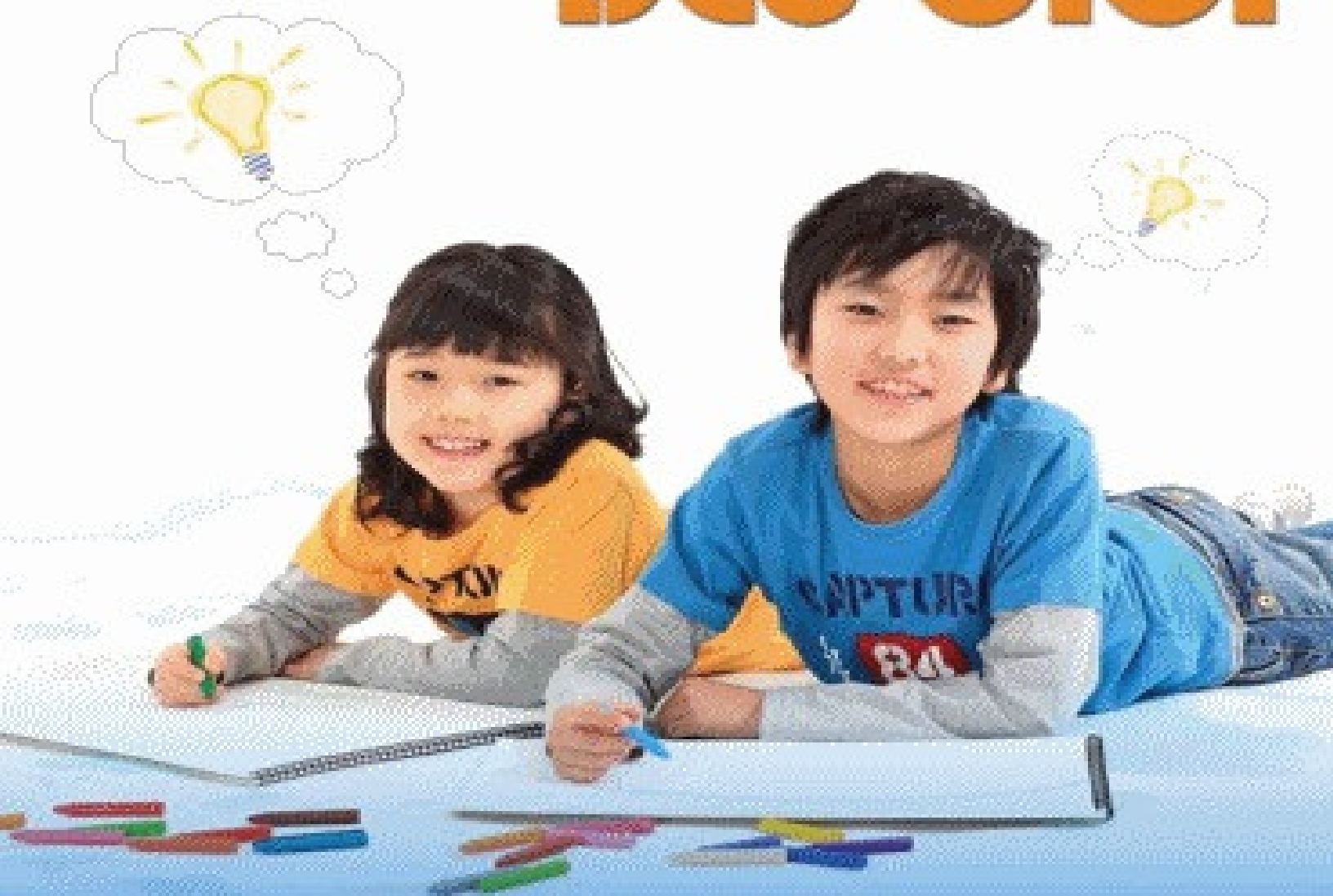


Tác giả nổi tiếng của
"Tôi Tài Giỏi, Bạn Cũng Thế!"

Con Cái Chúng Ta ĐỀU GIỎI



Những bí quyết làm **Trôi Dậy Tài Năng** trong con bạn
ADAM KHOO & GARY LEE

Chia sẻ ebook : <http://downloadsachmienphi.com/>

Tham gia cộng đồng chia sẻ sách : Fanpage : <https://www.facebook.com/downloadsachfree>

Cộng đồng Google : <http://bit.ly/downloadsach>

LỜI GIỚI THIỆU

Chúng tôi xin hân hạnh giới thiệu tới bạn quyển sách: “[Con Cái Chúng Ta Đều Giỏi: Bí quyết làm trỗi dậy tài năng trong con bạn](#)”, quyển sách đặc biệt dành cho các bậc làm cha làm mẹ, được tác giả Adam Khoo viết sau thành công vang dội của quyển sách bán chạy nhất: “[Tôi Tài Giỏi, Bạn Cũng Thế!](#)” (dành cho các bạn học sinh - sinh viên).

Nếu như “[Tôi Tài Giỏi, Bạn Cũng Thế!](#)” đã hoàn thành sứ mệnh giúp cho các bạn học sinh – sinh viên nói riêng, và người học nói chung, thành công trên con đường học vấn, thì “[Con Cái Chúng Ta Đều Giỏi](#)” ra đời với sứ mệnh giúp cho các bậc phụ huynh có được những đứa con ngoan ngoãn và thành công. Quyển sách này là một bổ trợ không thể thiếu cho bất kỳ bậc cha mẹ nào có con đang sở hữu “[Tôi Tài Giỏi, Bạn Cũng Thế!](#)” giúp thế hệ trẻ Việt Nam bay lên chinh phục những đỉnh cao mới.

Chỉ hơn một năm kể từ khi xuất bản, “[Tôi Tài Giỏi, Bạn Cũng Thế!](#)” đã đến tay hàng chục ngàn độc giả Việt Nam, và đã giúp không ít người có được những thành tích vượt bậc trong học tập lẫn cuộc sống. Chúng tôi đã nhận được hàng trăm thư từ - email cảm ơn của bạn đọc xa gần kể lại những gì họ đã đạt được sau khi đọc quyển sách.

Chính vì thế, một lần nữa, được sự tin tưởng, đồng tình và ủng hộ của chính tác giả Adam Khoo, chúng tôi lại bắt tay vào dịch và đặc biệt là biên soạn lại nội dung quyển “[Con Cái Chúng Ta Đều Giỏi](#)” từ bản gốc tiếng Anh sao cho dễ hiểu, phù hợp với đời sống văn hóa người Việt. Cũng như “[Tôi Tài Giỏi, Bạn Cũng Thế!](#)”, mặc dù được biên soạn kỹ lưỡng, tất cả tinh hoa từ bản tiếng Anh của “[Con Cái Chúng Ta Đều Giỏi](#)” đều được truyền đạt lại bằng tiếng Việt một cách trung thực, mạch lạc, rõ ràng, đầy đủ chi tiết và hơn thế nữa.

Chúng tôi tin rằng, là cha mẹ, bạn luôn mong muốn, thậm chí sẵn sàng hy sinh cho thành

công và hạnh phúc của con cái. Nhưng như thế vẫn chưa đủ, nhất là trong bối cảnh phức tạp đa chiều của xã hội hiện đại, các bậc cha mẹ cần được trang bị những hiểu biết và phương pháp giáo dục, đã được chứng minh là hiệu quả trong việc khơi dậy tài năng tiềm ẩn trong mỗi đứa trẻ. Với tư cách là một trong những chuyên gia đào tạo hàng đầu ở Châu Á, Adam Khoo và đội ngũ huấn luyện của anh đã đào tạo thành công hàng trăm ngàn học viên ở Singapore và các nước Châu Á. Thông qua đó, Adam Khoo và các đồng nghiệp đã rút ra được nhiều kinh nghiệm thực tế và phương pháp thực tiễn để giúp trẻ em lớn lên trong môi trường văn hóa Á Đông, có thể phát huy toàn bộ tiềm năng của mình.

Con cái chúng ta đều giỏi là điều mà bất cứ bậc cha mẹ nào cũng muốn tin. May mắn thay, đó cũng là điều đã được cả khoa học lẫn thực tế chứng minh là đúng. Hãy cho phép Adam Khoo và chúng tôi giúp bạn thực hiện một phép lạ đời thường bằng những phương pháp hiệu quả, không những khơi dậy được tài năng còn ngủ yên trong con bạn, mà còn giúp các thế hệ trong gia đình bạn tìm được tiếng nói chung, biến mỗi ngày trong gia đình thành niềm vui và tiếng cười bất tận.

Bạn sẽ thực hiện phép lạ đời thường đó như thế nào? Hãy cùng khám phá qua những trang sách...

Lời cảm ơn của Adam Khoo

Tôi muốn bày tỏ lòng biết ơn đến cha mẹ tôi, Vince, Betty và Joanne, những người đã yêu thương, ủng hộ tôi vô điều kiện trong suốt những năm qua. Cảm ơn vợ tôi Sally, nguồn cảm hứng và sức mạnh của tôi. Cảm ơn hai cô con gái Kelly và Samantha của tôi vì mang đến tiếng cười cho tôi mỗi ngày. Cảm ơn đối tác của tôi, Patrick Cheo, người đã chia sẻ tầm nhìn và liên tục động viên tôi tiến lên một tầm cao mới. Cảm ơn người cộng sự của tôi, Stuart, người đã kề vai sát cánh bên tôi trong sứ mệnh kỳ diệu góp phần làm thay đổi cuộc đời của nhiều người. Cảm ơn Gary Lee vì tình bạn và sự ủng hộ qua bao nhiêu năm. Cảm ơn những huấn luyện viên của tôi, Ramesh Muthusamy, Amin Morni, Melvin Chew, Danny Tong, Leroy Ratnam, Freddy

Go- mez, Woei Tang, Yuan Yee, Gerald Lee, Pamela, Andrea và Jeff vì công lao liên tục cải tiến chương trình của chúng ta với niềm đam mê và sự tận tụy.

Đặc biệt cảm ơn Serene Quek, Katherine, Rossana, Andrew, JD, Natalie, Leonard và Desmond vì sự ủng hộ vô giá của các bạn. Cảm ơn Si Lin vì đã hoàn thành tốt việc giúp cho tất cả những quyển sách mà tôi viết được xuất bản rộng rãi. Đồng thời, đặc biệt cảm ơn Jimmy và Irish trong nhóm Superkids/I Am Gifted và Terence, Fiona, Wandy, Aaron và Lawrence trong nhóm đào tạo người lớn.

Cũng xin đặc biệt gửi lời cảm ơn tới Fredrick Tan, Dr. Peter Yan, Dr. Cheah Yin Mee và Radiah ở Adam Khoo Learning Centre. Cảm ơn Queenie, Sheena và Webster ở Adam Khoo Technologies Group Sdn Bhd (Mã Lai) và cảm ơn Susanna S Hartawan, Alien Tan, Anni Bahar và Sintawati Halim ở PT Adam Khoo Learning Technologies Group (Indonesia). Xin gửi lời cảm ơn tất cả nhân viên đã đóng góp vào việc xây dựng một nơi làm việc tốt đẹp cho tất cả chúng ta... các bạn biết tôi đang nói đến ai!

Cảm ơn toàn thể nhân viên của Adam Khoo Learning Technologies Group, Adcom và Event Gurus đã làm việc không mệt mỏi vào cuối tuần và đêm khuya để xây dựng nên những công ty tầm cỡ.

Quyển sách này cũng xin dành tặng cho hàng trăm trợ lý đào tạo và thành viên Whoosh đã tình nguyện cống hiến thời gian giúp công việc đào tạo trong các chương trình “SuperkidsTM”, “I Am Gifted, So Are You! TM”, “Patterns of ExcellenceTM” và “Wealth AcademyTM”.

Cảm ơn các thầy hiệu trưởng, thầy cô và giáo sư của tôi ở trường cấp hai Ping Yi, trường Trung Học Victoria và trường Đại Học Quốc Gia Singapore (National University of Singapore - NUS), những người đã góp phần to lớn trong việc phát triển bản thân tôi như ngày nay. Đặc biệt cảm ơn Giáo sư Wee Chow Hou, Bà Lee Phui Mun, Bà Ng Gek Tiang, Dr. Kulwant Singh và Dr. May Lwin. Cảm ơn những người thầy và huấn luyện viên đã giúp tôi khám phá tiềm năng thật sự của mình. Cảm ơn người thầy đầu tiên của tôi, Ernest Wong, đã làm cho tôi nhận thấy bản thân mình mạnh mẽ đến nhường nào. Cảm ơn những người thầy như Dr. Tad James, Dr. Richard Bandler, John LaValle, Tony Buzan, Brad Sugars, Robert G. Allen và Anthony Robbins, tất cả đã dạy tôi những phương pháp quý giá để đạt đến sự thành công và thịnh vượng.

Lời cảm ơn của Gary Lee

Xin cảm ơn cha mẹ tôi, Victor và Carina, đã nuôi dạy tôi nên người và yêu thương tôi vô điều kiện. Cảm ơn anh tôi Gerald, người mà tôi có thể tin cậy cả trong lúc khó khăn cũng như trong thuận lợi. Cảm ơn Elsa, người đã hướng dẫn tôi trong cuộc sống và động viên tôi hoàn thành quyển sách này.

Cảm ơn anh Adam đã cho phép tôi trở thành một phần trong cuộc hành trình kỳ diệu thay đổi cuộc sống. Cảm ơn Stuart đã khai sáng tôi trên con đường làm huấn luyện viên của mình. Cảm ơn Patrick đã giúp đỡ tôi học cách quản lý. Cảm ơn các đồng nghiệp cùng làm huấn luyện viên của tôi, Amin Morni, Ramesh Muthusamy, Leroy Frank Ratnam, Melvin Chew, Danny Tong, Freddy Gomez, Woei Tang, Andrea Chan, Pamela Chong, Yuan Yee và Jeff. Cảm ơn Candice Koh đã giúp tôi học được ý nghĩa của việc kết nối cảm xúc của mình. Cảm ơn toàn bộ nhân viên của Adam Khoo Learning Technologies Group đã cống hiến thời gian và nỗ lực để tạo ra một công ty đào tạo số 1 tại Singapore và dẫn đầu thị trường huấn luyện học sinh.

Cảm ơn các bạn của tôi, Shahnaz, Petrina, Marcus, Cheryl Tham, Lydia, Kalai, Rossana, Lin Kuek, Katherine, Jaelle Ang, Kyrie, Kristy, Theresa cùng các bạn khác, cảm ơn các bạn vì đã là một phần không thể thiếu trong cuộc hành trình của tôi và giúp tôi biết trân trọng những điều tuyệt vời do cuộc sống mang lại. Cảm ơn các đối tác của tôi ở Bodynav Institute và bạn thân của tôi, Max và Wilson, vì đã cùng tôi gầy dựng và phát triển công ty.

Quyển sách này cũng dành tặng cho rất nhiều trợ lý giảng dạy, những người đã dành trọn tâm huyết để tạo ra sự khác biệt trong cuộc sống của nhiều bạn trẻ trong các chương trình “I Am Gifted, So Are You!™” và “Superkids™”.

Cảm ơn các thầy hiệu trưởng, thầy cô và giáo sư ở trường tiểu học St Andrews, trường cấp hai, trường trung học và trường Đại Học Quốc Gia Singapore đã giúp tôi trở thành một người như ngày hôm nay. Cảm ơn các thầy và huấn luyện viên đã chia sẻ với tôi những kiến thức vô giá về thành công trong cuộc sống, Dr. Richard Bandler, Dr. Tad James, John LaValle, Paul McKenna, George Bein, Ernest Wong, Eric Jensen, Rich Allen và David Freeman.

Cảm ơn những trường học và tổ chức mà tôi đã đến đào tạo, cảm ơn sự ủng hộ quý giá của các bạn vì đã tạo cơ hội cho chúng ta tiến tới mối quan hệ đối tác thân thiết. Tôi hy vọng chúng ta sẽ giữ gìn và phát triển mối quan hệ hợp tác tốt đẹp trong những năm tới.

BẠN CÓ THỂ GIÚP CON MÌNH

HỌC GIỎI VÀ THÀNH CÔNG

NỖ NIỀM KHÔNG CHỈ CỦA RIÊNG AI

Chắc hẳn không một bậc cha mẹ nào không mong muốn con mình thành công và hạnh phúc. Vậy vai trò của bạn là gì và bạn phải làm gì để giúp con đạt được điều ấy? Chắc chắn, bạn rất mong mình đóng một vai trò quan trọng trong đó, thế nên quyển sách này mới nằm trong tay bạn. Và tôi hiểu nỗi băn khoăn của bạn.

Cũng có thể bạn đã bắt đầu cảm nhận được những vấn đề của người làm cha làm mẹ. Có lúc bạn nghĩ con mình đang sống trong một chiều “không gian” khác, thậm chí một hành tinh khác. Vâng, bạn không phải là người duy nhất nghĩ như thế.

Bạn trở về một cách vô vọng không hiểu chuyện gì xảy ra với cu Bim hay bé Na vốn ngoan ngoãn vui tươi, lú lú nói chuyện cả ngày, nay chỉ trả lời nhát gừng những câu hỏi quan tâm của bạn, nhưng lại trốn biệt trong phòng bỏ ra hàng giờ thì thầm và rúc rích chuyện trò với cái máy điện thoại bằng một thứ ngôn ngữ bạn không hiểu được. Nhưng bạn không đơn độc trong tình huống này.

Cũng có khi bạn phát hoảng lên, cảm thấy dường như không thể có một tiếng nói chung với đứa con bỗng tỏ ra lảm lỳ, thậm chí suốt ngày mặt sưng mày sía và trở nên xa lạ đối với cha mẹ. Thật đau lòng khi chứng kiến đứa con vốn học khá giỏi trong trường nay bỗng dưng mất hết hứng thú học tập, học bạ toàn điểm dưới trung bình mà vẫn chẳng mấy may buồn tủi, như thể đấy không phải là chuyện của nó. Vâng, đó là chuyện đau đầu mà nhiều gia đình gặp phải.

Thật oái ăm, trong thâm tâm bạn biết và tin rằng con mình có khả năng – bạn cảm nhận được điều đó, nhưng không hiểu vì sao nó không còn tập trung hoặc đánh mất động lực vươn

lên trong học tập và cuộc sống.

Và bạn, với tư cách người làm cha làm mẹ, hiểu rõ động lực trong học tập cũng như trong cuộc sống có một tầm quan trọng như thế nào đối với con trẻ; nó giúp trẻ xác định rõ đích đi tới, hoàn thành từng mục tiêu đề ra và nhờ thế, thành công trong bất kỳ lĩnh vực nào mà trẻ đã chọn. Bạn hết lòng muốn giúp đỡ con, khuyên bảo con và trở thành một phần trong cuộc sống của con như trước kia... thế mà bạn chỉ có cảm giác khoảng cách giữa mình và con càng lúc càng xa hơn...

“Làm thế nào để trò chuyện và khích lệ con cái?” – nhiều phụ huynh từng hỏi tôi như thế. Nhiều người (nhất là những người có con trong độ tuổi mới lớn) nói với tôi rằng, họ không hiểu được con mình nghĩ gì, có sao chúng cứ chúi mũi hàng giờ vào những trò chơi vô bổ trên máy vi tính.

Vấn đề là ở chỗ, những ký ức và kinh nghiệm về thời thơ ấu của chúng ta, cùng với cách dạy bảo của cha mẹ ta hình như không liên quan, và càng không thể áp dụng vào việc dạy con trong bối cảnh xã hội đang thay đổi từng ngày như hiện nay. Điều này còn trở nên khó hơn với những bậc phụ huynh trong độ tuổi 40, họ vẫn còn nhớ ngày xưa mình ngoan ngoãn nghe lời người lớn, dùi mài đèn sách và luôn hiếu kính với cha mẹ ra sao. Thế mà giờ đây, khi cũng làm cha làm mẹ, họ hoang mang không biết phải làm gì với những đứa con cứ muốn tách rời hoặc cưỡng lại lời cha mẹ.

Tuy vậy, bạn chưa đến mức phải tuyệt vọng. Bạn không cần và không nên tiếp tục “chiến đấu” một cách mệt mỏi và gần như vô vọng với những “thiên thần nổi loạn” trong độ tuổi mới lớn nữa. Với cách tiếp cận đúng đắn và những cách thức giao tiếp phù hợp với con cái, bạn sẽ lấy làm ngạc nhiên khi biết rằng hai thế hệ có thể vui vẻ bên nhau và chung tay vun đắp cho thành công cũng như lợi ích của đôi bên. Con bạn có thể trở nên cực kỳ hiểu chuyện, biết quan tâm đến người khác... nhưng chỉ khi chúng được sống trong bầu không khí yêu thương, cảm thấy mình được cha mẹ tôn trọng. Và đến lượt mình, chúng sẽ học cách bày tỏ lòng biết ơn đối với các bậc sinh thành.

Chắc hẳn bạn đang chau mày nghi ngờ điều tôi nói và tự hỏi, *“Sao tôi lại phải tôn trọng thẳng con cứng đầu luôn cãi bướng, trong khi lý ra nó phải kính trọng cha mẹ như tôi ngày xưa?”*, *“Làm sao dám mong đứa con lỳ lợm tỏ lòng biết ơn trong khi nó không thêm biết đến hàng trăm thứ việc mà tôi âm thầm làm hàng ngày và hy sinh cho nó?”*. Xin hãy kiên nhẫn bạn nhé, bạn sẽ tìm thấy câu trả lời sau khi đọc xong quyển sách này.

CÓ BỐN DẠNG CHA MẸ TRÊN ĐỜI

Văn hào vĩ đại Lev Tolstoy từng nói, các gia đình hạnh phúc đều giống nhau còn những gia đình bất hạnh thì đau khổ mỗi nhà một kiểu. Các nhà tâm lý học nói, có hàng triệu những cặp cha mẹ trên đời nhưng tựu chung chỉ có bốn dạng chính. Chúng ta hãy cùng nhau tìm hiểu và hình dung về bốn dạng cha mẹ thường gặp này. Nếu bạn thấy mình thuộc bất kỳ dạng nào trong số đó hoặc pha trộn giữa các dạng thì bạn sẽ hiểu rõ một điều: có sao việc làm cha mẹ, đối với phần đông chúng ta, lại trở thành một nhiệm vụ khó khăn đến thế.

Dựa vào tiêu chí nào để phân biệt các dạng cha mẹ? Chính là các phương pháp mà cha mẹ dùng để dạy con. Cụ thể hơn là cách họ nói chuyện với con cái, cách họ khích lệ khi chúng làm việc tốt, cách họ trừng phạt hay phê phán khi chúng làm điều sai, cách họ đáp lại hay không đáp lại những đòi hỏi tinh thần và vật chất của chúng...

Các cuộc khảo sát cho thấy các bậc cha mẹ áp dụng nhiều phương pháp dạy dỗ con cái khác nhau, từ các phương pháp truyền thống được truyền lại từ đời trước, cho đến các phương pháp “thế hệ mới” của các chuyên gia trong lĩnh vực nuôi dạy con. Một số phương pháp mang lại hiệu quả, trong khi các phương pháp khác thì hoàn toàn vô ích. Nói về cách giao tiếp với con, bạn có thường sử dụng một số cách nói như sau không?

- “Con tưởng mẹ là con hầu của con đấy à?”
- “Mày nghĩ tao là cái máy in tiền chắc?”
- “Con cho ba là thằng ngu sao?”
- “Có phải con nghĩ nhà này là cái nhà trọ, còn con chỉ là kẻ ăn nhờ ở đậu không?”
- “Mày có còn coi chúng tao là cha mẹ nữa hay không?”
- “Con có nghe không đấy? Mẹ đang nói chuyện với con!”
- “Biết là một chuyện, làm lại là một chuyện khác!”
- “Con tưởng mẹ là con nít ba tuổi hả?”

– “Con bị cái giống gì vậy? Trong đầu con chỉ có bùn đất thôi à?”

Có câu nói nào quen thuộc đối với bạn không? Bạn có cảm thấy áy náy khi dùng những câu tiêu cực như trên không? Nếu có thì bạn cũng không phải là trường hợp cá biệt, nhiều bậc phụ mẫu khác cũng nói những câu tương tự, thậm chí còn nặng nề hơn, mặc dù không ai trong chúng ta không nỗ lực hết mình với mong muốn trở thành những bậc cha mẹ tốt. Vì không có nhiều ngôi trường dạy người ta cách làm cha mẹ, thế nên thường thì chúng ta bắt chước một cách vô thức hoặc có ý thức cách mà cha mẹ ngày xưa đối đãi với chúng ta. Cũng có trường hợp nếu ta nghĩ cha mẹ mình xưa kia quá nghiêm khắc, thì nay ta nên làm một cuộc “cách mạng” bỏ hết tất cả những quy định nghiêm ngặt bắt con cái phải thế này thế nọ mà tạo cho chúng một cuộc sống thoải mái, tự do.

Không có một mẫu số chung cố định nào cho từng dạng cha mẹ, tôi sẽ miêu tả họ trên những nét chung nhất. Bạn thử xem mình thuộc vào dạng nào sau đây nhé.

Bậc cha mẹ tiêu cực



Gọi họ là cha mẹ tiêu cực bởi vì họ dạy dỗ con bằng những biện pháp “tiêu cực”, phương châm của họ là “cha mẹ nói cái gì cũng đúng” và vì thế mà... thất bại. Nhưng họ không nhận ra điều đó. Họ biết rằng Greg của họ thông minh nhưng không chịu cố gắng, vì thế mà bằng mọi cách phải thúc ép nó “cho bằng anh bằng em”. Khi Greg còn bé, họ thường dùng roi vọt để cho cậu vào khuôn khổ mỗi khi cậu lười biếng hay bị điểm kém. Chẳng lạ gì, cậu bé đến lớp với những vết roi hằn trên tay chân, biến cậu thành trò cười cho cả lớp.

Đến khi Greg lớn lên một chút, họ chuyển chiến thuật sang so sánh cậu với người anh, vì anh cậu có thành tích học tập tốt. Những câu kiểu như thế này được lặp đi lặp lại hàng ngày, “Sao mày không bằng được cái móng tay anh mày? Xem đấy, anh mày chăm chỉ học hành biết bao. Còn mày tối ngày chỉ biết chơi điện tử. Mỗi khi bảo học bài, thì dài mồm ra kêu mệt. Giá mà mày có được nửa bộ óc của anh mày thì có phải chúng tao cũng có phận nhờ không.”

Không có gì ngạc nhiên, Greg luôn có cảm giác buồn tủi và chán nản; người lớn không hiểu được là cậu cũng có lúc cần nghỉ ngơi thư giãn chứ. Không phải cậu không muốn học, cậu chỉ cảm thấy khó tập trung vào bài học. Ngoài ra, cậu không khỏi tủi thân khi luôn bị cha mẹ đem

ra so sánh với người anh trai giỏi giang và là niềm tự hào của gia đình, còn cậu thì bị gán cho những danh hiệu khó nghe như “lười biếng”, “ngu đần”, “vô tích sự”,...

Dần dần, Greg học được cách chấp nhận “số phận” của mình. Tới tận nhận những lời chỉ trích cay nghiệt từ cha mẹ, cậu tin chắc mình không có cơ may thành công trong đời, và dù có làm gì thì cậu cũng không bao giờ bằng được người anh sáng láng của mình. Đó là lý do tại sao Greg thích dành nhiều thời gian cho bạn bè đồng thời xa lánh gia đình càng nhiều càng tốt. Cậu cảm thấy chỉ có những người bạn này mới hiểu cậu, chấp nhận con người cậu như nó vốn thế, thậm chí còn tôn trọng cậu, những điều mà cậu không bao giờ tìm thấy trong gia đình mình. Cậu muốn ở bên bạn bè càng nhiều càng tốt, cùng họ xem những bộ phim, chơi những trò chơi ưa thích và không muốn nghĩ điều gì xa hơn nữa.

Bậc mẹ cha thích sự hoàn hảo



Đây là những người yêu thích những gì tròn trịa và toàn bích. Ann, con gái rêu duy nhất của họ, năm nay 15 tuổi và đang theo học ở một trường danh tiếng. Cô là niềm hãnh diện và niềm vui của cha mẹ. Họ yêu thương cô hết lòng và trông đợi rất nhiều ở cô. Họ mong Ann đỗ vào trường Y trong khi cô thầm mơ ước trở thành nhà khoa học nghiên cứu môi trường. Cô không dám nói cho cha mẹ biết vì sợ sẽ làm họ thất vọng. Cha mẹ đã đầu tư quá nhiều cho tương lai của cô. Ngoài việc học ở những trường hàng đầu, cô còn được học thêm nhiều thứ khác với mục đích hoàn thiện bản thân. Cô phải biết múa ba lê, vì mẹ cô ngày xưa mơ mình múa trong vở “Hồ thiên nga” nhưng bà đã không thực hiện được. Ngoài ra, cô còn học thêm đàn dương cầm, đàn vĩ cầm, học vẽ tranh, học đánh tennis ... và còn nhiều thứ khác. Ann chẳng phải lo nghĩ gì, cha mẹ đã lên kế hoạch cho tương lai của con gái đầu vào đấy. Họ hy vọng cô sẽ thực hiện được ước mơ và hoài bão của chính họ. Trước mặt người thân và bạn bè, họ chỉ toàn khen ngợi con gái. Khi Ann đạt thành tích cao trong học tập hoặc giành được các giải thưởng văn thể mỹ, cha mẹ cô luôn lấy đó làm bằng chứng để mọi người thấy con gái họ thông minh và xuất sắc như thế nào.

Họ không cho phép cô đi chơi với bạn bè đồng trang lứa vì sợ cô bị ảnh hưởng xấu từ “lũ bạn bè tầm thường” và không có thời gian học tập. Vì thế, Ann chỉ quanh quẩn ở nhà. Thú vui của cô gói gọn trong những thói quen mà cha mẹ cô cho là lành mạnh và bổ ích như đọc sách, nghe nhạc cổ điển, xem truyền hình cáp chương trình Discovery Chanel, hoặc chơi đàn.

Ngày nào cha mẹ cũng hỏi thăm Ann về những chuyện xảy ra ở trường. Cô chỉ kể cho họ

nghe những việc tốt đẹp cô đã làm hay những thành tích lớn nhỏ cô đạt được. Cô rất vui khi thấy vẻ mặt cha mẹ sáng lên niềm tự hào. Cô tin rằng mình làm đúng và đó là lý do tại sao cô không bao giờ kể cho họ nghe những gì thật sự xảy ra ở trường hay trong nội tâm cô.

Ann thường có cảm giác cô đơn, lạc lõng vì cô gặp khó khăn trong giao tiếp với bạn bè. Họ thường bàn về những bộ phim mới ra và một áo quần, trong khi cô mù tịt về những vấn đề đó. Có lần, cô đã bật khóc khi bị một đứa bạn gọi là “lập dị”. Đôi khi, Ann cảm thấy bất mãn khi cha mẹ kiểm soát cuộc đời mình đến từng xăng ti mét, dù cô vẫn biết rằng họ làm vậy vì thương yêu cô.

Ngoài ra, vì được bảo bọc quá kỹ, Ann mất dần khả năng hòa nhập với xã hội và khắc sâu cảm giác lạc loài cô đơn giữa mọi người.

Bậc phụ mẫu nuông chiều con hết mực

Richard đã 18 tuổi nhưng vẫn được cha mẹ cưng chiều như ngày còn bé và được sống theo ý mình. Cha mẹ bao giờ cũng cố hết sức để đáp ứng mọi thứ cậu vò vĩnh, dù gia đình chẳng khá giả chút nào. Khi cậu vừa có bằng lái xe gắn máy, cha cậu không ngần ngại bỏ ra toàn bộ số tiền dành dụm để mua cho cậu chiếc xe “oách” nhất mà cậu muốn. Mẹ cậu đêm ngày lo lắng về sự an toàn của con trai khi lái xe phân khối lớn, nhưng lại cho rằng việc làm cho con vui là quan trọng nhất.



Richard sống như ông hoàng trong nhà, cậu thường lớn tiếng với cha mẹ mỗi khi nghĩ rằng “ông bà già” can thiệp quá nhiều vào việc của mình. Họ rất buồn nhưng vì quá thương con nên không nỡ la rầy, đành âm thầm hy vọng “trăng đến rằm trăng tròn”, một ngày kia cậu sẽ hiểu được công lao cha mẹ.

Richard không hề đụng tay vào việc nhà, học hành cũng chẳng bằng ai. Thật ra, cậu bị đúp hai lần vì *“không thích học, thể thôi”*. Cậu hay cúp học đi chơi, nhưng thay vì nghiêm khắc nhắc nhở con, họ lại đứng ra bao che bằng cách viết thư cho giáo viên chủ nhiệm viện lý do cậu *“không khỏe nên không thể đến lớp”*.

Richard thường quậy phá trong trường. Cậu bị bắt gặp hút thuốc lá trong nhà vệ sinh, thường xuyên bị kỷ luật, thậm chí còn bị mời lên gặp hiệu trưởng vài lần. Nhà trường đã nhiều lần gọi điện cho cha mẹ cậu bày tỏ nỗi lo lắng. Mỗi lần như thế, cha mẹ cậu đều hứa với nhà trường sẽ uốn nắn con tốt hơn. Thật ra, họ cũng đôi lần thử nhẹ nhàng khuyên bảo cậu nên tuân theo kỷ luật của trường, chú tâm học hành, nhưng tất cả chỉ như “nước đổ lá khoai”.

Dù muốn gì được nấy, Richard vẫn rất ít khi ở nhà; ngược lại, hở ra một chút là cậu ra khỏi nhà đàn đúm với lũ bạn cho đến tối khuya. Rồi cũng đến lúc hầu như không ai chịu đựng nổi cậu nữa. Và điều gì đến phải đến, cậu bị cảnh sát bắt vì tội ẩu đả và gây rối trật tự nơi công cộng.

Bậc sinh thành theo chủ nghĩa vật chất

Họ là những người làm ăn kinh doanh có tiếng tăm, có địa vị và được trọng vọng trong xã hội. Họ có hai đứa con, Ed 16 tuổi và Sarah 14 tuổi. Mọi việc trong nhà được “khoán trắng” cho chị người làm đáng tin cậy đã vào ở với gia đình từ khi Ed còn bé. Không có gì phải ngạc nhiên khi hai đứa trẻ cảm thấy gần gũi thân thiết với chị hơn là với cha mẹ chúng. Bởi vì cả hai lẫn lộn trên thương trường, họ thường làm việc hoặc gặp gỡ đối tác đến tận khuya, nên chẳng mấy dịp về nhà ăn tối với con.



Nếu giả dụ có chút thời gian rảnh, họ thích giải khuây theo sở thích riêng của mình hơn là dành thời gian cho con cái. Khi chúng còn nhỏ, thì thoảng họ cũng đưa chúng đi chơi công viên hoặc đi nghỉ vài ngày. Nhưng bây giờ chúng đã lớn, có thể tự đi chơi, đi du lịch với bạn bè hay trường học thì họ để mặc cho chúng xoay sở. Làm ăn càng phát đạt bao nhiêu, họ càng bận rộn bấy nhiêu, những dịp sum họp gia đình ngày càng trở nên hiếm hoi.

Hai anh em cũng quen dần với việc cha mẹ thường xuyên vắng nhà – cả hai đều có những mối quan tâm riêng và chủ yếu dành thời gian cho bạn bè. Cha mẹ chúng không bận tâm lắm vì cả hai đều có thành tích học tập khá. Họ tin rằng tiền có thể mua được “sự giáo dục tốt nhất”, và do đó không ngần ngại bỏ tiền ra để cho con học ở những trường danh tiếng nhất.

Như để bù đắp lại cho việc thiếu thời gian dành cho con, phụ huynh theo chủ nghĩa vật chất thường không tiếc tiền đổ ra cho con cái. Quần áo của chúng phải là hàng hiệu, máy tính, điện thoại, xe đời mới, ừ thì thiên hạ có cái gì chúng lập tức có cái ấy.

Nhiều bạn học của Ed và Sarah ganh tị với chúng vì hai đứa hầu như có tất cả mọi thứ trên đời. Vì vậy, làm sao chúng tránh khỏi cảm giác mình là người “sành điệu”, là “dân chơi”, là “quý tộc”?

Nhưng liệu hai anh em họ có thật sự hạnh phúc không? Cuộc đời đâu đơn giản như thế. Đôi khi chúng cảm thấy thèm được như những đứa bạn luôn có cha mẹ bên cạnh trong mọi sinh hoạt đời thường như đi xem phim với cha mẹ, cùng ngồi bàn luận về một trận đá bóng,... Cũng có lúc đi ra đường trong “bộ cánh” đắt tiền trên chiếc xe bóng lộn, nhưng Ed và Sarah vẫn thấy lòng mình trống trải. Chúng cảm thấy hình như mình thiếu thiếu một cái gì đó...

Trên đây là một số ví dụ về các dạng cha mẹ chúng ta thường gặp trong xã hội hiện đại. Mặc dù mỗi dạng trên phần nào được phóng đại để làm nổi bật những nét đặc trưng riêng, tôi chắc rằng ít nhiều bạn cũng bắt gặp hình ảnh mình thấp thoáng trong đó. Trong thực tế, đa số bậc phụ huynh dạy con theo kiểu kết hợp một vài phương pháp với nhau. Ví dụ, một số người dùng roi vọt để răn đe, phần thưởng vật chất để khen thưởng và coi đó là biện pháp tốt để kiểm soát những đứa con mới lớn của mình.

Tôi biết có khá nhiều ông bố bà mẹ luôn băn khoăn với những câu hỏi, *“Liệu mình dạy con có đúng cách không?”, “Không biết mình đang giúp con hay chỉ vô tình khiến cuộc sống của nó trở nên khó khăn hơn?”*

Chắc bạn đồng ý với tôi rằng, tất cả những ông bố bà mẹ trên đời dù dạy con theo cách nào thì cũng xuất phát từ tình thương con và mong muốn những điều tốt nhất cho con. Nhưng rất có thể phương pháp dạy con mà bạn áp dụng lại phản tác dụng, gây ra những hiểu lầm và nong rộng khoảng cách giữa cha mẹ và con cái.

Tôi biết việc một người mẹ cố tình nghe lén cuộc nói chuyện điện thoại giữa đứa con trai 14 tuổi với bạn học là xuất phát từ ý định tốt, chỉ vì bà muốn biết con mình đang giao du với ai, bà sợ nó chơi với lũ bạn xấu. Nhưng khi cậu bé phát hiện ra việc này, cậu nổi giận vì mẹ đã xâm phạm thô bạo vào đời tư của cậu và không tin tưởng cậu.

“Khi muốn biết tôi kết thân với ai, cha tôi khuyến khích tôi mời bạn về nhà, thậm chí ngủ qua đêm, còn mẹ tôi thì đánh xe chở tôi và bạn đi ăn. Thế thì còn gì bằng nên tôi thường “mời” mẹ đi ăn tối và đi xem phim với tôi và bạn gái ... dĩ nhiên mẹ tôi lái xe và trả tiền. Mẹ còn nhường cho chúng tôi quyền chọn phim; chỉ có một điều duy nhất mà mẹ tôi từ chối là không chở chúng tôi đi xem phim vào lúc nửa đêm. Đó là lý do tại sao, mặc dù cha mẹ tôi ly dị khi tôi mới 13 tuổi, tôi vẫn

THƯƠNG YÊU THÔI CHƯA ĐỦ, CẦN CÓ PHƯƠNG PHÁP TỐT

Thực tế cho thấy, chỉ yêu thương và hết lòng mong muốn điều tốt lành cho con cái thôi thì chưa đủ cho việc dạy con thành công. Áp dụng lại các phương pháp mà ngày xưa cha mẹ ta vẫn giáo huấn ta có thể không còn hiệu quả nữa trong một xã hội mới. Dưới ảnh hưởng của sự bùng nổ thông tin, thế hệ 8X, 9X, 10X rất khác biệt. Chúng hiểu biết hơn, dễ xúc cảm hơn và có nhiều cơ hội tiếp xúc với nhiều luồng tư tưởng khác nhau hơn. Là cha mẹ, chúng ta cũng cần phải thay đổi và thích nghi với thời đại mới, biết cách sử dụng những mô hình và phương pháp dạy con sáng tạo, mới mẻ, tiên tiến. Chỉ có như thế, chúng ta mới có thể rút ngắn và xóa nhòa khoảng cách giữa hai thế hệ trong gia đình, giúp con cái phát huy mọi tiềm năng, tạo dựng một cuộc sống hạnh phúc và hài hòa, cũng như biết cách làm chủ đời mình khi chúng trưởng thành.

TÌM HIỂU VỀ THẾ GIỚI TUỔI TEEN

Muốn thiết lập và duy trì mối quan hệ gắn bó với con cái, đồng thời giúp chúng phát triển hết khả năng, trước tiên cha mẹ phải thật sự hiểu được con cái. Đầu tiên, chúng ta phải hiểu việc sống trong thế giới tuổi teen là như thế nào. Hiểu được đứa trẻ 13, 15 tuổi có cảm giác ra sao, thường gặp phải những vấn đề gì, thầm hy vọng và mong ước gì ở cuộc đời, thậm chí phải biết cả thứ ngôn ngữ mà con mình sử dụng. Nếu như “đàn ông đến từ sao Hỏa và đàn bà đến từ sao Kim”, con cái chúng ta chắc chắn phải đến từ một thiên hà nào đó hoàn toàn khác.

Vậy bạn biết gì về thế giới tuổi thơ? Bạn có thật sự hiểu ngôn ngữ của chúng không? Tôi muốn bạn hãy thử một bài kiểm tra nhỏ dưới đây để khám phá mức độ hiểu biết của bạn về xu hướng và ngôn ngữ xì-tin.

1. Bạn hiểu được cách viết này không: pó t4y, chàj oj?

2. Những người nào được gọi là “Emo”?

3. “Xàm bơ”, “Xàm xí” có nghĩa là gì?

4. “LOL” có nghĩa là gì?

5. “Là dà”, “i âu ây” có nghĩa là gì?

(Đáp án ở cuối chương).

Nếu trả lời đúng hết, bạn có thể tự khen mình được rồi. Bạn khá rành ngôn ngữ tuổi ô mai. Nếu bạn không hiểu chút nào, thì cũng đừng vội buồn vì đó là chuyện bình thường. Tôi đưa bài kiểm tra đơn giản này cho rất nhiều phụ huynh, hầu hết họ đều cảm thấy khó hiểu. Thậm chí có người còn hoàn toàn mù tịt.

Bây giờ bạn đã biết mình đang ở đâu trong quá trình hòa hợp với con cái. Trước khi nghĩ đến chuyện dạy con hiệu quả, hãy dành thời gian nhiều hơn để tìm hiểu thêm về thế giới của con trẻ như xem thử các chương trình tivi chúng yêu thích, nghe thử những loại nhạc chúng say mê, đọc thêm những loại sách báo dành cho tuổi mới lớn, đọc những gì các bạn trẻ viết trên blog hay diễn đàn... Bạn sẽ khám phá ra nhiều điều khác lạ trong thế giới của chúng. Có một số điều bạn sẽ cảm thấy khó mà chấp nhận được. Tuy nhiên, bạn nên nhìn và hiểu thế giới đó bằng một cái nhìn cảm thông hơn là phán xét. Bạn đừng quên rằng, ngày xưa cha mẹ ta cũng từng có lúc “chẳng thể nào hiểu nổi” chúng ta.

Thế giới của tuổi mới lớn ngày nay thật khác với chúng ta. Cuộc sống đang quay với một tốc độ điên cuồng chóng mặt. Việc kiếm sống ngày càng mang tính cạnh tranh lạnh lùng và khốc liệt. Đa số các gia đình ngày nay cần có hai trụ cột (cả vợ chồng cùng đi làm, thay vì chỉ người chồng đi làm như trước kia) để chạy đua với giá cả trong một xã hội tiêu dùng sùng bái vật chất. Vì thế mà khoảng thời gian cần thiết để cha mẹ chơi đùa và trò chuyện cùng con cái ngày càng ngắn lại so với những thập kỷ trước.

Bên cạnh đó, sự bùng nổ của các kênh tivi, truyền hình cáp, các loại game online và nhất là Internet đã và đang tạo ra một thế giới của thanh thiếu niên ngày càng khác biệt với những gì mà chúng ta – những bậc cha mẹ – từng biết. Cái gì cũng có hai mặt của nó. Nếu những tiến bộ khoa học công nghệ mang đến vô số lợi ích cho con người thì nó cũng đồng thời đem đến cả những điều tệ hại, thậm chí rất tệ hại. Nếu Internet là nơi để phô trương cái đẹp, cái tốt thì cũng là chỗ cho cái xấu, cái ác mọc lên như cỏ dại. Sự phát triển như vũ bão của công nghệ thông tin và sự nhanh nhạy của giới trẻ đối với công nghệ cũng chính là lý do khiến nhiều bậc phụ huynh có cảm giác hụt hẫng, bất lực vì không có cách nào theo kịp con cái hoặc quản lý được chúng.

Máy vi tính có hấp lực đặc biệt với thanh thiếu niên. Mạng Internet là nguồn cung cấp

thông tin phong phú, mang lại sự tương tác trong thế giới ảo cho người dùng, khiến cho nhiều người lạc lõng trong thế giới thật có thể tìm được chỗ đứng của mình trong thế giới ảo và ngày càng đắm chìm trong đó. Tôi từng thực hiện một cuộc khảo sát nhỏ với một nhóm thiếu niên, bằng cách hỏi xem họ dành bao nhiêu tiếng một ngày cho máy vi tính hay lướt web. Không cần chớp mắt, hơn 55% trả lời 4-5 tiếng mỗi ngày.

Và dĩ nhiên, trong thế giới tuổi teen khá phức tạp đó, nếu gặp cái tốt cái đẹp, con bạn sẽ ngày càng tiến bộ. Ngược lại, chúng sẽ phí thời gian vào những chuyện vô bổ, thậm chí là chuyện xấu. Báo chí lên tiếng hàng ngày về hiện tượng nghiện game, xem phim đồi trụy, những đoạn video clip nhạy cảm mà các em truyền cho nhau. Người lớn chúng ta cần phải làm gì để kéo con em mình tránh xa những ảnh hưởng độc hại ấy? Đó là câu hỏi mà chúng ta phải cùng động não để tìm ra cách giải quyết.

Một số thiếu niên than phiền với tôi rằng cha mẹ không yêu thương chúng, quản lý chúng như tù nhân và tước đi nhu cầu tự khẳng định bản thân của chúng. Cách mà bọn trẻ nhận thức về sự quan tâm và tình cảm của cha mẹ không phải lúc nào cũng đồng quy với cách mà cha mẹ nghĩ và hành động.

Hiện nay, đối với một số thiếu niên, yêu thương chúng nghĩa là cho chúng quyền tự do giao du với những người chúng thích và làm bất cứ cái gì chúng muốn. Dĩ nhiên, là cha mẹ, chúng ta nói chung rất sợ kiểu “tự do” này, ai chẳng muốn làm hết sức mình để bảo vệ con cái khỏi những nguy cơ của một xã hội ngày càng phức tạp và bảo bọc chúng lớn lên trong một môi trường an toàn, “vô trùng”.

Câu hỏi đặt ra là môi trường mà bạn có thể mang lại cho con bạn an toàn đến mức nào và liệu đây có phải là cách tốt nhất để giúp đỡ chúng? Một mai lớn lên, đứa trẻ nào rồi cũng phải đối diện với cái bất toàn, cái xấu, cái không ổn và vì hoàn toàn không có khái niệm gì về mặt trái của xã hội, những đứa trẻ lớn lên trong môi trường “vô trùng” thường có nguy cơ “nhiễm bệnh” cao hơn những đứa trẻ khác.

VÌ SAO TRẺ NGHIỆN CHƠI GAME

Có thể nói một trong những vấn đề bức xúc và gây đau đầu nhất hiện nay là hiện tượng nghiện game trong giới trẻ. Tôi mong bạn không gặp phải vấn đề này. Nhưng dẫu vậy, chúng ta hãy cùng nhau tìm hiểu tại sao con trẻ, nhất là các bé trai nghiện chơi game.

Dù trò chơi điện tử đã xuất hiện từ hơn hai thập kỷ trước, nhưng thế hệ 7X và đầu 8X không

có nhiều người trở thành con nghiện. Thuở ấy chúng ta có thể thích thả diều, đá bóng hay đi xem phim với bạn bè - các trò chơi cổ điển có giá trị tinh thần cao và nhìn chung không hội đủ những yếu tố “gây nghiện”. Vậy thì game hiện đại là như thế nào? Nó có cái gì khiến bọn trẻ say sưa đến thế?

Game tạo ảo giác về việc làm chủ cuộc sống

Với những đòi hỏi ngày càng cao từ trường học, gia đình và xã hội, thiếu niên ngày nay không khỏi có cảm giác mất đi khả năng làm chủ những gì xảy ra xung quanh và trong chính bản thân chúng. Chỉ khi ngồi trước màn hình vi tính, chúng mới có cảm giác giành lại khả năng kiểm soát mọi thứ trên đời. Vẫn biết rằng đó chỉ là thế giới ảo, nhưng những cảm xúc mà chúng có khi say sưa bấm nút hoặc di chuyển con trỏ là thật, vì các trò chơi ngày nay được các “phù thủy game” thiết kế sống động như thật, thậm chí đối với những bộ óc non nớt thì nó còn thật hơn cả cuộc sống ngoài kia, vì những nhà thiết kế đã khái quát hóa đời sống, phóng chiếu nó với một độ rõ nét và sinh động cực lớn. Cuộc sống trong các trò chơi mang lại cảm giác mạnh, “rất đã” khiến đứa trẻ, một khi rời màn hình, chỉ thấy cuộc sống xung quanh mình tẻ nhạt, đáng chán.

Chẳng phải vậy sao, chỉ cần chạm vào bàn phím, bạn có thể điều khiển nhân vật trong trò chơi theo ý muốn và trí tưởng tượng của mình. Bạn cũng có thể điều chỉnh kết quả trò chơi bằng cách lựa chọn hành động một cách thoải mái. Cảm giác làm chủ giả tạo này có hấp lực cực lớn, bạn có thể “sống” trong thế giới tự tạo ra cho mình, nơi mà bạn có được cây đèn thần của Aladin, bắt thần đèn làm cho mình bất cứ điều gì. Các trò chơi loại này đánh trúng vào một điểm: con người nói chung thích cảm giác được làm chủ và cảm thấy bất lực nếu mọi việc không theo đúng ý mình.

Một lý do khác khiến đa số thiếu niên thích trò chơi điện tử là vì nó mang lại kết quả tức thì. Chỉ trong một thời gian ngắn và với một chút cố gắng không thấm vào đâu so với cuộc sống thật, chúng có thể trở thành một người “quan trọng” hơn, “giàu có” hơn, “thành công” hơn và được nhiều game thủ khác “nể sợ” hơn. Một trong những tác hại của trò chơi điện tử mà nhiều người chưa nhìn ra: nếu nghiện game trong một thời gian dài, hệ thống thần kinh của bạn có thể chỉ phản ứng lại với những phần thưởng tức thì, dễ dãi. Điều này có thể giúp lý giải tại sao phụ huynh ngày nay gặp khó khăn trong việc động viên con cái học tập; vì khác với trò chơi, học tập là một việc nhọc nhằn, đòi hỏi một quá trình phấn đấu và nỗ lực dài hơi trước khi đạt được phần thưởng.

Game giúp chúng ta thoát ly thực tế

Game đặc biệt có sức hấp dẫn với những trẻ có cảm giác lạc lõng trong một tập thể (do thiếu những kỹ năng xã hội cần thiết), thiếu sự quan tâm yêu thương của cha mẹ hoặc bị bạn bè trong trường bắt nạt. Nạn ỷ mạnh hiếp yếu trong trường học chẳng phải là chuyện hiếm hoi gì ở bất cứ đâu và trong bất cứ thời đại nào, với những biểu hiện đa dạng, từ những lời chọc ghẹo vô hại đến việc gây thương tổn về tinh thần và thể xác đối với trẻ. Trò chơi trong thế giới ảo, trong khi đó, mang lại cho những đứa-trẻ-nạn-nhân này cảm giác chúng là người hùng thật sự, không những không để ai bắt nạt mà còn oai phong “cho đo ván” những “nhân vật” khét tiếng khác.

Trong cuộc trò chuyện với một thiếu niên 14 tuổi tên Chris theo học chương trình “Tôi Tài Giỏi, Bạn Cũng Thế!”, tôi tình cờ đề cập đến chủ đề trò chơi điện tử và được biết Chris là “dân nghiện” thứ thiệt. Sau một hồi nói chuyện, cậu thú thật mình bị đối xử khá tệ ở trường, không ai muốn chơi với cậu và cậu luôn bị bạn bè bắt nạt. Chỉ khi chìm đắm vào thế giới ảo với những trò chơi hấp dẫn, biến hóa, cậu mới có cảm giác tự do tự tại, có thể trở thành người mà cậu muốn và làm chuyện mà cậu thích làm. Cậu có thể “giết” bất cứ đối thủ nào nên được các game thủ khác nể sợ và tôn sùng. Trong thế giới ảo, thay vì bị bạn bè xa lánh hoặc bắt nạt, Chris có nhiều fan hâm mộ và cậu có thể ra oai với bất kỳ ai.

Ngày càng có nhiều thiếu niên như Chris đi tìm niềm vui và sự khuây khỏa trong thế giới ảo, vì chỉ có ở đó, chúng mới tạo được danh tính riêng, được đánh giá cao là những điều mà những đứa trẻ đáng thương này không có được trong gia đình hoặc nhà trường. Một hiện tượng đáng lo ngại khác là ở một phương diện nào đó, một số trò chơi điện tử kích thích tính hung hăng thiếu kiểm soát của trẻ và là tác nhân gián tiếp gây ra các hành vi bạo lực ở trẻ vị thành niên.

BẠN LÀM GÌ NẾU KHÔNG PHẢI GIÚP CON ĐƯƠNG ĐẦU VỚI NHỮNG CÁM DỖ VÀ KHÓ KHĂN TRONG CUỘC SỐNG?

Trong thế giới dật dật người đông này, không chỉ người lớn mà con cái chúng ta cũng phải chịu áp lực và đối mặt với nhiều vấn đề. Làm thế nào đạt toàn điểm giỏi, đậu vào trường danh giá để làm mát mắt cha mẹ? Làm thế nào để nói “không” với đứa bạn mời lên mạng chat hàng giờ hoặc so tài với nó trong một trò chơi? Kể ra vấn đề của con trẻ cũng không nhỏ như người lớn chúng ta vẫn nghĩ đâu. Trong khi đó, thay vì ở bên con cái làm chỗ dựa cho chúng, đa số các bậc phụ huynh bị cuốn vào vòng xoáy cơm-áo-gạo-tiền. Sự phát triển quá nhanh và quá nóng

của xã hội tiêu thụ tạo ra không ít cảm dỗ đối với giới trẻ. Những công ty sản xuất trò chơi tận dụng khoảng trống này, bằng mọi cách lôi trẻ đến màn hình vi tính hoặc những trò chơi vô bổ khác. Nếu cha mẹ hay gia đình không trở thành tổ ấm để trẻ quay về chia sẻ và thổ lộ những khó khăn, cảm dỗ thì nhiều nguy cơ đến một ngày kia tất cả sẽ bùng nổ như trong một vở bi kịch.

Nếu cha mẹ và con cái trong gia đình bạn có mối quan hệ hai chiều và cảm thông lẫn nhau, xin chúc mừng bạn. Ngược lại, nếu mọi chuyện không như bạn mong muốn, cha mẹ và con cái gặp nhiều trở ngại trong giao tiếp với nhau, thì đây là lúc bạn cần phải làm mới lại mối quan hệ đó trước khi quá muộn. Các phương pháp trong quyển sách này sẽ giúp bạn bắt đầu tạo dựng sự tin tưởng và thoải mái trong các mối quan hệ gia đình. Đó chính là cách tốt nhất để bạn có thể bắt đầu giúp con đối mặt với những khó khăn cảm dỗ trong cuộc sống.

“LUÔN LUÔN LẮNG NGHE, LUÔN LUÔN THẤU HIỂU” MONG MUỐN VÀ SUY NGHĨ CỦA TRẺ

Bậc cha mẹ nào lại không biết mình mong muốn gì cho con cái. Ý muốn đó bắt đầu từ lúc đưa con tượng hình trong bụng mẹ, *“Con mình sẽ là đứa thông minh ngoan ngoãn, lớn lên nó sẽ...”*. Nhưng mong muốn trong đầu là một chuyện, xắn tay áo lên để biến mong muốn đó thành hiện thực lại là chuyện khác.

Đầu tiên, để hòa nhập vào thế giới tuổi teen và giúp đỡ chúng, ta cũng phải hiểu trẻ mong muốn gì từ người lớn, vấn đề gì chúng thường vấp phải trong học tập, trong các mối quan hệ gia đình, trong nhà trường và ngoài xã hội.

Hãy lắng đọng một chút và dành vài phút để viết ra những gì mà bạn nghĩ là con mình mong muốn nhất. Bạn nghĩ chúng muốn gì và cần gì từ những người mà chúng biết là yêu thương mình nhất? Hãy viết ra vài điểm vào khoảng trống dưới đây trước khi đọc tiếp.

.....
.....

Hãy cùng con tìm hiểu xem câu trả lời của bạn có khớp với những gì mà hầu hết bọn trẻ thật sự mong muốn cho mình và muốn có được từ cha mẹ không. Dưới đây là kết quả một cuộc khảo sát mà chúng tôi thực hiện gần đây với hơn 100 học sinh.

Năm điều bọn trẻ mong muốn từ cha mẹ nhất là:

1. Tự do và khoảng không gian để khẳng định bản thân

2. Được tin tưởng

3. Được yêu thương và chấp nhận

4. Được công nhận

5. Độc lập, không bị phụ thuộc

Khi tôi đưa danh sách này cho phụ huynh trong các buổi hội thảo dành cho họ, nhiều người bình luận như sau:

- *“Sao tôi có thể tin tưởng được khi chúng không biết thế nào là trách nhiệm?”*

- *“Nếu muốn tôi tin tưởng, chúng phải chứng tỏ mình đáng được tin chứ.”*

- *“Nếu để chúng tự do, chúng sẽ chẳng còn biết trên dưới hay kỷ cương gì hết.”*

- *“Độc lập ư? Nếu chúng quyết định sai thì sao?”*

Cha mẹ có cách nào đem đến cho con cái những gì chúng mong muốn, đồng thời vẫn bảo đảm rằng chúng sống có kỷ luật, có trách nhiệm và chững chạc để đưa ra những quyết định đúng đắn không? Chắc chắn là có!

Những người thất bại trong việc làm cha mẹ bị “mắc kẹt” trong cách nghĩ tiêu cực rằng để nuôi dạy con thật tốt, họ không thể nhượng bộ với “khao khát tự do”, “nhu cầu được tin tưởng” và “nhu cầu được công nhận” của chúng. Đó là lý do tại sao việc làm cha mẹ trở thành một “cuộc chiến không khoan nhượng” hàng ngày. Họ phát hiện ra rằng họ phải dùng vũ lực và sức mạnh bề trên để bắt buộc con cái làm những việc mà họ nghĩ là tốt và vì lợi ích của chúng.

Điều này dẫn đến một hệ quả tất yếu, bọn trẻ có cảm giác bị câu thúc, trói buộc, không được người lớn chấp nhận và công nhận, không có khoảng không gian riêng cho mình. Và một khi không chịu nằm dưới ảnh hưởng của cha mẹ thì chúng ắt chịu tác động của những “thế lực” bên ngoài thường không tốt đối với con trẻ, điều ấy cũng tương tự như việc để một ngôi nhà trống, nếu người tốt không vào ở thì kẻ xấu sẽ đến viếng.

Các bậc phụ huynh thành công thì ngược lại. Họ tin rằng thỏa mãn một cách hợp lý những mong muốn và nhu cầu cảm xúc của con cái (sự tự do, độc lập, nhu cầu được công nhận, được chấp nhận,...) là cách tốt nhất để giúp trẻ trở nên vững vàng và tự nguyện làm những việc nên

làm. Thay vì ép buộc con cái phải theo ý mình, họ tin vào những cách thức giúp con hợp tác với mình một cách tự nguyện. Trong quyển sách này, bạn sẽ học được cách giúp con hiểu ra vấn đề để sẵn sàng hợp tác với bạn, chăm chỉ làm việc nhà và vui vẻ học hành.

Cũng trong cuộc khảo sát trên, bọn trẻ đã nói ra những gì mà chúng thật sự mong muốn cho bản thân.

1. Trở thành người thành công

2. Đạt thành tích cao trong học tập

3. Được yêu thích và nổi tiếng

4. Có mối quan hệ tốt với cha mẹ

Rõ ràng, đó cũng chính là những gì bạn mong đợi ở con mình, đúng không nào?

Nhưng nếu cha mẹ và con cái thật sự có cùng mong muốn, tại sao bọn trẻ lại không muốn nghe lời người lớn? Vấn đề nằm ở đâu?

Mắc mớ là ở chỗ, mặc dù đứa trẻ nào cũng muốn được thành công và đạt điểm cao trong học tập, nhưng đa số lại không biết và không sử dụng những phương pháp hiệu quả (để đạt được thành công), hoặc thiếu niềm tin rằng chúng thật sự có thể học tốt, rất tốt nữa là khác. Vì thiếu phương pháp và lòng tin vào chính mình, chúng thường bỏ cuộc ngay khi vấp phải trở ngại đầu tiên, rồi để mặc cho những cảm xúc tiêu cực (lười biếng, chán nản,...) làm nhụt chí và từ đó mặc cho mọi chuyện đến đâu thì đến.

Bên cạnh đó, việc cần nhằn, mắng mỏ, chê trách, đe dọa và trừng phạt khắt khe của một số bậc cha mẹ không những chẳng giúp ích gì trong việc truyền cảm hứng học tập cho con trẻ, lại chỉ gây áp lực cho những cá nhân còn non nớt, dẫn đến hệ quả là nhiều em tiếp nhận mọi chuyện với thái độ tiêu cực. Thậm chí, những hành động thái quá của cha mẹ chỉ củng cố thêm niềm tin và cảm xúc tiêu cực nơi trẻ về bản thân mình và về cha mẹ mình.

Với tư cách những người làm cha mẹ, chúng ta phải biết thông cảm với những vấn đề của con cái, tin tưởng chúng, động viên chúng và đưa ra những phương pháp hiệu quả giúp chúng vượt qua khó khăn. Chỉ có vậy, trẻ mới có động lực và ý chí để tiếp tục cố gắng vươn lên. Dù là cha mẹ hay con cái thì bất cứ ai cũng có mục đích cuối cùng là mong cho bản thân hoặc người thân của mình thành công, hạnh phúc. Và đó cũng chính là lý do cơ bản nhất để bạn, với tư cách

người cha hay người mẹ, thực hiện bước đầu tiên trong việc tìm hiểu tâm tư nguyện vọng của con cái.

HIỂU VẤN ĐỀ CỦA CON TRƯỚC KHI GIANG TAY GIÚP ĐỠ

Để có thể động viên, giúp đỡ con cái giải quyết các vấn đề chúng gặp phải trên con đường vươn lên trong học tập hay cuộc sống, ta phải thật sự hiểu rõ những rắc rối này. Hãy suy nghĩ và kê ra những điều bạn nghĩ đang là vấn đề của con mình.

.....
.....

Có phải bạn đã viết ra một trong những điều sau?

- ☐ Lười biếng – luôn trì hoãn không chịu bắt tay ngay vào việc
- ☐ Thiếu kỷ luật
- ☐ Không tôn trọng người lớn
- ☐ Thờ ơ, không có hứng thú học tập
- ☐ Bao giờ cũng viện đủ lý do để không làm tốt việc này việc kia
- ☐ Có thái độ không tốt

GIẢI QUYẾT “VẤN ĐỀ GỐC CHỨ KHÔNG PHẢI “TRIỆU CHỨNG BÊN NGOÀI”

Thật trớ trêu, một số vấn đề phổ biến mà cha mẹ NGHĨ rằng con mình đang gặp phải lại không phải là bản chất vấn đề mà chỉ là biểu hiện bên ngoài. Vì thế, dù họ có làm gì đi nữa vẫn không thể hóa giải được vấn đề đó. Để giải quyết tận gốc một vấn đề, bạn phải truy tìm “gốc rễ sâu xa” của nó chứ không chỉ tập trung vào “chữa cái ngọn”. Ví dụ, việc một cậu trai lười học (biểu hiện bên ngoài) có thể có những lý do khác nhau (nguyên nhân sâu xa). Sau đây là một vài nguyên nhân thường gặp.

Lý do 1: Cậu học hành chăm chỉ nhưng kết quả thi vẫn kém hơn bạn bè. Cậu đi đến kết luận là mình ngu hơn người, có học mấy cũng chẳng nên cơm cháo gì. (Trong trường hợp này, vấn đề thật sự nằm ở niềm tin tiêu cực vào bản thân – tự cho mình kém cỏi – và không có phương

pháp học tập hiệu quả, nên học chăm mà kết quả vẫn kém).

Lý do 2: Cậu luôn cho rằng mình bị thầy cô ở trường “chiếu bí” hoặc “đi”, và do đó, cậu chống đối lại thầy cô và nhà trường bằng cách không học hoặc học quấy quá cho xong. (Nguyên nhân nằm ở chỗ cậu có mối quan hệ không tốt với thầy cô).

Lý do 3: Trong gia đình, cha mẹ cậu chỉ chú ý đến con khi cậu làm những việc sai trái. Nếu mọi chuyện suôn sẻ, cha mẹ sẽ không hỏi tới cậu chứ đừng nói gì đến việc quan tâm đến cậu. (Nguyên do là vì nhu cầu cảm xúc của cậu không được đáp ứng và cậu cần làm một việc gì đó để nhận được sự quan tâm).

Lý do 4: Cậu đau khổ vì mối quan hệ với bạn gái đổ vỡ nhưng điều này cha mẹ cậu không biết. Mang nỗi đau này, cậu cảm thấy tất cả mọi chuyện với mình là vô nghĩa và không còn muốn học hành gì nữa. (Trong trường hợp này, nguyên nhân là do cậu có cảm xúc tiêu cực gây ra bởi một người khác).

Danh sách các nguyên nhân cho cùng một “triệu chứng” (lười học) có thể tiếp tục kéo dài vì mỗi đứa trẻ có tính cách và hoàn cảnh khác nhau. Bạn sẽ nhận ra rằng, khi bạn bắt đầu tìm ra nguyên nhân thật sự của một hành vi (biểu hiện bên ngoài) nào đó, bạn sẽ có được một loạt các giải pháp hợp lý để giải quyết tận gốc vấn đề. Hãy suy nghĩ về việc này: nếu bạn kết luận rằng con bạn đơn thuần là lười biếng và trừng phạt tội lười biếng của nó thì bạn sẽ không bao giờ giải quyết được vấn đề.

Lấy ví dụ “lý do 1”, bạn có thể giúp con bạn có thái độ học tập tích cực hơn bằng cách mua cho con quyển sách “Tôi Tài Giỏi, Bạn Cũng Thế!”. Quyển sách này sẽ giúp con bạn xây dựng niềm tin tích cực vào bản thân (có nghĩa là loại bỏ những niềm tin tiêu cực), và các phương pháp học tập hiệu quả tiên tiến nhất (nhằm giải quyết vấn đề “học nhiều mà tiếp thu chẳng bao nhiêu”).

Trong các chương tiếp theo, bạn sẽ học cách giúp con chia sẻ những vấn đề và cảm xúc của chúng với bạn một cách thoải mái (đa số bọn trẻ cảm thấy rất khó nói chuyện với cha mẹ), cũng như các phương pháp giúp con bạn nhanh chóng tìm được giải pháp cho các vấn đề bọn trẻ thường gặp phải.

VÌ SAO TÔI VIẾT QUYỂN SÁCH NÀY

Trong vòng 15 năm qua, tôi đã tổ chức rất nhiều khóa học về các phương pháp học tập hiệu quả và phát triển bản thân trong thanh thiếu niên, nhằm giúp các em thành công cả trong học

đường lẫn cuộc sống. Nhờ thế mà tôi có cơ hội tiếp xúc với hàng ngàn học sinh với những thái độ và cách hành xử khác xa nhau.

Một số em sống lạc quan, tự tin và đầy quyết tâm trong học tập nên đạt những thành tích tốt về các mặt học tập, thể thao, văn nghệ. Trong khi đó, có những em hoàn toàn dửng dưng với việc học, luôn sống trong tâm trạng sợ hãi, có thái độ tiêu cực, nổi loạn và không màng đến ngày mai. Từ những điều mắt thấy tai nghe hàng ngày, trong tôi luôn bật lên một câu hỏi, sao lại có sự khác biệt to lớn như thế. Có phải đó là những tính cách khác nhau được hình thành từ lúc cha sinh mẹ đẻ? Hay do tác động của bạn bè xung quanh? Vì những ngôi trường khác nhau mà các em đang học? Do ảnh hưởng của thầy cô trong trường? Hay chỉ đơn giản là do chế độ dinh dưỡng hàng ngày của các em? Hoặc rộng hơn, do hoàn cảnh kinh tế xã hội?...

Mặc dù tất cả các yếu tố trên đều ít nhiều ảnh hưởng đến mỗi cá nhân trong một chừng mực nào đó, tôi phát hiện ra rằng, *yếu tố lớn nhất và quan trọng nhất hình thành thái độ, hành vi, và do đó, tương lai của một đứa trẻ chính là cách dạy dỗ của cha mẹ đối với con cái.*

Tôi cũng khám phá ra rằng, nếu cha mẹ có cách nghĩ tích cực và dành thời gian để bảo ban, trò chuyện và nâng đỡ con em thì chúng sẽ tin tưởng vào bản thân hơn, có động lực mạnh mẽ hơn và thành công hơn. Điều này cũng đúng với cả các em sinh trưởng trong gia đình nghèo, học ở “trường làng”, và thậm chí kể cả khi sống trong một môi trường không trong sạch lắm. Thêm một phát hiện nữa, những đứa trẻ có nhiều biến chuyển tích cực nhất và thành công nhất sau các khóa đào tạo của tôi đều là con của những người cha người mẹ thật sự cảm thông và tích cực hỗ trợ con cái.

Quá trình tìm tòi để giải đáp cho nỗi băn khoăn trên là lý do thúc đẩy tôi thai nghén và thực hiện quyển sách này. Đối tượng mà tôi muốn trao đổi, trò chuyện, tranh luận và cuối cùng truyền đi cảm hứng cho một sự thay đổi lớn chính là bạn, bậc cha mẹ hết lòng quan tâm đến con cái. Tôi hiểu rõ điều mà tôi sẽ mang đến cho bạn sau khi đọc quyển sách và thực hiện những gì cần làm, đó là niềm tự hào chính đáng của người làm cha mẹ có những đứa con khỏe mạnh, vui tươi, lanh lợi, thành công trong trường học và mai này sẽ thành công trong bất cứ cương vị xã hội hay nghề nghiệp nào mà chúng lựa chọn.

CHA MẸ PHẢI LÀ NGƯỜI TẠO RA SỰ KHÁC BIỆT

Điều đáng mừng là khi bạn đã học được cách hiểu và tương tác với con cái một cách đúng đắn, bạn sẽ chứng kiến một chuyển biến không ngờ, trẻ sẽ trở thành những “thiên thần” biết yêu thương, cảm kích trước tình yêu thương của cha mẹ; có ý chí và quyết tâm mạnh mẽ, cho

dù vào lúc này, chúng có thể là những “thiên thần nổi loạn” hỗn láo, bỏ ngoài tai những lời cha mẹ hoặc trợ lý trước những thông điệp của tình thương.

Trong đời mình tôi đã chứng kiến nhiều phép lạ xảy ra khi cha mẹ và con cái cùng nỗ lực “đổi mới” mình qua những quan niệm và phương pháp tích cực để thành công hơn trong cuộc sống và quan hệ gia đình. Và đã đến lúc tôi muốn chia sẻ với bạn một trong những câu chuyện thành công nhất mà tôi biết được.

Tôi xin đăng nguyên văn email của một học viên tên Yu Yuan đã hoàn thành khóa học “Tôi Tài Giỏi, Bạn Cũng Thế!” của chúng tôi.

Yu Yuan, trước khi đến với chúng tôi, là một thiếu niên quậy phá, sống lông bông lang bang thậm chí còn có vấn đề rắc rối với luật pháp nữa. Tuy nhiên, khi cậu lĩnh hội được các phương pháp giao tiếp tích cực trong khóa học của chúng tôi, mối quan hệ giữa cậu với mẹ cậu và cả với thầy cô trong trường bỗng chốc trở nên tốt đẹp. Có thể nói Yu Yuan đã thực hiện một cuộc “lột xác” ấn tượng, từ chỗ là một học sinh cá biệt bỏ bê học hành và không quan tâm gì đến tương lai, cậu trở thành một học sinh đầy quyết tâm, có trách nhiệm và gặt hái nhiều thành tích cả trong học tập lẫn cuộc sống. Thậm chí sau này, Yu Yuan còn quay lại làm trợ lý huấn luyện trong rất nhiều khóa đào tạo của chúng tôi.

Người gửi: Flame

Ngày: Thứ 5, 30 tháng 11 năm 2005, 15:34

Người nhận: Adam Khoo

Chủ đề: Thư cảm ơn

Thầy Adam kính mến,

Em xin gửi lời cảm ơn chân thành đến thầy vì thầy đã giúp em bắt đầu có được cái gọi là “niềm hy vọng lớn” từ khóa học “Tôi Tài Giỏi, Bạn Cũng Thế!” vào tháng ba vừa rồi. Trước khóa học, cuộc sống đối với em thật khó khăn. Em hiếm khi nói chuyện với mẹ và thậm chí còn dính líu đến những việc rắc rối với pháp luật.

Mới tháng hai năm nay, trước khi tham gia khóa học của thầy, em đã bị tuyên án 18 tháng tù treo vì tội cố ý hành hung người khác.

Cuộc đời em trước khi tham gia chương trình “Tôi Tài Giỏi, Bạn Cũng Thế!” có thể nói là một

chương khác. Em luôn sống trong tâm trạng căng thẳng nóng giận, và cứ nghĩ là cả thế giới đang chống lại mình. Từ những gì trải nghiệm và lĩnh hội được qua khóa học, em như tỉnh lại sau một cơn mê dài và nhận ra rằng không phải thế giới chống lại em mà chính là em luôn tìm cách chống lại thế giới.

Em học được cách giải quyết tốt hơn những vấn đề gặp phải trong cuộc sống nên cảm thấy như cuộc đời bắt đầu mỉm cười với mình.

Điều quan trọng nhất mà em học được từ khóa học của thầy không phải là các kỹ năng học tập mà là cách trở thành một người tốt hơn trong cuộc sống. Đối với em, điều này còn giá trị hơn các kỹ năng học tập mà em đã học được, vì nói cho cùng, nếu em cứ phạm luật mãi, thì dù có bằng cấp gì chẳng nữa phỏng có ích gì.

