

VẬN DỤNG HỌC THUYẾT GẮN BÓ TRONG VIỆC CHUẨN BỊ CHO TRẺ CHUYỂN TIẾP TỪ NHÀ ĐẾN TRƯỜNG MẦM NON

Trần Thị Kim Liên

Khoa Giáo dục Mầm non, Trường Đại học Sư phạm Hà Nội

Tóm tắt. Thông qua việc nhấn mạnh tầm quan trọng của các mối quan hệ gắn bó của trẻ với người chăm sóc chính, học thuyết gắn bó đã chỉ ra những rối loạn hành vi của trẻ khi phải chia cách với người chăm sóc chính và chuyển sang một môi trường xa lạ. Dựa trên những phân tích, tổng hợp về mặt lý luận, bài báo hướng đến việc hỗ trợ các nhà giáo dục hiểu được các phản ứng của trẻ khi chuyển tiếp từ nhà đến trường mầm non. Trên cơ sở đó, một số vấn đề quan tâm khi chuẩn bị cho trẻ trong quá trình chuyển tiếp này dựa trên học thuyết gắn bó cũng được đề cập trong bài viết.

Từ khóa: học thuyết gắn bó, chuẩn bị, chuyển tiếp từ nhà đến trường mầm non.

1. Mở đầu

Một số công trình nghiên cứu đã cho thấy khi chuyển tiếp từ nhà đến trường mầm non, trẻ thường bộc lộ những phản ứng căng thẳng [1], [2]. Sự căng thẳng này xuất hiện do những sự thay đổi, bao gồm (1) thói quen sinh hoạt hàng ngày như nếp ăn, ngủ, vệ sinh; (2) người chăm sóc chính từ cha mẹ sang giáo viên; (3) hành vi, cách giao tiếp khác để phù hợp với các hoạt động mới; (4) mối quan hệ thường xuyên hơn với các bạn bè đồng trang lứa; (5) không gian mới với các đồ dùng, đồ chơi, cách sắp xếp không quen thuộc. Những sự thay đổi này tác động đến trẻ cùng một lúc với trẻ lần đầu đi học có thể gây ra những phản ứng tiêu cực như sợ hãi, không ăn, bị ốm thường xuyên, bám người thân không rời... Do đó, việc chuẩn bị cho trẻ khi chuyển tiếp từ nhà đến trường mầm non có vai trò quan trọng, giúp trẻ giảm bớt những căng thẳng để sớm thích ứng với vai trò mới ở trường, lớp mầm non.

Quá trình chuẩn bị cho trẻ chuyển tiếp từ nhà đến trường mầm non dựa trên nhiều cơ sở khác nhau, trong đó phải kể đến học thuyết gắn bó (Attachment theory) với đại biểu tiêu biểu là John Bowlby. Học thuyết này được cho là một trong những thuyết có ảnh hưởng quan trọng nhất khi đề cập đến sự phát triển của con người. Học thuyết đã chỉ ra tầm quan trọng của mối quan hệ gắn bó giữa trẻ với người chăm sóc chính. Bowlby đã xuất bản một bộ ba tập “Sự Gắn bó và Mất mát” (Attachment and Loss) (1969 - 1982) [3], [4], [5]. Thuyết gắn bó của Bowlby bao gồm 3 khía cạnh: (1) Trẻ dễ gặp phải các vấn đề tâm lý sau này khi bị chia tách khỏi cha mẹ; (2) Trẻ sơ sinh hình thành các mối quan hệ gắn bó một cách bản năng. Trẻ phải hình thành một sự gắn bó trước 12 tháng tuổi; (3) Trẻ sơ sinh và trẻ nhỏ sợ người lạ là bản năng. Trong tự nhiên, các loài động vật ở gần mẹ của chúng là để ngăn không bị tấn công bởi các loài động vật khác. Trong những năm 1960 và 1970, Maria Ainsworth – nhà tâm lý học phát triển người Đức đã tiếp tục phát triển và đưa ra khái niệm cơ sở an toàn (secure base) và các kiểu gắn bó của trẻ

nhỏ. Tới những năm 1980, học thuyết này đã được mở rộng tới sự gắn bó của người lớn.

Một số nghiên cứu trên thế giới đã vận dụng học thuyết này để tìm hiểu về khả năng thích ứng của trẻ khi chuyển tiếp từ nhà đến trường mầm non. Nghiên cứu của O. Stojic, S. Divljan & N. Avramov (2010) đã nghiên cứu về sự thích ứng của trẻ mầm non trong bối cảnh thuyết gắn bó dựa trên kinh nghiệm của các cơ sở giáo dục mầm non. Chất lượng của mối quan hệ gắn bó mẹ - con dự đoán cho sự khác biệt khi thích ứng với trường mầm non của trẻ [6]. Nghiên cứu của Alexander, R và các cộng sự (2001) đã vận dụng học thuyết này để giải thích sự điều chỉnh của cha mẹ đối với các chuyển tiếp quan trọng của trẻ [7]. Nghiên cứu của Golding, K. S. và các cộng sự (2013) tiến hành quan sát các khó khăn gắn bó của trẻ ở trường mầm non để trên cơ sở đó xác định và hỗ trợ các khó khăn về tình cảm xã hội cho trẻ [8]. Cugmas, Z. (2010) trong nghiên cứu “Ứng dụng học thuyết gắn bó trong trường mầm non” đã cho thấy học thuyết gắn bó là cơ sở quan trọng để cải thiện các thực hành và cung cấp khái niệm cơ bản để hiểu hành vi của trẻ ở trường mẫu giáo [9].

Tại Việt Nam, nghiên cứu của Phạm Hoài Thảo Ngân (2014) cũng đã trình bày một số tư tưởng chính của học thuyết gắn bó và những lưu ý trong việc chăm sóc giáo dục trẻ đối với gia đình và trường mầm non [10]. Tuy vậy, những đề xuất đối với việc chuẩn bị cho trẻ chuyển tiếp từ nhà đến trường mầm non vẫn cần được xem xét cụ thể hơn.

