



NÓI LẮP RẮC RỐI THẬT!



“Hạnh, em đọc cho cô ba đoạn đầu của bài nào!”

Từ trên bục giảng, cô giáo nhìn về phía Hạnh. Hạnh từ từ đứng dậy, hai tay run run cầm sách lên...

“Có trò vui để xem rồi!” Duy ngồi phía sau lẩm bẩm.

“Hô... hô... hôm nay, tôi... tôi lại... lại nằm trên cánh... cánh đồng...”

“Ha ha ha ha...” Hạnh chưa kịp đọc hết câu đầu tiên, cả lớp đã phá lên cười. Hạnh đỏ bừng mặt, không thể đọc thêm một chữ nào nữa.

Bởi có tật nói lắp nên mỗi lần trả lời câu hỏi trên lớp lại là một cơn ác mộng đối với Hạnh. Dần dần, cô bé ngày càng ít nói, tự ti.

Nói lắp không phải là một “bệnh”, mà thường do áp lực tâm lí gây ra. Rất nhiều người trong lúc căng thẳng có thể gặp phải tình trạng nói năng không lưu loát. Nếu muốn nói năng trôi chảy thì điều quan trọng nhất là rèn luyện để có tâm lí vững vàng.

☆ Đừng tự ti. Hãy tìm ra ưu điểm của bản thân, tạo dựng sự tự tin cho riêng mình. Hãy coi nói lắp là một thử thách đặc biệt và tìm cách khắc phục.

☆ Đừng lo sợ. Nói lắp không phải là căn bệnh “vô phương cứu chữa” nên đừng sợ hãi; hãy nói nhiều hơn. Luyện tập thường xuyên sẽ giúp bạn thay đổi bản thân đấy.

☆ Đừng ngại ngùng. Hãy mạnh dạn lên tiếng, luyện tập để vượt qua mọi khó khăn.

☆ Đừng căng thẳng. Đừng quá chú ý đến những điều khiến bạn cảm thấy căng thẳng, được vậy, nói lắp sẽ không đến “làm phiền” bạn nữa!





SỰ HÀI HƯỚC CỨU VÃN CUỘC TRÒ CHUYỆN

1. MẸ ĐANG CHĂM CHÚ ĐỌC SÁCH, CHẴNG ĐỂ Ý GÌ TỚI HẠNH ĐANG BUỒN CHÁN Ở BÊN CẠNH.



2. HẠNH NGHĨ CỤC TẤY TRÔNG THẬT GIỐNG KẸO ĐẸO, CÓ KHI NÀO...

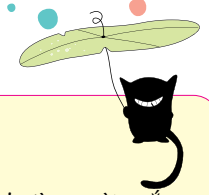


Suy nghĩ của Hạnh thật hài hước phải không, nói chuyện cùng cô bạn này chắc là vui lắm.

Lời lẽ dí dỏm, pha đôi câu chuyện cười sẽ thêm gia vị cho cuộc trò chuyện, khiến người nghe thích thú. Không cần ngôn từ sắc bén, chỉ riêng khả năng gây cười cũng đủ thu hút người xung quanh chú ý nghe bạn nói rồi.

So với nói chuyện quá nghiêm túc, khô khan thì cách miêu tả sinh động hài hước sẽ giúp người nghe tiếp thu dễ dàng hơn. Dù phát biểu ý kiến, đưa ra đề nghị hay là ngỏ lời giúp đỡ, đôi khi một chút hài hước, thú vị... cũng đủ tạo ra hiệu quả bất ngờ!

BÀI TẬP RÈN TÍNH HÀI HƯỚC



• NẮM BẮT HOÀN CẢNH ĐỂ NÓI LỜI THÚ VỊ

Một câu chuyện cười được chuẩn bị từ trước thường vừa rắc rối vừa hơi thiếu tự nhiên. Bạn nên nắm bắt điểm thú vị trong chủ đề của câu chuyện mà mọi người đang nói để đưa ra nhận xét hoặc câu đùa hài hước, từ đó tạo ra câu chuyện cười mới mẻ và đáng nhớ của riêng bạn.

• THÌNH THOẢNG HÃY THỂ HIỆN MỘT CHÚT BẤT NGỜ

Đối với bạn bè đã quen lâu, ta không cần quá thận trọng, dè dặt mà thình thoảng có thể pha trò, tạo vài bất ngờ nhỏ, vô hại, chẳng hạn như giả vờ quên sinh nhật một người bạn trong nhóm rồi cả nhóm tổ chức một bữa tiệc bất ngờ, hay một món quà giấu trong một món quà. Như vậy, mối quan hệ giữa các bạn sẽ càng thêm gắn gũi, thân thiết.