Mối quan hệ giữa em và mẹ cũng ngày càng tốt đẹp, như thể hai mẹ con từ lúc nào đã trở thành những người bạn, và em cảm thấy rất vui vì điều đó.

Mặc dù em vẫn đang trong giai đoạn thụ án treo, nhân viên tòa án đã thông báo một tin vui, em có thể được giảm án.

Giờ đây, em có thể nhìn nhận mọi việc rõ ràng hơn. Từ đáy lòng mình em biết mình mang ơn thầy, vì thầy chứ không phải ai khác, đã giúp em nhận ra cái gì là quan trọng của cuộc sống.

Xin cảm ơn thầy một lần nữa.

Trân trọng,

Yu Yuan

CHA MẸ CÓ NĂNG LỰC MÀU NHIỆM TẠO NÊN SỰ THAY ĐỔI NƠI CON CÁI

Nhiều phụ huynh và thầy cô giáo thường lấy làm ngạc nhiên vì tôi có thể truyền cảm hứng cho một sự thay đổi lớn trong các em, thậm chí ngay cả với những học sinh “khó trị” nhất, chỉ sau một thời gian ngắn. Tôi thường nói với họ rằng, “phép màu” không nằm ở đâu khác ngoài khả năng hiểu biết, năng lực cảm thông và cách thức giao tiếp bằng lời với các bạn trẻ. Bí quyết cũng nằm ở chỗ biết cách khơi gợi những cảm xúc tích cực trong trẻ bằng cách “bấm đúng nút”. Tôi tin rằng tất cả trẻ em, về bản chất đều có sẵn trong mình động lực vươn tới thành công và rất dễ “sung” nếu ta biết cách gửi đi đúng thông điệp chúng cần. Vấn đề là ở chỗ, người lớn chúng ta có biết cách giúp chúng khám phá sức mạnh vốn có trong chính bản thân chúng

hay không.

Lý do giải thích tại sao hầu hết các ông bố bà mẹ cảm thấy khó bắt con cái nghe “lời hay lẽ phải” của mình là vì bản năng tự nhiên của cha mẹ xui khiến họ “bấm sai nút”. Bởi thế, thay vì làm cho trẻ cảm thấy phẫn chấn tự tin, họ lại chỉ làm cho bọn trẻ nhụt chí, đôi khi muốn chống đối hoặc làm ngược lại những điều mà cha mẹ chúng muốn.

Ví dụ, nếu con trai bạn một ngày nào đó nói với bạn rằng, *“Con thấy việc đến trường thật nhàm chán, chỉ tốn thời gian”*, bạn sẽ phản ứng như thế nào? Tôi biết đa số ông bố bà mẹ sẽ lập tức nhảy dựng lên và nói những câu gay gắt, *“Con bị điên à?”*, *“Mày phải học cho dù có thích hay không, nghe chưa!”* hay *“Con phải học vì tương lai của con”*. Trong các chương sau, bạn sẽ biết rằng cách phản ứng như thế không hề giúp bạn đạt được mục đích truyền cảm hứng thay đổi cho con bạn, dù đó chính là điều bạn mong muốn. Thật vậy, trước phản ứng như thế của cha mẹ, con bạn chỉ thấy một điều, đó là cảm xúc của chúng bị coi nhẹ, rằng bạn không hề quan tâm hay hiểu chúng chút xíu nào. Việc này có thể càng khiến chúng chán học hơn. Vậy, bạn nên phản ứng như thế nào để đạt được mục đích của mình?

Trong quyển sách này, chúng tôi sẽ chia sẻ với bạn các phương pháp mà bạn có thể sử dụng để con bạn giải phóng sức mạnh và tài năng vốn còn ngủ yên sau những cánh cửa im ỉm khóa trong bản thân chúng. Những phương pháp mà bạn sẽ biết trong các chương sau là kết quả của nhiều năm tôi nghiên cứu và làm việc với hàng ngàn bậc cha mẹ ở Singapore và các nước trong vùng. Tôi thật lòng tin rằng, việc áp dụng những gì bạn học được từ quyển sách này sẽ làm nên một “phép màu” cải thiện mối quan hệ giữa cha mẹ và con cái. Chúng ta hãy bắt đầu bằng việc học cách giải phóng và kích hoạt những khả năng tiềm ẩn trong mỗi đứa con, bạn nhé!

Đáp án bài kiểm tra về việc hiểu ngôn ngữ tuổi teen

- Bạn hiểu được cách viết này không: pó t4y, chàj oj?

“Pó t4y” là cách viết của từ “bó tay”.

“Chàj oj” là cách viết của từ “trời ơi”.

- Những người nào được gọi là “Emo”?

“Emo” là từ dùng để miêu tả một người rất nhạy cảm và có cảm xúc bất an.

- “Xàm bơ”, “Xàm xí” có nghĩa là gì?

“Xàm bơ”, “xàm xí” có nghĩa là “nhảm nhí”.

- “LOL” có nghĩa là gì?

“LOL” là từ viết tắt của “Laugh Out Loud”, có nghĩa là “cười lớn tiếng”, thường được dùng trong tán gẫu qua mạng (chat).

- “Là dà”, “i âu ậy” có nghĩa là gì?

“Là dà” là cách nói gọn của “là như thế nào”.

“I âu ậy” là cách nói lái của từ “đi đâu vậy”.

CHƯƠNG 2

GIẢI PHÓNG TÀI NĂNG TIỀM TÀNG TRONG CON BẠN

Sinh con ra ai chẳng ao ước con mình thông minh có tài. Chẳng phải người đời vẫn cho rằng trí thông minh của một người luôn là yếu tố bảo đảm cho người đó gặt hái những kết quả khác thường và do đó có một tương lai tươi sáng hay sao? Vì thế mới có cảnh thiên hạ kẻ khóc người cười, nếu có những bậc cha mẹ tự hào sung sướng vì đứa con giỏi giang của mình thì cũng có không ít phụ huynh tuyệt vọng và chán nản vô cùng khi con cái họ học hành yếu kém, bị thầy cô giáo hoặc các nhà tâm lý dán cho cái nhãn đáng xấu hổ là “chậm tiêu”, “đần độn”, “kém cỏi”...

Câu hỏi được đặt ra ở đây là:

- ☐ Trí thông minh của con người là do bẩm sinh hay nhờ bồi dưỡng đào tạo mà có được?
- ☐ Những người tài giỏi trên đời là do trời sinh hay do giáo dục mà nên?

Đó cũng là vấn đề mà nhiều nhà nghiên cứu và các nhà khoa học về não bộ đã tranh luận trong nhiều thế kỷ qua, và câu trả lời là ... *do cả hai yếu tố trời phú và công phu rèn luyện.*

Trong khi chỉ có rất ít thiên tài lọt lòng mẹ với những khả năng siêu việt (ví dụ: Beethoven có tài năng âm nhạc bẩm sinh mà không cần qua trường lớp huấn luyện) thì nhiều nghiên cứu khoa học chứng minh rằng những đứa trẻ bình thường, nếu được nuôi dưỡng và đào tạo đúng cách, vẫn có thể trở thành những nhân tài vượt trội.

THỰC NGHIỆM EDITH

Một trong những minh chứng gây chấn động đầu tiên về khả năng đào tạo trẻ bình thường thành nhân tài được thế giới biết đến dưới cái tên Thực nghiệm Edith.

Vào năm 1952, Aaron Stern, một nhà báo làm việc cho tờ New York Times đã quyết định làm tất cả trong khả năng của mình để tạo cho con gái ông, Edith, một môi trường học tập tốt nhất và đầy đủ nhất. Ông muốn kích thích và thử thách bộ não non nớt của con gái một cách tối đa. Khi Edith còn là một bào thai năm tháng trong bụng mẹ, ngày ngày Aaron cho con nghe nhạc cổ điển và đọc sách cho con (ngày nay, các nghiên cứu khoa học đã xác nhận, hài nhi có thể bắt đầu học ngôn ngữ ngay từ trong bụng mẹ).

Sau khi bé Edith chào đời, Aaron bắt đầu nói chuyện với con bằng những câu hoàn chỉnh như nói với người lớn. Chẳng bao lâu sau, ông tự dạy Edith học bằng cách hằng ngày cho cô bé xem những tấm thẻ có vẽ hình, những con số thứ tự và chữ cái. Bạn đoán xem chuyện gì đã xảy ra?

Tròn một tuổi, Edith đã có thể nói chuyện bằng những câu đầy đủ thành phần y như người lớn. Lên năm tuổi, bé đọc hết bộ Bách Khoa Toàn Thư Anh Quốc. Vào năm 6 tuổi, mỗi ngày bé đọc hết tờ New York Times và 6 quyển sách. Mới 12 tuổi, Edith đã được nhận vào đại học. Và ở tuổi 15, cô bắt đầu giảng dạy môn Toán Cao Cấp tại trường Đại Học Bang Michigan (Michigan State University).

NHÂN TÀI ĐƯỢC TẠO RA NHƯ THẾ NÀO?

Từ cuộc thử nghiệm mang tên Edith đến nay, lịch sử đã ghi nhận nhiều trường hợp về những đứa trẻ ra đời với chỉ số thông minh (IQ) trung bình, nhờ được nuôi dưỡng và học hành trong môi trường học tập lý tưởng mà bộc lộ khả năng siêu phàm.

Gần đây (năm 2000) trên các phương tiện truyền thông, người ta thường nhắc đến trường

hợp của Farooq Yusof (một nhà toán học người Mã Lai), ông tự dạy học ở nhà cho con bằng các phương pháp học tập siêu tốc tương tự.

Kết quả của quá trình rèn luyện cao độ này là tất cả bốn người con của Yusof đều thể hiện tài năng từ rất sớm. Sufiah được nhận vào trường Đại Học Oxford năm 13 tuổi. Aisha và Iskanda được nhận vào trường Đại Học Warwick ở tuổi 16 và 13. Đặc biệt, người con út của ông, Zuleila, dự thi vào trường Cambridge vào năm lên 6.

Phải chăng bạn nghĩ tôi nêu ra những ví dụ trên là để cổ súy cho việc các bậc cha mẹ nên mở “lò luyện” con cái thành thần đồng? Rất tiếc, câu trả lời của tôi là “Không”.

Bản thân tôi tin rằng việc kích thích cao độ trí tuệ của trẻ sẽ ảnh hưởng không tốt đến quá trình phát triển tâm sinh lý của chúng. Bên cạnh việc tạo điều kiện phát triển trí tuệ cho con, những người làm cha làm mẹ cũng cần có sự quan tâm nhất định đến quá trình phát triển tâm lý và đời sống tinh thần của con cái. Để sống thành công và hạnh phúc, con người cần phải có một trí tuệ phát triển, một cơ thể khỏe mạnh, một nhân cách đẹp, một lối sống tích cực và hài hòa trong những mối quan hệ với gia đình, xã hội và thiên nhiên.

Chính vì thế, tôi không hề muốn hai đứa con gái của tôi (hiện lên ba và bốn tuổi) tham gia vào những chương trình rèn luyện trí tuệ cao độ như những người cha đã đề cập ở trên. Tôi muốn các con tôi được tận hưởng niềm vui hồn nhiên, vô tư lự của tuổi thơ, để khi lớn lên các cháu sẽ trưởng thành cả về trí tuệ lẫn tâm hồn theo một nhịp độ tự nhiên.

Mặc dù nhiều đứa trẻ trong “lò luyện thiên tài” thật sự có được bộ óc siêu việt, trí thông minh xuất chúng, nhưng không phải ai cũng thành công và hạnh phúc trong cuộc sống. Khá nhiều em trong số đó mắc phải cái gọi là “hội chứng thần đồng”. Những em này thường có tâm lý không ổn định, thất bại trong việc tạo dựng một lối sống hài hòa cân bằng, thậm chí chúng thiếu hẳn những kỹ năng xã hội cần thiết. Chúng cũng gặp khó khăn trong việc hòa nhập vào đám bạn cùng trang lứa nói riêng và ngoài xã hội nói chung. Nhiều “thần đồng” trong độ tuổi trưởng thành lâm vào cảnh cô đơn bởi lối sống lệch lạc, khép kín, vì thế mà gặp khó khăn trong việc tận hưởng những niềm vui bình thường trong cuộc sống hàng ngày.

Điển hình là trường hợp của Sufiah Yusof, cô được tuyển vào học ở Đại Học Oxford danh giá vào năm 13 tuổi nhưng chỉ hai năm sau, cô đã bỏ nhà ra đi, quyết định trở thành bồi bàn để thoát khỏi những áp lực và đòi hỏi nghiệt ngã từ người cha.

Thông qua những điều trình bày ở trên, tôi muốn nhấn mạnh một điểm rằng: HẾT THẤY

chúng ta ai cũng có tiềm năng và cơ hội trở thành nhân tài, rằng trí thông minh quả thật có thể được khai thác, phát triển và bồi dưỡng thông qua các phương pháp đào tạo đặc biệt. Tuy nhiên, không nên gượng ép, bắt con trẻ phải phát triển thành “thiên tài”. Để chúng có một cuộc sống thành công và hạnh phúc, những phương pháp nuôi dạy con thành tài đều phải được thực hiện đúng cách, vào đúng độ tuổi và hài hòa với nhịp độ phát triển tự nhiên của trẻ.

TỪ HỌC LỰC YẾU KÉM ĐẾN HỌC SINH XUẤT SẮC TOÀN DIỆN

Nếu bạn vì vô tình mà không biết đến những biện pháp giúp khơi dậy và phát triển trí thông minh của con từ lúc chúng còn bé và cho rằng bây giờ mới bắt đầu là quá trễ thì không đúng đâu! Não bộ của chúng ta liên tục phát triển qua từng giai đoạn cuộc sống. Và một khi nó chưa được vận hành hết công suất thì chúng ta còn có thể tăng cường khả năng tận dụng sức mạnh não bộ ở bất cứ độ tuổi nào.

Một trong những ví dụ tốt nhất mà tôi có thể kể cho bạn nghe là câu chuyện về cuộc đời tôi. Để bắt đầu, tôi xin nhấn mạnh một điều là tôi sinh ra không có gì đặc biệt. Trái lại, hồi bé tôi còn bị coi là... “đần độn”, “tối dạ”, “ngu lâu”, “đầu đất” nữa.

Trong những năm đầu tôi học tại trường tiểu học St Stephen, cha mẹ tôi chán nản và phiền lòng ghê gớm khi quý tử của họ “chẳng bằng ai”. Tôi không thể nhớ nổi bảng cửu chương, mấy từ tiếng Hoa thông dụng thì học trước quên sau. Tóm lại, chữ nghĩa của tôi không những “không đựng đầy một chiếc lá trúc”, mà tôi còn là một thằng nhóc lười biếng, không thể tập trung vào bất cứ việc gì cho đến đầu đến đuôi. Trong lớp, thay vì nghe giảng bài, tôi không nhìn ra cửa sổ mơ màng chuyện đâu đâu thì cũng vẽ nguệch ngoạc trên giấy, chọc phá bạn bè và kết quả... thi rớt hầu hết các môn học. Thầy cô giáo liệt tôi vào diện “ngu lâu khó đào tạo” và than phiền về việc tôi “không có khả năng tập trung”. Đâu chỉ có thế, sau khi dính vào khá nhiều vụ đánh nhau và vi phạm kỷ luật trong trường, tôi còn bị đuổi học vào năm chín tuổi (lúc tôi đang học lớp ba).

Mẹ tôi phải cày cục mãi mới xin được cho tôi vào học ở một trường khác (trường tiểu học Ngee Ann), nhưng tôi vẫn “chứng nào tật ấy”, tiếp tục “xoi ngổng” trong các kỳ thi, tiếp tục bị gọi lên phòng giám thị nghe mắng vồn. Trong kỳ thi cuối cấp tiểu học (Primary School Leaving Exams – PSLE), điểm thi của tôi xấu đến nỗi cha mẹ tôi vác học bạ đến xin học ở đâu là y như rằng bị từ chối ở đấy (sáu trường cả thảy). Chả ai muốn nhận một học sinh lười biếng và dốt nát như vậy. Cuối cùng, tôi buộc phải vào một ngôi trường mà không ai biết tới. Đó là một

trong những trường ở Singapore có thứ tự xếp hạng cao nhất “từ dưới đếm lên” vào thời điểm đó.

Mặc dù được cả thầy cô trực tiếp giảng dạy lẫn thầy hiệu trưởng tận tâm giúp đỡ nhưng tôi vẫn “ngựa quen đường cũ”, chỉ khoái đàn đúm với lũ trẻ giống tôi: thích trốn học đi chơi, điểm số tốt xấu gì cũng mặc kệ. Đám bạn tôi lúc bấy giờ chẳng đứa nào dám mơ vào trung học chứ đừng nói gì đến ngưỡng cửa đại học. Phần lớn đều nghĩ, may mắn lắm mình mới học xong trung học cơ sở rồi nhờ vào vận số xem có được nhận vào học ở một trường trung học dạy nghề nào đó không.

Tuổi thơ cùng với những kinh nghiệm này đã hình thành và ấn định trong tôi một thái độ và niềm tin tiêu cực rằng: Adam Khoo tôi, trời sinh ra đã dốt nát, biếng học ham chơi. Quả thật học hành sao mà khó khăn với tôi đến thế. Chắc bạn cũng đoán ra, tôi liên tục nhận điểm kém và xếp hạng 156 trong tổng số 160 học sinh toàn khối.

Đời tôi chỉ bắt đầu thay đổi khi cha tôi (trong nỗi tuyệt vọng ghê gớm) đã quyết định làm một việc mang ý nghĩa “còn nước còn tát” là đăng ký cho tôi vào học các chương trình về động lực cuộc sống dành cho thiếu niên. Thông qua những chương trình này, lần đầu tiên tôi được biết một sự thật rằng: tất cả chúng ta đều sở hữu não bộ với những khả năng hầu như vô tận, nhưng thành công chỉ đến với những người có cách nghĩ đúng đắn, tin tưởng vào bản thân và nắm được các phương pháp học tập hiệu quả. Cũng nhờ khóa học này, tôi như tái sinh thành một con người khác: có niềm tin mới mẻ vào bản thân và cùng với nó là những động lực vươn lên trong cuộc sống.

Cứ như thế tôi vừa chạm vào cây đũa thần và biến hóa thành người khác. Thông qua những khoá học ngắn hạn và rất nhiều quyển sách tôi đã đọc ngẫu nhiên, tôi như bừng tỉnh và nhận ra rằng tôi đang nắm trong tay chìa khóa mở cánh cửa dẫn tới thành công, như tôi hằng mơ ước từ tận đáy lòng mà không dám thú nhận dù với chính mình.

Con người mới mẻ đầy quyết tâm và phơi phới đi lên trong thẳng bé 13 tuổi ấy bắt tay vào công việc hoạch định cho tương lai. Tôi bắt đầu áp dụng các kỹ thuật học tập như “Học Bằng Cả Não Bộ” (Whole Brain Learning), “Kỹ thuật Trí Nhớ Siêu Đẳng” (Super Memory Techniques) và “Cách Đọc Nhanh” (Speed Reading). Dần dần, thông qua việc chăm chỉ rèn luyện các phương pháp học tiên tiến này, tôi bắt đầu nhận ra rằng thật ra tôi cũng giỏi giang như bất kỳ ai. Thậm chí thông qua con đường tự học, tự đào luyện, tôi có thể có những thành tích vượt trội... hơn cả những học sinh giỏi nhất trường. Tại sao không?!

Trong tâm trạng hào hứng cao độ với những viễn cảnh tươi sáng sau một phát hiện mang tính đột phá như thế, đứa trẻ 13 tuổi ấy còn đặt ra một số mục tiêu không tưởng (đối với một học sinh vốn “đội sổ” trong trường như tôi).

1. Vươn lên trở thành học sinh xuất sắc nhất ngôi trường tôi đang học

2. Đậu vào trường Trung Học Victoria – một trong ít trường danh giá nhất Singapore

3. Đậu vào khoa Quản Trị Kinh Doanh của trường Đại Học Quốc Gia Singapore – NUS – luôn nằm trong top 50 trường đại học hàng đầu thế giới trong nhiều năm qua)

4. Kiếm được một triệu đôla đầu tiên vào năm 26 tuổi – một mục tiêu mà ngay cả những học sinh tài giỏi nhất cũng không dám mơ tới

Tôi toàn tâm toàn ý cho các mục tiêu cao vợi của mình, và dĩ nhiên tôi lao vào học – cực kỳ chăm chỉ và vất vả – như để bù lại quãng thời gian đã mất. Bên cạnh đó, việc áp dụng tất cả các phương pháp học tiên tiến một cách thành thạo (kỹ thuật ghi nhớ, cách đọc nhanh, lập Sơ Đồ Tư Duy, ứng dụng lý thuyết vào thực hành, kỹ thuật thi cử,...) vào tất cả môn học cũng giúp tôi rất nhiều trong việc nhanh chóng bắt kịp bạn bè. Sau mấy năm cố công gắng sức, mọi nỗ lực của tôi đã được đền bù một cách hậu hĩnh. Từ một học sinh dốt nhất trường, tôi leo lên đứng nhất trường với bảy điểm mười tuyệt đối trong kỳ thi tốt nghiệp cấp hai, và được nhận vào trường Victoria danh tiếng (như mục tiêu tôi đã đề ra).

Mấy năm sau, tôi lại đạt toàn điểm 10 trong kỳ thi tốt nghiệp cấp ba. Thành tích này giúp tôi đạt được mục tiêu thứ ba của mình: đậu vào trường NUS, khoa Quản Trị Kinh Doanh. Tại NUS, tôi vẫn tiếp tục sử dụng các phương pháp đã ứng nghiệm với mình, và bao giờ cũng có mặt trong danh sách 1% sinh viên xuất sắc nhất trường. Tôi cũng là một trong những sinh viên đầu tiên tham gia chương trình Phát Triển Tài Năng của NUS. Tôi hoàn thành chương trình đại học bốn năm với bằng cử nhân danh dự chỉ trong vòng ba năm. Và trong suốt ba năm đó, tôi lúc nào cũng nằm trong топ sinh viên giỏi nhất trường.

Đó cũng là thời điểm tôi viết tác phẩm đầu tay “I Am Gifted, So Are You!” – “Tôi Tài Giỏi, Bạn Cũng Thế!”. Quyển sách này là phương tiện hiệu quả cho phép tôi gửi gắm một thông điệp mạnh mẽ đến các bạn trẻ xa gần rằng: *cho dù trong quá khứ, họ có học dở đến mức nào, bị những người xung quanh gán cho những danh hiệu tồi tệ ra sao thì họ vẫn có thể đạt kết quả cao trong học tập và thành công trong cuộc sống, nếu (và chỉ thế mà thôi) họ có niềm tin vào bản*

thân, có cách nghĩ đúng đắn cũng như các phương pháp học tập hiệu quả.

Cũng xin nói thêm là quyển sách “Tôi Tài Giỏi, Bạn Cũng Thế!” đã liên tiếp dẫn đầu danh sách bán chạy tại Singapore. Sau khi được hai dịch giả Trần Đăng Khoa - Uông Xuân Vy biên dịch và hiệu chỉnh để phù hợp với ngôn ngữ tiếng Việt và hoàn cảnh ở Việt Nam, “Tôi Tài Giỏi, Bạn Cũng Thế!” không những nhanh chóng trở thành một trong những quyển sách bán chạy nhất tại Việt Nam mà còn là một “hiện tượng” trong giới trẻ.

Cùng với thành công của quyển sách “Tôi Tài Giỏi, Bạn Cũng Thế!”, tôi bắt đầu tổ chức những chương trình như “Superkids” (Thiếu Nhi Siêu Đẳng) dành cho trẻ em từ 7 đến 12 tuổi và chương trình “I Am Gifted, So Are You!” (Tôi Tài Giỏi, Bạn Cũng Thế!) dành cho thiếu niên từ 13 đến 18 tuổi. Hằng năm, hai chương trình này đào tạo khoảng 13.000 học sinh ở Singapore, Mã Lai, Indonesia và một số nước khác.

Vậy câu chuyện về đời tôi muốn nhắn nhủ với bạn – những người làm cha làm mẹ – điều gì? Đó là dù con bạn học hành chênh mảng và kém cỏi đến mức nào thì trong mỗi đứa trẻ cũng đều chứa đựng một tiềm năng phi thường. Đừng bao giờ đánh mất niềm tin đó vào đứa con của bạn. Điều quan trọng là bạn phải dạy cho chúng cách tin vào bản thân, cũng như cách sử dụng các phương pháp tiên tiến, để kích hoạt và thăng hoa tài năng thật sự vẫn ẩn náu trong mỗi đứa trẻ.

Chúng tôi sẽ chia sẻ với bạn nhiều phương pháp mà bạn có thể dùng để giúp con bạn thành công trong học tập ở các chương sau. Tuy nhiên, cách đơn giản nhất mà bạn có thể thực hiện ngay bây giờ là tặng cho chúng một quyển sách “Tôi Tài Giỏi, Bạn Cũng Thế!”.

BẠN VÀ TÔI ĐỀU SINH RA VỚI NHỮNG HẠT GIỐNG TÀI NĂNG VƯỢT TRỘI. TIẾC THAY, NHIỀU NGƯỜI ĐÃ VÔ TÌNH ĐÁNH MẤT NÓ

Tiến sĩ Georgi Lozanov – nhà giáo dục người Bungari, đồng thời là nhà tâm lý học và cha đẻ của phương pháp Học Tập Tăng Tốc (Accelerated Learning) – từng phát biểu: *“Hầu như tất cả trẻ em đều sinh ra với tiềm năng trở thành thiên tài. Tuy nhiên, trong quá trình lớn lên, đa số trẻ em đã để vượt mất những khả năng trời cho đó vì những tác động tiêu cực thường trực trong cuộc sống xã hội.”*

Nói cách khác, không hề có những cái đầu “ngu ngốc”, “mít đặc”, “không thể nhận thức”... Tất cả trẻ em đều có tiềm năng trở thành người tài (như tôi là một minh chứng hùng hồn). Nếu một em nào đó chăm học nhưng chưa đạt kết quả tốt, thì đó là vì phương pháp học của em

chưa hiệu quả chứ không phải do em có “cái đầu đần độn”. Những học sinh không may bị xếp hạng “chậm tiêu” thường là do cách học của chúng không phù hợp với cách dạy và học truyền thống trong nhà trường. Ở phần tiếp theo của chương này, bạn sẽ cùng tôi tìm hiểu cách học của con bạn, và hướng dẫn chúng điều chỉnh phương pháp học để thành công hơn.

Còn bây giờ, tôi muốn kể cho bạn nghe về một đứa trẻ không thể nói được cho đến khi hai tuổi. Không những thế, nó còn gặp rất nhiều khó khăn trong việc trả lời những câu hỏi đơn giản. Dĩ nhiên, bạn sẽ không lấy làm lạ khi biết rằng thầy cô của đứa trẻ ấy đã tin chắc mai sau nó sẽ chẳng làm nên trò trống gì.

Nếu đứa trẻ ấy được sinh ra ở Singapore hay Việt Nam ngày hôm nay, có lẽ cậu sẽ bị dán nhãn “não có vấn đề” hay “trì độn”, bị ném vào một cái rọ “đồ bỏ” nào đó và cuối cùng rất có thể sẽ chẳng làm nên trò trống gì thật. Bạn có ngạc nhiên không khi biết đứa trẻ mà tôi đang nói tới chính là Albert Einstein – một trong những thiên tài bậc nhất của mọi thời đại, người được đời sau xưng tụng là một trong ít khối óc vĩ đại nhất của nhân loại, cha đẻ của Thuyết Tương Đối và Vật Lý Lượng Tử.

Chính bản thân Einstein cũng nhiều lần xác nhận rằng ông không sinh ra cùng với những “tinh hoa phát tiết” ra ngoài. Trong quá trình lớn lên, ông đã tự kích hoạt những khả năng tiềm ẩn của mình bằng việc cho phép bản thân tự do suy nghĩ, luôn tò mò về mọi chuyện, luôn mơ mộng, suy tưởng và cuối cùng bao giờ cũng hoài nghi về những quan điểm mang tính “khuôn vàng thước ngọc” của những bậc tiền bối.

TÌM HIỂU SỨC MẠNH CỦA NÃO BỘ

Để hiểu rõ trí thông minh của chúng ta kỳ diệu đến mức nào, trước hết bạn cần biết cách thức hoạt động của bộ não phi thường của bạn. Vỏ não của chúng ta (lớp trên cùng và lớp trung tâm) – đóng vai trò chính trong các suy nghĩ bậc cao – được cấu tạo từ khoảng một triệu triệu (1.000.000.000.000) tế bào não gọi là nơ-ron.



Do tất cả chúng ta có số lượng nơ-ron xấp xỉ nhau (ít hơn hay nhiều hơn vài triệu thì cũng chẳng khác biệt gì nhiều), chúng ta có hệ thần kinh cơ bản, hay còn gọi là “phần cứng”, giống nhau. Để hiểu được “phần cứng” của chúng ta thật sự phi thường đến mức nào, bạn hãy so sánh bộ não với tốc độ xử lý thông tin của máy vi tính được đo bằng MIPS (triệu xử lý/giây).

Một bộ xử lý máy tính Intel Pentium III (500 Mhz) chỉ có thể chạy được 1.354 MIPS. Trong khi đó, mỗi tế bào não (nơ-ron) có thể xử lý 1.000 thông tin mỗi giây và toàn bộ não của chúng ta có tiềm năng xử lý 100 triệu MIPS. Điều này có nghĩa là tiềm năng não bộ của chúng ta tương đương với 73.855 máy tính cá nhân được nối với nhau và hoạt động cùng một lúc. Khoa học đã chứng minh tất cả chúng ta đều có cùng sức mạnh não bộ vô cùng lớn, nhưng tính chung chúng ta sử dụng chưa đến 1% tiềm năng thật sự này.

Liên kết nơ-ron: bí mật của trí thông minh

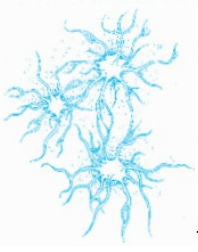
Câu hỏi được đặt ra là nếu tất cả chúng ta có cùng số lượng nơ-ron (tương đương với 73.855 máy tính cá nhân), thì tại sao có hiện tượng một số học sinh lại tiếp thu và xử lý vấn đề nhanh hơn hẳn những em khác? Tại sao một số em tiếp nhận và ghi nhớ thông tin dễ dàng trong khi một số khác lại gặp khó khăn?

Câu trả lời không nằm ở hệ thần kinh não bộ (phần cứng) mà chính là cách thức trong đó các nơ-ron của chúng ta được kích hoạt và sử dụng (phần mềm).

Hai mươi tuần sau khi thụ thai, các nơ-ron não bộ của chúng ta bắt đầu tạo nên những mối liên kết với nhau. Các liên kết này được gọi là liên kết nơ-ron. Mỗi khi nơ-ron tạo ra một liên kết (còn gọi là khớp thần kinh), một khuôn mẫu tư duy được hình thành. Từ đó suy ra, càng có nhiều liên kết nơ-ron trong một khu vực vào đó, chúng ta càng trở nên nhạy bén hơn trong lĩnh vực ấy. Ví dụ, nếu con bạn học giỏi Toán, đó là vì phần não bộ chịu trách nhiệm cho khả năng lập luận Toán học có rất nhiều liên kết nơ-ron. Trong khi đó, tuy giỏi Toán nhưng con bạn lại có thể vẽ không đẹp, đó là vì khu vực tưởng tượng liên quan đến thị giác trong não bộ không có nhiều liên kết nơ-ron.

Vậy nếu con bạn yếu về một hoạt động não bộ nào đó (như giải các bài Toán chẳng hạn), bé có thể tăng cường trí thông minh và năng lực trong lĩnh vực đó không? Dĩ nhiên là được! Giải pháp nằm ở việc kích thích và thử thách khu vực đó của não bộ, từ đó tạo ra nhiều liên kết nơ-ron và tăng cường mức độ thông minh, nhạy bén.

Nói cách khác, bằng việc luyện tập nhiều lần một việc gì đó, bạn chắc chắn sẽ thông minh hơn, xử lý vấn đề nhanh nhạy hơn trong hoạt động đó. Não bộ cũng giống như cơ bắp, một khi được luyện tập và sử dụng thường xuyên, sẽ có mức độ tăng trưởng mạnh mẽ hơn. Ngược lại, não sẽ yếu dần... giống như bất kỳ cơ bắp nào trong cơ thể khi không được luyện tập và sử dụng thường xuyên.



Đây là lý do tại sao chúng tôi bao giờ cũng nhắc nhở học viên mình rằng: cách duy nhất để giỏi Toán là nắm được cách học đúng và thường xuyên làm các dạng bài tập cho đến khi thuần thục. Nếu muốn có một trí nhớ siêu đẳng, bạn cũng phải học các kỹ thuật ghi nhớ hiệu quả và liên tục luyện tập trí nhớ cho đến khi đạt đến khả năng ghi nhớ tuyệt vời.

Vấn đề là ở chỗ đa số các bạn trẻ lại làm điều ngược lại: dễ làm khó bỏ. Nói cách khác, khi gặp những vấn đề khó hiểu hoặc bị điểm kém trong một môn học nào đó, chúng lập tức ngán ngại, ghét bỏ và buông xuôi không thêm cố gắng thêm chút nào nữa. Hệ quả tất yếu, chúng sẽ không bao giờ có cơ hội phát triển khả năng thật sự trong môn học đó, và dĩ nhiên kết quả môn học đó ngày càng tệ hơn.

Tiềm năng vô hạn của trí thông minh con người

Có phải mỗi người được sinh ra với một “hạn mức” thông minh nào đó và mức độ ấy là cố định trong suốt cuộc đời? Không phải vậy, mức độ thông minh của một người có thể được tăng cường nếu có sự kích thích não bộ hợp lý.

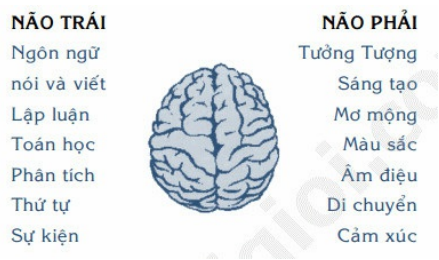
Nhưng liệu có giới hạn nào cho trí thông minh không? Một người chậm hiểu có thể rèn luyện bản thân để trở nên nhanh nhạy hơn không? Các nghiên cứu cho thấy, với phương pháp đúng đắn và chế độ rèn luyện phù hợp, điều gì cũng có thể xảy ra. Các nhà khoa học đã tính được tổng số liên kết nơ-ron có thể được tạo thành trong não bộ chúng ta. Con số ấy lớn đến mức, nếu biểu hiện thành các con số liên tiếp nhau thì nó kéo dài khoảng... 10,5 triệu kilômét. Từ đó có thể suy ra rằng trí thông minh tiềm ẩn của con người trong thực tế là không có giới hạn. Đây là lý do tại sao các nhà khoa học đi đến kết luận rằng một người trung bình chỉ tận dụng chưa đến 1% tiềm năng não bộ trong suốt cuộc đời.

Tóm lược về não trái và não phải

Để học được cách thức tận dụng tối đa tiềm năng của não bộ trong học tập, trước tiên chúng ta phải hiểu rằng vỏ não (lớp trên cùng và lớp trung tâm) được cấu tạo bởi hai bán cầu não riêng biệt, thường được biết tới như là não trái và não phải.

Não trái xử lý thông tin với các chức năng liên quan đến nhận thức như: ngôn ngữ viết và nói, phân tích, lập luận, sự kiện, toán học, thứ tự,... Não phải, mặt khác, tham gia vào công việc

liên quan đến sáng tạo, tưởng tượng, mơ mộng, màu sắc, âm điệu, di chuyển, cảm xúc và triết học.



TẠI SAO TRẺ THƯỜNG KHÔNG THỂ TẬP TRUNG LÂU ĐƯỢC

Vấn đề phổ biến nhất đối với trẻ em là chúng không thể chú ý và tập trung lâu vào một việc gì. Thường sau khi tập trung được vài phút là đầu óc chúng lại miên man với những ý nghĩ không đầu không cuối. Chẳng hạn, trong giờ Sinh học cô giáo đang giảng về một số loài sinh vật biển, sau khi nghe được vài câu lập tức trong óc cậu bé James hiện lên hình ảnh về một bãi biển nào đó và những kỷ niệm về chuyến đi nghỉ cùng gia đình, và cứ thế suy nghĩ này nối tiếp ý nghĩ kia mà chẳng có ý nghĩ nào liên quan đến những điều cô giáo đang giảng giải.

Thật ra, một trong những lý do làm cho điều này thêm trầm trọng là do hệ thống giáo dục của chúng ta có khuynh hướng thiên về những môn học liên quan đến não trái như Toán, Ngôn ngữ, Lịch sử, Địa lý, Vật lý, Hóa học, Kế toán, Sinh học, Tin học,... Hơn nữa, trong giờ lên lớp, giáo viên có xu hướng dạy học bằng các phương pháp chỉ tận dụng não trái (giảng bài đơn điệu với những con số khô khan, dữ liệu thuần túy, các bài tập và bài kiểm tra). Ngoài ra, các lớp học truyền thống nhìn chung ít sử dụng các dụng cụ trực quan sinh động tạo ra âm thanh, hình ảnh, khơi gợi trí sáng tạo, hoạt động di chuyển, lôi cuốn cảm xúc hay trí tưởng tượng của người học. Tuy nhiên, gần đây một số trường tư thục tiên phong đang bắt đầu áp dụng các phương pháp mang tính bổ trợ này vào học đường.

Khi não phải của một đứa trẻ không có cơ hội tham gia nhiều vào quá trình học, nó đâu có chịu “ngồi chơi xơi nước” mà sẽ giết thời gian bằng cách dệt nên những hình ảnh. Đó là lý do

tại sao, ngồi học môn Sinh mà con bạn lại bay vào xứ sở thần tiên với những bãi biển xanh biếc và hàng cọ tỏa bóng trên nền cát trắng phau. Nếu không thể thì nó cũng hý hoáy vẽ nguệch ngoạc hình cô giáo hay đưa bạn ngồi bàn trên, hoặc ngồi xoay ngược ngó xuôi trên ghế, hoặc gấp tàu bay ném trong lớp, hoặc chọc phá đưa bạn ngồi bên cạnh... Điều này cũng lý giải tại sao nhiều đứa trẻ, nhất là các bé trai lúc nào cũng có vẻ bồn chồn, không thể ngồi yên được lâu. Chỉ sau vài phút, chúng bắt đầu ngứa ngáy chân tay và nhất định phải làm một cái gì đó. Tiếc thay, “cái gì đó” ấy thường không phải là việc làm được thầy cô giáo và phụ huynh khen ngợi. Sở dĩ có hiện tượng này là vì não phải cảm thấy “buồn chán”, nó cần sự “dịch chuyển”, “tưởng tượng” và “âm điệu” làm cho bận rộn. Kết quả, học sinh đó bị phân tán không thể tập trung vào bài học.

Khi hiện tượng này xảy ra quá thường xuyên, những người lớn có trách nhiệm sẽ quy bản chất đứa bé này là “hiếu động thái quá”, “khả năng tập trung ngắn hạn”, “thiếu khả năng tư duy” và thậm chí “tiếp thu kém”. Thực chất, đứa trẻ này KHÔNG CÓ vấn đề gì về mặt đầu óc cả, chính phương pháp dạy học và cách học MỚI LÀ VẤN ĐỀ. Chúng tôi khám phá ra rằng, ngay cả những đứa trẻ bị cho là có triệu chứng “Rối Loạn Khả Năng Tập Trung và Hiếu Động Thái Quá” (Attention Deficit Hyperactive Disorder) vẫn có thể tập trung 100% khi trí óc của chúng được vận hành đúng cách.

Tại sao những học sinh “thiếu khả năng tập trung” lại có thể chăm chú 100% vào chơi game suốt mấy tiếng đồng hồ? Lý do là vì các trò chơi này tận dụng cả hai bán cầu não. Để chơi game giỏi cần đến lý luận, phân tích, ngôn ngữ (não trái) cũng như các kỹ năng của não phải như di chuyển, cảm xúc, màu sắc và tính sáng tạo.

HỌC BẰNG CẢ NÃO BỘ

Vậy bí quyết giúp trẻ chú ý, tập trung và học hành hiệu quả là gì? Câu trả lời là *tận dụng cả hai bán cầu não vào quá trình học. Tức là hãy học bằng cả não bộ.*

Khi học sinh sử dụng não phải (tưởng tượng, sáng tạo, âm điệu, màu sắc, cảm xúc, di chuyển, v.v...) vào việc học, hai bán cầu não sẽ tạo ra các tác động tương hỗ cho nhau giúp tận dụng sức mạnh não bộ nhiều hơn. Đồng thời, việc học cũng trở nên thú vị và hào hứng hơn. Các nhà khoa học đã chứng minh bộ não con người có khả năng ghi nhớ những thông tin bằng hình ảnh, âm thanh tốt hơn là từ ngữ và những con số đơn thuần.

Để tôi nêu một ví dụ về quá trình này. Học môn Sử thuần túy bằng não trái tức là đọc các sự kiện trong sách giáo khoa, lặp đi lặp lại cho đến khi những con số và dữ kiện được ghi vào bộ

nhớ.

Còn có một cách khác giúp các em học lịch sử thú vị và hiệu quả hơn nhiều: hãy học bằng cách tận dụng cả hai bán cầu não! Sau khi đọc và hiểu các sự kiện, các em có thể vẽ phác ra giấy vài hình ảnh, về một trận thắng chẳng hạn, rồi vẽ biểu đồ thể hiện những thắng lợi của quân ta về người và của; mất mát thương vong về phía quân địch. Con trai bạn thậm chí có thể phóng chiếu trí tưởng tượng của mình về quá khứ trong khi hình dung rất rõ nét chuỗi sự kiện dẫn đến thắng lợi cuối cùng ... tất cả giống như một đoạn phim 3D trong tâm trí, trong đó cậu bé có thể mừng tượng và như nghe thấy cuộc đối thoại giữa các nhân vật liên quan. Việc sử dụng hai bán cầu não sẽ giúp thông tin trở nên sống động và mở rộng khả năng lưu trữ thông tin của não bộ. Học như vậy, chắc chắn cậu sẽ nhớ lâu hơn và thậm chí còn có những kiến giải riêng của mình về các sự kiện lịch sử, chứ không phải là một con vẹt chỉ biết nói lại những điều sách đã nói.

BÍ MẬT CỦA CÁC BẬC THIÊN TÀI: HÃY TƯ DUY BẰNG CẢ NÃO BỘ

Nhà vật lý học Albert Einstein, đại thi hào của dân tộc Đức – Goethe, đại doanh họa Leonardo da Vinci và nhà soạn nhạc vĩ đại Beethoven đều là những nhân vật được người đời sau đánh giá là những thiên tài vĩ đại nhất trong lĩnh vực của mình. Tôi xin nhấn mạnh rằng, họ trở thành thiên tài không phải vì họ sở hữu một bộ não siêu phàm. Bí mật là ở chỗ họ nắm được cách thức “cởi trói” cho tiềm năng não bộ tốt hơn đại đa số người đời. Trong khi một người bình thường sử dụng ít hơn 1% tiềm năng não bộ trong suốt cuộc đời, thì thiên tài như họ sử dụng từ 3% đến 5% khả năng ấy.

Điều này, một lần nữa, liên quan đến cách vận dụng não bộ vào quá trình suy nghĩ và học tập. Đa số những người bình thường có khuynh hướng hoặc thiên về não trái hoặc thiên về não phải.

Ví dụ, nếu bạn bảo một học sinh trung bình học các môn khoa học, cậu ta sẽ sử dụng não trái nhiều hơn, trong khi não phải của cậu sẽ bị phân tán bởi các hoạt động khác (như mơ màng, vẽ nguệch ngoạc, ngó ngoáy liên tục, v.v...). Nói cách khác, chỉ có một trong hai phần não bộ của cậu ta làm việc. Việc này giải thích cho sự thiếu chú ý, thiếu tập trung, không hiểu bài và nhớ bài kém của cậu học sinh trung bình ấy.

Trong khi đó, một học sinh tài năng sẽ tận dụng cả não trái và não phải vào việc học các môn khoa học. Bằng cách vận dụng cả hai bán cầu não cùng một lúc, những người tài tận dụng được nhiều sức mạnh não bộ hơn trong tư duy và học tập.

Các nghiên cứu về những thiên tài xuất chúng trong mọi thời đại đã chứng minh lý thuyết trên là đúng. Cái gì đã giúp Einstein giải phóng khả năng thiên phú và hình thành ý tưởng khi ông đưa ra Thuyết Tương Đối ($E = MC^2$) làm thay đổi cả thế giới?

Trong khi hầu hết các nhà khoa học chỉ tận dụng não trái trong việc nghiên cứu khoa học (lập luận, số liệu, phân tích, toán học, chuỗi sự kiện), Einstein kết hợp tận dụng nhiều chức năng não phải. Nhà bác học thích chơi đàn violông (âm điệu) để thư giãn và ông cũng dành hàng giờ cho những mơ mộng sáng tạo.

Ông tưởng tượng mình đang cưỡi trên một tia sáng và du lịch đến tận cùng vũ trụ. Chính trong chuyến bay tưởng tượng ấy mà ông đã có những suy tư mang tính đột phá và hình thành khái niệm về mối liên hệ giữa không gian và thời gian. Ông dùng não phải để khơi gợi phát triển ý tưởng, đồng thời dùng não trái để hợp lý hóa chúng bằng toán học.

Đây cũng chính là bí quyết giúp thiên tài Leonardo da Vinci có được cảm hứng sáng tạo đặc biệt, giúp ông tạo ra những bức tranh sống mãi với thời gian. Cho đến tận ngày nay, các nhà phân tích từ nghệ thuật đến khoa học, từ quang học đến tâm lý học vẫn không ngừng tìm hiểu và tranh luận về nụ cười bí ẩn của thiếu phụ trong kiệt tác Mona Lisa của ông. Trong khi hầu hết các họa sĩ chủ yếu sử dụng não phải để vẽ (sáng tạo, tưởng tượng, phối màu, hình dung, v.v...), Leonardo da Vinci còn tận dụng các chức năng não trái. Trước khi vẽ, ông dùng các phương trình và công thức toán học để tính chính xác tỉ lệ giữa các gam màu, độ sáng tối nhằm tạo ra hiệu ứng hình ảnh và màu sắc mong muốn.

Vậy, chúng ta có thể huấn luyện con cái cách suy nghĩ và học tập như một người tài không? Chắc chắn là được! Mỗi đứa trẻ đều có tiềm năng trở thành người tài giỏi, tôi cũng thế mà bạn cũng thế. Bí quyết nằm ở việc dạy chúng cách tận dụng tiềm năng khối óc trong tư duy và học tập. Trong phần còn lại của chương này, chúng tôi sẽ giới thiệu với bạn những cách thức để làm được việc này. Đây cũng chính là những gì chúng tôi dạy học sinh trong chương trình “Thiếu Nhi Siêu Đẳng” và “Tôi Tài Giỏi!”.

HÃY GIẢI PHÓNG SỨC MẠNH NÃO BỘ CỦA BẠN NGAY BÂY GIỜ

Bạn có tin rằng mình có thể tăng cường sức mạnh não bộ của bạn ngay lập tức với các phương pháp tận dụng cả não bộ một cách đúng đắn không? Chắc chắn là được! Chúng ta hãy bắt đầu với một bài tập đơn giản. Bạn hãy cố hết sức để ghi nhớ danh sách 20 từ dưới đây trong hai phút (mà không viết ra giấy). Hãy làm bài tập này ngay bây giờ trước khi đọc tiếp.

Điều này rất quan trọng.

- | | |
|-----------------------|------------------------|
| 1. Bức tượng | 11. Cái quạt |
| 2. Bách Khoa Toàn Thư | 12. Tóc |
| 3. Vương miện | 13. Con ma |
| 4. Hypecbon | 14. Cảnh sát |
| 5. Người lao công | 15. Sở thú |
| 6. Cây dù | 16. Điện thoại di động |
| 7. Chất Flo | 17. Ban Quản lý |
| 8. Cây sồi | 18. Nhật Bản |
| 9. Sự quang hợp | 19. Phổi |
| 10. Trái chuối | 20. Nhảy dù |

Hãy viết ra càng nhiều càng tốt những từ mà bạn nhớ được!

Bạn nhớ được bao nhiêu từ sau hai phút ghi nhớ? Hầu hết những người bình thường có thể nhớ được 7-12 từ theo thứ tự. Bạn có nghĩ mình có thể nhớ được tất cả 20 từ theo thứ tự, sau khi chỉ lướt qua danh sách trên một lần duy nhất không?

Có thể bạn đang lắc đầu hoài nghi. Chắc chắn bạn không thể làm được việc này nếu chỉ sử dụng phương pháp não trái truyền thống, tức là lặp đi lặp các từ trong đầu để ghi nhớ.

Tuy nhiên, khi ta sử dụng phương pháp huy động toàn não bộ thì việc nhớ được 20 từ trên trở thành “chuyện nhỏ”. Có cách nào giúp bạn làm được việc này? Bí quyết nằm ở việc huy động trí tưởng tượng, tính sáng tạo, cảm xúc, sự di chuyển, màu sắc và âm điệu vào quá trình ghi nhớ. Hãy làm theo hướng dẫn sau đây:

Hãy tưởng tượng bạn nhìn thấy một BỨC TƯỢNG bằng vàng cao ba thước trong tâm trí. Bây giờ, hãy hình dung bức tượng đó một tay ôm QUYỂN BÁCH KHOA TOÀN THƯ màu nâu nặng trĩu, còn tay kia thì giữ cái VƯƠNG MIỆN trên đầu.

Trên vương miện là một QUẢ BÓNG HÌNH BẦU DỤC (hình dạng giống đường HYPERBOL) đang xoay nhanh. Quả bóng văng ra ngoài và bay trúng vào một NGƯỜI LAO CÔNG khiến ông làm rơi CÂY DÙ bảy sắc cầu vồng.

Ở đỉnh dù, một bông hoa nở ra và HO khạc nước xuống mặt đất (phát âm tương tự như CHẤT FLO). Nước làm cho đất tươi tốt và từ đó mọc lên một CÂY SỒI màu đỏ khổng lồ. Đây là một cây sồi thần kỳ, khi QUANG HỢP, nó tạo ra tấm hình một cô gái trên thân cây.

Trong tấm hình, cô gái cầm một TRÁI CHUỐI. Cô đang lột vỏ chuối tạo thành một CÁI QUẠT thổi tung TÓC cô gái. Tóc cô bay ra đánh vào một CON MA. Con ma sau đó bị CẢNH SÁT bắt nhốt vào SỞ THÚ.

Trong sở thú, con ma nhất quyết đòi mời luật sư, nên nó ăn cắp ĐIỆN THOẠI DI ĐỘNG của một NHÀ QUẢN LÝ người NHẬT (giúp bạn nhớ đến từ BAN QUẢN LÝ và NHẬT BẢN). Nhà quản lý này hét to đến nỗi PHỔI của ông văng ra. Hai lá phổi từ từ NHẢY DÙ xuống đất.

Bây giờ, hãy tưởng tượng toàn bộ câu chuyện diễn ra như một bộ phim trong tâm trí bạn.



Bạn có thấy việc ghi nhớ như vậy vui hơn không? Nào, hãy viết ra 20 từ theo thứ tự.

Lần này bạn nhớ danh sách từ dễ dàng hơn nhiều, đúng không nào? Tại sao vậy? Đó là vì bạn đã kích hoạt cả hai bán cầu não vào việc ghi nhớ lần thứ hai này. Bằng việc sử dụng trí tưởng tượng, sự mơ mộng, sự sáng tạo, màu sắc và cảm xúc (tôi cá là bạn đã cười trong lúc tưởng tượng), bạn đã giải phóng từ 3% đến 5% sức mạnh não bộ giống như một thiên tài.

Những gì chúng tôi vừa hướng dẫn bạn chỉ mới là phần nổi của tảng băng trôi. Danh sách 20 từ thật sự không có gì ghê gớm cả. Bạn có thể áp dụng phương pháp học bằng cả não bộ vào việc học và ghi nhớ những chủ đề phức tạp hơn nhiều như ngoại ngữ, từ vựng, chính tả, ngày tháng lịch sử, công thức hóa học, các ý chính trong bài, làm tiểu luận và hơn thế nữa. Tất nhiên lần đầu thực hiện bài tập này có vẻ hơi nhiều khô đối với bạn nhưng sau một vài lần, bạn sẽ quen và trí tưởng tượng sáng tạo của bạn tha hồ phát huy sức mạnh của nó.

Hãy hình dung nếu bạn có thể tự tập luyện và hướng dẫn con bạn cách học lý thú và hiệu quả hơn gấp nhiều lần như thế, thử hỏi con bạn có thích học không? Và điểm số của con bạn có tăng lên một cách đáng kể không? Hẳn thế rồi, cho phép tôi nêu thêm vài ví dụ khác về cách áp dụng phương pháp này nhé.

Làm cách nào để nhanh chóng gia tăng vốn từ của trẻ?

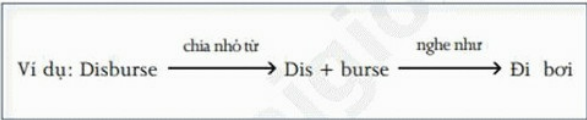
Một vốn từ vựng phong phú, đa dạng là hết sức cần thiết cho thành công trong học tập của con bạn. Tuy nhiên, nhiều đứa trẻ hay than phiền rằng việc học từ mới thật nhàm chán và khó khăn, điều này càng khó khăn hơn với việc học ngoại ngữ.

Hãy giả sử, bạn phải ghi nhớ nghĩa của những từ sau.

Từ mới	Nghĩa
Disburse	Chi (tiền)
Apoplexy	Bất ngờ mất khả năng di chuyển
Pertrified	Cực kỳ sợ hãi
Philanthropist	Nhà từ thiện
Rapport	Tạo sự tin tưởng
Kleptomaniac	Kẻ ăn cắp vặt
Pumice	Đá bọt

Hãy xem chúng ta sử dụng phương pháp học bằng cả não bộ để học nghĩa của những từ mới này một cách thú vị và dễ dàng như thế nào nhé!

Bước 1: Chuyển “từ mới” thành một hình ảnh mà bạn có thể hình dung trong đầu. Bạn có thể làm vậy bằng cách chia nhỏ từ đó ra hoặc sử dụng kỹ thuật âm thanh tương tự.



Bước 2: Dùng trí tưởng tượng và sự sáng tạo của bạn để liên kết hình ảnh đó với nghĩa của từ.

Ví dụ: Hãy tưởng tượng bạn đang ĐI BƠI và nhìn thấy một người đang thả những đồng tiền vàng xuống đáy hồ.

Sau này, mỗi lần nghĩ đến từ “disburse”, tâm trí của bạn sẽ tự động giúp bạn nhớ tới nghĩa – “chi (tiền)”.

Nào, bạn hãy dùng phương pháp này và tận dụng cả bộ não của mình để ghi nhớ tất cả bảy từ trên. Chúc bạn thành công!

Có một cô bé tham dự khóa đào tạo của tôi năm 10 tuổi (học lớp bốn). Cô bé hứng thú với kỹ thuật này đến nỗi cô yêu cầu mẹ mỗi ngày cho mình 10 từ mới và thật khó, rồi cô bé tự phát huy trí tưởng tượng, khả năng sáng tạo và năng khiếu vẽ để ghi nhớ những từ đó.

Chưa đầy 12 tuổi (ba năm sau), vốn từ của cô đã tăng lên trên 10.950 từ, nhiều hơn bất kỳ đứa bạn nào trong trường. Và phong phú đến nỗi thầy cô giáo trong trường thường phải dùng đến từ điển khi chấm các bài luận đáng kinh ngạc của cô.

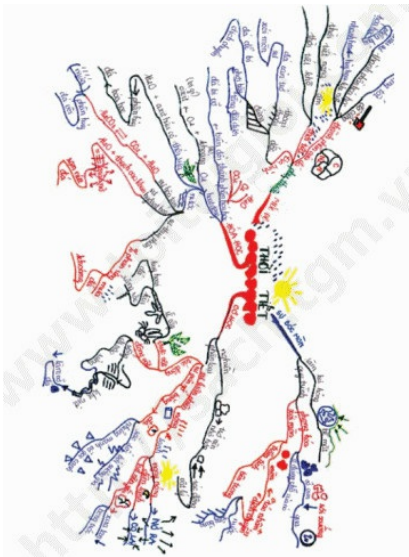
GHI CHÚ BẰNG CẢ NÃO BỘ

Đa phần học sinh được nhà trường truyền thụ phương pháp ghi chú truyền thống theo kiểu liệt kê. Một cách thức thuần túy dùng não trái vào việc viết hết dòng chữ này đến dòng chữ khác, khiến việc tiếp thu kiến thức trở nên nhàm chán, đơn điệu và khó khăn.

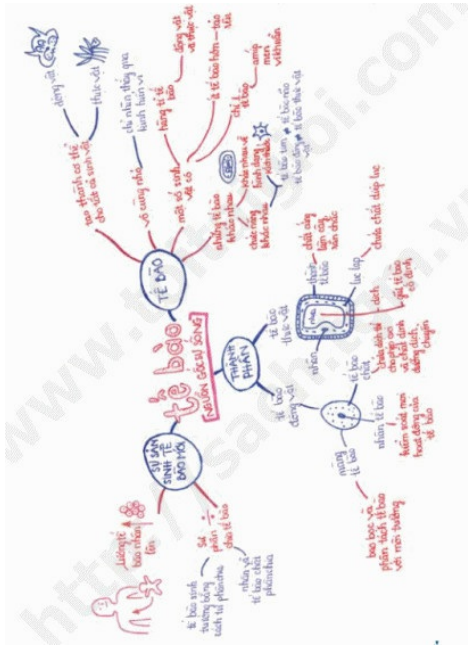
Người ta khám phá ra rằng, từ lâu các thiên tài như Leonardo da Vinci đã phát huy và tận dụng sự sáng tạo, hình ảnh, màu sắc, trí tưởng tượng, sự liên tưởng trong các ghi chú của mình. Cách ghi chú bằng cả não bộ giúp gia tăng sức mạnh sáng tạo và ghi nhớ của não bộ.

Trong quyển sách đầu tiên của tôi, “Tôi Tài Giỏi, Bạn Cũng Thế!” và trong các chương trình đào tạo trẻ em và thiếu niên, chúng tôi dạy học sinh cách sử dụng các dạng ghi chú bằng cả não bộ như Sơ Đồ Tư Duy (Mind Maps), Đồ Thị Phát Triển (Flow Charts), Sơ Đồ Khái Niệm (Concept Maps), Lược Đồ Thời Gian (Time Lines) và Biểu Đồ (Diagrams) để giúp việc học trở nên thú vị và hiệu quả hơn nhiều lần.

Sơ Đồ Tư Duy về chủ đề thời tiết (môn Địa lý)



Sơ Đồ Khái Niệm về chủ đề tế bào (môn Sinh học)



Các kiểu ghi chú bằng cả não bộ này giải phóng các chức năng xử lý của não phải như màu sắc, sự sáng tạo, sự liên tưởng, cảm xúc, trí tưởng tượng và luận lý. Chúng tôi phát hiện ra rằng, cách ghi chú này giúp học sinh có thể tăng cường trí nhớ lên đến 350% và đồng thời giúp học sinh tiết kiệm thời gian đáng kể (bởi vì một số lượng lớn thông tin được rút gọn trong vài từ khóa và hình ảnh).

TĂNG CƯỜNG SỨC MẠNH CỦA NÃO BỘ VỚI TTC

Bên cạnh việc hiểu được sức mạnh của sự kết hợp cả hai bán cầu não vào việc học, bạn cũng phải biết được các cách thức khác nhau trong việc xử lý thông tin trong não bộ của con

người (ở đây là trong việc học).

Chúng ta tiếp thu và xử lý thông tin bằng ba cách chủ yếu sau:



a) Bằng thị giác (hình ảnh)

Cách đầu tiên mà chúng ta xử lý thông tin là tạo ra hình ảnh trong đầu.



b) Bằng thính giác (âm thanh)

Thỉnh thoảng bạn có nói chuyện một mình hay nghe một tiếng nói văng vẳng bên trong khi đang học hay suy nghĩ không? Bạn đang xử lý thông tin dưới dạng thính giác.



c) Bằng cảm nhận (cảm giác và sự di chuyển)

Đôi khi bạn có để ý thấy mình nhúc nhích ngón tay trong lúc suy nghĩ không? Bạn có học tốt hơn khi viết ra giấy hay đi tới đi lui không? Bạn đang xử lý thông tin dưới dạng cảm nhận nếu bạn làm như vậy.

Mặc dù bạn và tôi (và con cái chúng ta) đều có tiềm năng sử dụng cả ba cách thức trên (thị giác, thính giác và cảm nhận), nhưng nhiều người trong chúng ta ưa dùng một dạng xử lý thông tin hơn cả. Việc này được biết đến như CÁCH HỌC chủ yếu của chúng ta.

Tìm hiểu về cách học của bạn

Tôi xin giới thiệu 1 bài tập mà bạn có thể tự làm một mình và sau đó thực hiện cùng với con mình. Hãy nhắm mắt lại và nghĩ về một số điện thoại hay một địa chỉ. Hãy lưu ý những gì diễn ra trong tâm trí của bạn.

● Bạn có THẤY con số đó trong tâm trí như một hình ảnh không?

→ Nếu vậy, bạn đang xử lý thông tin bằng THỊ GIÁC.

● Bạn có NÓI/ĐỌC con số đó cho mình nghe hay không?

→ Nếu vậy, bạn đang xử lý thông tin bằng THÍNH GIÁC.

● Bạn có THẤY con số đó và NÓI số đó cho mình nghe hay không?

→ Nếu có, bạn đang sử dụng kiểu kết hợp THỊ GIÁC VÀ THÍNH GIÁC.

• Bạn có CẢM GIÁC con số đó là cái gì không?

→ Nếu vậy, bạn đang xử lý thông tin bằng CẢM NHẬN

Việc con bạn xử lý thông tin trong tâm trí như thế nào (thị giác, thính giác, cảm nhận hay kết hợp giữa chúng) có tạo ra sự khác biệt nào không? Chắc chắn là có! Việc này ảnh hưởng đến khả năng đánh vần, hiểu, ghi nhớ và tính toán của con bạn.

Chúng tôi phát hiện ra rằng khi đứa trẻ gặp khó khăn trong việc đánh vần, đó là vì chúng không nhìn thấy hình ảnh của từ đó trong tâm trí (PHI THỊ GIÁC), mà chỉ cố đoán ra cách đánh vần của từ đó thông qua âm thanh (THÍNH GIÁC). Bởi vì cách đánh vần của một từ không phải bao giờ cũng khớp với cách từ đó được phát âm (nhất là trong tiếng Anh), trẻ thường mắc lỗi đánh vần sai.

Những người đánh vần giỏi có khuynh hướng dùng trí nhớ để nhìn thấy từ đó trong tâm trí (THỊ GIÁC) và so sánh từ đó với từ mà họ đang viết. Ví dụ, sau khi làm việc với những đứa trẻ thuộc hạng EM3 tại Singapore (bị coi là chậm hiểu), chúng tôi khám phá ra rằng chúng là những đứa trẻ học bằng cảm nhận rất tốt, trong khi lại có kỹ năng thị giác và thính giác rất thấp. Vì thế, những đứa trẻ này gặp khó khăn trong việc tập trung, nhất là khi bị ép buộc phải ngồi một chỗ và lắng nghe bài giảng của thầy cô trong một khoảng thời gian dài. Để các em này học tốt, cần hướng dẫn các em học lý thuyết kết hợp với thực hành, tiếp xúc và di chuyển xung quanh. Khi học cái gì đó trong trạng thái ngồi yên một chỗ và chỉ lắng nghe hoặc đọc sách, chúng sẽ bồn chồn không yên và cuối cùng sẽ ngủ quên.

Sau khi làm việc với những đứa trẻ từ các chương trình năng khiếu, chúng tôi phát hiện ra rằng tất cả các em này đều kết hợp việc xử lý thông tin bằng thị giác, thính giác và cảm nhận một cách tự nhiên, nhuần nhị. Khi quan sát một trong những học sinh năng khiếu học môn Sinh học, chúng tôi phát hiện ra rằng

cô ấy hình dung các thí nghiệm và hình ảnh trong tâm trí (thị giác), tự đọc thầm cho bản thân (thính giác) và viết hoặc vẽ ra các công thức và sự kiện (cảm nhận).

Phương pháp đánh vần tiếng Anh hiệu nghiệm



Hãy để chúng tôi chia sẻ với bạn một phương pháp hiệu nghiệm mà chúng tôi sử dụng để giúp trẻ em đạt hiệu quả cao trong việc học tiếng Anh. Phương pháp này dạy đánh vần bằng việc kết hợp thị giác, thính giác và cảm nhận của não bộ. Có tổng cộng năm bước. Giả sử bạn muốn con bạn học cách đánh vần từ “grotesque”.

Việc làm này kích hoạt thị giác (tưởng tượng từ) và cảm nhận (viết ra từ đó bằng các ngón tay).

Bước 1: Phát âm từ

Bước đầu tiên là phát âm từ đó một cách chính xác và sau đó phát âm từ đó theo cách mà nó được đánh vần (một số từ tiếng Anh không được phát âm theo cách chúng được đánh vần).

Ví dụ: Phát âm đúng là “gro-tesk”

Phát âm theo kiểu đánh vần là “gro-tes-cue”

Bước 2: Chia nhỏ từ ra từng phần

Ví dụ: grotes-que

Bước 3: Nhìn lên trên và viết từ đó (theo từng phần) trong tâm trí bạn bằng những màu sắc mà bạn thích. Hình dung từ đó hiện lên trong tâm trí bạn

Bước 4: Đọc to từ đó (theo từng phần) khi bạn làm bước 3

Việc làm này kích hoạt thính giác của bạn.

Bước 5: Đánh vần từ đó (theo từng phần) xuôi và ngược 3-4 lần

Lý do của việc đánh vần ngược là để buộc bạn phải nhìn thấy hình ảnh từ đó trong tâm trí.

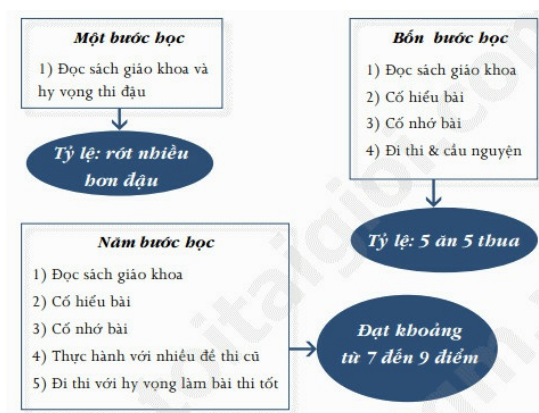
Bước 6: Kiểm tra lại

Cuối cùng, kiểm tra lại để chắc chắn bạn đánh vần từ đó một cách chính xác.

BÍ QUYẾT THÀNH CÔNG TRONG HỌC TẬP CHỈ CÓ MƯỜI BƯỚC

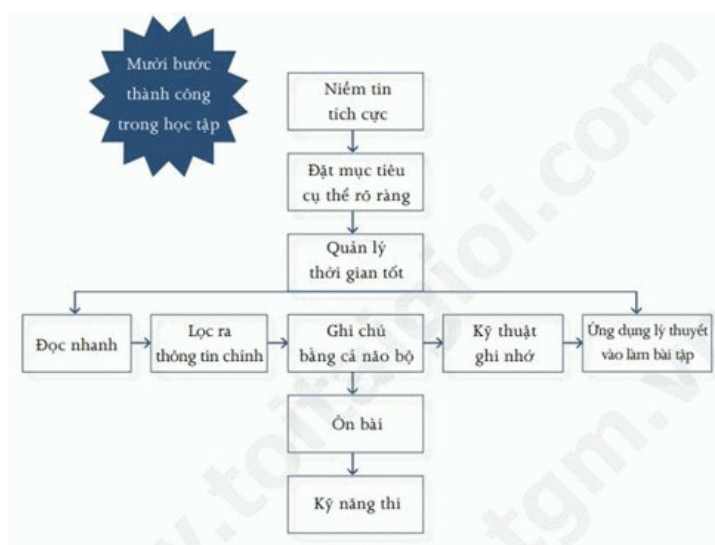
Chúng tôi sẽ kết thúc chương này bằng việc chia sẻ với bạn mười bước học tập mà tất cả học sinh giỏi đều sử dụng để đạt kết quả xuất sắc.

Nhưng trước hết hãy tìm hiểu tại sao chúng ta CẦN dạy con chúng ta CÁCH học? Trong thực tế đào tạo, mỗi khi chúng tôi hỏi các em học sinh về PHƯƠNG PHÁP học thi của các em thì chúng tôi đều nhận được những câu trả lời rất khác nhau. Đó là lý do tại sao kết quả thi cử của các em lại đa dạng và có nhiều khác biệt đến thế. Dưới đây là một số câu trả lời thông thường mà chúng tôi nhận được.



Có một lý do rất rõ ràng cho biết tại sao một số em không làm bài thi tốt. KHÔNG PHẢI vì chúng KHÔNG THỂ học hiệu quả, mà là vì chúng chưa bao giờ được dạy về PHƯƠNG PHÁP HỌC.

Vậy thì có phải tất cả học sinh thuộc tốp đầu đều sử dụng công thức thành công này và nhờ đó chúng luôn đạt điểm tối đa không? Đúng vậy. Với kinh nghiệm hơn 15 năm đào tạo, chúng tôi rút ra kết luận rằng, bằng việc dạy bất kỳ học sinh nào Mười Bước Thành Công sau đây, ai cũng có thể đạt được điểm 10 ở trường. Tất cả học sinh thành công đều làm theo “Mười Bước” này để đạt được mục tiêu học tập.



Bước 1: Niềm tin tích cực

Điểm gặp gỡ đầu tiên của tất cả học sinh xuất sắc là chúng có một cơ sở niềm tin rất tích cực. Chúng tin rằng chúng **CÓ THỂ** và **XỨNG ĐÁNG** đạt được điểm tuyệt đối. Niềm tin tích cực này truyền cảm hứng mạnh mẽ cho chúng trong học tập. Nếu giả sử chúng có sơ xuất hay không đạt được những gì đề ra, chúng không bỏ cuộc mà trái lại sẽ học hỏi từ sai lầm của mình và làm lại cho đến khi thành công.

Trong phần còn lại của quyển sách (đặc biệt trong chương sáu), bạn sẽ học cách giúp con bạn tạo dựng cho mình một thái độ tốt, một tinh thần tích cực và lòng tự trọng cao.

Bước 2: Đề ra mục tiêu phấn đấu cụ thể, rõ ràng

Yếu tố thứ hai phân biệt những học sinh giỏi này với những em còn lại là chúng hướng đến các mục tiêu cụ thể, rõ ràng và trên tất cả, chúng biết mình muốn gì trong cuộc sống. Các mục tiêu trong tương lai của chúng (ví dụ: học tại trường Harvard, trở thành triệu phú, tìm phương thuốc chữa bệnh ung thư, v.v...) mang lại cho chúng nguồn động lực lớn thúc đẩy bản thân chúng có tinh thần và thái độ học tập chăm chỉ, trong khi những em khác bị phân tán vào những việc khác ngoài chuyện học tập. Chúng đặt ra những mốc cụ thể như đạt toàn điểm 10 trong kỳ thi và làm hết sức mình để đạt được điều đó. Chúng coi điểm số cao như một phương tiện giúp mình đạt được mong muốn trong cuộc sống.

Trong khi đó, những học sinh trung bình dễ dàng bị phân tâm (ví dụ: chơi trò chơi điện tử, lướt mạng Internet, chat với bạn bè) và thiếu hẳn động lực vươn lên, đơn giản bởi vì chúng không có hướng đi cụ thể trong cuộc sống. Chúng không biết rằng mình học để làm gì. Đa số những em này học vì bị cha mẹ và thầy cô ép buộc phải học. Trả lời cho câu hỏi chúng muốn đạt kết quả như thế nào, chúng thường đáp rằng “*Tôi không biết*”, “*Điều đó phụ thuộc vào mức*

độ khó của bài thi” hay “Tôi chỉ hy vọng mình thi đậu”.

Trong chương “Làm thế nào giúp con bạn có động lực vươn tới thành công”, chúng tôi sẽ chia sẻ một số phương pháp giúp bạn truyền cảm hứng cho con bạn để chúng đặt ra những mục tiêu rõ ràng trong học tập và cuộc sống. Tuy nhiên, một điều quan trọng mà bạn nên biết rõ là: **NẾU** con bạn không có lòng tự trọng cao, tinh thần và thái độ tích cực, chúng sẽ không bao giờ đủ tự tin để đặt ra mục tiêu cho bản thân. Và dĩ nhiên, trong quyển sách này, chúng tôi cũng sẽ hướng dẫn bạn cách nâng cao lòng tự trọng và tự tin cho con cái.

Bước 3: Quản lý thời gian

Bước cần thiết tiếp theo mà một học sinh “Điểm 10” thực hiện tốt là biết cách ưu tiên cho những việc quan trọng và quản lý thời gian tốt để hoàn thành những nhiệm vụ đề ra. Nếu không nắm được kỹ năng quản lý thời gian, chúng sẽ bối rối không biết cách phân bổ thời gian cho những yêu cầu trong học tập, hoạt động ngoại khóa, gia đình và giải trí. Chúng sẽ thường rơi vào trạng thái hoang mang không biết phải làm cái gì trước cái gì sau, hoặc để nước đến chân mới nhảy. Câu cửa miệng của những em này thường là *“Mình sẽ làm việc đó khi có thời gian”* hay *“Thôi cứ để đến mai hẵng hay”*.

Trong quyển “Tôi Tài Giỏi, Bạn Cũng Thế!”, chúng tôi dạy học sinh cách sử dụng sổ tay vào việc tổ chức, lên kế hoạch và quản lý thời gian cho những hoạt động học tập để đạt điểm tối đa trong các môn học. Chúng phải dự tính những việc cần làm trong sáu bước tiếp theo để đạt được kết quả tối đa, đó là: đọc nhanh, thu thập thông tin, ghi chú, ghi nhớ, ứng dụng và ôn bài.

Bước 4: Đọc nhanh

Điều đầu tiên mà học sinh cần lên kế hoạch phải làm là đọc sách giáo khoa và các tài liệu tham khảo khác. Trong các khóa đào tạo và những quyển sách khác của Adam Khoo, chúng tôi huấn luyện học sinh kỹ năng đọc nhanh, giúp các em không những rút ngắn thời gian đọc sách mà còn đọc hiệu quả hơn.

