

Lời nói đầu..... 3

CHƯƠNG 1

TRẺ THAY ĐỔI KHI BỐ MẸ THAY ĐỔI
CÁCH NÓI CHUYỆN VỚI TRẺ

01 Có phải những lời khen sẽ làm mất đi tính tự chủ ở trẻ? ... 16

02 Nhược điểm của phương pháp
“nuôi dạy con có điều kiện” 21

03 Năm nguyên tắc để nuôi dạy con cái vô điều kiện 24

04 Nguyên tắc 1 trong nuôi dạy con vô điều kiện
Hãy cẩn thận với cách bạn khen hoặc mắng trẻ..... 26

05 Nguyên tắc 2 trong nuôi dạy con vô điều kiện
Xem lại cách nhìn nhận trẻ..... 27

06 Nguyên tắc 3 trong nuôi dạy con vô điều kiện
Hãy là một nhà lãnh đạo tốt cho trẻ..... 32

07 Nguyên tắc 4 trong nuôi dạy con vô điều kiện
Suy nghĩ lại về những yêu cầu đối với trẻ..... 34

08 Nguyên tắc 5 trong nuôi dạy con vô điều kiện
Có mục tiêu dài hạn để nuôi dạy con cái..... 36

CHƯƠNG 2

CÁCH KHEN NGỢI ĐỂ TRẺ CÓ THỂ
TRỞ NÊN TỰ LẬP

01 Hãy cẩn thận với kiểu khen ngợi hết lời một cách dễ dãi... 40

02 Ba cách khen ngợi trẻ, cách nào là đúng?..... 42

03 Bốn lí do không nên khen ngợi chiếu lệ và
khen tập trung vào con người 44

04 Ba điểm cần lưu ý khi khen ngợi trẻ..... 49

■ TÌNH HUỐNG 1 ■ Khi trẻ viết chữ xong nhanh..... 56

■ TÌNH HUỐNG 2 ■ Khi trẻ biết giúp đỡ..... 58

■ TÌNH HUỐNG 3 ■ Khi trẻ đối xử tốt với người khác 60

■ TÌNH HUỐNG 4 ■ Khi khen về ngoại hình..... 62

■ TÌNH HUỐNG 5 ■ Khi trẻ tự mặc được quần áo 64

■ TÌNH HUỐNG 6 ■ Khi trẻ vẽ tranh chân dung của bố..... 66

■ TÌNH HUỐNG 7 ■ Khi trẻ biết tự đi vệ sinh..... 68

■ TÌNH HUỐNG 8 ■ Khi trẻ biết đi qua đường đúng chỗ 70

■ TÌNH HUỐNG 9 ■ Khi trẻ biểu diễn thành công 72

■ TÌNH HUỐNG 10 ■ Khi trẻ đạt điểm cao bài kiểm tra 74

CHƯƠNG 3

CÁCH TRÁCH MẮNG TRẺ ĐỂ TRẺ CÓ THỂ TỰ LẬP

01	Bổn lí do không nên trách mắng và đưa hình phạt đối với trẻ.....	78
02	Hai phạm bẫy “phần thưởng” và “hình phạt”.....	81
03	Bốn điểm cần nhớ để trách mắng trẻ một cách khéo léo.....	84
04	Trách mắng trẻ khéo léo - Cách 1 Cố gắng tránh dùng các câu “không được”, “sai rồi”.....	85
05	Trách mắng trẻ khéo léo - Cách 2 Đừng chỉ nhìn vào kết quả, hãy nhìn vào cả quá trình và nỗ lực của trẻ.....	97
06	Trách mắng trẻ khéo léo - Cách 3 Giải thích lí do của những hành động không nên làm.....	89
07	Trách mắng trẻ khéo léo - Cách 4 Nói cho trẻ biết cảm xúc của bố mẹ một cách thẳng thắn.....	91
TÌNH HUỐNG 1	Khi trẻ vẽ lên tường.....	94
TÌNH HUỐNG 2	Khi trẻ không thể ngồi yên tập trung.....	96
TÌNH HUỐNG 3	Khi trẻ nghịch hộp đựng giấy ăn.....	98
TÌNH HUỐNG 4	Khi trẻ làm bữa bộn trong phòng.....	100
TÌNH HUỐNG 5	Khi trẻ làm đổ nước hoa quả.....	102
TÌNH HUỐNG 6	Khi trẻ quấy khóc trong siêu thị.....	104
TÌNH HUỐNG 7	Khi trẻ đánh bạn.....	106
TÌNH HUỐNG 8	Khi điểm số bài kiểm tra của trẻ thấp.....	108
TÌNH HUỐNG 9	Khi trẻ không chịu làm bài tập về nhà.....	110
TÌNH HUỐNG 10	Khi trẻ không về nhà đúng giờ.....	112

CHƯƠNG 4

TẬP THÓI QUEN LẮNG NGHE ĐỂ KẾT NỐI VỚI TRẺ

01	Lắng nghe tích cực để trẻ tự do phát triển.....	116
02	Bốn điểm cần nhớ để lắng nghe tích cực.....	120
03	Hãy cùng thực hành lắng nghe chủ động.....	124
04	7 thói quen xung đột với trẻ.....	129
05	7 thói quen để kết nối với trẻ.....	133

CHƯƠNG 5

NHỮNG LÚC NHƯ THẾ NÀY, PHẢI LÀM SAO ĐÂY?

