



Cảm thấy thất vọng?



Tìm hiểu mẹo

1. **Hít thở sâu:** Nếu con quý vị có vẻ căng thẳng khi đọc, hãy cho trẻ dừng lại và hít thở để bớt căng thẳng và trở nên bình tĩnh.
2. **Ăn mừng thành công:** Hãy nhớ để ý và đón mừng tất cả những chiến lược tuyệt vời mà con quý vị đã sử dụng trong lúc đọc hôm nay.
3. **Hỏi thăm:** Khuyến khích con quý vị suy ngẫm bằng cách đề nghị trẻ nghĩ về cảm giác của chúng khi đọc sách.
4. **Thực hiện hành động:** Mời con quý vị giải quyết vấn đề bằng cách chuyển đổi các loại sách, thử một chiến lược mới hoặc nhận trợ giúp nếu trẻ cảm thấy bế tắc.

Tại sao mẹo này quan trọng?

Ai cũng có lúc nản lòng khi đối mặt với một thử thách, và những độc giả trẻ tuổi cũng vậy! Điều quan trọng là giúp con quý vị giải quyết nỗi thất vọng này theo những cách lành mạnh.



Hỏi con quý vị

Đối với trẻ nhỏ:

- Có vẻ như con đang thất vọng. Đó là bởi cuốn sách hay cái gì khác vậy?
- Chúng ta hãy tự mình ôn lại nhé, con biết được gì về những chữ cái này?
- Nếu bố/mẹ đọc một vài câu sẽ giúp được cho con không?

Đối với trẻ lớn hơn:

- Hiện tại cơ thể con cảm thấy thế nào? Con có vẻ bực bội đấy.
- Con có cần nghỉ ngơi không?
- Hãy thư giãn và đọc chậm hơn một chút.
- Hãy thay đổi các quyển sách. Con muốn đọc gì khác không?



Thực hành vui vẻ

Con quý vị có đang cảm thấy bực bội không? Hãy thử “phương pháp đèn dừng lại”.

Trẻ em rất quen thuộc với đèn dừng lại. Hãy dạy trẻ hình dung đang có đèn đỏ dừng lại trong lúc bực bội. Đây là lúc trẻ nên tập hít thở sâu để làm dịu lại đầu óc và cơ thể. Khi chuyển sang đèn vàng, trẻ nên nghĩ đến một giải pháp khả dĩ (Thử một cuốn sách khác? Thay đổi chỗ đọc? Thử một chiến lược đọc sách?). Khi hình dung đến đèn xanh, trẻ có thể chọn một lựa chọn và tiến về phía trước.

Muốn tiến thêm một bước nữa? Tạo hình ảnh đèn dừng lại bằng giấy thủ công để treo trên tủ lạnh của quý vị để xem lại.