Trong khi một người trung bình đọc khoảng 150-240 từ một phút và hiểu được dưới 50%, những học sinh được huấn luyện khả năng đọc nhanh có thể đọc được khoảng 850-1500 từ một phút. Đọc nhanh gấp sáu lần và hiểu được từ 80% đến 100%!

a) Đọc phần tóm tắt trước

Thông thường, các em được dạy là đọc phần tóm tắt chương vào phút chót, còn chúng tôi

dạy học sinh đọc phần tóm tắt trước khi vào đọc nội dung chi tiết. Với việc đọc phần tóm tắt trước, học sinh có một khái niệm rõ ràng hơn, một cái nhìn tổng quan về các ý chính và các đơn vị kiến thức. Sau đó, khi đọc vào nội dung chi tiết, chúng có thể lĩnh hội và nắm bài được tốt hơn

b) Đọc câu hỏi trước

Tiếp theo đó cần đọc các câu hỏi (thường ở đoạn cuối chương) trước khi đọc nội dung. Khi biết câu hỏi trước, học sinh có mục tiêu rõ ràng hơn khi đọc sách và có khái niệm sơ bộ về những thông tin chính cần nắm. Một lần nữa, cách thức này sẽ gia tăng khả năng hiểu bài của người học lên đáng kể.

c) Đọc với cây bút dẫn đường

Một kỹ thuật quan trọng là đọc với một cây bút dẫn đường cho ánh mắt bạn qua từng dòng chữ. Những học sinh sử dụng vật dẫn đường sẽ đọc tập trung hơn và hiệu quả hơn trong việc nắm ý.

d) Đọc một lúc từng cụm 5-7 từ

Lý do chính khiến đa số mọi người có tốc độ đọc sách dưới tiềm năng thật sự của họ là vì ngay từ đầu họ đã nhiễm thói quen đọc từng chữ một. Khi mắt ta dừng lại và dính vào từng chữ một, tốc độ đọc của ta không vượt qua được vạch giới hạn là 240 từ một phút.

Điều mà nhiều người còn chưa nhận ra là mắt người có khả năng đọc được 5-7 từ cùng một lúc (gọi là khẩu độ mắt). Làm cách nào học sinh của chúng tôi có thể đọc với tốc độ 1500 từ một phút? Chẳng qua là chúng tôi rèn luyện các em đọc từng cụm 5-7 từ trong mỗi lần nhìn. Kết quả là tốc độ đọc của chúng ngay lập tức tăng gấp 5-7 lần.

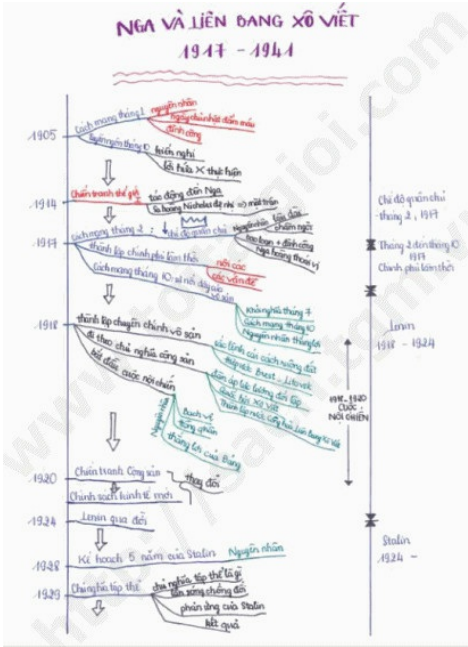
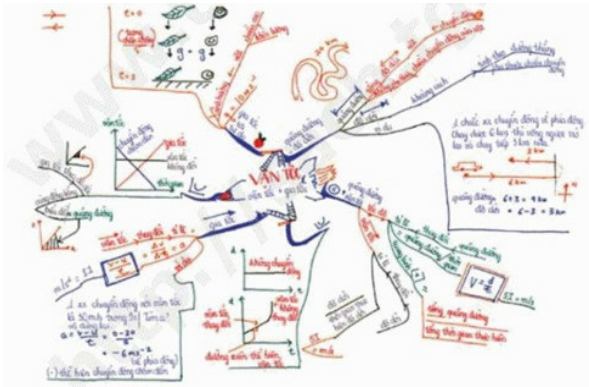
Bước 5: Lọc ra thông tin chính

Khi đọc sách giáo khoa, học sinh phải học một kỹ năng quan trọng, đó là xác định và thu thập những từ khóa trong một đoạn văn.

Những em học kém cố đọc và ghi nhớ tất tần tật mọi thứ trong bài. Trong khi các em học giỏi biết rằng mỗi bài trong sách giáo khoa chỉ có 20% từ khóa chứa đựng thông tin cần thiết để đạt điểm 10. Vì vậy, chúng lọc và trích ra 20% thông tin chính yếu đó, nhờ vậy mà thời gian học và ôn bài giảm xuống đáng kể.

Bước 6: Ghi chú bằng cả não bộ

Việc tiếp theo mà tất cả học sinh giỏi đều làm là chúng dùng cả não bộ vào việc sắp xếp các từ khóa và thông tin vào bảng ghi chú để ôn bài và ghi nhớ nhanh chóng. Bằng việc sử dụng cách ghi chú bằng cả não bộ (ví dụ: Sơ Đồ Tư Duy, Đồ Thị Phát Triển, Sơ Đồ Khái Niệm, v.v...), chúng tiết kiệm được nhiều thời gian ôn bài và ghi nhớ bài (nhờ vào việc dùng cả hai bán cầu não). Trong thực tế, kết quả học tập của một học sinh phụ thuộc rất nhiều vào chất lượng ghi chú của học sinh đó.



Bước 7: Kỹ thuật ghi nhớ

Lời biện minh và cũng là lời than phiền thường gặp nhất của những đứa trẻ học yếu là chúng có trí nhớ kém. Trong khi các em học giỏi biết rằng không có chuyện trí nhớ tốt hay kém, mà chỉ có việc trí nhớ đó có được rèn luyện hay không.

Bằng việc sử dụng các kỹ thuật trí nhớ siêu đẳng đã được đề cập chi tiết trong sách “Tôi Tài Giỏi, Bạn Cũng Thế!”, học sinh có thể ghi nhớ đầy đủ và sau đó nhớ lại tất cả sự kiện và con số trong ghi chú một cách dễ dàng.

Bước 8: Ứng dụng kiến thức lý thuyết để giải các dạng bài tập, câu hỏi

Hiếm khi nào những câu hỏi và đề thi ra giống hệt trong sách hoặc chỉ cần bê nguyên si những kiến thức trong bài học vào làm là đạt điểm 10. Vì thế mới có chuyện những người học vẹt chẳng mấy khi đạt điểm tuyệt đối. Sau khi lưu tất cả sự kiện và thông tin vào bộ nhớ, học sinh phải biết cách ứng dụng và tổng hợp những gì vừa học vào trả lời các dạng câu hỏi và giải các bài tập khác nhau thường ra trong đề thi.

Sở dĩ các em học sinh xuất sắc đạt nhiều điểm 10 là bởi vì chúng biết cách ứng dụng linh hoạt kiến thức vào những dạng câu hỏi và đề bài cụ thể. Chúng cũng biết rằng mỗi đơn vị kiến thức có một số dạng câu hỏi và bài tập nhất định. Chúng sẽ làm quen với tất cả các dạng câu hỏi có thể ra thi (từ các đề thi cũ) và học các bước để đưa câu trả lời tốt nhất có thể.

Bước 9: Ôn bài

Các nghiên cứu khoa học cho thấy não bộ con người có khuynh hướng quên đi 80% những gì được học trong vòng 24 giờ. Các em học giỏi biết rằng chúng phải liên tục ôn bài từ các ghi chú bằng cả não bộ. Có như vậy, kiến thức mới không bị phai mờ và có thể mở sẵn một “cổng vào” để khi cần chỉ cần nhấp vào đó, khối kiến thức sẽ được đánh thức dậy. Chúng ta làm điều đó như thế nào? Chỉ có một cách: bao giờ cũng ôn lại những gì đã học trong vòng 24 tiếng.

Bước 10: Kỹ năng thi

Bước cuối cùng là học và áp dụng các kỹ năng thi cử khi làm bài thi. Những người học hành hiệu quả biết cách thư giãn trước giờ thi, khi vào phòng thi rồi thì biết cách trình bày bài ngắn gọn, súc tích và quản lý thời gian hiệu quả để hoàn thành bài thi tốt nhất trong ngày quan trọng này.

Bạn đọc thân mến, thế là tôi đã mách bạn bí quyết giúp những học sinh đứng đầu đạt được các kết quả tuyệt đối. Như bạn đã thấy, để học tập hiệu quả đâu phải chỉ đơn giản cầm sách giáo khoa lên và đọc thuộc lòng như cháo chảy là đạt điểm cao. Cần phải thấm nhuần Mười Bước Học Tập Hiệu Quả và kiên trì áp dụng tất cả những bước đó.

SỨC MẠNH CỦA MƯỜI BƯỚC HỌC TẬP HIỆU QUẢ

Công thức học tập này đã được truyền đạt và sử dụng bởi hàng trăm ngàn học sinh ở Singapore, Mã Lai, Indonesia và các nước lân cận. Nhiều học sinh trung bình và dưới trung

bình đã đạt được những tiến bộ tương như trong mơ. Các bạn học sinh có bước chuyển mình ngoạn mục như vậy đã báo cho chúng tôi biết rằng giờ đây, họ có thể đạt được những kết quả cao nhất một cách dễ dàng và thường xuyên hơn nhiều.

Xin giới thiệu một số email do các học viên gửi đến chúng tôi.

Điểm 10 trong kỳ thi tốt nghiệp tiểu học

Người gửi: “Wan Ting Leong” Người nhận: Adam Khoo

Ngày: Thứ hai, 27 tháng 9 năm 2006, 16:28

Chủ đề: Thư cảm ơn

Chào chú Khoo,

Cám ơn chú và khóa học “Thiếu Nhi Siêu Đẳng” của chú. Cháu vừa đạt 265 điểm trong kỳ thi hết bậc Tiểu học. Cháu đã tưởng rằng không thể đạt điểm số cao như thế. Mục tiêu cháu đề ra chỉ là 240 điểm, trước đây cháu học môn Sinh rất dở.

Vậy mà cháu đã được điểm 10 môn đó, đây là số điểm cháu đã từng cố đạt được từ khi học lớp 4 nhưng hiếm khi nào có được. Sơ Đồ Tư Duy thật hữu ích chú ạ, vì cháu không cần phải nhớ những thông tin không cần thiết và cháu cũng tập trung vào bài tốt hơn với những màu sắc và hình ảnh trong đầu. Cháu giải Toán nhanh hơn nên có thời gian đọc lại bài thi Toán vì cháu có thể đọc các con số nhanh hơn. Môn tiếng Anh cháu cũng có tiến bộ rõ rệt.

Cám ơn chú một lần nữa và hy vọng các khóa học của chú sẽ ngày càng có nhiều bạn tham gia hơn, vì khóa học này thật sự hiệu quả.

Kính thư,

Wan Ting (Cô bé hay quậy đến từ St Nicks)

Từ lớp học bình thường đến lớp cấp tốc...

Người gửi: Pamela Leck Người nhận: Adam Khoo

Gửi: Thứ hai, 6 tháng 9 năm 2006, 11:06

Chủ đề: Tôi đạt được mục tiêu rồi !!!!

Adam Khoo thân mến,

Tôi tham dự khóa học của anh vào tháng 06 năm 2006, huấn luyện viên của tôi là Tam- my. Tôi đề ra mục tiêu vào học lớp cấp tốc và là người giỏi nhất trong khối. Tôi đã cố gắng nhưng chỉ đứng thứ 2 trong khối thôi. Mặc dù tôi làm không tốt lắm, nhưng tôi sẽ vào lớp cấp tốc năm sau. Tôi chỉ muốn nói hai tiếng CẢM ƠN! thật lớn. Anh đã biến tôi thành một người tích cực và đầy quyết tâm. Tôi nhất định sẽ học tốt hơn trong năm sau!

Pamela Leck

Từ thi rớt đến đạt sáu điểm 10 xếp thứ 3 ở trường

Ngày: 7 tháng 1, năm 2007 20:48

Chủ đề: Chỉ là một lời cảm ơn đơn giản nhưng chân thành

Người nhận: Adam Khoo

Anh Adam Khoo kính mến,

Em viết lá thư này cho anh vì em muốn anh biết một sự thật là anh đã cứu vớt cuộc đời em. Em biết rằng việc làm của anh đã thay đổi cuộc đời của rất nhiều người nên lá thư này có thể không phải là một ngạc nhiên đối với anh. Đơn giản em chỉ muốn gửi lời cảm ơn thành tâm nhất tới anh mà thôi.

Năm nay em 16 tuổi, vừa thi lên cấp ba, em đạt được 6 môn xuất sắc và đứng thứ 3 toàn trường. Tất cả đều nhờ vào quyển sách “Tôi tài giỏi, bạn cũng thế!” của anh. Em xin dành tặng kết quả này cho anh. Nếu không có anh, em có thể đã trở thành một kẻ hư hỏng, có thể lưu ban thêm một năm nữa. Nhưng tất cả đã thay đổi nhờ quyển sách kỳ diệu của anh. Em đã học hành chăm chỉ trong suốt 2 tháng và đạt được kết quả mong muốn.

Lần đầu tiên đứng nhất lớp

Người gửi: Kenneth Cher

Ngày: thứ Bảy, 24 tháng 3 năm 2007 21:46

Người nhận: Adam Khoo

Chủ đề: Khóa học “Tôi Tài Giỏi, Bạn Cũng Thế! Em đạt được 5 điểm 10!”

Thầy Adam kính mến,

Em thành thật cảm ơn tất cả những điều mà thầy đã dạy cho học viên của mình. Em đã áp dụng tất cả 10 bước để học tốt hơn và kết quả đạt được rất mỹ mãn. Em không chỉ đạt được năm điểm 10 mà còn đứng nhất lớp. Cảm giác khi nhận lời khen ngợi và phần thưởng thật kỳ diệu, bởi vì đối với em đó là lần đầu tiên.

Có được kết quả này là nhờ thầy và em xin cảm ơn thầy một lần nữa. Em thật sự trân trọng từng giây phút mà thầy, anh Amin và Gary đã dạy bảo em. Mong nhận được thư của thầy sớm!

Học sinh của thầy,

Kenneth

Giải thưởng tiến bộ nhanh nhất ở trường tiểu học

Người gửi: “awongkw”

Người nhận: Adam Khoo

Ngày: Thứ Sáu, 23 tháng 3 năm 2007, 16:39

Chủ đề: TRỢ LÝ HUẤN LUYỆN TRONG CHƯƠNG TRÌNH THIẾU NHI SIÊU ĐẲNG

Chào thầy Adam,

Người gửi email cho thầy là một người làm cha. Cả ba đứa con tôi đều tham dự chương trình Thiếu Nhi Siêu Đẳng của thầy, mà khóa học gần đây nhất là vào kỳ nghỉ tháng ba vừa rồi.

Cả ba cháu đều gặt hái được nhiều điều bổ ích từ chương trình này, đặc biệt là đứa con gái lớn nhất của tôi, Xin Yi, đã đạt được những tiến bộ đáng kể, nó còn nhận giải thưởng Father Barre ở trường tiểu học CHIJ nữa.

Đó là giải thưởng dành cho những học sinh tiến bộ nhanh nhất trong học tập. Là một người cha, tôi hết sức tự hào về thành tích của con và tôi muốn gửi lời tri ân tới thầy. Nhờ công lao của thầy, chính thầy chứ không phải ai khác đã mang lại động lực và niềm tin cho con bé.

Một lần nữa, cảm ơn thầy thật nhiều vì tất cả sự tiến bộ của các con tôi trong cuộc sống và học tập.

Kính thư,

Alfred Wong

Chúng tôi hy vọng khi đọc đến đây, bạn đã bắt đầu có niềm tin vào sự thay đổi phi thường nơi con trẻ, rằng bạn có thể truyền cảm hứng và động lực cho con, giúp chúng thành công hơn trong học tập và đó là điều hoàn toàn khả thi. Bây giờ chúng ta hãy cùng nhau khám phá chương tiếp theo...

CHƯƠNG 3

BẬC PHỤ HUYNH THÀNH CÔNG CÓ QUAN NIỆM GÌ KHÁC VỚI LỄ THƯỜNG

Như đã nói ở chương trước, trong nhiều năm đào tạo các khóa học đặc biệt cho đối tượng học sinh, chúng tôi có dịp tiếp xúc và quan sát những biểu hiện muôn màu muôn vẻ trong thái độ và hành vi ứng xử của các em nhỏ. Một trong những sứ mệnh mà chúng tôi đề ra cho mình là làm thế nào để ngày càng có nhiều em học giỏi hơn ở trường, có biểu hiện tốt hơn ở nhà và có thái độ sống tích cực hơn ngoài xã hội. Điều đó cũng có nghĩa là thông qua việc đào tạo của mình, chúng tôi chú ý đến việc chuyển hóa các em học sinh có thái độ bất mãn, thiếu ý chí vươn lên, thậm chí có hành vi xấu thành những con ngoan, trò giỏi, công dân tốt. Nhưng chắc một điều, chúng tôi không thể làm được điều đó nếu không có bạn, những người làm cha làm mẹ và bao giờ cũng quan tâm lo lắng cho con cái.

Tại sao bên cạnh những “con ngoan, trò giỏi, công dân gương mẫu” vẫn có những em học kém, quậy phá, có hành vi không tốt cả ở nhà lẫn trong trường và ngoài xã hội? Chúng ta không thể chối bỏ sự thật rằng, có rất nhiều yếu tố hình thành nên thái độ và hành vi của mỗi cá nhân nhỏ tuổi, trong đó có: nhà trường, gia đình, bản tính, khí chất, tác động của bạn bè... nhưng quan niệm của cha mẹ mới chính là yếu tố có ảnh hưởng lớn nhất đến việc hình thành nhân cách trẻ.

Quan niệm mà tôi muốn nói ở đây là một tập hợp các niềm tin, các giá trị sống và thái độ trong cuộc sống của mỗi người, dù chúng ta ý thức hay không ý thức được điều đó. Những quan niệm này của cha mẹ đóng một vai trò hết sức quan trọng, nếu không muốn nói là vai trò quyết định, trong việc định hướng nhận thức và cung cách mà chúng ta đối xử với con trẻ. Một số người có quan niệm “cha mẹ bao giờ cũng đúng”, thế mới có câu “Cá không ăn muối cá ươn, con cãi cha mẹ trăm đường con hư”. Trong khi đó, những người khác lại có quan niệm bình đẳng giữa “cho và nhận”, đồng thời cho phép con cái có cơ hội được đối thoại hoặc thương lượng các vấn đề với họ.

Sau một thời gian dài làm công tác đào tạo, chúng tôi ghi nhận rằng, rõ ràng có mối liên hệ

nhân quả và logic giữa những đứa trẻ có thái độ và hành vi tốt với cách thức mà cha mẹ chúng giao tiếp với con cái. Và chắc hẳn, cha mẹ của những đứa trẻ chưa ngoan, học hành chưa giỏi cũng có cách thức đối xử và giao tiếp như thế nào đó với con cái họ.

Điều này có nghĩa là những đứa con ngoan trò giỏi không phải tự nhiên mà có. Phát hiện này đối với các bậc cha mẹ là một tin tốt lành: bằng cách theo gương và áp dụng những phương pháp hiệu quả của những bậc cha mẹ thành công trong nuôi dạy con cái, chúng ta có thể tạo ra những ảnh hưởng tốt đối với cách hành xử của con trẻ. Và cho dù lúc này con bạn có biểu hiện xấu đến mức nào đi nữa, thì chỉ cần thay đổi cách thức đối xử của ta với chúng là ta sẽ tạo ra một sự khác biệt lớn.

Do vậy, nếu muốn con cái thay đổi theo chiều hướng tốt hơn, có hành vi và thái độ tích cực hơn, bản thân chúng ta hãy thay đổi mình trước bằng cách học hỏi và áp dụng quan niệm của các bậc cha mẹ thành công. Đó là những quan niệm như thế nào? Qua nhiều năm quan sát, tìm hiểu và khám phá, chúng tôi đã đúc kết bảy quan niệm chính của những bậc cha mẹ tuyệt vời này.

QUAN NIỆM THỨ NHẤT: CON CÁI CÓ CÁCH NHÌN NHẬN MỌI VIỆC KHÁC CHA MẸ

Chúng ta cần phải hiểu và thừa nhận rằng thế hệ sau có những nhận thức và quan niệm về thế giới không đồng nhất với chúng ta, cả ngôn ngữ mà chúng sử dụng cũng không giống hoàn toàn. Cái cách mà trẻ nhìn nhận về cuộc đời có nhiều điểm khác biệt với cách nhìn nhận của người lớn. Điều này hoàn toàn khoa học. Nếu Đức Phật dạy rằng thế gian vô thường, nghĩa là mọi vật luôn biến đổi thì từ rất lâu Socrates đã nói, “Không ai tắm hai lần trong một dòng sông”. Vì vậy, bạn không thể bắt buộc một người ra đời sau bạn 20-30 năm lại có cách nghĩ y hệt như bạn. Thế mới có chuyện, bạn cho rằng mình muốn tốt cho con mới khuyên con nên ít chơi game mà tập trung vào học, thì nó lại nghĩ bạn đang rầy la áp đặt nó. Hoặc khi bạn hỏi hạn giờ giấc của con bạn, thì nó cho là bạn chỉ muốn điều khiển cuộc đời nó.

Cho phép tôi nêu một ví dụ đơn giản chứng minh rằng những người khác nhau có nhận thức khác nhau về một vật như thế nào. Bạn hãy nhắm mắt lại và nghĩ đến một chiếc ghế. Bạn đang nghĩ đến chiếc ghế nào vậy? Trong những khóa đào tạo, bất cứ khi nào đặt ra câu hỏi này, chúng tôi đều nhận được hàng tá các câu trả lời khác nhau. Người hình dung trong đầu chiếc ghế sắt, kẻ thấy chiếc ghế đầu bằng gỗ, rồi xích đu, ghế gấp, ghế bành, ghế sa lông, ghế nhựa thậm chí cả chiếc ghế mát-xa.

Thí nghiệm đơn giản này cho chúng ta biết điều gì. Nếu một vật cụ thể như chiếc ghế mà còn tạo ra những hình ảnh khác nhau trong những cái đầu khác nhau, thì những khái niệm trừu tượng như “tình yêu thương”, “trách nhiệm” hay “thành công” còn khác nhau đến mức nào. Đó là lý do tại sao bao giờ cũng tồn tại một độ vênh trong suy nghĩ của cha mẹ và con cái về cùng một đối tượng. Chẳng hạn bạn nghĩ, khi con mình phạm lỗi, trừng phạt nó tức là yêu thương nó, đưa nó về con đường sáng. Nhưng con bạn không nghĩ vậy, nó chỉ thấy nó bị đánh đòn, bị chửi mắng oan uổng, quá đáng và đem lòng oán trách cha mẹ. Sở dĩ có chuyện ấy là vì chúng quan niệm và định nghĩa về tình thương yêu khác với bạn.

Dưới đây là một đoạn đối thoại điển hình giữa một người mẹ và đứa con trai mới lớn. Cậu ta đi chơi với bạn mà không được phép của mẹ. Cả hai người đều có thiện chí nhưng quan điểm và nhận thức khác nhau về cùng một sự việc (đi chơi) đã làm cho quan hệ mẹ con trở nên căng thẳng và xấu đi.

Mẹ: À, cuối cùng con cũng mò về đến nhà! Mẹ đã nói rất rõ qua điện thoại là con không được đi chơi, thế mà con vẫn đi. Mẹ không cho phép con làm như vậy. Mẹ đã quá căng thẳng và mệt mỏi với công việc ở công ty rồi. Con đừng khiến mẹ thêm căng thẳng nữa.

Con trai: (Im lặng)

Mẹ: Sao? Con không có gì để nói với mẹ sau chuyện này ư? Không biết tại sao con cứ đàn đúm với những đứa bạn vô tích sự ấy? Trước kia con đâu có như vậy. Con ngoan ngoãn, hiểu chuyện và coi trọng gia đình cơ mà. Bây giờ con chỉ thích rong chơi với một lũ tệ hại mà con gọi là bạn. Có phải đối với con, chúng quan trọng hơn gia đình không?

Con trai: Mẹ, đừng nói bạn con là vô tích sự hay tệ hại.

Mẹ: Sao mẹ lại không thể nói là chúng tệ hại được? Nếu không phải vì chúng, con trai mẹ đâu có làm trái ý mẹ như vậy? Hồi còn học tiểu học, con học hành chăm ngoan và đạt nhiều điểm tốt thế kia mà. Bây giờ thì sao? Mẹ đã bao lần khuyên bảo con, học nhiều hơn chơi ít đi, nhưng có lời nào lọt tai con đâu. Trời ơi, mẹ phải làm gì để con hiểu ra đây?

Con trai: Mẹ, mẹ không hiểu những gì con đang phải trải qua đâu.

Mẹ: Vậy thì nói cho mẹ nghe đi. Làm cho mẹ hiểu xem chuyện gì đang xảy ra đi!

Con trai: Thôi... chẳng có gì. Con không muốn bàn về chuyện này. Con mệt rồi. Con muốn đi ngủ.

Mẹ: Con sẽ không đi đâu hết cho đến khi chúng ta giải quyết xong chuyện này, và ngay bây giờ.

Con trai: Mẹ! Nói chuyện kiểu này thì có ích gì? Mỗi lần nói chuyện với mẹ về đề tài này là y như rằng chúng ta lại cãi nhau. Lúc nào cũng vậy thôi.

Mẹ: Con nói lúc nào cũng vậy nghĩa là thế nào? Tất cả những gì mẹ đòi hỏi ở con chỉ là nói ra cho mẹ biết để mẹ hiểu con hơn.

Con trai: Con đã cố nói chuyện với mẹ trong nhiều năm qua, cố làm cho mẹ nhìn nhận mọi việc theo cách của con nhưng mẹ chỉ biết áp đặt ý kiến của mình, bắt con phải tuân theo. Suy cho cùng, đâu phải là mẹ muốn hiểu con mà là mẹ muốn ra lệnh cho con làm theo ý mẹ đấy chứ.

Mẹ: Nay, mẹ áp đặt ý kiến của mình cho con từ lúc nào thế? Ví dụ, mẹ nghĩ chúng ta đã thống nhất với nhau rằng con phải xin phép mẹ trước khi con đi chơi kia mà? Hôm nay con đi chơi mà không được phép của mẹ đúng không? Con thật vô trách nhiệm.

Con trai: À, mẹ muốn nói đến chuyện xảy ra hôm nay? Được thôi! Mỗi lần con xin phép mẹ đi chơi, mười lần thì hết chín lần mẹ nói “không”. Vậy thì còn xin xỏ làm gì khi con biết chắc là có nói gì thì mẹ cũng sẽ không cho con đi chơi. Ít ra hôm nay con đã báo với mẹ là con đi chơi chứ không phải lảng đi mà không nói gì.

Mẹ: Sở dĩ mẹ không cho phép con đi chơi là vì mẹ lo lắng cho con. Kỳ thi đang đến gần. Chẳng phải con nên tập trung học bài hơn là chơi mấy trò chơi điện tử ngu ngốc ấy sao? Nếu con dành thời gian học cũng nhiều như chơi game, thì kết quả học tập của con sẽ tốt hơn nhiều đấy. Con nghĩ mẹ khoái la mắng con lắm hả? Nếu con tự giác học hành và có ý thức kỷ luật thì mẹ đâu muốn nói đụng đến con làm gì. Nhớ đấy, mẹ sẽ không để con yên cho đến khi con đạt được nhiều điểm tốt hơn.

Con trai: Thôi, con không muốn nói nữa. Con mệt rồi (bắt đầu bước tới cửa phòng riêng).

Mẹ: Con quay lại đây ngay. Con không được đi đâu hết cho đến khi chúng ta giải quyết xong việc này. (Cậu con trai đóng sập cửa phòng lại sau lưng. Người mẹ đi đến cửa phòng con trai). Con làm như thế không có nghĩa là cuộc nói chuyện này chấm dứt đâu. Mở cửa ra ngay, con có nghe mẹ nói không? (Người mẹ đập tay thành thành lên cánh cửa).

Con trai: (Cuối cùng cũng mở cửa) Mẹ có thôi làm lớn chuyện và đối xử con như một đứa con nít không? Con đã 16 tuổi rồi và con biết mình đang làm gì với cuộc đời mình. Mẹ cứ la rầy và áp chế con theo kiểu ấy cũng chẳng được tích sự gì đâu.

Mẹ: Con thì biết cái gì? Nếu con biết làm chuyện nên làm thì con đã không tối ngày đi chơi mà không được mẹ cho phép, thay vào đó dành thời gian học thi. Nếu con chăm ngoan giỏi giang như con người ta thì mẹ đâu cần la rầy con.

Con trai: Con chịu hết nổi rồi. Con đi ra ngoài một chút cho thoáng đây. (Cậu đi về hướng cửa chính với chùm chìa khóa trong tay).

Mẹ: Con không được đi đâu hết. Đứng lại đó cho mẹ! (Nhưng cậu con trai đã ra khỏi nhà và sập cửa lại sau lưng).

Hoạt cảnh trên nghe có quen thuộc với bạn không? Chắc là bạn biết câu chuyện sẽ kết thúc như thế nào. Ý định tốt đẹp của người mẹ là muốn con trai tập trung học, bớt giao du với bạn bè đâm ra “xôi hỏng bỏng không”. Trái ngược với mong muốn của mình, bà chỉ nhận được những phản ứng tiêu cực, thái độ bất hợp tác của con trai. Chắc chắn đêm ấy bà sẽ buồn lòng khi đứa con trai không những không nghĩ là nó sai (đi chơi mà chưa được phép của mẹ) mà còn phản kháng ra mặt (bỏ ra khỏi nhà). Có lẽ bà cũng đi đến chỗ cho rằng mình thất bại trong vai trò làm mẹ vì đã không thể nói chuyện để mẹ con hiểu nhau hơn.

Trong khi đó, đứa con trai ra khỏi nhà với trạng thái bức dọc, bất mãn vì mẹ cậu không chịu hiểu cho mình, không lắng nghe cảm nghĩ của mình. Cậu cảm thấy mẹ “luôn nhảy xổ” vào đời mình với những lời kêu ca, phàn nàn bất tận, rằng bà không để cho cậu yên phút nào và rằng sứ mệnh duy nhất trong đời bà là trách mắng, rầy la con trai.

Trong chuyện này ai sai, cậu con trai hay người mẹ? Từ góc độ của người làm cha mẹ, chúng ta dễ dàng cho rằng cậu con trai mới là người sai vì đã không xin phép mẹ đi chơi sau đó còn vô lễ với mẹ. Dù điều đó là đúng thì cách tiếp cận như vậy cũng không giải quyết được tận gốc vấn đề.

Sở dĩ cha mẹ và con cái, tuy sống dưới một nhà, ăn ở và sinh hoạt cùng nhau, nhưng lại có những nhận thức về thế giới khác nhau là vì mỗi người có một “bộ lọc” khác nhau trong tâm trí. Chính những bộ lọc khác nhau này tạo ra những cách nhìn khác nhau trong suy nghĩ của mỗi người chúng ta về thế giới xung quanh. Những bộ lọc này được hình thành cùng với năm

tháng và cũng thay đổi theo năm tháng bởi các giá trị, niềm tin và thái độ sống của mỗi người.

Vấn đề là ở chỗ, đa số phụ huynh nghĩ rằng con cái nhận thức về thế giới cũng giống như mình. Bạn cho rằng suy nghĩ của cha mẹ và con cái nằm trên cùng một phương, nên giao tiếp với chúng từ tọa độ CỦA BẠN (nghĩ rằng chúng cũng tiếp nhận theo phương ấy), vậy thì chắc chắn bạn sẽ nhận lại những phản hồi lệch phương rồi.

Có những bậc cha mẹ khó mà hiểu nổi, tại sao điều mình muốn nói đơn giản như vậy mà con cái vẫn không nghe ra. Họ cất tiếng kêu trời, *“Tôi thật sự không hiểu chúng có cái gì trong đầu nữa”, “Làm sao chúng có thể làm chuyện ấy?”, “Chúng đang nghĩ gì thế không biết?”*. Giống như việc hai đối tượng tham gia vào một cuộc trao đổi, nhưng lại không sử dụng cùng một thứ ngôn ngữ, cuối cùng chẳng ai hiểu ai và việc giao tiếp như thế là thất bại. Muốn thành công, trước tiên bạn phải hiểu được ngôn ngữ của đối tượng và sau đó nói bằng ngôn ngữ ấy.

Trong những chương sau, bạn sẽ học được cách “giải mã” để hiểu cách mà con bạn nghĩ về thế giới như thế nào và cách giao tiếp với con cái bằng ngôn ngữ của chúng. Nhưng trước hết, bạn cần lĩnh hội nguyên lý quan trọng đầu tiên rằng: con bạn nhận thức về bản thân và thế giới khách quan (cha mẹ, người xung quanh, những sự việc trong cuộc sống,...) khác với bạn. Sau khi đã nắm được điều này, việc chúng ta cần biết tiếp theo là giao tiếp với chúng như thế nào, tiếp cận với chúng ra sao để chúng tiếp nhận điều chúng ta nói và làm theo. Quan niệm thứ hai sẽ giúp bạn về việc này.

QUAN NIỆM THỨ HAI: TẠO DỰNG MỐI QUAN HỆ TÍCH CỰC TRÊN CƠ SỞ TÔN TRỌNG NHẬN THỨC CỦA TRẺ VỀ THẾ GIỚI

Câu than phiền cửa miệng của nhiều bậc phụ huynh xưa nay là, *“Tôi không có cách nào nói cho con tôi hiểu được. Chúng cứng đầu lắm. Tại sao con cái lại không nghe lời cha mẹ chứ?”*

Các bậc cha mẹ thành công không rơi vào tình cảnh đó, họ có thể khiến con cái nghe lời và hợp tác với mình, bởi vì họ vun đắp được mối quan hệ hiểu biết và cảm thông giữa đôi bên. Chỉ khi nào con bạn cảm thấy chúng có thể TIN TƯỞNG bạn, rằng bạn HIỂU chúng thì chúng mới sẵn sàng lắng nghe và hợp tác với bạn.

Vấn đề lớn nhất mà các bậc cha mẹ thường gặp là họ không xây đắp được mối quan hệ tốt với con cái. Những đứa con cảm thấy cha mẹ không hiểu mình nghĩ gì, muốn gì và đang phải

đối diện với những vấn đề gì (thì người lớn có vấn đề của người lớn, người trẻ cũng có những vấn đề của người trẻ chứ). Đồng thời, chúng cũng không đủ tự tin để nghĩ rằng mình có thể chia sẻ những suy nghĩ và cảm xúc sâu kín nhất với cha mẹ vì sợ bị chỉ trích, quy tội và trừng phạt.

Đó là lý do tại sao nhiều bạn trẻ khi gặp khó khăn thì “chui vào vỏ ốc” và tự mình giải quyết lấy. Tại sao chúng tránh né hoặc trả lời nhát gừng mỗi khi cha mẹ quan tâm hỏi han. Ở mức độ xấu hơn, chúng có thể bỏ ngoài tai những ý kiến khôn ngoan và lời khuyên bảo tâm huyết của chúng ta. Đơn giản chúng nghĩ, những người không hiểu ta, không biết ta muốn gì thì làm sao có thể cho lời khuyên xác đáng được. ***Hoặc tệ hơn nữa, chúng có thể công khai phản đối và thách thức những quan điểm và giá trị của cha mẹ.***

Mức độ nguy hiểm không dừng lại ở đó. Con người ai cũng có nhu cầu được người khác cảm thông, nhìn nhận và chia sẻ. Khi một đứa trẻ cảm thấy mình không thể có được những điều đó từ cha mẹ, nó có khuynh hướng tìm kiếm những điều đó ở người khác, bất cứ ai khiến nó cảm thấy mình thật sự được lắng nghe và được công nhận. Đó là lý do giải thích tại sao nhiều thanh thiếu niên trở thành miếng mồi ngon cho những kẻ xấu lời kéo, lợi dụng. Bởi với những đứa trẻ ấy, làm theo những lời ngon ngọt của bọn người “lười nhác hoặc tệ hại” dễ dàng hơn nhiều so với việc làm theo những lời dạy bảo đúng đắn của cha mẹ.

Như vậy, nếu muốn con cái mở lòng với bạn, tự nguyện lắng nghe và làm theo ý bạn, trước hết bạn phải xây dựng mối quan hệ tốt với chúng. Chỉ khi con cái có thể tin tưởng cha mẹ, rằng cha mẹ thật sự hiểu chúng thì bạn mới có thể phát huy ảnh hưởng tích cực đối với con cái trong bất cứ vấn đề gì! Con bạn lúc ấy sẽ trở nên cởi mở và sẵn lòng lắng nghe những ý kiến và lời khuyên khôn ngoan của các “bậc trưởng bối”.

Chỉ có một “bí kíp” để xây dựng mối quan hệ hai chiều tốt đẹp với con cái (hoặc với bất kỳ ai) là ***Tôn trọng nhận thức về thế giới của chúng.*** Trước tiên, chúng ta cần hiểu rõ và sau đó chấp nhận cách nhìn và cảm giác của đối tượng.

Giả sử, nếu con bạn nói những câu sau với bạn. Thường thì bạn sẽ trả lời như thế nào?

“Học hành chỉ tốn thời gian!”

“Con ghét cô giáo ngu xuẩn này!”

Đây là một số phản ứng tiêu biểu của phụ huynh ...

Đứa trẻ: Học hành chỉ tốn thời gian!

Cha mẹ: Con điên à? Học hành KHÔNG bao giờ là việc tốn thời gian cả! Mà là đầu tư nghe rõ chưa. Con phải học vì tương lai của mình.

Đứa trẻ: Con ghét cô giáo ngu xuẩn này. Ngày nào cô cũng giao cả đống bài tập về nhà.

Cha mẹ: Sao mà dám ăn nói láo lếu như thế? Người ngu xuẩn là mày biết chưa? Cô giáo giao nhiều bài về nhà là để mày học tốt hơn, có thể mà cũng không hiểu.

Bạn nghĩ con mình sẽ cảm thấy thế nào sau khi bị cha hoặc mẹ “dồn” cho một trận như thế? Liệu nó có vui không? Có cảm thấy mình được lắng nghe không? Lần sau nó có sẵn lòng thổ lộ những suy tư của mình và nghe theo quan điểm, ý kiến của cha mẹ không? Tôi thì tôi không nghĩ thế.

Phản ứng thường tình của cha mẹ là nhảy dựng lên chửi đứa con ngay lập tức, áp đặt ý kiến của họ và đưa ra những “lời giáo huấn chỉ có đúng mà thôi”. Nhưng trên phương diện giáo dục, đó là một việc làm phản tác dụng, cho thấy bạn KHÔNG tôn trọng con cái và coi nhẹ cảm giác, quan điểm của chúng. Có thể lúc ấy đứa trẻ không dám cãi lại, nhưng sẽ có một trong những phản ứng sau:

□ Không dám phát biểu ý kiến hay tâm sự bất cứ chuyện gì nữa (để khỏi bị mắng)

□ Mặc dù không dám cãi lại (vì chưa đủ lý lẽ, vì sợ bị mắng thêm) nhưng nó cũng sẽ KHÔNG cho vào đầu những “lời vàng ngọc” của bạn

□ Dần dần đi đến chỗ nghĩ cha mẹ mình độc đoán, phi lý, chỉ muốn áp đặt ý kiến của mình lên người khác

Thế bạn có nghĩ là lần sau đứa trẻ còn muốn bày tỏ suy nghĩ và cảm xúc của mình với cha mẹ không? Chắc là không. Mọi quan hệ hiểu biết và cảm thông giữa hai bên thế là bị phá vỡ.

Hãy tôn trọng cách nhìn nhận của trẻ trước khi tìm cách thay đổi chúng

Muốn tác động đến một người nhằm thay đổi quan điểm của họ, để họ sẵn lòng chấp nhận những đề nghị của ta, trước hết ta phải TÔN TRỌNG và thể hiện sự đồng cảm với nhận thức về thế giới của họ.

Ta có thể làm được điều này bằng cách sử dụng những cách nói như sau:

□ Tôi đồng ý rằng...

□ Tôi hiểu rằng...

□ Tôi đánh giá cao...

Dưới đây là một ví dụ về cách phản ứng tích cực hơn, thông qua việc tôn trọng quan điểm và cảm nghĩ của con cái:

Đứa trẻ: Học hành chỉ tốn thời gian!

Cha mẹ: Ừ! Ba mẹ đồng ý rằng việc học có vẻ như tốn thời gian thật.

Đứa trẻ: Con ghét cô giáo ngu xuẩn này. Ngày nào cô cũng giao cả đống bài tập.

Cha mẹ: Ba mẹ hiểu rằng con không thích việc cho quá nhiều bài về nhà. Chắc con cảm thấy buồn bực lắm.

Sau khi thể hiện sự thông cảm với cảm giác và quan điểm của trẻ (để chúng thấy rằng bạn hiểu chúng), bạn có thể thay đổi thái độ của chúng bằng cách đưa ra một quan điểm khác. Sau đây là ví dụ về cách làm:

Đứa trẻ: Học hành chỉ tốn thời gian!

Cha mẹ: Ừ! Ba mẹ đồng ý rằng việc học có vẻ như tốn thời gian thật **NẾU** con không biết mình học vì cái gì. Nếu con không ngại trở thành kẻ ăn bám và bị bạn bè qua mặt thì đúng là việc học thật vô ích. Bên cạnh đó, nếu con muốn sau này thành công trong cuộc sống, trở nên giàu có và được nhiều người tôn trọng, thì việc học tập chuyên cần sẽ giúp con đi một đoạn đường ngắn nhất đến thành công, tốn ít thời gian và công sức nhất.

Đứa trẻ: Con ghét cô giáo ngu xuẩn này. Ngày nào cô cũng giao cả đống bài tập.

Cha mẹ: Ba mẹ hiểu rằng con không thích việc cô cho quá nhiều bài về nhà. Chắc con cảm thấy buồn bực lắm. Cùng lúc đó, chắc con cũng biết rõ kỳ thi đang đến gần, nhờ làm nhiều loại bài tập mà con có thể trả lời được tất cả các câu hỏi, hơn hẳn những bạn không bị thầy cô cho nhiều bài tập. Con có nghĩ thật ra cô giáo mà con gọi là “ngu xuẩn” ấy đang giúp con không?

Kỹ thuật thay đổi một cách khéo léo thái độ và nhận thức của đối tượng (mà không áp đặt họ) được gọi là kỹ thuật CHUYỂN HÓA Ý NGHĨA. Bạn sẽ học được cách sử dụng biện pháp hiệu nghiệm này trong các chương sau.

Bước đầu, một số cha mẹ cảm thấy quan niệm này rất khó “nuốt”. *“Sao tôi lại phải tôn trọng nhận thức non nớt về thế giới của con trẻ? Tôi để ra chúng kia mà? Trúng mà đòi khôn hơn vịt à?! Chúng phải nhìn nhận sự việc theo cách của tôi mới đúng đạo làm con chứ”.*

Chẳng có gì phải nghi ngờ, với tư cách làm cha mẹ, bạn có thể ép buộc con mình ngồi xuống, cúi đầu nghe bạn nói, tất nhiên chỉ khi chúng chưa đủ lớn. Nhưng một sự thật không thể chối cãi là: nếu ngay từ đầu bạn đã tỏ thái độ không tôn trọng cách hiểu, cách nghĩ của chúng về thế giới thì tiếng nói của bạn sẽ không còn cùng “ngôn ngữ” với chúng nữa, và sẽ không có cái sức mạnh như nó vốn có của tình thương yêu và cảm hóa, đủ để khuyến khích và động viên con trẻ trong mọi việc.

Điều này cũng tương tự như việc tạc tượng gỗ vậy. Con bạn là một miếng gỗ nguyên sơ nhưng có tiềm năng trở thành một kiệt tác dưới bàn tay tỉa tót của bạn. Bạn là một thợ thủ công lành nghề có đầy đủ dụng cụ và phương tiện để biến một thứ bình thường thành phi thường. Bạn có thể chọn cách đẽo ngang thớ gỗ (chỉ khiến cho mọi việc khó khăn hơn và gia tăng khả năng làm miếng gỗ bị gãy), hoặc chọn cách bào dọc theo thớ gỗ để sau mỗi nhát bào, miếng gỗ trở nên trơn tru hơn, ra hình ra dáng hơn.

Gỗ càng già bao nhiêu, thớ gỗ càng phức tạp và việc đẽo gọt càng đòi hỏi nhiều công phu bấy nhiêu. Là một thợ mộc có tay nghề, bạn có thể dùng sức buộc miếng gỗ phải có hình dáng như đúng ý bạn muốn, hoặc khéo léo uyển chuyển điều khiển cái bào nương theo các hướng khác nhau của thớ gỗ để đạt được kết quả mỹ mãn. Giao tiếp và tương tác với con cái cũng thế. Bạn có thể chọn cách áp đặt ý kiến và nhận thức của mình cho đứa con mới lớn, hoặc tìm cách nào đó để cả bạn và con bạn cùng hài lòng với kết quả đạt được.

QUAN NIỆM THỨ BA: ĐỂ MỌI VIỆC THAY ĐỔI, CHA MẸ PHẢI THAY ĐỔI TRƯỚC

Trong khi tổ chức các buổi chuyên đề giới thiệu về chương trình “Thiếu Nhi Siêu Đẳng” và “Tôi Tài Giỏi, Bạn Cũng Thế!”, chúng tôi thường gặp những phụ huynh tỏ ra bất lực trong việc quản lý con cái. Họ tuyệt vọng vì không có khả năng tạo động lực cho con vươn lên trong học tập và vâng lời cha mẹ. Cảm thấy mình không thể làm gì hơn được nữa, thế là họ quyết định gửi gắm con em mình vào những khóa đào tạo của chúng tôi với hy vọng sẽ có một phép màu thay đổi con em họ.

“Thầy Adam à, hãy làm sao thay đổi con trai tôi đi! Thầy hãy làm cách nào đó buộc nó tiến bộ

trong mọi chuyện!” Đó là những yêu cầu khẩn thiết mà tôi thường nhận được.

Điều đáng buồn là nếu những phụ huynh này cứ khư khư giữ lấy quan niệm rằng CHỈ có con họ mới cần thay đổi còn bản thân họ thì không, thì dù cho bọn trẻ có những chuyển biến lớn như thế nào – trong và sau khóa học của tôi – vẫn có nhiều khả năng chúng sẽ quay lại thói quen và cách nghĩ cũ. Cũng như trong bất cứ mối quan hệ nào, sự thay đổi thật sự phải đến từ hai phía. Nếu cha mẹ vẫn tiếp tục giao tiếp và đối xử với chúng theo cách thức tiêu cực như cũ, những đổi mới của con cái sẽ gặp lực cản đẩy chúng đến chỗ bất mãn hoặc rút vào vỏ ốc của tâm trạng tự ti, thiếu vắng hẳn động lực phấn đấu.

Chúng tôi cũng phát hiện ra một điều khác, những người thất bại trong vai trò làm cha mẹ có quan niệm “họ là nạn nhân”. Họ tin rằng mọi việc vượt quá tầm kiểm soát của mình và rằng họ không thể nào thay đổi lũ nhỏ. Khi được hỏi tại sao mối quan hệ giữa họ và con cái lại xoay ra chiều hướng xấu, hoặc tại sao con họ học không giỏi, họ luôn đổ thừa con cái hay những sự việc khách quan: *“Con tôi lười biếng lắm”, “Nó ương bướng ngang ngạnh thì không ai bằng”, “Con bé không hé miệng nói với tôi chuyện gì cả”, “Nó tiếp thu kém”, “Nó đàn đúm với đám bạn xấu”, “Nó có chịu nghe lời hay lẽ phải đâu”* hay *“Bà ngoại chiều nó quá”, “Việc nhà bận bịu quá, tôi chẳng có thời gian đâu mà để mắt đến nó” v.v...*

Mặc dù việc đổ thừa con cái và hoàn cảnh quả thật có thể giúp ta trút giận, xả stress nhưng điều đó không thể thay đổi được hoàn cảnh hay cải thiện mối quan hệ. Khi ta đổ lỗi cho người khác về những gì đang diễn ra, tức là ta đã tự tước đi của mình khả năng thay đổi những sự việc ấy. Những người thất bại trong vai trò làm cha mẹ luôn lý luận rằng, *“Để cho mọi việc tốt hơn, con tôi phải là người thay đổi trước chứ, việc của nó kia mà! Nếu tôi không thể cải tạo nó, tôi sẽ nhờ người khác làm việc này!”*

Những người thành công hành động theo quan niệm khác hẳn. Họ tin rằng mình có ảnh hưởng lớn đối với cách suy nghĩ và hành động của con cái. Nếu con họ có thái độ hoặc hành vi không tốt, họ đứng ra chịu trách nhiệm về điều đó. Họ biết rằng, mặc dù có những yếu tố khác ảnh hưởng đến nhân cách của trẻ, nhưng họ mới là nhân tố quan trọng bậc nhất. Họ có niềm tin vững vàng rằng, *“Để thay đổi mọi chuyện, trước hết mình phải thay đổi thái độ và phương pháp làm cha mẹ của chính mình”*. Như vậy, những người này xác định rõ rằng họ phải chịu trách nhiệm cho mọi kết quả tốt xấu. Bù lại, khi nắm lấy quyền chủ động, họ có khả năng xoay chuyển tình thế.

Hãy lấy ví dụ về một cậu bé không muốn về nhà sau giờ tan trường. Thay vào đó, cậu

thường la cà với bạn bè cả ngày, có hôm đến tận tối mịt. Khi cha mẹ nhắc nhở cậu học bài, cậu tỏ ra khó chịu. Khi họ bảo cậu dọn phòng, cậu miễn cưỡng làm qua loa cho xong chuyện. Nhưng mỗi khi bạn bè nhờ cậu giúp việc gì, thì cậu tận tình hết sức. Chúng ta hãy xem cách mà hai kiểu cha mẹ khác nhau giải quyết cùng một tình huống này như thế nào nhé.

1) Cha mẹ có quan niệm mình là “nạn nhân”

Những người làm cha mẹ có quan niệm mình là nạn nhân sẽ “chĩa mũi dùi” vào mọi lỗi lầm của cậu bé, đổ lỗi cho cậu, trách cứ bạn bè cậu và có nhu cầu than phiền với bất kỳ ai chịu lắng nghe họ. *“Con tôi bị gì không biết nữa”. “Thằng bé có thái độ không chấp nhận được”. “Nó ấy à, lười biếng kinh khủng”. “Nó chỉ nghe theo mấy đứa bạn ngu ngốc của nó thôi”.*

Dĩ nhiên, nếu bạn có một đứa con như vậy thì việc bạn giận dữ và thất vọng cũng là điều chính đáng. Không gì có thể biện minh cho hành động ích kỷ, vô kỷ luật và không quan tâm đến người khác của cậu bé. Cho nên, qua việc trút mọi giận dữ và thất vọng lên đầu con trai, họ sẽ cảm thấy dễ chịu hơn vì xả bớt được những cảm xúc tiêu cực. Nhưng vấn đề là nếu họ cứ xoáy sâu vào việc đứa con trai hư hỏng, khó bảo và luôn miệng than phiền về tất cả những gì không nằm trong tầm kiểm soát của mình (như bạn bè nó, tính biếng nhác của nó), nếu họ vẫn khư khư cách nghĩ rằng mình là nạn nhân (của bạn bè nó, của thói lười biếng ích kỷ) thì họ chỉ mang nặng trong lòng cảm giác BẤT LỰC, không thể làm gì để thay đổi con mình. Tệ hơn nữa, nếu cha mẹ liên tục la mắng hay cấm cậu giao du với bạn bè, họ có thể làm mọi việc trở nên xấu hơn nhiều.

2) Bậc cha mẹ đứng ra “lãnh trách nhiệm”

Những bậc cha mẹ này cũng không tránh khỏi cảm giác giận dữ, thất vọng nhưng đồng thời, họ nhận ra rằng việc bới móc lỗi lầm và đổ lỗi cho con trai hoàn toàn không giúp họ đạt được mục đích của mình (ví dụ, khiến nó đi về đúng giờ và dành thời gian cho gia đình).

Họ tự đặt ra cho mình những câu hỏi sau đây: *“Làm thế nào để mình có thể chịu trách nhiệm về thái độ và hành vi của con? Thử nghĩ xem mình đã làm gì khiến nó không muốn về nhà và cứng đầu không chịu nghe lời? Cần thay đổi phương pháp của mình như thế nào để con trai thích ở nhà nhiều hơn và ngoan ngoãn hơn?”*

Bậc cha mẹ “chịu trách nhiệm” thừa nhận rằng họ có khuynh hướng ưa chỉ trích bắt bẻ con cái. Họ cũng công nhận rằng mình đã không cố gắng lắng nghe con trai và cũng không quan tâm lắm đến những việc nó làm. Vì thế mà họ không có những hành động và lời nói để khuyến

khích, động viên khi nó làm việc tốt. Bằng việc xem xét lại cách cư xử của mình, họ nhận ra rằng: vừa về đến nhà, họ đã bắt đầu nói những câu hịch sách như *“Sao con không học bài? Tại sao con về nhà trễ quá vậy? Tại sao con để đồ đạc văng vãi khắp nhà như thế?”*.

Chẳng có gì đáng ngạc nhiên khi thằng bé không thích ở nhà, ai lại muốn nghe mãi những câu nói như thế. Nó thích ở bên bạn bè hơn, những đứa này sẵn lòng chấp nhận con người nó. Với chúng, nó cảm thấy mình quan trọng hơn và được tôn trọng hơn. Từ phát hiện ấy, bậc cha mẹ này đi đến kết luận: *“Mối quan hệ lỏng lẻo và không tốt giữa mình với con cũng là lý do tại sao nó không thích nghe lời cha mẹ và bỏ ngoài tai tất cả”*.

Sau khi nhận trách nhiệm, những người làm cha mẹ này quyết định thay đổi thái độ đối xử với con trai và giao tiếp với cậu bằng một cách khác. Họ chân thành lắng nghe con trai và tôn trọng cách nghĩ của cậu. Họ bắt đầu nghĩ đến những cử chỉ và việc làm tốt của cậu từ xưa đến nay mà họ chưa nhận ra và đánh giá cao, sau đó có biện pháp khích lệ và động viên con nhiều hơn. Chắc chắn sau một thời gian, cậu bắt đầu cảm nhận được tình thương yêu và sự tôn trọng đến từ những người trước đây chỉ phê phán và hịch sách mình.

Vì lẽ đó mà cậu thấy vui hơn mỗi khi gần cha mẹ và sẵn lòng hợp tác khi có lời yêu cầu từ cha mẹ. Khi nghe cha mẹ góp ý về một việc làm chưa tốt của mình, cậu chịu khó lắng nghe hơn, tiếp thu ý kiến phê bình với thái độ tích cực hơn, vì họ chỉ phê phán hành vi cụ thể của cậu chứ không phủ nhận toàn bộ con người cậu. Kết quả, cậu dần dần lấy lại lòng tự trọng và niềm tin vào bản thân mình, do đó ít bị ảnh hưởng tiêu cực từ bên ngoài.

Và dĩ nhiên, khi gia đình lại trở thành mái ấm thật sự, cậu sẽ mong muốn được về nhà hơn và cậu cũng bắt đầu quan tâm đến mọi người xung quanh, bớt lười nhác hơn.

Bạn thấy đấy, bằng việc chủ động đi bước đầu tiên để thay đổi thái độ và phương pháp giao tiếp của mình, chúng ta có thể có những ảnh hưởng tích cực đối với hành vi của con cái.

Dưới đây là những ví dụ trong việc chuyển đổi những lời trách móc và đổ lỗi cho con thành những hành động tích cực và có trách nhiệm.

Quan niệm “nạn nhân”

Thay vì bảo con bạn là đồ lười biếng

Quan niệm “lãnh trách nhiệm”

Hãy nghĩ cách khích lệ con cái bằng cách tìm hiểu sở thích và ước mơ của chúng

Thay vì nghĩ con mình là **Hãy dạy con bạn phương pháp “Tận dụng tối đa não bộ trong học tập” để giúp cho việc học trở nên thú vị và hiệu quả hơn**

Thay cho đánh giá: con **Hãy tạo dựng mối quan hệ gắn bó với con cái sao cho mình thật ngang ngạnh chúng cởi mở hơn với cha mẹ**

Thay vì đổ tội cho con bạn **Hãy giúp con bạn lấy lại lòng tự trọng khiến chúng có bản**
để bị ảnh hưởng từ đám bạn **lĩnh hơn để nói “không” với những “cám dỗ ngọt ngào**
xấu

Mỗi khi chúng tôi chia sẻ quan niệm này trong các cuộc hội thảo dành cho cha mẹ, thế nào cũng có một số người phản ứng bằng câu hỏi, *“Nói vậy thì chúng tôi phải nhận lãnh mọi trách nhiệm về mình sao? Con cái cũng phải có trách nhiệm của chúng chứ?”*. Dĩ nhiên rồi, trách nhiệm thuộc về cả hai phía! Thật ra, trong những khóa đào tạo dành cho học sinh, chúng tôi cũng tập trung huấn luyện các em đứng lên nhận trách nhiệm cho những việc chúng làm. Chúng tôi nói với các em rằng, nếu muốn kết quả học tập thay đổi, chúng cần thay đổi trước. Để làm mới và tốt đẹp hơn mối quan hệ với cha mẹ, chúng cũng phải thay đổi thái độ và hành vi của mình đối với cha mẹ.

Bạn thân mến, cần phải tin rằng, một khi cả hai bên đều có cùng cách nghĩ về việc đứng ra nhận trách nhiệm, bạn và con bạn sẽ nhanh chóng đạt được kết quả hài lòng cho cả đôi bên. Cuối cùng, chỉ những người dám chịu trách nhiệm về mình mới có khả năng thay đổi thế giới.

QUAN NIỆM THỨ TƯ: CHA MẸ LÀM GƯƠNG CHO CON CÁI

Một trong những điều mà chúng tôi biết rõ nhất là trẻ em thường rập khuôn theo cách hành xử của cha mẹ hay người lớn trong nhà. Điều đó có nghĩa là thái độ và cách hành xử của các em thường mô phỏng lại những điều mà các em mắt thấy tai nghe từ lời nói và hành động của cha mẹ. Thật vậy, các em nhỏ học một cách vô thức hay có ý thức từ những việc cha mẹ chúng làm nhiều hơn là những gì cha mẹ chúng nói.

Trong một khóa học về “Những Mô Thức Thành Công” (Patterns of Excellence) dành cho người lớn, có một người mẹ than phiền rằng con trai bà tiêu hết tiền vào game và cậu còn đòi mẹ mua những món đồ hiện đại nhất cho mình (như điện thoại iphone Apple).

“Làm như nó nghĩ đồng tiền dễ kiếm lắm hay sao ấy!” – chị nói. Khi tôi yêu cầu chị suy nghĩ về thói quen tiêu tiền của mình thì chị nhận ra rằng, chị luôn mua đồ chơi mới cho con khi nó còn nhỏ và chính bản thân mình thì rất thích đi shopping, liên tục sắm sửa quần áo và đồ dùng mới. Chính thói quen của chị đã dạy cho con thái độ không biết quý trọng giá trị đồng tiền.

Cũng trong vấn đề này, tôi xin kể bạn nghe trường hợp tôi tư vấn cho một người cha có vấn đề với đứa con. Người cha than phiền rằng con trai mình tính tình thô lỗ và không biết lễ phép với người lớn. *“Nó không bao giờ biết nói từ “làm ơn” hay “cám ơn”. Nói mấy từ đó quá khó với nó hay sao?”*. Nhưng khi buổi tư vấn kết thúc, người cha đứng lên về thẳng mà không nói với tôi lấy một tiếng cảm ơn.

Tôi chắc bạn đã nghe chuyện ngụ ngôn về một cậu bé một hôm hì hục ngồi đẽo một cái máng giống như máng cho heo ăn. Người cha thấy vậy hỏi con đang làm gì thì nó trả lời: *“Con đống cái này đến khi cha già, con đổ cơm vào cho cha ăn”*. Thì ra người cha này cho bố của mình là ông nội của nó ăn bằng bát gỗ vì sợ ông đánh vỡ bát sứ! Thật vậy, con cái học cách đối đãi với cha mẹ và những người khác qua những gì mà chúng tận mắt chứng kiến từ cha mẹ. Chúng cũng lặp lại một cách vô thức cách mà cha mẹ đối xử với hàng xóm, họ hàng, đồng nghiệp, nhân viên cấp dưới và thậm chí người giúp việc. Cho nên, bạn không thể dạy con sống chân thành khi bản thân mình thì đi nói xấu ông hàng xóm sau lưng. Đó là lý do tại sao những bậc cha mẹ thành công nhận ra rằng họ phải là tấm gương cho con cái noi theo. Nếu muốn con cái trở thành người lịch sự, biết điều, lạc quan, có quyết tâm cao và ý chí tiến thủ, họ phải biểu hiện những phẩm chất này rõ nét nhất.

Hãy mang đến cho con cơ hội sửa mình bằng cách làm gương cho chúng. Ví dụ, nếu bạn muốn dạy con làm chủ cảm xúc, bao giờ bạn cũng phải biết kiềm chế những cơn nóng giận, nhất là khi bạn ở trong một tình huống dễ dàng mất tự chủ. Một khi con bạn chứng kiến bạn làm chủ được bản thân và hoàn cảnh một cách hiệu quả thì đến khi rơi vào một tình huống tương tự, chúng có thể dựa theo khuôn mẫu đó mà xử sự.

QUAN NIỆM THỨ NĂM: KHÔNG CÓ THẤT BẠI, CHỈ CÓ THÔNG TIN PHẢN HỒI

Nhiều người mang tâm lý sợ thất bại mà không dám bắt đầu một cái mới. Họ hỏi tôi: *“Nếu những phương pháp này không hiệu quả thì sao?”, “Nếu chúng chỉ làm mất thời gian của tôi thì thế nào?”, “Chắc chẳng ăn thua gì, tôi đã thử hết mọi cách”*. Nhiều người mất hết tinh thần vì những vết thương lòng do thất bại trong quá khứ gây ra và họ không dám liều mình thử một

phương pháp nào mới. Vì sợ thất bại và phải thất vọng một lần nữa, họ suốt đời rụt rè nghi hoặc, nhiều người trong số đó thà khoanh tay chứ không dám làm gì. *“Ghét của nào trời trao của ấy”*, những người sợ thất bại thường hay gặp chuyện bất như ý.

Trong khi đó, những người thành công coi những lần “xôi hỏng bỏng không” là một phần quan trọng trong quá trình học hỏi và biến nó thành bàn đạp cho thành công. Khi áp dụng một phương pháp nào đó mà không có tác dụng, họ sẽ không bỏ cuộc hay quy lỗi cho bên thứ ba mà chỉ coi đó là thông tin phản hồi rằng phương pháp của họ không hiệu quả. Sau đó họ sẽ thay đổi biện pháp cho đến khi thành công mới thôi.

Vậy, nếu bạn cần nhằn la mắng con cái trong suốt 15 năm qua mà không có tác dụng, hãy NGỪNG LA RẦY! Lặp đi lặp lại một việc làm nào đó và nhận được kết quả như cũ chẳng phải là điên rồ hay sao? Nhưng bạn cũng chớ vội đầu hàng và nghĩ rằng mình là một người cha người mẹ thất bại hoặc bạn có một đứa con “đồ bỏ”. Đổ lỗi cho bản thân hay cho con cái đều là việc tuyệt đối không nên làm.

Thay vào đó, hãy tiếp nhận nó như một thông tin phản hồi rằng phương pháp mắng mỏ cần nhằn không có tác dụng trong việc làm thay đổi tính chất mối quan hệ cha mẹ và con cái trong trường hợp này. Ở những chương sau, bạn sẽ làm quen với nhiều công cụ và phương pháp mới đã được chứng minh là hiệu quả để giải quyết rắc rối này. Tôi dám chắc rằng bạn sẽ tìm thấy một phương pháp hiệu quả cho riêng mình, với điều kiện bạn vui lòng thay đổi liên tục các phương pháp mỗi khi nó tỏ ra không có tác dụng.

QUAN NIỆM THỨ SÁU: CÀNG LINH HOẠT BAO NHIÊU CÀNG DỄ THÀNH CÔNG BẤY NHIÊU

Bao giờ cũng áp dụng một khuôn mẫu cứng nhắc chính là yếu tố cản trở đa số các bậc cha mẹ thực hiện những thay đổi lớn. Nhiều ông bố bà mẹ chỉ biết một hoặc hai phương thức giao tiếp với con cái. “Nói chuyện nhẹ nhàng” hoặc “đe dọa” là hai phương pháp truyền thống. Nếu một trong hai cách hết hiệu nghiệm, họ chỉ còn cách bó tay, không biết làm gì hơn nữa.

Một số người thiếu linh hoạt đến nỗi họ cứ “bốn cũ soạn lại” một cách thức dạy con duy nhất. Ví dụ, một số ông bố bà mẹ bao giờ cũng tỏ ra xuề xòa dễ dãi và chiều chuộng con hết mức vì sợ rằng, nếu cứng rắn nghiêm khắc với chúng một chút thì hòa khí trong gia đình sẽ bị ảnh hưởng. Những người này, dĩ nhiên, thường bị con cái lấn át và không có tiếng nói quyết định trong nhà. Có một câu thành ngữ về việc này, rằng chiều con không đúng cách chỉ khiến

bọn trẻ “được đăng chân lân đăng đầu” và “được nước leo lên đầu lên cổ cha mẹ” hay quay lại điều khiển cha mẹ.

Lại có những người trái ngược hẳn với những bậc cha mẹ nói trên, họ lúc nào cũng cứng rắn và xét nét con cái. Họ tin rằng nếu họ mềm lòng, “bầy tiểu quỷ” sẽ được đà lấn lướt, sẽ không tôn trọng “trưởng bối” và họ khó mà “cầm cương” được chúng. Kết quả thì sao? Nhiều đứa trẻ đâm ra sợ bố mẹ không dám ho he điều gì và thường giấu giếm họ mọi việc lớn nhỏ. Đến tuổi vị thành niên, hoặc chúng quay ngoắt 180 độ trở nên bất trị thậm chí có khuynh hướng nổi loạn, hoặc chúng trở thành những kẻ yếm thế run sợ trước mọi người và mọi việc, không dám có ý kiến riêng và không tin vào bản thân mình.

Vậy thì dạy con như thế nào mới là đúng đắn? Cái gì cũng gặt đầu hay luôn làm mặt khó dăm dăm? Dễ chấp nhận hay đòi hỏi cao? Phương pháp hay nhất là không bám chặt vào một phương pháp cụ thể nào, hãy linh hoạt, cực kỳ linh hoạt và tùy cơ ứng biến, tức là tùy thuộc vào đối tượng tiếp nhận, nên tôi không thể nói chắc với bạn là phải luôn mềm mỏng hay luôn áp dụng kỷ luật sắt. Qua nhiều năm tiếp xúc, tôi thấy rằng những người thành công trong vai trò cha mẹ hay giáo viên là những người biết yêu thương, quan tâm và thoải mái trong các mối quan hệ với trẻ. Nhưng đồng thời, họ cũng có thể trở nên rất cứng rắn và nghiêm khắc khi con trẻ vượt quá giới hạn.

Bí quyết là ở chỗ, bạn hãy làm sao cho việc bạn sắp làm không “lồ lộ giữa ban ngày” để đứa trẻ không thể lường trước được. Ngay lúc bạn tỏ ra cứng nhắc và dễ đoán, đứa nhỏ sẽ là người nắm quyền điều khiển chứ không phải bạn. Tôi phát hiện ra lý do chính giải thích tại sao nhiều đứa trẻ (đặc biệt là trẻ nhỏ) rất giỏi “quay bố mẹ như quay dế”. Đó là vì ở chúng, độ linh hoạt và tính ứng biến cao gấp nhiều lần so với phụ huynh. Chúng có thể liên tục thay đổi chiêu thức cho đến khi có được điều chúng muốn.

Là cha mẹ, bạn cũng cần phải nghĩ ra nhiều chiến thuật để quản lý con cái. Tôi nhớ trường hợp một người mẹ trở thành “con dế” của đứa con lăm mư nhiều mẹo của mình như thế nào. Người mẹ dẫn đứa con gái nhỏ đi ngang một cửa hàng bán đồ chơi. Bạn biết trẻ con mà đi ngang cửa hàng đồ chơi thì chuyện gì sẽ xảy ra rồi đó. Chúng háo hức nhìn hết món đồ chơi này đến món khác và đôi mắt thiên thần của chúng vụt sáng lên long lanh khi thấy món đồ mà chúng ưa thích nhất.

Bé gái cầm lên một món đồ chơi, quay sang nhìn mẹ với đôi mắt tròn xoe trong trẻo và nói, “Mẹ ơi, mua cho con món đồ chơi này nha mẹ?”

Người mẹ: Không được. Con đã có quá nhiều đồ chơi rồi. Con thậm chí chưa đụng đến một số món ở nhà. Con cứ vùi mẹ mua hết cái này đến cái khác. Mẹ của con có in ra tiền đâu.

Cô bé: Mẹ, món đồ này khác hẳn mà. Máy món ở nhà là để chơi cho vui thôi, còn cái này sẽ giúp con học đấy. Mẹ cũng muốn con học hỏi thêm mà, đúng không mẹ? (và nó mỉm một nụ cười xinh tuyệt).

Người mẹ: Mẹ không thể mua cho con. Mà dù có muốn mẹ cũng không dám đâu, ba con không thích việc mẹ con mình mua cả đồng đồ chơi về nhà. Nếu ba biết chuyện này, ba sẽ la mẹ mất.

Cô bé: Nếu mẹ không nói thì làm sao ba biết được.

Người mẹ: Không được. Thôi không bàn về chuyện này nữa. Ta đi về thôi. (Người mẹ quay lưng đi tiếp).

Cô bé: (ôm món đồ chơi và đi theo). Mua cho con đi mẹ, mua đi mẹ, mua đi mẹ, mua đi mẹ, mua đi mẹ, mua đi mẹ, mua đi mẹ, mua đi mẹ, mua đi mẹ, mua đi mẹ...

Người mẹ bắt đầu khó chịu và cố lờ đứa con gái đang vùi vãnh.

Chị tiếp tục bước thêm vài bước.

Cô bé: (Ngồi phịch xuống sàn ăn vạ) Mẹ, con muốn món đồ chơi đó NGAYYYYYY! Con ghét mẹ vì mẹ không thương con. Nếu mẹ thương con, mẹ đã mua cho con món đồ chơi đó. CON GHÉT MẸ LẮMMMMMMM!!!!!!!!!!!!!!" (Nó ra sức gào thét).



Người mẹ: (bối rối đi lại gần con vì có quá nhiều người hiếu kỳ đang quay sang nhìn hai mẹ con họ) Thôi được rồi! Được rồi! Con thắng rồi! Nín đi nào! Mẹ sẽ mua cho con món đồ chơi đó. (Chị giật lấy món đồ chơi từ tay con và đến quầy tính tiền).

Cô bé: (lập tức nín khóc) Thật thế hả mẹ? Mẹ mua thật chứ?

Người mẹ: (đưa đồ chơi đã tính tiền cho con và nói) Giờ con hài lòng rồi chứ?

Cô bé: (quay sang mẹ, nắm lấy bàn tay mẹ, ngược đôi mắt mở to vẫn còn long lanh giọt lệ nhìn mẹ và cười thật tươi) Vâng! Cảm ơn mẹ. Con yêu mẹ nhất trần đời.

Bạn đã nhận ra ai là người thắng cuộc trong cuộc “đấu trí” này. Có thể nói đây là biểu hiện của cuộc đấu tranh “giành quyền lực” và rõ ràng cô bé lắm trò đến mức người mẹ không thể xử lý nổi. Nếu ta làm một cuộc phân tích và đặt những biện pháp của bé gái này vào ngữ cảnh người lớn, ta sẽ thấy đây là những “chiêu bán hàng” mà đứa nhỏ đã áp dụng rất tốt.

- 1) *Sử dụng cách tiếp cận lịch sự của một nhân viên chăm sóc khách hàng (hỏi xin mẹ mua đồ chơi một cách lễ phép).*
- 2) *Trở thành người bán hàng chuyên nghiệp bằng cách quảng cáo lợi ích của món đồ chơi này so với những món mà nó đã có ở nhà.*
- 3) *Bắt đầu thương lượng bằng cách nói, “Nếu mẹ không nói thì sao ba biết được”.*
- 4) *Sử dụng chiêu thức “gan lì” của người tiếp thị/bán hàng kiên trì bằng cách lẻo đẻo đi theo mẹ năn nỉ “mua đi mẹ, mua cho con đi mẹ”.*
- 5) *Tận dụng chiêu thức cuối cùng (cực chẳng đã) là đe dọa “khách hàng”, tức là người mẹ, bằng cách làm cho mẹ nó phải xấu hổ nơi công cộng.*
- 6) *Sau khi đã đạt được mục đích là có món đồ chơi trong tay, cô bé còn biết cách áp dụng chính sách hậu mãi bằng cách nịnh mẹ (“con yêu mẹ nhất trên đời”) để sau này có thể “bán hàng” tiếp.*

Người phụ nữ mà tôi đang nói tới tham dự vào chương trình “Những Mô Thức Của Thành Công” và đã nắm được cách thức trở nên linh hoạt hơn đứa con gái. Người mẹ quyết định làm một việc thật sự điên rồ và khó đoán khi lần sau con bé đòi mua đồ chơi tiếp. Lần này khi đứa con gái đòi mua đồ chơi mới, người mẹ bắt đầu gào thét và nổi cơn tam bành trước khi nó kịp làm gì. “*Tại sao con cứ đòi mua đồ chơi? Tại sao thế? Tại sao thế?*– người mẹ gào như một người điên. Đứa con gái hoảng hốt và sợ hãi đến nỗi nó vội đặt trả món đồ chơi lên kệ và nói, “*Thôi... không cần nữa đâu mẹ*”.

Đây là một ví dụ tiêu biểu về sức mạnh của tính linh hoạt trong các biện pháp và khó đoán trước trong hành động. Bạn có thể lấy lại quyền làm chủ bằng cách học để trở nên linh hoạt hơn, ứng biến hơn. Vấn đề nào cũng có giải pháp, điều mà chúng ta cần làm là tìm ra phương án “ĐÚNG ĐẮN” để hóa giải mà thôi.

QUAN NIỆM THỨ BẢY: KHÔNG CÓ ĐIỀU GÌ KHÔNG ỔN VỚI TRẺ, CHỈ CÓ CÁI GÌ ĐÓ KHÔNG ỔN TRONG HÀNH VI CỦA CHÚNG MÀ THÔI

Những người thất bại trong vai trò cha mẹ có khuynh hướng gán ghép bản chất của trẻ với hành vi của chúng. Bởi thế nếu đứa con không chăm học, cha mẹ gán cho cậu là “đồ lười biếng”. Nếu nó đánh vỡ đồ vài lần thì sẽ bị mẹ nói là “kẻ hậu đậu”. Sau đó, họ tiếp tục củng cố và nhấn mạnh những tính cách này bằng những câu đánh giá thường xuyên, *“Sao con lười thế không biết”, “Đúng là hậu đậu hết chỗ nói”*. Nếu chẳng may nó có hành vi xấu, họ thậm chí còn dùng cách nói nghiêm trọng hơn, *“Con bị ma ám à? Đồ hư hỏng, đồ rác rưởi!”*.

