

TỪNG BƯỚC NHỎ MỘT

Quyển 7

Các Kỹ Năng Cá Nhân và Xã Hội

*Các tác giả: Moira Pieterse and Robin Treloar
with Sue Cairns, Diana Uther and Erica Brar
Đại học Macquarie, Sydney*

“Từng Bước Nhỏ Một” là một bộ sách phục vụ chương trình can thiệp sớm dành cho trẻ chậm phát triển trí tuệ. Bộ sách gồm tám quyển và một băng video.

Quyển 1: Giới Thiệu về Từng Bước Nhỏ Một

Quyển mở đầu này giới thiệu nền tảng của Từng Bước Nhỏ Một và đề nghị các phương pháp sử dụng bộ sách.

Quyển 2: Chương Trình Của Con Bạn

Quyển này giải thích cách lựa chọn các mục tiêu cho cá nhân đứa trẻ và hướng dẫn cách giúp trẻ đạt các mục tiêu này trong phạm vi cuộc sống gia đình.

Quyển 3: Các Kỹ Năng Giao Tiếp

Quyển này liên quan đến việc học ngôn ngữ, ở giai đoạn biết nói và chưa biết nói. Đây là loại ngôn ngữ thường được sử dụng trong các tình huống giao tiếp xã hội. Các kỹ năng được dạy thông qua các hoạt động vui chơi và những sinh hoạt thường ngày.

Quyển 4: Các Kỹ Năng Vận Động Thô

Quyển này trình bày các kỹ năng có liên hệ đến các bắp cơ lớn của cơ thể. Các kỹ năng này giúp đứa trẻ ngồi, bò, đi, leo trèo, bắt bóng, v.v... Quyển 4 được viết bởi các nhà vật lý trị liệu có nhiều kinh nghiệm làm việc với trẻ khuyết tật

Quyển 5: Các Kỹ Năng Vận Động Tinh

Các kỹ năng vận động tinh sử dụng các bắp cơ nhỏ của mắt và bàn tay, từ kỹ năng nắm chặt ngón tay của cha mẹ cho đến các kỹ năng phức tạp như vẽ và cắt. Quyển 5 cũng giới thiệu các kỹ năng giải quyết vấn đề và sự phát triển các khái niệm như màu sắc, hình dạng, kích thước.

Quyển 6: Các Kỹ Năng Nhận Biết Ngôn Ngữ

Các kỹ năng nhận biết ngôn ngữ bao gồm việc hiểu ngôn ngữ của người khác. Chúng giúp trẻ hiểu điều người khác đang nói đến, làm theo các chỉ dẫn, và quan trọng nhất là giúp trẻ biết sử dụng ngôn ngữ.

Quyển 7: Các Kỹ Năng Cá Nhân Và Xã Hội

Trong quyển này chúng tôi xem xét các kỹ năng giúp trẻ tạo mối liên hệ với những người khác, giúp trẻ chơi đùa và giúp trẻ có được sự độc lập trong các nhu cầu như ăn, đi vệ sinh, mặc quần áo và chăm sóc bản thân.

Quyển 8: Bảng Liệt Kê Các Kỹ Năng Phát Triển

Bảng liệt kê các kỹ năng phát triển liên kết các phần riêng rẽ của Từng Bước Nhỏ Một lại với nhau. Đó là một chuỗi các danh sách liệt kê dùng để đánh giá trẻ và được xem là phần hướng dẫn để đặt ra các mục tiêu.

TỪNG BƯỚC NHỎ MỘT

Quyển 7: Các Kỹ Năng Cá Nhân và Xã Hội

Nguyên tác: **SMALL STEPS**
AN EARLY INTERVENTION PROGRAM
FOR CHILDREN WITH DEVELOPMENTAL DELAYS
Book 8.- DEVELOPMENTAL SKILLS INVENTORY

Các tác giả: Moira Pieterse and Robin Treloar
with Sue Cairns, Diana Uther and Erica Brar
Đại học Macquarie, Sydney
1989

Người dịch: Tôn Nữ Thùy Nhung
Chịu trách nhiệm: Huỳnh Thị Thanh Bình

LỜI NÓI ĐẦU:

Kỹ năng cá nhân là những kỹ năng giúp ta chăm sóc cho bản thân trong các lĩnh vực như ăn, mặc và vệ sinh cá nhân.

Kỹ năng xã hội là những kỹ năng đi cùng với kỹ năng giao tiếp, giúp ta có sự tác động qua lại với những người xung quanh. Bởi vì vui chơi giữ vai trò quan trọng trong hành vi xã hội của trẻ nhỏ nên chúng ta cũng kể đến những kỹ năng vui chơi trong phần này.

Thứ tự trong chương này là:

PS.A: Xã hội hóa và sự vui chơi.

PS.B: Ăn và uống.

PS.C: Cách ăn mặc

PS.D: Đi vệ sinh

PS.E: Tắm rửa và chăm sóc bề ngoài.

Các điểm chính để ghi nhớ về cách dạy kỹ năng cá nhân và xã hội là gì?

Trong các kỹ năng cá nhân và xã hội, thật không dễ dàng cho các bậc cha mẹ tìm ra điểm dung hoà giữa một bên là mong đợi quá nhiều một bên là mong đợi quá ít. Các bạn sẽ nghe nhiều ý kiến trái ngược nhau, thí dụ, về việc khi một đứa trẻ nên được hướng dẫn đi vệ sinh và khi một đứa trẻ nên có thái độ vui vẻ khi chia đồ chơi cho trẻ khác cùng chơi. Điều đó giúp bạn nhận thức được chuyện gì xảy ra ở mỗi cấp độ phát triển, và sự mong đợi của bạn ở trẻ mang tính thực tế.

Việc khó nhất về dạy trẻ kỹ năng tự lo cho bản thân là bạn tự làm việc đó thì luôn luôn nhanh hơn. Trong khi để trẻ tự ăn thì chậm và bừa bãi hơn nhiều và thật khó khăn khi phải dành thời gian để trẻ tự đi tã trong lúc cả nhà vội vã đi học và đi làm. Các bậc cha mẹ thường đối mặt với vấn đề này ở một chừng mực nhất định, và đây có thể là vấn đề thật sự khó khăn đối với bạn. Cuốn sách sẽ giúp bạn suy nghĩ về thời gian mà bạn sẽ tiết kiệm được về lâu dài bằng cách dạy cho con bạn càng độc lập càng tốt.

“Từng bước nhỏ một” 7

Trung Tâm Nghiên Cứu Giáo Dục Trẻ Khuyết Tật TP. Hồ Chí Minh

MỤC LỤC

LỜI NÓI ĐẦU	
Chương I.- PS.A: XÃ HỘI HÓA VÀ SỰ VUI CHƠI	1
Chương II.- PS.B: CÁCH ĂN VÀ UỐNG	26
Chương III.- PS.C: CÁCH ĂN MẶC	40
Chương IV.- PS.D: CÁCH ĐI VỆ SINH	52
Chương V.- PS.E: TẮM RỬA VÀ SỰ CHĂM SÓC BỀ NGOÀI	63

Chương I

PS.A: XÃ HỘI HÓA VÀ SỰ VUI CHƠI.

Trong chương này, chúng tôi trình bày các kỹ năng liên quan đến khả năng của trẻ tác động qua lại với những người xung quanh và khả năng vui chơi của trẻ. Hai lĩnh vực này có liên hệ mật thiết với nhau – khi đứa trẻ chơi với một người nào khác, đứa trẻ sử dụng cả hai kỹ năng chơi và xã hội hoá. Ngoài ra, tất cả các kỹ năng trong phần này gắn bó mật thiết với các kỹ năng được tìm thấy trong chương trình– với kỹ năng vận động tinh và vận động thô hoặc kỹ năng ngôn ngữ.

Để chọn ra một nhóm các kỹ năng và nói “Đây là những kỹ năng chơi.” hoặc “Đây là những kỹ năng xã hội.”, là áp đặt các kỹ năng trong hành vi của trẻ. Cuối cùng, phần lớn mỗi kỹ năng, mà bạn dạy cho trẻ trong chương trình này sẽ giúp con bạn vui chơi và có sự phản ứng qua lại với những người xung quanh, có thể xảy theo nhiều cách khác nhau.

Mục đích của chương này là để trình bày các kỹ năng quan trọng một cách chọn lọc, nhiều kỹ năng trong số đó là những sự điểm mốc cổ điển trong sự phát triển, giúp bạn đánh giá đúng mức sự tiến bộ của trẻ trong lĩnh vực vui chơi và xã hội hóa, và nhờ đó lượng giá sự ưu tiên của bạn khi bạn đặt ra kế hoạch cho chương trình riêng của con bạn.

Đối với một số kỹ năng trong chương này, chúng tôi đề nghị những phương pháp riêng để dạy kỹ năng bằng cách đặt câu hỏi. Tuy nhiên với nhiều kỹ năng khác, chúng tôi chỉ trình bày các bước để đánh giá và đưa ra vài kỹ năng từ chương khác mà có thể được dạy để khuyến khích sự tiến triển.

Chúng tôi chấp nhận sự hạn chế này bởi vì sự phức tạp của các hành vi có liên quan với nhau. Nhiều kỹ năng không thể dạy trực tiếp qua một bài tập đơn thuần, mà là kết quả của sự dạy dỗ trong nhiều lĩnh vực cũng như tùy thuộc vào sự chín muồi trong môi trường hỗ trợ. Trình tự này sẽ giúp bạn tìm ra phương hướng khi bạn làm việc với trẻ trong các lĩnh vực quan trọng của sự vui chơi và xã hội hóa – nó sẽ gợi ra mục tiêu mà bạn có thể làm tất cả với con bạn.

Dưới đây là danh sách tất cả các kỹ năng trong chuỗi này.

0 đến 3 tháng tuổi:

1. Nín khóc khi được ẵm.
2. Để ý đến một khuôn mặt bất kỳ lúc nào.
3. Cười hoặc phát âm để nói hoặc sờ chạm.

3 đến 6 tháng tuổi:

4. Cầm một món đồ chơi hoặc vật gì đó để đưa vào miệng.
5. Mong đợi được ẵm lên bằng cách chuyển động cánh tay hoặc chân, ngẩng cao đầu, v..v
6. Cười tự phát.
7. Đưa tay ra để được ẵm lên.
8. Cười với hình ảnh trong gương.
9. Vận động để lấy một món đồ chơi ngoài tầm.
10. Cười lên khi đầu được phủ bằng một mảnh vải.

6 đến 9 tháng tuổi:

- 14. Cười với các trò chơi quen thuộc.
- 15. Phản ứng với người lạ bằng cách nhìn chăm chăm hoặc khóc lên.
- 16. Chơi với nhiều thứ đồ chơi trong 10 phút.

9 đến 12 tháng tuổi:

- 20. Tham gia chơi trò ú oà.
- 21. Chơi các trò chơi có sự ảnh hưởng qua lại đơn giản như là “*chú heo con này*” bằng cách giơ tay ra.
- 22. Bày ra các trò chơi có chức năng đơn giản như để một cái tách hoặc một cái thìa vào miệng.
- 23. Chơi bóng bằng cách đẩy bóng trở về cho cha/mẹ.
- 24. Chơi một mình – gần một người lớn – khoảng 15 đến 20 phút.

12 đến 15 tháng tuổi:

- 33. Thường ném đi các đồ chơi trong khi chơi hay để từ chối.
- 34. “*Phô trương*” để được sự chú ý của người lớn.
- 35. Đưa hoặc cho người lớn xem một món đồ chơi.

15 đến 18 tháng tuổi:

- 38. Chuyển một bức hình hay một quyển sách trở về vị trí thích hợp nếu như vật đó bị đảo lộn hoặc mặt trước ra sau.
- 39. Bắt chước làm việc nhà.
- 40. Bày ra các trò chơi có thêm nhiều chức năng hơn.

18 tháng đến 2 tuổi:

- 46. Giao lưu với bạn cùng lứa bằng cử chỉ.
- 47. Tham gia các trò chơi đồng lứa, quan sát các trẻ em khác.
- 48. Bảo vệ vật sở hữu.

2 đến 3 tuổi:

- 49. Tham gia vào các trò chơi tưởng tượng về gia đình.
- 50. Chơi gần các trẻ em và đôi khi có tác động qua lại.
- 51. Giúp đỡ được trong các công việc nhà đơn giản.
- 52. Hợp tác với các yêu cầu của người lớn bằng phân nửa thời gian.
- 53. Lựa chọn khi được yêu cầu.
- 54. Thay phiên dưới sự hướng dẫn của người lớn.
- 55. Chú ý vào âm nhạc hay một câu chuyện vào khoảng 10 phút trong một nhóm.
- 56. Nói “*làm ơn*” với sự nhắc nhở.
- 57. Tham gia vào một bài hát hay một bài thơ.
- 58. Không khóc khi vắng mẹ.

3 đến 4 tuổi:

- 73. Làm theo luật của trò chơi nhóm với sự chỉ dẫn của người lớn.
- 74. Thay phiên nhau với các trẻ khác.
- 75. Chơi gần gũi và nói chuyện với các trẻ khác.
- 76. Nô đùa với những trẻ khác chiếm 50% thời gian chơi
- 77. Nói “*làm ơn*”, và “*cám ơn*” khoảng 50% số lần không có sự nhắc nhở.
- 78. Hợp tác trong các yêu cầu của người lớn trong khoảng 75% thời gian.

79. Giáo dục giới tính thông qua các câu hỏi.
80. Làm các công việc vật đơn giản trong nhà.
81. Tránh xa các mối nguy hiểm.
82. Ở trong vòng ranh giới mà cha mẹ đã định sẵn.
83. Chia sẻ sự chú ý của người lớn với người khác.

PS.A.1: NÍN KHÓC KHI ĐƯỢC ẪM

Đây là sự việc xảy ra rất sớm của sự xã hội hóa. Đứa trẻ thể hiện rằng nó yên lòng khi được gần gũi với một người khác.

Làm sao để đánh giá:

Phương pháp: Quan sát trẻ qua nhiều giờ liên tiếp. Am trẻ lên khi trẻ khóc hoặc khi trẻ không ngủ được.

Cho điểm cộng nếu như trẻ nín khóc khi được ẵm lên.

PS.A.2: ĐỂ Ý ĐẾN MỘT KHUÔN MẶT BẤT CỨ LÚC NÀO

Đây là bước đầu tiên trong việc phát triển sự tiếp xúc bằng mắt – đó là điều chủ yếu để tham gia hoạt động xã hội, tham gia và học hỏi.

Làm thế nào để đánh giá:

Phương pháp: Nói và cười với trẻ

Cho điểm cộng nếu trẻ quan sát khuôn mặt bạn trong 1 hoặc 2 giây. Trẻ không nhất thiết phải nhìn trực tiếp vào mắt bạn để được điểm trong phần này.

Ghi chú:

Nói và cười với trẻ có thể bắt đầu từ lúc trẻ mới sinh. Giữ khuôn mặt bạn cách mặt trẻ khoảng 30 cm – việc này xảy ra tự nhiên khi bạn nâng niu trẻ trong vòng tay bạn hoặc cúi xuống để nói chuyện với trẻ khi bạn thay đồ cho trẻ hoặc tắm cho trẻ.

PS.A.3: CƯỜI HOẶC PHÁT ÂM ĐỂ NÓI HAY SỜ CHẠM.

Trẻ thể hiện thay đổi trong thái độ khi trẻ tìm thấy sự hiện diện của người khác bằng sự dễ chịu hoặc hứng thú hoặc yên lòng.

Làm cách nào để đánh giá:

Phương pháp: Cúi xuống gần trẻ để mặt của bạn gần với mặt của trẻ. Nói và vuốt ve trẻ.

Cho điểm cộng nếu thái độ của trẻ thay đổi trong sự hưởng ứng lại sự có mặt của bạn. Trẻ có thể cười hay gây tiếng ồn. Nếu trẻ đang chòì đáp, có lẽ trẻ sẽ ngừng lại. Nếu trẻ đang nằm im, có lẽ trẻ sẽ bắt đầu chòì đáp.

Ghi chú:

Đây là một ý kiến hay, đúng ngay vào lần đầu tiên, để cho trẻ có thời gian để nhận thức được sự có mặt của bạn trước khi bạn ẵm trẻ lên. Trẻ sẽ học được để liên tưởng đến sự có mặt và giọng nói của bạn với sự tiếp xúc nhẹ nhàng sau đó. Điều này sẽ giúp trẻ tìm thấy sự an tâm trong lời nói của bạn khi bạn không thể ẵm trẻ ngay được.

PS.A.4: CẦM MỘT VẬT GÌ ĐÓ HOẶC MỘT MÓN ĐỒ CHƠI ĐỂ ĐƯA VÀO MIỆNG NGẬM

Trẻ con khám phá các vật thể chung quanh chúng bằng miệng trước tiên. Đây là một bước quan trọng ban đầu trong sự phát triển của kỹ năng chơi.

Cách đánh giá:

Phương pháp: Để một món đồ chơi hay một vật gì đấy trong tay của trẻ, và quan sát. Chọn một vật nhẹ và dễ cân bằng.

Cho điểm cộng nếu trẻ đưa tay lên miệng khi tay trẻ vẫn đang cầm món đồ chơi. Trẻ không cần thiết phải thành công trong việc đưa món đồ chơi vào miệng để được điểm.

Ghi chú:

Bạn sẽ dạy cho trẻ cách cố nắm lấy các vật như trong phần *Kỹ năng vận động tinh*. Luôn luôn dành thời gian cho trẻ để khám phá vật thể mà trẻ đang cầm. Nếu con bạn không cố gắng để đưa vật thể – hay tay của trẻ – vào miệng, bạn có thể nhẹ nhàng hướng dẫn trẻ cách làm. Đừng lo ngại rằng bạn đang bắt đầu những thói quen xấu – sự khám phá bằng miệng là bình thường và là giai đoạn có tính cách xây dựng của sự chơi đùa.

PS.A.5: MONG ĐỢI ĐƯỢC ẨM LÊN BẰNG CÁCH CHUYỂN ĐỘNG CÁNH TAY HAY CHÂN, NGẮNG CAO ĐẦU ...

Trong quyển 3, chương 2 chúng tôi có nói về sự quan trọng của việc giúp đỡ con bạn để “mong đợi” các sự kiện đó là một phần của lễ thói hàng ngày của trẻ. Được ẵm thường là sự kiện đầu tiên mà trẻ mong đợi – cuối cùng việc đó xảy ra rất nhiều lần trong ngày.

Cách đánh giá:

Phương pháp: Trước khi ẵm trẻ lên, nói chuyện với trẻ, đợi trẻ nhìn bạn và đưa tay ra cho trẻ. Lặp lại nhiều lần trong ngày.

Cho điểm cộng nếu con bạn chứng tỏ trẻ có sự mong đợi bằng cách ngẩng đầu lên và hoặc cử động tay và cánh tay để cố gắng chạm vào bạn. Chú ý rằng sự vận động không cần thiết phải đúng chính xác như yêu cầu ở PS.A.7, nhưng bạn nên xem xét một sự phản ứng thích hợp qua nhiều lần thử.

Ghi chú:

Mỗi lần bạn chuẩn bị bồng trẻ lên, dùng từ thích hợp, như là từ “lên” khi dang tay hướng về trẻ. Nếu như trẻ không có phản ứng lại, nâng tay trẻ về phía bạn, lặp lại từ “lên”, trước khi bạn bồng trẻ lên.

Bắt đầu ngay để giúp trẻ biết trước được các sự việc quan trọng khác trong thói quen hàng ngày của trẻ. Chỉ cho trẻ bình sữa hay vú mẹ trước khi cho trẻ bú, và vực tay bạn trong nước tắm của trẻ, khuyến khích trẻ nhìn, trước khi cho bạn cởi quần áo cho trẻ. – Sử dụng từ thích hợp, như là “lên”, “giờ ăn” và “giờ tắm” sẽ giúp trẻ tạo ra sự nối tiếp giữa các từ và các sự kiện mà nó biểu thị.

PS.A.6: NỤ CƯỜI TỰ PHÁT

Các nụ cười đầu tiên của em trẻ là sự huyền diệu đối với tất cả các bậc cha mẹ. Sự xuất hiện của nụ cười tự nhiên của trẻ, đó không phải là kết quả của sự nỗ lực rõ ràng của cha mẹ, đó là điểm mốc cổ điển trong sự phát triển.

Cách đánh giá

Phương pháp: Quan sát con của bạn khi trẻ ở gần, nhưng không chơi đùa hay nói chuyện trực tiếp với trẻ.

Cho điểm cộng nếu trẻ cười một mình, không có sự vuốt ve hay nói chuyện của người lớn với trẻ.

PS.A.7: ĐƯA TAY RA ĐỂ ĐƯỢC NÂNG LÊN

Đây là phần nối tiếp của PS.A.5. Bây giờ trẻ tự tạo chuyển động có kiểm soát được hành động của cánh tay hướng về cha/mẹ.

Cách đánh giá:

Phương pháp: Như ở PS.A.5.

Cho điểm cộng nếu như tay của con bạn chuyển động rõ ràng hướng về phía bạn trong sự mong đợi được ẵm lên. Trẻ có thể không duy trì cánh tay trong một vị trí thẳng đứng nhưng động tác ban đầu phải là có chủ ý.

Ghi chú:

Dạy trẻ như ở PS.A.5 – con bạn sẽ dần dần có được những hành động có chủ ý. Tiếp tục khuyến khích trẻ để đoán trước các sự việc. Nếu như trẻ đang ăn thức ăn đặc, bạn có thể chú ý cách trẻ há miệng để ăn bằng muỗng. Trẻ có lẽ sẽ cười khi trẻ nghe tiếng leng keng của chìa khóa ở cửa, hoặc bước chân quen thuộc của anh hay chị của trẻ. Trẻ có thể cũng đoán biết được các sự việc kém thú vị – trẻ có lẽ sẽ bực dọc và vùng vẫy khi thấy bồn tắm.

Nhớ kỹ sự liên hệ mật thiết giữa mong đợi và giao tiếp. Khi con bạn đến với bạn bằng cánh tay dang rộng, trẻ nói với bạn rằng trẻ muốn được ẵm lên. Khi trẻ chụp lấy chai sữa vào giờ ăn, trẻ đang nói với bạn rằng trẻ đã sẵn sàng để uống sữa. Khi trẻ có thể sử dụng các điệu bộ đơn giản, như là đứng đến và chụp lấy, với mục đích làm sự việc xảy ra, trẻ đang trên con đường của sự giao tiếp tốt có hiệu quả.

PS.A.8: CƯỜI VỚI HÌNH TRẺ TRONG GƯƠNG.

Đây là một điểm mốc cổ điển khác trong sự phát triển xã hội ban đầu.

Cách đánh giá:

Phương pháp: Chỉ có con bạn thấy hình ảnh của chính trẻ trong gương.

Cho điểm cộng nếu như trẻ cười với hình ảnh của chính trẻ.

Ghi chú:

Bắt đầu chỉ cho trẻ thấy hình ảnh của trẻ trong gương khi mà trẻ có thể giữ vững đầu trẻ để xem. Khuyến khích trẻ nhìn hình của cả khuôn mặt bạn, khi bạn cười và nói với sự phản chiếu của trẻ trong gương. Vài đứa trẻ có sự quan tâm nhiều nhưng không phải lúc nào cũng thật sự mỉm cười với chính trẻ. Sự thú vị quan trọng nhất là ở đây.

PS.A.9: VẬN ĐỘNG ĐỂ LẤY MỘT MÓN ĐỒ CHƠI NGOÀI TẦM.

Đây là dấu hiệu cho biết đứa trẻ bắt đầu di chuyển có chủ đích. Đó là dường như đứa trẻ nói với chính nó. “Nếu như tôi di chuyển cơ thể, tôi có thể lấy được những gì tôi

muốn”. Kỹ năng này là quan trọng trong sự phát triển khái niệm của trẻ về cơ thể của trẻ và mối quan hệ của nó với các thứ khác.

Cách đánh giá:

Vật liệu: Đồ chơi quen thuộc

Phương pháp: Giúp con bạn chơi với món đồ chơi để khuyến khích sự thích thú của trẻ. Sau đó, đặt nó ngoài tầm với của trẻ một chút.

Cho điểm cộng nếu con bạn vận động bất cứ phần nào của cơ thể để lấy món đồ chơi. Con bạn không cần thiết phải chạm thật sự vào món đồ chơi để được điểm.

Ghi chú:

Mục này quan tâm nhiều về ý định hơn là khả năng vật lý của trẻ để thật sự lấy được món đồ chơi. Nhưng dĩ nhiên bạn sẽ muốn trẻ học cách để lấy được món đồ chơi, và kỹ năng ban đầu trong kỹ năng vận động thô và tinh sẽ giúp trẻ tiến tới mục tiêu này.

