

MƯỜI CÁCH PHÁT TRIỂN TRÍ THÔNG MINH CHO TRẺ EM

● PGS.TS. NGUYỄN CÔNG KHANH
Đại học Sư phạm Hà Nội

Trí thông minh có ảnh hưởng rất lớn đến khả năng thành công trong học đường của trẻ em. Để giúp trẻ phát triển trí thông minh, cha mẹ phải tạo được môi trường thuận lợi nhất để trẻ tích cực khám phá, liên tục trải nghiệm và tương tác. Muốn vậy, cha mẹ cần phải tạo ra một thế giới các trò chơi xuất phát từ ý thích của bé, tạo cảm xúc tích cực trong khi chơi, cổ vũ khen ngợi mỗi khi bé thực hiện thành công... Không phê phán mà kịp thời động viên khi bé chưa làm được (hôm nay bé không làm được thì hôm sau bé sẽ làm được). Cha mẹ dành thời gian, học nghệ thuật chơi với bé và kiên trì chơi cùng bé là cách tốt nhất đầu tư cho sự phát triển trí tuệ của con.

Người lớn luôn cảm thấy bận rộn, hiếm khi có thời gian để cùng trẻ chơi những trò không đầu, không cuối hoặc không mang lại lợi nhuận. Người lớn luôn có rất nhiều công việc quan trọng hơn, đáng làm hơn là dành thời gian để chơi cùng trẻ. Thật là sai lầm đáng tiếc nếu ai đó nghĩ như vậy, bởi thông qua việc chơi cùng trẻ, bạn hiểu được tính cách của con mình và khả năng của trẻ trong mỗi giai đoạn phát triển.

Dưới đây là mười cách để cha mẹ có thể giúp trẻ phát triển trí thông minh (IQ):

1. Chơi những trò chơi kích hoạt, kích lệ trí não:

Như xếp hình, cắt/xé dán, tô màu, vẽ, tạo hình các con vật từ các vật liệu như củ quả, lá cây... phân biệt màu sắc, hình dạng, kích thước... so sánh phân loại con vật, đồ vật... theo đặc điểm/thuộc tính, suy luận nếu... thì..., suy luận nhân quả. Tất cả những trò chơi này đóng một vai trò quan trọng trong việc hình thành khả năng tư duy cho trẻ giúp trẻ phát triển các dạng thức thông minh khác nhau. Theo Gardner có tới 8 kiểu trí thông minh (theo ông thay vì xem xét

một người có trí thông minh là bao nhiêu thì hãy xem người đó thông minh như thế nào): *thông minh về ngôn ngữ; thông minh về logic toán; thông minh về tri giác không gian; thông minh về âm nhạc; thông minh về cơ thể; thông minh về nội tâm; thông minh về giao tiếp với người khác (xã hội); và thông minh về tự nhiên*. Mỗi kiểu thông minh là một cách sử dụng não bộ khác nhau. Mỗi kiểu đều có thể được phát triển và bồi đắp chứ không phải là một kiểu bẩm sinh và không bao giờ chỉnh sửa được (điều này có ý nghĩa rất quan trọng vì có thể giáo dục để phát triển những kiểu trí thông minh khác nhau ở các cá nhân khác nhau). Cần tạo cảm xúc tích cực trong khi chơi, chuyển trò khác khi bé tỏ ra không hứng thú hoặc chán.

2. Trò chơi ngôn ngữ:

Đố chữ (tên em/ tên của bạn gồm những chữ cái nào ghép lại...), xếp một nhóm chữ cái thành nhiều nhất những cái tên có ý nghĩa (VD: tên con vật, quả... tên người), tìm các từ đồng nghĩa, ngược nghĩa... giúp trẻ phát triển khả năng sử dụng ngôn ngữ. Hầu hết các bài trắc nghiệm IQ đều nhấn mạnh đến phần sử dụng ngôn ngữ. Do đó trẻ cần cha mẹ trợ giúp để diễn tả ngôn ngữ: từ vựng, thành ngữ... Kể chuyện, đọc thơ, nhìn tranh tưởng tượng kể thành một câu chuyện phù hợp với nội dung bức tranh, đọc sách cùng trẻ, diễn kịch... đều đóng một vai trò quan trọng để phát triển ngôn ngữ cho trẻ.

3. Thường xuyên trò chuyện với trẻ, nuôi dưỡng và khuyến khích các xúc cảm tích cực:

Sử dụng bữa ăn tối như là một thời điểm để nói và lắng nghe. Cũng như việc giúp trẻ diễn đạt khả năng ngôn ngữ của mình, trẻ sẽ học được hầu hết mọi thứ từ cha mẹ, trẻ cảm thấy



được lắng nghe và trẻ có cảm giác được đánh giá tốt hơn... sẽ thông minh hơn. Kể cho trẻ nghe về ngày làm việc của mình, thảo luận về những sự kiện (sinh nhật bé, học ở trường...), thậm chí có thể thảo luận với trẻ về một bài báo, một câu chuyện, một bộ phim, một bức tranh...

