Từ đó dạy con biết cách sống với người tốt và người xấu. Giúp con hiểu ta không thể chọn một môi trường sống chỉ toàn người tốt, bản chất xã hội là có xấu mới có tốt. Cũng nhờ có tốt và xấu luôn song hành ở mọi nơi mọi lúc, cả ở trong chính mỗi người chúng ta, thì cuộc sống mới thực sự đáng sống, mới thử thách lòng người, mới giúp ta ngày càng hoàn thiện hơn... Người xấu giúp ta cũng nhiều như người tốt vậy. Nhờ họ, ta thêm bản lĩnh; nhờ họ, ta hiểu mình cần làm gì, và cần sống như thế nào để không làm tổn thương người khác, để giúp ích cho mình và cho người.

Suy ngẫm
Đừng bao giờ trách móc bất kỳ ai trong cuộc sống của bạn cả!
Vì đơn giản...
Người Tốt sẽ cho bạn Hạnh Phúc...
Người Xấu cho bạn Kinh Nghiệm...
Người Tồi Tệ Nhất cho bạn Bài Học...
Và... người Tuyệt Vời Nhất sẽ cho bạn Kỷ Niệm.

CHA MẸ LÀ NHÀ THAM VẤN

Dạy con biết sống là mục tiêu của các bậc cha mẹ và cũng là thử thách lớn nhất trong sự nghiệp làm cha mẹ! Chỉ lưu ý biết sống trong thời đại của cha mẹ có thể rất khác với biết sống trong thời đại của các con. Xin đừng áp đặt, mà thay vào đó, nên tôn trọng con và tin tưởng con mình sẽ có cách bơi trong dòng sông cuộc đời của riêng con. Cha mẹ chỉ nên là người tham vấn - người biết lắng nghe, biết chia sẻ, biết khơi nguồn tiềm năng, sức mạnh bên trong của con để con đủ vững vàng bước qua mọi thử thách để trưởng thành!

HỎI NHƯ TRẺ LÊN 3

- Ths. Phạm Thị Thúy

Ba tuổi là giai đoạn phát triển đặc biệt của trẻ. Tính cách của trẻ đang dần được định hình nên trẻ có nhiều biểu hiện như: bướng bỉnh hơn, thích làm theo ý mình hơn, nói nhiều hơn, đặc biệt trẻ hỏi rất nhiều. Với những trẻ phát triển tốt thì ba tuổi, trẻ đã nói được nhiều câu hoàn chỉnh, vốn từ phong phú. Việc phát triển ngôn ngữ giúp trẻ phát triển mạnh về tư duy. Trẻ càng muốn khám phá mọi thứ xung quanh. Trẻ hỏi bất cứ thứ gì trẻ nhìn thấy, nghe thấy, thậm chí vừa hỏi xong lại hỏi lại. Trẻ nói nhiều, hỏi nhiều như vậy đôi khi làm người lớn mất kiên nhẫn, quát mắng: "Con hỏi gì hỏi lắm thế! Mệt với con quá đi, đi chỗ khác chơi...".

Người lớn làm vậy có ảnh hưởng gì tới trẻ không? Thực sự, cách ứng xử như vậy ảnh hưởng rất xấu tới trẻ.

Trẻ càng thông minh càng ham hỏi; trẻ càng ham hỏi càng thông minh. Điều quan trọng nhất để học được mọi thứ xung quanh là phải biết hỏi. Kỹ năng hỏi là một kỹ năng quan trọng nhất để mỗi người có khả năng học suốt đời. Và giai đoạn lên 3 cũng là giai đoạn tốt nhất để dạy trẻ kỹ năng này. Nếu cha mẹ vì bận rộn, áp lực từ cuộc sống, công việc mà thiếu đi sự quan tâm tới con, thiếu sự khuyến khích con hỏi, không nỗ lực trả lời các thắc mắc của trẻ thì sẽ là thiệt thòi lớn đối với trẻ. Trẻ sẽ mất dần nhu cầu hỏi để biết, trẻ tự ti, thụ động, kém hoạt bát, sau này lớn lên sẽ không dám đặt câu hỏi với thầy cô để hiểu rõ hơn kiến thức, không dám đặt câu hỏi với chính mình để tự vấn, để tìm cách giải quyết vấn đề hiệu quả... Như vậy, hậu quả lâu dài rất nguy hiểm. Trẻ học kém, giao tiếp kém, làm việc thiếu tính sáng tạo và chủ động.

Với trẻ chủ động hỏi, người lớn cần phải mừng vì trẻ có tố chất thông minh, ham khám phá. Người lớn cần học cách dành thời gian tối đa khi ở bên con cái, "giờ nào việc nấy" để quan tâm thực sự tới con, không bị sao nhãng bởi những lo toan của cuộc sống khi ở cùng trẻ. Khi đó, trẻ hỏi, chúng ta sẽ có đủ kiên nhẫn, bình tâm trả lời.

Với trẻ ít hỏi, người lớn cần đặt câu hỏi cho trẻ trả lời và từ đó khuyến khích trẻ đặt câu hỏi, trẻ học được cách đặt câu hỏi từ người lớn. Cha mẹ có thể hỏi con: "Con có biết tại sao con cần uống sữa không? Con ơi, hôm nay con đi học có vui không?"... Và chúng ta sẽ cùng trẻ trả lời.

Đặt câu hỏi và trả lời là một quá trình tư duy. Trẻ có thể có tư duy tích cực, tư duy sáng tạo, tư duy nhiều chiều, tư duy phân tích hay không chủ yếu được hình thành và rèn luyện qua quá trình hỏi và trả lời. Trẻ nào có sự ham hỏi, mạnh dạn, tự tin hỏi và trả lời, trẻ đó khi đi học sẽ tiếp thu bài nhanh hơn, kiến thức phong phú hơn, ngày càng tự tin hơn và lớn lên khả năng thành công cao hơn.

Dạy trẻ biết đặt câu hỏi là một việc cần được các bậc cha mẹ chú ý. Cách dạy đơn giản nhất là khuyến khích trẻ hỏi thật nhiều: ai, cái gì, ở đâu, khi nào, tại sao, như thế nào? (5W1H). Đây là sáu dạng câu hỏi cơ bản nhất để khám phá thế giới xung quanh. Chúng ta cùng trẻ thực hành hàng ngày, mọi nơi mọi lúc có thể. Chỉ khi cha mẹ thường xuyên hỏi - trả lời thì trẻ mới học được thói quen hỏi - trả lời. Khi con hỏi, có thể câu hỏi còn ngây ngô nhưng tuyệt đối không chê bai trẻ, cần khen ngợi và giúp trẻ đặt lại câu hỏi cho đúng và trả lời trẻ đơn giản, dễ hiểu.

Nhiều trẻ vừa hỏi xong đã hỏi lại ngay cũng là một hiện tượng bình thường ở trẻ lên 3. Có thể trẻ chưa nghe rõ, chưa hiểu ý trả lời của người lớn, có thể đơn giản là trẻ muốn nói chuyện

với chúng ta, muốn gần gũi cha mẹ, muốn cha mẹ quan tâm. Trẻ lên 3 đã đi nhà trẻ, cả ngày xa cha mẹ, trẻ rất nhớ và thấy thiếu tình yêu, sự quan tâm của cha mẹ. Trẻ có nhu cầu muốn được cha mẹ ôm hôn, nói cười, nhìn vào mắt trẻ. Khi trẻ được thỏa mãn sự quan tâm, trẻ sẽ chơi ngoan và đỡ quấy rầy người lớn. Cha mẹ hiểu được tâm lý này chỉ cần dành 5-10 phút thực sự cho trẻ: ôm trẻ vào lòng, hỏi chuyện trẻ thấy ở trường, và nói cha/mẹ nhớ trẻ, yêu trẻ, là trẻ thấy thỏa mãn, yên tâm chơi cho cha mẹ làm việc nhà. Còn nếu cha mẹ quá tất bật với công việc, không chú ý đến trẻ, trẻ sẽ tìm mọi cách quấn chân chúng ta như: ôm chân, nhõng nhẽo, đòi hỏi cái này, cái kia, hỏi liên tục để được cha mẹ nói chuyện cùng...

Trẻ hỏi sẽ học được điều hay. Cha mẹ gieo hạt giống "kỹ năng hỏi" và nuôi dưỡng hạt giống ấy thì sẽ gặt được trái ngọt trong tương lai. Hãy giúp con muốn hỏi, dám hỏi và biết hỏi!

"Nền tảng của giáo dục chủ yếu được xây dựng từ khi trước 5 tuổi, nó chiếm tới 90% chất lượng của quá trình giáo dục. Từ sau 5 tuổi trở đi, tất nhiên vẫn phải tiến hành giáo dục, con người sẽ trưởng thành thêm một bước để rồi đơm hoa, kết trái, nhưng bông hoa mà bạn dày công vun trồng, chăm sóc thực sự đã có nụ từ khi trước 5 tuổi."

- Nhà giáo dục A. X. Macarenco

CHA MẸ LÀM GÌ KHI CON BƯỚNG BỈNH?

- Ths. Phạm Thị Thúy

NHỮNG KIỂU BƯỚNG BỈNH CỦA TRẺ

Hầu hết những lời phàn nàn của các bậc cha mẹ thường tập trung ở một vấn đề gây bối rối nhất cho họ, đó là nuôi dạy những đứa con bướng bỉnh, hay chống đối, ương ngạnh.

Trong vốn từ của trẻ khoảng 2 tuổi trở lên, có một từ thường xuyên được sử dụng là từ "Không!". Thậm chí, cả những đứa trẻ vốn được coi là ngoan ngoãn cũng có lúc trở nên bướng bỉnh. Đặc biệt, trong những dịp lễ Tết, những lúc gia đình bận bịu và đông người, từ "Không" đầy cương quyết ấy lại càng có dịp phát huy.

Khi trẻ lên 4, 5 tuổi, biểu hiện rõ rệt nhất là sự cãi lời cha mẹ. Đến tuổi lớn hơn, trẻ lại nảy sinh nhiều hình thức phản ứng mạnh mẽ như bỏ nhà đi, đến nhà bạn ở tạm, có khi đi "bụi" suốt mấy ngày để thoát ly khuôn khổ gia đình.

TẠI SAO TRẺ BƯỚNG?

Các chuyên gia tâm lý cho biết, thái độ ngang bướng ở trẻ em chỉ là hiện tượng tự nhiên của con người một khi muốn tự rèn luyện ý chí tự lập và thể hiện cá tính, cũng như muốn được sống độc lập. Do vậy, khi cha mẹ gặp phải tình huống trẻ bướng cũng đừng quá bực mình mà chỉ cần thực hiện những phương thức khéo léo để uốn nắn trẻ.

Thật ra thì hành vi bướng bỉnh và chống đối của trẻ ở mỗi giai đoạn phát triển từ lúc còn ấu thơ cho đến tuổi niên thiếu là bình thường. Ngay từ khi còn rất nhỏ, trẻ đã cố gắng học hỏi cách thức đối phó với những quy tắc và luật lệ của thế giới người lớn, đồng thời cũng ra sức đấu tranh cho quyền lợi cá nhân mình. Lẽ thường, tất cả trẻ con đều bướng bỉnh hoặc có biểu hiện chống đối và ương ngạnh vào một giai đoạn nào đấy. Trẻ không thể khôn lớn được nếu không có ý kiến, suy nghĩ, nhu cầu hay những mơ ước riêng tư. Chính những điều này giúp hình thành và khẳng định cá tính của chúng.

Khi trẻ bướng bỉnh nói "Không", thay vì lo lắng, bực tức, bạn hãy vui mừng đi. Bởi đó là biểu hiện trẻ đã biết khẳng định cái tôi của mình. Lên 5 tuổi, trẻ cần có chính kiến riêng, biết chọn lựa một cách độc lập - đó là một khả năng rất quan trọng trong việc tiếp thu kiến thức. Muốn dạy cho con điều này, bạn nên khuyến khích con mạnh dạn nói lên nhận định, ý kiến của mình.

Tuy nhiên, trẻ bướng bỉnh có thể xuất phát từ hai nguyên nhân: tâm lý và sinh lý.

Những nguyên nhân tâm lý khiến trẻ không vâng lời có thể là do thiếu hụt tình cảm vì cha mẹ không có thời gian dành cho trẻ hoặc trẻ bị cư xử quá khắc nghiệt. Chính vì thế, trẻ luôn luôn tìm kiếm sự chú ý. Bướng bỉnh hay chống đối là một trong những cách để trẻ lôi kéo sự chú ý của người khác, thể hiện vai trò của mình.

Chẳng hạn, nếu cha mẹ nói: ''Không nghe lời hãy liệu hồn'' thì những lời đe dọa như thế thường kích thích đứa trẻ bướng bỉnh, nó muốn đương đầu với cha mẹ và xem mình có quyền hạn tới đâu.

Nguyên nhân khá phổ biến khiến trẻ bướng có thể kể đến là do cha mẹ, ông bà quá nuông

chiều hoặc người lớn có sự mâu thuẫn trong việc đưa ra các giới hạn được phép và không được phép. Điều này dẫn đến tình trạng trẻ thường mè nheo người bênh vực trẻ, người không cấm đoán và trở nên bướng bỉnh với mọi người để được chiều theo ý thích.

Một nguyên nhân khác khiến trẻ bướng bỉnh liên quan đến sức khỏe thể chất của trẻ. Khi trẻ ốm, mệt trẻ cũng dễ bướng bỉnh hơn lúc trẻ khỏe mạnh. Chăm lo việc ăn uống, sinh hoạt cho con tốt, phòng tránh bệnh tật cho con cũng là cách giúp trẻ bớt bướng bỉnh.

Theo báo Tuổi Trẻ Online, các chuyên gia tại Bệnh viện nhi Columbus, Ohio (Mỹ) đã thực hiện một nghiên cứu trên các trẻ em ở độ tuổi 6-17 mắc chứng đau nửa đầu. Kết quả cho thấy khả năng trẻ bị đau nửa đầu mắc hội chứng ODD (hội chứng rối loạn thách thức) cao hơn so với trẻ bình thường.

Các bác sĩ khuyên các bậc cha mẹ nên để tâm nhiều hơn đến mối liên hệ giữa các cơn đau đầu và hành vi của trẻ. Họ cho rằng trẻ cần phải được chữa trị đặc biệt nếu trong một tháng, chúng than đau đầu tới 3 lần.

NHỮNG ĐIỀU CHA MẸ CẦN TRÁNH

Đánh hay mắng chửi con

Cách này chỉ làm trẻ bướng thêm. Người lớn thường có nhiều biện pháp buộc trẻ phải nhượng bộ ý muốn của mình như dùng đòn roi, bỏ đói, giam cầm... Nhưng cuối cùng, người thất bại lại chính là cha mẹ chứ không phải con cái, bởi đó chỉ là sự đàn áp chứ không phải giáo dục. Chính những hành vi bạo lực kể trên đã hủy hoại sự phát triển cá tính của đứa trẻ.

Dán nhãn "hư, xấu, tồi..." cho con

Không có một đứa trẻ nào hoàn toàn xấu. Do đó, khi con cái có lỗi, cha mẹ hãy bình tĩnh nhận xét về khuyết điểm đó, không nên ngay lập tức buông ra những lời lẽ ám chỉ kiểu: "Con không hư thì làm sao họ nói con như vậy!". Nếu lỡ con mình có mắc phải sai lầm hay gặp vướng mắc gì thì cha mẹ cũng không nên dùng những lời nói nặng như: "Sao mày ngu thế, dốt thế!". Với những lời nhận xét như vậy, thì cha mẹ đã vô tình xúc phạm trẻ và hất bỏ tất cả mọi cố gắng phấn đấu của trẻ từ trước đến nay, điều đó sẽ gây phản ứng tiêu cực nơi trẻ. Dù cho cha mẹ có giận dữ đến mức nào thì cũng không được quyền xúc phạm nhân cách hay tính tình con cái.

NHỮNG ĐIỀU CHA MẸ NÊN LÀM

Kiềm chế cảm xúc tiêu cực

Những gợi ý phạt con sao cho đúng
1. Không phạt trẻ khi đang nóng giận.
2. Không đánh, mắng. Cần phân tích đúng - sai.
3. Không phạt khi có người thứ ba sẽ khiến trẻ xấu hổ, tự ti hoặc nổi loạn.
4. Hình phạt có thể là không cho đi chơi công viên, nhà sách..., không mua quà, bánh...
5. Làm cho trẻ yêu mến, tin, phục sẽ khiến trẻ dễ nghe lời hơn là các hình phạt.

Khi con bướng, thay vì nóng giận, cha mẹ cần kiềm chế cảm xúc, giữ bình tĩnh. Cha mẹ càng bình tĩnh, giữ nét mặt bình thản, càng dễ dàng ngăn chặn cơn bướng bỉnh của trẻ. Thay vì mắng chửi, cha mẹ nói cho con nghe những cảm xúc của mình, lúc đó sẽ giúp con hiểu cha mẹ hơn mà không xúc phạm đến con. Một cử chỉ tiếc nuối thể hiện trên khuôn mặt, một thái độ ra vẻ thất vọng nhưng vẫn tỏ ra các bạn rất tin tưởng vào sự tiến bộ, đổi thay của con mình tốt hơn là dùng lời cay độc!

Cho con cái cơ hội được nói

Khi con cái của bạn có lỗi, có khuyết điểm, không phải trẻ không đau buồn. Hãy cho con bạn nói lên nỗi lòng của chúng. Cha mẹ cần hiểu được tâm tư nguyện vọng, cũng như tạo được sự gần gũi cần thiết để trẻ có thể bớt sợ mà bộc lộ nguyên nhân hay lý do vì sao chúng phạm lỗi. Có như thế, cơn giận dữ của cha mẹ sẽ giảm bớt đi.

Nói lời xin lỗi

Nếu cha mẹ đã có những lời mắng con một cách quá đáng trong cơn giận dữ, cha mẹ nên thành tâm xin lỗi con. Cha mẹ có thể nói một vài câu dạng: "Hồi nãy mẹ giận quá, nên hơi quá lời, con đừng giận mẹ nhé!" hay "Chắc con ghét cha lắm phải không? Vì cha đã mắng con, cho cha xin lỗi con nhé!"... Khi được nghe những lời xin lỗi như vậy, con cái chúng ta sẽ không bùng phát những hành động tiêu cực phản kháng nữa. Đây cũng là cơ hội dạy con bài học "biết xin lỗi" và thể hiện thái độ tôn trọng con, giúp con thêm tự tin vào giá trị bản thân.

Đưa ra yêu cầu đơn giản, nhẹ nhàng, có giải thích

Thay vì quát con: "Ăn nhanh lên!" hoặc "Có muốn ăn vài roi không?" thì cha mẹ nên nói: "Con ăn nhiều mới khỏe được như siêu nhân chứ!', "Đã trễ lắm rồi. Con phải ăn nhanh để mẹ còn dọn dẹp và nghỉ ngơi nữa chứ. Mẹ còn rất nhiều việc phải làm chứ không thể chờ con mãi". Chính việc đơn giản hóa của người mẹ trước thái độ cứng đầu của đứa con sẽ giúp trẻ biết suy nghĩ về nỗi cực nhọc của mẹ, để từ đó trẻ cảm thấy thương mẹ hơn và không muốn làm trái lời mẹ.

3 phút dạy trẻ bướng bỉnh
1. Chấm dứt ngay hành vi bướng: 1 phút
2. Giải thích đúng sai: 1 phút
3. Tỏ thái độ yêu thương trẻ: 1 phút

Mỗi khi ra mệnh lệnh, cha mẹ không nên bắt trẻ thi hành vô điều kiện, phải giải thích rõ mệnh lệnh để trẻ hiểu và khiến trẻ tự giác làm theo, ví dụ thay vì cấm trẻ: "Không được nghịch nước!", cha mẹ có thể nói với trẻ: "Mẹ nghĩ là con không nên nghịch nước lâu, nếu con nghịch nước sẽ bị ốm như bạn thỏ bông đấy!". Đừng nghĩ rằng trẻ không hiểu nên không cần phải nói. Việc nói rõ như vậy có thể khiến cho trẻ dần dần hiểu và sẵn sàng thực hiện mệnh lệnh của cha mẹ hơn.

Cho con 5 phút chuẩn bị

Thay vì bắt con dừng trò chơi, dừng coi phim ngay lập tức để đi ăn, đi ngủ, đi học... thì cha mẹ nên cho con 5 phút trước khi ngừng các hoạt động yêu thích của trẻ. "Còn 5 phút nữa đến giờ dọn đồ chơi đi ngủ con nhé" hay "5 phút nữa cả nhà sẽ ăn cơm, con chuẩn bị tắt tivi nhé". Những lời báo trước thân thiện như trên sẽ giúp trẻ dễ hợp tác, dễ vâng lời hơn là những lời ra lệnh cứng nhắc.

5 phút là khoảng thời gian tương đối cho trẻ dễ hình dung. Cha mẹ có thể uyển chuyển thay đổi "*thời gian chuẩn bị*" này trong phạm vi cho phép. Để tránh tình trạng trẻ mè nheo đòi thêm, thêm nữa, cha mẹ nên đưa ra giới hạn thời gian càng sớm càng tốt. Ví dụ "Bây giờ con có 30 phút xem tivi nhé". Khi sắp đến giờ kết thúc việc xem tivi đã được thỏa thuận trước, cha mẹ cần báo trước cho con. "Còn 5 phút nữa hết giờ xem con nhé". Và cha mẹ nên kiên quyết khi đã hết thời gian cho phép.

Tỏ thái độ thản nhiên

Những lúc đứa trẻ tỏ ra quá bướng bỉnh, nếu người lớn biết thản nhiên tự chủ thì mọi chuyện sẽ đâu vào đấy. Giận dữ, bực dọc chỉ làm cho sự việc trở nên phức tạp mà thôi. Một bé trai khóc đòi kẹo mút, cả nhà lờ đi, ai làm việc người đó thì đứa bé khóc chán sẽ quay sang tự chơi một mình. Cách này đôi khi có tác dụng rất nhanh so với việc cố gắng thuyết phục cháu ăn

vặt là xấu.

Dứt khoát khi cần

Tất nhiên, có những lúc bạn phải tỏ ra cứng rắn để con mình biết rằng có những chuyện hoàn toàn nghiêm túc, không thể đùa giỡn được, chẳng hạn cấm tuyệt đối việc sờ tay vào ổ cắm điện, leo trèo cạnh cửa sổ hay là buông tay mẹ ra trong khi đi trên đường phố. Nếu đứa trẻ bướng bỉnh trong những lúc như vậy, bạn có thể im lặng kéo con ra chỗ khác mà không cần mềm mỏng hay giải thích gì. Cứ để cho cô cậu hờn khóc một lúc, rồi giải thích lần nữa cho con tại sao không nên làm thế.

> *"Cha mẹ gần gũi thì con cái mới tin tưởng và chia sẻ những tâm tư vui buồn, từ đó sẽ giáo dục được con cái. Ngoài ra, ai cũng biết trẻ rất thích được khen nhưng người lớn thường tiết kiệm lời khen với trẻ, còn nếu bị chê mãi, trẻ sẽ tỏ ra khó chịu và bướng bỉnh hơn. Cần khen chân thành, hợp lý, cụ thể, đúng lúc và trước nhiều người càng tốt. Muốn chê thì phải khen trước, đồng thời gợi ý cách làm tốt hơn, chê hành vi chứ không chê con người".*

Cha mẹ phải dứt khoát khi giáo dục đứa trẻ, nếu cần phải biến lời đe dọa thành hình phạt ngay và đứa trẻ sẽ không bướng được lâu. Chúng sẽ hiểu rằng, tốt nhất là nghe lời bạn nếu không muốn bị phạt.

Tóm lại, làm cha mẹ, ai cũng muốn con mình dễ dạy, nhưng có những lúc chúng ta thấy con trở chứng, cứng đầu. Sự cứng đầu đó không đáng lo ngại, đó là dấu hiệu trẻ muốn thoát ly đời sống ỷ lại để vươn lên đời sống độc lập, tự do.

Ngựa chứng thường là ngựa hay, nếu chúng ta khéo tập luyện cho nó. Nếu đứa trẻ quá dễ bảo, đặt đâu ngồi đó thì dầu nó không bệnh hoạn, tương lai nó cũng chẳng có gì đặc biệt. Bởi vậy, thấy con bướng bỉnh, chúng ta không nên lo mà nên mừng. Điều quan trọng là cách giáo dục, hướng dẫn của chúng ta sao cho con trẻ phát triển đúng mức, trở thành những con người độc lập, sáng tạo, có ích cho đời.

BỨC THƯ GỬI CON

Trong hành trình nuôi dưỡng sự học, nếu hiểu về tâm lý trẻ, đừng trái với quy luật phát triển tự nhiên, thì ít khi ta phải trách phạt con trẻ. Thưởng và Phạt là khái niệm xuyên suốt quá trình này. Và mỗi khi thấy cần phải trách cứ hay phạt trẻ, có lẽ ta nên đọc lại bức thư này. Nó sẽ giúp bản thân sáng suốt hơn khi đưa ra quyết định trách phạt con trẻ. Bức thư được trích trong cuốn "Đắc nhân tâm: Bí quyết để thành công" của Dale Carnegie do học giả Nguyễn hiến Lê dịch.

"Con ơi!... Con ngủ, má đỏ kề trên tay, tóc mây dính trên trán. Cha mới lén vào phòng của con... Cha muốn thú tội với con: lúc nãy, trong khi cha đọc báo trên phòng sách, đợt sóng hối hận xâm chiếm tâm hồn cha. Cha đã hơi nghiêm khắc với con hôm nay. Sáng ngày, trong khi con sửa soạn sách vở đi học, cha đã rầy con vì con chỉ quệt chiếc khăn ướt lên đầu mũi con thôi, cha đã mắng con vì giày con không đánh bóng, cha đã la khi con liệng đồ chơi xuống đất.

Trong lúc điểm tâm, cha lại khiển trách con nữa: con đánh đổ sữa, con nuốt vội mà không nhai, con tì khuỷu tay lên bàn, con phết nhiều bơ lên bánh quá... Khi ra đi, con quay lại chào cha: "Thưa cha, con đi" và cha đã cau mày: "Ngay người lên!"

Buổi tối, vẫn điệu đó. Ở sở về, cha rình con ở ngoài đường. Con chơi bi, đầu gối quỳ trong đống cát, vớ rách, hở cả thịt. Cha đã làm nhục con trước mặt bạn bè vì bắt con đi trước mặt cha cho tới nhà... "Vớ đắt tiền, nếu mày có phải bỏ tiền ra mua, mày mới tiếc của và biết giữ gìn." (Con thử tưởng tượng, có ai, cha mà mắng con như vậy không?)

Rồi con nhớ không? Tối đến, trong khi cha đọc sách, con rón rén vào phòng giấy cha, vẻ mặt đau khổ lắm. Cha ngửng lên, giọng bất bình, hỏi: "Cái gì?".

Con không trả lời, nhưng trong một lúc xúc động không chống lại được, con chạy lại cha, bá cổ cha, ôm cha với tình sùng bái cảm động mà Trời, Phật đã làm nảy nở trong lòng con, mà sự lạnh lùng của cha không làm cho héo được... Rồi thì con chạy lên cầu thang.

Này con, chính lúc đó, cuốn sách ở tay cha rớt xuống và một nỗi sợ ghê gớm xâm chiếm cha. Cái thói hay chỉ trích, trách mắng đã làm cha thành như vậy đó: thành một người cha gắt gỏng. Cha đã phạt con vì con còn con nít mà cha bắt con làm như người lớn. Không phải cha không thương con đâu, nhưng cha đã đòi hỏi ở tuổi thơ của con quá nhiều, cha đã xét con theo tuổi nhiều kinh nghiệm của cha.

Mà tâm hồn con cao thượng, trung trực biết bao! Trái tim nhỏ của con mênh mông như bình minh ló sau rặng đồi. Chỉ một sự hăm hở tự nhiên lại hôn cha trước khi đi ngủ, đủ chứng tỏ điều ấy. Thôi, cha con mình quên hết những chuyện khác đi... Tối nay, cha hối hận lắm, lại nép bên giường con.

Cha biết nếu con có nghe được những lời cha thú với con đây thì con cũng sẽ chẳng hiểu chi hết. Nhưng, ngày mai, con sẽ thấy cha thật là một người cha; cha sẽ là bạn của con, con cười cha sẽ cười, con khóc cha sẽ khóc. Và nếu cha muốn rầy con thì cha sẽ mím chặt môi, và sẽ lặp đi lặp lại, như trong Kinh:

- Con chỉ là một đứa nhỏ... một đứa nhỏ! Cha có lỗi. Cha đã coi con như người lớn. Bây giờ nhìn con nằm trong giường nhỏ của con, mỏi mệt, trơ trọi, cha biết rõ rằng con chỉ là một em bé.

Mới hôm qua, con còn nằm trong tay mẹ con, ngả đầu trên vai mẹ con... Cha đã đòi hỏi con nhiều quá... Nhiều quá lắm..."

GIÁO DỤC GIỚI TÍNH CHO CON

- Ths. Phạm Thị Thúy

Ngay từ năm 1936, trong tiểu thuyết "Làm đĩ", Vũ Trọng Phụng đã viết: "Giáo hóa cho thanh niên biết rõ dục tình là những gì, đó là việc phải làm ngay vậy. Vấn đề nam nữ giao hợp phải đem ra giảng ngay cho tuổi trẻ. Nam nữ thanh niên vào lúc dậy thì, xác thịt rạo rực lên vì những biến đổi âm thầm và sự phát triển của các cơ quan sinh dục là rất dễ hư hỏng, nếu không được bậc cha mẹ chỉ bảo cho những điều cần biết và đề phòng mọi hoàn cảnh xấu hộ cho". Và cả cuốn tiểu thuyết này là một lời cảnh báo, nhắc nhở cho những thầy cô giáo, những người cha, người mẹ sự cần thiết phải dạy cho nữ sinh, nam sinh, cho con trai, con gái những điều cần biết về giới tính, về quan hệ nam nữ, về hôn nhân gia đình nếu không muốn lớp trẻ đi vào con đường lầm lạc như nhân vật Huyền trong truyện.

Lời cảnh báo của Vũ Trọng Phụng đã không được xã hội lưu ý, thậm chí tiểu thuyết mang đậm tính giáo dục này còn bị tẩy chay một thời gian dài. Và tình trạng nạo hút thai, quan hệ tình dục bừa bãi của lớp thanh thiếu niên ở nước ta hiện nay đã và đang khẳng định lời cảnh báo đó. Các nhà quản lý, các nhà giáo dục còn đang tranh cãi có nên đưa giáo dục giới tính, tình dục vào nhà trường hay không? Liệu những người cho rằng đưa giáo dục giới tính vào nhà trường là chưa cần thiết, là vẽ đường cho hươu chạy có biết thực trạng đó không?

Theo thống kê vào tháng 11/2012 của Hội Kế hoạch hóa gia đình Việt Nam, trung bình mỗi năm, cả nước có khoảng 300 ngàn ca nạo hút thai ở độ tuổi 15-19, trong đó 60-70% là học sinh, sinh viên. Với con số kỷ lục này, Việt Nam trở thành nước có tỷ lệ nạo phá thai ở tuổi vị thành niên cao nhất Đông Nam Á và đứng thứ năm trên thế giới. Tỷ lệ trên thực tế còn cao hơn rất nhiều các con số này vì những ca nạo hút dịch vụ chui tại các cơ sở y tế tư nhân không được thống kê. Đây thực sự là vấn đề thịnh suy của giống nòi. Nó không chỉ ảnh hưởng nghiêm trọng tới chất lượng sức khỏe sinh sản, sức khỏe cộng đồng mà còn làm suy giảm những giá trị sống, chuẩn mực xã hội và sự phát triển kinh tế của đất nước.

Cả một thế hệ tương lai của đất nước đang rất cần sự giúp đỡ của gia đình, nhà trường, xã hội. Từ trước đến nay, bao thế hệ người Việt Nam, do ảnh hưởng của tâm lý người phương Đông, đã không dạy về giới tính cho lớp trẻ một cách tường tận. Cha mẹ lo lắng vì sợ nói chuyện tâm sinh lý sớm sẽ khuyến khích con cái tò mò. Vì thế, khi trẻ thắc mắc về các bộ phận sinh dục, thắc mắc trẻ con sinh ra từ đâu, không ai trả lời trực tiếp mà chỉ né tránh hoặc trả lời sai làm các em càng tò mò hơn. Các bài học môn sinh vật về cơ thể người thường được giảng rất sơ sài, hoặc tránh nói đến. Những kiến thức về sức khỏe sinh sản chưa được đưa vào chương trình học, chưa được cha mẹ dạy lại cho con trẻ.

Hiện nay, sách viết về vấn đề này khá nhiều nhưng chỉ một bộ phận rất nhỏ thanh thiếu niên có điều kiện đọc. Còn các em ở nông thôn, vùng sâu vùng xa thì hầu như chưa được biết đến. Nếu trong chương trình học từ tiểu học, kiến thức tâm sinh lý được đưa vào giảng dạy thì sẽ phủ lấp được khoảng trống nguy hiểm về kiến thức này cho thanh thiếu niên.

Còn đối với gia đình, các bậc cha mẹ có thể làm gì để giúp con mình? Theo phương pháp của các nhà nghiên cứu tâm sinh lý thiếu niên và các nhà tâm lý học thì cha mẹ có thể:

Cung cấp sách báo về tâm sinh lý để giúp trẻ hiểu thấu đáo về bản thân để trẻ không hành động như những kẻ ngốc. Nói về tình dục và ngừa thai không có nghĩa là bạn cho phép con mình thực hiện những điều ấy, mà là để con có nhận thức và có kiến thức về việc ấy.

Cha mẹ không nên quá nghiêm khắc hay tránh né khi trẻ có vấn đề cần hỏi. Hãy cho trẻ thấy cha mẹ lúc nào cũng lắng nghe, sẵn sàng thảo luận cùng con. Nếu vấn đề con bạn nêu làm bạn thực sự lo ngại hoặc giận dữ, thì hãy cố gắng kiềm chế và không được gạt phắt ngay vấn đề mà con đang trình bày.

Hãy giúp trẻ phát huy lòng tự trọng và nhân cách. Cha mẹ nên hướng con vào những hoạt động lành mạnh như chơi thể thao, tham gia các câu lạc bộ.

Những tấm gương tốt luôn có giá trị đối với trẻ. Nếu trẻ biết được là một ai đó đang giúp đỡ mọi người thì sẽ tin cậy người đó, sẽ hỏi han người đó về tình yêu, tình dục mà không sợ bị quở trách. Cha mẹ có mối quan hệ tốt, thường xuyên chăm sóc nhau sẽ giúp con cái nhận ra những giá trị tình cảm chân thành. Nếu bạn là cha, hãy quan tâm đến con gái mình. Nếu bạn tự nhiên không còn ôm lấy con khi cô bé trở thành thiếu nữ mà không giải thích vì sao, thì sẽ làm cô con gái bị tổn thương.

Tạo những giới hạn hợp lý. Cha mẹ không nên giữ chặt con cái mình, vì sự khắt khe quá mức có thể làm con cái trở nên bất trị. Cha mẹ thường hay nghĩ rằng họ có thể ngăn ngừa chuyện quan hệ tình dục của con bằng cách quản lý giờ giấc nghiêm ngặt. Thế nhưng, thông thường những chuyện như thế lại hay xảy ra ở nhà, khi cha mẹ đi vắng. Các bậc cha mẹ nên cảnh giác để con không có quan hệ với những bạn bè hư hỏng.

Đừng nên cho con uống rượu trong những buổi tiệc tùng. Hãy giải thích rõ cho con biết khi say, con người sẽ mất hết lý trí và dễ làm những chuyện sai trái. Sự nghiêm khắc của bạn sẽ giúp con dễ từ chối khi bị bạn bè ép buộc. Con bạn có thể nói: "Cha mẹ không cho phép mình làm điều đó".

Cách tốt nhất để cha mẹ ngăn ngừa con mình dính đến tình dục quá sớm là giúp con hiểu rằng con có một tương lai xán lạn đang chờ đón, nhưng con sẽ đánh mất tương lai ấy nếu sớm bị tình dục lôi kéo. Cha mẹ hãy tôn trọng, lắng nghe những ước mơ của con cái, khuyến khích con nói về những hoài bão, nghề nghiệp trong tương lai. Bọn trẻ cần hiểu rằng khi đã thật sự trở thành người lớn, những nụ hôn, những cái nắm tay mới thật sự thú vị. Chúng sẽ dành thời gian để học hành, tự hoàn thiện bản thân trước khi bước vào cuộc sống của một người trưởng thành.

DẠY CON... NGƯỢC

- Ths. Phạm Thị Thúy

Dạy con là một trong các công việc phức tạp nhất của người làm cha mẹ. Về lý thuyết dạy trẻ, phần đông họ biết rõ mình nên và không nên làm gì. Nhưng đôi khi vì tâm trạng không vui, bận việc hay vì giận chồng/vợ... mà khi trẻ làm sai, bướng, cha mẹ đã mắng, đánh con... mà không chú ý đến tác dụng ngược của cách giáo dục đó.

Một số bậc cha mẹ khi con làm sai thường có những câu nói ngược, nói lẫy như khi con ra nắng thì người mẹ lại nói: "Có giỏi thì ra nắng nữa đi!", mà không giải thích cho trẻ hiểu tại sao không được ra nắng. Trẻ luôn tin vào lời nói của cha mẹ và chưa nhận thức được cảm xúc giận dữ, không bằng lòng khi cha mẹ nói câu ngược đó. Trẻ có thể vì sự ngây thơ của mình mà nghĩ mẹ đang khuyến khích mình ra nắng. Điều nhầm lẫn này sẽ làm cho trẻ khó phân biệt được hành vi nào được làm và hành vi nào không được làm. Chỉ khi trẻ lặp lại hành động không được phép đó và bị cha mẹ trừng phạt vì không nghe lời, trẻ mới biết đó là việc không được phép làm. Từ đó, trẻ có tâm trạng hoang mang, mất niềm tin vào chính cha mẹ của mình. Trẻ sẽ cảm thấy mình bị oan, bị tổn thương: "Ủa, lần trước mẹ bảo cứ làm đi mà, sao giờ lại không được làm?". Và trẻ thu mình lại hay phản kháng cha mẹ trong một dịp khác.

Một ví dụ khác về tác dụng ngược trong cách giáo dục của cha mẹ có thể kể đó là có khá nhiều cha mẹ lấy những hình ảnh xấu dọa con mình như dọa ma, dọa ông kẹ, ông ba bị... nhằm làm trẻ sợ mà dừng những hành động bướng bỉnh của trẻ hay đơn giản là để thúc trẻ ăn và ngủ. Cách này có vẻ có tác dụng tức thì. Trẻ sợ và làm theo ngay lệnh của cha mẹ. Nhưng tác dụng ngược thì lớn hơn rất nhiều. Nhẹ thì có thể làm cho trẻ bị ám ảnh và ngủ mơ ác mộng, nặng thì có thể làm cho trẻ luôn sợ hãi trước những gì có vẻ lạ, giống những thứ mà cha mẹ hay đem ra dọa, từ đó trẻ mất tự tin, nhút nhát trước người lạ, hoàn cảnh lạ.

Nhiều bậc cha mẹ kêu than con mình nhát quá, đi vào phòng tối cũng sợ ma, gặp người lạ là chạy trốn sau lưng cha mẹ..., nhưng họ không thể ngờ rằng hiện tượng đó là vì khi còn bé, các cháu đã bị chính cha mẹ gieo vào lòng những nỗi sợ đó. Thậm chí, có cha mẹ đem công an, cảnh sát ra để dọa trẻ, bắt trẻ làm theo ý mình. Điều này có hậu quả rất xấu, có thể làm trẻ có suy nghĩ sai lệch về người chiến sỹ công an, cảnh sát. Khi các em lớn lên, bị người lạ xâm hại, các em không dám tìm đến công an, cảnh sát nhờ giúp đỡ. Hơn ai hết, cha mẹ cần giúp trẻ có cái nhìn thân thiện với những người làm nhiệm vụ bảo vệ an ninh trật tự để khi cần các cháu tìm kiếm sự trợ giúp. Đơn giản như khi cháu bị lạc đường, cháu biết tìm đến công an, cảnh sát để hỏi chứ không hỏi người lạ cũng đã giúp các cháu rất nhiều trong việc tránh xa nguy hiểm.

Ngay từ khi trẻ tò mò muốn khám phá mọi thứ xung quanh (thường là khi trẻ biết bò), chúng ta đã cần trò chuyện với trẻ, chỉ cho trẻ biết việc mình được làm và không được làm. Điều này sẽ giúp trẻ biết phân biệt đúng sai, định hình rõ các nguyên tắc sống trong một cộng đồng khi lớn lên, từ đó trẻ hòa nhập vào cuộc sống dễ dàng hơn, tự do hơn.

Có lẽ không bao giờ là quá muộn để các bậc cha mẹ ý thức rõ về tác hại của một số cách giáo dục con của mình. Hai cách giáo dục phản tác dụng trên vẫn đang còn khá phổ biến ở nước ta. Ngoài ra, còn rất nhiều cách giáo dục cần xem lại. Vì tương lai của con em mình, các bậc cha mẹ luôn cần sự cân nhắc nên nói gì, làm gì với các con của mình.

"Một người cha còn hơn cả trăm người thầy."

- Herbert

GIÚP TRẺ HẠN CHẾ XEM TIVI

- Ths. Phạm Thị Thúy

Xem tivi nhiều gây tác hại đối với trẻ. Trước tiên, mắt trẻ dễ bị cận thị, các tế bào thần kinh bị ảnh hưởng. Bên cạnh đó, do ngồi một chỗ, ít vận động nên tác phong chậm chạp, dễ béo phì... Lâu dần, trẻ sẽ trở nên thụ động trong giao tiếp. Ngoài ra, trẻ còn bị ảnh hưởng xấu khi xem chương trình của người lớn, đặc biệt phim tình cảm dễ dẫn đến dậy thì sớm, quan tâm đến chuyện yêu đương sớm.

Những biểu hiện dễ nhận thấy trẻ thích xem tivi và xem tivi quá nhiều là trẻ xem quá hai giờ/ngày, xem liên tục không tự nghỉ. Khi cha mẹ bắt ngừng xem thì tỏ ra khó chịu, bứt rứt không yên và không thiết tha với bất cứ trò chơi nào khác.

Để hạn chế điều đó, trước hết, các bậc cha mẹ lấy chính mình làm tấm gương, tránh xa tivi để cho trẻ quen với môi trường đó. Vai trò của cha mẹ rất quan trọng khi giúp trẻ điều chỉnh thói quen, bởi cha mẹ là những người gần gũi nhất, có tác động mạnh nhất tới trẻ. Nếu trẻ đã nghiện xem tivi, cần có biện pháp cai từ từ. Việc ngăn cấm ngay lập tức sẽ tạo nên những phản ứng xấu từ trẻ (bỏ ăn, cãi lại, bướng bỉnh..., thậm chí thu mình trong phòng, tự tử...).

Trẻ chỉ có thể bớt xem tivi nếu cha mẹ tạo ra nhiều hoạt động hấp dẫn cho trẻ, ví dụ như tổ chức trò chơi cho cả nhà, đi chơi ngoài trời (chơi thú nhún, công viên...), đi thăm anh em họ hàng, bạn bè có con nhỏ cùng tuổi con mình để giao lưu, vui chơi. Cha mẹ cần quan tâm, nói chuyện với trẻ về các nhu cầu của trẻ, vừa nói chuyện vừa đùa vui. Các trò chơi vui vẻ giữa cha mẹ và con rất cần cho sự phát triển toàn diện về thể chất và tinh thần cho trẻ. Các hoạt động này cũng giúp trẻ quên tivi.

Cần quy định rõ với trẻ được xem tivi giờ nào trong ngày, thời gian bao lâu và theo dõi có thưởng phạt kịp thời cho trẻ. Tốt nhất là chỉ nên cho trẻ xem tối đa 30 phút mỗi lần; vào dịp hè, xem hai lần/ngày; vào năm học, chỉ nên xem một lần/ ngày. Trẻ dưới 2 tuổi tốt nhất là chưa cho xem tivi. Tất nhiên, cha mẹ không nên máy móc quá. Nếu trẻ đang xem dở một chương trình nào đó trẻ thích, thì cha mẹ nên kiên nhẫn cho trẻ xem hết và trừ giờ cho những lần xem sau. Cách này tốt hơn là bắt trẻ tắt tivi khi đang giữa chương trình hay của trẻ. Cách ứng xử mềm dẻo, linh hoạt của cha mẹ với trẻ sẽ giúp trẻ thêm gần gũi cha mẹ và biết nghe lời cha mẹ hơn. Một kinh nghiệm hay là quy định giờ xem cho trẻ. Trẻ bắt đầu mở tivi là chỉ đồng hồ cho trẻ biết được xem 30 phút và đến thời điểm nào là kết thúc. Cha mẹ cũng luôn nhắc: "Năm phút nữa hết giờ nhé" để trẻ không bị hụt hẫng khi mẹ tắt tivi.

Cha mẹ nên cùng xem với con để định hướng chương trình nào con nên xem và trao đổi với con về những chương trình ấy. Qua những câu chuyện, trò chơi, hoạt động trên tivi, cha mẹ có thể lồng vào những bài học giá trị sống, kỹ năng sống cho trẻ, ví dụ xem chương trình truyện cổ tích, cha mẹ cùng trẻ rút ra bài học bổ ích như sự trung thực, lòng thương người...

HÃY ĐỂ TRẺ TIN VÀO NHỮNG LỜI HỨA

Có rất nhiều câu chuyện cha mẹ không giữ lời hứa với con, từ đó dẫn tới việc con sau đó không nghe lời, hoặc trách móc người lớn cứ bắt trẻ giữ lời hứa trong khi người lớn lại quên.

Có thể trẻ em chưa nói lên suy nghĩ của mình, nhưng việc người lớn hứa mà không thực hiện sẽ tác động, ảnh hưởng tới tâm lý của trẻ như làm trẻ cảm thấy không được tôn trọng,

lâu dần dễ khiến trẻ mất niềm tin vào mọi người, mọi thứ xung quanh. Vì thế, người lớn phải ý thức được tầm quan trọng của việc giữ lời hứa.

Để những cái gật đầu không thành lời hứa lèo, người lớn hãy chú ý hơn tới những cái gật đầu, nghĩ xem lời hứa sẽ khả thi tới mức nào... Khi đã hứa, nên có điều kiện kèm theo, chú tâm thực hiện cho bằng được và khi không thể thực hiện được, thì phải giải thích để trẻ dễ dàng chấp nhận. Nếu không giữ được lời hứa thì nên xin lỗi trẻ và cố gắng đừng tái diễn.

- Ths. Phạm Thị Thúy

CON TRẺ VÀ GAME ONLINE

- Ths. Phạm Thị Thúy

Game online, đề tài đang được nói nhiều trong thời gian gần đây, có phải là nguyên nhân chính tạo nên những thói hư, tật xấu cho giới trẻ?

Gần đây, tình trạng một số bạn trẻ tham gia vào các tệ nạn xã hội như đua xe, sử dụng ma túy, quậy phá, đánh nhau, nghiện game online... đang ở mức báo động, gây lo lắng cho xã hội, nhà trường, gia đình.

Đây là điều đáng tiếc, nhưng xét cho cùng, bản thân các bạn trẻ rất đáng thương. Nguyên nhân sâu xa của vấn đề xã hội này là từ giáo dục gia đình. Đứng trước cơn bão kinh tế, cha mẹ phải vất vả kiếm sống hoặc lao vào kiếm tiền cho thật giàu. Điều này đã làm họ quên mất trách nhiệm dạy dỗ con cái.

Con trẻ không được chăm lo, dạy dỗ chu đáo cũng như thiếu sự quan tâm, tình yêu thương thực sự, sẽ cảm thấy chơi vơi giữa dòng chảy cuộc sống. Các em rất dễ trở thành nạn nhân cho những kẻ xấu dụ dỗ. Bản thân trẻ cũng có những bức bối tích tụ lâu ngày nên dễ phát sinh những cảm xúc tiêu cực dẫn đến sai lệch hành vi.