2. Nội dung nghiên cứu

2.1. Phương pháp nghiên cứu

Nghiên cứu này sử dụng phương pháp phân tích, tổng hợp lí thuyết của một số công trình nghiên cứu về học thuyết gắn bó và quá trình chuyển tiếp từ nhà đến trường mầm non của trẻ em trên thế giới và ở Việt Nam. Trên cơ sở đó, nghiên cứu đưa ra các nội dung chính của học thuyết gắn bó có liên quan đến việc chuẩn bị cho trẻ chuyển tiếp từ nhà đến trường mầm non để đưa ra các vấn đề cần lưu ý đối với gia đình và nhà trường trong quá trình chuẩn bị này.

2.2. Kết quả nghiên cứu

2.2.1. Một số thuật ngữ chính trong thuyết gắn bó

2.2.1.1. Gắn bó và chia cách (Attachment & Separation)

Bowlby thường sử dụng thuật ngữ *gắn bó* để chỉ một mối quan hệ tình cảm hay những ràng buộc giữa một cá nhân với một ai đó và thuật ngữ *chia cách* bởi đó là một phần tự nhiên của sự gắn bó. Sự gắn bó giữa trẻ và người chăm sóc thường được dựa trên nhu cầu được bảo vệ, được an toàn của trẻ - một nhu cầu quan trọng trong những năm đầu đời. Các đặc trưng của hành vi gắn bó của trẻ em bao gồm (1) trẻ dễ tỏ ra khó chịu khi bị tách khỏi người chăm sóc chính hơn bất kì ai khác; (2) trẻ không lo lắng khi tới môi trường xa lạ nếu có người chăm sóc chính đi cùng và (3) trẻ rõ ràng hạnh phúc hơn khi người chăm sóc chính tương tác và hoặc di chuyển tới gần trẻ. Trẻ sơ sinh hình thành gắn bó với người chăm sóc trong khoảng thời gian từ sáu tháng đến hai tuổi. Khi biết bò và biết đi, trẻ khám phá thế giới trên cơ sở sử dụng các quan hệ gắn bó an toàn. Các kiểu gắn bó hình thành dựa trên các phản ứng của cha mẹ và khi đã hình thành, chúng lại tạo ra một thế giới bên trong, trở thành hình mẫu để trẻ tạo ra các mối quan hệ gắn bó khác trong tương lai.

Theo Bowlby, lo lắng chia cách là cảm xúc bẩm sinh của con người và là điều kiện tiên quyết cho tình yêu. Ông coi đó là “mặt còn lại của đồng xu”, liên quan đến sự gắn bó và là yếu tố cần thiết cho khả năng hình thành các mối quan hệ sâu sắc và lâu dài của chúng ta. Lo lắng chia cách lần đầu tiên được biểu hiện ở trẻ sơ sinh khoảng 28 tuần tuổi, dễ bị tổn thương trước những sự khác biệt cho đến khi trẻ được khoảng 33 tháng. Theo Bowlby, nỗi sợ hãi của sự chia

li lên đến đỉnh điểm trong khoảng từ 8 đến 28 tháng, mặc dù trẻ có những sự khác biệt đáng kể trong giai đoạn này.

Các thời điểm hình thành gắn bó và có sự lo lắng khi chia cách có thể là gợi ý để cha mẹ xem xét thời điểm cho trẻ đến trường. Đồng thời, thuyết gắn bó đã chỉ ra tầm quan trọng của chất lượng mối quan hệ gắn bó với người chăm sóc chính trong gia đình – là cơ sở để trẻ thiết lập các mối quan hệ sau này của trẻ.

2.2.1.2. Người gắn bó chính và người gắn bó thứ cấp (Principal/ primary attachment & Subsidiary/ secondary attachment)

Người gắn bó chính của trẻ là thuật ngữ dùng để chỉ người mà trẻ phát triển mối quan hệ tình cảm chính suốt cuộc đời mình, người trẻ cảm thấy được an ủi nhất khi sợ hãi hay bị tổn thương. Người này thường là mẹ, tuy nhiên cũng có thể không phải mẹ (như bố, bà, bảo mẫu hoặc cha mẹ nuôi). *Người gắn bó thứ cấp* đề cập đến số ít người mà trẻ phát triển mối quan hệ gắn bó gần gũi thứ hai, như bố, anh chị em, ông bà, bảo mẫu [11, tr.309].

Rudolph Schaffer và Peggy Emerson (1964) trong nghiên cứu của mình đã cho thấy, phần lớn trẻ 18 tháng đã hình thành nhiều sự gắn bó. Nhiều sự gắn bó này được hình thành với những người trả lời chính xác với tín hiệu của trẻ, chứ không phải người dành nhiều thời gian với trẻ hơn. Điều này được gọi là “phản ứng nhạy cảm” [12]. Như vậy, điều quan trọng để hình thành các sự gắn bó không phải là người nuôi dưỡng, chăm sóc trẻ mà phải là người chơi, giao tiếp với trẻ, đáp ứng các nhu cầu cần thiết của trẻ. Sự nhạy cảm, sẵn sàng, khả năng dự đoán và sự đồng cảm cũng như khả năng đáp ứng nhu cầu dường như là những đặc điểm chính đối với người chăm sóc trẻ sơ sinh và trẻ nhỏ [13].

Thuật ngữ người gắn bó chính và người gắn bó thứ cấp là cơ sở để các nhà giáo dục hiểu về vai trò và xem xét những yêu cầu về người chăm sóc khi hình thành các gắn bó với trẻ, đặc biệt khi trong bối cảnh chuyển tiếp từ nhà tới trường mầm non.

