

Các giai đoạn phát triển của trẻ
từ khi mới sinh đến 18 tuổi

Lưu hành nội bộ

Về nhận thức

- Hình thành “cái tôi cá nhân” mạnh mẽ;
- Có tính tự lập, tự chủ cao hơn, có xu hướng muốn tự đưa ra quyết định;
- Khả năng tư duy trừu tượng tăng nhanh với những suy tưởng về tương lai.



Tài liệu này được thực hiện với sự tài trợ của
Câu lạc bộ Phụ nữ Quốc tế Hà Nội (HIWC).

Biên tập: Nguyễn Hương - Nguyễn Linh

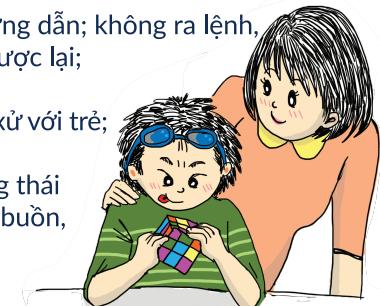
Vẽ minh họa: Minh Quân

Trình bày: Đặng Thư - Thanh Hiếu



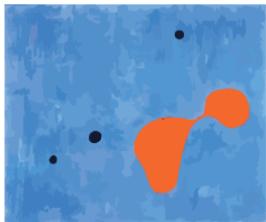
Những điều cần quan tâm

- Duy trì sự giao tiếp cởi mở, lắng nghe trẻ;
- Động viên trẻ nói về những suy nghĩ hoặc bày tỏ ý kiến của mình;
- Đưa ra cho trẻ lời khuyên và hướng dẫn; không ra lệnh, bắt ép vì trẻ sẽ có xu hướng làm ngược lại;
- Thiết lập giới hạn và quy tắc ứng xử với trẻ;
- Cho trẻ có cơ hội bày tỏ các trạng thái cảm xúc khác nhau (vui sướng, đau buồn, nóng giận, v.v.).



Các giai đoạn phát triển của trẻ từ khi mới sinh đến 18 tuổi

MỚI SINH - 3 TUỔI



Khi mới được sinh ra, trẻ hoàn toàn lệ thuộc, cần sự giúp đỡ từ người khác để được an toàn về thể chất và cảm xúc. Trẻ cần được giám sát thường xuyên vì trẻ chưa tự ý thức được về sự an toàn.

Về nhận thức

- Phát triển các giác quan để tiếp nhận mọi kích thích từ môi trường sống;
- Phát triển sự đam mê, sáng tạo và ham muốn học điều mới.

Những điều cần quan tâm

- Nếu trẻ không được đáp ứng các nhu cầu trong giai đoạn này, khi lớn lên sẽ ít có sự tin tưởng vào người khác.
- Nếu trẻ không được nâng đỡ, động viên hoặc thường xuyên bị trách mắng thì trẻ sẽ hay tự khiển trách bản thân, sợ hãi và nghi ngờ khả năng của chính mình.



Về tâm lý

- Gắn bó với cha mẹ/người chăm sóc, phát triển cảm giác yêu thương và tin tưởng.
- Lo sợ khi phải xa cách mẹ, biết phân biệt người quen và người lạ.
- Hiểu lời nói và làm theo câu lệnh đơn giản.
- Biết tên một số đồ vật quen thuộc, các bộ phận trong cơ thể, và khái niệm như trong/ngoài, hoặc mở/dóng.
- Trẻ trở nên độc lập hơn khi có thể tự chơi một mình trong thời gian lâu hơn.

Về thể chất

- Trẻ học di chuyển cơ thể như ngóc đầu lên, tự ăn, ngồi, đi, đứng.
- Trẻ học cách sử dụng cùng lúc bàn tay và mắt để thao tác và cầm nắm, điều khiển đồ vật.



3 TUỔI - 6 TUỔI

Về thể chất

- Hệ xương đã cứng cáp hơn so với giai đoạn mới sinh, nhưng vẫn còn mềm và dễ bị tổn thương, đặc biệt là cột sống;
- Trẻ rất năng động, thích chạy nhảy, tiếp xúc với người khác;
- Kĩ năng điều khiển bàn tay và các ngón tay phát triển hơn;
- Khả năng đi đứng thành thạo.



Về tâm lý

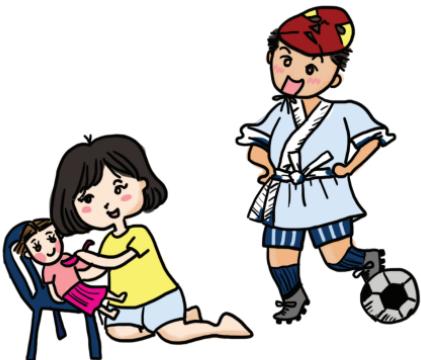
- Biết dùng ngôn ngữ để giao tiếp;
- Phát triển tính độc lập, tò mò, tự mình tìm hiểu thế giới xung quanh;
- Hiếu động, hay tháo gỡ hoặc phá đồ vật để tìm hiểu.
- Hình thành và phát triển tính cách



Về nhận thức

- Nhận thức phát triển, biết phân biệt đúng-sai, hư-thực nhưng chưa thành thục;
- Khả năng tự nhận thức về bản thân dần phát triển;
- Biết nhận biết giới tính và có xu hướng phát triển tính cách theo giới tính, trong các trò chơi mang đặc thù về giới tính. Ví dụ: Bé gái thường có xu hướng chơi búp bê, đồ hàng, còn bé trai thường có xu hướng chơi với ôtô, đồ chơi lắp ghép.