P.S.A.10: CƯỜI LỚN KHI ĐẦU TRẺ BỊ PHỦ BỞI MỘT TẤM VẢI.

Chơi những trò chơi như là ‘ú...à...’ với em trẻ thấm nhuần sâu trong nền văn hóa ta. Trẻ em yêu trò chơi này và học được từ đó đoán trước cái gì sẽ xảy ra tiếp theo và tham gia cả bằng lời nói và hành động. Trong mục này, chúng ta tìm hiểu không biết trẻ có thể hiện sự thích thú của trẻ với trò chơi qua tiếng cười.

Cách đánh giá:

Phương pháp: Chơi trò này nhiều lần với con bạn, để nó trở nên quen thuộc với trẻ, trước khi đánh giá. Trùm đầu trẻ với một cái tã lót hoặc miếng vải mềm khác, rồi nói: “Ở đâu?” Lấy miếng vải trùm ra và nói: “ú...à...” (Có rất nhiều biến thể của trò chơi này, và bạn có thể thay thế bằng cách riêng của bạn khác với cách mô tả ở đây). Cho điểm cộng nếu như con bạn cười lớn khi trò chơi này.

Ghi chú:

Các biến thể của trò chơi bao gồm cả việc giấu mặt của bạn cũng như của trẻ, xuất hiện và biến mất sau cái giường cũ, làm cho gấu Teddy xuất hiện và biến mất ... Khi sử dụng phương pháp tã lót được nêu trên, ngừng nhiều lần để xem nếu như con bạn có cố gắng để kéo các tã lót xuống khỏi mặt trẻ. Xem qua P.S.A.20 (tham gia trong trò ú...à...) và xem chừng nếu như con bạn có đoán được chỗ mà bạn sẽ có mặt khi bạn xuất hiện lần tới.

P.S.A.14: CƯỜI VỚI CÁC TRÒ CHƠI QUEN THUỘC.

Có nhiều trò chơi dân gian đơn giản và có sự tác động qua lại lẫn nhau (và với mục đích tốt) được chơi với trẻ sơ sinh, giữ một vai trò quan trọng trong sự tiếp xúc giữa bạn và trẻ. Có sẵn rất nhiều nguồn sách là hướng dẫn tốt cho bạn. Một số trong các trò chơi phổ biến như chú heo con đi chợ, đây là cách chạy xe của quý bà, vòng và vòng quanh vườn, và chèo, chèo, chèo thuyền.

Cách đánh giá:

Phương pháp: Chơi vài trò chơi với con bạn, như các trò chơi nêu trên.

Cho điểm cộng nếu như con bạn tỏ ra vui vẻ mong đợi bằng tiếng cười, hoặc một vài phản ứng quen thuộc với bạn, khi trò chơi bắt đầu.

Ghi chú:

Chọn một vài trò chơi để chơi mỗi ngày, để các trò đó trở nên quen thuộc với trẻ. Sự quen thuộc sẽ giúp trẻ đoán được cái gì sẽ đến. Khuyến khích anh chị của trẻ tham gia vào trò chơi – nhiều trẻ em thích có một trò chơi mà đặc biệt để chơi với em trẻ.

Xem qua P.S.A.21 (chơi các trò chơi có sự tác động qua lại đơn giản) nơi mà trẻ được khuyến khích để trẻ chơi tích cực trong các hoạt động của trò chơi.

P.S.A.15: PHẢN ỨNG LẠI VỚI NGƯỜI LẠ BẰNG CÁCH NHÌN CHĂM CHĂM HAY KHÓC.

Đây là một điểm mốc khác trong sự phát triển. Nó cho ta thấy rằng trẻ nhận thức được sự khác biệt giữa những người quen và lạ, và học tính khác biệt của cái mới. Nó không thể được dạy dỗ trực tiếp – mà là vấn đề của sự trưởng thành.

Cách đánh giá:

Phương pháp: Quan sát con bạn khi có sự có mặt của người lạ.

Cho điểm cộng nếu như con bạn nhìn chăm chăm vào người lạ hay khóc bất thành linh khi trẻ thấy mặt người lạ.

P.S.A.16: CHƠI VỚI NHIỀU THỨ ĐỒ CHƠI TRONG 10 PHÚT.

Mục này chú trọng đến khả năng của trẻ tự bận rộn trong một khoảng thời gian ngắn không có sự để ý trực tiếp của người lớn. Trong trường hợp thực hành, tức là bạn có thể đưa cho trẻ một vài món đồ chơi và bận rộn làm việc gì đó trong cùng căn phòng, tính trước rằng sự chăm sóc của bạn sẽ không cần thiết trong khoảng 10 phút hay hơn nữa.

Thuật ngữ “chơi đùa” là quan trọng ở đây. Không cộng điểm cho con bạn nếu như trẻ có hành vi tự gây hứng thú như nút ngón tay hay đá qua đá lại.

Cách đánh giá

Phương pháp: Đưa vài món đồ chơi quen thuộc và ưa thích cho trẻ. Ở gần trẻ, nhưng không phải quan tâm trực tiếp trẻ.

Cho điểm cộng nếu như con bạn chơi khoảng 10 phút. Trẻ có lẽ sẽ nhìn những người khác trong chốc lát giữa thời gian chơi. Trẻ cũng có thể sẽ “nói chuyện” với bạn, nhưng không được yêu cầu bạn bỏ những gì bạn đang làm để đến với trẻ.

Ghi chú:

Trẻ càng biết nhiều cách chơi càng có thể chơi độc lập. Trẻ em nói chung có khoản thời gian chú ý ngắn, vì thế trẻ sẽ cần các kỹ năng để thử nghiệm với nhiều đồ vật để chơi trong 10 phút.

Để dạy con bạn biết tự chơi một cách độc lập, bạn phải dạy cho trẻ bằng cách chơi với bạn. Kỹ năng vận động tinh trong chương trình này sẽ dạy các cách để chơi với nhiều loại đồ chơi khác nhau. Kỹ năng vận động thô cũng rất quan trọng – con bạn sẽ cảm thấy dễ dàng hơn khi chơi một cách độc lập nếu trẻ có đủ sự cân bằng và vận động để với tới và tìm được các đồ chơi đặt ở chung quanh trẻ.

Nếu trẻ có đầy đủ các kỹ năng chơi đùa, nhưng vẫn đòi bạn tiếp tục chăm sóc, hãy hướng dẫn dần dần cho trẻ chơi đùa một mình. Bắt đầu bằng việc đi chỗ khác một vài lần

trong chốc lát và từ từ tăng khoảng thời gian lên. Đừng để đến khi trẻ khóc mới chăm sóc trẻ, đến gần trẻ hoặc nói chuyện với trẻ đều đều có chừng mực khi trẻ đang chơi đùa vui vẻ. Trẻ sẽ khám phá ra rằng khóc lóc không phải là cách duy nhất để có được sự chú ý của bạn, và chơi đùa một mình không có nghĩa là một sự xa cách không thể thay đổi được với bạn.

P.S.A. 20: THAM GIA TRÒ CHƠI ‘ú...òà...’

Đây là một phần mở rộng của P.S.A 10. Trong mục này, chúng ta tìm hiểu xem trẻ có biết trước được bước tiếp theo trong trò chơi.

Cách đánh giá:

Vật liệu: Một miếng bìa cứng, khoảng 30cm x 30cm, với một lỗ tròn ở chính giữa.

Phương pháp: Khi con bạn đang nhìn bạn, giấu mặt bạn sau tấm bìa cứng. Nhìn chung quanh tấm giấy, và nói: "ú...òà...". Lặp lại, xuất hiện ở cùng một bề mặt của tấm bìa như lần trước. Bây giờ giấu mặt lần nữa, và nhìn xuyên qua lỗ tròn để nhìn nếu như con bạn đang nhìn về cùng phía của tấm bìa nơi mà bạn đã xuất hiện lần trước.

Cho điểm cộng nếu như con bạn nhìn về đúng phía nơi mà khuôn mặt bạn đã xuất hiện lần trước. Bạn cũng cho điểm cộng nếu con bạn giấu mặt và nói: "ú...òà..." với bạn.

Ghi chú:

Bạn cũng có thể lặp lại trò chơi nhiều lần để giúp cho con bạn đoán trước được sự việc tiếp theo của trò chơi. Bạn có thể dùng bất cứ vật cản nào để chơi ú...òà..., lặp lại nhiều lần ở một nơi đến khi con bạn tìm thấy bạn ở đó. Sau đó bạn có thể chọn một nơi mới để xuất hiện lại – con bạn sẽ vẫn tiếp tục nhìn về chỗ cũ để tìm bạn, nhưng trẻ sẽ khám phá ra sự thay đổi để điều chỉnh đúng nơi tìm.

P.S.A.21: THAM GIA CÁC TRÒ CHƠI CÓ SỰ ẢNH HƯỞNG LẤN NHAU NHƯ ‘CHÚ HEO CON NÀY’ BẰNG CÁCH GIƠ TAY RA.

Trong P.S.A.14 (cười với các trò chơi quen thuộc) đưa trẻ thể hiện sự thích thú và đoán trước được bằng tiếng cười lớn. Ở đây, chúng ta quan tâm đến với sự hiểu động. Trẻ không cần phải thực hiện các hành vi một cách chính xác, nhưng trẻ có thể học được cách khẳng định vị trí của mình trong một trò chơi hay tham gia vào các động tác đơn giản như: lắc lư, nhún lên nhún xuống hay vỗ tay.

Cách đánh giá:

Phương pháp: Chơi một vài trò chơi với con bạn, như là các trò chơi được giới thiệu trong phần P.S.A. 14.

Cho điểm cộng nếu như con bạn tham gia vào trò chơi bằng cách giơ tay ra, lắc lư trên đầu gối bạn hay làm các động tác thích hợp với trò chơi.

Ghi chú:

Sự lập đi lập lại rất quan trọng để tham gia vào trò chơi như các trò trên. Con bạn thì sẽ rất có khả năng tham gia vào trò chơi nếu như trẻ biết rõ về trò chơi. Nói cho con bạn biết trò chơi mà trẻ chuẩn bị được chơi và dành cho trẻ thời gian để sắp xếp và phản ứng. Nếu cần thiết, giúp trẻ chuẩn bị cho trò chơi, chỉ giúp đỡ trẻ những gì trẻ cần, và để cho trẻ càng nhiều tự do vận động càng tốt.

Khi bạn kết thúc trò chơi, ngừng một lát, nhìn trẻ một cách mong đợi và hỏi: “Con có muốn chơi thêm không?”. Cái này cho trẻ cơ hội để bắt đầu làm quen với lần chơi khác bằng cách giơ tay lên hay làm một động tác thích hợp với trò chơi.

P.S.A. 22: BÀY RA CÁC TRÒ CHƠI CÓ CHỨC NĂNG ĐƠN GIẢN NHƯ LÀ ĐỂ MỘT CÁI TÁCH HAY MỘT CÁI THÌA VÀO MIỆNG.

Giai đoạn ban đầu trong sự phát triển của các kỹ năng chơi đùa, trẻ em xem xét các đồ vật bằng cách ngậm, sờ và nhìn. Ngay sau đó, chúng tìm hiểu qua lúc lắc, đập mạnh và thả rơi hoặc ném món đồ vật. Tiếp theo, chúng bắt đầu nhận thức được các cách mà các món vật liên quan với nhau bằng cách đập các vật vào nhau và đặt vật này vào trong hay lên trên các vật khác. Bạn sẽ tìm thấy tất cả các kỹ năng này có trong phần kỹ năng vận động tinh của tập 8.

Chúng ta đề cập ở đây với sự phát triển xa hơn khả năng để sử dụng đồ vật vào mục đích mà trẻ định dùng.

Trẻ em học được các chức năng của các đồ vật quen thuộc qua kinh nghiệm sống hàng ngày. Con bạn có lẽ thỉnh thoảng đã và đang thể hiện cho bạn thấy rằng cái tách và thìa của trẻ được dùng vào việc gì, khi chúng được mang ra cho trẻ mỗi bữa ăn.

Trong phần này, chúng ta tìm hiểu xem trẻ có dùng – hoặc là giả bộ dùng – các vật vào mục đích đã định như là một phần của sự chơi đùa.

Kỹ năng này đặt ra một nền tảng cho sự phát triển về các trò chơi giàu sức tưởng tượng, hay các trò chơi giả vờ

Cách đánh giá:

Phương pháp: Vào giờ chơi, đưa cho con bạn nhiều đồ vật thông dụng như là một cái tách, một cái thìa và một cái lược.

Cho điểm cộng nếu như con bạn biểu hiện được công dụng của các vật trong lúc chơi bằng việc nâng tách hay thìa đưa lên miệng và cố thử để chải tóc của chính trẻ.

Ghi chú:

Để khuyến khích sự phát triển kỹ năng này, đưa cho trẻ các vật thích hợp trong lúc chơi, và dành thì giờ để sử dụng các vật với trẻ. Nói cho trẻ biết bạn đang làm gì – “Uống nước”, “Chải tóc”. Đây là một ý kiến để tạo ra các trò chơi lần lượt – đầu tiên, là đến lượt bạn chải tóc, sau đó đến lượt con bạn và cứ như vậy tiếp đến sự dụng các đồ chơi trong trò

chơi búp bê (xem P.S.A.40) nhưng bạn có thể bắt đầu ngay bây giờ để kể đến các búp bê và các chú gấu nhồi bông ở trong trò chơi lần lượt của bạn, để cho trẻ khái niệm.

Chúng ta sẽ nói thêm về trò chơi lần lượt ở mục tới trong chương này.

P.S.A.23: CHƠI BÓNG BẰNG CÁC ĐẦY BÓNG TRỞ VỀ CHO CHA / MẸ

Ở đây chúng ta sẽ xem xét khả năng luân phiên của trẻ. Luân phiên là cốt yếu trong quá trình phát triển của chơi đùa, xã hội hóa và hơn tất cả đó chính là ngôn ngữ. Thật sự, ba lãnh vực này đan xen vào nhau rất chặt ở cấp này của quá trình phát triển đó chính là bài tập nhân tạo để tách chúng ra.

Bạn sẽ tìm thấy một bài tranh luận đầy đủ chi tiết của trò chơi luân phiên trong quyển ba chương II. Ở đây bạn sẽ tìm thấy nhiều gợi ý cho trò chơi luân phiên, và chúng tôi giới thiệu cho bạn một vài trò chơi khác nhau cho con bạn. Nếu như con bạn không thể lăn hay ném bóng thì bạn có thể thay thế bằng một trong những trò chơi khác thay vì chơi bóng như bạn đã dự định.

Cách đánh giá:

Vật liệu: một quả bóng tennis hay một quả bóng lớn hơn thế một chút.

Phương pháp: Lăn bóng đến con bạn và khuyến khích trẻ lăn hoặc ném trở lại cho bạn.

Cho điểm cộng nếu như con bạn lăn hoặc ném trái banh trở lại nhiều lần qua sự hướng dẫn của bạn.

Ghi chú:

Tham khảo quyển ba, chương II, cung cấp thông tin về việc dạy luân phiên.

P.S.A. 24: CHƠI MỘT MÌNH GẦN MỘT NGƯỜI LỚN – TRONG VÒNG 15 ĐẾN 20 PHÚT.

Đây là phần mở rộng của P.S.A.16 ở trên, được đánh giá cùng một cách, là kỹ năng của trẻ từ 9 đến 12 tháng tuổi, và sự đánh giá trong phần này chỉ thích hợp với trẻ mà kỹ năng vận động tinh của trẻ đó đã đạt đến mức độ của 9 tháng tuổi, và có đủ vận động để lấy được nhiều đồ vật khác nhau. (Điểm này ám chỉ về khả năng với tới đồ chơi khi đang nằm sấp hoặc một cấp bậc cao hơn của quá trình phát triển của kỹ năng vận động thô).

Một đứa trẻ mà chưa đạt đến mức độ của sự phát triển kỹ năng vận động thô hoặc tinh cũng có thể sẽ chơi một mình được trong vòng 20 phút, và miễn là thích thú và mọi bất hợp lý trong đùa trẻ vào lúc này bị loại bỏ, điều đó sẽ mang đến một sự vui vẻ tuyệt vời cho bậc cha/ mẹ ! Nhưng trong các trường hợp tương tự như vậy, phần này không được dùng để chỉ định ra mức phát triển của trẻ từ 9 đến 12 tháng tuổi.

P.S.A.33: THƯỜNG NÉM ĐI CÁC ĐỒ CHƠI TRONG KHI CHƠI HAY ĐỂ TỪ CHỐI.

Giai đoạn ném đồ vật của trẻ là quen thuộc đối với các bậc cha/mẹ ! Bởi vì hầu hết các đứa trẻ đều phải trải qua giai đoạn này ở 12 đến 15 tháng tuổi, nó có thể được coi như là một mốc quan trọng của sự phát triển.

Cách đánh giá:

Phương pháp: Quan sát con bạn suốt cuộc chơi lâu hơn.

Cho điểm cộng nếu như con bạn ném các món đồ chơi trong khi chơi hoặc khi từ chối các món mà trẻ không thích.

Ghi chú:

Đừng lo lắng như con bạn không trải qua giai đoạn này. Không cần phải dạy cho trẻ ném các đồ vật như là một phần trong hành vi chung của trẻ – Sẽ hữu ích hơn nếu như bạn dạy trẻ nắm các món đồ thích hợp (như là các trái banh) và dạy trẻ từ chối các vật mà trẻ không thích bằng cách dùng tay đẩy lại, lắc đầu hoặc là nói “không” đúng lúc.

P.S.A.34: “PHÔ TRƯỞNG” ĐỂ ĐƯỢC SỰ CHÚ Ý CỦA NGƯỜI LỚN

Giống như ở mục trước, đây cũng là một giai đoạn cơ bản trong sự phát triển bình thường, chứ không phải là một kỹ năng được dạy dỗ.

Cách đánh giá:

Phương pháp: Quan sát con bạn ở các khoảng thời gian dài, đặc biệt khi có những người lớn khác ngoài những người lớn gần gũi trong gia đình, có mặt hoặc khi bạn đang chú ý vào một việc gì khác.

Cho điểm cộng nếu như con bạn “phô trương” để gọi sự chú ý. Cách “phô trương” là theo nhiều cách khác nhau, nhưng thường là làm các tiếng động lạ và di chuyển một cách tức cười.

P.S.A. 35: ĐƯA HOẶC CHO NGƯỜI LỚN XEM MỘT MÓN ĐỒ CHƠI.

Đưa hoặc cho xem đồ chơi là các cử chỉ giao tiếp, thể hiện tính sẵn lòng tham gia với trẻ khác vào trò chơi mà trẻ đang chơi và để chia sẻ thông tin về trẻ đang làm gì.

Cách đánh giá:

Phương pháp: Quan sát con bạn khi chơi.

Cho điểm cộng nếu như con bạn tự ý cho xem hoặc đưa một món đồ chơi cho một người lớn ở gần, hoặc nếu như trẻ đáp lại một yêu cầu như là “Cho bác xem con có gì ?” hoặc là “Đến lượt của mẹ ?”

Ghi chú:

Giả dụ con bạn đang chơi một chiếc xe đồ chơi. Bạn có thể đến và chạm vào chiếc xe đồ chơi của trẻ với một câu nói thân thiện như là “Bánh xe lớn quá” hay “chiếc xe kêu bom bom”. Duỗi thẳng tay ra và nói “Mẹ có thể lấy chiếc xe được không ?” Nếu như trẻ đưa nó cho bạn, bạn cầm lấy, xem xét món đồ chơi, bình luận về nó và sau đó trả lại cho trẻ. Hoặc bạn có thể bắt chước những gì trẻ đang làm với chiếc xe.

Nếu con bạn không phản ứng lại sự quan tâm của bạn, bạn có thể tìm một chiếc xe khác và chơi kế bên trẻ, thỉnh thoảng bắt chước hành động của trẻ và thỉnh thoảng biểu lộ những cái mới. Một khi trẻ nhìn bạn, đưa cho trẻ chiếc xe đồ chơi của bạn và sau đó yêu cầu trẻ đưa cho bạn một chiếc khác của trẻ.

Chú ý rằng bạn đang cố gắng để phát triển một mô hình luân phiên ở đây một khi con bạn thay phiên để đưa và cho xem, tự ý và các động tác tự bắt đầu làm quen sẽ theo sau.

P.S.A. 38: CHUYỂN MỘT BỨC HÌNH HAY MỘT QUYỂN SÁCH TRỞ VỀ VỊ TRÍ THÍCH HỢP NẾU NHƯ VẬT ĐÓ BỊ ĐẢO LỘN HOẶC MẶT TRƯỚC RA SAU.

Khi mà đưa trẻ sử dụng kỹ năng này, trẻ thể hiện rằng trẻ hiểu mục đích và cách dùng đúng của một trong các vật quan trọng nhất trong môi trường của trẻ – đó là quyển sách ! Nó cũng một dấu hiệu rõ ràng rằng đứa trẻ có thể giải thích được các bức tranh.

Cách đánh giá:

Vật liệu: Một quyển sách hình có các hình ảnh của các vật quen thuộc hoặc một bức tranh lớn vẽ một vật.

Phương pháp: Đưa cho trẻ cầm bức tranh hay quyển sách để trẻ cầm ở chiều lộn ngược. Lặp lại với bức tranh hay sách ở chiều lộn ngược.

Cho điểm cộng nếu như con bạn quay bức tranh hay cuốn sách trở về vị trí đúng một trong hai lần làm thử của bạn.

Ghi chú:

Nếu con bạn không thể quay quyển sách hay bức tranh về vị trí đúng, tập luyện với trẻ mỗi lần bạn đọc một cuốn sách chung với trẻ. Trước khi bạn bắt đầu câu chuyện, yêu cầu trẻ quay cuốn sách trở về vị trí đúng, giúp trẻ nếu cần thiết.

P.S.A.39: BẮT CHƯỐC LÀM VIỆC NHÀ.

Trẻ con ở mức phát triển này thích bắt chước các hành động của người lớn làm. Việc nhà là hành động mà trẻ thường bắt chước, dĩ nhiên là còn có nhiều hành động khác. Những gì trẻ con bắt chước phụ thuộc vào những gì mà chúng thấy.

Cách đánh giá:

Vật liệu: Bảo đảm chắc chắn rằng con bạn có sự dàn cảnh để mà bắt chước những hành động hàng ngày của bạn. Những cái này có thể coi là là đồ chơi phỏng theo đồ dùng của người lớn hay là sự vật có thật hoặc là sự ứng biến.

Phương pháp: Quan sát con bạn trong khi bạn đang làm các công việc hàng ngày.

Cho điểm cộng nếu như con bạn bắt chước bất cứ hành động nào của việc nhà hoặc các hành động bình thường khác.

Ghi chú:

Có lẽ sẽ là công việc vất vả đối với chúng ta, nhưng với trẻ con tất cả đều là chơi đùa. Khuyến khích con bạn tham gia vào các công việc vặt hàng ngày, trẻ sẽ học được từ đây, và nó có thể sẽ làm cho nhiệm vụ của bạn có nhiều niềm vui hơn – nếu như không nói là dễ dàng hơn

P.S.A.40: BÀY RA CÁC TRÒ CHƠI CÓ NHIỀU CHỨC NĂNG.

Trong phần P.S.A.22, chúng ta xem xét ở khả năng của trẻ để sử dụng các vật thông dụng như là cái tách, thìa, cái lược như là một phần trong trò chơi của trẻ. Trong mục này, chúng ta xem xét khả năng của trẻ liên hệ các đồ vật đó với các thứ khác nhau – đặc biệt là với các búp bê hoặc thú nhồi bông.

Cách đánh giá:

Vật liệu: Các búp bê có tóc, các thú nhồi bông khác, cái tách, thìa, lược ...

Phương pháp:

Cho con bạn sự chọn lựa giữa các đồ chơi như là bảng liệt kê ở trên, và quan sát trẻ chơi.

Cho điểm cộng nếu như con bạn cho búp bê ăn với cái thìa, chải tóc búp bê bằng lược và..., sử dụng ít nhất ba hành động giống như kể trên trong khi chơi.

Ghi chú:

Tiếp tục chơi “trò giả vờ” với con bạn, như đã kể ở mục P.S.A.22. Bạn có thể tăng phạm vi dàn cảnh của bạn trò chơi của con bạn phát triển hơn- Tắm xì mũi và đánh răng cho búp bê là những trò chơi rất vui.

Các búp bê là những thứ đồ chơi cần thiết ở giai đoạn này của sự phát triển – đối với con trai cũng như con gái.

