

PHÁT TRIỂN SỰ TỰ TIN CHO TRẺ 1-2 TUỔI

Các hoạt động dưới đây giúp con tự tin về bản thân và học cách giao tiếp với mọi người xung quanh.



Những Điều Quen Thuộc

- ✓ Lịch sinh hoạt cố định giúp con cảm giác an tâm
- ✓ Giúp con biết được các việc xảy ra trong ngày
- ✓ Giúp con tăng cường sự kết nối và tin tưởng

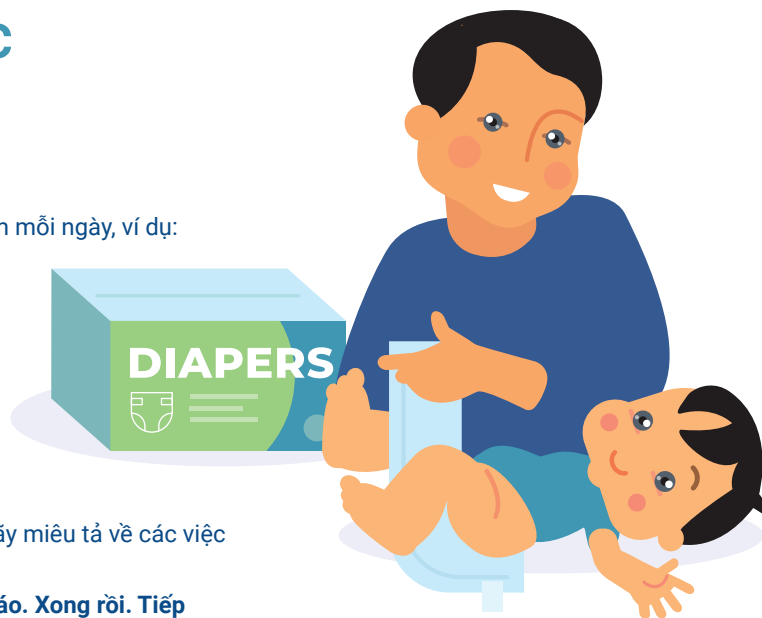
Ba mẹ hãy nghĩ tới những hoạt động mà ba mẹ thường xuyên làm mỗi ngày, ví dụ:

- Thay đồ cho con
- Thay tã cho con
- Tắm cho con
- Vệ sinh cho con

Hoặc các thói quen hàng ngày như chở con đi nhà trẻ, dẫn con đi bộ, cho con ăn, uống sữa, tắm rửa, thay quần áo, hát ru, cho con đi ngủ.

Đối với tất cả các thói quen và lịch sinh hoạt hàng ngày, ba mẹ hãy miêu tả về các việc ba mẹ đang làm cho con. Ví dụ, ba mẹ có thể nói:

Con nè, bây giờ mẹ bỏ áo qua đầu con, rồi xỏ tay con vào tay áo. Xong rồi. Tiếp theo mẹ xỏ chân con vào ống quần. Bây giờ thì... mẹ hôn chân con nhé!



Chơi Cạnh Nhau

- ✓ Giúp con biết cách chơi với bạn bè
- ✓ Giúp con biết cách yêu cầu và chia sẻ
- ✓ Giúp con học cách tôn trọng những gì "của bạn" và "của con"

Ba mẹ sắp xếp thời gian để con chơi với những bạn cùng tuổi. Ở độ tuổi này, con chủ yếu chơi một mình, và đang học cách chơi bên cạnh bạn khác.

Ba mẹ hãy cho phép các con chơi bên cạnh nhau, mỗi bé chơi riêng một mình cũng không sao. Nhớ chuẩn bị đủ đồ chơi để con thoải mái chơi mà không cần giành giật với bạn. Ba mẹ chỉ cho con cách đưa đồ chơi cho bạn hoặc hỏi xem bạn có muốn mượn một món đồ chơi không. Nếu các con cùng muốn một món đồ chơi, hoặc nếu con không muốn chia sẻ đồ chơi, hãy trò chuyện với con về điều này. Ví dụ, ba mẹ có thể nói:

Khi nào Tí chơi xong thì tới lượt con chơi, con nhé !

Ba mẹ có thể khuyến khích con chia sẻ đồ chơi với bạn. Nếu đây là một món đồ mà con rất thích, ba mẹ có thể giải thích với bạn kia rằng đây là một món đồ chơi đặc biệt của con, và chỉ vào những món đồ chơi khác để các em cùng chia sẻ.