2.2.1.3. Gắn bó an toàn và gắn bó không an toàn (Secure attachment & Insecure attachment)

Gắn bó an toàn là thuật ngữ chỉ sự liên kết có thể đoán trước, an toàn và tình cảm với một người nào đó (chính hoặc phụ). *Gắn bó không an toàn* là thuật ngữ chỉ liên kết ít được dự đoán hơn với một ai đó (chính hoặc phụ). Trẻ nhỏ thường sẽ phát triển những sự gắn bó thứ cấp với những người mà người gắn bó chính của trẻ biết rõ và cả những người mà chúng thường xuyên nhìn thấy như bà, hàng xóm, bạn bè, người trông trẻ... Trẻ có từ ba sự gắn bó thứ cấp trở lên thường sẽ tăng khả năng phục hồi và thúc đẩy sức khỏe tâm thần. Trẻ sơ sinh và trẻ chập chững biết đi thường không bị ảnh hưởng khi bị xa cách vài giờ với người chăm sóc chính nếu chúng có được sự gắn bó thứ cấp an toàn. Trẻ có sự gắn bó không an toàn thường có biểu hiện tránh né, vô tổ chức, ít mạnh mẽ về mặt cảm xúc và dễ bị xa cách hơn trẻ có sự gắn bó an toàn [11; tr.309]. Cha mẹ và giáo viên có thể xem xét hai thuật ngữ này để có những hỗ trợ phối hợp cùng nhau giúp trẻ hình thành được các gắn bó an toàn trong các môi trường khác nhau.

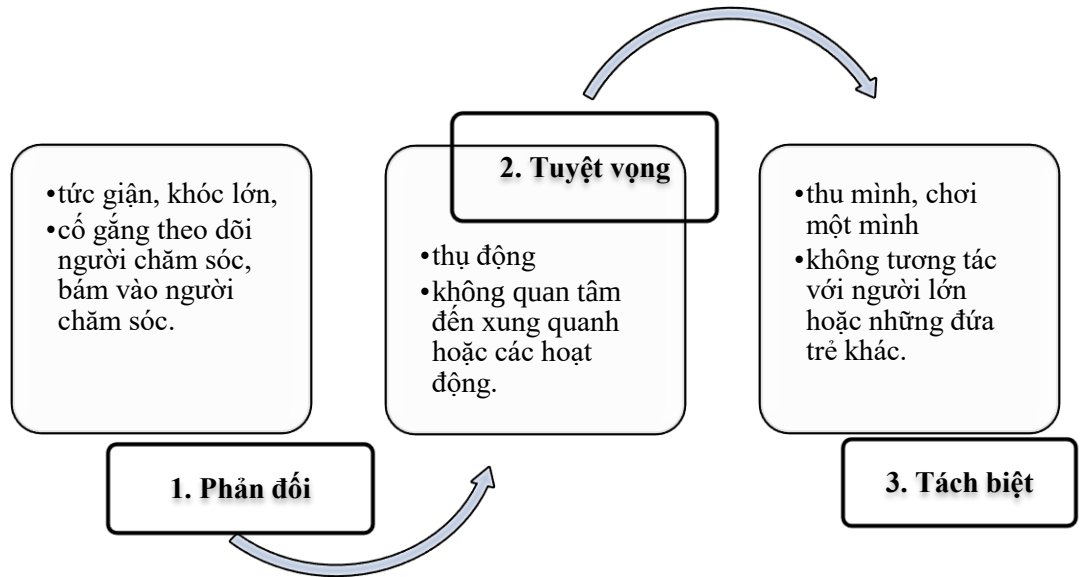
2.2.2. Những quan điểm chính trong học thuyết gắn bó

2.2.2.1. Phản ứng của trẻ khi chia cách với người chăm sóc chính

Khi phải chia cách với người chăm sóc chính, trẻ thường có những phản ứng căng thẳng theo các giai đoạn sau:

Giai đoạn 1: Phản đối

Biểu hiện rõ nét nhất của trẻ khi lo lắng chia li xảy ra là sự phản kháng rất tự nhiên của trẻ. Trẻ khóc, la hét, dằn vò bản thân, hành vi bị kích động dữ dội, cố gắng theo dõi người chăm sóc, bám vào người chăm sóc [14]. Giai đoạn này có thể kéo dài từ vài giờ đến vài tuần. Tuy nhiên, nếu cha mẹ có mặt không kịp thời thì hành vi của trẻ sẽ dần biến mất và xuất hiện những biểu hiện của giai đoạn tiếp theo là tuyệt vọng.



Sơ đồ 1. Các giai đoạn phản ứng của trẻ khi chia cách với người chăm sóc chính

Giai đoạn 2: Tuyệt vọng - thể hiện sự thụ động rõ nét, không quan tâm đến xung quanh hoặc các hoạt động.

Trong giai đoạn này, sự vô vọng và sự thụ động ngày càng thể hiện rõ rệt. Các chuyển động thể chất một cách tích cực giảm dần hoặc kết thúc. Trẻ không hoạt động và không có nhu cầu đối với môi trường. Bowlby đã mô tả giai đoạn này là “giai đoạn yên tĩnh” và ông thấy rằng, sự yên tĩnh thường bị hiểu nhầm là để thể hiện sự giảm bớt buồn bã. Nếu sự chia li tiếp tục duy trì thì sự tuyệt vọng dần dần được thay thế bằng sự chia rẽ - tách biệt.

Giai đoạn 3: Tách biệt - đứa trẻ thu mình, chơi một mình và không tương tác với người lớn hoặc những đứa trẻ khác.

Dấu hiệu của giai đoạn này thường được chấp nhận như là dấu hiệu của sự hồi phục. Trẻ không phản kháng, khóc lóc hoặc từ chối sự chăm sóc, thức ăn hay đồ chơi nữa. Ngoài ra, trẻ còn có thể mỉm cười hoặc hòa đồng. Nhưng khi người chăm sóc chính quay trở lại thì nhận thấy sự thiếu vắng rõ rệt của các đặc điểm hành vi về sự gắn bó mạnh mẽ ở trẻ sơ sinh và trẻ nhỏ [15]. Cụ thể, Bowlby miêu tả trẻ tỏ ra xa cách khi chào mẹ, trẻ hầu như không nhớ gì, xa sự níu kéo, trẻ có thể vẫn xa cách và thờ ơ, thay vì những giọt nước mắt, là một sự quay đi vô cảm.

