

# Hãy bàn về...

## Trẻ em chuyển đến nhà bảo trợ

Việc chuyển đến một ngôi nhà mới có thể là điều khó khăn đối với trẻ nhỏ.

Trẻ em đang được nuôi dưỡng tạm thời phải đối mặt với rất nhiều thay đổi cùng một lúc, điều này có thể khiến các em cảm thấy sợ hãi. Dưới đây là một số cách giúp các bé cảm thấy thoải mái hơn:

- **Hãy nói với trẻ càng sớm càng tốt:** Hãy thông báo cho trẻ về việc chuyển nhà từ trước. Việc cho trẻ xem hình ảnh ngôi nhà mới có thể giúp trẻ chuẩn bị tâm lý.
- **Giữ thói quen sinh hoạt:** Trẻ em cảm thấy an toàn khi biết trước những điều sắp diễn ra. Hãy treo một thời khóa biểu hàng ngày để trẻ nắm rõ các quy tắc trong nhà cũng như thời gian biểu cụ thể.
- **Tìm hiểu thói quen của trẻ:** Hãy tìm hiểu xem trẻ thích ăn gì và thích ngủ như thế nào. Việc biết được những trò chơi hay cuốn sách yêu thích của trẻ sẽ giúp trẻ cảm thấy như đang ở nhà.
- **Để trẻ giữ một vài “món đồ quen thuộc” bên cạnh:** Một cái chăn hay thú nhồi bông yêu thích có thể giúp việc chuyển nhà trở nên dễ dàng hơn nhiều.
- **Để trẻ giữ liên lạc:** Trẻ em được bảo trợ thường nhớ gia đình ruột thịt của mình. Khi có thể, hãy giúp các em giữ liên lạc. Cán bộ phụ trách hồ sơ của bạn có thể hỗ trợ việc này.
- **Hãy thành thật với trẻ:** Hãy sử dụng những từ ngữ đơn giản và trực tiếp. Hãy đảm bảo rằng các em hiểu rằng việc mình phải sống trong hệ thống bảo trợ không phải là lỗi của các em.



- **Chia sẻ cảm xúc với trẻ:** Hãy giúp trẻ gọi tên những cảm xúc của mình. Bạn có thể nói: “Có vẻ như con đang lo lắng,” hoặc “Việc con thấy buồn cũng là điều dễ hiểu” Hãy cho trẻ biết rằng mọi cảm xúc đều là điều bình thường.
- **Hãy để trẻ thể hiện tình cảm cho cả hai gia đình:** Hãy cho phép con quan tâm cả gia đình ruột thịt lẫn gia đình bảo trợ cùng một lúc.
- **Khuyến khích trẻ chơi đùa:** Chơi đùa là một cách tuyệt vời giúp trẻ xử lý cảm xúc và thích nghi với sự thay đổi này.

Để biết thêm thông tin hoặc kết nối với Chuyên gia Hỗ trợ Đời sống Trẻ em, vui lòng truy cập:  
<http://ucdavis.health/childlife>