Một trong các nguyên nhân chủ yếu của việc nhiều bạn trẻ dễ rơi vào hư hỏng và sa sút về nhân cách còn do các em có chỉ số cảm xúc thấp. Trong các em có quá nhiều cảm xúc xấu, tiêu cực (buồn, chán, giận dữ...) mà không có khả năng kiểm soát nên dễ bị lôi kéo vào các tệ nạn như một cách "giải khuây" nguy hiểm, chẳng hạn một bạn nghiện ma túy có trình độ (2 bằng đại học) nhưng vì không thắng được sự buồn chán khi người khác xúc phạm và bị người yêu từ chối nên đã dùng ma túy.

Gần đây, rất nhiều tin tức tiêu cực và cả những vụ án được cho là xuất phát từ game online được đăng tải trên các phương tiện truyền thông. Thậm chí, game online còn bị đánh đồng như một loại "ma túy số". Thế nhưng, thực ra, game online lành mạnh là một công cụ giải trí tốt cho con người và là thành tựu của sự phát triển khoa học kỹ thuật. Bản thân nó không hề xấu.

Nếu chúng ta quy kết game online chỉ trên mặt tiêu cực mà không xét tới các mặt tích cực nó mang lại là không công bằng. Game online có sức hấp dẫn như bất kỳ hình thức giải trí nào. Xấu hay không là tùy thuộc vào việc sử dụng của mỗi người.

Đại đa số các bạn trẻ nghiện game đều xa rời cuộc sống thực, bị cuốn vào thế giới ảo vì ở đó họ được khẳng định mình. Trường hợp một bà mẹ có con nghiện game online gần đây tại Nhà Văn hóa Phụ nữ là một ví dụ điển hình. Chị rất bức xúc với game vì con chị nghiện game 6 năm nay. Chị tìm mọi cách cấm đoán con nhưng không thành công.

Nhưng khi chị tâm sự về hoàn cảnh gia đình, tôi đã cùng chị nhận ra nguyên nhân thực sự làm cháu chán học, mê game là do những bức bối trong nhà. Mẹ và bác gái ở chung, nhiều mâu thuẫn xung đột. Người lớn lại áp đặt cháu nhiều chuyện, kể công nuôi dạy cháu. Cháu lại bị bố bỏ rơi từ bé. Mặc cảm, buồn chán, bức bối chuyện nhà đã làm cháu tìm quên trong game và nghiện lúc nào không hay.

Theo nghiên cứu của Maslow về tháp nhu cầu của con người thì được thể hiện bản thân là nhu cầu lớn nhất. Nhưng nhu cầu này của các bạn trẻ hiện nay chưa có cơ hội được đáp ứng.

Các bạn trẻ đang rất thiếu sân chơi lành mạnh. Trò chơi giải trí, địa điểm chơi, người hướng dẫn chơi, phong trào thi đua... đều thiếu với hầu hết các bạn trẻ, nhất là ở các thành phố lớn.

TP.HCM vốn đã ít công viên (nhất là các quận ven đô), nhưng quanh đó lại thường bị bao vây bởi quán nhậu, bãi đáp cho những kẻ nghiện hút, mại dâm, những đôi tình nhân không biết xấu hổ. Game đang là lựa chọn của nhiều bạn trẻ để giải trí và khẳng định bản thân.

HÃY CÙNG CON HIỂU VỀ GAME ONLINE

Để giúp cho con trẻ chơi game đúng cách, các ông bố bà mẹ hãy tìm hiểu và định hướng cho con mình chơi những thể loại game phù hợp với từng lứa tuổi. Chúng ta đừng cấm mà hãy tham gia cùng con nếu có điều kiện và quản lý con theo cách của mình cho phù hợp.

Đối với những trẻ đã lỡ "nghiện game" thì gia đình hãy giúp con cái lấy lại cân bằng trong cuộc sống bằng cách cùng chơi game với con để có thể kiểm soát và hạn chế chúng chơi game. Điều quan trọng nhất là hãy để con cái cảm nhận được tình cảm gia đình và luôn được cha mẹ động viên, khơi gợi những ước mơ, hoài bão cao đẹp.

Chúng ta đừng vội đổ lỗi cho game online mà hãy xem tại sao con chúng ta mê game. Game chỉ là công cụ giải trí, thế nên hãy giúp con trở thành một người chơi thông minh.

"Trong mỗi đứa trẻ đều có những tài năng tiềm ẩn. Sự chuẩn bị kỹ càng từ lúc đầu đời chính là chìa khóa thành công cho tương lai mỗi cháu."

- Maria Montessori - bác sĩ và nhà giáo dục người Ý

BÍ QUYẾT GIÚP TRẺ HAY ĂN CHÓNG LỚN

- Ths.Bs. Đinh Thạc

Nhìn trẻ ăn uống ngon miệng, cha mẹ nào cũng cảm thấy hạnh phúc vì được nhìn thấy trẻ khỏe mạnh, khôn lớn từng ngày. Tuy nhiên, có một nghịch lý khá phổ biến đang tồn tại, đó là tình trạng biếng ăn ở trẻ tỷ lệ thuận với sự phong phú và dồi dào của những nguồn thực phẩm dinh dưỡng sẵn có. Việc mong con trẻ "hay ăn chóng lớn" đang vô hình tạo nên một áp lực lớn đối với cha mẹ và điều đó cũng gây ra tình trạng biếng ăn ở trẻ. Để tránh điều đó, cha mẹ cần có bí quyết trong việc nuôi con.

NHỮNG KINH NGHIỆM THỰC TIỄN GIÚP TRẺ ĂN NGON HƠN

Đừng bắt trẻ ăn hết phần ăn mà bạn muốn, trẻ sẽ rất dễ ngán và cảm thấy việc ăn uống trở nên nặng nề. Hãy để cho trẻ ăn theo nhu cầu. Khi trẻ không muốn ăn nữa, bạn nên ngưng món ăn chính và cho trẻ ăn tráng miệng, như vậy, trẻ sẽ cảm thấy thật thoải mái khi mẹ cho ăn.

Ba nguyên tắc cơ bản liên quan đến việc ăn uống của trẻ
Cha mẹ không nên quá áp đặt việc ăn uống của trẻ.
Món ăn của trẻ nên phong phú và bắt mắt.
Tạo không khí sinh hoạt gia đình vui vẻ và hòa đồng trong bữa ăn.

Tránh tuyệt đối việc khen thưởng khi trẻ chịu ăn loại thực phẩm mà bạn muốn trẻ ăn vì nghĩ thức ăn ấy tốt cho trẻ. Điều này gây ra tình trạng mất cân đối các loại thực phẩm mà trẻ cần và dễ gây ra tình trạng biếng ăn vì trẻ phải ăn một loại thức ăn không còn sức hấp dẫn với trẻ nữa.

Nên cho trẻ tham gia chuẩn bị bữa ăn cùng với bạn. Trẻ rất thích ăn những gì trẻ tự chế biến để khám phá thế giới xung quanh, vì vậy bạn nên cho trẻ giúp bạn một tay trong việc nấu nướng những món ăn đơn giản như làm bánh ngọt, nướng bánh mì, chế biến các loại nước ép trái cây... Khuyến khích trẻ lớn ăn chung với gia đình.

Hãy quan tâm đến tính đa dạng của các món ăn. Nếu ngày nào bạn cũng dọn cho trẻ món trứng đúc thịt, thì chẳng có gì ngạc nhiên khi trẻ không muốn ăn. Nếu bữa sau, bạn cho trẻ một khúc cá chiên hay một bát xúp sườn hầm khoai tây, một chén canh rau dền cua đồng..., bạn sẽ thấy là ít ra trẻ cũng muốn thử xem sao.

Khuyến khích trẻ ăn đủ các bữa trong ngày một cách điều độ, đặc biệt là bữa sáng. Nghiên cứu cho thấy những trẻ ăn sáng đều đặn có vóc dáng cân đối và thường mạnh khỏe hơn những trẻ hay bỏ lỡ bữa sáng.

Nói cho trẻ biết về những lợi ích của việc ăn uống đầy đủ, đặc biệt là sự phát triển về thể lực và trí não của trẻ liên quan chặt chẽ với những loại thực phẩm dinh dưỡng tốt cho sức khỏe. Nhận thức được điều này có thể giúp trẻ hào hứng hơn trong việc ăn uống của mình.

Hãy giảm những bữa ăn vặt. Bạn thử xem liệu trẻ có hay ăn vặt không? Vài cái kẹo, một gói bánh snack, một củ khoai... tưởng như không là gì nhưng lại ảnh hưởng rất nhiều đến sự ngon miệng của trẻ.

Với trẻ ở độ tuổi đến trường, phụ huynh có thể thảo luận với nhà trường trong việc chọn những loại thực phẩm giàu dinh dưỡng, dễ tiêu, nhiều chất xơ, nhiều rau xanh... đặc biệt là những món ăn mà trẻ thích để giúp trẻ ăn ngon miệng hơn.

Khuyến khích mọi thành viên trong gia đình tổ chức nhiều hoạt động thể lực vui nhộn và bổ ích như chơi đá bóng, đi bộ, chạy xe đạp... Hoạt động thể lực làm tiêu hao năng lượng dư thừa sẽ giúp trẻ mau đói bụng và có cảm giác ăn ngon miệng hơn.

CẢI THIỆN TÌNH TRẠNG NÔN TRỚ Ở TRẺ

- Ths.Bs. Đinh Thạc

Nôn trớ là tình trạng sức khỏe rất thường gặp ở trẻ, nhất là trẻ còn bú mẹ. Trẻ nôn trớ nhẹ thì khó ăn uống và bú mẹ; trẻ bị nặng hơn có thể chậm tăng cân, gây suy giảm sức đề kháng, nguy hiểm hơn có thể gây tắc nghẽn đường hô hấp nếu không may hít phải chất nôn ói vào phổi. Hiểu rõ nguyên nhân gây nôn ói ở trẻ chính là biện pháp hữu hiệu giúp cha mẹ có thể cải thiện tình trạng nôn ói cho trẻ.

NÔN ÓI LIÊN QUAN ĐẾN VẤN ĐỀ ĂN UỐNG CỦA TRẺ

Nguyên nhân

Nôn ói hay gặp ở trẻ nhỏ do ép trẻ ăn quá nhiều, bú quá no, bú bình, ngậm vú giả, pha sữa không đúng cách, không dung nạp sữa bò hoặc bắt đầu ăn bổ sung với thức ăn mới lạ... Nôn thường xuất hiện sớm, số lượng chất nôn ít, chủ yếu là thức ăn. Trẻ vẫn chơi bình thường, không ảnh hưởng nhiều đến tình trạng sức khỏe của trẻ. Do vậy, chỉ cần điều chỉnh việc ăn uống sao cho hợp lý hơn có thể giúp trẻ giảm bớt đáng kể tình trạng nôn ói này.

Biện pháp khắc phục

Không ép trẻ ăn nhiều làm cho trẻ sợ hãi khi nhìn thấy thức ăn.

Chia thức ăn làm nhiều bữa nhỏ trong ngày để đảm bảo đủ số lượng thức ăn cần thiết.

Ở những trẻ bú mẹ, sau khi bú xong nên bế trẻ 10-15 phút rồi mới đặt trẻ nằm xuống.

Pha sữa đúng công thức và tốt nhất nên cho trẻ ăn, uống bằng thìa hoặc muỗng.

Khi cho trẻ bú bình với đầu vú cao su thì cần nghiêng bình sữa sao cho sữa ngập cổ bình để tránh tình trạng trẻ nuốt không khí vào dạ dày quá nhiều gây đầy hơi, chướng bụng.

NÔN TRỚ DO NGUYÊN NHÂN BỆNH LÝ

Nguyên nhân

Thường gặp nhất là hiện tượng trào ngược dạ dày thực quản, do vòng van giữa thực quản và dạ dày không đủ mạnh để cản thức ăn trong dạ dày trào lên thực quản và đôi khi trào ra miệng của trẻ, gặp nhiều ở trẻ sơ sinh. Vì dịch dạ dày là dịch a-xít, trong khi thực quản lại hơi kiềm, nên những dịch trào ngược lên sẽ gây ảnh hưởng xấu đến thực quản như có thể gây viêm thực quản, làm bỏng rát thực quản, khiến trẻ rất sợ khi bú hoặc ăn. Dịch trào ngược lên miệng nhiều có thể khiến trẻ dễ bị hít sặc vào phổi gây viêm phổi hít. Đôi khi, trẻ có thể bị tím tái do ọc sữa vì dịch dạ dày gây kích thích dây thần kinh dọc theo thực quản làm ức chế hô hấp khiến trẻ ngưng thở. Do đó, trào ngược dạ dày thực quản rất nguy hiểm đối với trẻ nhỏ, đặc biệt là trẻ sơ sinh. Điều trị tốt, bệnh sẽ khỏi hoặc khi trẻ được ăn dặm với thức ăn đặc hơn thì các triệu chứng sẽ giảm dần rồi biến mất.

Biện pháp khắc phục

Sau khi cho trẻ bú xong, cần bế đứng trẻ lên và vỗ nhẹ phần lưng trẻ để trẻ có thể ợ hơi được. Mục đích làm giảm lượng hơi mà trẻ nuốt phải trong dạ dày, cũng là nguyên nhân khiến trẻ dễ bị nôn trớ.

Khi trẻ nằm, cần cho trẻ nằm cao đầu, cũng như thân mình phía trên luôn cao hơn phía dưới để tránh hiện tượng trào ngược. Nếu trẻ bị ọc sữa nhiều thì cho trẻ nằm nghiêng sang một bên để không bị hít chất nôn vào phổi. Tuyệt đối tránh bế xốc trẻ lên khi đang nôn, trớ vì sẽ làm tăng nguy cơ trào dịch ói vào phổi.

Cho trẻ bú chầm chậm, ít một và nhiều lần trong ngày nhằm tránh làm căng dạ dày trẻ quá mức. Có thể cho trẻ dùng thêm các loại sữa dễ đông đặc khi vào dạ dày, sẽ tránh được việc trào ngược.

Sử dụng các thuốc chống trào ngược và bảo vệ thực quản bằng những loại thuốc thông dụng như Motilium, Primperan, Omeprazol... nhưng tuyệt đối phải tuân thủ theo sự hướng dẫn và chỉ định của bác sĩ chuyên khoa.

NHỮNG SAI LẦM THƯỜNG GẶP TRONG VIỆC NUÔI DƯỠNG VÀ CHĂM SÓC TRẺ 0-6 TUỔI

- Ths.Bs. Đinh Thạc

Ngày nay, việc chăm sóc và nuôi dưỡng con cái của các bậc phụ huynh dường như khá thuận lợi, từ kinh nghiệm thực tế của ông-bà nội/ngoại hoặc cô-bác, dì-chú trong gia đình đến những nguồn thông tin rất phong phú từ báo-đài, tạp chí sức khỏe hoặc các trang mạng về y tế... phần nào giúp cha mẹ chăm sóc và nuôi dạy con trẻ tốt hơn. Tuy nhiên, một thực tế vẫn tồn tại đó là những sai lầm thường mắc phải trong quá trình nuôi dưỡng và chăm sóc trẻ từ 0-6 tuổi còn khá phổ biến, ít nhiều gây những ảnh hưởng không tốt đến sức khỏe và sự phát triển của trẻ.

NHỮNG SAI LẦM THƯỜNG MẮC PHẢI

Chế độ dinh dưỡng

Không cho trẻ bú sữa mẹ: kinh tế phát triển, tỷ lệ nuôi con bằng sữa mẹ ngày càng giảm sút thảm hại vì nghĩ rằng sữa công thức tiện lợi, bổ dưỡng, đặc biệt người mẹ không phải cực nhọc vì cho con bú.

Cho trẻ ăn bổ sung (ăn dặm) chưa đúng cách: cho trẻ ăn dặm quá sớm so với lứa tuổi, không đúng theo khuyến cáo của Tổ chức Y tế Thế giới (WHO), thức ăn cho trẻ không phù hợp với lứa tuổi như cho ăn cơm sớm, cho ăn thức ăn quá đặc... vì suy nghĩ đơn giản những thức ăn này sẽ giúp trẻ mau cứng cáp.

Bắt trẻ ăn theo suy nghĩ và lựa chọn của cha mẹ vì nghĩ rằng thức ăn này tốt, thức ăn kia bổ dưỡng cho trẻ; cha mẹ hoàn toàn không quan tâm đến sở thích và tâm lý ăn uống của trẻ.

Cha mẹ "nhồi nhét" trẻ ăn thật nhiều để trẻ tròn trịa, bụ bẫm, như vậy trẻ mới thực sự là "bé khỏe bé đẹp".

Kiêng cữ ăn uống một cách thái quá lúc trẻ bệnh như trẻ bị tiêu chảy, chỉ cho trẻ ăn cháo muối, kiêng không cho ăn những thức ăn thường ngày vì sợ ăn vô trẻ cũng đi tiêu ra hết, hoặc không cho trẻ ăn những gì trẻ thích trong lúc bệnh, vì nghĩ rằng sẽ không tốt cho trẻ và trẻ sẽ lâu khỏi bệnh.

Cách chăm sóc trẻ bệnh

Tự ý cho trẻ dùng thuốc mỗi khi trẻ nóng, ho, sổ mũi...

Tự ý tăng giảm liều thuốc khi chưa có ý kiến tư vấn của bác sĩ điều trị.

Cho trẻ uống thuốc không đúng cách như bóp mũi trẻ đè đổ thuốc, ném viên thuốc vào miệng trẻ hoặc pha thuốc vào đồ ăn thức uống của trẻ.

Kiêng cữ cho trẻ không đúng cách khi trẻ bị bệnh như: kiêng tắm, kiêng gió, ủ trẻ quá kỹ...

Can thiệp không đúng cách khi trẻ bị bệnh như cho trẻ uống thuốc cầm tiêu chảy, bắt trẻ uống những loại thuốc gia truyền hoặc lá cây không rõ nguồn gốc, cạo lễ cắt gió hoặc tắm rượu khi trẻ bị sốt, châm chích cho mụn nước vỡ ra khi trẻ bị trái rạ hoặc tay chân miệng...

HẬU QUẢ

Những sai lầm trong việc chăm sóc và nuôi dưỡng trẻ đã gây không ít hậu quả đáng tiếc đến sức khỏe và sự phát triển của trẻ.

Hậu quả tức thời

Sức khỏe trẻ không cải thiện, bệnh nặng hơn, thậm chí kéo dài hơn.

Trẻ mắc thêm những bệnh nhiễm trùng nguy hiểm từ cạo gió, cắt lễ, châm chích mụn nước... như nhiễm trùng da, nhiễm trùng mụn nước, hoặc có thể làm nhiễm trùng huyết (máu).

Nguy hiểm hơn có thể ảnh hưởng đến tính mạng trẻ như hít sặc vào đường hô hấp gây viêm phổi hoặc suy hô hấp, ngộ độc thuốc do sử dụng không đúng chỉ định.

Ảnh hưởng lâu dài

Tình trạng dinh dưỡng không đảm bảo làm trẻ bị suy giảm sức đề kháng.

Trẻ biếng ăn tâm lý, rất sợ khi ăn uống.

Trẻ có thể bị suy dinh dưỡng, còi cọc, ảnh hưởng đến sự phát triển thể chất và trí não.

Trẻ bị béo phì và có nhiều nguy cơ tiềm ẩn về bệnh tật.

KINH NGHIỆM THỰC TẾ VÀ KHOA HỌC GIÚP NUÔI CON KHÔN LỚN VÀ KHỎE MẠNH

Việc chăm sóc trẻ cần dựa trên cơ sở khoa học, tốt nhất phụ huynh nên có sự tư vấn từ các bác sĩ có chuyên môn như bác sĩ nhi khoa, bác sĩ dinh dưỡng, bác sĩ da liễu...

Những phụ huynh lần đầu làm cha mẹ thấy nhiều bỡ ngỡ và bối rối vì có quá nhiều lời tư vấn, ý kiến khác nhau từ ông bà, cha mẹ, anh chị, bạn bè, thông tin trên mạng internet. Trong tình huống này, người mẹ nên biết chọn lọc những kinh nghiệm tốt từ thực tế, có giá trị áp dụng và nguyên tắc quan trọng nhất là không gây hại cho trẻ.

Hiện nay, ông bà vẫn còn khá chuộng những phương pháp dân gian được áp dụng từ rất lâu đời. Có những phương pháp vẫn còn giá trị áp dụng như khi trẻ bị ho có thể cho trẻ uống những loại thuốc ho dân gian an toàn tự chế biến như rau tần dày lá, gừng hấp mật ong, tắc chưng đường phèn...; hoặc khi trẻ tiêu chảy, có thể cho trẻ uống nước gạo rang muối để vừa bù nước vừa để bù muối rất hiệu quả. Tuy nhiên, cũng có những phương pháp dân gian không nên áp dụng vì chưa có bằng chứng khoa học và thường không an toàn đối với trẻ, đôi khi có thể gây hại đến sức khỏe như cạo gió, cắt lễ, tắm gốc rạ, uống nước lá cây hoặc những loại thuốc đông y gia truyền không rõ nguồn gốc. Đặc biệt, những kiêng cữ thái quá trong thời gian trẻ bệnh như kiêng tắm, kiêng gió, ủ trẻ quá kỹ... rất dễ làm cho trẻ bị bội nhiễm vi trùng.

Những điều gì chưa biết, nhất là việc sử dụng thuốc, người mẹ trẻ nên tìm hiểu kỹ từ sách báo, bài viết có giá trị được phổ quát trên các phương tiện truyền thông đại chúng và nên đọc kỹ hướng dẫn trước khi áp dụng cho trẻ.

PHÒNG NGỪA TAI NẠN THƯƠNG TÍCH MÙA HÈ CHO TRẺ

- Ths.Bs. Đinh Thạc

Do trẻ em chưa ý thức sâu sắc về mức độ nguy hiểm của những tai nạn thương tích trong đời sống sinh hoạt hàng ngày, đặc biệt vào dịp nghỉ hè, nên trẻ em chính là nạn nhân của những tai nạn nguy hiểm, đôi khi dẫn đến tử vong thật đáng tiếc. Theo thống kê từ Ban Chỉ đạo chương trình phòng chống tai nạn thương tích trẻ em của TP.HCM, tỷ lệ tử vong do tai nạn thương tích ở trẻ em gia tăng liên tục từ 0,17% lên đến 0,25% trong vòng năm năm qua.

TAI NẠN THƯƠNG TÍCH THƯỜNG GẶP Ở TRẺ EM VÀO DỊP NGHỈ HÈ

Đuối nước

Trẻ em vốn dĩ rất thích nghịch nước, đặc biệt vào mùa hè nắng nóng, được tắm và ngâm mình trong dòng nước mát lạnh giúp các em có được những phút giây thật thoải mái sau những tháng ngày học tập căng thẳng. Tuy nhiên, nếu không có sự giám sát chặt chẽ từ người lớn khi bơi lội, chơi đùa trong ao, hồ, bể bơi... thì khả năng các em bị đuối nước là điều khó tránh. Theo số liệu thống kê của Bộ Y tế, đuối nước là nguyên nhân gây tử vong cho gần 4.000 trẻ em và trẻ vị thành niên 0-19 tuổi trong năm 2007. Trong số này, khoảng 36% xảy ra ở trẻ 0-4 tuổi, 48% ở trẻ 5-14 tuổi và 16% ở trẻ 15-19 tuổi.

Bỏng

Trẻ em vốn rất hiếu động và hay tò mò, nhất là lứa tuổi lẫm chẫm biết đi. Tác nhân gây bỏng trong nhà thường là nước sôi, dầu ăn, cháo nóng, bàn ủi, hóa chất... do được đặt ngay trong tầm với của trẻ. Khảo sát gần đây cho thấy trong số những trường hợp nhập viện do bỏng thì có đến 50% ca xảy ra ở trẻ dưới năm tuổi, bé trai bị nhiều hơn bé gái và xảy ra suốt năm. Các trường hợp bỏng thường xảy ra tại nhà, ở khu nhà bếp khoảng 8-10 giờ sáng hoặc chập choạng tối do người lớn bất cẩn để trẻ chơi đùa một mình vì bận rộn nấu nướng hoặc lo bữa điểm tâm cho gia đình.

Động vật hoặc côn trùng cắn

Mùa nghỉ hè cũng là dịp các em được về quê nội/ngoại để tận hưởng những giây phút dã ngoại với biết bao điều thú vị chờ đón. Nếu không cẩn thận hoặc chơi đùa quá trớn, các em có thể gặp nguy hiểm như bị rắn cắn, ong đốt, chó dữ tấn công... Báo cáo thống kê tại Tiền Giang cho thấy tai nạn thương tích nổi cộm ở trẻ là bị chó cắn, rắn cắn. Tổng số trường hợp trẻ em bị rắn cắn, chó cắn được xếp vào hàng thứ hai sau tai nạn giao thông. Kết quả điều tra ở khu vực đồng bằng sông Cửu Long cũng cho thấy có gần 1.500 trường hợp/100 ngàn trẻ bị súc vật cắn vào mùa nắng nóng trong năm. Trẻ bị rắn cắn hoặc ong đốt, nếu không được cấp cứu kịp thời, có thể dẫn đến tử vong.

Trẻ bị té ngã hoặc bị tai nạn giao thông

Té ngã là một tai nạn rất thường gặp ở trẻ em, hầu như trẻ nhỏ nào cũng đã từng bị té ngã từ một vài lần đến nhiều lần. Một số chỉ bị trầy xước nhẹ ngoài da và không gây hậu quả nghiêm trọng, nhưng đôi khi, trẻ cũng bị chấn thương nặng dẫn đến tử vong. Trẻ nhỏ rất thích khám phá và bắt chước người lớn như thích leo cầu thang, leo cửa sổ, đứng trên ghế hoặc đồ vật, bò hoặc chạy nhảy trên giường ngủ, đi ra ban công, chơi trên võng, nơi trơn trợt... Nếu người lớn không trông coi trẻ cẩn thận thì trẻ sẽ dễ gặp tai nạn té ngã. Vào dịp hè, trẻ thường xuyên di chuyển cùng cha mẹ trên xe gắn máy để thưởng ngoạn những ngày hè, do vậy, nếu không chú ý tính an toàn khi cho trẻ ngồi trên xe nhất là đội mũ bảo hiểm cho trẻ, thì trẻ sẽ gặp nguy hiểm khi xảy ra tai nạn. Số liệu báo cáo từ 54 tỉnh thành của Bộ Y tế trong năm 2008 cho thấy có hơn 495 ngàn vụ chấn thương đầu. Trong số này, tỷ lệ nạn nhân dưới 14 tuổi là 13%, gần 50% số trẻ em bị chấn thương não do không đội mũ bảo hiểm.

MỘT SỐ BIỆN PHÁP QUAN TRỌNG GIÚP NGĂN NGỪA TAI NẠN THƯƠNG TÍCH CHO TRẺ

Phòng đuối nước: phải có sự giám sát chặt chẽ của người lớn mỗi khi trẻ tiếp xúc với nguồn nước như ao, hồ, sông, bể bơi... Các vật dụng chứa nước nên đậy thật kỹ, tốt nhất là không nên trữ nước khi không thật cần thiết.

Phòng ngừa bỏng: giúp trẻ tránh xa các tác nhân gây bỏng bằng cách không cho trẻ chơi đùa gần bếp. Bếp nấu ăn nên đặt ở vị trí cao; khi nấu ăn, không nên cho trẻ lẩn quẩn trong bếp. Nấu ăn xong, những món sôi nóng cần để xa và cao khỏi tầm tay trẻ.

Phòng động vật, côn trùng cắn: khuyên trẻ không nên leo trèo phá phách trên cây để ngừa ong đốt; không nên chơi đùa ở những nơi có nhiều bụi rậm hoặc thò tay vào trong hang, lỗ không an toàn để ngừa rắn cắn, nhất là không nên chọc phá hoặc đến gần nơi có thú dữ như chó, mèo, khỉ...

Phòng té ngã và tai nạn giao thông: tốt nhất, trẻ nhỏ phải luôn được người lớn chăm sóc mỗi khi trẻ ăn, ngủ, chơi đùa. Khi chở trẻ nhỏ trên đường, cần thắt dây an toàn, che chắn cẩn thận, chạy với tốc độ vừa phải và tuyệt đối không uống bia, rượu.

- Ths.Bs. Đinh Thạc

CHO TRẺ HỌC BƠI

- Ths. Phạm Thị Thúy

Các bậc cha mẹ hãy dành cho con một mùa hè vui bằng cách cho con đi bơi. Sau những kỳ học căng thẳng, bơi là cách giảm stress rất tốt. Trẻ bơi khoảng một giờ sẽ giúp mau đói, ăn ngon, ngủ ngon. Đặc biệt sau này khi cho con tham gia trại hè, đi du lịch, các bậc cha mẹ không lo con gặp nguy hiểm nếu té xuống nước. Đây cũng là dịp chúng ta gần gũi con cái, quan tâm chăm sóc con, tạo tình cảm gắn bó giữa cha mẹ và con cái.

TẠI SAO TRẺ PHẢI HỌC BƠI?

Để tự bảo vệ bản thân.

Để khỏe - đẹp.

Để vui!

CẦN CHUẨN BỊ NHỮNG ĐỒ DÙNG NÀO CHO CON?

Quần áo bơi.

Kính bơi.

Mũ chụp đầu (dành cho bé gái).

Dây bịt lỗ tai.

Phao bơi.

TRẺ NÊN HỌC BƠI TỪ MẤY TUỔI?

Các trung tâm huấn luyện bơi thường nhận dạy trẻ từ 6 tuổi trở lên. Nhưng nếu cha mẹ biết bơi, nên tự dạy con mình bơi càng sớm càng tốt. Các cháu càng nhỏ càng thích nghịch nước và học bơi thường nhanh hơn.

LÀM GÌ KHI TRẺ SỢ NƯỚC?

Hầu hết trẻ đều thích nước, nhưng vẫn có vài em sợ nước. Sự động viên khuyến khích của cha mẹ rất quan trọng.

Đầu tiên nói với con về lợi ích của việc học bơi.

Dẫn con ra hồ bơi chơi vài lần, giúp con thấy không khí đông vui tại hồ bơi và cho con thấy các bạn cùng tuổi con nô đùa dưới nước thích như thế nào.

Khi con đã sẵn sàng thử, cha mẹ nên cùng con xuống hồ bơi nghịch nước cùng con.

Khi con quen dần với nước hồ, cha mẹ cho trẻ chơi cùng phao bơi.

Cuối cùng mới tập bơi cho trẻ.

ĐỂ TRẺ TẬP BƠI THÀNH CÔNG

Học bơi không quá khó, chỉ 10 buổi có giáo viên kèm là trẻ bơi được. Trẻ em mau thích nhưng khó kiên trì. Một số trẻ mải mê nghịch, quên tập. Có trẻ bị ngột nước, uống nước trong quá trình tập bơi nên sợ. Có trẻ tập mệt nên hay bỏ dở đường bơi...

Để trẻ tập bơi thành công cha mẹ nên lưu ý:

Theo dõi con bơi và nhắc nhở khi trẻ mê chơi.

Khuyến khích động viên con bằng cách thi đua, bơi cùng con, xem ai bơi nhanh hơn, hoặc cho trẻ thi bơi cùng nhóm bạn.

Nếu trẻ bị ngột nước, sặc nước, cần giúp đỡ trẻ ngay, trấn an trẻ và động viên trẻ tiếp tục tập luyện.

Nên cho trẻ ăn nhẹ, uống sữa trước khi tập bơi để trẻ có sức khỏe. Giữa buổi tập có thể cho trẻ ăn nhẹ.

GIỮ SỨC KHỎE CHO TRẺ KHI ĐI BƠI NHƯ THẾ NÀO?

Đi bơi cũng có thể làm trẻ bị bệnh, ví dụ bệnh viêm đường hô hấp, viêm tai, chuột rút... Vì vậy, các bậc cha mẹ nên quan tâm và chăm sóc con trước và sau khi đi bơi.

Cho trẻ vận động trước khi xuống hồ bơi để tránh chuột rút.

Vệ sinh sạch sẽ sau khi bơi: tắm nước sạch, làm sạch mắt, mũi, tai bằng nước muối sinh lý dành cho trẻ em.

Giữ ấm sau khi bơi.

Ăn uống đủ chất dinh dưỡng.

Chúc các bậc cha mẹ tìm được niềm hạnh phúc bên con khi cùng con đi bơi!

DẠY CON BIẾT TỰ VỆ

- Ths. Phạm Thị Thúy

Gần đây, có nhiều vụ trẻ em bị bắt cóc, bị chính người có trách nhiệm chăm sóc dạy dỗ bạo hành, thậm chí xâm hại tình dục... Có thể thấy một thực trạng: từ lớp một, trẻ đã được dạy rất nhiều kiến thức nhưng có một điều hết sức cần thiết thì cả nhà trường lẫn gia đình không mấy chú ý, đó là dạy trẻ ý thức tự vệ.

Trẻ không được giáo dục phản ứng tự bảo vệ trước những tác nhân xấu từ bên ngoài xã hội, thậm chí từ trong chính gia đình. Ngay trong nhà, trẻ em được dạy rằng: "Cha mẹ luôn đúng", nên nếu bị cha mẹ đánh thì trẻ sẽ nghĩ mình đã làm sai điều gì đó, và như vậy, khi ra ngoài, nếu có bị người lớn đánh, trẻ cũng mặc nhiên cam chịu. Nhiều bậc cha mẹ cũng chưa tạo cơ hội cho con cái nói lên suy nghĩ của mình, vì cho rằng suy nghĩ của trẻ em không thể sáng suốt bằng người lớn. Nếu trẻ không biết cãi, lớn lên sẽ là những học sinh ù lì, chỉ biết nghe, biết học thuộc, biết ghi nhớ mà ít có sáng kiến mới, khi trưởng thành sẽ thiếu khả năng phản biện, không biết bảo vệ chính kiến.

Vậy, làm thế nào để cha mẹ có thể dạy con tự bảo vệ?

Thứ nhất, cha mẹ nên khéo léo thảo luận với trẻ về những bài báo phản ảnh việc trẻ em bị xâm hại, bạo hành. Một số bậc phụ huynh cho rằng không nên cho trẻ biết về "mảng xám" của cuộc sống quá sớm khi họ có thể tô hồng thế giới với con cái của mình. Nhưng hãy nhớ rằng bạn không thể bảo đảm tuyệt đối sẽ luôn ở bên con mỗi khi xảy ra bất trắc. Do vậy, hãy để trẻ tập dần thói quen tự vệ và tự nhận thức vấn đề.

Thứ hai, dạy trẻ cảnh giác với các tình huống khác thường. Không chỉ với người lạ mà ngay cả với những người bạn thân thiết của gia đình, bạn cũng nên trang bị cho trẻ khả năng nhận biết đâu là những trường hợp cần cảnh giác cao. Tuyệt đối không để trẻ một mình với bất kỳ ai, dù đó là bạn rất thân của cha mẹ. Thực tế đã có nhiều vụ lạm dụng tình dục trẻ em mà thủ phạm là người thân, bạn bè cha mẹ, hàng xóm...

Cuối cùng, dạy trẻ tập thói quen ứng phó nhanh, chẳng hạn khi cha mẹ không có nhà, trẻ không được tự ý mở cửa cho khách vào dù là người quen biết, mà hãy gọi anh chị hoặc người lớn hơn, hay gọi điện cho cha mẹ để thông báo. Khi bị lạc đường, nên gọi điện về cho gia đình hoặc đến các cơ quan công an, trường học nhờ giúp đỡ. Cha mẹ cần lưu số điện thoại, địa chỉ của gia đình vào sổ tay, sách vở và cặp sách của trẻ. Nên dạy các bé từ 6 tuổi trở lên cách sử dụng điện thoại.

Cách bảo vệ con tốt nhất chính là dạy con cách tự vệ.

VAI TRÒ CỦA CHA MẸ TRONG VIỆC GIÁO DỤC TRẺ

- Ths. Phạm Thị Thúy

Ngày nay, gia đình đang bị khủng hoảng do ảnh hưởng của sự thay đổi ngoài xã hội: hiện tượng gia đình tan vỡ, con cái hư hỏng, không vâng lời cha mẹ, có thái độ khinh nhờn, hỗn láo, thậm chí hắt hủi và bạc đãi cha mẹ... ngày càng nhiều. Sự gia tăng số lượng trẻ em hư là biểu hiện của tình trạng khủng hoảng và thiếu kết nối trong giáo dục giữa gia đình và xã hội. Khi các chuẩn mực cũ bị phá vỡ, trong khi các chuẩn mực mới chưa có chỗ đứng vững chắc, thì lớp trẻ là đối tượng lo lắng, hoang mang và bị tổn thương nhiều nhất. Trong xã hội nhiều biến động đó, việc bảo vệ con cái khỏi các tác động xấu, giúp chúng trở thành những đứa con ngoan quả là thành công lớn, là niềm hạnh phúc lớn, đồng thời là thách đố thật sự đối với các bậc cha mẹ ngày nay.

Trong bối cảnh đó, vai trò của cha mẹ trong việc giáo dục và định hình nhân cách trẻ ngày càng có tầm quan trọng đặc biệt. Giáo dục con cái là một công việc mang tính tự giác, cá nhân, nhưng cũng mang tính chất xã hội sâu sắc, thậm chí có thể nói đây là một nhiệm vụ xã hội lớn lao và cao đẹp. Gia đình không chỉ là một trong những môi trường đào tạo nhân cách cho thế hệ trẻ, mà chính là môi trường giáo dục trẻ có vị trí đặc biệt quan trọng, toàn diện, trực tiếp so với các tổ chức giáo dục của nhà nước và xã hội. Và cha mẹ là người có trách nhiệm, nghĩa vụ lớn nhất đối với xã hội trong việc giáo dục trẻ để đào tạo những con người mới phù hợp với

thời đại mới, với yêu cầu mới của xã hội hiện nay.

LÀM CHA MẸ - MỘT "NGHỀ NGHIỆP" ĐẶC THÙ

Tình yêu

Tình yêu thương con cái chính là tiền đề cho nhu cầu giáo dục ở các bậc cha mẹ - để con mình trở thành người có nhân có nghĩa và thành công trong cuộc sống sau này. Thế nên cha mẹ tham gia vào việc giáo dục con một cách tự nguyện, nhiệt tình và vô tư. Giáo dục con không những là trách nhiệm đối với xã hội, mà còn là hạnh phúc lớn lao của người làm cha mẹ.

Khác với giáo dục nhà trường là dựa vào trách nhiệm và nghĩa vụ của học sinh, trong gia đình, việc dạy dỗ con cái diễn ra trên cơ sở tình cảm yêu thương và tin cậy lẫn nhau giữa cha mẹ và con cái. Chính vì vậy, những tác động trong gia đình của cha mẹ dễ được trẻ tiếp nhận hơn. Cuộc sống tràn đầy tình yêu giữa những người ruột thịt là điều kiện tốt nhất để giáo dục cho trẻ tình cảm, đạo đức và trách nhiệm đối với mọi người, với những người thân - điều mà các tổ chức xã hội khác không thể làm được.

Sự cá biệt

Trong khi giáo dục nhà trường chú ý đến số đông trẻ ở một lứa tuổi, một trình độ nhất định để hướng tới sự phát triển bình thường ở những trẻ bình thường, thì giáo dục gia đình quan tâm đến mỗi đứa con cụ thể về giới tính, sức khỏe, cá tính... để đặt ra những yêu cầu cụ thể với từng em.

Cha mẹ biết rõ hơn ai hết những đặc điểm riêng của mỗi đứa con, những sở thích, nhu cầu, mặt mạnh, mặt yếu, cả những thiếu hụt trong sự phát triển của con, do đó có thể tiến hành các biện pháp giáo dục bổ sung kịp thời.

Tính thực tế

Giáo dục gia đình trước hết gắn với lợi ích thực tế của gia đình theo tiêu chuẩn đánh giá đang tồn tại trong gia đình. Vì vậy, so với giáo dục trong nhà trường, giáo dục gia đình linh hoạt hơn, thích ứng nhanh với những biến đổi trong xã hội và sự phát triển của bản thân đứa trẻ.

Mặt khác, giáo dục gia đình được thực hiện trong chính cuộc sống của gia đình, thông qua những hoạt động thực tiễn của đứa trẻ vì lợi ích chung của gia đình, lý thuyết luôn gắn với thực hành, những lời dạy bảo luôn đi kèm với những nhiệm vụ, những công việc được giao. Do đó, kinh nghiệm được hình thành sâu sắc và bền vững hơn.

Hơn nữa, giáo dục gia đình diễn ra hằng ngày, trong cuộc sống chung, có khả năng đáp ứng kịp thời những yêu cầu đặt ra, giải quyết hiệu quả các tình huống nảy sinh trong cuộc sống.

Sự ảnh hưởng lẫn nhau

Tất cả các thành viên gia đình ảnh hưởng lẫn nhau theo những cơ chế phức tạp. Cách xử sự của trẻ em cũng ảnh hưởng đến nhân cách cha mẹ. Như vậy, trẻ em cũng tham gia "giáo dục" ngược lại cha mẹ của mình. Nhiều khi qua việc tiếp xúc rộng rãi với bạn bè, nhà trường và các phương tiện thông tin đại chúng, trẻ em nắm bắt nhanh những khuynh hướng phát triển mới. Vì vậy, cha mẹ không chỉ là người truyền đạt kiến thức cho con cái, mà họ còn có thể học tập được nhiều điều mới mẻ ở con mình.

NHỮNG NGUYÊN TẮC CƠ BẢN ĐỂ THỰC HIỆN

TỐT VAI TRÒ LÀM CHA MẸ

Nguyên tắc 1. *Trong gia đình cha mẹ nên là những tấm gương sáng cho trẻ noi theo*. Đây là nguyên tắc quyết định, có tầm quan trọng đặc biệt lớn lao đối với công tác giáo dục trẻ em. Vì con cái trong gia đình cũng như trẻ em nói chung rất nhạy cảm và hay bắt chước. Vậy cha mẹ trước hết phải làm gương từ cử chỉ, lời nói đến việc làm... Cha mẹ cũng cần thống nhất nguyên tắc và phương pháp giáo dục trong gia đình, tránh hiện tượng "Trống đánh xuôi, kèn thổi ngược" khi mẹ nói đúng, cha lại bảo sai.

> *"Với những người làm cha mẹ thì việc giáo dục trong gia đình trước tiên là tự giáo dục."*
> - Nadezhda Krupskaya,
> Tiến sĩ Giáo dục người Nga

Không những thế, cha mẹ còn phải tìm hiểu, trau dồi kinh nghiệm của những nhà giáo dục và những người cha người mẹ khác. Cha mẹ cần đặt gia đình trong hệ thống giáo dục chung của xã hội, phối hợp chặt chẽ với các thiết chế xã hội khác như nhà trường, các tổ chức xã hội... để giáo dục con em với tinh thần chủ động. Có như thế cha mẹ mới làm tròn nhiệm vụ, vai trò của mình.

Nguyên tắc 2. *Yêu thương con vô điều kiện*, dù con là đứa trẻ bình thường hay khuyết tật, dù con đẹp hay xấu, dù con năng động hay chậm chạp... Cha mẹ cần coi mỗi đứa con là một bản thể duy nhất, độc đáo và có giá trị riêng, tránh so sánh con với bất kỳ ai hay đối xử phân biệt giữa đứa con này và đứa con khác.

Nguyên tắc 3. *Cha mẹ cần nắm vững đặc điểm riêng của từng đứa con,* hiểu con mình về tâm sinh lý, nguyện vọng, sở trường, khả năng nhận thức... để có phương pháp giáo dục phù hợp. Chú ý giáo dục trẻ từ sớm với thái độ nghiêm khắc nhưng tôn trọng con; bao dung, độ lượng và yêu thương đúng mực; biết biểu dương, khen ngợi trẻ để chúng tự điều chỉnh bản thân.

> *"Giáo dục trong gia đình trước hết là tổ chức, giáo dục tinh thần. Không chỉ sự tác động có ý thức, có phương pháp của cha mẹ ảnh hưởng đến sự hình thành tính cách của trẻ, mà bản thân mô hình tổ chức và cường độ của cuộc sống gia đình cũng ảnh hưởng đến đứa trẻ."*
> - Macarenco,
> nhà giáo dục người Nga

Nguyên tắc 4. *Lao động là phương tiện giáo dục có hiệu quả sâu sắc và toàn diện.* Đây là nguyên tắc giáo dục trong lao động, giáo dục gián tiếp thông qua lao động. Vì nhờ có lao động con người mới tôi luyện được những đức tính tốt đẹp. Cha mẹ cần biết hướng dẫn cho con lao động vừa sức và hợp lý, biểu dương kỹ năng lao động tốt, động viên tinh thần yêu lao động, sáng tạo, dạy phương pháp lao động tư duy (học tập), biết kết hợp học và hành.

Nguyên tắc 5. *Tổ chức và sinh hoạt gia đình hòa thuận, dân chủ*, tránh thiên vị hay lấy uy quyền của người lớn mà ép buộc trẻ, khiến trẻ bị ức chế, có thể tuân thủ mệnh lệnh nhưng trong lòng không phục.

NHỮNG YẾU TỐ ẢNH HƯỞNG ĐẾN VIỆC GIÁO DỤC CỦA CHA MẸ

Tuổi của cha mẹ

Tuổi của cha mẹ ảnh hưởng không nhỏ tới việc giáo dục con. Những cha mẹ trẻ tuổi thường

dành thời gian dạy dỗ con nhiều hơn các bậc cha mẹ tuổi trung niên. Cha mẹ trẻ (độ tuổi 20 - 30) dễ gần gũi trẻ hơn, dễ hiểu tính cách trẻ hơn. Hơn nữa, do mới bước vào tuổi làm cha mẹ nên họ thể hiện vai trò của mình một cách nhiệt tình.

Đối với các bậc cha mẹ thuộc lứa tuổi cao hơn thì tỉ lệ thường xuyên chăm sóc dạy con giảm ở độ tuổi 30 - 40, nhưng tăng dần ở độ tuổi trên 40. Ở tuổi 30 - 40, các bậc cha mẹ bận lo xây dựng kinh tế gia đình và cho rằng con đi học thì đã có nhà trường quản lý, ở nhà thì "đứa lớn bế đứa bé", tự chăm sóc lẫn nhau. Khi cha mẹ ở tuổi trên 40, kinh tế gia đình đã tạm ổn định, con cái vào độ tuổi "chóng lớn", "khó bảo" nên cha mẹ mới bắt đầu chú ý đến con cái hơn. Các bậc cha mẹ ở tuổi này thường than phiền rằng họ khó dạy con vì cách nghĩ của con cái và cha mẹ quá khác biệt, còn con cái lại phàn nàn rằng cha mẹ quá lạc hậu.

Đây là vấn đề khoảng cách thế hệ - một yếu tố gây khó khăn không ít cho việc giáo dục con. Sự chênh lệch tuổi tác dẫn đến sự khác nhau về tâm lý, nhận thức, quan niệm sống, cách cư xử trong đời sống hàng ngày giữa cha mẹ và con cái. Nói cách khác, giữa các thế hệ trong gia đình tồn tại một khoảng cách về tâm lý. Có thể thấy điều kiện kinh tế, xã hội mà thế hệ cha mẹ sinh ra và lớn lên có nhiều khác biệt so với thời của con cái. Không những thế, do tuổi đời lớn hơn, lại trải qua nhiều sự biến đổi thăng trầm trong cuộc sống nên cha mẹ thường có cách suy nghĩ và ứng xử thận trọng, điềm tĩnh hơn, khác với tính cách đơn giản, nông nổi của trẻ.