Nghiên cứu của Klette & Killen (2018) đã cho thấy, tất cả các trẻ đều lo lắng khi bị chia li nhưng ở các giai đoạn khác nhau. Trẻ trai thường phản kháng lâu hơn các trẻ gái. Các giai đoạn này động, không cố định ở các trẻ. Trẻ mất vài ngày để trải qua cả 3 giai đoạn này và một đứa trẻ đã đến giai đoạn thứ hai của sự tuyệt vọng sẽ là nguyên nhân gây ra mối lo ngại nghiêm trọng. Việc tách ra của giai đoạn thứ ba gần như là một cơ chế tự bảo vệ để ngăn ngừa tổn thương trong tương lai. Hầu hết các bậc cha mẹ và giáo viên mầm non sẽ quen với giai đoạn một là phản đối [16].

Nắm được các biểu hiện của trẻ khi chia cách với người chăm sóc chính cho thấy tầm quan trọng của việc chuẩn bị cho trẻ trước khi trẻ có bất cứ sự thay đổi nào về người chăm sóc. Các tác động cần thiết trước khi chia cách với người chăm sóc chính sẽ giúp giảm thiểu các phản ứng căng thẳng, ngay cả từ giai đoạn đầu tiên.

2.2.2.2. Mối liên hệ giữa căng thẳng và cortisol

Hàng ngày, cơ thể cả trẻ em và người lớn đều tiết ra cortisol để đối diện với những căng

thẳng gặp phải. Mức độ căng thẳng vừa phải và có thể kiểm soát được phù hợp với độ tuổi tạo ra mức cortisol bình thường cần thiết cho cơ thể hoạt động lành mạnh. Mức cortisol cao hay thấp trong ngày tùy vào cả yếu tố sinh lý và tâm lý. Với trẻ nhỏ, não bộ còn non nớt và đang phát triển với tốc độ nhanh. Nhiều nghiên cứu đã cho thấy mức cortisol của trẻ sơ sinh và trẻ chập chững biết đi tăng cao cả ngày. Các nhà nghiên cứu cho rằng khi não của trẻ có thể trở nên thích ứng với mức cortisol cao trong thời gian dài có thể ảnh hưởng đến khả năng kiểm soát cảm xúc và hành vi của trẻ sau này.

Thuyết gắn bó dự đoán rằng trẻ nhỏ sẽ cảm nhận được nguy hiểm tăng lên khi trẻ không tiếp cận được người gắn bó chính và thứ cấp. Điều này gây ra phản ứng kích hoạt tìm kiếm sự gắn bó và sẽ tăng cao khi trẻ ở trong môi trường không quen thuộc. Thuyết gắn bó cũng dự đoán rằng trẻ ở độ tuổi này sẽ không có phản ứng tìm kiếm sự gắn bó đầy đủ với người mà trẻ không biết rõ. Nếu trẻ không nhận được bất kì hình ảnh gắn bó sẵn có quen thuộc nào của trẻ thông qua các giác quan thì trẻ sẽ có cảm giác nguy hiểm theo bản năng và tăng lên theo từng phút. Cảm giác nguy hiểm này gây ra mức cortisol tăng cao và gây ra sự lo lắng hoặc sợ hãi ở trẻ nhỏ. Điều này cho thấy sự quen thuộc là một trong những điều kiện quan trọng để trẻ hình thành các gắn bó mới khi trẻ phải chuyển tiếp từ môi trường này sang môi trường khác. Sự kết nối giữa hai môi trường thông qua sự quen thuộc về đồ dùng, về con người là cần thiết để giúp trẻ cảm thấy an toàn và giảm căng thẳng.

Việc lặp đi lặp lại sự căng thẳng trong các cuộc chia cách có thể biểu hiện những thay đổi hành vi và tâm trạng tinh tế và dễ bị hiểu nhầm rằng trẻ đã ổn định và chấp nhận môi trường xung quanh mới. Tuy nhiên, hành vi của trẻ thường không giống khi trẻ ở nhà và nồng độ cortisol của trẻ vẫn tăng cao. Trẻ có các hành vi tự xoa dịu bản thân như mút ngón tay hay nếm vú giả, cầm vật chuyển tiếp, vuốt mặt hoặc tóc của mình hoặc lắc lư nhẹ nhàng. Chỉ khi trẻ không thể xoa dịu, trẻ mới có phản ứng “đóng băng và đầu hàng” của sự trống trải hoặc tĩnh lặng.

Khi trẻ sơ sinh và trẻ chập chững biết đi được gặp lại người gắn bó chính và nhận đủ thời gian và sự quan tâm nhạy cảm từ họ, mức cortisol trở lại bình thường trước khi ngủ. Theo thuyết gắn bó, hành vi tìm kiếm sự gắn bó của trẻ được kích hoạt khi trẻ đến lớp, ngừng hoạt động trong thời gian ở lớp, được kích hoạt lại khi trẻ về nhà. Nhiều trẻ có thể theo quy trình này mà không có ảnh hưởng lâu dài đáng chú ý nếu trẻ không gặp phải bất kì yếu tố nguy cơ nào khác. Tuy nhiên, có một số trẻ không được an ủi khi về nhà và mức cortisol vẫn tăng cao và không trở lại bình thường trước khi đi ngủ. Hành vi tìm kiếm sự gắn bó của trẻ vẫn bị vô hiệu hóa thay vì được kích hoạt lại như quy trình, mức cortisol vẫn cao vào sáng hôm sau [11; tr. 311-312].

