

# Sõi Taêng trööung vaø Phaùt trieån, töø Chín ñeán 12 tuoái -Nhöõng Ñieàu Phuï huynh Caàn Bieát

Sõi phaùt trieån của con ngôôoi laø moät quaù trình laâu daoi xaùy ra trong suoát cuoác ñöôi vöüi nhöõng thay ñoái vaø phaùt trieån veà theá chaát, haønh vi cöü chæ, nhaän thöüc vaø tình caùm. Trong nhöõng giai ñoái ñieàu của cuoác ñöôi - töø luùc sö sinh ñeán tuoái aáu thô, töø aáu thô ñeán nieán thieáu, vaø töø nieán thieáu ñeán tuoái trööüung thaønh - ñeå xaùy ra nhöõng söi thay ñoái thaät laø to löùn. Trong suoát quaù trình naøy, moãi con ngôôoi seõ phaùt trieån nhöõng quan ñieám/thaùi ñoái vaø tieáu chuaån giaù trò ñeå höõùng daãn cho mình trong nhöõng löõa choïn, quan heã, vaø söi caùm thoäng. Giöüi tính cuõng laø moät quaù trình xaùy ra laâu daoi trong cuoác ñöôi. Caùc em beù, treù em, thanh thieáu nieán, vaø ngôôoi löùn ñeàu laø nhöõng con ngôôoi coù baùn naêng veà giöüi tính. Cuõng gioáng nhö taâm quan troïng ñeå naâng cao söi phaùt trieån của treù em veà theá chaát, tình caùm, vaø nhaän thöüc, vieác taïo moät neàn taùng ñeå cho treù em phaùt trieån veà giöüi tính cuõng thaät laø quan troïng. Ngôôoi löùn coù traùch nhieäm giuùp cho caùc em hieáu vaø chaáp nhaän söi phaùt trieån töï nhieån veà giöüi tính của mình.

Moãi thöôi kyø phaùt trieån ñeàu coù nhöõng ñaéc ñieám. Phaùc hoïa döõuï ñaây veà söi phaùt trieån aùp duïng cho phaàn löùn treù em trong cuõng moät nhöùm tuoái. Tuy nhieån, moãi treù em laø moät caù theá rieâng vaø moãi em coù theá ñi ñeán caùc thöôi kyø phaùt trieån naøy söùm hôn hay treã hôn so vöüi caùc treù khaùc trong cuõng moät löõa tuoái. Baát cöü khi naøo coù ñieàu gì quan taâm veà söi phaùt trieån của caùc em, phuï huynh hay ngôôoi chaêm soùc caùc em neàn tham khaùo vöüi baùc sö hay moät chuyeån gia phuï traùch veà vaán ñeå phaùt trieån của treù em.

## Phaùt trieån Cô theá

Ña soá treù em töø chín ñeán 12 tuoái seõ:

- Traùu qua moät söi phaùt trieån taêng voït vöüi söi gia taêng roõ raøng veà caàn naêng, phaùt trieån baép thòt, vaø trööüung thaønh veà giöüi tính [Sõi phaùt trieån taêng voït naøy baét ñeàu söùm hôn vöüi con gaùi; keuo daoi laâu hôn vöüi con trai vaø keát quaù laø cao hôn].
- Vaøo tuoái daãy thì, thöôi gian maø caùc kích thích toá ñöõic taïo ra trong tuyeán yeån, kích thích söi taïo ra kích thích toá testosterone ôu phaùu nam, estrogen/progesterone ôu phaùu nöõ [Vieác naøy thöõõng baét ñeàu söùm hôn vöüi con gaùi (chín ñeán 12 tuoái) so vöüi con trai (11 ñeán 14 tuoái)]. Trong tuoái daãy thì -
  - ◆ Da trôù neàn daàu hôn, vaø coù theá phaùt trieån caùc muïn.
  - ◆ Moà hoái gia taêng, vaø thieáu nieán coù theá coù muõi của thaån theá.
  - ◆ Loáng moïc döõuï caùnh tay vaø ôu boã phaàn sinh duïc, vöüi con trai thì ôu maët vaø ngoïc.
  - ◆ Tyú leã thaån theá thay ñoái [hoàng roäng ngang hôn ôu phaùu nöõ, vaø vai löùn roäng hôn ôu phaùu nam].
  - ◆ Caùc khôùp xöõng coù theá ñeàu do söi phaùt trieån taêng nhanh.
  - ◆ Ôu phaùu nam, cô quan sinh duïc trööüung thaønh, bìu daùu ñaãm maøu, tieáng noùi traàm laï, tình truõng ñöõic saùn xuaát ra, söi cöõng cöõng döõng vaät, xuaát tinh, vaø möäng tinh thöõõng xaùy ra.
  - ◆ Ôu phaùu nöõ, cô quan sinh duïc trööüung thaønh, ngoïc phaùt trieån, chaát trôn ôu aâm ñaõ gia taêng, vaø chu kyø ruïng tröùng vaø kinh nguyeät baét ñeàu.
  - ◆ Sõi thuá daâm [caù nam vaø nöõ] vaø coù theá coù nhöõng hoang töõõng veà ngôôoi khaùc, vaø söi gaàn guõi tình duïc.

