



8 Tháng Đến 18 Tháng



SỰ PHÁT TRIỂN XÃ HỘI – CẢM XÚC

Trẻ tìm hiểu về cảm xúc và các mối quan hệ như thế nào?

Sự phát triển xã hội – cảm xúc Giới thiệu

Cách thức các trẻ suy nghĩ và điều hợp

- bản thân,
- cảm xúc và hành vi, và
- mối quan hệ của mình

...là những gì chúng ta gọi *quá trình phát triển xã hội-cảm xúc*.

Quá trình phát triển các kỹ năng này rất quan trọng đối với sự thành công của các trẻ trong trường học cũng như là các kỹ năng khác, chẳng hạn như ngôn ngữ và khả năng đọc viết và toán học. Trong suốt thời gian năm tuổi đầu tiên, các trẻ sẽ học cách...

- điều hợp hành vi của riêng mình,
- nhận biết, giải thích và điều hợp cảm xúc của chúng,
- thông báo và hồi đáp một cách chu đáo các cảm xúc của những người khác,
- tương tác với bạn bè,
- trở thành một thành viên của nhóm, hoặc
- phát triển các mối quan hệ thân mật với người lớn, bao gồm cha/mẹ, các thành viên khác trong gia đình, và giáo viên.

Các trẻ học những kỹ năng xã hội-cảm xúc này trong các mối quan hệ thân mật với người lớn thông qua quá trình giao tiếp qua lại, chia sẻ các trải nghiệm và hướng dẫn chăm sóc. Việc vui chơi cũng chủ yếu giúp đỡ các trẻ học tập những kỹ năng này. Qua việc vui chơi, các trẻ thực hành những kỹ năng xã hội của mình, khám phá cảm xúc, thử các hành vi mới và tiếp nhận phản hồi từ những người khác. Việc vui chơi cho phép các trẻ học nhiều hơn về bản thân và những người khác, đồng thời phát triển các kỹ năng giao tiếp và tương tác của chúng.



Trẻ tìm hiểu về cảm xúc và các mối quan hệ như thế nào?

SỰ PHÁT TRIỂN XÃ HỘI – CẢM XÚC

Giới thiệu

Con tôi sẽ học hỏi những gì về bản thân và cảm xúc của chúng?

- Vào lúc 18 tháng, con quý vị nhận biết tên mình và có thể để cho quý vị biết chắc chắn nhiều hơn những gì trẻ cần sử dụng cử chỉ, âm thanh và một vài tiếng.
- Trẻ có thể truyền đạt cơn đói và buồn ngủ.
- Trẻ có thể cho quý vị biết nếu trẻ muốn tự vui chơi, đi ra ngoài, hoặc làm một việc gì đó.
- Trẻ hào hứng thử các ý kiến của riêng mình và có thể sẽ bắt đầu không làm những gì quý vị nói trẻ làm, nhưng quý vị cũng vẫn rất quan trọng đối với trẻ. Trẻ muốn chia sẻ các ý kiến của mình với quý vị, sẽ được quý vị dỗ dành, và để biết nơi quý vị có mặt.
- Bởi vì trẻ có thể nhớ các đồ vật rất rõ, trẻ cũng có nhiều cảm xúc. Nếu quý vị cất đi một đồ vật gì đó mà trẻ đã chơi, trẻ có thể khóc lâu, cho dù quý vị cho trẻ các đồ vật thú vị khác để chơi bởi vì trẻ vẫn còn nhớ rằng trẻ đã thích một đồ vật gì nữa.
- Trẻ cũng đang bắt đầu thấy mình khác biệt với quý vị, và vì vậy có lúc đã chống lại ý tưởng của quý vị. Ngay khi trẻ biết nói, “Không,” trẻ có nhiều cách dùng nó. “Không, con sẽ không mặc quần áo.” “Không, con sẽ không đánh răng.” “Không, con sẽ không dịu dàng với con mèo.” Trong khi thách thức cha/me, sự linh động của tính độc lập của trẻ giúp trẻ hình dung ra rằng nó không giống quý vị—thay vì trẻ là một người khác và khác biệt với quý vị.
- Trẻ trải nghiệm nhiều cảm xúc ở độ tuổi này. Trẻ có thể rất hào hứng, rất buồn, rất thất vọng, rất đằm thắm, rất vui và cũng có thể bắt đầu trở nên sợ hãi.

Trẻ sẽ học hỏi gì về những người khác và các mối quan hệ?