Hiểu được mối liên hệ giữa căng thẳng và cortisol giúp nhìn nhận lại tầm quan trọng của việc chuẩn bị cho trẻ chuyển tiếp từ nhà đến trường mầm non. Qua đó, cha mẹ và giáo viên có các tác động hỗ trợ cùng nhau nhằm giảm thiểu các căng thẳng khi phải chia cách với cha mẹ để đến trường.

2.2.2.3. Các kiểu gắn bó

Maria Ainsworth đã sử dụng những nền tảng ban đầu của Bowlby, bà đã tiến hành nghiên cứu quan sát trên những cha mẹ - cặp trẻ sơ sinh, trong năm đầu tiên của đứa trẻ, kết hợp mở rộng các cuộc điều tra tại gia đình nhằm nghiên cứu hành vi trong các tình huống cụ thể. Ainsworth đã xác định được ba kiểu gắn bó, mà trong đó một đứa trẻ có thể có với các kiểu gắn bó: An toàn, lo lắng lảng tránh (không an toàn) và lo lắng thờ ơ hoặc phản kháng (không an toàn). Những nghiên cứu sâu hơn của Mary Main và các đồng nghiệp đã xác định một kiểu gắn bó thứ 4, được gọi là *vô tổ chức/ mất phương hướng gắn bó*. Kiểu gắn bó này phản ánh những đứa trẻ thiếu của một chiến lược tương tác mạch lạc [17]; [18]. Tìm hiểu về các kiểu gắn bó với các đặc điểm tương ứng giúp người chăm sóc trẻ nhìn nhận lại cách tương tác với trẻ bởi nó ảnh hưởng tới chất lượng hình thành các mối quan hệ sau này của trẻ.

Bảng 1. Các kiểu gắn bó của trẻ

Kiểu gắn bó	Đặc điểm của kiểu gắn bó
An toàn (Secure)	Thường gặp ở trẻ được đáp ứng nhu cầu và nhận được sự yêu thương đầy đủ, nhất quán. Người chăm sóc chính thường nhạy bén với các tín hiệu, nhu cầu của trẻ để đáp ứng một cách tích cực, chính xác và nhanh chóng, phù hợp với trẻ. Khi có người chăm sóc chính bên cạnh, trẻ tự do khám phá môi trường và có tương tác tốt với người lạ. Trẻ tỏ ra khó chịu khi chia cách với người chăm sóc chính, phản đối và giới hạn lại việc khám phá môi trường xung quanh. Nhưng khi gặp lại người chăm sóc chính, trẻ chào đón một cách tích cực, tìm kiếm sự tiếp xúc và mong muốn được dỗ dành.
Lảng tránh (Avoidant)	Thường gặp ở trẻ mà người chăm sóc thường có hành vi xa cách, thiếu dỗ dành, yêu thương, hay khó chịu, giận dữ khi gần gũi với trẻ. Trẻ lảng tránh, lơ đãng khi người chăm sóc chính có mặt hoặc với những phản ứng của họ; đáp ứng lại một cách ít ỏi khi được quan tâm; cảm xúc bộc phát mạnh mẽ. Trẻ thể hiện sự độc lập sớm hơn, không dựa vào người chăm sóc để tìm kiếm sự an toàn. Khi người chăm sóc chính rời đi, trẻ thậm chí không nhìn theo, ít phản ứng với sự vắng mặt này. Trẻ khám phá môi trường xung quanh và đáp ứng như nhau kể cả với người chăm sóc chính và người lạ. Khi gặp lại người chăm sóc chính, trẻ lảng tránh sự gần gũi với họ, quay đi, tránh giao tiếp bằng mắt, phớt lờ họ. Trẻ có khó chịu nhưng luôn tỏ vẻ thờ ơ.
Thờ ơ/Phản kháng (Ambivalent/ Resistant)	Thường gặp ở những trẻ mà người chăm sóc có những hành vi đối nghịch, lúc gần gũi quá mức, lúc lại xa lánh, khó chịu, không liên quan đến trẻ. Khi có mặt người chăm sóc chính, trẻ thể hiện sự bám dính, bị ức chế khi khám phá môi trường xung quanh hoặc tương tác với người lạ. Khi gặp lại người chăm sóc chính, trẻ cố gắng chống đối một cách giận dữ khi gần gũi và không dễ dỗ dành. Trẻ đáp ứng với người chăm sóc bằng kiểu tìm kiếm gần gũi hai chiều. Ví dụ, trẻ có thể đòi hỏi được bế ẵm rồi sau đó đẩy người chăm sóc ra xa một cách giận dữ hoặc trẻ có thể bám vào người chăm sóc nhưng lại ưỡn cong người ra ngoài và từ chối chấp nhận sự chăm sóc của họ.
Vô tổ chức/mất phương hướng (Disorganized)	Thường xuất hiện ở trẻ mà người chăm sóc sử dụng những tín hiệu nhầm lẫn như dang tay ra đón trẻ nhưng lại đi lùi lại, đối xử với trẻ theo những cách thức khác lạ và sợ hãi. Trẻ không có một chiến lược ổn định nào để tiếp xúc gắn bó với người chăm sóc. Trẻ không định hướng được hành vi, dễ bị căng thẳng, có thể biểu lộ sự ngạc nhiên, hay đi lang thang xung quanh không có mục đích, sợ hãi và lúng túng khi bên cạnh người chăm sóc. Trẻ thể hiện nhu cầu gắn bó thông qua hành vi khác lạ như tiếp cận với người chăm sóc từ phía sau, bất thành linh, lạnh lùng, nhìn chằm chằm vào khoảng không.

