

Ngoài tôi ra

Tìm hiểu về người khác

"Mẹ đang vui. Nhưng con có vẻ buồn?" Thật khó mà tưởng tượng người khác cảm thấy thế nào. Nhưng đó là một kỹ năng mà trẻ em cần để chơi với người khác và kết bạn.

Cần bản

Từ khi còn là em bé, trẻ nhỏ cần cảm thấy được yêu thương bởi một người lớn luôn quan tâm đến bé- như quý vị chẳng hạn! Các em không thể học cách hiểu và quý trọng người khác, nếu tự các em không cảm thấy được hiểu và quý trọng.

Trẻ em thường để ý rằng một người khác đang có một cảm xúc lớn. Em nhìn thấy một đứa trẻ khác khóc và tự hỏi tại sao. Và em có thể muốn tìm cách giúp đỡ, nhưng không biết phải làm sao.

Hiểu được cảm xúc của người khác khó hơn là hiểu được chính mình. Cần có thời gian để trẻ nhỏ phát triển kỹ năng này. Nhưng đó là một bước quan trọng để hướng đến làm việc và chơi tốt với người khác.

Lưu ý

Những vật dụng được gạch dưới có thể tìm thấy trong bộ công cụ.

Những Hoạt Động dành cho độ Tuổi 2 đến 5

Khuôn mặt này nghĩa là gì?

- Chọn một cảm giác từ bảng mô tả cảm xúc của khuôn mặt, nhưng đừng cho con biết quý vị đã chọn cái nào. Bắt chước khuôn mặt đó và bảo con đoán cảm xúc đó là gì. Đưa ra gợi ý. "Yay! Hôm nay mẹ đi công viên!" Chọn một cảm xúc khác và thử lại.
- Chuẩn bị cho mình và con mỗi người một tấm nhựa. Dùng đất nặn để tạo các khuôn mặt trên tấm của quý vị. Thay phiên nhau đoán cảm xúc cho mỗi khuôn mặt và những gì có thể đang gây ra những cảm xúc đó. "Của con có một khuôn mặt ngạc nhiên! Có phải cô ấy nhìn thấy một con chó đang bay không?" "Mẹ nặn một khuôn mặt buồn. Con nghĩ điều gì khiến anh ta buồn?"

Bắt đầu

Suy nghĩ về cảm xúc của người khác và biết cách phản ứng với sự quan tâm là việc rất phức tạp. Làm mẫu các kỹ năng này cho con quý vị. "Mẹ chắc rằng con đang sợ. Mẹ sẽ nắm tay con để giúp con cảm thấy yên tâm hơn." Nói về cảm xúc của người khác và cách quý vị có thể giúp đỡ. "Bé buồn vì vừa làm rơi kem. Tôi sẽ mua cho bé một cái khác." Hãy kiên nhẫn khi con quý vị học cách nghĩ về người khác.



Nhiều nữa!

Những Hoạt Động dành cho độ Tuổi 2 đến 5

Chơi giả bộ

- Chơi giả bộ với con quý vị và những con rối. “Em heo đang bị bệnh. Chúng ta có thể làm gì để giúp heo khỏe ra. Cùng nhau diễn xuất những cách giúp con rối khỏe ra. Dựng lên những câu chuyện khác thể hiện sự quan tâm. “Đã đến giờ Vịt đi ngủ. Làm sao chúng ta có thể giúp Vịt chuẩn bị?”
- “Hãy giả bộ con rối là thầy giáo. Con có muốn làm thầy giáo không?” Khuyến khích bạn đóng giả là một người chăm sóc người khác, như người giữ trẻ, bác sĩ hoặc lính cứu hỏa.



Nó dành cho con!

- Bảo con quý vị dùng màu có thể vẽ được bằng ngón tay để vẽ một bức tranh cho một người mà em yêu thương. Hỏi: “Con vẽ bức tranh này cho ai? Con nghĩ họ có thể thích màu gì?” Giúp con quý vị thêm một số từ vào bức tranh. Sau đó đặt nó vào thư hoặc chụp hình để gửi bằng email hoặc tin nhắn.



Tương tác hàng ngày

Vào giờ ăn, hãy nói về những điều mà mỗi người thích hoặc không thích. “Con thích bông cải xanh. Nhưng em gái con thì không. Con nghĩ chú của con có thích nó không?”

Chỉ ra cảm xúc của những người trong những cuốn sách quý vị đọc. Sau đó nói về cách một người khác trong câu chuyện phản ứng với những cảm xúc đó.

Làm mẫu, để ý, thực hành

“Em gái con khóc vì bị ngã. Mẹ ôm em ấy để giúp em ấy cảm thấy khá hơn”.

Làm mẫu các hành vi sẵn sàng.
Con quý vị bắt đầu thể hiện hành vi sẵn sàng bằng cách bắt chước những gì quý vị làm.

**“Con đang vuốt ve con gấu bông cẩn thận và nhẹ nhàng!
Con gấu của con cảm thấy thế nào?”**

Để ý khi con quý vị thể hiện sự quan tâm đến người khác - ngay cả thú nhồi bông!

“Anh con giận vì con lấy bánh quy của anh. Con hãy trả nó lại. Con có thể xin bánh cho riêng con.”

Trẻ em cần tập có lựa chọn tốt cho cả bản thân em và người khác.