Sự nguy hại của việc đồng nhất hành vi với bản thân đứa trẻ là ở chỗ, bạn chỉ khiến con mình thêm đĩnh ninh rằng nó lười biếng, hậu đậu, có vấn đề và là đồ bỏ. Chúng ta càng làm việc này thường xuyên bao nhiêu, đứa trẻ càng hành xử theo đúng những “nhãn dán” mà cha mẹ gán cho chúng bấy nhiêu.

Những bậc phụ huynh này luôn khư khư quan niệm rằng con của họ có vấn đề và cần phải được cải tạo. Với thái độ và cách đối xử với con cái như thế chúng vốn lười biếng, hư hỏng hay hậu đậu, trẻ sớm mất đi lòng tự trọng và sự tự tin vào bản thân, có khuynh hướng coi mình kém cỏi, chẳng bằng ai.

Những bậc cha mẹ thành công thì khác, họ không bao giờ đánh đồng hành vi cụ thể của con với con người thật của chúng. Họ tin rằng bên trong mỗi đứa trẻ là một con người đầy tiềm năng, có động lực sống và những ý định tốt đẹp, rằng tuyệt đối không có bất cứ vấn đề gì với chúng với tư cách là một con người.

Khi chúng làm một việc gì đó không tốt thì điều đó chỉ đơn giản là vì chúng đã áp dụng một phương pháp không thích hợp để đạt được những gì chúng muốn mà thôi. Họ bao giờ cũng tin rằng, luôn có một mục đích tốt đẹp đằng sau mỗi việc làm của con (bất kể việc làm đó có vẻ tệ đến mức nào). Để giúp trẻ, chúng ta hãy chấp nhận chúng với tư cách là một con người, và tiếp thêm sức mạnh cho chúng nhằm thay đổi thái độ, hành vi của chúng.

Cho phép tôi kể bạn nghe một câu chuyện. Cách đây chưa lâu tôi tư vấn một người mẹ bất lực trong việc dạy bảo đứa con ngỗ ngược luôn gây sự đánh nhau với bạn bè. Thằng nhỏ càng dính vào nhiều vụ ẩu đả bao nhiêu, người mẹ càng chửi mắng chì chiết nó bấy nhiêu. Dưới con mắt của bà, nó là thằng bất trị, là mối họa. Tất nhiên, khi bà còn giữ cách nhìn nhận này về con trai thì mọi việc càng trở nên xấu đi.

Sau một vài tiếng đồng hồ làm quen và trao đổi với cậu bé để tìm hiểu tâm tư tình cảm của cậu, tôi phát hiện rằng đó là một cậu nhóc rất thông minh và hiểu động. Nó chỉ muốn được người khác chú ý đến mình và được cảm thấy mình quan trọng (một ý định tốt đẹp). Điều không may là cậu lại đi sai đường. Cậu cảm thấy việc gây rối đánh lộn khiến cậu trở thành “người hùng”.

Tôi vào cuộc bằng cách bảo với cu cậu rằng nó “rất thông minh và có tiềm năng lãnh đạo”. Sau đó, tôi nói cho cậu cách thức làm sao nhận được sự chú ý và được tôn trọng thật sự của người khác. Tôi còn mời cậu thiếu niên “có vấn đề” này làm cố vấn tình nguyện trong các khóa học về lãnh đạo các hoạt động ngoài trời dành cho thiếu niên nữa. Trong vòng năm tháng sau, cách hành xử của cậu thay đổi một cách ấn tượng. Mẹ cậu đi từ bất ngờ này sang bất ngờ khác. Từ một đứa trẻ ham chơi quậy phá, cậu trở thành một nhà lãnh đạo năng nổ, có trách nhiệm và có thể động viên đàn em hoàn thành xuất sắc các hoạt động ngoài trời.

Bạn thấy đấy, với sức mạnh to lớn có được từ bảy quan niệm hiệu quả mà chúng ta học hỏi được từ những người thành công trong vai trò làm cha mẹ, bạn có thể giải phóng và kích hoạt tài năng có sẵn trong con bạn. Nào hãy bắt đầu học hỏi điều đó trong chương sau!

CHƯƠNG 4

LÀM THẾ NÀO GIÚP CON BẠN CÓ ĐỘNG LỰC VƯƠN TỚI THÀNH CÔNG

Đối với hầu hết các bậc cha mẹ, thành công của con cái còn quan trọng hơn thành công của chính mình. Chúng ta có thể hy sinh tất cả để dọn đường cho con đi đến thành công trong bất cứ lĩnh vực nào mà chúng lựa chọn. Khi con còn bé, ta mong chúng có thành tích học tập tốt như một bộ phóng vũng chắc để từ đó chúng bay lên chinh phục những đỉnh cao và biến ước mơ thành hiện thực.

Nhưng làm thế nào để giúp con cái đây? Và nên bắt đầu từ đâu? Trước hết, bạn cần xác định rằng cuộc đời là của con bạn, chúng phải sống cuộc đời của chúng. Và như vậy để thành công,

bản thân chúng phải có KHÁT VỌNG thành công và ĐỘNG LỰC vươn tới thành công. Tiếc thay, không ai có thể làm dùm chúng việc này, kể cả cha mẹ chúng.

Tuy nhiên, trong khi chỉ có một số ít trẻ có động lực phấn đấu tự thân và vì thế gặt hái những thành quả liên tiếp trong bất cứ việc gì chúng làm, thì phần đông những trẻ khác chỉ đạt kết quả làng nhàng hoặc yếu kém. Điều đáng buồn là người lớn chúng ta đều biết rằng những đứa trẻ “làng nhàng” ấy có thể làm tốt hơn nhiều nếu chúng nỗ lực. Khoa học về não bộ cho chúng ta thấy hầu như tất cả trẻ em trên đời đều có tiềm năng trở thành người tài giỏi, chỉ có điều các em chưa biết cách phát triển những tài năng chưa lộ rõ ấy mà thôi. Thay vì khai thác tiềm năng của bản thân, nhiều em trang bị cho mình thái độ bất cần, sẵn sàng thí bỏ hay có tư tưởng thất bại chủ nghĩa: *“Đơn giản tôi không thể làm được điều đó. Việc này quá khó đối với tôi. Bỏ tay thôi”*.

Gặp trường hợp như vậy, phần lớn các ông bố bà mẹ sẽ làm gì? À, họ sẽ cố tác động đến con cái với những lời căn nhắc, la mắng, khuyên bảo chẳng tới đâu, và thậm chí còn đưa ra những so sánh tối kỵ: *“Sao con không chịu khó học hơn?”, “Học hành biếng nhác thế thì còn mong đợi được gì!”, “Anh mày bao giờ cũng đứng nhất lớp, còn mày thì sao?”, “Phải chịu khó động não một chút chứ?”*.

Có thể con bạn hoàn toàn dừng dưng trước những lời căn nhắc ca thán bất tận kiểu ấy, có thể chúng chăm học hơn một chút nhưng chỉ trong một thời gian ngắn, sau đó “mèo lại hoàn mèo”. Tại sao thế, đó là vì trong những đứa trẻ như vậy, khát vọng thành công nếu có cũng chỉ là ngọn lửa leo lét không đủ sức làm nóng bầu nhiệt huyết của tuổi trẻ, bởi vì ngọn lửa ấy được thổi lên bởi cha mẹ chúng chứ không phải tự bản thân chúng. Do đó, những lời la mắng căn nhắc của cha mẹ cũng giống như việc quất roi vào con ngựa đã gần kiệt sức, giục nó phải bước nhanh hơn.

Vì vậy, thay cho lời la mắng, hãy trao cho con “tấm biển chỉ đường” đi tới thành công.

“TẤM BIỂN CHỈ ĐƯỜNG” ĐI ĐẾN THÀNH CÔNG

Những người thành công trong vai trò làm cha mẹ không tin rằng có thể “cấy ghép” động lực phấn đấu từ bên ngoài vào cho trẻ, như kiểu y học hiện đại vẫn cấy ghép nội tạng trong cơ thể người. Họ cho rằng trên cương vị làm cha mẹ, họ nên và chỉ nên tác động đến con cái bằng những cách thức đúng đắn, giúp chúng có động lực tự thân để vươn tới thành công.

Tôi có một niềm tin mãnh liệt rằng cha mẹ có ảnh hưởng to lớn đến thành công của con cái.

Bằng cách nào? Trước tiên, hãy tác động đến con cái để chúng có suy nghĩ tích cực, truyền cho chúng khát khao mãnh liệt và trang bị cho chúng những phương pháp dẫn đến thành công trong bất cứ lĩnh vực nào.

Qua hàng trăm khóa đào tạo với hàng trăm ngàn thiếu niên nhi đồng mà chúng tôi tổ chức trong 15 năm qua, chúng tôi gặp không ít em không hề có ý niệm mình muốn làm gì trên đời, chứ đừng nói đến khao khát thành công. Chúng hài lòng với việc là một học sinh sức học trung bình và thi vừa đủ điểm đậu. Chỉ cần nhìn bên ngoài cũng biết là chúng không có chút “lửa” nào trong tâm hồn.

Tuy vậy, chỉ sau bốn đến năm ngày trong “lò luyện” của chúng tôi, trong tâm hồn của những đứa trẻ trung bình này, ngọn lửa khát vọng thành công đã được thắp sáng lên – điểm khởi đầu cho một sự thay đổi. Tôi muốn giới thiệu với bạn vài lá thư trong số hàng ngàn email mà những em này đã gửi cho tôi trong thời gian qua.

Ngày: Thứ sáu, 13 tháng 7 năm 2007. 17:34

Chào thầy Adam,

Em có một tin vui

Em vừa nhận được chứng chỉ sáng nay thầy ạ. Từ trường University of New South Wales. Em đậu loại xuất sắc môn Sinh học.

Em thật sự vui sướng vì đây là lần đầu tiên em đạt điểm xuất sắc. Từ hồi nào đến giờ em toàn đạt điểm trung bình!

Trước kỳ thi, em tự nhủ rằng CÓ THỂ đạt điểm xuất sắc. Em phải khiến cho bản thân em và cha mẹ tự hào về mình.

Và em đã làm được điều đó!!! Điểm của em nằm trong топ 9% số điểm cao nhất của các thí sinh lớp 4 tại Singapore. Trong lần thi tới của trường UNSW, em quyết định sẽ đạt điểm xuất sắc và làm tốt hơn nữa.

Và em muốn cảm ơn công lao dạy dỗ của thầy.

Cheryl Low Yixin

Năm điểm 10 tuyệt đối và thủ khoa môn Luật

Người gửi: "Lob Ting Hui"

Ngày: Thứ tư, 18 tháng 10 năm 2006, 17:51

Chủ đề: Cảm ơn!!!

Anh Adam thân mến,

Em tên là Samathan Lob Ting Hui và em đã tham dự khóa học "Tôi Tài Giỏi, Và Bạn Cũng Thế!" được tổ chức tại Mã Lai vào tháng 12 năm 2005. Đó chắc chắn là những ngày tuyệt vời đối với em.

Kết quả của kỳ thi A-level Cambridge vừa được công bố và anh biết không? Em đạt được năm điểm 10 tuyệt đối, nhưng chưa hết, em còn được tin là bài thi Luật của mình được điểm cao nhất thế giới!? Số một THẾ GIỚI đấy nhé!

Chẳng lời nào có thể miêu tả niềm vui sướng và tự hào của em. Gia đình em cũng vậy. Giờ đây em chỉ muốn gửi lời cảm ơn đến tất cả mọi người ở công ty AKLTG. Khóa học đã dạy thêm cho em nhiều kỹ năng học tập vô cùng hữu ích. Em cũng học được cách tập trung hết sức lực cho mục tiêu của mình, nhưng quan trọng nhất là niềm tin mới mẻ vào bản thân.

Trên tất cả, em muốn cảm ơn các huấn luyện viên trưởng trong khóa học của em là anh Stuart, Amin và dĩ nhiên là anh nữa, Adam ạ. Nếu không có các anh thúc đẩy và động viên em đã chẳng gặt hái được nhiều đến thế trong bốn ngày ấy.

Từ hạng 26 đến hạng 16 trong lớp!

Người gửi: "noelle chua"

Ngày: Thứ sáu, 24 tháng 11 năm 2006, 16:25

Chủ đề: thư từ noelle

chào thầy adam,

chào thầy! em đang ngồi trước quyển sổ học bạ của mình và muốn nói cho thầy nghe một tin vui nhỏ, em vừa học xong lớp 7 và sang năm sẽ lên lớp 8.

kết quả học kỳ 1, em xếp hạng 26 trong số 39 học sinh. hoàn thành khóa học "tôi tài giỏi, bạn

cũng thế!” em đã đặt ra một mục tiêu đó là có mặt trong 10 người giỏi nhất lớp trong kỳ thi lên lớp năm 2006.

Nay em đã nhận học bạ sau kỳ thi cuối năm, em đứng hạng 16 trong lớp. mặc dù không nằm trong top 10 người giỏi nhất lớp, nhưng em đã tăng được 10 hạng. bây giờ, em đặt mục tiêu khác là xếp hạng 6 trong lớp vào kỳ thi giữa năm 2007! Em sẽ làm được! cố lên!

Noellw chua (tốt nghiệp akltg)

Mười điểm 10 đỏ chói trong các kỳ thi quốc gia

Người gửi: Nan Aisyah

Ngày: Thứ bảy, 17 tháng 3 năm 2006, 17:51

Thầy Adam Khoo kính mến,

Em vừa biết được kết quả thi cấp ba tuần trước, em được cả mười điểm 10 đấy thầy ạ. Từ đáy lòng mình em muốn gửi đến thầy lời cảm ơn chân thành nhất, thầy đã truyền cảm hứng cho em, động viên em đạt được mục tiêu. Sau khi tham dự khóa học của thầy vào tháng 8 năm ngoái, em đã dự kỳ thi thứ vào tháng 9 và em phải thú thật với thầy em chỉ đạt được năm điểm 10 còn lại là điểm 8-9, nhưng điều đó không ngăn cản em nhằm thẳng mục tiêu mà tiến. Trong vòng hai tháng, em đã mang ra sử dụng tất cả kỹ thuật học tập mà thầy đã dạy em và luôn giữ vững lòng tin vào bản thân rằng, em sẽ thực hiện được ước mơ mà em đã nói vào cuối khóa học của thầy trước tất cả mọi người.

Em tham dự kỳ thi vào cấp ba vào tháng 11 năm ngoái trong tâm trạng khá tự tin. Em đạt toàn điểm 10 trong tất cả các môn thi và bây giờ em muốn xin học bổng để học ngành Y. Hãy chúc em may mắn thầy nhé. Từ khi biết nghĩ đến giờ, bao giờ em cũng mơ được làm bác sĩ. Nay em chỉ muốn nói với thầy là em hết sức cảm kích trước nỗ lực của thầy trong việc thức tỉnh em, khiến em trở thành một người mạnh mẽ hơn để nhận ra rằng, sức mạnh của khát vọng thành công đã đầy ắp trong em, thúc đẩy em có những bước thay đổi không thể tưởng tượng được.

Nan Aisyah

Từ “học lực xoàng” đến bảy điểm 10 tuyệt đối

Người gửi: Malvin Seow EiHa

Ngày: Thứ năm, 17 tháng 11 năm 2005, 11:04

Chủ đề: Em đạt mục tiêu rồi!!!

Kính thưa các thầy!

Cảm ơn các thầy đã ủng hộ em hết mình và thúc đẩy em có được kết quả bất ngờ này. Năm trước em đứng gần chót lớp (chỉ hơn một bạn), và trong kỳ thi thử em làm bài không tốt, em được một điểm 10, bốn điểm 7 và hai điểm 5. Tuy vậy, trong kỳ thi hai tháng trước, em nhắm tới bảy điểm 10. Nhiều người đã nói với em những câu xưa như trái đất: “Đó là điều không tưởng!”. Nhưng em đã học ngày học đêm và cuối cùng nhận được kết quả ngày hôm qua.

Khi em mở phiếu báo điểm, có sáu điểm 10, em đã rất bất ngờ. Và em nghĩ “Mình đặt ra mục tiêu bảy điểm 10, nhưng sao đây chỉ có sáu điểm 10”. Thầy giáo đã ôm em mà nói rằng, thật ra em đạt bảy điểm 10, vì Phòng Giáo Dục đã tăng phần trăm của môn thi Tiếng Hoa từ 80% lên 85% nhưng em lại chỉ đạt 80%. Mỗi câu hỏi là 2.5%, nghĩa là em chỉ thiếu một chút xíu.

Dù sao đi nữa, em muốn gửi lời cảm ơn nhiệt liệt nhất đến cha mẹ, thầy cô và dĩ nhiên, tất cả các thầy đã dành thời gian quý báu để động viên em đến cùng. Bây giờ em biết là em đã qua được “bước khởi đầu nan” trong cuộc sống. Mục tiêu kế tiếp của em là tám điểm 10 trong kỳ thi tới. Cảm ơn các thầy rất nhiều!

Siêu học sinh của thầy,

Malvin Seow Wei Huan (SK)

AI CŨNG CÓ ƯỚC MUỐN THÀNH CÔNG

Nhiều người đặt câu hỏi cho chúng tôi rằng, làm thế nào mà một kẻ kém cỏi làng nhàng lại bất thành linh nảy sinh khát vọng và đam mê vươn tới thành công được? Câu trả lời chắc nịch của chúng tôi là tất cả mọi người, không loại trừ một ai, sâu thẳm trong đáy lòng mình đều khao khát được tỏa sáng, được công nhận và được tôn vinh, kể từ khi họ biết nghĩ. Bạn thử chỉ ra cho tôi một người bình thường không hề mong muốn được người khác ngưỡng mộ, được yêu thương và được trở thành người quan trọng xem.

Tuy vậy, đa số mọi người không nắm được công thức để thành công (vì thế người thành công mới trở nên hiếm hoi) hoặc họ mặc định rằng mình không thể thành công. Từ những kinh

nghiệm thất bại, mất mát trong quá khứ, họ đi đến chỗ từ bỏ hoàn toàn khát vọng đó và trước mặt người khác thì nói rằng: “*Ôi dào, với tôi thế này là đủ. Tôi không muốn thành công.*” hay “*Tôi hài lòng với việc làm người bình thường*”. Đối với họ, việc nói rằng mình không muốn thành công dễ hơn nhiều so với việc chịu đựng nỗi đau đón thất vọng của những ước mơ không thành.

Tuy nhiên, một khi chúng ta dạy con cái rằng chúng CÓ THỂ thành công và hướng dẫn chúng PHƯƠNG PHÁP để đạt được thành công, thì hạt giống của khát vọng thành công vẫn ngủ vùi trong chúng sẽ được lay tỉnh.

CÔNG THỨC THÀNH CÔNG TỌT ĐỈNH

Chúng tôi thật sự tin rằng tất cả trẻ em trên đời đều có tiềm năng thành công trong học đường và cuộc sống. Phải, trong bất cứ lĩnh vực nào mà chúng lựa chọn. Đối với những em học chưa tốt, lý do không phải vì chúng không thể học giỏi mà vì chúng chưa nắm được các phương pháp học tập hiệu quả. Nói cách khác, chúng chưa có được niềm say mê học tập, cách suy nghĩ và phương pháp để thành công.

Bạn thấy chưa, mọi chuyện trở nên sáng tỏ hơn nhiều. Nếu vấn đề nằm ở phương pháp và cách thức, vậy thì chúng ta có thể dạy con cái làm thế nào để thành công... cũng tương tự như dạy các bà nội trợ cách nấu ăn vậy.

Qua nhiều năm đào tạo thế hệ tuổi teen, chúng tôi phát hiện rằng tất cả những học sinh thành công vượt bậc đều chia sẻ với nhau một số điểm chung. Đó không phải là những đứa trẻ có chỉ số thông minh (IQ) cao ngất, cũng không phải thuộc diện con dòng cháu giống hay có cha mẹ là những nhà khoa học lỗi lạc. Không có chuyện đó, chúng chỉ có cách nghĩ và hành động theo một “công thức” khác với những em còn lại mà thôi. Trên cơ sở quan sát thực nghiệm, chúng tôi đã đúc kết lại các phương pháp của các em học xuất sắc và đặt tên là “Công thức Thành Công Tuyệt Đỉnh”.

Công thức Thành Công Tuyệt Đỉnh bao gồm sáu thành phần chính hay nói cách khác là sáu phẩm chất lớn. Trong phần tiếp theo của chương này, chúng tôi sẽ đi sâu phân tích sáu phẩm chất trong công thức mà tất cả thiếu niên muốn thành công đều phải có, sau đó chúng tôi sẽ hướng dẫn bạn cách dạy con và áp dụng Công thức Thành Công Tuyệt Đỉnh vào thực tế.

Sáu thành phần/phẩm chất đó là:

1. Niềm tin mạnh mẽ

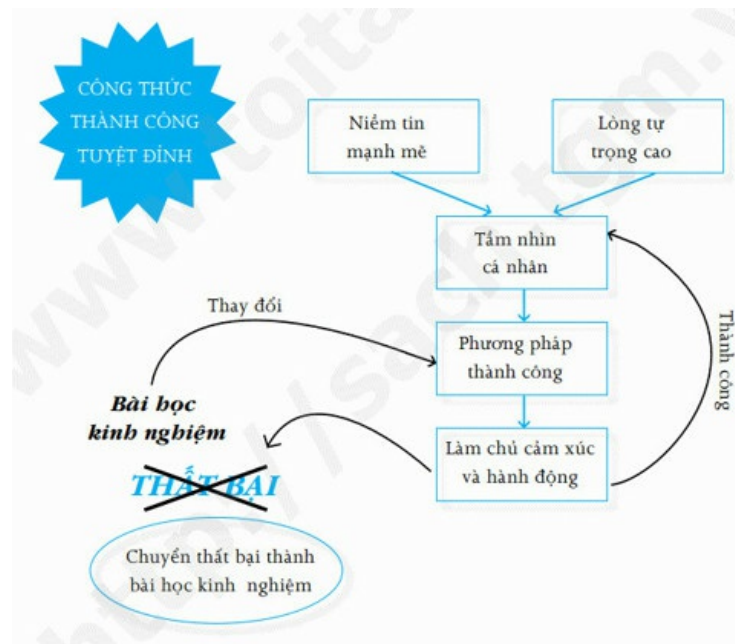
2. Tầm nhìn cá nhân

3. Phương pháp để thành công

4. Khả năng làm chủ cảm xúc và hành động

5. Khả năng chuyển thất bại thành bài học kinh nghiệm

6. Lòng tự trọng và ý thức về giá trị của mình



PHẨM CHẤT THỨ NHẤT: NIỀM TIN MẠNH MẼ

Nếu chúng ta phân trẻ em ra làm hai loại: thành công và không thành công, thì điểm chung đầu tiên mà những đứa trẻ thành công cùng có là niềm tin tuyệt đối vào bản thân mình. Niềm tin vào bản thân có trường nghĩa rộng hơn sự tự tin đơn thuần. Nếu tự tin là cái thường biểu lộ ra bên ngoài qua cách ăn nói, cử chỉ, dáng điệu thì niềm tin vào bản thân là sức mạnh bên trong mỗi người, bất kể chuyện gì xảy ra cũng không lay chuyển lòng tin đó. Nói cách khác, những đứa trẻ này tin rằng chúng có thể và xứng đáng đạt được những thành tích to lớn trong cuộc sống. Niềm tin ấy là động lực thúc đẩy chúng luôn đề ra những tiêu chuẩn cao cho từng chặng đường đời. Mỗi khi đối diện với khó khăn hay thất bại, niềm tin sắt son này giúp chúng kiên trì tiến bước mà không lùi lại hoặc bỏ cuộc giữa chừng.

Trong khi đó, những đứa trẻ còn lại không có niềm tin ấy vào bản thân mình hoặc nếu có cũng chỉ là sự tự tin mờ nhạt, như một đốm lửa nhỏ không có sức bốc lên thành ngọn lửa nhiệt

huyết đủ để thúc đẩy chúng phải dốc sức làm cho được một việc gì đó. Nhiều em trong số này tin rằng chúng không đủ tài năng hay không hội đủ điều kiện để thành công. Thậm chí trước khi cố gắng làm bất cứ việc gì, chúng đã tặc lưỡi mà rằng, *“Ôi việc này khó lắm, mình không có cửa đâu”*.

Ngoài niềm tin vào bản thân thì cũng có nhiều loại niềm tin khác trong mỗi người. Những niềm tin ấy có thể mang tính tích cực, hoặc ngược lại mang tính tiêu cực. Mỗi khi chúng tôi hỏi học sinh của mình rằng, *“Có bao nhiêu bạn cho rằng học rất vui?”* và *“Có bao nhiêu bạn tin rằng học tập rất chán?”*, bao giờ cũng có những cánh tay khác nhau đưa lên cho mỗi câu hỏi.

Nếu có những em tin rằng học Toán dễ như chơi game thì lại có nhiều em cho rằng Toán là bộ môn khó nhai nhất. Một số em tin chắc mình có thể đạt điểm 10 tuyệt đối nếu chịu khó học bài, lại có những em khác không dám nghĩ rằng chúng có thể đạt điểm cao, kể cả khi có ôn bài rất kỹ đi chăng nữa.

Bạn đã bao giờ thử tìm hiểu xem con mình có những niềm tin gì xung quanh việc học tập, sự thành công và quan trọng nhất là về bản thân chúng chưa? Đó có phải là những niềm tin có tác dụng thúc đẩy chúng thành công (tích cực) hay chỉ cản trở chúng (tiêu cực)?

Nếu con bạn tin rằng học tập là mất thời gian và nhàm chán, chắc hẳn chúng sẽ giam trí tưởng tượng và óc tò mò của mình trong những gian hầm khóa kín, trong khi đó chính là những nhân tố có tác dụng thúc đẩy con người mở mang tri thức và chinh phục các đỉnh cao mới. Nếu cách đây 500 năm, Isaac Newton không tò mò tự hỏi vì sao trái táo rụng xuống thì có lẽ ông đã không tìm ra định luật Vạn Vật Hấp Dẫn. Rõ ràng, một niềm tin tiêu cực có thể kéo theo một chuỗi quan hệ nhân quả tiêu cực: việc học rất nhàm chán g bỏ bê học bài g thi rớt g khắc sâu niềm tin này... và một vòng luẩn quẩn nữa lặp lại.

Trong khi đó, nếu một đứa trẻ khác tin rằng đi học rất vui, cậu ta sẽ có khuynh hướng tham gia nhiều hơn, hăng hái hơn trong giờ học và những hoạt động ở trường. Nhờ thế mà cậu có thành tích tốt, và trường học thật sự trở thành sân chơi vui vẻ đối với cậu! Nói cách khác, điều mà bạn tin tưởng nhiều khi trở thành những lời dự báo đúng, cái cách bạn nhìn nhận sự việc sẽ định hình thế giới chung quanh bạn.

Nếu ví tiềm năng trong bạn như một mạch nước ngầm thì...

Niềm tin “TÔI CÓ THỂ” khơi nguồn cho dòng nước phun trào thành suối đổ ra biển lớn.

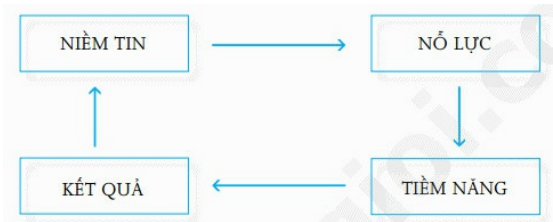
Niềm tin “TÔI KHÔNG THỂ” ngược lại có thể chặn lại dòng chảy, hoặc thậm chí ngăn

không cho mạch nước ngầm phát lộ.

Niềm tin của con trẻ ảnh hưởng rất nhiều đến những tiềm năng bên trong mà chúng có thể đánh thức hay để mặc cho nó ngủ vùi. Khi con bạn tin rằng chúng CỐ THỂ đạt toàn điểm 10, chúng sẽ phát huy toàn bộ nội lực bên trong để hành động, trong trường hợp này nghĩa là học miệt mài không quản khó khăn. Chúng sẽ đề ra cho mình những mục tiêu cao hơn, ví dụ trở thành học sinh giỏi nhất khối, làm thêm nhiều bài tập hoặc nghe giảng chăm chú hơn. Vậy cuối cùng chúng có trở thành học sinh giỏi nhất khối không? Có thể có hoặc có thể không, chẳng có gì đảm bảo 100% cả. Dầu vậy, kết quả mà chúng đạt được (học sinh xuất sắc) vẫn là một bước tiến dài so với điểm xuất phát. Bao giờ cũng vậy, khi con bạn nỗ lực làm một việc gì đó, chúng sẽ khơi nguồn cho những tiềm năng thật sự trong bản thân chúng.

Khi con trẻ có niềm tin sai lầm như *“Tôi không thể học giỏi Toán”, “Đầu tôi rỗng như quả bí”, “Trí nhớ của tôi kém lắm”, “Lịch sử là môn học chán chết” hay “Tôi không thể làm được việc gì ra hồn cho dù cố gắng đến mấy”*, bạn có thể chắc chắn một điều là chúng sẽ không bao giờ cố gắng và chỉ nhận được những kết quả tầm thường nếu không muốn nói là tệ hại.

Nói cách khác, niềm tin mạnh mẽ thúc đẩy người ta hành động với sự cố gắng lớn hơn. Nỗ lực lớn hơn sẽ mở toang cánh cửa để tiềm năng được giải phóng và tận dụng tối đa, dẫn tới kết quả tốt hơn. Khi người ta bắt đầu nhận được kết quả tốt hơn, kết quả ấy sẽ quay lại củng cố niềm tin về bản thân họ, nâng họ lên một tầm cao mới. Và cứ thế. Một lần nữa, niềm tin trở thành lời dự báo chính xác cho kết quả cao hơn đạt được trong tương lai.



“Dù bạn tin rằng mình có thể làm được hay không thể làm được, thì cách nghĩ nào cũng đúng.”

– Henry Ford

Niềm tin từ đâu mà có?

Câu hỏi được đặt ra, tại sao đứa trẻ này có những niềm tin thúc đẩy nó đi tới, trong khi đứa trẻ khác lại mang trong lòng những cách nghĩ trói buộc nó lại? Trước khi trả lời câu hỏi này, chúng ta cần biết một sự thật rằng, niềm tin của trẻ chịu ảnh hưởng từ nhiều luồng khác nhau: cha mẹ, người thân, thầy cô, bạn bè và kinh nghiệm trong quá khứ. Trên tất cả, chúng ta – những người làm cha làm mẹ – mới là người đóng vai trò lớn nhất và quyết định nhất trong việc hình thành niềm tin của con cái. Tại sao ư, vì cha mẹ là người có điều kiện gần gũi với con cái nhất, có thời gian ở bên con nhiều nhất, có quyền hạn lớn nhất, yêu thương chúng và cũng đòi hỏi ở chúng nhiều nhất.

Thế thì bây giờ câu trả lời thuộc về bạn!

Có thể nói những lời lẽ chúng ta dùng, thái độ cử chỉ khi ta giao tiếp với con cái giống như những hạt giống (tốt và xấu) được gieo xuống đất và dần dần hình thành những niềm tin của con cái về thế giới bên ngoài và về bản thân chúng. Ví dụ, nếu bạn thường xuyên cho rằng con mình thuộc hạng hư hỏng hay lười biếng, chẳng bao lâu sau chúng sẽ tin rằng MÌNH lười biếng và hư hỏng thật. Đây là cách con trẻ bắt đầu và củng cố những hình ảnh tiêu cực về bản thân. Cũng vậy, nếu chúng ta đưa ra những nhận xét như *“Việc đơn giản đến mức ba cũng hiểu mà con lại không hiểu được sao?”*, đứa trẻ sẽ bắt đầu tin rằng mình ngu dốt thậm tệ vì không thể hiểu cả những việc đơn giản nhất. Khi ta lặp đi lặp lại với trẻ câu hỏi, *“Con có bị làm sao không vậy?”*, chúng sẽ bắt đầu phát sinh cách nghĩ là mình có vấn đề.

Kinh nghiệm của bản thân tôi về niềm tin

Khi con gái Kelly của tôi còn nhỏ, cháu thường hay lấy bút chì màu vẽ lên tường. Vợ chồng tôi bèn nói với con bé là nó không được vẽ bậy lên tường nữa, nếu không chúng tôi sẽ tịch thu hộp bút chì màu của nó. Người giúp việc của chúng tôi, do không có kiến thức về tâm lý trẻ em, thường mắng, *“Đồ con gái hư! Hư quá đi!”* bất cứ khi nào chị thấy cô bé vẽ lên tường. Chị ta không nhận ra rằng, với việc nói đi nói lại cô bé hư, đứa trẻ sớm tin rằng nó hư thật và bắt đầu cư xử đúng với quan điểm đó. Trẻ em luôn sống đúng với những mong muốn của cha mẹ hoặc người nuôi dưỡng chúng.

Nhiều bậc cha mẹ không nhận ra rằng họ đã vô tình gieo những niềm tin sai lạc cho con cái thông qua ngôn từ mà mình sử dụng. Mới gần đây trong lần đưa con gái tôi Samantha ra sân chơi, tôi để ý đến một cậu bé năm tuổi chạy tới chân cầu trượt và bắt đầu leo lên. Mẹ cậu đang đứng phía sau lập tức la lên, *“Xuống ngay! Xuống ngay! Té chết bây giờ!”*.

Bạn có nghĩ là câu cảnh báo của người mẹ tác động xấu đến con trai không? Có đấy, nếu lặp đi lặp lại nhiều lần, nó sẽ ấn định một niềm tin sai lầm rằng, mỗi khi cố vượt qua một thử thách nào đó, cậu bé sẽ lãnh hậu quả xấu. Có một cách nói vừa giúp bảo đảm an toàn cho cậu bé vừa cho cậu cơ hội thử thách bản thân và tạo dựng niềm tin: *“Con có thể leo lên nhưng hãy cẩn thận”* và người mẹ có thể canh chừng cho con từ phía sau.

Giúp củng cố niềm tin mạnh mẽ trong con cái là giúp chúng miễn dịch với ảnh hưởng xấu từ bên ngoài

Khi bạn củng cố niềm tin của con cái vào bản thân chúng bằng những câu nói khích lệ như, *“Mẹ biết con sẽ làm được!”*, *“Ba tin con sẽ làm tốt hơn vào lần sau”*, hoặc *“Con sẽ là người chiến thắng!”* hoặc *“Nếu con cố gắng hết sức, con sẽ đạt được bất cứ thứ gì”* hoặc *“Ba mẹ tin con”*, bạn giúp chúng miễn dịch với những ảnh hưởng tiêu cực từ bên ngoài.

Theo các nhà tâm lý học, những đứa trẻ lớn lên trong không khí gia đình hòa thuận và thường xuyên tiếp nhận thông tin phản hồi tích cực, có lòng tin vào bản thân mình cũng như ít có khả năng bị tác động từ những kinh nghiệm xấu hoặc những nhận xét, đánh giá tiêu cực từ bạn bè, thầy cô. Chúng cũng có khả năng miễn nhiễm cao trước tác động của bọn người xấu trong xã hội.

Nhiều năm trước, tôi có một người bạn lãnh điểm hai trong bài kiểm tra môn Toán mặc dù anh ấy học hành chăm chỉ. Điều đáng ngạc nhiên là thay vì cảm thấy mình ngu dốt hay nhụt chí mà bỏ cuộc, anh vẫn giữ vững lòng tin, thậm chí học chăm chỉ hơn để rút kinh nghiệm từ sai lầm. Cuối cùng anh ấy đạt điểm 10 trong kỳ thi cuối năm. Sau này, tôi mới phát hiện ra rằng, đó là vì cha mẹ anh ấy luôn đứng bên con, tin tưởng con, khích lệ con và dạy con không bao giờ bỏ cuộc. Điểm khác biệt là ở chỗ đó!



Cha mẹ cần làm gì để giúp trẻ có niềm tin tích cực?

Trước tiên, cha mẹ hãy là người gieo mầm niềm tin tích cực

Thay vì ngồi khoanh tay mong đợi con cái tự cải thiện hành vi và kết quả học tập, làm cha mẹ chúng ta hãy khởi đầu trước bằng cách giúp chúng thay đổi niềm tin về bản thân. Nếu chúng tiếp tục nuôi dưỡng những niềm tin sai lầm thì tất cả những lời căn nhắc, la mắng hay khuyên bảo cũng chẳng ích gì. Chúng ta hãy bắt đầu bằng việc giúp đỡ con cái đánh bật những niềm tin tiêu cực.

May thay, cha mẹ hay người nuôi dưỡng bao giờ cũng là người có ảnh hưởng lớn nhất đến niềm tin của con cái, nên bạn còn chần chừ gì nữa mà không đi những bước đầu tiên trong việc gieo vào tâm hồn trẻ những hạt giống của niềm tin tích cực rằng chúng đủ sức và đủ lực đi đến những vinh quang trong cuộc sống.

Nhưng trước khi gieo hạt giống tốt xuống, tương tự như người nông dân, bạn cần nhổ sạch cỏ dại để có đất cho hạt giống phát triển. Tức là đánh bật những niềm tin tiêu cực ra khỏi tâm trí trẻ.

Đẹp bỏ niềm tin tiêu cực bằng cách loại trừ các “bằng chứng” liên quan đến nó

Có nhiều bước mà cha mẹ có thể tiến hành để giúp trẻ gỡ bỏ những rào cản tinh thần đang giam hãm tiềm năng của chúng. Đầu tiên, bạn cần xác định rõ con bạn hiện có suy nghĩ tiêu cực gì. Chẳng hạn, chúng nghĩ gì về học tập, về cuộc sống và những việc khác. Cách tốt nhất để thực hiện việc tìm hiểu này là hãy thường xuyên chú ý đến những gì chúng nói. Qua cách lắng nghe mà không chỉ trích, bạn dần dần nhận diện được những niềm tin và cách nghĩ tiêu cực nơi trẻ.

Qua kinh nghiệm làm việc với các em đủ mọi lứa tuổi, chúng tôi khám phá ra rằng hầu hết bọn trẻ có cách nghĩ rất tiêu cực như *“người khác làm được việc đó, riêng mình thì không”*. Chúng tin rằng những đứa bạn đạt điểm cao hơn và thành công hơn vì “chúng nó” thông minh hơn, giỏi giang hơn hoặc được ưu ái hơn (ví dụ, được thầy cô ưu ái hơn).

Chúng cũng có cách nghĩ sai lầm khác như, *“mình mắc bệnh lười biếng”*, *“môn tiếng Anh quá khó”*, *“cô giáo dạy dở nên mình không thể học giỏi được”*, *“trí nhớ của mình quá kém”* hay *“mình hơi bị ngu lâu thì phải”*. Những niềm tin tiêu cực này xoay quanh một vấn đề: chúng cảm thấy bản thân mình không có khả năng kiểm soát kết quả, mà chính những yếu tố bên ngoài (như thầy cô dạy dở, chỉ số thông minh (IQ) thấp, trí nhớ kém, môn học chán, đề thi khó, áp lực và sự thiếu tập trung...) mới là những yếu tố quyết định thành bại trong sự học của chúng.

Cha mẹ có thể làm cách nào để giúp con cái thay đổi những niềm tin xấu đang giới hạn khả năng phát triển của chúng không? Khuyến bảo hoặc ép buộc chúng tin vào điều ngược lại rõ ràng không có tác dụng. Nếu con bạn nghĩ rằng môn Toán khó mà bạn cứ khẳng định rằng *“Không! Môn Toán dễ ợt”*, thử hỏi chúng nghĩ thế nào? Chúng sẽ cho rằng bạn vô lý, không những không hiểu chuyện mà còn độc đoán bắt chúng phải nghĩ theo mình nữa. Chúng sẽ có cảm giác ngột ngạt rằng suy nghĩ và tình cảm của chúng bị xem nhẹ. Hoặc tệ hơn, chúng cảm thấy mình *“hết thuốc chữa”* vì *“môn học dễ như bỡn vậy mà cũng không học được”*.

Chúng tôi có một cách. Khi trao đổi với những em có cách nghĩ sai lầm này, việc đầu tiên chúng tôi làm là công nhận và bày tỏ sự thông cảm với lý do tại sao chúng nghĩ như thế. Chắc bạn còn nhớ trong chương trước, chúng ta đã thống nhất với nhau rằng trước hết, cần phải tôn trọng nhận thức về thế giới của con trẻ. Một khi quan điểm riêng của chúng được tôn trọng, chúng sẽ trở nên cởi mở hơn, dễ tiếp thu quan điểm và những gợi ý của chúng ta hơn.

Sau khi đã tạo dựng được mối quan hệ tương tác hai chiều với con, bạn sẽ có cơ hội tìm hiểu tại sao chúng lại có những niềm tin như thế. Những dữ kiện nào dẫn tới sự hình thành và củng cố những niềm tin đó? Ví dụ, con gái bạn có thể nghĩ rằng nó dốt Toán vì bị điểm 1 trong bài kiểm tra, mặc dù nó đã cố gắng học bài.



Có một cách để bứng tận gốc niềm tin tiêu cực, đó là loại trừ những dữ kiện liên quan làm phát sinh niềm tin đó. Một niềm tin sai lầm chỉ tồn tại khi còn có những dữ kiện trong quá khứ hay hiện tại “nuôi sống” nó. Khi dữ kiện ấy tỏ ra không còn giá trị xác thực nữa, niềm tin ấy sẽ “không có cái ăn mà ... chết”.

Hẳn trong đời mình bạn đã từng hết lòng tin tưởng vào một cái gì đó nhưng bây giờ bạn không còn tin nữa. Vậy cái gì đã thay đổi niềm tin ấy trong bạn? Rất có thể có một chuyện gì đó đã xảy ra, thử sức bền của dữ kiện cũ và đánh bật niềm tin đó.

Chẳng hạn chúng tôi gặp một học sinh tin rằng: cậu không thể nào giàu nổi vì cha mẹ cậu “nghèo rớt mùng tơi” nên họ không thể mang lại cho cậu cơ hội cũng như điều kiện vật chất để giúp cậu khởi nghiệp thành công. Họ hàng xa gần của cậu cũng nghèo nốt và họ luôn miệt mài than thở về vận rủi và cảnh thiếu trước hụt sau. Tất cả những điều này là những yếu tố liên quan nuôi dưỡng niềm tin đó của cậu.

Thế là chúng tôi đưa vào chương trình đào tạo một nội dung: kể chuyện có thật về những người lớn lên trong cảnh bần hàn nhưng lại trở nên giàu có, thậm chí còn giàu hơn cả những người may mắn sinh ra trong dòng họ giàu sang đến ba đời. Những con số thống kê cho biết 80% số triệu phú xuất thân từ gia đình trung lưu hoặc nghèo khó; trong khi chỉ 20% số triệu phú được thừa hưởng tài sản kếch xù và vị thế từ cha mẹ. Điều này cũng khá dễ hiểu: những người sinh ra trong gia đình nghèo có khát vọng thành công lớn hơn, có động lực vươn lên mạnh mẽ hơn những người sống trong cảnh *“muốn gì được nấy”*. Bằng cách đưa ra các ví dụ phản biện, chúng tôi loại trừ các dữ kiện hỗ trợ cho niềm tin tiêu cực – “Con vua thì lại làm vua. Con sãi ở chùa lại quét lá đa” – của cậu bé ấy.

Vì thế, để giúp con bạn loại bỏ niềm tin tiêu cực, hãy đưa ra những bằng chứng xác thực và ví dụ phản biện để tự chúng nhận thấy niềm tin của mình không có cơ sở. Nếu con bạn tin rằng chúng không thể làm được một việc gì đó, hãy giúp chúng nhớ lại những thử thách mà chúng đã vượt qua trong quá khứ. Nếu chúng nghĩ rằng trí nhớ của chúng quá kém, hãy giúp chúng nhớ lại tất cả những lần chúng học và nhớ bài một cách dễ dàng.

Một lần tôi gặp một học sinh cho rằng cậu có trí nhớ kém, vì thế cậu mới “đội sổ”. Tôi đưa ra mấy câu dò hỏi và phát hiện rằng cậu đam mê máy bay chiến đấu và cậu thật sự có thể nhớ được tất cả các mô hình khác nhau đến từng chi tiết như kích thước, kiểu dáng, năm sản xuất... Thế là chúng tôi dùng phát hiện này như một dữ kiện phản biện hoàn hảo, rằng thật ra cậu sở hữu một trí nhớ phi thường.

Vấn đề nằm ở chỗ, một số phụ huynh thay vì dùng dữ kiện phản biện để gạt bỏ niềm tin tiêu cực của con cái lại vô tình làm mạnh hơn niềm tin ấy bằng cách củng cố các sự việc liên quan. Một số người thường “vô tư” nhận xét, *“Sao mà con hay quên thế? Đây đâu phải là lần đầu tiên. Năm ngoái con quên mang theo hộ chiếu lúc nhà mình đi du lịch, tuần trước con quên áo khoác ở nhà nội, hôm qua quên tắt máy lạnh, bây giờ lại quên...”*.

Một lần nữa tôi xin nhấn mạnh, nếu chúng ta muốn thay đổi hành vi của con cái (ví dụ: động viên con cẩn thận hoặc chăm chỉ hơn), trước tiên chúng ta phải làm yếu đi những niềm tin sai lầm đang trói buộc chúng với những thói quen cũ.

Cha mẹ cần gieo những niềm tin tích cực gì nơi trẻ?

Song song với việc nhổ tận gốc những niềm tin sai trái, cha mẹ phải truyền những niềm tin đúng đắn cho con cái để thúc đẩy chúng vươn tới thành công. Sau nhiều năm tiếp xúc với các em đạt thành tích cao trong trường học, chúng tôi phát hiện ra rằng những em này có chung

một tập hợp các niềm tin đúng đắn giúp chúng tận dụng tối đa tiềm năng của mình. Hai trong số những niềm tin tích cực nhất của chúng là...

Niềm tin thứ nhất: Tất cả mọi người đều có tiềm năng như nhau. Nếu anh làm được thì tôi cũng làm tốt. Vấn đề là ở phương pháp.

Những học sinh kém tin rằng chúng không thể đạt được những gì các bạn khác có thể dễ dàng đạt được. Rằng đó là vì chúng không đủ thông minh, không đủ khéo léo hay không có những điều kiện cần và đủ.

Trái lại, những đứa trẻ thành công thì tin chắc rằng mọi người ai cũng có cơ hội thành công như nhau. Nếu người khác làm được, chúng cũng làm được. Vấn đề chỉ nằm ở phương pháp. Điểm 10 tuyệt đối không phải chỉ dành cho một số ít người mà là cho tất cả mọi người, chỉ cần tìm được cách học đúng mà thôi.

Bên cạnh việc liên tục nhấn mạnh rằng: *“Con có thể làm được bất kỳ việc gì với một phương pháp đúng”*, cách tốt nhất để gây dựng niềm tin mới này cho con bạn là phải chứng minh cho chúng thấy rõ điều đó. Nếu con bạn nghĩ rằng chúng có trí nhớ kém, hãy khuyến khích chúng học các kỹ thuật ghi nhớ siêu đẳng (mà chúng tôi đã đề cập trong chương 2) và chúng sẽ ngạc nhiên lắm lắm khi thấy mình thật sự có thể ghi nhớ các sự kiện và con số... không chê vào đâu được.

Một vài năm trước, chúng tôi làm việc với một học trò tin rằng cậu không thể đánh vần được. Khi chúng tôi dạy cậu phương pháp đánh vần bằng mắt, cậu đã sửng sốt khi thấy rằng cậu có thể đánh vần xuôi và ngược những từ dài tới 12 ký tự. Việc này hoàn toàn thay đổi niềm tin cũ của cậu. Một cách để củng cố niềm tin tích cực trong con cái là sử dụng khẩu hiệu “Nếu người khác làm được, tôi cũng làm được!”

Niềm tin thứ hai: Tôi có sự lựa chọn làm người thành công hay kẻ thất bại

Nhiều người bình thường tin chắc như đinh đóng cột rằng họ sinh ra đã là những *“trâu chậm uống nước đục”* hay *“thất bại”* và rằng họ không có khả năng giành được bất cứ điều gì tốt đẹp. Khi được hỏi tại sao họ lại chắc chắn như thế, họ thường đưa ra những lý do như, *“Kết quả của tôi bao giờ cũng tệ hơn người khác”*, *“Tôi chẳng bao giờ làm được việc gì hay ho cả”* hoặc *“Tôi suốt đời thua anh kém chị trong tất cả mọi chuyện”*, *“Những việc như thế khiến tôi thành kẻ thất bại”*.

Một trong những điều mà chúng tôi thường xuyên nhắc nhở học sinh của mình là, chính

chúng chứ không phải ai khác là người đưa ra chọn lựa làm người thành công hay kẻ thất bại. Tôi cũng bảo chúng rằng những gì xảy ra trong quá khứ không phải là yếu tố quyết định việc chúng có về đích hay không, mà chính cách chúng suy nghĩ và hành động mới quyết định chúng chiến thắng hay thua cuộc.



Trong thực tế, người thành công cũng có lúc thất bại chứ, đôi khi còn thất bại ê chề nữa là khác... vì họ làm nhiều việc hơn và cao vọng cũng nhiều hơn. Khác nhau là ở chỗ khi gặp thất bại hoặc kết quả không như ý, họ cho đó là bài học đáng giá và tiếp tục hành động cho đến khi thành công mới thôi. Kẻ thất bại, trái lại, chưa kịp bắt đầu đã vội tháo chạy. Có một câu thành ngữ về những người này: “Ra đường mới vấp phải chiếc lá đã vội quay về”.

Kẻ thất bại là những người có khuynh hướng tìm có biện minh, quy trách nhiệm cho người khác và than phiền luôn miệng. Ví dụ, nếu thi rớt, họ có cả đồng lý do như: *“Tôi không có thời gian học”, “Bài thi lần này khó quá”, “Môn học chán chết”,* và thậm chí cả... *“Ra ngõ gặp gái!”* Bằng việc đổ lỗi cho người khác hoặc cho hoàn cảnh và viện đủ lý do, kẻ thất bại để cho người khác và những gì xảy ra chung quanh quản lý cuộc đời họ, còn họ thì ... vô can! Kết quả, họ không có khả năng thay đổi việc gì, chỉ cảm thấy bất lực và vô vọng.

Ngược lại, người thành công là những người dám lãnh hết trách nhiệm về hành vi và hậu quả của mình. Nếu không làm được việc gì (ví dụ như thi rớt), họ không cho là vì cô giáo giảng bài khó hiểu, môn học khô khan hay bài thi vừa dài vừa khó. Thay vì làm thế, họ chịu trách nhiệm cho sự thật rằng họ đã không học hết bài vở hoặc phương pháp học tập của họ chưa ổn. Chính tinh thần chịu trách nhiệm này khiến họ giành lại cơ hội thay đổi kết quả theo cách họ muốn.

Do đó, bạn hãy thường xuyên củng cố cách nghĩ trong con bạn rằng: làm một người thành công hay thất bại LÀ SỰ LỰA CHỌN CỦA CHÚNG chứ không phải của bất cứ ai khác. Hãy truyền

thụ cho con cái niềm tin rằng: chỉ khi nào chúng chịu trách nhiệm cho kết quả của mình (thay vì quy cho các yếu tố khác), chúng mới có khả năng làm chủ đời mình. Hai câu nói đầy sức mạnh mà chúng tôi sử dụng để truyền đạt niềm tin này là:

“Để mọi việc thay đổi, tôi phải thay đổi trước.”

“Tôi có sự lựa chọn của mình và tôi chọn thành công.”

PHẨM CHẤT THỨ HAI: TẦM NHÌN CÁ NHÂN

Chuyện có thật về một trường học

Khoảng bảy năm trước, tôi được mời đến Chinese High School (một trong những ngôi trường hàng đầu ở Singapore) để tổ chức một buổi hội thảo cho 300 học sinh lớp chín đang chuẩn bị thi chuyển cấp. Để bắt đầu, tôi đi một vòng hỏi các em về những gì chúng muốn đạt được trong kỳ thi sắp tới.

Cậu học sinh đầu tiên tôi hỏi trả lời ngay, *“Thưa thầy, chín điểm 10”*. Rồi cậu đồng dục nói thêm: *“Ước mơ của em là vào trường trung học Victoria, sau đó là vào trường NUS, học ngành Y. Em muốn trở thành bác sĩ chuyên khoa ung thư để tìm cách chữa bệnh ung thư”*. Chà! Thật là một câu trả lời đầy ấn tượng!

Với em học sinh thứ hai, tôi cũng nhận được câu trả lời ấn tượng như thế. Cậu này nói: *“Mục tiêu của em là đạt 11 điểm 10 vì em nhắm vào trường Pembroke thuộc Đại Học Oxford để học về chính trị, kinh tế và triết học.” “Tại sao em muốn học những môn đó?”, tò mò tôi hỏi. “Em thích đi sâu nghiên cứu chính trị, em tin rằng mình có nhiều ý tưởng để xây dựng đất nước ta ngày càng phát triển hơn.”* – Cậu trả lời một cách tự tin.

Hầu như mỗi một học sinh mà tôi hỏi (ít nhất 30 em) đều đưa ra những câu trả lời ấn tượng như thế. Chà chà! Tôi tự nhủ, hèn chi những đứa trẻ này được học ở ngôi trường hạng nhất. Tôi có ấn tượng mạnh không phải vì số điểm 10 mà các em này muốn đạt được, chính việc chúng biết rõ mình muốn gì và quyết tâm theo đuổi mục tiêu đó mới là điều khiến tôi cảm phục và biết rằng phần đông các em này sẽ đạt được điều chúng mong muốn. Nghiên cứu về những người thành công cho ta biết được, sở dĩ họ đạt được sở nguyện của mình là vì họ được thúc đẩy bởi một tầm nhìn cao rộng và một mục đích rõ ràng. Chính những mục đích ấy sẽ tạo nên động lực phấn đấu cho họ.

Sau đó, tôi cũng có dịp tiếp xúc với những trường lớp có thứ hạng khiêm tốn hơn và nhận được những câu trả lời hoàn toàn khác. Các em này tỏ ra lơ mơ chẳng biết mình muốn gì trong kỳ thi sắp tới. Khi tôi hỏi rõ hơn, chúng muốn đạt bao nhiêu điểm 10 thì câu trả lời thông thường là, *“Cũng còn tùy. Nếu dễ, thì cũng có thể. Nếu bài thi khó, chắc em chỉ đủ điểm đậu”*. Không cần phải nói thêm, những em này không biết chúng sẽ làm gì sau khi học xong cấp hai. Câu trả lời của chúng đại khái như, *“Để xem mọi việc thế nào đã, nói trước bước không khỏi”*. Thậm chí các em còn không hiểu tại sao mình đi học nữa, nhiều em nói, *“Em không có lựa chọn nào khác” hay “Mẹ em bắt em đi học”*.

Từ những quan sát so sánh như thế, tôi đi đến kết luận là tất cả những học sinh giỏi và có động lực phấn đấu đều là những người có tính mục tiêu rất cao. Chúng biết mình muốn gì. Tôi cũng nhận ra yếu tố quan trọng nhất không phải là mục tiêu ngắn hạn trong học tập mà chính mục tiêu lâu dài trong cuộc sống mới là bộ phóng giúp chúng thành công. Chúng đặt ra cho bản thân những mục tiêu cao siêu trong cuộc sống như: xây dựng một đế chế tỉ đô, noi gương Donald Trump, trở thành thủ tướng chính phủ hoặc nhà di truyền học để giúp hệ sinh thái. Hay trong trường hợp cậu học sinh đầu tiên mà tôi hỏi thì cậu muốn tìm ra phương thuốc trị bệnh ung thư.

Những ước mơ táo bạo đầy cảm hứng này thúc đẩy chúng tiếp tục học tập và đạt điểm cao hơn, cao hơn nữa. Chúng coi thành tích học tập là phương tiện giúp chúng biến ước mơ thành hiện thực. Ngược lại, những học sinh kém không có mục tiêu rõ ràng. Đơn giản chỉ vì chúng không dám nuôi mơ ước. Khi được hỏi tại sao chúng phải học, chúng sẽ trả lời: *“Em học vì em không có lựa chọn nào khác”, “Em học để cha mẹ em vui”, “Em phải học nếu không muốn nghe mẹ em la rầy”*. Nói cách khác, chúng không học cho mình hay cho ước mơ của mình mà học để cha mẹ khỏi rầy rà chúng. Rõ ràng, khi chúng ta làm một việc gì đó không phải cho mình mà cũng chẳng có đích nhắm nào cụ thể, ta sẽ không dành nhiều tâm sức cho nó và kết quả đạt được cũng chỉ là chuyện “hên xui”.

Với tư cách làm cha làm mẹ, chúng ta có thể làm gì để giúp con cái có tầm nhìn cao rộng trong tương lai, hành động vì ngày mai, đặt ra những mục tiêu rõ ràng và mạnh mẽ cho bản thân chúng? Sau đây là một số phương pháp đã được thử nghiệm và chứng minh là có hiệu quả.

a) Khuyến khích con cái sống có ước mơ

Những người thành công trong vai trò cha mẹ luôn động viên con cái nuôi những mơ ước

lớn, cho dù thoát nghe nó có vẻ điên rồ đến mức nào chẳng nữa. Họ thường nói những câu như, *“Con có thể làm được nếu con toàn tâm toàn ý làm việc đó”, “Con có thể trở thành người mà con muốn và làm bất cứ việc gì trong đời”.*

Lịch sử cho biết, nhiều người đạt được kỳ tích trong đời một phần là nhờ vào những bậc cha mẹ luôn tin tưởng con và biết cách truyền cảm hứng cho con trong việc xây dựng những ước mơ cao đẹp. Tiger Woods trở thành người chơi gôn giỏi nhất thế giới cũng một phần nhờ cha anh bao giờ cũng ủng hộ và hỗ trợ con hết mình. Vào năm tám tuổi, khi Tiger nói rằng anh muốn trở thành người chơi gôn số một thế giới, cha anh không những không bảo *“con điên à”* mà còn nói *“Cha không mấy may nghi ngờ về việc con sẽ trở thành người chơi gôn giỏi nhất thế giới”.* Nhờ sự động viên ấy mà Tiger cố gắng không ngừng và 13 năm sau đã chứng minh rằng cha anh nói đúng!

Trong những năm 1940, vào lúc 12 tuổi, cậu bé Neil nói với mẹ rằng, một ngày nào đó cậu sẽ bay lên Mặt Trăng và dạo chơi giữa các vì sao. Mẹ cậu đáp lại rằng, cậu sẽ làm được bất cứ việc gì một khi dốc tâm làm việc đó. Vâng, chúng ta biết rằng lịch sử ngành khoa học nghiên cứu không gian giờ sang một chương mới khi Neil Armstrong trở thành người đầu tiên đặt chân lên Mặt Trăng. Bạn thử tưởng tượng chuyện gì xảy ra nếu mẹ cậu trả lời con trai theo thói thường của một phụ huynh như: *“Con có điên không đấy? Đừng ngồi đó mà mơ mộng hão huyền!”* Nếu thế, rất có thể Armstrong sẽ không bao giờ là tác giả của câu nói nổi tiếng: *“Chỉ là bước đi nhỏ của con người, nhưng là bước nhảy vĩ đại của nhân loại”.*

Những bậc phụ huynh nuôi dạy con không đúng cách thường có khuynh hướng kéo thấp ước mơ của con cái xuống, dè bủ và bảo chúng rằng “Hãy tỉnh mộng đi”. Việc làm vô tình này, tiếc thay đã bóp chết ước mơ bay bổng của rất nhiều đứa trẻ chưa biết chừng sẽ làm nên nghiệp lớn. Họ thường nói những câu đáng nản lòng như thế này một cách vô thức: *“Học như thế mà đòi làm bác sĩ à?”, “Con có tỉnh táo không đấy?”, “Hừm, lười biếng như con mà mơ làm triệu phú, đúng là đồ điên!”*

Cũng có người đặt câu hỏi cho tôi, *“Nếu ước mơ của con tôi quá hão huyền như trở thành phi công vũ trụ thì sao?”, “Con tôi còn quá nhỏ làm sao biết là chúng thật sự muốn gì?”*

Thậm chí nếu ước mơ của con bạn dường như hoang đường đi chẳng nữa thì cũng chẳng có hại gì. Điều quan trọng là những ước mơ cao đẹp có tác dụng truyền cảm hứng cho trẻ, đặt chúng vào một trạng thái tinh thần đầy hăng say, thúc đẩy chúng học tập và vươn lên trong cuộc sống. Con bạn muốn trở thành phi hành gia ư? Thế thì cháu nó sẽ nhiệt tình học các môn

Vật lý, Toán học và Ngoại ngữ, nào có thiệt hại gì!

Ước mơ của con cái có thay đổi khi chúng lớn lên không? Tất nhiên rồi, và hầu như ai cũng thế! Nhưng điều này không có hại gì, các mục tiêu trong cuộc sống luôn ở trong trạng thái vận động, không đứng yên một chỗ. Điều quan trọng là vào bất cứ thời điểm nào trong đời, con cái chúng ta cũng phải có mục tiêu để đi tới và ước mơ của chúng có tác dụng như tấm biển chỉ đường, như làn gió nâng cao đôi cánh điều và làm cho mỗi ngày trôi qua trong đời chúng đều có ý nghĩa.

Nếu con cái chúng ta không biết rõ thật ra chúng muốn gì thì sao?

Rất nhiều bậc cha mẹ tâm sự với tôi rằng, khi hỏi con cái về ước mơ của chúng, họ thường nhận được những câu trả lời như, *“Con không biết”* hoặc *“Con còn chưa nghĩ tới”*. Có nhiều lý do giải thích cho việc này. Thứ nhất, những đứa trẻ ấy có niềm tin sai lầm, giới hạn. Một khi có niềm tin như vậy, chúng sẽ không bao giờ dám đặt mục tiêu to lớn bởi vì mọi thứ dường như nằm ngoài tầm tay của chúng. Đây là lý do tại sao việc gây dựng niềm tin tích cực trong con cái là bước quyết định đầu tiên trong Công thức Thành Công Tuyệt Đỉnh. Nếu con bạn không tin tưởng vào bản thân mình, sao chúng dám đặt ra những mục tiêu cao xa.

Lý do thứ hai thông thường hơn, những đứa trẻ này chưa suy nghĩ về chuyện đó vì chưa bao giờ chúng thật sự tiếp cận với những khả năng mà chúng có thể đạt được trong cuộc sống. Đây là lúc chúng ta phải bắt tay vào giúp con cái tiếp cận với những khả năng khác nhau, chỉ có như vậy chúng mới tự tin đặt ra những mục tiêu khác nhau trong cuộc sống.

Tuổi nào thích hợp nhất để con trẻ nuôi mơ ước?

Nghe chúng tôi nói về tầm quan trọng của việc hướng dẫn con cái cách đặt ra mục tiêu trong đời, nhiều phụ huynh thắc mắc, *“Nhưng mà khi nào thì thích hợp, con tôi còn quá nhỏ để biết được chúng muốn làm gì trong tương lai?”* Điều này đặc biệt đúng với những người có con còn nhỏ.

Nhưng với kinh nghiệm đào tạo học sinh đủ mọi lứa tuổi, chúng tôi phát hiện ra một điều tưởng như nghịch lý: chính những em nhỏ tuổi hơn lại có trí tưởng tượng phong phú hơn và những ước mơ táo bạo hơn. Chúng dám mơ tạo ra những kỳ tích trong tương lai. Quá trình lớn lên cũng là quá trình con người va vấp với thực tế nhiều hơn, và những lần cọ sát ấy khiến chúng ta có khuynh hướng hoài nghi về mức độ khả thi của những ước mơ vĩ đại của mình. Chính vì vậy, càng lớn lên con người càng dè dặt hơn, ít sáng tạo hơn. Trước khi bước vào tuổi

40, đa số mọi người trở nên đa nghi và mệt mỏi về hầu hết mọi thứ trên đời, chúng ta đánh mất đi niềm đam mê cháy bỏng trong cuộc sống và thường không dám theo đuổi một hoài bão nào mà sẵn sàng hài lòng với những cái trong tầm tay.

Nếu bạn thích đọc những câu chuyện có thật về những danh nhân trong lịch sử, bạn sẽ rút ra được một điều là những bậc vĩ nhân ấy, tất cả đều có chung một điểm: đặt ra mục tiêu vĩ đại và cụ thể cho cuộc đời mình từ khi còn rất nhỏ. Tiger Woods muốn trở thành người chơi gôn giỏi nhất thế giới vào năm lên tám. Năm tuổi 12, Steven Spielberg xác định ông muốn trở thành nhà làm phim nổi tiếng nhất thế giới. Warren Buffet muốn trở thành triệu phú từ năm sáu tuổi và bắt tay vào đầu tư chứng khoán từ năm 11 tuổi. Michael Jordan thì mơ trở thành vận động viên bóng rổ hàng đầu từ lúc mười tuổi. Vì thế chẳng bao giờ là quá sớm cho việc hình thành mơ ước và xác lập những mục tiêu trong đời! Thực tế chứng minh bạn làm điều này càng sớm bao nhiêu, bạn càng có nhiều khả năng đạt được mục đích tối cao bấy nhiêu.

Giúp con lập ra bản Lộ Trình Cuộc Sống

Bản Lộ Trình Cuộc Sống, ở một khía cạnh nào đó, có thể nói giống như một tấm bản đồ chiến dịch, trong đó bạn giúp con mình vạch ra những mốc mà nó phải đi tới để cuối cùng có thể cầm lá cờ chiến thắng. Đúng thế, một trong những cách tốt nhất để giúp trẻ xác định mục tiêu là sử dụng cái mà chúng ta tạm gọi là Bản Lộ Trình Cuộc Sống này. Bạn hãy hướng dẫn trẻ lấy ra một tờ giấy khổ to bằng tấm áp phích lớn và vẽ một đường thời gian đi qua những mốc quan trọng trong cuộc sống.

Sau đó, hướng dẫn chúng đặt ra đích đến cho những giai đoạn khác nhau trong đời. Con bạn cần chi tiết hóa những mục tiêu này với nội dung cụ thể và thời hạn kèm theo.

Để các mục tiêu trở nên hấp dẫn, sinh động và luôn đập vào mắt người thực hiện, bạn hãy sưu tầm tranh ảnh liên quan đến những mục tiêu đó và dính kèm vào từng cột mốc. Ví dụ, nếu ước mơ của con bạn là trở thành tác giả sách bán chạy nhất, chúng có thể dán hình những quyển sách bán chạy nhất của những tác giả mà chúng ngưỡng mộ.

b) Chia sẻ ước mơ và mục tiêu của bạn với con cái

Trẻ thường học hỏi từ những gì chúng quan sát (nhất là kinh nghiệm trong cuộc đời cha mẹ) nhiều hơn là những điều khô khan mà các bậc phụ huynh giáo huấn. Thế nên, một trong những cách tốt nhất giúp xác lập mục tiêu phần đầu là chia sẻ mục tiêu và mơ ước thầm kín của bạn với con cái.

Những người thành công trong vai trò làm cha mẹ cũng thành công trong hoạt động nhóm, nghĩa là họ biến gia đình mình thành một nhóm, trong đó các thành viên chia sẻ các mục tiêu với nhau và hỗ trợ nhau đạt được mục tiêu đề ra cho mỗi người, thông qua việc kiên trì động viên, nhắc nhở lẫn nhau.

Khi chia sẻ mục tiêu của mình với con cái, bạn có thể nói với chúng về mục tiêu sự nghiệp, mục tiêu tài chính và mục tiêu phấn đấu cho gia đình. Kể cả một người mẹ ở nhà làm nội trợ hay làm công tác tình nguyện xã hội cũng có những mục tiêu đáng trân trọng để chia sẻ với con cái. Ví dụ, một người nội trợ mà tôi biết đề ra mục tiêu vận động những người dân trong khu phố nói “không” với hành vi xả rác nơi công cộng để bảo vệ môi trường. Đó chẳng phải là mục tiêu cao đẹp hay sao?

Bằng cách này, chính bạn đang gián tiếp dạy con cái rằng, muốn có một cuộc sống chất lượng cao, chúng phải lên kế hoạch trước cho những gì chúng làm ở tuổi trưởng thành. Đây cũng là một trong những phương pháp hiệu quả nhất giúp con cái làm quen với những vấn đề cuộc sống thường nhật trong thế giới người lớn.

Một số người tỏ ra băn khoăn, không biết liệu con mình có quan tâm đến những vấn đề của người lớn hay không. Nhưng cứ tin tôi đi, rồi bạn sẽ phải ngạc nhiên khi thấy bọn trẻ hứng thú đến mức nào khi cha mẹ sẵn lòng chia sẻ một phần cuộc sống của mình với chúng. Động tác nhỏ này làm cho chúng có cảm giác như mình đã lớn, và đó là điều mà chúng không bao giờ học được từ nhà trường hoặc bất cứ ai ngoài cha mẹ.

Cha tôi đã làm gì để khuyến khích tôi có những ước mơ không tưởng?

Tôi cũng phát hiện rằng các bạn trẻ rất hào hứng khi tôi kể cho họ nghe câu chuyện về cách những người khác (đặc biệt là các ngôi sao) đặt mục tiêu ra sao, và dùng những mục tiêu đó như thế nào để từng bước tiến đến thành công. Tôi nhớ khi còn nhỏ, thần tượng của tôi là siêu sao phim hành động Arnold Schwarzenegger. Tôi vẫn còn nhớ những bộ phim anh đóng mà tôi thích nhất như Terminator (Kẻ hủy diệt) và Commando (Đặc vụ), trong đó anh là một siêu anh hùng chuyên tiêu diệt những thế lực xấu xa.

Cha tôi đã tận dụng niềm đam mê của tôi, coi đó là cơ hội để truyền cảm hứng dạt dào, thôi thúc tôi vạch ra những mục tiêu vĩ đại. Ông kể cho tôi nghe mọi chuyện về Schwarzenegger. Rằng anh từng là một người nhập cư đến Mỹ với mơ ước cháy bỏng trở thành diễn viên điện ảnh. Nhưng cả thiên hạ đều xúm lại nói rằng anh “không có cửa” làm diễn viên trong vương quốc điện ảnh Hollywood. Rằng tiếng Anh của anh “nặng” đến nỗi Thánh cũng không hiểu nổi.

Anh không có kinh nghiệm sống trên đất Mỹ. Kỹ năng diễn xuất của anh nghèo nàn thô sơ còn tên của anh thì dài ngoằng và nghe “không Mỹ” chút nào.

Mặc cho tất cả những lời dèm pha cay nghiệt, Arnold vẫn một mực trung thành với ước mơ của mình và hành động quyết liệt để biến ước mơ thành hiện thực. Mặc dù thất bại và bị từ chối vô số lần, cuối cùng Arnold vẫn làm được điều mà anh khát khao nhất. Anh không những trở thành diễn viên điện ảnh mà còn trở thành một trong ít những siêu sao được trả thù lao cao nhất và nổi tiếng nhất ở Hollywood. Sau đó anh tiếp tục chinh phục đỉnh cao thứ hai: trở thành chính khách và anh đã được bầu làm Thống đốc bang California. Arnold đạt được tất cả những điều này không phải do anh có ngôi sao chiếu mệnh may mắn, hoặc tài năng bẩm sinh mà là do anh dám mơ ước. Câu chuyện về anh có sức lay động tôi đến tận tâm can, và từ lúc 13 tuổi, tôi đã hạ quyết tâm trở thành tác giả sách bán chạy nhất và là một triệu phú tay trắng làm nên sự nghiệp.

Những người như cha tôi không bao giờ ép buộc con cái, bắt chúng phải xác định mục tiêu này nọ và cũng không thay thế chúng làm việc đó. Thay vì thế, họ dùng những câu chuyện có thật đầy cảm hứng như câu chuyện về Arnold Schwarzenegger để kích hoạt trí tưởng tượng của con trẻ. Chiêu này sẽ trở thành “tuyệt chiêu” nếu bạn có những ví dụ sống động liên quan đến đam mê, sở thích sẵn có nơi con bạn.

c) Cha mẹ giúp con tiếp cận với cuộc sống thật

Nhiều bậc cha mẹ than phiền rằng con họ không hề bận tâm đến việc lên kế hoạch cho tương lai. Một trong những nguyên nhân là do không có nhiều phụ huynh nói chuyện với con trẻ về cuộc sống muôn màu muôn vẻ ngoài khuôn khổ gia đình hay trường học.

Ở trường, thầy cô có khuynh hướng nhấn mạnh tầm quan trọng của việc tiếp thu kiến thức và việc đạt điểm cao trong các môn Toán, Lý, Hóa, Sinh, Sử, Địa... Chẳng là họ phải hoàn thành nhiệm vụ truyền đạt kiến thức mà nhà trường và xã hội giao phó. Thế nên họ không có thì giờ mà cũng không có tâm thế trang bị cho học sinh những kiến thức thực tiễn trong xã hội, là những gì thật sự xảy ra khi các em rời mái trường thâm nhập vào cuộc sống. Vì lẽ đó, đa số học sinh không thấy được mối liên quan giữa việc học trong sách vở với việc ứng dụng mới kiến thức khô cứng đó vào các hoạt động thực tiễn.

Chúng tôi từng gặp một nữ sinh rất đặc biệt. Cô thường chia sẻ với chúng tôi về những mục tiêu trong đời, cô xác định rõ rằng cô cần học tập chăm chỉ để vào được những trường danh tiếng mà cô mong muốn, rồi đi làm ở những công ty danh giá như thế nào. Chúng tôi tự hỏi, sao

cô gái này lại mau trưởng thành và có cái nhìn chín chắn như thế. Tôi chỉ vỡ lẽ khi được dịp nói chuyện với mẹ cô. Từ khi cô lên tám tuổi, người mẹ đã nói chuyện với cô về những chủ đề người lớn và giúp cô tiếp cận với cuộc sống ngoài học đường từ rất sớm.

Mẹ cô là một nhà tư vấn quản trị và sau giờ làm việc, bà thường kể cho con gái nghe về công việc hàng ngày của mình; và quan trọng hơn, những điều mà bà yêu thích trong công việc. Bà nói về những thử thách mà các nhà kinh doanh gặp phải và bà đã giúp họ giải quyết các vấn đề trong tiếp thị và quản lý như thế nào. Mặc dù cô bé Jenny không hiểu hết được tất cả những gì mẹ mình nói, cô cũng đặt ra nhiều câu hỏi như *“Quản lý là gì? Tư vấn là gì?”*. Mẹ cô cố gắng hết sức giải thích cho cô càng đơn giản càng tốt. Ví dụ, bà giải thích *“Làm công việc quản lý là khi con làm sao để bảo đảm rằng nhân viên dưới quyền con làm việc hiệu quả và phối hợp tốt với nhau”*. Người mẹ cũng nói về những điều bà khám phá trong nghề nghiệp và bà phải học hỏi như thế nào để từng bước thăng tiến trong sự nghiệp (dĩ nhiên, bà luôn giải thích bằng một lối nói đơn giản, dễ hiểu).