CÂU HỎI 1	Có nên thay đổi cách đối xử theo từng lứa tuổi?..	140
CÂU HỎI 2	Có những lúc vẫn phải dạy trẻ một cách nghiêm khắc?.....	143
CÂU HỎI 3	Làm sao để trẻ nghiêm túc thực hiện một ngày chỉ chơi game 30 phút?.....	147
CÂU HỎI 4	Ông bà rất chiều cháu, phải làm sao để trẻ nghe lời?.....	151
CÂU HỎI 5	Trẻ rất kén ăn, phải làm sao đây?.....	154
CÂU HỎI 6	Con đã lên lớp 6, liệu còn hiệu quả không khi tôi thay đổi cách khen chê?.....	158

Lời kết

Đừng nên căng thẳng trong việc nuôi dạy trẻ.....	162
--	-----

MONTESORI
REGGIO EMILIA
OXFORD

CHƯƠNG

1



TRẺ THAY ĐỔI
KHI BỐ MẸ
THAY ĐỔI CÁCH
NÓI CHUYỆN
VỚI TRẺ

01

Có phải những lời khen sẽ làm mất đi tính tự chủ ở trẻ?

“Phần thưởng” và “hình phạt” giống như củ cà rốt và cây gậy trong một câu chuyện ngụ ngôn. Ngay cả khi không có chủ ý nhưng bằng việc dùng củ cà rốt và cây gậy này, cha mẹ có thể điều khiển hành vi của con mình theo ý muốn của cha mẹ.

Đây được gọi là “**cách tiếp cận có điều kiện**”. Phương pháp này trong tâm lý học hành vi được gọi là “củng cố tích cực” (positive reinforcement), thường được sử dụng trong huấn luyện động vật để chúng có thể thực hiện một hành động nhiều lần theo ý muốn của con người.

Ngược lại với “cách tiếp cận có điều kiện” là “cách tiếp cận vô điều kiện”. Chúng ta hãy xem xét kỹ hơn sự khác biệt giữa hai cách tiếp cận này.

● Hai cách tiếp cận trẻ trong nuôi dạy trẻ

① Cách tiếp cận có điều kiện (nuôi dạy trẻ có điều kiện)

Tùy thuộc vào hành vi của trẻ tốt hay xấu mà chúng ta sử dụng phần thưởng và hình phạt, đồng thời điều chỉnh mức độ tình cảm để kiểm soát hành vi của trẻ.

② Cách tiếp cận vô điều kiện

Không phụ thuộc vào hành vi của trẻ tốt hay xấu, chúng ta vẫn thể hiện tình yêu thương đối với trẻ, từ đó tiếp cận cảm xúc của trẻ.

Khi sử dụng cách “tiếp cận vô điều kiện” trong việc nuôi dạy trẻ, chúng ta vẫn thể hiện sự yêu thương bất kể hành vi tốt hay xấu của đứa trẻ. Thay vì cố gắng kiểm soát, chúng ta chú ý tới cảm xúc của trẻ và tìm ra nguyên nhân cho hành vi của trẻ.

Ngược lại, trong cách “tiếp cận trẻ có điều kiện”, chúng ta chỉ thể hiện tình cảm yêu thương khi trẻ cư xử như những gì chúng ta mong đợi, và ngay lập tức rút lại tình cảm khi trẻ không đáp ứng được những mong đợi đó.

Sẽ có nhiều người nói rằng “Không bao giờ có chuyện đó đâu. Cha mẹ luôn yêu thương con cái, chính vì vậy mà có lúc thì mắng mỏ, lúc thì khen ngợi con.”

Vâng, đúng vậy. Tuy nhiên, trẻ nhỏ rất nhạy cảm với những thay đổi trong tình cảm của cha mẹ. **Vì vậy, nếu cha mẹ liên tục lấy tình yêu thương làm mồi nhử để tiếp cận với con, trẻ sẽ chỉ cảm thấy được yêu thương khi được khen ngợi, và trẻ sẽ cảm thấy không được yêu thương khi không được khen ngợi.** Điều quan trọng không phải

là cách người lớn tự thuyết phục bản thân rằng “mình vẫn yêu con”, mà là đứa trẻ nhận được tình cảm đó thực sự cảm thấy thế nào.

Con cái luôn mong muốn được cha mẹ yêu thương. Vì vậy, để được yêu thương, chúng sẽ hành động để được khen ngợi, và để được yêu thương, chúng phải trông chừng thái độ của cha mẹ để cư xử cho đúng.

● Trẻ em bị tình cảm thu hút và chi phối

Cụ thể trẻ em bị tình cảm thu hút và chi phối là thế nào?

Ví dụ, bạn đã hứa với con gái lớn của mình là sẽ đọc một cuốn sách tranh mỗi tối. Tuy nhiên, một hôm con gái bạn mè nheo trước khi đi ngủ rằng “Con không muốn thay quần áo!” Bạn còn có một con nhỏ đang bú mà con gái lớn của bạn không nghe lời nên bạn rất bực bội.