## Phaùt trieån Tri thöüc

Ña soá treù em töø chín ñeán 12 tuoái seõ:

- Höõùng ñeán söi töï laäp khi caùc em tieán trieån hoïc ñeán caáp hai/trung hoïc.
- Tieáp tuïc phaùt trieån khaù naêng ñeå laøm caùc quyeät ñònh vì caùc em trôù neàn ñoác laäp hôn
- Baét ñeàu xem xeùt caùc ngaønh vaø ngheà nghieäp cho töõõng laï.
- Chuyeån söi taäp trung ôu trööõõng hoïc töø caùc sinh hoaït ôu trööõõng ñeán caùc hoïc vieån.
- Baét ñeàu ñeå yù ñeán caùc baïn cuõng trang löõa vaø moãi trööõõng chung quanh ñeå laáy caùc thoäng tin vaø coù caùc löõi khuyeån [Baïn beø coù aùnh höõùng rất löùn ñeán caùc em.]

- Phaùt trieån gia taêng khaù naêng veà löông taám xao hoãi, vaø cauc yù nghó tröøu tööõng, bao goàm söi hieäu bieát cauc vaán ñeà phöùc taíp, nhö lao söi ngheoo ñoùì vaø chieån tranh.
- Taêng theâm tính thaàn traùch nhieãm, thí duï ñoái vôùi cauc công vieác haèng ngaoy, vaø tröi giuùp vaøo traùch nhieãm gia ñình.

## Phaùt trieån Caùm xuùc

Ña soá treù em töø chín ñeán 12 tuoái seõ:

- Muoán hoøa nhaáp vaøo vaø khoång muoán ñöùng ngoaøi cauc baïn beø cuøng trang löùa trong baát kyø kieäu naøo, ñaéc bieát lao trong cauc vai troø thuoác veà giöùì tính vaø tình duïc.
- Caùm thaáy quan taám veà söi theå hieån ra beån ngoaøi [Cauc em muoán ñöõic troàng gioáng nhö “nhöõng ngöõoi khauc.”]
- Tröu ñeán coù yù thöùc veà baùn thaàn vaø noãi taám.
- Coù nhöõng caùm giauc maâu thuañ laãn loãn veà tuoái daãy thì, vaø yù muoán tình duïc, muoán ñöõic ñoác laáp vaø laøm cho phuo hõp
- Quan taám nhieàu ñeán cauc quan heå vôùi baïn beø cuøng trang löùa, tình baïn, söi heïn hoø, cauc say ñaém ngöõõng mö nhaát thöôi, vaø coi baïn beø quan troïng hôn gia ñình.
- Lieån heå vôùi baïn beø thuoác caù hai, cuøng hay khauc giöùì tính, vaø coù theå phaùt trieån cauc caùm xuùc tình duïc vôùi nhau, nhö lao moät khaù cañnh möùì trong quan heå beø baïn.
- Phaùt trieån khaù naêng hieäu cauc yeäu toá cuúa söi quan taám vaø thöõng yeäu trong quan heå.
- Traùì qua cauc caùm xuùc veà söi baát an toaøn, vaø baét ñaàu ngöõ voïc cauc khaùì nieãm cuúa baùn thaàn cuøng nhö söi töi tin tröõuc ñaây coù [Con gaùi, ñaéc bieát lao thöõõng traùì qua söi giuùm xuoáng roø raøng veà loøng töi tin.]
- Khoù khaèn trong quan heå gia ñình, thöõõng mong muoán coù söi rieång tö vaø taùch röøi ra khoùì gia ñình [Cauc em thöü thaùch cauc giöùì haïn vaø thuùc ñaây söi ñoác laáp.]
- Traùì qua nhöõng chao ñaàu veà taám tính traïng thaùì, nhaát lao trong cauc quan heå gia ñình.
- Phaùt trieån söi meå maån say ñaém, hay “ngöõõng mö”, vaø coù theå baét ñaàu laøm cauc heïn hoø.