P.S.A. 46: GIAO LƯU VỚI BẠN CÙNG LỨA BẰNG CỬ CHỈ

Quá trình xã hội hóa giữa các trẻ em cùng tuổi thì chậm hơn quá trình xã hội hóa với người lớn. Phần này và phần tiếp theo sau thường xuất hiện rõ nét cùng một lúc – các mục này tập trung vào hai khía cạnh của quá trình mà trẻ liên hệ với nhau ở thời kỳ đầu.

Cách đánh giá:

Phương pháp: Quan sát con bạn chơi gần 2 hay ba trẻ khác, gần bằng tuổi hay cùng một mức độ phát triển.

Cho điểm cộng nếu như con bạn giao lưu với các trẻ khác nhiều lần bằng cách đưa đồ chơi, lấy lại đồ chơi khi chúng đưa, chỉ ra các vật hoặc sự kiện, vẫy tay và ...

**P.S.A.47: THAM GIA TRONG CÁC TRÒ CHƠI TƯƠNG TỰ;
QUAN SÁT CÁC TRẺ KHÁC CHƠI.****Cách đánh giá**

Phương pháp: Như là ở phần P.S.A. 46 trên.

Cho điểm cộng nếu như con bạn chơi gần các trẻ khác, và xem chúng chơi nhiều lần.

Ghi chú:

Trước tiên, thường xuyên cho con bạn cơ hội để chơi với các trẻ khác cùng tuổi. Có thể là một nhóm trẻ trong xóm, hoặc là bạn có thể sắp đặt để đến với một nhóm bạn có con nhỏ. Nếu như con bạn lớn tuổi hơn, nhưng chậm chạp trong vui chơi và phát triển xã hội, có thể là đúng khi để trẻ trong nhóm của những đứa trẻ nhỏ tuổi hơn nhưng trùng với mức phát triển của trẻ, cũng như trong nhóm của trẻ cùng tuổi, để xem trong nhóm nào thì trẻ vui vẻ nhất và học được nhiều nhất. Chắc chắn rằng hầu hết các bậc phụ huynh đều hoan nghênh các trẻ em khuyết tật chơi chung với con của họ, bởi họ nhận ra rằng con họ cũng có lợi từ những tình bạn này.

Khuyến khích con bạn chơi gần các trẻ khác, đang chơi các đồ chơi tương tự. Để bắt đầu, bạn có lẽ cần phải hướng dẫn con bạn chú ý đến những gì những đứa trẻ khác đang làm, và giúp trẻ để đưa đồ chơi của mình cùng chơi với các trẻ khác và giao lưu với nhau bằng những điệu bộ đơn giản. Nhưng bạn hãy ở phía sau càng nhiều càng tốt.

Trẻ con thường thích chơi gần các trẻ khác hơn, chúng quan sát nhau và đôi khi giao lưu khi hoạt động của trò chơi được định trước để có nhiều loại đồ chơi khác nhau cùng chơi chung. Khi mà chỉ có một chiếc xe hơi đồ chơi, một búp bê, và một xe đạp, thì trẻ có nhiều khả năng tản đi các hướng. Hãy thử chơi các trò chơi chung quanh bàn hoặc cho trẻ thật nhiều khối lớn, xe hơi nhựa và búp bê.

P.S.A. 48: BẢO VỆ VẬT SỞ HỮU.

Trong mục này, chúng ta xem xét việc con bạn có thể nhận ra hoặc đòi hỏi các vật nào đó của riêng trẻ, và phản đối khi các trẻ khác lấy đồ của trẻ. Hành vi này thường gây sự quan tâm đối với các bậc cha mẹ, họ thường thích con họ chia sẻ đồ chơi chung, nhưng đó là giai đoạn bình thường, tự nhiên của quá trình phát triển, và điều này cần phải được giải quyết khéo léo.

Cách đánh giá:

Phương pháp: Quan sát con bạn khi chơi với các trẻ khác.

Cho điểm cộng nếu như con bạn bảo vệ đồ chơi của mình khi những trẻ khác lấy đi các đồ chơi của trẻ, bằng cách lấy lại hoặc la lớn lên.

P.S.A. 49: THAM GIA VÀO CÁC TRÒ CHƠI TƯƠNG TƯƠNG VỀ GIA ĐÌNH

Đây là một phần tiếp theo của P.S.A. 40 khi trẻ sử dụng các vật có chức năng trong trò chơi của trẻ với các búp bê. Trong kỹ năng trước, các hoạt động như vậy có thể bị cô lập, hơn là một phần của trò chơi giả vờ được mở rộng. Bây giờ chúng ta xem xét liệu đứa trẻ có thể đảm nhiệm một vai trò, và giữ vững được sự giả vờ của trẻ trong một trò chơi mở rộng.

Cách đánh giá:

Vật liệu: Đưa cho con bạn nhiều vật liệu có liên quan với nhau, như là các búp bê, các đồ đạc trong nhà, một bộ ấm trà, một bồn tắm búp bê và bột biển để tắm và / hoặc bộ nấu búp bê ở cỡ của búp bê hay cỡ của trẻ.

Phương pháp: Quan sát con bạn khi trẻ đang chơi với các vật liệu được liệt kê trên đây.

Cho điểm cộng nếu như con bạn giả bộ trở thành Mẹ hoặc Ba, và tham gia vào việc giả bộ nấu nướng, chăm sóc em trẻ và các thứ tương tự.

Ghi chú:

Bạn có thể khuyến khích con bạn chơi theo cách này bằng việc cung cấp nhiều thứ thích hợp (các vật liệu tự chế cũng tốt – một hộp bìa cứng có thể cũng có hiệu quả như là một cái nồi mắc tiền của búp bê) và bằng việc chơi với trẻ. Làm theo lời chỉ dẫn của trẻ càng nhiều càng tốt trong các trò chơi, khéo léo đưa ra những biến tấu mới lạ trong trò chơi. Đừng cố gắng áp đặt nếu như trẻ không bắt kịp ý kiến của bạn—ví dụ của bạn sẽ khuyến khích trẻ nhiều hơn là một tràng những lời hướng dẫn.

P.S.A. 50: CHƠI GẦN CÁC TRẺ EM VÀ ĐÔI KHI CÓ SỰ TÁC ĐỘNG QUAY LẠI

Đây là một phần kéo dài của P.S.A.46 và 47. Yêu cầu có sự tác động qua lại thường xuyên hơn.

Cách đánh giá:

Phương pháp: Quan sát con bạn trong khi chơi với hai hoặc ba trẻ khác. Quan sát trong khoảng 10 phút, tính giờ bằng đồng hồ hay ước lượng, tính thời gian con bạn có giao lưu với các thành viên khác của nhóm.

Cho điểm cộng nếu như con bạn có tiếp xúc với các trẻ khác khoảng 20% khoảng thời gian, bằng cách sử dụng lời nói hoặc / và cử chỉ.

P.S.A. 51: GIÚP ĐỠ TRONG CÁC CÔNG VIỆC NHÀ ĐƠN GIẢN

Con bạn bây giờ có thể tiến tới từ các hành động bắt chước đơn giản trong nhà đến hợp tác tích cực với bạn để xem các nhiệm vụ đã hoàn thành.

Cách đánh giá:

Phương pháp: Yêu cầu con bạn làm các việc đơn giản cho bạn, như là đem các vật đi chỗ khác hoặc đem chúng đến hoặc chùi sạch vũng nước đổ.

Cho điểm cộng nếu như con bạn, khi được giao các nhiệm vụ đơn giản có thể hoàn thành chúng không có sự giúp đỡ của người lớn.

Ghi chú:

Không nghi ngờ gì khi làm việc gì đó một mình thì nhanh hơn là yêu cầu trẻ con làm, nhưng về lâu dài bạn sẽ tiết kiệm được thời gian nếu con bạn tích cực trong công việc nhà. Nhận lấy trách nhiệm và giúp đỡ Cha Mẹ một cách thực tế đem đến một sự mãn nguyện tuyệt đối với bất cứ đứa trẻ nào. Đây cũng là bối cảnh lý tưởng để thực tập kỹ năng vận động và ngôn ngữ.

P.S.A. 52: HỢP TÁC VỚI NGƯỜI LỚN YÊU CẦU TRONG KHOẢNG 50% THỜI GIAN

Khi một đứa trẻ đã đạt tới mức 2 – 3 tuổi của kỹ năng tiếp thu ngôn ngữ, trẻ có thể theo được các yêu cầu của người lớn, không cần sự giúp đỡ chiếm khoảng 50% thời gian. Đây không ám chỉ nhiều đến qui tắc được đặt ra trong gia đình, nơi mà mức độ của sự phục tùng được mong đợi cao hơn, và những hướng dẫn thực tế hoặc bắt ngờ được đưa ra suốt mọi ngày.

Cách đánh giá:

Phương pháp: Quan sát sự phản ứng lại của con bạn khi bạn hướng dẫn cho trẻ nhiều ngày liên tiếp.

Cho điểm cộng nếu như con bạn vâng lời khi bạn đưa ra yêu cầu, không với sự giúp đỡ, khoảng 50% thời gian.

Ghi chú:

Sự nhận biết về ngôn ngữ, đặc biệt là RLC và RLD, sẽ chuẩn bị cho con bạn để đạt đến mục đích. Đôi khi, sự không vâng lời sẽ dẫn đến kết quả từ sự miễn cưỡng, hơn là từ sự không có khả năng để hưởng ứng. Nếu như ở đây đang miêu tả con bạn, tham khảo quyển 2, chương 6.

P.S.A. 53: LỰA CHỌN KHI ĐƯỢC YÊU CẦU

Ở mức sớm hơn của sự phát triển, một đứa trẻ có thể xuất hiện sự lựa chọn và như vậy lập tức từ chối vật được chọn để chọn các thứ khác hoặc có khi còn lo âu khi phải chọn một giữa hai thứ ưa thích.

Các bậc cha mẹ sẽ thấy giảm nhẹ hơn khi đứa trẻ bắt đầu có sự lựa chọn đúng đắn và bám theo các lựa chọn đó—bây giờ thì cha mẹ ít phải quyết định hơn.

Cách đánh giá:

Phương pháp: Chỉ cho con bạn nhiều loại đồ chơi và thức ăn, và hỏi trẻ thích cái nào.

Cho điểm cộng nếu như con bạn chọn một món nào đó và sử dụng quyền được chọn của trẻ.

Ghi chú:

Nếu như con bạn đang nói chuyện, bạn có thể chuyển qua để hỏi trẻ nói lên sự chọn lựa của trẻ từ món vật khác mà trẻ không thấy.

P.S.A. 54: THAY PHIÊN DƯỚI SỰ HƯỚNG DẪN CỦA NGƯỜI LỚN.

Mục này đề cập đến khả năng thay phiên nhau với các trẻ khác trong một nhóm chơi dưới sự hướng dẫn của người lớn. Khả năng này được đánh giá là lý tưởng ở nhóm chơi hoặc lớp mẫu giáo.

Cách đánh giá:

Phương pháp: Quan sát con bạn trong một trò chơi tập thể do một người lớn hướng dẫn

Cho điểm cộng nếu như con bạn đợi đến phiên của mình, thay phiên khi được hướng dẫn và tham gia khi các trẻ khác đến phiên.

Ghi chú:

Bạn có thể chuẩn bị cho con bạn ở kỹ năng này bằng cách chơi các trò chơi luân phiên khi chơi với trẻ ở nhà. Cũng cùng chơi với các thành viên trong gia đình. Bạn có thể tìm thấy nhiều thông tin trong quyển 3, chương 2.

P.S.A. 55: CHÚ Ý VÀO ÂM NHẠC HAY MỘT CÂU CHUYỆN VÀO KHOẢNG 10 PHÚT TRONG MỘT NHÓM.

Có thể đánh giá được kỹ năng này một khi con bạn tham gia vào một lớp Mẫu giáo hay một nhóm chơi.

Cách đánh giá:

Phương pháp: Quan sát con bạn với các trẻ khác trong một nhóm nhạc hay kể chuyện.

Cho điểm cộng nếu như con bạn chú ý vào khoảng 10 phút, không đi chỗ khác hoặc làm xao lãng các trẻ khác.

Ghi chú:

Nếu như con bạn chơi nhóm hoặc đi Mẫu giáo nhưng không tham gia trong suốt buổi họp nhóm, bạn hãy nói với giáo viên hay người hướng dẫn trong nhóm những điều bạn muốn đạt được – cô ta sẽ sẵn sàng giúp đỡ và sẽ có ý kiến để giúp con bạn đạt được mục đích. Ở Macquarie, giáo viên sắp xếp những buổi họp nhóm nhỏ, với một vài đứa trẻ, để chúng bắt đầu làm quen và từ từ giới thiệu cho trẻ đến với các nhóm đông hơn với buổi họp nhóm dài hơn. Những đứa trẻ có khó khăn trong sự chú ý có thể được xếp ngồi gần phía trước, để cho phép sự liên lạc bằng mắt thường xuyên với cô giáo và tích cực trong các hoạt động khi cần thiết.

P.S.A. 56: NÓI “LÀM ƠN” VỚI SỰ NHẮC NHỞ

Điều này là dĩ nhiên khi lịch sự nói “*làm ơn*” và “*cảm ơn*”, làm cho ngôn ngữ của trẻ dễ chấp nhận hơn các trẻ khác. Nhưng kỹ năng này thường phát triển muộn hơn. Ở Macquarie, chúng tôi tin rằng “*làm ơn*” và “*cảm ơn*” không cần thiết là 1 ưu tiên lớn khi trẻ nhỏ chậm phát triển ngôn ngữ, nhưng sẽ được áp dụng khi trẻ đã nói tốt. Trẻ con cần phải hiểu rằng có nhiều nhân tố khác bao gồm trong “*yêu cầu tế nhị*” bên cạnh các từ “*làm ơn*” và “*cảm ơn*”: giọng nói thì cũng rất quan trọng trong biểu thị sự khác nhau giữa một lời thỉnh cầu và một sự đòi hỏi.

Cách đánh giá:

Phương pháp: Quan sát nếu như con bạn có nói “*làm ơn*” khi yêu cầu cái gì đó hay không. Bạn có thể phải nhắc chung chung, như là “*Con phải nói gì ?*”.

Cho điểm cộng nếu như con bạn nói “*làm ơn*” hoặc tự nguyện hay khi được nhắc nhở chung chung. Không cộng điểm nếu như con bạn nói “*làm ơn*” chỉ khi bắt buộc bạn.

Ghi chú:

Cha mẹ có thể mong đợi con mình nói “*Làm ơn*” và “*cảm ơn*” mà không cần nhắc nhở ít nhất là phân nửa số thời gian trong khoảng 3 đến 4 tuổi(P.S.A.77). Trong khi bạn biết rằng con mình có thể nói các từ này, tiếp tục các lời nhắc nhở chung chung hơn là nói ra từ đó.

P.S.A. 57: THAM GIA HÁT HAY ĐỌC THƠ.

Ở đây chúng ta xem liệu trẻ có thể tham gia vào bằng tiếng, cũng như bằng hành động, khi các trẻ khác đang hát hay đang đọc các bài thơ trẻ con.

Cách đánh giá:

Phương pháp: Cách lý tưởng để đánh giá kỹ năng này là quan sát con bạn trong suốt giờ âm nhạc trong nhóm chơi hay là trong trường Mẫu giáo. Hay có thể lựa chọn trong những cách sau: đề ý con bạn với các trò chơi ở trường hoặc là sử dụng một băng video hay cassette hoặc là cả nhà cùng hát.

Cho điểm cộng nếu như con bạn tham gia vào bằng tiếng, cộng thêm vài lời và sử dụng một giọng như “*đang hát*”.

Ghi chú:

Cách tốt nhất để dạy con bạn tham gia vào các bài hát và thơ trẻ con là bằng ví dụ. Ví dụ từ các trẻ khác rất có ích, nhưng ví dụ của bạn là quan trọng nhất. Con bạn thì không nghĩ đến việc phê bình giọng hát của bạn, nhưng nếu như bạn không cảm thấy tự tin với giọng hát của mình, sử dụng băng hình và băng cassette và hát theo.

P.S.A. 58: KHÔNG KHÓC KHI VẮNG MẸ.

Đối với mức phát triển của trẻ từ 2 đến 3 tuổi, phần này chỉ đưa ra một chỉ dẫn rất chung chung khi có thể được mong đợi, bởi vì sự điều chỉnh để xa mẹ của một đứa trẻ tùy thuộc vào việc trẻ có thường xuyên xa mẹ hay không ? (Chú ý rằng phần này cũng có thể áp dụng được với cha).

Cách đánh giá:

Phương pháp: Quan sát nếu như con bạn có thể ở tại trường Mẫu giáo, hoặc với một vú nuôi quen thuộc, và không khóc khi cha mẹ trẻ bỏ đi.

Cho điểm cộng nếu như đứa con rời bạn mà không bị xáo trộn tình cảm.

P.S.A. 73: LÀM THEO LUẬT CỦA TRÒ CHƠI NHÓM VỚI SỰ CHỈ DẪN CỦA NGƯỜI LỚN.

Đánh giá kỹ năng này ở nhóm chơi hoặc là ở trường Mẫu giáo, trong suốt trò chơi quen thuộc với con bạn.

Cách đánh giá:

Phương pháp: Quan sát con bạn khi trẻ đang chơi trong một trò chơi tập thể dưới sự hướng dẫn của một người lớn. Trò chơi nên là một trò quen thuộc đối với con bạn. Qui luật của trò chơi nên được giải thích vào lúc bắt đầu trò chơi cho cả nhóm, và sự hướng dẫn trong suốt cuộc chơi nên được đưa đến cho nhóm càng nhiều càng tốt. Chú ý rằng các trò chơi dành cho mục đích này có thể kể đến các tiết mục múa như “ Người nông dân trong thung lũng nhỏ”.

Cho điểm cộng nếu như con bạn tham gia tích cực trong trò chơi và tuân theo các qui luật của trò chơi mà không cần đến sự chỉ dẫn riêng nào.

P.S.A. 74: THAY PHIÊN NHAU VỚI CÁC TRẺ KHÁC.

Ở đây chúng tôi quan tâm đến khả năng tự động thay phiên nhau của trẻ hoặc là theo yêu cầu của một đứa trẻ khác. Đứa trẻ mà tích cực tham gia trong cách này tức là đang trong quá trình đến với sự hợp tác trong chơi đùa – xem quyển 2, chương 5.

Cách đánh giá:

Phương pháp: Quan sát con bạn trong một điều kiện chơi đùa thoải mái, gần với các trẻ khác.

Cho điểm cộng nếu như con bạn thay phiên hoặc là tham gia ít nhất là một lần, không cần bất cứ sự hướng dẫn nào của người lớn.

P.S.A.75: CHƠI GẦN VÀ NÓI CHUYỆN VỚI CÁC TRẺ KHÁC.

Khi nói chuyện được thêm vào để chia sẻ và thay phiên nhau, đứa trẻ đang ở trong quá trình rất thuận lợi để đến với sự hợp tác trong chơi đùa.

Cách đánh giá:

Phương pháp: Quan sát con bạn trong một điều kiện chơi đùa thoải mái và gần với các trẻ khác.

Cho điểm cộng nếu như con bạn chơi trong một khoảng cách gần với các trẻ khác và trò chuyện với chúng khi trẻ đang chơi.

P.S.A. 76: NƠI ĐUA VỚI CÁC TRẺ KHÁC CHIẾM PHẦN NỬA THỜI GIAN CHƠI.

Sự hợp tác thật sự trong chơi đùa bao gồm tham gia với những người khác để hướng tới mục đích chung, và tiếp nhận một vai trò mà nó thích hợp với vai trò của những người khác.

Cách đánh giá:

Phương pháp: Quan sát con bạn trong một điều kiện chơi đùa thoải mái và gần với các trẻ khác.

Cho điểm cộng nếu con bạn tham gia các hoạt động của trò chơi chung như “nhà chòi” hoặc là xếp các ô vuông hoặc chơi với các xe nhựa. Trẻ nên có vài hoạt động qua lại với các trẻ khác, và/hoặc nói chuyện với các trẻ khác về trò chơi, ít nhất 50% khoảng thời gian.

P.S.A.77: NÓI “LÀM ƠN” VÀ “CẢM ƠN ” TRONG KHOẢNG 50% THỜI GIAN MÀ KHÔNG CÓ SỰ NHẮC NHỞ.

Đây là phần mở rộng của P.S.A.56

Cách đánh giá:

Phương pháp: Quan sát con bạn vào các bữa ăn chính hoặc vào các bữa ăn nhẹ, hay trong các trường hợp khác mà có các vật đưa cho trẻ. Đếm số cơ hội để nói “làm ơn” hoặc “cảm ơn” và số lần mà các từ này được sử dụng. Không được nhắc nhở trẻ.

Cho điểm cộng nếu như con bạn nói “làm ơn” hoặc “cảm ơn” vào ít nhất 50% của cơ hội có được.

P.S.A.78: HỢP TÁC VỚI CÁC YÊU CẦU CỦA NGƯỜI LỚN TRONG KHOẢNG 75% THỜI GIAN.

Mục này giúp cho các thầy cô và cha mẹ đánh giá liệu tỉ lệ vâng lời của một đứa trẻ với yêu cầu của người lớn có tăng trưởng theo thời gian hay không.

Đánh giá cùng một cách như là ở P.S.A.52 , đánh dấu cộng nếu như con bạn làm theo sự chỉ dẫn của bạn trong khoảng 75% các cơ hội có được.

P.S.A.79: GIÁO DỤC GIỚI TÍNH THÔNG QUA CÂU HỎI

Trong phần RL.D.84, đứa trẻ học cách phân biệt giữa trai và gái trong các bức hình. Ở phần này, đứa trẻ học cách trả lời một trong những câu hỏi thường được người lớn hỏi nhất với các trẻ nhỏ: “Con là trai hay gái ?”

Cách đánh giá

Phương pháp: Hỏi con bạn: “Con là trai hay gái ?”. Lặp lại, đảo lộn thứ tự: ”Con là gái hay trai ?”. Lặp lại một lần nữa.

Cho điểm cộng nếu như con bạn trả lời câu hỏi đúng trong cả ba lần thử.

Ghi chú:

Biến đổi thứ tự của các lựa chọn khi bạn hỏi câu này là quan trọng nhất – và các câu khác cũng giống nó. Mặc khác đứa trẻ có thể học để nhận thấy được câu trả lời từ câu hỏi của bạn không cần hiểu thật rõ bạn đang hỏi cái gì.

Các câu hỏi khác mà trẻ quen thuộc là:

- “Con mấy tuổi”.
- “Tên con là gì ?”. (Cả tên và họ)
- “Con ở đâu ?” (Dạy tên của tỉnh hoặc thành phố trước tiên)

P.S.A 80: LÀM CÁC CÔNG VIỆC VẬT ĐƠN GIẢN TRONG NHÀ

Khi trẻ bước sang tuổi thứ 4 của sự phát triển, trẻ có thể hy vọng làm được các công việc vật đơn giản trong nhà, các công việc mà yêu cầu có được sự tập trung và thận trọng. Hầu hết trẻ thích cảm giác trách nhiệm, như là công việc của người lớn.

Cách đánh giá:

Phương pháp: Yêu cầu con bạn làm việc gì đó mà nó phải có một vài trách nhiệm – như là bung ra một cái mâm trong bữa ăn nhẹ.

Cho điểm cộng nếu như con bạn làm được các việc vật trong nhà không có một sự giúp đỡ nào.

Ghi chú:

Trường Mẫu giáo đem đến nhiều cơ hội cho một đứa trẻ được đảm nhận trách nhiệm. Xếp các thứ đem đi, phân phát thức uống vào bữa ăn sáng và giúp cô giáo lập ra một hoạt động mới chỉ là một vài ví dụ. Bạn hãy hỏi giáo viên Mẫu giáo của con mình nếu như trẻ có thể thực hiện được các nhiệm vụ trên không.

P.S.A. 81: TRÁNH XA CÁC MỐI NGUY HIỂM.

Một phần của nghệ thuật làm cha mẹ là thường xuyên giám sát các vật có thể gây tổn hại đến trẻ. Việc này trở thành bản năng thứ hai của cha mẹ, đến nỗi mà ngay cả họ không nhận thức thấy được họ đang làm việc đó. Trong cùng một lúc, cha mẹ dạy các con nhận biết được các nguy hiểm trong môi trường xung quanh – “Cẩn thận, bếp lò nóng đó”, “Chúng ta không thể đi đường đó được - có thủy tinh vỡ trên lối đi”, “Chúng ta hãy đi vòng quanh vũng nước”.

