

Trẻ Mới Biết Đi Hay Cắn

TẠI SAO TRẺ MỚI BIẾT ĐI HAY CẮN?

Cắn là một hành vi điển hình của trẻ mới biết đi. Bé có thể cắn vì chúng:

- Thiếu ngôn ngữ cần thiết để thể hiện những nhu cầu quan trọng hoặc cảm xúc mạnh mẽ như giận dữ, thất vọng, vui vẻ, lo lắng, v.v.
- Bị choáng ngợp bởi âm thanh, ánh sáng, sự tiếp xúc hoặc mức độ hoạt động.
- Đang thử nghiệm xem điều gì sẽ xảy ra.
- Muốn sự chú ý của quý vị.
- Đang quá mệt mỏi.
- Đang chán hoặc cần thời gian chơi tích cực hơn.
- Đang mọc răng, có nhu cầu kích thích bằng miệng, hoặc cả hai.



Biết lý do con quý vị cắn là bước đầu tiên để kiểm chế hành vi đó. Hãy là một thám tử. Quan sát để biết điều gì đang xảy ra ngay trước khi bị cắn. Con quý vị có bị choáng ngợp trên sân chơi không? Hay chúng có xu hướng cắn khi đạt đến giới hạn bức bối? Hãy nhớ rằng cắn là một giai đoạn sẽ qua đối với hầu hết trẻ mới biết đi. Chúng sẽ không cắn nhiều khi trưởng thành và có được ngôn ngữ mới cũng như kỹ năng tự điều chỉnh.

CÁC CHIẾN LƯỢC ĐỂ TRÁNH BỊ CẮN:

- **Ở gần và ngăn chặn bất kỳ hành vi cắn nào quý vị nhìn thấy.** Ngăn trẻ cắn là chiến lược hiệu quả nhất. Nếu quý vị nhận thấy sắp xảy ra, hãy đặt tay quý vị trước miệng trẻ để ngăn trẻ cắn.
- **Cung cấp hỗ trợ trong việc chia sẻ.** Sử dụng đồng hồ hẹn giờ trong bếp để nhắc nhở trẻ bằng trực quan về thời gian mỗi trẻ có thể chơi một món đồ chơi. Có vấn đề với việc chia sẻ là một trong những nguyên nhân phổ biến nhất dẫn đến hành vi cắn.
- **Hãy nhất quán với câu trả lời của quý vị.** Nếu con quý vị cắn quý vị, hãy nói và làm điều tương tự mỗi lần. Ví dụ: đặt trẻ xuống và nói: “Con không được cắn nhé. Cắn đau lắm đấy.”
- **Đọc sách về hành vi cắn.** *Good Biting, Bad Biting* của Sally Haas và *No Biting!* của Karen Katz là hai ví dụ điển hình. Khi quý vị đọc, hãy hỏi con quý vị cảm giác của các nhân vật khác nhau như thế nào.

PHẢI LÀM GÌ KHI TRẺ CẮN?

- **Hãy kiểm soát cảm xúc của chính mình.** Khi trẻ cắn, quý vị có thể cảm thấy bức bối, khó chịu, xấu hổ hoặc lo lắng. Tất cả những cảm giác này là bình thường nhưng phản ứng khi quý vị bức tức không có ích gì. Hãy dành một chút thời gian để bình tĩnh lại. Đếm đến 10, hít một hơi thật sâu hoặc làm bất cứ điều gì có ích cho quý vị. Hãy tìm thêm các mẹo trong các bài viết [Cơn Giận Dữ](#) và [Thiết Lập Giới Hạn](#) của chúng tôi.
- **Tập trung chú ý vào đứa trẻ bị cắn.** Đảm bảo rằng đứa trẻ bị cắn được an ủi, an toàn và yên tâm. Hãy nhận xét về cảm giác của chúng: “Joaquin, cháu ổn chứ? Cắn thật sự rất đau. Có vẻ không sao, cháu có muốn chườm đá không?” Hãy ngắn gọn, đơn giản và rõ ràng. Giúp đứa trẻ bị tổn thương quay lại chơi. Tránh làm xấu hổ đứa trẻ đã cắn.
- **Hãy cho con quý vị biết rằng cắn người là không tốt.** Sử dụng giọng nói nghiêm túc, kiên định để truyền tải thông điệp “không được cắn”. Nhưng cố gắng đừng la hét.
- **Hãy dành chút thời gian để suy ngẫm về sự việc.** Tường thuật lại chuyện đã xảy ra. Quý vị có thể nói: “Con đã cắn Joaquin khi bạn ấy lấy đồ chơi của con. Lần tới con có thể nói với bạn ấy rằng con muốn lấy lại món đồ chơi đó hoặc ba/mẹ có thể giúp con.”
- **Hãy dành một chút không gian nếu cần.** Không nên bắt trẻ cắn và trẻ bị thương ngay lập tức chơi với nhau trừ khi chúng muốn.
- **Cho con quý vị thứ gì đó mà bé có thể cắn và nhai một cách an toàn.** Điều này có thể hữu ích nếu quý vị cho rằng con mình cắn do cần được kích thích bằng miệng.
- **Hãy giúp chúng vượt qua việc này.** Hãy lưu ý đến cách quý vị phản hồi. Nếu quý vị phản ứng thái quá khi trẻ cắn, điều đó có thể khiến một số trẻ cắn nhiều hơn chỉ để thu hút sự chú ý của quý vị. Chúng học được rằng hành động cắn sẽ thu hút nhiều sự chú ý!

ĐIỀU GÌ SẼ KHÔNG CÓ TÁC DỤNG ĐỂ NGỪNG CẮN?

- **Sự xấu hổ và hình phạt khắc nghiệt không làm giảm hành vi cắn.** Chúng có thể làm tăng nỗi sợ hãi và lo lắng của con quý vị—điều này có thể khiến chúng cắn nhiều hơn.
- **Cắn lại con quý vị không có ích gì.** Không có nghiên cứu nào cho thấy nó làm giảm hành động cắn. Cắn một đứa trẻ sẽ dạy cho chúng rằng cắn người khi tức giận là hành vi chấp nhận được! Hãy nhớ rằng vết cắn của con người có thể nguy hiểm và việc cắn cấu thành hành vi ngược đãi trẻ em. Nếu việc cắn không thuyên giảm, hãy nhờ chuyên gia sức khỏe tâm thần của trẻ sơ sinh đánh giá. (Nó có thể liên quan đến các vấn đề khác.) Nếu quý vị không hài lòng với hành vi của con mình, hãy hỏi Chuyên Gia HealthySteps của quý vị để biết các nguồn lực và hỗ trợ.