Khi họ cùng đi khám bác sĩ chẳng hạn, người mẹ sẽ tận dụng cơ hội này để nói cho Jenny biết về những việc bác sĩ làm, và họ phải học những gì để được hành nghề chữa bệnh cứu người. Nếu gặp vấn đề mà bà chưa có câu trả lời, bà sẽ cùng nghiên cứu trên mạng với con gái. Bằng cách này, bà gián tiếp dạy Jenny trở nên tự lập và tự xoay xở tìm ra câu trả lời cho những vấn đề mà cô không biết.

Có một sự thật chắc bạn đã biết nhưng tôi vẫn muốn nhắc lại: nhiều người thành công vượt bậc, những triệu phú nổi tiếng đã để con cái mình tiếp cận thế giới người lớn khi chúng còn rất nhỏ, và nhờ đó làm cho cuộc sống của chúng phong phú hơn, mức độ trưởng thành nhanh hơn, gia tăng khả năng thâm nhập thực tiễn của chúng.

Khi Bill Clinton làm Thống đốc bang Arkansas, ông bố trí một bàn làm việc nhỏ cho cô con gái Chelsea trong một căn phòng nhỏ sát bên phòng làm việc của mình, để cô có thể tiếp cận thế giới của cha, còn ông thì có thể để mắt trông chừng con gái.

Khi Clinton trở thành Tổng thống và gia đình ông dọn vào Nhà Trắng, Chelsea lúc bấy giờ đã là một cô bé 13 tuổi tự tin đỉnh đặc, thường xuyên tháp tùng cha mẹ trong những chuyến công du vòng quanh thế giới, thậm chí đến cả những điểm “nóng” như Trung Đông. Giống như Công nương Diana, cô được cha mẹ tạo điều kiện thâm nhập vào cuộc sống muôn màu muôn vẻ khắp nơi để có được thái độ đồng cảm với những người có hoàn cảnh khác xa cô, và có ý thức tìm hiểu về các vấn đề xã hội của họ. Sau này khi trưởng thành, Chelsea trở thành cánh

tay đắc lực trong chiến dịch thành công của mẹ cô, bà Hillary, trở thành Thượng nghị sĩ bang New York.

Nhà tử phú Hồng Kông Li Kah Shing bắt đầu chuẩn bị cho con trai ông tiếp quản đế chế của ông từ khi cậu còn rất nhỏ. Ông đưa con trai đi theo trong các chuyến viếng thăm công ty, và để cậu tham dự trong các cuộc họp hội đồng quản trị.

Những người thành công vượt bậc hiểu rõ rằng việc cho phép con mình tiếp cận sớm với cuộc sống thực tế bên ngoài khuôn viên trường học sẽ giúp con họ sớm trưởng thành hơn và tự tin vào bản thân hơn. Ngoài ra còn có một lợi ích khác, vì vô cùng bận rộn không có nhiều thời gian dành cho gia đình, nên bằng cách dẫn dắt con cái tham gia vào công việc của họ từ rất sớm, họ cũng có điều kiện củng cố mối quan hệ cha mẹ – con cái vững chắc hơn.

Nếu các nhà tử phú và các chuyên gia bận rộn vẫn có thể dành thời gian giúp con cái mau trưởng thành, mở rộng hiểu biết và vốn thực tế của con cái họ, thì bạn còn chần chừ gì nữa mà không làm thế? Nhưng xin bạn nhớ một điều rằng: mặc dù những hướng dẫn cho con cái về những gì chúng có thể làm và đạt được trong cuộc sống là rất quan trọng, việc lên kế hoạch thay cho chúng lại không nên chút nào.

Đừng bao giờ trực tiếp sắp đặt mọi việc cho con cái, cũng đừng bao giờ bảo chúng phải làm gì trong tương lai. Nhất là bạn đừng mong chúng thay mình làm những việc mà bạn khao khát muốn thực hiện nhưng chưa làm được. Nếu bạn lên kế hoạch tương lai cho con cái thay chúng, bạn sẽ tước mất của chúng cơ hội làm chủ cuộc sống, cũng như sự tự tin và lòng tự trọng của con cái.

Bao giờ cũng nhớ rằng mỗi đứa con chúng ta có niềm đam mê riêng, khả năng riêng và mục đích riêng trong cuộc sống. Vai trò làm cha làm mẹ của chúng ta là để giúp đỡ chúng khám phá những điểm mạnh của chúng là gì, chúng say mê điều gì và làm thế nào để chúng có thể đóng góp những giá trị cao nhất cho cộng đồng, xã hội và cho cái thế giới đang dần thu nhỏ lại này.



Thay vì đưa ra chỉ thị hay mệnh lệnh phải thế này thế kia, tất cả những gì mà những người làm cha mẹ chúng ta có thể làm là tạo điều kiện và hướng dẫn con cái vạch ra một lộ trình thích hợp trong cuộc sống cũng như trong sự nghiệp. Vậy như thế nào là một lộ

trình thích hợp cho một người? Ấy là khi nó giúp chủ thể đạt được những mục đích khác nhau trong sự nghiệp và cuộc sống cá nhân, và nó giúp họ luôn có tinh thần cầu tiến, phát huy hết khả năng của mình trong bất cứ việc gì họ làm.

d) Giúp con cái luôn tập trung vào những mục tiêu của chúng

Khi nói về chuyện xác lập mục tiêu phấn đấu, có nhiều em nhỏ tỏ ra rất hào hứng với những viễn cảnh tươi sáng về tương lai, nhưng chỉ ít lâu sau, những mục tiêu ấy mờ dần rồi mất hẳn. Nhưng với các em học sinh xuất sắc thì khác, một trong những đặc điểm lớn nhất là chúng biết cách tập trung cao độ cho mục tiêu phía trước.

Để làm tốt việc này, bạn hãy hướng dẫn con mình thiết kế mục tiêu rồi viết ra chi tiết trên một tờ giấy khổ lớn. Chúng có thể dán “Bảng mục tiêu của tôi” lên tường để nó ngày ngày đập vào mắt chúng, nhắc nhở chúng phải tập trung và duy trì động lực liên tục để có những việc làm thích hợp hướng tới mục tiêu. Tuy nhiên, nhiều phụ huynh có khuynh hướng dùng bảng ấy làm công cụ để khiển trách con cái khi chúng không học hành chăm chỉ, nhưng đó là một biện pháp hết sức sai lầm. Bạn cần dùng những mục tiêu ấy để động viên con cái, chứ không phải biến chúng thành cái gông đeo trên cổ con mình.

PHẨM CHẤT THỨ BA: PHƯƠNG PHÁP ĐỂ THÀNH CÔNG

Phẩm chất thứ ba mà tất cả những em học sinh giỏi đều có được là một “Phương Pháp Để Thành Công”. Sau quá trình tìm hiểu lâu dài, chúng tôi nhận ra rằng những ngôi sao trong học tập không thông minh hơn hẳn các bạn đồng trang lứa. Thành công mà chúng đạt được là nhờ vào việc chúng có các phương pháp học tập và quản lý bản thân hiệu quả hơn mà thôi.

Trong công tác giảng dạy của mình, chúng tôi thường đến các trường học khác nhau ở Singapore và nhiều nước khác để tổ chức các buổi huấn luyện về phương pháp học. Trong những buổi học như thế, có nội dung dạy các em cách ghi nhớ một danh sách 30 từ trong vòng hai phút. Đa số các em chỉ nhớ được tối đa 6-10 từ một lúc. Khi chúng tôi nói rằng quả thật chúng có thể ghi nhớ tất cả 30 từ theo đúng thứ tự chỉ sau một lần học, nhiều em đã nghĩ là chúng tôi “nổ”.

Nhưng sau khi chúng tôi dạy chúng phương pháp ghi nhớ hiệu quả, tất cả các em đều lấy làm thích thú và tỏ ra bất ngờ khi thấy rằng chúng quả thật có một trí nhớ hoàn hảo, sau khi vừa học vừa áp dụng phương pháp ghi nhớ mới ngay tức thì.

Tôi còn bất ngờ hơn trong lần được mời đến trường Raffles Girls để tổ chức một buổi huấn luyện cho 50 học sinh của chương trình năng khiếu. Khi chúng tôi đưa ra danh sách 30 từ và hỏi xem có em nào nhớ được tất cả các từ này trong vòng hai phút không, thì bất ngờ làm sao, cả 50 cánh tay trong phòng đều giơ lên. Khi chúng tôi hỏi thử năm học sinh ngẫu nhiên, mỗi em đều đọc to danh sách từ đúng theo thứ tự. *“Ồi! Học sinh năng khiếu có khác!”* tôi chỉ còn biết trầm trồ như thế.

Khi tôi hỏi các em làm thế nào mà chúng nhớ được hết các từ, tôi có được câu trả lời rằng chúng đã tạo ra những hình ảnh tưởng tượng cho mỗi từ và liên kết các hình ảnh lại với nhau bằng một câu chuyện (trùng hợp với phương pháp đơn giản mà chúng tôi định dạy). *“Ai dạy các em phương pháp này?”* chúng tôi hỏi. Một trong những học sinh trả lời, *“Không ai cả. Em làm việc này một cách tự nhiên từ khi em còn nhỏ”*. Câu chuyện này xác nhận một sự thật rằng: những em đạt thành tích xuất sắc đơn giản là vì chúng sử dụng những phương pháp hiệu quả, và nhờ đó mà việc học trở nên dễ dàng, thú vị và nhanh hơn rất nhiều.

Bạn có bao giờ tự hỏi tại sao một số đứa trẻ có thể viết chính tả rất tốt trong khi những đứa trẻ khác (có thể rất thông minh) lại gặp khó khăn trong việc viết đúng chính tả không? Một lần nữa, đó là vì phương pháp mà chúng sử dụng. Chúng tôi phát hiện ra rằng những em viết chính tả tốt sử dụng phương pháp xử lý bằng thị giác. Nhờ vậy, chúng có thể nhìn thấy từ ngữ trong tâm trí như một hình ảnh. Sau đó, chúng chỉ việc chép hình ảnh của từ trong tâm trí ra giấy.

Những em viết chính tả kém có khuynh hướng sử dụng phương pháp thính giác hay cảm giác để viết ra một từ. Khi viết, chúng không nhìn thấy hình ảnh từ đó trong tâm trí. Thay vào đó, chúng viết ra các ký tự dựa vào âm thanh vang lên trong tâm trí. Nguyên nhân của việc chúng hay sai chính tả là do phát âm không đúng chuẩn. Ví dụ: người miền Nam hay phát âm lẫn lộn giữa từ có dấu hỏi và ngã, thành ra dễ viết sai chính tả những từ này. Từ phát hiện này có thể đưa ra kết luận rằng, bằng cách dạy cho những đứa trẻ kém chính tả cách hình dung từng con chữ trong tâm trí, khả năng viết đúng chính tả của chúng sẽ được cải thiện một cách đáng kể!

Như vậy, tất cả trẻ em đều có cùng hệ thần kinh như nhau (cùng tiềm năng não bộ). Nếu con của người hàng xóm đạt kết quả xuất sắc, con bạn cũng có thể làm được! Chỉ có một điểm cần lưu ý, bạn phải nhấn mạnh cho con bạn hiểu rằng, muốn thành công phải có phương pháp đúng.

Một lần nữa, nếu con bạn không nhớ bài tốt, không phải là vì chúng có trí nhớ kém, mà là vì

chúng không sử dụng phương pháp ghi nhớ hiệu quả. Mỗi hành vi và kết quả đều có một phương pháp kèm theo. Bao giờ cũng có những phương pháp hiệu quả trong việc học từ, đọc sách, ghi nhớ, quản lý thời gian, tự động viên bản thân, chế ngự cảm xúc tiêu cực và vượt qua những thất bại trong cuộc sống.

Khi hầu hết bọn trẻ (và cả người lớn chúng ta nữa) không làm tốt một việc nào đó, chúng có khuynh hướng bỏ cuộc vì cho rằng mình không có khả năng làm việc đó. Chúng cảm thấy mình đơn giản là kém cỏi và có làm gì cũng không thay đổi được sự thật đó. Trong khi ấy những đứa trẻ học giỏi, khi không làm tốt một việc gì đó, chúng lập tức tìm cách thay đổi phương pháp.

Vậy thì để thành công trong việc nuôi dạy con, xin bạn vui lòng không nói những câu như, *“Tại sao trí nhớ con kém thế?”, “Sao con lười vậy?”* hay *“Sao con không thể học giỏi được?”*. Thay vào đó, bạn hãy nói câu “thần chú” này thường xuyên hơn, *“Con có thể làm được! Bao giờ cũng có cách làm mà! Hãy thay đổi phương pháp cho hợp lý hơn”*.

Trong quyển sách bán chạy nhất “Tôi Tài Giỏi, Bạn Cũng Thế!” và các chương trình đào tạo của mình, chúng tôi dạy học sinh các phương pháp học tập, tư duy để chúng có thể gặt hái thành công trong trường học và cuộc sống. Tôi xin báo cho bạn một tin vui, quyển “Tôi Tài Giỏi, Bạn Cũng Thế!” đã được dịch sang tiếng Việt, và chương trình đào tạo “Tôi Tài Giỏi!” cũng đã có mặt tại Việt Nam.

PHẨM CHẤT THỨ TƯ: KHẢ NĂNG CHẾ NGỰ CẢM XÚC VÀ BẮT TAY VÀO HÀNH ĐỘNG

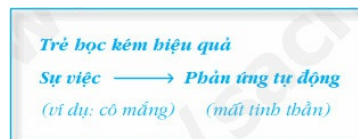
Bên cạnh các phương pháp học tập cho kết quả tốt, những học sinh giỏi còn biết tự nạp thêm năng lượng bằng cách kiên trì động viên bản thân làm những việc cần làm, và từng bước tiến đến gần mục tiêu bằng cách kiểm soát tốt đời sống tinh thần cũng như cảm xúc của mình. Bạn cũng biết con người (nhất là trẻ em) thường bị chi phối rất nhiều bởi các loại cảm xúc vui sướng, buồn phiền, thất vọng, giận dữ... và chính đời sống tình cảm này tạo thành một nguồn lực thúc đẩy chúng ta đến gần mục tiêu hay ngược lại, cản trở chúng ta hành động.

Khi bọn trẻ sống trong tâm trạng tiêu cực như chán nản, thờ ơ, lười biếng hay sợ hãi, chúng sẽ không có động lực để học tập hay làm bất cứ việc gì. Tương tự, khi bọn trẻ cảm thấy tự tin, hăng hái và nhiệt tình, chúng sẽ hành động một cách hiệu quả nhất. Chính vì thế, cảm xúc có thể được chia ra làm hai dạng:

<i>Cảm xúc tích cực</i>	<i>Cảm xúc tiêu cực</i>
Thúc đẩy trẻ hành động	Ngăn cản thành công của trẻ
• Hăng hái • Nhiệt tình • Vui vẻ và hào hứng • Tự tin • Tập trung	• Không tập trung • Lười biếng • Chán nản • Tuyệt vọng • Sợ hãi • Căng thẳng • Ủ lỳ

Trong thực tế, những em học kém lại thường là những em ít có khả năng làm chủ cảm xúc của bản thân. Bị các xúc cảm mạnh che mờ, lấn lướt lý trí, chúng hoặc sẽ không hành động khi cần phải hành động, hoặc ngược lại, hành động một cách sai trái. Ví dụ, về mặt lý trí, chúng hoàn toàn hiểu rõ mình cần phải học cho bài kiểm tra sắp tới, nhưng cảm giác chán học đã trói buộc chúng lại (không hành động đúng), để rồi chúng lại bị thúc đẩy bởi ham muốn đi chơi game (hành động sai).

Cùng với việc thiếu đi khả năng kiểm chế cảm xúc, trẻ đơn thuần phản ứng tự động với những tác động bên ngoài. Chúng tin rằng người khác hoặc những sự việc khách quan có lỗi trong việc KHIẾN CHÚNG có cảm giác tồi tệ. Khi một người bạn vô tình nói một câu lỡ lời với chúng, chúng lập tức phản ứng lại một cách gay gắt, giận dữ. Khi không giải được một bài Toán, chúng cảm thấy thất vọng. Ngồi trước những bài tập giao về nhà, chúng cảm thấy choáng ngợp và đâm ra chán nản, không muốn làm bất cứ việc gì.



Một khi chúng không có khả năng kiểm soát cảm xúc của mình thì điều đó cũng có nghĩa là chúng để cho những cảm xúc tiêu cực đó mặc sức chế ngự chúng. Khi bị cảm giác lười biếng chi phối, chúng ỳ ra không đụng đến bài vở, mặc cho chuyện gì xảy ra cũng được. Khi buồn bã, chúng lui về góc của mình không tiếp xúc với ai hoặc tìm cách giải khuây bằng cách lao vào chơi game. Khi gặp chuyện không như ý, chúng bỏ cuộc. Chúng cho rằng cần phải có một cái gì đó hoặc một ai đó đứng ra động viên chúng hay giúp chúng vực dậy lòng tin để hành động. Dần dần hầu hết những đứa trẻ này khắc sâu cảm giác bất lực, không thể thay đổi đời mình theo chiều hướng tốt hơn.

Trẻ thành công chịu trách nhiệm về cảm xúc của mình "Tôi có khả năng làm chủ cảm xúc của mình" Sự việc + Phản ứng của tôi = Kết quả
Trẻ kém hiệu quả để cảm xúc của chúng chế ngự bản thân "Tôi không có khả năng kiểm chế cảm xúc" Sự việc = Hậu quả

Đối với những trẻ học tập hiệu quả thì khác, chúng tin rằng mình CHỊU TRÁCH NHIỆM về những cảm xúc của bản thân. Khi có cảm giác lười không muốn làm bài tập, chúng không trông đợi một điều gì đó xảy ra hay ai đó đến bên động viên mình. Chúng biết cách tự động viên bản thân để hành động. Khi buộc phải nếm trải thất bại hay bị từ chối, chúng có thể nhanh chóng vượt qua tình trạng đó.

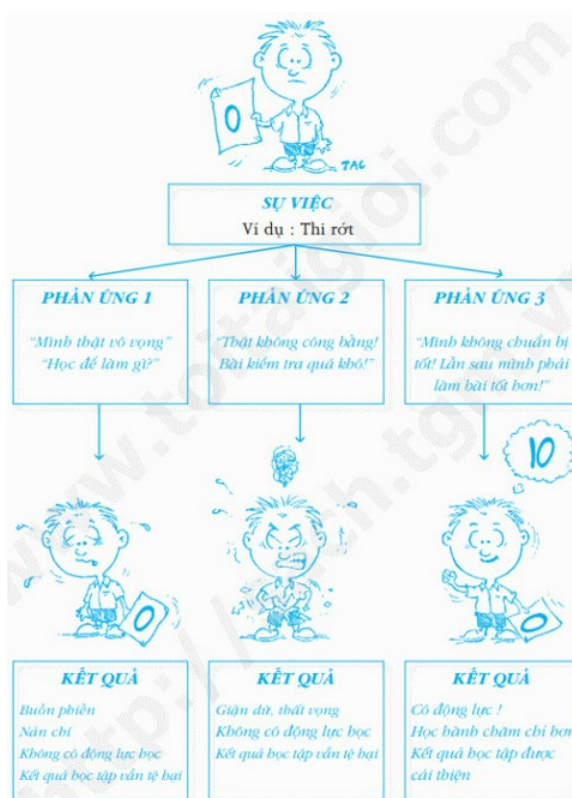
Vậy con cái chúng ta có thể học được cách làm chủ những cảm xúc của mình hay không? Chắc chắn là được! Và đây chính là một trong những kỹ năng quan trọng nhất (còn gọi là cách thức kiểm soát trạng thái cảm xúc) mà chúng tôi giảng dạy trong các khóa học như "Tôi Tài Giỏi, Bạn Cũng Thế!" và "Thiếu Nhi Siêu Đẳng".

Một trong những khái niệm quan trọng đầu tiên mà chúng tôi muốn học sinh của mình lĩnh hội là bản thân các sự việc xảy ra cho chúng ta KHÔNG tạo ra cảm xúc trong lòng ta. Chính cái cách mà ta CHỌN PHẢN ỨNG như thế nào với sự việc ấy mới tạo ra những cảm xúc tích cực hay tiêu cực.

S	+	P	=	K
Sự việc		Phản ứng của tôi		Kết quả

Bằng cách kiểm soát hoặc điều khiển cách thức mà chúng ta chọn để phản ứng lại những sự việc xảy ra trong đời, chúng ta có thể làm chủ được cảm xúc, hành vi và những kết quả đạt được.

Các em nhỏ thành công biết rằng: chúng có khả năng lựa chọn cách phản ứng lại với sự việc. Cho dù chuyện gì xảy ra với chúng đi chăng nữa, chúng sẽ phản ứng lại theo cách nào đó giúp chúng ở vào một tâm thế tích cực để hành động tích cực, ngõ hầu đạt được kết quả mong muốn. Và ngược lại, những em không thành công có khuynh hướng phản ứng lại theo cách khiến chúng bị cảm xúc chế ngự, sai khiến, dẫn đến không làm gì cả hoặc làm việc sai trái để rồi lãnh hậu quả xấu.



Bằng cách dạy trẻ cách kiểm soát phản ứng và cảm xúc của mình, chúng sẽ có khả năng hành động kiên định để đạt kết quả tốt. Trong chương sau, bạn cũng sẽ biết rằng hành vi của trẻ được thúc đẩy bởi năm cảm xúc chính. Khi biết rõ về những cảm xúc thúc đẩy chúng hành động, bạn có thể tận dụng những cảm xúc ấy để cổ vũ con bạn hành động tích cực để thành công.

PHẨM CHẤT THỨ NĂM: CHUYỂN THẤT BẠI THÀNH KINH NGHIỆM HỌC HỎI

Lý do chủ yếu khiến nhiều đứa trẻ sống không có định hướng, không dám đưa ra mục tiêu và không hành động là vì chúng sợ thất bại. Nhiều em rất sợ thất bại, sợ mất mát, sợ mắc phải sai lầm và sợ cảm giác tồi tệ. Chính nỗi sợ này cản trở chúng đặt ra những tiêu chuẩn cao cho bản thân hoặc nỗ lực để thành công.

Tất cả chúng ta đều biết việc vô tình mắc phải sai lầm là điều bình thường và cần thiết trong quá trình học hỏi hoặc làm bất cứ việc gì. Chúng ta biết rằng thất bại tạm thời – nếu biết tận dụng đúng – chắn chắn sẽ trở thành tiền đề cho thành công lâu dài. Hầu hết trẻ em hành động vì bản thân chúng, vào lúc này hay lúc khác. Tuy nhiên, khi chúng không đạt được mục tiêu, chúng sẽ bỏ cuộc. Chúng sẽ tự biện hộ, đổ lỗi cho hoàn cảnh xung quanh, than phiền rằng chúng không có đủ điều kiện để thành công và sẽ không dám hành động nữa. Với cách hành xử như thế, tôi dám bảo đảm rằng đứa trẻ không bao giờ làm nổi việc gì to tát trong cuộc sống.

Vậy những người thành công vượt bậc có sợ thất bại không? Có, họ sợ chứ, rất sợ nữa là

khác. Chỉ có điều họ có khuynh hướng định nghĩa sự thất bại khác với nghĩa thông thường. Bất cứ khi nào họ làm hết sức mình nhưng không đạt được mục tiêu, họ không xem đó là thất bại mà coi đó là kinh nghiệm để học hỏi, để hoàn thiện bản thân. Sau đó họ sẽ tránh không mắc phải sai lầm tương tự bằng cách thay đổi phương pháp và làm lại từ đầu. Và cứ thế cho đến khi họ thành công. Đối với những người này, chỉ khi nào bỏ cuộc mới là thất bại thật sự.

Như vậy, nếu bạn muốn con mình dũng cảm đề ra mục tiêu cao đẹp, kiên quyết hành động để đạt mục tiêu và đứng vững trước khó khăn, bạn phải liên tục củng cố khái niệm này với chúng, *“Không có thất bại, chỉ có kinh nghiệm cần học hỏi”*. Hãy hình thành một văn hóa như sau trong gia đình: *“Vô tình mắc phải sai lầm ư, không hề gì, miễn là tôi học được cái gì từ sai lầm đó”*. Có thắm nhuần hai phương châm trên, con bạn mới có đủ niềm tin để nỗ lực hết mình trong học tập và cuộc sống.

Vậy thì, bất cứ khi nào con bạn thi rớt hay về chót trong một cuộc thi, hãy nói với chúng rằng việc thi rớt hay thất bại hoàn toàn không phải là vấn đề lớn, miễn là chúng đã cố gắng hết sức, biết học hỏi từ sai lầm và vẫn tiếp tục nỗ lực đến cùng. Bạn có thể dùng khẩu hiệu quý giá này *“Thất bại là mẹ thành công”* để động viên chúng. Chúng tôi bao giờ cũng nhắc nhở các em học sinh một sự thật là chỉ khi nào chúng bỏ cuộc hoặc thôi không cố gắng nữa, thì khi ấy chúng mới là kẻ thất bại thật sự.

Vì vậy, khi đưa con của bạn không làm tốt một việc gì đó, thay vì nói *“Tại sao con thất bại?”*, hãy dùng cách nói có sức động viên chúng hơn: *“Con thử nghĩ xem mình học được gì từ việc này?”* hay *“Con sẽ thay đổi phương pháp như thế nào vào lần tới?”*.

PHẨM CHẤT THỨ SÁU: XÂY DỰNG VÀ BỒI ĐÁP LÒNG TỰ TRỌNG

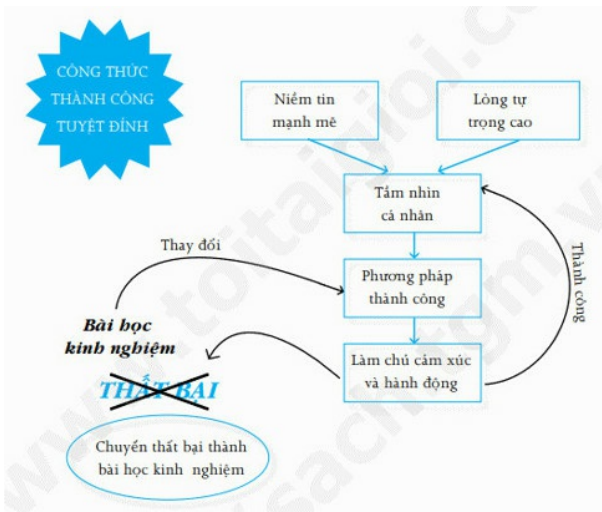
Phẩm chất cuối cùng, cũng là phẩm chất quan trọng nhất của những đứa trẻ hạnh phúc và có động lực học tập tốt, chính là lòng tự trọng. Các em này tự hào về bản thân và rất tự tin. Lòng tự hào và yêu quý bản thân giúp chúng đặt ra những tiêu chuẩn cao và mang lại động lực khiến chúng cố gắng hết mình trong từng việc lớn nhỏ. Chúng không bị gánh nặng tâm lý sợ thất bại hay sợ bị từ chối.

Trái lại, những em có thành tích kém một phần là vì chúng không có lòng tự trọng; chúng thường đánh giá thấp bản thân mình, vì vậy mà không đủ can đảm và tự tin để làm tốt bất cứ việc gì. Điều này thật dễ hiểu, khi bạn nghĩ mình tồi tệ, làm sao bạn có động lực để vươn lên cải thiện bản thân mình. Thật là một vòng luẩn quẩn, trong đó cái này kéo theo cái kia đi xuống.

Là cha mẹ, chúng ta đóng một vai trò lớn trong việc khơi gợi, phát huy lòng tự trọng và ý thức về giá trị của mình nơi con em chúng ta. Xin lưu ý rằng lòng tự trọng và sự tự tin là những trạng thái tinh thần tích cực, nhưng lại khác về cơ bản với sự kiêu ngạo và tính tự mãn. Trong thực tế, chỉ những người tin vào bản thân mới là người biết bày tỏ tình yêu thương, động lòng trắc ẩn với người khác và có mối quan hệ hài hòa với con người và thiên nhiên.

Trong chương sáu, bạn sẽ có dịp nắm được cách thức giúp trẻ nuôi dưỡng lòng tự trọng và sự tự tin vào bản thân, giúp chúng có cuộc sống hài hòa, lành mạnh và hạnh phúc.

Sơ đồ dưới đây tóm tắt lại Công thức Thành Công Tuyệt Đỉnh mà những thanh thiếu niên thành công trong học tập thường sử dụng trong trường học và cuộc sống.



Trong chương tiếp theo, bạn sẽ học được cách tạo ra những ảnh hưởng tích cực đối với con bạn bằng cách nắm bắt các bước trong Công thức Thành Công Tuyệt Đỉnh và đạt được những thành tích ngoạn mục.

CHƯƠNG 5

NĂM LOẠI CẢM XÚC TÁC ĐỘNG MẠNH ĐẾN HÀNH VI CON TRẺ

Mỗi khi truyền đạt Công thức Thành Công Tuyệt Đỉnh cho giáo viên và phụ huynh, chúng tôi đều nhận được những thắc mắc kiểu như thế này, *“Nghe thì thật hay! Tôi đồng ý rằng bọn trẻ*

cần phải xác định rõ mục tiêu, học hỏi những phương pháp đúng đắn và bắt tay vào hành động. Nhưng vấn đề là ở chỗ làm thế nào để chúng chịu làm tất cả những việc này? Nếu chúng không nghe tôi thì sao? Điều gì có thể khiến chúng chịu làm theo chứ?”

Chung quy, những câu hỏi mà phụ huynh và giáo viên đưa ra đều xoay quanh điểm chính: Điều gì xui khiến hành vi của trẻ? Cái gì thúc đẩy chúng hành động? Trả lời được câu hỏi này, bạn có thể tìm ra được nguyên do khiến con mình đôi khi có những cách hành xử hoàn toàn vô lý.

“Không hiểu sao thằng con tôi không chịu học hành chăm chỉ cho tương lai gì cả?”

“Vì sao nó không chịu nghe lời tôi, dù tôi đã nhắc nhở nó nhiều lần?”

“Tôi không thể hiểu nổi đứa con mình đẻ ra đang nghĩ gì nữa!”

“Sao mà nó có thể làm thế được?”

“Tại sao con tôi để cho lũ bạn xấu đó lôi kéo kia chứ?”

Nhiều ông bố bà mẹ lấy làm kinh ngạc khi thấy chúng tôi có thể khiến con họ thay đổi “gần như 180 độ” chỉ sau một khóa học bốn ngày, trong khi họ không thể làm được việc đó suốt 14 năm với những lời căn nhắc, dạy dỗ nghiêm khắc. Một số người nghĩ, *“Thì ‘bụt chủ nhà không thiêng’ chứ sao, bọn trẻ ngỗ nghịch chỉ chịu nghe người ngoài chứ không chịu nghe lời cha mẹ”*. Nhưng tôi phải nói với bạn rằng, đó là cách hiểu sai lầm về những gì thật sự diễn ra trong tâm hồn trẻ.

Sở dĩ bọn trẻ chịu lắng nghe chúng tôi – kể cả những đứa nổi loạn và bất cần đời nhất – là vì chúng tôi hiểu được điều gì tác động mạnh nhất đến suy nghĩ và hành vi của trẻ. Chúng tôi biết cách “điểm đúng huyệt” khiến chúng bừng tỉnh mà hiểu ra vấn đề.

Một khi học được những bí quyết trong chương này, bạn cũng có thể tác động đến con mình theo cách ấy. ***Tuy nhiên, bạn hãy chuẩn bị tinh thần để thay đổi cách nghĩ của mình trước đã, và sau đó là thay đổi những biện pháp (có thể rất kém hiệu quả) mà bạn vốn quen dùng.***

ĐỘNG LỰC NÀO THÚC ĐẨY HÀNH VI CỦA TRẺ?

Vậy thì điều gì có tác động quyết định đến suy nghĩ và hành vi con trẻ? Câu trả lời là CẢM XÚC của chúng. Trong thực tế, cảm xúc tức thời của trẻ thường lấn át, che mờ hoặc thậm chí khống chế lý trí của chúng. Điều đó có nghĩa là trẻ xuôi theo những cảm xúc của chúng nhiều hơn là lý lẽ về những điều tốt – xấu đối với chúng.

Gần như tất cả những em mà chúng tôi nói chuyện đều biết rằng chúng nên học hành chăm chỉ vì như vậy sẽ giúp chúng đạt điểm cao, khiến thầy cô cha mẹ tự hào về chúng và sau này chúng sẽ có tương lai tươi sáng. Chúng hiểu tất cả những điều đó, chỉ có điều chúng vẫn... không học vì không CẢM THẤY muốn học.

Người bạn trẻ nào cũng rõ rằng “con cãi cha mẹ trăm đường con hư”, rằng chẳng ai lo cho chúng như cha mẹ, ngạt một điều hể cứ nghe bố mẹ lên lớp hay ca cẩm là chúng chịu không nổi, chỉ muốn cãi lại hoặc làm một cái gì đó cho bõ tức. Không một đứa trẻ nào ở tuổi vị thành niên không hiểu rõ những điều bị cấm đoán như hút thuốc, nói tục, trốn học, chơi game... đều là những việc có hại. Nhưng một số đứa vẫn cứ làm, như thể có một cái gì lôi kéo, xúi giục chúng làm việc ấy, như thể chúng CẢM THẤY một sự thỏa mãn nào đó khi làm những điều bị người lớn cấm tiệt.

CẢM XÚC ĐI TRƯỚC, LÝ LẼ THEO SAU

Một khi đã biết rõ rằng con cái chúng ta bị sai khiến bởi tình cảm nhiều hơn lý trí, bạn sẽ nhận ra rằng cố gắng thay đổi hành vi của trẻ bằng cách lên lớp, liên tục nhắc nhở hay đe nẹt là vô ích, thậm chí phản tác dụng, bất kể lời lẽ của bạn có hay ho và đúng đắn đến mức nào chăng nữa.

Những lời nhận xét hay khuyên bảo kiểu như: *“Phải chăm học con nhé, vì tương lai của con đấy”, “Đừng giao du với mấy thằng đầu bò đầu bấuu nữa, con không biết câu gần mực thì đen gần đèn thì sáng hay sao”, “Muốn làm việc hiệu quả con phải có thói quen ngăn nắp, gọn gàng”* sẽ chỉ như *“đàn gảy tai trâu”* cho đến khi bạn biết cách gỡ rối những cảm xúc đang khuấy động trong lòng chúng. Khi đứa trẻ đang trong tâm trạng buồn bã, thất vọng, ngán ngẫm, giận dữ..., chúng chỉ biết đến những cảm xúc đó, thế nên tất cả mọi lời căn nhắc, trách mắng trên đời này đều không thể khiến chúng thay đổi, hoặc làm theo những lời dạy bảo của bạn.

Hiểu được “cơ chế” đó, tức là chúng ta đang tiếp cận với một thực tế là ta chỉ có thể tác

động đến con cái bằng cách nhận biết và quan tâm thật sự đến cảm xúc của trẻ. Ta cũng nên học cách của người xưa, lợi dụng sức gió để đẩy cánh buồm đi mà không cần tốn sức. Tức là biết cách nương theo các loại cảm xúc thúc đẩy con cái hành động để lái chúng làm những việc mà ta muốn. Bọn trẻ chỉ làm những việc mà chúng thích làm mà thôi, và cách của chúng ta là làm cho chúng thích những điều ta muốn chúng làm.

CHA MẸ THƯỜNG ĐỐI PHÓ VỚI NHỮNG VẤN ĐỀ CỦA CON CÁI NHƯ THẾ NÀO?

Trước khi đi sâu vào tìm hiểu vai trò của cha mẹ trong việc giúp con đối phó với những vấn đề của chúng, tôi muốn bạn làm một bài thực hành nhỏ. Dưới đây là ba tình huống thông thường mà nhiều bậc cha mẹ vẫn gặp phải với con cái mình. Bạn hãy viết ra cách mà bạn sẽ phản ứng nếu con trai hay con gái của bạn nói với bạn những điều sau:

1) Con trai: "Con đánh nhau với thằng Jerry ngu ngốc ở trường".

Phản ứng của bạn:

2) Con trai: "Có đứa nào chộm mất điện thoại của con khi con để trên bàn học trong lớp".

Phản ứng của bạn:

3) Con gái: "Nhỏ bạn thân nhất của con đã phản lại con!"

Phản ứng của bạn:

Bạn đã viết ra những câu nói hoặc phản ứng thông thường của bạn chưa? Đưa ra những câu trả lời thành thật là điều kiện tiên quyết, vì chỉ có thế bạn mới hiểu rõ biện pháp mà bạn thường sử dụng là như thế nào, để có thể tìm kiếm giải pháp mới hoặc cải thiện giải pháp hiện tại cho phù hợp hơn.

Sau khi phỏng vấn khoảng trên một trăm phụ huynh về những phản ứng của họ, tôi đã tổng hợp những câu trả lời thông thường nhất và kê ra dưới đây.

1) "Con đánh nhau với thằng Jerry ngu ngốc ở trường."

Phản ứng thông thường của cha mẹ:

- "Con nghĩ đánh nhau là khôn ngoan lắm hả?"
- "Đã bao lần mẹ nói con không được đánh nhau rồi? Con có muốn bị đuổi học không?"
- "Con có phải là hạng du côn không vậy? Chỉ có bọn du côn mới đánh nhau thôi."
- "Ai gây sự trước? Lần này con lại gây ra chuyện gì thế không biết?"

2) "Có đứa nào chôn mồi điện thoại của con khi con để trên bàn học trong lớp."

Phản ứng thông thường của cha mẹ:

- "Ai bảo con bỏ chỗ nào cũng vất vả đặc lung tung!"
- "Con thì có bao giờ giữ được cái gì đâu!"
- "Ai cho con mang điện thoại đến trường? Không biết giữ thì không đáng được xài! Đáng đời lắm!"
- "Con có chắc là mình không đánh rơi hay để quên ở đâu đó chứ?"

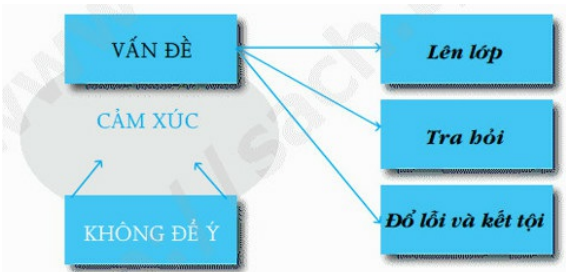
3) "Nhỏ bạn thân nhất của con đã phản lại con!"

Phản ứng thông thường của cha mẹ:

- "Chắc con đã làm chuyện gì với nó đúng không?"
- "Đừng lo, trên đời này thiếu gì bạn tốt."
- "Có gì mà phải buồn! Chuyện ấy thì có gì là ghê gớm."
- "Không chơi với nhỏ đó nữa thì càng tốt cho con chứ sao."

Bạn có câu trả lời nào giống giống với những câu trả lời trên không? Bây giờ, hãy đặt bản thân bạn vào trường hợp của con trẻ khi nghe những lời đáp lại của cha mẹ. Bạn cảm thấy mình nhẹ nhõm hơn, khuây khỏa hơn hay chỉ thấy buồn phiền, giận dữ hơn? Bạn có còn muốn “dốc bầu tâm sự” với người lớn về những mất mát, tổn thương mà mình đang gánh chịu, hay đơn giản bạn nghĩ ngậm miệng là hơn? Bạn muốn nghe những lời vàng ngọc của cha mẹ hay chỉ muốn bịt tai lại? Những lời ấy có tiếp thêm sức mạnh và động lực để bạn giải quyết vấn đề của mình không?

QUAN NIỆM CŨ: KHÔNG CẦN BIẾT ĐẾN CẢM XÚC CỦA CON CÁI. TRƯỚC TIÊN HÃY CHO CHÚNG VÀO KHUÔN PHÉP



Gặp những chuyện như thế, hầu hết các bậc cha mẹ có khuynh hướng nghĩ rằng, *“Mình có trách nhiệm phải cải tạo lũ nhỏ nếu không thì chúng hỏng mất”*.

Khi đối mặt với những vấn đề của bọn trẻ, theo bản năng làm cha mẹ, họ nhảy bổ ngay vào ứng cứu bằng cách đưa ra lời khuyên phải làm thế này thế nọ mà tuyệt nhiên không để ý đến việc “đương sự” có cảm giác như thế nào.

Chúng ta thường đứng ở cương vị bề trên để bảo ban con cái phải nghĩ ra sao, phải làm như thế nào. Một số phụ huynh thậm chí còn sỉ vả con cái và kết tội rất nặng nề. Bởi vì họ cũng bị sai khiến bởi cảm xúc giận dữ, bất an trong lòng, cho nên ngôn ngữ mà họ dùng có thể nặng nề gấp nhiều lần so với lúc bình thường. Tôi biết có nhiều người còn mắng nhiếc con cái và dùng đến những lời lẽ thậm tệ: “*đồ mất dạy*”, “*nhà này đến hồi mạt vận vì con rồi*” v.v... Theo ý tôi, đó là những bậc cha mẹ khi bực lên rồi thì không có từ nào không dùng để trút giận, cứ như thể con cái là cái hồ chứa để họ xả những cảm xúc “*nhiểm độc*”.

Chúng tôi nêu ra đây *ba phản ứng thông thường của các bậc cha mẹ* nuôi dạy con kém hiệu quả trong ba tình huống nêu trên.

1) **Đổ lỗi, kết tội và lên lớp**



2) **Tra hỏi, giáo huấn**



3) Không để ý đến cảm xúc của con mà khuyên bảo một cách giáo điều



Như bạn có thể mừng tượng từ các hình minh họa trên, những cách thức này hiếm khi nào mở được cánh cửa cho phép bạn đi vào tâm hồn trẻ, cánh cửa ấy sẽ khép lại, thế là giao tiếp giữa hai bên trở nên kém hiệu quả. Vì vậy, nếu con bạn không nghe lời cha mẹ, không có những hành động tích cực như bạn mong muốn thì đó cũng không phải là điều khó hiểu và không phải lỗi hoàn toàn ở phía trẻ. Một khi thế giới cảm xúc của trẻ không được quan tâm đúng mức, cảm giác cô độc, giận dữ và phản kháng sẽ trở nên sâu đậm hơn. Nếu chúng còn rơi vào những tâm trạng tiêu cực này thì mọi lời khuyên quý báu của chúng ta cũng chỉ như “nước đổ đầu vịt”.

Trong thực tế, chỉ sau vài lần gặp phản ứng như thế từ các bậc “trưởng bối”, đa số trẻ sẽ lui về lối sống khép kín, không còn hồn nhiên chia sẻ với cha mẹ những vấn đề lớn nhỏ của chúng nữa, *“nói làm gì để phải nghe cần nhận”* là suy nghĩ thông thường của chúng. Liệu bạn có hiểu hết nguy cơ của việc này không? Tôi biết không ít phụ huynh đã “té ngửa” ra khi nhà trường đuổi học con mình, vì họ hoàn toàn không hay biết gì về những vấn đề của nó.

TÓM TẮT

Không quan tâm đến cảm xúc của trẻ, đơn phương giáo huấn một chiều sẽ khiến trẻ:

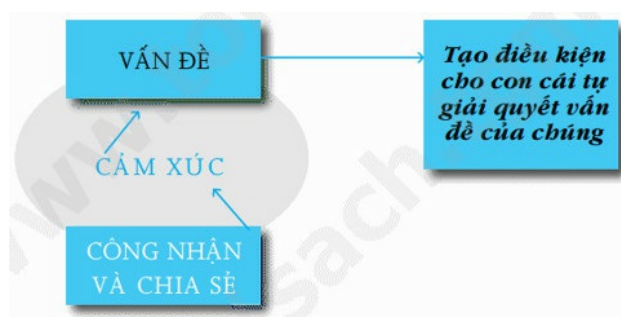
- Khắc sâu cảm giác giận dữ và buồn phiền
- Bỏ ngoài tai những chỉ thị và răn dạy của mẹ cha

- Sống khép kín, không chia sẻ vấn đề của mình với cha mẹ

- Thiếu tự tin và thiếu trách nhiệm trong việc giải quyết những vấn đề phát sinh trong tương lai

QUAN NIỆM MỚI: HIỂU VÀ THÔNG CẢM VỚI CẢM XÚC CỦA TRẺ, TẠO ĐIỀU KIỆN ĐỂ CHÚNG TỰ GIẢI QUYẾT VẤN ĐỀ CỦA MÌNH

Những người thành công trong vai trò làm cha mẹ có cách thức rất khác biệt trong việc giúp giải quyết vấn đề của con cái. Trước hết, họ hiểu và thông cảm với những cảm xúc trong lòng chúng. Khi con bạn cảm thấy chúng được lắng nghe và cảm thông, chúng sẽ cởi mở hơn, vui lòng chia sẻ những suy nghĩ và tình cảm của mình một cách tự nhiên hơn. Những người này cho rằng, một khi trẻ tự tin hơn, chúng khắc có cách tự giải quyết vấn đề (với sự hướng dẫn của chúng ta nếu cần thiết).



Trước hết, chúng ta cần nhớ rằng nằm sâu dưới mỗi vấn đề trong cuộc sống là cả một dòng sông cảm xúc lẩn lộn luôn tuôn chảy, đôi khi sôi sục như một dòng thác. Điều đó lý giải tại sao nhiều tội phạm thủ ác trong khi bị khống chế bởi những cảm giác thù hận hoặc tuyệt vọng điên cuồng.

Khi con trai nói với bạn rằng nó đánh mất điện thoại, có lẽ nó đang buồn phiền (vì mất đi một món đồ thân thiết), bức dọc (với kẻ đã thó cái điện thoại), cảm thấy bản thân mình tồi tệ (vì đã hớ hênh đánh mất điện thoại) và nuối tiếc (để mất đi những kỷ niệm gắn bó với chiếc điện thoại).

Khi con gái tâm sự với bạn là cô bé bị phản bội, có lẽ cô bé đang gánh chịu một cú sốc lớn trong đời mà không phải người lớn nào cũng vượt qua được một cách ngoan cường. Chia sẻ với bạn như vậy, có nghĩa là chúng tìm về với cha mẹ, như con chim tìm về tổ ấm, nơi chúng có thể nhận được cảm giác được an ủi, được vỗ về, được nghe những lời khuyên thấu tình đạt lý

để có thể làm liền sẹo vết thương lòng, và can đảm vượt qua hoặc giải quyết các hậu quả. Vậy mà cứ theo cách ứng xử thông thường của chúng ta, thử hỏi con cái chúng ta nhận được gì ngoài cảm giác cay đắng, bẽ bàng rằng, thì ra cả những người thân yêu nhất trên đời cũng chẳng hiểu mình nốt.

Xin bạn hãy nhớ rằng: trước khi bạn có thể ảnh hưởng tốt đến con cái, bạn phải bước được vào thế giới của chúng, nói chung một tiếng nói với chúng. Thật may là chúng ta có thể làm được việc này bằng cách hiểu và đồng cảm với cách nghĩ, cách cảm của chúng về mọi việc. Tức là chúng ta hồi đáp lại tiếng vọng cảm xúc của con cái. Chỉ khi ấy bầu không khí của cảm thông chia sẻ mới được thiết lập. Đứa trẻ, đứng trước người hiểu nó, trân trọng cảm xúc của nó, cũng giống như kẻ chết đuối vớ được cọc. Những cảm xúc sôi sục trong lòng chúng sẽ lắng dịu xuống, khi ấy chúng có thể bình tĩnh lắng nghe và đánh giá cao những lời khuyên bảo của cha mẹ và gần như trong trường hợp nào trẻ cũng sẽ “tâm phục khẩu phục”.

Đâu chỉ dừng lại ở đó, khi làm như vậy, chúng ta không chỉ giúp chúng gỡ rối vấn đề, mà còn giúp chúng trở về trạng thái tinh thần tích cực, có trách nhiệm để chúng tự tìm ra giải pháp cho vấn đề của mình. Xin hãy nhớ rằng những bậc cha mẹ thành công không đặt nặng việc cải tạo, uốn nắn con cái hay cho chúng vào khuôn phép. Họ chỉ làm tất cả để tạo điều kiện cho con cái tự giải quyết và điều chỉnh những vấn đề của chúng.

HAI CÁCH THỨC CÔNG NHẬN VÀ CHIA SẺ CẢM XÚC VỚI TRẺ

Có hai cách thức tích cực qua đó những người làm cha làm mẹ có thể sử dụng để hồi đáp lại cảm xúc của trẻ và tạo ra bầu không khí cởi mở chia sẻ giữa đôi bên.

1) Toàn tâm toàn ý lắng nghe và chia sẻ những cảm xúc đó

Có những lúc chúng ta chỉ cần chăm chú lắng nghe mà không cần phải nói gì cả. Khi bạn tập trung lắng nghe đến 100% với vẻ mặt đồng cảm, bạn sẽ ngạc nhiên khi thấy dòng cảm xúc của trẻ đang cuộn cuộn tuôn trào như dòng thác từ từ hiền hòa trở lại. Trong tĩnh lặng, trẻ đột nhiên bừng tỉnh và nhận ra những gì mình chưa đúng, chưa phải mà không cần cha mẹ phải lên tiếng phê phán hay huấn thị điều gì.

Hãy tưởng tượng đứa con trai 13 tuổi của bạn hồng hộc chạy về nhà, thở không ra hơi, vừa thở vừa nói, *“Con vừa đánh nhau với thằng bạn xong”*. Bạn nhìn con, không nói gì và đưa

cho nó ly nước. Sau khi uống xong, nó ngồi xuống ghế rồi tuôn ra một tràng, *“Thằng đó không biết từ đâu chạy đến, hùng hổ quát con là chơi xấu. Mấy thằng khác xúm đến hò hét. Thế là tụi con đều tức khí lao vào vật nhau, lăn lộn trên đất,... Mẹ thấy có đáng giận không?”*

“Ừ, mẹ hiểu cảm giác đó là như thế nào.”

Sau khi nhận được cái gật đầu của mẹ, rất có thể con trai bạn dừng lại ngẫm nghĩ, cho rằng lẽ ra nó phải hỏi lại thằng bạn kia vì sao lại tức tối với mình như thế, và có lẽ trận đánh đã không diễn ra nếu không có lũ bạn hò reo cổ vũ.

Mặc dù việc này nghe có vẻ đơn giản, nhưng đó là một trong những việc khó nhất đối với các bậc cha mẹ. Đa số phụ huynh cảm thấy thật khó mà nghe con cái nói cho đến đầu đến đuôi. Mới nghe đến câu đầu tiên *“con vừa đánh nhau”* là ai nấy đã nổi xung lên rồi. Người lớn gần như ai cũng được lập trình sẵn với những khuôn mẫu đánh giá chủ quan (đánh nhau là điều cấm kỵ), nên nhảy ngay vào kết luận (thằng con hư đốn, tối ngày đánh nhau với bạn) và đưa ra giải pháp tức thì (không cần biết cơ sự gì hết, con là người có lỗi). Chắc bạn hiểu rõ chuyện gì sẽ xảy ra, thằng bé sẽ không nói nữa, nhưng nó tặc tức vì không được phép giải bày và giải tỏa cảm giác bất an và bồn loạn trong lòng. Nó đi đến kết luận: *“lần sau chớ hé môi ra nói những chuyện như vậy”*, vì nó không muốn bị tổn thương thêm với những đánh giá vô đoán, áp đặt của người lớn.

Nhưng một khi bạn cho phép con cái tự do bộc lộ cảm xúc và suy nghĩ, bằng cách “luôn luôn lắng nghe, luôn luôn thấu hiểu”, chúng sẽ lấy lại bình tĩnh, có cách nghĩ đúng đắn hơn để tự giải quyết vấn đề. Rất có thể đứa con trai 13 tuổi của bạn sau đó sẽ đi tìm gặp thằng bạn, hỏi rõ nguồn cơn và nếu có sự hiểu lầm gì thì cùng giải quyết đúng như cách một người đàn ông đích thực sẽ làm. Có phải những va vấp kiểu ấy sẽ khiến con bạn mau chóng trưởng thành hơn không?

Dưới đây là một vài ví dụ về cách thức mà các bậc cha mẹ thành công thường dùng để giúp con cái giải quyết vấn đề của chúng.

Lắng nghe và thấu hiểu



Lắng nghe và chia sẻ



2) Nhận diện và hồi đáp cảm xúc của con gái

Bạn cũng có thể giúp con bằng cách miêu tả rõ những cảm xúc mà con bạn đang trải qua trong khi hồi đáp lại. Bằng cách ấy, đưa con đang bồn loạn với những cảm xúc rối bời trong lòng sẽ nhận diện rõ tình cảm của mình hơn và cảm kích trước việc bạn quan tâm và coi trọng thế giới tình cảm của nó. Vậy thì đâu còn trở ngại gì mà chúng không mở lòng ra với bạn về tất cả những vấn đề lớn nhỏ của mình?



Thế là bạn chỉ cần đơn giản hỏi đáp cảm xúc của con cái, những gì còn lại tự chúng sẽ biết cách giải quyết, chúng sẽ tự hóa giải những cảm xúc tiêu cực và sáng suốt hơn khi đưa ra các lựa chọn của mình.

TÓM TẮT

Bằng cách hỏi đáp cảm xúc của trẻ và để chúng tự tìm ra cách giải quyết...

- Trẻ sẽ cảm thấy được thông cảm và an ủi

- Khi những cảm xúc tiêu cực lắng xuống, chúng sẽ bình tĩnh lắng nghe bạn và tìm ra hướng giải quyết

- Trẻ sẽ học cách tư duy độc lập và vì vậy mà tự tin và trưởng thành hơn

- Trẻ có cảm giác an toàn khi tâm sự và chia sẻ những vấn đề của chúng trong tương lai

- Cha mẹ và con cái từng bước thiết lập và củng cố mối quan hệ gắn bó và tin cậy lẫn nhau trong gia đình.

HƯỚNG DẪN CON GÁI BẰNG CÁCH ĐẶT RA NHỮNG CÂU HỎI XÁC ĐÁNG

Cha mẹ có nên đứng ngoài quan sát, mặc trẻ tự tìm hướng giải quyết cho những vấn đề của chúng để chúng phát huy tính độc lập không? Trong thực tế, không có câu trả lời chung chung

cho vấn đề này. Điều đó còn tùy thuộc vào vấn đề mà con bạn phải đối mặt và tùy thuộc vào con bạn nữa. Con bạn bao nhiêu tuổi, bản tính của chúng là gì? Thật ra, trong nhiều trường hợp do nông nổi thiếu kinh nghiệm sống, con cái chúng ta sẽ đi đến những kết luận không mang tính xây dựng cho lắm (ví dụ: “Con sẽ trả thù bằng được đứa bạn đã phản bội con”) hoặc có thể chúng hoang mang không biết phải làm gì.

Trong những trường hợp như thế, bạn có thể chủ động giúp chúng tìm ra lời giải thích hợp. Nhưng trước hết vẫn phải cho chúng không gian để tự do bày tỏ cảm xúc và suy nghĩ của mình. Chỉ đến khi chúng đã bình tâm lại, chúng ta mới nên bắt đầu “lái” con cái hướng tới những cách nghĩ đúng đắn hơn.

Thay vì bảo con cái phải làm cái này cái kia, hãy đặt ra những câu hỏi đúng để từng bước giúp chúng thấy rõ hậu quả nếu chúng hành động xốc nổi, thiếu suy nghĩ.

- *“Con nghĩ chuyện gì sẽ xảy ra nếu con túm tóc Mary, chửi cho nó một trận trước mặt những người khác?”*

- *“Bạn bè con sẽ nghĩ gì về con nếu chúng kiến cảnh đó? Làm thế liệu Mike có quay về với con không? Mà nếu có quay về thì mọi chuyện có còn như xưa không?”*

- *“Làm như vậy con có thấy hết giận dữ trong lòng không?”*

- *“Ngoài việc cho Mary một trận khiến nó phải mất mặt, con có thể làm gì khác không? Chẳng hạn cho qua chuyện này và kết bạn với những người khác?”*

Để tôi nêu ra cho bạn một tình huống khác. Thầy giáo mắng con bạn vì thằng bé không tập trung trong giờ học. Sau khi nói chuyện và chia sẻ việc này với bạn, cậu cảm thấy ngượng ngùng ngoài phần nào nhưng lại đi đến kết luận là trong giờ học, cậu sẽ không nghe lời thầy giảng nữa vì thầy tỏ ra không công bằng với mình. Thế bạn sẽ làm gì? Còn đây là cách một người cha khôn khéo hướng dẫn con suy nghĩ lại quyết định của mình.



CHÚ Ý

Điều quan trọng là giọng điệu, lời lẽ và cử chỉ của bạn phải KHÁCH QUAN và CHÂN TÌNH. Nếu giọng điệu của bạn có hơi hướm tra hỏi, xét nét, móc máy hay chỉ trích, con bạn sẽ có xu hướng rút về góc của mình và không cởi mở chia sẻ hay đón nhận gợi ý của cha mẹ nữa.

“Sao con gái tôi không nói chuyện với mẹ mà tâm sự với người ngoài?”

Một người mẹ đã xin tôi lời khuyên về cách làm thế nào để con gái bà chịu cởi mở và chia sẻ những việc xảy ra ở trường với mẹ. *“Khi còn nhỏ, nó thường kể cho tôi nghe tất cả mọi chuyện xảy ra với nó. Bây giờ chẳng hiểu sao, có vẻ như con bé không muốn cho tôi biết bất cứ chuyện gì nữa. Nói với mẹ thì toàn những câu nhát gừng, trong khi nó có thể “nấu cháo” điện thoại hàng giờ với bạn.”*

Tôi hỏi thì được biết những trao đổi giữa hai mẹ con họ đại loại như thế này:



Tại sao đứa con gái có thể tâm sự hàng giờ với bạn nhưng lại không mặn mà nói chuyện với mẹ? Sau khi tôi nói chuyện riêng với hai người, lý do hiện lên khá rõ ràng.

Người mẹ vì quá lo lắng cho con – cũng như nhiều bậc cha mẹ khác – nên trong cách nói năng luôn có giọng điệu tra xét, dò hỏi mà chính bà cũng không nhận ra. Thay vì lắng nghe và hồi đáp lại cảm xúc của con gái, bà luôn thô bạo lao vào khuyên bảo hoặc thậm chí chỉ trích. Chưa nghe ra đầu đuôi gì, bà đã phán ngay, “Con dám làm thế à?”, “Đáng lẽ con phải làm như vậy”, “Nghĩ như thế không hay ho gì đâu”, v.v... Tất nhiên với cách nói như thế, con gái và mẹ sẽ ngày càng xa nhau.

Lý do các bạn trẻ thường thích “tán hươu tán vượn” với bạn bè là vì chúng có thể thoải mái nói mà không sợ bị ai xét nét, phê phán. Bạn bè không chỉ lắng nghe mà còn chân thành chia sẻ với chúng những cảm xúc tương đồng. Vì thế, muốn con cái vui lòng tâm sự với mình đủ thứ chuyện, người làm cha mẹ phải đi trước một bước trong việc thiết lập mối quan hệ gần gũi, tự nhiên.

NĂM NHU CẦU CẢM XÚC TÁC ĐỘNG MẠNH ĐẾN HÀNH VI CỦA TRẺ

Ở chương trước, chúng ta đã cùng nhau làm rõ một điểm rằng, bọn trẻ bị thúc đẩy bởi thế giới tình cảm nhiều hơn là những lý lẽ và lập luận logic. Điều này lý giải tại sao nhiều người trẻ vẫn tiếp tục làm những việc điên rồ, trong khi nhận thức rất rõ rằng đó là những việc chỉ dẫn đến sự tự hủy hoại bản thân. Do đó, nếu muốn điều chỉnh chúng và làm cho mọi việc khác đi, chúng ta cần phải hiểu rõ thế giới tình cảm của con trẻ và những cảm xúc thường chi phối, thúc đẩy chúng hành động hay không hành động. Chỉ có như vậy, cha mẹ mới có thể tận dụng những cảm xúc này để “lèo lái” suy nghĩ và hành động của con cái theo đúng hướng.

Chúng tôi khám phá ra năm loại nhu cầu cảm xúc chính thúc đẩy hoặc xui khiến những quyết định và hành vi của trẻ. Đó là:

Nhu cầu cảm xúc 1 và 2:

Được yêu thương và được chấp nhận

Một trong những nhu cầu cảm xúc mạnh mẽ nhất của bọn trẻ (và cả người lớn chúng ta nữa) là mong muốn tha thiết được yêu thương và được chấp nhận hoàn toàn như chúng vốn thể chứ không buộc phải cố làm như thế. Sâu thẳm tận đáy lòng, tất cả mọi người, già cũng như trẻ, đều khao khát nhận được tình thương yêu và sự chấp nhận của những người xung quanh ta, mà trước hết là những người thân trong gia đình.

Chính những nhu cầu thiết yếu này tạo thành động lực thúc đẩy bọn trẻ tham gia vào các nhóm bạn bè, tuân theo các quy tắc xã hội, phát triển tình bạn, quan hệ với bạn khác giới và bắt chước những khuôn mẫu hành xử của người khác.

Cái gì tạo nên một đứa trẻ tích cực, vui vẻ và nhiệt tình? Đó là “bể yêu thương” tràn đầy

Nhà tâm lý học nổi tiếng, Tiến sĩ Gary Chapman, trong quyển sách của mình có tựa đề “Năm Ngôn Ngữ Yêu Thương” (The Five Love Languages), đã nói rằng mỗi người chúng ta đều có một “cái bể chứa đựng những yêu thương”. Khi đứa trẻ được ủ trong không khí dạt dào tình thương và luôn nhận được sự chấp nhận của những người xung quanh, bể yêu thương của nó sẽ luôn ĐẦY ẦM ẮP.

Những đứa trẻ với bể yêu thương ĐẦY ẦP này luôn có cảm giác tự hào về bản thân, ý thức được giá trị của mình và tin vào bản thân mình. Chính điều này sẽ giúp chúng trở nên vui vẻ, tích cực và hăng hái.

Bể yêu thương khô cạn sẽ dẫn đến những vấn đề về hành vi

Khi một đứa trẻ không cảm nhận được tình yêu thương và phải liên tục nhận những lời phản đối, la rầy hay chỉ trích, bể yêu thương trong chúng sẽ trở nên khô cạn. Những đứa trẻ kém may mắn này dần dần có thái độ bất mãn, tiêu cực và dửng dưng với nỗi đau của người khác. Thái độ này sẽ dẫn đến đủ loại hành vi có vấn đề như kết băng đảng với lũ bạn xấu (để có cảm giác mình quan trọng hơn trước mắt người khác), chơi bời lêu lổng (để khóa lấp cái bể khô cạn trong lòng) hoặc bàng quan với hầu hết mọi sự trong cuộc sống hàng ngày, *“Sao tôi phải quan tâm? Dù sao thì cũng đâu có ai thèm biết đến tôi cơ chứ?”*

Báo động cấp 1: Bể yêu thương của con bạn có thể cạn kiệt lúc nào không biết

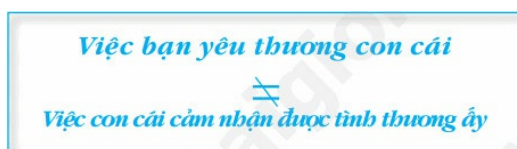
Trong đời mình hầu như tôi chưa từng trao đổi với bậc cha mẹ nào mà không yêu thương con cái, chỉ là mức độ ít hơn hay nhiều hơn thôi. Cả bạn nữa, người mà tôi có thể chưa từng gặp nhưng chỉ riêng việc bạn dành thời gian để đọc quyển sách này đã nói lên điều đó. Oái oăm thay, dù chúng ta cho con cả đại dương tình cảm, vậy mà cái bể nhỏ nhỏ trong lòng chúng vẫn có thể trong tình trạng khô kiệt!

Vấn đề là ở chỗ mặc dù yêu thương con cái, cho con những điều mà mình nghĩ là tốt nhất, nhiều người không biết cách bày tỏ sự quan tâm để con mình cảm nhận được tình thương sâu đậm đó. Bạn hãy nhớ rằng, cách cha mẹ và con cái nhận thức về thế giới rất khác nhau. Những điều mà chúng ta cho con xuất phát từ tình yêu, nhưng dưới ánh mắt của con cái có thể không được nhìn nhận là như thế.



Thực tế cho thấy, trong đa số các trường hợp thường là nhận thức trái chiều. Khi bạn vì sốt ruột trước một biểu hiện sai trái nào của con mà la mắng chúng thì chúng chỉ thấy một điều: sự thất vọng giận dữ của bạn, và suy luận rằng bạn không thương yêu chúng, ghét bỏ chúng. Thậm chí kể cả khi bạn lên tiếng nói rằng bạn yêu thương con, chưa chắc gì chúng đã tin bạn. Chúng chỉ tin vào cái mà chúng thấy là ánh mắt giận dữ và vẻ thất vọng trên khuôn mặt bạn. Tiếc thay, sự thất bại trong việc bày tỏ tình cảm của bên cho và việc giải mã ký hiệu của bên nhận thường là mấu chốt trong hầu hết những vấn đề nảy sinh trong quan hệ giữa cha mẹ và con cái.

Vậy nên



Thật ra, cái gì thường làm cạn bể yêu thương trong con bạn?

Nhiều phụ huynh vô tình làm những việc hoặc nói những lời mà họ nghĩ là biểu lộ tình thương yêu quan tâm của mình. Nhưng thật không may, chính những việc này lại làm cạn bể tình yêu trong con cái, khiến chúng cảm thấy mình không được yêu thương, không được chấp nhận, thậm chí bị ghét bỏ.

1. So sánh con với anh/chị/em hoặc đứa trẻ khác

“Sao con không giữ phòng ốc gọn gàng như chị con?”

“Thằng Tom vừa được nhận giấy khen, còn con thì sao?”

“Anh con chăm chỉ học hành thế mà con ...”

Nghe những lời này, trẻ có xu hướng nghĩ rằng, *“À thì ra mẹ thương chị hơn mình nhiều. Mình không phải là đứa con ngoan mà cha mẹ mong muốn. Chắc họ chỉ ước gì mình là một người khác. Họ không chấp nhận con người của mình”*.

2. Chỉ trích và “vạch lá tìm sâu”

Nhiều phụ huynh cố gắng thay đổi hành vi của con bằng cách liên tục chỉ trích hành vi của chúng hoặc bới móc lỗi lầm của chúng.

“Con bị cái gì vậy?”

“Sao con không thể làm tốt được việc gì cả?”

“Sao con lúc nào cũng quên trước quên sau?”

“Vấn đề của con là con không chịu nghe lời người lớn!”

“Con chẳng chịu giúp mẹ việc nhà gì cả. Sao con lúc nào cũng thế?”

Hiển nhiên, cách thức này không những khiến trẻ cảm thấy không được yêu thương, bị phủ nhận sạch trơn mà lâu dần sẽ khắc sâu trong chúng cảm giác về sự vô dụng, tệ hại của bản thân.

3. Đánh đòn và mắng chửi

Không cần phải nói bạn cũng biết, đánh đập (thượng cẳng chân hạ cẳng tay hoặc dùng đòn roi) cũng như chửi mắng và dán cho con cái những cái nhãn tệ hại như “đồ vô dụng”, “đồ ngu như con heo”, “đồ hư hỏng”... là biện pháp rút kiệt bể yêu thương của con bạn mạnh nhất, ví như cái máy bơm một trăm mã lực.

Báo động cấp 2: Khi con trẻ không cảm thấy được cha mẹ yêu thương và chấp nhận, chúng thường đi tìm điều đó ở nơi khác có thể không tốt cho chúng

Điều nguy hiểm nhất là khi bọn trẻ cảm thấy chúng không được chấp nhận và yêu thương trong chính gia đình mình, chúng sẽ có khuynh hướng tìm kiếm điều đó ở những nơi khác, chẳng có gì đảm bảo là tốt cho chúng.

Nhu cầu được yêu thương và chấp nhận là nhu cầu đứng thứ ba trong thang bậc nhu cầu cơ bản của con người đã được nhà tâm lý học Maslow lập ra. Nó chỉ đứng sau nhu cầu vật chất về cái ăn cái mặc và nhu cầu về sự an toàn. Vì thế, một khi không được thỏa mãn cảm giác được yêu thương và chấp nhận, trẻ sẽ có khuynh hướng đi tìm điều đó ở bất cứ đâu, kể cả khi việc đó gây hại cho chúng. Nhu cầu lấp đầy bể yêu thương xui khiến, rủ rê bọn trẻ tham gia vào các băng nhóm xấu, trở thành nạn nhân của những tệ nạn xã hội như ma túy, quan hệ tình dục trong tuổi vị thành niên, và bị lôi kéo vào những con đường lầm lạc, tha hóa.

Trong chương kế tiếp, chúng tôi sẽ hướng dẫn bạn cách bày tỏ tình yêu thương và sự bao dung với con trẻ để làm đầy bể yêu thương của con cái, giúp chúng biết đánh giá đúng bản thân mình và gây dựng mối quan hệ gắn bó, bền vững với chúng. Thậm chí bạn còn biết được cách khiển trách và kỷ luật con cái trong khi vẫn làm cho chúng cảm nhận và đánh giá đúng tình cảm thật sự mà bạn dành cho chúng.

Nhu cầu cảm xúc 3 và 4:

Cảm thấy mình quan trọng và được nhìn nhận

Bên cạnh nhu cầu được cảm thấy yêu thương và chấp nhận, bọn trẻ còn có một khao khát mãnh liệt là được cảm thấy mình quan trọng và được người khác đánh giá, nhìn nhận đúng. Tất cả mọi đứa trẻ đều khao khát trở thành “một ai đó” chứ không phải “không có ký lô” nào cả.

Nhu cầu được cảm thấy mình quan trọng và được nhìn nhận là nguồn lực thúc đẩy bọn trẻ giúp đỡ người khác, tình nguyện làm công tác xã hội, đạt điểm tối đa, tham gia các cuộc thi đấu và giành vị trí đứng đầu. Nhưng chỉ cần chệch đi một chút, nó cũng đẩy nhiều đứa trẻ vào hành vi phá phách, ngỗ ngược, thậm chí nổi loạn. Khi chúng tôi tổ chức khoá học “Thiếu Nhi Siêu Đẳng” và “Tôi Tài Giỏi, Bạn Cũng Thế!”, có hàng trăm học viên cũ tình nguyện làm trợ lý cho huấn luyện viên để giúp đỡ đào tạo lớp học sinh mới.

Nhiều phụ huynh thắc mắc với tôi về hiện tượng con mình “việc nhà thì nhác, việc chú bác thì siêng”. Chẳng là con họ vui vẻ hy sinh năm ngày nghỉ hè quý giá để xung phong hỗ trợ chương trình, làm việc cần mẫn từ tám giờ sáng đến 12 giờ khuya mỗi ngày (công việc đòi hỏi cố gắng rất cao) trong khi chúng không thèm bỏ ra nửa tiếng để quét dọn phòng mình.

Lý do rất rõ ràng (tôi biết rõ là vì trước đây tôi cũng từng như thế), với tư cách là trợ lý huấn luyện cho các khoá học, những cô cậu “vác tù và hàng tổng” này được đàn em mới tham gia khóa học tôn trọng và ngưỡng mộ. Là người có trách nhiệm với đàn em ngây thơ, chúng cảm thấy mình cực kỳ quan trọng và được đánh giá cao. Ngoài ra, văn hóa công ty chúng tôi được xây đắp trên tinh thần xây dựng và nâng đỡ mọi người không hề có sự phân biệt, nên bất kể ai tới đây cũng đều có cảm giác được mọi người yêu thương và công nhận hoàn toàn.

Vậy thì vấn đề là ở chỗ các bậc cha mẹ ít khi làm cho con cái cảm thấy chúng quan trọng và được công nhận trong gia đình. Ngược lại, nhiều khi họ còn vô tình khiến con cái cảm thấy chúng nhỏ bé và kém cỏi qua những biện pháp trách phạt và những lời quy kết nặng nề: *“Khiếp con có thói quen sinh hoạt lề mề như một bà già”, “Con ở dơ như heo!”*, *“Thiên hạ sẽ nghĩ thế nào khi cầm học bạ của con?”...*

Thay vì cảm thấy mình quan trọng để bắt tay vào làm những việc cha mẹ muốn, con bạn đã có cảm giác thua cuộc (bỏ cuộc) ngay trước khi bắt đầu và để bạn là người chiến thắng. Và bởi vì thường thì bọn trẻ không thích bị sai bảo (nhu cầu cảm xúc thứ năm), chúng sẽ tiếp tục tình trạng trì trệ, không học hành cũng chẳng làm việc nhà phụ cha mẹ.

Cái mà bạn mang lại cho con là cảm giác “quan trọng” hay “chẳng là gì cả”?

Đa số bọn trẻ không thích đi chơi với gia đình hay làm việc nhà đơn giản bởi vì chúng không cảm thấy mình được đánh giá cao hay là người không thể thiếu trong công việc đó. Một số đứa trẻ cảm thấy mình thật bé mọn và tội nghiệp khi cha mẹ luôn sai bảo chúng, chỉ trích ý kiến chúng đưa ra, đánh giá thấp việc chúng làm và so sánh chúng với người khác.

“Ăn ngay đi!”, “Đi học bài ngay!”, “Mặc áo lạnh vào!”

“Con phải làm những gì mẹ bảo.... Vì mẹ là mẹ của con!”

“Con chỉ được cái giỏi làm những chuyện ngu ngốc!”

“Tóc tai gì mà bù xù như tổ quạ...lấy lược chải lại đi”

Những bậc cha mẹ thành công trong vai trò của mình biết cách “nâng cấp tinh thần” cho con cái, khiến chúng hào hứng học tập và nhiệt tình phụ giúp việc nhà. Họ cũng biết được những chiêu thức giúp mấy cô cậu tuổi teen cảm thấy mình là người hoàn toàn không thể thiếu khi tham gia vào công việc hoặc sinh hoạt chung của gia đình.

Chúng tôi dạy con gái Kelly của mình như thế nào?

Hãy để tôi chia sẻ với bạn biện pháp mà vợ tôi dùng để dạy con gái lớn của tôi hòa thuận và chia sẻ đồ chơi của nó với đứa em nhỏ.

Chúng tôi phát hiện ra lý do chính khiến những anh/chị lớn thường có xu hướng bắt nạt đứa em nhỏ là vì tất cả những yêu thương và quan tâm mà chúng từng được hưởng trọn vẹn giờ bị chia bớt sang đứa em và thường thì đứa em được hưởng nhiều hơn. Từng là nhân vật “duy nhất, quan trọng nhất”, giờ chúng lại có đối thủ cạnh tranh sự quan tâm của cha mẹ.