Tăng cường tổ chức các chuyến dã ngoại như tới viện bảo tàng, vườn thú, công viên, đi siêu thị, ra sân bay, đến nhà hát kịch, đi nghe hòa nhạc... về quê, đi picnic, tham dự những sự kiện văn hóa... Khuyến khích trẻ đưa ra những nhận xét, nói về những gì chúng nhìn thấy, những gì chúng cảm nhận... trước, trong và sau những chuyến đi này là cách tốt nhất để giúp trẻ phát triển ngôn ngữ, xúc cảm. Chính ngôn ngữ và xúc cảm tích cực là "bệ phóng" để phát triển trí tuệ.

4. Học âm nhạc:

Học âm nhạc có thể làm tăng trí thông minh về âm nhạc (năng lực thẩm âm, hiểu các tiết tấu, nhịp điệu...) và làm tăng đáng kể thành tích học tập của trẻ. Nếu trẻ có hứng thú học tập với một dụng cụ âm nhạc nào, cha mẹ hãy khuyến khích trẻ học và thường xuyên yêu cầu trẻ thể hiện kết quả cho cha mẹ. Lắng nghe con bạn chơi kèn Trombon không phải lúc nào cũng là một niềm vui thích nhưng những bài học âm nhạc có thể là một cách thú vị để lôi kéo chúng vào việc rèn luyện trí não. Các nhà nghiên cứu ở Đại học Toronto cho biết những bài học nhạc có sự sắp xếp dường như có lợi cho chỉ số IQ của trẻ và những thành tích học tập. Trẻ học nhạc càng lâu thì hiệu quả tăng trí thông minh càng cao. Nghiên cứu cũng chỉ ra rằng việc tiếp xúc với âm nhạc từ thời thơ ấu đã là một kim chỉ nam cho kết quả tốt hơn ở bậc trung học và chỉ số thông minh cao hơn khi trưởng thành. Vì vậy, bạn hãy tách con khỏi âm nhạc của Mozart và cho chúng tham gia ban nhạc của trường hay các khoá học nhạc riêng.

5. Nuôi bằng sữa mẹ:

Sữa mẹ là nguồn thức ăn cơ bản cho não. Các nghiên cứu từ trước đến nay vẫn chứng tỏ rằng việc nuôi con bằng sữa mẹ mang lại rất nhiều lợi ích cho sự phát triển của trẻ sơ sinh, nó ngăn ngừa sự nhiễm trùng và cung cấp dưỡng chất cần thiết giúp trẻ khỏe mạnh và thông minh hơn. Những đứa trẻ được bú mẹ khoảng 9 tháng khi lớn sẽ thông minh hơn nhiều so với trẻ chỉ được bú 1 tháng hoặc ít hơn. Việc cho con bú chính là bạn đã đầu tư sớm cho sức khỏe của bé và đem lại lợi ích lâu dài không chỉ về sự phát triển thể chất mà cả sự phát triển về não bộ.

6. Chế độ nuôi dưỡng:

Một đứa trẻ được nuôi dưỡng tốt và có sức khỏe, điều đó có nghĩa trẻ có một bộ óc khỏe mạnh, cũng như mức độ tập trung tốt hơn. Thức ăn cho trẻ nên có một số thực phẩm rất tốt cho não như cá, dầu thực vật, trứng cút, trứng gà, vịt, sữa, hoa quả tươi, rau xanh. Các nhà khoa học của trường đại học King's College đã công bố kết quả về việc ăn nhiều trái cây và rau xanh có thể giúp tăng cường trí nhớ. Kết quả nghiên cứu đã tìm ra 5 loại trái cây và rau xanh như bông cải xanh, cà chua, cam, táo và củ cải có chứa nhiều các hợp chất tăng cường trí nhớ, trong đó bông cải xanh có hàm lượng cao nhất. Cắt bớt lượng đường, chất béo và những đồ ăn vặt khác khỏi khẩu phần ăn và thay thế bằng những thực phẩm giàu dinh dưỡng có thể làm nên những điều kì diệu cho sự phát triển thể chất và tinh thần của trẻ nhỏ, đặc biệt ở hai năm đầu đời. Ví dụ, trẻ cần sắt để phát triển não khỏe mạnh vì khi trẻ bị thiếu sắt, sự cảm nhận của các dây thần kinh sẽ chậm hơn. Và các nghiên cứu cũng nhận thấy trẻ thiếu chất gặp rắc rối nhiều với các bệnh nhiễm trùng - nguyên nhân khiến chúng bỏ học và lưu ban. Các bậc phụ huynh hãy chú ý tới chế độ ăn của con để cải thiện tình hình học tập của chúng.