- Con quý vị được 18-tháng tuổi rất quan tâm đến mọi người—cả người lớn và trẻ em. Trẻ thích ở bên những người lớn quen thuộc và dành một khoảng thời gian để hâm nóng mối quan hệ với những người mới. Trẻ thường quan tâm đến các trẻ khác và có thể cho quý vị thấy bằng cách đi thẳng đến và chơi đùa kể bên chúng, lấy đồ chơi của chúng hoặc quan sát chúng từ đằng xa. Tất cả những điều này chứng tỏ sự quan tâm của trẻ đến các bạn đồng trang lứa, nhưng trẻ vẫn có những kỹ năng chỉ mới bắt đầu trong việc chơi đùa thực sự với các bạn. Chờ đến lượt mình thật khó vì trẻ không thực sự hiểu được thời gian hoạt động như thế nào, cho nên trẻ lo lắng rằng sẽ không bao giờ đến lượt mình.
- Trong khi trẻ đang quan tâm đến cảm xúc mà người khác biểu lộ ra, và đôi khi còn bận tâm khi ai đó đang khóc, trẻ vẫn không hiểu được cảm xúc của người khác. Trẻ thường tin rằng những người quanh mình cũng cảm thấy giống như mình, vì vậy trẻ có thể ngạc nhiên khi trẻ đánh người nào đó, và người ta bắt đầu khóc.



Các gợi ý để hỗ trợ con quý vị học hỏi về bản thân như một con người, học hỏi về cảm xúc của mình và học hỏi về những người khác:

Học hỏi về bản thân như một con người

- Khuyến khích trẻ làm cho bản thân mình nhiều bao nhiêu tùy thích. Các trẻ nhỏ mới biết đi thích tham gia, học tập các kỹ năng mới và cảm thấy như chúng đang giúp đỡ. Trẻ có thể...

Cho dù quý vị phải tốn công hơn một chút, các cơ hội này giúp trẻ cảm thấy mình khéo léo, hữu ích và thành thạo và khuyến khích trẻ duy trì việc phát triển và phát huy các kỹ năng của mình.

- giúp tự mặc quần áo và cởi quần áo, tự ăn, đổ nước của riêng trẻ từ một bình nước nhỏ sang ly của mình, giúp rửa rau quả, bỏ đồ chơi vào giỏ hoặc quét sàn bằng chổi nhỏ.
- Có thể phải mất thêm thời gian để trẻ tự làm những việc này, nhưng kiểu mất thời gian như vậy đối với trẻ lại khiến trẻ biết là quý vị nghĩ là trẻ có khả năng.
- Thật hữu ích khi phân chia các công việc này thành các bước dễ dàng hơn cho trẻ, ví dụ: giữ quần khi trẻ đang xỏ chân vào quần hay giúp trẻ tìm lỗ để xỏ tay vào áo trước khi trẻ thử mặc áo.
- Khi trẻ nói, "không," hoặc sẽ không làm những gì quý vị muốn trẻ làm, hãy nhớ rằng trẻ đang luyện tập để trở thành người của riêng mình.
- Ngay cả khi quý vị cần ngăn chặn trẻ lại hoặc thiết lập một giới hạn cho trẻ, quý vị có thể cho trẻ biết quý vị hiểu rằng trẻ có một ý tưởng hay.
 - “Mẹ sẽ ngăn chặn không cho con kéo đuôi mèo.” (giới hạn)
 - “Có vẻ như con đang quan tâm đến con mèo và đuôi mèo mềm mại và dài.” (nói rõ ý tưởng hay của trẻ)
 - “Khi con kéo tai mèo, mèo đau và kêu meo meo và chạy mất.” (cho trẻ thông tin)
 - “Nếu con muốn chơi với mèo con, con có thể vuốt ve lưng nó một cách dịu dàng hoặc lắc lư sợi dây để nó đuôi theo.” (đưa ra các lựa chọn và cách khác để diễn đạt ý tưởng của trẻ)
 - “Con có thể dịu dàng với con mèo hoặc mẹ sẽ giúp con đi đến phòng khác và tìm một việc gì khác để làm được không?” (việc thực hiện/đưa ra hai khả năng có thể xảy ra để giữ cho con mèo an toàn)

Học hỏi về các cảm xúc của riêng mình

- Giúp trẻ hiểu được cảm xúc của mình bằng cách đề nghị đặt tên cho chúng (“Mẹ không biết con đang cảm thấy...hay không” “Có vẻ như con đang cảm thấy...”).
 - “Mẹ thấy con đang khóc đó. Có vẻ như con đang cảm thấy buồn.”
 - “Khi con cố xếp các hình khối, và chúng đổ xuống, điều đó có thể làm con thất vọng.”
 - “Mẹ có thể thấy con hào hứng như thế nào khi đi đến công viên.”
- Giúp trẻ biết những gì tạo nên cảm xúc.
 - “Con ngã xuống. Mẹ không biết con có bị đau và hơi hoảng sợ hay không.”
 - “Khi con nói tạm biệt với mẹ, đôi khi con cảm thấy buồn.”
 - “Trông con có vẻ rất vui khi con đang chơi đùa với anh con.”
- Giúp trẻ tìm kiếm những cách an toàn để biểu lộ cảm xúc của mình



Trẻ tìm hiểu về cảm xúc và các mối quan hệ như thế nào?