Mặt khác, trong thời đại bùng nổ thông tin với sự tiến bộ của khoa học kỹ thuật, sự phát triển của các phương tiện thông tin đại chúng, thế hệ trẻ được tiếp thu một khối lượng thông tin lớn từ rất nhiều nguồn khác nhau. Bên cạnh đó, chất lượng cuộc sống được nâng cao hơn, trẻ em phát triển nhanh hơn so với trước cả về thể chất và tâm lý. Điều này tạo ra rào cản tâm lý nhất định giữa cha mẹ và con cái. Hơn nữa, ngày nay thời gian chuẩn bị cho trẻ bước vào đời kéo dài thêm do sự phức tạp hóa của hoạt động và lao động xã hội. Thời gian trẻ ngồi trên ghế nhà trường lâu hơn và trẻ bắt đầu cuộc sống tự lập có thể chậm hơn so với cha mẹ. Có thể thấy, sự tiến bộ xã hội và văn hóa càng nhanh càng tạo ra sự khác biệt giữa các thế hệ trên các phương diện học vấn, trình độ văn hóa, thói quen sinh hoạt, thị hiếu thẩm mỹ...

Khoảng cách thế hệ ấy làm nảy sinh mối xung đột giữa cha mẹ và con cái. Cha mẹ khó dạy bảo con vì họ thường không hiểu được những đặc trưng tâm sinh lý của con, không kịp thời thay đổi cách ứng xử phù hợp với từng độ tuổi của con cái. Xung đột xuất phát từ mâu thuẫn giữa cảm giác trưởng thành, nhu cầu muốn vươn lên làm người lớn của trẻ với địa vị thực tế và cách đối xử "con bao giờ cũng chỉ là đứa trẻ" của người lớn nói chung và cha mẹ nói riêng. Xung đột này gây ảnh hưởng không tốt đến vai trò giáo dục của cha mẹ đối với sự phát triển nhân cách của trẻ em. Bởi vì đối với trẻ em, những mối liên hệ với gia đình, đặc biệt là với cha mẹ sẽ quy định phương thức ứng xử và đời sống tình cảm của chúng với các cá nhân khác mà chúng sẽ trải qua sau này. Một mối liên hệ với cha mẹ tốt đẹp sẽ đem đến cho chúng sự phấn khởi, tin cậy, lòng biết ơn và sự hào hiệp; ngược lại, sẽ tạo ra sự bất an, ganh tỵ, nghi ngờ và cả sự co mình nữa. Vì thế, quan hệ tốt đẹp giữa cha mẹ và con cái sẽ tạo điều kiện thuận lợi để trẻ phát triển một nhân cách tốt đẹp sau này. Duy trì được mối quan hệ đó không phải là việc đơn giản, nhất là khi con cái bước vào tuổi thiếu niên, lứa tuổi mà người ta gọi là tuổi "khủng hoảng", "bất trị", "nổi loạn", "khó dạy".

Khoảng cách giữa các thế hệ là khách quan và khó có thể xóa đi. Nhưng nếu không rút ngắn khoảng cách, sẽ rất có hại trong việc hình thành nhân cách trẻ em như đã phân tích ở trên. Điều này đòi hỏi các bậc cha mẹ phải tự học hỏi, bổ sung kiến thức mới để hiểu được các con mình, từ đó có nội dung và phương pháp giáo dục phù hợp cho con.

Đặc trưng tính cách của cha mẹ

Do tính cách và phẩm chất giới khác nhau nên cha và mẹ có cách dạy dỗ và tác động đến con rất khác nhau. Người cha thường có tính gia trưởng nên hay nghiêm khắc, thậm chí sử dụng quyền uy; người mẹ tính dịu dàng nên dạy con bằng sự từ ái, yêu thương. Nhiều gia đình

đã khéo léo kết hợp "cha nghiêm, mẹ từ" để dạy con. Để đạt hiệu quả giáo dục cao, người cha phải nghiêm mà từ, người mẹ phải từ mà nghiêm, thì trẻ sẽ nghe lời với tình cảm kính trọng cha mẹ mà không làm cho trẻ quá sợ hãi hoặc khinh nhờn. Người cha chủ yếu giáo dục con về đạo đức, lao động, định hướng nghề nghiệp vì tâm lý thường là "đàn ông chỉ lo việc lớn", còn người mẹ có ưu thế hơn về việc hướng dẫn những chuyện nhỏ nhặt, tỉ mẩn, đặc biệt giáo dục cho con gái. Chính vì thế mà người xưa có câu "Mẹ dạy con khéo, cha dạy con khôn". Đây chính là sự phân công ngầm giữa cha và mẹ.

Trình độ học vấn của cha mẹ

Trình độ học vấn của cha mẹ là một yếu tố quan trọng, tác động mạnh đến vai trò giáo dục con của cha mẹ, xét về hai mặt:

Tấm gương nhân cách cho trẻ noi theo (học vấn có ảnh hưởng tới nhân cách).

Khả năng dạy dỗ (xét về khả năng tổ chức giáo dục cho con và khả năng tự mình dạy con).

Nhìn chung, những cha mẹ có trình độ học vấn cao thường chú ý chăm sóc, dạy dỗ con hơn những cha mẹ có trình độ học vấn thấp.

Trình độ học vấn thấp làm hạn chế việc giáo dục con và khó kèm cặp con học. Những gia đình có cha mẹ học cao rất chú trọng dùng lời lẽ lý giải cho con cái hiểu yêu cầu về những phẩm chất đạo đức nào đó, còn những cha mẹ có học vấn thấp ít chú ý giảng giải, nêu nguyên nhân vì sao cần một số phẩm chất đó. Nhằm đề cao kỷ luật rèn con cái vào khuôn khổ, cha mẹ có học vấn cao, khi cho phép con hoặc ngăn cấm một hành vi nào đó, thường xoay quanh mục đích của hành vi và đặt câu hỏi "để làm gì?". Trong khi đó, các bậc cha mẹ có học vấn thấp hay dựa vào hậu quả của hành vi hơn và thường cấm đoán con. Một bên, cha mẹ học cao có khuynh hướng kiên nhẫn giảng giải để con nhận ra lỗi lầm; khoan dung với những kích động và cơn giận bộc phát của trẻ hơn; khen thưởng nhiều hơn. Bên kia, cha mẹ ít học thường dùng roi vọt, mệnh lệnh và trừng phạt.

Trình độ học vấn còn ảnh hưởng đến uy tín của cha mẹ đối với con cái. Nếu như trước đây uy tín của cha mẹ được tạo nên và duy trì nhờ vốn sống dồi dào, kinh nghiệm xã hội phong phú, thì ngày nay kinh nghiệm của họ nhiều khi không thích hợp với hoàn cảnh xã hội hiện tại, nhất là trong thời đại bùng nổ thông tin. Nếu không được bổ sung thường xuyên những kiến thức mới, thì kinh nghiệm của cha mẹ dễ trở nên lạc hậu, không còn đáng tin cậy. Cha mẹ học vấn thấp không chỉ bất lực trong việc theo dõi, kèm cặp, hướng dẫn việc học tập cho con mà còn có thể bị con cái coi thường trong nhiều mặt của cuộc sống, "Ô, cha mẹ thì hiểu biết gì mấy chuyện đó đâu mà nói".

Việc đó đòi hỏi cha mẹ phải thích ứng với hoàn cảnh mới để không ngừng trau dồi kiến thức về mọi mặt, và ở mức độ nào đó, nhạy bén với cái mới, thậm chí tiếp thu sự "giáo dục ngược" của con cái, thừa nhận con cái là người giúp mình tiếp cận những trào lưu văn hóa mới. Nếu cứ khư khư giữ tư tưởng bảo thủ, không chịu cập nhật kiến thức, cha mẹ sẽ ngày càng lạc hậu, không còn là tấm gương đáng học hỏi trong lòng con cái, từ đó ảnh hưởng đến việc giáo dục và định hướng cuộc sống cho con. Và nếu cha mẹ không thường xuyên bổ sung kiến thức cho mình thì sẽ không thể đánh giá được đúng khả năng, tâm sinh lý, sở thích của từng đứa con ở từng độ tuổi để tâm sự, khuyên bảo chúng được.

Rất tiếc, không phải người cha, người mẹ nào cũng nhận thức được và đánh giá đúng mức yêu cầu này để thực hiện tốt vai trò dẫn dắt của con cái.

Nghề nghiệp của cha mẹ

Nghề nghiệp của cha mẹ cũng ảnh hưởng không nhỏ tới vai trò giáo dục con cái. Cha mẹ

làm nghề nông thường ít có thời gian dành cho con cái nên hạn chế trong việc dạy dỗ con cái so với các gia đình trí thức hay công nhân viên chức. Họ không thể chỉ bảo con một cách đầy đủ về các đức tính, các phẩm chất cần thiết cho con, không thể theo dõi uốn nắn kịp thời những hành vi sai lệch của trẻ.

Tuy nhiên, chất lượng giáo dục con phụ thuộc chủ yếu vào chất lượng tư tưởng và đạo đức của bản thân cha mẹ cao hay thấp, làm gương về mọi mặt cho con nhiều hay ít, chịu khó học hỏi kinh nghiệm giáo dục gia đình, trau dồi kiến thức khoa học, giáo dục một cách thường xuyên hay bỏ mặc vì nếp nghĩ lạc hậu "cha mẹ sinh con, trời sinh tính". Như vậy, khi cha mẹ thiếu gương mẫu thì dù lúc nào cũng kề cận bên con nhưng cũng không thể tác động tích cực đối với con, nếu không nói là tiêu cực.

Nghề nghiệp chính và phụ của cha mẹ còn ảnh hưởng đến đức tính lao động cần cù, chăm chỉ, sáng tạo hay lười biếng của con cái. Trong gia đình nông dân có nghề phụ, các em sẽ học được tính chăm chỉ, cần cù lao động, sự khéo léo, sáng tạo trong công việc khi quan sát việc làm của cha mẹ hàng ngày. Còn trong gia đình buôn bán hay làm dịch vụ thêm thì hoặc là các em học hỏi sự nhanh nhẹn, quán xuyến, hoặc là bắt chước lối buôn gian bán lận, nảy sinh tâm lý ăn tiêu, hưởng thụ.

Quan hệ tình cảm của cha và mẹ

Quan hệ của cha và mẹ ảnh hưởng rất lớn đến việc giáo dục con cái. Cha mẹ hòa thuận, đầm ấm thì con ngoan, sống có tình cảm... Các em được sự dạy dỗ chu đáo của cả cha lẫn mẹ. Trong những gia đình cha mẹ ly hôn, ly thân, bất hòa, cả tâm lý và nhân cách của trẻ sẽ bị ảnh hưởng rất xấu sau này. Các em sẽ trở nên mặc cảm, nhút nhát, bi quan, luôn hoảng sợ, lo lắng, hoặc mất niềm tin... Trẻ sẽ mất đi chỗ dựa vững chắc về tinh thần ở cả cha lẫn mẹ.

> *Điều con cái cần nhất ở cha mẹ chính là tình yêu thương - cha mẹ yêu thương nhau và yêu thương con cái.*

Các cha mẹ hay mâu thuẫn cũng khó thống nhất được cách dạy con, nảy sinh vấn đề "Ông nói gà, bà nói vịt", và trẻ là người phải chịu hậu quả. Trẻ sẽ nghe theo ai mà chúng sợ, hoặc tự ý làm theo ý thích riêng. Hầu hết các bậc cha mẹ đều chưa nhận thức hết tác hại của việc cãi vã, nói xấu, chỉ trích hay sỉ nhục nhau trước mặt con. Cha mẹ không hạnh phúc là nỗi bất hạnh của con cái, là vết thương lòng khó hàn gắn được trong trái tim trẻ thơ. Điều đó làm thay đổi tính cách của trẻ, và là một trong những nguyên nhân chính dẫn tới hiện trạng trẻ em lang thang, trẻ em phạm tội ngày càng nhiều.

Điều kiện sinh hoạt của gia đình

Điều kiện sinh hoạt của gia đình cũng có ảnh hưởng đến việc dạy dỗ trẻ. Ở nông thôn, tuy điều kiện vật chất không bằng nơi thành thị, nhưng không gian thoáng đãng, có sông nước vườn cây... nên trẻ có sân chơi rộng rãi, thoải mái hơn. Gia đình nào có các tiện nghi như tivi, đài... sẽ giúp trẻ có điều kiện tiếp cận thông tin mới, học hỏi nhiều điều bổ ích và còn giúp cho cha mẹ có điều kiện bổ sung kiến thức để dạy con.

Ảnh hưởng của các thành viên khác trong gia đình

Các thành viên khác trong gia đình có sự hỗ trợ rất lớn, tạo thành sức mạnh giáo dục tổng hợp trong việc giáo dục trẻ. Cha mẹ cùng ông bà, anh chị em, họ hàng... nếu biết liên kết với nhau về mục tiêu và nội dung phương pháp giáo dục, phát huy tốt vai trò, khả năng, mặt mạnh, mặt yếu của từng người, thì sẽ giáo dục trẻ rất hiệu quả.

Ông bà sống cùng với con cháu, hay ở gần, sẽ có ảnh hưởng lớn đến việc giáo dục trẻ nhỏ, uốn nắn tư cách đạo đức cho trẻ lớn. Người già, mặc dù có vài quan điểm cũ kỹ, kiến thức

không còn phù hợp, nhưng nhờ tích lũy được nhiều vốn sống nên các kinh nghiệm làm việc, ứng xử, giáo dục... đều rất có ích cho trẻ. Đặc biệt, ông bà sẽ đóng vai trò "trung gian hòa giải" khi các cặp vợ chồng, nhất là vợ chồng trẻ xảy ra mâu thuẫn do thiếu kinh nghiệm xây dựng gia đình. Ông bà cũng có thể khéo léo góp ý về nội dung và phương pháp giáo dục cho các bậc cha mẹ, tháo gỡ những điểm vướng mắc để gắn kết cha mẹ và con cái. Đối với các cháu, ông bà không chỉ giúp đỡ việc chăm sóc, ăn uống vui chơi mà những lời khuyên răn của ông bà về cách cư xử, đối xử trong các quan hệ xã hội rất hữu ích và được coi trọng. Ông bà, nếu có trình độ văn hóa, còn có thể giúp các cháu học tập, đôn đốc, kiểm tra kết quả học tập khi cha mẹ bận công việc làm ăn.

Trong gia đình đông con, hoặc ít nhất có hai đứa con, thì tác động ảnh hưởng của chúng với nhau cũng quan trọng trong việc hình thành phát triển nhân cách của mỗi cá nhân. Tinh thần đoàn kết, ý thức tập thể sẽ nảy sinh trong quan hệ anh chị em sống trong một gia đình. Tuy nhiên, cha mẹ cần lưu ý tính ganh đua, hay bắt chước của các con trong nhà. Tính gương mẫu của anh chị lớn, sự quan tâm giúp đỡ động viên các em nhỏ có tác động hữu ích làm các em mến phục, nghe lời. Đặc biệt là tình yêu, mối quan hệ bình đẳng, sự cảm thông, thấu hiểu, cùng nhau san sẻ niềm vui, nỗi buồn lúc khó khăn của anh chị em trong nhà sẽ hỗ trợ rất nhiều cho việc hình thành và phát triển nhân cách cá nhân theo hướng tiến bộ, tích cực.

Nhà trường - xã hội

Tác động của các thiết chế xã hội khác (nhà trường, đoàn thể, nhà nước, cộng đồng, làng xóm...) hỗ trợ cho các gia đình, các bậc cha mẹ trong việc hình thành nhân cách trẻ em là rất lớn.

Nhà trường, tuy khác gia đình về nội dung, phương pháp, lượng thời gian dạy trẻ, nhưng có cùng một mục tiêu giáo dục là đào tạo ra những con người đầy đủ đức tài. Sự kết hợp giữa gia đình và nhà trường là rất cần thiết, tạo thành vòng tròn khép kín để giáo dục trẻ được chu đáo, toàn diện. Nhà trường giúp các em học chữ, tiếp thu tri thức văn hóa tổng hợp, điều mà cha mẹ không thể làm được một cách liên tục, có hệ thống. Nhà trường cũng là nơi trẻ được tiếp xúc với thầy cô, bạn bè. Sống trong sự tương tác với tập thể, trẻ sẽ được xã hội hóa, trưởng thành hơn. Những hình thức tương tác giữa nhà trường và cha mẹ như sổ liên lạc, họp phụ huynh... rất có tác dụng nếu các bậc cha mẹ quan tâm tới việc học tập, rèn luyện của con mình. Giáo dục trẻ em thành người tốt là trách nhiệm của gia đình, nhà trường. Mỗi nơi có một vai trò khác nhau trong việc dạy trẻ. Sự kết hợp giữa vai trò của nhà trường và của các bậc cha mẹ sẽ đem lại hiệu quả giáo dục cao.

Các yếu tố như đã phân tích ở trên đã ảnh hưởng ít nhiều đến việc thực hiện vai trò của cha mẹ tới việc hình thành nhân cách trẻ em. Để làm tốt vai trò của mình, các bậc cha mẹ phải biết kết hợp những ảnh hưởng tốt, khắc phục những ảnh hưởng xấu của các yếu tố đó.

KẾT LUẬN

Gia đình đóng vai trò quan trọng trong chức năng xã hội hóa, hình thành nhân cách con người, đặc biệt ở giai đoạn 0 - 6 tuổi. Nhưng gia đình thực hiện chức năng giáo dục không chỉ bằng sức mạnh của riêng mình mà còn bằng sức mạnh của cả xã hội. Nếu xã hội không chăm lo giáo dục con người thì gia đình không có nền tảng để thực hiện tốt chức năng giáo dục. Xã hội không có kỉ cương phép tắc; cái tốt, cái thiện, cái đúng không được đề cao; cái xấu, cái ác không bị phê phán, thì cha mẹ rất khó khăn trong việc giáo dục đạo đức, lòng vị tha, tính trung thực cho trẻ.

ĐẶC ĐIỂM TÂM LÝ TRẺ TỪ 0 - 6 TUỔI

- Ths. Nguyễn Thị Minh

Nhà giáo dục người Ý, Maria Montessori, chia sự phát triển của con người ra làm bốn giai đoạn, từ lúc mới sinh đến 6 tuổi, từ 6 đến 12 tuổi, từ 12 đến 18 tuổi và từ 18 đến 24 tuổi. Mỗi giai đoạn có những đặc trưng riêng và tương ứng là các phương pháp tiếp cận giáo dục khác nhau cho từng giai đoạn.

Giai đoạn sau sinh đến khi trẻ được khoảng 6 tuổi là giai đoạn đầu tiên. Theo quan sát của Montessori, trong suốt giai đoạn này trẻ trải qua quá trình phát triển tâm sinh lý không ngừng và mạnh mẽ nhất. Trẻ là những cá nhân học tập và khám phá thế giới xung quanh rất tinh tế bằng các giác quan nhạy bén của mình, từ đó hình thành nên tính độc lập và tự xây dựng mang nét riêng của từng cá nhân. Montessori đã nêu ra một số khái niệm để giải thích quá trình 'làm việc' này của trẻ, bao gồm khái niệm về ''**trí tuệ thấm hút, các thời kỳ nhạy cảm và sự bình thường hóa**''.

Trí tuệ thấm hút: Montessori mô tả hành vi của trẻ nhỏ nỗ lực học hỏi không ngừng nghỉ thông qua các kích thích từ môi trường xung quanh - các giác quan, ngôn ngữ, văn hóa, và hình thành khái niệm với thuật ngữ "Trí tuệ thấm hút". Tiến sĩ Montessori thấy rằng giai đoạn phát triển quan trọng nhất của trẻ nằm ở 6 năm đầu đời - thời kỳ trẻ sở hữu trong mình "Trí tuệ thấm hút". Nói cách khác, trẻ tiếp thu thế giới xung quanh giống như miếng bọt biển hút nước vậy. Do đó, mục tiêu giáo dục trong thời kỳ này là trau dồi, tu dưỡng khát khao học hỏi và tiếp thu một cách tự nhiên của trẻ. Bà cũng cho rằng đây là khả năng duy nhất, đặc biệt trong giai đoạn đầu đời của trẻ và nó phai nhạt dần sau khi trẻ được 6 tuổi.

Thời kỳ nhạy cảm: Montessori cũng quan sát các giai đoạn nhạy cảm đặc biệt của trẻ trước những kích thích từ môi trường xung quanh. Bà gọi đó là "Thời kỳ nhạy cảm". Môi trường lớp học Montessori (các học cụ và hoạt động) được thiết kế và sắp xếp phù hợp với từng giai đoạn nhạy cảm mà trẻ bộc lộ. Montessori đã chỉ ra các giai đoạn nhạy cảm đó, bao gồm:

Việc học tập, lĩnh hội ngôn ngữ - từ lúc mới chào đời đến khi trẻ được khoảng 6 tuổi

Tính trật tự - giai đoạn trẻ từ 1 đến 3 tuổi

Sự gọt giũa tinh tế của các giác quan - từ lúc mới sinh đến 3 tuổi

Sự đam mê với các đồ vật nhỏ - khi trẻ được 18 tháng đến 3 tuổi

Sự phát triển của các hành vi xã hội - khi trẻ được 2,5 đến 4 tuổi

Sự bình thường hóa: Khái niệm này xuất phát từ yếu tố tập trung vào hoạt động đáp ứng nhu cầu phát triển của trẻ; điểm nổi bật là khả năng tập trung cũng như "các nguyên tắc không gây gò bó hay ép buộc theo khuôn khổ, trẻ cảm thấy hạnh phúc khi được làm việc, biết cảm thông và tham gia giúp đỡ những người khác".

(Theo Wikipedia)

ĐẶC ĐIỂM TÂM LÝ TRẺ TỪ 0 - 1 TUỔI

Được sinh ra đời đã là một cú sốc đối với trẻ cho dù trẻ không ý thức được về việc này. Đó là bước chuyển từ bóng tối ra ánh sáng, từ môi trường ấm áp, ổn định trong bụng mẹ ra môi trường thường xuyên thay đổi của thiên nhiên, từ cuộc sống chung với mẹ ra cuộc sống độc lập của một cá nhân. Nếu không có người lớn nuôi dưỡng, đứa trẻ vừa sinh ra chỉ có thể sống được trong một thời gian ngắn. Tuy nhiên, để có thể chăm sóc trẻ đúng cách và trở thành một người cha, người mẹ thật sự, chúng ta cần hiểu rõ cũng như áp dụng các biện pháp thích hợp với đặc điểm tâm sinh lý của trẻ trong từng độ tuổi.

Đặc điểm của trẻ sơ sinh 0 - 2 tháng

➦ ĐẶC ĐIỂM SINH LÝ THẦN KINH CỦA TRẺ SƠ SINH

Não bộ của trẻ lúc mới sinh nặng khoảng 400g trong khi trọng lượng não của người lớn trung bình nặng khoảng 1.400g. Lượng tế bào thần kinh khá đầy đủ nhưng các sợi dây thần kinh chưa chứa nhiều chất myelin (chất béo giúp tế bào thần kinh truyền thông tin nhanh hơn), vỏ não chưa được phát triển đầy đủ nên hoạt động của trẻ còn rất hạn chế, các cảm giác chưa phân hóa và thường gắn liền với các xúc cảm.

Lưu ý

Để não bộ của bé phát triển tốt, cha mẹ cần chú ý những điểm sau đây:

Thứ nhất: Trong quá trình chăm sóc bé, cần cho bé ngủ đúng tư thế như nằm ngửa, nằm nghiêng bên trái hoặc bên phải, hạn chế để bé nằm sấp hay nằm lâu ở một tư thế, gối của trẻ nên dùng chất liệu tự nhiên giúp mềm mại và thoáng mát như vỏ đậu, bông gòn..., không dùng gối quá cao. Mỗi ngày nên xoa nhẹ vùng đầu cho trẻ để kích thích sự phát triển của não bộ.

Thứ hai: Trong thức ăn nên chứa nhiều chất béo để giúp trẻ sớm hoàn thiện tế bào não.

Thứ ba: Cho trẻ bú sữa mẹ hoàn toàn trong sáu tháng đầu, đặc biệt là sữa non (sữa này chỉ có trong 2 - 3 ngày sau khi sinh, các loại sữa công thức không thể có sữa non). Sữa mẹ là thức ăn đầy đủ chất dinh dưỡng và đảm bảo vệ sinh, giúp trẻ phát triển toàn diện về thể chất lẫn tinh thần. Bên cạnh đó, việc cho trẻ bú mẹ còn là sợi dây tình cảm gắn kết yêu thương, thắt chặt tình mẫu tử.

➦ ĐẶC ĐIỂM VẬN ĐỘNG

Babinski	Ngón chân xòe ra khi bàn chân bị cù nhẹ khu vực từ gót đến ngón chân (trẻ bị tổn thương cột sống không có phản xạ này).	Có thể là tàn dư của sự tiến hóa.
Chớp mắt	Mắt bé nhắm khi quá sáng hoặc quá ồn.	Bảo vệ mắt.
Phản xạ moro	Bé duỗi thẳng cánh tay ra ngoài rồi sau đó hướng vào bên trong (như ôm) để phản ứng với tiếng ồn hoặc khi đầu bé cúi.	Giúp bé bám chặt mẹ.
Lòng bàn tay	Bé nắm chặt đồ vật khi người khác đặt vào lòng bàn tay.	Dấu hiệu nắm bắt tự ý.
Phản xạ tìm kiếm	Khi lấy ngón tay khều nhẹ vào má bé, bé ngoảnh mặt sang bên má bị khều rồi há miệng.	Giúp bé tìm vú mẹ.
Phản xạ bước	Bé được người lớn giữ thẳng người rồi sau đó bước về phía trước bắt đầu theo nhịp điệu.	Dấu hiệu bước đi tự ý.
Phản xạ bú	Bé bú khi người khác đưa đồ vật vào miệng.	Cho phép nuôi ăn.
Phản xạ rút chân	Bé rút bàn chân khi lòng bàn chân bị người khác cù nhẹ.	Bảo vệ bé tránh kích thích khó chịu.

Trong hai tháng đầu, ở trẻ hình thành các phản xạ có điều kiện sau:

Phản xạ với tư thế nằm khi ăn (cảm giác dễ chịu, khó chịu)

Phản xạ định hướng:

+ 2 đến 3 tuần: Trẻ bắt đầu có phản ứng trước âm thanh, đặc biệt khi nghe giọng nói của người lớn.

+ 3 đến 5 tuần: Trẻ bắt đầu đưa mắt dõi theo những đồ vật di động, rồi dừng lại khi vật đứng yên.

+ Phản xạ khi ngủ và khi thức (tầm quan trọng của chế độ): dần dần trẻ ngủ ít và thức nhiều hơn.

Lưu ý

Cha mẹ nếu phát hiện thấy trẻ không có những phản xạ như trên, thì nên đưa trẻ đi khám sớm để phát hiện một số dị tật bẩm sinh.

➦ SỰ PHÁT TRIỂN CÁC GIÁC QUAN

Trẻ đã có đầy đủ các cơ quan phân tích, cảm nhận. Đó là các giác quan sẵn sàng hoạt động, đặc biệt thính giác, thị giác phát triển rất nhanh.

Thị giác: Khi mới chào đời, thị lực của trẻ kém hơn người lớn tới 60 lần, đó là do cơ cấu của mắt chưa được hoàn chỉnh, mật độ các tế bào ở võng mạc còn thấp. Chỉ sau 48 tiếng đồng hồ, bé đã nhận ra mẹ. Từ tuần thứ ba đến tuần thứ năm: xuất hiện sự tập trung thị giác, bé thích những vật được chiếu sáng rõ, có hình tròn và chuyển động chậm.

Thính giác: Là cơ quan được thức tỉnh rất sớm. Sau khi ra đời, bé đã có khả năng nhận biết tiếng nói của mẹ. Tuần thứ hai và thứ ba: xuất hiện sự tập trung thính giác. Âm thanh đột ngột (tiếng vỗ tay lớn, tiếng cánh cửa đập mạnh) làm trẻ đột nhiên lặng im, không động đậy.

Khứu giác: Chỉ sau 45 tiếng đồng hồ sau khi chào đời, bé đã nhận ra chính xác mùi của mẹ và rất "quyện hơi mẹ".

Vị giác của trẻ phát triển rất sớm. Vừa mới ra đời, bé đã phân biệt được bốn vị khác nhau là ngọt, mặn, đắng, chua. Bé "háo" ngọt và ghét những vị đắng, chua.

Xúc giác của trẻ sơ sinh cũng phát triển sớm. Da của bé rất nhạy cảm. Bé cảm nhận độ nóng lạnh, ẩm ướt... rất nhạy nên khi tè ướt, hay nhiệt độ lạnh, nóng, bé thường la khóc. Khi chào đời, bé đã có thể níu chặt các đồ vật bằng lòng bàn tay. Sau đó không lâu, bé có cảm giác về hình thể và tính chất rắn hay mềm của đồ vật.

Lưu ý

Sự phát triển các giác quan còn diễn ra dưới ảnh hưởng của những ấn tượng bên ngoài mà trẻ tiếp nhận được. Vì vậy, cha mẹ và những người xung quanh cần tạo ra môi trường thích hợp với từng loại giác quan và tạo ra những ấn tượng đó (đem vật lạ màu sắc sặc sỡ đến gần trẻ, trò chuyện với trẻ...). Tuy nhiên, không nên kích thích trẻ quá lâu (mỗi lần nên khoảng 5-15 phút) hoặc kích thích quá mạnh (âm thanh lớn, các mùi vị quá nồng...)[(1)]

➦ CÁC NHU CẦU TÂM LÝ CỦA TRẺ

Nhu cầu gắn bó với người khác (chủ yếu trong quan hệ mẹ con)

Lọt lòng mẹ trẻ có những hành động như: mút, bám, khóc, mỉm cười, rúc đầu vào ngực mẹ

(tìm vú và muốn áp sát vào mẹ để được ôm ấp vỗ về), thể hiện sự gắn bó mẹ con. Quan hệ mẹ-con qua xúc giác là quan trọng bậc nhất và được xuất hiện sớm nhất (sau khi sinh cả mẹ và con đều rất nhạy cảm với sự tiếp xúc gần gũi da thịt, do nhu cầu gắn bó mẹ con), ở mẹ và con đều phát ra tín hiệu cho nhau. Trẻ cảm nhận ngay những biểu cảm của người mẹ và phản ứng lại bằng các cử động (mẹ ôm ấp nâng niu, vỗ về....), trẻ tỏ ra dễ chịu, an toàn, mỉm cười, la khóc, vặn mình. *Vai trò của nhu cầu gắn bó mẹ-con* đó là tạo được sự gắn bó mẹ con ngay từ những ngày đầu trẻ mới ra đời, tránh cho trẻ nguy cơ chậm phát triển và những lệch lạc về sinh lý cũng như tâm lý sau này (những đứa trẻ thiếu sự yêu thương của người mẹ từ nhỏ thường cảm thấy cô đơn, lo lắng và sợ hãi, sau này thường mặc cảm trong giao tiếp với người xung quanh, thường có khả năng mắc các chứng bệnh về tâm lý như tự kỷ, hội chứng hiếu động kém chú ý...). Nhu cầu gắn bó mẹ-con là cơ sở cho nhu cầu giao tiếp sau này của trẻ với những người xung quanh. Tạo cho trẻ cảm xúc: vui mừng (cười) khi được thỏa mãn nhu cầu và khóc khi không được thỏa mãn. Mẹ là nguồn gây ấn tượng và tạo ấn tượng bên ngoài, cần thiết cho sự phát triển thần kinh và các giác quan tâm lý cho trẻ.

Lưu ý

Khi trẻ vừa chào đời, người mẹ nên nhanh chóng tiếp xúc với con. Hãy ôm trẻ để da trẻ chạm vào da người mẹ, đồng thời nhìn trẻ một cách âu yếm (tầm nhìn < 30cm vì mắt trẻ không nhìn được xa) và cười đầy yêu thương với trẻ. Ấn tượng tốt đẹp này sẽ giúp việc thiết lập mối quan hệ mẹ-con tốt đẹp, trẻ sẽ cảm thấy được chào đón để ra đời, giúp cho việc phát triển tâm sinh lý bình thường.

Nhu cầu an toàn

Là trạng thái tâm lý xuất hiện khi trẻ được thỏa mãn các nhu cầu cơ bản và nhu cầu gắn bó, khi trẻ được bảo vệ, che chở, ấm áp và bình yên trong tình yêu thương của người mẹ. Nhu cầu an toàn là điều kiện để cơ thể, tâm lý, tình cảm và các quan hệ xã hội được phát triển bình thường ở trẻ. Thiếu sự an toàn, cảm xúc của trẻ sẽ bị rối loạn.

Lưu ý

Không nên để trẻ nằm một mình trong thời gian dài, nếu trẻ quấy khóc, hãy tìm hiểu nguyên nhân. Có thể trẻ cảm thấy không an toàn nếu vậy hãy bế trẻ khi trẻ khóc, đừng để trẻ khóc quá lâu. Nên cẩn thận các đồ vật, nhất là đồ chơi nhọn, nhỏ, nóng... nên để xa trẻ.

Nhu cầu tiếp nhận các ấn tượng từ thế giới bên ngoài

Nhu cầu tiếp nhận ấn tượng **gắn liền với phản xạ định hướng,** đó là trẻ nhìn theo các vật sáng di động, phản ứng với âm thanh. Tháng thứ hai, trẻ đã bắt đầu chú ý đến khuôn mặt người lớn, trẻ thường mỉm cười khi người lớn cúi xuống trò chuyện. Nhu cầu tiếp thu ấn tượng từ thế giới bên ngoài là cơ sở của các nhu cầu xã hội khác như nhu cầu giao tiếp và nhu cầu nhận thức sau này của trẻ. Nếu bị "đói ấn tượng", trẻ sẽ chậm phát triển một cách nghiêm trọng.

Lưu ý

Nên tạo nhiều ấn tượng bên ngoài để kích thích sự phát triển của trẻ. Thường xuyên trò chuyện với trẻ dù trẻ không hiểu ngôn ngữ. Không nên cho trẻ xem tivi, nếu xem chỉ khoảng 5-15 phút/ngày.

Cấu trúc tâm lý mới ở trẻ

Vì trẻ không tự thỏa mãn được bất kỳ nhu cầu nào của bản thân nên phụ thuộc hoàn toàn vào người lớn và chính người lớn sẽ tạo nên "hoàn cảnh xã hội của sự phát triển" đặc trưng của trẻ sơ sinh. Đó là sự gắn bó giữa trẻ và người lớn.

Đến cuối tháng thứ hai, bắt đầu xuất hiện "phức cảm hớn hở" đó là *sự kết hợp những cử động của chân tay và các âm thanh phát ra từ đứa trẻ, những phản ứng tích cực như mỉm cười, phì nước bọt* khi mẹ hay người thân xuất hiện hoặc âu yếm nó.

Phản ứng đặc biệt: nở nụ cười khi thấy khuôn mặt mẹ là **chỉ số chứng tỏ tương tác xã hội** của sự phát triển tâm lý của trẻ sơ sinh đã bắt đầu hình thành. Dần dần, trẻ có khả năng nhận ra và phản ứng với giọng nói của mẹ, mùi của mẹ, vị sữa mẹ. Bắt đầu hình thành tình cảm quyến luyến với mẹ. Phức cảm hớn hở của trẻ hình thành rõ nét vào cuối tháng thứ hai được coi là mốc **đánh dấu sự xuất hiện nhu cầu xã hội đầu tiên** của trẻ - ***nhu cầu giao tiếp***.

Lưu ý

Đứa trẻ biểu hiện phức cảm hớn hở sớm hay muộn hơn hai tháng là do việc giao tiếp, tiếp xúc thường xuyên của những người xung quanh, đặc biệt là người mẹ. Những đứa trẻ đói giao tiếp biểu hiện này thường muộn hơn những đứa trẻ khác, vì vậy người mẹ nên dành nhiều thời gian chăm sóc, tiếp xúc, trò chuyện với trẻ.

Đặc điểm tâm lý của trẻ 3-12 tháng

➦ PHÁT TRIỂN VẬN ĐỘNG

Sự phát triển vận động thô

3 tháng: biết lật, với tay về phía đồ vật như là vẫy

4 tháng: ngồi có người đỡ

5 tháng: ngồi trong lòng người lớn, cầm đồ vật trong tay

6-7 tháng: có thể ngồi một mình

8-9 tháng: có thể bò bằng hai tay hai chân

9-10 tháng: biết đứng

11- 12 tháng: đi được nhờ sự dìu dắt của người lớn.

Biết đứng và biết đi tạo điều kiện tốt cho sự phát triển nhận thức ở trẻ, trẻ có thể khám phá sự vật từ mọi phía (bên trong, bên trên, bên dưới). Thế giới đối với trẻ trở nên rộng lớn hơn.

Lưu ý

Các bậc cha mẹ nên thường xuyên tập luyện vận động cho trẻ, giúp trẻ tập lật, tập bò, tập đi... Nếu trẻ đến tuổi (có thể quá khoảng 2-3 tháng) mà chưa có những loại vận động thích hợp, nên đến các cơ sở y tế để khám. Ngoài ra, một số đứa trẻ bỏ qua một vài giai đoạn như không lật mà ngồi, không bò mà đứng...

Sự phát triển vận động tinh

Trẻ 3 tháng tuổi biết bắt đầu cầm đồ chơi lắc. Cuối tháng thứ 3, trẻ bắt đầu dùng hai tay để sờ mó đồ vật. Hai bàn tay tạo ra ấn tượng xúc giác về đồ vật, giúp cho trẻ biết được vài đặc tính đơn giản của chúng. Đến tháng thứ tư, trẻ bắt đầu nắm lấy đồ vật. Nhiều khi trẻ nắm chắc trong tay một đồ vật hồi lâu, tuy vậy trẻ vẫn chưa làm chủ hoàn toàn hành động nắm. Từ tháng thứ 6 trở đi thì động tác nắm được cải thiện hơn, bàn tay hướng về đồ vật, ngón tay cái đối lập với các ngón tay khác, nhờ đó trẻ đã cầm đồ vật bằng các ngón tay. Vị trí của các ngón tay dần dần thích hợp với các kiểu đồ vật (quả bóng được cầm bằng những ngón tay xòe rộng, khi cầm khối

vuông thì các ngón tay đặt theo gờ cạnh). Hành động cầm nắm có vai trò quan trọng trong sự phát triển tâm lý của trẻ: bàn tay trở thành cơ quan xúc giác, bàn tay biết "khám phá".

Khi đứa trẻ có thể cầm nắm đồ vật trong tay thì nó bắt đầu thao tác với đồ vật bằng tay từ đơn giản đến phức tạp hơn:

Cầm lấy rồi buông ra.

Phối hợp động tác: cầm hai vật ở cả hai tay, phối hợp các hành động sờ, nắm, đưa vào miệng và nhai.

Đẩy đồ vật ra hay xích lại gần.

Làm cho đồ vật ngã ngửa, gõ lắc tạo âm thanh, dịch chuyển đồ vật.

Những thao tác bằng tay của trẻ đối với đồ vật tiến bộ nhanh làm cho **sự định hướng vào đồ vật và không gian** xung quanh **rõ ràng hơn** nhờ sự phối hợp phức tạp giữa thị giác và cơ quan vận động.

➦ TRONG GIAI ĐOẠN PHÁT TRIỂN ĐẦU

Mắt có thể nhìn thấy đồ vật, nhận các ấn tượng từ đồ vật đó, song chưa thể xác định được khoảng cách và phương hướng. Tay của trẻ chưa hướng ngay được về phía đồ vật mà dường như chỉ quờ vào không khí, ít khi nhắm trúng đích.

➦ TRONG GIAI ĐOẠN TIẾP THEO

Mắt dõi theo cử động của tay và bắt đầu nhận thấy đồ vật ở xa hay gần, rồi mới tham gia vào việc điều chỉnh cử động của tay cho phù hợp. Từ sáu tháng tuổi, khi đưa tay tiếp cận đồ vật, mắt trẻ đã biết nhìn theo tay và biết được vị trí của đồ vật đó và trẻ để với lấy đồ vật một cách chính xác hơn. Hành động với đồ vật một cách chính xác có thể coi là hành động có định hướng đầu tiên, là cơ sở phát triển các hành động sờ, nắm, các thao tác với đồ vật sau này của trẻ. Những thao tác bằng tay của trẻ đối với đồ vật là cơ sở phát triển các quá trình tâm lý (như quan sát, tư duy, trí nhớ...).

Thao tác với đồ vật giúp trẻ phát hiện ra các thuộc tính của đồ vật. Ban đầu, trẻ chỉ nhận biết các thuộc tính ấy khi thao tác trực tiếp với đồ vật, nếu ngừng lại thì "kiến thức" ấy cũng biến mất. Sau nhiều lần thao tác với đồ vật và ghi lại ấn tượng về nó thì lúc đó, trẻ bắt đầu nhớ đồ vật nếu đồ vật tồn tại thường xuyên trong thế giới xung quanh của trẻ với những thuộc tính ổn định. Hành động với đồ vật kích thích trẻ tích cực tìm tòi, khám phá những tính chất của các vật xung quanh. Trẻ quan tâm không chỉ "đây là cái gì", mà còn "có thể làm gì với nó". Sự kết hợp của tri giác và cơ quan vận động khi hành động với đồ vật là cơ sở cho sự phát triển những **hình thức đầu tiên của tư duy trực quan hành động** xuất hiện ở cuối giai đoạn lứa tuổi này.

Sự phát triển nhận thức

Ở độ tuổi này, trẻ đã có khả năng nhìn mọi người và mọi vật chăm chú hơn. Trẻ bắt đầu biết tìm hiểu về cơ thể mình: chăm chú nhìn các ngón tay, bàn tay, theo dõi cử động của tay, dang cả hai tay và đặt tay này lên tay kia. Trẻ 5 tháng tuổi thường cảm nhận mọi vật xung quanh bằng mắt. Trẻ tìm hiểu thế giới bằng cách sờ mó vào vật mà chúng nhìn thấy. Trẻ có thể dõi theo những vật chuyển động. Vừa dõi theo vật mình thích, trẻ vừa đập chân đập tay, vừa phát ra những âm thanh sung sướng. Trẻ còn có **khả năng bắt chước** các biểu hiện nét mặt khác nhau của người lớn. Đây là yếu tố quan trọng của sự phát triển và gìn giữ mối liên hệ tình cảm giữa trẻ và cha mẹ. Người lớn chăm sóc trẻ cần cố gắng đưa trẻ đi dạo chơi để trẻ có thể quan sát cảnh vật xung quanh nhằm thỏa mãn *nhu cầu về các ấn tượng mới mẻ* của trẻ.

Trí nhớ

Trẻ 4 tháng tuổi có thể phân biệt vật cũ, vật mới. Trẻ thích nhìn các đồ vật mới hơn, điều đó chứng tỏ rằng trẻ nhớ rõ các đồ vật mà chúng được nhìn thấy trước đó. Để bắt chước người lớn, trẻ cần phải ghi nhớ các âm thanh và hành động của người lớn. Để nhận ra mẹ thì trẻ phải nhớ khuôn mặt mẹ, giọng nói của mẹ. Để tìm được đồ chơi bị giấu trước mắt, trẻ phải nhớ lại nơi mà đồ chơi được giấu.

Lưu ý

Cần tổ chức nhiều hoạt động, nhiều trò chơi lặp đi lặp lại nhiều lần để rèn luyện trí nhớ cho trẻ. Khi chơi, nên sử dụng ngôn ngữ để diễn đạt nhằm phát triển trí nhớ và phát triển ngôn ngữ cho trẻ.

Sự phát triển ngôn ngữ

Ngay từ khi mới sinh, trẻ đã có cách biểu hiện sự đòi hỏi, mong muốn trước cha mẹ, ví dụ: trẻ khóc khi muốn ăn, ọ ẹ khi ướt tã lót. Khi gần 1 năm tuổi, hầu hết trẻ đã biết phát âm từ đầu tiên. Trẻ đã học được các cách thức giao tiếp cơ bản với người lớn. Trình độ ngôn ngữ của trẻ phụ thuộc chủ yếu vào hoạt động giao tiếp của người lớn với trẻ.

Nếu trẻ đến từng mốc giai đoạn mà chưa đạt được các tiêu chuẩn, nên đưa trẻ đi khám. Những đứa trẻ bị tự kỷ hoặc hiếu động kém chú ý thường có những rối nhiễu về ngôn ngữ.

Lưu ý

Cần thường xuyên trò chuyện, giao tiếp với trẻ. Khi tiếp xúc với trẻ, luôn dùng ngôn ngữ, cả ngôn ngữ không lời, để giúp trẻ phát triển ngôn ngữ. Khi trẻ yêu cầu một điều gì, cần dùng ngôn ngữ để đáp ứng trước khi đưa đồ vật. Ví dụ: Nếu trẻ chỉ cốc nước, người lớn không nên đưa ngay mà nên vừa chỉ cốc nước vừa nói "Con muốn cốc nước phải không?" hay "Mẹ sẽ lấy cốc nước cho con nhé?"...

12 tuần tuổi	Cười khi người khác nói chuyện với mình, ê a.
16 tuần tuổi	Quay đầu về phía giọng nói phát ra.
6 tháng tuổi	Từ ê a chuyển sang bập bẹ.
8 tháng tuổi	Phát âm lặp đi lặp lại các âm tiết (ma ma).
12 tháng tuổi	Hiểu được nghĩa và có thể phát âm một vài từ.

Hoạt động chủ đạo của trẻ

Giai đoạn 1: *Giao tiếp xúc cảm trực tiếp* (2 - 6 tháng): Trẻ tìm kiếm sự quan tâm, âu yếm của người lớn (biểu hiện của nhu cầu giao tiếp) bằng cái nhìn chằm chằm vào người lớn, cử động chân tay, phát ra những âm thanh nho nhỏ, vui vẻ khi người lớn đến gần nói chuyện... Trong giao tiếp với người lớn, trẻ tiếp nhận được những sắc thái xúc cảm khác nhau của người lớn qua nét mặt, giọng nói rồi dần dần trẻ cũng biểu hiện những xúc cảm khác nhau của mình. Trong giai đoạn này, cần chú ý ở bên trẻ trò chuyện, mỉm cười, kể chuyện cho trẻ nghe và đừng băn khoăn về việc trẻ không hiểu hết những điều người lớn nói.

Giai đoạn 2: *Giao tiếp tình huống* (6-12 tháng): Từ nhu cầu giao tiếp trực tiếp dẫn đến nhu cầu giao tiếp vì đồ vật, tức là giao tiếp với người lớn để được tiếp xúc với đồ chơi. Người lớn trở thành khâu trung gian giữa trẻ và đồ vật. Người lớn mang đồ vật đến cho trẻ, bế trẻ đến chỗ có nhiều đồ chơi... Người lớn cùng chơi, cùng thực hiện hành động với trẻ, nói chuyện, khen ngợi trẻ, khuyến khích trẻ hành động với đồ vật. Việc giao tiếp này dần dần trở thành hoạt động phối hợp giữa người lớn và trẻ, ví dụ người lớn cầm tay trẻ gõ vào trống, đặt thìa vào bát... Nhờ hoạt động chủ đạo trong lứa tuổi này mà trẻ được ấp ủ thương yêu, có đời sống tâm

lý ổn định; hình thành cảm xúc tích cực; thúc đẩy trẻ hiểu ngôn ngữ của người lớn và học nói. Trong quá trình giao tiếp, người lớn luôn hướng dẫn, uốn nắn hành vi của trẻ (qua nụ cười bằng lòng hay vẻ mặt không đồng ý), đánh giá hành vi của trẻ để trẻ nhận ra hành vi của mình đúng hay sai. Trẻ học được thói quen tốt và cách ứng xử đúng.

Lưu ý

Khi chơi, trò chuyện cùng trẻ, nên chỉ cho trẻ những giá trị, những chuẩn mực, những giới hạn. Cần uốn nắn những sai lệch cho trẻ sớm bằng thái độ, bằng hành vi, bằng ngôn ngữ; không nên nói sai theo cách phát âm của trẻ, ví dụ trẻ thường dùng từ "ăn cơm" là "măm măm", thì chúng ta phải dùng từ đúng là "ăn cơm" để trẻ nói đúng từ nhỏ.

