

Chia sẻ



PEDIATRIC CARE • SUPPORTING • PARENTING
A Program of ZERO TO THREE

TẠI SAO HỌC CÁCH CHIA SẺ LẠI KHÓ ĐẾN VẬY?

Trẻ dưới 3 tuổi thường muốn mọi thứ theo ý mình. Các bé tập trung vào cảm xúc và suy nghĩ *của bản thân*. “Con muốn có được thứ mình muốn và con muốn thứ đó ngay bây giờ!” Hành vi này có thể gây lúng túng nhưng lại là điều bình thường. Trẻ nhỏ chưa phát triển khả năng đặt mình vào vị trí của người khác. Điều này không có nghĩa là trẻ hư hay quý vị nuôi dạy con không tốt.

VIỆC QUÝ VỊ CÓ THỂ LÀM

Có nhiều cách để giúp trẻ nhỏ học cách chia sẻ. Sau đây là một vài gợi ý mà quý vị có thể thử. Một số phương pháp có thể sẽ hiệu quả hơn các phương pháp còn lại. Hãy tiếp tục thử những điều mới.

- **Đảm bảo an toàn.** Khi trẻ nhỏ cảm thấy bị đe dọa (chẳng hạn như khi bạn bè hoặc anh chị em cố giành lấy đồ chơi), trẻ có thể phản ứng một cách hung hăng. Khi điều này xảy ra, hãy tiến lại gần và ngăn hành động đánh hoặc túm. Hãy nói một câu đơn giản bằng giọng kiên quyết, chẳng hạn như: “Mẹ/bố không thể để con đánh bạn” hoặc “Con không được túm như thế”. Việc giữ bình tĩnh giúp trẻ cảm thấy an toàn.
- **“Gọi tên cảm xúc để kiểm soát nó”.** Câu nói này của Tiến Sĩ Dan Siegel nhắc nhở quý vị hãy chậm lại và tạo không gian để giải quyết vấn đề một cách bình tĩnh. Khi xung đột xảy ra, điều quan trọng là phải nhận diện được cảm xúc của cả hai đứa trẻ. “Cả hai đứa trẻ đều muốn chơi chung một đoàn tàu! Trẻ đã lấy đoàn tàu đó vì chơi với nó có vẻ rất thú vị”. Thông thường, trẻ phải chờ đến lượt sẽ cảm thấy rất khó chịu. Quý vị có thể nói: “Việc con cảm thấy khó chịu khi phải chờ đợi là điều bình thường. Chờ đợi rất khó khăn!”
- **Cho trẻ “chơi lâu”.** Hãy thử cho trẻ chơi lâu với món đồ chơi. “Con cứ chơi với đoàn tàu bao lâu tùy thích, Sam ạ. Jade sẽ đợi đến khi con chơi xong. Jade, con có muốn đọc sách hay chơi món đồ chơi khác cho đến khi Sam chơi xong không?” Đối với trẻ em, các bé có thể cảm thấy như vừa mới bắt đầu chơi thì bạn chơi cùng đã đòi “đổi lượt”. Đôi lúc, khi trẻ được chơi lâu, các bé nhận ra rằng chơi cùng nhau sẽ vui hơn. (Quý vị cũng có thể cho phép trẻ cất đi món đồ chơi yêu thích nếu việc chia sẻ quá khó khăn.)
- **Sử dụng thiết bị hẹn giờ hoặc đồng hồ.** Trong một số trường hợp, việc để trẻ tự quyết định thời điểm hết lượt chơi của mình là điều không thực tế. Vào những lúc đó, thiết bị hẹn giờ hoặc đồng hồ có thể giúp ích. Lợi ích của thiết bị hẹn giờ là cha mẹ không phải người báo hiệu thời gian đã hết mà là “tiếng chuông”. Quý vị cũng có thể hỏi trẻ xem mỗi lượt chơi nên kéo dài bao lâu. Điều này giúp trẻ có cơ hội đặt ra các quy tắc.

Học cách chia sẻ cần rất nhiều thời gian. Một số người lớn vẫn còn đang luyện tập điều này! Thật dễ cảm thấy căng thẳng khi trẻ tranh giành nhau. Nhưng hãy xem đó là cơ hội để trẻ học tập kỹ năng. Đừng đánh giá thấp khả năng đưa ra những ý tưởng tuyệt vời của trẻ! Hãy hỏi ý kiến các bé. Trẻ có thể nghĩ ra một cách giải quyết vấn đề đầy bất ngờ.



QUÉT ĐỂ BIẾT THÊM
THÔNG TIN

© 2021 ZERO TO THREE. Property of the HealthySteps National Office. Adaptations, reproductions, revisions, excerpts, derivatives including but not limited to translations, and other exploitation of the materials are expressly forbidden without the prior written authorization of ZERO TO THREE.

HS_18-TH_VIE_Sharing