SỰ PHÁT TRIỂN XÃ HỘI - CẢM XÚC

- “Nếu con đang bực bội, con có thể nói cho bạn con biết, ‘Mình đang bực bội nè.’”
- “Nếu con đang bực bội và muốn đánh vào một vật gì đó, con có thể đánh vào cái gối này nhé.”
- Nếu trẻ tỏ ra thích thú khi các trẻ khác biểu lộ cảm xúc, quý vị có thể mô tả cho trẻ biết chuyện gì sẽ xảy ra.
 - “Lola vừa mới chào tạm biệt cha mình. Trẻ có vẻ buồn. Có thể trẻ đang nhớ đến cha mình.”
- Quý vị có thể sử dụng các quyển sách nói về cảm xúc hoặc hình ảnh biểu hiện cảm xúc để gọi tên và nói chuyện về cảm xúc của các trẻ.
- Cho gắn một chiếc gương ngang tầm của con quý vị. Trẻ có thể thích ngắm khuôn mặt mình khi đang có tâm trạng nào đó hay khi đang tập biểu hiện các cảm xúc khác nhau.
- Khi con quý vị sợ hãi, hãy ở gần và đỡ dành. Đôi khi con quý vị không muốn được thoát khỏi hoàn cảnh sợ hãi, mà chỉ muốn quý vị ở đó để giúp đỡ mình. Nếu trẻ sợ chú chó thân thiết của người hàng xóm, quý vị có thể ngồi xuống cạnh trẻ, ôm trẻ và nói chuyện về con chó. Thường thì việc hiện diện của quý vị và một số thông tin và sự tương tác an toàn sẽ giúp trẻ bớt sợ hơn. Nếu trẻ muốn bỏ đi, hãy nhận lấy các manh mối của quý vị từ trẻ. Đôi khi chụp hình những sự vật đáng sợ và để cho con quý vị cầm và nói chuyện về tấm ảnh sẽ giúp trẻ hết sợ.
- Cho trẻ biết rằng tất cả cảm xúc của trẻ đều lành mạnh và quý vị sẽ lắng nghe hoặc thừa nhận cảm xúc của mình.

Việc này cho phép trẻ tin tưởng quý vị bằng cảm xúc của trẻ và không còn cảm thấy như trẻ che giấu cảm xúc của trẻ với quý vị nữa.

Học hỏi về những người khác

- Dành thời gian trong các tình huống mới để giúp con quý vị thích hợp với người mới. Nếu định nhờ một người bạn của gia đình trông coi trẻ khi quý vị vắng nhà, hãy mời cô ta đến ở nhà quý vị ngày hôm trước hay vài tiếng đồng hồ để thăm và chơi với trẻ trước khi quý vị vắng nhà. Càng thân thuộc với người mới, trẻ càng thoải mái khi quý vị rời nhà.
- Khi con quý vị bắt đầu được giới thiệu, hãy bảo đảm trẻ phải có thời gian để nhận biết người chăm sóc và môi trường mới.
 - Đến thăm và ở lại với trẻ vài đôi lần để trẻ có thể kiểm tra cùng với quý vị khi trẻ đang khám phá môi trường mới.
 - Tự nhận biết người chăm sóc mới, để quý vị tự tin khi để con mình lại với họ.
 - Trước hết hãy tập xa con trong những khoảng thời gian ngắn hơn, để trẻ biết rằng dù sao quý vị cũng sẽ trở về.
- Tạo các cơ hội cho trẻ để chơi đùa với các trẻ khác (ở công viên, với những người hàng xóm hoặc gia đình, trong các lớp học giữ trẻ hoặc dành cho cha mẹ/con cái).
 - Nhớ rằng khi ham thích chơi đùa với những đứa trẻ khác, không phải lúc nào trẻ cũng biết cách chơi đùa với chúng, và có thể còn có sự xung đột về đồ chơi hay sự lưỡng lự tham gia trò chơi.
 - Giám sát trẻ chặt chẽ ở độ tuổi này khi trẻ đang chơi đùa với các trẻ khác. Trẻ có thể cần giúp đỡ để giải các ý tưởng và cảm xúc của mình và lắng nghe các ý tưởng của những người khác.

allaboutyoungchildren.org/vietnamese/