ĐẶC ĐIỂM TÂM LÝ TRẺ 1-3 TUỔI

Ở giai đoạn 1-3 tuổi: Sự phát triển của trẻ diễn ra với **tốc độ rất nhanh. hệ thần kinh** rất **nhạy bén** tạo điều kiện cho trẻ học hỏi nhanh, đồng thời trẻ cũng rất **dễ bị tổn thương.** Vì thế, những thay đổi đột ngột trong cuộc sống - đặc biệt đối với trẻ những năm đầu đời rất nguy hiểm. **nhu cầu giao tiếp** của trẻ với người lớn **rất cao**. Đặc điểm của trẻ ở lứa tuổi này là **bắt chước hành động**, lời nói của người lớn, vì vậy cần tích cực cho trẻ nhận biết thế giới xung quanh và cần làm gương cho trẻ (trẻ có thể bắt chước lời nói, hành động, việc làm tốt hay xấu của người lớn). **Tốc độ phát triển** của mỗi trẻ **khác nhau**.

Đi theo tư thế đứng thẳng

Khi mới tập đi, việc điều khiển các cử động chưa được hình thành, vì thế trẻ luôn luôn bị mất thăng bằng, căng thẳng, hay bị vấp ngã, bối rối, sợ hãi khi gặp các vật cản trên đường. Vì vậy, người lớn cần dìu trẻ từng bước một và kịp thời cổ vũ khi trẻ đi được vài bước cho đến lúc đi thành thạo. Đi theo thế thẳng đứng là một bước tiến cơ bản nhằm làm cho trẻ độc lập về mặt sinh học, đồng thời là một bước quan trọng trong việc xã hội hóa đứa trẻ:

Giải phóng hai bàn tay khỏi chức năng di chuyển, bàn tay trở thành công cụ để nhận thức thế giới xung quanh: cầm, nắm, xúc cơm, viết, vẽ... - chức năng hoạt động của con người.

Ngẩng cao đầu, dây thanh càng phát ra được nhiều âm tiết tinh vi.

Giúp trẻ **mở rộng tầm nhìn**, phát triển khả năng định hướng trong không gian.

Mở rộng phạm vi hoạt động với đồ vật, tiếp xúc với nhiều đồ vật hơn, mở rộng khả năng tìm hiểu những thuộc tính của đồ vật và kỹ năng sử dụng chúng.

Mở rộng giao tiếp với mọi người xung quanh giúp vốn kinh nghiệm riêng của trẻ thêm phong phú, phát triển nhu cầu giao tiếp và kích thích khả năng giao tiếp bằng ngôn ngữ ở trẻ.

Đặc điểm hoạt động với đồ vật

Thời kì trước tuổi mẫu giáo, trẻ đã thực hiện những hành động khá phức tạp với các đồ vật, nhưng chưa nhằm vào việc khám phá chức năng và phương thức sử dụng nó. Đến tuổi đi nhà trẻ, đồ vật lúc này đối với trẻ không phải chỉ là cái để nghịch, để chơi mà còn là để tìm hiểu chức năng nhất định và phương thức sử dụng tương ứng, ví dụ thìa (muỗng) dùng để xúc cơm và có cách cầm nhất định. Do đó, trẻ hướng hoạt động của mình vào việc nắm cách sử dụng đồ vật. Trẻ lĩnh hội những kiến thức về đồ vật, biết cách sử dụng đồ vật giống như người lớn, trong đó người lớn giữ vai trò của người hướng dẫn, người cộng tác, người hỗ trợ trong quá trình lĩnh hội này. Hoạt động với đồ vật (là một loại hoạt động có đối tượng) trở thành hình thức hoạt động chủ đạo trong suốt giai đoạn nhà trẻ. Nhờ có hoạt động này mà chức năng của các đồ vật lần đầu tiên được bộc lộ ra trước trẻ và đồ vật xung quanh trở thành đối tượng thu

hút sự chú ý của trẻ, khiến trẻ hăng hái tìm kiếm, tháo lắp suốt ngày. Chính nhờ vậy mà tâm lý của trẻ phát triển mạnh, đặc biệt là trí tuệ. Khi lĩnh hội những hành động sử dụng đồ vật sinh hoạt hàng ngày thì đồng thời trẻ cũng lĩnh hội được những quy tắc hành vi trong xã hội. Thái độ của người lớn rất quan trọng đối với việc nắm vững quy tắc hành vi xã hội cho trẻ.

➦ CÁC LOẠI HÀNH ĐỘNG VỚI ĐỒ VẬT CỦA LỨA TUỔI NHÀ TRẺ

Hành động thiết lập các mối tương quan:

Là hành động đưa hai hoặc nhiều đối tượng (hoặc các bộ phận của chúng) vào mối tương quan nhất định trong không gian, ví dụ hành động chồng các khối gỗ thành hình tháp hoặc lắp ráp đồ chơi. Ở lứa tuổi nhà trẻ, khi hành động với đồ vật, trẻ phải tính đến những thuộc tính của đối tượng, biết lựa chọn đồ vật theo hình dáng, kích thước, biết sắp đặt chúng theo một trật tự nhất định. Trong thời kì đầu, trẻ chưa tạo ra được kết quả đúng như mong đợi, nên thường sắp xếp lung tung.

Lưu ý

Người lớn phải giúp đỡ trẻ đạt tới kết quả đúng bằng cách:

Người lớn làm mẫu trước mắt trẻ nhiều lần để trẻ ghi nhớ vị trí của các đối tượng trong tương quan nhất định.

Để trẻ làm và lưu ý sửa các chỗ sai, sau đó trẻ sẽ làm thử.

Dạy trẻ nhìn trước bằng mắt để chọn các đối tượng thích hợp theo một tương quan nhất định rồi tổ chức các hành động thiết lập tương quan cho đúng. Chỉ bằng cách này mới giúp trẻ nắm được phương thức hành động đúng.

Nhờ hành động thiết lập mối tương quan như vậy, các chức năng tâm lý của trẻ như tri giác, trí nhớ, tưởng tượng, tư duy được phát triển mạnh, đặc biệt là tư duy trực quan - hành động.

Hành động công cụ:

Là hành động mà trong đó một đồ vật được sử dụng như một công cụ để tác động lên một đồ vật khác (công cụ là khâu trung gian giữa bàn tay con người với đồ vật cần tác động tới), ví dụ dùng thìa để xúc cơm, dùng dao để thái rau...

Quá trình lĩnh hội hành động công cụ thành các giai đoạn:

Lúc đầu, công cụ chỉ là sự kéo dài bàn tay của trẻ (trẻ nắm lấy thìa, đưa gần vào bát, xúc cơm rồi đưa thẳng lên miệng), lúc này sự chú ý của trẻ không hướng vào công cụ (thìa) mà hướng vào đối tượng (cơm). Hành động không thành công (cơm rơi vãi hết, trẻ chỉ đưa được thìa không lên miệng).

Ở giai đoạn tiếp theo, trẻ mới chú ý đến quan hệ giữa công cụ và đối tượng mà hành động hướng tới (giữa thìa và cơm), lúc này trẻ làm đi làm lại nhiều lần mới đạt kết quả.

Cuối cùng, khi bàn tay đã thích nghi với cấu tạo của công cụ thì mới xuất hiện hành động công cụ.

➦ Ý NGHĨA CỦA HÀNH ĐỘNG VỚI ĐỒ VẬT ĐỐI VỚI SỰ PHÁT TRIỂN TÂM LÝ CỦA TRẺ

Làm phong phú kinh nghiệm nhận thức cảm tính ở trẻ (cảm giác, tri giác).

Phát triển khả năng khái quát hóa (lĩnh hội và áp dụng nguyên tắc sử dụng công cụ).

Thay đổi tính chất định hướng trong tình huống mới (định hướng vào chức năng và phương hướng hành động). Khi gặp một vật mới, trẻ tìm hiểu "Vật này dùng để làm gì?", "Có thể sử dụng nó như thế nào?".

Làm tích cực hóa ngôn ngữ của trẻ.

Hình thành tính độc lập.

Lĩnh hội quy tắc hành vi khi sử dụng các đồ vật.

Tạo điều kiện cho việc hình thành những dạng hoạt động mới: trò chơi và các hoạt động sáng tạo (vẽ, nặn, xây dựng).

Lưu ý

Cần cho trẻ tiếp xúc với nhiều công cụ, đồ dùng trong cuộc sống. Càng tiếp xúc đa dạng các đồ vật, trẻ càng lĩnh hội được nhiều giá trị chuẩn mực và kinh nghiệm. Cha mẹ không nên làm thay trẻ (ví dụ: đi dép hộ, xúc cơm hộ...), mà thay vào đó cần kiên trì và sớm tập cho trẻ làm quen những hành động với công cụ. Nên tham gia cùng trẻ trong quá trình hoạt động. Sự tương tác người-đồ vật-người giúp trẻ không chỉ hiểu được công dụng của đồ vật mà còn bộc lộ, hình thành những cảm xúc, những nét tính cách tích cực của trẻ với người khác.

➦ SỰ PHÁT TRIỂN NGÔN NGỮ CỦA TRẺ

Hoàn thiện khả năng thông hiểu lời nói của người lớn (nghe hiểu):

Trẻ chỉ hiểu về tình huống khi chứng kiến tình huống, ví dụ trẻ hiểu lời nói "đánh trống" khi trẻ nhìn thấy một người đang đánh trống hoặc chính trẻ đang cầm dùi đánh vào trống. Lời nói "đánh trống" biểu đạt cho toàn bộ tình huống này. Trẻ sẽ không thể hiểu lời nói "đánh trống" khi tách khỏi tình huống cụ thể.

Tình huống cụ thể + lời nói = Tín hiệu hành động của trẻ.

Sự kết hợp giữa ngôn ngữ với tình huống cụ thể khi được lặp đi lặp lại nhiều lần, thì dần dần trẻ sẽ hiểu được lời nói mà không phụ thuộc vào tình huống cụ thể nữa. Người lớn có thể dùng lời nói để chỉ dẫn hành động cho trẻ (yêu cầu trẻ cầm hay lấy một đồ vật nào đó), giúp trẻ mở rộng giao tiếp với người lớn. Việc nghe và hiểu lời nói vượt ra khỏi tình huống cụ thể là một thành tựu quan trọng của trẻ. Nó giúp trẻ biết sử dụng ngôn ngữ như là phương tiện cơ bản để nhận thức thế giới xung quanh.

Ngôn ngữ tích cực: Sau 2 tuổi là thời kì phát triển ngôn ngữ. Trẻ không chỉ đòi hỏi biết được tên đồ vật, mà còn cố gắng phát ra các âm để gọi tên các đồ vật đó. Vốn từ: cuối năm thứ 2, trẻ nói được 300-400 từ, cuối năm thứ 3 là 1.000 từ. Phát âm: trẻ lên 2 thường nói ngọng, ngôn ngữ của trẻ ít giống của người lớn, ví dụ "ăn", trẻ nói là "măm", "thịt" thành "xịt"... Người ta gọi ngôn ngữ đó là ngôn ngữ tự trị. Nguyên nhân của ngôn ngữ tự trị:

Do người lớn thích nói vậy khi âu yếm trẻ.

Trẻ nghe không chuẩn nên phát âm bị méo tiếng.

Vốn từ của trẻ còn nghèo nàn nên trẻ phải tự nghĩ ra một số từ để giao tiếp với người lớn.

Ngữ pháp: Để diễn đạt được nguyện vọng của mình cho người lớn hiểu, trẻ phải nắm được ngữ pháp của tiếng mẹ đẻ. Lúc đầu, trẻ dùng câu một tiếng, ví dụ "măm măm" tức là "Mẹ cho con ăn". Sau đó trẻ dùng câu hai tiếng theo mô hình: chủ ngữ - vị ngữ, ví dụ "mẹ bế", "mẹ xúc", cũng có lúc trẻ nói ngược "bế mẹ". Đến ba tuổi, ngôn ngữ tích cực của trẻ phát triển mạnh mẽ,

trẻ rất thích nói và nói suốt ngày ("*Trẻ lên ba cả nhà học nói*"). Trẻ đã nói được những câu dài: "Con khóc vì ba mắng con", "Ai hư thì không được phiếu bé ngoan".

Lưu ý

Cần dạy trẻ nói đúng và sửa sai cho trẻ thì ngôn ngữ tự trị sẽ mất đi nhanh chóng.

Gia đình nên tập nói thường xuyên cho trẻ; cho trẻ tiếp xúc nhiều sự vật, hiện tượng, tình huống để tăng vốn từ cho trẻ.

Nên đọc sách báo cho trẻ nghe và hình thành thói quen thích đọc sách từ nhỏ cho trẻ.

➦ HOẠT ĐỘNG NHẬN THỨC CỦA TRẺ

Tri giác:

Tri giác của trẻ thời kỳ này mang tính không chủ định. Trẻ thường hướng đến những đặc điểm/dấu hiệu riêng biệt, nổi bật của đồ vật. Khi hoạt động với đồ vật, trẻ nhận biết được kích thước và hình dạng, độ lớn, màu sắc; nhận ra vị trí, phương hướng và trình tự sắp xếp các đồ vật. Hình dạng (hay đường viền) là dấu hiệu quan trọng nhất để trẻ 3 tuổi nhận biết đối tượng. Trẻ có thể nhận biết được năm loại hình khác nhau thông qua trò chơi xếp hình (tròn, vuông, chữ nhật, tam giác, bầu dục). Sau đó là màu sắc rực rỡ (đỏ, da cam, vàng, xanh lá cây, xanh da trời, tím, trắng, đen). Trẻ **dùng mắt để lựa chọn** các đối tượng cần thiết mà không cần ướm thử nữa. Trẻ tích lũy được khá nhiều biểu tượng về các đối tượng trong hiện thực và được ghi lại trong kí ức, biến thành các mẫu để nhận biết thuộc tính của đối tượng khác. **Trẻ thường dùng hình dạng, màu sắc của một số mẫu này để nhận biết các đồ vật khác**, ví dụ khi nhận dạng các vật có hình tam giác trẻ nói là "giống mái nhà"; khi nhận dạng các vật có hình tròn, trẻ nói "giống quả bóng"; các đồ vật màu đỏ - "giống cờ", màu xanh - "giống cỏ"... Nhận biết bằng thính giác của trẻ cũng phát triển mạnh, đặc biệt là nghe âm vị của tiếng mẹ đẻ. Trẻ phân biệt được độ cao, thấp của âm thanh qua các bài hát đơn giản và hấp dẫn.

Lưu ý

Việc nắm vững hành động tri giác ở trẻ đòi hỏi người lớn phải hướng dẫn. Đồ chơi cần chọn lựa sao cho có các thao tác lắp ráp các bộ phận với nhau, buộc trẻ phải so sánh, đối chiếu và lựa chọn cho phù hợp.

Cần chỉ cho trẻ biết những âm thanh có độ cao khác nhau phát ra từ các đối tượng quen thuộc như gà gáy "ò ó o", vịt kêu "cạp cạp cạp"; khuyến khích trẻ gõ trống, rung lục lạc, hay nhún nhảy theo nhạc để phát triển khả năng tiết tấu.

Nên đặt những câu hỏi cho trẻ để kích thích sự tìm tòi, sáng tạo ở trẻ.

Trí nhớ:

Trong năm đầu, trí nhớ của trẻ chưa tách khỏi tri giác trực tiếp (khi người quen đến gần, trẻ có phản ứng reo mừng). Cuối năm thứ nhất, trẻ đã nhận ra đồ chơi mà mình đã chơi nhiều lần, nhận ra giai điệu đã nghe nhiều lần. Trẻ 2 tuổi nhớ được nhiều từ, câu mặc dù chưa hiểu được câu đó hoặc chưa hiểu được ý nghĩa của từ. Trẻ nhớ các bài thơ, câu văn, các phần âm thanh và nhịp điệu của từ... Đặc điểm quan trọng nhất trong trí nhớ của trẻ là trí nhớ dần dần thoát khỏi chỗ dựa vào tri giác, **sự nhớ lại được hình thành** (ví dụ mẹ mặc đồ đẹp tức là sẽ đi. Trẻ sẽ khóc khi thấy mẹ mặc đồ đẹp). Ban đầu, trẻ nhớ lại không chủ định (khi có câu hỏi và gợi ý của người lớn), về sau là nhớ lại có chủ định. Trí nhớ của trẻ là sự hứng thú, trẻ nhớ lại những gì trẻ thích. Trẻ **có khả năng ghi nhớ và nhớ lại theo lời chỉ dẫn của người lớn** là thành tựu quan trọng trong sự phát triển trí nhớ của trẻ, là mầm mống của trí nhớ có chủ định.

Lưu ý

Cần cho trẻ tiếp xúc nhiều lần với đồ vật để rèn luyện trí nhớ.

Trước khi tiếp xúc chúng ta đưa ra những câu đố, câu hỏi liên quan đến đồ vật để rèn luyện khả năng nhớ lại của trẻ.

Tư duy:

Ở trẻ tuổi này, tư duy chủ yếu là tư duy trực quan hành động. Ban đầu, trẻ biết sử dụng các mối liên hệ có sẵn giữa các đồ vật để giải quyết tình huống, ví dụ trèo lên ghế để lấy cái ly trên bàn. Nhưng sự biểu hiện của hành động tư duy đích thực là khi trẻ biết xác lập mối quan hệ chưa có sẵn giữa các đồ vật để giải quyết một nhiệm vụ nào đó, ví dụ lấy cây để khều quả bóng trong gầm giường. Người lớn dạy cho trẻ hành động với đồ vật, giúp trẻ xác lập mối quan hệ giữa chúng để giải quyết các nhiệm vụ thực tế, tránh rập khuôn máy móc. Cuối tuổi này, trẻ bắt đầu hình thành tư duy trực quan-hình ảnh (là kiểu tư duy mà trong đó việc giải quyết bài toán được thực hiện nhờ các hành động bên trong với các hình ảnh), ví dụ sau nhiều lần dùng que khều quả bóng trong gầm giường, trong một tình huống mới như quả bóng ở trên bàn, trẻ sẽ dự đoán trong đầu là có thể dùng que khều được quả bóng ngay. Mặc dù mới chỉ dừng lại ở hành động trực quan-hành động nhưng tư duy của trẻ cũng đã đạt tới những khái quát ban đầu mang tính độc đáo. Đó là khả năng hợp nhất những sự vật, hiện tượng có dấu hiệu bên ngoài giống nhau, ví dụ trẻ gọi chim, gà, vịt đều là chim; thỏ, chó đều là mèo.

Lưu ý

Để phát triển tư duy cho trẻ cần:

Luôn đặt trẻ vào tình huống giải quyết vấn đề.

Cho trẻ quan sát thực tế.

Quan tâm phát triển ngôn ngữ cho trẻ.

Sự phát triển xúc cảm - tình cảm:

Cảm xúc và tình cảm chưa có tính ổn định, mau thay đổi. Trẻ có thể rất thích thú một cái gì đó, nhưng cũng rất dễ dàng chán nó. Khóc rồi cười nhanh chóng. Trong độ tuổi này, trẻ bắt đầu có tình cảm đối với những người gần gũi như cha mẹ, anh chị, ông bà. Sau đó xuất hiện thêm những hình thái mới. Đứa trẻ mong được người lớn khen ngợi, âu yếm và rất sợ khi người lớn tỏ ra không bằng lòng. Đối với bạn cùng tuổi, trẻ cũng đã bộc lộ được mối thiện cảm của mình bằng cách dỗ dành bạn hay chia sẻ bánh kẹo hoặc đồ chơi cho bạn. Trẻ cũng thường bị ảnh hưởng xúc cảm của người khác, ví dụ: thấy bạn khóc cũng khóc theo, thấy mẹ buồn cũng buồn theo, thấy bạn chơi đùa vui vẻ cũng cười theo... Trẻ cũng bắt đầu hình thành *tình cảm tự hào*. Vì vậy, lời khen ngợi của cha mẹ hoặc sự tán thưởng của những người xung quanh là nguồn cổ vũ quan trọng để hình thành tình cảm tự hào của trẻ. Sau đó, xuất hiện thêm *tình cảm xấu hổ*. Trẻ cảm thấy xấu hổ mỗi khi hành động của mình không được người lớn mong mỏi, hay khi trẻ bị người lớn chê trách. Khi giáo dục tốt, tình cảm tự hào và xấu hổ sẽ phát triển mạnh, thúc đẩy trẻ thực hiện những hành động tốt.

Lưu ý

Cần thường xuyên khen ngợi trẻ khi trẻ đạt được một tiến bộ, một hành động hành vi lời nói đúng.

Khi trẻ phạm lỗi cần nhắc nhở nhẹ nhàng, cần trách phạt để trẻ hiểu các giới hạn, các chuẩn

mực nhưng cần lựa chọn kỹ các biện pháp trách phạt. Hạn chế việc đánh đập quá nặng nề và thường xuyên đối với trẻ.[(2)]

Sự hình thành ý thức về cái tôi:

Đứa trẻ 1 tuổi tình cờ soi gương, nó nhìn chăm chú rất lâu ảnh mình trong gương, sau đó sờ tay lên mặt gương nơi mũi có chấm đỏ trong ảnh. Đứa trẻ khoảng 15 tháng nhìn thấy chấm đỏ trên mũi của ảnh mình trong gương, nó đến gần hơn và sờ vào mũi mình. Mọi đứa trẻ 2 tuổi đều làm như vậy. Trẻ 20-24 tháng bắt đầu nhận ra ảnh của mình trong ảnh đám trẻ con cùng tuổi. Sự ý thức về cái tôi (tự ý thức) bắt đầu từ khi trẻ nhận ra chính mình, nhận ra mình là một con người riêng biệt, khác với những người xung quanh. **đầu tuổi ấu nhi**, trẻ còn ở trong tình trạng chưa xác định được bản thân mình. Trẻ nhận biết bản thân từ sự bắt chước thái độ của người khác đối với trẻ, ví dụ trong cách xưng hô, trẻ thường xưng tên như người khác đã gọi: "Bin ngủ mà!". **cuối tuổi ấu nhi**, trẻ bắt đầu nhận biết mình là ngôi thứ nhất (lúc này trẻ xưng con, xưng em, xưng anh và cả xưng tao). Trẻ nhận ra tên gọi gắn liền với bản thân. Trẻ chú ý đến hình dáng của mình, các bộ phận, mắt, mũi, tay, chân và cả giới tính của mình, ví dụ trẻ soi gương, rồi nhìn vào mình; trẻ đứng gọi mình trong gương. Trẻ biết tự nhận xét, đánh giá bản thân. Ban đầu, trẻ dựa vào lời nhận xét của người lớn, rồi trẻ tự liên hệ mình với các nhân vật trong truyện (ngoan hay hư). Khi làm một việc gì đó mà được khen, trẻ thường làm đi làm lại hành động để được khen. Mong muốn được người lớn khen ngợi là nhu cầu lớn của trẻ, nên trẻ cố gắng để được khen nhiều. Trẻ **nhận ra khả năng và sức mạnh của mình thông qua các hành động với đồ vật,** ví dụ trẻ múc nước đầy xô, tắt đèn, bật đèn... Khi làm được điều gì, trẻ tỏ ra thích thú và làm nhiều lần như vậy. Sự tự ý thức còn biểu hiện việc trẻ muốn hiểu về bản thân trong quá khứ và mong muốn về mình trong tương lai. Bé Minh, 3 tuổi, nói: "Lúc con còn nhỏ, con hay tè dầm. Khi nào con lớn, con hết tè dầm, mẹ mua cho con cặp đẹp để con đi học và nhiều chuyện Đôrêmon cho con đọc".

Lưu ý

Trước 3 tuổi, trẻ vẫn chưa phân biệt rõ ràng những thứ thuộc về mình hay của người khác, vì vậy cha mẹ cần giúp trẻ phân biệt các giới hạn, sự khác nhau. Nếu trẻ có cầm nhầm đồ của nhà trẻ, của người khác về, chúng ta không nên vội la mắng trẻ là hư hỏng, ăn cắp. Cần dạy cho trẻ như thế là không đúng. Nhưng nếu trẻ trên 3 tuổi cầm nhầm thì cần nghiêm khắc hơn với trẻ.

➦ NGUYỆN VỌNG ĐỘC LẬP VÀ KHỦNG HOẢNG TUỔI LÊN 3

Khi trẻ tách được mình ra khỏi người khác và có ý thức về những khả năng của chính mình, trẻ nảy sinh nguyện vọng được độc lập. Nhu cầu này rất lớn, đó là để khẳng định mình. Đây là động lực mạnh mẽ thúc đẩy trẻ phát triển. Điều này thể hiện sự trưởng thành hơn của đứa trẻ. Mặt khác, cũng từ nhu cầu muốn độc lập này mà trẻ có phản ứng cảm xúc mạnh mẽ và thái độ tiêu cực thường đối lập với người lớn. Các nhà tâm lý học gọi đây là "thời kì khủng hoảng tuổi lên ba".

Biểu hiện:

Bướng bỉnh: Trẻ chỉ muốn làm theo ý thích của mình và tự mình quyết định.

Ngang ngạnh: Khi không đạt được điều mong muốn, trẻ phản kháng bằng cách khóc ré lên, khóc nhè, lăn ra ăn vạ, đập đầu, đạp tứ tung để đạt được mục đích.

Vô lễ với người lớn: Khi không hài lòng điều gì thì trẻ thường giơ tay đánh, nhéo hoặc nói vô lễ với người lớn.

Chống đối: Làm ngược lại những lời chỉ bảo của người lớn hoặc vi phạm những điều họ ngăn

cấm.

Chuyên quyền: Trẻ tỏ ra chuyên quyền trong quan hệ với tất cả mọi thứ xung quanh; cái gì cũng muốn thuộc về mình, tính ích kỉ xuất hiện.

Khủng hoảng tuổi lên 3 là hiện tượng phổ biến, ít nhiều trẻ đều gặp phải nhưng có tính tạm thời, chuyển tiếp. Sự tách rời bản thân ra khỏi người khác, sự tự nhận thức về mình, mong được độc lập tự chủ là một bước ngoặt trong sự phát triển tâm lý, tạo tiền đề cho sự hình thành nhân cách của trẻ ở giai đoạn tiếp theo.

Những điều người lớn nên đối xử với trẻ:

Tôn trọng và thỏa mãn tính độc lập của trẻ, hướng dẫn trẻ một số việc tự phục vụ hoặc giúp đỡ người lớn để tính độc lập vẫn phát triển mà trẻ vẫn nghe lời.

Kịp thời nhận thấy những khả năng mới của trẻ.

Tạo ra những hình thức hoạt động mới để trẻ có những quan hệ mới với mọi người xung quanh.

Nếu đánh giá đúng đắn và cách ứng xử khéo léo, sẽ giúp trẻ vượt qua sự khủng hoảng nhanh chóng và nhẹ nhàng.

Thay đổi thái độ đối xử với trẻ.

Tìm kiếm các biện pháp giáo dục thích hợp.

Không nên:

Coi đây là một đặc tính cố hữu của trẻ.

Coi thường cuộc khủng hoảng.

Nếu không đánh giá đúng và có cách ứng xử phù hợp, khủng hoảng tuổi lên 3 sẽ kéo dài suốt thời thơ ấu, để lại những dấu vết nặng nề cho trẻ về sau.

Lưu ý

Một số biểu hiện của trẻ rất dễ nhầm lẫn giữa tính bướng bỉnh và sự kiên trì. Nếu đó là sự kiên trì thì cần phải tạo điều kiện để rèn luyện, nếu là tính bướng bỉnh cần ngăn chặn.

ĐẶC ĐIỂM TÂM LÝ CỦA TRẺ 3-6 TUỔI

Các hoạt động của trẻ 3-6 tuổi

➦ HOẠT ĐỘNG VUI CHƠI

Môi trường sống của trẻ ở giai đoạn này đã mở rộng nhiều, trẻ được nhìn thấy các dạng hoạt động nghề nghiệp, các vai trò xã hội của con người. Trẻ muốn được tham gia thực sự vào cuộc sống đa dạng của người lớn nhưng không được. Từ mâu thuẫn đó nảy sinh nhu cầu chơi các trò chơi đóng vai. Trò chơi đóng vai trở thành hoạt động chủ đạo của trẻ em tuổi mẫu giáo, đó là hoạt động độc lập của trẻ nhằm mô phỏng cuộc sống đa dạng của người lớn mà trẻ được chứng kiến (các dạng hoạt động và các mối quan hệ).

Trò chơi đóng vai được coi là hoạt động chủ đạo vì:

Tạo nên sự biến đổi về chất trong tâm lý của trẻ:

Ảnh hưởng tới sự hình thành tính chủ định của quá trình tâm lý: Trong trò chơi đóng vai, trẻ tập trung tốt hơn và ghi nhớ (đối tượng, tình huống chơi, chủ đề, nội dung chơi...) được nhiều hơn so với điều kiện bình thường. Nếu trẻ không chú ý, không nhớ quy tắc trò chơi thì trẻ sẽ bị các bạn nghỉ chơi.

Ảnh hưởng tới sự phát triển hành động trí tuệ của trẻ mẫu giáo: Trò chơi giúp trẻ chuyển sang tư duy biểu tượng. Khi trẻ đặt vật thay thế phù hợp với tình huống chơi, ví dụ gọi que là con ngựa, trẻ hành động với que nhưng lại tưởng tượng là đang hành động với con ngựa.

Trẻ đang hành động với vật thay thế nhưng vẫn phải suy nghĩ về vật thật.

Ảnh hưởng tới sự phát triển ngôn ngữ: Trò chơi đòi hỏi mỗi đứa trẻ phải có một trình độ giao tiếp bằng ngôn ngữ nhất định. Trẻ phải hiểu được lời chỉ dẫn, bàn bạc của các bạn cùng chơi. Trẻ phải diễn đạt mạch lạc nguyện vọng và ý kiến của mình đối với các bạn cùng chơi. Chính trò chơi kích thích trẻ phát triển ngôn ngữ nhanh chóng.

Ảnh hưởng tới sự phát triển tưởng tượng: Trong trò chơi đóng vai, trẻ nhận đóng các vai. Các hoạt động với vật thay thế là cơ sở phát triển trí tưởng tượng.

Quá trình tưởng tượng của trẻ: Ban đầu gắn với đồ chơi và hành động chơi (tình huống trước mắt). Dần dần, vật thay thế cũng như hành động chơi không nhất thiết phải có, mà trẻ có thể chơi bằng cách trẻ hình dung trong đầu - tưởng tượng thầm. Ví dụ, trẻ đóng vai thuyền trưởng, tuy chỉ đứng trên ghế nhưng vẫn tưởng tượng mình đang vượt biển, chống chọi với phong ba, bão táp...

Ảnh hưởng tới sự phát triển đời sống tình cảm: Trong các tình huống tưởng tượng khác nhau của trò chơi, trẻ trải nghiệm những rung cảm - xúc cảm tích cực trong mối quan hệ giữa người và người (thái độ ân cần, chu đáo, sự đồng cảm, tương trợ...); cảm nhận được cái hay, cái đẹp trong thế giới người lớn; cảm thấy vui sướng và thỏa mãn, bộc lộ sự say mê, nhiệt tình khi chơi.

Ảnh hưởng tới sự hình thành các phẩm chất ý chí: Khi tham gia trò chơi chung, trẻ buộc phải phục tùng những yêu cầu nhất định bắt nguồn từ ý đồ chung của cuộc chơi; phải điều chỉnh hoạt động của mình cho phù hợp với vai chơi và quy tắc của trò chơi theo chuẩn mực xã hội thông qua vai mình đóng. Khi trẻ biết điều khiển hành vi của mình theo mục đích chung của nhóm chơi, ở trẻ sẽ hình thành những phẩm chất ý chí: tính mục đích, tính kỉ luật, tính dũng cảm...

Chi phối các dạng hoạt động khác của lứa tuổi mẫu giáo, ví dụ học tập ở lứa tuổi mẫu giáo. Học mà chơi - nhẹ nhàng, được tổ chức dưới dạng trò chơi, chơi mà học thông qua trò chơi, trẻ học được nhiều điều về thế giới xung quanh.

Ở lứa tuổi này, người lớn càng tạo điều kiện thuận lợi cho trẻ tham gia vào nhiều trò chơi phong phú, đa dạng bao nhiêu, càng giúp trẻ phát triển về thể lực, trí tuệ và nhân cách bấy nhiêu.

➦ HOẠT ĐỘNG VỚI ĐỒ VẬT - CÔNG CỤ

Hoạt động tạo hình:

Hình vẽ của trẻ mẫu giáo thường không giống đối tượng. Trẻ thường bỏ qua nhiều chi tiết hoặc thêm vào chi tiết thừa, hoặc tỉ lệ không đúng. Những đặc điểm trên được giải thích rằng trẻ thường miêu tả cái làm trẻ xúc động. Xu hướng sử dụng màu trong quá trình phát triển

hoạt động vẽ: Trẻ sử dụng màu một cách tùy tiện do tri giác màu sắc bằng cảm xúc và do thích màu này hơn màu kia. Vì thế, trẻ thường sử dụng màu yêu thích để vẽ đối tượng chứ không phải để diễn tả màu thực của đối tượng. Trong tranh vẽ, trẻ thể hiện thái độ của mình đối với nội dung vẽ: mô tả những điều đẹp đẽ bằng các màu sắc rực rỡ, vẽ cẩn thận còn những gì không đẹp bằng màu tối, vẽ cẩu thả.

Khi được học vẽ một cách đúng đắn, có thể hình thành ở trẻ:

Kỹ năng quan sát đối tượng một cách trình tự.

Kỹ năng tách ra những nét đặc trưng của đối tượng.

Phát triển tri giác có mục đích và các thao tác tư duy.

Tính tích cực và năng lực sáng tạo ở trẻ.

Lưu ý

Nếu xem xét các tranh vẽ của trẻ mà cha mẹ/thầy cô nhận thấy toàn những màu sắc tối, thiếu những nét cơ bản, bố cục không hợp lý... thì chứng tỏ trẻ đang có những rối nhiễu về mặt tâm lý, vì vậy cha mẹ nên đưa trẻ đi khám tại khoa tâm lý của các bệnh viện nhi.[(3)]

Hoạt động xây dựng:

Hoạt động xây dựng giúp trẻ thấy rằng các bộ phận của đối tượng liên kết với nhau không chỉ theo hình thức bên ngoài mà còn theo logic bên trong của chính đối tượng, ví dụ nếu đối tượng cao và có những bộ phận chìa ra ngoài (cần cẩu) thì chúng phải được giữ thăng bằng bằng một đế nặng (bệ của cần cẩu).

Các kiểu hoạt động xây dựng:

Lắp ráp theo mẫu:

Trẻ nhìn người lớn xây dựng mẫu (căn nhà, ôtô, máy bay...), trẻ có thể phân biệt được các chi tiết để lắp ráp theo mẫu của người lớn.

Trẻ nhìn mẫu và tự ráp theo mẫu (mô hình hoặc dưới dạng hình vẽ): đòi hỏi trẻ phải có khả năng nhìn thấy hiện thực đằng sau hình vẽ.

Người lớn cần giúp trẻ có khả năng theo dõi, tách các bộ phận cơ bản của đối tượng, lựa chọn các chi tiết cơ bản và lắp ráp theo logic bên trong của đối tượng đó.

Lắp ráp theo các điều kiện hoặc các nhiệm vụ: Cha mẹ cần đề ra nhiệm vụ dùng vật liệu xây dựng để lắp giá treo tranh vẽ, xây nhà cho gấu bông.

Dạy trẻ biết tính tới các điều kiện, đưa hoạt động của trẻ vào tổ chức nhất định.

Phát triển ở trẻ niềm hứng thú đối với sự thay đổi (xuất phát từ cùng một điều kiện có thể đưa ra nhiều cách giải quyết khác nhau), từ đó hình thành ở trẻ những biểu tượng khái quát, mềm dẻo.

Lắp ráp theo ý định riêng: Trẻ xây dựng công trình không chỉ giống một đối tượng nào đó, mà còn vì để chơi với công trình này. Trẻ tạo ra công trình vừa giống thật, vừa phù hợp với trò chơi của trẻ nhằm phát triển tính chủ động, sáng tạo. Từ đó, trẻ học cách lập kế hoạch, cùng thảo luận, thực hiện ý định xây dựng của cả nhóm hoặc biết bảo vệ phương án xây dựng của mình.

➦ HOẠT ĐỘNG HỌC TẬP

Nội dung xoay quanh những tri thức tiền khoa học, những tri thức của đời sống, của môi trường xung quanh, ví dụ giải thích hiện tượng mưa một cách đơn giản: đậy miếng kính bên trên ly nước nóng. Trẻ có thể học nhanh, mọi lúc, mọi nơi; học thông qua trò chơi.

Thông qua hoạt động học tập, biểu tượng về thế giới của trẻ tăng lên, nảy sinh tính ham hiểu biết, hứng thú nhận thức. Trẻ sẽ đặt ra nhiều câu hỏi có tính khám phá, tìm tòi hơn. Hoạt động này cũng tập dần cho trẻ biết học một cách chủ định, có mục đích và biết phải làm những điều không theo ý thích. Cuối cùng, giúp trẻ hình thành kĩ năng tự kiểm tra, tự đánh giá công việc một cách đúng đắn.

Lưu ý

Cha mẹ chỉ xem việc học tập của trẻ là hoạt động bổ trợ cho sự phát triển của trẻ chứ không nên xem là hoạt động chủ đạo của trẻ. Không nên ép trẻ học, hạn chế bắt trẻ tập viết quá nhiều vì cổ tay của trẻ chưa hoàn thiện.

➦ HOẠT ĐỘNG LAO ĐỘNG

Trẻ chỉ mới có những hình thức lao động sơ đẳng, ví dụ lao động tự phục vụ: ba tuổi, trẻ có nhu cầu bắt chước người lớn làm một số công việc trong sinh hoạt; bốn tuổi rưỡi, trẻ có thể tham gia những công việc chung trong gia đình như quét nhà, lau bàn ghế...; lao động công ích: dọn dẹp đồ chơi, phòng học, sân trường; giúp cô chăm sóc các em nhỏ hơn; làm đồ chơi... Những hoạt động đó thu hút sự hứng thú tham gia của trẻ và có giá trị giáo dục cao.

Lưu ý

Điều quan trọng không phải là làm cho hoạt động lao động của trẻ đạt kết quả cao, mà điều chủ yếu là để trẻ hiểu thế nào là lao động.

Sự phát triển nhận thức

Trước 3 tuổi, ở trẻ chủ yếu là chú ý không chủ định; sức tập trung chú ý không cao, thường di chuyển từ đối tượng này sang đối tượng khác theo nguyên nhân không rõ ràng; chỉ có thể hướng chú ý vào một đối tượng; chú ý đi liền với đối tượng chứ khó hướng chú ý vào lời nói.

Sau 3 tuổi, khối lượng chú ý tăng lên: có khả năng phân phối chú ý vào hai hay nhiều đối tượng. Tính bền vững của chú ý phát triển, đặc biệt trong trò chơi, trẻ bắt đầu vào mẫu giáo có thể tập trung chú ý vào trò chơi khoảng 30-50 phút, nhưng cuối tuổi mẫu giáo tăng lên khoảng 1,5 giờ. Tính bền vững của chú ý phụ thuộc vào hứng thú của trẻ với các đối tượng. Trẻ đã hình thành chú ý có chủ định.

Khoảng 4-5 tuổi, trẻ biết điều khiển chú ý của mình; tự giác hướng chú ý vào đối tượng nhất định; sự chú ý của trẻ gắn liền với hành động có mục đích, ví dụ trẻ phải chú ý trong giờ học vẽ, nặn, âm nhạc thì mới có thể làm đúng. Chú ý có chủ định hình thành nhờ người lớn đã lôi cuốn trẻ vào những dạng hoạt động mới và dùng những phương tiện nhất định để hướng dẫn và tổ chức chú ý của trẻ. Sự hình thành kiểu chú ý này có quan hệ chặt chẽ với ngôn ngữ, nó là phương tiện để người lớn hướng dẫn trẻ hành động để đạt được mục đích, sau đó trẻ tự biểu đạt bằng lời những điều cần chú ý, giúp tính chủ định phát triển. Tuy nhiên ở lứa tuổi mẫu giáo, chú ý không chủ định vẫn chiếm ưu thế. Vì vậy, các trò chơi, các dạng hoạt động hấp dẫn, kích thích trẻ phát huy sáng kiến, việc thay đổi luôn luôn các hình thức hoạt động cho phép duy trì chú ý của trẻ vào các đối tượng một cách bền vững.

➦ TRÍ NHỚ

Ở tuổi mẫu giáo, trí nhớ không chủ định chiếm ưu thế (thường không đặt ra cho mình mục đích hay nhiệm vụ phải ghi nhớ một điều gì, mà việc ghi nhớ thường diễn ra một cách tự nhiên). Khi khối lượng trí nhớ tăng lên, trẻ ghi nhớ tốt một lượng lớn những bài thơ, bài vè, ca dao, tục ngữ, các phép đếm, câu đố, chuyện cổ tích, phim hoạt hình mà không cần phải có sự cố gắng.

Ở đầu tuổi mẫu giáo: trí nhớ gắn liền với tính trực quan. Trẻ dễ nhớ và nhớ lâu nếu trẻ có hành động trực tiếp và tích cực với đối tượng; nhìn thấy trực tiếp trong khi hoạt động: vật thật, tranh ảnh, mô hình; bị gây ấn tượng, có cảm xúc mạnh.

Cuối tuổi mẫu giáo: trí nhớ có chủ định hình thành và phát triển mạnh (trí nhớ có mục đích, gắn với nhiệm vụ nhận thức và có sự nỗ lực của ý chí). Trẻ có thể học hát, múa để biểu diễn trong ngày lễ hoặc nhớ những món đồ mẹ dặn đi mua ở cửa hàng.

Trẻ biết sử dụng thủ thuật ghi nhớ: lặp lại các từ theo người lớn; nhẩm to hoặc nhẩm thầm, nhắc đi nhắc lại; xác định mối quan hệ giữa chúng; giơ ngón tay đếm theo người lớn... Trẻ biết nhớ theo điểm tựa, phân loại, tạo nhóm khi nhớ, ví dụ: các từ chỉ tên đồ vật, nhóm các con vật.

➦ TƯ DUY

Tư duy trực quan hành động tiếp tục phát triển. Khoảng 4 tuổi, ở trẻ bắt đầu diễn ra một bước ngoặt cơ bản về tư duy. Đó là việc chuyển từ tư duy hành động định hướng bên ngoài thành những hành động định hướng bên trong, chuyển từ kiểu tư duy bằng tay (trực quan-hành động) của thời kỳ ấu nhi sang kiểu tư duy trực quan-hình tượng (hình ảnh). Đặc điểm của kiểu tư duy này là việc giải quyết nhiệm vụ đặt ra không chỉ thực hiện bằng phép thử bên ngoài với các vật thật nữa, mà được thực hiện bằng cả **phép thử ngầm trong óc dựa vào hình ảnh, biểu tượng** về đồ vật hay về hành động với đồ vật mà trẻ đã làm hay nhìn thấy người khác làm. Từ đó, trẻ có thể suy nghĩ về những sự vật mà trẻ không trực tiếp tri giác, không trực tiếp tác động.

Ví dụ 1: Trẻ mẫu giáo muốn lấy một trái banh trong gầm tủ, sẽ thực hiện phép thử trong đầu là dùng một vật dài để khều nó ra (có được suy nghĩ này là kết quả của việc lặp đi lặp lại tư duy trực quan hành động với đồ vật trước đó).

Ví dụ 2: Có năm khối hình tròn, tam giác, vuông, hình bình hành, ngôi sao và năm lỗ trống tương ứng với năm hình. Nhiệm vụ của trẻ là xếp các hình vào các lỗ cho phù hợp. Trẻ mẫu giáo sẽ tiến hành ướm thử trong đầu các hình ảnh của các khối hình và hành động theo hướng mà mình đã suy nghĩ.

Ví dụ 3: Bài toán đặt ra: Một thanh gỗ, giữa gắn vào trục để có thể xoay hoặc đẩy được, một đầu ở xa có gắn đồ chơi, làm thế nào lấy được đồ chơi. Trẻ mẫu giáo sẽ suy nghĩ một lúc rồi lấy tay ấn đầu bên đây xuống, và đồ chơi cũng lăn xuống theo. Khi hỏi trẻ tại sao lại làm vậy, trẻ sẽ trả lời: "Cháu thấy nó giống cái bập bênh, cứ ấn đầu bên này lên thì bên kia xuống".

Tư duy trực quan hình ảnh phát triển do trẻ hành động lặp lại với đồ vật nhiều lần, dần dần nhập tâm thành biểu tượng trong đầu. Trong trò chơi đóng vai, trẻ biết dùng vật này thay thế cho vật khác và hành động với vật thay thế y như vật thật, đó là hành động mang tính ký hiệu tượng trưng, hành động rút gọn, là cơ sở để phát triển tư duy trực quan hình ảnh. Tư duy của trẻ mang tính trực quan hình tượng nên trẻ khó giải được bài toán dưới hình thức trừu tượng, ví dụ khó giải bài toán 2+3 nếu không được nhìn sự vật cụ thể (hai quả táo, hai bông hoa...).

Giữa thời kì mẫu giáo, trẻ phát triển mạnh khả năng ký hiệu hóa, từ đó xuất hiện kiểu tư duy trực quan sơ đồ. Thực chất, nó vẫn thuộc kiểu tư duy trực quan hình tượng nhưng khái quát hơn và là một bước trung gian để chuyển sang tư duy trừu tượng. Trẻ em ở cuối tuổi mẫu giáo nhỡ và mẫu giáo lớn có khả năng hiểu một cách dễ dàng và nhanh chóng cách biểu diễn

sơ đồ và sử dụng hiệu quả những sơ đồ đó để tìm hiểu sự vật. Chẳng hạn, trẻ có thể nhìn vào sơ đồ tìm ra một địa chỉ nào đó mà không lấy gì làm khó khăn (tức là đọc được sơ đồ hay giải mã) hoặc để chỉ đường đi đến một nơi nào đó, trẻ chỉ cần vẽ một số vạch chủ yếu, tức là trẻ đã nắm được kỹ năng sơ đồ hóa (ký mã), ví dụ các bài tập về tìm đường đi ngắn nhất để thỏ về đến nhà dưới dạng sơ đồ; xác định vị trí và phương hướng của các đồ vật với nhau ...

➦ TƯỞNG TƯỢNG

Ở lứa tuổi này, quá trình tưởng tượng phát triển rất mạnh thể hiện trong trò chơi, trong các bức vẽ, trong các câu chuyện "bịa" của trẻ. Các trò chơi phân vai theo chủ đề giúp trẻ tưởng tượng ra nhiều nhân vật đặc sắc. Tưởng tượng của trẻ đầu tuổi mẫu giáo mang tính tái tạo và gắn liền với hoàn cảnh đang tri giác (khi cưỡi lên gậy, trẻ tưởng tượng mình là một kỵ sĩ và gậy là con ngựa. Trẻ không thể tưởng tượng ra hành động cưỡi ngựa khi không dùng gậy để thay thế cho con ngựa, và cũng không thể xem cái gậy thành con ngựa khi không hành động với cái gậy.

Tưởng tượng của trẻ mẫu giáo chủ yếu là không chủ định. Những gì làm trẻ xúc động mạnh sẽ trở thành đối tượng của tưởng tượng. Do ảnh hưởng của trò chơi, trẻ thích "sáng tác" những truyện cổ tích. Nhiều trẻ "sáng tác" mà chưa biết truyện của mình sẽ nói về cái gì. Tưởng tượng có chủ định hình thành ở mẫu giáo lớn trong quá trình phát triển các dạng hoạt động sáng tạo (khi trẻ vẽ, nặn, thiết kế trong xây dựng và kể chuyện). Tưởng tượng của trẻ tiến dần đến chỗ nhập tâm (tưởng tượng bên trong). Trong trò chơi, từ hành động với vật thật đến hành động với vật thay thế, dần dần trẻ có khả năng hành động với vật không có trên thực tế (hành động trong tưởng tượng).