Sẽ đến lúc đứa trẻ có khả năng tự nhận biết và tránh xa các mối nguy hiểm – đây là một kỹ năng quan trọng trong quá trình phát triển của tính độc lập.

Cách đánh giá:

Phương pháp: Quan sát liệu con bạn có tránh được các mối nguy hiểm trong môi trường của trẻ, như là thủy tinh vỡ hoặc là hố trên mặt đất.

Cho điểm cộng nếu như con bạn từng bước tránh được các mối nguy hiểm.

Ghi chú:

Dĩ nhiên bạn không được để con bạn đi lên các mảnh kiếng vỡ để đánh giá kỹ năng này ! Nhưng có lẽ bạn có thể trì hoãn lại lời nhắc nhở chậm một chút để xem liệu con bạn có thể tự nhận ra hoặc là phải đưa ra một lời cảnh cáo chung trước, ví dụ như là “Con nhìn xem cái gì trên lối đi”.

Đối với các bậc cha mẹ của các trẻ mẫu giáo hiệu động, việc chắc chắn tránh được tất cả các mối nguy hiểm chung quanh trẻ là điều không thể có được – nếu không thì có lẽ việc trầy đầu gối hay là tróc móng chân sẽ không xảy ra. Tuy nhiên, bạn có thể chú ý rằng các tai nạn như vậy giảm theo thời gian. Đây là vấn đề của việc cải thiện được sự thăng bằng – một kỹ năng giá trị tự có – nhưng hãy trông chừng con bạn cẩn thận khi trẻ đang chơi tự do bên ngoài để xem liệu trẻ có khả năng đề ý tới các vật có thể làm tổn thương trẻ hoặc là tự quyết định khi không cần sự nhắc nhở, rằng cái thang quá cao đối với trẻ hoặc là ngọn đồi thì quá dốc.

P.S.A. 82: Ở TRONG VÒNG RANH GIỚI MÀ CHA MẸ ĐÃ ĐỊNH SẴN

Đây là một kỹ năng cốt yếu cho các trẻ ở tuổi mẫu giáo hiểu động— không chỉ vì sự an toàn của trẻ mà còn cho sự yên lòng của cha mẹ.

Chúng ta chú trọng ở đây là khả năng của trẻ để ở trong một khu vực mà có một ranh giới có thể quan sát rõ ràng, mà không phải là hàng rào hốt đưa trẻ bên trong.

Cách đánh giá:

Phương pháp: Quan sát qua nhiều cơ hội. Nói cho con bạn nghe một cách rõ ràng nơi nào để trẻ chơi.

Cho điểm cộng nếu như con bạn ở trong vòng giới hạn mà bạn đã đặt ra, như là ở sân sau, trong sân chơi hoặc là “trên cỏ”.

Ghi chú:

Để dạy con bạn ở trong vòng ranh giới đã được định sẵn, bạn phải cho phép trẻ khả năng để ra ngoài. Đây là một việc khó, nhưng không thể tránh được. Nếu như con bạn chỉ ở trong môi trường nơi mà không thể ra ngoài được, trẻ sẽ không học được việc tự nguyện ở lại, và bạn có thể đánh giá sai đối với những sự kiện không thể tránh khỏi khi sự kiện này đột nhiên nảy sinh. Cho con bạn cơ hội để chơi trong ranh giới định sẵn nhưng mở rộng khu vực ra khi bạn đang trông chừng trẻ và sẵn sàng phạt ngay lập tức để trẻ thấy hậu quả đáng ghi nhớ bất cứ khi nào nó định bỏ ra ngoài. Đừng quên khen ngợi trẻ khi trẻ làm theo các sự chỉ dẫn của bạn.

Việc này rất cần làm, khi bạn đến một nơi không quen thuộc, chỉ ra các ranh giới cho con bạn. Làm với một cách quả quyết – “Con được chơi ở đây, và đây” – hơn là đưa ra một dãy các chỉ thị “không”.

P.S.A. 83: CHIA SẺ SỰ CHÚ Ý CỦA NGƯỜI LỚN VỚI NGƯỜI KHÁC.

Đối với trẻ nhỏ việc chia sẻ sự quan tâm chú ý của người lớn khó hơn nhỏ so với chia sẻ các món đồ chơi.

Cách đánh giá:

Phương pháp: Quan sát con bạn trong nhiều dịp mà bạn nói chuyện hoặc làm việc với người khác.

Cho điểm cộng nếu như con bạn chơi im lặng khi bạn đang nói chuyện với người khác.

Ghi chú:

Quyền của cha mẹ để không bị làm gián đoạn khi đàm thoại thường là vấn đề chính trong gia đình. Trẻ thất vọng vì bị từ chối chơi khi người lớn nói chuyện hoặc là chú tâm vào công việc gì đang làm. Nếu sự thất vọng này thường xuyên xảy ra, đứa trẻ có lẽ sẽ có cảm tưởng là một việc xấu đang đợi trẻ, và trẻ sẽ sống trong mong đợi tiêu cực này. Nhu cầu của đứa trẻ về sự quan tâm không ngừng lại chỉ vì cha mẹ trẻ đang quan tâm vào việc khác, và trẻ cần có sự khích lệ tích cực để kiểm soát sự mong muốn được quan tâm của trẻ. Bạn có thể giúp con bạn bằng cách thỉnh thoảng ngừng việc bạn đang làm một chút khi trẻ không có yêu cầu gì mà đang chơi yên lặng theo cách bạn muốn. Một nụ cười hoặc một cái vuốt ve thường là cái mà tất cả các trẻ con cần để có thể tiếp tục chơi vui vẻ. Nếu như bạn biết rằng bạn sắp sửa bận rộn trong một lúc, bảo đảm chắc chắn rằng con bạn có cái gì đó thích thú để chơi trước khi bạn bắt đầu, và trông chừng trẻ để bạn có thể tiên

liệu được khi nào thì cần thiết thay đổi đồ chơi. Bằng cách này, bạn cho trẻ cơ hội để được khen ngợi.

Khi trẻ biết được lợi ích của việc cho bạn thời gian riêng, bạn sẽ cho trẻ lời khen và sự chú ý ít hơn bình thường, nhưng đó là một cách bảo đảm tốt đẹp để tiếp tục chú ý đến trẻ, theo cách tích cực, hết lần này đến lần khác, cho dù khi trẻ đã thôi không yêu cầu nó.

Chương II

P.S.B: Cách Ăn Và Uống

Trong chương này gồm có hai phần. Đứa trẻ học cách ăn những thứ mà mọi người vẫn ăn và tự ăn một mình mà không cần sự giúp đỡ. Những phần này là mục tiêu qua trọng giúp cho trẻ phẩm cách, tính tự lập và đến với thế giới xã hội bên ngoài gia đình.

Đôi khi một vấn đề về thể chất gây trở ngại cho sự tiến triển, hoặc các loại thức ăn mà trẻ có thể ăn hay tính tự lập của trẻ trong khi ăn. Khi các vấn đề này tồn tại, sẽ không có sự trợ giúp nào thay thế từ một người chuyên nghiệp được đào tạo chuyên môn. Các kỹ thuật hoặc dụng cụ đúng cách có thể tạo nên sự thay đổi.

Một vài vấn đề về cách ăn và uống xuất hiện không phải do thiếu khả năng thực hiện những kỹ năng cần thiết này, mà là từ sự miễn cưỡng. Các vấn đề này thường được giải quyết tốt hơn nếu như chúng được xem là vấn đề về thái độ, hơn là về vấn đề ăn uống. Nhưng trước khi bạn quyết định rằng con bạn có một vấn đề thái độ về thức ăn, nên đem trẻ đến bác sĩ để kiểm tra kỹ lưỡng trước, có khi thái độ của trẻ là dấu hiệu để biểu lộ có cái gì đó trong cơ thể trẻ không được khỏe.

Trong chương này, xin hãy lưu ý rằng, trước tiên chúng tôi sẽ miêu tả qui trình để đánh giá cho tất cả các kỹ năng, và sau đó thảo luận về các phương pháp dạy tiếp tục, bắt đầu ở trang 31. Dù con bạn đạt được bất cứ điểm nào trong cách ăn và uống của trẻ, chúng tôi đề nghị rằng bạn nên đọc qua toàn bộ chương này trước khi bạn bắt đầu dạy trẻ, như khi bạn mong muốn bắt đầu sắp đặt công việc làm cơ sở cho mục tiêu trong tương lai, và vài kỹ năng có thể được dạy cùng một lúc.

Dưới đây chúng tôi xin đưa ra tất cả các kỹ năng được trình bày trong chương này:

3 đến 6 tháng tuổi:

11. Mong đợi được ăn khi thấy vú mẹ hoặc chai sữa.
12. Đặt tay trên vú mẹ hoặc trên chai sữa.
13. Bú và nuốt các thức ăn được nghiền nhuyễn.

6 đến 9 tháng tuổi:

17. Uống từ một cái tách với sự giúp đỡ
18. Ngậm và nuốt các thức ăn đặc
19. Tự ăn những đồ ăn dùng tay (bánh qui, bánh khô....)

9 đến 12 tháng tuổi:

25. Cầm lên và ăn các mẫu nhỏ của thức ăn dùng tay.
26. Cầm thìa, và cố gắng cho thức ăn vào miệng.
27. Cắn và nhai một miếng bánh qui.
28. Ăn các món ăn được nghiền nhỏ.

12 đến 15 tháng tuổi:

29. Khi uống thường không có sự giúp đỡ thường làm đổ ra.
30. Tự ăn một mình với cái thìa, thường làm đổ vãi.
31. Nhai các thức ăn bình thường (chỉ cắt nhỏ ra).

18 tháng đến 2 năm tuổi

41. Uống bằng tách không bị đổ.

42. An bằng thìa không bị đổ.

2 đến 3 năm tuổi:

39. Hút nước bằng ống hút.

60. Sử dụng một cái nĩa để xiên thức ăn

3 đến 4 năm tuổi:

84. An bằng nĩa và thìa

85. Đổ nước từ bình ra không bị đổ.

P.S.B 11: MONG ĐỢI ĐƯỢC ĂN KHI THẤY VÚ MẸ HOẶC CHAI SỮA.

Cách đánh giá:

Phương pháp: Quan sát con bạn khi chuẩn bị cho trẻ ăn.

Cho điểm cộng nếu như con bạn thể hiện nhiều sự hoạt động khi chai sữa hay vú mẹ trong tầm mắt trẻ.

P.S.B 12: ĐẶT TAY LÊN VÚ MẸ HOẶC CHAI SỮA

Cách đánh giá:

Phương pháp: Quan sát con bạn trong khi cho trẻ ăn.

Cho điểm cộng nếu như con bạn đặt tay lên vú mẹ hay chai sữa. (Trẻ không cần thiết phải tự mình cầm chai sữa.)

P.S.B 13: BÚ VÀ NUỐT CÁC THỨC ĂN ĐƯỢC NGHIỀN NHUYỄN.

Cách đánh giá:

Vật liệu: Thức ăn trẻ em nghiền nhuyễn, một cái thìa nhỏ.

Phương pháp: Quan sát trong bữa ăn.

Cho điểm cộng nếu như con bạn có thể lấy thức ăn trẻ em từ cái muỗng.

P.S.B 17: UỐNG TỪ MỘT CÁI TÁCH VỚI SỰ GIÚP ĐỠ.

Cách đánh giá:

Vật liệu: Một nửa tách nước, loại mà con bạn thích uống.

Phương pháp: Đưa một cái tách đến môi trẻ. Chọn lúc mà con bạn muốn uống nước.

Cho điểm cộng nếu như con bạn uống được thành công từ cái tách, trẻ ngậm môi ở miệng cái tách và làm đổ ra một chút.

P.S.B 18: NGẬM VÀ NUỐT CÁC THỨC ĂN ĐẶC.

Cách đánh giá:

Vật liệu: Thức ăn có độ đậm đặc giữa nghiền nhuyễn và nghiền nhỏ. Một cái thìa.
Phương pháp: Quan sát trong bữa ăn.
Cho điểm cộng nếu như con bạn nhai thức ăn với một động tác kề cận nhau của hàm và lợi của trẻ, sau đó nuốt thức ăn.

P.S.B 19: TỰ ĂN ĐƯỢC CÁC LOẠI THỨC ĂN DÙNG TAY (BÁNH QUI, BÁNH KHÔ, ...)

Cách đánh giá:

Vật liệu: Một miếng lớn loại thức ăn dùng tay ưa thích của đứa trẻ, như là một cái bánh qui, một miếng bánh khô, một mẫu bánh mì nướng hoặc là nửa quả chuối.

Phương pháp: Đặt thức ăn trong cái khay của lên ghế cao. Bạn có thể giúp trẻ nếm thử một chút trước, để tăng sự thích thú.

Cho điểm cộng nếu như con bạn cầm lên miếng thức ăn, giữ lấy nó, đưa nó lên miệng và ăn nó.

P. S. B 25: CẦM LÊN ĂN VÀ ĂN CÁC MẪU NHỎ CỦA THỨC ĂN DÙNG TAY.

Cách đánh giá:

Vật liệu: Những mẫu nhỏ (khoảng 1 cm đường kính) của loại thức ăn được con bạn ưa thích, như là trái cây, pho mát hoặc là bánh mì.

Phương pháp: Đặt các mẫu thức ăn trong đĩa hoặc trên khay của ghế cao

Cho điểm cộng nếu như con bạn cầm lên và ăn các mẫu nhỏ thức ăn.

P.S.B 26: CẦM THÌA VÀ CỐ GẮNG ĐƯA THỨC ĂN VÀO MIỆNG.

Cách đánh giá:

Vật liệu: Một cái thìa em trẻ và thức ăn con bạn thích.

Phương pháp: Đưa cho con bạn cái thìa xúc thức ăn

Cho điểm cộng nếu con bạn cầm thìa và cố gắng cho thức ăn vào miệng. Trẻ không cần thiết phải làm tốt điều đó.

P.S.B 27: CẢN VÀ NHAİ MỘT MIẾNG BÁNH QUI

Cách đánh giá:

Vật liệu Một miếng bánh qui hoặc là bánh sữa – không cứng lắm.

Phương pháp: Cho con bạn miếng bánh qui.

Cho điểm cộng nếu như đứa trẻ đưa miếng bánh lên miệng, cắn một miếng, và nhai và nuốt.

P.S.B 28: ĂN THỨC ĂN ĐƯỢC NGHIỀN NHƯ

Cách đánh giá:

Vật liệu: Các loại thức ăn thường được nghiền nhuyễn với một cái nĩa.

Phương pháp: Quan sát con bạn trong bữa ăn. Bạn có thể đút cho trẻ ăn.

Cho điểm cộng nếu như đứa trẻ ăn thức ăn nghiền bằng cách nhai.

P.S.B 29: KHI UỐNG NƯỚC KHÔNG ĐƯỢC GIÚP ĐỠ THƯỜNG LÀM ĐỔ**Cách đánh giá:**

Vật liệu: Một cái tách với hai quai, hoặc một cái tách quen thuộc với trẻ, với nửa tách nước.

Phương pháp: Quan sát đứa trẻ khi đang uống.

Cho điểm cộng nếu như con bạn cầm tách lên, tự uống và trả tách lại trên bàn. Đứa trẻ có lẽ gặp khó khăn trong việc điều khiển dòng chảy của nước và có lẽ sẽ làm đổ một ít.

P.S.B 30: TỰ ĂN BẰNG THÌA, THƯỜNG LÀM ĐỔ.**Cách đánh giá:**

Vật liệu: Thức ăn nghiền, một cái thìa và một cái bát.

Phương pháp: Yêu cầu con bạn tự ăn và quan sát.

Cho điểm cộng nếu như đứa trẻ múc được thức ăn bằng thìa và đưa lên miệng. Trẻ có lẽ sẽ làm đổ ra nhiều, và bạn có thể ngừng cho trẻ ăn.

P.S.B 31: NHAİ CÁC THỨC ĂN BÌNH THƯỜNG (CHỈ CẮT NHỎ RA)**Cách đánh giá:**

Vật liệu: Thức ăn được cắt nhỏ vừa miệng nhai – không nghiền nhừ.

Phương pháp: Quan sát con bạn trong bữa ăn.

Cho điểm cộng nếu như con bạn nhai thức ăn tốt và nuốt nó, và không cần thiết có sự chuẩn bị đặc biệt nào cho tất cả các bữa ăn.

P.S.B 41: UỐNG BẰNG TÁCH KHÔNG BỊ ĐỔ.**Cách đánh giá**

Vật liệu: Nửa tách nước, cái tách không được có vòi.

Phương pháp: Quan sát trẻ khi uống.

Cho điểm cộng nếu như đứa trẻ cầm, uống nước và đặt tách lại chỗ cũ không bị đổ.

P.S.B 42: ĂN BẰNG THÌA KHÔNG BỊ ĐỔ**Cách đánh giá:**

Vật liệu: Thức ăn ưa thích của trẻ, một cái bát và một cái thìa nhỏ.

Phương pháp: Quan sát con bạn trong bữa ăn

Cho điểm cộng nếu như con bạn tự ăn bằng thìa và không bị đổ ra ngoài.

P.S.B 59: HÚT NƯỚC BẰNG ống HÚT

Cách đánh giá:

Vật liệu: Một cái tách và ống hút hoặc một hộp nước trái cây với ống hút.

Phương pháp: Quan sát con bạn khi đang sử dụng ống hút

Cho điểm cộng nếu như con bạn có thể uống ít nhất 50 ml nước bằng ống hút.

P.S.B 60: SỬ DỤNG NĨA ĐỂ XIÊN THỨC ĂN**Cách đánh giá**

Vật liệu: Một cái nĩa của trẻ con, các mẫu nhỏ trái cây hoặc rau.

Phương pháp: Quan sát khi con bạn đang ăn bằng nĩa.

Cho điểm cộng nếu như con bạn có thể xiên thức ăn bằng nĩa và đưa lên miệng.

P.S.B 84: ĂN BẰNG NĨA VÀ THÌA**Cách đánh giá:**

Vật liệu: Thức ăn được cắt nhỏ vừa miệng nhai, một cái thìa và nĩa.

Phương pháp: Quan sát con bạn trong giờ ăn.

Cho điểm cộng nếu như con bạn cầm nĩa và thìa cùng lúc và sử dụng chúng chung với nhau, hoặc chọn riêng cho từng loại ăn khác nhau.

P.S.B 85: ĐỔ NƯỚC TỪ BÌNH RA MÀ KHÔNG BỊ ĐỔ.**Cách đánh giá:**

Vật liệu: Một cái bình nhỏ (chứa khoảng hai tách nước) chứa khoảng $\frac{3}{4}$ nước và một tách uống nước.

Phương pháp: Yêu cầu con bạn rót nước hoặc nước trái cây từ bình ra tách.

Cho điểm cộng nếu như con bạn rót không bị đổ hoặc rót quá nhiều, và trả bình lại trên bàn.

LÀM THẾ NÀO ĐỂ DẠY KỸ NĂNG ĂN VÀ UỐNG.

Chúng tôi sẽ trình bày về cách dạy kỹ năng ăn và uống như là một phần tiếp theo (các cách đánh giá đã được trình bày ở trang trước). Vì ăn và uống là phần quan trọng trong cuộc sống hàng ngày, bạn sẽ dạy con hoặc để cho trẻ thực hành những kỹ năng đã học trước đây, nhiều lần trong ngày. Xin hãy đọc qua toàn bộ phần này trước khi bạn bắt đầu ; bạn sẽ tìm thấy được nhiều kỹ năng có thể được dạy cùng một lúc, và các kỹ năng khác có thể được giới thiệu dần dần trong khi các kỹ năng trước vẫn đang được dạy.

Chúng tôi đề nghị bạn nên bổ sung phần thông tin bạn tìm được ở đây với các thông tin chung thường được gửi đến cho cha mẹ có con nhỏ, cùng với những lời khuyên của nhân viên trung tâm chăm sóc trẻ sơ sinh hoặc là các thầy thuốc.

Ở đây chúng tôi tập trung vào các kỹ năng tự giúp đỡ bản thân trong bữa ăn, nhưng dĩ nhiên, có các khía cạnh khác xem xét. Bữa ăn có lẽ là khoảng thời gian nhiều nhất trong ngày – khi mà cả gia đình cùng ngồi với nhau ăn uống và nói về kinh nghiệm và kế hoạch

của họ. Nó tạo ra cơ hội để thực tập về kỹ năng giao tiếp ở mọi mức độ— từ luân phiên đến các câu có cấu trúc bậc cao. Nhiều kỹ năng khác có thể được dạy và luyện tập trong bữa ăn – gấp các mẫu nhỏ (F.M.A.11), phản ứng với “đặt” và “cho” (R.L.B. 17), xác định đúng các thành viên trong gia đình (R.L.B. 13) và v.v....

Ngay cả đứa trẻ nhỏ, vẫn bú sữa mẹ hay sữa chai có thể học được các kỹ năng có tính chất xã hội trong lúc đang bú. Đứa trẻ được áp ú trong ngực mẹ là một vị trí lý tưởng để có được sự giao tiếp bằng mắt, nhìn và nghe khi mẹ trẻ nói chuyện.

P.S.B. 11:

Mong đợi được ăn khi thấy vú mẹ hoặc chai sữa.

Bạn hãy quan sát những tín hiệu mà con bạn đang mong đợi được bú bằng cách đong đưa chân tay một cách thích thú khi trẻ thấy vú mẹ hoặc chai sữa. Luôn luôn cho trẻ cơ hội để nhìn và mong đợi trước khi bạn bắt đầu cho trẻ ăn.

P.S.B. 12:

Đặt tay lên vú mẹ hoặc trên chai sữa.

Khuyến khích con bạn đưa tay lên sờ vào vú mẹ hoặc bình sữa như khi bạn đang cho trẻ bú. Khi bạn ẵm trẻ trong tay, bạn có thể nhẹ nhàng nâng tay trẻ ra trước để cho trẻ có thể dễ dàng tiếp tục chạm tay vào vú mẹ. Sau đó trẻ sẽ có thể tích cực hơn bằng việc hướng miệng của trẻ về vú mẹ hoặc chai sữa.

P.S.B.13:

Bú và nuốt các thức ăn được nghiền nhuyễn.

Phần lớn tất cả trẻ con lần đầu tiên ăn thức ăn đặc là khi được 6 tháng tuổi. Quyết định khi nào nên bắt đầu để đứa con khuyết tật của bạn ăn thức ăn đặc tùy thuộc vào nhu cầu dinh dưỡng và sự thích thú của trẻ khi thử – như đối với bất cứ đứa trẻ nào khác. Nếu con bạn có vấn đề về thể chất mà có thể gây ra khó nhai và tiêu hoá thì bạn nên làm theo chỉ dẫn của bác sĩ.

Ăn sớm thức ăn đặc có thể tăng thêm phần nào chất dinh dưỡng, khi mà lượng thức ăn ít. Các giác quan chủ yếu phải trải qua khi ăn bao gồm vị giác, khứu giác và xúc giác. Hãy cho con bạn nếm nhiều mùi vị khác nhau từ lúc còn nhỏ để khuyến khích trẻ chấp nhận và thưởng thức khẩu vị đang dạng trong thức ăn khi nó trở thành chất dinh dưỡng quan trọng.

Cho trẻ khám phá (nếm thử) thức ăn bằng lưỡi, môi, và vòm miệng, mút thức ăn từ thìa và đưa vào trong miệng, bạn cần cung cấp cho trẻ bài tập rèn luyện tốt cho cơ lưỡi và hàm.

Trừ khi bác sĩ khuyên bạn ngược lại, thì bạn có thể giới thiệu thức ăn đặc cho đứa con khuyết tật của bạn cũng với bất cứ đứa trẻ nào, thỉnh thoảng giới thiệu đồ ăn mới để bạn có thể nhận ra nguyên nhân của bất cứ các phản ứng bất lợi nào của trẻ.

Nhân viên phòng khám cho trẻ sơ sinh, một cuốn sách chuyên đề chăm sóc trẻ đáng tin cậy, hoặc kinh nghiệm trước kia của bạn đối với đứa con lớn hơn sẽ hướng dẫn bạn.