• LẤY CHÍNH MÌNH RA LÀM CHỦ ĐỀ GÂY CƯỜI

So với việc cười đùa người khác thì tự kể một kỉ niệm hài hước hay một lần ngốc nghếch của bạn sẽ "an toàn" hơn, tạo ra hiệu quả "gây cười" tốt hơn. Nhưng hãy nhớ, đừng vì thế mà tự hạ thấp bản thân. Mọi người cười vì ai cũng có những lần vụng về ngốc nghếch như vậy thôi.





NÓI ÍT KÈO SAI NHIỀU



Sáng sớm, đang trên đường đến trường, Hạnh bỗng thấy Tuyết đi đằng trước. Cô bé vui vẻ chạy lên đi cùng bạn, “Tuyết, chào cậu!”

Tuyết cũng mỉm cười đáp lại, “Chào cậu!” Sau đó, hai cô bé cùng sánh bước tới trường.

“Đây là váy cậu mới mua à?” Hạnh vui vẻ hỏi.

“Ừ!” Tuyết nhắc váy lên, cười tự hào. “Đẹp không?”

“Đẹp thật! Nhưng tớ thấy hơi lòe loẹt một chút!”

Nụ cười trên gương mặt Tuyết nháy mắt trở nên cứng đờ.

Hạnh biết mình lỡ lời, vội vàng xua tay, “À không lòe loẹt lắm đâu, mẹ tớ cũng có một chiếc váy gần giống thế này, cũng màu này, mẫu này...”

Hạnh còn muốn nói tiếp nhưng Tuyết đã giận mất rồi, cô bé “Hừ” một tiếng rồi rảo bước đi nhanh hơn, bỏ lại Hạnh đứng ngẩn người phía sau.

Chiếc váy này đẹp thật, giống hệt của mẹ tớ!

Gi cơ? Tớ với mẹ cậu...



Hạnh nhìn theo bạn, thở dài, “Miệng mình lại nói sai rồi”.
Đôi khi, nói quá nhiều không phải là chuyện tốt. Có câu “Nói dai, nói dài, nói dài”, ngôn ngữ là công cụ giao tiếp tốt nhất, nhưng cũng có thể trở thành “vũ khí” phá hoại đáng sợ nhất. Nói năng thiếu chừng mực, không biết điểm dừng... rất dễ đem tới những phiền phức không đáng có cho bản thân và cho người khác đấy!

BẠN HÃY TRÁNH NÓI NHỮNG LỜI DƯỚI ĐÂY QUÁ NHIỀU NHÉ!



- **LỜI GIẢI THÍCH:** giải thích quá nhiều dễ khiến người nghe hiểu lầm rằng đó là biểu hiện của sự chột dạ.
- **LỜI KHEN:** muốn khen ngợi người khác thì cũng nên biết điểm dừng, khen không ngừng nghỉ dễ khiến người khác nghĩ rằng bạn chỉ đang nịnh nọt, bợ đỡ. Chỉ nên khen đúng việc, đúng lúc thôi bạn nhé!
- **LỜI CHỈ TRÍCH:** chỉ trích quá nhiều, quá gay gắt thì dù bạn nói có đúng, nói có lí thì cũng có thể khiến nhiều người cảm thấy khó chịu và mất cảm tình với bạn.
- **LỜI AN ỦI:** an ủi quá nhiều đôi khi càng động chạm đến vết thương lòng của người khác, khiến cho họ buồn hơn. Đôi khi, để an ủi người khác, bạn chỉ cần ở bên họ mà không cần nói nhiều.





LỜI NÓI KHI TỨC GIẬN



Kể từ “sự kiện” chiếc váy, Hạnh thấy Tuyết lạnh lùng hơn với mình. Cô bé nghĩ, có mỗi chuyện cón con thế mà Tuyết cũng dỗi, đúng là “khó tính”!

Một lần, Tuyết đi ngang qua bàn Hạnh, vô tình quệt phải và

làm rơi quyển vở trên bàn xuống đất. Hạnh đứng bật dậy, giận dữ hét lên, “Tuyết, cậu cố ý phải không? Không ngờ cậu lại xấu tính đến vậy, thế mà trước kia tớ cứ nghĩ chúng ta là bạn!”

Tuyết nghe thế thì giận đỏ cả mặt, cao giọng cãi lại, “Vớ vẩn, từ trước tới nay tớ chưa từng coi cậu là bạn!”

Thế là mối quan hệ giữa hai bạn ngày càng xấu đi, không ai chịu nói chuyện với ai nữa.

Khi nóng giận, ta dễ mất bình tĩnh, quên hết những điều tốt đẹp của người khác, dễ nói những lời khó nghe, gây tổn hại đến tình cảm giữa hai bên. Đến khi bớt giận và suy

Không ngờ cậu lại xấu tính đến vậy, thế mà trước kia tớ cứ nghĩ chúng ta là bạn!