Cùng Chia Sẻ

- ✓ Giúp con học cách chơi và hợp tác với người khác
- ✓ Giúp con học khái niệm “của con” và “của bạn”

Ba mẹ có thể giúp con học cách chia sẻ từ sớm. Bắt đầu với một món ăn vặt, ví dụ ngũ cốc/ bánh/ trái cây.... Ba mẹ cho con một ít và có riêng cho mình một ít. Đầu tiên, ba mẹ đưa vài miếng bánh cho con và hỏi:

Con có muốn ăn một miếng bánh của ba/mẹ không?

Sau đó ba mẹ hỏi:

Cho ba/mẹ một miếng bánh của con được không?

Sau khi hỏi, ba mẹ đợi một chút xem con có đưa bánh của con cho ba mẹ không. Ba mẹ cứ kiên nhẫn hỏi cho đến khi con đưa ba mẹ bánh. Ba mẹ cũng có thể nhẹ nhàng đặt miếng bánh con đang cầm vào tay ba mẹ. Khi đó, ba mẹ nói ngay:

Ôi! Cảm ơn con đã chia sẻ bánh với mẹ! Con thật tốt bụng.

Một khi con hiểu ý nghĩa của việc chia sẻ, ba mẹ có thể thử cho con chia sẻ những thứ khác khi chơi như đồ chơi, khối gỗ, sách...



Làm Theo Yêu Cầu

- ✓ Giúp con học cách làm theo hướng dẫn
- ✓ Giúp con phát triển trí nhớ

Ở tuổi này, ba mẹ có thể dạy con làm theo yêu cầu/ hướng dẫn. Hãy bắt đầu với các yêu cầu/ hướng dẫn đơn giản như:

Con bỏ giấy vào thùng rác nhé.

Ba mẹ gọi tên con và lặp lại lời yêu cầu để con biết ba mẹ đang chỉ dẫn cho con. Nếu con cần giúp đỡ, hãy nắm lấy tay con và hướng dẫn con từng bước một. Ví dụ, bước 1: ba mẹ giúp con nhặt giấy lên, bước 2: cùng con mang giấy đến thùng rác; bước 3: chỉ tay vào thùng rác và nói con bỏ vào. Khi con hoàn thành nhiệm vụ, ba mẹ nói:

Con biết bỏ giấy vào thùng rác rồi!

Khi đưa ra lời yêu cầu, ba mẹ nhớ để ý xem con đã biết những từ nào rồi. Con có biết từ “giấy”, “thùng rác” không? Chỉ sử dụng những từ con biết khi đưa ra lời yêu cầu chỉ dẫn. Ví dụ:

**An ơi, mang giày của con lại đây cho mẹ.... Cảm ơn An đã mang giày lại đây!
Bây giờ con mang giày vào nhé.**

Khi con gần hai tuổi, con sẽ có thể làm theo lời yêu cầu hai bước. Ví dụ:

Con mang giày của con lại đây rồi ngồi xuống ghế.



Góc Bình Tĩnh

- ✓ Con học cách xử lý những cảm xúc to lớn
- ✓ Giúp ba mẹ giữ an toàn cho con

Ở 12-24 tháng tuổi, trẻ con nổi cơn thịnh nộ là chuyện bình thường. Hãy giúp con vượt qua những cảm xúc to lớn đó. Ba mẹ hãy chuẩn bị một không gian an toàn cho con trầm tĩnh (không gian này đủ an toàn để con không bị té/ bị thương/ bị đau). Giường, nệm/ ghế sofa có gối là một vài ví dụ. Ba mẹ cần ở bên cạnh để giúp con bình tĩnh lại.

Ba mẹ cố gắng tìm hiểu xem con đang muốn nói gì qua hành động của con. Nếu con cảm thấy đói bụng, mệt mỏi hoặc khó chịu, khả năng cao là con muốn thể hiện sự khó chịu ra ngoài.

Khi thể hiện cảm xúc to lớn, con nhận biết con là một cá thể riêng biệt. Con học được rằng con có những mong muốn của con và những mong muốn này có thể không giống người khác. Khi con tức giận, con có thể đập đầu xuống đất, đá, đánh, nhéo.... làm đau chính mình hoặc những người xung quanh. Vì thế, việc chuẩn bị sẵn một không gian an toàn để có thời gian bình tĩnh lại vô cùng quan trọng.