P.S.B. 17:**Uống từ một cái tách với sự giúp đỡ.**

Bạn có thể giới thiệu cho con bạn cái tách khi con bạn ở độ tuổi 6 tháng, và hướng dẫn trẻ sử dụng nữa là rất tốt. Uống từ một cái tách bao gồm các động tác vận động cơ khác với bú sữa từ vú mẹ hoặc núm cao su, và sự rèn luyện này có giá trị với trẻ có cơ giọng thấp trong lưỡi và miệng. Đặc biệt trẻ em với chứng bệnh Down nói riêng, trẻ có khuynh hướng dai dẳng trong hành động khi bú, đối với chúng bú dễ hơn việc uống từ cái tách hoặc nhai. Bạn có thể tiếp tục nuôi trẻ bằng sữa mẹ hoặc bình, tốt nhất thỉnh thoảng nên cho trẻ uống từ cốc khi trẻ ở độ tuổi từ 6 tháng tuổi trở đi. Thông thường trẻ được cho uống nước từ cốc ở tuổi từ 12 đến 18 tháng. Những cái cốc có vành hơi uốn cong rất có ích với nhiều đứa trẻ. Tập cho trẻ bú từ một cái tách với ống hút thường là cách tốt nhất khi bạn có ý định chấm dứt cho con bạn bú.

Đầu tiên khi bạn đưa ra cái cốc, hãy chọn thời điểm khi con bạn không khát lắm và chán ăn. Cho trẻ thời gian để cảm nhận được mép cốc trong miệng trẻ khi nghiêng cái cốc. Chỉ cho trẻ uống một hợp nhỏ thôi cho đến khi trẻ đã biết cách đoán được dòng chảy của thức uống lỏng.

P.S.B. 18:**Ngậm và nuốt các thức ăn đặc.**

Sự đa dạng trong thành phần thức ăn cũng có trong thức ăn nghiền nhuyễn, đặc biệt nếu đó là thức ăn bạn tự nấu- hay ít ra là thỉnh thoảng. Những thay đổi khéo léo trong độ đậm đặc và dạng hạt từ bữa ăn này đến bữa ăn khác sẽ chuẩn bị cho con bạn sau này loại thức ăn có thành phần cao. Đó cũng là một ý kiến hay để bày hai món súp đặc nghiền như khác nhau trong cùng một đĩa ở giai đoạn này, mỗi loại với độ đặc riêng của nó, và cũng lý tưởng với một màu sắc đối ngược. Rõ ràng là dễ dàng hơn để mỗi lần bạn làm một món súp đặc nghiền nhuyễn là bạn cho một phần nhỏ thức ăn vào tủ lạnh. Con bạn sẽ khám phá ra rằng khẩu vị và thành phần có thể thay đổi từ miếng này đến miếng khác.

Bước kế tiếp là cho trẻ một loại thức ăn không nghiền kỹ lắm. Bạn có thể làm bằng cách nghiền như một nửa lượng thức ăn và trộn đều chúng với nhau bằng đĩa.

Thức ăn nghiền khuyến khích trẻ đẩy thức ăn bằng lưỡi, và nhai bằng lợi. Trẻ vẫn có thể nuốt, khi trẻ muốn, nhưng thức ăn này sẽ kích thích sự khám phá của trẻ. Bạn sẽ đề ý rằng việc nhai sớm, bao gồm động tác nhai từ hàm bên này sang hàm bên kia của cơ hàm, hơn là nhai từ trên xuống. Nếu như con bạn không tỏ ra cố gắng để nhai, thì bạn cần làm mẫu nhai một cách đại khái, có lẽ nên vuốt ve nhẹ nhàng để khuyến khích trẻ bắt chước.

Nếu như con bạn từ chối ăn bất cứ miếng nào hay loại thức ăn đặc nào, bạn cần phải khôn khéo, từ từ bắt đầu với các thành phần mà bạn biết trẻ sẽ thích với dạng đặc.

P.S.B.19:**Tự ăn được các thức ăn dùng tay (bánh quì, bánh khô)**

Một khi con bạn chụp lấy vật gì và đưa chúng vào miệng, và thích thú với thành phần của thức ăn của trẻ. (Chú ý rằng thỉnh thoảng trẻ làm ngược lại – trẻ em thích loại

thức ăn đó nhưng lại không chụp lấy và nhai, các kỹ năng này có thể được dạy theo hướng ngược lại!).

Một lần nữa, giá trị ban đầu là cảm giác nhiều hơn là dinh dưỡng. Vì thế thức ăn dùng tay thỉnh thoảng cũng tốt, thay vì ăn thức ăn dùng muỗng.

Bắt đầu với những mẫu thức ăn hơi lớn, như là bánh khô, bánh qui loại mà không rã ra thành bột khi ngâm, các mẫu bánh mì nướng, nửa trái chuối, một mẫu xương gà hoặc các miếng táo hoặc cam (được đựng trong vải mỏng nếu như bạn quan tâm về khả năng của con bạn để ứng phó với những mẫu thức ăn lớn). Cuối cùng con bạn sẽ cắn ra một miếng mặc dù trẻ không có răng. Đây là khoảng thời gian lo âu cho các người lần đầu làm cha mẹ, nhưng có rất ít nguy hiểm miễn là thức ăn mềm và bạn có ở đó để trông chừng.

P.S.B. 25:

Cầm lên và ăn những mẫu nhỏ của thức ăn dùng tay.

Khi con bạn trở nên khéo léo hơn khi cầm các vật nhỏ, đưa cho trẻ những mẫu nhỏ hơn của thức ăn cầm tay và đặt chúng trên khay ở trên ghế cao để, cho trẻ có thể tự cầm chúng lên. Bạn có thể thử các miếng pho mát nạo nhỏ hoặc táo, hoặc các miếng pho mát hình khối nhỏ, trái cây, rau cải đã nấu hoặc bánh mì. Bữa ăn cũng có thể trở nên trở thành một buổi dạy kỹ năng vận động tinh.

P.S.B. 26:

Cầm cái thìa và cố gắng đưa thức ăn vào miệng.

Ở giai đoạn này, đứa trẻ có thể thích thú đùa giỡn với tất cả thức ăn của trẻ. Ngón tay của trẻ có thể mó vào tất cả mọi thứ, và trẻ có lẽ cố gắng để giành lấy cái thìa khi bạn đang cho trẻ ăn. Việc này có thể làm cho bữa ăn chậm lại và lộn xộn, nhưng nó có sự đền bù, bởi vì bạn sẽ từ từ hướng cho trẻ có tính độc lập trong ăn uống. Nếu như trẻ cho tay vào hộp sữa chua, khuyến khích trẻ đưa thức ăn vào mồm. Nếu trẻ gắng lấy thìa, hãy cho trẻ cầm thìa và hướng dẫn trẻ cho thìa vào mồm. Cho trẻ cơ hội thỉnh thoảng tự cho thìa vào miệng. Bạn có thể tìm thấy sự giúp đỡ tích cực khi sử dụng hai cái muỗng – một cho trẻ và một cho bạn – để tăng tốc độ của bữa ăn lên một chút.

P.S.B. 26:

Cắn và nhai một miếng bánh qui

Cho trẻ nhiều cơ hội để thực tập, và từ từ giới thiệu cho trẻ nhiều loại thức ăn cầm tay có thể nhai được, con bạn sẽ học cách để nhai các miếng mà trẻ cắn ra, và nuốt chúng. Một khi trẻ đã có thể nhai và nuốt một miếng bánh qui, trẻ có thể thỏa mãn phần lớn nhu cầu của trẻ về dinh dưỡng một cách độc lập. Tất cả các loại trái cây, pho mát, các loại rau quả luộc hơi chín, một miếng thịt rất mềm sẽ không có vấn đề gì.

Nếu con bạn không có sự tiến bộ với thức ăn dùng tay, di chuyển chậm từ cái quen thuộc đến cái chưa quen thuộc. Bạn có thể thử cho một miếng xương gà vào vài món rau quả nghiền khoai củ của trẻ. Nếu trẻ sẽ chỉ ăn mẫu bánh mì nướng với mứt, thử quét vài miếng mứt lên mẫu cà-rốt hoặc lên miếng pho mát. Đưa đến cho trẻ nếm thử các loại thức ăn mà trẻ thấy bạn đang ăn.

P.S.B. 28:**An các thức ăn được nghiền nhừ**

Cùng lúc khi trẻ học cách nhai các thức ăn cầm tay, trẻ có thể học cách để chấp nhận và thưởng thức nhiều thành phần hơn thức ăn của trẻ. Mục tiêu là cho con bạn ăn cùng loại thức ăn với mọi người trong nhà, nghiền bằng nĩa để tán nhuyễn các thứ thức ăn. Thịt có thể được nghiền hoặc cắt nhỏ bằng một con dao. Hoặc thử cắt các lát thịt mỏng theo thớ thịt, để chúng có thể rã ra dễ dàng hơn trong miệng.

Có vài sự khác biệt giữa việc nghiền thức ăn tươi và đồ hộp cho trẻ em, bởi vì thức ăn của trẻ lớn hơn thường chứa những miếng to hơn trong bát súp, trẻ thường nhấm nháp và nhai chút ít. Có một số đồ ăn liền của người lớn không phải thêm vào loại thực phẩm nào cả, mà có thể nghiền cho con bạn ăn khi bạn không có thời gian để nấu.

Một lần nữa, nếu con bạn có vấn đề trong việc tiến triển ở giai đoạn này, thì bạn hãy làm dần dần và dựa vào hầu hết các khẩu vị ưa thích của trẻ. Bạn có thể giới thiệu các khẩu vị mới trong dạng nghiền đến khi trẻ trở nên quen với chúng. Nên nhớ rằng việc đó rất thông dụng cho trẻ nhỏ để đi qua giai đoạn “bất thường” với thức ăn. Miễn là bạn không cho trẻ thử thách quá khó thì bạn có thể xử lý bất cứ sự từ chối kiên quyết nào. Đừng để con bạn quá đầy việc chuẩn bị thứ khác hoặc cho thức ăn vào máy xay. Nếu như trẻ ăn ít ở bữa ăn, trẻ sẽ tiếp tục như vậy với bữa ăn tiếp theo. Thậm chí những người ăn nhiều nhất thỉnh thoảng cũng từ chối ăn, thường là tại vì họ không thấy đói. Nếu như con bạn uống nhiều sữa và từ chối các bữa ăn thường xuyên, bạn nên suy nghĩ về việc giảm lượng sữa cho trẻ uống – nước trái cây hoặc nước lọc sẽ ít thỏa mãn sự ngon miệng của trẻ hơn.

Miền cường tiếp diễn trong ăn uống có thể gây ra sự lo âu lớn cho các bậc cha mẹ, nhưng luôn nghĩ trong đầu rằng con bạn sẽ không để mình quá đói và sức khỏe của trẻ về lâu dài sẽ được chăm sóc tốt qua chế độ ăn uống khác nhau. Con bạn sẽ khám phá ra khi bạn thay đổi các khẩu mà trẻ thích của trẻ, bạn là người mà quyết định trong bữa ăn cho trẻ sẽ có cái gì.

P.S.B. 29:**Khi uống nước không được giúp đỡ thường làm đổ**

Cùng lúc khi bạn đang khuyến khích con bạn để ăn nhiều loại thực phẩm và tự dứt ăn, bạn có thể dạy trẻ độc lập trong việc sử dụng tách. Việc này bao gồm nâng cái tách từ bàn, uống và để lại trên bàn như cũ. Hành động cuối cùng thường gây nhiều rắc rối nhất; Nếu con bạn khó khăn khi đặt chiếc tách lại đứng chỗ, thì hãy thử với một chiếc tách có đáy tròn và nặng. Những cái tách như vậy sẽ lúc lắc trở lại đúng vị trí thẳng đứng nếu như đặt hơi nghiêng.

Con bạn có thể gặp khó khăn trong việc đánh giá khoảng cách bao xa để chạm vào tách, nước bị đổ ra ngoài ít nhất khi lượng nước trong tách thấp.

P.S.B. 30:**Tự ăn bằng thìa, thường làm đổ.**

Việc trẻ làm đổ là phổ biến ở giai đoạn này của sự phát triển ! Nhưng dĩ nhiên, tất cả là một phần trong việc gia tăng tính độc lập. Bây giờ, khi con bạn chụp lấy cái muỗng, hướng dẫn trẻ bằng cách giữ tay bạn xung quanh tay trẻ. Giúp trẻ múc thức ăn từ đĩa và đưa vào miệng. Từ từ giảm sự giúp đỡ của bạn, hướng dẫn trẻ từ cổ tay và sau đó từ khuỷu tay. Trẻ thường cảm nhận một phần nào đó của hành động thì dễ hơn phần khác, vì thế bạn

có thể rút tay ra hoàn toàn cho phần của mỗi lần múc và ăn đầy miệng. Cuối cùng, rút toàn bộ sự giúp đỡ của bạn, ít nhất sau vài muỗng đầu tiên của mỗi bữa ăn. Có hai điểm trong quá trình cho ăn mà có thể có vấn đề. Đầu tiên là việc đưa thìa vào miệng, và cái thứ hai là việc múc thức ăn vào thìa. Bây giờ có nhiều sản phẩm được bán rộng rãi ở các chợ có thể giúp khắc phục các vấn đề này. Các thìa có cán dầy để giúp cho trẻ cầm chặt hơn. Vài nơi có bán những cái chén có cạnh để giúp trẻ đưa thức ăn vào miệng, nhưng có những cái đặc biệt cho tay trái hoặc tay phải, và có thể làm con bạn thất vọng nếu như con bạn thuận cả hai tay. Loại bát có vành cong và cao, có thể dẫn thức ăn vào thìa đang được thông dụng. Có những cái có vành hút ở phía dưới, để ngăn cái chén khỏi trượt đi khi đứa trẻ cố gắng để múc. Một vài trong số loại sản phẩm này có bán ở các nhà thuốc và nhiều chủng loại loại hơn sẽ được tìm thấy các cửa hàng chuyên bán đồ giúp đỡ người khuyết tật. Tuy vậy những đồ được làm ở nhà cũng tốt không kém – bạn có thể tạo ra một cái cán thìa với một ống keo hoặc cao su, uốn thìa bằng kim, và dán một miếng cao su vào đáy đĩa để giữ chặt chúng vào bàn.

Con bạn có lẽ sẽ làm đổ nhiều trong suốt giai đoạn đầu của quá trình tự ăn và thời gian dọn dẹp sẽ cần thiết sau này. Điều tình cờ là con bạn sẽ thích thú khi giúp bạn lau chùi sạch bàn. Trẻ có thể càng tham gia tích cực trong việc tự lau chùi – đặc biệt nếu như trẻ trông mình vào gương.

Một điểm nữa về việc tự ăn. Cứ để con bạn ăn chung với mọi người trong nhà bất cứ khi nào có thể, hoặc ít nhất để trẻ xem khi các bạn ăn. Xem và tham gia không những dạy cho trẻ về việc tự ăn, mà còn về những nghi thức ăn uống quan trọng.

P.S.B. 31:**Nhai các thức ăn thường (chỉ cắt ra nhỏ)**

Tiếp tục nâng cao thành phần trong thức ăn của con bạn, đến khi trẻ có thể ăn được các miếng thức ăn vừa miệng. Ở điểm này, trẻ có lẽ tìm thấy bữa ăn dễ dàng hơn khi dùng tay hơn là dùng muỗng, và quá trình ăn bằng muỗng có thể chậm lại một chút. Luôn luôn cho trẻ thìa, và khuyến khích trẻ dùng nó cho một phần trong bữa ăn, sau khi cái đói khăn cấp đầu tiên đã giảm xuống. Cho trẻ vài miếng rau quả nghiền, hoặc sinh tố trái cây hoặc sữa chua, cũng như các thức ăn được cắt nhỏ cũng sẽ giúp đỡ trẻ duy trì kỹ năng tự ăn bằng muỗng.

P.S.B. 41:**Uống từ một cái tách không bị đổ.**

Khuyến khích con bạn uống cẩn thận bằng việc khen ngợi trẻ khi sự cố gắng thành công. Giúp con bạn sờ vào yếm hoặc quần áo của trẻ ngay sau đó, để xem nếu như chúng có khô không. Nếu con bạn thích thú với nước đổ hãy chắc chắn rằng trẻ có nhiều cơ hội cho việc chơi đùa với nước chính đáng, và bảo với trẻ rằng đổ nước là ở bên ngoài – “Chúng ta giữ khô khi ở trong nhà”. Nếu như việc làm đổ nước ngẫu nhiên cứ dai dẳng, nên thử bằng cái tách khác, nhưng một lần nữa, tránh làm phun nước ra trừ phi có lời chỉ dẫn đặc biệt của một chuyên gia y tế người biết rõ về con bạn.

P.S.B. 42:**An bằng thìa không bị đổ.**

Kỹ năng tự ăn bằng thìa nói chung trở nên trơn tru hơn qua luyện tập. Nếu như việc làm đổ cứ dai dẳng, nên khuyến khích con bạn chỉ múc một ít vào muỗng. Bỏ qua việc làm đổ ngẫu nhiên, nhưng khen ngợi trẻ về việc ăn gọn gàng và ăn hết thức ăn vào cuối mỗi bữa ăn. Dùng một cái gương để giúp trẻ đánh giá kết quả của những cố gắng, và hãy cho trẻ tham gia vào việc dọn dẹp.

P.S.B. 59:**Sử dụng ống hút để hút nước.**

Khi trẻ dùng ống hút để uống là có sự biến đổi rộng lớn trong độ tuổi. Có một sự khéo léo để uống bằng ống hút mà có thể có khó khăn vào lúc đầu để có thể bắt kịp, tuy nhiên một đường như dễ dàng một khi kỹ năng của trẻ đã trở nên tinh thông. Nước trái cây đóng hộp hoặc sữa tươi đóng hộp có thể được việc. Cái hộp có thể bóp được nhẹ nhàng sao cho một chút chất lỏng chảy ngược lên ống hút và giúp trẻ có thể bắt đầu một ống hút dài trong một ly cao hoặc một cốc đầy đựng sữa. là rất công kênh để cho một đứa trẻ có thể điều khiển – cắt ống hút ngắn hơn hoặc dùng cái có thể bẻ cong được.

P.S.B. 60:**Dùng nĩa để xiên thức ăn.**

Một khi đứa trẻ đạt được trình độ phát triển của trẻ 2 – 3 tuổi, trẻ có thể học cách để dùng nĩa cũng tốt như là dùng thìa. Những cái nĩa đặc biệt của trẻ em với tầm tay cầm rộng có bán ở các hiệu thuốc tây và các cửa hàng đặc biệt, hoặc sử dụng một cái nĩa ăn tráng miệng nhỏ. Hãy để con bạn cầm nĩa của trẻ trong tay thích hợp của trẻ để bắt đầu – sử dụng cùng lúc nĩa và thìa nên để lúc sau. Con bạn có lẽ sẽ cố gắng để múc thức ăn bằng

nĩa, theo cách dùng thìa. Dùng minh họa và trực tiếp làm nếu cần, để chỉ cho trẻ làm cách nào để xiên.

P.S.B. 84:

An bằng nĩa và thìa.

Tất cả trẻ em đều bắt đầu sử dụng cùng lúc thìa và nĩa vào khoảng năm 3 tuổi. Dạy con bạn cách sử dụng thìa và nĩa theo cách giống như mọi người trong nhà – hoặc dùng nĩa để đẩy thức ăn vào thìa, hoặc sử dụng chúng xen kẽ trong cùng một tay để thích hợp với mỗi lần ăn.

P.S.B. 85:

Rót nước từ bình ra không bị đổ.

Ở trong giai đoạn này, trẻ con bắt đầu tích cực trong việc chuẩn bị thức ăn và đồ uống của chính mình. Cơ sở cho nhiều kỹ năng trong việc chuẩn bị thức ăn có thể bố trí trong giờ chơi, với bột nhồi hoặc nước. Đổ nước ra từ bình có thể được dạy lần đầu tiên trong khi chơi với nước. Sử dụng bình và tách sạch trong để con bạn có thể thấy được mực nước. Hãy để trẻ thực tập mục đích của mình bằng việc bắt đầu với một chút nước trong bình – ít hơn mực nước cần thiết để làm đầy cái tách. Một khi trẻ có thể hướng vào, dùng nhiều hơn nước hơn, nhắc trẻ ngừng lại khi tách nước đã tràn. Nếu như trẻ gặp khó khăn trong việc định lượng mực nước, giúp trẻ đặt ngón tay vào trong miệng tách nước, để trẻ có thể cảm thấy được khi cái tách gần đầy. Một khi con bạn đã biết chút đỉnh về việc đổ nước ra và ngừng lại, giúp trẻ sử dụng kỹ năng của mình trong các trường hợp thực tập.

Để con bạn tham gia trong toàn bộ quá trình của việc rót nước – lấy bình từ tủ lạnh, và cái tách từ tủ búp-phê, đặt chúng trên bàn, đổ nước và sau đó trả lại trong tủ lạnh. Việc này có thể thấy mất rất nhiều thời gian, thời gian cần cho một lần uống nước trong ngày, nhưng có lẽ chỉ có một dịp mỗi ngày mà trẻ có thể làm công việc đặc biệt của lứa trẻ là rót nước uống.

Các kỹ năng để chuẩn bị các loại thức ăn khác có thể được giới thiệu cho trẻ ngay bây giờ bao gồm cắt nhỏ thức ăn bằng dao, phết bơ lên bánh mì, lăn bột và cắt hoặc trộn bột bánh bằng muỗng. Tất cả trẻ con đều thích giúp đỡ mọi người trong công việc nấu nướng, và bạn sẽ khám phá nhiều cơ hội để thực tập các kỹ năng khác cùng lúc – kỹ năng giao tiếp, làm theo chỉ dẫn, kỹ năng vận động tinh vận dụng bằng tay chân và nhận biết các từ như là nóng, lạnh, ướt, khô, cứng và mềm. Tiến bộ của trẻ cũng rất quan trọng trong khi các cố gắng của trẻ được khâm phục và đánh giá cao.

Chương III: *P.S.C. Cách An Mặc.*

Trong lĩnh vực kỹ năng tự chăm sóc này, phần lớn các bậc cha mẹ có khuynh hướng nói: “Nó nhanh hơn và dễ hơn rất nhiều khi tôi tự làm”. Sự thật là không hề sai khi nói như vậy. Hơn nữa, sự cần thiết của mặc vào và cởi ra thường xảy ra trong khoảng thời gian bận rộn trong ngày, khi đứa con lớn phải đón xe buýt đi học hoặc đưa khác cần sự giúp đỡ bài tập về nhà.

Nhìn vào lợi ích lâu dài trong tương lai là động cơ cần thiết để thúc đẩy sự kiên nhẫn, bởi khi đứa con khuyết tật của bạn tự chăm sóc cho việc ăn mặc của riêng trẻ, thì bạn có thời gian rảnh rỗi để làm những việc khác – những việc mà bạn làm cho trẻ cũng như cho chính bạn. Việc dạy kỹ năng mặc là hợp lý là khi bạn sắp xếp lại các lễ thói hàng ngày và sự dụng ít thời gian cho việc mặc và cởi đồ.

Trong chương này, chúng tôi sẽ trình bày các mục dành cho sự đánh giá trước, và nói về việc dạy sau. Khi bạn đọc xuyên suốt các cách đánh giá các kỹ năng, hãy luôn nhớ rằng chúng chỉ là các hướng dẫn chung. Quần áo mà con bạn mặc sẽ được quyết định bằng môi trường bạn đang sống và sở thích riêng của gia đình bạn. Học cách để mặc vào một bộ đồ bơi đối với con bạn có thể quan trọng hơn việc học cách để mặc vào một cái áo khoác. Hãy đánh giá và dạy các kỹ năng cần thiết cho con bạn.

Dưới đây chúng tôi xin liệt kê tất cả các kỹ năng trong chương:

12 đến 15 tháng tuổi:

- 32. Bỏ tất hoặc mũ ra

15 đến 18 tháng tuổi:

- 36. Phối hợp trong khi mặc đồ bằng việc cử động chân tay
- 37. Đội mũ vào

18 tháng đến 2 năm tuổi:

- 45. Cởi quần ra

2 đến 3 năm tuổi:

- 61. Xỏ tất vào
- 62. Đeo giày
- 63. Mặc quần vào
- 64. Cởi áo may-ô hoặc áo thun
- 65. Mở khóa dây kéo

3 đến 4 tuổi:

- 86. Mặc áo khoác hoặc áo thun
- 87. Mặc áo sơ mi
- 88. Mặc váy đầm hay quần dài
- 89. Cởi các khuy lớn
- 90. Gài các khuy lớn
- 91. Cởi đồ ra hoàn toàn

92. Mặc đồ vào hoàn toàn, với sự giám sát
93. Gài khuy bấm

P.S.C. 32: Cởi tất hoặc nón mũ

Cách đánh giá:

Phương pháp: Quan sát con bạn để xem liệu trẻ sẽ tự động cởi vớ hoặc nón, hoặc yêu cầu trẻ cởi ra trong khi cởi đồ.