Những điều cần quan tâm



- Mọi sự chăm sóc trong giai đoạn này sẽ quyết định sự phát triển toàn diện sau này của trẻ. Cần khuyến khích tính độc lập, lòng tự tin để trẻ phát triển năng lực cá nhân;
- Ngược lại, sự chăm sóc theo hướng quá nâng đỡ, hoặc xao nhãng, thiếu hụt, hoặc đòi hỏi quá mức ở trẻ đều gây tổn thương về tinh thần, làm trẻ nảy sinh các hành vi chống đối, nói dối, thiếu tự tin, thiếu hoà nhập, kém giao tiếp hay sợ hãi v.v.

Nên



- Trả lời trung thực các câu hỏi của trẻ;
- Khen ngợi khi trẻ hoàn thành công việc;
- Không la mắng, đánh đập khi trẻ thất bại ở một số công việc, giúp trẻ học cách làm khác tốt hơn;
- Động viên, khuyến khích sự sáng tạo;
- Động viên trẻ nói về cảm xúc (chia sẻ cảm xúc của cha mẹ, quan sát trẻ và thử diễn giải cảm xúc của trẻ).



6 TUỔI - 12 TUỔI



Về thể chất

- Các cơ quan trên cơ thể đã phát triển tương đối hoàn thiện;
- Trẻ bắt đầu đi học, dễ có nguy cơ mắc các bệnh xuất hiện trong quá trình học tập (cận thị, gù, vẹo cột sống...).



Về tâm lý

- Quan hệ xã hội mở rộng ra nhà trường - thầy cô giáo;
- Phát triển tình bạn, có khả năng hợp tác, tuy nhiên trẻ dễ bị ảnh hưởng bởi bạn cùng trang lứa;
- Bắt đầu hiểu luật và các chuẩn mực, quy tắc xã hội (lẽ phép với người lớn, đi trên đường phải tuân thủ luật lệ giao thông).



Về nhận thức

- Phát triển các kỹ năng đọc và viết cũng như học các bộ môn khoa học cơ bản (toán học, sinh học, vật lý, v.v.);
- Có khả năng giải quyết vấn đề tốt hơn vì khả năng ghi nhớ tốt hơn.

Những điều cần quan tâm

Trong giai đoạn phát triển này, cha mẹ cần hỗ trợ trẻ một cách phù hợp, ví dụ như:

- Khen ngợi sự cố gắng của trẻ;
- Động viên để trẻ tự thấy mình ngang bằng với các bạn;
- Động viên trẻ có khả năng hoàn thành công việc mặc dù có khó khăn;
- Dạy trẻ cách ứng xử với thất bại và giải quyết vấn đề. Đôi khi cần cho trẻ trải nghiệm “hậu quả” do hành động của trẻ mang lại để giúp trẻ rút ra bài học từ thất bại.



12 TUỔI - 18 TUỔI

Về thể chất

- Những đặc điểm trong tính cách có thể được bộc lộ rõ ràng hơn: hiếu động, tràn đầy năng lượng hoặc trầm tính hơn, v.v.
- Bắt đầu có các dấu hiệu của tuổi dậy thì:
 - ↳ bé trai: cơ thể đầy đặn hơn so với trước đây, phát triển cơ bắp hơn so với các bạn gái, bộ phận sinh dục phát triển;
 - ↳ bé gái: có nhiều sự thay đổi về cơ thể như lông mu ngày càng nhiều hơn, ngực phát triển, cao hơn, cơ thể mềm mại hơn, bắt đầu có kinh nguyệt .v.v..

Sự phát triển đột biến về cơ thể, tiêu biểu là quá trình dậy thì, là yếu tố chi phối mạnh mẽ tới sự phát triển tâm lý của trẻ ở độ tuổi này.

Về tâm lý

- Chú ý đến các mối quan hệ xã hội và quan tâm đến ngoại hình, niềm tin và giá trị;
- Bắt đầu có những xúc cảm giới tính hay rung động đầu đời;
- Cảm xúc dễ bị mâu thuẫn;
- Trạng thái tinh thần chưa ổn định, thất thường, vui buồn vô cớ;
- Trải nghiệm một sự phân chia mạnh mẽ giữa vai trò của nam và nữ.
- Thích thể hiện bản thân.