2.2.3. Một số vấn đề quan tâm khi chuẩn bị cho trẻ chuyển tiếp từ nhà đến trường mầm non dựa trên học thuyết gắn bó

Thuyết gắn bó đưa ra những vấn đề cần quan tâm khi chuẩn bị cho trẻ chuyển tiếp từ nhà đến trường mầm non như sau:

- *Về thời điểm cho trẻ đến trường mầm non:*

Hiểu được các thời điểm hình thành gắn bó và lo lắng khi chia cách của trẻ sẽ là cơ sở để cha mẹ cân nhắc thời điểm nên đưa trẻ đến trường mầm non lần đầu. Trong thực tế, nhiều trẻ đi học từ sớm trước 24 tháng tuổi vì nhiều lí do khác nhau như cha mẹ phải đi làm, không có người chăm sóc... Do vậy, gia đình cần có những sự chuẩn bị kĩ càng cho trẻ để tránh những tổn thương, những phản ứng khó thích ứng với môi trường mới.

- *Về chất lượng của mối quan hệ gắn bó của trẻ với người chăm sóc chính trong gia đình:*

Đây được coi là yếu tố có ảnh hưởng lớn đến việc chuẩn bị cho trẻ thích ứng với trường mầm non như thế nào. Cách cha mẹ đáp ứng các nhu cầu của trẻ, đặc biệt là nhu cầu được yêu thương và có nhất quán trong việc nuôi dưỡng trẻ hay không sẽ hình thành nên đặc điểm các kiểu gắn bó ở trẻ.

Trong thời gian gần đây, các gia đình thường sinh ít con nên trẻ thường được nuôi dưỡng và bảo vệ nhiều hơn. Trẻ quen với việc được chăm sóc, được là trung tâm của cả gia đình, ít có những sự cảm đoán, ít có cơ hội được tương tác với người khác ngoài phạm vi gia đình. Đặc biệt đối với các gia đình chỉ có một con, thường là hiếm muộn, bản thân cha mẹ cũng không chuẩn bị sẵn sàng về tâm lí cho việc trẻ độc lập và tách khỏi con họ. Nhiều cha mẹ lo lắng thái quá, có những hành động quan tâm không những không giúp trẻ làm quen với trường lớp mới mà còn làm phức tạp thêm quá trình này. Do đó, việc đi học ở trường mầm non khiến trẻ căng thẳng và lo âu. Trẻ tỏ ra vô cùng khó chịu, đôi khi hung hăng hơn và cảm xúc không ổn định. Cha mẹ cần nhận thức được việc hình thành tính độc lập cho trẻ, giúp trẻ có các kĩ năng tự phục vụ cơ bản để sẵn sàng tham gia vào các môi trường xã hội rộng lớn hơn. Bản thân cha mẹ cũng cần thay đổi mối quan hệ với trẻ theo hướng chấp nhận sự tách khỏi gia đình của trẻ, điều chỉnh lại cảm xúc của bản thân để trẻ yên tâm tham gia vào môi trường mới.

Sự không thống nhất trong cách chăm sóc, giáo dục trẻ trong gia đình cũng ảnh hưởng tới việc chuẩn bị cho trẻ đến trường mầm non. Khi không có sự thống nhất này, giữa các thành viên sẽ có sự căng thẳng gây nên những mâu thuẫn giữa cha mẹ bởi mỗi người đều muốn kéo đứa trẻ về phía mình. Ngoài ra, cha mẹ trẻ có những mâu thuẫn trong những năm đầu tiên của mối quan hệ vợ chồng cũng là nguyên nhân gây đến tình trạng khó thích ứng với trường mầm non của trẻ. Không khí trong gia đình có thể luôn gia tăng các cảm xúc tiêu cực, khác biệt về quan điểm sống, sự thất vọng trong hôn nhân hay phân chia trách nhiệm mới. Điều này ảnh hưởng tới cảm xúc của trẻ, có thể gây ra các rối loạn hành vi và tính hung hăng.

- *Về các hoạt động hỗ trợ chuẩn bị chuyển tiếp từ nhà đến trường mầm non của gia đình trẻ:*

Nhận biết được tầm quan trọng của người gắn bó chính giúp gia đình trẻ quan tâm hơn tới cách thức hình thành mối quan hệ gắn bó với trẻ. Khi trẻ có được gắn bó chính an toàn, trẻ sẽ cảm thấy an toàn khi khám phá môi trường mới, thiết lập các gắn bó thứ cấp khác, bao gồm cả với giáo viên ở trường mầm non. Điều này đưa ra gợi ý với người gắn bó chính khi đưa trẻ lần đầu đi học. Người gắn bó chính (thường là mẹ) nên là người đưa trẻ đến lớp, giới thiệu và trao trẻ cho giáo viên mới. Trẻ nhỏ cần có cha mẹ đi cùng và ở lại trong vài tuần đầu tiên trong khi trẻ làm quen với giáo viên, thời gian tách biệt tăng dần từ vài phút đến lâu hơn khi trẻ nhận thấy được sự thoải mái và an toàn từ giáo viên. Người gắn bó chính nên đưa ra những thông báo với trẻ về việc trẻ sắp đi học trước khi trẻ chính thức đến trường và thông báo về thời gian đón trẻ về nhà. Cần đảm bảo thực hiện đúng những thông báo này với trẻ để trẻ cảm thấy tin tưởng và an tâm khi không bị bỏ rơi tại lớp học.

Bên cạnh đó, cha mẹ cũng cần quan tâm tới việc duy trì mối quan hệ gắn bó chính với trẻ, đặc biệt trong tuần đầu khi trẻ mới đi học. Cha mẹ quan sát và thường xuyên trò chuyện về cảm nhận của trẻ, động viên và dành thời gian yêu thương trẻ để bù đắp lại khoảng thời gian trẻ bị căng thẳng ở lớp học.