Cho điểm cộng nếu như con bạn cởi vớ hoặc nón.

P.S.C 36: Phối hợp trong việc cởi đồ bằng sự cử động tay chân

Cách đánh giá:

Phương pháp: Trong khi đang mặc đồ hoặc cởi đồ cho con bạn, quan sát để xem liệu trẻ có cử động tay chân để phối hợp cùng.

Cho điểm cộng nếu như con bạn duỗi thẳng tay hoặc chân ra hoặc co tay hoặc chân lại để giúp trong động tác.

P.S.C.37: Đội mũ vào

Cách đánh giá:

Phương pháp: Đưa cho con bạn vài cái mũ rộng so với con bạn trong suốt thời gian chơi – một cái mũ đồ chơi của lính cứu hỏa, cái mũ chống nắng của bạn và vân. vân ...

Cho điểm cộng nếu như con bạn để thể tự đội mũ lên.

P.S.C.45: Cởi quần ra

Cách đánh giá:

Phương pháp: Yêu cầu con bạn cởi quần trong khi cởi đồ để đi tắm hay ngủ. Chiếc quần này phải rộng, vớ dây chun ở thắt lưng.

Cho điểm cộng nếu như con bạn cởi quần mà không cần giúp đỡ

P.S.C 61: Đi tất

Cách đánh giá

Phương pháp: Đưa cho con bạn đôi tất và bảo trẻ đi vào. Không sử dụng loại tất chật.

Cho điểm cộng nếu con bạn để mỗi chiếc tất sao cho những ngón chân và gót chân vào đúng vị trí.

P.S.C 62: Đi giày

Cách đánh giá

Phương pháp: Đưa cho con bạn đôi giày của trẻ, đưa từng chiếc một. Bạn nói với trẻ chân nào để đi với giày nào.

Cho điểm cộng nếu con bạn đi giày mà không cần giúp đỡ. Bạn có thể buộc hộ giày cho trẻ.

P.S.C 63: MẶC QUẦN VÀO

Cách đánh giá

Phương pháp: Khi con bạn không mặc tã lót, yêu cầu trẻ mặc quần lót trong hay quần soóc rộng.

Cho điểm cộng nếu như con bạn mặc quần đúng mà không cần giúp đỡ.

P.S.C 64: CỎI ÁO MĂNG TÔ HOẶC ÁO THUN

Cách đánh giá

Phương pháp: Quan sát con bạn khi trẻ đang cởi áo măng tô hoặc áo thun, áo rộng vừa phải.

Cho điểm cộng nếu như con bạn cởi áo mà không cần giúp đỡ.

P.S.C 65: MỞ KHOÁ DÂY KHÉO

Cách đánh giá

Phương pháp: khi con bạn mặc một áo khoác với dây kéo khoá đang mở. Yêu cầu trẻ mở khoá dây kéo.

Cho điểm cộng nếu con bạn có thể mở ra

P.S.C 65: MẶC ÁO ẤM HOẶC ÁO THUN

P.S.C 87: MẶC ÁO SƠ MI

P.S.C 88: MẶC ÁO ĐẦM HOẶC QUẦN DÀI

Cho điểm cộng cho mỗi mục nếu như con bạn mặc vào mỗi loại quần áo riêng đúng, không có sự giúp đỡ nào cả. Bạn có thể giúp trẻ cài nút.

P.S.C. 89: CỎI CÁC KHUY LỚN

Cách đánh giá:

Vật liệu: Một áo sơ mi rộng với ba nút có thể sử dụng được, 2 cm đường kính hoặc hơn. Nó có thể là quần áo hoá trang

Phương pháp: Mặc vào cho con bạn áo sơ mi và yêu cầu trẻ mở các khuy áo.

Cho điểm cộng nếu như con bạn mở được cả ba khuy áo không có sự giúp đỡ nào. Trẻ không được mở các khuy bằng cách đơn giản là chỉ giật mạnh chúng.

P.S.C 90: CÀI CÁC KHUY KHUY LỚN

Cách đánh giá:

Vật liệu: Như ở phần P.S.C. 89

Phương pháp: Mặc vào cho con bạn áo sơ mi và yêu cầu trẻ gài các khuy áo.

Cho điểm cộng nếu như con bạn tự gài cả ba khuy không với sự giúp đỡ nào cả.

P.S.C. 91: Cởi ĐỒ RA HOÀN TOÀN

Cách đánh giá:

Phương pháp: Yêu cầu con bạn cởi quần áo. Bạn có thể giúp trẻ với các cài nhưng không được giúp trong các việc khác nữa.

Cho điểm cộng nếu như con bạn cởi hết quần áo không có sự giúp đỡ nào cả ngoại trừ các nút cài.

P.S.C. 92: MẶC ĐỒ VÀO HOÀN TOÀN VỚI SỰ GIÁM SÁT

Cách đánh giá:

Phương pháp: Đưa cho con bạn quần lót hơi rộng ; áo may-ô, và các áo quần ngoài, và yêu cầu trẻ mặc chúng vào. Bạn có thể giúp trẻ đối với các nút áo quần, và cho trẻ các chỉ dẫn bằng miệng.

Cho điểm cộng nếu như con bạn mặc vào được tất cả các loại quần áo không có sự trợ giúp mà vượt quá những cái được đề cập ở trên.

P.S.C.93: GÀI KHUY BẮM

Cách đánh giá:

Vật liệu: Một loại áo quần nào đó có ít nhất bốn cái khuy bấm ở phía trước.

Phương pháp: Mặc cho con bạn loại áo quần đó và yêu cầu trẻ gài các khuy bấm.

Cho điểm cộng nếu như con bạn tự gài các khuy bấm không với sự giúp đỡ nào cả.

LÀM THẾ NÀO ĐỂ DẠY CÁC KỸ NĂNG MẶC QUẦN ÁO

Dưới đây là vài nguyên tắc chung cho việc dạy các kỹ năng mặc áo quần.

1. Mặc cho con bạn theo cách thích hợp với các kỹ năng tự lực của trẻ. Quần áo sẽ dễ dàng hơn để cởi ra và mặc vào khi chúng hơi rộng một chút. Loại quần áo “phức tạp”, như là quần yếm, gây ra nhiều vấn đề ở các giai đoạn nhất định, và cũng hạn chế tính độc lập khi đi vệ sinh. Các loại áo quần mà dễ dàng để mặc vào và cởi ra có lẽ cũng thoải mái. Một khi con bạn có thể cởi hoặc mặc những loại áo quần đơn giản, thì bạn có thể tìm mua(hoặc may) các loại quần áo mà thể hiện những thách thức một cách thu hút và hấp dẫn. Nhiều loại quần áo cho các trẻ trước tuổi đi học được may có nét đặc biệt của các dây kéo, các móc Velero và các khuy lớn.

2. Đặt kế hoạch ít nhất hàng ngày một lần mặc quần áo khi bạn không chịu sức ép do các yêu cầu khác trong thời gian của mình. Có thể để trẻ vẫn mặc đồ ngủ cho đến

khi các trẻ khác đi học. Hoặc có thể cho trẻ đi tắm giữa trưa. Nếu bạn đi bơi thường xuyên, đây có thể là một dịp tốt để rèn luyện.

3. Thực tập các kỹ năng mặc quần áo trong khi chơi. Một hộp hoá trang là một nguồn tuyệt vời cho bất cứ các phòng chơi nào. Bạn cần chắc chắn rằng có một cái gương có thể sử dụng được, nơi mà trẻ có thể quan sát quần áo giày, mũ của trẻ. Ngoài ra, khuyến khích trẻ mặc và cởi quần áo của búp bê. Đồ chơi thì tiện lợi để thực tập với nhiều loại khuy áo quần khác nhau. Đây không giống như cách đối phó với các khuy áo quần trên quần áo của một người nào đó, nhưng nó giúp cho sự phát triển của các kỹ năng vận động tinh cần thiết. Một trong các bà mẹ tham gia chương trình Macquarie, đã làm một con thú nhồi bông được hoàn tất bằng các dây kéo, khuy nút, móc Valero và dây giày. Có nhiều phạm vi để ứng biến ở đây.

4. Nhận thức được các kỹ năng vận động tinh và vận động thô được con bạn sử dụng trong việc mặc quần áo. Sự vận động bằng tay tốt rất quan trọng trong việc mặc quần áo, và cả cân bằng. Nếu như con bạn không có sự phát triển với các kỹ năng mặc, hãy xem xét nếu như cần thêm công việc trong các lĩnh vực vận động tinh hoặc vận động thô có lẽ có thể giúp được trẻ.

5. Học cách kìm lại, và cho con bạn thời gian để tham gia bằng nhịp đi của trẻ. Hãy cho con bạn biết rằng bạn đang đợi trẻ đến lượt – bạn sẽ giúp nếu trẻ cần, nhưng bạn muốn trẻ phải thử trước.

P.S.C. 32:

Cởi tất thoạc mũ ra

Các kỹ năng về mặc quần áo sớm nhất thường đạt được như một phần mở rộng của trò chơi. Để con bạn bắt đầu, bạn có thể chứng minh và giúp trẻ. Khi đang thay quần áo, bảo cho con bạn cởi quần áo ra và đợi trẻ làm.

P.S.C. 36:

Hợp tác trong khi mặc quần áo bằng việc cử động tay chân

Khi đang cởi một cái áo khoác hoặc áo đầm, kéo nhẹ vào quần áo và nói “giơ tay lên !” Và đợi con bạn cộng tác. Nếu như đang đứng, bạn có thể dạy trẻ nhấc một chân lên trước, sau đó tới chân kia, kéo ống quần ra khỏi chân.

P.S.C. 37:

Đội mũ vào

Dành cho trẻ lớn hơn hoặc đưa trẻ đi chập chững, một chồng các mũ rộng và mũ hoá trang, cùng với một cái gương sát sàn nhà, chắc chắn có một sức lôi cuốn trẻ. Đây là một cách tuyệt vời để khuyến khích con bạn cố gắng tự mặc quần áo và đội mũ. Bạn có thể dạy trẻ làm thế nào bằng cách chứng minh, giúp đỡ trẻ một chút nếu cần thiết, và tỏ ra vui sướng với kết quả tốt. Khăn choàng màu sắc, các sâu chuỗi hạt và kính mát cũ có thể làm tăng thêm sự vui vẻ.

BÀI TẬP PHÂN TÍCH CỦA CÁC KỸ NĂNG MẶC

Tất cả các kỹ năng mặc còn lại có thể được dạy thông qua bài tập phân tích. Qui trình này được bàn thảo trong quyển 2, chương 3. Nói ngắn gọn, nó bao gồm việc nhận thấy tất cả các hành động riêng biệt cần thiết để thực hiện một bài tập, và sắp xếp chúng theo thứ tự tốt nhất có thể giúp cho con bạn học được các kỹ năng còn lại trong chuỗi này, chúng tôi sẽ trình bày một bài tập phân tích có thể làm được. Các phân tích này nên chỉ được xem như là các gợi ý, và bạn có thể đổi chúng để thích hợp với con bạn và cách ăn mặc của trẻ.

Trước khi bạn bắt đầu dạy một kỹ năng, hướng dẫn con bạn qua câu hỏi về quá trình cởi ra và mặc quần áo vào. Giữ tay của trẻ luôn tiếp xúc với quần áo. Nếu như con bạn không thể thực hiện một hành động đặc biệt nào đó với sự giúp đỡ của bạn (bởi vì tay trẻ quá ngắn, hoặc trẻ thiếu sự thăng bằng) điều đó không chắc chắn rằng trẻ sẽ có thể thực hiện hành động đó một mình. Thí nghiệm bằng các phương pháp khác về việc cởi đồ ra và mặc đồ vào, đến khi bạn tìm thấy một cách dễ dàng nhất đối với con bạn.

Chúng tôi có sắp xếp các bước trong bài tập phân tích theo thứ tự mà chúng có thể là tốt nhất để dạy. Thông thường bạn sẽ thấy rằng bước đầu tiên để dạy lại là bước cuối trong quá trình của sự ăn mặc. Trong phần P.S.C. 45 (cởi quần ra), là một thí dụ, cái đầu tiên để dạy là hành động của cởi quần ra khỏi một chân – mặc dù đây là hành động cuối cùng bạn phải làm khi bạn cởi quần. Bước cuối cùng thì thường là bước dễ nhất, và nó cũng cho con bạn kinh nghiệm và sự thỏa mãn – về việc tự trẻ hoàn tất nhiệm vụ.

Trong khi bạn đang dạy bước đầu tiên trong bài tập phân tích của bạn, giúp đỡ con bạn vượt qua các bước khác trong quá trình. Một khi con bạn đã qua bước một, bước hai trở thành mục tiêu của bạn, và cứ thế...

Con bạn sẽ có thể tự mình thực hiện nhiều và nhiều hơn đòi hỏi của bài tập, đến khi trẻ đạt đến điểm nơi mà trẻ có thể tự làm tất cả các bước mà không cần sự giúp đỡ của bạn.

Dạy mỗi bước bằng cách minh họa (ở nơi có thể), đưa ra các hướng dẫn rõ ràng, và cho trẻ những giúp đỡ về thể chất khi cần thiết. Từ từ giảm sự giúp đỡ của bạn đến khi con bạn có thể hoàn tất toàn bộ các bước bằng sức của trẻ.

P.S.C. 45: Cởi quần ra

Các bài tập phân tích được gợi ý:

1. Kéo quần ra khỏi một chân (khi ngồi)
2. Kéo quần ra khỏi hai chân (khi ngồi)
3. Kéo quần xuống từ đầu gối (khi ngồi)
4. Kéo quần xuống từ đùi (khi đứng)
5. Kéo quần xuống từ hông (khi đứng)
6. Kéo quần xuống từ eo (khi đứng)

Nên nhớ rằng bước 5 và 6 thì khó hơn nhiều khi con bạn mặc tã lót, và quần áo rộng thùng thình với dây thun mềm nên được dùng trong trường hợp này.

P.S.C. 61:**Xỏ tất**

Các bài tập phân tích được gợi ý:

1. Kéo tất lên từ mắt cá chân.
2. Kéo tất qua khỏi gót, và lên trên.
3. Kéo tất lên khi nó được thay thế, cuộn lên qua khỏi ngón chân.
4. Lấy tất đã bị cuộn lại, lộn lại vào trong và xỏ qua ngón chân.
5. Với 2 ngón tay cái ở trong chiếc tất, cuộn lên bằng cách dồn tất trong lòng bàn tay. Các bậc cha mẹ chắc rằng trẻ cầm vào tất ở phần gót phía sau.
6. Cầm tất và định vị nó với phần gót ở phía sau.

P.S.C. 62:**Xỏ giày**

Đây là một bài tập phân tích xỏ vào một chiếc giày thể thao hoặc giày đi bộ. Trong trường hợp này, bài tập dễ nhất ở phần đầu, và khó dần, vì thế chúng tôi đã sắp xếp các bước dạy theo thứ tự như các hành động xảy ra tự nhiên. Thực tập đầu tiên với đôi giày hơi rộng.

1. Đặt ngón chân vào trong giày.
2. Đặt cả 2 ngón tay cái vào trong phần trước miệng giày và nắm chắc khi bàn chân trượt tới trước.
3. Nắm chắc gót giày bằng một tay và kéo lên qua khỏi gót chân.

P.S.C. 63:**Mặc quần vào**

Việc phân tích này bắt đầu ở phần giữa, bởi vì các bước giữa thì dễ hơn cả bước đầu và cuối.

1. Kéo quần lên từ đầu gối đến hông.
2. Kéo quần lên từ mắt cá chân đến hông.
3. Khi được giúp đỡ để đặt một chân vào, thì trẻ đặt chân kia vào sau.
4. Khi được giúp đỡ để nhận ra mặt trước của quần, đặt từng chân một vào quần.
5. Nhận biết mặt trước của quần, và đặt cả 2 chân vào.
6. Kéo quần lên từ hông đến eo ở phía trước.
7. Kéo quần lên từ hông đến eo ở phía trước và sau đó ở phía sau.

P.S.C. 64:**Cởi áo may-ô hoặc áo thun**

Có nhiều cách để cởi một áo thun. Dưới đây là một phương pháp của bài tập phân tích:

1. Kéo áo thun qua khỏi đầu
2. Nắm chặt phía bên trái của áo thun bằng tay phải, trong khi rút tay trái ra.
3. Nắm chặt phía bên phải của áo thun bằng tay trái, trong khi rút tay phải ra.
4. Kéo vạt áo thun tới nách.

P.S.C. 65:

Mở khóa dây kéo

Đây là bài phân tích được gợi ý cho một dây kéo khoá có chân chốt, như ở mặt trước của một cái áo gió.

1. Kéo khoá xuống đến gốc, khi được giúp đỡ để định vị khoá.
2. Định vị khoá và kéo xuống đến gốc.
3. Định vị khoá, kéo khoá xuống đến gốc và mở chốt dây khoá.

P.S.C. 86:

Mặc vào một áo khoác hoặc áo thun

Trước tiên dạy con bạn mặc vào một áo thun rộng và sau đó là áo khoác. Các bước sau là chung cho cả hai:

1. Kéo áo xuống từ ngực đến eo, một khi đã được giúp đỡ để đặt cánh tay vào trong.
2. Tay phải nắm lấy phần bên trái áo và đưa tay trái vào, một khi đã được giúp đỡ để đặt cánh tay phải vào trong.
3. Tay trái giữ phần bên phải áo và đưa tay phải vào, một khi đã được giúp đỡ để đặt áo qua đầu.
4. Đặt áo qua đầu, khi đã được giúp đỡ để nhận thấy mặt trước áo
5. Nhận ra được mặt trước áo, định vị nó đúng và kéo qua khỏi đầu.

P.S.C. 87:

Mặc áo sơ-mi

Đây là một phân tích cho một áo sơ-mi của trẻ trai, có các khuy áo ở bên phải. Một số áo sơ-mi của trẻ gái có các khuy ở bên trái, và phần phân tích cần được điều chỉnh.

1. Khi được giúp đỡ để giữ áo sơ-mi bên các khuy, gần cổ áo, đặt tay phải vào trong tay áo.
2. Nhận ra được phía các khuy áo, định vị áo và đặt cánh tay phải vào trong tay áo.
3. Đặt cánh tay vào trong tay áo như trên và kéo cổ áo lên đến vai.
4. Một khi cánh tay phải đã ở trong tay áo, tay phải với sang vai trái và kéo phần vạt có khuyết áo ra phía trước.
5. Giữ phần khuyết áo bằng tay phải và dứt tay trái vào.

P.S.C. 88:

Mặc váy hoặc quần dài

Mặc váy có thể được dạy cùng cách như là mặc vào một cái áo ấm hay áo sơ-mi, tùy thuộc vào kiểu áo.

Mặc vào một cái quần dài có thể được dạy cùng cách như là mặc vào một cái quần ngắn.

P.S.C. 89:

Cởi các khuy lớn

Bắt đầu với các khuy rất lớn – có thể trên một vật từ cái hộp đựng đồ hoá trang. Phân tích này là cho áo sơ-mi của trẻ trai, với các khuy ở bên phải. Chúng tôi trình bày các hành động ở đây theo thứ tự mà chúng thường được làm.

1. Giữ chặt khuy bằng tay trái
2. Khi đang giữ chặt, kéo vải về phía phải bằng tay phải.
3. Đút vải lên qua khỏi khuy bằng tay phải.
4. Tay phải buông vải ra và đưa tay xuống dưới để giữ khuy.
5. Tay phải kéo khuy ra khỏi khuyết áo.

P.S.C. 90:

Gài các khuy lớn

Một lần nữa, đây là phần phân tích cho áo của một trẻ trai.

1. Tay phải giữ khuy và tay trái giữ khuyết áo.
2. An khuy vào lỗ khuyết.
3. Di chuyển tay trái để nắm lấy mặt bên kia của khuy áo.
4. Tay phải buông khuy áo và dùng tay đó để giữ chặt vải gần khuyết áo.
5. Hai tay kéo ra để khuy lọt qua khuyết áo.

P.S.C. 91:

Cởi đồ ra hoàn toàn

Đây là kết quả của tất cả các kỹ năng cởi quần áo trước đây. Hãy yêu cầu con bạn cởi đồ ra, và sau đó bạn đi chỗ khác, bận rộn vào công việc khác, và chỉ giúp đỡ trẻ khi cài khoá. Yêu cầu con bạn cởi đồ lót trước tiên, tiếp theo là một cái áo hoặc quần ngoài, sau đó là tất cả áo quần.

P.S.C. 92:

Mặc đồ vào hoàn tất, dưới sự giám sát.

Đây là kết quả của tất cả các kỹ năng mặc quần áo trước đây. Hãy nói với con bạn mặc quần áo vào, và bận rộn với các công việc khác cho đến khi trẻ cần sự giúp đỡ khi cài khoá. Nhắc nhở trẻ bằng lời nói nếu cần thiết, nhưng chỉ sau khi cho trẻ có cơ hội tự giải quyết vấn đề một mình.

Để tự mặc đồ, con bạn cần phải biết nên mặc cái nào trước. Để giúp trẻ, bạn xếp quần áo của trẻ trên giường theo thứ tự nên được tiến hành. Trước tiên yêu cầu trẻ chỉ tự mặc vào hai thứ, sau đó là ba, rồi tất cả quần áo.

P.S.C. 93:

Gài khuy bấm

Bắt đầu với cái khuy bấm rất lớn, trước tiên dạy cho con bạn ấn chúng vào với nhau, rồi sắp xếp thành hàng và bấm khuy.

CÁC KỸ NĂNG ĂN MẶC MỞ RỘNG.

Có vài kỹ năng ăn mặc của trẻ 4 – 5 tuổi mà bạn có thể dạy con bạn một khi con bạn đã hoàn tất chương này:

- . Cởi các nút nhỏ
- . Cài các nút nhỏ
- . Gài thắt lưng.
- . Cài khuy bấm hoặc cái kẹp của quần tây hoặc jean
- . Cột cái nút đầu tiên ở dây giày.
- . Đặt chân của khoá kéo vào trong cái gài.

Chương IV:

P.S.D. Cách Đi Vệ Sinh

Rèn luyện cách đi vệ sinh cho trẻ là quan tâm lớn của các bậc cha mẹ, điều này rất chính đáng. Hầu như không có sự chấp nhận trong xã hội chúng ta đối với việc không thể kiểm chế được, ngoại trừ đó là hậu quả không thể tránh khỏi của bệnh tật hoặc tai nạn, mặc dù thế nó phải được kiểm soát thận trọng. Một số bệnh về cơ thể hoặc khuyết tật kiến cho việc rèn luyện cách đi vệ sinh trở nên khó khăn hơn, và nếu như bạn nghi ngờ rằng nó cũng xảy ra đối với con bạn, chúng tôi đề nghị rằng bạn nên tìm đến các lời khuyên của các bác sĩ chuyên môn. Nhưng các đứa trẻ khuyết tật trí tuệ—mặc dù khuyết tật nặng—có thể được huấn luyện như đối với trẻ không bị khuyết tật.

Trong chương này, một lần nữa chúng tôi sẽ trình bày các mục dành cho việc đánh giá trước, và sau đó sẽ thảo luận về các phương pháp dạy tiếp theo. Chúng tôi đề nghị bạn nên đọc qua toàn bộ chương trước khi bắt đầu dạy trẻ.

Dưới đây chúng tôi liệt kê tất cả các kỹ năng trong chương này:

18 tháng tuổi đến 2 năm tuổi:

- 43. Kiểm soát được việc đi tiêu.
- 44. Trẻ ở khô trong khoảng thời gian tương đối mỗi ngày.

2 đến 3 năm tuổi:

- 66. Cho biết nhu cầu đi vệ sinh bằng điệu bộ.
- 67. Tự nói lên nhu cầu đi vệ sinh.
- 68. Tự kéo quần xuống khi đi vệ sinh.
- 69. Sử dụng nhà vệ sinh với chỉ dẫn của người lớn.

3 đến 4 năm tuổi:

- 94. Trẻ ở khô suốt đêm.
- 95. Tự lau chùi khi được hướng dẫn.
- 96. Giội rửa nhà vệ sinh khi được hướng dẫn.
- 97. Tự đi vệ sinh khi được hướng dẫn.

Chú ý rằng đi vệ sinh không có sự hướng dẫn là kỹ năng của trẻ 4 – 5 tuổi.

P.S.D.43: KIỂM SOÁT ĐƯỢC VIỆC ĐI TIÊU

Cách đánh giá:

Phương pháp: Giữ một bản ghi chép việc đi tiêu của con bạn qua nhiều ngày liên tiếp.

