MỘT SỐ BIỆN PHÁP GIÁO DỤC TRẺ 18 - 36 THÁNG TUỔI THÍCH NGHI VỚI TRƯỜNG MẦM NON TẠI THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

Nguyễn Thị Hồng Nhung
Học viên cao học K35 Trường Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh

Tóm tắt: *Giai đoạn 18–36 tháng tuổi là thời kỳ bản lề trong sự phát triển đầu đời, khi trẻ bắt đầu mở rộng tương tác xã hội nhưng lại phải đối mặt với khủng hoảng lo âu chia tách khi chuyển từ môi trường gia đình sang nhà trường. Xuất phát từ thực trạng tại các trường mầm non tư thục ở Thành phố Hồ Chí Minh, nơi trẻ nhập học rải rác quanh năm và các biện pháp hỗ trợ thích nghi còn mang tính kinh nghiệm, rời rạc, nghiên cứu đề xuất hệ thống bốn biện pháp sư phạm đồng bộ nhằm nâng cao hiệu quả giáo dục trẻ thích nghi. Các biện pháp gồm: (1) Vận dụng mô hình Người chăm sóc chính; (2) Vận dụng "Berlin Model"-Mô hình thích nghi theo pha; (3) Xây dựng "Hồ sơ chuyển tiếp cảm xúc" trước khi trẻ nhập học; (4) Tổ chức "Góc nhỏ ấm áp" giúp trẻ điều hòa cảm xúc trong lớp học. Sau khảo nghiệm tính cần thiết và khả thi (N = 89, p < 0,05), đề tài tiến hành thử nghiệm sư phạm 2 biện pháp cốt lõi (Hồ sơ chuyển tiếp cảm xúc và Mô hình Berlin) trong 2 tuần trên 34 trẻ (16 trẻ nhóm thử nghiệm, 18 trẻ nhóm đối chứng) tại 4 trường mầm non tư thục. Kết quả cho thấy nhóm thử nghiệm đạt mức tăng trưởng thích nghi vượt trội. Kết quả khẳng định tính khoa học, nhân văn và khả thi cao của các biện pháp đề xuất.*

Từ khóa*: Thích nghi; trẻ 18–36 tháng tuổi; giáo dục mầm non; mô hình Berlin; người chăm sóc chính; hồ sơ chuyển tiếp cảm xúc.*

SOME MEASURES TO EDUCATE CHILDREN AGED 18–36 MONTHS TO ADAPT TO PRESCHOOLS IN HO CHI MINH CITY

Abstract: *The 18–36 month stage represents a crucial milestone in early childhood development, during which toddlers begin expanding social interactions while confronting severe separation anxiety when transitioning from the domestic environment to preschool. Addressing the practical context of private preschools in Ho Chi Minh City—characterized by year-round rolling admissions and empirical, fragmented adaptation practices—this study proposes four systematic pedagogical measures to enhance adaptation effectiveness. These measures encompass: (1) Implementing the "Key Person Approach"; (2) Applying the "Berlin Adaptation Model" (phased adaptation); (3) Developing an "Emotional Transition Profile" prior to enrollment; and (4) Establishing a "Cozy Corner" within the classroom for emotional regulation. Following necessity and feasibility testing (N = 89, p < 0.05), an experimental trial of the two core measures (Emotional Transition Profile and Berlin Model) was conducted over two weeks with 34 toddlers (16 experimental, 18 control) across four private preschools. Results demonstrated statistically significant improvements in the experimental group. The findings confirm the scientific validity, child-centered nature, and practical feasibility of the proposed measures.*

Keywords: *Adaptation; toddlers aged 18–36 months; early childhood education; Berlin model; key person; emotional transition profile.*

Nhận bài: 05/08/2026 *Phản biện: 05/09/2026* *Duyệt đăng: 08/09/2026*

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Giáo dục mầm non (GDMN) đặt nền móng cho sự phát triển nhân cách, thể chất và giao tiếp xã hội của trẻ. Với trẻ 18–36 tháng tuổi, việc chuyển từ gia đình sang trường lớp, thay đổi người chăm sóc và nề nếp sinh hoạt dễ gây lo âu chia ly, biểu hiện qua khóc kéo dài, bám người thân, từ chối ăn, rối loạn giấc ngủ hoặc thu mình (Bowlby, 1982).

