

Tính Khí



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

CON TÔI CÓ TÍNH KHÍ NHƯ THẾ NÀO?

Mỗi đứa trẻ sinh ra đều có cách tiếp cận thế giới riêng. Điều này đôi khi được biết đến là tính khí. Hiểu rõ tính khí là điều quan trọng do nó định hình hành vi và sự phát triển của trẻ. Ví dụ: con quý vị có thể gặp khó khăn với những thay đổi. Biết được điều này sẽ giúp quý vị hỗ trợ con mình nhiều hơn vào thời điểm đưa đón con đi học. Quý vị có thể tạo thói quen tạm biệt (như một bài hát đặc biệt và ôm) mang lại cảm giác dễ chịu.

KHÔNG CÓ TÍNH KHÍ ĐÚNG HOẶC SAI

Trẻ em không chọn tính khí của mình. Đó chỉ là bản chất của chúng. Đó là lý do tại sao việc chấp nhận con người thật của trẻ là điều quan trọng. Tuy nhiên, một số tính khí dễ xử lý hơn những tính khí khác. Một đứa trẻ mạnh mẽ, dễ phản ứng có thể khó xoa dịu hơn một đứa trẻ thoải mái, linh hoạt. Một đứa trẻ nhút nhát có thể cần được hỗ trợ nhiều hơn để cảm thấy thoải mái khi tham gia vào một nhóm trẻ. Mục tiêu là để giúp con quý vị phát triển bằng cách nuôi dưỡng những điểm mạnh và hỗ trợ khi cần thiết. Khi quý vị nhận thấy tính khí của con mình, quý vị giúp con mình thích nghi, học hỏi và cảm thấy tự tin hơn trong thế giới.

NĂM TRONG SỐ CHÍN YẾU TỐ VỀ TÍNH KHÍ:

- **Tính hòa đồng.** Nghĩa là cách con quý vị thường phản ứng với những điều mới. Một số trẻ “chậm chễ mở”. Chúng cần thời gian và sự hỗ trợ từ người chăm sóc đáng tin cậy để cảm thấy thoải mái trong những tình huống mới. Trẻ theo tư tưởng “Rất vui được gặp mọi người” tiếp cận với những người và tình huống mới một cách háo hức. Chúng kết nối với mọi người bằng cách mỉm cười, thủ thỉ, nói chuyện và nhìn thẳng vào mắt họ.
- **Đối phó với sự thay đổi.** Trẻ em phải đối mặt với nhiều thay đổi trong cuộc đời chúng. Điều này bao gồm các thay đổi nhỏ, như có áo khoác mới, và những thay đổi lớn hơn, như chuyển đến một ngôi nhà mới. Một số trẻ cảm thấy khó khăn với bất kỳ sự thay đổi nào và có xu hướng phản ứng ngay cả với thay đổi nhỏ nhất. Ngay cả một núm vú mới trên bình sữa hay thức ăn mới trên đĩa cũng có thể gây khó khăn cho trẻ vào thời điểm ban đầu. Một số trẻ khác lại dễ tính hơn.



- **Mức độ hoạt động.** Một số trẻ không thiên hướng hành động. Chúng là những “người quan sát” và thích chơi một cách lặng lẽ. Những trẻ này thích tiếp nhận thế giới bằng cách quan sát hoặc lắng nghe. Trong khi những trẻ khác là “người chuyển động và khuấy động”, luôn luôn di chuyển. Chúng thích tiếp cận, bò và khám phá. Những trẻ này không “xấu”, “hoang dại” hay “mất kiểm soát”. Nhưng chúng có thể cần nhiều sự giám sát.
- **Cường độ và phản ứng cảm xúc.** Một số trẻ rất mạnh mẽ. Một số trẻ khác lại nhẹ nhàng hơn và có xu hướng im lặng và ít quấy hơn. Chúng ngủ nhiều hơn bình thường và có thể theo lịch trình nhanh hơn. Những trẻ “phản ứng lớn” nói cho thế giới biết cảm nhận của chúng thông qua tiếng nói và hành động lớn. Chúng thể hiện cảm xúc của mình một cách mãnh liệt. Chúng kêu ré lên khi vui sướng và gào to khi giận dữ. Chúng cũng có thể phản ứng mạnh với những thứ nhỏ nhặt như móc trên áo phông gây ngứa.
- **Khả năng chịu đựng sự nản lòng.** Những đứa trẻ “dễ nản lòng” thường có xu hướng khó chịu ngay khi có điều gì đó không như ý muốn. Chúng gặp khó khăn trong việc chờ đợi và thường bỏ cuộc nhanh chóng khi phải đương đầu với thử thách. Khi chúng suy sụp, hãy cho chúng biết rằng quý vị hiểu. Hãy nói rằng: “Trò ghép hình này khó mà! Con rất tức giận khi mảnh ghép không vừa vặn.” Sau đó hãy huấn luyện chúng suy nghĩ để tìm ra giải pháp.



ĐỪNG QUÊN BẢN THÂN MÌNH

Hãy nhớ rằng quý vị cũng có tính khí. Nếu tính khí của quý vị khác với con mình, quý vị có thể cần thay đổi cách tiếp cận để tạo ra sự “phù hợp”. Sự phù hợp này đã được chứng minh là hỗ trợ sự phát triển lành mạnh của con quý vị. Ví dụ: quý vị có thể thích đọc sách trong im lặng và muốn chia sẻ hoạt động này với con mình. Nhưng nếu chúng có mức độ hoạt động cao, quý vị sẽ thấy rằng trẻ luôn thích các hoạt động chơi tích cực hơn. Một sự thay đổi có thể là diễn lại câu chuyện thay vì ngồi xuống đọc câu chuyện đó. Nếu quý vị khó chịu với tính khí của con mình, hãy trao đổi với Chuyên Gia HealthySteps của quý vị.

QUÉT ĐỂ BIẾT THÊM
THÔNG TIN