Lưu ý

Nên thường xuyên đọc sách báo hoặc kể chuyện cho trẻ nghe để rèn luyện các đặc điểm nhận thức của trẻ như: chú ý, trí nhớ, tư duy, tưởng tượng. Hạn chế trẻ xem ti vi, vì càng xem ti vi nhiều, tư duy, tưởng tượng, tình cảm của trẻ càng hạn chế.

KỸ NĂNG GIÁO DỤC CẢM XÚC CHO TRẺ TỪ KHI LỌT LÒNG ĐẾN 6 TUỔI

- GS.TS. Vũ Gia Hiền

KỸ NĂNG GIÁO DỤC CẢM XÚC CHO TRẺ TỪ KHI LỌT LÒNG ĐẾN 1 TUỔI

Kỹ năng giáo dục cảm xúc ở trẻ 0-2 tháng tuổi

➦ LÀM SAO BIẾT TRẺ CÓ CẢM XÚC?

Cảm xúc của trẻ có từ đời sống trong bụng mẹ. Giai đoạn này gọi là xây dựng cảm xúc thai nhi. Kể từ khi trẻ được sinh ra, cảm xúc trực tiếp ở người mẹ sang trẻ chấm dứt, và cảm xúc tự do của trẻ bắt đầu được hình thành. Nhưng sự tự do ấy luôn bị chi phối bởi môi trường, trước hết là không khí, trẻ phải tự thở để tồn tại; cùng với thở là tuần hoàn, tiêu hóa bắt đầu hoạt động, cảm xúc của trẻ được bộc lộ qua những phản xạ tự vệ như co người lại khi bị chạm vào da, nheo mắt lại khi có ánh sáng lóe lên trước mặt, khóc khi có tiếng động lớn hoặc đau ...

Trong những ngày đầu tiên, cảm xúc gắn liền với bản năng của cuộc sống, dần dần bản năng được kiểm soát bởi cảm xúc nhờ tiếp nhận từ thế giới xung quanh và kinh nghiệm học được từ bản thân và người lớn, đặc biệt là người mẹ.

Cảm xúc trẻ tiếp nhận qua cơ thể và năm giác quan, bao gồm tự cảm và xúc cảm; xúc cảm có liên quan đến tác nhân giáo dục, còn tự cảm là gốc của tự giáo dục. Ở đây, chúng ta chỉ đi vào xúc cảm. Từ lúc mới sinh ra đến tháng thứ hai, trẻ chịu giáo dục qua sự ảnh hưởng trực tiếp của các hoạt động như việc bế bồng, nâng niu, nét mặt của người lớn, còn các đồ vật khác trẻ không có phản ứng gì.

➦ ĐÓN NHẬN CẢM XÚC CỦA TRẺ SƠ SINH

Việc đón nhận cảm xúc của trẻ sơ sinh là qua xúc giác, thị giác và thính giác. Sau một vài tháng, trẻ đã phân biệt được các âm thanh và mùi vị khác nhau. Tiếng nói chuyện bình thường hoặc tiếng hát khe khẽ cũng tạo ra cảm xúc ở trẻ. Những bài hát ru con có tác động tích cực đến cảm xúc, vì thế "hát ru" là một kỹ năng giáo dục cơ bản lúc này.

Căn cứ vào việc đón nhận cảm xúc này, người ta đưa ra kỹ năng rèn luyện tình cảm con người và tình cảm mẹ con mang tính nhân văn bằng việc cho trẻ tiếp xúc, gần gũi về da thịt và sự gắn bó trực tiếp giữa trẻ và người lớn. Trong mối quan hệ mẹ con, ở phía con là đón nhận còn ở mẹ là phát tín hiệu chủ động. Tuy nhiên, trẻ cũng phát tín hiệu qua cảm xúc như khóc, vặn mình, co quậy chân tay..., nhờ đó mà mẹ nhận ra và đáp ứng được nhu cầu của trẻ như cho bú, thay tã, ôm ấp, vỗ về, tạo ra cảm xúc cho trẻ. Vì thế, kỹ năng chăm sóc trẻ cũng là kỹ năng truyền đạt cảm xúc thông qua kỹ năng bế bồng, nằm nôi, nằm võng và nựng nịu trẻ.

Cảm xúc gắn bó mẹ con là cơ sở tạo ra sự phát triển cảm xúc với những người xung quanh. Đến tháng thứ 2, cảm xúc của trẻ đã biểu lộ bằng cách mỉm cười tỏ ra vui mừng khi có ai đó đến với trẻ, buồn bã khi người đó đi mất, rồi lại tìm chơi với người khác. Điều đó cho thấy trẻ đón nhận cảm xúc và sản sinh ra cảm xúc ngay từ thời kỳ sơ sinh. Người chăm sóc trẻ không

chỉ là "nuôi dưỡng" mà còn là "nhà giáo dục cảm xúc" cho trẻ sơ sinh.

Kỹ năng giáo dục cảm xúc ở trẻ 2-12 tháng tuổi

➦ KỸ NĂNG LÀM QUEN VỚI TRẺ

Ở thời kỳ mới sinh, trẻ chưa nhận diện được đồ vật, cảm xúc của trẻ chủ yếu là thụ động; nhưng đến tháng thứ 6, ở trẻ xuất hiện cảm xúc: sợ người lạ. Vì vậy, việc tiếp xúc với trẻ ở giai đoạn này phải có kỹ năng làm quen với trẻ, tiếp xúc từ từ giúp trẻ quen dần.

➦ KỸ NĂNG PHÁN ĐOÁN

Đây là một mốc quan trọng trong quá trình phát triển cảm xúc. Trong những ngày đầu mới sinh, trẻ chỉ có phản ứng cảm xúc thô sơ khi có một nhu cầu nào đó được thỏa mãn hoặc không được thỏa mãn. Dần dần, cảm xúc ấy được rõ nét, trẻ biết sử dụng một số dấu hiệu khác nhau để yêu cầu điều này, điều khác hoặc tỏ ra khó chịu, sợ hãi hay vui vẻ. Thời điểm này, cha mẹ, ông bà, người lớn cần có kỹ năng phán đoán các nhu cầu của trẻ, không để trẻ xuất hiện cảm xúc tiêu cực và cần có sự thương yêu sâu sắc để sự rung động tích cực đến với trẻ. Sự giáo dưỡng cảm xúc và kỹ năng thể hiện tình thương yêu được thể hiện qua ánh mắt dịu hiền, hơi thở nhẹ, bàn tay mềm mại, tinh thần vô tư ...

➦ CƠ HỘI TẠO KỸ NĂNG CẢM XÚC Ở TRẺ

Cùng với việc phát triển cảm xúc, trẻ xuất hiện nhu cầu cầm nắm, sờ mó các đồ vật. Lúc này, kỹ năng sử dụng đồ vật để xây dựng cảm xúc cho trẻ rất quan trọng. Người lớn chọn và đặt vị trí các đồ vật hợp lý để trẻ có thể tiếp cận tự nhiên và tự do. Trẻ cũng có thể xuất hiện yêu cầu xử lý một số hành động đối với đồ vật như mở nắp hộp, khều quả bóng dưới gầm tủ, gầm giường, lấy vật gì đó ở trên cao. Người lớn phải nắm lấy cơ hội này để rèn cho trẻ kỹ năng vượt lên bản thân của trẻ.

➦ BẮT CHƯỚC LÀ HÀNH VI CÓ CẢM XÚC TỪ BÊN NGOÀI

Từ thụ động vui chơi, trẻ bắt đầu bắt chước hành động của người lớn. Trẻ thường chăm chú theo dõi cử chỉ, nét mặt, việc làm của người lớn và bắt chước những hành động ấy. Vì vậy, người lớn lúc này trở thành cô giáo, thầy giáo trong hành động trước mặt trẻ để truyền cảm xúc hoàn thiện, tích cực, chân thực cho trẻ.

Bò là vận động đầu tiên xuất hiện khi trẻ muốn vươn tới các đồ vật. Cha mẹ nên tập cho trẻ bò bằng cách tạo khoảng cách từ gần tới xa, từ để đồ vật cho trẻ dễ nhìn đến khó nhìn để tạo phản xạ thị giác.

Tập đứng dậy là bước chuyển tiếp quan trọng. Người lớn cần có kỹ năng giúp trẻ tập đứng, đặc biệt là đôi chân của trẻ, trẻ dễ trở thành đi vòng kiềng sau này nếu việc tập đứng cho trẻ không được chú trọng. Cho trẻ tập đứng, đồng thời nắn chân nhẹ nhàng, thẳng đẹp là công việc quan trọng đối với việc tập đứng trong giai đoạn này.

Nắm đồ vật cũng là những hoạt động của trẻ với những thao tác đơn giản như cầm lấy rồi buông ra, đẩy đồ vật ra hay xích lại gần. Chọn đồ chơi cho trẻ lúc này là cần thiết, ví dụ cho trẻ chơi con lật đật.

➦ QUAN SÁT LÀ BƯỚC THỂ HIỆN CẢM XÚC Ở TRẺ

Giai đoạn tiếp theo là trẻ quan sát đồ vật, nhất là khi thả, ném đồ vật, trẻ theo dõi xem đồ vật đến vị trí nào và tập chú ý ghi nhận vị trí đồ vật. Đến 1 tuổi, trẻ phân biệt được không gian và có thể điều khiển, điều chỉnh cử động của tay một cách tương đối chính xác. Thời gian này,

cần chọn các đồ vật cho trẻ cầm nắm vừa tay và có nhiều hình dạng để trẻ tập mở ngón tay một cách khéo léo sau này.

Kỹ năng giáo dục cảm xúc ở trẻ 1-3 tuổi

➦ CẢM XÚC MỚI LẠ Ở TRẺ

Trẻ 1-3 tuổi đã bắt đầu có cảm xúc với các đồ vật, mạnh dạn hơn, có nhiều sáng kiến hơn và có xu hướng chuyển cảm xúc thành ngôn ngữ. Ở tuổi này, trẻ có thể rất thích thú một cái gì đó đem lại cho trẻ cảm xúc mới lạ, nhưng cũng dễ dàng chán nó. Trẻ cũng thường không làm được mọi việc đến nơi đến chốn, ví dụ đang chơi say mê cái này nhưng thấy cái khác thì trẻ bỏ cái này để chơi cái khác mà không nhớ đến cái đang chơi.

Cảm xúc của trẻ lúc này là chờ sự âu yếm, khen ngợi nhẹ nhàng và rất sợ khi người lớn tỏ ra không bằng lòng. Trẻ biết bộc lộ cảm xúc thân thiện khi trẻ muốn chia sẻ và muốn mọi người chú ý đến một số hành động mà trẻ thích. Trẻ cũng bị lây cảm xúc của người khác. Lời khen ngợi của cha mẹ, người lớn là nguồn tạo dựng cảm xúc tích cực quan trọng, làm cho cảm xúc của trẻ phát triển từ cảm xúc thô sơ thành cảm xúc tự hào. Nhờ đó, trẻ có được thói quen làm việc tốt để được khen ngợi. Cùng với cảm xúc tự hào, ở trẻ còn xuất hiện cảm xúc xấu hổ. Trẻ cảm thấy xấu hổ mỗi khi hành động của mình không được người lớn hưởng ứng hoặc nét mặt người lớn lạnh lùng hay chê trách. Đây là điểm quan trọng trong kỹ năng giáo dục trẻ, giúp trẻ phát triển cảm xúc tình cảm tự hào và xấu hổ, thúc đẩy trẻ tạo dựng hành vi tốt.

Trong giai đoạn này, trẻ rất khó kiềm chế cảm xúc bản năng nếu không được thỏa mãn một nhu cầu nào đó và khó bắt trẻ làm điều mà trẻ không muốn cho dù đó là hành động quen thuộc trẻ vẫn hay làm.

➦ TỰ Ý THỨC LÀ BƯỚC NGOẶT CỦA CẢM XÚC

Ở tuổi lên 3, trẻ bắt đầu tự ý thức. Lúc này, trẻ có cảm xúc về mình là một con người độc lập, hiểu phần nào về cơ thể mình. Trẻ tự tập cảm xúc trên mọi bộ phận cơ thể: mắt, mũi, chân, tay... và cả những đặc điểm giới tính. Trẻ tự kéo tai, bịt mắt, bẻ ngón tay, ngón chân... một cách rất thích thú. Hoạt động tự tìm hiểu như vậy là do cảm xúc bên trong của trẻ đã xuất hiện làm cho trẻ có ý muốn khám phá cảm xúc, hình thành kinh nghiệm. Ở tuổi này, nên cho trẻ chơi soi gương và hướng dẫn cảm xúc tình cảm đối với bản thân trẻ.

Chê trách hoặc không đồng ý một cách cực đoan ở tuổi này sẽ làm cho trẻ đau đớn và thấm sâu vào cảm xúc, làm trẻ buồn nản và cảm xúc ấy có thể theo trẻ suốt đời.

Khen ngợi hành vi tốt là một kỹ năng giáo dục cảm xúc, nhờ đó mà trẻ bỏ được tính xấu, học được tính tốt.

Cần hiểu rằng ở tuổi này, trẻ rất khó kiềm chế cảm xúc, nhất là khi phải làm một việc mà trẻ không thích. Nếu người lớn bắt ép, trẻ chỉ làm qua loa cho xong chuyện. Vì thế, người giáo dục trẻ cần có kỹ năng "kiên trì-vui vẻ", nhắc trẻ làm xong phần việc theo yêu cầu đã được người lớn đặt ra, để tập cho trẻ cảm xúc kiên trì.

Kỹ năng giáo dục cảm xúc ở trẻ 3-5 tuổi

➦ KỸ NĂNG GIÁO DỤC CẢM XÚC NHÓM Ở TRẺ

Trẻ 3-4 tuổi có cảm xúc thông qua người khác, học ở người khác để điều chỉnh mình. Trẻ thích chơi với các nhóm bạn bè trong các trò chơi chung. Trẻ đối chiếu cảm xúc của mình thông qua so sánh với các bạn, rồi từ đó điều chỉnh hành vi, cảm xúc để phục vụ cho mục đích chơi chung. Giai đoạn này không để trẻ sống tách biệt bạn bè, không để trẻ tự cho mình quyền

sở hữu đồ chơi chung, nếu không, sẽ tạo ra cảm xúc ích kỷ, hẹp hòi, kiêu ngạo...

➦ KỸ NĂNG GIÁO DỤC QUY TẮC SONG SONG

Ở tuổi này, cha mẹ cần tạo điều kiện cho trẻ hoạt động, cọ xát với thế giới đồ vật, cho trẻ tập lao động, dần dần trẻ mới nhận ra sự khác nhau giữa ý muốn của mình, của người khác và sự vật, giúp trẻ nhận biết thuộc tính của sự vật và cá tính của con người không phụ thuộc vào cảm xúc của mình. Việc vui chơi với nhiều bạn bè sẽ giúp trẻ phát hiện ra những quy tắc sống chung, hình thành kỹ năng sống.

Trước 3 tuổi, cảm xúc của trẻ hướng theo bản năng, muốn làm theo ý mình như giành đồ chơi, cắn bạn, đánh trả người lớn... Dần dần, cảm xúc của trẻ biến đổi và thay đổi hành vi, nhờ đó xuất hiện cảm xúc cao hơn, đó là cảm xúc động cơ. Kỹ năng giáo dục cảm xúc động cơ là kỹ năng tạo ra nhận thức cho trẻ trước khi trẻ hành động để đạt được mục đích đã đặt ra.

➦ CẢM XÚC XÚC ĐỘNG Ở TRẺ

Trẻ 4-5 tuổi bắt đầu thử cảm xúc mới thông qua kinh nghiệm sẵn có của mình để thu nhận những kết quả mới. Nhưng cảm xúc đó chỉ có khi trẻ tiếp cận bề ngoài sự vật, chưa tự tạo ra cảm xúc mới (cảm xúc sáng tạo). Do đó, cần có kỹ năng giáo dục cảm xúc cho trẻ thông qua hình tượng thay cho suy luận như cho trẻ đi chơi, đi dạo, quan sát đồ vật vận động (như xe ôtô chạy bằng dây cót, pin...), tham gia vui chơi vận động, xem tranh, nghe hát...

Ở tuổi này, trẻ có cảm xúc đồng cảm, dễ xúc động đối với con người và cảnh vật xung quanh, với người thân như cha mẹ, anh chị em, bạn bè... Trẻ thể hiện cảm xúc qua sự quan tâm an ủi, chẳng hạn như cha mẹ ốm, trẻ tỏ thái độ buồn bã, muốn cha mẹ nhanh khỏi bệnh. Thời gian này, cần cho trẻ tiếp xúc với trẻ em nghèo, các bé bất hạnh..., giúp trẻ hình thành cảm xúc nhân văn.

➦ BIỂU LỘ CẢM XÚC Ở TRẺ

Cảm xúc của trẻ còn biểu lộ với động vật, cỏ, hoa, đồ chơi ... tất cả đều bắt nguồn từ cảm xúc nhân ái. Kỹ năng dạy trẻ lúc này là tập cho trẻ làm việc như tưới cây, rửa chén bát, quét nhà, lau bàn... Thời kỳ này, trẻ dễ nảy sinh cảm xúc ích kỷ, tham lam và nhiều xúc cảm tiêu cực ảnh hưởng đến sự phát triển cảm xúc nhân văn ở trẻ.

Trẻ bắt đầu hình thành cảm xúc thẩm mỹ. Đây là thời điểm cần có kỹ năng giáo dục thẩm mỹ. Đó là tạo ra môi trường của cái đẹp.

Cảm xúc ganh đua cũng được hình thành. Đây là vấn đề hai mặt nên cần có kỹ năng giáo dục tốt để trẻ hoạt động tích cực, tức là giáo dục trẻ vui vẻ khi sống vì mọi người; nếu không, trẻ sẽ dễ trở nên ích kỷ. Giáo dục trẻ bằng lòng yêu thương để tạo ra cảm xúc yêu thương ở trẻ và tập cho trẻ thể hiện tình cảm với các con vật, với bạn bè và mọi người xung quanh... là rất quan trọng đối với sự phát triển nhân cách của trẻ.

Kỹ năng giáo dục cảm xúc ở trẻ 5-6 tuổi

➦ CẢM XÚC TỐT XẤU, ĐÚNG SAI

5-6 tuổi, trẻ có cảm xúc thông qua sự hiểu biết. Trẻ biết mình là người như thế nào, có những phẩm chất gì, những người xung quanh đối xử với mình ra sao. Trẻ có cảm xúc về ý thức thông qua việc đánh giá thành công và thất bại của mình, về ưu khuyết điểm của bản thân, về khả năng và cả sự bất lực nữa. Vì thế, thời kỳ này, cần sử dụng ngôn ngữ để chỉ cho trẻ biết đúng sai, tốt xấu.

➦ CẢM XÚC GIỚI TÍNH

Ở tuổi này, trẻ đã nhận ra mình là trai hay gái, đồng thời biết rõ những hành vi nào phù hợp với giới tính của mình. Lúc này, kỹ năng giáo dục cảm xúc chính là tấm gương trong sáng từ người lớn. Em trai thường bắt chước những hành động của đàn ông, những em bé gái thì bắt chước dáng điệu của đàn bà. Đặc điểm này thể hiện rõ trong trò chơi sắm vai: con trai thường đóng vai bộ đội, công an, lái xe...; con gái đóng vai người bán hàng, nấu ăn, cô giáo...

Muốn có người đàn ông tốt và người phụ nữ tốt trong tương lai, cần dạy bé trai và bé gái cho thật tốt.

Cảm xúc lúc này mang tính chủ định, vì thế việc kỹ năng giáo dục cảm xúc cần được thể hiện thông qua các trò chơi, vui mà học, múa, nhạc, ca hát, tập lao động... Điều đó đòi hỏi cha mẹ trẻ phải có phương pháp và kỹ năng giáo dục cảm xúc cho trẻ từ 0 đến 6 tuổi.

DẠY CON 0-6 TUỔI: HỌC BẰNG TRÒ CHƠI

- Ths. Phạm Thị Thúy

TRÒ CHƠI VÀ SỰ TRƯỞNG THÀNH CỦA CON

Giai đoạn 0-6 tuổi có ý nghĩa quan trọng quyết định đối với sự hình thành và phát triển nhân cách của trẻ. Giai đoạn 0-6 tuổi là giai đoạn phát triển nhanh nhất của não bộ, là cơ hội vàng chỉ có một lần trong đời con bạn!

Cùng chơi giúp xây dựng mối quan hệ cha-mẹ-con
Từ 0 đến 6 tuổi là lứa tuổi phát triển nhanh nhất của não bộ và cách học tốt nhất là học qua các trò chơi. Trò chơi giúp trẻ phát triển ngôn ngữ, trí tuệ, cảm xúc, khả năng ứng xử, quan hệ xã hội... và còn giúp xây dựng mối quan hệ cha-mẹ-con, tạo được sự yêu thương, tin cậy, gắn bó giữa các thành viên trong gia đình.

Trong giai đoạn này, trẻ sẽ dần hòa nhập vào xã hội để học hỏi, khám phá thế giới xung quanh. Học qua trò chơi là cách học tốt nhất. Các trò chơi giữa cha mẹ và con sẽ giúp trẻ phát triển cơ thể, ngôn ngữ, trí tuệ, cảm xúc, kỹ năng hoạt động, ứng xử, quan hệ xã hội... Cùng chơi với con sẽ giúp xây dựng tình yêu thương, tin cậy, gắn bó trong quan hệ cha-mẹ- con. Gia đình cùng chơi với nhau sẽ giúp trẻ hạnh phúc và cha mẹ hạnh phúc!

Giai đoạn 0-6 tuổi, cha mẹ là người thầy đầu tiên và quan trọng nhất, là người được trẻ yêu nhất và là bạn chơi thích nhất! Để là bạn chơi cũng như người thầy tốt nhất của trẻ, cha mẹ cần biết những cột mốc phát triển quan trọng của trẻ:

0-6 tháng: phát triển vượt bậc về thị giác và thính giác. Trẻ nhìn xa, hai mắt linh hoạt, nhận biết âm thanh rõ rệt, chính xác.

6-12 tháng: phát triển vượt bậc về ngôn ngữ. 6 tháng, trẻ phát ra nhiều âm thanh, ghi nhớ, bắt chước tốt...

1-3 tuổi: phát triển vượt bậc về nhận thức. Khi được 18 tháng, trẻ ghi nhớ, tập trung, tò mò, có khả năng suy luận, biết liên hệ thông tin, học được kinh nghiệm để giải quyết tình huống.

3-6 tuổi: phát triển vượt bậc về giao tiếp và cảm xúc. Nếu có môi trường giáo dục tốt, trẻ phát triển lòng tự tin, giỏi phân tích, quyết đoán, độc lập, biết cảm thông, chia sẻ.

Bộ não của trẻ là một điều kỳ diệu, có hàng chục tỷ tế bào thần kinh ngay từ khi mới sinh. Giai đoạn 0-6 tuổi là giai đoạn quan trọng để bạn hỗ trợ sự phát triển trí tuệ cho trẻ, trong đó năm giác quan gồm thính giác, khứu giác, vị giác, xúc giác và thị giác của trẻ sẽ tiếp nhận kích thích từ thế giới xung quanh và kích hoạt sự tương tác giữa các tế bào não để khơi dậy tiềm năng trí tuệ. Khi trẻ học được một điều mới, các tế bào não sẽ được kích hoạt tạo ra sự tương tác để lưu giữ thông tin.

Nguyên tắc chơi tác động năm giác quan:

Thính giác: Cha mẹ năng nói chuyện và hát cho trẻ nghe sẽ giúp trẻ phát triển khả năng âm nhạc, ngôn ngữ.

Thị giác: Trao đổi ánh mắt với trẻ. Cho trẻ quan sát các vật chuyển động, những đồ vật khác nhau, những màu sắc tươi sáng. Đọc sách cùng trẻ để trẻ nhận ra mối quan hệ giữa hình ảnh và từ ngữ. Khả năng đọc hỗ trợ phát triển trí tuệ của trẻ.

Xúc giác: Cho trẻ được chơi, khám phá thế giới trong môi trường an toàn. Chơi trò xếp hình khối, tiếp xúc đồ vật, nghịch cát, nước...

Vị giác: Cha mẹ giải thích và cùng trải nghiệm những mùi vị với trẻ. Khi trẻ nếm đồ ăn, hãy mô tả cho trẻ biết vị ngọt, chua, cay mặn, giúp trẻ phát triển vị giác.

Khứu giác: Mô tả mùi thơm cho trẻ, cho trẻ ngửi nhiều mùi khác nhau.

CÁC LOẠI TRÒ CHƠI, ĐỒ CHƠI VÀ CÁCH CHỌN ĐỒ CHƠI

Trò chơi là hoạt động được thiết kế trong quá trình vui chơi của trẻ. Trong giai đoạn 0-6 tuổi, trò chơi không đơn thuần chỉ để giải trí hoặc để lấp đầy thời gian của trẻ. Tùy vào từng điều kiện về mặt không gian, thời gian mà cha mẹ có thể thiết kế các loại trò chơi khác nhau cho con của mình tham gia như trò chơi vận động, trò chơi sáng tạo, trò chơi mô phỏng, trò chơi khám phá...

Đồ chơi là những vật dụng, đồ vật được dùng trong hoạt động vui chơi. Hiện nay, trên thị trường có rất nhiều các loại đồ chơi trẻ em với đủ các thể loại, màu sắc, hình dáng, chất liệu, giá cả... Giữa "mê cung" đó, cha mẹ cần lựa chọn đồ chơi phù hợp với con của mình, đảm bảo các tiêu chí sau:

Nguyên liệu dùng làm đồ chơi không gây độc hại, hình dạng không góc cạnh và không nên có những bộ phận tách rời khiến trẻ dễ nuốt vào và bị hóc sặc.

Đồ chơi phải đảm bảo vệ sinh, cấu tạo chắc chắn, an toàn, dễ rửa sạch.

Đồ chơi phải thật sự giúp trẻ phát triển tối ưu các giác quan như thị giác, thính giác, xúc giác... thông qua màu sắc, âm thanh, hình dạng để tạo sự hấp dẫn đối với trẻ.

Màu sắc căn bản thích hợp với trẻ là màu đỏ, xanh lơ, màu vàng, xanh lá cây. Đây là những màu sắc dễ lôi cuốn trẻ. Âm thanh phát ra từ các món đồ chơi cũng khiến trẻ cảm thấy thích thú, tuy nhiên âm thanh quá lớn sẽ ảnh hưởng đến thính lực của trẻ.

Đồ chơi treo trước mặt trẻ (đối với trẻ dưới 3 tháng tuổi) phải thường xuyên thay đổi vị trí, tránh để trẻ nhìn quá lâu vào một điểm hoặc một hướng.

Đồ chơi phải có tính thẩm mỹ, hình dạng sinh động, có thể tạo hứng thú say mê và phát triển trí tưởng tượng cho trẻ. Đồ chơi càng hấp dẫn thì càng kích thích các giác quan của trẻ phát triển.

Một số lưu ý khi chọn mua đồ chơi:

Phù hợp độ tuổi, giới, cân bằng cá tính

Lớn hơn miệng trẻ

Không quá to, nặng

Các bộ phận được lắp chặt với nhau

Không có dây và nam châm

Chất nhựa và sơn an toàn

Không có cạnh sắc

Pin khó tháo dời

Có tem đảm bảo chất lượng.

Cha mẹ nên tự làm đồ chơi vì rất nhiều lợi ích sau:

Mẹ con cùng vừa làm vừa chơi, giúp trẻ kích thích tính sáng tạo và sự kiên nhẫn.

Tiết kiệm tiền.

Những món đồ chơi tự làm sẽ là những vật lưu giữ kỷ niệm đẹp của con.

Đồ chơi có thể làm từ vỏ đồ hộp, hộp kem đánh răng, hộp bánh... hay bằng vật liệu trong thiên nhiên như làm chong chóng bằng lá dừa; xếp lá dừa thành con châu chấu, đồng hồ, mắt kính, vòng đeo tay; quấn lá chuối thành kèn; nặn con trâu bằng đất sét...

Dưới đây là một số gợi ý về trò chơi và cách chơi dành cho trẻ 0-6 tuổi để cha mẹ có thể tham khảo thêm.

DẠY CON CHƠI QUA TỪNG GIAI ĐOẠN

Thai nhi (0 tuổi)

"Thai giáo" (giáo dục thai nhi) là phương pháp dạy con tuyệt vời ngay khi con còn trong bụng mẹ. Khi ở trong bụng mẹ, thai nhi đã có thể tiếp nhận và có phản ứng đối với những tác động từ bên ngoài. Nghe nhạc, hát, đọc truyện cho con nghe, nói chuyện với con, đi bộ nhẹ nhàng... là những hoạt động để cha mẹ và thai nhi có thể tương tác với nhau trong giai đoạn 0 tuổi này.

➦ TRÒ CHƠI ĐẠP BỤNG

Khi thai nhi được 5 tháng, có hiện tượng đạp bụng mẹ (máy) lần đầu tiên, thai phụ vỗ nhẹ hoặc xoa nhẹ vào vùng bụng bị đạp, rồi đợi thai nhi đạp lần tiếp theo, sau đó thai phụ lại vỗ nhẹ mấy cái rồi thôi. Một lát sau, thai nhi sẽ đạp tiếp, thai phụ thay đổi vị trí vỗ để dẫn dắt thai nhi vận động, thai nhi sẽ đạp ở vị trí mới vỗ.

Sau 2 tháng chơi đùa, tạo phản xạ cho bé, thai phụ có thể tăng thêm một số nội dung như gõ nhẹ, xoa nhẹ, ấn nhẹ, lắc nhẹ...

Trong khi thực hiện các động tác chơi đùa trên, thai phụ nên nói chuyện với con, ví dụ: "Mẹ đang chơi cùng con đó" , "Con ngoan, mẹ con mình cùng chơi nhé", " Cha mẹ yêu con nhiều lắm"...

3 tháng đầu	• Có những phản xạ tự nhiên (bẩm sinh). • Trẻ có khả năng nhìn những vật ở khoảng cách từ 20- 25cm. • Trẻ thích được “hóng hớt”, “trò	• Chơi với bàn tay và các ngón tay của trẻ, ví dụ cù nhột, kiến bò. • Nắn, bóp, tập duỗi tay chân cho trẻ. • Vuốt ve, mát xa cơ thể trẻ. • Trò chơi trẻ làm máy bay.

	chuyện" theo ánh mắt, lời nói của cha mẹ.	• Trò chơi vẫy khăn, ruy băng. • Cho trẻ làm quen với sách. • Cho trẻ nghe nhạc. • Hát ru cho trẻ ngủ, nói chuyện, cười, gọi tên trẻ… khi trẻ thức. • Đồ chơi thích hợp là những khối vuông, tròn làm bằng chất liệu mềm.
3-6 tháng	• Thức nhiều hơn vào ban ngày. • Bắt đầu điều khiển được bàn tay của mình và ngày càng trở nên linh hoạt hơn. • Bắt đầu biết tập trung cao độ và thích tham gia các trò chơi.	• Treo đồ chơi ở khoảng cách thích hợp (trong tầm tay của trẻ) để trẻ với tay lấy. • Trò chơi nắm tay nhịp nhịp. • Giúp trẻ tập lẫy, lật người, trườn, bò. • Xốc nách trẻ, làm điệu bộ nhún nhảy, đạp chân (chú ý không dồn trọng lượng lên chân của trẻ). • Trò chơi đạp xe. • Trò chơi "soi gương". • Trò chơi "ú òa". • Đọc sách cho trẻ nghe. • Đồ chơi thích hợp: lục lạc, xúc xắc, những khối hình vuông, tròn bằng chất liệu mềm. Trẻ sẽ khám phá bằng tay và miệng.
6-12 tháng	• Trẻ có thể lẫy, lật người một cách dễ dàng. • Khoảng từ tháng thứ 7, trẻ biết bò, ngồi và tập đi. • Kỹ năng cầm nắm của trẻ ngày một tốt hơn.	• Vỗ tay. • Chơi với cát. • Vượt chướng ngại vật. • Chơi với quả bóng lăn. • Tìm kiếm đồ vật. • Trò chơi soi gương. • Thường xuyên đọc sách cho trẻ. • Đọc các bài đồng dao như nu na nu nống, kéo cưa lừa xẻ... • Cùng trẻ tập đi. Đồ chơi thích hợp: • Những cuốn sách nhiều màu sắc tươi sáng, có hình các con vật ngộ nghĩnh, các loại hoa, trái cây… • Những quả bóng dùng để ném và đá.
1-3 tuổi	• Trẻ đã biết đi, biết sử dụng đồ vật, biết nói. • Trẻ tò mò muốn khám phá thế giới xung quanh mình, vì vậy trẻ rất hay đặt câu hỏi: vì sao? như thế nào? là gì?... • Đây cũng là giai đoạn diễn ra "khủng hoảng tuổi lên 3" của trẻ, đôi khi trẻ tỏ ra bướng bỉnh, cáu gắt. • Trẻ rất thích được khen và được thừa nhận.	• Trò chơi mang tính khám phá: đọc sách, làm quen với chữ cái, các con số và màu sắc… • Trò chơi mô phỏng: trò chơi làm việc nhà, đóng kịch, hát… • Trò chơi mang tính sáng tạo: xếp hình, lắp ghép, hóa trang, nặn đất sét, tô màu. • Trò chơi vận động: tập đi xe lắc và xe đạp 3 bánh. Nhảy và lắc mình theo những điệu nhạc sôi động. Đồ chơi thích hợp: • *Phát triển thể chất:* các quả bóng để trẻ chạy, đuổi bắt; ôtô, tàu hỏa có thể di động được; các loại xe ba bánh cho trẻ đẩy, đạp, vận động ngoài trời... • *Phát triển trí tuệ:* đất nặn, giấy bút cho trẻ vẽ nguệch ngoạc; các đồ chơi hình hộp để trẻ lắp ghép, đặc biệt các đồ chơi hình khối bằng gỗ… • *Phát triển tình cảm:* các con vật xinh xắn bằng nhựa, điện thoại giả, gỗ hay búp bê bằng vải... để trẻ ôm ấp, bắt chước người lớn chăm sóc, yêu thương, hướng đến tình yêu và trách nhiệm...
3-5 tuổi	• Tư duy và ngôn ngữ phát triển. • Ý thức của trẻ tuy chưa hoàn thiện nhưng đang trong giai đoạn hình thành. • Biết và thể hiện sắc thái, cảm xúc	• Đọc sách • Đóng vai • Oẳn tù tì • Nhảy lò cò • Thả diều

	khá chính xác. • Biết tự chăm sóc bản thân. • Nhanh nhẹn, thích vận động và chạy nhảy. • Thích bắt chước người lớn và chứng tỏ mình đã lớn.	• Đi xe đạp • Xếp hình • Tập đếm, nhận biết màu sắc, con số, chữ cái…
5-6 tuổi	• Trẻ phát triển nhanh về mọi phương diện. • Ý thức cái tôi phát triển mạnh. • Muốn mình ở vị trí trung tâm. • Trẻ rất nhạy cảm. • Chuẩn bị vào lớp một.	• Đi dã ngoại, khám phá thế giới tự nhiên. • Các trò chơi thủ công: cắt dán, nặn đất sét, gấp máy bay, cắt quần áo cho búp bê… • Đi xe đạp. • Chơi đóng vai theo chủ đề. • Tập đếm và toán học: que tính, bàn tính… • Giúp mẹ một số công việc nhà phù hợp. • Chơi các loại nhạc cụ…

Chơi mà học: chuẩn bị cho con tự tin vào lớp một

➦ TĂNG CƯỜNG KHẢ NĂNG ĐỌC TỪ SỚM CHO CON

Đọc sách cho trẻ hàng ngày và đọc từ nào thì chỉ vào từ đó. Đọc một từ thật to, nói "cá" và chỉ cho trẻ xem từ "cá" và hình ảnh con cá minh họa. Với cách này, trẻ sẽ tập nói bằng sự liên hệ giữa từ ngữ và hình ảnh.

Nói chuyện với trẻ càng nhiều càng tốt bằng ngôn ngữ càng đơn giản và có tính mô tả càng tốt; nói về những điều trẻ quan tâm; mô tả các giác quan của trẻ - những gì trẻ nhìn, nghe, sờ, ngửi, nếm, thấy; và mô tả các vận động của trẻ khi cử động. Trò chơi: mẹ con cùng đóng kịch, tập kể chuyện...

Phản hồi những hành động và âm thanh phát ra từ trẻ. Khuyến khích trẻ lặp lại và mỉm cười với trẻ. Hãy chơi trò bắt chước với trẻ, thực hiện hoạt động trước gương để trẻ nhìn thấy hình ảnh của mình.

➦ LUYỆN KHẢ NĂNG VIẾT

Cho trẻ tô màu, tô chữ...

Nặn tượng, xếp hình, cắt dán...

➦ HỌC TOÁN QUA CÁC TRÒ CHƠI

Đếm: Cha mẹ cùng con đếm mọi vật xung quanh: đếm số bát trên bàn ăn, đếm số người trong gia đình, đếm xe qua lại trên đường...

Phân loại đồ vật: Giúp trẻ học cách phân loại đồ vật như xe cộ, sách, đồ chơi hoặc những đồ vật mà trẻ thích. Hãy phân loại theo nhiều cách khác nhau, như theo kích cỡ, màu sắc, vật liệu, chức năng, hình dạng, số chân/bánh xe...

Nhận biết thời gian: tập nhìn đồng hồ, quy định số phút cho mỗi trò chơi, thi xem ai nhanh hơn...

Gọi tên hình dạng đồ vật: Cha mẹ mô tả hình dạng các vật xung quanh nhà như tivi hình chữ nhật, cái bát hình tròn, ô cửa hình vuông...; đố trẻ đi tìm các vật có hình tròn, hình vuông...

Những lưu ý đối với cha mẹ khi chơi cùng con

Mỗi trẻ có sở thích khác nhau.

Trò chơi phù hợp với giờ giấc sinh hoạt ăn, ngủ, nghỉ của trẻ.

Vừa chơi vừa nói chuyện vui vẻ cùng con.

Đề cao chất lượng chơi hơn thời gian chơi.

Sáng tạo và kiên nhẫn.

Tình yêu thương của cha mẹ là nhân tố quan trọng nhất.

KỸ NĂNG GIÁO DỤC TRÍ TUỆ CHO TRẺ 0-6 TUỔI

- GS.TS. Vũ Gia Hiền

KHÁI NIỆM

Trí tuệ là khả năng nhận thức, trong đó có hai phần cơ bản gồm phần trí và phần tuệ. Trí là năng lực bẩm sinh và đặc thù, còn tuệ là năng lực do giáo dục, rèn luyện, trải nghiệm mà thành.

Việc giáo dục trí tuệ cần hướng đến riêng biệt từng trẻ, tránh tùy tiện xem mọi trẻ như nhau. Đây là kỹ năng giáo dục rèn luyện từng trẻ thay cho kỹ năng dạy trẻ đại trà, nhất là trẻ ở lứa tuổi 0-6 tuổi. Thời kỳ này, trẻ chưa chịu nhiều sự chi phối của cộng đồng, do vậy giáo dục, đào tạo và rèn luyện ở lứa tuổi này rất quan trọng.

Kỹ năng cơ bản của giáo dục, rèn luyện là kỹ năng cung cấp thông tin, tín hiệu để trẻ dùng trí của mình tiếp nhận. Khi trí đó biến thành tuệ (trẻ biến những điều được người lớn dạy bảo thành của trẻ) là việc giáo dục, rèn luyện đã thành công. Khi tuệ đã thấm vào óc trẻ, lúc đó tuệ lại biến thành trí, và cứ thế tiếp tục phát triển mà thành trí tuệ. Vì thế, việc giáo dục rèn luyện trẻ cần có kỹ năng cung cấp thông tin, tín hiệu có hệ thống từ thấp đến cao, từ đơn giản đến phức tạp, từ thông tin tín hiệu đơn lẻ đến các mối liên hệ của các thông tin tín hiệu ấy ở tầm phổ biến.

KỸ NĂNG GIÁO DỤC TRÍ TUỆ

Trí não ban đầu của trẻ như miếng bọt biển thấm hút mọi thứ xung quanh, như chiếc đĩa CD lần đầu thu tín hiệu. Vì vậy, các bậc làm cha mẹ hoặc người nuôi dạy trẻ cần phải có kỹ năng "phát" các tín hiệu tốt lành, có tính nhân văn để trẻ tiếp nhận. Việc có được kỹ năng này phụ thuộc vào tình yêu thương thật sự dành cho trẻ, chứ không phụ thuộc vào trình độ học thức. Chỉ những ai học làm người suốt đời mới có thể có kỹ năng giáo dục rèn luyện trẻ nên người.

Ở tuổi 0-6 tuổi, trẻ chưa biết biểu lộ nên người lớn dễ cho rằng "trẻ không biết gì". Thực ra, trẻ tiếp nhận rất nhạy, vì thế trong giai đoạn này, trẻ rất cần một môi trường trí tuệ trung thực, trong sáng để phát triển lành mạnh.

Sống trung thực, trong sáng là gốc của đạo làm người và cũng là kỹ năng giáo dục cơ bản của việc dạy trẻ nên người, nhất là trẻ 0-6 tuổi. Vì thế, người xưa không cho người lạ hoặc người không đáng tin cậy thăm trẻ sơ sinh, thậm chí nhiều gia đình không cho người lạ vào phòng trẻ trong vòng một tháng đầu tiên hoặc vẫn kiêng kỵ "khen trẻ" trong vòng một năm. Họ cho rằng "vía dữ" có thể ảnh hưởng đến trẻ. Vấn đề "vía dữ" nghe có vẻ duy tâm nhưng theo nghiên cứu, trẻ có thể nhận tín hiệu qua "sóng não", do vậy tâm lý của người lớn có thể tác động đến trẻ. Theo đó, người có tâm lý xấu sẽ tạo ra "sóng dữ"; trái lại, người có tâm lý tốt sẽ tạo ra "sóng lành".

Trí của mỗi trẻ cũng khác nhau. Cho đến nay, con người chưa giải thích được "năng khiếu" ở đâu mà có, tức là nguyên do trí của người này khác người kia. Nhiều bậc cha mẹ thấy con người khác tài giỏi nên cũng muốn con mình tài giỏi như thế. Họ dùng "mọi loại tuệ" để rèn luyện trẻ mà không nhận ra việc ấy chẳng những không mang lại hiệu quả mà còn làm cản trở

sự phát triển tâm sinh lý bình thường của trẻ.

Điều quan trọng là hãy dạy trẻ nên người, còn tài thì tùy thuộc vào trí của trẻ. Trước hết, cần dạy cách làm người và ứng xử trong việc làm người đối với từng trẻ một. Sau đó, cung cấp thông tin, tín hiệu phù hợp với khả năng tiếp nhận của trẻ và theo dõi xem phần giáo dục nào có thể biến thành trí tuệ để điều chỉnh kỹ năng giáo dục trẻ một cách hợp lý và hiệu quả.

Ba cấp độ phổ biến của trí tuệ:

Cấp độ 1: hiểu sự vật từ đơn giản đến phức tạp, có ngôn ngữ (có chữ), biết kỹ năng sống và biết lao động.

Cấp độ 2: phát hiện ra các mối liên hệ của con người trong xã hội, tìm ra các mối liên hệ và phát triển của sự vật (đồ dùng, dụng cụ học tập...), từ đó tạo ra nhận thức chủ quan mà thành trí tuệ cá nhân, thành kết quả lao động, sáng tạo, phát triển cuộc sống và xã hội.

Cấp độ 3: đỉnh cao của trí tuệ là khả năng thấu hiểu giá trị làm người, thấu hiểu giá trị vạn vật, biến sự hiểu biết thành trí thức, kết hợp được cảm xúc và trí tuệ trong sáng tạo, có thể tạo ra khoa học kỹ thuật, làm cho sự vật có ý nghĩa đối với đời sống con người, làm cho đời sống con người đạt tới chân-thiện-mỹ.

Chúng ta có thể vận dụng ba cấp độ trí tuệ trong việc giáo dục trẻ 0-6 tuổi cách làm người cũng như làm việc. Ba cấp độ trí tuệ phổ biến trên không tách rời nhau và việc dạy trẻ chứa cả ba cấp độ nhưng ở tầm trung bình, còn cao hơn là tầm khoa học-kỹ thuật, khoa học hàn lâm và bác học.

Ba kỹ năng cơ bản của giáo dục trí tuệ:

Kỹ năng giáo dục qua thị giác: dùng các hình ảnh trực quan sinh động để trẻ quan sát.

Kỹ năng giáo dục qua thính giác: cho trẻ nghe các âm thanh được chọn lọc và có tính giáo dục như nói với trẻ nhẹ nhàng, nói lời hay, lời đẹp; cho trẻ nghe các bản nhạc êm dịu; ru trẻ bằng lời ru tình cảm; hát cho trẻ nghe bằng giọng điệu vui nhộn, dí dỏm...

Kỹ năng giáo dục qua hành vi: trẻ học qua sự bắt chước. Kỹ năng này có sự kết hợp của kỹ năng giáo dục qua thị giác và thính giác. Trẻ không chỉ hiểu mà phải thực hiện được các hành vi được dạy và rèn luyện.

Giáo dục cho trẻ hiểu không khó bằng giáo dục cho trẻ làm được việc theo yêu cầu đặt ra. Vì vậy, không được khen khi trẻ tỏ ra hiểu (nói) mà chỉ khen khi trẻ làm và làm được việc.

Kỹ năng giáo dục trí tuệ trẻ 0-2 tháng tuổi

Thời kỳ này là thời kỳ trí tuệ tự thấm, trẻ thụ động đón nhận sự hiểu biết của thế giới xung quanh. Lúc này, tín hiệu là phương tiện của kỹ năng giáo dục. Khi tập cho trẻ, người mẹ phải có cử chỉ, động tác, nét mặt, giọng nói, lời ru biểu cảm, hướng tư tưởng về đứa con nhằm gợi trí của trẻ khai mở và tưởng tượng như trẻ đang đáp lại.

Giai đoạn này, trí tuệ của trẻ được bộc lộ qua tiếng khóc, tiếng ọ ọe, vặn mình, cựa quậy chân tay. Việc làm cho trẻ giật mình, sợ hãi... sẽ ảnh hưởng đến phát triển trí tuệ tự nhiên ở trẻ.

Kỹ năng giáo dục trí tuệ lúc này chủ yếu là thị giác và thính giác, vì vậy cần có cử chỉ, động tác, nét mặt, giọng nói, lời ru có tính giáo dục..., song cần kết hợp với sự vuốt ve bồng bế yêu thương.

Kỹ năng giáo dục trí tuệ trẻ 3-12 tháng tuổi

Trẻ tuổi này thường thích thú, chăm chú lắng nghe người lớn nói chuyện với mình. Trẻ phát triển bình thường có thể phát ra những âm thanh nhỏ "gừ gừ" thể hiện khả năng lắng nghe. Trẻ nhoẻn miệng cười, tay chân khua khoắng khi nghe những âm thanh vui vẻ và thường mếu máo khi nghe thấy tiếng quát tháo ầm ĩ.

Giai đoạn này, nếu người lớn trò chuyện thì trẻ tỏ ra thích thú và bắt đầu phát ra âm thanh bập bẹ. Đây là chìa khóa để xây dựng kỹ năng giáo dục trí tuệ bằng ngôn ngữ. Mặc dù trẻ chưa phân biệt được ngôn từ, song trẻ hiểu thông qua ngữ điệu. Ngữ điệu âu yếm, trìu mến thì trẻ mỉm cười đáp lại; nhưng nếu nói với trẻ ngữ điệu nặng nề, giận dữ thì trẻ tỏ ra sợ hãi, thậm chí òa khóc. Lưu ý khi nói với trẻ nên nói rõ âm, không "nhại" theo tiếng trẻ vì nói nhại sẽ làm cho trẻ hiểu sai ngôn ngữ và sau này rất khó sửa. Trẻ nghe đúng từ ngữ nhưng chưa nói được đúng như người lớn.