Chương trình GDMN do Bộ Giáo dục và Đào tạo ban hành yêu cầu "chú trọng giao tiếp thường xuyên, thể hiện sự yêu thương và tạo sự gắn bó giữa người lớn với trẻ" để giúp trẻ thích nghi với sinh hoạt nhà trẻ. Tuy nhiên, tại Thành phố Hồ Chí Minh (TPHCM), nơi có hơn 1.100 trường mầm non ngoài công lập và hàng ngàn nhóm lớp độc lập, hoạt động này còn nhiều bất cập. Các trường tư thục tiếp nhận trẻ quanh năm nhưng thiếu quy trình hỗ trợ thống nhất; giáo viên chủ yếu dựa vào kinh nghiệm, chịu áp lực từ phản ứng của trẻ và kỳ vọng của phụ huynh. Khảo sát cho thấy 36,5% phụ huynh xem việc giúp trẻ quen lớp là trách nhiệm chính của nhà trường; nhiều gia đình thiếu kiến thức hoặc chưa nhất quán trong hỗ trợ trẻ.

Từ thuyết gắn bó và thực tiễn trên, nghiên cứu "Một số biện pháp giáo dục trẻ 18–36 tháng tuổi thích nghi với trường mầm non tại Thành phố Hồ Chí Minh" có tính cấp thiết và giá trị ứng dụng.

II. CƠ SỞ LÝ LUẬN VÀ TỔNG QUAN NGHIÊN CỨU

2.1. Khái niệm về sự thích nghi và biện pháp giáo dục trẻ thích nghi

Sự thích nghi của trẻ 18–36 tháng tuổi là quá trình điều chỉnh cảm xúc, hành vi, nhận thức và sinh lý để phù hợp với môi trường trường lớp, thể hiện qua giảm lo âu chia ly, hình thành gắn bó an toàn với giáo viên, hòa nhập nề nếp và chủ động tương tác với đồ chơi, bạn bè.

Biện pháp giáo dục trẻ thích nghi là hệ thống tác động sư phạm có mục đích, có kế hoạch, phù

hợp đặc điểm phát triển của trẻ, nhằm tạo sự an toàn cảm xúc và hỗ trợ chuyển tiếp nhẹ nhàng sang môi trường mới.

2.2. Đặc điểm phát triển của trẻ 18–36 tháng tuổi liên quan đến sự thích nghi

Trẻ 18–36 tháng tuổi có tư duy trực quan hành động, ngôn ngữ còn hạn chế nên khó diễn đạt nhu cầu, cảm xúc và dễ phản ứng bằng khóc hoặc ăn vạ khi bất an. Trẻ cũng có nhu cầu gắn bó cao với người chăm sóc chính. Theo Bowlby (1982) và Ainsworth (2015), "cơ sở an toàn" (secure base) giúp trẻ tự tin khám phá môi trường. Vì vậy, sự đáp ứng nhạy cảm, ôm ấp và vỗ về của giáo viên góp phần hình thành gắn bó thứ cấp, hỗ trợ trẻ vượt qua sợ hãi.

2.3. Tổng quan các nghiên cứu liên quan

Trên thế giới, "Key Person Approach" của Elfer, Goldschmied và Selleck (2012) tại Anh và "Berlin Adaptation Model" của Laewen, Andres và Hédervári-Heller (2013) tại Đức nhấn mạnh việc phân công người chăm sóc chính và tổ chức chuyển tiếp theo từng pha có cha mẹ đồng hành nhằm giảm căng thẳng ở trẻ, được đánh giá qua nồng độ cortisol.

Tại Việt Nam, Trần Thị Quốc Minh (2006), Nguyễn Ánh Tuyết (2013), Trần Thị Kim Liên (2021, 2022) và Vũ Thị Tố Tâm (2025) đã nghiên cứu chuẩn bị tâm lý và tổ chức môi trường thích ứng cho trẻ nhà trẻ. Tuy nhiên, các công trình chủ yếu tập trung vào trẻ 24–36 tháng tại trường công lập; nhóm trẻ 18–36 tháng ở cơ sở tư thục và các giải pháp cá nhân hóa theo nhịp cảm xúc vẫn cần được nghiên cứu thêm.