Vì vậy, cách duy nhất giúp con gái lớn của tôi hòa thuận với em gái nó là tiếp tục làm cho Kelly cảm thấy mình rất quan trọng và luôn nhận được sự quan tâm của cả cha lẫn mẹ. Vợ chồng tôi thường xuyên nói với cô bé rằng, *“Vì con là chị lớn, con có trách nhiệm chăm sóc em, dạy em cách cư xử đúng mực và dạy em học đánh vần”*. Phương pháp này hiệu quả đến không ngờ! Để xứng đáng với “vị trí quan trọng” của mình, Kelly thật ra đáng người chị tận tình chăm sóc em nhỏ. Có lần vợ tôi chưa kịp nhắc nhở đứa em vì tội quăng đồ chơi bừa bãi thì Kelly đã chạy đến giúp em sắp đặt gọn gàng.

Một lần nữa, khao khát được công nhận của trẻ mãnh liệt đến mức chúng có thể làm bất cứ chuyện gì để được cha mẹ nhìn nhận. Nếu không được công nhận một cách đúng mức, chúng sẽ tìm kiếm điều này ở những nơi mà cha mẹ khó bề kiểm soát nổi.

Chắc bạn còn nhớ một thời báo chí đăng tin ầm ĩ về trường hợp sinh viên Cho Seung-Hui ở trường US Virginia Tech (Mỹ) đã bắn chết 32 sinh viên vào ngày 16 tháng 4 năm 2007. Cái gì đã xô đẩy một sinh viên có học làm chuyện điên rồ mất hết nhân tính như vậy? Có giả thuyết cho rằng hấn làm việc đó đơn giản là vì nhu cầu được nhìn nhận và trở nên quan trọng của hấn quá bức bách. Trong cuộc sống yếm thế ở nhà và ở trường, hấn cảm thấy mình chẳng có “kilôgram” nào đối với những người chung quanh. Nhu cầu này ngày một lớn lên đẩy hấn đến chỗ bất chấp tiếng nói của nhân tính mà xả súng giết người hàng loạt và cuối cùng cướp đi mạng sống của chính mình. Có lẽ trong tâm trí của Cho Seung-Hui lúc ấy chỉ có một điều: thà chết với tội ác ngàn năm không rửa được còn hơn sống mà không được ai biết tới.

Nhu cầu cảm xúc thứ 5:

Độc lập và tự khẳng định chính mình

Nhu cầu cảm xúc thứ 5 của tất cả mọi đứa trẻ (đặc biệt là thiếu niên) là nhu cầu được cảm thấy mình là một cá thể độc lập, không bị phụ thuộc. Trong quá trình lớn lên, trẻ có nhu cầu bắt

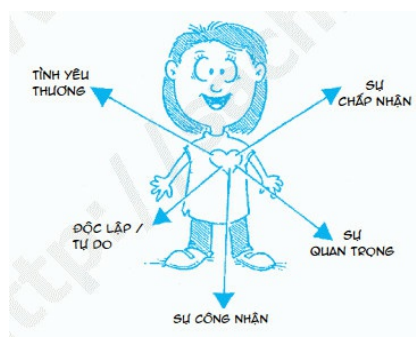
đầu xác định cho mình một danh tính, vì vậy chúng cố gắng tách dần ra khỏi vòng ảnh hưởng của cha mẹ. Quá trình trở thành người lớn này tạo ra nhu cầu về TỰ DO và ĐỘC LẬP.

Đó là lý do tại sao ở tuổi teen, các cô bé cậu bé không thích bị sai bảo, rằng con phải làm cái này cái nọ, nghĩ như thế này thế kia. Chúng cảm thấy chỉ có những đứa miệng còn “hơi sữa” mới ngoan ngoãn nghe theo lời cha mẹ, còn người lớn và “ngầu” như mình thì quyết không phải là đồ “bám váy mẹ”. Việc nghe theo lời khuyên của cha mẹ (dù chúng vẫn biết đó là những lời khuyên đúng đắn) khiến chúng cảm thấy hình như mình chưa đủ lớn. Và vì không biết làm gì hơn, chúng tìm cách khẳng định bản thân bằng việc phớt lờ lời khuyên của cha mẹ hay làm điều ngược lại. Việc này lý giải tại sao bọn trẻ thường nghe theo lời bạn bè hay người cậu, người dì hơn là lời cha mẹ chúng.

Khi bạn dùng cách nói như *“Ba muốn con ...”* hay *“Con phải...”*, chúng cảm thấy tự do của mình bị co lại một cách đáng kể và rằng chúng không được phép sống cuộc đời của mình. Khi bị ép buộc phải học cái này, làm việc kia mà không có cơ hội lựa chọn, không được phép suy nghĩ cho bản thân, chúng có thể tỏ thái độ bất cần đời hoặc nổi loạn.

Vậy phải chăng chúng ta không nên khuyên bảo hoặc để mắt đến mọi hành vi của con trẻ? Hay là cha mẹ nên tạo cho con một khoảng không gian tự do tuyệt đối, cho phép chúng muốn làm gì thì làm? **DĨ NHIÊN LÀ KHÔNG!** Là cha mẹ, chúng ta có trách nhiệm dìu dắt, hướng dẫn con cái không để chúng mắc phải những sai lầm, trong đó có cả những sai lầm không thể cứu vãn nổi. Và may thay, vẫn có những phương pháp giúp người làm cha mẹ hướng dẫn con cái có lựa chọn đúng đắn mà không cần phải RA LỆNH hay CAN THIỆP quá sâu vào cuộc sống của chúng.

Những bậc cha mẹ thành công nắm được bí quyết gây ảnh hưởng tốt đến hành vi của trẻ mà không đưa ra những lời khuyên giáo điều ép buộc. Khi trẻ cảm thấy chúng học và làm việc là cho bản thân mình chứ không phải cho bất cứ ai khác (kể cả cha mẹ), chúng sẽ cảm thấy dồi dào sinh lực hơn và có động lực tốt hơn. Bạn sẽ có được những bí quyết này sau khi đọc xong chương sáu.



TẠI SAO TRẺ KHÔNG VÂNG LỜI CHA MẸ?

Từ những gì biết được về năm nhu cầu thiết yếu trong tình cảm của trẻ, chúng ta thấy rõ ràng hơn lý do tại sao nhiều bậc cha mẹ gặp khó khăn trong việc kêu gọi trẻ hợp tác toàn diện với mình. Đó là vì họ vô tình phạm phải những sai lầm trong việc đáp ứng nhu cầu tình cảm của trẻ, như nhu cầu về tình yêu thương, sự chấp nhận, tầm quan trọng và tính độc lập. Một khi đời sống tình cảm của trẻ không đạt đến độ hài hòa nhất định, trẻ sẽ không có cách hành xử tốt và khó mà đạt được kết quả tốt.

Một trong những câu hỏi phổ biến mà các bậc cha mẹ thường đặt ra cho chúng tôi là, *“Tại sao khi con trai tôi còn nhỏ, nó làm theo những gì tôi nói? Bây giờ lớn hơn, bạn bè bảo sao thì cứ nghe răm rắp”*.

Bây giờ tôi hy vọng chính bạn đã có trong tay câu trả lời rồi. Đó là vì ở giữa đám bạn bè, trẻ luôn có cảm giác mình được đón nhận với đúng con người mình. Đó là chưa kể, trong tuổi thơ hồn nhiên trong trẻo của chúng có thứ tình bằng hữu giống như “tình anh em” hay “tình chị em” có sức mạnh và tuổi thọ kéo dài suốt đời người. Để được một người bạn hay đám bạn chấp nhận, nhiều em tình nguyện tuân theo bất kỳ luật lệ hay quy định gì, bất kể điều đó có hợp với đạo lý hay không. Với những đặc điểm tâm sinh lý của tuổi mới lớn, nhiều em coi việc dám thách thức lại những điều cấm của người lớn như hút thuốc, ăn cắp vặt, chửi thề, đua xe hay ăn hiếp kẻ khác là “ngầu”, là “chịu chơi”, hoặc thậm chí là “anh hùng”. Tất cả những biểu hiện này, dưới góc độ tâm lý, chẳng qua là để thỏa mãn một nhu cầu mạnh mẽ muốn trở thành người quan trọng, muốn được mọi người chung quanh nhận biết mà thôi.

Mặt khác, nhiều đứa trẻ không chịu nghe lời phụ huynh vì cha mẹ chúng thường khiến chúng cảm thấy tồi tệ và thường áp đặt chúng phải làm điều gì đó theo chủ ý của họ. Điều này vô tình làm nảy sinh tâm lý phản kháng vô thức, chúng cảm thấy nếu cứ nhất nhất nghe theo cha mẹ tức là chúng thua trong khi các bậc phụ huynh thắng. Chúng cảm thấy mình bé mọn, chẳng có gì quan trọng, giống như một con tốt đen trong tay cha mẹ. Nhưng một khi dám nổi loạn bất chấp hậu quả thì chúng lấy lại được ý nghĩ quan trọng về mình, và trong trận này chúng đã thắng: *“Thấy chưa, mình chỉ bỏ nhà đi một hôm là ông bà già đã mất ăn mất ngủ ngay”*.

Từ kinh nghiệm thực tế trong đào tạo và huấn luyện hàng trăm ngàn học sinh trong 15 năm qua, chúng tôi rút ra được kết luận rằng những đứa trẻ tự tin, có bản lĩnh không dễ bị bạn bè lôi kéo và kẻ xấu dụ dỗ. Đó cũng là những đứa trẻ thật sự cảm thấy được cha mẹ đón nhận,

yêu thương, công nhận vai trò quan trọng của chúng trong cuộc sống, và tôn trọng sự độc lập tự chủ của chúng. Bởi vì chúng tự hào về bản thân và cảm nhận trọn vẹn tình thương yêu của gia đình, nên chúng không cần phải đi tìm sự công nhận từ nơi khác và dễ dàng nói “không” với những cám dỗ từ bên ngoài.

Chỉ khi nào thỏa mãn năm nhu cầu cảm xúc quan trọng của trẻ, bạn mới có ảnh hưởng tích cực tới suy nghĩ và hành vi của chúng

Nếu muốn con cái lắng nghe chúng ta và có động lực để làm những việc đúng đắn cho bản thân mình, chúng ta phải biết cách khai thác sức mạnh của năm nhu cầu cảm xúc, được ví như năm “nút bấm cảm xúc” này. Chỉ khi chúng ta có thể đem lại cho con cái cảm giác được yêu thương, chấp nhận, trở nên quan trọng và được tự chủ thì chúng ta mới có thể khiến chúng hợp tác với mình trong hầu hết mọi chuyện.

Tôi đã cảm hóa một kẻ gây rối thành một cộng sự như thế nào?

Sức mạnh của việc khai thác, tận dụng năm loại nhu cầu cảm xúc chính là một trong những phương pháp mà tôi sử dụng nhiều nhất để có được sự hợp tác từ những học sinh được xem là bất trị. Vài năm trước, tôi nhận trách nhiệm đào tạo một lớp học gồm nhiều học sinh kém ở một trường phổ thông tại Singapore.

Lần đó, có một nhóm khoảng năm em cứ nói chuyện rào rào như bắp rang trong suốt buổi học. Mặc dù tôi đã nhiều lần nhắc nhở chúng giữ yên lặng và tập trung vào hoạt động của lớp, chúng vẫn phớt lờ tiếp tục phá ngang. Từ lâu tôi đã để ý thấy trong mỗi băng nhóm học sinh luôn có một “đại ca” ảnh hưởng tới cả nhóm. Lần này tôi biết, nếu mình thu phục được đứa đầu sỏ trong nhóm đó (một cậu học sinh quậy phá tên là Jonathon) thì chẳng còn vấn đề gì với những đứa còn lại, chúng sẽ nghe theo răm rắp. Thế là tôi quyết định sử dụng một chiêu mới.

Giữa buổi học, tôi cho cả lớp nghỉ giải lao nhưng lại bảo Jonathon rằng tôi muốn nói chuyện với cậu. Jonathon tỏ thái độ thách thức ra mặt, có lẽ cậu nghĩ tôi sẽ trách mắng cậu vì đã đầuêu gây mất trật tự trong suốt buổi học.

Thay vào đó, tôi đã làm một việc mà cậu hoàn toàn không nghĩ tới. Tôi mỉm cười thân thiện và nói rằng tôi muốn hỏi cậu một vấn đề rất quan trọng. Cậu trai tỏ vẻ bối rối, thậm chí còn bất ngờ hơn khi tôi nói muốn mời cậu đi uống nước để nói chuyện. Tôi đối đãi với cậu như với một người bạn cũ khi dẫn cậu đến căn tin dành cho giáo viên để uống nước và chuyện trò.

Tôi bắt đầu bằng những câu hỏi thể hiện sự quan tâm và tò mò, *“Thầy để ý thấy các bạn em*

tôn trọng em như một anh hai. Hình như chúng nghe theo những gì em nói. Nay khả năng lãnh đạo của em từ đâu mà có vậy?”. Cậu ta ngớ người ra ấp úng, “Tài lãnh đạo? Em ... em có khả năng lãnh đạo?”. “Đúng thế! Em là một nhà lãnh đạo bẩm sinh” - tôi trả lời khá thành thật - “Và em có tiềm năng trở thành một nhà lãnh đạo thành công”. Cậu ta chỉ còn biết nhìn tôi với ánh mắt sững sờ, kinh ngạc.

Sau đó tôi bồi thêm, *“Jonathon à, thầy muốn nhờ em giúp thầy một việc”*. Jonathon vẫn chưa hết kinh ngạc, có lẽ cậu đang tự hỏi một nhà huấn luyện nổi tiếng mà cũng có việc phải nhờ tới cậu giúp hay sao. Thế là tôi thành thật bảo rằng, để có thể chia sẻ kiến thức và hiểu biết của tôi cho các bạn trẻ trong lớp, tôi cần tất cả tập trung vào bài học. *“Thầy biết rằng các bạn ấy sẽ không nghe thầy khi thầy nhắc nhở giữ trật tự, nhưng các bạn ấy lại chịu nghe em vì chúng thật sự tôn trọng em. Em có nghĩ là mình có thể nhắc nhở các bạn tập trung hơn không? Thầy cần em giúp đỡ”*.

Việc làm của tôi đã làm cho cậu học trò ngỗ ngược cảm thấy tự hào về bản thân (có tài lãnh đạo, được bạn bè tôn trọng) và có cảm giác mắc nợ tôi (được chính thầy mời đi uống nước như người lớn cơ mà). Thế là cậu trả lời *“Em sẽ cố hết sức”*. Không còn phải nghi ngờ gì nữa, khi buổi học tiếp tục, cái nhóm ồn ào của cậu ngồi im như thóc. Tôi liếc thấy khi có ai nói chuyện, cậu còn nhắc nhở người đó giữ im lặng.

Tại sao cách xử lý của tôi lại ứng nghiệm đến vậy? Đa số người thầy trong trường hợp ấy thường sẽ làm ngược lại, họ ra oai quát mắng những đứa trẻ gây nhiễu loạn trong lớp học. Việc mắng mỏ công khai thường chỉ tạo ra sự chống đối ngầm ngấm hoặc lộ liễu, thậm chí cả hành vi nổi loạn của những học sinh cá biệt. Tôi thì lại làm cho cậu ta oai phong凛冽, được thầy giáo công nhận phẩm chất lãnh đạo và cần đến sự giúp đỡ cơ mà. Thế là tôi “điểm trúng huyệt” cu cậu và Jonathon trở thành một học sinh gương mẫu.

Từ một thiếu niên phạm pháp thành một trợ lý huấn luyện viên xuất sắc

Cho phép tôi kể bạn nghe một ví dụ còn có sức thuyết phục hơn về việc cha mẹ hay giáo viên có thể kích hoạt những “nút bấm cảm xúc” của thiếu niên và giải phóng tiềm năng của chúng như thế nào. Có lần tôi đã thực hiện việc “bấm nút” này thành công đến mức biến một tội phạm vị thành niên trở thành một trong những trợ lý chương trình xuất sắc nhất của tôi.

Việc xảy ra như thế này. Khoảng hai năm trước, mẹ của Marcus (tên đã được thay đổi để đảm bảo sự riêng tư) ép cậu tham dự khóa học “Tôi Tài Giỏi, Bạn Cũng Thế!”. Vào thời điểm đó, mẹ cậu đau đầu không biết phải làm sao để đưa con trai bất trị vào khuôn phép. Cậu chơi

game tối ngày và chỉ trở về nhà lúc gần nửa đêm. Marcus bỏ ngoài tai mọi lời van lơn hay rầy la của mẹ, nhưng chỉ cần bạn gọi một tiếng là vội vàng làm tất cả mọi chuyện cho chúng. Giọt nước cuối cùng tràn ly khi cậu bị bắt vì tội ăn cắp vặt cùng bạn (chỉ là một hành vi đua đòi vì gia đình cậu rất khá giả). Thế là mẹ cậu chẳng còn biết làm gì khác ngoài việc gửi gắm cậu cho tôi như một kẻ sách cuối cùng.

Khi tiếp xúc với Marcus, tôi nhận thấy bên trong cậu bé lêu lổng đua bạn đua bè này là một tâm hồn nhiệt tình, hồn hậu nhưng đang lầm đường lạc lối. Rõ một điều, cậu ghét trở về nhà vì mẹ cậu vừa thoáng thấy bóng con đã lên tiếng chỉ trích, than phiền, la mắng nếu không thì cũng khóc lóc, kêu ca. Cứ như thế, cậu dần dần cảm thấy mình là người thừa trong nhà và không được chấp nhận. Vốn bản tính hiếu động, năng nổ, cậu không biết làm sao thỏa mãn được nhu cầu trở thành người quan trọng trong mắt người khác. Và đó là lý do tại sao với bạn bè, cậu được đề cao vì bao giờ cậu cũng “xả láng” với chúng, còn nói về game thì cậu vang danh là một game thủ siêu hạng.

Cùng với những điều thu hoạch được từ khóa học, Marcus bắt đầu thay đổi nhận thức về cuộc sống và bản thân. Cậu bắt đầu trở nên tự tin và có ý thức tôn trọng bản thân hơn. Cậu cũng làm quen và kết thân với những người bạn mới – những người bạn có niềm tin mạnh mẽ và mục tiêu rõ ràng trong cuộc sống. Ngoài ra, còn có một điều tác động tích cực đến quá trình thay đổi này, mẹ cậu cũng tham dự vào chương trình đào tạo dành cho phụ huynh và nhận ra tầm quan trọng của việc hiểu được cảm xúc của cậu con trai cũng như bồi đắp lòng tự trọng trong cậu.

Những gì diễn ra sau khóa học thật tuyệt vời. Marcus thể hiện một sự chuyển biến ngoạn mục, cậu biết đánh giá cao sự quan tâm của mẹ và nghe lời bà hơn. Cậu quyết định dành thời gian nhiều cho việc học và kiên quyết từ bỏ thói quen chơi điện tử.

Được biết về sự tiến bộ vượt bậc của cậu, tôi đã mời Marcus làm trợ lý cho các huấn luyện viên của tôi. Đứa trẻ từng có một thời “oanh liệt” trên đường phố ngày nào giờ được giao vai trò tư vấn và khích lệ những học sinh mới. Khi Marcus được giao nhiệm vụ giúp đỡ những học sinh khác thành công, cậu cực kỳ phấn chấn và tự hào về bản thân mình. Lần đầu tiên cậu biết thế nào là vui sướng và hãnh diện khi một trong những cha mẹ của học viên đã tìm tới trường cảm ơn cậu vì cậu đã giúp con trai họ thay đổi.

Từ bấy đến nay, Marcus đã làm trợ giảng cho các khóa đào tạo của chúng tôi sáu khóa, mỗi khóa kéo dài năm ngày. Cậu tình nguyện làm việc cật lực trong những ngày nghỉ để giúp những

thiếu niên khác cũng có sự biến chuyển như cậu.

Câu chuyện của Marcus là thế. Đôi khi chỉ vài động tác nhỏ cũng làm thay đổi cả một con người. Bạn có thể sử dụng phương pháp này như thế nào để thay đổi con cái theo chiều hướng tốt hơn? Bạn sẽ có được câu trả lời trong chương tiếp theo. Bạn cũng sẽ tìm hiểu và nắm được những bước cụ thể giúp con bạn vui vẻ hợp tác với cha mẹ. Chúng ta hãy bắt đầu học cách làm đầy bể yêu thương trong mỗi đứa trẻ, bạn nhé!

CHƯƠNG 6

KHOI DẬY VÀ NUÔI DƯỠNG LÒNG TỰ TRỌNG SỰ TỰ TIN NƠI CON TRẺ

Mơ ước lớn nhất của tất cả các bậc cha mẹ là được thấy con mình lớn lên sống một cuộc đời hạnh phúc và thành công. Hẳn ai cũng biết rõ rằng thành tích học tập ở trường không phải là điều kiện cần và đủ để trẻ thành công trên đường đời. Trong cuộc sống ta gặp không thiếu gì người tài trí với những tấm bằng chói lọi nhưng họ vẫn thất bại trong cuộc sống như thường. Có lẽ cái họ thiếu là niềm tin vào bản thân để theo đuổi ước mơ và vượt qua mọi khó khăn trở ngại. Những phẩm chất này chỉ có thể có được từ lòng tự trọng cao và ý thức về giá trị của mình.

Trong các khóa đào tạo dành cho tuổi teen, chúng tôi luôn nhấn mạnh rằng lòng tự trọng của các em chính là nền tảng cho thành công của chúng trong tương lai. Đạt được điểm 10 tuyệt đối ư, cũng chẳng có ích gì nếu bạn không đủ tự tin để khai thác hết khả năng của mình và để áp dụng một cách linh hoạt và hiệu quả mớ kiến thức học được trên ghế nhà trường và trong sách vở. Điều đáng buồn là nhiều đứa trẻ rất thông minh nhưng lại hết sức tự ti, không biết rõ giá trị của mình, điều này đặc biệt đúng với những trẻ em đến từ nền văn hóa Á Đông.

Mỗi năm, chúng tôi góp phần đào tạo hàng chục ngàn trẻ em đến từ khắp nơi trên thế giới và sự khác biệt trong mức độ tự tin giữa những đứa trẻ thuộc các nền văn hóa khác nhau là rất đáng kể. Ví dụ, ở Việt Nam và thậm chí cả Singapore, rất ít bàn tay giơ lên khi thầy giáo kêu gọi học sinh đặt câu hỏi hay trả lời câu hỏi. Nhiều em có tâm lý sợ “nổi bật” trong đám đông hay sợ phạm lỗi nên thường án binh bất động. Trái lại, các học sinh Âu – Mỹ lập tức giơ tay ngay khi chúng biết câu trả lời, và không ngại đặt ra những câu hỏi có thể bị cho là “ngớ ngẩn”. Ngay trong ngôi trường nổi tiếng thế giới như NUS (National University of Singapore) thì thường là sinh viên các nước Âu - Mỹ hăng hái phát biểu ý kiến chứ không phải là sinh viên Châu Á.

Đó là một trong những lý do chính giải thích tại sao những công việc quan trọng hàng đầu

ở các công ty đa quốc gia thường được giao vào tay người phương Tây. Thiên hạ dựa vào hiện tượng đó mà cho rằng người Âu – Mỹ nói chung sáng tạo hơn, năng động hơn và giao tiếp tốt hơn.

Chúng ta biết chắc rằng người Châu Á cũng có năng lực, cũng thông minh tài giỏi không kém gì người Âu, người Mỹ, thậm chí tôi tin rằng, người Á Đông chúng ta còn chăm chỉ làm việc hơn; chỉ khác nhau ở chỗ, chúng ta không đủ tự tin để tiếp thị bản thân tốt như những người bạn phương Tây. Kết quả là chúng ta có chiều hướng bị rớt lại trên con đường giành những công việc tốt hoặc lợi thế trong thương trường.

Trong những lần tham gia tuyển dụng nhân sự cho một số công ty, một trong những câu hỏi mà chúng tôi đặt ra là, *“Bạn nghĩ mình có đủ khả năng đảm nhiệm vai trò và đáp ứng đòi hỏi của công việc này không?”*. Câu trả lời mà chúng tôi thường nhận được từ những người Châu Á là những câu nói ấp úng, ngập ngừng, *“Ừm... dạ tôi cũng cho là như vậy... tôi sẽ cố hết sức”*. Trong khi ấy, với người Âu – Mỹ, chúng tôi nhận được những câu trả lời quả quyết đồng dục, *“Đi nhiên! Tôi là người thích hợp nhất cho công việc này! Tôi làm việc nhóm rất tốt, biết phối hợp tốt với đồng đội và tôi tin rằng mình có thể đạt kết quả cao...”*. Giả sử những ứng viên này có bằng cấp và thực lực ngang nhau, bạn sẽ chọn người nào? Người khiêm tốn hơn hay người tin vào bản thân hơn? Đáng tiếc, xu hướng tuyển dụng nhân sự ngày nay không đánh giá cao đức khiêm tốn của người dự tuyển mà quan tâm đến sự tự tin và khả năng tiếp thị. (Nếu bạn không thể tiếp thị bản thân tốt thì làm sao có thể hy vọng bạn tiếp thị tốt sản phẩm hay dịch vụ của công ty được!)

Với tư cách là những diễn giả có sức truyền cảm và lôi cuốn người nghe trong khu vực Đông Nam Á, nhóm chúng tôi phát hiện ra rằng chúng tôi là một trong số ít người Đông Á có tiếng tăm trong một lĩnh vực mà người Âu – Mỹ chiếm ưu thế, nếu không muốn nói là áp đảo. Một lần nữa, chúng ta vấp phải một sự thật đáng buồn là nhiều người Châu Á có đủ kiến thức và niềm đam mê để chia sẻ, nhưng lại thiếu đi sự tự tin để đứng lên chinh phục đám đông.

Vì thế, nếu bạn thật sự mong muốn trang bị cho con cái những hành trang cần thiết để thành công trong học đường và cuộc sống, bạn phải bắt đầu bằng cách khơi dậy và nuôi dưỡng lòng tự tin và ý thức về giá trị bản thân nơi con trẻ.

THẾ NÀO GỌI LÀ LÒNG TỰ TRỌNG?

Lòng tự trọng là gì và tại sao nó lại là yếu tố quan trọng trong công thức thành công và hạnh phúc của mỗi cá nhân? Lòng tự trọng là cách mà một người nghĩ và tin rằng mình có năng

lực và xứng đáng nhận được sự quý trọng và thương yêu của những người xung quanh. Nhìn chung, lòng tự trọng khiến trẻ có cảm giác hài lòng, phấn khởi, tự hào về bản thân mình, và đó là tiền đề thúc đẩy chúng đạt được kết quả tốt hơn. Trẻ có lòng tự trọng thường là những người đứng ra giải quyết vấn đề, chứ không phải là người tạo ra vấn đề.

Những đứa trẻ có lòng tự trọng cao cảm thấy chúng luôn nhận được tình yêu thương từ người khác và cũng biết quý trọng bản thân mình, một điều hoàn toàn khác với lối sống ích kỉ, tự cho mình là “cái rốn của vũ trụ” của một số kẻ tự đề cao bản thân quá đáng. Những đứa trẻ có lòng tự trọng bao giờ cũng tin tưởng vào khả năng của mình với tinh thần *“Tôi có thể làm được!”*.

Để khơi dậy và nuôi dưỡng lòng tự trọng ở trẻ thì tất cả năm nhu cầu cảm xúc của chúng như được yêu thương, được chấp nhận, cảm thấy mình quan trọng, được công nhận và có sự độc lập đều phải được thỏa mãn. Tất nhiên, bể thương yêu trong lòng chúng bao giờ cũng phải tràn đầy.

Khi một đứa trẻ cảm thấy nó luôn sống trong tình yêu thương chan chứa, nó sẽ học được cách yêu thương bản thân mình đúng nghĩa và sẽ muốn làm những việc tốt nhất cho bản thân. Chúng sẽ có khuynh hướng đặt ra mục tiêu cao, ý thức được giá trị của mình, có tinh thần dám nghĩ dám làm, và... không ngại việc có thể vấp phải sai lầm. Với thái độ “Tôi sẽ làm được!”, chúng có đủ tự tin để làm việc gì cũng làm hết sức mình.

Lòng tự trọng mang đến cảm giác bản thân mình có năng lực và tốt đẹp, xứng đáng được những người xung quanh yêu mến, quý trọng

Khi trẻ có cảm giác tốt đẹp về bản thân mình, chúng thường đạt được kết quả tốt

TÁC HẠI CỦA Đứa TRẺ THIẾU ĐI LÒNG TỰ TRỌNG

Một đứa trẻ thiếu đi lòng tự trọng khó có thể thành công trong việc học tập hiện tại, cũng như trong công việc, cuộc sống sau này. Trẻ thiếu đi lòng tự trọng thường có những biểu hiện sau:

- Luôn có cảm giác tồi tệ về bản thân (*“Tôi ghét con người mình quá”, “Mình là đứa xấu xa, tồi tệ”, “Mình sinh ra đã ngu dốt”, “Mình không đáng nhận được cái gì hết”*)
- Thiếu vắng tình yêu thương và sự chấp nhận của những người xung quanh (*“Dù sao thì cũng chẳng ai thương mình cả”, “Đâu có ai thèm biết đến mình”, “Mọi người ghét bỏ mình”*)

□ Không dám tin vào khả năng của mình, chúng tin rằng những sai lầm và thất bại trong quá khứ đã ấn định cho chúng số phận thất bại mãi mãi (*“Mình không làm được trò trống gì”, “Mình không đủ giỏi giang, không đủ tài năng”*)

Và như vậy, chúng thường có khuynh hướng bộc lộ những hành vi như sau:

1) Không dám đặt ra bất kỳ mục tiêu nào cho bản thân vì không tin rằng mình xứng đáng hay có cơ hội thành công.

2) Rút vào vỏ ốc của mình, không dám tham gia vào bất cứ việc gì vì sợ thất bại, sợ phạm sai lầm và sợ bị người khác từ chối.

3) Dễ chịu tác động từ bên ngoài, vì chúng có nhu cầu cần được người khác nhìn nhận và ủng hộ.

4) Dễ tự ái, dễ bị tổn thương và luôn có thái độ phòng thủ, vì trong thâm tâm chúng không cảm thấy thoải mái hoặc hài lòng về bản thân mình.

5) Tổ thái độ bất cần đời, “Tôi không quan tâm”, bởi vì hơn ai hết, chúng cảm thấy mình vô dụng và bất lực không thể thay đổi được điều gì. Chính cái cảm nhận không thể quản lý cuộc đời mình đã khiến chúng có thái độ chối bỏ tất cả.

6) Có khuynh hướng lảng mạ và coi thường người khác.

Nếu con bạn biểu hiện một số đặc tính này thì đó là dấu hiệu cho biết chúng thiếu đi lòng tự trọng.

NHỮNG VẤN ĐỀ TRONG NUÔI DẠY TRẺ THIẾU LÒNG TỰ TRỌNG

Trẻ thiếu đi lòng tự trọng thường nuôi dưỡng những hình ảnh tiêu cực về bản thân thông qua việc khái quát hóa những hành vi và hậu quả trong quá khứ của mình. Ví dụ, nếu chúng liên tục “ăn ngỗng” trong các bài thi Toán, chúng sẽ dần dần đi đến chỗ định ninh rằng *“Mình dốt Toán đút đuôi con nòng nọc”*. Trẻ chưa đủ trưởng thành về nhận thức để biết rằng chúng bị nhiều điểm 2 môn Toán là vì chúng chưa nắm được các phương pháp học tập đúng đắn hay đơn giản là chưa cố gắng đủ để đạt điểm cao hơn.

Mặt khác, những người bạn trẻ của chúng ta thường đem mình so sánh với các bạn khác, hoặc thậm chí với cả những ngôi sao tuổi teen, ví dụ như trong phim “High School Musical” để

thấy mình không đẹp, không tài, không học giỏi, không mạnh mẽ và không có gì đặc sắc. Đó là những cơ sở sai lầm để chúng tự đánh giá mình thấp kém hơn so với người khác. Nhưng người lớn chúng ta biết rõ rằng mỗi đứa trẻ trên đời đều có nét đáng yêu, có điểm đặc sắc riêng và đều có khả năng trở thành nhân tài nếu biết rõ mình đang sở hữu cái gì và có quyết tâm vươn lên. Tuy nhiên, khi trẻ chỉ thấy những điểm yếu kém so với bạn bè thì cũng là lúc chúng bắt đầu hạ thấp bản thân mình và đánh mất đi lòng tự trọng.

Với tư cách là cha mẹ, chúng ta có “đóng góp” gì trong việc con mình đánh mất lòng tự trọng không? Thật đáng tiếc, câu trả lời là có. Trong nhiều trường hợp, cha mẹ có “công lớn” trong việc khiến cho con cái hạ thấp bản thân mình. Thông thường thì khi cha mẹ có cách hành xử như sau sẽ khiến trẻ củng cố niềm tin tiêu cực rằng, *“Mình thật sự chẳng bằng ai”, “Mình chỉ là đồ bỏ”*.

1. Liên tục chĩa mũi dùi vào những lỗi lầm, những điểm thiếu hụt hơn là những ưu điểm và thành tích của con cái

Đứa trẻ nào cũng có những mặt được và mặt chưa được, cũng như tất cả người lớn chúng ta thôi. Những em thiếu đi lòng tự trọng không phải chỉ vì những mặt yếu kém của chúng, mà còn bởi cha mẹ chúng chỉ thấy toàn những điểm chưa tốt nơi con mình, và thường xuyên nhắc nhở rằng chúng không ổn, chúng kém cỏi ở mặt này mặt kia. Khi con cái có biểu hiện tốt hay những thành công nho nhỏ thì họ lại không nhìn thấy, mà có thấy thì cũng coi là chuyện vặt nên không bỏ công khen ngợi hay động viên lấy một câu. Nhưng họ sẵn sàng làm lớn chuyện những khi trẻ không ngoan, học chưa chăm, có thái độ chưa tốt. Nguyên nhân chính trong việc này là cha mẹ thường kỳ vọng quá cao vào con cái, cho nên nếu trẻ chỉ đạt điểm 8 (trong khi mức kỳ vọng của họ là điểm 9,10) thì đối với họ điều đó chẳng có gì đáng nói cả. Hoặc cũng có một số cha mẹ lo rằng việc khen ngợi con sẽ khiến chúng trở nên kiêu căng tự phụ.

Nhiều học trò của chúng tôi hoàn toàn không có ý thức gì về giá trị của mình, sẵn sàng coi mình là con số không tròn trĩnh. Khi được dịp trò chuyện với cha mẹ của những đứa trẻ này, chúng tôi liền hiểu ra nguồn cơn tại sao. Trả lời câu hỏi của chúng tôi *“Con trai bác thế nào?”*, thường thì những ông bố bà mẹ ấy cứ như chờ được dịp để “xổ” ra nỗi bức xúc trong lòng: *“Ồi giỏi ời, nó lười học nhất hạng,” “Cẩu thả”, “Nói dối”, “Suốt ngày luyện game”, “Thầy giáo cứ mời tôi lên trường suốt”, “Hàng xóm tối ngày mắng vốn tôi về những trò quậy phá của nó”, “Không biết đến bao giờ tôi mới yên thân được đây”...*

Không một ưu điểm nào được nhắc tới. Chắc chắn là trong lúc các bậc phụ huynh tuôn ra

một tràng về những thiếu sót của con mình thì đứa trẻ tội nghiệp đứng gần đó với vẻ mặt chán ngán (vì đã nghe điều đó quá nhiều lần), hay tủi hổ (vì bị kể tội vanh vách trước mặt người lạ), và chỉ muốn “độn thổ” mà trốn đi đâu. Hãy hình dung sắp của bạn oang oang nói ra những lỗi lầm và điểm bất cập của bạn với khách hàng hoặc đồng nghiệp, bạn sẽ cảm giác như thế nào?

Tất nhiên, chúng ta không nên nhắm mắt làm ngơ hoặc bỏ qua mọi lỗi lầm của con cái. Thật sự, chúng ta cần phải góp ý trên tinh thần xây dựng để chúng sửa đổi. Nhưng điều không kém quan trọng là chúng ta cũng cần nhìn nhận và đánh giá cao những mặt tốt và những thành tích mà con trẻ đạt được. Đứa trẻ nào cũng có mặt tốt và mặt chưa tốt; cái được và cả cái chưa được (bản thân người lớn chúng ta cũng thế thôi). Nếu bạn biết cách tập trung và làm đậm lên những mặt tốt, điểm mạnh của trẻ, thì bạn sẽ từng bước giúp chúng phát huy tất cả những mặt tốt của mình, và một khi cái tốt có khuynh hướng khuếch trương lấn át, thì cái chưa tốt sẽ dần dần giảm đi. Và ngược lại.

Viết đến đây tôi nhớ đến trường hợp về một cậu học sinh 13 tuổi tên Mark. Cậu tham gia vào chương trình năm ngày “Tôi Tài Giỏi, Bạn Cũng Thế!” và là một trong những học sinh nhiệt tình và năng động nhất mà chúng tôi từng có.

Trong suốt khóa học, Mark thường xung phong trả lời câu hỏi và thậm chí cậu còn chăm chú ghi chép vào sổ. Vào ngày cuối khóa, cậu chạy đến bên mẹ, hăm hở khoe với mẹ những gì cậu lĩnh hội được và bảo, *“Mẹ ơi, xem con học được những gì này!”* Nhưng người mẹ chỉ nói: *“Sao con viết chữ cầu thả thế?”*. Trước khi tham gia khóa học, Mark rất rụt rè, khép kín và cậu chỉ trở nên cởi mở khi hòa mình vào môi trường tích cực và mang tính khích lệ của chúng tôi. Vậy mà mẹ cậu không nhận ra những thay đổi to lớn của con, chỉ chăm chú vào tiểu tiết (*“Sao con viết chữ cầu thả thế?”*).

2. Chỉ trích , quy tội và “dán nhãn”

Tình hình sẽ còn tệ hơn nữa nếu các bậc cha mẹ chỉ chăm chăm trách mắng, quy kết và thậm chí “dán nhãn” nặng nề khi con trẻ phạm lỗi.

“Lại thế nữa. Sao mà con hay quên đến thế!”

“Lúc nào con cũng vô trách nhiệm như thế đấy à? Biết làm gì với con đây?”

Cách nói như thế hoàn toàn không có tác dụng răn đe hay giúp trẻ sửa chữa lỗi lầm mà chỉ khiến trẻ cảm thấy mình bị cha mẹ hắt hủi, bản thân mình thật tồi tệ, làm nảy sinh và củng cố niềm tin sai lầm về chúng. Đối với một đứa trẻ, bạn càng nhắc nhở rằng nó lười biếng, cầu thả

bao nhiêu thì nó càng tin chắc rằng nó là kẻ lười biếng, cấu thả bấy nhiêu, và trong tương lai sẽ hành xử đúng với những điều nó nghĩ về bản thân mình. Đúng thế, cách nói như vậy không những phản tác dụng mà còn có hại. Tôi mong rằng sau khi nhận thức rõ rằng đó là việc không nên làm, các bậc cha mẹ sẽ điều chỉnh lại cách nói với con trẻ.

3. Hạ thấp thành tích của con cái

Nhiều người trong chúng ta hiểu lầm về đức tính khiêm tốn, cho rằng việc ta nghĩ mình tài giỏi và tự hào về bản thân là biểu hiện thiếu khiêm tốn, vì thế mà ta thường nhún nhường cho rằng, *“Tôi cũng còn nhiều điểm yếu kém lắm”*. Cách nghĩ này có thể ảnh hưởng không tốt đến việc nuôi dạy con. Nếu ai đó khen ngợi đứa con gái giỏi giang của bạn thì bạn thường có phản ứng như thế nào? Ví dụ, nếu có người nói với bạn (trước mặt con bạn) rằng, *“Tôi nghe nói con chị làm bài thi rất tốt, cháu chắc hẳn phải thông minh, chăm chỉ lắm nhỉ?”*, bạn sẽ trả lời ra sao?

.....

Để tôi nói cho bạn một phát hiện nhé: các bậc phụ huynh người phương Tây có khuynh hướng trả lời như sau: *“Vâng ... con tôi chăm học lắm”* hay *“Cám ơn có lời khen, quả thật cháu có nhiều thành tích tốt”*. Một trong những điều có thể nâng cao lòng tự trọng của trẻ em là khi chúng được người khác khen ngợi hay công nhận, nhất là trước mặt cha mẹ mình. Đón nhận lời khen của người khác, cha mẹ càng góp phần củng cố điều đó.

Trong khi ấy, nhiều bậc cha mẹ Châu Á vì tính khiêm nhường kiểu Á Đông mà thường có thói quen bác bỏ lời khen hay chỉ ra những điểm thiếu hụt của con mình, *“Có gì đâu! Nó cũng học thường thôi mà”, “Chắc là do may mắn thôi!”*, *“Chó ngáp phải ruồi ấy mà, chứ nó học hành cũng chênh mảng lắm”*.

Tại sao lại có những cách phản ứng khác nhau giữa hai dạng cha mẹ kể trên thì chắc bạn cũng đã rõ. Văn hóa Á Đông chú trọng vào sự khiêm nhu, khiến mỗi cá nhân lẩn đi trong đám đông. Nhiều bậc cha mẹ đề cao đức khiêm tốn và tin rằng khen ngợi con cái sẽ khiến chúng đâm ra kiêu căng. Cách nghĩ này lợi đâu chưa thấy nhưng dẫn đến hiện tượng nhiều người trẻ tuổi ngày nay mang mặc cảm thấp kém, không có được tư thế thoải mái tự nhiên khi nói về những điểm mạnh cũng như khả năng của mình trước mặt người khác. Trong môi trường học tập và làm việc toàn cầu hóa với tính cạnh tranh khốc liệt như hiện nay, những bạn trẻ thiếu tự tin và không biết cách tiếp thị bản thân trước khách hàng, các ông chủ hay trong các cuộc phỏng vấn vào các trường đại học danh tiếng sẽ chịu nhiều thua thiệt.

4. Lập trình tiêu cực qua ngôn ngữ tiêu cực

Và đây là một tình huống khác, bạn hãy tưởng tượng đưa con trai lên hai lên ba của mình lon ton chạy đến chân cầu thang toan leo lên, phản ứng thông thường của bạn là gì?

.....

Nhiều bậc phụ huynh Châu Á (những người có khuynh hướng bảo bọc con thái quá) sẽ cuống quýt la lên *“Đi xuống ngay! Con muốn té à?”*, *“Lộn cổ xuống đất bây giờ”*. Mặc dù cha mẹ cần phải bảo đảm an toàn cho con cái và dạy chúng biết cách tự bảo vệ mình, những phản ứng như vậy chỉ làm xói mòn lòng tự tin nơi trẻ và truyền cho chúng nỗi sợ hãi trong tiềm thức mỗi khi chúng làm việc gì mới mẻ hay phải đối diện với thử thách. Bằng việc thường xuyên nhắc nhở rằng chúng sẽ té ngã nếu trèo cầu thang, chúng ta thật sự đang lập trình suy nghĩ cho trẻ rằng chúng sẽ “té nhào” nếu chúng muốn leo lên các bậc thang trong cuộc sống.

Trong khi ấy, một số cha mẹ (nhất là theo cách nghĩ phương Tây) sẽ có cách phản ứng hoàn toàn khác. Họ sẽ bảo, *“Được rồi con trai, con có thể làm được. Cứ tiếp tục đi!”*. Đồng thời, để bảo đảm an toàn họ sẽ đi theo sau canh chừng con.

THẾ NÀO LÀ MỘT ĐỨA TRẺ CÓ LÒNG TỰ TRỌNG?

Qua quan sát những đứa trẻ sớm có lòng tự trọng, chúng tôi ghi nhận được chúng có những đặc điểm sau:

- *Luôn cảm thấy mình được những người chung quanh – nhất là cha mẹ – yêu thương, chấp nhận, tin tưởng và đánh giá cao.*
- *Biết yêu thương bản thân và trân trọng những gì mình có. Những người biết quý trọng bản thân thường có cách nghĩ lạc quan, tin tưởng và muốn làm những điều tốt nhất cho bản thân, cho những người chung quanh và tin rằng mình xứng đáng với điều đó.*
- *Với cách nghĩ “Tôi có thể làm được!”, chúng tin rằng chúng có thể làm tốt những gì mình muốn.*

Những đứa trẻ tự trọng thường có những hành vi sau đây:

1) *Đặt ra những tiêu chuẩn cao cho bản thân vì chúng tin rằng mình xứng đáng nhận được những gì tốt nhất: muốn đạt điểm số cao nhất, vào học ở ngôi trường tốt nhất và đạt được kết*

quả tốt nhất trong bất cứ việc gì chúng làm.

2) Dám nghĩ dám làm, không ngại khó ngại khổ và nhất là không ngại vấp phải sai lầm, cũng như không mất tinh thần trước những lời từ chối. Đó là những đứa trẻ xung phong làm lớp trưởng, tình nguyện giúp đỡ người khác, đi đầu trong các hoạt động nhóm và luôn giơ tay phát biểu trong lớp học.

3) Độc lập hơn trong suy nghĩ, không dễ bị bạn bè lôi kéo, tác động. Chúng dám nói “không” với những cám dỗ xấu khiến chúng đi ngược lại giá trị sống của mình, và không cảm thấy nhu cầu bức bách cần phải được người khác nhìn nhận.

4) Chủ động khích lệ và giúp đỡ người khác, với thái độ hai bên cùng có lợi. (Chỉ những người tự tin mới dám đứng ra nhận vai trò giúp đỡ và lãnh đạo trong học tập cũng như trong công việc).

LÀM THẾ NÀO ĐỂ GIÚP TRẺ GÂY DỰNG LÒNG TỰ TRỌNG?

Chúng tôi tin rằng bất cứ ông bố bà mẹ nào cũng có thể giúp con cái xây dựng và bồi đắp lòng tự trọng nếu họ biết cách. Bạn cũng thế, dù con bạn đã 15-17 tuổi và từ hồi nào đến giờ chưa từng tin tưởng bản thân mình. Dù bạn xuất phát từ điểm nào thì chúng ta vẫn có thể tạo ra sự khác biệt nếu bắt đầu ngay từ bây giờ. Không bao giờ là quá muộn cho một sự thay đổi, đó phải là phương châm của chúng ta – những người làm cha làm mẹ.

Trong suốt 15 năm gắn bó với sự nghiệp đào tạo, chúng tôi cảm thấy mình thật sự nhận được những phần thưởng lớn lao khi tận mắt chứng kiến những thay đổi kỳ diệu của các thiếu niên cá biệt sau khi chúng học được cách yêu thương và tin tưởng bản thân. Đến lượt mình, những em này lại tạo ra những ảnh hưởng tích cực lan tỏa tới những người xung quanh, đặc biệt là người thân của chúng.

Sau đây là một vài phương pháp đã qua thực nghiệm và chứng tỏ rất hiệu quả mà bạn có thể sử dụng để nuôi dưỡng lòng tự trọng nơi con bạn.

1) Giao tiếp với con bạn bằng tình yêu thương vô điều kiện

Chúng tôi tin rằng, chỉ riêng việc bạn dành thời gian đọc quyển sách đến trang này đã chứng tỏ bạn rất mực yêu thương con mình. Đúng thế, tình thương yêu con cái thì cha mẹ có thừa, vấn đề là ở chỗ làm thế nào để CHUYỂN TẢI và giúp con trẻ có thể cảm nhận tình yêu

thương ấy một cách đầy đủ nhất.

Tiếc thay, một việc tưởng chừng đơn giản như thế nhưng không dễ thực hiện chút nào.

Dù chúng ta có làm vô số việc cho con (đưa con đi chơi công viên, cho chúng tiền tiêu vặt, mua những món đồ chơi và vật dụng đắt tiền, đưa đi ăn ở các nhà hàng sang trọng,...), nhiều đứa trẻ không hiểu được đó là biểu hiện của tình yêu thương mà vẫn thấy mình thiếu thốn tình cảm, thậm chí nhiều em còn cho là mình bị bỏ rơi, hắt hủi.

Thế mới có chuyện nhiều ông bố bà mẹ bị “sốc” khi trong lúc bộc phát, đưa con mà họ rất mực yêu thương nói là nó cảm thấy bị cha mẹ ghét bỏ. *“Sao mà con có thể nghĩ như thế sau tất cả những gì mà mẹ đã làm cho con!”*, nhưng cách giao tiếp kiểu ấy không hề làm cho hai thế hệ xích lại gần nhau hơn.

Tôi chẳng đã nói với bạn rằng con trẻ nhận thức về tình yêu thương mà người lớn dành cho chúng thật khác với cách mà chúng ta quan niệm đó sao? Điều này chúng ta đã bàn tới trong chương trước nên ta sẽ không nhắc lại nữa. Vì vậy, khi nghe con cái nói thế, hãy hiểu rằng hẳn có vấn đề trong “đường truyền” thông tin và tình cảm giữa bạn và con cái. Bạn chớ nổi giận mà kể ra một lô những việc bạn đã làm cho con, những nỗi mang nặng đẻ đau, những chi phí tốn kém cho việc nuôi chúng ăn học nhé. Điều này chỉ khiến chúng nghĩ bạn đang kể công với chúng, những công lao mà chúng sẽ không bao giờ trả hết.

Thay vì thế, chúng ta hãy học cách chuyển tải tình yêu thương, hãy nói theo CÁCH CỦA TRẺ. Có năm cách giúp bạn làm được điều ấy. Đó là: khen ngợi, thường xuyên dùng những lời lẽ yêu thương triu mến, vuốt ve âu yếm, dành thời gian ở bên con và cuối cùng là trao đổi với con về những đề tài trong cuộc sống một cách bình đẳng.

Trước khi đi vào cách thức cụ thể, tôi cũng xin bạn lưu ý rằng chẳng có đứa trẻ nào giống đứa trẻ nào, nên chúng sẽ có phản ứng khác nhau trước những cách gửi gắm tình yêu thương của bạn. Ví dụ, việc khen ngợi có thể có tác dụng với đứa trẻ này trong khi cử chỉ âu yếm (như ôm hôn) lại hiệu quả hơn đối với đứa trẻ khác. Thậm chí ngay cả anh chị em trong một nhà cũng có thể khác nhau trong nhận thức về tình thương của cha mẹ.

Nhưng bạn chớ vội nản lòng nếu những biện pháp này không mang lại hiệu quả ngay lập tức. Như tất cả mọi sự trên đời, ta cần phải có thời gian để một hạt giống tốt ươm xuống đất đâm chồi nảy lộc, phát triển thành cây và sau đó cho ra hoa thơm quả ngọt. Đặc biệt, nếu mối quan hệ của bạn với con cái đang bị rạn nứt thì những thay đổi này càng cần phải có thời gian

và sự nhẫn nại. Cứ tin tôi đi, rồi mối quan hệ giữa bạn và con cái sẽ trở nên tốt đẹp, ngay khi bạn khôi phục được lòng tin nơi chúng!

a) Khen ngợi

Chúa Jesus từng nói, *“Khởi thủy là lời”*, có nghĩa là tất cả bắt đầu từ lời nói. Trong chuyện nuôi dạy con cái, chúng ta cũng có thể mượn lời dạy này để nói rằng ngôn từ là phương pháp dễ dàng nhất và may thay, cũng hiệu quả nhất trong việc chuyển tải tình thương và làm đầy bể yêu thương trong con bạn. Đôi khi chỉ một câu được nói ra đúng chỗ đúng lúc cũng có sức mạnh làm thay đổi hoàn toàn suy nghĩ, cảm xúc và hành vi của một đứa trẻ.

Trong khi đa số cha mẹ có khuynh hướng bắt bẻ con cái khi chúng phạm lỗi, những bậc phụ huynh thành công lại chú ý vào những việc làm tốt của con cái và khiến chúng cảm thấy hạnh phúc khi làm một việc tốt, dù việc đó có nhỏ nhoi đến đâu chẳng nữa. Họ củng cố những hành vi mang tính tích cực của con cái thông qua lời ngợi khen và động viên chân thành. Họ tin vào sách lược: biểu dương những mặt mạnh và thành quả trước, rồi sau đó mới nhắc nhở tế nhị đến những mặt chưa được. Họ hiểu rõ rằng một khi đứa trẻ cảm thấy nó được yêu thương, bản thân nó mạnh mẽ, có năng lực, thì nó sẽ cảm kích trước những lời khuyên thấu tình đạt lý của cha mẹ mà tự nhìn thấy những điểm chưa tốt của mình rồi tìm cách khắc phục.

Có nhiều cách dùng lời để truyền đến con cái thông điệp mà chúng rất cần này: *cha mẹ thương yêu con và tự hào về con!*



“Mẹ rất vui khi con giúp mẹ lau nhà.”

“Ba rất tự hào khi thấy con chăm chỉ học tập như thế.”

Tuy vậy, có hai điểm quan trọng mà bạn cần lưu ý khi khen ngợi con cái. Thứ nhất, lời khen của bạn phải chân thành. Đừng bao giờ khen việc làm của chúng là tốt trong khi thực chất không phải như vậy. Trẻ con thích được khen nhưng không hề ngu ngốc, khi chúng nghi ngờ rằng bạn chỉ khen giả vờ, chúng sẽ cảm thấy tồi tệ hơn.

Điểm thứ hai và là điểm quan trọng, bạn chỉ nên khen ngợi một việc làm hay nỗ lực CỤ THỂ mà bạn ghi nhận được, đừng đưa ra những lời khen ngợi chung chung. Các nghiên cứu cho thấy khi cha mẹ (hay thầy cô) khen ngợi chung chung như *“Con trai mẹ thông minh quá”, “Con rất sáng tạo”, “Con gái mẹ mới khéo léo làm sao” v.v...* Trẻ thường có khuynh hướng nghi ngờ người khen hay chính lời khen đó.

Thay vào đó, hãy dành những lời khen cho một nỗ lực cụ thể hay một kết quả mà con bạn đạt được. Ví dụ, *“Mẹ biết con đã dành nhiều thời gian ôn luyện trong kỳ thi này”* hay *“Con rất chu đáo khi giúp mẹ dọn bàn ăn”* hay *“Con thật đáng mặt đàn anh khi giúp em con học Toán”*.

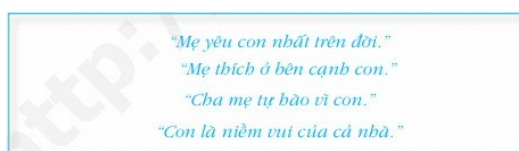
Ngoài ra, bạn cũng cần phân biệt một số sắc thái khác nhau khi dùng lời lẽ ngợi khen con cái. Hãy làm phép so sánh giữa *“Con thật chăm chỉ”* với *“Con đã dành trọn ba tiếng đồng hồ để học bài. Như vậy là rất chăm chỉ”*. Rõ ràng, trong cách nói thứ hai, bạn đã miêu tả nỗ lực của trẻ một cách cụ thể hơn. Lần sau con bạn cũng sẽ cố gắng để nhận được lời khen của cha mẹ bằng việc dành ra ba tiếng hoặc hơn để học bài. Tôi cho rằng đưa ra lời khen càng chân thành và cụ thể bao nhiêu càng có tác dụng tốt bấy nhiêu.



b) Dùng lời lẽ yêu thương trìu mến

Trong khi lời ngợi khen tập trung vào những việc làm tốt của trẻ, lời lẽ yêu thương trìu mến hướng đến nhân cách của trẻ và trực tiếp đưa ra thông điệp của tình thương.

Tôi chắc rằng ngày còn bé, bạn cũng từng cảm động khi nghe cha mẹ nói với mình những “lời có cánh” như thế này:



Bạn đừng coi thường việc dùng lời lẽ yêu thương đối với con cái nhé, nó được ví như con thuyền nhờ đó bạn chèo chở tình yêu thương vô điều kiện và lòng tin vào con cái đến những bến đậu khác nhau trong đời chúng. Nhiều người vì không biết mà khiến con cái nghĩ rằng tình yêu của họ là có điều kiện. Rằng cha mẹ chỉ thương chúng nếu... chúng ngoan ngoãn, nếu... chúng đạt điểm cao và nếu... chúng biết vâng lời.

Tuy nhiên, để con trẻ có thể thật sự cảm nhận rõ chúng đang sống trong bầu không khí yêu thương dưới mái ấm gia đình, chúng cần có những trải nghiệm rõ ràng rằng dù thế nào đi nữa, bạn vẫn yêu thương chúng với một tình yêu vô điều kiện. Vậy thì, khi bạn muốn khiển trách con vì một việc làm hay lời nói không tốt, hãy làm sao cho chúng biết rõ là bạn yêu thương chúng, bạn chỉ không thích một biểu hiện cụ thể nào đó của chúng mà thôi. Đừng bao giờ gán tình yêu thương của bạn với hành vi của chúng. Nếu làm vậy, tình yêu thương của cha mẹ với con cái sẽ là một tình yêu nông cạn, có điều kiện mất rồi.

Việc truyền đạt lòng tin của bạn vào con cái cũng rất quan trọng. Bao giờ bạn cũng phải làm cho con cái tin rằng, dù một việc làm hay hành vi cụ thể của chúng có tệ hại đến mức nào trong thời điểm hiện tại thì bạn cũng tuyệt đối tin rằng chúng có thể bỏ được những hành vi đó và sẽ thành công. Giây phút mà con bạn cảm thấy rằng cha mẹ không còn tin tưởng chúng nữa, chúng sẽ rất khó khôi phục niềm tin vào bản thân mình.

Dưới đây là ví dụ về cách chuyển tải tình yêu thương vô điều kiện và lòng tin vào đứa con của một người mẹ trong khi bà khiển trách một hành động của con.



Một khi chúng ta đặt trọn vẹn lòng tin vào con trẻ, cái mà chúng ta nhận lại được thường rất lớn. Khi bạn đã nhấn vào đúng “nút bấm cảm xúc”, trẻ sẽ làm tất cả để xứng đáng với lòng tin của bạn.

c) Vuốt ve âu yếm

Các nghiên cứu khoa học cho thấy lời nói chỉ đóng góp 7% vào thành công trong giao tiếp, trong khi ngôn ngữ cử chỉ của con người đóng góp đến 93% hiệu quả. Do đó, bên cạnh những phát ngôn bằng lời thì cử chỉ, nét mặt, ánh mắt đi kèm chính là “đường băng thông rộng” truyền đi tình yêu thương nhanh nhất và trực tiếp nhất đến đối tượng tiếp nhận. Bạn thường hay cau có hay luôn mỉm cười với con bạn? Bạn khoanh tay trước ngực hay giang rộng vòng tay khi nói chuyện với chúng? Nếu ánh mắt bạn lạnh lùng và khuôn mặt vô cảm thì thử hỏi nếu bạn nói “mẹ yêu con”, liệu chúng có tin không?



Vuốt ve âu yếm con cái là những ngôn ngữ không lời nhưng hiệu quả trong việc nói lên tình thương yêu sâu đậm mà bạn dành cho con.

- *Ôm con vào lòng*
- *Hôn lên má con*
- *Vỗ lưng con hay đập tay với con những lúc cả hai cùng chúc mừng một điều gì đó*
- *Nhẹ nhàng quàng tay qua vai con hoặc nắm lấy tay con*
- *Nắn nhẹ vai con hay vuốt tóc con dịu dàng*

Nếu những cử chỉ trìu mến trên đi kèm với những lời yêu thương hay ngợi khen thì có hiệu quả đến 100% vì chúng bổ sung sức mạnh cho nhau.

Tuy nhiên, khi bày tỏ cử chỉ yêu thương trìu mến, hãy lưu ý những điểm quan trọng sau đây:

- *Tránh ôm hôn con trước mặt bạn bè chúng. Không có gì làm chúng “quê” và bối rối hơn việc đó. Những cô bé cậu bé tuổi teen thích tỏ ra người lớn và độc lập, để cha mẹ hôn hít khiến chúng có cảm giác mình vẫn còn “bám gấu váy mẹ”.*
- *Lưu ý đến tâm trạng hiện thời của con cái. Những lúc trẻ hoang mang, bức dọc, việc chạm vào người chúng sẽ khiến cho một số trẻ nhảy dựng lên. Chúng cảm thấy bị làm phiền trong khi*

đang cần một khoảng không gian riêng để tự giải quyết những vấn đề trong cảm xúc của mình.

□ Một số đứa trẻ không thoải mái khi đón nhận cử chỉ yêu thương trìu mến, nếu cha mẹ vỗ vập quá sẽ chỉ khiến chúng xa lánh hơn. Tuy vậy, tình trạng này cũng thay đổi theo thời gian khi chúng lớn lên. Điều quan trọng là bạn phải hiểu rõ con mình. Làm thế nào để con cái hiểu và tiếp nhận tình cảm của mình là điều mà hơn ai hết trên đời này, bạn phải là người hiểu rõ nhất. Ví dụ, từ 11-12 tuổi trở đi, nhiều đứa trẻ cảm thấy thoải mái khi bạn vỗ lưng chúng hơn là hôn chúng (dù hồi còn bé chúng có thể thích được hôn). Do đó, bạn đừng hiểu lầm hay cảm thấy bị từ chối khi chúng không thích được cha mẹ âu yếm.

Nếu để ý qua những thước phim, bạn sẽ thấy người phương Tây dễ dàng và tự nhiên biểu lộ cử chỉ âu yếm con cái, trong khi người phương Đông chúng ta thường e ngại và kiêng dè những biểu hiện này, nhất là khi đứa trẻ đã lớn. Nhưng chúng ta cần phải có cách nghĩ khác về những biểu hiện tình cảm này vì đó là phương tiện hiệu quả nhất trong việc xây đắp những mối quan hệ tốt đẹp trong gia đình và củng cố lòng tự tin nơi con trẻ.

d) Dành thời gian ở bên con cái

Muốn con cái cảm nhận được tình thương yêu mà bạn dành cho chúng thì lời nói và những cử chỉ âu yếm thôi chưa đủ. Bạn còn cần phải dành một khoảng thời gian nhất định để chơi đùa, sinh hoạt cùng con cái, hoặc chỉ đơn giản là ở bên chúng để chúng có thể cảm nhận được sự có mặt của cha mẹ một cách trọn vẹn, còn bạn thì hưởng niềm vui đơn giản là được sống trong không khí gia đình rộn rã tiếng cười đùa của con trẻ.

Tuy vậy, các bậc cha mẹ ngày nay hết sức bận rộn, công việc cuốn họ vào một guồng máy bất tận nên việc dành ra một khoảng thời gian không điện thoại, không có lịch làm việc và không phải tính toán cơm áo gạo tiền, chỉ vì con và cho con quả là một việc khó khăn. Khi cảm thấy mình có mặt bên con ngày càng ít đi, nhiều bậc cha mẹ tìm cách đền bù lại bằng cách mua sắm cho con bất cứ cái gì chúng thích. Cách làm ấy không chỉ là một vật thay thế kém cỏi cho khoảng thời gian cha mẹ và con cái quây quần bên nhau, mà còn gây ra một vấn đề khác, có thể làm hư trẻ. Khi bọn trẻ muốn gì có nấy, chúng sẽ coi nhẹ giá trị của lao động, không biết cái giá của đồng tiền mà cha mẹ chúng phải hy sinh hạnh phúc ở bên con để kiếm ra. Trẻ có thể sớm trở nên thực dụng, đó là chưa kể chúng có thể đánh mất động lực thành công mà thích dựa dẫm vào người khác với suy nghĩ rằng mọi người (đặc biệt cha mẹ) phải lo cho chúng mọi bề.

Vì vậy, dù bạn bận rộn hay mệt mỏi đến mức nào sau một ngày mưu sinh, hãy dành ra ít nhất một hoặc hai tiếng mỗi ngày để ở bên con cái. Có rất nhiều việc mà cha mẹ và con cái có

thể làm cùng nhau như nấu cơm, dọn nhà, làm vườn, tranh luận về một cuốn sách hay đơn giản là cùng nhau nghe nhạc. Tuy vậy, xem tivi, đi mua sắm (trong những khu mua sắm ồn ào và bị chi phối bởi ngoại cảnh) không thể tính là khoảng thời gian ở bên con. Nó cũng tương tự như trường hợp hai người ngồi cạnh nhau nhưng mỗi người theo đuổi một mối quan tâm hay công việc riêng.

e) Trao đổi bình đẳng với con cái về những chủ đề có ý nghĩa

Ngoài những việc làm kể trên còn một việc mà bạn có thể làm cho con và cho mình là nói chuyện bình đẳng với chúng về các đề tài có ý nghĩa trong cuộc sống. Đó là những cuộc trao đổi thật sự khi cha mẹ và con cái bình đẳng và thoải mái chia sẻ suy nghĩ, cảm xúc và kinh nghiệm cho nhau, không phân biệt ngôi thứ. Trẻ có thể nói ra những suy nghĩ của mình mà không sợ bị chỉ trích, quy kết hay lên án. Về phía cha mẹ, đây là buổi trao đổi với con cái giống như chúng ta nói chuyện với bạn bè chứ không phải thuyết giảng một chiều.

Sau đây là một vài điểm quan trọng cần lưu ý nếu bạn thật sự muốn có một cuộc nói chuyện có ý nghĩa với con, để rồi sau đó cả bạn lẫn con bạn đều cảm thấy gần gũi và yêu thương nhau hơn.

Trước hết, bạn cần phải dành một khoảng thời gian nhất định trong ngày cho những cuộc trao đổi kiểu này – trong và sau bữa ăn tối là tốt nhất. Khi bạn không có thói quen nói chuyện thường xuyên với con mà lại đột ngột nói *“Chúng ta hãy nói chuyện với nhau”* thì câu nói này nghe như “có vấn đề”, khiến trẻ nghi ngại và đề phòng. Vậy nên hãy bố trí thời gian để cha mẹ và con cái càng có nhiều dịp trao đổi với nhau càng tốt.

Khi đã có “luật chơi” cho một buổi trò chuyện thân mật và cởi mở, bạn hãy áp dụng những kỹ thuật sau:

• Nhìn vào mắt con

Dù đang nói hay đang lắng nghe, bạn hãy luôn nhìn vào mắt con. Điều đó cho con bạn biết rằng cha mẹ thành thật muốn ở bên con cái và lắng nghe mọi ý kiến của chúng. Chú ý đừng nhìn đi chỗ khác, nhìn trộm hoặc trợn mắt (khi con bạn nói điều gì mà bạn không đồng ý), vì những biểu hiện này chứng tỏ bạn không quan tâm đến ý kiến hay cảm nhận của chúng.

• Chú tâm hoàn toàn

Một cuộc giao tiếp chỉ thành công khi mỗi bên chú tâm 100%. Hãy lắng nghe bằng toàn bộ

cơ thể mình! Nhiều bậc cha mẹ vừa nghe con nói vừa làm việc khác như xem tivi hoặc nghĩ đến một chuyện gì khác. Cũng đừng tỏ ra lơ đãng mà hãy chú tâm hoàn toàn vào những gì đang diễn ra. Nếu bạn đang bận, hãy nói rằng bạn cần hoàn thành công việc trước khi tập trung cho câu chuyện.

- ***Đặt câu hỏi với ngữ điệu quan tâm và muốn tìm hiểu***

Giọng điệu trong giao tiếp vô cùng quan trọng vì nó chuyển tải thông điệp thật sự của người nói hơn là lời lẽ mà họ dùng. Bạn hãy đặt ra những câu hỏi với giọng điệu quan tâm thành thật. Đáng tiếc, nhiều bậc phụ huynh không nhận ra rằng họ có khuynh hướng đặt câu hỏi với giọng điệu “hình sự” kiểu như, *“Thế hôm nay con làm gì?”*, *“Con đã làm bài xong chưa?”* hay *“Con nghĩ gì mà làm như vậy?”* Khi trẻ cảm thấy mình như đang ngồi trên “ghế nóng” của tội nhân, chắc chắn chúng sẽ không chịu hé miệng.

- ***“Luôn luôn lắng nghe, luôn luôn thấu hiểu!”***

Trẻ sẽ cảm thấy thật sự được thấu hiểu và yêu thương khi chúng ta biểu lộ sự cảm thông đúng nghĩa. Khi nói chuyện với chúng, bạn hãy học cách lắng nghe và biểu lộ sự đồng cảm.

Không gì có thể khiến một đứa trẻ cảm động như khi có một người lắng nghe với tất cả tấm lòng và hiểu được thế giới nội tâm của chúng.



- ***Tránh ngắt lời hay lên án suy nghĩ của con trẻ***

Nhiều bậc cha mẹ thường trực ý nghĩ rằng, trách nhiệm của họ là phải tìm ra vấn đề của con và đưa vào chúng vào khuôn phép ngay tức thì. Do đó, khi cảm thấy con cái nói gì không xuôi tai, họ bèn ngắt lời, “chặn họng” chúng bằng những đánh giá chủ quan hay kịch liệt lên án suy nghĩ của chúng. Ví dụ: *“Sao con có thể nghĩ như vậy được, thật đại dột”*, *“Lần này con lại gây ra chuyện gì nữa đây”*. Cuộc nói chuyện chỉ có ý nghĩa thật sự cho cả cha mẹ lẫn con cái khi đưa

trẻ cảm thấy chúng được tự do bày tỏ suy nghĩ và cảm xúc của mình mà không sợ bị đánh giá, phê phán. Bạn hãy để dành ý kiến phản hồi của mình vào lần khác, không việc gì phải nóng nảy cả.

• **Đừng khuyên bảo hay áp đặt ý kiến**

Bạn hãy kiềm chế đừng đưa ra lời khuyên giáo điều hay áp đặt ý kiến võ đoán của mình vội. Nhiều bậc phụ huynh cảm thấy việc này rất khó khăn bởi vì họ có sẵn thói quen nói cho con cái nghe chứ không phải điều ngược lại. Khi chúng ta cứ tới tấp đưa ra lời khuyên hay “ý kiến cuối cùng” theo kiểu bề trên, trẻ sẽ nghĩ rằng, *“Thật ra, ba mẹ đâu muốn nghe suy nghĩ và cảm giác của mình, họ chỉ muốn kiểm soát mình và bảo mình phải làm theo ý họ”*. Một lần nữa, hãy dành lời khuyên quý báu của bạn vào dịp khác, còn vào lúc này hãy thực hiện phương châm lắng nghe và thấu hiểu.



• **Hãy xin phép trước nếu bạn muốn đưa ra lời khuyên**

Nếu việc cần kíp và bạn muốn hướng dẫn con cái cho “nóng sốt”, trước hết bạn phải chắc chắn rằng chúng đang trong tâm trạng có thể tiếp nhận lời khuyên, và sau đó bạn hãy xin phép được nói lên quan điểm của mình. Nhiều bậc cha mẹ nghe đến khái niệm “xin phép” con cái trước khi phát biểu ý kiến thì phản ứng dữ dội, *“Chuyện ngược đời, tôi để ra chúng mà tôi lại phải xin phép chúng để nói lên ý kiến của mình ư? Không đời nào!”*

Đúng là bạn có quyền ra lệnh, bảo ban con cái trong bất cứ chuyện gì mà không cần xin phép gì hết. Nhưng nếu bạn đã “ra luật chơi” là trong những cuộc nói chuyện kiểu này, cả hai bên đều bình đẳng và nếu điều bạn mong muốn là tạo không khí thoải mái cho trẻ dễ tiếp nhận, thì xin thưa với bạn, “xin phép phát biểu ý kiến” là một mẹo đã được các nhà tâm lý học chứng minh là hết sức hiệu nghiệm. Trẻ sẽ cảm động rưng rưng khi thấy mình cũng quan trọng và độc lập như người lớn. Sau đó thì sao? Có đến 99% khả năng chúng sẽ chăm chú lắng nghe

và tiếp thu ý kiến của bạn một khi bạn cho chúng cơ hội lựa chọn đồng ý lắng nghe bạn (bằng cách “xin phép” chúng trước).

“Cho phép ba nói lên quan điểm của mình. Ba hiểu là con rất sốc khi thi rớt. Bên cạnh đó, con có thể xem chuyện này như một bài học kinh nghiệm để chứng tỏ với mọi người rằng con biết đứng dậy sau mỗi lần vấp ngã, con sẽ thi tốt hơn vào lần sau. Và đó mới là điều quan trọng.”

Một lần nữa, bạn cần lưu ý rằng cách tốt nhất để đưa ra lời khuyên và nhận được phản hồi tích cực là bạn phải đồng ý với nhận thức về thế giới của con cái trước. Bạn có thể làm được việc này bằng cách biểu lộ sự đồng cảm với chúng (ví dụ: Ba hiểu là...) trước khi đưa ra một quan điểm khác.

• *Hãy sử dụng câu bắt đầu bằng ngôi thứ nhất (ba, mẹ) thay vì ngôi thứ hai (con)*

Những lời góp ý sẽ dịu đi giọng điệu chỉ đạo hoặc phê phán rất nhiều nếu bạn sử dụng ngôi thứ nhất thay vì ngôi thứ hai. Những câu như *“Ba nghĩ là...”*, *“Mẹ cảm thấy ...”* hay *“Tất cả những gì mẹ mong muốn cho con là...”* dễ được đối tượng tiếp nhận hơn là những câu *“Con phải ...”*, *“Con nên ...”*. Đó là vì những câu bắt đầu bằng cụm từ “con phải”, “con nên” mang hàm ý khiển trách hay chỉ thị trong khi những câu bắt đầu bằng ngôi thứ nhất chuyển tải suy nghĩ và cảm xúc của bạn một cách trung hòa hơn.



2) Tạo cơ hội cho con cái chia sẻ thành tích

Một trong những cách tốt nhất để giúp con cái trở nên tự tin là tạo cơ hội cho chúng thông báo và chia sẻ thành tích của mình.

Có một cách khá hay để làm việc này là tổ chức những buổi sinh hoạt gia đình để cha mẹ và con cái thay phiên nhau nói về một việc làm tốt khiến họ cảm thấy tự hào. Đây cũng là dịp để

những thành viên khác trong gia đình công nhận thành tích của nhau.

Trong buổi sinh hoạt này, mỗi người có thể tung lên một trái banh và thay phiên nhau nói những câu như *“Hôm nay, con đã làm một việc đáng tự hào là giúp một bà lão đi qua đường”...*

Đâu cần bạn phải làm việc gì to tát mới có thể tự hào về mình và được người khác công nhận! Thậm chí một việc đơn giản như làm quen với một người bạn mới cũng đáng để nói cho người khác biết cơ mà. Chúng ta ai nấy đều mong muốn được công nhận và được biết ơn. Thế nên những buổi sinh hoạt gia đình kiểu này giúp thỏa mãn nhu cầu trở nên quan trọng và được công nhận của cha mẹ cũng như của con trẻ.

(Việc làm này cũng là để dạy cho con cái chúng ta cảm giác tự hào về bản thân thông qua những việc tốt và thành tích của mình. Bạn đừng lo là việc làm này sẽ khiến con cái trở nên tự kiêu tự đại. Sự chia sẻ này thực chất là để giúp trẻ phát triển sự tự tin, nghệ thuật chia sẻ niềm vui, cũng như cách thức công nhận kết quả của người khác mà thôi.)

3) Phong tặng con những danh hiệu tích cực

Trong khi nhiều bậc phụ huynh có thói quen gán những “nhãn dán tiêu cực” cho con cái như *“Con hay quên quá”, “Con thật vô trách nhiệm”* hay *“Đồ ngu như bò”*, thì những người thành công trong nuôi dạy con lại làm điều ngược lại. Họ bao giờ cũng tìm cơ hội dán những cái “nhãn tích cực” cho con cái, nhờ đó giúp chúng tự hình thành và vun đắp hình ảnh tích cực về bản thân.