Dần dần, trí tuệ hình thành tri giác; lúc ấy, trẻ bắt đầu hiểu ý nghĩa của lời nói. Kỹ năng lúc này là đặt câu hỏi gần gũi với trẻ như mắt đâu, tai đâu, tay đâu..., trẻ sẽ bắt đầu tìm kiếm và thể hiện bằng hành vi, cử chỉ. Lúc đầu, cần chỉ cho trẻ thấy, sau đó lặp đi lặp lại nhiều lần, kết quả là xây dựng cho trẻ trí tuệ giữa sự vật có mối liên hệ với ngôn ngữ.

Đến tuổi thôi nôi, trẻ có thể chỉ ra đúng đối tượng mà người lớn hỏi. Lúc này, ngôn ngữ và cử chỉ là năng lực trí tuệ của trẻ thể hiện qua việc giao tiếp với người xung quanh.

Kỹ năng giáo dục trí tuệ cho trẻ từ 13 tháng đến 3 tuổi

Trẻ từ 12 tháng tuổi trở nên mạnh dạn và có nhiều sáng kiến. Trẻ không chỉ muốn biết tên đồ vật mà còn cố gắng gọi tên đồ vật và hiểu đồ vật. Vì vậy, kỹ năng giáo dục lúc này là chỉ cho trẻ đồ vật và tên của đồ vật, sau đó hỏi lại để trẻ giải đáp, từ đó hình thành trí tuệ "đặt câu hỏi" ở trẻ. Giáo dục kỹ năng đặt câu hỏi cho trẻ là hết sức quan trọng.

Về mặt trí tuệ ngôn ngữ, trẻ phát âm chưa đúng vì kỹ năng "hành vi ngôn ngữ" ở trẻ chưa hình thành, vì thế kỹ năng giáo dục hành vi là quan trọng, tập đi tập lại cho trẻ nói từng từ, tập thật chậm, thật rõ để trẻ làm theo và cho đến khi nào trẻ làm đạt được yêu cầu thì mới thôi và lúc đó mới chuyển sang cụm từ mới, học làm việc khác.

Việc giáo dục hành vi cho trẻ khó hơn, vì thế người dạy trẻ chơi, tập cho trẻ các cử chỉ, hành vi cần có tính kiên nhẫn. Chơi với trẻ để dạy trẻ là kỹ năng cơ bản trong giáo dục trẻ từ 13 tháng đến 3 tuổi.

Kỹ năng giáo dục thính giác, thị giác kết hợp hành vi giúp trẻ liên hệ giữa sự vật này với sự vật khác, cái chung, cái riêng và biết tự làm một số việc cá nhân, ví dụ tự đi vệ sinh, rửa mặt, đánh răng; hiểu được đồng hồ là chung, đồng hồ đeo tay, đồng hồ để bàn, đồng hồ treo tường là riêng.

Kỹ năng giáo dục trẻ 3-4 tuổi

Thế giới quan của trẻ ngày càng rộng mở và trẻ bắt đầu tìm hiểu thế giới xung quanh, tìm hiểu, khám phá các mối liên hệ trong đó.

Dựa vào tâm lý khám phá các mối quan hệ xung quanh của trẻ, chúng ta thiết lập kỹ năng giáo dục phù hợp cho trẻ theo hướng chơi để khám phá, khám phá để chơi. Phương pháp này giúp trẻ so sánh để từ đó, trẻ nhận ra cái riêng, cái chung và mối liên hệ đơn giản; tự làm một số việc nhỏ như gấp quần áo, tự tắm rửa...

Tư duy của trẻ lúc này mới được hình thành và luôn gắn với cảm xúc và ý muốn chủ quan, vì thế không được nói lý lẽ với trẻ. Nếu những việc trẻ thích không nguy hiểm và gây hại, hãy động viên trẻ tiếp tục làm. Ngược lại, phải kiên quyết để trẻ tránh những hành vi xấu.

Dạy cho trẻ biết giới hạn, biết sợ là việc cần thiết, nhưng phải nâng đỡ tinh thần trẻ sau khi trẻ sợ vì trẻ khó tự cân bằng trí tuệ và cảm xúc.

Dành thời gian để dẫn trẻ đi chơi, kể chuyện cho trẻ nghe và lắng nghe trẻ hỏi, trẻ nói và quan sát xem xét phản xạ từ trẻ để khơi dậy trí tưởng tượng, thúc đẩy tư duy và hành vi lao động nhẹ phát triển. Cho trẻ làm việc chung, giúp trẻ phán đoán là kỹ năng giáo dục trẻ cần có đối với trẻ độ tuổi này.

Kỹ năng giáo dục trẻ 4-5 tuổi

Bước vào tuổi mẫu giáo, trẻ có nhiều thay đổi do tư duy phát triển hình thành trí tuệ biểu tượng, lòng ham hiểu biết và hứng thú thể hiện qua hành vi. Trong hoạt động hàng ngày, ngoài kinh nghiệm, trẻ còn muốn thử nghiệm và thu nhận những kết quả mới.

Giai đoạn này, cần có phương pháp giúp trẻ so sánh giữa các vận động như máy bay, chim bay, mèo chạy; các hoạt động như múa, hát, diễn kịch...

Ngoài ra, tư duy của trẻ chỉ mới ở mức độ hiện tượng, ví dụ vào bệnh viện thấy người mặc áo trắng, trẻ đều gọi là bác sĩ, do vậy cần giải thích hiện tượng với nội dung và bản chất để trẻ hiểu đúng hơn. Sưu tầm các câu chuyện đơn giản, ngắn gọn, dí dỏm để kể cho trẻ; từ đó chỉ ra thiện ác, tốt xấu, chú trọng dạy trẻ lao động và yêu lao động. Bên cạnh đó, sử dụng tranh ảnh, bài hát... để mô tả cho trẻ, giúp trẻ hiểu nội dung và bản chất của hiện tượng một cách đơn giản. Hướng dẫn để trẻ biết giá trị lao động, biết tính toán đơn giản qua các câu đố.

Sau khi hướng dẫn, kể chuyện, đưa trẻ đi chơi, cha mẹ hoặc người dạy trẻ nên khuyến khích trẻ kể lại, phân tích, nhận định, làm lại... Cần chú ý lắng nghe trẻ một cách chăm chú và uốn nắn cho trẻ những chỗ hiểu sai, làm chưa đúng, chưa được; những việc nên và không nên làm.

Kỹ năng giáo dục trẻ 5-6 tuổi

Trẻ 5-6 tuổi đã hình thành nhân cách. Trẻ đã biết được khả năng, phẩm chất của mình; hiểu được thái độ của những người xung quanh; có phản xạ vui buồn về thành công và thất bại, về ưu khuyết điểm của bản thân, về những khả năng và sự bất lực, song khả năng hiểu chỉ ở mức độ đơn giản.

Ở tuổi này, trẻ cũng nhận biết được giới tính của mình, là trai hay gái. Lúc này, hành vi của người lớn có tác động rất lớn đến trẻ, ví dụ trẻ sẽ bắt chước nếu thấy cha hút thuốc lá. Muốn trẻ sau này không nghiện thuốc thì người cha phải bỏ thuốc lá. Trong tình huống này, bỏ thuốc lá là một kỹ năng giáo dục trẻ.

Trẻ 5-6 tuổi bắt đầu hành động có mục đích, biết lập ra kế hoạch theo thời gian gần và không gian hẹp, song trẻ chưa có khái niệm kiểm soát thời gian và không gian, vì thế trẻ chỉ hành động theo bản năng mà chưa biết đánh giá kết quả. Do vậy, phải tập cho trẻ biết chờ đợi, kiềm chế hành vi, lời nói bộc phát. Muốn vậy, cần tổ chức trò chơi có luật chơi, nhờ đó mục đích thô sơ (chơi) có thể trở thành kỹ năng sống, ví dụ chơi đi bộ qua đường có đèn tín hiệu xanh vàng đỏ, chỉ được đi khi đèn xanh... Tập cho trẻ như vậy là bước đầu chuyển trí tuệ của trẻ thành ý chí.

Việc hình thành tư duy logic cũng xuất hiện ở tuổi này. Trẻ có thể lĩnh hội được một số khái niệm khoa học đơn giản, ví dụ khi dạy trẻ biết vệ sinh sạch sẽ thì nên kèm lời giải thích ích lợi của việc ấy; tại sao phải tiết kiệm, tiền của cha mẹ do đâu mà có... Có thể dạy cho trẻ nhận diện mặt chữ, con số, đọc chữ, đọc một số từ... nhưng không cho trẻ học chương trình lớp một, tức là không cho trẻ học sớm. Học sớm sẽ làm trì trệ tâm lý trẻ. Ở tuổi 5-6, cha mẹ nên giúp trẻ rèn tính tự lập qua các trò chơi; làm việc phải tới nơi tới chốn và có kết quả cụ thể. Cũng nên giáo dục trẻ một số khái niệm khoa học đơn giản như vi trùng, vệ sinh, phòng bệnh, phòng hỏa

hoạn... để trẻ làm quen với cuộc sống và thế giới xung quanh.

Chú ý đừng để trẻ "khôn trước tuổi" vì trí tuệ phát triển nhanh hơn cảm xúc. Nếu giáo dục trí tuệ nhiều hơn hành vi thì sẽ vô tình đẩy trẻ vào tình huống "thừa trí tuệ, thiếu năng lực" khiến trẻ mất cân bằng trong cuộc sống. Khi trẻ hiểu biết mà không làm được sẽ bị mất cân đối giữa trí tuệ và cảm xúc. Nếu cứ để tự do phát triển trí tuệ mà không kiểm soát trí tuệ, trí tuệ không hài hòa với cảm xúc, trẻ sẽ dễ sinh hư, ví dụ trẻ nghiện game mà không có tiền (chưa làm ra tiền) sẽ dẫn tới hành vi ăn cắp, ăn trộm, thậm chí ăn cướp. Trẻ hư đa phần có trí tuệ cao hơn năng lực hành vi, xem thường lao động chân tay, hưởng thụ sớm trong khi năng lực kiểm soát hành vi còn quá thấp, ví dụ chưa làm ra tiền mà đã biết "chơi sang".

Tóm lại, kỹ năng giáo dục trẻ 0-6 tuổi là kỹ năng dạy trẻ nên người. Ông cha ta nói: "Dạy con từ thuở còn thơ", còn nhà sinh lý học người Nga Pavlov cho rằng: "Trẻ sơ sinh đến ngày thứ ba mới bắt đầu dạy dỗ là đã chậm mất hai ngày".

Việc giáo dục cho trẻ phải bắt đầu từ 0 tuổi là việc cần thiết và đúng đắn. Không nên lo lắng giáo dục sớm sẽ ảnh hưởng đến bộ não của trẻ, song nếu giáo dục không có kỹ năng thì "lợi bất cập hại". Kỹ năng giáo dục cho trẻ 0-6 tuổi là giáo dục trẻ nên người để sau này trẻ biết làm người và biết lao động. Tránh giáo dục trí thức sớm cho trẻ, vì khi trẻ học quá nhanh những hành vi của người lớn trong khi chưa làm chủ cảm xúc thì những gì trẻ học được sẽ hủy hoại trẻ. Hãy dạy trẻ học cách lao động trước khi muốn có tiền, học cách làm ra tiền chân chính trước khi biết tiêu tiền, dạy làm việc giỏi nhiều hơn dạy hiểu biết nhiều... Đó là những bài kỹ năng dạy trẻ không bao giờ lạc hậu.

CHUẨN BỊ TÂM LÝ CHO TRẺ VÀO LỚP MỘT

- Ths. Nguyễn Thị Minh

VÌ SAO CẦN CHUẨN BỊ TÂM LÝ CHO TRẺ VÀO LỚP MỘT?

Vào lớp một được xem là bước ngoặt quan trọng trong cuộc đời của trẻ, bởi trẻ chuyển qua cuộc sống mới với những hoạt động mới, đồng thời cũng chuyển qua một vị trí xã hội mới với những mối quan hệ mới.

Vào lớp một, tức là trẻ đã trở thành một học sinh thực thụ. Hoạt động chủ đạo của học sinh là học tập. Học tập là một hoạt động mang tính chất bắt buộc, có tổ chức chặt chẽ, có mục đích, có kế hoạch. Khi đến trường, trẻ phải hòa nhập vào những mối quan hệ mới với những người xung quanh, với bạn bè, với thầy cô giáo. Lúc còn học mẫu giáo, trẻ được sống trong không khí gia đình "cô là mẹ và các cháu là con", còn khi đến trường tiểu học, mối quan hệ giữa thầy cô giáo với trẻ là mối quan hệ giữa người dạy và người học.

Hơn nữa, ở mỗi giai đoạn phát triển đều có những yêu cầu về mặt tâm sinh lý, về mặt xã hội, đòi hỏi học sinh phải thích ứng mới hoạt động có kết quả. Nếu không chuẩn bị, tạo điều kiện để trẻ thích ứng với môi trường mới, không những kết quả học tập của trẻ bị ảnh hưởng mà cuộc sống của trẻ cũng trở nên nặng nề. Trong nhiều trường hợp, trẻ rơi vào tình trạng khủng hoảng, gây bất lợi đối với những chặng phát triển tiếp theo của trẻ.

Hiện nay, có một quan niệm khá phổ biến là việc chuẩn bị cho trẻ đến trường chủ yếu là dạy cho trẻ biết đọc, biết viết, biết làm các phép tính toán. Từ đó, không ít người đã bắt trẻ ngồi vào bàn học một cách nghiêm túc, tước đi thời gian vui chơi và các hoạt động mà trẻ vốn ham thích, rất cần cho sự phát triển của trẻ lúc này. Có trẻ sau khi vào lớp một thì đã học xong một phần hay toàn bộ chương trình lớp một. Như vậy, tưởng chừng đã giúp trẻ học giỏi ngay khi vào lớp một nhưng thật ra việc đó không phù hợp với quy luật phát triển của trẻ 6 tuổi. Vì vậy, không nên dạy trước những gì mà sau này trẻ sẽ được học ở trường. Không nên yêu cầu trẻ như một học sinh thực thụ ngay khi còn ở tuổi mẫu giáo. Cần đảm bảo cho trẻ sống đúng lứa tuổi của chính mình, vẫn hồn nhiên, vui tươi, không làm cho trẻ già trước tuổi.

CHUẨN BỊ TOÀN DIỆN CHO TRẺ VÀO LỚP MỘT

Chuẩn bị cho trẻ thích ứng với cuộc sống ở trường

Trước tiên, cần tạo cho trẻ một chế độ sinh hoạt nề nếp, phù hợp với độ tuổi và luyện tập để trẻ thích ứng với chế độ sinh hoạt đó (ăn, ngủ, chơi, học tập, thể dục...). Điều quan trọng là khơi dậy ở trẻ tính tự giác, đặc biệt là tính tự lực khi thực hiện chế độ sinh hoạt này.

Sau đó, cần hình thành và phát triển hành vi văn hóa ở trẻ, tức là cách ứng xử tốt, có văn hóa đối với mọi người xung quanh (ông bà cha mẹ, bạn bè cùng lứa, trẻ nhỏ hơn, những người khó khăn, tàn tật); giúp trẻ mạnh dạn, chủ động thiết lập mối quan hệ tốt với những người xung quanh; biết kính trên nhường dưới, thân thiện với bạn bè sẵn sàng nhường nhịn em nhỏ và giúp đỡ người tàn tật bằng tình cảm sâu sắc, giàu lòng nhân ái.

Bên cạnh đó, cũng cần dạy trẻ cách ứng xử có văn hóa với môi trường xung quanh (vật nuôi,

cây trồng, nơi công cộng...); rèn luyện cho trẻ biết tự phục vụ trong sinh hoạt hàng ngày (tự ăn, tự đi ngủ, tự mặc quần áo, chải tóc...) và tự thế tác phong gọn gàng, nhanh nhẹn, tự tin và tôn trọng người khác trong giao tiếp nhưng vẫn hồn nhiên, vui tươi; giúp trẻ biết tự điều chỉnh hành vi của mình cho phù hợp với hoàn cảnh giao tiếp, bớt đi những hành vi bộc phát, thiếu ý thức và những ham muốn vô lý thường gặp ở trẻ nhỏ.

Khi vào lớp một, không những hoạt động chủ đạo thay đổi từ vui chơi đến học tập mà môi trường xã hội cũng thay đổi, trở nên rộng lớn hơn, và vì vậy, các em được tham gia vào các mối quan hệ xã hội phong phú hơn. Do đó, ngay từ khi còn ở lớp mẫu giáo, chúng ta cần mở rộng các mối quan hệ của trẻ, cho trẻ làm quen với những mối quan hệ xã hội mà sau này trẻ phải gia nhập khi vào lớp một, giúp trẻ nhanh chóng thích ứng với môi trường sống.

Trong các mối quan hệ xã hội càng được mở rộng, trẻ phải nhận biết được vị trí và bổn phận của mình trong gia đình (với cha mẹ, ông bà, anh chị em...), trong trường học (với bạn bè, cô giáo, cô hiệu trưởng, bác cấp dưỡng, bác bảo vệ...) và trong môi trường xã hội rộng lớn hơn (với hàng xóm láng giềng, những khách lạ từ nơi khác đến...).

Trong quá trình tham gia các mối quan hệ xã hội đó, cần giúp trẻ hình thành những động cơ xã hội tích cực. Trẻ tuổi mẫu giáo thường có những hành động theo động cơ cá nhân như muốn tự khẳng định "cái tôi", muốn được giống như người lớn, tò mò hoặc muốn được cô khen... Do vậy, khi trẻ đến cuối tuổi mẫu giáo, cần giúp trẻ hình thành những động cơ đạo đức mang ý nghĩa xã hội, giúp trẻ hiểu rằng hành vi của mình có thể mang lại niềm vui hay lợi ích cho người khác, động viên trẻ quan tâm và làm các công việc vì người khác theo sáng kiến của mình.

Vào trường tiểu học, các hoạt động của học sinh thường mang tính tập thể: tập thể lớp, đội nhi đồng... Để thích ứng với hoạt động tập thể của học sinh, ngay từ thời kỳ mẫu giáo, cần tập cho trẻ quen dần với các hoạt động chung, mang tính hợp tác cùng nhau. Các trò chơi, đặc biệt trò chơi theo nhóm, đồng đội, là phương tiện giáo dục ý thức tập thể cho trẻ rất tốt. Những buổi đi dạo, đi thăm danh lam thắng cảnh hay di tích lịch sử đều có thể hun đúc dần ở trẻ ý thức tập thể, ý thức cộng đồng.

Chuẩn bị cho trẻ thích ứng với hoạt động học tập

Hoạt động học tập ở trường tiểu học chủ yếu là hoạt động nhận thức để tiếp thu tri thức khoa học, do đó cần chuẩn bị cho trẻ các mặt sau đây:

Chuẩn bị tâm lý sẵn sàng đi học cho trẻ: Tâm thế sẵn sàng đi học là một yếu tố tâm lý rất quan trọng, thôi thúc trẻ đến trường, kích thích tính tích cực học tập và tham gia các hoạt động ở trường tiểu học.

Nuôi dưỡng hứng thú nhận thức lâu bền cho trẻ: Học tập là hoạt động chủ đạo của học sinh. Hiệu quả của hoạt động này phụ thuộc chủ yếu vào hứng thú nhận thức của trẻ. Do đó, ngay từ trẻ còn học mẫu giáo, chúng ta cần nuôi dưỡng hứng thú nhận thức lâu bền cho trẻ. Trong quá trình tổ chức hoạt động cho trẻ, nhất là hoạt động vui chơi, cần kích thích lòng ham hiểu biết, óc tìm tòi, khám phá của trẻ bằng cách tạo ra những tình huống có vấn đề để kích thích trẻ suy nghĩ, tìm cách giải quyết. Trong cuộc sống hàng ngày, chúng ta luôn giới thiệu cho trẻ những điều mới lạ xung quanh hay từ tivi, sách báo... để khuyến khích những khám phá của trẻ.

Kích thích lòng ham muốn của trẻ: Lòng ham muốn được đi học chỉ nảy sinh khi trẻ nhận ra rằng trường học là nơi giải đáp được những vấn đề mà trẻ băn khoăn, thắc mắc, mong muốn được giải thích. Do đó, người lớn cần cho trẻ biết rằng khi đến trường, trẻ sẽ biết được nhiều điều mới lạ. Ngoài ra, cần làm cho trẻ thấy rằng đến trường sẽ được tiếp xúc với những thầy cô giáo rất yêu trẻ; những anh, chị học sinh chăm ngoan; được có sách vở, đồ dùng mới đẹp; được sinh hoạt trong Sao nhi đồng, được trở thành học sinh giỏi..., nghĩa là làm sao cho trẻ thấy

được đi học là một niềm hạnh phúc. Đôi khi, với một số câu hỏi của trẻ, cha mẹ có thể trả lời: Khi đi học, con sẽ biết được điều đó/ Đọc sách, con sẽ có câu trả lời/ Câu hỏi này khó quá, mẹ không biết, nhưng cô giáo sẽ biết và trả lời cho con.

Giúp trẻ làm quen với hoạt động trí óc: Học tập ở lớp một là hoạt động đòi hỏi tính chủ định cao với mục đích rõ ràng là nắm những tri thức, thái độ, kỹ năng được quy định trong chương trình. Nhưng tính không chủ định lại gần như là đặc điểm bao trùm trong hoạt động tâm lý của trẻ nhỏ. Trẻ mẫu giáo thường không có tính chủ định trong các hoạt động, nhất là hoạt động trí óc, thích gì làm nấy, làm được một lúc rồi lại chán, quay ra làm việc khác, ít tập trung làm một việc cho đến nơi đến chốn. Đặc điểm đó sẽ không có lợi cho việc học tập ở lớp một. Do đó, hình thành tính chủ định trong hoạt động tâm lý, đặc biệt là trong hoạt động nhận thức của trẻ là việc cần làm, nhất là vào cuối tuổi mẫu giáo.

Để hình thành tính chủ định cho trẻ, trước hết, cần giúp trẻ biết tập trung, chú ý vào công việc, nhất là những vấn đề nhận thức, cũng tức là biến những quá trình tâm lý không chủ định thành có chủ định, như tri giác không chủ định thành tri giác có chủ định, trí nhớ không chủ định thành trí nhớ có chủ định... Trong khi tổ chức hoạt động, chúng ta cần tạo điều kiện để giúp trẻ chuyển dần chú ý không chủ định đến chú ý có chủ định vào một việc nào đó. Điều này có thể thực hiện trong các "tiết học" hay trong hoạt động vui chơi, bằng cách đặt ra cho trẻ phải thực hiện một nhiệm vụ nhất định, nhất là nhiệm vụ nhận thức, như kể lại câu chuyện vừa mới nghe hay miêu tả một sự vật nào đó vừa mới được nhìn thấy, hoàn thành một bức vẽ... Cần tập cho trẻ biết duy trì chú ý trong một thời gian cần thiết vào một công việc nào đó, như ăn trong bao lâu, chơi trong bao lâu... để ngăn ngừa bệnh đãng trí, sự sao lãng, thiếu tập trung nơi trẻ.

Ngoài ra, cần dạy trẻ biết quan sát sự vật, hiện tượng xung quanh. Đây là một tri giác có chủ định, rất cần cho hoạt động học tập. Trong khi hoạt động, cần dạy trẻ đặt mục đích, cách thức và sử dụng một số phương tiện quan sát thông thường, chủ yếu là sử dụng các giác quan để phát hiện các thuộc tính của sự vật, những thuộc tính tinh tế còn bị lẩn khuất, đặc biệt là nêu được thuộc tính đặc trưng của chúng. Việc so sánh các bức tranh có cùng nội dung và hình thức nhưng lại khác nhau một số chi tiết, cũng như việc miêu tả lại thật cụ thể một sự kiện khác trong cuộc sống hàng ngày... đều là những hoạt động kích thích, phát triển khả năng quan sát của trẻ một cách hiệu quả.

Phát triển tư duy là nhiệm vụ quan trọng vào bậc nhất trong việc chuẩn bị cho trẻ vào lớp một, bởi lẽ tư duy được coi là quá trình tâm lý chủ yếu của hoạt động học tập. Ngay từ tuổi mẫu giáo, tư duy của trẻ đã phát triển khá mạnh mẽ trong các hoạt động, từ tư duy trực quan-hành động đến tư duy trực quan-hình tượng, rồi xuất hiện một số yếu tố của tư duy trừu tượng. Để chuẩn bị cho trẻ vào lớp một, chúng ta cần phát triển ở trẻ các tư duy nói trên, đặc biệt là kiểu tư duy trực quan-hình tượng, vì tư duy trực quan-hình tượng vẫn chiếm ưu thế trong hoạt động nhận thức của trẻ mẫu giáo. Càng về cuối tuổi mẫu giáo, chúng ta càng nên khơi gợi tư duy trừu tượng ở trẻ. Những trò chơi học tập, những sơ đồ, những câu đố, những tình huống có vấn đề... đều là phương tiện giúp trẻ phán đoán, suy luận, kích thích các yếu tố của tư duy trừu tượng sớm được nảy nở, những tri thức tiền khoa học (tiền khái niệm) chóng được hình thành, làm chỗ dựa cho việc tiếp thu các bộ môn khoa học ở bậc tiểu học.

Trong hoạt động, cần cho trẻ làm quen với một số thao tác tư duy như so sánh, phân tích, tổng hợp, trừu tượng hóa, khái quát hóa, tất nhiên là ở trình độ còn đơn giản. Những trò chơi như xây dựng, lắp ghép, xếp hình, lập nhóm... đều có hiệu quả trong việc tập luyện cho trẻ những thao tác tư duy.

Một điều không kém quan trọng đó là cần hình thành cho trẻ những phẩm chất của tư duy như tính tích cực, tính độc lập, tính linh hoạt... trước một vấn đề nhận thức. Người lớn nên khơi gợi tính tích cực ở trẻ, làm cho trẻ phải động não, chủ động tìm cách giải quyết vấn đề cho dù còn ngô nghê. Tránh để trẻ trong trạng thái thụ động, vì thụ động về trí tuệ cũng đồng nghĩa

với chậm phát triển trí tuệ. Cũng cần làm cho trẻ biết tư duy độc lập, trước hết là trẻ biết dựa vào sức mình để giải quyết các vấn đề nhận thức, không ỷ lại hay dựa dẫm vào người khác. Điều đó không có nghĩa là trẻ khước từ ý kiến của người khác. Trái lại, trẻ cần biết tiếp thu cách nghĩ, cách làm hay hơn, đúng hơn ở người khác để bổ sung cho cách nghĩ, cách làm của mình.

Ngay từ khi trẻ còn ở tuổi mẫu giáo, cần bồi dưỡng tính linh hoạt tư duy, không để cho trẻ giải quyết vấn đề theo lối mòn, theo khuôn mẫu cứng nhắc; luôn khuyến khích trẻ tìm ra cách làm mới. Muốn vậy, cần cho trẻ tiếp xúc với sự vật ở nhiều góc độ khác nhau như chỉ cho trẻ thấy nhiều hình dạng của một loại hoa quả như táo, ổi, chuối... Khi giải quyết vấn đề, cần khuyến khích trẻ tìm ra nhiều phương án đối với một tình huống cụ thể; tránh tình trạng áp đặt trẻ theo một phương án cứng nhắc, rập khuôn, ví dụ muốn lấy một trái bóng ở dưới gầm giường thì có những cách sau: tự chui vào lấy, nhờ người khác lấy, lấy que dài để khều ra... Tính tích cực, tính độc lập, tính linh hoạt trong tư duy, đó chính là tiền đề của những khám phá khoa học, là cơ sở của hoạt động sáng tạo sau này.

Phát triển ngôn ngữ cho trẻ cũng đóng vai trò cực kỳ quan trọng trong hoạt động học tập, tiếp nhận tri thức khoa học, bởi ngôn ngữ là phương tiện để giao tiếp và đặc biệt là để tư duy. Để chuẩn bị cho trẻ vào lớp một, trước hết, cần giúp trẻ sử dụng thành thạo tiếng mẹ đẻ trong sinh hoạt hàng ngày. Điều đó thể hiện trong các mặt sau đây:

Phát âm đúng và sử dụng ngữ điệu phù hợp với tình huống giao tiếp.

Có vốn từ để nghe và hiểu những điều người khác nói và thể hiện nội dung mình cần truyền đạt đến người khác.

Nói đúng ngữ pháp và diễn đạt mạch lạc.

Đây là các yêu cầu tưởng chừng như cao đối với các trẻ nhỏ, nhưng trong thực tế, nhiều trẻ ở cuối tuổi mẫu giáo, do được dạy dỗ tử tế, công phu trong một môi trường ngôn ngữ có văn hóa, đã thể hiện ngôn ngữ vừa đúng vừa trôi chảy, khiến cho trẻ dễ giao tiếp với người xung quanh. Những trẻ đó thường tiếp nhận tri thức ở trường tiểu học một cách thuận lợi và dễ trở thành học sinh giỏi.

Để phát triển ngôn ngữ cho trẻ, cần tạo điều kiện để trẻ có cơ hội giao tiếp với những người xung quanh, cần kể chuyện cho trẻ nghe và khuyến khích trẻ kể chuyện, đọc sách cho trẻ và khuyến khích trẻ đọc nhiều sách. Điều quan trọng là tạo cho trẻ một môi trường ngôn ngữ có văn hóa.

Những tật ngôn ngữ như nói ngọng, nói lắp, nói cộc, nhát gừng, lí nhí, hoặc la hét, gắt gỏng, nói tục, chửi bậy... đều phải được tích cực sửa chữa trước khi đến trường tiểu học nhằm giúp trẻ tự tin trong giao tiếp, hứng thú trong học tập và tiếp thu tốt tri thức khoa học.

Cần giúp trẻ hướng tới "đọc" và "viết", làm quen với những thao tác "đọc và viết" như biết cách cầm sách đúng, biết "đọc" từ trên xuống, từ trái sang phải. Hướng dẫn cho trẻ ngồi đúng tư thế, biết cầm bút và vẽ những nét cơ bản như nét sổ thẳng, nét ngang... Điều quan trọng là qua những việc làm cụ thể đó, trẻ nhận ra được mối quan hệ mật thiết giữa lời nói và chữ viết; đó là bất cứ lời nói nào cũng đều được ký hiệu bằng chữ viết và bất cứ chữ viết nào cũng đều đọc lên thành lời.

Trong trò chơi, trẻ có thể "ký tên" mình vào một văn bản nào đó (như giấy mời cha mẹ đến dự liên hoan ở trường) bằng ký hiệu hay "chép" một bài thơ, bài hát bằng ký hiệu mà trẻ thích. Dần dần, hướng dẫn trẻ biết sử dụng ký hiệu gần giống với chữ viết, tức là "tiền chữ viết" và cho trẻ biết cuộc sống xã hội cần có những loại ký hiệu chung như trong sách vở mà mọi người đều đọc được, đó chính là chữ viết. Điều này cũng có thể trở thành động cơ đi học của trẻ, vì trẻ

sẽ muốn đọc thông viết thạo.

Bên cạnh đó, chúng ta cũng dạy trẻ biết định hướng không gian và thời gian. Trẻ cần phải biết xác định phương hướng và khoảng cách trong không gian để tự phục vụ trong sinh hoạt hàng ngày và vui chơi trong các trò chơi. Đặc biệt trong học tập, trẻ cần phải xác định chính xác trái phải, trước sau, trên dưới... để nhận ra các con chữ như: b và d, p và q, b và p...; hướng đúng của việc đọc và viết (từ trái sang phải, từ trên xuống dưới, từ trước đến sau). Trong nhiều hoạt động khác như thể dục, múa, vẽ..., việc xác định phương hướng và khoảng cách trong không gian là điều bắt buộc. Do đó, hướng dẫn trẻ biết định hướng đúng trong không gian là việc hết sức cần thiết, bởi thiếu nó, trẻ sẽ bị rối loạn hành vi và vụng về trong cuộc sống và học tập.

Lúc đầu, trẻ thường lấy bản thân làm chuẩn để nhận biết đằng trước, đằng sau, bên trên, bên dưới, bên trái, bên phải. Dần dần, cần dạy trẻ lấy sự vật để làm định hướng. Cần tăng độ phức tạp của các phương hướng như phía trên bên phải, phía dưới bên trái... Đồng thời, cũng cần phải dạy trẻ biết xác định tính tương đối của phương hướng: một vật ở bên phải của một vật nào đó nhưng lại ở bên trái của một vật khác hoặc phía tay phải của mình lại là phía tay trái của người đối diện... Tính tương đối của phương hướng là vấn đề phức tạp nhưng rất cần cho cuộc sống và học tập. Ngoài việc xác định phương hướng không gian, trẻ còn phải tập ước lượng những khoảng cách đơn giản trong không gian như xa, gần, rộng, hẹp, cao, thấp...

Song song với việc dạy trẻ biết định hướng không gian, chúng ta dạy trẻ biết định hướng thời gian, xác định đúng thời điểm. Trước hết, dạy trẻ dựa vào các công việc sinh hoạt của con người và quan sát cảnh vật xung quanh để nhận ra các thời điểm trong ngày: sáng, trưa, chiều, tối, đêm. Trẻ cũng cần biết số ngày trong mỗi tuần lễ và thứ tự các ngày trong tuần. Kế đó, chúng ta dạy trẻ nhận biết các mùa trong năm: ở miền Bắc có bốn mùa (mùa xuân ấm áp, mùa hè nóng bức, mùa thu mát mẻ, mùa đông rét buốt), ở miền Nam có hai mùa (khô và mưa). Đặc biệt, cần dạy trẻ phân biệt quá khứ, hiện tại và tương lai như hiện giờ, lúc nãy, chốc nữa; hôm nay, hôm qua, ngày mai; năm nay, năm ngoái, sang năm...

Trẻ cũng cần biết những thời điểm có ý nghĩa trong năm như ngày Tết, ngày Quốc tế Phụ nữ 8/3 của mẹ và cô, ngày Quốc tế Thiếu nhi 1/6, ngày Quốc khánh 2/9, Tết Trung thu... Ngoài ra, trong các hoạt động như múa hát, tạo hình, kể chuyện, sinh hoạt như ăn uống, tắm rửa..., cần dạy trẻ ước lượng những khoảng thời gian (thời lượng) mà trẻ thường sử dụng, ví dụ như 5 phút nữa sẽ đi dạo, vẽ bức tranh trong 15 phút, được chơi trong 30 phút, bị ốm nghỉ ở nhà một ngày, được về quê thăm ông bà một tuần... Nhận ra đúng các thời điểm quen thuộc và thời lượng đơn giản là tiền đề để tổ chức cuộc sống và lập kế hoạch trong học tập và lao động, đó là phẩm chất cần có của con người trong xã hội hiện đại, những người có chất lượng cuộc sống cao.

Giúp trẻ hiểu biết về môi trường gần gũi xung quanh

Để chuẩn bị cho trẻ vào lớp một thì không chỉ giúp trẻ chuẩn bị tâm lý mà còn giúp trẻ hiểu biết về môi trường gần gũi xung quanh, những kiến thức sơ đẳng về thế giới con người và tự nhiên để hình thành ở trẻ một thái độ sống tích cực, gắn bó với con người và thiên nhiên.

Trong các hoạt động, đặc biệt là hoạt động vui chơi, kể chuyện, người lớn giúp trẻ hiểu biết khái quát về các mối quan hệ trong xã hội như gia đình, bà con xa gần, làng xóm, bạn bè... và sống trong xã hội, mọi người đều cần hợp tác, giúp đỡ lẫn nhau mới có được cuộc sống yên lành. Cần cho trẻ biết mỗi người đều có nghĩa vụ đối với người xung quanh, đối với cộng đồng, như cha mẹ phải nuôi dạy con cái, con cái phải chăm sóc cha mẹ, chú công an phải giữ gìn trật tự an ninh cho nhân dân, chú bộ đội phải đánh đuổi quân xâm lược, bảo vệ Tổ quốc... Còn những kẻ ăn bám, gây rối, cướp bóc, nghiện ma túy... đều là sâu mọt của xã hội và đều bị mọi người căm ghét, khinh bỉ. Cũng cần dạy trẻ một số quy tắc sống chung trong xã hội, nhất là luật giao thông.

Trong các hoạt động vui chơi, trò chơi đóng vai là trò chơi rất bổ ích. Trò chơi này giúp cho trẻ làm quen với các ngành nghề trong xã hội như nghề lái xe, nghề dạy học, nghề xây dựng, nghề làm ruộng, nghề chăn nuôi, nghề chữa bệnh... Qua đó, trẻ sẽ được trải nghiệm về tình cảm, về ý thức trách nhiệm của con người trong các ngành nghề. Thấy được sự đóng góp tích cực cho xã hội của những người lao động, trẻ sẽ biết yêu thích những người lao động, quý trọng sản phẩm do họ làm ra, biết sống tiết kiệm và sống tốt.

Song song đó, trẻ cần hiểu biết sơ lược về thế giới xung quanh mình, những sự vật hiện tượng trong thiên nhiên... Tuy nhiên, chúng ta không nhồi nhét vào đầu óc trẻ những kiến thức về thế giới tự nhiên, mà rèn cho trẻ cách ứng xử có văn hóa với thiên nhiên. Khi đó, trẻ sẽ hứng thú tìm hiểu thiên nhiên; thân thiện, xem thiên nhiên là bạn thân của mình; và có ý thức chăm sóc, bảo vệ thiên nhiên.

Để thực hiện được điều ấy, chúng ta có thể dạy trẻ biết tên, đặc điểm, cách phân loại, quá trình sinh trưởng, lợi ích của một số vật nuôi trong nhà hay ở sở thú, nhất là mối quan hệ mang tính quy luật giữa điều kiện sống với hành vi và cấu tạo bên ngoài của con vật, như gấu trắng, chim cánh cụt, hải cẩu có lớp mỡ dày để chịu được rét, v.v. Những kiến thức đó không những làm giàu vốn biểu tượng của trẻ về thế giới tự nhiên mà còn giúp trẻ nâng cao khả năng chú ý, quan sát, tư duy, ghi nhớ... Từ đó, chúng ta dẫn dắt trẻ đến với những tri thức tiền khoa học (hay tiền khái niệm) về thế giới tự nhiên như cho trẻ hiểu về nguyên nhân của gió, của mưa; tại sao lại có ngày, có đêm; tình trạng của cây như thế nào khi thiếu nước, đủ nước, ngập nước... Đó là vốn hiểu biết quý giá, là cơ sở để cho trẻ lĩnh hội các kiến thức khoa học khi học tập sau này.

Bên cạnh đó, chúng ta tạo điều kiện để trẻ gần gũi với thiên nhiên, cho trẻ thấy được vẻ đẹp và lợi ích của thiên nhiên đối với cuộc sống của con người. Có như vậy, trẻ mới dễ nảy sinh những xúc cảm tốt lành: hớn hở, vui tươi khi nhìn thấy những bông hoa rực rỡ, thương con chim bị ướt cánh giữa trời mưa, ghét kẻ nào đã vặt những chồi non mới nhú... Những tình cảm đó sẽ khơi dậy trong lòng trẻ một niềm khao khát muốn làm việc có ích cho cuộc đời.

Trẻ ở tuổi mầm non còn rất nhỏ dại, thường thiếu ý thức trong hành động của mình, kể cả hành động bộc phát đối với thiên nhiên: vặt cây, bẻ cành, thờ ơ với những con vật nhỏ nuôi trong nhà... Những hành vi đó, nếu không được ngăn chặn, lâu dần sẽ thành thói quen. Do vậy, chúng ta cũng cần phải dạy trẻ biết quan tâm chăm sóc vật nuôi, cây trồng gần gũi quanh nhà như cho gà ăn, tưới nước cho cây... Trẻ làm những việc ấy, tuy còn rất vụng về, nhưng qua đó, trẻ biết quan tâm chăm sóc thiên nhiên và nhận ra rằng bảo vệ thiên nhiên không chỉ là trách nhiệm của người lớn mà còn cả của trẻ em, tuổi nhỏ làm việc nhỏ, tùy theo khả năng của mình.

Như vậy, chuẩn bị cho trẻ đi học cần phải làm rất nhiều việc và rất công phu. Nhưng việc chuẩn bị này không phải chờ đến gần ngày trẻ bước vào lớp một mới bắt đầu mà tất cả đều phải tiến hành suốt cả thời kỳ mẫu giáo trong nhiều hoạt động ở trường mầm non cũng như ở gia đình. Tất nhiên, về cuối tuổi mẫu giáo thì việc chuẩn bị đó cần tích cực hơn, rõ nét hơn, để trẻ có tinh thần phấn chấn, sẵn sàng đi học.

DẠY CON TRONG GIA ĐÌNH MÂU THUẪN

CÂU HỎI:

Cha mẹ cãi vã, xô xát nhau và những điều này luôn diễn ra trước mắt trẻ. Có khi quá nóng giận, người cha hoặc mẹ còn chửi thề, không tôn trọng nhau, vạch tội nhau trước mặt con cái. Có trường hợp đứa con trở nên bất cần và hỗn láo lại với cha mẹ chúng, thậm chí gọi ông/bà xưng tôi và dọa dẫm theo kiểu: "Bà im miệng đi, nếu không tôi ném chồng chén đĩa này vỡ nát cho xem!". Có đứa trẻ học lớp một thì rượt cha đánh lộn hoặc tức cha mẹ rồi đánh em gái. Hoặc nóng lên, nó mang ngay cái áo mới mẹ vừa mua ra cắt nhỏ cho bõ tức. Theo chuyên gia, tình trạng cha mẹ mâu thuẫn sẽ tác động như thế nào đến tâm lý trẻ, bây giờ và cả sau này? Để lại hậu quả gì?

Tình trạng của đứa trẻ trên đã ở mức độ quá nguy hiểm chưa? Liệu có cách nào để thay đổi không?

Lời khuyên và phương pháp cho bậc cha mẹ trong trường hợp này là gì?

- Nguyễn Văn A. (Quận 4, TP. HCM)

TRẢ LỜI:

Trong gia đình, cha mẹ là những người trụ cột, chịu trách nhiệm nuôi dạy con cái. Khi trụ cột này bị lung lay, luôn mâu thuẫn, cãi nhau trước mặt trẻ, thì trẻ sẽ mất điểm tựa cả về tinh thần và vật chất. Ông bà ta có câu: "Thuận vợ thuận chồng tát biển Đông cũng cạn". Khi vợ chồng không thuận thì gia đình đó sẽ không làm nên việc gì. Như vậy, kinh tế gia đình sẽ giảm sút, không khí gia đình nặng nề, cha mẹ giận cá chém thớt, không quan tâm chăm sóc, nuôi dạy con cái ...

Vì vậy, tình trạng cha mẹ mâu thuẫn sẽ ảnh hưởng rất lớn đến sự phát triển của trẻ. Đặc biệt, khi trẻ chứng kiến những hành vi bạo lực, những câu nói cả giận mất khôn khi nóng giận sẽ khiến trẻ bị nhiễm rất nhanh. Có trẻ buồn chán, thất vọng với cha mẹ mà trở nên thu mình, nhút nhát, học kém, ít giao lưu bạn bè, thù ghét đàn ông hoặc phụ nữ (nếu cha hay mẹ có hình ảnh xấu đối với trẻ). Có trẻ trở nên bạo lực, luôn cáu gắt, sẵn sàng đánh nhau với mọi người

xung quanh.

Những biểu hiện của trẻ được đề cập ở trên đang ở mức độ nguy hiểm. Đây là hậu quả của một quá trình lâu dài trẻ chịu ảnh hưởng xấu từ tình trạng mâu thuẫn, cãi vã giữa cha và mẹ. Đứa trẻ đáng thương hơn đáng giận. Trẻ chỉ là người soi gương, soi lại, lặp lại những hành vi của chính cha mẹ mình. Người đáng giận là cha và mẹ. Người cần thay đổi là cha và mẹ. Khi cha mẹ ý thức sự ảnh hưởng quan trọng của mình tới con, thì họ sẽ phải điều chỉnh mối quan hệ của họ, cải thiện hoặc chia tay; họ cần ổn định lại hành vi của họ, bớt hành vi xấu, tăng hành vi tốt. Khi đó con họ sẽ thay đổi.

Với những trẻ ngỗ nghịch, cha mẹ chỉ có thể cảm hóa bằng tình yêu thương, sự chăm sóc và nêu gương tốt. Hơn hết, cha mẹ cần kiên nhẫn. Trẻ học tính xấu trong ba ngày, nhưng học tính tốt phải mất ba năm.

Tôi được chứng kiến nhiều gia đình, vì con họ trở nên ôn hòa hơn, bớt cãi vã, bớt mâu thuẫn hơn. Nếu trước đây bạn vì cái tôi mà hay gây lộn, vì quên mất con, nên bạn tự do hành động mất kiểm soát thì bây giờ khi chứng kiến biểu hiện bạo lực, vô lễ... ở con cái, bạn sẽ được cảnh tỉnh. Đây là dịp bạn nhìn lại mình và thay đổi để sống tốt hơn cho mình và cho gia đình, cho các con!

- Chuyên viên tham vấn tâm lý Phạm Thị Thúy

KHI CON ƯƠNG BƯỚNG

CÂU HỎI:

Con trai tôi mới 3 tuổi, nhưng tính tình ương bướng kỳ lạ. Cháu luôn đòi và chỉ muốn mẹ chăm sóc. Thậm chí, tôi đi vệ sinh, cháu cũng tông cửa đòi đi theo. Ngoài cô giáo ở trường thì chẳng có ai đến gần cháu được. Ngay cả bố tắm hay đút cơm cho cháu thì cháu cũng ăn vạ, đập đầu vào tường hay quát mắng cha mẹ. Tôi đã nhỏ nhẹ và ân cần giải thích với con, nhưng chẳng bao giờ lọt tai cháu. Tôi đã cho con đi khám và bác sĩ nói cháu phát triển bình thường, không phải bệnh tự kỷ. Vậy tôi phải giáo dục như thế nào để con biết vâng lời và chịu giao tiếp với người khác?

- Lê Thu Phương (Q.3, TP. HCM)

TRẢ LỜI:

Hầu hết những trường hợp mà chúng tôi tư vấn gần đây đều tập trung ở vấn đề nuôi dạy những đứa con bướng bỉnh, hay chống đối và ương ngạnh.

Khi trẻ lên 4, 5 tuổi, biểu hiện rõ nhất là luôn nói ngược, làm ngược lại lời người lớn, cãi lời cha mẹ... Đến tuổi lớn hơn, trẻ lại nảy sinh nhiều hình thức phản ứng mạnh mẽ như đến nhà bạn ở tạm, có khi đi "bụi" suốt mấy ngày để thoát ly khuôn khổ gia đình...

Một trong những nguyên nhân tâm lý khiến trẻ ương bướng, không vâng lời là do bị cư xử quá khắc nghiệt hoặc thiếu hụt tình cảm, cũng có thể do quá nuông chiều. Chính vì thế, trẻ luôn luôn tìm kiếm sự chú ý và bướng bỉnh, chống đối là một trong những cách để trẻ lôi kéo sự chú ý của người khác, thể hiện vai trò của mình.

Trẻ luôn bám theo chị mọi nơi mọi lúc, chỉ muốn chị chăm sóc, là có nguyên nhân tâm lý. Chị cần xem lại mối quan hệ giữa cháu và chị về sự nuông chiều hay gần gũi thái quá không? Hay chị có khi nào xa cháu quá lâu vì bận việc? Chỉ cần một thời gian xa mẹ ở giai đoạn 0-6 tuổi, trẻ sẽ có cảm giác sợ mất mẹ và luôn muốn mẹ ở bên. Chị cũng cần rà soát lại xem con có cơ hội gần gũi cha và mọi người xung quanh không, ví dụ lúc đi chơi, trò chuyện cùng nhau khi không có mẹ.