III. PHƯƠNG PHÁP VÀ TỔ CHỨC NGHIÊN CỨU

3.1. Đối tượng và khách thể nghiên cứu

Đối tượng nghiên cứu là các biện pháp giáo dục trẻ 18–36 tháng tuổi thích nghi với trường mầm non; khách thể nghiên cứu là quá trình giáo dục sự thích nghi cho trẻ nhà trẻ.

Khảo sát thực trạng tại 9 trường mầm non tư thục ở TPHCM gồm 11 cán bộ quản lý (CBQL), 69 giáo viên mầm non (GVMN) và 52 cha mẹ học sinh (CMHS); phỏng vấn sâu 17 CMHS và quan sát dọc 17 trẻ mới nhập học trong 3 tuần đầu.

Khảo nghiệm biện pháp được thực hiện với 89 cán bộ, chuyên gia và giáo viên. Thử nghiệm sư phạm gồm 34 trẻ tại 4 trường: 16 trẻ thuộc nhóm thử nghiệm tại MN UTS Nam Sài Gòn và MN Vườn Nhà Mơ; 18 trẻ thuộc nhóm đối chứng tại MN Small Wonder Gò Vấp và MN Những Con Ong Bận Rộn.

3.2. Phương pháp nghiên cứu

Nghiên cứu sử dụng bảng hỏi Likert 5 mức độ để khảo sát nhận thức, mức độ thực hiện, hiệu quả và khó khăn khi triển khai biện pháp. Quan sát sư phạm sử dụng biên bản chuẩn hóa gồm 23 chỉ báo, chấm theo thang 1–3, thuộc 6 tiêu chí: cảm xúc và an toàn; nề nếp sinh hoạt; khám phá và tham gia hoạt động; tự điều chỉnh cảm xúc, hành vi; giao tiếp xã hội; chuyển tiếp từ gia đình đến trường. Phỏng vấn bán cấu trúc với CBQL, GVMN và phụ huynh nhằm làm rõ căn nguyên tâm lý.

Thử nghiệm có nhóm đối chứng, đánh giá trước và sau can thiệp trong 2 tuần, từ 17/8/2026 đến 28/8/2026. Dữ liệu được xử lý bằng Microsoft Excel; độ lệch chuẩn (SD) được tính bằng thống kê mô tả, còn ANOVA và kiểm định t được sử dụng để kiểm tra khác biệt và xác định giá trị p.

IV. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

4.1. Thực trạng biểu hiện thích nghi của trẻ và khó khăn trong công tác giáo dục

Khảo sát 52 CMHS và theo dõi trực tiếp 17 trẻ mới nhập học cho thấy:

Trong tuần đầu tiên đến lớp, 67,3% trẻ khóc nhiều và bám chặt cha mẹ; 61,5% né tránh giao tiếp với cô và bạn; 51,9% từ chối ăn uống và 38,5% khó ngủ, giật mình. Điểm quan sát thích nghi trung bình ở tuần 1 chỉ đạt mức thấp (2,0/3,0 điểm). 55,8% phụ huynh ghi nhận trẻ cần từ 2–3 tuần để bắt đầu ổn định tương đối.

Bảng 1. Tổng hợp kết quả phiếu quan sát

Tiêu chí	Điểm trung bình quan sát			Chênh lệch ĐTB
	Lần 1	Lần 2	Lần 3	
Tiêu chí 1: Biểu hiện cảm xúc của trẻ khi đến trường	1,9	2,0	2,5	+0,6
Tiêu chí 2: Mức độ hợp tác và gắn bó với giáo viên	2,1	2,4	2,5	+0,4
Tiêu chí 3: Tham gia hoạt động chơi - hoạt động giáo dục	2,0	2,4	2,7	+0,7
Tiêu chí 4: Thiết lập mối quan hệ với bạn	2,0	2,3	2,6	+0,6
Tiêu chí 5: Thích nghi với sinh hoạt hàng ngày (ăn, ngủ, vệ sinh)	2,1	2,3	2,5	+0,4
Điểm trung bình 5 tiêu chí/ trẻ	2,0	2,3	2,6	+0,6

Theo Bảng 1, điểm trung bình (ĐTB) chung của trẻ tăng qua ba lần quan sát, từ 2,0 lên 2,3 và 2,6 điểm, cho thấy xu hướng thích nghi tích cực.