## Phaùt trieån Giöùì tính

Ña soá treù em töø chín ñeán 12 tuoái seõ:

- Coù khaù naêng hoøa nhaáp caùm xuùc cuúa baùn thaàn nhö lao moät ngöõõoi löùn
- Caùm nhaän veà giöùì tính cuúa mình vaø bieát choïn löìa phöõng caùch nhö theå naøo ñeå dieån taù ra.
- Hieäu cauc ñuoã giöõn coù noãi dung veà giöùì tính.
- Caùm thaáy quan taám veà vieác ñöõic bình thöõõng, thí duï, coù lao bình thöõõng hay khoång neáu thuù daãm, hoæc möäng tính, v.v...
- Caùm thaáy lo laéng veà tuoái daãy thì, khi naøo noù xauy ra, xauy ra nhö theå naøo, phaùì chuaån bò ra sao.v.v...
- Caùm thaáy maéc côù khi hoùì nhöõng thaéc maéc vôùi ngöõõoi chaêm soùc, nhaát lao veà cauc vaán ñeà giöùì tính, vaø coù theå laøm nhö lao ñaõ bieát ñöõic taát caù caùu traù löøi roài.
- Ñaunh giaù cao söi rieång tö caù nhaân.

## Gia ñình Caàn Laøm Gì ñeå Nuoãi Döõõng Treù em coù Giöùì tính Laønh maïn

Ñeå giuùp cauc em töø chín ñeán 12 tuoái phaùt trieån giöùì tính laønh maïn, gia ñình ñeán:

- Giuùp cho thanh thieäu nieãn hieäu bieát veà tuoái daãy thì vaø nhöõng thay ñoái maø cauc em seõ traùì qua, nhöõng thay ñoái naoy bao goàm thöôi gian haøn kinh vaø möäng tính (söi phoung tính) lao bình thöõõng.
- Toån troïng söi rieång tö caù nhaân cuúa thanh thieäu nieãn trong khi ñoù khuyeán khaù cauc em côùì möù troø chuyeån.
- Truyeån ñaët cho cauc em lao, möùc ñoã phaùt trieån vaø tröõõng thaøn cuúa möã ngöõõoi ñeàu khauc nhau.
- Giuùp thanh thieäu nieãn hieäu raèng trong khi cauc em tröõõng thaøn veà theå chaát thì cauc em vaãn coøn coù nhieàu söi phaùt trieån veà tình caùm vaø tri thöùc trong töõng lai, vaø söi quan heå tình duïc thì khoång laønh maïn vaø thích hõp, hoæc khoång lao moät söi khoãn ngoan trong luùc naoy cuúa ñoái soáng cauc em.
- Nhaän thöùc raèng söi aén uoáng ñieàu ñoã lao bình thöõõng vaø khoùe maïn, söi phaùt trieån veà giöùì tính lao laønh maïn vaø töi nhieãn, vaø khi cauc em löùn ñaøn laãn, seõ coù nhieàu caùch ñeå dieån taù tình duïc maø khoång phaùì bao goàm coù söi quan heå tình duïc.
- Thaùo luañ veà möã lieån heå quan troïng giöõa caùm xuùc giöùì tính vaø tình caùm.
- Côùì möù noùì chuyeån veà vaán ñeà ngöõa thai vaø vieác xöù duïng bao cao su, vaø haøy traù löøi thaøn thaät vaø chính xaùc khi cauc thanh thieäu nieãn coù nhöõng caùu hoùì veà cauc em.