Các nghiên cứu cũng chỉ ra rằng ăn sáng giúp cải thiện trí nhớ, sự tập trung và khả năng

học tập. Không bao giờ được để trẻ đến trường mà trong dạ dày chưa có gì. Bữa ăn sáng cho trẻ nên có nhiều hydrat-carbo như bánh mì hay ngũ cốc. Những trẻ không ăn sáng thường dễ bị mệt mỏi, cáu kỉnh, và phản ứng kém nhanh nhạy hơn những trẻ thường bắt đầu ngày mới bằng một bữa ăn đủ chất. Với nhịp sống sôi nổi ngày nay, việc ngồi ăn một bữa sáng nghiêm chỉnh không phải lúc nào cũng thực hiện được. Tuy nhiên, một cốc sữa và chiếc bánh ngọt cũng có thể giúp con bạn tập trung và tỉnh táo suốt buổi học.

7. Chơi video game:

Bạn sẽ thấy ngạc nhiên khi được khuyên nên cho con chơi trò chơi điện tử vì lâu nay video game vẫn bị mang tiếng xấu. Đúng, nhiều trò chơi khá bạo lực, đơn lẻ và không cần động não nhiều nhưng việc chơi một trò nào đó mà có thể phát triển các bước suy nghĩ của trẻ và kỹ năng lập kế hoạch và những trò phát triển khả năng làm việc tập thể và tính sáng tạo. Các công ti sản xuất đồ chơi mang tính giáo dục như Leapfrog hiện đang chế tạo các trò chơi về khả năng vận động và tăng cường trí nhớ cho trẻ nhỏ và cả trẻ chập chững biết đi. Một nghiên cứu gần đây được tiến hành tại Trường đại học Rochester nhận thấy những học sinh tham gia chơi video game có khả năng về thị giác và tổ chức nhanh hơn những trẻ không chơi game. Các giáo viên ở Anh đã bắt đầu sử dụng một số trò chơi điện tử vào các bài giảng của mình. Điều quan trọng là kiểm soát về thời gian (không nên chơi quá 30 phút mỗi ngày) và người lớn cùng tham gia, định hướng và lựa chọn trò chơi.

8. Cổ vũ khuyến khích sự ham học hỏi:

Các chuyên gia tâm lý trẻ em cho rằng cha mẹ nào quan tâm và khuyến khích trẻ khám phá những ý tưởng mới là đã dạy chúng một bài học giá trị bởi tìm kiếm tri thức là rất quan trọng. Người lớn nên ủng hộ những sở thích và mối quan tâm của trẻ bằng cách đặt các câu hỏi, giúp trẻ tìm kiếm các câu trả lời, dạy chúng

những kỹ năng khám phá, thu thập và xử lý thông tin... để phát triển tính ham học hỏi.

9. Làm các bài tập rèn trí thông minh:

Việc làm này càng thực hiện sớm càng tốt, có thể ngay từ tuổi mầm non. Chẳng hạn cho trẻ làm các bài tập suy luận lôgic: cái gì đi cùng/không đi cùng?; cái gì đi với nhau theo đôi, theo cặp, theo bộ/ nhóm?... Phát hiện các chi tiết thiếu, chi tiết không hợp lý trong các bức tranh/bức vẽ... Nếu cha mẹ cùng trẻ thực hành các bài tập phát triển IQ dưới dạng các trò chơi thì kết quả có thể giúp trẻ tăng đáng kể chỉ số IQ.

Chơi cờ, giải ô chữ, tìm mật mã và trả lời câu đố cũng là những cách tốt, giúp ích rất nhiều cho sự phát triển trí tuệ. Hãy bày những trò chơi rèn luyện trí tuệ quanh nhà và kích thích bọn trẻ giúp bạn giải quyết những vấn đề khó khăn ấy.

10. Khuyến khích tập luyện thể dục thể thao:

Theo các nhà nghiên cứu ở Đại học Illinois đã chỉ ra mối quan hệ chặt chẽ giữa điểm thể dục và thành tích học tập của những trẻ ở bậc tiểu học. Việc tham gia các môn thể thao có tổ chức khuyến khích sự tự tin, khả năng làm việc theo nhóm và lãnh đạo. Nghiên cứu cũng cho biết 81% phụ nữ làm công tác quản lý đã từng chơi thể thao khi còn trẻ. Vì vậy, thay vì nghỉ ngơi xem TV sau bữa tối, bạn nên khuyến khích con chơi bóng hoặc đi bộ. Tốt hơn nữa, bạn nên động viên con tham gia vào một hoạt động thể chất có tổ chức hay các môn thể thao học đường.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Nguyễn Công Khanh và Đinh Thị Kim Thoa. *Chương trình Giáo dục phát triển trí tuệ (MASTER) cho trẻ mầm non*, Trường Mầm non Hoàng Gia, 2008.
2. Shichida Makoto. *Phát triển trí lực và tài năng của trẻ nhỏ*, 2007.

SUMMARY

Based on theoretical and practical basis the author describes 10 ways for parents to develop children's intelligence in Vietnam.