Ở lần đầu, ĐTB đạt 2,0, phản ánh sự thích nghi chưa ổn định. Biểu hiện cảm xúc khi đến trường có điểm thấp nhất (1,9), phù hợp với khảo sát CMHS về tình trạng trẻ khóc, bám cha mẹ. Mẹ bé T (19 tháng) chia sẻ: "Mấy ngày đầu con khóc ngặt nghẽo, khóc trớ cả sữa ra áo cô luôn, về nhà lại cứ như cái đuôi, bám chặt lấy mẹ không rời một bước…". Tham gia hoạt động và thiết lập quan hệ với bạn cùng đạt 2,0 điểm; hợp tác, gắn bó với giáo viên và thích nghi với sinh hoạt hằng ngày cùng đạt 2,1 điểm. Trẻ còn dè dặt, chưa ổn định nề nếp ăn, ngủ, vệ sinh. Mẹ bé S (22 tháng) cho biết: "Khủng hoảng nhất là khoảng ăn uống, con không chịu ăn uống gì, cố gắng đút được thì con lại nhè ra…".

Ở lần thứ hai, ĐTB tăng lên 2,3; hợp tác với giáo viên tăng từ 2,1 lên 2,4, tham gia hoạt động từ 2,0 lên 2,4 và quan hệ với bạn từ 2,0 lên 2,3 điểm. Những thay đổi này gợi ý trẻ dần cảm thấy an toàn và chấp nhận tương tác tại lớp. Ba bé A (18 tháng) chia sẻ: "Đến cửa lớp con không còn bám chặt bố mẹ nữa, mẹ giao cho cô là con tự quay ra vẫy tay 'bái bai' mẹ, đêm cũng ngủ tròn giấc hơn".

Đến lần thứ ba, ĐTB đạt 2,6; tham gia hoạt động đạt 2,7 điểm, các tiêu chí còn lại đạt khoảng 2,5–2,6 điểm, cho thấy trẻ giảm phản ứng cảm xúc tiêu cực, chủ động tham gia và hợp tác tốt hơn.

Phỏng vấn CBQL bổ sung các dấu hiệu thích nghi: "Trẻ giảm khóc, biết tạm biệt phụ huynh, tham gia vào hoạt động vui chơi, có nề nếp trong ăn, ngủ, sinh hoạt" (CBQL1). Giờ ngủ trưa cũng được chú ý để đánh giá việc trẻ "có chấp nhận nằm yên bên cạnh cô hay không" (CBQL2). Các ý kiến này cho thấy việc đánh giá bao gồm cảm xúc, tương tác xã hội và nề nếp sinh hoạt.

Nhìn chung, dữ liệu khảo sát, quan sát và phỏng vấn cho thấy sự thích nghi của nhóm trẻ được nghiên cứu cải thiện trong 3 tuần đầu. Sự hỗ trợ cảm xúc và tính nhất quán trong chăm sóc, giáo dục là những yếu tố cần được xem xét để lý giải quá trình này.

4.2. Hệ thống biện pháp giáo dục trẻ 18–36 tháng tuổi thích nghi với trường mầm non

4.2.1. Biện pháp 1: Vận dụng mô hình "Key Person" (Người chăm sóc chính)

Mục tiêu:

Thiết lập mối quan hệ gắn bó an toàn thứ cấp (secure attachment) ổn định giữa trẻ với một giáo viên xác định ngay từ ngày đầu đến lớp.

Cung cấp "neo cảm xúc" giúp trẻ giảm thiểu trạng thái cảnh giác, lo âu chia tách và hình thành cảm giác tin cậy vào môi trường mới.

Cách tiến hành:

Giai đoạn chuẩn bị: Ban giám hiệu phân công cố định một giáo viên làm "người chăm sóc chính" phụ trách nhóm từ 3–4 trẻ mới nhập học trong cùng thời điểm.