Đọc những tâm sự của chị, tôi tạm hình dung có lẽ cháu không có nhiều dịp gần cha và mọi người. Cháu gần chị nhiều hơn từ khi mới sinh. Vì vậy, cháu luôn bám mẹ. Muốn khắc phục điều này, chị cần kiên nhẫn tách dần cháu khỏi mẹ, từ khoảng thời gian ít đến nhiều, giúp cháu có cơ hội chơi, nói chuyện với mọi người, từ người quen nhiều đến người lạ xung quanh. Đưa cháu đi chơi những nơi đông người, khuyến khích cháu tham gia chơi, hoạt động tập thể với các bạn cùng lớp, cùng khu phố. Đây cũng là cách để trẻ học kỹ năng giao tiếp.

Ngoài ra, ở tuổi lên 5, 6 bé đang ở một trong những giai đoạn "tuổi khủng hoảng". Cháu bắt đầu làm quen với trường học, học nhiều thứ, ít thời gian vui chơi... Giai đoạn chuyển tiếp giữa cấp học mầm non và cấp tiểu học là giai đoạn khó khăn cho cả cha mẹ và trẻ. Cháu đang có những rối loạn tâm lý nhẹ, giống như hầu hết trẻ ở giai đoạn này gặp phải. Bên cạnh đó, trẻ kén ăn, suy dinh dưỡng cũng có những biểu hiện cáu kỉnh, ương bướng hơn các trẻ ăn ngon miệng và phát triển lành mạnh về thể chất và tâm hồn. Nếu có nguyên nhân từ yếu tố sức khỏe, chị nên đưa bé đi khám tại Trung tâm Dinh dưỡng TP. HCM để nhận được những tư vấn cần thiết.

Khi cha mẹ gặp phải tình huống trẻ khó bảo, bướng, hãy đừng quá bực mình mà cần gần gũi con và thực hiện những phương thức khéo léo để uốn nắn trẻ.

- *Chuyên viên tham vấn tâm lý Phạm Thị Thúy*

TRẺ GANH TỴ VỚI EM

CÂU HỎI:

Bé nhà tôi được 4 tuổi thì tôi cũng vừa sanh thêm em bé, vậy là bé lớn đâm ra ganh với em nhỏ. Mỗi khi mẹ cho em bú là bé khóc đòi mẹ bế hoặc vẻ mặt bé rất buồn. Hay khi mẹ ru em ngủ, chơi với em... thì bé mè nheo, thậm chí có biểu hiện ghét em, giành đồ chơi của em hay chọc cho em khóc. Trong khi đó, những lúc em bé ngủ là tôi dành hết thời gian chơi với bé lớn, nhưng bé vẫn ganh tỵ với em. Có cách nào để cho bé hiểu là mẹ vẫn thương yêu bé không?

- Phạm Thu T. (Cần Thơ)

TRẢ LỜI:

Chị T. mến, cháu đầu nhà chị đã có bốn năm được hưởng trọn sự quan tâm, chăm sóc, yêu thương của cha mẹ. Bây giờ có em, cháu phải san sẻ tất cả những gì cháu đang "độc quyền". Vì vậy, cháu tỏ thái độ phản ứng lại với em bé - người mà cháu nghĩ đang lấy bớt của cháu tình yêu của mẹ, thời gian của mẹ - là một phản ứng thường gặp chị ạ.

Để khắc phục sự "ghen" này của các bé đầu lòng, cha mẹ thường làm công tác tâm lý cho bé ngay khi cha mẹ có ý định sinh em bé thứ hai. Và sự chuẩn bị này phải làm thường xuyên liên tục. Cha mẹ cần nói với bé về ý định sinh thêm một người bạn cho bé, thêm người chơi với bé, thêm người bảo vệ bé khi bé bị bắt bạt... Khi mang bầu bé thứ hai, cha mẹ thường xuyên cho anh hai/chị hai nói chuyện với em bé, chơi với em bé, cho bé tham gia vào quá trình thai giáo - dạy bé trong bụng mẹ cùng cha mẹ.

Nếu chúng ta có sự chuẩn bị chu đáo từ sớm, cháu sẽ bớt cảm giác ghen với em, sẽ yêu thương em và cùng giúp mẹ chăm em.

Trường hợp cháu nhà chị có biểu hiện ghét em, giành đồ chơi, chọc em khóc có thể có nguyên nhân từ việc cháu cảm thấy chưa sẵn sàng đón nhận một thành viên mới của gia đình, cháu cảm thấy thiếu tình yêu của mẹ. Dù chị đã dành thời gian cho cháu khi em bé ngủ nhưng cháu vẫn thấy chưa đủ, chưa an tâm. Thậm chí, các cháu khi lớn lên còn luôn hỏi mẹ thương ai hơn nữa. Có bé còn có mặc cảm mẹ chỉ thương anh chị hay em mà không thương mình. Từ đó bé mặc cảm, tự ti và ngầm ghen ghét anh chị hay em mình. Cảm xúc tiêu cực này rất cần cha mẹ quan tâm và điều chỉnh.

Có nhiều cách để điều chỉnh cảm xúc của bé trong trường hợp này:

Cho con cùng tham gia chăm em bé cùng mẹ: nhờ cháu giúp những việc nho nhỏ như lấy tã cho bé, chuẩn bị đồ tắm cho em bé...

Tạo trò chơi giữa cháu và em bé: cho bé lắc lục lạc, đung đưa bóng bay cho em bé chơi. Khi thấy em bé cười, hãy khen cháu đã biết dỗ em...

Khuyến khích, động viên, khen ngợi vai trò làm anh/chị của cháu để cháu thấy sự quan trọng của mình với cha mẹ và em bé, ví dụ, "Con xứng đáng là người anh/chị khi con giúp mẹ chăm em. Mẹ rất tự hào về con. Em bé rất vui khi con chơi với em đấy".

Thường xuyên nói: "Có em con sẽ có thêm bạn, thêm người cùng chơi, cùng bảo vệ nhau..." để cháu hiểu khi có em cháu sẽ "được" rất nhiều.

Luôn công bằng trong việc quan tâm, chăm sóc, dạy dỗ hai bé, ví dụ cùng mua đồ chơi cho hai bé, có thể khuyến khích cho bé lớn chọn đồ chơi cho em.

Dù bận chăm sóc em bé, nhưng cha mẹ vẫn luôn quan tâm đến cháu bằng ánh mắt, nụ cười, bằng những cử chỉ quen thuộc, như xoa lưng, cõng... cháu như trước khi có em bé.

Không mắng, phạt khi cháu có biểu hiện xấu với em. Hãy phân tích cho cháu hiểu hành động cháu làm là sai và cha mẹ rất buồn khi cháu làm như vậy.

Tránh để cháu một mình với em bé, vì có thể cháu sẽ có những hành vi khó kiểm soát gây nguy hiểm cho em bé.

Nếu những rối loạn hành vi của bé có dấu hiệu tăng lên, cha mẹ nên đưa bé đi gặp chuyên viên tham vấn tâm lý, bác sỹ tâm lý nhi để được tư vấn và giúp đỡ.

Sự thay đổi của cháu phụ thuộc nhiều vào sự quan tâm và tình yêu thương của chị và ông xã. Chúc anh/chị giúp cháu sớm hòa đồng và yêu thương em bé.

- Chuyên viên tham vấn tâm lý Phạm Thị Thúy

Nâng cao chất lượng thời gian cho con

Khủng hoảng thời gian dành cho con là tình trạng nhiều gia đình trong đời sống hiện đại đang gặp phải. Không thể có thật nhiều thời gian thì cần nâng cao chất lượng thời gian dành cho con và phải tận dụng mọi lúc mọi nơi.

Tôi rất tiếc khi thấy nhiều gia đình không còn chú trọng bữa ăn trong gia đình. Một ngày chỉ cần một bữa cơm đầy đủ các thành viên đã có thể trao đổi và nắm bắt được cảm xúc, tâm trạng của nhau.

Trước giờ con đi ngủ, bố mẹ có thể tranh thủ 5 - 10 phút đọc truyện cho con nghe với trẻ nhỏ, trò chuyện với trẻ lớn... Buổi trưa, cha mẹ và con không gặp nhau thì chỉ cần một cuộc điện thoại hỏi thăm của bố mẹ hôm nay con ăn món gì cũng đã giúp trẻ thấy mình được quan tâm.

Có những lúc phụ huynh, nhất là các bà mẹ hãy bớt cầu toàn đi. Để nhà cửa bừa bộn một chút cũng được hoặc giao cho người giúp việc còn mình dành thời gian đó để chơi và trò chuyện cùng con.

Khi mà thời gian của trẻ chủ yếu ở trường thì gia đình cần giữ mối liên hệ chặt chẽ với trường học để nắm bắt được tình hình của con. Chứ hiện nay, rất nhiều người đang phó mặc hết việc dạy con cho nhà trường.

- Ths. Phạm Thị Thúy

CON HỌC ÔSIN... CHỬI THỀ

CÂU HỎI:

Tôi có cậu con trai 4 tuổi đã nhiễm thói thích chửi thề và khạc nhổ bừa bãi của người giúp việc nhà. Chuyện là sau bữa tối, cả nhà tôi đang tụ tập xem tivi thì bị "sốc nặng" vì cậu con trai hồn nhiên chạy vào phòng bếp khạc nhổ rồi chửi thề rất "ngọt"': "Mẹ kiếp, tí nữa cụng đầu vào cửa!". Nghe con nói, tôi ngơ ngác quay ra nhìn chồng, còn chồng thì ngẩn ngơ ngỡ nghe nhầm... Thú thật là nghe con chửi thề, tôi nóng mặt rần rần. Cố gắng kìm nén lắm, tôi mới giữ được bình tĩnh, hỏi: "Ai dạy con nói thế? Con có biết thế là hư không?". "Ơ, chị Hoa (tên cô bé giúp việc) vẫn nói thế, có sao đâu", cu cậu không chút mảy may suy nghĩ, trả lời mẹ trơn tru. Hai vợ chồng đi làm tối ngày, nhà không thuê người giúp việc thì cũng chết dở. Nhưng khổ nỗi, tôi vớ phải người làm thích văng tục, cứ chặc lưỡi cho qua và chủ quan nên giờ con mới hư. Giờ tôi phải làm sao đây?

- Nguyễn Thị H. (Quận 1, TP.HCM)

TRẢ LỜI:

Chị H. mến, tôi rất chia sẻ với sự lo lắng và khó xử của chị. Hoàn cảnh gia đình chị hai vợ chồng đều bận rộn, không thuê người giúp việc không được, mà thuê người bây giờ quả thực rất khó tìm được người như ý. Do áp lực công việc, nhiều cha mẹ vô tình giao phó việc chăm sóc, dạy dỗ con cái cho người giúp việc. Và hậu quả là con không được dạy dỗ theo mong đợi của cha mẹ. Vì người giúp việc chỉ là người giúp việc, họ không có trách nhiệm dạy con của chủ nhà. Nếu cha mẹ giao mọi việc từ A-Z cho người giúp việc hay người nhà để có thời gian lao động kiếm tiền, mong con cái sau này có cuộc sống đầy đủ hơn, vô tình cha mẹ đang tự đánh mất quyền được nuôi dạy, yêu thương và chăm sóc con. Trẻ con, nhất là từ lúc sinh ra đến khi 6 tuổi, rất cần cha mẹ bên cạnh mới có thể hình thành, phát triển nhân cách toàn diện. Cha mẹ có dành thời gian chăm con, chơi với con mới có cơ hội dạy con những thói quen tốt, những đức tính hay.

Con chị không có lỗi, cháu đang tuổi học hỏi bằng cách bắt chước mọi thứ rất nhanh. Nếu cho con nhìn thấy, nghe thấy những điều tốt thì cháu sẽ có các hành vi tốt và ngược lại. Khi người giúp việc là người gần gũi, thân nhất của trẻ thì việc trẻ học cách ứng xử, hành vi... giống người giúp việc là điều dễ hiểu. Hơn thế, khi cha mẹ "khoán trắng" con cho người giúp việc, con sẽ yêu và bám người giúp việc hơn. Tình cảm giữa con và cha mẹ vì thế cũng khó gắn bó.

Chị cũng đã nhận ra hành vi khạc nhổ, chửi thề của người giúp việc nhưng chủ quan không uốn nắn ngay. Nếu chưa có người thay thì chị nên góp ý nhẹ nhàng cho cô ấy sửa. Không bao giờ là quá muộn chị ạ. Nếu họ khó sửa và tiếp tục ảnh hưởng xấu đến con, chị nên sắp xếp công việc để tự lo việc gia đình, chăm sóc, nuôi dạy con... Và từ từ chị tìm người giúp việc phù hợp thay thế sau.

Tiền bạc có thể kiếm nhiều lúc, nhưng tuổi thơ của trẻ sẽ không trở lại...

- *Chuyên viên tham vấn tâm lý Phạm Thị Thúy*

CHUẨN BỊ CHO CON VÀO LỚP MỘT

CÂU HỎI:

Tôi nên chuẩn bị cho con vào lớp một như thế nào?

- Nguyễn Thị T. (Quận 12, TP.HCM)

TRẢ LỜI:

Trong vài năm gần đây, nhiều phụ huynh vất vả với việc chuẩn bị cho con học lớp một. Có rất nhiều lý do, song đáng chú ý nhất là do các bậc cha mẹ không chú ý "dạy con từ thuở còn thơ" nên việc chuẩn bị vào lớp một gây áp lực, vất vả cho các bé và chính phụ huynh cũng vất vả. Tôi xin chia sẻ một vài kinh nghiệm từ gia đình để các vị phụ huynh tham khảo.

Tôi không muốn đánh mất tuổi thơ của con nên không cho con học trước. Chỉ vài tuần trước khi vào lớp một, tôi mới cho con đi học hè làm quen với trường học (trong một tháng hè, các trường tiểu học thường tập trung các bé để tập các bé cách học, tập làm quen trường lớp trước khi vào năm học mới). Kinh nghiệm chủ yếu của tôi giúp con vào học lớp một có kết quả tốt đúc kết lại có một số ý sau:

Thứ nhất, tôi chú trọng *thai giáo*, dạy con từ trong bào thai. Thậm chí tôi chuẩn bị có con cũng rất cẩn thận, hai vợ chồng giữ sức khỏe, đi kiểm tra sức khỏe trước khi lấy nhau, tình cảm giao hòa. Con chúng ta có tố chất thông minh hay không phần lớn được quyết định vào thời điểm thụ thai và 9 tháng 10 ngày được thai giáo trong bụng mẹ.

Thứ hai, tôi cho con làm quen với các chữ, số, các khái niệm toán học (to, nhỏ, cao thấp...) ngay từ khi con được một tuổi thông qua các trò chơi.

Thứ ba, tôi đọc sách cho con nghe từ bé (khoảng một tuổi rưỡi) và duy trì thói quen này hàng ngày. Tôi chọn câu chuyện phù hợp độ tuổi để đọc cho con, vừa đọc vừa chỉ từng chữ cho con nhìn theo tay mẹ. Khi tôi bận chăm sóc con thứ hai thì chồng tôi đọc. Đến khi con biết đọc rồi, tôi khuyến khích con đọc cho tôi nghe. Chữ nào khó, tôi hướng dẫn cho con. Việc này giúp con có nhiều vốn từ, khả năng nghe tốt và nhận biết chữ cái sớm. Vì vậy, khi đi học lớp một, bé không gặp khó khăn khi viết chính tả. Nhiều bé đi học trước cũng khó có được khả năng này.

Thứ tư, tôi chuẩn bị tâm lý cho con trước khi đi học: đi học là niềm vui, con chỉ cần phấn đấu không để điểm kém (dưới năm điểm) là được; không gây áp lực phải đạt điểm 9, 10 cho con. Hơn nữa, tôi cho con nói về mục tiêu của mình, con muốn lớn lên làm gì, muốn cuối năm lớp một, con xếp thứ mấy trong lớp... bằng cách nói chuyện vui vẻ với con, khuyến khích con có ước mơ, từ đó động viên con nỗ lực học tập.

Thứ năm, tôi khuyến khích con tự học, tự làm lấy mọi việc liên quan đến con. Cha mẹ không làm thay, cũng không ngồi kèm học quá nhiều, chỉ khuyến khích và kiểm tra kết quả. Tôi thấy việc tôi ngồi kèm bên cạnh khi con học trong thời gian đầu không có lợi vì con hơi căng thẳng khi có người giám sát, thậm chí có suy nghĩ ỷ lại. Hơn nữa, cha mẹ thấy con viết chưa nắn nót, còn mải chơi là la mắng nên càng làm con không thoải mái. Từ đó, tôi giao bài tập, cho thời gian và để con tự làm; đúng giờ, tôi vào kiểm tra. Vài lần đầu, kết quả chưa tốt, thời gian chưa kịp, nhưng từ từ, cháu tiến bộ hơn khi được mẹ động viên, khen thưởng kịp thời.

Trên đây là năm kinh nghiệm mà tôi muốn chia sẻ với quý phụ huynh để chúng ta cùng nhau giúp con học tốt và các bé thấy hạnh phúc trong việc học tập.

- *Chuyên viên tham vấn tâm lý Phạm Thị Thúy*

GIÚP CON TỰ GIÁC HỌC TẬP

CÂU HỎI:

Mỗi lần nhắc con ngồi vào bàn học là một lần tôi ức phát khóc. Tối nào cu cậu cũng đòi xem đi xem lại mấy đĩa phim siêu nhân mà không biết chán. Con tôi đang học lớp một. Tôi phải làm sao để con tôi tự giác học hơn?

- Nguyễn Thanh Th. (Q. Tân Bình, TP. HCM)

TRẢ LỜI:

Chị Thanh Th. mến, tự giác học là một thói quen rất quan trọng, quyết định việc trẻ học tốt hay không. Chị mong muốn con tự giác học là một suy nghĩ rất hữu ích cho con. Để tìm ra cách giúp con tự giác học, chúng ta cần phân tích tại sao trẻ chưa tự giác, ham chơi hơn ham học. Có năm nguyên nhân chính:

Thứ nhất, cha mẹ không rèn thói quen tự giác cho con từ bé: tự giác học tập, tự giác làm mọi việc của cá nhân mình.

Thứ hai, cách dạy ở trường chưa tạo hứng thú cho trẻ, thầy cô chưa khơi gợi được niềm yêu thích học tập cho học sinh.

Thứ ba, có thể trẻ thiếu tập trung do vấn đề sức khỏe. Nếu ăn uống không đủ dinh dưỡng, thiếu chất sắt, bé sẽ mệt mỏi, khó chịu.

Nguyên nhân thứ tư cũng khá quan trọng, đó là những yếu tố hấp dẫn bên ngoài cuốn hút trẻ như tivi, truyện, máy tính...

Nguyên nhân cuối có thể do môi trường học tập thiếu yên tĩnh, thoải mái: cha mẹ hay sai vặt, tiếng ồn tivi, tiếng đùa giỡn của các em...

Chị thử xem lại bé nhà chị còn ham xem siêu nhân, chưa ham học là vì lý do nào. Khi biết nguyên nhân, chị sẽ dễ uốn nắn con hơn. Có thể chị đã nhượng bộ bé, chiều theo ý bé hơi nhiều, để bé xem hết đĩa siêu nhân này đến đĩa siêu nhân khác. Việc cho trẻ xem tivi, băng đĩa liên tục rất có hại. Chị cần kiên quyết quy định mỗi lần chỉ được xem một tập phim, trong khoảng 30 phút là đủ. Dù con có la khóc cũng kiên nhẫn thực hiện quy định đó.

Để con ham học, chị có thể trò chuyện với cháu về những ước mơ: "Lớn lên con thích làm gì? Con thích gì nhất?". Từ những ước mơ và sở thích của bé, chị dần định hướng cho cháu muốn đạt được những điều đó, con cần phải học. Chị nói với bé về lợi ích của việc học, về niềm vui của việc học... Giúp con làm bài từ dễ đến khó. Con làm tốt, có động viên khen thưởng. Trẻ con rất thích nói ngọt, càng la mắng bắt cháu học, cháu càng sợ học. Hơn nữa, cha mẹ cũng nên học cùng con. Anh chị có thể cùng đọc sách khi con đang học bài... Tấm gương ham học của cha mẹ cũng là một cách giúp trẻ ham học. Cha mẹ nên sẵn sàng giúp đỡ con mỗi khi con cần hỏi một bài khó. Nếu bài khó, cha mẹ không biết trả lời, có thể nhờ đến các anh chị của bé, thầy cô của bé, thậm chí nhờ hàng xóm... Quan trọng nhất là để trẻ thấy cha mẹ quan tâm đến việc học của con, cha mẹ vui khi con học chăm, học tốt.

Việc giúp con học tốt cần được đầu tư ngay từ khi con còn trong bụng mẹ. Hằng ngày, đọc

sách, mở nhạc cho con nghe và vẫn duy trì thói quen này khi bé được sinh ra. Khi bé lớn hơn một chút, giúp con gần gũi với sách vở, tạo sự yêu thích toán học và ngôn ngữ cho con thông qua các trò chơi. Khi con chuẩn bị vào lớp một, dẫn con tới trường học, phân tích cho con nghe những thú vị, lợi ích từ việc học bằng ngôn ngữ của trẻ thơ. Các bậc cha mẹ cố gắng mỗi ngày bỏ ra 5-10 phút trò chuyện với con, đọc thơ, truyện cho con trước khi đi ngủ. Cố gắng nuôi dưỡng lòng đam mê học hành và ý thức tự giác trong cuộc sống. Thêm nữa, cha mẹ cũng cần phải chăm lo bữa ăn cho con thật tốt để bé có đủ sức khỏe học tập, vui chơi lành mạnh.

- *Chuyên viên tham vấn tâm lý Phạm Thị Thúy*

GIÚP CON KHÔNG NGHIỆN GAME

CÂU HỎI:

Tôi có hai con trai, một đứa 5 tuổi và một đứa 8 tuổi. Cả hai cháu rất thích chơi game online. Tôi đang rất phân vân không biết có nên cho con tôi chơi game hay không vì tôi rất lo sợ cháu sẽ nghiện.

- Phạm Hồng H. (Quận 5, TP.HCM)

TRẢ LỜI:

Hầu hết trẻ em hiện nay đều rất mê game online bởi đó là thế giới đầy mê hoặc đối với trẻ. Trong thế giới ảo này có rất nhiều thử thách và sau khi vượt qua thử thách, sẽ nhận được những phần thưởng hậu hĩnh. Các trò chơi online tạo sự kích thích nhãn quan, cho các em cảm giác làm nên thành công và uy tín một cách nhanh chóng. Đây là điều thực sự hấp dẫn và quyến rũ không chỉ đối với trẻ em mà cả với người lớn. Không nhất thiết phải hoàn toàn cấm trẻ chơi game mà ngay từ khi bắt đầu cho trẻ tiếp xúc máy tính, luôn cần có sự định hướng của cha mẹ.

Tốt nhất, cha mẹ nên cùng chơi với trẻ, động viên trẻ để trẻ có thể hứng thú với những trò chơi mang tính giáo dục. Hiện nay, có rất nhiều trò chơi vừa mang tính giải trí lại vừa hỗ trợ việc học cho trẻ như thi Olympia, các trò chơi luyện từ tiếng Anh... và chị có thể cùng ngồi chơi với con. Quan trọng nhất là quy định giờ giấc chơi của trẻ, một ngày chỉ khoảng 30 phút đến một tiếng và sau khi trẻ đã hoàn tất bài vở. Chị hãy yên tâm rằng khi có được sự quan tâm đúng mức và định hướng của gia đình ngay từ khi trẻ còn nhỏ thì rất khó để trẻ sa vào nghiện game online. Chúc chị sẽ thành công trong việc nuôi dạy con!

- *Chuyên viên tham vấn tâm lý Phạm Thị Thúy*

DẠY CON BIẾT CHIA SẺ

CÂU HỎI:

Con trai tôi 2 tuổi. Bé không muốn ai đụng đến đồ chơi của cháu. Bạn nào đụng vào đồ chơi cháu cũng vừa hét to:"Của Bin!" vừa tiến đến giằng ngay lấy. Lần đầu tiên làm mẹ nên tôi khá bối rối khi chứng kiến con mình tỏ thái độ phản ứng gay gắt khi bạn cầm đồ chơi của mình. Và thật sự tôi đã không biết xử trí làm sao để con mình biết chia sẻ đồ chơi với bạn bè?

- Nguyễn Hồng A. (Quận 3, TP. HCM)

TRẢ LỜI:

Chị Hồng A. mến, trẻ nhỏ thường thích sở hữu những đồ vật cho riêng mình và đặc biệt ở giai đoạn tuổi lên 2, bé hay đặt mình làm trung tâm. Phần lớn trẻ thường rất bốc đồng và chưa học được tính kiên nhẫn nên việc phải ngồi đợi đến lượt mình được đụng vào đồ chơi mà mình đang háo hức là một thách thức.

Đức tính biết chia sẻ hình thành và phát triển từ lúc trẻ còn nhỏ thông qua việc giáo dục của cha mẹ, nhưng không nhất thiết lúc nào trẻ cũng thể hiện sự cảm thông và chia sẻ của mình.

Tuy nhiên, về cơ bản, trẻ ở độ tuổi chưa đến trường biết "cho là tốt" và chúng thấy vui khi cùng chơi chung với các bạn. Bạn có thể dạy con biết chia sẻ bằng cách: khuyến khích bé biểu lộ sự quan tâm, thông cảm... Tập cho con thói quen chia sẻ cũng là cách giúp trẻ biết nghĩ đến người khác, sống không ích kỷ.

Chị có thể thử áp dụng vài cách sau để dạy con biết cách chia sẻ:

Cho trẻ thấy chia sẻ mang lại niềm vui

Khi vui chơi cùng con, cha mẹ hãy dạy và khuyến khích con mình tham gia các trò chơi đòi hỏi tính tập thể, nhiều người cùng chơi như xếp hình, kéo co..., từ đó trẻ thấy rằng việc chia sẻ mang lại niềm vui.

Hãy rủ trẻ cùng thực hiện công việc hàng ngày như trồng cây, sơn hàng rào, hay rửa xe, lau bàn ghế..., tạo cơ hội cho trẻ chia sẻ với những bạn thân đồ ăn mà chúng thích. Nếu có điều kiện thì nhớ ghi hình những cuộc đi chơi của trẻ với bạn bè, những kỷ niệm vui vẻ đó sẽ được khắc ghi trong lòng trẻ.

Đừng phạt khi trẻ tỏ ra ích kỷ

Nếu bạn mắng trẻ "đồ ích kỷ", rồi phạt trẻ trong khi nó chưa biết chia sẻ, hoặc buộc trẻ phải chia một vật nào đó mà trẻ rất yêu thích thì bạn vô tình nuôi dưỡng nơi trẻ sự oán hận, chứ không phải là lòng quảng đại. Để khuyến khích trẻ biết chia sẻ thì sự khích lệ sẽ mang lại hiệu quả tích cực hơn lời quở trách.

Bạn cũng nên nhớ rằng, việc trẻ giữ riêng cho mình một số đồ chơi nào đó cũng rất tốt. Khi trưởng thành, chúng sẽ hiểu được chia sẻ với các bạn khác thì vui hơn là giữ riêng một mình.

Giúp trẻ bày tỏ thái độ

Khi trẻ cãi nhau và giành giật đồ chơi, hãy giúp bọn trẻ hiểu điều gì đang xảy ra. Nếu một đứa trẻ đang giữ riêng một thứ đồ chơi nào đó, bạn hãy giải thích cho trẻ biết bạn của bé đang cảm thấy thế nào? Ví dụ, bé rất thích cái giỏ nhựa và không muốn ai đụng tay vào. Khoan vội la mắng bé, mà bạn hãy đặt mình vào tình huống đó để hiểu tâm lý của bé. Biết đâu bạn khám phá ra rằng, bé không cho bạn mình chơi chung cái giỏ chỉ vì đã đựng đầy đồ bên trong, hoặc vì bé đặc biệt quý cái giỏ đó do ông nội tặng cho bé nhân ngày sinh nhật...

Giải thích cho trẻ hiểu cảm giác bị bạn từ chối chia sẻ đồ chơi

Bạn đặt tình huống và hỏi con: "Bạn Minh có xe cẩu rất đẹp, con muốn mượn bạn chơi một chút, nhưng bạn không cho, con rất buồn đúng không?". "Dạ, đúng ạ". "Nếu bạn cho con mượn xe cẩu chơi một chút, thì con sẽ trả lại cho bạn sau khi chơi xong, đúng không?". "Dạ, có". "À, vậy nếu con là bạn Minh, con không cho bạn mượn xe cẩu chơi, bạn có buồn không?". "Dạ, có ạ". Giúp trẻ hiểu cảm giác bị từ chối sẽ khiến trẻ thông cảm với bạn hơn, từ đó sẽ dễ dàng chơi chung cùng bạn một cách hòa đồng hơn, thân thiện hơn.

Dạy trẻ cách giải quyết vấn đề

Nếu trẻ ôm chặt chiếc xe tải đồ chơi, không muốn đưa các bạn khác chơi, thì có thể trẻ nghĩ: "Lỡ bạn ấy lấy luôn thì sao?". Trong trường hợp này, bạn hãy khuyến khích trẻ thay phiên nhau chơi đồ chơi đó (bạn có thể chỉ lên đồng hồ, bảo con: "Kim đồng hồ chỉ phút chạy đến số 9 thì đổi đồ chơi với các bạn nhé"), bảo đảm với trẻ rằng, cho bạn chơi chung không có nghĩa là mình không được chơi đồ chơi đó và nếu trẻ cho các bạn chơi chung đồ chơi, thì các bạn cũng chia sẻ lại đồ chơi với trẻ.

Chuẩn bị trước

Khi con rủ bạn bè về nhà chơi, bạn hỏi xem con có món đồ chơi nào muốn cất riêng không, rồi tìm chỗ để cất món đồ chơi đặc biệt đó. Nên gợi ý để con chuẩn bị những trò chơi tập thể để cùng nhau chơi hoặc cùng nhau làm: chế ra dụng cụ để vẽ hoặc làm thủ công, gạch xây dựng, xếp hình... Như vậy, trẻ sẽ chuẩn bị trước trò chơi để các bạn cùng tham gia. Cũng có thể bảo những đứa trẻ kia mang theo đồ chơi để chúng dễ trao đổi và chia đồ chơi cho nhau.

Tôn trọng đồ đạc của trẻ

Nếu bé thấy người khác mặc quần áo, xem sách vở và chơi đồ chơi của bé thì có thể bé sẽ vứt bỏ chúng ngay cả khi mới dùng, vì thế bạn nên hỏi ý kiến của con trước khi bạn mượn bút chì màu, đồ chơi... và cho trẻ quyền quyết định. Và cũng đảm bảo rằng anh, chị, em, các bạn cũng tôn trọng đồ đạc của trẻ bằng cách yêu cầu họ khi mượn thì phải biết giữ gìn cẩn thận.

Làm gương tốt cho trẻ

Cách tốt nhất để trẻ học được lòng yêu thương và chia sẻ là cho trẻ thấy mọi người chia sẻ cho nhau như thế nào trong cuộc sống hàng ngày. Vì thế, bạn hãy chia sẻ cây kem của bạn với trẻ, cho trẻ đội thử cái nón mới của bạn, cùng trẻ nói chuyện về bạn bè của trẻ và công việc của bạn, sử dụng từ chia sẻ để diễn tả điều bạn đang làm. Bạn cũng đừng quên dạy cho trẻ biết cả những điều không thể sờ tới như cảm giác, ý tưởng, thời gian... và những câu chuyện cũng là những thứ có thể chia sẻ được. Điều quan trọng nhất là hãy để cho trẻ thấy bạn cho và nhận, thông cảm và chia sẻ với người khác.

Giúp trẻ phân biệt rõ những gì nên và những gì không nên chia sẻ

Khăn mặt, bàn chải đánh răng, lược chải đầu... là những thứ mà tốt nhất trẻ chỉ nên dùng một mình. Đây là những đồ dùng cá nhân, sẽ không tốt khi dùng chung. Những thứ trẻ có thể chia sẻ là đồ chơi, kẹo bánh, truyện; khi trẻ lớn hơn thì dạy trẻ biết đồng cảm với bạn khi bạn

gặp khó khăn, giúp đỡ bạn cùng tiến trong học tập...

- Chuyên viên tham vấn tâm lý Phạm Thị Thúy

CON HƯ TẠI... HÀNG XÓM?

CÂU HỎI:

Cả tôi và ông xã đều là người đường hoàng, không phải quá mô phạm nhưng cũng biết sống thế nào là văn hóa, chừng mực. Vậy mà con cái thì... ôi thôi, toàn học thói hư tật xấu của hàng xóm rồi về nhà làm giặc! Tôi phải làm sao đây, chả lẽ cấm con chơi với hàng xóm?

- Vũ Hoàng T. (Hóc Môn, TP. HCM)

TRẢ LỜI:

Người xưa thường nói: *"Gần mực thì đen, gần đèn thì rạng"*, bởi vậy chuyện con cái hư do ảnh hưởng từ hàng xóm là hoàn toàn có thể. Tuy nhiên, trong chuyện này, vai trò và trách nhiệm của người làm cha làm mẹ cũng rất quan trọng. Cha mẹ đã không làm tròn trách nhiệm uốn nắn con, giúp con "gần mực không đen, gần bùn không hôi tanh mùi bùn" nên con mới dễ nhiễm cái xấu.

Hàng xóm có thể tác động đến con trẻ theo hai hướng, hoặc tích cực hoặc tiêu cực. Về phía tiêu cực, có thể vì hàng xóm quá thích con nít, đâm ra vô tình chiều chuộng trẻ mỗi khi chúng qua nhà chơi, cho ăn thứ này thứ kia, nên dần dần trẻ sẽ quen. Ngược lại, hàng xóm mà "nanh nọc" quá, suốt ngày chửi thề, nói tục thì khi sống trong môi trường đó, ít nhiều gì trẻ cũng sẽ bị ảnh hưởng.

Vui chơi, giao tiếp với hàng xóm, trong đó có bạn bè cùng trang lứa và cả những người lớn tuổi sẽ giúp trẻ tăng vốn sống, biết cởi mở, hòa đồng hơn. Tuy nhiên, cuộc sống vốn muôn màu, vậy nên việc trẻ có thể bị ảnh hưởng xấu là chuyện khó tránh khỏi. Quan trọng là cha mẹ cần phải biết khéo léo uốn nắn con, chứ không thể khư khư giữ mãi con trong nhà.

Vậy thì, làm thế nào giúp trẻ có khả năng tự chủ để miễn nhiễm trước những thói hư tật xấu dù vô tình nhiễm phải từ hàng xóm?

Cha mẹ cần tạo một nếp sống lành mạnh trong gia đình, khi tạo được rồi thì phải luôn nhắc nhở con về những giá trị căn bản ấy, giúp con hình thành nhận thức đúng đắn, có khả năng lựa chọn hành vi đúng qua từng sự việc cụ thể. Để con phát triển lành mạnh, nên người, không lệch lạc trong quan hệ với hàng xóm, ứng với mỗi trường hợp cụ thể, cha mẹ cần có những phương thức tiếp cận con phù hợp.

Chẳng hạn, cha mẹ có thể trực tiếp trò chuyện với con về những trận cãi vã của hàng xóm, thử hỏi con cảm thấy thế nào về những tiếng chửi thề, la mắng lớn như vậy? Con nghe có sợ, có buồn không? Để trẻ tự nói lên suy nghĩ của mình, rồi cha mẹ khéo léo giúp con hiểu những hành động đó là xấu, không nên làm theo.

Về trường hợp con lỡ "hư" theo hàng xóm vì được hàng xóm quá cưng chiều, cha mẹ cần tránh đổ thêm dầu vào lửa, không nên vì nể tình mà mặc kệ hàng xóm muốn chiều chuộng hay cho con mình ăn cái gì cũng được. Có nhiều vợ chồng trẻ rất hạn chế cho con ăn đồ ngọt, tuy nhiên thấy hàng xóm vì thương con nít nên cứ cho ăn, riết thành quen nhưng họ không dám nói, sợ mất lòng.

Cho con sức "đề kháng" tốt

Rất nhiều cặp vợ chồng khi thấy con bị ảnh hưởng bởi hàng xóm đã vội vàng thiết quân luật, cấm con không được sang nhà hàng xóm chơi, không cho con "giao du" với trẻ em hàng xóm, coi khinh hàng xóm trước mặt con hoặc thậm chí chửi bới, trách móc hàng xóm vì đã khiến con mình hư đốn. Tất cả những việc làm đó đều là không nên. Điều cha mẹ nên làm là xây dựng cho trẻ sức đề kháng tốt trước những cái xấu, từ đó trẻ sẽ dần biết tự chủ và độc lập hơn trong cuộc sống.

Khuyên con tuyệt giao với hàng xóm?

Nếu có hàng xóm chưa tốt, cha mẹ không nên áp đặt một chiều cấm đoán con không chơi với họ. Thay vì vậy, chỉ cần phân tích đúng sai theo cách dễ hiểu nhất, để trẻ tự nhận ra và quyết định lựa chọn có nên tiếp tục "chơi" với hàng xóm đó nữa hay không. Tất nhiên, cha mẹ cần chia sẻ thêm ý kiến của mình để con hiểu. Việc cấm đoán sẽ gây ra ác cảm ở con đối với hàng xóm, từ đó có thể dẫn đến biểu hiện coi thường hay khinh ghét lẫn nhau giữa hai gia đình, ít nhiều ảnh hưởng đến nhân cách của con. Để con có mối giao tiếp lành mạnh, cha mẹ nên khuyến khích con chơi với hàng xóm tốt, bạn tốt nhiều hơn.

Sợ con giao du, tiếp xúc với hàng xóm xấu mà ngăn cấm, cản trở con thì không phải cách hay. Trẻ luôn rất cần có kỹ năng phân biệt tốt-xấu và chọn lựa cho mình những quyết định đúng. Cha mẹ cần nắm bắt những quan hệ bạn bè của con, dù là bạn bè hàng xóm, thường xuyên trò chuyện cùng con, lắng nghe con và hỗ trợ giáo dục đúng lúc, giúp con có bản lĩnh phân biệt đúng-sai, có kỹ năng từ chối những hành vi xấu từ bạn bè. Cha mẹ còn phải là người bạn gần gũi với con. Khi nghe thấy con bị ảnh hưởng tiêu cực từ hàng xóm, cần bình tĩnh nhắc nhở. Nếu cứ la mắng, quở trách to tiếng, trẻ sẽ càng không hiểu chuyện mà còn tỏ ra phòng vệ, che giấu, không lắng nghe lời chỉ bảo của cha mẹ, thậm chí trẻ còn có thể có suy nghĩ sai lệch và gia tăng những hành vi xấu khác sau đó.

Sống ở đâu cũng vậy, hàng xóm có thể tốt, có thể xấu, điều quan trọng là cha mẹ cần cho con sức đề kháng tốt ngay từ bên trong bản thân của con. Sức đề kháng đó đến từ nếp nhà, đến từ thái độ và việc làm hàng ngày của chính cha mẹ. Cha mẹ phải trở thành tấm gương tốt cho con, bởi lúc nào cũng vậy, con cái bị ảnh hưởng cha mẹ nhiều hơn là... hàng xóm!

- Chuyên viên tham vấn tâm lý Phạm Thị Thúy

CHỮA TẬT TÁY MÁY CỦA TRẺ

CÂU HỎI:

Tôi vừa bị người hàng xóm mắng vốn vì cậu con trai 6 tuổi lấy trộm tiền và đây là lần đầu tiên cháu lấy tiền của người ngoài. Trước đó, cháu 2 lần lấy tiền của mẹ là 10.000- 20.000đ (nhà tôi bán tạp hóa nên tủ tiền để khá tênh hênh) để mua đồ chơi yoyo, siêu nhân... và đều tự thú, xin lỗi mẹ. Tôi tưởng cháu đã bỏ tính xấu này, vậy mà càng nặng thêm. Tôi phải làm sao để con bỏ hẳn tật táy máy tay chân?

- T.T.T. (Bình Chánh)

TRẢ LỜI:

Chị T. T. mến,

Tôi xin chia sẻ với chị, chị đang rất lo lắng và muốn tìm cách giúp cháu chấm dứt tật xấu "táy máy tay chân". Cháu đã từng lấy trộm của mẹ, nay lại lấy trộm của người ngoài. Chị đánh giá tính ăn cắp vặt của con đang ngày càng nặng là rất đúng. Nếu không giúp cháu sửa lỗi này lâu ngày sẽ thành thói quen, rồi thành tính cách thì rất nguy hiểm cho gia đình và xã hội.

Muốn giúp cháu, cần hiểu nguyên nhân vì sao cháu nảy sinh tật xấu, vì sao cháu tiếp tục lấy trộm dù đã biết lỗi?

Chị thử nhìn lại xem hàng ngày chị và ba cháu có quan tâm tới cháu đủ để biết cháu chăm học hay mê chơi? Cháu cần tiền mua đồ chơi gì mà cha mẹ không đáp ứng nên phải trộm tiền để mua?...

Sau khi phát hiện con lấy trộm tiền do chị để tủ tiền bán hàng "tênh hênh", chị có cẩn trọng hơn trong việc cất tiền? Đôi khi chúng ta vô tình làm nảy sinh lòng tham và thói xấu nơi con trẻ vì cha mẹ không kiểm soát tốt tiền bạc.

Khi con xin lỗi, chị la rầy con hay khen con có hành động biết nhận lỗi và phân tích cho con nhận ra ăn cắp là xấu? La rầy có thể làm cháu thêm ấm ức và tiếp tục thực hiện hành vi xấu vì cha mẹ không chấp nhận mình. Trẻ sẽ nghĩ đằng nào cũng bị la, cần tiền là sẽ lấy trộm của mẹ.

Trả lời các câu hỏi trên phần nào sẽ giúp chị hiểu cháu nhiều hơn, hiểu lý do vì sao cháu có tật táy máy.

Để khắc phục tật xấu này, chị có thể trò chuyện cùng cháu theo một vài cách sau:

1. Nghiêm cấm cháu tiếp tục có hành vi này, nếu phạm lỗi sẽ bị phạt. Hình phạt nên là tạm dừng những gì cháu thật thích (ví dụ cấm đi chơi cuối tuần, cấm cho ăn đồ cháu thích như kem, gà rán..., cấm xem tivi, vi tính 1 tuần...).

2. Phân tích cho cháu hiểu ăn cắp là rất xấu, không ai chấp nhận được. Nếu con có gì đẹp, tốt mà bị người khác ăn cắp con thấy thế nào? Cho con hiểu cảm xúc của người bị mất cắp, hiểu sự tức giận, buồn, thất vọng của cha mẹ khi bị hàng xóm chê cười...

3. Khen ngợi những tính tốt, việc làm tốt của cháu. Khen con đã từng biết nhận lỗi

và xin lỗi. "Con là đứa con ngoan. Mẹ tin con sẽ không lấy bất cứ thứ gì không phải của con nữa...". Việc khen ngợi này sẽ giúp con thêm tin tưởng vào giá trị bản thân, từ đó xây dựng lòng tự trọng của con. Con muốn giữ hình ảnh đứa con ngoan nên sẽ dần từ bỏ hành vi xấu.

4. Thường xuyên quan sát các hành vi của cháu để kịp thời can ngăn. Khi thấy đồ chơi lạ, vật dụng lạ, hay thấy tiền trong cặp của con, cha mẹ cần tìm hiểu ngay và yêu cầu trẻ trả lại cho người bị mất. Trong gia đình, chị và mọi người cũng cần chú ý không để tiền bạc "hớ hênh" khiến trẻ có thể lấy trộm.

5. Quan tâm hơn đến các nhu cầu của con: đồ chơi, quần áo, đồ dùng học tập... Cháu còn đang ở tuổi thích chơi, vì vậy nếu đồ chơi có ích cho con thì nên cho tiền mua, hoặc chủ động mua thưởng cho con khi con có hành vi tốt. Chơi đùa cũng là một cách giúp trẻ học hỏi được nhiều điều tốt, giúp trẻ thư giãn sau những giờ học căng thẳng... Cha mẹ không nên ngăn cản con chơi đùa. Chơi đùa là quyền của mỗi trẻ em.

Tật xấu thường dễ nhiễm, khó bỏ. Tôi tin bằng tình yêu thương, sự quan tâm và lòng kiên trì của chị dành cho cháu, cháu sẽ nhận ra sai trái và sớm từ bỏ tật xấu này.

- *Chuyên viên tham vấn tâm lý Phạm Thị Thúy*

TRẺ BẮT CHƯỚC "CHUYỆN NGƯỜI LỚN"

CÂU HỎI:

Tôi có hai cháu, cháu trai (là cháu nội) và cháu gái (cháu ngoại) trạc tuổi nhau, 6 tuổi. Bé trai quấn khăn ngang bụng, bé gái quấn khăn ngang ngực, cả hai rủ nhau đi ngủ chung kiểu người lớn. Tôi chứng kiến cảnh này, hoảng hốt không biết làm gì, điện thoại cho mẹ cháu về xử lý. Con gái tôi về đánh cho mỗi đứa một trận tơi bời, cấm từ nay không được phép làm như vậy. Con tôi làm thế có đúng không? Gặp tình huống này thì nên xử lý như thế nào?

- Phạm Thị T. (Bến Tre)

TRẢ LỜI:

Bác T. kính mến, có lẽ vì quá lo lắng nên bác và con gái đều lúng túng. Con gái bác thậm chí đã phản ứng hơi quá. Phản ứng như vậy có thể làm trẻ sợ. Trẻ dễ bị ám ảnh bởi mình làm chuyện xấu xa, hay trẻ cho rằng làm như người lớn là xấu. Thực tế thì con người ai cũng có những sự tò mò, bắt chước, rung động trước người khác giới, những cảm xúc này có từ khi chúng ta 3 tuổi (Theo Freud). Hai cháu của bác chỉ đang thử bắt chước người lớn, tò mò khám phá lẫn nhau chứ thực sự các bé chưa có ý niệm nào về yêu đương, càng không biết đó là chuyện quan hệ tình dục.

Trong tình huống này, chỉ cần bác bình tĩnh như khi thấy trẻ đang nghịch gì đó hơi quá. Bác phân tích cho các cháu hiểu đó là hành động của người lớn giữa vợ chồng như cha mẹ cháu. Trẻ chỉ cần hiểu đơn giản là trẻ không nên làm thế là đủ. Sau đó bà và cha mẹ cần để ý các hành động tiếp theo của trẻ để điều chỉnh dần, hạn chế tối đa cơ hội cho bé trai và gái chơi riêng với nhau dù là anh chị em ruột. Người lớn cần phòng xa bằng cách tạo môi trường an toàn cho trẻ chứ không nên tác động trực tiếp tới trẻ bằng cách nói dài dòng, phức tạp hay quát mắng, cách ly trẻ...

Ngày nay, trẻ em biết về các vấn đề giới tính sớm hơn thế hệ cha mẹ, ông bà. Đây là xu thế tất yếu. Trẻ dễ dàng tiếp cận thông tin về giới tính có ở mọi nơi, mọi lúc, trên tất cả các phương tiện truyền thông một cách vô tình hay hữu ý. Trẻ sẽ ngày càng dậy thì sớm hơn, vì vậy ông bà, cha mẹ cần để mắt tới trẻ hơn. Cha mẹ nên chấp nhận và thích nghi với sự lớn sớm của con, và cần dạy trẻ về giới tính từ khi còn bé (2-3 tuổi) để định hướng sự hiểu biết của trẻ. Khi trẻ 3-5 tuổi, hãy nói về cấu tạo cơ thể, so sánh với trẻ khác giới. Với trẻ 6 tuổi trở lên, nói về tình cảm khác giới, giữ khoảng cách với người khác giới, quan hệ giữa cha và mẹ, nói với trẻ về tình yêu của cha mẹ; thể hiện cho trẻ biết sự yêu thương, quan tâm của cha và mẹ; nói về kết quả của tình yêu là đám cưới, là gia đình, là các con. Hãy bình thường hóa mọi việc liên quan đến vấn đề này như nói về cây cỏ, hoa lá vậy. Cha mẹ đôi khi quan trọng hóa vấn đề nên không biết bắt đầu mở lời như thế nào, lúng túng, nhìn thấy những biểu hiện giới tính của con lại phản ứng thái quá, gây hậu quả xấu. Chủ yếu, cha mẹ lúng túng không biết nói thế nào vì nghĩ đây là chuyện tế nhị, nhạy cảm. Nếu cha mẹ thay đổi suy nghĩ đó thì sẽ không thấy khó nói nữa. Cha mẹ phải thấy chuyện giới tính tự nhiên như chuyện ăn uống vậy.