Ví dụ, thấy con chăm chú học bài, bạn có thể nói *“Con chuẩn bị cho kỳ kiểm tra đấy à? Đúng là có tinh thần kỷ luật và biết lo xa”*. Chỉ một cú hích nhẹ nhưng con bạn sẽ bắt đầu hình dung mình là một người kỷ luật và biết lo xa.

Phong tặng cho con cái những DANH HIỆU TÍCH CỰC là phương pháp đúng đắn vì con cái chúng ta sẽ làm hết sức để xứng với những danh hiệu đó.



4) Viết những lời cảm ơn

Một cách khác để bày tỏ tình yêu thương và sự ngợi khen là viết cho con bạn những lời cảm ơn. Thật sự, bạn có thể tạo ra một văn hóa trong gia đình: các thành viên thường xuyên viết cho nhau những lời cảm ơn và động viên chân thành. Thực tế trong các chương trình đào tạo của chúng tôi cho thấy, những lá thư cảm ơn là một việc làm nhỏ nhưng lại tạo ra hiệu quả lớn, mối quan hệ của bọn trẻ với cha mẹ và những người chung quanh được cải thiện rất nhiều nhờ những mẫu thư đó.

Bằng cách dạy cho con cái cách viết lời cảm ơn cho những người xung quanh (thầy cô, bạn bè, ông bà và ĐÚNG THẾ, cả chị người làm nữa), bạn đang dạy cho chúng cách bày tỏ lòng biết ơn đối với người khác.

5) Viết nhật ký thành công

Bạn hãy nêu gương trước bằng cách viết nhật ký ghi lại cảm nhận về những thành công của cá nhân mình. Từ tấm gương của bạn, các thành viên khác trong gia đình có thể làm theo và cùng chia sẻ với nhau thường xuyên – vào bữa trưa Chủ Nhật chẳng hạn. Trong thời đại Internet này, bạn và con cũng có thể viết blog thay cho quyển nhật ký.

6) Chuyển hóa sự thất bại và từ chối



Rõ ràng, chúng ta không thể bảo vệ con cái mình khỏi những thất bại, khó khăn, sự sỉ nhục và chỉ trích mà chúng sớm muộn gì cũng sẽ trải qua trong cuộc sống. Nhưng điều mà chúng ta có thể làm được là giúp con cái có cách suy nghĩ đúng đắn, nuôi dưỡng cảm nhận tích cực về bản thân và có cách nghĩ mang tính xây dựng khi phải hứng chịu những thất bại, khó khăn. Thật vậy, ta không thể loại bỏ mọi thất bại trên đường đời, nhưng ta lại có thể chuyển hóa chúng thành cơ hội học hỏi để giúp chúng ta trở nên mạnh mẽ hơn. Bạn sẽ biết thêm về sự chuyển hóa này ở chương tám.

7) Nhắc nhở con cái rằng chúng có khả năng lựa chọn và thay đổi

Nhiều đứa trẻ thiếu đi lòng tự trọng vì chúng cảm thấy mình không thể hoặc ít có khả năng làm chủ cuộc đời mình. Nhiều đứa trẻ cho rằng chính ông thầy dạy dở, môn học khó hay sự lười biếng của chúng là những chướng ngại vật không thể gạt bỏ trên con đường vươn tới thành công.

Hãy thường xuyên nhắc nhở con cái rằng chúng có khả năng lựa chọn. Cho dù thầy giáo có dạy dở hay bạn bè không tốt như thế nào thì cuối cùng chúng vẫn còn đó sự lựa chọn cách phản ứng lại với những thử thách xung quanh mình. Hãy biến khái niệm mà bạn đã học ở chương trước **“Để mọi việc thay đổi, chúng phải thay đổi trước”** thành phương châm của chính bạn và con bạn. Hãy dạy chúng sức mạnh của tinh thần dám CHỊU TRÁCH NHIỆM về tất cả những việc xảy ra trong đời mình.

Khi đứa trẻ cảm thấy chúng có thể kiểm soát những gì xảy ra cho mình và có khả năng thay đổi những điều đó, chúng khắc có ý thức về giá trị của mình và trở nên tự tin hơn.

8) Chúc mừng thành công của con cái

Khi con cái chúng ta làm được một việc gì đó như đạt điểm 10 trong kỳ thi, thắng một trận thể thao hay được bầu làm lớp trưởng, hãy nhiệt tình chúc mừng những thành tích ấy. Hãy biến thắng lợi của chúng thành “thắng lợi của gia đình” để chúng có cảm giác mình là một phần của gia đình. Ăn mừng không có nghĩa là bạn phải mua những món quà đắt tiền, bạn có thể làm một bữa ăn ngon đơn giản để cả nhà cùng vui với thành công của con cái.

Bạn thân mến, thế là bạn đã có trong tay những bí quyết mà bạn có thể sử dụng ngay lập tức để tạo dựng và củng cố lòng tự trọng nơi con bạn. Hãy nhớ rằng trên đời này không có phương pháp nào thần diệu đến mức tạo ra hiệu quả tức thì. Bạn cần sự nỗ lực và đức kiên nhẫn để đạt kết quả, nhất là khi con bạn đã đánh mất lòng tự trọng và phải mất nhiều thời gian để tìm lại. Và xin bạn hãy tin tưởng vào bản thân mình cũng như vào con bạn! Cộng thêm một chút kiên nhẫn và một chút cố gắng, bạn sẽ tạo ra những ảnh hưởng lớn lao đến thành công của con cái.

CHƯƠNG 7

LÀM THẾ NÀO KHIẾN TRẺ HỢP TÁC VÀ VÂNG LỜI CHA MẸ

Làm cha mẹ đôi khi là một trong những nhiệm vụ khó khăn nhất trên đời bởi vì ta vất vả mỗi ngày cố gắng khiến con cái, nhất là trẻ ở tuổi dậy thì, làm những việc mà ta muốn chúng làm còn chúng thì lại không muốn.

Từ góc độ của mình, ta nghĩ nhiệm vụ tối cao của cha mẹ là dạy dỗ con cái cách hành xử phù hợp với chuẩn mực xã hội, và trên tất cả là vì lợi ích của chúng. Ta muốn con cái học hành chăm chỉ, có lối sống lành mạnh, có ý thức kỷ luật, có tác phong dễ mến, làm lợi cho gia đình và có ích cho xã hội. Nhưng bọn trẻ đâu có chung nhận thức với ta, vốn hồn nhiên và vô tư, chúng chỉ muốn làm những gì chúng thích. Chúng cũng chẳng chu đáo đến mức tỏ ra quan tâm đến những điều người khác nghĩ về mình hay về những hậu quả do chúng gây ra.

Khi thấy trẻ không nằm trong vòng cương tỏa của mình, nhiều bậc cha mẹ (trong cơn giận dữ và thất vọng) thường dùng đến biện pháp cưỡng bức hay đe dọa buộc đứa trẻ phải vâng lời, *“Con phải làm theo lời mẹ... nếu không...”*. Nhưng sau nhiều lần vẫn không thấy cha mẹ làm như đã nói, bọn trẻ đâm ra lờn và cứ ý mình mà làm, cha mẹ nói sao cũng mặc kệ.

Và thế là cuộc chiến giữa hai thế hệ nổ ra, đẩy cha mẹ và con cái sang hai bên chiến tuyến. Cha mẹ coi con là kẻ nổi loạn phải đưa vào khuôn khổ, còn con cái thì nghĩ cha mẹ mình độc tài vô lý, thường làm hỏng niềm vui của chúng, bắt chúng phải làm những điều chúng không muốn. Tình trạng này dẫn đến mối quan hệ thắng-thua, được-mất. Bọn trẻ cảm thấy mình thua cuộc nếu làm theo những gì cha mẹ muốn. Ngược lại, cha mẹ cảm thấy mình là kẻ bại trận khi không quản lý được con cái. Nhưng thật ra, trong cuộc chiến này, cả hai phía đều thất bại.

Có cách nào khiến con cái chia sẻ quan điểm với cha mẹ không? Làm thế nào giúp trẻ biết suy nghĩ thấu đáo và hành động vì lợi ích của chúng? Liệu có thể khiến con cái làm những việc cần làm với thái độ hợp tác, vui vẻ không? Dù bạn tin hay không, thì câu trả lời vẫn là CÓ!

Những bạn trẻ mà chúng tôi có dịp trò chuyện đều tỏ ra hiểu và đồng tình rằng chúng nên

cư xử lễ phép, học hành chăm chỉ và vâng lời cha mẹ. Thế nhưng không hiểu sao, chúng vẫn KHÔNG MUỐN làm theo những điều đúng đắn đó. Trong thực tế, nếu các bậc phụ huynh sử dụng đến quyền cha mẹ bằng vũ lực hoặc những lời trách cứ triền miên thì họ chỉ khơi thêm hố sâu ngăn cách với con cái, vì đó là điều đi ngược lại năm nhu cầu cảm xúc của con trẻ mà chúng ta đã thảo luận ở chương trước.

Để con cái nghe lời và hợp tác với chúng ta trong mọi chuyện, trước hết cha mẹ phải xây dựng một bầu không khí mà khi hòa mình vào đó, con trẻ giống như cá về với nước, có thể yêu thương và tự hào về bản thân mình, thoải mái hợp tác với cha mẹ trong mọi chuyện. Một lần nữa, bí quyết vẫn là tận dụng năm nhu cầu cảm xúc của trẻ.

LIÊN KẾT NĂM NHU CẦU CẢM XÚC CỦA TRẺ VÀO NHỮNG VIỆC MÀ TA MUỐN CHÚNG LÀM

Chúng kiến việc chúng tôi có thể khiến cho con em mình trở nên tích cực, có động lực trong học tập và cuộc sống (trong khi có đến 90% trẻ bị cha mẹ ép buộc phải tham gia khóa học), nhiều phụ huynh lấy làm kinh ngạc ghê gớm. *“Tôi hò hét van nài chúng học hành tử tế mà chúng đâu có nghe? Sao anh có thể làm chúng thay đổi như thế? Chỉ cho tôi với!”* - nhiều người đã nói với chúng tôi như thế.

Cả các thầy cô giáo cũng nói, *“Sao anh có thể khiến chúng tham gia mọi hoạt động và tập trung vào trong giờ học như vậy được, trong khi chúng tôi liên tục nhắc nhở chúng giữ trật tự mà đâu có ăn thua gì?”*

Bí mật lớn nhất là chúng tôi KHÔNG BAO GIỜ bảo học sinh rằng chúng PHẢI học hành chăm chỉ hoặc chúng NÊN đạt kết quả tốt. Đó là vì chúng tôi biết rằng ở những người bạn trẻ, nhất là lứa tuổi mới lớn, nhu cầu ĐỘC LẬP vô cùng mạnh mẽ, chúng không thích bị người khác (đặc biệt là người lớn) sai khiến, điều khiển như con rối. Chúng tôi đã có kinh nghiệm rằng, bạn càng bảo chúng NÊN học bao nhiêu, chúng càng muốn chống đối lại bấy nhiêu.

Thay vì thế, chúng tôi bao giờ cũng nói với các em rằng, chúng được QUYỀN LỰA CHỌN cho cuộc sống tương lai của mình. Nếu bây giờ chúng chọn việc không học hành chăm chỉ, thì mai kia chúng sẽ có rất ÍT LỰA CHỌN cho những việc mà chúng có thể làm cho mình và cho người khác.

“Với kết quả học tập kém, bạn không thể chọn được trường học hay khóa học mà bạn yêu thích, trong thực tế những trường tốt không chọn bạn, họ chỉ chọn những người có thành tích

đáng nề mà thôi. Như vậy, chỉ còn lại cho bạn vài lựa chọn sót lại mà người khác không muốn. Với học vấn thấp, bạn không thể có được những công việc thú vị, lương cao mà nhiều người ao ước. Thật vậy, với một công việc tẻ nhạt, đồng lương tẻ bạc, bạn không thể kén chọn, chẳng hạn ăn ở nhà hàng nào, mặc đồ hiệu gì và sống ở đâu. Nói cách khác, nếu bạn chọn việc không học tập đàng hoàng hôm nay thì trong tương lai bạn sẽ có rất ít tự do để lựa chọn. Bạn không thể tự quyết định cho mình, cuộc sống của bạn có thể bị người khác chi phối.”

“Tuy nhiên, nếu bạn CHỌN học hành chăm chỉ và đạt điểm cao, bạn sẽ được tự do lựa chọn bất cứ ngành học nào mà mình muốn, vào học ở bất kỳ trường nào mà bạn thích. Với tờ giấy thông hành là bằng cấp ở những trường tốt, bạn có thể chọn bất kỳ công ty mà bạn muốn với mức lương hậu hĩnh. Như vậy, với nhiều cơ hội lựa chọn, bạn sẽ làm chủ cuộc đời mình, chứ không phải bất cứ ai khác.”

Bạn thấy đấy, vấn đề là ở cách tiếp cận. Khi bạn để cho con trẻ được tự do lựa chọn điều gì tốt cho mình, mọi việc sẽ diễn ra theo đúng ý bạn mà bạn chẳng cần phải ra oai, một việc vốn chỉ làm phương hại đến mối quan hệ cha mẹ và con cái. Vì chẳng có đứa trẻ nào chọn để bị một ai đó chỉ đạo, quản thúc suốt đời.

Cho nên lần nào cũng vậy, mỗi khi thông điệp của chúng tôi được truyền đi, bọn trẻ lại tỏ ra hăng hái nhập cuộc. Chúng thấy rằng MÌNH chọn việc học chăm chỉ chứ không phải do ai ép buộc cả. Bởi vì những người trẻ đều đề cao tự do độc lập, chúng sẽ thấy rõ lợi ích của việc học hành chăm chỉ là để được tự do tự tại.

Nói cách khác, chúng tôi kết hợp hai khái niệm “học hành chăm chỉ” với “tự do độc lập” thành một cặp có quan hệ nhân quả. Việc kết hợp này hóa ra lại là một trong những yếu tố động viên mạnh nhất đối với bất kỳ thiếu niên nào. Lý do mà nhiều bậc cha mẹ không thể thuyết phục được con học tốt là vì họ làm cho chúng cảm thấy rằng chúng học là cho cha mẹ chứ không phải cho mình.

Khi hỏi học sinh tại sao chúng đi học, chúng tôi thường nhận được những câu trả lời giống nhau như *“Vì em BỊ BẮT PHẢI học”, “Để mẹ vui”* hay *“Để ba không la mắng”*. Trong tâm trí, chúng tạo ra một liên kết giữa “học hành chăm chỉ” với “mất tự do” (bị cha mẹ quản thúc) và ngược lại, “không học” với “tự do”. Vì chuyện học đi ngược lại với nhu cầu cảm xúc của nhiều đứa trẻ, chúng không tìm thấy niềm vui khi học bài. Một lần nữa, tôi muốn mách cho bạn biết, bí quyết nằm ở chỗ liên kết nhu cầu cảm xúc của trẻ với những việc mà ta muốn chúng làm, đó là cách

khiến chúng có động lực để thực hiện.

Sau đây là một ví dụ cho biết chúng tôi đã khiến học sinh giữ trật tự trong giờ học và hăng hái tham gia ý kiến trong các buổi thảo luận như thế nào. Chúng tôi khởi xướng một cuộc thi đua giữa các nhóm học sinh. Khi một em trả lời đúng và được đồng đội cổ vũ nhiệt liệt, nhóm đó sẽ được một trăm điểm. Ngược lại, chỉ cần nhóm nào có một em không hăng hái tham gia thì nhóm đó sẽ bị mất điểm cho đội bạn.

Kết quả là gì? Tất cả học sinh (kể cả những em miễn cưỡng nhất) cũng bắt đầu tham gia hoạt động và cổ vũ cho bạn. Tại sao? Bởi vì nếu chúng không làm thế, đội nhà sẽ mất điểm còn chúng thì bị đồng đội tẩy chay. Vì trẻ có nhu cầu mạnh mẽ được người khác chấp nhận, nên chúng luôn làm theo những gì mà các bạn mình làm và bắt đầu tham gia hoạt động chung.

Chúng ta lý giải như thế nào về hiện tượng đa số lớp học (nhất là ở Châu Á) có không khí rất “êm đềm”, học sinh ít giơ tay trả lời câu hỏi, càng ít vỗ tay cổ vũ bạn học khi bạn đó trả lời đúng? Đó là vì một quan niệm sai lầm phổ biến ở ta: khi một học sinh tham gia hoạt động chung quá tích cực, bạn học sẽ gán cho học sinh đó cái mác là “thích chơi nổi”, “tỏ vẻ ta đây” hay “cố làm học trò cưng của thầy”. Vì trong thâm tâm em nào cũng muốn được bạn bè yêu quý và chấp nhận, chúng ta làm như không biết và lẩn trong đám đông còn hơn.

Ở không ít các trường học Châu Á, việc học chăm quá và đạt quá nhiều thành tích cũng là chuyện “không bình thường”. Nhiều em học xuất sắc thay vì được bạn bè yêu quý thán phục lại thường bị cô lập. Vì muốn được chấp nhận trong một môi trường thất bại, nhiều học sinh từ bỏ niềm đam mê học tập hoặc nỗ lực đạt thành tích... vì muốn mình cũng giống như các bạn. Là cha mẹ hoặc thầy cô giáo, chúng ta cần hiểu rõ điểm này để tìm cách tháo gỡ, tránh ép buộc con em lâm vào tình thế tiến thoái lưỡng nan.

BẠN DỪNG NHỮNG BIỆN PHÁP NÀO ĐỂ KHIẾN CON CÁI HỢP TÁC VỚI MÌNH

Đa số phụ huynh mà chúng tôi hỏi chuyện đều muốn con cái của họ làm những việc dưới đây hàng ngày:

Đánh răng	Dậy đúng giờ
Ăn hết cơm	Rửa tay
Làm bài tập về nhà	Học hành chăm chỉ
Nhớ tắt đèn	Về nhà đúng giờ
Lịch sự	Chào hỏi người lớn
Giữ phòng ở sạch sẽ	Lau dọn phòng tắm
Ăn mặc gọn gàng và bỏ áo trong quần	
Đi ngủ/thức dậy sớm	

Họ không muốn con cái không làm những việc sau đây:

Chơi trò chơi điện tử
Xem tivi quá nhiều
Ngoáy lỗ mũi trước mặt người khác
Cắn móng tay/khạc nhổ
Ăn hiếp em nhỏ
Vứt đồ dùng, quần áo bừa bãi
Làm ồn – bật nhạc xập xình
Chơi với bạn xấu

Có phải đó cũng là những việc bạn muốn và không muốn con mình làm hay không? Các bậc cha mẹ khác nhau sử dụng các phương pháp khác nhau để khiến con cái vâng lời. Bạn đã và đang sử dụng biện pháp nào? Chúng tôi muốn bạn hãy dành ra năm phút để viết ra những cách thức của mình trong khoảng trống dưới đây.

Quan niệm cũ

Có nhiều quan niệm khác nhau về cách khiến con cái hợp tác với mình. Chúng tôi chia ra làm hai loại, cũ và mới.

Quan niệm cũ cho rằng *“Tôi để ra chúng thì chúng phải có bốn phận làm theo những gì tôi nói, dù thích hay không thích”*. Cách nghĩ này cho phép cha mẹ không cần quan tâm đến việc con cái nghĩ gì, muốn gì mà sử dụng sức mạnh và quyền lực để buộc con cái nghe lời và làm theo. Những người có cách nghĩ này tin rằng, nếu bạn có thể khiến con cái cảm thấy tồi tệ và sợ hãi thì chúng sẽ phục tùng vô điều kiện. Những bậc cha mẹ có quan niệm cổ hủ “ngu để trị” thường sử dụng các biện pháp mạnh như sau:

1. Đổ lỗi và kết tội

“Sao con lúc nào cũng làm như vậy? Con có bị gì không đấy? Con không thể làm được việc gì đúng đắn hay sao? Sao con không dội nước bàn cầu? Đã bao nhiêu lần mẹ bảo con không được để ví tiền lung tung? Vấn đề ở chỗ là con bỏ ngoài tai mọi lời mẹ dặn!”

2. Đe dọa

“Con mà làm thế một lần nữa là mẹ sẽ đánh đòn con đấy. Nếu con không ăn xong trước khi

mẹ đếm tới ba, mẹ sẽ bỏ con lại một mình. Nếu con không tắt tivi ngay, mẹ sẽ cấm con ra khỏi nhà.”

3. Dán nhãn tiêu cực

“Con bị đứt dây thần kinh xấu hổ hay sao? Phòng của con bừa bộn bẩn thỉu như chuồng heo. Người đâu mà ngu thế, óc con toàn vụn bánh mỳ chắc? Nhìn con ăn uống kìa, thô tục hết chỗ nói. Con thật lười biếng, ích kỷ, cẩu thả!”

4. Giảng đạo và mắng nhiếc

“Con nghĩ nói leo là hay lắm sao, ba đang nói chuyện với khách mà cứ chõ miệng vào thế à? Ba có thể thấy rằng con không hề có khái niệm về văn minh, đúng là loại người man di mọi rợ. Con phải hiểu rằng nếu muốn người khác tôn trọng con, con phải tôn trọng người ta trước. Không ai coi trọng con nếu con ...”

Cha mẹ được gì từ những quan niệm cũ?

Dùng quyền làm cha mẹ để đe dọa, lên lớp và chỉ trích con cái có thể là một biện pháp hiệu quả tức thì (trong trường hợp bạn chưa lạm dụng quá đến mức đẩy con tới chỗ lý lợm bất chấp tất cả), buộc con cái phải khuất phục trước uy lực mà làm theo những gì cha mẹ muốn. Nhưng cung cách nói trên không hề có tác dụng lâu dài. Kể cả khi trẻ làm theo những gì chúng ta chỉ đạo, chúng cũng chỉ miễn cưỡng làm quấy quá nên thường lặp đi lặp lại một số lỗi, cuối cùng mọi việc không đúng như ta muốn.

Trong trường hợp xấu hơn, trẻ có thể bị tổn thương, giận dữ, buồn phiền, có tâm lý chống đối hoặc thậm chí căm ghét bản thân, gia đình và cha mẹ. Tôi biết có những người con đến lượt mình làm cha mẹ rồi vẫn không xóa được nỗi đau ngày xưa do cha mẹ họ gây nên. Những cảm xúc tiêu cực này sẽ khiến trẻ mất đi lòng tự trọng, nhiễm cách nghĩ tiêu cực về bản thân và về mọi việc trên đời. Thiếu thốn tình yêu thương, sự công nhận của gia đình là một trong những nguyên nhân chính của hiện tượng rối loạn hành vi ở trẻ vị thành niên.

Quan niệm mới

Những người theo quan niệm mới cho rằng làm cha mẹ có nghĩa là giúp con cái vui vẻ và tự nguyện hợp tác với mình trong mọi việc lớn nhỏ. Họ tin rằng thế hệ trẻ có thể làm được nhiều việc hơn nếu cha mẹ có thể mang lại cho con cảm giác được yêu thương, chấp nhận, trở nên quan trọng và tạo cho chúng một không gian độc lập.

Trái ngược với những biện pháp mạnh xuất phát từ lối nghĩ cũ, bạn có thể sử dụng bốn “tuyệt chiêu” sau đây để khiến con cái hợp tác với mình hơn và dễ tiếp thu ý kiến hơn. Đó là 1) Giúp con cái cảm thấy mình quan trọng, 2) Chủ động nói về cảm xúc của bạn, 3) Miêu tả vấn đề và không đổ lỗi, 4) Tạo cho con rộng đường lựa chọn.

1. Giúp con cái cảm thấy mình quan trọng và có ích

Trong chương trước, chúng tôi đưa ra ví dụ về cách chúng tôi khiến một nhóm nam sinh quậy phá trở nên gương mẫu trong giờ học và cả chuyện một em có thành tích bất hảo trở thành tình nguyện viên đắc lực trong các khóa học của chúng tôi như thế nào. Bí quyết cũng thật đơn giản, chỉ cần “điểm trúng huyệt” của những cu cậu này: mong muốn trở thành người quan trọng và có ích. Nhu cầu tốt đẹp ấy nếu đi đúng hướng, ta sẽ có những anh hùng, những nhân tài xuất chúng, nhưng nếu đi chệch hướng, gia đình và xã hội sẽ có thêm gánh nặng phải giải quyết.

Những ví dụ đó chỉ muốn nói với bạn một điều: Nếu chúng tôi làm được thì bạn cũng dễ dàng làm được. Đưa con cứng đầu của bạn, một cách tự nguyện nhất, sẽ làm theo những gì bạn muốn nếu bạn biết cách mang lại cho chúng cảm giác rằng mình quan trọng và có ích.

Và tất cả trẻ em trên đời (thậm chí cả bố mẹ của chúng nữa) ai cũng có mong muốn khi mơ hồ khi mãnh liệt là được thấy mình quan trọng trong một việc gì đó và với một người nào đó. Thế nên trong khi làm việc với thiếu niên, chúng tôi bao giờ cũng tin tưởng và giao phó trách nhiệm cho chúng, kể cả những nhiệm vụ khó khăn, và bao giờ các em cũng đều gắng sức hoàn thành, đôi khi trên cả mong đợi nữa.

Dưới đây là một số gợi ý về những điều mà bạn có thể nói để nâng cao tầm quan trọng của con cái khi giao việc cho chúng.

“Con trai, ba trông cậy con vào việc giữ gìn phòng ốc sạch sẽ. Ba biết là con có thể sắp đặt mọi chuyện rất tốt.”

“Trong chuyến đi nghỉ lần này, ba sẽ giao cho con gái nhiệm vụ giữ vệ xe nhỏ. Ba biết con là người có trách nhiệm nên ba tin rằng con sẽ cất giữ vệ xe thật cẩn thận.”

“Tiền điện nước nhà ta tháng này tăng cao đột biến. Con trai à, mẹ cần con giúp mẹ bảo đảm rằng tất cả đèn và thiết bị trong nhà đều được tắt đi những lúc không dùng tới. Cảm ơn con.”

“Mẹ rất vui nếu con giúp mẹ đổ rác.”

“Ái chà, lưng mẹ đau quá, cái thùng này hơi nặng, con giúp mẹ được không?”

Bạn biết không, nếu bạn mở đầu hoặc kết thúc câu nói của mình với con cái bằng những

cụm từ như sau, bạn có thể thấy được những kết quả thần kỳ. Nếu không tin bạn có thể thử mà!

- *“Ba trông cậy con trong việc...”*
- *“Con sẽ giúp được mẹ rất nhiều nếu con có thể...”*
- *“....Mẹ biết rằng mẹ có thể tin tưởng con.”*
- *“... Ba biết con sẽ không làm ba thất vọng.”*

Sẽ còn hiệu nghiệm hơn nếu bạn đưa ra những đánh giá tốt về con cái trước mặt những thành viên khác trong gia đình. Nhưng trên tất cả, bạn bao giờ cũng phải chân thành, không một chút giả dối, vờ vịt. Bọn trẻ không ngu ngốc và nếu chúng cảm thấy rằng đó chỉ là mánh khóe chứ thật lòng bạn không nghĩ như vậy, thì không những bạn “xôi hỏng bỏng không” mà còn làm xấu đi mối quan hệ giữa cha mẹ và con cái. Chúng sẽ không tin tưởng bạn mà cho rằng bạn làm như thế với ý đồ xấu.

2. Chủ động nói ra cảm nhận của mình

Cho con cái biết cảm nghĩ của bạn đối với những hành vi hoặc kết quả mà chúng đạt được cũng là một cách khơi gợi sự hợp tác và khiến chúng quan tâm đến những vấn đề đặt ra. Nói với con, đặc biệt là những đứa trẻ lớn, về cảm xúc thật sự của mình cũng là một cách dạy chúng biết quan tâm và tôn trọng cuộc sống tình cảm của người khác. Đôi khi trẻ làm một việc sai trái vì chúng chỉ nghĩ đến bản thân mình mà chưa ý thức được ảnh hưởng của việc mình làm đối với người khác.

Nhìn chung, hầu như bất cứ đứa trẻ nào, sâu thẳm trong đáy lòng mình cũng đều yêu thương và quan tâm đến cha mẹ. Bạn hãy luôn tin tưởng điều đó vì niềm tin ấy sẽ dẫn dắt bạn trong những nỗ lực xích lại gần với con cái. Bọn trẻ, một khi nhận ra rằng chúng làm cho bạn lo nghĩ và tổn thương như thế nào, sẽ phải nhìn lại bản thân và sau đó có động thái hợp tác với bạn.



3. Miêu tả vấn đề, không đổ lỗi hay quy kết

Đôi khi bạn không cần nói gì nhiều. Thay vì thuyết giảng một bài dài về đạo lý rồi bảo con cái phải làm thế này, nghĩ thế kia, bạn chỉ cần miêu tả vấn đề theo cách bạn thấy mà thôi.



Bằng việc miêu tả vấn đề (dù có thể nói với một giọng nghiêm túc), bạn không hề ép buộc hay tấn công con cái mà lại cho chúng cơ hội tự suy nghĩ về việc chúng nên làm. Và như vậy, chúng sẽ cảm thấy mình đứng ở vị thế chủ động giải quyết vấn đề chứ không phải bị động làm theo ý cha mẹ.

4. Tạo cho con rộng đường lựa chọn

Bọn trẻ thường có thái độ chống đối khi chúng nghĩ mình đang bị quản chế vì điều đó vi phạm nhu cầu của chúng muốn được độc lập và tự do. Nếu bạn thường nói những câu như *“Mẹ muốn con...”, “Con nên...”* hay *“Làm theo lời ba mau ... nếu không...”*, bạn sẽ khiến chúng có cảm giác mình chỉ là con rối dưới bàn tay điều khiển của người lớn.

Khi cảm thấy mình không có sự LỰA CHỌN, chúng sẽ có khuynh hướng tỏ ra BẤT CẦN và thậm chí nổi loạn. Là cha mẹ, bạn hãy học cách nói giúp chúng có ý thức về TRÁCH NHIỆM và tạo cho chúng cơ hội được LỰA CHỌN. Khi bọn trẻ nghĩ chúng có quyền lựa chọn, chúng sẽ cảm thấy có động lực để làm việc đó. Bạn cũng có thể dùng đến chiêu thức “đánh bài ngựa”: nói với con về những kết quả khác nhau cho từng lựa chọn, còn việc đưa ra quyết định là ở chúng. Cách này tỏ ra hữu dụng trong hầu hết các trường hợp. Khi thấy mình được thỏa mãn các nhu cầu quan trọng, trẻ thường đưa ra một lựa chọn hợp lý.

Cô bé Kelly hai tuổi của chúng tôi cũng được quyền lựa chọn như thế nào?

Chúng tôi không chỉ sử dụng những phương pháp trên một cách thành công với học trò mà còn cả với đứa con gái nhỏ của mình nữa. Khi bé Kelly hai tuổi, vợ tôi phải viện đủ mọi cách để khiến nó uống hết bình sữa. Nhưng mặc cho vợ tôi la mắng hay năn nỉ đến mấy, Kelly lần nào cũng trì hoãn không chịu uống sữa. Đến lúc bức quá vợ tôi đe dọa nó thì mọi việc thường trở nên tồi tệ hơn, Kelly bức bối khóc thét lên và không chịu nghe ai dỗ dành nữa.

Thế là vợ tôi sử dụng biện pháp “tạo điều kiện cho con trẻ lựa chọn” và mọi việc trở nên tốt đẹp hơn, ít nhất thì trong nhà cũng không vang lên tiếng hò hét, khóc lóc nữa. Thay vì la mắng đe dọa như trước đây, vợ tôi thông báo với con bé rằng, *“Nếu con uống hết sữa ngay, con có thể đi công viên chơi với ba mẹ* (điều mà Kelly rất thích). *Nếu uống chưa xong, con sẽ ở nhà còn ba mẹ sẽ đi chơi”*. Dĩ nhiên, lần đầu tiên dùng đến biện pháp này, vợ chồng tôi phải ra khỏi nhà thật để chứng tỏ rằng chúng tôi sẽ làm đúng những gì đã nói. Kể từ đó, cô bé ngoan ngoãn uống hết bình sữa vì nó sợ bị bỏ lại ở nhà.

Quyền lựa chọn mang lại cho bạn ý thức làm chủ

Nhiều năm về trước, khi tổ chức các khóa huấn luyện đầu tiên cho học sinh, chúng tôi nói với các em rằng chúng PHẢI tham gia tích cực và chúng tôi sẽ cứng rắn với những em chểnh mảng. Bạn nên biết là nhiều em trong số những học sinh của chúng tôi bị buộc phải đi học; thế nên chúng có sẵn định kiến là chúng tôi sẽ tìm mọi cách để thay đổi chúng thành một người khác. Chẳng có gì đáng ngạc nhiên khi nhiều đứa tỏ thái độ nghi kỵ, phòng thủ, thậm chí còn công khai thách thức chống đối nữa, *“Hừm, cứ thử thay đổi tôi xem nào!”*

Khi chúng tôi tỏ ra nghiêm khắc với chúng và ép buộc chúng tham gia vào những hoạt động chung mang tính thực hành thì chúng bắt đầu la ó, nhiều đứa còn kích động những đứa trẻ bất mãn khác.

Thấy tình thế không ổn, chúng tôi bèn tìm cách thay đổi cách tiếp cận, nhất là khi chúng tôi đã hiểu rõ sức mạnh của việc mang lại những lựa chọn và quyền quyết định cho trẻ. Vậy chúng tôi đã làm như thế nào?

Ngay từ đầu khóa học, chúng tôi nói với các em rằng chúng nhận được lợi ích từ khóa học như thế nào là tùy thuộc vào CHÚNG. Rằng với tư cách những nhà huấn luyện, chúng tôi không thể thay đổi ai và cũng không có ý định đó (nghe thế những đứa trẻ có thái độ chống đối bắt đầu “hạ vũ khí”). Sau đó, chúng tôi nhấn mạnh một thông điệp rằng không ai có thể thay đổi chúng trừ bản thân chúng, và chúng có khả năng cũng như quyền lựa chọn để làm một người thành công hay thất bại trong cuộc sống. *“Nếu bạn chọn việc tham gia nhiệt tình vào khóa học, bạn sẽ tìm thấy trong bản thân một người tự tin và có động lực đi lên. Nếu chọn cách đứng ngoài các hoạt động của khóa học, thì bạn cũng vẫn là một người thất bại như cũ, sau khi tiêu phí tiền bạc của cha mẹ và thời gian của bản thân”.*

Chúng tôi còn cho phép học sinh quyền lựa chọn để khóa học diễn ra như thế nào nữa. *“Chúng tôi có thể tùy theo sự lựa chọn của bạn mà tổ chức khóa học nhẹ nhàng, học ít chơi nhiều, mọi người đều cảm thấy “khỏe re” (cả người học lẫn người đào tạo). Nhưng như thế bạn sẽ chẳng nhận được lợi ích gì nhiều từ tiền học phí và thời gian bỏ ra đầu tư. Hoặc tôi có thể chọn cách làm cho khóa học này trở nên khó khăn hơn với nhiều thử thách hơn. Bạn sẽ phải làm việc nhiều hơn, nhưng đổi lại sẽ gặt hái nhiều hơn khi nhận thức được tiềm năng vô hạn của mình và có cơ hội thành công hơn so với những bạn khác”.*

Thật kỳ diệu, kể từ khi công bố “gói lựa chọn” này ngay từ đầu khóa học, chúng tôi đều nhận được tới 99% sự ủng hộ của học viên cho con đường khó khăn hơn. Bằng việc tôn trọng quyết định của học sinh và cho chúng quyền được chọn lựa, chúng tôi phát hiện ra rằng khi đứng trước thử thách khó khăn, bọn trẻ sẽ cố gắng hết sức mà không ỷ lại hoặc than phiền. Đơn giản thôi, bởi vì trong suy nghĩ của trẻ, chúng mới là người lựa chọn việc thay đổi và học hỏi chứ không phải bị chúng tôi áp đặt.

Nhiều giáo viên qua những lớp đào tạo của chúng tôi đã sử dụng “tuyệt chiêu” này rất tốt. Một cô giáo dạy Toán kể với chúng tôi rằng trước đây mỗi khi cô cho thêm bài tập về nhà, nhiều đứa học trò lên tiếng than phiền cô cho nhiều bài hơn những thầy cô khác. Chúng nghĩ

mình không được quyền lựa chọn và khổ ... vì hàng đồng bài về nhà.

Sau khi nắm được bí quyết của chúng tôi, cô quyết định giao bài tập về nhà theo một cách khác. Vào đầu học kỳ, cô nói, *“Như các em đã biết, môn Toán rất khó và mục tiêu của cô đề ra là giúp tất cả các em đạt điểm 10 vào kỳ thi cuối khóa. Cô có thể cho các em rất ít bài tập về nhà. Như vậy các em đỡ phải làm mà cô cũng đỡ phải chấm bài, thế là để cho cả hai bên, đúng không? Bên cạnh đó, làm ít bài tập cũng có nghĩa là các em không được chuẩn bị tốt để giành điểm cao nhất. Hoặc cô có thể cho các em nhiều bài tập hơn những môn khác. Các em sẽ mất thời gian nhiều hơn nhưng sẽ quen với các dạng bài khó và các em sẽ có nhiều khả năng đạt điểm 10 môn Toán. Vì thế, cô nhường cho các em quyền quyết định việc này”*. Vì cô đã nói rõ ý định của mình và kết quả đi kèm với mỗi lựa chọn, cho nên phần lớn học sinh đã chọn làm nhiều bài tập hơn và không còn tâm trạng ngán ngẩm trước những bài khó nữa.

Vậy bạn có thể áp dụng phương pháp hiệu quả này với con bạn như thế nào? Ngay từ đầu, bạn hãy nói rõ ý định tốt đẹp của bạn, cho chúng biết các cơ hội lựa chọn cùng kết quả đi kèm. Phương pháp này sẽ hiệu quả hơn nếu bạn thêm vào câu *“Ba mẹ biết con đủ trưởng thành để có lựa chọn đúng đắn cho mình”*.

Mang lại cho trẻ sự lựa chọn



Làm thế nào để đưa ra những góp ý mang tính xây dựng?

Trong cuộc sống hàng ngày, chúng ta thường thấy con cái có hành vi hoặc lời nói chưa đúng và cần đến người lớn chúng ta chỉ bảo để điều chỉnh cho tốt hơn. Có rất nhiều chuyện như thế, từ việc học hành chưa đúng phương pháp đến việc phụ giúp mọi việc trong nhà và ứng xử với người chung quanh. Thế nên, người lớn chúng ta cũng phải học cách phê bình góp ý thế nào với con trẻ để chúng cảm thấy dễ tiếp nhận những lời góp ý đó nhất.

Thường thì khi góp ý, nhiều ông bố bà mẹ (và cả giáo viên nữa) có khuynh hướng “phán” ngay một câu như kiểu án quyết, *“VẬY LÀ SAI!”*, *“HỎNG, LÀM NHƯ VẬY THẬT NGU XUÂN!”*. Mỗi khi gặp một câu phủ nhận sạch trơn như vậy, trẻ sẽ có cảm giác như bị dồn vào chân tường và có

khuy nh hướng rút về tư thế phòng thủ hoặc đối đầu. Bởi vì chúng nghĩ, có vẻ như cha mẹ chỉ muốn bới móc lỗi lầm hoặc sai sót của chúng cho hả giận.

Trong thực tế, khi ta nói đập vào mặt người khác rằng họ sai, họ xấu, họ tệ hại thì phản ứng tức thì của họ sẽ là biện minh cho hành động hoặc giá trị của mình chứ không chịu nghe ra cái lý của người góp ý để mà sửa chữa. Cũng vậy, khi ta dùng những câu như *“Con nên làm thế này...”* hay *“Mẹ muốn con phải”*, một số đứa trẻ sẽ nảy sinh ý định chống đối vì điều đó phạm vào nhu cầu muốn được độc lập của chúng. Một lần nữa, trẻ không thích bị người khác, đặc biệt là cha mẹ, sai bảo phải làm cái này cái kia.

Thật may là bạn có thể thay đổi điều này chỉ bằng một động tác nhỏ và dễ dàng. Thay vì bắt đầu với việc bảo con cái là chúng làm sai chuyện gì, bạn hãy bắt đầu bằng việc nói đến những khía cạnh tốt của việc làm đó. Sau đó, gợi ý những điểm giúp chúng có thể làm tốt hơn.

Góp ý mang tính xây dựng

Tóm lại, bạn sẽ thấy việc kêu gọi sự hợp tác của con trẻ trở nên dễ dàng hơn nhiều nếu bạn biết cách khiến chúng vui vẻ mà chấp nhận làm những việc cần phải làm. Bằng cách hiểu và liên kết nhu cầu về tình yêu thương, sự chấp nhận, tầm quan trọng, sự công nhận và sự độc lập với việc mà bạn muốn trẻ thực hiện, mọi việc sẽ trở nên suôn sẻ hơn.



Một lần nữa, bạn cũng nên hiểu rằng không có phương pháp nào màu nhiệm đến mức mang lại hiệu quả tức thì và cho mọi đứa trẻ trên đời. Nhưng bạn sẽ tạo ra sự khác biệt to lớn nếu có đủ kiên nhẫn với từng lời khuyên nho nhỏ của chúng tôi.

Thế là với những bí quyết mà tôi chia sẻ với bạn từ đầu đến giờ, cùng với những phương pháp mà bạn có sẵn, bạn đã có những điều kiện cần và đủ để thành công hơn trong vai trò làm cha mẹ. Tôi chỉ còn một ít “bí kíp” nữa để chia sẻ với bạn trong những chương sau. Nhưng trước khi tiếp tục, còn một điều nho nhỏ nữa tôi mong bạn hãy ghi nhớ. Đó là bạn hãy tỏ ra thật linh hoạt trong khi đón nhận thông tin phản hồi từ trẻ và tùy theo từng trường hợp cụ thể mà thay đổi các cách thức cho đến khi đạt được kết quả mong muốn.

CHƯƠNG 8

THAY ĐỔI TƯ DUY BẰNG PHƯƠNG PHÁP CHUYỂN HÓA Ý NGHĨA TÍCH CỰC

Trước khi bắt đầu chương này, tôi muốn kể cho bạn nghe một câu chuyện của nhà văn Đan Mạch Andersen, người được mệnh danh là ông hoàng của truyện cổ tích. Câu chuyện kể về một ông lão, vào những ngày giáp Tết, dẫn con bò cái tơ tuyệt đẹp nhà mình đi bán ở chợ phiên trên tỉnh. Ra khỏi ngõ được một đoạn, ông lão gặp một người đi chợ, người này cất tiếng chào và hỏi ông đi đâu. Ông lão hào hứng nói, *“Chả là tôi dắt con bò cái, gia tài quý nhất của nhà mình đi bán để mua cái gì đó hay hay cho bà lão nhà tôi ấy mà”*. Người này nghe thấy thế bèn gạ, *“Cháu cũng đang muốn mua một con bò cái về vắt sữa cho lũ nhỏ, vừa hay lại gặp ông. Hay là ông đổi con bò cái lấy con bê xinh tuyệt của cháu nhé. Gớm, hàng xóm ai cũng ghen tỵ với nhà cháu vì con bê này đấy ạ”*. Ông lão gật gù nhìn con bê, nó đẹp thật và ông hình dung trong đầu cảnh con bê tung tăng gặm cỏ trong mảnh vườn nhỏ trước nhà. Thế là cuộc trao đổi diễn ra.

Đi thêm một đoạn đường nữa, ông gặp một người dắt một con ngỗng oai vệ đi bên lề đường. Chủ con ngỗng nghe chuyện của ông lão lại nài ông đổi bê lấy ngỗng. Cứ thế cho đến khi ông lão lên được chợ tỉnh thì ông đã đổi qua đổi lại được mấy lần. Cuối cùng, khi vào quán nước làm một ly rượu cho ấm bụng thì cái mà ông có chỉ là một túi táo khô vàng óng.

Hôm ấy trong quán còn có hai quý ông người Anh đi du lịch, họ biết tiếng Đan Mạch nên chăm chú nghe câu chuyện của ông lão khi ông hào hứng kể cho mọi người nghe về sự tích túi táo còi. Cả hai không giấu được nổi kinh ngạc, đổi chác kiểu gì mà lần nào cũng hớ to như vậy!

Một trong hai ông khách góp chuyện, *“Phen này chắc ông sẽ bị bà nhà dắt cho một trận nhớ đời”*. Nhưng ông lão khẳng định rằng bà lão nhà mình chắc chắn sẽ vui sau mỗi “thương vụ” của chồng. Cuối cùng hai quý ông người Anh đứng ra cá độ (chẳng là người Anh từ ngày xưa ngày xưa đã khoái trò cá cược mà), rằng nếu quả thật bà lão không trách cứ ông chồng lấy một lời thì họ sẽ mất cho ông cụ hai túi tiền vàng, đủ để cho ông mua hai chục con bò cái tơ, còn nếu bà lão cho chồng một trận nên thân thì ông lão sẽ phải đãi họ một bữa ra trò ở quán ăn

đầu tỉnh.

Thế là cả ba người kéo nhau đi về ngôi nhà nhỏ nằm ở bìa làng. Chưa vào đến ngõ ông cụ đã lên tiếng, *“Bà nó ơi, ra xem tôi đem về cho bà thứ gì này”*. Nói thế nhưng ông cụ còn giấu chưa cho vợ biết là mình đem cái gì về. Đầu tiên, ông kể chuyện đổi con bò lấy con bê. Bà lão vỗ tay hào hứng reo lên:

“Ôi tuyệt quá, từ hồi nào đến giờ tôi chỉ ước có một con bê.”

“Nhưng tôi lại đổi bê lấy một con ngỗng rồi.”

“Vậy hả, ông rõ thật hiểu ý tôi. Ngỗng là loài vật đẹp, tôi vốn thích từ xưa, với lại nó giữ nhà tốt đáo để.”

“Nhưng tôi lại đổi ngỗng lấy một con gà mái.”

“Thì đã sao nào! Vài bữa nữa nhà ta sẽ có trứng tươi để ăn.”

Cứ thế cho đến khi ông lão bảo cuối cùng mình đổi được một túi táo khô thì bà lão tỏ ra vui sướng hơn bao giờ hết. Bà nhảy lên ôm cổ chồng hôn vào má đến chụt một cái, *“Ôi, mình đúng là ông chồng tuyệt nhất trên đời. Vừa mới sáng nay tôi định nấu nồi súp, chỉ thiếu mỗi mấy quả táo khô, sang xin nhà bên cạnh thì bà hàng xóm làm khó dễ. Thế này thì tôi chẳng cần xin nữa mà còn sang cho bà ấy táo để bà ta biết mặt”*.

Chứng kiến cảnh ấy, hai du khách người Anh không thể tin vào mắt mình. Họ tặng hai vợ chồng già hai túi tiền vàng mà lòng rất vui và còn nói rằng chuyến đi của họ thật vô cùng ý nghĩa.

Chắc bạn khó mà tin vào câu chuyện này nhưng tôi thì tin. Không bàn đến ý nghĩa luân lý của câu chuyện mang đậm ý nghĩa nhân văn này, điều mà chúng ta thấy được là trên đời có những người, bất kể chuyện gì xảy ra với mình, bao giờ cũng nhìn thấy mặt tươi sáng của vấn đề và đó là một trong những điều mà chúng ta sẽ bàn tới trong chương này.

Sau nhiều năm đi tìm câu trả lời cho vấn đề: yếu tố nào có tầm quan trọng bậc nhất trong việc quyết định thành công của một học sinh, chúng tôi hiểu ra rằng, thì ra yếu tố quyết định ấy, may thay, không phải là môi trường và hoàn cảnh (điều kiện xã hội, hoàn cảnh xuất thân, nhà trường, bạn bè v.v...) mà là nhận thức của học sinh đó về những việc xảy ra xung quanh mình và cái cách mà cậu ta phản ứng lại với những sự việc đó. Tôi nói may là vì, nếu thành

công của một người chủ yếu phụ thuộc vào hoàn cảnh khách quan, thì chẳng hóa một dòng họ giàu sang ở một đất nước thanh bình sẽ giàu có đời đời kiếp kiếp sao? Ngược lại, những người nghèo khó thì phải chịu phận nghèo từ đời này sang đời khác ư?

Thật ra đây cũng chẳng phải là phát hiện mới mẻ gì, từ rất lâu các cụ ngày xưa đã nói, “Không ai giàu ba họ, không ai khó ba đời”. Yếu tố làm nên sự thay đổi ấy chính là ở cách nghĩ, cách phản ứng của chủ thể đối với khách thể (hoàn cảnh khách quan).

Có vô số minh chứng cho nhận định này. Tại sao cùng phận thi rớt mà sĩ tử này mất hết tinh thần về nhà mang sách đi đốt, còn thí sinh khác lại quyết tâm dùi mài kinh sử để thi đậu bảng vàng mới thôi?

Cớ sao thằng bé này xông vào đánh nhau với bạn khi bị bạn bè chọc quê là ngu dốt, trong khi cậu bé khác thay vì dùng nắm đấm để khẳng định mình lại chú tâm học hành thật giỏi để một ngày kia chứng minh cho lũ bạn đã gọi mình ngu dốt biết rằng, thật ra ai giỏi hơn ai?

Sao trong cùng một lớp, có những đứa trẻ kêu trời kêu đất khi thầy cô giao thêm bài về nhà lại có những em sẵn sàng chấp nhận vì biết rằng nếu chăm chỉ luyện thêm ở nhà, thì những điểm 10 trong kỳ thi tới không phải là điều quá khó?

Một lần nữa, dưới ánh sáng của phát hiện trên, sự khác biệt nằm ở cách mà mỗi đứa trẻ nhận thức về những điều xảy ra với mình và cái cách mà chúng phản ứng lại với những điều đó.

TƯ DUY CỦA TRẺ ẢNH HƯỞNG LỚN ĐẾN NHẬN THỨC VÀ CÁCH PHẢN ỨNG CỦA TRẺ VỚI HIỆN THỰC KHÁCH QUAN

Quá trình lớn lên của một đứa trẻ là quá trình nhận thức về thế giới xung quanh. Tùy thuộc vào đặc điểm của từng cá thể, mỗi em nhỏ có một góc nhìn riêng để từ đó nó soi chiếu, suy tư và hiểu về thế giới. Nói cách khác, tư tưởng và tình cảm của trẻ là yếu tố quan trọng nhất trong việc định hình cách thức chúng tiếp nhận thông tin từ thế giới xung quanh, suy nghĩ về những kinh nghiệm xảy ra cho mình và từ đó lựa chọn một cách thức phản ứng lại với những sự việc đó.

Một số trẻ sở hữu một cơ chế tư duy có tính chất xây dựng, giúp chúng chỉ chú tâm vào việc lọc ra những mặt tốt của một sự vật hiện tượng, nhờ vậy mà thấm nhuần niềm tin tích cực để có những hành động đúng đắn trong tư thế chủ động. Ví dụ, nếu mắc lỗi trong bài kiểm tra, chúng sẽ cho đó là bài học quý báu giúp chúng tự sửa mình để lần sau thi tốt hơn. Nếu được giao một công việc khó khăn hơn các bạn, chúng sẽ nghĩ đó là cơ hội để thử thách mình, giúp

mình tiến bộ hơn các bạn.

Ngược lại, một số em nhỏ (và cả người lớn chúng ta nữa) từ một lúc nào đó đã “cài đặt” cho mình một cách nghĩ khiến chúng có khuynh hướng nhận thức và phản ứng lại với các sự việc một cách tiêu cực và trong thế bị động. Khi bị trách phạt, chúng sẽ nghĩ mình bị oan hoặc nhìn nhận bản thân là “tồi tệ”, “ngu xuẩn” hay “đáng xấu hổ”.

Chắc bạn vẫn còn nhớ công thức mà chúng tôi chia sẻ với bạn trong chương ba. Cách mà mọi người nhận thức và phản ứng lại với những tác động từ bên ngoài có thể được tóm tắt bằng công thức “Sự kiện + Phản ứng = Kết quả”.

Sự kiện + Phản ứng = Kết quả

Cuộc đời của mỗi người là một chuỗi những biến cố. Có chuyện được ta coi là vui, có chuyện buồn, có việc đúng như ý và cũng có những việc ngoài mong muốn. Nhưng liệu có phải mỗi sự việc đều có bản chất bất biến là vui hay buồn, tốt hay xấu không? Hay cái sự vui - buồn, tốt - xấu ấy là do chúng ta gán cho sự việc? Cách hiểu thứ hai chính xác hơn vì nó có tính đến cả vai trò của chủ thể tiếp nhận sự việc ấy.

Chuỗi biến cố của cái tuổi ngày ngày cấp sách đến trường bao gồm: đạt điểm tốt, xấu hay trung bình, được thầy cô khen chê hay chẳng bao giờ được nhắc đến, được phép tham gia hay bị cấm trong một trò chơi yêu thích, ngoài ra còn những sự việc xảy ra với những người trong gia đình hoặc bạn bè, trực tiếp hoặc gián tiếp ảnh hưởng tới chúng.

Trong thực tế, nhiều người – nhất là thanh thiếu niên – không thấy được vai trò chủ động của mình, chúng đĩnh ninh (mà không hề kiểm chứng) rằng các sự việc xảy ra cho mình ảnh hưởng trực tiếp đến kết quả và tự đồng hóa bản thân mình với kết quả. Đó là lý do tại sao nhiều đứa trẻ thường biện minh, *“Thì thầy dạy dở làm sao mình thi tốt được”, “Vì cha mẹ mình không ủng hộ nên mình mới không làm được chuyện ấy chuyện nọ”* hay *“Gia đình mình nghèo nên mình không có cơ hội thành công như chúng bạn”*.

Sự kiện	-	Kết quả
(Gia đình nghèo)		(Thất bại trong cuộc sống)

Trong thực tế, sự việc khách quan không phải là yếu tố duy nhất tác động trực tiếp đến kết quả bạn đạt được. Còn có một thành tố nữa cực kỳ quan trọng, đó là bạn, người liên quan trực tiếp đến sự việc đó. Hay nói rõ hơn, chính cái cách mà bạn CHỌN để phản ứng lại với sự việc đó

mới là yếu tố quyết định đến kết quả mà bạn nhận được.

Trở lại ví dụ một đứa trẻ sinh ra trong gia đình nghèo, nếu cậu nghĩ: *“Điều này có nghĩa là mình sẽ có ít cơ hội học hành để thành công”* hay *“Mình đúng là số mạt rệp”*, thì ý nghĩ đó sẽ cản trở cậu cố gắng, chỉ cần gặp một khó khăn nào đó ở trường là cậu dễ chán nản mà bỏ học giữa chừng, hoặc nếu không bỏ học thì cũng chỉ học quấy quá cho xong chuyện. Bởi vì *“Có học mấy cũng chẳng ăn thua gì, nhà mình đâu có tiền cho mình đi học thêm như mấy đứa con nhà giàu”*. Sai lầm của cậu bé này là ở chỗ, kể cả khi cha mẹ cậu không có tiền cho cậu học luyện thi thì cậu vẫn có thể tự học.

Không cần nhìn đi đâu xa, tôi chắc bạn cũng biết không ít ví dụ về những tấm gương sáng của những đứa trẻ tự học mà vẫn đỗ đạt cao và sau này có được nhiều cơ hội lớn trong đời. Chuyện gì xảy ra với những đứa trẻ con nhà nghèo đó? Vấn đề là ở chỗ chúng không coi cái nghèo là vật cản trên con đường vươn tới thành công mà lại là cú hích để chúng nỗ lực nhiều hơn nữa. *“Nhà mình nghèo ư, không hề gì, điều đó chỉ có nghĩa là mình phải học chăm hơn những bạn khác mà thôi”* và *“Kể cả khi không thành công thì cũng thành nhân, mình đâu có gì để mất”*. Dễ hiểu là với cách nghĩ như vậy, trẻ sẽ có động lực để phấn đấu không ngừng.



Vậy tại sao những đứa trẻ khác nhau, có khi cùng là anh em trong một nhà, lại có những phản ứng khác nhau với cùng một sự việc? Có phải vừa mới sinh ra đứa trẻ này đã được trao cho “cặp kính màu hồng” và nó thấy cái gì cũng tươi đẹp, còn đứa trẻ kia thì mang “kính màu đen”, việc gì cũng hiện lên trong mắt nó với màu xám xịt? Thật ra thì nhận thức của trẻ chịu ảnh hưởng rất lớn từ những người có quan hệ gần gũi với nó nhất, đặc biệt là cha mẹ và những người nuôi dưỡng chúng.

Nếu cha mẹ là những người có cách nghĩ sáng suốt, có lối sống tích cực, nếu bế yêu thương trong con cái lúc nào cũng tràn đầy, thì có nhiều khả năng chúng lớn lên thành những người lạc

quan, tin tưởng và luôn giải mã thế giới theo hướng có lợi cho sự phát triển của mình.

Báo chí và những câu chuyện người thật việc thật kể cho chúng ta nghe nhiều tấm gương về những đứa trẻ sinh ra trong nghịch cảnh (bị tật nguyền, mắc những căn bệnh hiểm nghèo,...) nhưng nhờ ảnh hưởng tốt từ cha mẹ hay người thân trong gia đình – những người mạnh mẽ, biết YÊU THƯƠNG và khích lệ – mà chúng có thể vượt qua mọi trở ngại để sống tốt hơn, thậm chí còn tạo ra những kỳ tích.

LÀM THẾ NÀO ĐỂ THAY ĐỔI MỘT Ý NGHĨ TIÊU CỰC THÀNH TÍCH CỰC?

Bạn thắc mắc nếu con mình lỡ nhiễm tính bi quan và hay có những phản ứng tiêu cực, sai lầm trước những vấn đề thì điều đó còn có thể điều chỉnh được không? Rất may, câu trả lời là HOÀN TOÀN CÓ THỂ và đó là lý do cho những quyển sách, như quyển bạn đang cầm trên tay, ra đời. Không bao giờ là quá muộn cho một sự thay đổi!

Những người thành công – dù đứng trên cương vị người đứng đầu công ty, nhà giáo hay một người làm cha làm mẹ – thường là người làm chủ được nghệ thuật thay đổi suy nghĩ của người khác. Cái việc tưởng chừng như không thể này thật ra không quá khó khăn. Ngay từ bây giờ, bạn có thể thực hiện được “phép lạ giữa đời thường” bằng cách giúp con cái thay đổi cách chúng nhìn nhận về thế giới chung quanh. Đó chính là bước thay đổi ý nghĩ từ tiêu cực sang tích cực chỉ bằng cách thay đổi góc nhìn. Trở lại câu chuyện của Andersen, nếu thay góc nhìn từ giá trị vật chất (quy ra tiền thì con bò cái có giá cao hơn con bê) sang giá trị tinh thần (một con bê xinh xắn mà mình hằng ao ước có thể mang lại niềm vui, cái không thể tính ra thành tiền) thì ta hoàn toàn hiểu được niềm vui sướng hồn nhiên của hai vợ chồng già trong những cuộc trao đổi trên.

Chuyển hóa ý nghĩa là mô thức tác động mạnh mẽ nhất mà bạn có thể sử dụng để thay đổi nhận thức và tư tưởng của con cái, đồng thời tạo một cú hích cho bước nhảy vọt của chúng. Hãy hình dung việc bạn có thể giúp con thay đổi cách mà chúng hiểu về những trải nghiệm của mình, có thể nói đó là cách mà con bạn tạo ra sự khác biệt với chính con người hôm qua của chúng.

Thực hiện bước chuyển hóa trong nhận thức của con cái, bạn có thể tác động đến tình cảm, hành động và kết quả mà chúng đạt được! Thật tuyệt vời phải không? Với tư cách làm cha mẹ, nếu chúng ta không giúp đỡ chúng thực hiện bước chuyển biến này, trẻ sẽ có khuynh hướng luôn nhìn nhận những trải nghiệm của mình dưới ánh sáng tiêu cực!

MỖI SỰ VẬT ĐƠN LẺ ĐỀU MANG NHIỀU Ý NGHĨA KHÁC NHAU

Làm thế nào để thay đổi ý nghĩa của một sự việc mà con cái chúng ta trải qua? Bạn không cần phải cố gắng thay đổi bản chất của sự việc đó (vì đó là điều không thể) mà chỉ cần thay đổi góc nhìn mà thôi. Chẳng hạn, bạn không thể thay đổi sự việc con bạn thi rớt nhưng chúng ta có thể thay đổi kinh nghiệm của trẻ từ chỗ chán nản, bỏ cuộc đến chỗ coi đó là một dấu hiệu cho biết chúng cần phải học bài đúng phương pháp hơn để lần sau thi đậu và sẽ tiếp tục đạt nhiều kết quả tốt trong học tập. Bất kỳ việc gì xảy ra trong đời bạn cũng mang nhiều ý nghĩa khác nhau. Xấu hay tốt tùy thuộc vào nhận thức và cách bạn lựa chọn để xử lý sự việc đó.



Sơ đồ trên cho thấy chỉ một việc thi hỏng mà có đến sáu (hoặc nhiều hơn) cách hiểu khác nhau. Vậy thì cách hiểu nào là đúng? Thật ra, tất cả đều đúng ở chỗ bất cứ ý nghĩa nào mà bạn gán cho một sự việc sẽ trở thành chân lý đối với riêng bạn.

Nếu một đứa trẻ tin rằng nó bị điểm kém trong kỳ thi bởi vì nó ngu xuẩn, nó sẽ không cố gắng học bài cho kỳ thi lần sau (bởi vì nó đâu có thay được não), kết quả là nó tiếp tục thi rớt và khẳng định niềm tin sai lầm của mình là đúng. Trong khi đó, nếu một học sinh khác cho rằng sở dĩ nó không đạt điểm cao là vì nó chưa học đến nơi đến chốn, nó sẽ cố gắng hơn vào lần sau và chắc chắn sẽ đạt kết quả tốt hơn. Thế có phải ý nghĩa mà bạn gán cho một sự việc nào đó sẽ trở thành đúng đối với bạn không?

Vậy nên cái ý nghĩa mà ta chọn để gán cho một sự việc chính là ý nghĩa thật sự của nó.

LÀM THẾ NÀO ĐỂ CHUYỂN HÓA Ý NGHĨA CỦA NHỮNG SỰ VIỆC TIÊU CỰC?

Có hai cách giúp trẻ chuyển hóa những kinh nghiệm xấu thành tốt. Đó là chuyển hóa nội dung (bên trong) và chuyển hóa bối cảnh (bên ngoài).

1. Chuyển hóa nội dung

Chuyển hóa nội dung là quá trình đi tìm ý nghĩa tích cực của một sự việc lúc đầu vốn được nhìn nhận bằng ý nghĩa tiêu cực **thông qua việc xem xét nó với nhiều cách nhìn hay từ nhiều góc độ khác nhau**. Xin hãy nhớ rằng bất cứ sự việc nào cũng mang trong nó nhiều tầng ý nghĩa. Chính cái ý nghĩa mà bạn chọn để tập trung vào mới là ý nghĩa đích thực đối với bạn.

Cách tốt nhất để thực hiện việc chuyển hóa nội dung là đặt ra cho bạn câu hỏi: **“Việc này còn có ý nghĩa nào khác không?”**, **“Ý nghĩa mà tôi đang thấy có làm tôi mạnh mẽ lên hay chỉ khiến tôi thêm tuyệt vọng?”**

Sau khi hiểu về cách chuyển hóa nội dung, bạn có thể làm bài tập thực hành dưới đây. Điều quan trọng cần ghi nhớ trong thực hành là: cái ý nghĩa mà bạn đưa ra phải truyền động lực cho bạn hoặc con bạn để dẫn đến những hành động tích cực chứ không phải thuần túy là một sự an ủi hay biện minh.

Dưới đây là một số ví dụ về cách chuyển hóa nội dung cho những sự việc “xấu”.

Sự việc:	“Con trai tôi nói suốt ngày.”	
Chuyển hóa nội dung:	“Điều đó có nghĩa là nó rất thông minh.” Hoặc: “Nó rất mạnh dạn và tự tin khi phát biểu chính kiến của mình.” Hoặc: “Nó biết cách biểu đạt tốt những gì mà nó cảm nhận.”	
Sự việc:	“Trời lại mưa đúng vào mấy ngày nghỉ cuối tuần quý giá!”	Chuyển hóa nội dung:
Chuyển hóa nội dung:	“Vây cũng tốt. Cả nhà sẽ có dịp quây quần bên nhau trong những ngày nghỉ.”	“Như vậy, bằng cách xem lại những lỗi đó, bạn sẽ không phạm lỗi thêm lần nữa và sẽ có những câu trả lời đúng trong kỳ thi cuối khóa.”
Sự việc:	“Con gái tôi không học tập được với bạn bè trong lớp.”	Sự việc:
Chuyển hóa nội dung:	“Thế nghĩa là cô bé có dấu óc độc lập với những ý tưởng độc đáo.” Hoặc: “Chắc là con bé có cách tiếp cận sự việc với cái nhìn táo bạo, khác thường.”	“Môn Toán nâng cao thật khó làm sao!”
Sự việc:	“Tôi trả lời nhiều câu sai trong bài kiểm tra vừa rồi.”	Chuyển hóa nội dung:
		“Thế có nghĩa là não bộ của bạn được dịp rèn luyện với những vấn đề khó thật sự, sau này bạn sẽ giải quyết tốt các vấn đề khó hơn.”

Tuy nhiên, nếu con bạn mang sổ điểm về và nói với bạn, **“Thi học kỳ con đứng cuối lớp”** thì bạn chớ nói rằng **“Điều đó có nghĩa là con không thể học kém hơn được nữa”**, vì đó không phải là sự chuyển hóa tích cực, nó không khiến con bạn phấn chấn hơn để học tốt hơn. Thay vì thế, hãy nói **“Không sao con ạ, điều đó chỉ có nghĩa là con sẽ có một sự chuyển mình ngoạn mục hơn bất cứ bạn nào khi lên hạng trong học kỳ tới, nếu con học hành chăm chỉ với phương pháp đúng đắn hơn”**.

2. Chuyển hóa bối cảnh

Chuyển hóa bối cảnh là quá trình đi tìm ý nghĩa tích cực của một sự việc vốn bắt đầu được nhìn nhận bằng ý nghĩa tiêu cực **thông qua việc thay đổi bối cảnh mà chúng ta nhìn nhận nó**.

Một việc có vẻ tiêu cực trong một tình huống nhất định lại có thể được nhìn nhận là tích cực vào một lúc khác hay ở nơi khác (trong bối cảnh khác). Chẳng hạn, bạn nghĩ một người hay thay đổi ý kiến thì được xem là xấu hay tốt? Câu trả lời còn tùy thuộc vào từng trường hợp cụ thể. Trong tình huống này, bạn có thể nói đó là một người ba phải nhưng ở vào một hoàn cảnh khác, cũng người ấy lại được bạn đánh giá là linh hoạt hoặc thức thời.

Khi thực hiện việc chuyển hóa bối cảnh, bạn hãy đặt cho mình câu hỏi, *“Vào một lúc khác, hoặc ở một nơi khác thì điều này có lợi gì không?”* Một việc có thể xem là rất xấu trong thời điểm hiện tại nhưng khi phóng chiếu nó về tương lai hoặc chuyển dịch nó đến một nơi khác, nó sẽ trở thành tốt đẹp thì sao. Dưới đây là một số ví dụ về cách thức chuyển hóa bối cảnh.

Sự việc:	"Con trai tôi nói suốt ngày."
Chuyển hóa bối cảnh:	"Lớn lên chắc cháu nó sẽ có cơ hội thành một diễn giả giỏi."
	Hoặc: "Cháu nó sẽ là một cây búng biện ra trò nếu ở trong đội búng biện của trường."
Sự việc:	"Trời lại mưa đúng vào mấy ngày nghỉ cuối tuần quý giá!"
Chuyển hóa bối cảnh:	"Khi trời tạnh mưa, chuyến đi biển của chúng ta sẽ mát mẻ hơn và bãi biển cũng ít người hơn."

THỰC HÀNH CHUYỂN HÓA Ý NGHĨA NHỮNG KINH NGHIỆM TRONG CUỘC SỐNG

Để có thể sử dụng thành thạo phương pháp chuyển hóa ý nghĩa hiệu nghiệm này, bạn nên bắt đầu bằng việc thực hành bài tập sau. Bạn hãy đọc ví dụ về những kinh nghiệm hay lời nhận xét không hay dưới đây rồi viết ra cách mà bạn chuyển hóa chúng từ xấu thành tốt. Để thực hiện bài tập này, bạn có thể dùng chuyển hóa nội dung hoặc chuyển hóa bối cảnh.

1.Sự việc: "Tôi xuất thân từ một gia đình nghèo rất mong tôi."
Chuyển hóa ý nghĩa:

2.Sự việc: "Tôi bị toàn điểm xấu mặc dù đã chịu khó học bài."
Chuyển hóa ý nghĩa:

3.Sự việc: "Tôi bị nhét vào cái lớp tệ nhất trường."
Chuyển hóa ý nghĩa:

4.Sự việc: "Người yêu tôi đã bỏ rơi tôi đi theo người khác."
Chuyển hóa ý nghĩa:

5.Sự việc: "Mẹ bắt tôi đi học thêm môn vẽ."
Chuyển hóa ý nghĩa:

6.Sự việc: "Ba má cứ la mắng tôi hoài."
Chuyển hóa ý nghĩa:

Gợi ý về một số cách chuyển hóa ý nghĩa tích cực cho những sự việc trên.

1.Sự việc:	"Tôi xuất thân từ một gia đình nghèo rất mong tôi."
Chuyển hóa ý nghĩa:	"Không sao, điều đó có nghĩa là bạn khao khát thành công hơn những người xuất thân giàu có." Hoặc: "Bạn sẽ học được giá trị của đồng tiền và biết cách dành dụm để trở nên khá giả."
2.Sự việc:	"Tôi bị toàn điểm xấu mặc dù đã chịu khó học bài."
Chuyển hóa ý nghĩa:	"Vậy thì bạn có cơ hội tìm hiểu lý do tại sao mình hay phạm lỗi rồi cải thiện cách học của mình cho đến khi đạt điểm cao hơn."
3.Sự việc:	"Tôi bị nhét vào cái lớp tệ nhất trường."
Chuyển hóa ý nghĩa:	"Vậy thì "nắm đầu chọn cột cỏ", bạn có nhiều khả năng đứng nhất lớp."
4.Sự việc:	"Người yêu tôi đã bỏ rơi tôi đi theo người khác."
Chuyển hóa ý nghĩa:	"Thế thì bạn có cơ hội tìm được người khác tốt hơn."
5.Sự việc:	"Mẹ bắt tôi phải học thêm môn vẽ."
Chuyển hóa ý nghĩa:	"Như vậy có nghĩa là bạn có cơ hội phát triển năng khiếu hội họa, biết đâu chừng sau này còn bán được tranh nữa." Hoặc: "Như thế là ba má bạn rất quan tâm đến bạn và muốn đưa ra những thông tin phản hồi để giúp bạn tự điều chỉnh mình."
6.Sự việc:	"Ba má cứ la mắng tôi hoài!"
Chuyển hóa ý nghĩa:	"Điều đó có nghĩa là họ nhìn thấy tiềm năng của bạn và chỉ muốn bạn cố gắng hơn nữa." Hoặc: "Như thế là ba má bạn rất quan tâm đến bạn và muốn đưa ra những thông tin phản hồi để giúp bạn tự điều chỉnh mình."

LÀM THẾ NÀO ĐỂ VƯỢT QUA SỰ KHÁNG CỰ, CHỐNG ĐỐI?

Trong cuộc sống hàng ngày, chúng ta thường gặp phải không ít những ý kiến trái chiều, đó là chưa kể thái độ phản kháng hay chống đối của nhân viên hay bạn bè đồng nghiệp. Nhưng nếu những điều bất như ý này lại xuất phát từ chính con cái chúng ta, thì cách xử lý của ta có nên khác với cách chúng ta giải quyết trong cuộc sống hay không? Chúng ta nên phản ứng như thế nào khi biết con cái mình nhận thức về thế giới một cách lệch lạc, sai trái?

Trước khi đi tìm câu trả lời, tôi muốn cùng bạn làm bài tập thực hành sau. Hãy thử hình dung con trai hay con gái bạn nói những câu như sau, bạn có phản ứng tức thì như thế nào? Hãy viết ra những phản ứng ấy vào khoảng trống bên dưới.

Con bạn nói:

"Học đại học thật phí thời gian, con thà đi làm sớm còn hơn."

Phản ứng của bạn:

Con bạn nói:

"Học với bành thật chán chết. Con không muốn đi học nữa."

Phản ứng của bạn:

Con bạn nói:

"Con ghét thầy Toán. Thầy cứ đặt câu hỏi khó cho con!"

Phản ứng của bạn:

Dưới đây là một số phản ứng thông thường mà các phụ huynh đưa ra trong những buổi chuyên đề của chúng tôi.

"Học đại học thật phí thời gian, con thà đi làm sớm còn hơn."

Phản ứng thông thường:

"Con điên à? Con có học giỏi thì mới có việc làm tốt chứ. Con có muốn đi quét rác không?"

"Học với bành thật chán chết. Con không muốn đi học nữa."

Phản ứng thông thường:

"Không đúng. Việc học rất thú vị."

"Con vẫn phải học cho dù muốn hay không."

"Con ghét thầy Toán. Thầy cứ đặt câu hỏi khó cho con!"

Phản ứng thông thường:

"Thầy chỉ muốn con chuẩn bị tốt cho kỳ thi mà thôi!"

"Thầy làm vậy là vì lợi ích của con đấy chứ!"

Những phản ứng trên nói lên vấn đề gì?

Chắc bạn cũng thấy rõ rằng những phản ứng trên không có tác dụng làm cho con cái nghe lời chúng ta. Những câu nói như vậy không đếm xỉa đến cảm xúc của đứa trẻ, phủ nhận hoàn toàn nhận thức về thế giới của chúng (*"Không đúng!"*), mỉa mai ý kiến của chúng (*"Con điên à?"*), thể hiện quyền lực và sự áp đặt (*"Con phải học cho dù thích hay không!"*) và đưa ra những lời khuyên mang tính giáo điều (*"Đó là vì lợi ích của con"*).

Người lớn càng muốn áp đặt hay phủ nhận ý kiến của con cái theo hướng từ trên ép xuống bao nhiêu, trẻ càng có xu hướng ra sức bảo vệ ý kiến của chúng và cưỡng lại ý muốn của người lớn bấy nhiêu. Sự tình là như thế, bất chấp những mong muốn của các bậc cha mẹ.

Thừa nhận ý kiến của trẻ là tiền đề cho bước chuyển hóa ý nghĩa tích cực

Nếu muốn có ảnh hưởng tốt đến con cái và thay đổi cách nghĩ của chúng, trước hết chúng ta phải TÔN TRỌNG nhận thức về thế giới của chúng, cho dù những hiểu biết ấy có vẻ điên rồ hay khờ dại đến thế nào đi nữa. Khi cha mẹ công nhận quan điểm của con cái, chúng sẽ ở trong tâm thế thoải mái và dễ chấp nhận đề nghị của chúng ta hơn. Chỉ sau khi đã đạt được điều này, bạn mới sử dụng bước chuyển hóa, tức là lái cách nghĩ của trẻ từ tiêu cực sang tích cực hơn.

