



# Hành vi

nobody's perfect

## Hiểu Được Tính Nết Của Con

**Tính nết là cách con người học hỏi và phản ứng với thế giới xung quanh.** Tính nết của trẻ có thể ảnh hưởng đến bố và mẹ theo những cách khác nhau. Điều quan trọng là quý vị phải hiểu tính nết của con mình và tìm cách điều chỉnh tính nết đó để hỗ trợ sự phát triển lành mạnh của trẻ.

**Trẻ có nhiều kiểu tính nết khác nhau.** Tính nết sẽ giải thích tại sao con quý vị phản ứng với điều gì đó khác biệt với trẻ khác. Một số trẻ vui vẻ và hào hứng với những điều mới mẻ. Một số lại sợ hãi hoặc lo lắng trong các tình huống mới. Một số em bé hiếu động và không ngừng ngọ nguậy. Số khác lại yên lặng và hầu như không khóc. Một số ồn ào và thường xuyên khóc.

Tính nết của con có ảnh hưởng lớn đến hành vi của trẻ và góp phần khiến con quý vị trở nên đặc biệt. Con quý vị khó mà thay đổi tính nết của trẻ. Quý vị cũng không thể thay đổi được.

Cách quý vị phản ứng với con có thể tạo ra sự khác biệt lớn. Nếu quý vị xem con mình là đặc biệt, trẻ sẽ cảm thấy thoải mái.

**Các ông bố và bà mẹ cũng có những tính nết riêng.** Việc hiểu rõ tính nết của bản thân quý vị cũng rất hữu ích. Cũng giống như con cái, cha mẹ có thể ít nói, ồn ào, mạnh mẽ, nhạy cảm, hay suy nghĩ hoặc có xu hướng thích hành động. Mỗi người đều có tính độc đáo. Quý vị có thể có tính nết rất khác biệt hoặc giống với tính nết của con và/hoặc mẹ của trẻ. Điều quan trọng là phải hiểu tính nết của bản thân có

hợp nhau với con hay không và suy nghĩ cách hòa hợp với nhau. Là cha mẹ, quý vị cần có tư duy cởi mở, linh hoạt và đáp ứng nhu cầu của con.

Bất kể tính nết của quý vị như thế nào, điều quan trọng cần nhớ là con cần một người cha, người mẹ hiểu chúng và khiến chúng cảm thấy an toàn, được bảo vệ, được yêu thương và thấu hiểu.

**i Tính nết là một phần khiến con quý vị trở nên đặc biệt.**



Để tìm hiểu thêm thông tin về *Không Ai Hoàn Hảo*, hoặc tải về tài liệu này, vui lòng tìm kiếm "Nobody's Perfect Tipsheets" trên [Canada.ca](http://Canada.ca).



Public Health  
Agency of Canada

Agence de la santé  
publique du Canada

Canada

# Các Hoạt Động Vui Khỏe Đơn Giản

## Lập biểu đồ cảm xúc

- Một cách để hiểu tính nết của nhau là nói chuyện về cảm xúc với con. Trẻ em tìm hiểu cảm nhận của người khác bằng cách nói về cảm xúc. Trẻ sẽ học cách hiểu và tôn trọng cảm xúc của người khác khi cảm xúc của chính trẻ được tôn trọng và thấu hiểu.
- Vẽ hoặc in hình các biểu hiện trên khuôn mặt và dán nhãn cho chúng bao gồm buồn, vui, sợ hãi, giận dữ, ngớ ngẩn và thất vọng. Quý vị có thể dán các hình cảm xúc này vào bìa cứng để làm áp phích hoặc cắt thành các thẻ nhỏ.
- Khi con quý vị còn nhỏ, quý vị có thể sử dụng các hình này để giúp trẻ xác định cảm xúc của mình. Quý vị cũng có thể sử dụng các hình này để cho trẻ thấy quý vị đang cảm thấy thế nào. Sử dụng câu nói đơn giản như “Khi con giúp bố quét dọn - điều đó khiến bố rất hạnh phúc”.
- Quý vị có thể giúp trẻ lớn hơn sử dụng các hình này để hiểu được cảm xúc của người khác trong phim ảnh hoặc sách báo. Đặt những câu hỏi như “Con nghĩ Spencer cảm thấy thế nào khi bị mất đồ chơi?” hoặc “Con cảm thấy thế nào khi bị mất đồ chơi?”



Cơ Quan Y Tế Công Cộng Canada chân thành cảm ơn sự hợp tác và hỗ trợ chuyên môn của Dad Central Canada ([www.dadcentral.ca](http://www.dadcentral.ca)) cùng mạng lưới quốc gia của tổ chức này trong việc phát triển danh sách lời khuyên của *Không Ai Hoàn Hảo* dành cho các ông bố.