Đặc biệt, nên dành thời gian quan tâm, trò chuyện với con như những người bạn mới, giúp trẻ cởi mở và giúp cha mẹ biết cách dạy đúng lúc và hiệu quả. Trẻ thiếu tình yêu của cha mẹ dễ tìm đến tình cảm với người khác giới.

Khi con hỏi về vấn đề giới tính, cha mẹ cần tránh thái độ "đáng trống lảng", quát mắng... Quản lý chặt quá không phải là cách giúp trẻ có cách hiểu đúng đắn về giới tính và tình dục. Càng cấm, trẻ càng tò mò, càng khó chịu và bất hợp tác với cha mẹ. Cha mẹ và con không đạt được sự cảm thông, yêu thương với nhau, thì cha mẹ sẽ không thể dạy con bất cứ điều gì và chỉ đẩy trẻ ra xa hơn thôi.

- Chuyên viên tham vấn tâm lý Phạm Thị Thúy

YÊU BẠN KHÁC GIỚI

CÂU HỎI:

Con trai tôi 6 tuổi, học lớp một. Hôm rồi cháu tuyên bố với cả nhà là cháu yêu bạn My học cùng lớp và sau này sẽ lấy bạn ấy làm vợ. Ở nhà có bánh kẹo hay đồ chơi cháu cũng đều dành phần cho bạn My. Vợ chồng tôi lo lắng quá, tại sao con tôi chỉ mới 6 tuổi mà đã biết yêu rồi? Tôi sợ rằng cứ đà này thì lớn lên chút nữa việc yêu đương sẽ ảnh hưởng đến việc học tập của cháu. Xin cho lời khuyên để tôi có thể giúp con. Cảm ơn chuyên gia thật nhiều!

- Nguyễn Thị V. (Vĩnh Long)

TRẢ LỜI:

Chị mến, thực ra tình cảm của con trai chị dành cho bạn My không phải là tình yêu mà chỉ dừng ở mức độ quý mến, quyến luyến người bạn cùng lớp. Sự quan tâm, cảm xúc yêu mến đối với bạn khác giới là một điều rất đỗi tự nhiên, có thể bắt nguồn từ sự cảm mến trước một nét đặc biệt nào đó: bạn ấy xinh đẹp, học giỏi, hát hay, vui vẻ... và cũng có khi chỉ đơn giản là vì hợp tính nên các bé ở độ tuổi này cảm thấy yêu quý bạn mình. Sự quý mến kéo theo việc quan tâm, chăm sóc cũng là điều dễ hiểu. Tuy nhiên với độ tuổi này, trẻ thường sẽ chỉ dừng lại ở mức độ thích và cảm giác thích cũng sẽ thay đổi theo thời gian. Trẻ cho rằng đó là tình yêu vì trẻ ngộ nhận thích có nghĩa là yêu và cũng có thể trẻ bắt chước người lớn, học theo phim ảnh...

Chị không nên quá lo lắng về tình cảm hiện thời của cháu. Hãy xem đó là một cảm xúc sẽ đến với bất kỳ đứa trẻ nào khi trẻ đã dần lớn lên và bắt đầu có khái niệm về "yêu- ghét"... Không nên la mắng, cấm đoán cháu theo kiểu: "Đồ con nít ranh, mới tí tuổi đầu mà đã bày đặt yêu đương...". Cách phản ứng này sẽ càng gây cho trẻ sự bất mãn và trẻ cũng sẽ không muốn chia sẻ cùng cha mẹ cảm xúc của mình vì sợ bị trách mắng. Khi xem đó là một điều tự nhiên thì chị sẽ dễ gần gũi và trò chuyện cùng con. Chị sẽ nhận ra rằng một thời gian sau, con sẽ thay đổi cảm xúc và tình cảm dành cho người bạn hiện thời.

Khi cháu lớn hơn chút nữa, bước vào tuổi dậy thì, chị sẽ tạo cơ hội nói chuyện cùng con, khéo léo nhẹ nhàng lồng ghép những câu chuyện tình cảm thời đi học của mình, về những rung động đầu đời dễ thương khi cả hai cùng nhau chia sẻ vui buồn, giúp đỡ nhau trong học tập... Thông qua những câu chuyện này, dần dần, chị sẽ giúp con hiểu rằng đây chỉ là tình cảm nhất thời và thường sẽ thay đổi, cho con hiểu được giá trị của tình cảm đẹp và trong sáng là cùng hướng đến những điều tốt đẹp trong cuộc sống. Ngoài ra, chị cũng tạo cơ hội để cháu tham gia các hoạt động vui tươi và bổ ích như sinh hoạt đội nhóm, sinh hoạt cộng đồng, tham gia các câu lạc bộ thể thao...

Quan trọng nhất vẫn là việc chị luôn đồng hành, làm bạn cùng con để con luôn tin tưởng và chia sẻ những khúc mắc, sự băn khoăn, lo lắng, nhờ đó chị sẽ hiểu được tâm tư, cảm xúc cũng như các mối quan hệ của con, kịp thời định hướng, uốn nắn, điều chỉnh hành vi giúp con chuẩn bị hành trang tốt nhất để vững bước vào đời.

- Chuyên viên tham vấn tâm lý Vũ Cẩm Vân

BỆNH TỰ KỶ

CÂU HỎI:

Con gái tôi 2 tuổi rưỡi. Gần đây tôi thấy cháu có một số biểu hiện làm tôi rất lo, không biết cháu có bị mắc bệnh tự kỷ hay không. Vừa qua, vợ chồng tôi cho cháu đi học nhà trẻ tư thục, nhưng đã một tháng nay, sáng nào trước khi đi học bé cũng quấy khóc. Buổi chiều về nhà bé không thích đi chơi đâu, chỉ thích ở nhà. Trước đây bé rất ngoan, bây giờ lại hay mè nheo, dỗi hờn, động đến cái gì cũng lăn ra ăn vạ. Tôi nghe cô giáo bảo là cháu tỏ ra rất thông minh, chỉ có điều ở lớp bé không thích chơi với các bạn mà chỉ chơi đồ chơi một mình. Điều này vợ chồng tôi cũng nhận ra vì cháu tiếp thu rất nhanh, nhớ lâu và chỉ cần dạy một hai lần là cháu hiểu ngay. Ở nhà, cháu cũng ít thích chơi với các anh chị em họ. Tôi đã tìm hiểu thông tin trên mạng thì thấy một số biểu hiện của trẻ bị tự kỷ rất giống con của tôi như: ăn vạ thường xuyên, rất kén ăn, ăn đầy đủ chất nhưng vẫn gầy ốm, hay đi nhón chân, hay thích cào cấu cha mẹ... Những biểu hiện này bộc lộ rõ nhất là từ khi cháu đi học nhà trẻ tư thục cách đây một tháng. Vợ chồng tôi rất hoang mang không biết cháu có vấn đề gì không. Xin chuyên gia sớm tư vấn giúp chúng tôi. Tôi xin chân thành cảm ơn.

- Hoàng Văn T. (Bình Dương)

TRẢ LỜI:

Chào anh, tôi rất chia sẻ cùng anh cảm giác lo lắng khi nhận thấy những dấu hiệu khác thường của con mình. Tuy nhiên, với những biểu hiện như anh đã nêu trên thì chưa thể kết luận cháu bé nhà anh bị tự kỷ. Để yên tâm hơn, anh nên đưa bé đến khoa tâm lý của Bệnh viện Nhi Đồng để được khám trực tiếp và dựa trên rất nhiều biểu hiện khác nữa mới có thể chẩn đoán chính xác. Với những gì anh đã chia sẻ thì theo tôi, có lẽ bé gặp những khó khăn về tâm lý vì không thích nghi với việc đi nhà trẻ. Đã có rất nhiều nghiên cứu cho thấy có khoảng 1/3 số trẻ trước 3 tuổi khi đi nhà trẻ có thể gặp một số khó khăn và 90% số này có vấn đề rối loạn tâm lý như rối loạn về ăn uống, rối loạn giấc ngủ, rối loạn về hành vi, rối loạn về ngôn ngữ và giao tiếp.

Anh biết không, rất nhiều phụ huynh chúng ta không có thói quen và cũng chưa có ý nghĩ là cần phải chuẩn bị tâm lý cho con khi quyết định cho con đi nhà trẻ hoặc bắt đầu đi học. Trong thực tế điều này hết sức quan trọng, đặc biệt là đối với những trẻ em nhạy cảm, quyến luyến và gắn bó với người thân. Nếu thiếu đi việc tạo điều kiện để trẻ có thời gian thích nghi dần với hoàn cảnh mới, thì trẻ rất dễ bị "sốc", sợ hãi trước môi trường hoàn toàn lạ lẫm, đồng thời trẻ sẽ mang mặc cảm bị bỏ rơi, trở nên thiếu tự tin, căng thẳng, hoảng loạn...

Để khắc phục được tình trạng này, khi bắt đầu có ý định cho bé đi nhà trẻ, cha mẹ hãy ân cần cùng con đến trường để con làm quen với không gian mới. Khi tham quan trường mầm non, cha mẹ hãy chỉ cho trẻ xem những hình ảnh đẹp mắt, tạo điều kiện để trẻ quan sát các bạn chơi, cho trẻ tiếp cận với trò chơi bên ngoài sân trường, trong lớp học... Cứ như vậy mỗi ngày một ít để trẻ cảm nhận sự gần gũi, thân thuộc, nhờ đó bé sẽ không cảm thấy sợ hãi khi vào trường. Đến khi trẻ đã trở nên thích thú, cha mẹ mới bắt đầu đưa trẻ vào lớp gặp gỡ cô giáo và chơi cùng các bạn. Cha mẹ đứng chờ bên ngoài để quan sát sự thích ứng của trẻ, kịp thời có mặt nếu trẻ căng thẳng, lo lắng khi không tìm thấy cha mẹ. Sau khi trẻ đã thích nghi dần, cha mẹ mới tăng dần thời gian để trẻ ở lại nửa buổi rồi mới đến cả ngày.

Cha mẹ không nên tách rời trẻ một cách đột ngột, vì như vậy sẽ khiến trẻ mang tâm lý bị bỏ

rơi, điều này rất dễ dẫn đến những biểu hiện rối loạn như đã nói trên. Vì vậy, dù bận rộn như thế nào, phụ huynh cũng cần sắp xếp để giúp trẻ thích nghi từ từ với môi trường đi học. Thái độ, cử chỉ và hành động của cha mẹ là điều rất quan trọng đối với trẻ trong thời gian đầu đi học. Lúc đưa trẻ đến trường, cha mẹ không nên vội vã bỏ đi, hãy thể hiện để trẻ luôn yên tâm là cha mẹ luôn yêu thương trẻ. Thời gian đầu, cần đón trẻ sớm hơn hoặc đúng giờ để trẻ không phải sốt ruột, mong ngóng. Trên đường đi học về cũng như khi ở nhà, cha mẹ cũng đừng quên trò chuyện cùng con để chia sẻ với con niềm vui đến trường.

Để tạo hứng thú cho con khi đến lớp, cha mẹ hãy luôn trò chuyện cùng trẻ về những câu chuyện vui vẻ ở trường, chuyện về cô giáo, về các bạn... Tuy nhiên, cần tránh nói những gợi ý không tích cực như: "Cô giáo có đánh con không?", "Bạn có giành đồ chơi của con không?", vì những gợi ý này vô tình tạo ấn tượng không tốt đối với trẻ. Tránh hù dọa trẻ như "Nếu con không ngoan, cô giáo sẽ không thương con"...

Những năm tháng đầu đời có ảnh hưởng rất lớn đến tâm lý, tình cảm của trẻ sau này, vì vậy anh chị hãy luôn dành sự quan tâm, yêu thương và thời gian chơi cùng con. Ngay lúc này, anh chị cũng không nên lo lắng quá mức mà hãy bình tĩnh để trấn an, khuyến khích trẻ, bù đắp cho con bằng thời gian chất lượng hơn là số lượng khi ở nhà. Hãy ân cần khi giải thích cho bé về những điều mà bé trải qua ở trường, đồng thời luôn yêu thương và quan tâm đến con. Vì đây là trải nghiệm đầu đời của bé khi bước vào một môi trường mới lạ nên bé sẽ gặp một số khó khăn, tuy nhiên không vì những khó khăn này mà chúng ta quá cưng chiều vì điều này sẽ khiến trẻ ỷ lại và ngày càng lệ thuộc cha mẹ nhiều hơn.

Tôi tin rằng với sự kiên trì, bình tĩnh và quan tâm, yêu thương đúng mức, anh chị và con sớm vượt qua khó khăn này. Chúc anh thành công.

- Chuyên viên tham vấn tâm lý Vũ Cẩm Vân

CHẬM PHÁT TRIỂN NGÔN NGỮ

CÂU HỎI:

Con trai tôi vừa tròn 4 tuổi. Bé sinh thường, nặng 3,1kg, không có dấu hiệu bất thường gì trong khi sinh nhưng bé rất ít nói, khi nói thì ngọng rất nhiều. Bé chỉ có thể nói rõ những câu ngắn hai, ba từ. Với những câu dài bốn, năm từ trở lên là bé nói không được hoặc bị bỏ qua từ. Với những gì mà người khác yêu cầu làm thì bé đều nghe và hiểu hết. Bé có thể tự chăm sóc bản thân như đánh răng, mặc quần áo, đi dép... Bé đi học mẫu giáo đã 2 năm nhưng khi về nhà bé không biết kể chuyện ở lớp, thậm chí hỏi cũng không nói gì cả. Ở nhà bé cũng chỉ nói với cha mẹ những gì khi thực sự bé mong muốn, nhưng cũng rất ít khi tự hỏi và cũng chỉ diễn đạt được hai, ba từ. Bé rất thích chơi cùng bạn bè, thậm chí còn tỏ ra khá nghịch ngợm, hay trêu chọc bạn ở lớp. Ngoài ra, bé cũng không thích thú với việc học. Tôi cũng đã nhiều lần đem tranh ảnh để dạy bé nhận biết được đồ vật, phân biệt các con thú... nhưng chỉ ngồi được một chút là bé đứng dậy đi chơi chỗ khác. Đứa con gái 6 tuổi của tôi thì vẫn phát triển bình thường. Vợ chồng tôi đều là công chức và cuộc sống yên ả, hạnh phúc. Hiện thời, tôi rất lo lắng, xin chuyên gia cho tôi lời khuyên để tôi giúp con mình chịu nói chuyện nhiều hơn. Tôi xin chân thành cảm ơn!

- Trần Thị H. (Quận Bình Thạnh, TP. HCM)

TRẢ LỜI:

Chào chị, với những triệu chứng như chị đã nêu trên đối với bé trai nhà chị thì có thể được xem là một dạng chậm phát triển ngôn ngữ. Biểu hiện này thể hiện ở việc trẻ gặp một số khó khăn như khả năng diễn đạt chưa tốt, vốn từ còn hạn chế, phát âm không rõ từ. Có nhiều nguyên nhân khiến trẻ chậm nói, nói không rõ từ hoặc ít nói, vì vậy việc đầu tiên chị nên đưa bé đi khám một số chuyên khoa như tai mũi họng, răng hàm mặt để xác định những yếu tố liên quan đến thể chất có thể có như: dính thắng lưỡi, thính giác không tốt... Bên cạnh đó, trẻ cũng cần được khám ở khoa tâm lý Bệnh viện Nhi Đồng để được đánh giá về sự phát triển toàn diện.

Để giúp trẻ phát triển về ngôn ngữ và giao tiếp thì vai trò của cha mẹ là điều rất quan trọng. Chị cũng không nên quá lo lắng vì bé nhà chị đã có thể nói được một số từ, vì vậy anh chị hãy tạo điều kiện để trẻ có một môi trường giao tiếp tích cực, giúp trẻ phát triển vốn từ. Anh chị cần dành nhiều thời gian để trò chuyện với con, khuyến khích con tìm hiểu môi trường xung quanh và nói theo người lớn. Thông qua các trò chơi, anh chị giúp trẻ nghe và hiểu về các hoạt động đang diễn ra bằng cách lặp đi lặp lại những từ, cụm từ mà anh chị muốn dạy con, chẳng hạn như khi con trỏ vào con mèo và nói từ "mèo", anh chị có thể mở rộng từ thành "mèo ăn" và thêm ý "mèo chạy rồi"... Cứ như vậy, cha mẹ sẽ tăng dần vốn từ cho trẻ trong khi chơi và chăm sóc trẻ.

Anh chị hãy cùng đọc sách, kể chuyện cho con nghe, tập những bài thơ, bài đồng dao ngắn, những bài hát quen thuộc và khích lệ để con tự hát. Cha mẹ không nên quá nóng ruột và ép trẻ nói bằng mọi cách mà hãy tạo cơ hội và tận dụng mọi tình huống để trẻ có thể bộc lộ mong muốn thông qua lời nói. Hãy lắng nghe, chờ đợi và quan trọng nhất là động viên, khen ngợi khi trẻ cố gắng phát ra những từ ngữ mới, những âm chuẩn...

Ngoài nguyên nhân do yếu tố thể chất thì việc phát âm ngọng của những trẻ sau 3 tuổi mới bắt đầu học nói cũng thường xảy ra. Trẻ sẽ phát âm không rõ một số từ, đặc biệt là các từ khó. Cha mẹ có thể giúp trẻ phát âm rõ từ bằng cách nói chuyện với trẻ một cách chậm rãi, nói rõ

từng âm để trẻ bắt chước. Cha mẹ nên bắt đầu bằng những từ đơn đến những câu ngắn hai, ba từ, sau đó mới đến những câu dài hơn với một tốc độ vừa phải tùy vào khả năng của trẻ. Nếu khi đã tập luyện, phụ huynh vẫn thấy không hiệu quả thì nên đưa trẻ đến khoa vật lý trị liệu để được các kỹ thuật viên về âm ngữ giúp trẻ tập chỉnh âm. Ngoài ra, cha mẹ cũng lưu ý không nên để trẻ xem tivi quá nhiều vì cũng sẽ ảnh hưởng đến sự phát triển ngôn ngữ của trẻ.

Hy vọng những chia sẻ vừa rồi sẽ phần nào giúp chị giải tỏa những băn khoăn và có thêm những gợi ý hỗ trợ con trai cùng vượt qua khó khăn này.

- Chuyên viên tham vấn tâm lý Vũ Cẩm Vân

BÉ ĐÁI DẦM

CÂU HỎI:

Bé gái nhà tôi vừa tròn 5 tuổi. Từ năm cháu lên 3, cháu đã không còn đái dầm, vậy mà bốn tháng nay, hầu như đêm nào cháu cũng tiểu (đái) ướt cả giường. Nếu giữa khuya tôi dậy nhắc bé đi tiểu thì không sao, nhưng hiện nay tôi đang có thêm bé gái được 6 tháng tuổi, nhiều khi bận rộn, mệt mỏi quá, tôi ngủ quên thì thế nào đêm đó cháu cũng sẽ đái dầm. Tôi hạn chế cho bé uống nước, không cho uống sữa trước khi đi ngủ, nhắc nhở, la rầy thế nào cũng không cải thiện được. Xin chuyên gia có thể cho tôi lời khuyên giúp bé nhà tôi chữa trị chứng đái dầm.

- Vũ Hồng N. (Đồng Nai)

TRẢ LỜI:

Chào chị, có nhiều nguyên nhân khiến trẻ bỗng dưng mắc chứng đái dầm, trong đó có nguyên nhân liên quan đến việc rối loạn tâm lý. Theo như những gì chị chia sẻ thì có lẽ bé nhà chị mắc chứng đái dầm không thực tổn. Một số trẻ trong những gia đình mà cha mẹ sinh thêm em bé sẽ mang cảm giác bị bỏ rơi, trẻ cảm thấy cô đơn, hụt hẫng và có những phản ứng thoái lùi. Một số trẻ bộc lộ cảm xúc thông qua hành vi buồn bã, chán ăn, một số trẻ khác lại chống đối bằng cách bướng bỉnh, không nghe lời, tuy nhiên cũng không ít trẻ phản ứng bằng cách đái dầm khiến cha mẹ cảm thấy hoang mang và lo lắng. Khi trong gia đình có thêm một thành viên mới khiến cha mẹ bận rộn, vất vả hơn. Nếu không có sự sắp xếp công việc một cách hợp lý sẽ khiến mẹ bị stress, căng thẳng, hay la mắng và bớt dần đi sự quan tâm, chăm sóc dành cho trẻ. Trẻ sẽ cho rằng em bé mới sinh ra giành hết tình cảm yêu thương của cha mẹ, vì vậy trẻ sẽ cảm thấy hụt hẫng, đau khổ, đồng thời cũng tỏ ra ghen tỵ, ghét bỏ em bé. Trẻ em gặp những rối loạn này thường được sinh ra trong một gia đình đầm ấm, trẻ gắn bó với cha mẹ và nhận được nhiều sự quan tâm chăm sóc từ phía cha mẹ.

Để giúp trẻ trong tình huống này thì vai trò của gia đình là hết sức cần thiết. Anh chị cần có sự sắp xếp tổ chức công việc gia đình hợp lý để có thời gian chăm sóc và quan tâm đến cả hai bé. Nếu như trước đây anh chị chưa chuẩn bị cho bé tâm thế để đón em bé ra đời thì ngay lúc này anh chị hãy bộc lộ tình yêu thương, sự gần gũi và chăm sóc bé nhiều hơn nữa. Hãy hạn chế sự la mắng bé mà luôn ân cần, tận tình giáo dục cho bé về tình cảm yêu thương giữa các thành viên trong gia đình với nhau. Sự kiên trì giải thích của cha mẹ sẽ giúp trẻ hiểu rằng em bé nhỏ này là em ruột của trẻ và em bé rất cần đến sự quan tâm chăm sóc của chị gái. Thông qua các hoạt động hàng ngày, anh chị dành thời gian để rèn cho con sự tự lập, suy nghĩ độc lập. Hãy dành cho trẻ sự tin tưởng và vai trò được làm người chị cả để trẻ phát huy được trách nhiệm của mình.

Nếu sau những cố gắng cải thiện mà tình hình không tốt hơn, thì chị nên đưa bé đến trung tâm tư vấn tâm lý hoặc khoa tâm lý Bệnh viện Nhi Đồng để được sự hỗ trợ tốt nhất chị nhé!

- Chuyên viên tham vấn tâm lý Vũ Cẩm Vân

CON TRẦM CẢM

CÂU HỎI:

Con gái tôi 6 tuổi, học lớp một. Mấy tháng gần đây tôi thấy cháu tỏ ra buồn bã, ăn ít, khó ngủ và ngủ cũng rất ít, học hành sa sút. Đến lớp, cháu không thích chơi với bạn bè, giờ ra chơi chỉ ngồi một mình. Ở nhà, cháu cũng rất trầm tính, tỏ ra thờ ơ với mọi thứ. Hình như không lúc nào tôi thấy cháu tỏ ra vui vẻ ngay cả khi được cha mẹ đưa đi chơi. Tôi cố gắng tạo mọi điều kiện tốt nhất để con thoải mái nhưng cháu vẫn không hứng thú gì với cuộc sống xung quanh. Tôi thực sự hoang mang và lo lắng quá. Xin chuyên gia sớm cho tôi lời khuyên để giúp cháu thoát khỏi tình trạng này.

- Chị N.T.M.T. (Quận Bình Thạnh, TP. HCM)

TRẢ LỜI:

Chào chị, tôi hiểu được nỗi lo lắng của chị khi phải chứng kiến sự mất hứng thú với cuộc sống của con mình. Theo những gì chị kể thì có lẽ con chị đang rơi vào trầm cảm. Có rất nhiều nguyên nhân gây nên trầm cảm ở trẻ em, có thể là di truyền, sự mất mát, chia ly, căng thẳng từ mối quan hệ trong gia đình, nhà trường hoặc ngoài xã hội... Hiện nay có nhiều trẻ em rơi vào trầm cảm mà nguyên nhân thường thấy là từ phía gia đình (mất người thân, cha mẹ gây gổ, ly dị hoặc la mắng, xúc phạm, cha mẹ đặt quá nhiều kỳ vọng vào các em tạo nên áp lực trong việc học hành ...); căng thẳng từ trường học (thầy cô trách phạt, bạn bè chê bai, nói xấu, ức hiếp hoặc tẩy chay...); mối đe dọa bên ngoài xã hội (bị trấn lột, bạo hành, bị lạm dụng thể xác, tinh thần...) và cả từ bản thân các em (sự tự ti, mặc cảm về ngoại hình, thiếu khả năng học tập, giao tiếp...). Ngoài ra, sự bảo bọc, nuông chiều, mọi việc thuận lợi, dễ dàng trong cuộc sống cũng khiến các em cảm thấy buồn chán, vô vị và mất hứng thú với cuộc sống. Chứng trầm cảm của trẻ còn biểu hiện ở việc các em khó tập trung suy nghĩ, thiếu tự tin, tự đánh giá thấp bản thân, mang mặc cảm tội lỗi, sống thu mình và cảm thấy lạc lõng, cô đơn. Nếu không được kịp thời chẩn đoán và chữa trị, các em sẽ có những hành vi gây nguy hiểm cho mình.

Tuy nhiên, để chẩn đoán chính xác, cần có sự tìm hiểu toàn diện về quá trình lớn lên của cháu, như thế mới có thể tìm hiểu rõ được nguyên nhân. Vì vậy, chị nên sớm đưa cháu đến gặp chuyên gia tâm lý để trò chuyện và có kế hoạch điều trị cho cháu. Bên cạnh đó, chị hãy động viên cháu cùng tham gia một số các hoạt động xã hội, sinh hoạt cộng đồng, khích lệ cháu chơi một môn thể thao yêu thích nào đó. Có thể ban đầu, cháu sẽ không thích nhưng chị hãy kiên nhẫn và khéo léo thuyết phục cháu chị nhé! Hy vọng rằng với sự kiên trì và tấm lòng của người mẹ, chị sẽ cùng chuyên gia tâm lý sớm giúp cháu tìm thấy ý nghĩa của cuộc sống.

- Chuyên viên tham vấn tâm lý Vũ Cẩm Vân

CON TRAI THÍCH GIỐNG CON GÁI

CÂU HỎI:

Con trai của tôi 5 tuổi đang học mẫu giáo. Từ khi lên 3 cháu đã có một số biểu hiện và sở thích rất giống con gái khiến vợ chồng tôi vô cùng lo lắng. Cháu nói năng nhỏ nhẹ, cư xử mềm mỏng, đi đứng nhẹ nhàng và đặc biệt cháu thích chơi những trò chơi của con gái như búp bê, chơi đồ hàng, thích màu hồng... Mỗi lần để cháu tự chọn quần áo, đồ chơi hay bất kỳ đồ vật gì là cháu chọn ngay màu hồng. Vợ chồng tôi ban đầu còn phân tích cho con biết màu hồng là màu của con gái, búp bê, váy đầm là dành cho con gái nhưng cháu vẫn không thay đổi, sau đó chúng tôi chuyển sang la mắng và phản ứng gay gắt để cháu sợ và thay đổi. Có lần tôi bắt gặp cháu lấy váy của chị họ mặc vào và đứng ngắm nghía trước gương. Tôi tức giận đến mức không thể kiềm chế và đánh con một trận nên thân. Hiện nay thì cháu cũng đã né tránh việc chọn các trang phục, màu sắc và đồ chơi của con gái và để bố mẹ tự chọn nhưng rõ ràng tôi nhận thấy là cháu vẫn giữ nguyên sở thích cũ và không hứng thú gì với những chiếc ô tô, máy bay hay siêu nhân mà chúng tôi đã chọn mua. Tôi đăng ký cho cháu tham gia học bóng rổ ở nhà văn hóa thiếu nhi nhưng cháu nhất định không chịu học. Ở lớp cháu cũng chỉ thích chơi với các bạn gái và khi hỏi vì sao không chơi với các bạn trai thì cháu nói vì các bạn trai hay xô đẩy và đánh nhau nên cháu không thích. Trước những biểu hiện của cháu như vậy lo lắng của vợ chồng tôi ngày một tăng lên. Xin chuyên gia cho biết có phải con trai tôi bị đồng tính không và liệu có cách nào để có thể giúp cháu trở về đúng giới tính của mình? Xin chuyên gia giúp tôi với. Tôi vô cùng cảm ơn.

- Chị P. T. T. T. (Quận Bình Thạnh, TP. HCM)

TRẢ LỜI:

Chào chị,

Tôi rất thông cảm và chia sẻ cùng chị những băn khoăn, lo lắng hiện tại của chị. Tuy nhiên với những biểu hiện mà chị mô tả về con trai chị thì chưa thể kết luận cháu đồng tính. Con trai chị còn quá nhỏ, chỉ mới 5 tuổi, và việc xác định một người nào đó có đồng tính hay không phụ thuộc vào khuynh hướng tính dục khi người đó bước vào tuổi trưởng thành, vì vậy chị không nên quá lo lắng. Trường hợp của con chị có thể là rối loạn nhận dạng giới ở trẻ em và không phải là hiếm trong xã hội hiện nay, đồng thời thường xuất hiện ở trẻ trai nhiều hơn trẻ gái với tỉ lệ gấp khoảng 6 lần. Thông thường một đứa trẻ sẽ biết mình là trai hay gái từ giữa tháng thứ 18 và 30 tháng, nhưng ngoài ra có một số ít trẻ khác lại có sự rối loạn nhận thức giới tính mà khoa học vẫn chưa tìm ra nguyên nhân.

Ở độ tuổi lên 3, đa số các cháu bé đều bắt chước những hành vi của cả hai giới từ bố lẫn mẹ. Theo một số nghiên cứu thì một số đứa trẻ có hơn 10 hành vi, sở thích giống người khác giới và biểu hiện này sẽ thay đổi khi trẻ bước vào tuổi dậy thì. Việc kết luận một người nào đó rối loạn nhận dạng giới phụ thuộc vào nhiều yếu tố và có những tiêu chuẩn riêng để chẩn đoán.

Vì vậy, vấn đề ở đây là gia đình cần có sự nhìn nhận đúng và có sự hỗ trợ kịp thời, đúng mức. Trước tiên gia đình không nên xem việc cháu có những sở thích con gái là xấu xa và đáng lên án. Nếu bị la mắng, trẻ sẽ mang mặc cảm tội lỗi và trở nên hoang mang, lo lắng. Với những hành vi và sở thích khác với các bạn cùng giới như vậy bản thân cháu cũng rất dễ đối mặt với sự trêu chọc, gièm pha của bạn bè, vì vậy nếu tiếp tục vấp phải sự chỉ trích, la mắng từ bố mẹ, cháu càng cố gắng che giấu cảm xúc. Dần dần cháu trở nên mất tự tin, không dám bộc lộ chính

kiến và ngày càng rụt rè, lo sợ, thậm chí trở nên thu mình, buồn bã, trầm cảm và mất hứng thú với cuộc sống.

Hiện nay cháu đã có những biểu hiện né tránh và che giấu cảm xúc, vì vậy vai trò của gia đình càng quan trọng hơn bao giờ hết. Thay vì quá lo lắng, cố gắng tìm mọi cách ép cháu phải thay đổi sở thích thì chị hãy nhẹ nhàng và khéo léo để định hướng cho con. Sự bình tĩnh và không quá nôn nóng thực sự cần thiết trong lúc này. Hãy cho con tiếp xúc nhiều hơn với những người con trai, những người đàn ông trong gia đình đặc biệt là người bố. Sự gần gũi, thân thiện của bố sẽ giúp con mạnh mẽ, cứng rắn hơn; sự vui chơi giữa hai bố con cũng là cơ hội để bố hướng con đến những hoạt động nam tính. Nếu muốn con chơi bóng rổ thì chị hãy động viên chồng đưa con đi đến sân chơi để con làm quen với môi trường, với các bạn, sau đó bố chơi cùng con để tạo cho con sự hứng thú.

Một điều chị luôn cần lưu ý là không nên ép buộc con. Bất cứ đứa trẻ nào cũng rất "dị ứng" với sự ép buộc. Nếu bị áp đặt, bắt buộc sẽ khiến trẻ càng không thích những gì bố mẹ muốn hướng trẻ tới, vì vậy anh chị hãy kiên trì thuyết phục con nhé ! Không thô bạo buộc con phải từ bỏ những sở thích con gái mà hãy tìm cách để con tránh tiếp xúc với những trò chơi nữ tính, đồng thời bố mẹ cùng tham gia chơi những trò chơi khác như ô tô, máy bay... với con. Thông qua việc sáng tạo để trò chơi mang tính lôi cuốn, hấp dẫn hơn, bố mẹ sẽ tạo cho con sự vui thích khi tiếp xúc với những trò chơi dành cho bé trai.

Ngoài ra, bố mẹ cũng sẽ tạo cơ hội để trẻ gặp gỡ và vui chơi với những bạn trai hàng xóm, cùng giúp con xây dựng mối quan hệ tình bạn tốt đẹp sẽ giúp trẻ mất đi những ấn tượng không tốt về các bạn trai. Dù bận rộn như thế nào thì anh chị cũng rất cần dành thời gian cho con nhất là trong giai đoạn này. Tấm lòng yêu thương của người bố, người mẹ, sự kiên nhẫn và khéo léo sẽ hướng cháu đến với sở thích và những hành vi đúng với giới tính của mình. Chúc gia đình chị luôn trọn vẹn hạnh phúc!

- Chuyên viên tham vấn tâm lý Vũ Cẩm Vân

Một người thuộc giới tính nào không chỉ phụ thuộc vào cấu trúc cơ thể bên ngoài mà còn là những xu hướng tình dục từ bên trong, những khao khát trở thành ai, và khao khát yêu ai đó (khác giới hay đồng giới). Nhưng dù thế nào cha mẹ cũng lưu ý, không ai tự lựa chọn được giới tính cho mình, càng không cha mẹ nào có thể lựa chọn chính xác giới tính cho con mình, vì đó là điều hoàn toàn tự nhiên. Chấp nhận con và yêu con vô điều kiện là việc các bậc cha mẹ có con thuộc giới tính thứ 3 nên làm.

- Ths. Phạm Thị Thúy

LỜI CẢM ƠN

Để cuốn sách được hoàn thiện và sớm ra mắt bạn đọc, tôi đã nhận được sự đóng góp bài vở, ý kiến từ nhiều người có tâm huyết, có kiến thức, kinh nghiệm về việc nuôi dạy trẻ.

Tôi xin trân trọng cảm ơn sự nhiệt tình viết bài, cố vấn và hiệu đính của GS.TS. Vũ Gia Hiền - người thầy luôn có những định hướng sâu sắc trong sự nghiệp của tôi.

Tôi xin trân trọng cảm ơn PGS.TS. Lê Ngọc Văn - người thầy đã dành nhiều nhiệt tâm hướng dẫn, động viên, khích lệ tôi trong quá trình nghiên cứu về vai trò của cha mẹ trong việc giáo dục con.

Tôi xin chân thành cảm ơn Ths.Bs. Đinh Thạc, dù anh đang rất bận làm Nghiên cứu sinh nhưng cũng đã nhiệt tình gửi một loạt bài liên quan đến việc "nuôi con khỏe". Những bài viết của anh sẽ giúp cho các bậc cha mẹ thêm kinh nghiệm chăm sóc con tốt hơn.

Tôi xin chân thành cảm ơn chị Vũ Cẩm Vân, chị Ngô Phương Thảo, chị Ths. Nguyễn Thị Minh, đã đóng góp bài cho cuốn sách thêm nội dung đa dạng và sâu sắc.

Tôi xin chân thành cảm ơn các anh chị trong Công ty Trí Việt - First News đã dày công biên tập, thiết kế để cuốn sách được hấp dẫn hơn cả về nội dung và hình thức.

Tôi xin cảm ơn chị Nguyễn Thị Thanh Thúy, Hội trưởng Hội quán Các bà mẹ đã đóng góp ý tưởng, động viên tinh thần, hỗ trợ tôi rất nhiều trong quá trình viết và xuất bản sách.

Tôi rất cảm ơn chồng tôi - người luôn đồng hành cùng tôi, góp ý bản thảo, chia sẻ kinh nghiệm với tôi hàng ngày trong việc nuôi dạy các con, nghiên cứu, viết sách...

Tôi xin cảm ơn độc giả đã đón đọc cuốn sách và rất mong sẽ nhận được nhiều ý kiến đóng góp, bổ sung... từ quý vị. Mọi đóng góp xin gửi về địa chỉ liên lạc: Phạm Thị Thúy, Điện thoại: 0918604397, Email: thuyanh77vn@gmail.com

- Ths. Phạm Thị Thúy

HỌC KỸ NĂNG LÀM CHA MẸ

Lớp 1: *Dạy con từ trong thai (Thai giáo)*
Lớp 2: *Dạy con từ sơ sinh đến 6 tuổi*
Lớp 3: *Dạy con từ 7 đến 18 tuổi*

Để các bậc cha mẹ có thể nắm được những kiến thức về tâm sinh lý của con, những biện pháp giáo dục con theo từng độ tuổi và có thể đồng hành với con trong từng bước trưởng thành, Nhà Văn hóa Phụ nữ TP.HCM phối hợp cùng Công ty TNHH Kỹ năng sống, Hội quán Các bà mẹ tổ chức các lớp "Kỹ năng làm cha mẹ". Thời gian học mỗi lớp gồm 6 buổi, từ 9 giờ đến 11 giờ 30 vào các ngày Chủ Nhật; Giảng viên là các chuyên gia trong các lĩnh vực tư vấn tâm lý, bác sĩ nhi khoa, giảng viên đang giảng dạy tại các trường đại học tại TP.HCM.

Đăng ký tại phòng ghi danh Nhà Văn hóa Phụ nữ TP.HCM, số 199-192-194 Lý Chính Thắng, Quận 3, TP.HCM. Mọi chi tiết vui lòng liên hệ phòng Nghiệp vụ, điện thoại: **3.9316447 bấm số 20**, website: **www.nvhphunu.vn.** Hoặc **www.hoiquancacbame.com, www.kynangsong.com**

TÀI LIỆU THAM KHẢO CHÍNH

1. Akehashi Daji, *Nuôi dạy con kiểu Nhật Bản*, NXB Phụ Nữ, 2013.
2. PTS Phạm Khắc Chương, *Giải pháp tình huống trong giáo dục gia đình*, NXB Chính Trị Quốc Gia, NXB Khoa học Kỹ Thuật, hà Nội, 1993.
3. PTS Dương Thị Đam, *Gia đình trẻ và việc hình thành nhân cách thanh niên*, NXB Thanh Niên, 1997.
4. GS. Trần Thị minh Đức, *Tâm lý trẻ qua tranh vẽ*, NXB Khoa học Kỹ Thuật, 2009.
5. Marona D (Lê Văn Trúc dịch) *Giáo dục con cái trong gia đình không toàn vẹn*, NXB Giáo Dục, 1991.
6. Phạm minh hạc, *Giáo dục con người hôm nay và ngày mai,* NXB Giáo Dục, 1995.
7. TS. Lê Văn hảo, *Kỷ luật tích cực*, tài liệu tập huấn của Viện Tâm lý học và Tổ chức Plan, 2009.
8. Kathy hirsh - Pasek, Ph.D cùng nhiều tác giả, *Để con bạn giỏi như Einstein*, NXB Tổng hợp TP. HCM, 2012.
9. Kimura Kyuichi, *Thiên tài và sự giáo dục từ sớm*, NXB Tổng hợp TP. HCM, 2012.
10. Nguyễn hiến Lê, *33 câu chuyện với các bà mẹ*, NXB Tổng hợp TP. HCM, 2012.
11. Patricdemanchy, Clade Lorin (Đoàn Doãn Viên dịch) *Giải đáp băn khoăn của bạn về con cái,* NXB Khoa học Xã hội, hà Nội, 1990.
12. Spencer Johnson, MD (First News dịch) *Phút dành cho cha,* NXB Tổng hợp TP. HCM, 2005.
13. Spencer Johnson, MD (First News dịch) *Phút dành cho mẹ*, NXB Tổng hợp TP. HCM, 2005.
14. Ted Kleim, Nguyễn Thành Tống (Nguyễn Khánh Dư biên dịch) *Sách của bố*, NXB Trẻ, 1993.
15. GS. Phùng Đức Toàn, *Phương án 0 tuổi*, NXB Lao Động Xã hội, 2009.
16. Ths. Phạm Thị Thúy (chủ biên), *Thai giáo - Phương pháp khoa học dạy con từ trong bụng mẹ*, NXB Phụ Nữ, 2011.
17. TS. Lê Ngọc Văn, *Gia đình với chức năng xã hội hóa*, NXB Giáo Dục, 1996.
18. PGS.TS. Lê Ngọc Văn, *Gia đình và biến đổi gia đình ở Việt Nam*, NXB Khoa học Xã hội, 2011.
19. Nguyễn Khắc Viện, *Bàn về các mối quan hệ trong gia đình*, hà Nội, Lưu trữ tại Viện Khoa học Xã hội.
20. Nguyễn Khắc Viện, *Nỗi khổ của con em chúng ta*, NXB Trẻ, 2000.

21. http://vi.wikipedia.org/Phương pháp giáo dục montessori

Mục lục

PHẦN I KỸ NĂNG LÀM CHA MẸ TRONG THỜI ĐẠI MỚI

Con và cha mẹ: mối quan hệ cộng sinh

Dạy con biết yêu thương

Dạy con biết sống

Hỏi như trẻ lên 3

Cha mẹ làm gì khi con bướng bỉnh?

Giáo dục giới tính cho con

Dạy con... ngược

Giúp trẻ hạn chế xem tivi

Con trẻ và Game online

Bí quyết giúp trẻ hay ăn chóng lớn

Cải thiện tình trạng nôn trớ ở trẻ

Những sai lầm thường gặp trong việc nuôi dưỡng và chăm sóc trẻ 0–6 tuổi

Phòng ngừa tai nạn thương tích mùa hè cho trẻ

Cho trẻ học bơi

Dạy con biết tự vệ

PHẦN II NHỮNG KIẾN THỨC CHA MẸ CẦN CÓ

Vai trò của cha mẹ trong việc giáo dục trẻ

Đặc điểm tâm lý trẻ từ 0 – 6 tuổi

Kỹ năng giáo dục cảm xúc cho trẻ từ khi lọt lòng đến 6 tuổi

Dạy con 0-6 tuổi: Học bằng trò chơi

Kỹ năng giáo dục trí tuệ cho trẻ 0-6 tuổi

Chuẩn bị tâm lý cho trẻ vào lớp một

PHẦN III GỠ RỐI: TƯ VẤN CÁCH DẠY CON

Dạy con trong gia đình mâu thuẫn

Khi con ương bướng

Trẻ ganh tỵ với em

Con học ôsin... chửi thề

Chuẩn bị cho con vào lớp một

Giúp con tự giác học tập

Giúp con không nghiện game

Dạy con biết chia sẻ

Con hư tại... hàng xóm?

Chữa tật táy máy của trẻ

Trẻ bắt chước "chuyện người lớn"

Yêu bạn khác giới

Bệnh tự kỷ

Chậm phát triển ngôn ngữ

Bé đái dầm

Con trầm cảm

Con trai thích giống con gái

PHỤ LỤC TRIẾT LÝ VỀ GIÁO DỤC GIA ĐÌNH

LỜI CẢM ƠN

TÀI LIỆU THAM KHẢO

Trong nhiều năm nghiên cứu về việc dạy con, chúng tôi được đọc nhiều câu triết lý hay về giáo dục gia đình, trở thành những chỉ dẫn hữu ích cho việc làm cha mẹ. Tiếc rằng theo thời gian chúng tôi chỉ còn nhớ được nội dung của câu nói mà không còn nhớ được xuất xứ nguồn. Tuy nhiên, vì giá trị sâu xa của những tư tưởng này nên chúng tôi xin phép vẫn ghi ra đây để chia sẻ cùng các bạn.

(Ths. Phạm Thị Thúy)

Con người sinh ra vốn là thiện, nhờ có sự giáo dục và luyện tập mà khác xa nhau.

Con người lớn lên mà không có giáo dục sẽ chẳng khác nào những cây mọc hoang dại. Nếu con người muốn được trưởng thành như những cây được ươm trồng trong vườn thì nhất thiết phải được chăm sóc, tỉa tót từ tuổi ấu thơ.

Dạy con biết xa lánh những hành động tối tăm. Mọi việc làm trước ánh sáng, danh dự và lẽ phải không cần sự che giấu.

Một nét đạo đức đáng quý nhất của những người cha người mẹ tốt được truyền lại cho trẻ một cách dễ dàng, đó là nhân hậu trong tâm hồn của người cha và người mẹ, là khả năng làm điều thiện cho mọi người.

Con người trong sự phát triển đạo đức của mình sẽ trở nên giống như người mẹ, hay nói đúng hơn giống như sự hài hòa giữa tình yêu và ý chí trong thế giới tinh thần của người mẹ.

Có một thực tế lạ lùng là phần lớn những thiên tài đều có những bà mẹ tuyệt vời mà họ nhận được ở người mẹ nhiều hơn cha.

Đức tính chín chắn của người cha là sự răn dạy có tác dụng vô cùng to lớn đối với đứa trẻ.

Từ những đứa trẻ bị đánh đập và cấm đoán nhiều sẽ sinh ra những con người hoặc bạc nhược, vô tích sự hoặc độc đoán, suốt đời sẽ trả thù cho tuổi thơ bị dồn nén của mình.

Tình yêu đối với con cái rất cần thiết cũng giống như ký ninh để chữa bệnh sốt rét, nhưng sử dụng quá liều lượng sẽ gây chết người.

Tình yêu thái quá của cha mẹ đối với con cái sinh ra chủ nghĩa cá nhân, tính tham lam và những thói xấu khác ngăn cản nhân loại hòa hợp vào một cộng đồng thống nhất.

Bất kỳ một phương pháp giáo dục nào của gia đình cũng phải có mức độ, và vì vậy, cha mẹ cũng phải tự giáo dục mình ý thức về mức độ.

Không gì có thể tác động lên tâm hồn non nớt của trẻ mạnh hơn quyền lực của sự làm gương, còn giữa muôn vàn tấm gương thì không có gì gây ấn tượng sâu sắc và bền chặt bằng sự mẫu mực của cha mẹ.

CHO CON CÁCH SỐNG

Nếu sống trong cãi cọ
Con sẽ học lời hư
Và rất hay cãi lại
Con bắt chước thôi mà
Nếu sống trong bạo lực
Con ngược ngạo theo ngay
Mới hay mầm thù nghịch
Dễ gieo lòng thơ ngây
Nếu hay bị chê cười
Con tự ti nhút nhát
Ngày mai lớn lên rồi
Sao tự tin làm việc
Nếu nặng lời nhục mạ
Con mặc cảm lỗi lầm
Điều hay dở khó phân
Dễ sa đường lầm lạc
Nếu cho con khoan dung
Con học lòng kiên nhẫn
Cho con lời khích lệ
Con thêm phần tự tin
Một lời khen đúng lúc
Con thấy mình lớn hơn
Luôn nói lời ngay thẳng
Con học sự liêm trinh
Che chở bởi yêu thương
Giúp con lòng nhân hậu
Tập cho con khuôn phép
Con tự chủ bản thân
Lòng tin và thương mến
Sẽ cho con mọi điều.

- Nguyễn Hồng Uy (dịch)

Chia sẽ ebook : http://downloadsachmienphi.com/
Tham gia cộng đồng chia sẽ sách : Fanpage : https://www.facebook.com/downloadsachfree
Cộng đồng Google :http://bit.ly/downloadsach