Mặc dù trẻ em trải qua nhiều giai đoạn phát triển nhưng mỗi trẻ lại là một cá thể và phát triển với tốc độ khác nhau ở mỗi độ tuổi. Trẻ có thể dễ dàng tách khỏi người gắn bó chính và chơi hợp tác với các bạn, có sự thay đổi đáng kể hay không phụ thuộc và sự trưởng thành và kinh nghiệm của trẻ. Trẻ nên được thiết lập phạm vi giao tiếp rộng rãi và đa dạng để thích ứng với xã hội. Thực hành giao tiếp càng rộng thì trẻ càng dễ tham gia vào tập thể và ngược lại, trẻ càng ít kinh nghiệm thì càng gặp nhiều khó khăn. Do vậy, gia đình cần tạo nhiều cơ hội để trẻ được tham gia các mối quan hệ với mọi người trong nhiều môi trường khác nhau, giúp trẻ dần dĩ và trải nghiệm nhiều hơn trước khi đi học.

- *Về yêu cầu với việc phối hợp giữa gia đình và trường mầm non:*

Thuyết gắn bó đã thay đổi cách chuẩn bị cho trẻ đến trường mầm non, chẳng hạn như cha mẹ được chào đón trong nhà trường và được động viên tham gia cũng như dành thời gian hình thành các mối quan hệ với các thành viên của trường mầm non. Trường mầm non có những hoạt động chuyển tiếp như tạo điều kiện cho trẻ và gia đình được làm quen với trường, lớp trước khi nhập học. Gia đình cũng có trách nhiệm trong việc cho trẻ thăm quan với trường, lớp mầm non, làm quen với giáo viên trước khi đi học. Với những lớp có sĩ số trẻ đông, gia đình và trường mầm non có thể phối hợp để phân chia thời điểm đến trường lần lượt theo giai đoạn, mỗi giai đoạn chỉ có một số trẻ đến để giúp các giáo viên có thời gian hình thành gắn bó với từng trẻ.

Mặt khác, để giúp trẻ sớm hình thành gắn bó thứ cấp với giáo viên, cha mẹ và giáo viên cũng cần chú trọng tới tính quen thuộc, liên kết giữa môi trường gia đình và trường mầm non. Điều này đặt ra yêu cầu đối với gia đình với trường mầm non trong việc phối hợp chặt chẽ để có những thống nhất trong cách hỗ trợ trẻ. Đối với gia đình, có thể tham khảo chế độ sinh hoạt hàng ngày của trường mầm non mà trẻ học để có những điều chỉnh thói quen của trẻ ở nhà như giờ ăn, ngủ. Một số thói quen như xúc ăn, biết gọi khi có nhu cầu đi vệ sinh, ngồi bô, ... cũng nên được hình thành cho trẻ ngay từ ở nhà. Cha mẹ cũng chú trọng hình thành thói quen đọc sách, chơi đồ chơi và trao đổi với giáo viên những hoạt động hay đồ dùng yêu thích ở nhà của trẻ. Qua đó, giáo viên có thể cho phép trẻ mang đến lớp hoặc bố trí trong không gian lớp học để trẻ cảm thấy có sự quen thuộc khi ở trong không gian lớp học xa lạ.

Đặc biệt, gia đình cần cung cấp nhiều thông tin hơn về trẻ như các thói quen, sở thích, tình hình sức khỏe... cho giáo viên để giúp giáo viên có cái nhìn ban đầu về trẻ. Qua đó, giáo viên lựa chọn những cách thức hỗ trợ phù hợp với trẻ, dễ dàng tương tác và thiết lập mối quan hệ với trẻ. Bên cạnh đó, giáo viên cũng thường xuyên trao đổi, cung cấp các thông tin của trẻ ở lớp học để cha mẹ yên tâm cũng như có những hành động bù đắp những căng thẳng mà trẻ gặp phải cả ngày khi ở lớp.

- *Về yêu cầu đối với trường mầm non và giáo viên mầm non khi hỗ trợ trẻ chuyển tiếp từ nhà đến trường mầm non:*

Trẻ không được tiếp cận với bất kì sự gắn bó nào trong thời gian dài có thể là một yếu tố nguy cơ phát triển mà nếu không được phát hiện tại thời điểm đó có thể dẫn tới các vấn đề xã hội và cảm xúc trong tương lai của trẻ. Vì thế, vai trò của trường mầm non là rất lớn trong việc thiết lập sự cân bằng giữa môi trường gia đình và trường mầm non mà không gây nguy hiểm cho sự phát triển cảm xúc và sức khỏe tinh thần của trẻ. Giáo viên cũng cần quan tâm tới sự khác biệt trong hoàn cảnh của trẻ và gia đình trẻ để đưa ra những hỗ trợ kịp thời để giúp trẻ có thể thích ứng với trường mầm non.

Thuyết gắn bó cũng đề ra yêu cầu đối với giáo viên khi hình thành gắn bó thứ cấp với trẻ. Giáo viên cần nhanh chóng thiết lập gắn bó an toàn đối với trẻ, tích cực khuyến khích trẻ hình

thành mối quan hệ gắn bó thứ cấp với mình. Giáo viên cần là người chăm sóc nhạy cảm, nhất quán để đáp ứng nhu cầu và tương tác với trẻ. Cụ thể, giáo viên cần được đào tạo để có thể quan tâm đáp ứng các nhu cầu về thể chất, nhận thức và cảm xúc của trẻ nhỏ, luôn đáp ứng, duy trì và giám sát nhu cầu gắn bó thứ cấp của trẻ.

Bên cạnh đó, giáo viên cần nhận diện được các kiểu gắn bó của trẻ với các đặc điểm hành vi tương ứng. Đây là cơ sở để giáo viên mầm non hiểu được các phản ứng, hành vi có thể xảy ra với trẻ khi chuyển tiếp từ nhà đến trường mầm non cũng như sự gắn bó của trẻ với cha mẹ. Từ đó, giáo viên có những hỗ trợ kịp thời và chính xác đối với từng trẻ và có thể tư vấn giúp cha mẹ có những kết nối thích hợp với con của mình.