Thiết lập neo cảm xúc nhất quán: Trong 1–2 tuần đầu, giáo viên chăm sóc chính trực tiếp đón trẻ tại cửa lớp, duy trì một nghi thức chào đón thân thuộc; chủ động giao tiếp ánh mắt ngang tầm trẻ; gọi tên trẻ với ngữ điệu ấm áp; vỗ về, nắm tay hoặc ôm ấp khi trẻ hoảng sợ. Duy trì sự hiện diện liên tục của giáo viên này trong các khâu sinh hoạt thiết yếu (đút ăn, vỗ về giấc ngủ trưa, thay tã/quần áo).

Mở rộng tương tác xã hội từng bước: Khi trẻ đã an tâm bên giáo viên chính, cô đóng vai trò trung gian giới thiệu trẻ làm quen với giáo viên thứ hai trong lớp và dẫn dắt trẻ hòa nhập dần vào nhóm bạn.

Điều kiện thực hiện:

Nhà trường bố trí nhân sự hỗ trợ chia sẻ các công việc bao quát lớp chung để giáo viên chăm sóc chính toàn tâm đồng hành cùng trẻ mới.

Giáo viên được bồi dưỡng kiến thức về thuyết gắn bó và kỹ năng nhận diện tín hiệu cảm xúc của trẻ nhỏ.

4.2.2. Biện pháp 2: Vận dụng "Berlin Model" (Mô hình thích nghi theo pha)

Mục tiêu:

Chuyển đổi phương thức tổ chức làm quen từ "mốc thời gian đồng loạt cứng nhắc" sang tiến trình 4 pha linh hoạt dựa trên chỉ báo sẵn sàng cảm xúc của từng cá nhân trẻ.

Giảm thiểu sang chấn tâm lý do chia tách đột ngột thông qua sự hiện diện hỗ trợ giảm dần của cha mẹ.

Cách tiến hành:

Quá trình thích nghi được tổ chức khoa học qua 4 pha:

Pha 1 – Làm quen ban đầu (Ngày 1 đến ngày 3): Trẻ đến lớp cùng cha mẹ trong thời gian ngắn (1–2 giờ/ngày). Cha mẹ ngồi yên ở một góc như "cơ sở an toàn thụ động", không ép trẻ chơi. Giáo viên tiếp cận nhẹ nhàng qua đồ chơi để trẻ làm quen không gian lớp học trong trạng thái được bảo bọc.

Pha 2 – Thử tách ngắn (Ngày thứ 4): Cha mẹ chào tạm biệt và rời khỏi lớp trong 5–10 phút (vẫn

chờ ở phòng đợi của trường). Giáo viên quan sát phản xạ của trẻ: nếu trẻ khóc nhẹ và chấp nhận sự an ủi của cô, trẻ được chuyển sang pha 3; nếu trẻ khóc thét hoảng loạn không thể dỗ dành, cha mẹ lập tức quay lại lớp và kéo dài pha 1 thêm 2–3 ngày.

Pha 3 – Ổn định dần (Tuần thứ 2): Tăng dần thời lượng trẻ ở lớp một mình (từ nửa buổi sáng, tham gia giờ ăn trưa, tiến tới ngủ trưa tại lớp). Giáo viên củng cố nề nếp sinh hoạt và nâng đỡ cảm xúc trong các thời điểm chuyển tiếp hoạt động.

Pha 4 – Củng cố và hoàn tất (Cuối tuần 2 đến tuần 3): Trẻ ở lại lớp trọn vẹn cả ngày, chủ động tìm đến cô khi gặp khó khăn và tự nhiên tham gia vui chơi cùng bạn bè.

Điều kiện thực hiện:

Nhà trường có cơ chế mở, linh hoạt về giờ giấc đón – trả trẻ trong giai đoạn đầu nhập học.

Phụ huynh được tư vấn kỹ lưỡng, cam kết kiên nhẫn phối hợp và không "trốn" về khi chưa chào tạm biệt trẻ.

4.2.3. Biện pháp 3: Xây dựng "Hồ sơ chuyển tiếp cảm xúc" cho trẻ trước khi nhập học

Mục tiêu:

Thiết lập công cụ thu thập và chuẩn hóa dữ liệu cá nhân chuyên sâu của từng trẻ trước ngày đầu tiên đến lớp.

Giúp giáo viên có "chiến lược trấn an cá nhân hóa", xóa bỏ sự bỡ ngỡ và rút ngắn thời gian xây dựng niềm tin với trẻ.

