

Thời Kỳ Chuyển Tiếp



CHĂM SÓC NHI KHOA • HỖ TRỢ • NUÔI DẠY CON CÁI
Một Chương Trình thuộc ZERO TO THREE

Trẻ mới biết đi gặp khó khăn trong việc chuyển từ thứ này sang thứ khác. Trẻ ở độ tuổi này thường tập trung vào thời điểm hiện tại. Điều đó khiến trẻ khó khăn khi chuyển đổi. Kể cả khi trẻ hào hứng về những gì sẽ xảy ra tiếp theo, trẻ vẫn có thể phản kháng! Trẻ hành động như vậy do não bộ của trẻ vẫn còn non nớt và đang phát triển chứ không phải vì trẻ đang cố gắng làm khó quý vị hoặc làm quý vị chậm lại.

MỘT SỐ CÁCH GIÚP QUÝ VỊ VÀ CON QUÝ VỊ DỄ DÀNG TRONG THỜI KỲ CHUYỂN TIẾP:

Cho trẻ thời gian để chuẩn bị. Hãy nói với con quý vị rằng quý vị sẽ cất đồ chơi sau 10 phút, rồi 5 phút, rồi 2 phút. Điều đó giúp trẻ biết rằng sự thay đổi đang đến dù trẻ không hiểu được thời gian. Trẻ có thể vẫn không hài lòng, nhưng theo thời gian trẻ sẽ điều chỉnh tốt hơn.

Lên kế hoạch trì hoãn. Hãy chuẩn bị để hướng tới thành công. Thiết lập thời gian để chuyển đổi trong lịch trình hàng ngày của quý vị.

Giao tiếp rõ ràng và phù hợp với trẻ. Con quý vị có thể bận làm những gì chúng đang làm và không nghe thấy quý vị nói. Hãy thử cúi xuống và nhìn vào mắt trẻ. Sau đó, hãy sử dụng ngôn ngữ đơn giản để nói với trẻ rằng sẽ sớm đến lúc phải chuyển đổi. Đôi khi một bàn tay nhẹ nhàng đặt lên vai trẻ hoặc một cử chỉ nào đó có thể thu hút sự chú ý của trẻ.

Hãy thử đồng hồ hẹn giờ. Một số trẻ phản ứng tốt với đồng hồ hẹn giờ. Bằng cách đó, quý vị không phải là người nói rằng trẻ phải ngừng chơi. Quý vị có thể nói bộ đếm thời gian nói vậy!

Hãy nhờ búp bê hoặc thú nhồi bông giúp quý vị. Con quý vị có thể chuyển tiếp dễ dàng hơn khi có bạn búp bê hoặc chăn yêu đồng hành (xem bài viết [“Cục Cưng”, Gấu Bông và Chăn Yêu](#)).

Tạo một nghi thức. Đôi khi một thói quen hoặc bài hát đặc biệt có thể là một phần của quá trình chuyển đổi hàng ngày. Quý vị có thể hát bài hát “đi ăn sáng” hoặc thực hiện điệu nhảy “đi lên xe”. Quý vị cũng có thể giao cho con mình một công việc nhỏ để giúp chúng chuyển từ việc này sang việc khác. Quý vị có thể luôn bế trẻ lên để tắt đèn trước khi ra khỏi nhà.



Đưa ra các tùy chọn. Cho phép con quý vị đưa ra lựa chọn khi có thể. Hãy hỏi rằng: “Con muốn mặc áo màu xanh lam hay màu xanh lá?” Quý vị cũng có thể tạo ra lựa chọn nếu con quý vị có vẻ thích điều đó. Ví dụ: con quý vị có thể chọn miếng bánh mì nào để nướng. Cố gắng không đặt câu hỏi khi không có lựa chọn, chẳng hạn như: “Con có muốn lên xe bây giờ không?” vì trẻ có thể nói “Không!”

Hãy biến nó thành một trò chơi hay một cuộc ganh đua. Một cuộc cạnh tranh lành mạnh với con quý vị có thể mang lại động lực (tuy nhiên, cuộc ganh đua giữa anh chị em có thể phản tác dụng). Điều này đặc biệt vui nếu quý vị giả vờ làm sai. Hãy nói rằng: “Hãy xem ai có thể xỏ giày vào chân mình trước!” Sau đó, đặt bàn tay quý vị vào trong giày và nói: “Ba/mẹ thắng rồi!” Khi con quý vị đang cười, quý vị có thể nhanh chóng giúp trẻ xỏ chân vào giày.

Tránh đe dọa. Đe dọa có thể khiến một số trẻ càng ương bướng hơn! Trẻ mới biết đi thường muốn “tự làm”. Động lực muốn độc lập của trẻ có thể khiến trẻ kiên quyết khi cảm thấy bị đe dọa. Tránh xa cuộc tranh giành quyền lực bằng một hoặc nhiều tùy chọn ở trên.