Cho điểm cộng nếu như con bạn có một hoặc hai lần đi tiêu gần như cùng khoảng thời gian vào mỗi ngày. Nên nhớ rằng thuật ngữ “kiểm soát việc đi tiêu” không phải là chủ động.

P.S.D. 44: TRẺ KHÔ TRONG MỘT KHOẢNG THỜI GIAN TƯƠNG ĐỐI MỖI NGÀY

Cách đánh giá:

Phương pháp: Quan sát qua nhiều ngày liên tiếp.

Cho điểm cộng nếu như con bạn có quần hoặc tã khô trong khoảng thời gian tương đối lâu (2 hoặc 3 giờ) mỗi ngày, giữa những lần đi tiêu.

P.S.D. 66: CHO BIẾT NHU CẦU ĐI VỆ SINH BẰNG ĐIỀU BỘ.

Cách đánh giá:

Phương pháp: Quan sát qua nhiều ngày liên tiếp.

Cho điểm cộng nếu như con bạn tỏ ra nhận biết được trước, và tự kiềm chế hoặc leo lên bô hoặc thể hiện nhu cầu của mình bằng cách nào đó. Nói cách khác, điểm cộng nếu như bạn thường biết được khi con bạn muốn đi tiêu hoặc tiểu.

P.S.D. 67: TỰ NÓI LÊN NHU CẦU ĐI VỆ SINH.

Cách đánh giá:

Phương pháp: Quan sát qua nhiều ngày liên tiếp.

Cho điểm cộng nếu như con bạn nói với bạn rằng trẻ muốn đi vệ sinh bằng cách nói “tiêu / tiểu” hoặc bất cứ từ nào trẻ biết. Nếu con bạn chưa biết nói, nhưng truyền đạt

nhu cầu của trẻ đến bạn qua một hành động thích hợp, bạn có thể cộng điểm cho kỹ năng này.

P.S.D. 68: TỰ KÉO QUẦN XUỐNG KHI ĐI VỆ SINH.

Cách đánh giá:

Phương pháp: Yêu cầu con bạn kéo quần xuống khi trẻ chuẩn bị ngồi bô hoặc bồn cầu.

Cho điểm cộng nếu như con bạn kéo quần xuống không có sự giúp đỡ nào trước khi đi vệ sinh.

P.S.D. 69: SỬ DỤNG NHÀ VỆ SINH VỚI SỰ CHỈ DẪN CỦA NGƯỜI LỚN

Cách đánh giá:

Phương pháp: Hướng dẫn con bạn đi đến nhà vệ sinh. Bạn có thể đi với trẻ, nhưng cho trẻ cơ hội để trẻ tự thực hiện các bước.

Cho điểm cộng nếu như con bạn tự kéo quần xuống, leo lên và xuống bàn cầu và kéo quần lên không cần sự giúp đỡ nào. Bạn có thể giúp trẻ lau chùi, dội rửa nhà vệ sinh và mặc quần áo có khoá.

P.S.D. 94: TRẺ Ở KHÔ SUỐT ĐÊM

Cách đánh giá:

Phương pháp: Quan sát

Cho điểm cộng nếu như con bạn ở khô giữa lần đi vệ sinh cuối cùng vào đêm trước và lần đi vệ sinh đầu tiên ở sáng hôm sau chỉ trừ các trường hợp ngoại lệ, và tã lót là không cần thiết.

P.S.D. 95: TỰ LAU CHÙI KHI ĐƯỢC HƯỚNG DẪN

Cách đánh giá:

Phương pháp: Khi con bạn hoàn tất một lần đi tiêu, hướng dẫn trẻ tự lau chùi. Đưa giấy vệ sinh cho trẻ nếu như trẻ không với tới.

Cho điểm cộng nếu như con bạn tự làm sạch chỉ với các hướng dẫn bằng lời.

P.S.D. 95: DỘI RỬA NHÀ VỆ SINH KHI ĐƯỢC HƯỚNG DẪN

Cách đánh giá:

Phương pháp: Sử dụng một cái bồn cầu với nút bấm hoặc dây xích kéo, yêu cầu con bạn dội rửa.

Cho điểm cộng nếu như con bạn khi được hướng dẫn có thể dội rửa bồn cầu mà không cần giúp trực tiếp.

P.S.D. 95: TỰ ĐI VỆ SINH KHI ĐƯỢC HƯỚNG DẪN

Cách đánh giá:

Phương pháp: Hướng dẫn con bạn đi đến nhà vệ sinh trong một môi trường quen thuộc. Bạn có thể tham gia với trẻ sau một lúc đã hướng dẫn trẻ lau chùi và gội rửa, nhưng không được giúp trẻ trong lần ví dụ đầu.

Cho điểm cộng nếu như con bạn tự đi và tìm nhà vệ sinh, kéo quần xuống, leo lên, sử dụng bồn cầu và leo xuống, không có sự giúp đỡ nào cả. Bạn có thể cho trẻ vài hướng dẫn về việc tự làm sạch và lau chùi nhà vệ sinh, nhưng trẻ nên tự thực hiện cách động tác trên.

LÀM THẾ NÀO ĐỂ DẠY CÁC KỸ NĂNG ĐI VỆ SINH

Bởi vì việc dạy dỗ cách đi vệ sinh gần như là điều bắt buộc trong xã hội chúng ta, nên hầu hết các bậc cha mẹ lo âu về việc lúc nào và bằng cách nào nó được hoàn thành. Nỗi lo âu này thường thấy trong các bậc cha mẹ mà họ không có lý do rõ ràng để quan tâm. Cha mẹ của các trẻ khuyết tật thỉnh thoảng được bảo rằng: “Trẻ sẽ có thể làm việc này việc kia (hoặc đi đến trường này trường này) nếu như trẻ được huấn luyện cách đi vệ sinh.” Không còn nghi ngờ gì cho nỗi lo lắng của họ !

Nhưng nỗi lo lắng có thể chống lại sự thành công trong việc hướng dẫn trẻ cách đi vệ sinh, ít nhất là lúc giao tiếp với trẻ. Trẻ em mà đã thấy “tai nạn” đi vệ sinh thì chắc rằng sẽ gây nên sự bối rối mất cân bằng có thể trở nên lo âu và dễ bị “tai nạn” hoặc có thể tìm kiếm để kéo dài bị kịch. Bạn có thể tránh nói về bất cứ sự lo âu mà bạn cảm thấy bằng cách lập ra một kế hoạch rõ ràng và bằng cách giúp đỡ con bạn để trẻ cảm thấy bạn luôn ở bên cạnh trẻ. Mục tiêu của bạn là giúp đỡ trẻ hướng đến độc lập trong việc đi vệ sinh – nhưng không được áp đặt trẻ. Sớm hay muộn gì thì trẻ cũng muốn thoát khỏi những cái tã lót, trẻ muốn làm hài lòng bạn và cư xử giống như những người khác. Những lý do cá nhân này đối với việc dạy dỗ đi vệ sinh thật sự là vấn đề của trẻ hơn là sức ép xã hội.

Ở đây có vài điểm nên nhớ về việc huấn luyện cách đi vệ sinh:

1. Việc huấn luyện cách đi vệ sinh cần có thời gian. Thậm chí những đứa trẻ có tiến bộ nhất có thể gặp các tai nạn bất chợt như trẻ 4 hoặc 5 tuổi.
2. Đứa con khuyết tật của bạn có thể được huấn luyện cách đi vệ sinh cùng cách như trẻ bình thường. Phương pháp mà chúng tôi trình bày dưới đây tương tự như phương pháp được tìm thấy trong các sách hướng dẫn chăm sóc trẻ và bạn có thể sử dụng những hướng dẫn đó, hoặc qua kinh nghiệm riêng của bạn với đứa trẻ khác.
3. Làm từng bước nhỏ mỗi lần, kiên trì với mục tiêu của mình.
4. Mỗi khi bạn chuyển sang bước mới, đặt kế hoạch trước về phản ứng của bạn ở cả hai phía “tai nạn” và “thành công”.
5. Có cơ hội trong quá trình huấn luyện cách đi vệ sinh cho con bạn để trẻ cảm thấy mình tốt – tự hào về kết quả của trẻ đã hoàn thành và tự kiểm soát cơ thể mình. Nếu như bạn tạo được tất cả cơ hội này, việc huấn luyện cách đi vệ sinh sẽ thú vị cho tất cả các bạn – vào bất cứ lúc nào!

P.S.D. 43:

Kiểm soát được việc đi tiêu.

P.S.D. 44:

Trẻ ở khô trong một khoảng thời gian tương đối mỗi ngày.

Nếu như có ai đó nói với bạn một cách hãnh diện rằng tất cả các con của bà ta được huấn luyện cách đi vệ sinh từ khi trẻ được 10 tháng tuổi, bạn gật đầu và mỉm cười, nhưng không tin. chính bà ta đã huấn luyện đứa trẻ bô đúng chỗ, vào đúng lúc. Có một sự

khác biệt lớn giữa thời gian đi vệ sinh, tại đó các bậc phụ huynh đoán biết trước tất cả, và huấn luyện cách đi vệ sinh, ở đó trẻ học để tham gia một cách tích cực. Chúng ta không nói rằng có sai sót về thời gian đi vệ sinh – nó tiết kiệm tã lót, và có lẽ sẽ tốt cho “cái tôi” ! Nhưng nó là điều không cần thiết ít nhất cho đến khi bạn sẵn sàng bắt đầu thật sự công việc huấn luyện cách đi vệ sinh.

Khi nào nên bắt đầu dạy cách đi vệ sinh? Người ta đều cho rằng một đứa trẻ thì chưa sẵn sàng tập luyện việc tự kiểm chế cho đến khi việc đi tiêu của trẻ tương đối thường xuyên và trẻ ở khô trong một khoảng thời gian dài giữa hai lần đi tiểu. Ở điểm này, cơ thể trẻ chưa đủ trưởng thành để bắt đầu luyện tập cách đi vệ sinh.

Trước tiên là việc đi tiêu thường xuyên, và khoảng thời gian trẻ ở khô rõ rệt ở độ tuổi 18 tháng. Các trẻ gái, trung bình, thường đi trước một chút so với các trẻ trai trong việc kiểm soát bọng đại của chúng.

Nếu như con bạn sắp được hai tuổi, mả đi vệ sinh thất thường / hoặc luôn luôn ướt, yêu cầu bác sĩ kiểm tra xem có vấn đề về sinh lý hay không. Điều này có thể áp dụng đối với những trở ngại chính ở bất cứ giai đoạn nào của việc huấn luyện cách đi vệ sinh.

Ngay cả khi con bạn đi vệ sinh bình thường và trong giai đoạn ở khô, trẻ có lẽ vẫn không thể nhận thức được trẻ đang bài tiết. Việc huấn luyện cách đi vệ sinh một cách đầy đủ vẫn có khó khăn, nhưng có ba thứ bạn có thể làm bây giờ để giúp đỡ trẻ:

1. Để trẻ không mặc tã lót vài lần trong mỗi ngày. Việc này cho trẻ cơ hội để xem cơ thể của trẻ đang làm gì. Khuyến khích trẻ có hứng thú. “Xem này, con đang tè này!”

2. Bắt đầu sử dụng các từ ngữ thích hợp để mô tả sự bài tiết. Không quan trọng từ nào bạn chọn để sử dụng, miễn là chúng dễ dàng cho con bạn để nhận biết và nói. Chúng ta sẽ nói về tiêu và tiểu trong phần này, nhưng có rất nhiều sự lựa chọn.

3. Giới thiệu cái bô cho con bạn. Chọn cái mà có thể đem lại cho con bạn nhiều sự hỗ trợ nhất, mà trẻ cảm thấy an toàn nhất. Chân trẻ có thể chạm đất, và nó có thể đứng vững khi trẻ leo xuống. Để trẻ ngồi trên bô vài lần đầu tiên. Đặt trẻ ngồi bô khi bạn lấy tã ra, trong khi bạn gấp cái mới. Từ từ hướng tới việc lập dần thời gian để trẻ ngồi bô khoảng 3 phút. Nếu con bạn bài tiết trong bô, chỉ cho trẻ xem và khen trẻ một cách tình cảm. Nếu như trẻ không bài tiết, chỉ cho trẻ rằng bạn hài lòng với trẻ và không phê bình gì nữa. Đừng nên khiển trách trẻ vì trẻ đái dầm hoặc làm bẩn tã lót.

P.S.D. 66:

Biểu lộ nhu cầu đi vệ sinh bằng điệu bộ

Thời điểm đó là khi bạn nhìn thấy qua các hành động của con bạn hoặc các biểu hiện trên mặt rằng trẻ đang tiểu tiện hay chuẩn bị đi tiêu. Trẻ có lẽ không bảo rõ ràng cho bạn chuyện gì xảy ra ở giai đoạn này là trẻ nhận thức được cái gì đang xảy ra với trẻ. Đây là lúc bắt đầu việc đi vệ sinh một cách có hệ thống.

Thời gian đi vệ sinh có nghĩa là bạn đặt con ngồi trên bô vào lúc trẻ cảm thấy muốn đi vệ sinh nhất. Điều này có hai mục đích. Trước tiên, là dạy cho trẻ mong đợi một lần ngồi bô vào các thời gian tương tự của mỗi ngày. Thứ hai, bảo đảm rằng sẽ có nhiều

thành công, tuy nhiên là không chú tâm vào cái mà bạn có thể khen ngợi con bạn. Trẻ sẽ biết rằng sẽ là tuyệt vời khi trẻ đi vệ sinh bằng bô, và cùng lúc chủ động cố gắng để làm cho chúng xảy ra.

Để khám phá khoảng thời gian thích hợp nhất để đặt trẻ ngồi trên bô, bạn cần phải ghi lại số lần đi tiêu trong khoảng một tuần. Viết thời gian mỗi lần đi tiêu của trẻ mỗi ngày. Việc này sẽ cho bạn ít nhất là một bản ghi chép rõ ràng về thời gian đi vệ sinh của trẻ. Ngoài ra, bạn cần lập một biểu đồ ở khô / ướt. Chia ngày vào các khoảng cách 15 phút (hoặc ít ra, các phần trong ngày khi việc huấn luyện ngồi bô có thể làm được. Vào các khoảng thời gian cuối cùng, kiểm tra tã lót của con bạn để xem nó khô hay ướt, và đánh dấu trên biểu đồ. Cố gắng lập các thời gian làm bết để nhắc nhở bạn. Tất cả chúng ta hầu như không thể nhớ để kiểm tra mỗi 15 phút mỗi ngày, nhưng qua một tuần, mô hình sẽ rõ nét lên. Nó cũng giúp để đánh dấu các bữa ăn và uống trên biểu đồ – bạn có lẽ sẽ tìm thấy một mối liên hệ giữa chuyện này và thời gian đi tiêu của trẻ.

Từ đồ thị của bạn, xác định các khoảng thời gian tốt nhất để đặt trẻ ngồi lên bô mỗi ngày. Nếu có thể, gắn khoảng thời gian với các sự kiện khác trong nề nếp hàng ngày của trẻ – như là “sau bữa ăn sáng”, hoặc “sau khi Sally đi đến trường “. Việc này sẽ giúp trẻ đoán được thời gian ngồi bô, và kịp lúc, nhin cho đến khi ngồi bô.

Đặt con bạn ngồi bô vào thời gian định sẵn mỗi ngày, thậm chí khi cử chỉ của trẻ không có chủ ý thể hiện nhu cầu đi tiêu. Ngoài ra đưa trẻ ngồi bô khi trẻ có nhu cầu cần cần phải đi. Nếu như bạn đưa bô đến không kịp lúc, khen trẻ vì đã nói cho bạn biết.

Vài đứa trẻ vui vẻ ngồi bô trong một khoảng thời gian dài; trong khi các trẻ khác chỉ muốn đứng lên và đi tức thì. Từ từ hướng tới lập thời gian để trẻ ngồi bô, lên khoảng 3 phút. Nếu như không có gì xảy ra, để trẻ chơi vài phút và sau đó đưa trẻ trở lại trong phần chơi khác. Một đứa trẻ bị buộc phải ngồi bô một cách quá lâu, có thể kết thúc bằng việc trẻ cố gắng để tránh nó hoàn toàn.

Khi con bạn đang ngồi trên bô, ở lại với trẻ và trò chuyện với trẻ một cách vui vẻ về việc tại sao trẻ ngồi bô. Bạn có thể nhắc nhở trẻ về chuyện trẻ đã đi đại nhiều ngày hôm qua, và trẻ thông minh như thế nào. Nếu như trẻ bôn chôn, bạn có thể giải thích cho trẻ với một con búp bê và bô của búp bê (Không biết Jo-Jo đã” ị” xong chưa?) hoặc đọc cho trẻ nghe một câu chuyện thiếu nhi hấp dẫn cùng chủ đề. Mục tiêu của bạn là giữ trẻ vui vẻ không có sự xao lãng trẻ từ mục đích của bài tập.

Nếu như con bạn đi cầu tiêu, trẻ có lẽ sẽ thích thú đồ những cái chứa đựng trong bô vào bồn cầu và giúp đỡ trong việc rửa sạch bô. Nếu như trẻ không bài tiết, bình tĩnh đáp lại không với lời cáo buộc nào. Không nên chỉ trích về việc ướt hay tã lót dơ quá, mà nên nói, như là “Ồ, con ướt rồi”.

Đặt con bạn ngồi bô theo thời khóa biểu dù là con bạn vừa mới bài tiết ra tã lót, để giữ nề nếp hàng ngày. Tránh thay đổi nề nếp cơ bản của con bạn, nhưng giữ sự tiến triển và tạo thay đổi trên nền tảng của kinh nghiệm nhiều ngày qua.

Việc huấn luyện đi vệ sinh ở giai đoạn sớm có thể là một công việc thú vị. Đứa trẻ không nên cảm thấy bị áp lực khi thực hiện, bởi vì khả năng của trẻ để điều khiển sự bài tiết còn giới hạn.

Nếu bạn thấy thay đổi của con bạn từ sự vui vẻ hợp tác đến từ chối việc ngồi bô, hãy ngưng việc huấn luyện đi vệ sinh một thời gian ngắn.

P.S.D. 67:

Biểu lộ bằng lời nói nhu cầu đi vệ sinh

Khi một đứa trẻ tự giữ hoặc nhăn mặt mỗi lần trẻ bài tiết, điều đó cho thấy rằng trẻ nhận thức được cái gì đó đang xảy ra với trẻ. Nhưng khi trẻ bắt đầu để nói cho người khác nghe trẻ biết cái gì đó sẽ được thực hiện. Trẻ đang nhận thức được kinh nghiệm của sự bài tiết như là một sự nối tiếp của các sự kiện mà trẻ có thể tham gia tích cực. Để bắt đầu, đứa trẻ có thể bảo với người nào đó về cái gì đang xảy ra quá trễ để đi tiêu trong bô. Nhưng mặc dù vậy, đây là một bước lớn.

Nếu như con bạn nói, trẻ có thể truyền đạt nhu cầu của trẻ bằng nói “tiêu” hoặc “tiêu” hoặc bất cứ từ nào bạn dạy trẻ. Nếu như trẻ chưa có thể nói, trẻ có thể lôi kéo vào quần jean của bạn khi đang giữ mình hoặc đem bô đến cho bạn hoặc chỉ nhìn bạn một cách cầu khẩn để con bạn có thể nhận ra được.

Khi con bạn bắt đầu để nói với bạn, đưa trẻ đến bô bất cứ khi nào trẻ nói với bạn, cho dù nó đã quá trễ. Trẻ cần phải biết rằng đó là hậu quả của việc nói với bạn trẻ. Nếu như trẻ đã bài tiết, đặt trẻ ngồi lên bô khi bạn sắp xếp quần áo sạch cho trẻ, và cảm ơn trẻ đã bảo với bạn. Nếu như trẻ bài tiết ra trong bô, hãy làm cho trẻ cảm thấy hài lòng với chính mình ! Việc này sẽ không khó bởi vì bạn cũng sẽ hài lòng.

Nhiều đứa trẻ khám phá rằng khi nói “ đi tiêu” là một cách nói hết sức rõ ràng mà ba hoặc mẹ có thể hiểu được. Đó là một cách tuyệt vời để khỏi lên giường ngủ, và nó tạo ra cái nhìn thích thú của sự thất vọng khi mẹ đang cho em mới sinh ăn ! Nhưng bất cứ khi nào có thể (và có lý do) hãy thực hiện khi trẻ yêu cầu, đặc biệt trong giai đoạn sớm. Con bạn có thể vừa khám phá ra một sức mạnh lớn hơn:việc huấn luyện đi vệ sinh là một lĩnh vực mà bạn muốn trẻ có thể kiểm soát, để có sự khởi đầu và trẻ cần nói với bạn cái gì nên làm.

Con bạn có thể thỉnh thoảng vẫn còn có các trục trặc. Chú ý đến trẻ nhưng không quá ồn ào. Màn kịch nên được giữ lại cho các lần mà trẻ sử dụng bô ! Nếu như trẻ vẫn tiếp tục có các trục trặc thường xuyên, cố gắng đưa trẻ đến với bô thường xuyên hơn, giữa các yêu cầu cần đi của trẻ.

Nếu như việc đi vệ sinh của con bạn đã đi vào nề nếp nhưng vẫn chưa bắt đầu để tự mình đoán trước, cố gắng làm chậm lại một chút trước mỗi lần ngồi bô đã được lên lên lịch. Bạn có thể giả vờ quên cái gì đến sau:”Để mẹ xem. Chúng ta đã ăn sáng xong. Bây giờ chúng ta phải làm gì ?”

Có đôi khi con bạn có thể chịu đựng để có một trì hoãn dài giữa cảm giác của nhu cầu và bài tiết, vì thế trẻ có thể biết được cần mặc cho trẻ quần áo để có thể thay ra nhanh gọn. Các loại quần chuyên dụng là lý tưởng khi được cung cấp đủ khí ẩm. Chúng có nhiều lợi thế khác bên cạnh việc dễ dàng cởi ra. Chúng sẽ chứa đựng bất cứ trục trặc xấu nhất, và chúng là một cái bọc ẩm để giữ hai chân trẻ khi ướt. Trong sự mong đợi này, chúng có thể có ích hơn một cái mông trần, mà cho phép đứa trẻ thoát khỏi trục trặc.

P.S.D. 68:**Tự kéo quần xuống khi đi vệ sinh**

Một khi trẻ có thể hoãn lại chỉ một chút, hoặc cho dù sớm hơn so với lần ngồi bô đã được định trước. Trẻ có thể học cách để tự mình leo lên và xuống. Ở đây đề cập việc học kéo quần xuống. Chúng tôi nói về cách dạy bước này trong phần P.S.D.45. Ở đây điều bạn quan tâm không chỉ với khả năng kéo quần xuống của con bạn, mà là sự nhận thức rằng việc này là cần thiết. Cho trẻ sự chỉ dẫn để bắt đầu, và sau đó ngừng lại một lát để xem liệu trẻ có tự mình bắt đầu bước này. Nhiều đứa trẻ cởi quần ra ngay ở giai đoạn đầu – quần kéo xuống đến mắt cá chân có thể làm trẻ khó khăn để leo lên và xuống bô hoặc bồn cầu. Có nhiều thời gian sau này để dạy trẻ tiết kiệm thời gian bằng việc kéo quần đến nửa trên.

Khi con bạn không còn mặc tã lót nữa (xin chúc mừng !) thì bạn phải đối mặt với việc đi vệ sinh nơi công cộng. Để đứa trẻ làm quen với việc sử dụng bồn cầu kiểu người lớn là một ý kiến hay. Bệ ngồi thích hợp làm đứa trẻ cảm thấy an toàn hơn, và có thể được mang đi trong cái túi mua sắm để dùng bất cứ nơi nào và bất cứ lúc nào. Khi ở nhà bạn có thể sử dụng một dụng cụ nhỏ để giúp trẻ leo lên xuống dễ dàng hơn.

Nếu như con bạn là trai, bạn sẽ muốn dạy cho trẻ việc đi tiểu đứng. Điều này có quan hệ ưu tiên thấp, vì trẻ phải học cách để ngồi khi đi cầu tiểu trước và một điểm nhỏ trong việc giới thiệu toàn bộ phương pháp mới là đợi khi việc đi vệ sinh tiến triển tốt. Lúc đó, cha hoặc anh trai có thể hướng dẫn trẻ cách đi tiểu.