Cách tiến hành:

Thiết kế phiếu hồ sơ đa chiều: Nhà trường xây dựng mẫu hồ sơ điện tử/giấy gửi phụ huynh trước ngày nhập học 1 tuần, bao gồm 5 nội dung then chốt: (1) Nhịp sinh hoạt cá nhân (giờ ngủ, cách ru ngủ, món ăn yêu thích, thói quen đi vệ sinh); (2) Đặc điểm khí chất (dễ tính, thận trọng, nhạy cảm với tiếng ồn/người lạ); (3) Phương thức dỗ dành hiệu quả nhất khi ở nhà (thích bế vác, nghe hát ru, cần ôm thú bông quen thuộc); (4) Vật gắn bó an toàn mang theo từ nhà (chiếc gối ôm, khăn mùi xoa, đồ chơi nhỏ); (5) Mối quan hệ gắn bó chính trong gia đình và tiền sử chia tách.

Tọa đàm tiếp nhận hồ sơ: Giáo viên phụ trách tổ chức buổi trao đổi 15–20 phút với cha mẹ để làm rõ thông tin, thống nhất phương án đón trẻ buổi sáng và thiết lập tài liệu theo dõi động trong suốt tháng đầu đi học.

Điều kiện thực hiện:

Quy trình tiếp nhận học sinh mới của nhà trường gắn liền với việc hoàn thiện hồ sơ cảm xúc.

Phụ huynh cởi mở, cung cấp thông tin trung thực, khách quan về tính cách và thói quen của con.

4.2.4. Biện pháp 4: Tổ chức "Góc nhỏ ấm áp" trong lớp học

Mục tiêu:

Cung cấp một không gian có mức độ kích thích giác quan thấp (low-sensory space), đóng vai trò là "trạm nghỉ cảm xúc" yên tĩnh giúp trẻ tự điều hòa tâm lý khi bị quá tải bởi âm thanh, ánh sáng và nề nếp tập thể.

Tránh tình trạng trẻ bị cô lập hoặc bị ép buộc tham gia hoạt động chung khi cảm xúc chưa ổn định.

Cách tiến hành:

Bố trí không gian giảm áp lực: Thiết lập góc tại vị trí yên tĩnh trong lớp, cách xa cửa ra vào và các góc chơi ồn ào; sử dụng ánh sáng vàng dịu; trải thảm mềm; trang bị nhiều gối ôm êm ái.

Trang bị học liệu điều hòa cảm giác: Bố trí các đồ chơi bóp mềm, thú bông thân thiện, sách tranh lật mở đơn giản, album ảnh gia đình của từng bé, hộp cảm giác chứa vật liệu mịn màng.

Hướng dẫn sử dụng nhân văn: Giáo viên không bao giờ dùng góc này như một hình thức kỷ luật/phạt trẻ. Khi thấy trẻ có dấu hiệu căng thẳng, mếu máo hoặc thu mình, cô nhẹ nhàng đồng hành đưa trẻ vào góc: "Cô thấy con hơi mệt, cô cháu mình vào góc ôm gối nghỉ một chút nhé". Khi trẻ đã bình tâm, cô gợi ý trẻ quay lại hoạt động của lớp.

Điều kiện thực hiện:

Diện tích phòng học đủ bố trí góc riêng biệt; đồ dùng trong góc đảm bảo an toàn tuyệt đối, vệ sinh và khử khuẩn thường xuyên.

Giáo viên giới hạn số lượng trẻ vào góc hợp lý (1–2 trẻ/thời điểm) để giữ đúng chức năng hồi phục tâm lý.

4.3. Hiệu quả khảo nghiệm và thử nghiệm sư phạm

Trước thử nghiệm, xuất phát điểm của hai nhóm tương đồng hoàn toàn ($p = 0,59 > 0,05$), ĐTB các tiêu chí đều ở mức thấp (1,06 – 1,75 điểm) phản ánh trạng thái lo âu, bỡ ngỡ ban đầu.