Bạn có thể tỏ thái độ đồng tình bằng những câu mào đầu như sau:

- “*Mẹ đồng ý ...*” hay
- “*Ừ, ba có thể hiểu là ...*” hay
- “*Mẹ rất cảm kích...*”

Ví dụ, bạn có thể nói “*Ừ, **ba hiểu là con không vui với thầy Toán của con...***”, “***Mẹ hiểu là con cảm thấy việc học đại học là lãng phí thời gian***”, “***Mẹ đồng ý là việc học có thể nhàm chán...***”.

Sau khi đồng tình với con cái, bạn hãy dùng từ hoặc cụm từ sau: “***và***”, “***đồng thời***”, “***bên cạnh đó***”, “***mặt khác***”, “***ngoài ra***”... để bắt đầu động thái chuyển hóa con mình. Hãy cẩn thận khi sử dụng những từ hoặc cụm từ như: “***nhưng***”, “***tuy nhiên***”,... bởi vì chúng có khuynh hướng châm ngòi cho phản ứng tự vệ tức thì của con trẻ. Trong khi đó, “***và***”, “***đồng thời***”,... rất hiệu quả trong việc nhẹ nhàng lái suy nghĩ của con bạn sang một hướng nhìn khác. Bạn sẽ thể hiện ý định của mình tốt hơn khi nói, “***Mẹ đồng ý...*** (công nhận ý kiến của con), ***đồng thời ...*** (bắt đầu đổi hướng tiếp cận)”. Dưới đây là một vài ví dụ về cách bạn sử dụng phương pháp mới này để điều chỉnh sự chống đối hay phản kháng từ phía trẻ.

Con bạn nói:

“Học đại học thật phí thời gian, con thà đi làm sớm còn hơn.”

Phản ứng tích cực:

“Mẹ hiểu là con cảm thấy việc học đại học là lãng phí thời gian. Con muốn bắt đầu kiếm tiền

sớm. Đồng thời, tấm bằng đại học sẽ giúp con có nhiều lựa chọn trong công ăn việc làm và kiếm nhiều tiền hơn.”

Con bạn nói:

“Học với hành thật chán chết. Con không muốn đi học nữa.”

Phản ứng tích cực:

“Mẹ đồng ý là việc học có thể nhàm chán. Và đó là lý do tại sao con cần vận dụng những phương pháp học hiệu quả giúp cho việc học trở nên vui vẻ và thú vị hơn rất nhiều.”

Con bạn nói:

“Con ghét thầy Toán. Thầy cứ đặt câu hỏi khó cho con!”

Phản ứng tích cực:

“Ba hiểu là con không ưa thầy Toán vì thầy đưa ra quá nhiều câu hỏi khó cho con. Rất có thể đó là vì thầy nghĩ con có tiềm năng học tốt và tiến bộ nhanh hơn một số bạn khác.”

Bài tập với phương pháp chuyển hóa ý nghĩa tích cực

Bây giờ là lúc bạn thực hành những gì bạn vừa lĩnh hội. Hãy lấy bút và suy nghĩ để viết ra những phản ứng tích cực của bạn đối với các những phản đối sau với công thức đơn giản: **“Ba / mẹ đồng ý / cảm kích / hiểu là / ... Và / đồng thời / bên cạnh đó. ...”**

1. “Học Toán làm gì, nó chẳng liên quan gì đến cuộc sống của con.” 2. “Học với hành, chi phí thời gian.” 3. “Việc học thật nhàm chán.” 4. “Thầy toán ra những bài kiểm tra cực khó.” 5. “Bạn con cứ làm cho con phân tâm trong giờ học.”

Bạn đã làm bài tập xong chưa? Tôi biết là lần đầu bạn sẽ thấy hơi gượng gạo, nhưng sau vài

lần thực hành bạn sẽ thành thục hơn. Nếu bạn cảm thấy khó hình dung ra cách chuyển hóa nhận thức của trẻ ngay lập tức, hãy nghĩ đến những kiểu chống đối có thể có từ phía con bạn và chuẩn bị cho việc chuyển hóa thái độ phản kháng ấy của trẻ.

Dưới đây là một số gợi ý về cách trả lời cho những câu chống đối ở trên.

1. “Học Toán làm gì, nó chẳng liên quan gì đến cuộc sống của con.”

“Ba đồng ý là đa số những công thức và đề Toán có vẻ như không hữu ích lắm. Bên cạnh đó, việc học môn Toán sẽ giúp não bộ được rèn luyện để trở nên nhạy bén hơn và thông minh hơn, giúp con có thể giải quyết mọi vấn đề nảy sinh trong cuộc sống.”

2. “Học với hành, chỉ phí thời gian.”

“Mẹ đồng ý là việc học phí thời gian nếu con không biết tại sao con phải học, hay nếu con học chỉ vì cha mẹ. Đồng thời, nếu con đặt mục tiêu vươn tới thành công, việc học sẽ mang lại cơ hội giúp con có được những gì con muốn.”

3. “Việc học thật nhàm chán”

“Ba đồng ý là việc học nhàm chán, và đó là lý do tại sao chúng ta phải tìm cách làm việc học trở nên vui vẻ và thú vị.”

4. “Thầy toàn ra những bài kiểm tra cực khó.”

“Thầy đồng ý là bài kiểm tra thầy ra khá phức tạp, và đó là để cho tất cả những câu hỏi trong kỳ thi cuối khóa sẽ trở nên dễ dàng hơn đối với em.”

5. “Bạn của con cứ làm con phân tâm trong giờ học.”

“Ba biết rằng việc này rất khó chịu. Đồng thời, khi con không để ý đến chúng và tập trung vào học, con sẽ biết cách đối diện với những vấn đề khiến con phân tâm trong cuộc sống sau này.”

Tôi hy vọng bạn đã nhận ra rằng phương pháp chuyển hóa ý nghĩa tích cực là một công cụ hiệu quả mà bạn có thể vận dụng để tác động một cách tích cực đến suy nghĩ của con cái. Trong chương kế tiếp, chúng ta sẽ khám phá về sức mạnh của việc đưa con cái vào khuôn phép bằng tình yêu thương và sự cảm kích.

CHƯƠNG 9

KỶ LUẬT TRONG GIA ĐÌNH THEO PHƯƠNG CHÂM CẢ NHÀ CÙNG THẮNG

AI LÀ NGƯỜI LÈO LÁI CUỘC ĐỜI CON BẠN?

Theo quan niệm cũ thì cha mẹ là người “làm luật” trong gia đình. Chúng ta duy trì trật tự kỷ cương trong nhà và chăm lo làm sao để trẻ không vượt rào cũng như gây ra những xáo trộn về tôn ti trật tự trong gia đình. Khi trẻ làm điều gì sai trái, cha mẹ sẽ là người đứng ra phân xử, quyết định hình thức xử phạt để kẻ phạm lỗi lần sau không tái phạm nữa.

Nhưng quan niệm như vậy có còn đúng không trong một xã hội hiện đại, khi mà đường biên giới giữa các quốc gia và đặc thù văn hóa của mỗi dân tộc không còn là yếu tố lớn nhất quyết định lối sống của con người nữa. Trong một thế giới phẳng ngày nay, bạn có thể là người Việt Nam, người Singapore, nhưng lại sống và làm việc ở Châu Mỹ, Châu Âu, ở Trung Đông hoặc ngược lại.

Để bắt đầu bàn về chủ đề kỷ luật trong gia đình, mong bạn vui lòng viết ra định nghĩa hay suy nghĩ của mình về KỶ LUẬT trong khoảng trống phía dưới.

.....

.....

.....

Bạn hãy đọc lại câu trả lời của mình và thử nghĩ xem định nghĩa của bạn về kỷ luật có tác dụng làm cho con bạn ngoan hơn, học giỏi hơn và mối quan hệ giữa hai thế hệ trong gia đình tốt hơn không? Theo kết quả trong những cuộc khảo sát với phụ huynh, chúng tôi nhận thấy cứ mười câu trả lời thì có chín câu mang hàm nghĩa tiêu cực.

Chúng ta hãy cùng nghĩ lại về cách chúng ta định nghĩa kỷ luật. Có phải kỷ luật là những

biện pháp làm sao giúp bạn thể hiện uy quyền của mình, nói cách khác, bạn là người làm ra luật còn con cái là kẻ thi hành, tức là bạn phải thắng và chúng phải thua? Hay kỷ luật có nghĩa là bạn phải luôn chiều chuộng và nhượng bộ con cái trong tất cả mọi chuyện? Nếu bạn nghĩ như vậy về kỷ luật thì tôi sẽ không lấy làm lạ nếu bạn gặp khó khăn trong việc quản lý con cái khi chúng lớn hơn.

Dạy con làm người cũng tương tự như việc bạn dạy con lái xe, mục đích cuối cùng là để chúng có khả năng tự lái chiếc xe của mình đến bất cứ nơi nào mà chúng muốn đến. Vai trò của bạn, với tư cách người làm cha làm mẹ, là hướng dẫn chúng lái xe đúng luật, duy trì tốc độ an toàn, biết khi nào cần thắng lại và khi nào cần tăng tốc. Nhưng người cầm lái, người làm chủ cuộc đời chính là con bạn chứ không phải bạn.

Nếu việc nuôi dạy con chỉ đơn thuần dừng lại ở việc dạy cho chúng biết những điều đúng đắn, những việc được làm và không được làm thì có lẽ chỉ cần một quyển sách giáo khoa về luân lý là đủ. Sự nghiệp trồng người thật ra khó khăn phức tạp hơn nhiều. Là cha mẹ, chúng ta còn phải biết được khi nào nên cương khi nào nên nhu, khi nào nên bảo ban, khi nào nên dẹp quyền lực sang một bên mà dùng tình thương yêu để cảm hóa con cái. Đó cũng là cả một nghệ thuật đã và đang trở thành đề tài nóng cho không biết bao nhiêu quyển sách từ cổ chí kim, từ Đông sang Tây mà quyển sách bạn đang đọc là một trong số đó.

Trong danh sách dài những công việc của người làm cha mẹ, có những việc thông thường và cũng có cả những thách thức lớn đối với cả cha mẹ lẫn con cái. Nếu chúng ta chỉ đơn thuần dùng kỷ luật để dạy con, rất có thể điều mà chúng ta nhận được không phải là tình yêu thương và sự hợp tác của con cái mà là một mối quan hệ khô cằn, dễ đổ vỡ từ hai phía. Vậy thử hỏi nếu một hình thức kỷ luật nào đó không làm cho con cái tốt hơn, ta có nên tiếp tục hay không? Có thể tạo ra một thứ kỷ luật giúp tất cả mọi người đều hài lòng và đóng góp vào sự tiến bộ của con cái không? Chắc chắn là có, và đó là lý do tôi viết chương cuối cùng này để cung cấp cho bạn những biện pháp xử lý hợp tình hợp lý khi con cái mắc lỗi.

ĐÔI ĐIỀU VỀ KỶ LUẬT

Chế độ gia trưởng vẫn còn khá phổ biến ở các nước Đông Á, nó trao cho người làm cha mẹ quyền tối cao trong gia đình. Hiện tượng “cha mẹ đặt đâu con ngồi đấy” không chỉ xảy ra trong chuyện học hành, tiến thân, cư xử mà nhiều khi còn cả trong chuyện chung thân đại sự như hạnh phúc trăm năm nữa. Nhờ cái quyền tối cao ấy mà cha mẹ có thể điều chỉnh hành vi của con cái bằng bất cứ biện pháp nào, và có tác dụng nhanh nhất vẫn là những lời trách mắng, răn

dạy, đe dọa thậm chí sử dụng cả vũ lực.

Nhiều thế hệ trẻ được nuôi dạy nên người bằng những lời mắng mỏ hoặc thậm chí đòn roi. Không thể phủ nhận được rằng trong quá khứ, phương pháp đó tỏ ra khá ổn. Trẻ lớn lên không dám làm trái ý người lớn và vẫn trở thành những công dân tốt. Nhưng ở một góc độ nào đấy, có thể nói chế độ gia trưởng sản sinh ra nhiều người chưa bao giờ thật sự sống cuộc đời của mình. Họ đi học trường này chứ không phải trường kia là theo ý người lớn trong nhà, làm bác sĩ hay kỹ sư cũng vì phụ huynh muốn thế, thậm chí kết hôn với một người lạ hoặc chứ không phải người mình yêu thương cũng là để chiều lòng cha mẹ nốt. Vẫn biết rằng cha mẹ chỉ muốn những điều tốt nhất cho con, nhưng hình như vẫn có điều gì đó không ổn và cho đến tận cuối đời, nhiều người vẫn ôm một nỗi nuối tiếc rằng trong đời, mình chưa được một lần sống cho ra sống.

Nhưng không phải tất cả mọi đứa trẻ đều ngoan ngoãn nghe theo sự sắp đặt của cha mẹ. Có nhiều em bất mãn, chống đối, đơn giản chỉ vì chúng không thích làm theo ý muốn của cha mẹ (về vấn đề này chúng ta đã tìm hiểu kỹ trong chương năm về năm nhu cầu cảm xúc của trẻ). Xã hội càng hiện đại thì số trẻ như vậy càng nhiều hơn, đặt ra thách thức cho các nhà giáo dục và cha mẹ phải xem lại những vấn đề về kỷ luật.

Đa số các nhà giáo dục và bậc phụ huynh đồng ý rằng không thể nuông chiều trẻ, mặc cho chúng muốn làm gì thì làm, vẫn phải có biện pháp khiến trách trẻ khi chúng phạm lỗi. Vấn đề là làm thế nào để góp ý hoặc khiến trách trẻ mà không hạ thấp chúng, không khiến chúng chống đối lại cha mẹ và quan trọng hơn cả là giúp chúng tiếp thu ý kiến để điều chỉnh bản thân. Có cách nào để người phê bình và đối tượng bị phê bình vẫn vui vẻ hợp tác với nhau, không tạo nên thương tổn cho bất cứ bên nào không? Điều đáng mừng là việc đó có thể thực hiện được, miễn là các bậc cha mẹ tuân thủ và áp dụng một số phương pháp mà chúng tôi sẽ giới thiệu sau đây.

Bạn có thể học cách khiến trách và áp dụng hình thức kỷ luật sao cho con trẻ trưởng thành hơn sau mỗi lần phạm lỗi, có ý chí đứng lên sau mỗi lần vấp ngã để đi tiếp. Hãy tưởng tượng một ngày đẹp trời nào đó, bạn có thể đến vỗ vai con nói chuyện về những lỗi lầm của chúng mà không làm cho chúng chống đối hay bỏ ngoài tai mọi lời khuyên răn. Thay vì thế, chúng hiểu rõ và thậm chí còn biết ơn cha mẹ đã chỉ ra lỗi lầm của mình, dù chúng có nói ra miệng hay không. Có thể bạn nghĩ đó chỉ là một giấc mơ viễn vông, nhưng bạn hãy tin tôi đi, mọi thành công đều dựa trên lòng tin vào những việc tưởng chừng như không thể xảy ra.

Trong những chương trước, chúng ta đã bàn về nhiều chủ đề. Một là cách nói chuyện với con cái sao cho chúng hợp tác với cha mẹ. Hai là nắm nhu cầu cảm xúc thúc đẩy trẻ và cách cha mẹ giúp khơi dậy và nuôi dưỡng lòng tự trọng – tự tin nơi con cái. Chúng ta có thể áp dụng những hiểu biết đó vào việc góp ý phê bình con cái. Nhưng trước khi tiếp tục, chúng ta hãy cùng ôn lại những vấn đề sau:

Năm cảm xúc thúc đẩy con cái là gì?

1.

2.

3.

4.

5.

Lòng tự trọng là gì?

.....

.....

Hãy liệt kê một số cách thức giúp nuôi dưỡng lòng tự trọng nơi con cái.

.....

.....

.....

.....

Khi còn là học sinh, chắc bạn cũng chẳng thích những quy định và kỷ luật trong nhà trường vì nó ràng buộc tự do của bạn. Phải đi học đầy đủ và đúng giờ, ngồi trong lớp không được nói chuyện riêng, không được chép bài của bạn khi làm bài thi, v.v. Em nào vi phạm nhiều lần sẽ bị khiển trách trong lớp, trước toàn trường, ghi vào học bạ, thậm chí bị đuổi học. Đó là những quy định cần thiết mà nếu không thực hiện thì đa số các trường học trên đời sẽ phải đóng cửa mất.

Trẻ có thể không thích học và thậm chí ghét học. Nhưng khi chúng hiểu rõ rằng ai cũng phải học nếu muốn có nhiều lựa chọn ở tuổi trưởng thành, rằng hạnh phúc cũng như thành công của chúng phụ thuộc nhiều vào việc chúng học như thế nào trong giảng đường ngày hôm nay, chắc chắn trẻ sẽ học tập tự giác hơn để đạt kết quả tốt.

Bất cứ một tập thể nhỏ nào (ở đây là gia đình) cũng phải có những quy định thành văn và/hoặc bất thành văn buộc mọi thành viên tuân theo để cuộc sống chung bớt đi những xáo trộn, gây ảnh hưởng đến từng thành viên. Khi đứa trẻ phạm quy và bạn nghĩ cần phải nhắc nhở hay áp dụng biện pháp kỷ luật thì việc mà bạn phải làm là giúp con cái nhận ra lợi ích đằng sau những biện pháp ấy. Khi bị người lớn rầy la, trẻ có khuynh hướng chỉ biết đến cảm xúc tiêu cực trong lòng mà bỏ qua nguyên có tốt đẹp hàm chứa trong mỗi lời phê bình con trẻ của chúng ta. Suy cho cùng, kỷ luật là gì nếu không phải là một biện pháp làm cho trẻ tốt hơn? Nếu không làm cho trẻ hiểu được điều đó thì dù bạn có la mắng hay đánh đòn cũng chẳng có tác dụng gì

nhiều.

Xin bạn hãy nghĩ về điều này một chút, chúng ta thường trách mắng con cái như thế nào? Có phải bạn khiến trách con theo một nghĩa tích cực nhất, tức là khiến chúng tiếp nhận một cách dễ dàng? Hay bạn chỉ la mắng con cho hả cơn giận dữ, thất vọng đang sôi sục trong lòng, còn bất kể chúng tiếp nhận ra sao cũng mặc? Bạn nghĩ con mình có cảm giác ra sao khi bạn trách móc, đay nghiến hay mắng chửi chúng? Đối tượng tiếp nhận thường không nhớ những lời bạn nói mà chỉ nhớ cảm giác mà bạn dấy lên trong lòng chúng, đó là vì trí nhớ phụ thuộc rất nhiều vào trạng thái cảm xúc. Nếu muốn con cái ghi nhớ những điều ĐÚNG ĐẮN, bạn phải đặt chúng vào tâm trạng PHÙ HỢP trước đã.

BẠN LÀ MỘT “SẾP” NHƯ THẾ NÀO?

Đến đây chắc chúng ta đã ít nhiều thống nhất với nhau rằng, là cha mẹ, chúng ta được trao cho quyền hạn và năng lực nuôi dưỡng con cái sao cho chúng làm chủ tay lái trong chuyến xe cuộc đời, cũng như chịu trách nhiệm cho những gì xảy ra trong hành trình của cuộc đời. Với tư cách là “sếp” của những đứa con do mình sinh ra và nuôi nấng, bạn là người chịu trách nhiệm về sự phát triển cá nhân và đáp ứng những nhu cầu cơ bản của chúng. Vậy bạn là một người “sếp” như thế nào?

Bạn còn nhớ lần đầu tiên mình đến làm việc cho một công ty và làm việc dưới quyền một trưởng phòng hay một vị lãnh đạo nào đó không? Trong đời mình, chúng ta thường làm việc dưới quyền nhiều ông sếp khác nhau. Chúng ta kính trọng một số người này trong khi lại muốn quên đi một số người khác. Tựu trung, có ba loại sếp mà chúng ta có thể đã gặp trong đời:



1) Sếp lúc nào cũng đúng

Trong thế giới của sếp loại này chỉ có một luật duy nhất mà ai cũng phải thuộc nằm lòng: Sếp Bao Giờ Cũng Đúng. Ông ta bám cứng lấy những nguyên tắc, niềm tin của mình và không thềm đếm xỉa đến bất cứ điều gì khác, do đó ông không hề có cơ hội biết rằng thật ra người khác cũng có những ý tưởng còn hiệu

quả hoặc có lý hơn. Ông không cho phép người khác (nhất là cấp dưới) vạch ra sơ suất của mình, cãi lại quyết định của mình vì ông tin rằng chân lý thì chỉ có mình ông nắm giữ mà thôi.

Ông không ngại nói toẹt vào mặt bạn nếu ông nghĩ bạn làm việc gì sai. Ông cũng chẳng cần phải rào trước đón sau vì không cần để ý đến cảm nhận của người khác.



Ông quyết định tất cả mọi việc lớn nhỏ trong công ty và nhân viên của ông chỉ đơn giản làm theo những gì được chỉ thị. Chẳng lạ gì khi nhân viên dưới quyền ông trở nên ù lỳ, thiếu sáng tạo, chẳng có gì độc đáo vì họ ít khi có cơ hội dùng đến cái đầu của mình. Công ty của ông bị đánh giá là tụt hậu vì cách quản lý cổ lỗ, bảo thủ của ông.

2) Sếp Ba Phải

Tính tình xuề xòa dễ chịu của sếp khiến ông được nhiều người dưới quyền rất khoái, trừ những lúc dầu sôi lửa bỏng đòi hỏi người đứng đầu phải đưa ra các quyết định quan trọng. Ông chần chừ mãi không dám quyết bởi vì ông hy vọng tìm ra được một giải pháp được tất cả mọi người đồng ý, nhưng điều đó thường là quá khó vì chín người mười ý. Ông quá bận tâm đến việc người khác nghĩ về mình như thế nào và những quyết định của ông sẽ ảnh hưởng ra sao đến cách thiên hạ nhìn ông.

Khi mọi việc trở nên tồi tệ, ông thà để người khác đứng ra giải quyết chứ không nhận lãnh trách nhiệm của mình. Kể cả khi cần phê bình một ai đó, ông cũng dùng những lời lẽ chung chung mơ hồ và vòng vo mãi mà vẫn không nói ra được một điều cụ thể nào.

Chỉ vì muốn chiều lòng cả bàn dân thiên hạ, ông chạy lăng xăng hết phòng ban này đến ban bộ khác trong công ty. Nếu chẳng may ông là trưởng bộ phận thì ông không mang lại điều gì có lợi cho cái chung.



3) Sếp Thấu Tình Đạt Lý

Sếp chỉ ra quyết định khi lắng nghe ý kiến của mọi người. Không giống Sếp Bao Giờ Cũng Đúng, ông ít khi đưa ra kết luận sai vì ông tập trung vào vấn đề cần xử lý chứ không phải những cá nhân có liên quan. Ông không bị cảm tính chi phối như Sếp Ba Phải vì ông biết rằng cảm tính sẽ khiến mình có những đánh giá sai lệch. Ông tìm hiểu kỹ về nhân viên dưới quyền vì ông hiểu rằng bằng cách này, ông có thể phát huy được khả năng của họ một cách tốt nhất. Ông tập

trung vào việc tạo điều kiện làm việc tốt nhất cho nhân viên.

Khi mọi việc trở nên xấu đi, ông tìm hiểu mọi khía cạnh của vấn đề trước khi đi đến kết luận. Ông cẩn thận để không hiểu sai lệch bất cứ thông tin nào và làm rõ những chi tiết mà ông chưa hiểu rõ. Khi ra quyết định cuối cùng, ông bảo đảm những người có liên quan đều được biết để tất cả cùng chung vai gánh vác. Ông tự hào là người công bằng và cương quyết.

Với cách quản lý này, ông được mọi người trong công ty kính trọng, kể cả khi ông đưa ra những quyết định không được lòng một nhóm thiểu số nào đó, vì họ biết rằng ông làm như vậy là vì lợi ích chung.

Trong gia đình mình, bạn cảm thấy mình là loại “sếp” nào? Một người “sếp” như thế nào mới thật sự là “Sếp Lý Tưởng” cho những đứa con của bạn? Có thể bạn nghĩ rằng Sếp Thấu Tình Đạt Lý là khuôn mẫu thích hợp nhất mà bạn cần học hỏi.

Nhưng vấn đề không đơn giản như thế. Trong một thế giới ngày càng “nhỏ” dần với điện thoại, Internet..., con cái chúng ta tiếp thụ cái mới (cả tốt lẫn xấu) mỗi ngày. Từ tuổi ấu thơ đến tuổi dậy thì và cuối cùng đến lúc “đu lông đu cánh” để bước vào thế giới người lớn, chúng kinh qua những bước thay đổi lớn và liên tục. Các bậc cha mẹ cũng phải biến đổi cùng một nhịp điệu với chúng thì mới có thể trở thành chỗ dựa vững chắc về vật chất và tinh thần cho trẻ. Thay vì “đóng khung” vào một phương pháp bất di bất dịch để giải quyết mọi vấn đề, chúng ta có thể linh hoạt vận dụng các phương thức khác nhau cho những đối tượng tiếp nhận khác nhau, vào những thời điểm khác nhau, miễn sao đạt được kết quả tốt nhất.

Khi con cái chúng ta từ lúc bập bẹ biết nói đến lúc chín mười tuổi, chúng cần được sự chỉ bảo khôn ngoan và sát sao của bạn để phân biệt được phải trái, đúng sai và dần dần độc lập hơn trong việc đưa ra những lựa chọn và quyết định của mình. Trong giai đoạn ấy bạn có thể phát huy vai trò của Sếp Lúc Nào Cũng Đúng. Đưa trẻ lên ba cần bạn dạy cho biết rằng, không được thò tay vào ổ cắm điện, không được cho bất cứ vật gì vào miệng, không được vứt đồ chơi lung tung. Lớn lên một chút, khi trẻ đã có cách nhìn nhận riêng của mình về thế giới, bạn có thể trở thành Sếp Thấu Tình Đạt Lý để chuyển hóa nhận thức của chúng. Bởi vì ở tuổi teen, trẻ không còn nghĩ cha mẹ mình bao giờ cũng đúng nữa.

Đó là lúc chúng bắt đầu đặt ra câu hỏi “tại sao” cho rất nhiều việc mà trước đó chúng mặc nhiên cho là đúng và đến lượt mình, chúng bắt đầu muốn đưa ra quyết định riêng. Chỉ khi nào chúng cảm thấy bạn đúng, chúng mới toàn tâm toàn ý nghe theo và lúc ấy bạn mới mong con cái có một sự chuyển mình thật sự.

CÓ MỘT Ý ĐỊNH TỐT ĐẸP TRONG MỖI VIỆC LÀM CHƯA TỐT CỦA TRẺ

Khi áp dụng các biện pháp kỷ luật với trẻ, có một điều cơ bản mà bạn cần ghi nhớ là mỗi một việc mà con bạn làm đều có thể xuất phát từ một ý định tốt đẹp hoặc một nguyên do nào đó không hẳn là xấu. Khi con trẻ có một hành vi bất thường, chúng thường có lý do để làm việc đó. Nếu nóng vội đưa ra kết luận, bạn có thể không thấy được nguyên do tốt đẹp ẩn sau một việc làm sai trái nào đó.

Chúng ta hãy thử đi tìm nguyên nhân cho những biểu hiện không tốt của trẻ qua bốn câu chuyện dưới đây.

Câu chuyện của John

Năm nay John 15 tuổi nhưng cậu hay ăn hiếp đứa em trai 11 tuổi. Dù mẹ cậu có la mắng và năn nỉ cậu thế nào, John vẫn tiếp tục trêu chọc đứa em "ức ịch", giễu cợt thô bạo về thân hình "mập ú" của nó và đôi khi còn quạ đà bộp cho em mấy cái bạt tai.

Bạn sẽ làm gì nếu con trai bạn cũng giống John?

.....

Bạn nghĩ tại sao John lại có hành vi "chơi ác" với em trai như vậy?

.....

Câu chuyện của Cindy

Cindy 16 tuổi, cô sẽ thi chuyển cấp năm nay và chỉ còn bốn tháng nữa là đến kỳ thi. Cha mẹ cô đứng ngồi không yên vì con gái họ chẳng hề bận tâm gì đến chuyện thi cử. Mới năm ngoái, Cindy còn nằm trong danh sách học sinh giỏi của trường. Thế mà năm nay cô toàn bị điểm kém và thầy giáo cảnh báo với phụ huynh rằng nếu Cindy lơ là học tập như vậy, cô có thể bị ở lại lớp. Cứ như muốn cha mẹ thêm chuyện để lo lắng, Cindy thường đi đến tận tối khuya mới về nhà, nếu có hôm nào ở nhà thì cô chỉ ở lì trong phòng, cắm đầu vào "chat chít". Bài vở không thèm ngó ngang tới.

Bạn sẽ làm gì nếu là cha mẹ của Cindy?

.....

Nguyên nhân gì khiến Cindy sa sút như thế?

.....

Câu chuyện của Alex

Đêm nào Alex cũng đàn đúm với bạn bè, mãi tảng sáng mới mò về nhà. Mẹ cậu sợ là đứa con trai 14 tuổi của mình đang bị đám bạn xấu rủ rê lôi kéo. Quần áo của cậu thường bốc mùi rượu và khói thuốc. Khi mẹ tra hỏi, Alex thường bảo rằng chỉ đám bạn mình mới chơi bởi, hút sách còn cậu thì “vô can”. Là một người mẹ đơn thân phải làm lụng suốt ngày để nuôi con, chị cảm thấy rất khó mà quản nổi đứa con trai ngày càng trở nên xa lạ với mình.

Bạn sẽ làm gì nếu có một đứa con như Alex?

.....

.....

.....

.....

Bạn lý giải hành vi vô lý của Alex như thế nào?

.....

.....

.....

.....

Câu chuyện của Amanda

Như đa số các cô bé cùng tuổi, Amanda rất quan tâm đến vẻ bề ngoài của mình. Có bao nhiêu tiền cô phung phí vào mỹ phẩm và quần áo hàng hiệu. Cô theo đuổi một chế độ ăn kiêng hà khắc và thường không vui khi cha mẹ ép cô ăn thêm. Kết quả là không những cô học hành chệnh mảng mà sức khỏe rất kém. Ở tuổi 17 “bê gầy sừng trâu” nhưng Amanda có thân hình còm nhom của đứa bé 13 tuổi với làn da xanh như tàu lá.

Bạn sẽ làm gì nếu ở vào địa vị cha mẹ của Amanda?

.....

.....

.....

.....

Bạn lý giải như thế nào về hiện tượng của cô gái này?

.....

.....

.....

.....

Tôi cho rằng, phần lớn các bậc cha mẹ cực chẳng đã mới phải la rầy, khiển trách và kỷ luật con cái; chẳng qua cũng là vì chúng ta mong muốn điều tốt nhất cho con nên lo sợ chúng “đường quang không đi, đâm quàng bụi rậm”. Nhưng đôi khi chúng ta quá nóng vội mà lao ngay vào giải pháp, không bỏ thời gian tìm ra lý do sâu xa ẩn sau hành vi của trẻ và giúp chúng tự giải quyết vấn đề của mình.

Hãy tưởng tượng con bạn làm vỡ bể cá trong nhà, bạn tức giận mắng con là “hậu đậu”, “vô dụng” mà không để cho nó kịp phân bua rằng, vì muốn giúp mẹ làm sạch hồ cá mà nó lỡ tay làm vỡ. Khi một đứa trẻ mắc lỗi thì chúng ta đừng dừng lại ở hậu quả bên ngoài, vì điều đó không giúp ta giải quyết được tận gốc vấn đề. Đôi khi việc la mắng và kỷ luật hàm hồ kiểu ấy

chỉ khiến vấn đề trở nên trầm trọng hơn mà thôi.

Cũng giống với hiện tượng một đứa trẻ bị sốt. Sốt cao thường là biểu hiện của một căn bệnh nào khác như viêm phổi, sốt xuất huyết, sốt siêu vi, nhiễm trùng v.v. chứ bản thân việc sốt cao không phải là bệnh. Cho trẻ uống paracetamol chỉ làm trẻ hạ sốt được một lúc chứ không chữa được căn bệnh thật sự kia. Cần phải có bác sĩ khám, xét nghiệm, kê ra những loại thuốc đặc trị mới có thể làm cho trẻ lành bệnh. Với việc điều chỉnh hành vi của trẻ cũng vậy, cần phải tìm ra nguyên nhân sâu xa và nếu phát hiện đó là một nhu cầu thật sự, một ý định tốt đẹp thì ta nên trân trọng nó.

Chúng ta hãy quay trở lại với những tình huống trên để lý giải nguyên nhân sâu xa cho những hành vi bất thường ở trẻ.

Câu chuyện của John

John bắt nạt đứa em trai có thể là vì cậu cũng là nạn nhân bị ăn hiếp ở trường. Cậu nuôi ý định “đòi lại công bằng” và mong muốn mình mạnh mẽ hơn, nhưng vì không biết “xả nổi bức dọc” ấy vào đâu, cậu đành trút vào đứa em trai một cách vô thức. Khi ta quy kết John là “độc ác”, “xấu tính” thì rất có thể cậu đâm ra thật sự ghét bỏ đứa em mình vì cho rằng nó là nguyên nhân khiến cậu bị trách phạt. Càng cảm thấy mình bất lực, cậu càng bắt nạt em hơn, thậm chí còn đe dọa “nhân chứng” không được mách lại với người lớn. Sẽ hiệu quả hơn nếu cha mẹ bỏ công tìm hiểu xem chuyện gì xảy ra ở trường và dạy cậu cách tự bảo vệ mình, cũng như có cách giải quyết tích cực hơn với những đứa trẻ đem mình ra làm trò cười.

Câu chuyện của Cindy

Liên tục la mắng và trách cứ Cindy sẽ chỉ làm mọi việc tồi tệ hơn, khiến cô lỳ ra hoặc có thái độ chống đối cha mẹ. Hãy tìm hiểu xem liệu có chuyện gì khiến cho một cô gái đang giỏi giang lại có những biểu hiện xuống dốc đến như vậy. Trong thực tế có rất nhiều nguyên nhân khiến một đứa trẻ vui tươi học giỏi trở nên sa sút cả về tinh thần lẫn thể xác: một biến cố tinh thần (bị bạn thân bỏ rơi, phản bội), sự mệt mỏi sau một thời gian dài gắng sức, bất mãn với thầy vì bị điểm kém một cách oan ức... Chỉ khi tìm ra nguyên nhân thật sự, bạn mới có thể giúp cô vượt qua tâm trạng chán nản, bế tắc.

Cha mẹ có thể giúp cô bằng nhiều biện pháp như tâm tình với con, kể chuyện về những gương phấn đấu của những người rơi vào hoàn cảnh tương tự, và hướng dẫn con lập ra những mục tiêu đơn giản. Khi cô bắt đầu tìm lại động lực học tập, cô sẽ phấn chấn hơn và học hành tốt

hơn.

Câu chuyện của Alex

Alex có thể không có tiếng nói chung với bạn bè trong lớp, cậu tìm đến lũ bạn hư hỏng kia như một bằng chứng có được sự chấp nhận về mặt xã hội. Các cậu bé tuổi choai choai rất dễ chịu tác động xấu trong cuộc sống và không một cậu bé nào muốn bị bạn bè gọi là “bám váy mẹ” hoặc “công tử bột”. Để chứng tỏ mình cũng “ngầu” như ai, Alex có thể sa chân vào cạm bẫy. Cậu biết rằng nhậu nhẹt và hút thuốc là xấu, vì vậy mà cậu nói dối là mình không liên can, nhưng cậu vẫn a dua với những đứa bạn lêu lổng vì không muốn bị chúng tẩy chay.

Khi biết rõ nguồn cơn, mẹ cậu nên tạo điều kiện cho cậu giao du với những người bạn tốt bằng cách đăng ký cho cậu vào các khóa học năng khiếu hay thể thao. Tất cả những gì cậu cần là được sự chấp nhận trong một cộng đồng nhỏ và những người bạn tốt.

Câu chuyện của Amanda

Sự ám ảnh về hình thức bên ngoài của Amanda có thể là do ảnh hưởng từ bạn bè và các phương tiện truyền thông chỉ đề cao những “chân dài” với thân hình mảnh mai khiến nhiều người ao ước. Cha mẹ không nên phủ nhận gu thẩm mỹ đó hoặc lên án thời trang “mình dây” mà từ từ hướng con gái nhận thức được bản chất của cái đẹp và sự hài hòa, rằng con người không chỉ đẹp về gương mặt, vóc dáng, áo quần mà còn cần phải đẹp cả về tư tưởng và phong cách sống.

Bạn cũng có thể cùng với con gái đọc những tạp chí thời trang đứng đắn hoặc đăng ký cho cô vào các khóa tập thể dục và thời trang, nơi cô có thể gặp gỡ những người thích làm đẹp để chia sẻ kinh nghiệm cũng như có được lời tư vấn có trách nhiệm của các chuyên gia trong lĩnh vực này.

KHÁI NIỆM “LỢI ÍCH SÂU XA”

Bây giờ bạn đã hiểu được tầm quan trọng của việc tìm hiểu nguyên nhân sâu xa và giải quyết tận gốc rễ vấn đề trong hành vi sai trái của con trẻ. Và nguyên nhân sâu xa ấy thường liên quan đến một lợi ích khác mà khi nhìn bên ngoài, chúng ta không thể thấy được. Khi một người quyết định làm một việc gì đó dường như có hại cho bản thân, thì chắc hẳn ở một khía cạnh nào khác, việc làm ấy phải mang lại cho họ một lợi ích nào đó. Chúng ta có thể gọi đó là

lợi ích sâu xa.

Ví dụ, một đứa trẻ cố ý gây ra những rắc rối như chọc ghẹo bạn bè ở trường hay phá phách ở nhà. Thế thì rất có thể nó muốn được cha mẹ quan tâm. Khi cậu học hành chăm chỉ, thái độ ngoan ngoãn, cha mẹ thường không nhận ra việc đó. Vì thế, cậu cảm thấy cần phải quậy lên một chút để cha mẹ nhận ra sự có mặt của mình. Điều này thường xảy ra với những đứa trẻ mà cha mẹ chúng biến biệt suốt ngày đi kiếm tiền, hoặc nó có một ông anh hay bà chị lúc nào cũng được bố mẹ nêu ra làm gương sáng.

Nếu được tạo điều kiện tốt thì các cô cậu tuổi teen luôn làm hết sức mình, nhất là với những việc mà chúng thích. Là cha mẹ, bạn có thể giúp con bằng cách chia sẻ với chúng những cách thức để tận dụng nguồn sinh lực dồi dào ấy và tạo cơ hội cho chúng có nhiều lựa chọn.

Ngược lại, trẻ sẽ cảm thấy bế tắc khi chúng thấy mình không có quyền lựa chọn. Do trẻ người non dạ, chúng không đủ nhạy bén và kinh nghiệm sống để biết rằng, thật ra con người ta luôn có nhiều hơn một sự lựa chọn trong cuộc sống, chỉ có điều chúng có nhìn ra được hay không. Việc tự giới hạn những lựa chọn của mình – không chỉ xảy ra với giới trẻ mà với cả người lớn chúng ta nữa – hạn chế khả năng tạo ra những kết quả tốt đẹp cho con người nói chung và những bạn trẻ nói riêng. Vì thế, dạy cho trẻ cách nhận thức và nhìn ra những cơ hội cho mình cũng là dịp bạn tự học cùng với con, một lần nữa.

Trở lại vấn đề khiển trách con cái, chúng ta phải luôn ghi nhớ rằng bất kể chúng ta nói gì, sử dụng đến biện pháp nào để kỷ luật thì vẫn phải dựa trên cái gốc là tình thương, sự bao dung và việc chấp nhận hoàn toàn một đứa trẻ như nó vốn dĩ như thế, chứ không phải là nó phải là như thế. Có làm được như vậy, ta mới khiến trẻ cảm nhận được đằng sau những lời phê bình, trách mắng ấy luôn lấp lánh tấm lòng vì con, cho con của người làm cha làm mẹ. Chúng cũng sẽ nhận ra rằng chúng ta chỉ không hài lòng, thậm chí bất bình, thất vọng với hành vi ấy, lời nói ấy của chúng chứ không phải toàn bộ con người chúng.

Tuy nhiên, không phải ai cũng làm được như vậy. Đôi khi trong cơn nóng giận hoặc thất vọng nào nề, chúng ta hấp tấp gán cho con cái những cái nhãn nặng nề như “ngu ngốc”, “hư hỏng”, “vô dụng”, “bất hiếu”,... Buồn thay, bản chất con người vốn có xu hướng khắc ghi trong lòng những tính từ mạnh, mang hàm ý xấu gán cho mình hơn là những lời khen. Ví dụ, đứa trẻ sẽ nhớ lâu cái lần bạn gọi nó là “đứa hư đốn” hơn là từ “con ngoan” mà thỉnh thoảng bạn vẫn nói với nó. Như chúng ta đã bàn ở các chương trước, những cái nhãn tiêu cực này có thể bám cứng vào tính cách của một người, và đến một mức nào đó thì nó trở thành bản chất của người

ấy. Bạn có muốn con mình suốt đời nghĩ là nó “ngu dốt”, “vô dụng” không? Nếu không thì bạn hãy kiềm chế đừng vô tình gán cho trẻ những cái nhãn tiêu cực ấy, trong bất kỳ hoàn cảnh nào.

YÊU THƯƠNG, CHẤP NHẬN VÀ ĐIỀU CHỈNH HÀNH VI

Bạn có bao giờ để ý và tự quan sát cách mà bạn nói chuyện với con không? Bạn có nhận ra ảnh hưởng của mình đối với con mỗi khi bạn tương tác với chúng không? Tất cả những gì bạn nói và làm, với cương vị người làm cha làm mẹ, đều có một ảnh hưởng rất ghê gớm đối với trẻ, lớn hơn rất nhiều so với những người khác như thầy cô giáo, họ hàng, hay bè bạn của chúng. Và như với mọi việc khác trên đời, ảnh hưởng ấy có thể tốt hoặc xấu, tích cực hoặc tiêu cực, lành mạnh hay không lành mạnh, có ích hay có hại. Ví dụ, bạn dạy con mình phải sống thật thà ngay thẳng nhưng trước mặt nó lại nói dối sếp là bạn bị ốm để ở nhà làm việc khác, thì bạn sẽ là một tấm gương xấu cho con cái. Sau này trẻ sẽ dễ dàng nói dối vì chúng thấy cha mẹ mình cũng làm như vậy mà có hề hấn gì đâu.

Vì thế, hãy một mực tin rằng bạn có thể giúp tạo ra một sự khác biệt thật sự trong cuộc đời con mình, chỉ bằng cách chuyện trò với con cái, giúp chúng “nhìn thấy ánh sáng” và động viên chúng hãy nỗ lực tạo ra những kỳ tích cho bản thân, rồi cho gia đình và sau đó là cho cộng đồng. Sau đây là những phương pháp mà bạn có thể linh hoạt sử dụng trong từng trường hợp cụ thể.

PHƯƠNG PHÁP “TẤT CẢ SỰ THẬT”

Đây là một kỹ thuật do một nhà tâm lý học nổi tiếng về đời sống gia đình tên là Virginia Satir nêu ra. Bà là một trong những người khoa học có công “hàn gắn những gia đình có vấn đề”. Bà đã khám phá ra một phương pháp giúp các gia đình tìm ra những nguyên nhân sâu xa của bất kỳ mâu thuẫn nào trong nội bộ và sau đó giúp họ hài hòa giữa những khác biệt để cùng đạt được kết quả mong muốn.

Hãy suy nghĩ về cách mà bạn thường dùng để buộc con cái phải làm theo ý mình. Bạn cần nhẫn, chửi mắng, thậm chí dùng đến những lý lẽ sắc bén của người lớn để khiến chúng cảm thấy mình thật tồi tệ ư? Việc này có giúp bạn đạt kết quả như ý muốn không? Tôi hiểu bao giờ bạn cũng có hảo ý, trong thực tế thì tất cả những ông bố bà mẹ đều nói rằng họ chẳng có mong muốn gì ngoài những điều tốt đẹp nhất cho con cái, nhưng liệu ý định tốt lành này có được chuyển thành kết quả mỹ mãn hay không?

Để minh họa cho việc này, chúng ta hãy hình dung cảnh tượng sau. Một người cha vừa trở

về nhà sau một ngày làm việc dài đằng đặc với đủ mọi áp lực. Ông mệt mỏi mở cửa bước vào nhà và thấy thằng con trai 16 tuổi, sức dài vai rộng của mình đang hứng chí với những trò biến hóa trong màn game của nó, mặc dù chưa đầy một tháng nữa là đến kỳ thi cuối khóa.

Người cha (với giọng cộc cằn): *Greg, con đang làm gì đấy?*

Greg: *Con chơi game, ba không thấy à?*

Người cha: *Hay nhỉ! Ba thì mướt mồ hôi để kiếm tiền còn con thì ườn xác ra chơi game! Con thấy ba đi làm về mà không thèm chào ba một tiếng. Như vậy là ý gì? Có phải chơi game quan trọng hơn ba, đúng không? Ba lao lực cả ngày là vì ai, thế mà ba cũng chỉ mong con biết đến cha đến mẹ một chút thôi. Việc đó khó khăn lắm sao?*

Greg: *(tiếp tục bị cuốn hút vào trò chơi game và không để ý đến cha)*

Người cha: *Không phải là con sắp thi à? Sao con vẫn mê mẩn cái trò ngu ngốc ấy?*

Greg: *Ừa, thi gì cơ ạ? (mắt vẫn không rời khỏi màn hình)*

Người cha: *Đừng giả vờ ngu ngốc nữa. Ba không thích thái độ đó của con. Ba mẹ vất vả như thế nào mới nuôi con lớn từng này! Bao nhiêu khó nhọc của cha mẹ chỉ để cho con được ăn sung mặc sướng; và tất cả những điều ba yêu cầu là con tỏ ra biết ơn một chút đối với những người đã lao tâm khổ tứ vì con. Ba không hiểu tại sao con càng lớn càng hư không chịu nghe lời cha mẹ.*

Greg: *(tắt máy tính và đứng dậy bỏ đi)*

Người cha: *Mày đi đâu? Ngồi xuống! Tao đang nói với mày kia mà. Tưởng rằng mày không muốn nói chuyện là thoát được à. Ngồi yên đấy, cho đến khi mọi chuyện ra ngô ra khoai!*

Greg: *(ném phịch người xuống ghế salông, chép miệng) Sao cũng được!*

Người cha: *Mày nói thế là nghĩa làm sao? Mày láo lếu như thế từ bao giờ vậy? Mày tưởng mình đã thành người lớn rồi chắc?*

Greg: *Ừm!*

Người cha: *Mày dám! Thử la to hơn xem nào?*

Greg: *Phải!!!*

Người cha: Gào to nữa lên xem sao!

Greg: Ba muốn con làm gì nào? Ba bảo con la to thì con la để rồi ba lại mắng mỗ.

Người cha: (tức tối đến không nói nên lời) Mày... mày tưởng mày... ngon lắm rồi hả?

Greg: Phải!

Người cha: Mày gào nữa lên cho tao xem!

Greg: Phải, phải, phải!!!

Người cha: (tát vào mặt con) Đồ khốn nạn? Mày nghĩ mày là ai? Nhớ rằng... tao đẻ ra mày nghe chưa, tao là bố mày. Nếu tao bảo làm gì thì phải làm theo nghe chưa. Quay về phòng học bài NGAY LẬP TỨC!

Greg: Sao cũng được! (chạy vào phòng và đóng sập cửa lại)

Như bạn có thể thấy, trong những vụ va chạm gia đình như thế này, không ai thắng cả. Đứa con trai giận dữ vì người cha tỏ ra vô lý mắng mỗ và đánh mình, còn người cha thì bấn loạn vì không quản lý nổi đứa con cứng đầu hỗn láo. Bạn hãy xem lại tình huống trên một lần nữa và tìm ra một số lỗi mà người cha mắc phải, khiến cho mọi chuyện trở nên tồi tệ hơn và những hậu quả có thể kéo theo.

.....

.....

.....

Theo ý chúng tôi, đây là một số sai lầm mà người cha nên tránh:

□ Người cha nên tránh dùng giọng điệu hịch sách mà nên bắt đầu với vẻ thân thiện hơn, như hỏi con chơi game gì và cậu chơi thế nào – trước khi đề cập đến kỳ thi của cậu.

□ Đặt câu hỏi tại sao với giọng điệu kết tội (“Tại sao con không thể làm được việc này?”) dẫn đến phản hồi tiêu cực từ Greg. Nếu người cha không “tấn công” trước, cậu sẽ không ở trong tâm thế chống đối.

□ Người cha gọi trò chơi của con là “ngu ngốc”, nên Greg hiểu cha ám chỉ mình ngu ngốc.

Điều này càng thổi bùng lên ngọn lửa bất mãn trong cậu con trai đang muốn khẳng định mình là người lớn.

□ *Greg nổi loạn bằng cách giả vờ ngu ngốc như cách người cha gán ghép cho mình, khiến người cha càng giận dữ hơn và rơi ngay vào bẫy của con: ông cảm thấy mình thật sự ngu ngốc và bất lực.*

□ *Người cha có thể làm tốt hơn bằng cách kèm chế cảm xúc của mình.*

Dùng giọng điệu hùng hổ chỉ làm mọi việc tệ hơn khi đứa con đã chọn cách “mặc kệ” cho mọi việc xảy ra. Khi một trong hai bên tỏ thái độ dửng dưng, bất cần, thách thức thì vấn đề trở nên khó giải quyết. Bạn nên tránh tình trạng này bằng bất cứ giá nào.

Cơ sở lý luận làm bản lề cho phương pháp “hàn gắn” của Satir là: Thay đổi không phải là một sự kiện mà là một quá trình. Bởi thế, bà tạo ra những thay đổi tích cực trong gia đình bằng cách thay những dữ kiện đang xảy ra bằng những gì nên xảy ra. Bà thiết lập một hệ thống vững vàng để các gia đình có thể tự tạo ra những thay đổi chắc chắn và bền vững.

Càng hiểu rõ phương pháp này bao nhiêu, bạn càng có khả năng thành thạo trong việc tự thay đổi mình và tạo ra sự thay đổi ở con cái bấy nhiêu. Phương pháp Tất Cả Sự Thật mang lại hiệu quả to lớn nhờ việc đặt trẻ vào một trạng thái tinh thần (cảm xúc) dễ tiếp nhận thông tin. Tôi không biết bạn có nhận ra rằng khi cha mẹ khiển trách con cái, ta thường làm dấy lên cảm giác giận dữ và chống đối trong trẻ. Vì thế để trẻ thay đổi, chúng ta cần thay thế những xúc cảm tiêu cực đó bằng những xúc cảm tích cực, thông qua việc nói lên những gì đang thật sự diễn ra (tất cả sự thật) theo từng bước cụ thể để trẻ dễ dàng tiếp nhận, và đó cũng là tiền đề của phương pháp Tất Cả Sự Thật này.

Các bước tiến hành như sau:

1. Ba/mẹ GIẬN DỮ vì ---

2. Ba/mẹ TỒN THƯƠNG vì ---

3. Ba/mẹ LO LẮNG vì ---

4. Ba/mẹ TIẾC vì ---

5. TẤT CẢ NHỮNG GÌ BA/MẸ MONG MUỐN CHO CON là ---

6. Ba/mẹ HIẾU là ---

7. Ba/mẹ CẢM KÍCH ---

8. Ba/mẹ THA LỖI cho con vì ---

9. Ba/mẹ THƯƠNG con vì ---

Dưới đây là một số lưu ý khi sử dụng phương pháp Tất Cả Sự Thật.

- Chỉ khi nào bạn ở trong tâm trạng thoải mái, bình tĩnh mới sử dụng phương pháp này. Ví dụ, khi đang giận, bạn có thể nói với giọng điệu giận dữ nhưng đừng gào lên hết âm lượng thể hiện cơn giận sôi sục của mình. La lối quát mắng là dấu hiệu của việc thiếu khả năng kiểm soát bản thân. Khi bạn đang buồn bã, hãy dùng giọng điệu nhẹ nhàng. Sự cường điệu thái quá sẽ làm giảm tác dụng của phương pháp Tất Cả Sự Thật (vì cường điệu rõ ràng không phải là... sự thật).
- Chỉ phê bình hành vi chứ không phê bình/phủ nhận toàn bộ một con người.
- Giải thích cụ thể tại sao bạn không hài lòng/đồng tình với hành vi đó. Nếu nói không rõ ràng, trẻ có thể hiểu là bạn đang trong tâm trạng “giận cá chém thớt”, rằng nó bị vạ lây.
- Đưa ra lời khen ngợi đúng chỗ đúng lúc. Tôi phát hiện rằng đa số cha mẹ sử dụng phương pháp này chỉ tập trung vào lỗi lầm của trẻ và cảm thấy khó mà đưa ra lời khen ngợi động viên.
- Kết thúc buổi nói chuyện bằng một tâm trạng tích cực (cảm kích, bao dung, thương yêu ...), bởi vì sâu thẳm trong lòng, ta yêu thương con cái (bất kể chúng có gây ra chuyện gì) và đó là lý do tại sao chúng ta cần phải điều chỉnh những hành vi không tốt của chúng.
- Bạn không cần phải thực hiện tất cả các bước liệt kê ở trên mà nên vận dụng linh hoạt tùy theo từng trường hợp. Nhưng bạn cần chú ý đến bốn bước chủ đạo là: GIẬN DỮ (hoặc tổn thương, lo lắng, buồn phiền), MONG MUỐN CHO CON, HIẾU và CẢM KÍCH.
- Tạo điều kiện cho cả hai bên sử dụng phương pháp Tất Cả Sự Thật, nghĩa là cũng để cho con bạn có cơ hội nói lên cảm xúc, mong muốn, suy nghĩ và sự cảm kích của chúng.

Hãy cùng quay lại câu chuyện giữa hai cha con nhà kia, từ lúc người cha mở cửa bước vào nhà và hình dung người cha sử dụng hiệu quả phương pháp Tất Cả Sự Thật như thế nào.

Người cha (giọng bình thường): Greg, con lại chơi game đấy à? Ba không hiểu nó có gì mà hấp dẫn con đến vậy?

Greg: Ở trường con đùa nào cũng chơi game, ba có thể chơi qua mạng được.

Người cha: Greg à, thật lòng mà nói, ba HƠI BỰC khi thấy con chơi game suốt ngày. Sẽ tốt hơn nếu con dành nhiều thời gian hơn cho việc học hành. Con có thể ngừng chơi một chút không, ba muốn nói chuyện với con!

Greg (miễn cưỡng tắt máy và vùng vằng xuống ghế salông)

Người cha: Ba GIẬN khi thấy con cứ chơi game suốt. Ba biết rằng điểm số của con dạo gần đây không tốt lắm, nếu con chịu khó học hành chăm chỉ hơn, ba tin rằng con sẽ nhận được những kết quả xứng đáng với khả năng thật sự của con.

Người cha: Ba RẤT BUỒN khi con tỏ ra vô trách nhiệm như vậy. Ba không ngại làm lưng vắt vả vì ba tin rằng làm cha, vai trò của ba là mang lại những gì tốt nhất cho con, đặc biệt là một nền tảng giáo dục tốt nhất có thể có được.

Người cha: Ba TIẾC là ba đã lần lữa quá lâu trước khi nói với con chuyện này. Ba đã muốn nói với con điều này từ lâu rồi nhưng công việc khiến ba ít có thời gian trao đổi với con. Hai chúng ta đều phải chịu trách nhiệm cho những việc làm của mình, ba cũng thế mà con cũng thế. Con cũng đâu còn nhỏ nữa, đúng không nào?

Người cha: Ba LO là nếu con cứ tiếp tục như vậy, con khó có thể tiếp tục học ngành nghề mà con mong muốn và không có nhiều cơ hội trong tương lai. Ba vẫn biết con muốn trở thành phi công – đó là ước mơ từ bé của con. Hãy nhớ rằng người duy nhất có thể bóp chết giấc mơ ấy là bản thân con chứ không phải ai khác. Ba tin rằng con có thể là một cơ trưởng tài giỏi, và ba biết rằng con thật sự khao khát điều đó. Nếu con lưu ban một năm, ba sẽ vẫn trả tiền học phí cho con nhưng ba biết con không thích mài dũa quần trên ghế nhà trường mà muốn mau chóng đi làm để khẳng định mình. Cho nên, ba mong con nhanh chóng hoàn tất việc học, ba chắc là con cũng muốn như vậy.

Người cha: Tất cả những gì ba MONG MUỐN là con chịu trách nhiệm cho những việc làm của mình. Con đã 16 tuổi rồi và một ngày nào đó, con có trách nhiệm lo cho gia đình nhỏ của chính con. Mỗi ngày con lớn lên là một ngày ba già đi. Ba sẽ làm tất cả để giúp con đạt được ước mơ của mình nhưng con mới là người biến mơ ước đó thành sự thật.

Người cha: Ba HIỂU là con cần hòa nhập với bạn bè cũng như có nhu cầu thư giãn, và việc chơi game khiến con cảm thấy thỏa mãn nhu cầu đó. Ba không bảo con tuyệt đối không chơi

game. Ba nghĩ con nên điều chỉnh thời gian giữa học và chơi để có nhiều thời gian học hơn, ít nhất cũng đến khi thi xong.

Người cha: Ba rất CẢM KÍCH vì con đã dành thời gian giúp mẹ làm việc nhà. Ba cũng cảm ơn con vì đã chăm sóc em thay vì ăn hiếp nó như hồi con còn nhỏ. Ba nghĩ đó là những việc làm tốt thể hiện tinh thần trách nhiệm của người đàn ông, và ba rất hãnh diện về con trong chuyện này.

Người cha: Vì thế, ba THA THỨ cho con những lúc con xao nhãng học hành và nói năng thô lỗ với cha mẹ.

Người cha: Ba QUAN TÂM đến con vì con là con trai của ba. Ba đã từng bước dõi theo con, từ khi con là một đứa trẻ bi bô gọi “ba ba” cho đến khi con trở thành một thanh niên cao lớn như hôm nay. Ba chứng kiến những thành công cũng như thất bại của con. Khi con vấp ngã, ba luôn ở bên cạnh để nâng con dậy. Ba tự hỏi không biết ba còn giúp đỡ con được bao lâu nữa. Sẽ đến lúc, mà cũng chẳng lâu đâu, con sẽ là người nâng ba dậy khi ba mỏi mệt, chùn bước. Ba muốn chắc chắn rằng con trai của ba thừa khả năng để nâng đỡ cha già.

(Nghe đến đây, Greg cúi đầu xuống. Nếu cậu ngắt lời cha để biện hộ cho mình, cha cậu sẽ ngăn lại và bảo rằng cậu sẽ được phép nói sau khi ông nói xong. Một trong những đặc tính của thiếu niên là khi bạn bảo chúng nói thì chúng sẽ im lặng. Cho nên đôi khi bạn phải dùng “mẹo” để thúc đẩy chúng.)

Người cha: Greg, con có gì để nói với ba không?

Greg (lầm bầm trong miệng): Không ạ.

Người cha: Con có giận ba không?

Greg: Dạ, không.

Người cha: Con có buồn khi nghe những gì ba nói không?

Greg: Một chút thôi ạ.

Người cha: Thế con buồn về chuyện gì? (câu hỏi mở, thay vì câu hỏi có/không)

Greg: Con buồn vì ba bảo con chơi game suốt ngày. Con vừa chơi được mấy phút thì ba về nhà. Con thường bắt đầu chơi trước giờ ba đi làm về nên ba cứ nghĩ rằng con chơi suốt ngày.

Người cha: Ừm... ba hiểu rồi. Vậy con đã hiểu ba mong muốn gì ở con rồi chứ?

Greg: Dạ.

Người cha: Ba muốn gì vậy?

Greg: Ba muốn con có trách nhiệm hơn và học chăm chỉ hơn, chơi game ít đi.

Người cha: Ba có thể tin con sẽ làm được việc đó không?

Greg: Dạ thưa ba. Con sẽ cố hết sức.

Người cha: Vậy thì tốt rồi... Chắc đã đến lúc ăn tối, ta hãy cùng nhau dọn bàn ăn nào.

Greg: Dạ.

Từ những gì đọc được, chắc bạn cũng nhận ra rằng lần này cha của Greg đi thẳng vào vấn đề và cụ thể hơn trong những lời nhận xét của ông về con trai. Ông miêu tả những gì mình chứng kiến và cảm xúc của bản thân, nhưng vẫn kèm chế những lời nói và hành động tiêu cực trong lúc giận dữ. Hơn nữa, ông tập trung vào việc thay đổi hành vi của con trai. Ông biết cách bày tỏ tình thương và sự chấp nhận của mình đối với cậu, điều này được thể hiện qua những gì ông nói với con. Greg cảm thấy mình được cha chấp nhận như con người vốn có của mình, và cậu cũng có cơ hội (hoặc được cha khơi gợi) để nói lên quan điểm của cậu chứ không bị cha buộc phải im lặng và đi vào phòng học bài.

BẢN HỢP ĐỒNG GIA ĐÌNH

Bạn có nghĩ là chỉ cần một buổi nói chuyện nghiêm túc là Greg sẽ thay đổi không? Nếu thế thì mọi việc quá đơn giản và không cần các bậc cha mẹ phải nhọc lòng làm gì. Thường thì trẻ bị tác động bởi những cảm dỗ bên ngoài khiến chúng xao nhãng hoặc quên đi những gì mình cam kết, hứa hẹn với phụ huynh, nên thường tiếp tục tái diễn những lỗi lầm.

Gặp trường hợp ấy, ta nên xử lý thế nào? Bạn có thể dùng bản hợp đồng gia đình. Đó là một văn bản có tính cam kết và ràng buộc nhất định đối với trẻ, nhất là khi trẻ có “tiền sử” quên những điều hứa hẹn với cha mẹ.

Một bản hợp đồng như vậy có những lợi ích như sau:

- *Giúp trẻ hiểu và ghi nhớ rằng “mỗi lựa chọn và hành động luôn gắn liền với một kết quả hay hậu quả”.*

• Giảm thiểu những đôi co không cần thiết giữa cha mẹ và con cái nhờ những điều khoản đã được ghi rõ ràng.

• Trẻ học được cách tôn trọng hợp đồng và chịu trách nhiệm cho những quyết định của mình để chuẩn bị cho cuộc sống thật sự sau này.

• Tạo điều kiện cho trẻ học cách thực hiện đúng cam kết, làm theo hợp đồng và kế hoạch.

Lập bản Hợp Đồng Gia Đình như thế nào?

Dưới đây là một số bước bạn có thể làm theo:

1) Thể hiện sự quan tâm lo lắng

Người ta chỉ thay đổi khi có nhu cầu cần thay đổi và cảm thấy mình có đủ động lực cho sự thay đổi đó. Con người thường không theo đuổi những việc không có lợi cho mình. Hãy nói với trẻ là bạn làm việc này bởi vì bạn thật sự quan tâm đến lợi ích của chúng và muốn chúng trưởng thành.

2) Tạo ra nhu cầu

Chỉ khi con bạn cảm thấy nhu cầu cần thay đổi, chúng mới đón nhận ý tưởng lập hợp đồng. Ví dụ, nếu giữa cha mẹ và con cái liên tục có chuyện bất đồng, chúng sẽ muốn có bản hợp đồng để giảm bớt những lần tranh cãi và tăng hiệu quả giao tiếp với cha mẹ.

3) Tính đến tất cả những khó khăn

Trẻ cần lường trước những khó khăn trong quá trình thực hiện hợp đồng. Bạn hãy yêu cầu chúng viết ra những khó khăn mà chúng có thể gặp phải. Đó cũng là dịp giúp bạn hiểu hơn về nhận thức của trẻ. Và như vậy cũng giúp cha mẹ và con cái hiểu rõ nhau hơn.

4) Đề xuất các giải pháp hợp lý

Hãy để con cái nghĩ ra các giải pháp hợp lý cho những khó khăn trở ngại mà chúng nêu ra. Đừng làm hộ chúng việc này nếu bạn không muốn con cái có thói quen ỷ lại hoặc lười động não. Nhiều bậc cha mẹ nghĩ con mình còn nhỏ dại nên đứng ra làm thay cho chúng nhiều việc, khiến chúng không dám nghĩ dám làm, không có động lực và thậm chí không có khả năng độc lập về một số mặt. Cha mẹ chỉ nên đứng ra giúp đỡ khi chúng yêu cầu. Sau đó bạn hãy cùng trẻ chọn ra những giải pháp khả dĩ và yêu cầu chúng đánh giá giải pháp nào là hiệu quả nhất.

5) Đưa ra phần thưởng

Để giúp con cái tôn trọng và tuân thủ các điều kiện trong bản hợp đồng, bạn phải nêu ra những phần thưởng mà chúng sẽ nhận được khi thực hiện đúng cam kết. Trong hợp đồng, bạn có thể viết:

“Nếu làm được việc này, phần thưởng của con sẽ là_____.”

6) Nêu ra hậu quả

Dĩ nhiên với những điều khoản cam kết, bên cạnh phần thưởng cũng nên nêu rõ hậu quả. Đó là động thái giúp khích lệ những hành vi tích cực và ngăn chặn những hành vi tiêu cực. Bạn có thể viết:

“Nếu con _____, hậu quả sẽ là _____.”

7) Quyết tâm thực hiện đúng hợp đồng và trách nhiệm thi hành

Sau khi đã thỏa thuận các điều khoản của hợp đồng, hãy để trẻ ký tên bên dưới, làm mạnh thêm cam kết của chúng. Nêu ra hậu quả chung nếu trẻ vi phạm hợp đồng. Việc này sẽ dạy con trẻ về những gì chúng có thể gặp phải khi lớn lên.

8) Tìm hiểu quan điểm và nguy cơ không tôn trọng hợp đồng

Cha mẹ nên nhìn nhận sự việc theo nhận thức của con cái và lưu ý cảm giác của chúng. Sửa đổi hợp đồng đúng theo những điều khoản mà chúng đồng ý.

Với trẻ, bao giờ cũng có những nguy cơ khiến chúng xao lãng, không ghi nhớ và thực hiện theo hợp đồng. Bạn hãy bảo con cái kê ra những cảm dỗ có thể khiến chúng chệnh mảng để bạn có thể giải quyết vấn đề bằng cách đưa ra những quy định cụ thể trong từng trường hợp.

Dưới đây là một ví dụ về hợp đồng:

Hợp đồng giữa _____ & _____

Tôi là _____ muốn viết ra hợp đồng này vì tôi muốn tạo ra những thay đổi tích cực trong cuộc sống của tôi và dưới đây là thỏa thuận của tôi:

Một số khó khăn mà tôi gặp phải nhưng có thể vượt qua là:

Tôi xin cam kết những việc sau:

1. _____

Phần thưởng:

Hậu quả:

2. _____

Phần thưởng:

Hậu quả:

3. _____

Phần thưởng:

Hậu quả:

Khi ký tên dưới đây, tôi cam kết là sẽ làm theo những điều kiện ghi trong hợp đồng. Tôi hiểu rõ là mình sẽ chịu hậu quả xấu nếu vi phạm những cam kết ở trên.

Họ tên / Chữ ký

Ngày hợp đồng có hiệu lực

NHỮNG ĐIỂM QUAN TRỌNG CẦN NHỚ

Thế là chúng ta đã điếm qua những phương pháp mà bạn có thể áp dụng trong việc phê bình và kỷ luật con cái. Bạn hãy nhớ là bao giờ cũng nói ra cảm nghĩ của mình về một việc làm hay hành vi nào đó, chứ không đưa ra đánh giá về bản thân đứa trẻ. Còn một nguyên tắc nữa: bạn nên phê bình trẻ khi chỉ có hai người với nhau còn khi khen ngợi thì hãy nói trước mặt người khác. Vào một lúc nào đó, khi không có chuyện gì xảy ra, hãy hỏi con cái xem chúng muốn được cha mẹ hay người lớn góp ý như thế nào. Thường thì bọn trẻ chỉ có những ý niệm mơ hồ về việc góp ý phê bình nên bạn cần giải thích cụ thể ý nghĩa của việc này.

Kể cả khi chúng nói rằng mình không ngại nhận những lời góp ý khắt khe, thẳng thắn thì mọi việc cũng không hề đơn giản, vì mỗi người có quan niệm về mức độ khắt khe hay thẳng thắn rất khác nhau. Đối với những đứa trẻ nhạy cảm, đánh giá “Làm vậy thật ngu ngốc!” có thể là hơi nặng trong khi nhận xét “Làm vậy thật không thông minh!” lại có tác dụng hơn. Việc tìm hiểu con cái giúp bạn điều chỉnh cách góp ý phê bình được tốt hơn.

Bạn hãy nhớ nói rõ những gì bạn muốn ở con cái, đừng để cơn giận dữ trong lòng che lấp mọi thứ mà tuôn ra những lời lẽ nóng nảy hoặc làm những cử chỉ có thể gây thương tổn đến con trẻ, vả lại hành động và lời lẽ nóng giận cũng chẳng thể làm bạn vui được.

Hãy nói rõ mong muốn của bạn và bảo trẻ lặp lại để bạn biết chắc rằng chúng hiểu đúng những gì bạn nói. Vì con bạn không còn là những đứa trẻ bé bỏng, chúng cần có trách nhiệm thực hiện những điều chỉnh mà bạn nêu ra mà bản thân chúng cũng cảm thấy là hợp lý.

Hãy giúp con trẻ hiểu rằng chúng có thể làm một bước thay đổi lớn nếu đó là lựa chọn của chúng cùng với việc cha mẹ tạo điều kiện cho chúng thay đổi. Đôi khi trẻ không thể thoát khỏi vấn đề của chúng khi cảm thấy chúng không có quyền lựa chọn và không thể thoái lui. Lý do lớn nhất khiến một số đứa trẻ có thái độ chống đối cha mẹ là vì chúng cảm thấy nếu làm khác đi, chúng sẽ bị mất mặt. Nếu cha mẹ để cho chúng một đường rút lui mà không bị mất mặt, chúng thường đi đến một chọn lựa tích cực hơn. Trong gia đình mình, bạn hãy xây dựng một văn hóa trao đổi hai chiều nhằm tạo điều kiện thuận lợi cho con cái đưa ra thông tin phản hồi về những góp ý, phê bình hay biện pháp kỷ luật của cha mẹ. Hãy cho phép trẻ có quyền được lên tiếng về cảm giác của chúng và cả những điều chúng cho là không đúng, không hợp lý.

Như nhiều người đã nói và rất có thể bạn cũng nghĩ, rằng “nói suông thì dễ lắm”. Phải, sẽ chẳng có gì thay đổi cho đến khi bạn hành động. Khởi thủy là hành động! Vậy thì bước cuối cùng khiến đứa con thân yêu của bạn thay đổi theo chiều hướng tốt hơn là hãy hành động. Hãy làm sao lôi kéo con bạn vào cuộc để chúng có những cam kết hành động xuất phát tận đáy lòng, để chúng tự hoạch định những bước đi cụ thể và thời hạn chính xác cho từng hành động đó. Và như vậy thì còn phải nghi ngờ gì nữa: con cái chúng ta đều giỏi! Việc bạn đã, đang và sẽ làm sẽ giúp tạo ra cho đời những công dân đáng tự hào. Đó là những con người mới không chỉ phát huy hết tài năng tiềm ẩn của mình mà còn biết đem lại hạnh phúc cho mình, cho những người chung quanh và biết cách làm sao cho thế giới này mỗi ngày một tốt đẹp hơn, bao dung hơn, giàu có hơn!

LỜI TÂM TÌNH CUỐI SÁCH

Thế là chúng ta đã cùng nhau đi đến những dòng cuối cùng của quyển sách, tôi hy vọng rằng khoảng thời gian bạn dành để suy nghĩ và trò chuyện cùng tôi vừa hữu ích vừa mang lại niềm vui cho bạn. Trong thực tế, những hiểu biết và phương pháp mà tôi chia sẻ với bạn trong quyển sách này là những gì chúng tôi đã thực hành trong nhiều năm qua. Chúng đã thật sự đem đến những kết quả đáng kinh ngạc cho hàng chục ngàn cha mẹ và thầy cô, những người trực tiếp tham gia vào các khóa đào tạo của chúng tôi. Vì vậy, tôi hoàn toàn có cơ sở tin rằng bạn cũng sẽ gặt hái được những kết quả tương tự hoặc hơn thế nữa.

Bên cạnh đó, một lần nữa xin bạn hãy nhớ rằng, không có kỹ thuật hay phương pháp nào màu nhiệm đến mức cho ra kết quả ngay tức khắc và hiệu nghiệm với tất cả mọi người. Nếu bạn không đạt được kết quả như ý trong lần đầu thì điều đó có nghĩa là bạn cần phải cố gắng hơn nữa. Sự nghiệp trồng người và tạo ra một sự thay đổi thật sự trong mỗi đứa trẻ cần có thời gian và lòng kiên nhẫn, nhất là khi mối quan hệ giữa bạn và con cái có những vấn đề nổi cộm

trong thời gian qua.

Cũng xin nhớ rằng không có thất bại, chỉ có những kinh nghiệm cần học hỏi. Thế nên, bạn cũng đừng ngại việc thử các phương pháp mới. Điều quan trọng là bạn hãy cố gắng hết mình và tin rằng tình yêu thương cũng như nỗ lực của bạn sẽ được đền bù xứng đáng. Với tất cả tâm huyết mà tôi dành cho mỗi đứa trẻ cũng như cha mẹ của chúng, tôi thật lòng tin rằng đến một ngày nào đó, bạn có thể tự hào mà nói rằng: “Với nỗ lực và tình thương con của mình, tôi đã góp phần mang đến cho đời một con người thông minh, tài giỏi, không chỉ biết cách sống tốt cho mình mà còn giúp cho người khác sống tốt hơn, để cho xã hội ngày một tốt đẹp hơn”.

Cuối cùng, xin cảm ơn bạn đã đầu tư nhiều thời gian và công sức để cho phép chúng tôi chia sẻ với bạn xung quanh chủ đề: làm thế nào để nuôi dạy con thành công và hạnh phúc. Chúng tôi thật sự hy vọng rằng những nỗ lực của chúng tôi đã và sẽ giúp tạo ra những sự khác biệt tốt đẹp trong cuộc sống của bạn. Một ngày kia, chúng tôi tin rằng sẽ đến lượt mình được nghe câu chuyện thành công của chính bạn. Cho đến lúc đó, tôi chúc bạn thành công trong vai trò làm cha mẹ và niềm vui sẽ đơm hoa kết trái từng ngày trong cuộc sống của gia đình bạn!

Chia sẻ ebook : <http://downloadsachmienphi.com/>

Tham gia cộng đồng chia sẻ sách : Fanpage : <https://www.facebook.com/downloadsachfree>

Cộng đồng Google : <http://bit.ly/downloadsach>