3. Kết luận

Quá trình chuyển tiếp từ nhà đến trường mầm non là bước ngoặt đối với trẻ bởi lẽ thời điểm này đánh dấu sự thay đổi từ môi trường gia đình quen thuộc sang môi trường mầm non xa lạ. Quá trình này thường gây ra những căng thẳng cho trẻ khi phải chia cách với người chăm sóc chính. Do đó, việc chuẩn bị cho trẻ có được sự chuyển tiếp từ nhà đến trường mầm non thành công có ý nghĩa quan trọng.

Trên cơ sở nghiên cứu lí luận, các khái niệm cơ bản, các quan điểm chính trong học thuyết gắn bó bao gồm các phản ứng của trẻ khi chia cách với người chăm sóc chính, mối liên hệ giữa căng thẳng và cortisol và các kiểu gắn bó của trẻ đã được phân tích. Qua đó, các đề xuất đối với việc chuẩn bị cho trẻ chuyển tiếp từ nhà đến trường mầm non gồm thời điểm trẻ đi học, yêu cầu đối với các hoạt động chuẩn bị của gia đình và trường mầm non cũng như với giáo viên mầm non được đưa ra.

Học thuyết gắn bó, đại diện là John Bowlby, với việc nhấn mạnh tầm quan trọng của mối quan hệ gắn bó giữa trẻ với người chăm sóc chính là một trong những cơ sở để đề xuất các biện pháp chuẩn bị cho trẻ chuyển tiếp từ nhà đến trường mầm non. Các biện pháp này không chỉ dành cho gia đình mà còn cho trường mầm non, đặc biệt là giáo viên mầm non – những người trực tiếp gắn bó với trẻ trong các hoạt động chăm sóc, giáo dục trẻ.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1] Ahnert, L., Gunnar, M. R., Lamb, M. E., & Barthel, M. (2004). Transition to child care: Associations with infant–mother attachment, infant negative emotion, and cortisol elevations. *Child development*, 75(3), 639–650.
- [2] Ahnert, L., & Lamb, M. E. (2003). Shared care: Establishing a balance between home and child care settings. *Child Development*, 74(4), 1044–1049
- [3] Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Volume i: Attachment*. In *Attachment and loss: Volume i: Attachment* (pp. 1–401). London: The Hogarth Press and the Institute of Psycho-Analysis.
- [4] Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Volume ii: Separation, anxiety, and anger*. In *Attachment and loss: Volume ii: Separation, anxiety, and anger* (pp. 1–429). London: The Hogarth Press and the Institute of Psycho-Analysis
- [5] Bowlby, J. (1982). Attachment and loss: Retrospect and prospect. *American journal of Orthopsychiatry*, 52(4), 664
- [6] Stojić, O., Divljan, S., & Avramov, N. (2010). Nursery school children adaptation in the context of attachment theory: Experiences of preschool institutions in the region of srem. *Primenjena Psihologija*, 3(4), 357–376. <https://doi.org/10.19090/pp.2010.4.357-376>

- [7] Alexander, R., Feeney, J., Hohaus, L., & Noller, P. (2001). Attachment style and coping resources as predictors of coping strategies in the transition to parenthood. *Personal Relationships*, 8(2), 137-152.
- [8] Golding, K. S., Fain, J., Frost, A., Templeton, S. & Durrant, E. (2013). Observing children with attachment difficulties in preschool settings: A tool for identifying and supporting emotional and social difficulties. Jessica Kingsley Publishers, London, UK.
- [9] Cugmas, Z. (2010). The implications of attachment theory in kindergartens. *Uporaba teorije navezanosti v vrtcih podsystemi učiteljev v osnovni šoli: kaj se dogaja v drugem triletju? vrednotenje matematičnega znanja in*, 15.
- [10] Phạm Hoài Thảo Ngân (2014). Học thuyết gắn bó của John Bowlby và những lưu ý trong việc chăm sóc trẻ. *Tạp chí Khoa học Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh*, số 57, tr 147 – 153.
- [11] Bowlby, R. (2007). Babies and toddlers in non-parental daycare can avoid stress and anxiety if they develop a lasting secondary attachment bond with one carer who is consistently accessible to them. *Attachment & Human Development*, 9(4), 307-319.
- [12] Schaffer, H. R., & Emerson, P. E. (1964). The development of social attachments in infancy. *Monographs of the society for research in child development*, 1-77.
- [13] Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. N. (2015). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Psychology Press.
- [14] Robertson, J., & Robertson, J. (1971). Young children in brief separation: A fresh look. *The psychoanalytic study of the child*, 26(1), 264-315.
- [15] Sroufe, L. A. (1988). Attachment in Development. *Clinical implications of attachment*, 18. Lawrence Erlbaum Associates, Publishers Hillsdale, New Jersey, 18-38.
- [16] Klette, T., & Killén, K. (2019). Painful transitions: a study of 1-year-old toddlers' reactions to separation and reunion with their mothers after 1 month in childcare. *Early Child Development and Care*, 189(12), 1970-1977. doi: 10.1080/03004430.2018.1424150.
- [17] <http://www.tamlyhochthankinh.com/tam-benh-ly/cac-hoc-thuyet-tam-ly/hoc-thuyet-cua-john-bowlby>
- [18] <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK356196/?fbclid=IwAR3aioWHJ5zDI5MD4n63Nbr9XcQCW59gSskdFYUlkFQEIEr7W-cd2sFAFI>

ABSTRACT

Application of attachment theory to preparation for children in transition from home to kindergarten

Tran Thi Kim Lien

Faculty of Early Childhood Education, Hanoi National University of Education

Attachment theory shows behavioral disorders in children when separate from primary caregivers and transition to an unfamiliar environment through emphasizing the important of attachment between children and primary caregivers. Based on theoretical analysis and synthesis, the article aims to assist educators in understanding the reactions of children in transition from home to kindergarten. Therefore, some concerning issues about preparing for children in this transition based on attachment are mentioned in this article.

Keywords: attachment theory, preparing, transition from home to kindergarten.