

4 Chăm sóc con trong mùa dịch COVID-19

Ứng phó với những hành vi không đúng đắn của trẻ

Tất cả mọi trẻ em đều có những lúc có hành xử không đúng đắn. Việc trẻ bị mệt, bị đói và lo sợ khi con đang học cách tự lập là một điều rất bình thường. Tất cả những điều đó có thể khiến chúng ta bực mình, nhất là khi chúng ta bị chôn chân trong nhà.

Chuyển hướng hành vi của trẻ

- > Nhận biết hành vi xấu sớm nhất có thể và hướng sự chú ý của con trẻ tới một hành vi tốt thay vì tập trung vào hành vi xấu
- > Ngăn chặn hành vi xấu trước khi nó bùng phát! Nếu trẻ bắt đầu có dấu hiệu bứt rứt, bạn có thể hướng chúng tới những hoạt động thú vị và vui vẻ, ví dụ nói với con rằng: "Lại đây con, chúng ta ra ngoài đi bộ một chút nhỉ?"

Tạm nghỉ một chút

Bạn cảm thấy mình như muốn hét toáng lên? Hãy tự cho mình 10 giây để dừng lại. Hít thở chậm rãi 5 lần. Sau đó cố gắng trả lời bằng một thái độ bình tĩnh hơn.

Hàng triệu cha mẹ thấy phương pháp này rất hiệu quả - thực sự hiệu quả.

Áp dụng hệ quả đối với hành vi

Việc chỉ cho trẻ thấy được hệ quả sẽ dạy trẻ có trách nhiệm hơn với những gì trẻ gây ra, qua đó trẻ sẽ tuân thủ kỷ luật hơn. Đây là một biện pháp hiệu quả hơn so với sử dụng bạo lực hay quát mắng.

Tiếp tục áp dụng các gợi ý từ bài 1 đến bài 3

- > Dành thời gian với trẻ, khen ngợi khi trẻ ngoan, và thiết lập lịch trình sinh hoạt cố định sẽ giúp trẻ bớt đi những hành vi xấu.
- > Giao cho trẻ những công việc đơn giản và đảm bảo phù hợp với khả năng của trẻ. Và nhớ khen ngợi khi các con bạn làm được việc đó.

- > Cho trẻ quyền được lựa chọn tuân thủ chỉ dẫn của bạn trước khi đưa ra biện pháp kỷ luật.
- > Cố gắng giữ bình tĩnh khi đưa ra hình thức kỷ luật.
- > Hãy đảm bảo rằng bạn có thể thực hiện được biện pháp kỷ luật đã nói với trẻ. Ví dụ, nếu bạn biết rằng khó có thể tịch thu điện thoại của con trong vòng một tuần nhưng sẽ khả thi nếu làm việc này trong vòng một giờ hoặc một ngày.
- > Khi biện pháp kỷ luật đã hết, hãy cho trẻ cơ hội để làm một điều tốt nào đó, và nhớ khen ngợi con về việc đó.

Bấm vào đây để xem thêm những gợi ý về cách nuôi dạy trẻ:

Parenting tips
from WHO

Parenting tips
from UNICEF

In worldwide
languages

EVIDENCE-BASE



The mark "CDC" is owned by the US Dept of Health and Human Services and is used with permission. Use of this logo is not an endorsement by HHS or CDC of any particular product, service, or enterprise.