

PHÁT TRIỂN SỰ TỰ TIN CHO TRẺ 0-12 THÁNG

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



Chơi Với Bạn

- ✓ Ba mẹ có con nhỏ kết nối với nhau
- ✓ Cho con cơ hội khám phá thế giới và mọi người xung quanh

Ba mẹ sắp xếp thời gian để gặp bạn bè hoặc người thân có con nhỏ cùng độ tuổi. Ba mẹ trải một tấm chăn mềm, cho hai em bé ngồi đối diện nhau, hoặc nằm sấp đối diện nhau (nếu em bé chưa biết ngồi). Ba mẹ ngồi gần đó, cho các con tự khám phá thế giới xung quanh và chơi với nhau. Ba mẹ đừng chỉ đạo trò chơi và xen vào nhiều quá!

Khi hai đứa trẻ nhìn nhau, nghịch ngợm tay chân của nhau, thậm chí bò lên người nhau, ba mẹ hãy cho phép hai con làm điều đó. Ở độ tuổi này, trẻ con rất thích khám phá cơ thể (bàn tay, ngón tay, bàn chân, ngón chân....) của người khác!

Hoạt động này dành cho trẻ con từ ba tháng tuổi trở lên. Khi làm hoạt động này, ba mẹ lưu ý là cả hai em bé đều khỏe mạnh. Ba mẹ cần ngồi bên cạnh toàn thời gian để quan sát để đảm bảo các con không vô tình kéo tóc nhau hay lỡ tay chọc vào mắt nhau.



Xin Chào, Tạm Biệt

- ✓ Con học được giờ kết thúc hoạt động và bắt đầu hoạt động tiếp theo

Ba mẹ giúp con hiểu được khái niệm "kết thúc" một hoạt động bằng cách dạy con hai từ "Xin chào" và "Tạm biệt". Ví dụ: khi đến một nơi nào đó, ví dụ: công viên, nhà hàng, thư viện, hoặc khi bắt đầu một hoạt động chơi nào đó, ba mẹ hãy nói:

Xin chào công viên!

Xin chào xe lửa!

Nếu là công viên, ba mẹ hãy nói "xin chào" với tất cả mọi thứ trong công viên. Ví dụ: chào cầu trượt, chào xích đu, chào sân cỏ.... Nếu là đồ chơi, ba mẹ hãy nói xin chào với tất cả các đồ chơi. Ví dụ: chào xe lửa màu đỏ, chào xe lửa màu xanh, chào xe lửa nhiều tầng.

Khi ba mẹ nói "Xin chào", con có thời gian làm quen với hoạt động/ đồ chơi mới và đỡ bị lạ lẫm với môi trường xung quanh.

Chào xích đu, chào cầu trượt, chào sân cỏ!

Chào xe đỏ, chào xe xanh, chào xe hai tầng!

Khi hết giờ, ba mẹ nói "Tạm biệt." Ví dụ: khi đến giờ về hoặc hết giờ chơi, ba mẹ nói:

Tạm biệt xích đu, tạm biệt cầu trượt, tạm biệt sân cỏ!

Tạm biệt xe đỏ, tạm biệt xe xanh, tạm biệt xe tầng.

Khi ba mẹ nói lời chào "Tạm biệt", con được báo hiệu đã đến giờ kết thúc hoạt động này và chuyển sang hoạt động tiếp theo.



Ba Mẹ Ngay Đây

- ✓ Con cảm nhận được sự quan tâm và yêu thương
- ✓ Con xây dựng lòng tin và cảm giác an tâm
- ✓ Con giảm dần hành vi khóc lóc để được chú ý

Khi ba mẹ nghe con khóc hoặc thấy con đang khó chịu, hãy cố gắng đáp hồi với con càng nhanh càng tốt. Ba mẹ hãy cho con biết rằng ba mẹ đang ở bên con, bằng cách nói lên cảm xúc của con.

Con đang khó chịu à?

Hãy đến và dỗ dành con. Ba mẹ có thể ẵm con lên, ôm con vào lòng, lắc lư con, và nhẹ nhàng nói:

Ba mẹ ngay đây. Không sao đâu.

Ở độ tuổi này, khi con khóc, là hét, và nhăn nhó là những tín hiệu cho thấy con cần được giúp. Ngay cả khi không có chuyện gì nguy hiểm, ba mẹ hãy đến với con ngay lập tức. Ngoại trừ những lúc ba mẹ thực sự quá bận và không thể đến với con, mọi việc khác như lau nhà, rửa chén, dọn dẹp, nhắn tin... đều có thể để sau. Khi con khóc, nghĩa là con cần được quan tâm và giúp đỡ.



Âu Yếm Con

- ✓ Con xây dựng được lòng tin với ba mẹ và người thân
- ✓ Con nhận thức được các bộ phận cơ thể qua sự vuốt ve và âu yếm
- ✓ Con hiểu được sự gắn bó và sợi dây tình cảm

Ba mẹ hãy dành thật nhiều thời gian để ôm, âu yếm và nói chuyện với con. Nếu thời tiết không quá lạnh, ba mẹ cho con da kề da, xoa lưng con, vuốt ve con, lắc tay lắc chân con, hôn con và nói cho con biết:

Ba mẹ thương con!

Ba mẹ ru con, hát cho con, đọc sách cho con và trò chuyện với con. Chờ đợi và cho con nhiều cơ hội để phản hồi.

Ở độ tuổi này, con cần được vuốt ve và âu yếm. Trong suy nghĩ của con, ba mẹ là tình yêu.

Bên Con Thật Hạnh Phúc!

- ✓ Con học được rằng con là món quà đặc biệt của ba mẹ

Ba mẹ hãy cho con biết ba mẹ thương con nhiều như thế nào. Ba mẹ hãy thể hiện qua ánh mắt, lời nói, giọng điệu và biểu cảm (cảm xúc) trên khuôn mặt của mình. Những lúc con thức dậy, những lúc ba mẹ đi làm về, con đợi chờ sự quan tâm và phản hồi của ba mẹ. Mỗi khi nhìn thấy con, ba mẹ hãy nở một nụ cười thật tươi, và nói:

Con ơi! Được gặp con rồi. Ba mẹ vui quá!

Dành vài phút nói chuyện với con, dành trọn vẹn sự chú ý cho con.