Vớ vẩn, từ trước tới nay tớ chưa từng coi cậu là bạn!



nghĩ lại, ta sẽ thấy hối hận, và nghĩ, giá như lúc đó mình bớt nóng, hẳn chuyện sẽ không đến mức này!

Nhưng lời nói giống như cốc nước đã đổ đi, rất khó lấy lại. Vì vậy, ngay cả khi vô cùng tức giận, bạn hãy cố gắng hết sức để kiềm chế bản thân, tránh nói ra những lời không hay, khiến mọi chuyện trở nên tồi tệ nhé!



NÊN LÀM GÌ KHI TỨC GIẬN?

Cố gắng im lặng, hít thở thật sâu, tự nhắc mình, “Người giận nào!”

Nếu bạn bắt buộc phải nói ra điều gì đó, hãy cố gắng chỉ nói về sự việc đang diễn ra, không nhắc đến những chuyện khác, nhất là những chuyện đã qua, càng không nên liên tục nhấn mạnh rằng bạn đang tức giận. Trong câu chuyện trên, nếu Hạnh có thể bình tĩnh nhắc Tuyết rằng cô bạn đã làm rơi quyển vở của mình, Tuyết đã có thể bình tĩnh nhặt lại vở cho Hạnh và xin lỗi, chuyện đã không trở nên âm ỉ.

Dù giận đến mức nào, cũng đừng bao giờ nói bậy, đừng nói những lời tấn công cá nhân và những lời phủ định hoàn toàn đối phương.

Hãy giữ giọng nói ở mức độ bình thường, không lớn tiếng la hét, bởi vì la hét sẽ làm bản thân bạn và người đối diện thêm căng thẳng và kích động. Cơ tức giận của bạn sẽ càng khó kiểm soát.

Hãy cho bạn và người đối diện thời gian để lấy lại bình tĩnh và giải thích sự việc, sau đó, nếu cần, hãy giải thích.





LỜI XIN LỖI CHÂN THÀNH

Trong bữa tối, Hạnh kể lại cho mẹ câu chuyện chiếc váy của Tuyết. Mẹ Hạnh nghe xong bèn nói, “Điều quan trọng nhất giữa bạn cùng lớp chính là hòa thuận với nhau. Nếu con biết mình là người sai trước thì nhất định phải xin lỗi bạn thật chân thành!”

Hạnh thấy mẹ nói đúng, nhưng đối với cô bé, nói xin lỗi thật không dễ dàng. Cô bé lo lắng rằng, mình đã lớn tiếng với Tuyết, Tuyết vốn nhạy cảm, liệu có chấp nhận lời xin lỗi không.

“Nếu mình xin lỗi mà cậu ấy không bỏ qua thì phải làm thế nào?”

Tớ xin lỗi, tớ nói sai rồi, lần sau tớ sẽ chú ý hơn, cậu đừng để bụng nhé!

Cậu đang nói về chuyện gì thế, tớ quên cả rồi! Chúng mình vẫn sẽ là bạn của nhau!



HÃY CHỈ CÁCH CHO HẠNH NÀO!

1. NHẬN RA LỖI CỦA MÌNH

Nhận ra lỗi sai của mình và nghiêm túc xem lại bản thân. Chỉ khi thực lòng nhận lỗi thì lời xin lỗi mới chân thành.

2. THẮNG THẦN NHẬN SAI

Bạn nên nhận lỗi và bày tỏ thái độ muốn sửa chữa.

3. NÓI CHUYỆN MỘT CÁCH CHÂN THÀNH

Có nhiều cách nói, chẳng hạn như, “Tớ xin lỗi”, “Xin lỗi cậu”, “Mong cậu tha lỗi cho tớ”, “Tớ không muốn mất một người bạn như cậu”... nhưng dù nói câu nào, quan trọng nhất là bạn phải có thái độ nghiêm túc và chân thành.

4. ĐỪNG QUA QUỲT

Không nên dùng một câu “Xin lỗi” qua loa cho xong chuyện, như vậy, người nghe sẽ cảm thấy bạn không thật lòng, không thực sự thừa nhận sai lầm.

5. ĐÚNG MỤC

Lời xin lỗi cần chân thành, nhưng bạn cũng đừng hạ thấp bản thân. Nếu người đó đưa ra những yêu cầu quá đáng có thể gây tổn hại tới cơ thể hay danh dự của bạn thì mới chấp nhận lời xin lỗi chân thành của bạn, vậy thì bạn cần một thứ ba đủ khả năng xử lý mâu thuẫn giữa hai người. Đó có thể là cha mẹ, nhà trường, v.v...