P.S.D. 69**Sử dụng nhà vệ sinh với sự chỉ dẫn của người lớn.**

Mục đích là giúp con bạn ngày càng ít hơn khi trẻ đi vệ sinh. Một khi con bạn tự mình kéo quần xuống khi đi vệ sinh, cũng hướng dẫn trẻ cách kéo quần lên. Nếu như trẻ không thể điều khiển được việc tự leo lên và xuống, nghĩ đến cái trụ có thể giúp trẻ – một dụng cụ rộng lớn hơn, hoặc một cái tay vịn để làm cho trẻ vững chắc hơn. Mục đích để giảm sự giúp đỡ của bạn càng ít càng tốt, và làm trẻ cảm thấy hạnh diện mỗi lần đạt được điều gì mới.

P.S.D. 94:**Trẻ ở khô suốt đêm**

Có một sự biến đổi kinh khủng ở độ tuổi mà đứa trẻ học cách để ở khô suốt đêm. Tất cả các thành tựu này đạt được khi trẻ lên 4, nhưng nhiều trẻ vẫn đái dầm đến 2 hoặc 3 năm sau này. Việc ở khô suốt đêm tùy thuộc vào phạm vi rộng lớn của sự trưởng thành của cơ thể –bảng quang phải đủ khỏe để giữ cho đến sáng hôm sau.

Dưới đây là những việc nên và không nên làm để trẻ khỏi đái dầm.

Đừng giới hạn việc uống nước vào ban đêm của con bạn. Sự khát nước chỉ làm rắc rối thêm vấn đề.

Đừng đưa con bạn đến nhà vệ sinh vào ban đêm nếu như con bạn không đủ tỉnh táo để biết rằng việc gì đang xảy ra. Nếu không thì bạn sẽ chỉ khuyến khích trẻ đái dầm vào ban đêm khi đang ngủ.

Đừng quở trách trẻ vì tã lót bị ướt hoặc giường bị ướt, hoặc biểu lộ sự thất vọng của bạn đối với trẻ. Sự tức giận gây khó khăn cho trẻ khi học.

Nên biết chắc chắn khi trẻ ướt. Hãy để trẻ thức khuya đủ, cho thêm một lần ngồi bô, hoặc đưa trẻ đi đến nhà vệ sinh khi trẻ thức dậy lần đầu, bạn có thể thấy kết quả là một đêm trẻ ở khô.

Hãy đặt trẻ lên giường không mặc tã một khi trẻ có nhiều đêm không đái dầm. Một cái tã lót có thể đóng một vai trò như một lời ám chỉ để không phải đi tiểu ở nhà vệ sinh

Nên khuyến khích trẻ gọi bạn để giúp nếu như trẻ thức dậy giữa đêm khi cần đi vệ sinh. Hãy đặt một cái bô trong phòng trẻ, và để đèn ngủ, một khi trẻ không sử dụng tã lót. Chuẩn bị để giúp trẻ sử dụng bô, cho đến khi trẻ quen với điều này.

Nếu như con bạn đã hoàn toàn kiểm soát được việc bài tiết trong suốt ngày qua hơn một năm, và sự đái dầm của trẻ là nguyên nhân khiến bạn lo lắng, thì hãy nên trao đổi với bác sĩ hơn là với con bạn. Không còn nghi ngờ gì khi bạn thất vọng vì mất nửa buổi sáng với cái giường ướt, đặc biệt nếu như bạn có một đứa con nhỏ hơn cũng đái dầm. Nhưng đái dầm thì hiếm khi là một hành động tự nguyện. Nó khiến trẻ không thể dừng được và trẻ có thể bị sợ hãi khi nhận ra đây là "những trục trặc" hay thậm chí trẻ không thể nhớ sẽ bị mẹ ghét.

P.S.D. 95:

Tự lau chùi khi hướng dẫn

Quá trình có thể bị chậm lại vào ban đêm, nhưng vào ban ngày bạn có thể kéo dài sự tự chủ của con bạn trong nhà vệ sinh. *Ví dụ:* trẻ có thể học được cách tự lau chùi mình sau khi bài tiết. Đó là một ý kiến hay để bắt đầu dạy kỹ năng này một khi đứa trẻ đã được học cách rửa rấy những phần thân thể dưới của mình. Sẽ là khó khăn cho trẻ khi giữ thẳng bằng để rửa mông. Do vậy, đầu tiên là dạy trẻ làm thế nào để giữ thẳng bằng và cách nào để rửa. Nên nhớ rằng các trẻ gái nhỏ nên được dạy để chùi rửa từ trước ra sau. Hướng dẫn con bạn nhìn giấy vệ sinh sau mỗi lần chùi, và hỏi trẻ: “Nó đã sạch chưa?” việc này sẽ cho trẻ một tiêu chuẩn để hướng tới. Nếu như bạn cần phải giúp trẻ, hãy để trẻ tự lau và lần cuối cùng sao cho bạn có thể luôn luôn kết thúc bằng việc nói:” Phải, con đã sạch sẽ, lau chùi tốt lắm !”

P.S.D. 96:

Giới rửa nhà vệ sinh khi được hướng dẫn

Một số trẻ được bắt đầu giới rửa bồn cầu sớm hơn nhiều, trong trường hợp này, nhiều nút bấm, cần đẩy và dây xích thì chỉ quá cứng so với các ngón tay trẻ nhỏ để điều khiển, hoặc quá cao để các cánh tay trẻ nhỏ có thể với tới. Bắt đầu hướng dẫn con bạn gọi rửa bồn cầu khi bạn nhận xét rằng cơ thể của trẻ có thể làm được. Lên đến điểm đó, luôn

luôn bảo với trẻ những gì bạn đang làm khi bạn gội rửa để trẻ có thể học được công việc đó.

P.S.D. 97:

Tự đi vệ sinh khi được hướng dẫn

Bây giờ bạn có thể bắt đầu yêu cầu con bạn đi vệ sinh một mình. Nếu như trẻ miễn cưỡng đi khi không với bạn, đưa trẻ đến cửa và nói: “Con đi vệ sinh trong khi mẹ làm việc này”. Tham gia với trẻ một chốc lát sau đó. Yêu cầu trẻ tự đi hơn một chút mỗi lần, cho đến khi trẻ có thể đi từ bất cứ nơi nào trong nhà. Bạn có thể vẫn tham gia với trẻ để chắc chắn rằng trẻ tự lau chùi mình và gội rửa bồn cầu, nhưng bây giờ bắt đầu đưa ra nhắc nhở chung như là “Sau đó làm gì ?” và cuối cùng không có lời nhắc nhở nào. Khi trẻ có thể đi vệ sinh, chú ý đến các nhu cầu của trẻ và đáp lại, không với sự giúp đỡ hoặc nhắc nhở nào. Đó là một thành tích tuyệt vời cho cả hai bạn và trẻ !

Chương 5:

P.S.E.: TẮM RỬA VÀ CHĂM SÓC BỀ NGOÀI

Hầu hết trẻ em từ năm tuổi bắt đầu cho rằng trách nhiệm để rửa ráy và ăn mặc chỉnh tề là của chúng mà không có sự giám sát. Trong thời gian đến thời điểm này, sự giám sát là rất cần không chỉ để đảm bảo sự an toàn và một chuẩn mực hợp lý, mà còn vì các trẻ nhỏ trước tuổi đến trường còn quá nhỏ để với tới các dụng cụ cần thiết. Tất cả các phòng trong nhà, nhà tắm đều được thiết kế chung quanh các nhu cầu của người lớn – gương, vòi nước và kệ máng bàn chải đánh răng đều được gắn ngoài tầm với của trẻ.

Tuy vậy, bốn năm đầu của cuộc đời hãy còn là tối quan trọng quá trình phát triển của thói quen tự chăm sóc mình. Mặc dù sự giúp đỡ của người lớn là cần thiết, đứa trẻ có thể học để chịu trách nhiệm về sự sạch sẽ riêng của trẻ và chngs cũng có thể học để phán đoán khi việc rửa ráy là cần thiết, và nó ăn khớp với thời gian nào của trẻ trong ngày. Bạn có thể sử dụng các năm đầu để chắc chắn rằng con bạn có các kỹ năng cơ bản mà trẻ sẽ cần để trở thành người độc lập sau này.

Bạn có thể giúp con bạn bằng việc xem xét phòng tắm từ cấp độ của trẻ. Có lẽ một cái ghế nhỏ hoặc các bậc lên xuống ở bồn tắm sẽ giúp trẻ. Có lẽ một cái giá đựng xà phòng nên được gắn ở bên cạnh của bồn tắm để mà trẻ khỏi phải với lên trên một cách không chắc chắn và có thể bị ngã. Có lẽ trẻ có thể có một cái kệ đặc biệt đựng bàn chải của riêng mình, được đặt nơi mà trẻ có thể tự với tới.

Sự điều chỉnh quan trọng nhất bạn có thể làm đối với nhà tắm của bạn là đặt gương ở nơi mà con bạn có thể soi. Một cái gương đơn gắn trên tường có thể làm được. Khi con bạn có thể nhìn thấy được sự khác nhau giữa mặt dơ và mặt sạch, nhìn thấy được rằng trẻ sạch lấp lánh và nhìn thấy nước mũi chảy như thế nào. Giá trị thực tế của việc này là rõ ràng, nhưng tắm gương cũng có thể giúp đứatrẻ phát triển tri giác của mình – trẻ giống như thế nào, làm thế nào trẻ có thể làm mình nhìn khác hơn, làm thế nào trẻ thích mình được nhìn. Nếu như kỹ năng rửa ráy và ăn mặc chỉnh tề luôn luôn được thể hiện như cách để trẻ tự chăm sóc trẻ sẽ sẵn sàng và sẵn lòng để học lo cho mình, hơn là áp đặt chúng.

Sự khó tính quá đáng về tính sạch sẽ không có trong tính cách của các trẻ trước tuổi đến trường, thời kỳ mà trẻ mà thường rất thích các trò chơi làm chúng dơ bẩn với niềm hân hoan là kết quả của việc vẽ vôi hoặc đào xới đất cát trong vườn. Đứa trẻ có thể khám phá rằng bụi bặm không lúc nào cũng xấu, nhưng chúng ta cần phải rửa ráy sạch sẽ sau khi đi vệ sinh, trước và sau khi ăn và trước khi mặc đồ ngủ sạch vào.

Trong khi đứa trẻ trước tuổi đến trường có tiếng là tiếp tục lôi thôi lết thết từ đầu đến chân, chỉ vài đứa trẻ nhỏ ghét dơ dáy, và nhiều trẻ trải qua một giai đoạn ngắn của thái độ này. Những ngón tay dính sơn, cát và bột màu sẽ không được chạm vào. Đứa trẻ có thể được khuyến khích một cách dịu dàng để thử các hành động này, khi được chỉ cho rằng tính sạch sẽ là ở sự điều khiển của chúng và các ngón tay bẩn thiêu dễ dàng rửa được.

Dưới đây, chúng tôi sẽ liệt kê tất cả các kỹ năng trong phần này:

2 đến 3 năm tuổi

- 70. Tự rửa cánh tay và chân
- 71. Rửa tay và lau khô tay với sự giúp đỡ.
- 72. Sử dụng bàn chải đánh răng với sự hỗ trợ của người lớn.

3 đến 4 năm tuổi

- 98. Chải răng với sự hướng dẫn bằng lời nói
- 99. Chùi mũi không cần sự nhắc nhở
- 100. Rửa mặt và tay không có sự giúp đỡ

Ghi nhớ rằng các bước chuẩn bị cho các kỹ năng này có thể được dạy tốt trước khi sự tinh thông hoàn toàn có thể được mong đợi. Chúng tôi đề nghị bạn nên đọc qua toàn bộ

các phần ày trước khi bạn bắt đầu như thế bạn sẽ biết bạn đang đang ở đâu khi đối mặt với thời gian lâu dài.

P.S.E. 70: TỰ RỬA CÁNH TAY VÀ CHÂN

Nhà tắm là nơi dễ dàng nhất để bắt đầu các kỹ năng rửa ráy và ăn mặc chính tề. Mọi thứ cần thiết đều trong tầm tay và đó là niềm vui cho trẻ khi tạo ra bọt xà phòng trên da ướt. Cánh tay và chân của đứa trẻ là một điểm bắt đầu tốt: đứa trẻ có thể dễ dàng tới tiếp xúc với chúng và có thể nhìn thấy trẻ đang làm gì.

Cách đánh giá:

Phương pháp: Yêu cầu con bạn tự rửa ráy cánh tay và chân trong nhà tắm. Bạn có thể cho trẻ các hướng dẫn bằng lời nói, như là “Tìm lấy vải nỉ” hoặc “Chà xát lên phía sau của chân” hoặc “Nhìn xem cái vết dơ trên cánh tay của con kìa?”

Cho điểm cộng nếu như con bạn rửa mặt trước và sau của chân trẻ, chỉ với sự chỉ dẫn bằng lời nói.

Cách dạy:

Dạy bằng sự minh họa, cho con bạn sự hướng dẫn rõ ràng và giúp đỡ tận tay nếu cần thiết.

Bạn có thể bắt đầu bằng việc tự rửa một tay, diễn tả hành động của bạn, và hướng dẫn con bạn làm đối với tay kia.

Đưa cho trẻ miếng vải nỉ và / hoặc xà phòng để trẻ có thể bắt đầu, nhưng một khi trẻ biết chút ít, khuyến khích trẻ tự tìm thứ trẻ cần.

Ghi nhớ và mở rộng:

Khi con bạn có thể rửa tay và chân trẻ, dạy trẻ làm thế nào để rửa tay và chân trẻ, dạy trẻ làm thế nào để rửa bụng, tay, bàn chân, móng ...

P.S.E.71: RỬA TAY VÀ LAU KHÔ TAY VỚI SỰ GIÚP ĐỠ

Chúng tôi quan tâm ở đây với việc rửa và lau khô tay ở bồn tắm trong nhà tắm. Khi con bạn còn rất nhỏ, bạn sẽ có lẽ phải chùi rửa tay của trẻ bằng miếng vải nỉ bất cứ lúc nào cần. Ngay khi việc đó là thực tế, bắt đầu đưa trẻ đến nhà tắm để rửa ráy tay chân – hoặc đến nơi nào trẻ sẽ rửa tay khi trẻ có thể tự làm được tất cả.

Cách đánh giá:

Phương pháp: Giúp con bạn bằng cách đưa cho trẻ thứ cần và mở vòi nước cho trẻ. Hãy để trẻ thực tế tự rửa ráy và lau khô, và quan sát.

Cho điểm cộng nếu như con bạn tự rửa tay sạch và tự lau khô chúng một cách cẩn thận, không với sự giúp đỡ hơn so với đã miêu tả ở trên. Trẻ nên rửa và lau khô tay tốt đủ để bạn khỏi phải nhúng tay vào giúp trẻ.

Cách dạy:

Dạy bằng sự minh họa, cho con bạn sự hướng dẫn rõ ràng và giúp đỡ tận tay nếu cần thiết.

Nếu như tay của con bạn rõ ràng là dơ, chỉ cho con bạn xem trước khi rửa. Để trẻ xem xét kỹ kết quả sau khi rửa.

Luôn luôn làm theo một nề nếp đã được định sẵn ví dụ:

1. Mở vòi nước. Nếu như bạn làm việc này cho trẻ hãy diễn tả bạn đang làm gì.
2. Lấy xà phòng.
3. Làm ướt xà phòng và tay
4. Chà xát lên xà phòng
5. Đặt cục xà phòng xuống
6. Chà xát hai tay với nhau
7. Xả tay bằng nước lạnh
8. Tắt vòi nước
9. Lấy khăn lau
10. Lau khô tay
11. Trả khăn lại chỗ cũ (hoặc đưa nó trở lại cho cha mẹ)

Mặc dù trước khi con bạn có thể tham gia vào tất cả các bước, mô tả sự việc với trẻ mỗi lần. Việc này sẽ giúp trẻ học được nề nếp và đoán biết cái gì xảy ra sau đó.

Ghi nhớ và mở rộng:

Khi con bạn đạt được chiều cao mà có thể với tới được xà phòng và vải nỉ, và đủ sức mạnh để mở vòi nước, bạn có thể để trẻ tự làm nhiều và nhiều hơn. Một cái ghế đầu chắc chắn ở bồn rửa mặt sẽ khuyến khích trẻ tự làm lấy một cách độc lập. Giúp trẻ nhận ra khăn riêng của mình – nếu như tất cả các khăn lau đều tương tự như nhau, dạy trẻ cách nhận ra bằng việc xác định theo vị trí khăn treo.

Vừa khuyến khích trẻ tự mình làm nhiều hơn, vừa giảm các lời chỉ dẫn của bạn, để trẻ tự nghĩ về bước nào sẽ là kế tiếp.

P.S.E. 72: SỬ DỤNG BÀN CHẢI ĐÁNH RĂNG VỚI SỰ HƯỚNG DẪN CỦA NGƯỜI LỚN

Đĩ nhiên bạn sẽ rửa sạch răng của con bạn từ lúc chúng mới vừa mọc. Tự làm sạch răng sẽ được học dễ dàng hơn nếu như bạn làm theo nề nếp đã được định sẵn ngay từ lúc bắt đầu, như thế con bạn biết mong đợi cái gì khi bạn rửa sạch răng của trẻ, khi trẻ tự làm sạch răng của mình là nhằm mục đích gì.

Cách đánh giá:

Phương pháp: Yêu cầu con bạn tự đánh sạch răng. Bạn có thể nặn kem ra bàn chải cho trẻ. Cho trẻ các lời hướng dẫn ở mỗi bước. Cho điểm cộng nếu như trẻ đánh sạch răng với các lời hướng dẫn nhưng bạn không đụng tay vào ngoài những điều đã được miêu tả ở trên. Trẻ phải chải răng với các động tác đúng, và chà các răng trên và dưới và răng ở phía trước.

Cách dạy:

Thực hành càng sớm nếu có thể, hãy bắt đầu giúp con bạn tự chải răng, hơn là bạn chải cho trẻ trong khi trẻ thụ động.

Theo cùng một nề nếp mỗi lần chải răng, diễn tả các bước bằng các từ đơn giản mà bạn sẽ dùng sau này như lời hướng dẫn.

Đặt tay của con bạn chạm với bàn chải, khi bạn cầm tay trẻ và hướng dẫn các động tác.

Tiếp tục cho trẻ các lời hướng dẫn rõ ràng, nhưng từ từ giảm sự trợ giúp của bạn. Kết thúc mỗi lần với cái nhìn vào gương. Hãy để con bạn cảm thấy tự hào với hàm răng sạch.

Đôi khi một đứa trẻ phát triển một ác cảm đối với lúc đánh răng. Nếu như điều này xảy ra với con bạn, cố gắng đặt vào nhà tắm một kệ đặc biệt đựng bàn chải ở độ cao của trẻ, và kem đánh răng mà trẻ thực sự thích. Đặt đồng hồ chuông và yêu cầu trẻ đánh răng cho đến khi nó reo lên – chỉ một lúc vào thời gian đầu, rồi từ từ lên đến khoảng thời gian hợp lý. Một gia đình mà chúng tôi biết sử dụng một cái bàn chải đặc biệt biết phát nhạc – được làm bởi một người ông nhạc sĩ – mà nó bao gồm các hướng dẫn chải răng với âm nhạc thích hợp – nhạc bổng thì chải răng hàm trên, nhạc trầm thì chải răng hàm dưới, nhạc vừa vừa thì cho răng phía trước. Việc này cũng tỏ ra rất thích thú đối với anh chị lớn của trẻ !

Là một ý kiến hay để bạn chải răng cho con bạn, ít nhất một lần một ngày. Hãy làm theo nề nếp này hàng ngày, *ví dụ:*”Con chải răng vào buổi sáng, và chúng ta sẽ có lượt vào buổi tối”

P.S.E. 98: CHẢI RĂNG VỚI SỰ HƯỚNG DẪN BẰNG LỜI NÓI

Đây là phần mở rộng trực tiếp của kỹ năng trước trong phần này. Bây giờ con bạn học cách tự nặn kem đánh răng lên bàn chải, và hoàn tất công việc mà không cần phải chải răng lại thêm sau đó nữa.

Cách đánh giá:

Phương pháp: Hướng dẫn con bạn để chải răng. Bàn chải và kem đánh răng nên đặt trong tầm với của trẻ. Bạn có thể hướng dẫn trẻ bằng lời nói ở mỗi bước.

Cho điểm cộng nếu như con bạn nặn một lượng vừa phải kem đánh răng lên bàn chải, chải răng để không cần phải chải lại nữa và súc miệng bằng nước không được giúp đỡ trẻ bằng hành động.

Cách dạy:

Cho con bạn thực hành thêm ở nhiệm vụ khó hơn ở việc nặn kem đánh răng bằng yêu cầu trẻ chuẩn bị bàn chải cho bạn.

Trước tiên giúp trẻ bằng hành động, bằng việc cầm tay trẻ khi đang chải. Rút lui sự trợ giúp đỡ càng sớm càng tốt.

Nên nhớ rằng các ống kem làm bằng nhựa thì dễ dàng nặn hơn là các ống cũ làm bằng nhôm.

Khuyến khích trẻ tự mở nắp trước tiên đảm bảo là nắp lỏng và đóng lại như cũ. Trẻ nên có trách nhiệm, càng nhiều càng tốt, để đặt các dụng cụ xa ra sau khi chải, tắt vòi nước (nếu có thể) và lau mặt.

P.S.E. 99: CHÙI MŨI KHÔNG CÓ SỰ NHẮC NHỞ

Nếu như con bạn ít khi bị cảm, trẻ sẽ học kỹ năng này lâu hơn, nhưng khi đó, sự cần thiết của nó sẽ không đáng kể! Nhiều trẻ bị cảm nhiều lần trong một năm, và kỹ năng tự chùi mũi để đương đầu với việc chảy mũi khiến trẻ thấy giá trị của nó, đứa trẻ ghét phải để người khác chùi mũi hộ, trẻ sẽ cảm thấy dễ chịu hơn khi mình tự chùi.

Cách đánh giá:

Phương pháp: Quan sát con bạn vào các thời điểm thích hợp.

Cho điểm cộng nếu như con bạn tự chùi khi cần thiết, như thế sẽ không cần thiết phải khịt khịt. Ghi chú rằng ở giai đoạn này đứa trẻ có thể yêu cầu giúp đỡ khi cần thiết.

Cách dạy:

Thực hành càng sớm nếu có thể giúp con bạn khăn tay và chùi mũi trẻ, Để con bạn cảm thấy ướt mũi trước khi chùi, và khi có thể, chỉ cho trẻ xem mặt của mình trong gương.

Từ từ giảm sự giúp đỡ tận tay của bạn cho đến khi bạn chỉ đưa ra các hướng dẫn bằng lời. Một khi con bạn có thể tự chùi mũi qua lời hướng dẫn, bắt đầu cho trẻ các lời nhắc nhở chung chung –“Con đang bị chảy mũi. Con sẽ làm gì ?” hoặc là “Hãy nhìn vào gương. Con cần cái gì ?”

Cuối cùng, tiếp tục nhắc nhở cho đến khi con bạn có cơ hội nhận thấy nhu cầu của mình, và tự đương đầu với nó.

Khi con bạn bị chảy mũi, mặc cho trẻ những loại quần áo có túi. Để khăn tay vào túi trẻ trong lúc thay đồ, và bảo với trẻ rằng nó sẽ dùng vào việc gì. Bạn cũng có thể để khăn giấy ở những nơi dễ thấy, nhưng khăn tay ít làm mũi trẻ đau và trầy trụa hơn.

Bạn có thể vẫn còn giúp trẻ khi trẻ cần phải hỉ mũi, nhưng chỉ nên cho trẻ các chỉ dẫn đơn giản mà có thể giúp trẻ tự mình làm sau này.

P.S.E. 100: RỬA MẶT VÀ TAY KHÔNG CÓ SỰ GIÚP ĐỠ.

Ở phần này, kỹ năng rửa ráy của đứa trẻ được mở rộng ra bao gồm cả rửa mặt mặt trẻ nữa. Đánh giá và dạy trẻ như ở phần P.S.E. 71 nhưng bây giờ bao gồm cả mặt cũng như tay và loại hết tất cả các sự trợ giúp bằng tay hay lời nói ngoài các chỉ dẫn chung chung như là “Rửa mặt của con đi” (Có thể giúp trẻ với vòi nước nếu chúng bị kẹt hoặc không mở được)

MỞ RỘNG CÁC KỸ NĂNG TẮM RỬA VÀ CHĂM SÓC BỀ NGOÀI

Các kỹ năng sau đây thường đạt tới ở năm thứ năm, nhưng bạn có thể bắt đầu dạy khi con bạn đã sẵn sàng, không kể đến tuổi:

- . Tự tắm (ngoại trừ tắm vòi nước chảy)
- . Tự chải răng không với lời hướng dẫn nào.
- . Chải tóc.
- . Chùi và hỉ mũi.

HẾT