Sau 2 tuần thử nghiệm, nhóm TN có bước tiến nhảy vọt ở tất cả 23 chỉ báo, ĐTB đạt từ 2,25 đến 2,88 điểm (tiệm cận mức Tốt), vượt trội rõ rệt so với nhóm ĐC (chỉ đạt 2,05 – 2,61 điểm). Sự chênh lệch giữa hai nhóm sau can thiệp đạt độ tin cậy thống kê rất cao. Sự bứt phá của nhóm TN thể hiện tập trung ở các chỉ báo cảm xúc và sinh hoạt nhạy cảm: thích nghi giờ ngủ trưa (2B tăng +0,45

điểm), phản ứng vào lớp buổi sáng (1A tăng +0,44 điểm), thích nghi chuyển tiếp hoạt động (4D tăng +0,36 điểm) và trạng thái đón trẻ cuối ngày (6D tăng +0,35 điểm). Trẻ không bị "sốc môi trường", ít quấy khóc, ngủ sâu giấc và tích cực tham gia hoạt động góc cùng cô và bạn.

V. KẾT LUẬN

Thích nghi với trường mầm non của trẻ 18–36 tháng tuổi là quá trình tái cấu trúc cảm xúc và hành vi có ý nghĩa nền tảng đối với sự phát triển lâu dài của trẻ thơ. Các phản ứng lo âu, quấy khóc ban đầu là quy luật tâm sinh lý bình thường nhưng cần được hỗ trợ bằng hệ thống biện pháp khoa học, nhân văn.

Nghiên cứu đã xác lập và vận dụng thành công hệ thống 04 biện pháp sư phạm đồng bộ: từ mô hình Người chăm sóc chính (Key Person), Mô hình thích nghi theo pha Berlin, Hồ sơ chuyển tiếp cảm xúc đến Góc nhỏ ấm áp trong lớp học. Các biện pháp lấy trẻ làm trung tâm, tôn trọng nhịp điệu cảm xúc riêng và gắn kết chặt chẽ vai trò đồng hành của gia đình.

Kết quả khảo nghiệm (N = 89) và thử nghiệm sư phạm (N = 34) khẳng định tính khả thi và hiệu quả vượt trội của các biện pháp can thiệp ($p < 0,05$): trẻ rút ngắn thời gian khủng hoảng, ổn định tâm lý nhanh chóng và hòa nhập tốt với nề nếp sinh hoạt. Hệ thống biện pháp này hoàn toàn phù hợp để nhân rộng, chuyển giao áp dụng cho các cơ sở giáo dục mầm non tư thục tại Thành phố Hồ Chí Minh và các đô thị lớn hiện nay.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

Ainsworth, M. D. S. (2015). Attachment and child development. Psychology Press.

Bộ Giáo dục và Đào tạo (2021). Chương trình giáo dục mầm non. NXB Giáo dục Việt Nam, Hà Nội.

Bowlby, J. (1982). Attachment and loss: Vol. 1. Attachment (2nd ed.). Basic Books.

Brzezinska, A. I., Czub, M., & Ozadowicz, N. (2013). Adaptation of a three-year-old child to preschool environment. Edukacja: An Interdisciplinary Approach, 1, 25–40.

Elfer, P., Goldschmied, E., & Selleck, D. Y. (2012). Key persons in the early years: Building relationships for quality provision in early years settings and primary schools (2nd ed.). Routledge.

Laewen, H.-J., Andres, B., & Hédervári-Heller, É. (2013). Die ersten Tage: Ein Modell zur Eingewöhnung in Krippe und Tagespflege. Cornelsen.

Nguyễn Ánh Tuyết (Chủ biên) (2013). Tâm lý học trẻ em lứa tuổi mầm non. NXB Đại học Sư phạm, Hà Nội.

Trần Thị Kim Liên (2022). Chuẩn bị cho trẻ 24-36 tháng tuổi thích ứng với trường mầm non. Luận án Tiến sĩ Khoa học Giáo dục, Trường Đại học Sư phạm Hà Nội.

Trần Thị Quốc Minh (2006). Giáo trình tâm lý học hoạt động sư phạm của giáo viên mầm non. NXB Đại học Quốc gia TP. Hồ Chí Minh.

Vũ Thị Tố Tâm (2025). Biện pháp chuẩn bị cho trẻ 24-36 tháng tuổi thích ứng với trường mầm non. Luận văn Thạc sĩ Khoa học Giáo dục, Trường Đại học Sư phạm TP. Hồ Chí Minh.