



## Mới Sinh Đến 8 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?*

- Học về mình như một con người bắt đầu từ sơ sinh. Các trẻ mới sinh ra có nhiều khả năng—nhìn, nghe, ăn, phát âm (khóc và la)—nhưng đối với chúng mọi việc đều mới.
- Điển hình là các trẻ mới sinh ra đời đều sẵn sàng quan hệ với mọi người, tiếp xúc bằng mắt và chẳng bao lâu, sẽ mỉm cười.
- Các trẻ rất quan tâm đến những người xung quanh chúng và các trẻ học về bản thân chúng qua việc tương tác với người thân của mình (đó là những người chăm sóc các trẻ). Ví dụ: một trẻ khóc vì một điều gì đó bên trong trẻ không cảm thấy đúng. Khi cha/mẹ trẻ cho trẻ bú sữa, trẻ cảm thấy khỏe hơn, chẳng bao lâu, trẻ được biết rằng cảm xúc bên trong được gọi là “đói,” và con đói sẽ qua đi khi sữa đến.
- Con quý vị cũng đang học cách cảm nhận của người thân về mình. Khi người thân của trẻ mỉm cười, nói chuyện, lắng nghe, đáp lại tiếng khóc của trẻ và chăm sóc trẻ, trẻ được biết rằng trẻ đáng yêu và quan trọng.

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

- Con quý vị cũng sẽ học về những người mà trẻ sống chung. Trẻ nhận biết những người thân của trẻ và sẽ mỉm cười với họ và nhìn họ lâu hơn là khi nhìn những người lạ.
- Trẻ sẽ chọn ở với những người thân và sẽ tìm kiếm họ trong các tình huống mới hoặc không chắc chắn.
- Trẻ quan sát cẩn thận về những biểu lộ của người thân về các tín hiệu—họ có đang mỉm cười không? họ có căng thẳng không? họ có buồn không?—và trẻ dùng các gợi ý này để giúp hiểu được thế giới của trẻ. Nếu cha/mẹ trẻ đang bế trẻ và một người mới đi đến nói “chào,” trẻ thường nhìn vào mặt cha/mẹ để kiểm tra việc hồi đáp của mình trước khi tương tác với người mới.
- Trẻ đang bắt đầu dự đoán cách tương tác nào đó với những người có thể đi đến. Khi trẻ cười toe toét với quý vị, trẻ mong chờ quý vị sẽ cười lại. Khi trẻ vươn tới quý vị, bây giờ trẻ biết trước rằng quý vị sẽ bế trẻ lên.
- Trẻ chưa biết rằng những người khác có cảm xúc khác với bản thân trẻ, nhưng trẻ đang bắt đầu biểu lộ cảm xúc của mình rõ ràng hơn và rất hứng thú quan sát các biểu lộ của những người khác.



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

**SỰ PHÁT TRIỂN XÃ HỘI – CẢM XÚC**

## 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

- Mỉm cười với con quý vị và nói chuyện với trẻ thường xuyên. Lắng nghe và đáp lại tiếng thì thầm của trẻ và các âm thanh khác.

*Các tương tác đáng yêu này giúp con quý vị tự cảm thấy vui sướng và biết rằng mình đáng yêu và được tôn trọng.*

- Đáp lại nhanh chóng khi con quý vị đang đói, buồn ngủ hoặc cần thay tã hoặc sự chú ý của quý vị.

*Việc này sẽ giúp con quý vị cảm thấy an toàn, yêu mến và tin cậy vào thế giới này.*

- Nói chuyện với con quý vị. Bằng cách này, quý vị bắt đầu dạy cho trẻ các từ về những gì trẻ đang làm.
  - “Mẹ biết con đang khóc nè. Mẹ nghĩ con đang đói. Mẹ sẽ chuẩn bị sẵn sàng để có thể cho con ăn nè.”
  - “Con đã chơi đùa lâu rồi. Con đang dụi mắt à. Mẹ nghĩ con đang mệt. Để mẹ tìm cái mền ưa thích của con, và mẹ sẽ đặt con xuống ngủ trưa nhé.”
  - “Mẹ thấy con đang cố gắng lật sấp người lại, và đang bị vướng vì cánh tay kia, nhưng con vẫn cứ cố lật người khi bị vướng như vậy. Mẹ biết con sẽ đoán được điều đó.”
- Chơi các trò chơi với con quý vị.
  - Các trò chơi đơn giản như ú òa khiến con quý vị say mê và giúp nhắc nhở trẻ rằng quý vị đi khỏi, nhưng luôn luôn trở về.
  - Nói rõ các bộ phận cơ thể của trẻ cũng có thể là một hoạt động đùa nghịch: “Mũi con ở đâu?” Và sau đó chỉ hoặc sờ vào mũi khi quý vị nói mũi. “Tai con ở đâu?” Và sau đó chỉ hoặc sờ vào tai khi quý vị nói tai.
- Lôi kéo con quý vị vừa làm vừa vui đùa trong công việc hàng ngày như mặc tã và quần áo.
  - “Con có thể cầm cái tã khô khi mẹ cởi tã ướt của con ra không?” “Chúng ta sẽ mặc quần vào...chân con đâu rồi? Ô, chân đây này! Chân đang giấu trong cái quần con nè”
  - Tất cả trò chơi này giúp con quý vị biết về cơ thể của trẻ và cách hoạt động của cơ thể, đồng thời cũng giúp con quý vị tự cảm thấy vui sướng!

### Học hỏi về các cảm giác của riêng mình

- Con quý vị sẽ truyền đạt cho quý vị qua tiếng khóc, đặc biệt trong tháng đầu đời. Đáp lại bằng cách chăm sóc, thương yêu khi con quý vị khóc và tỏ ra đau đớn.
- Điều quan trọng là cố suy nghĩ cách thức và những gì con quý vị đang đòi hỏi khi khóc. Nhưng cho dù quý vị đã cố mọi thứ mà trẻ vẫn còn khóc, trẻ sẽ cảm kích khi quý vị ôm trẻ một cách âu yếm và nói với trẻ rằng quý vị vẫn còn ở đó với trẻ. Sự hiện diện im lặng của quý vị sẽ giúp trẻ cảm thấy dễ chịu hơn cho dù trẻ vẫn không ngừng khóc.
- Nói chuyện với con quý vị. Bằng cách này, quý vị bắt đầu dạy cho trẻ các từ về những gì trẻ đang cảm nhận. Các trẻ mới sinh nhạy cảm với chuyện la hét và những cách thể hiện cơn giận khác và có thể sợ hãi hay bối rối khi thấy điều đó, cho dù quý vị không nổi giận với trẻ.



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

**SỰ PHÁT TRIỂN XÃ HỘI – CẢM XÚC**

- “Mẹ biết con đang khóc nè. Con sẽ cảm thấy buồn khi ba đã đi ra ngoài không?”
- “Con đang vẫy tay ở đâu đâu vậy. Con có vẻ rất hào hứng khi nhìn thấy ba!”
- Nhận biết cách quý vị đang biểu lộ cảm xúc trước mặt con mình. Trẻ dễ nhạy cảm và sẽ học cách biểu lộ của riêng mình bằng cách nhìn quý vị.

## Học hỏi về những người khác

- Dành thời gian trong các tình huống mới để giúp con quý vị thích hợp với người mới. Một số trẻ mới sinh thích nhìn mọi người một lúc trước khi chúng được họ bế.
- Nếu quý vị sẽ có kế hoạch cho một người mới chăm sóc con quý vị, hãy dành một ít thời gian giúp con quý vị cảm thấy thoải mái với người mới. Quý vị có thể thăm người mới cùng với con mới sinh của mình từ một giờ trở lên trước khi rời khỏi. Những lần đầu tiên quý vị rời khỏi con mới sinh của mình cùng với người mới, hãy trở lại sau một hay hai giờ, để trẻ bắt đầu hiểu là quý vị đi xong rồi sẽ lại về.

[allaboutyoungchildren.org/vietnamese/](http://allaboutyoungchildren.org/vietnamese/)