Thế là bạn ngay lập tức nghĩ rằng con gái lớn không được quyền đọc sách tranh cùng mẹ nữa vì bé đã không làm đúng những gì bạn muốn, vì vậy bạn quyết định ngừng đọc cho con như một hình phạt.

Trong mắt trẻ, khi bị lấy đi thời gian ở bên cha hoặc mẹ giống như là trẻ bị lấy đi tình yêu thương vậy. Nếu tình yêu thương là môi nhữ và sự tiếp cận có điều kiện được lặp đi lặp lại theo cách này, trẻ sẽ nghĩ: “Nếu mình không làm những gì cha mẹ muốn, mình sẽ không được yêu thương.”

Ngược lại, trong cách tiếp cận vô điều kiện, bạn sẽ vẫn tiếp tục đọc sách tranh cùng con như bình thường sau khi con nguôi khóc. Trước hoặc sau thời gian đọc sách tranh, bạn có thể thảo luận về những gì đã xảy ra trước đó, hoặc chia sẻ cảm xúc của bạn với “Thông điệp của Tôi” được giới thiệu ở trang 91.

Nói cách khác, bằng cách dành thời gian tương tác giữa cha mẹ và con cái như bình thường, **chúng ta không lấy tình yêu thương làm môi nhữ.** Điều đó cho trẻ thấy rằng **trẻ được yêu thương ngay cả khi trẻ không đáp ứng được kì vọng của cha mẹ.**

● Bạn có tôn trọng con mình như một “con người độc lập” không?

Một trong những điểm khác biệt quan trọng giữa tiếp xúc vô điều kiện và có điều kiện là **bạn có xem xét đứa trẻ một cách tổng thể hay không.**

Trong cách tiếp cận vô điều kiện, trước tiên chúng ta tìm hiểu lí do trẻ suy nghĩ và hành động. Sau đó, chúng ta sẽ cùng với trẻ suy nghĩ để tìm ra giải pháp tốt nhất. Tất nhiên, người lớn cần phát huy khả năng lãnh đạo để dẫn dắt trẻ. Tuy nhiên, điều này chỉ có thể thực hiện được khi chúng ta tin tưởng trẻ và tôn trọng trẻ như những con người độc lập có thể làm được nhiều điều.

Ngược lại, cách tiếp cận có điều kiện chỉ dựa trên phán đoán theo hành vi. Vì thế, cha mẹ không nghĩ về lí do

tại sao đứa trẻ cư xử như vậy, mà thay vào đó đánh giá hành vi bề ngoài là xấu và trừng phạt trẻ nếu trẻ không đáp ứng được kì vọng.

Các bậc cha mẹ phản ứng theo cách này vì họ có quan điểm tiêu cực về con cái, họ cho rằng “Con cái không thể tự mình làm bất cứ điều gì nên cha mẹ phải quyết định” và “chưa thể tin tưởng chúng”.

● **Tình yêu thương con cái là “món quà không mong đợi đền đáp”**

Một sự khác biệt lớn nữa là **cách bản thân người lớn nhìn nhận về tình cảm của cha mẹ.**

Trong cách tiếp cận vô điều kiện, tình cảm của cha mẹ là một “món quà mà cha mẹ không mong đợi con cái đền đáp”. Ngược lại, trong cách tiếp cận có điều kiện, tình yêu thương của cha mẹ là thứ mà đứa trẻ phải lấy được bằng cách làm việc tốt. Vì vậy, nếu con ngoan thì cha mẹ thương con, con không ngoan thì cha mẹ sẽ phạt con và không thể hiện tình cảm đối với con.

“Khi chỉ tập trung vào hành vi bề ngoài, chúng ta quên nhìn bản chất thực sự của đứa trẻ và chỉ nhìn đứa trẻ dưới góc độ khen ngợi hoặc trừng phạt. Nếu bỏ qua hành vi của trẻ, chúng ta sẽ thấy một con người nhỏ bé đang cố gắng hết sức và cần chúng ta giúp đỡ.”

— Rebecca Eanes

02

Nhược điểm của phương pháp “nuôi dạy trẻ có điều kiện”

Nuôi dạy con có điều kiện có bốn nhược điểm lớn sau:

- 1- Hiệu quả giáo dục chỉ trong ngắn hạn
- 2- Trẻ chỉ có thể có ý thức tự khẳng định bản thân một cách có điều kiện
- 3- Mối quan hệ cha mẹ - con cái không tốt
- 4- Được lưu truyền qua nhiều thế hệ

● ① **Hiệu quả giáo dục chỉ trong ngắn hạn**

Nuôi dạy con có điều kiện khiến trẻ ngoan ngoãn vâng lời trong ngắn hạn.

Đó là do trẻ tự điều chỉnh hành vi của mình vì sợ hãi và vì áp lực rằng trẻ sẽ không được yêu thương nếu không cư xử theo cách cha mẹ muốn.

Tuy nhiên, **suy nghĩ này sẽ chỉ tạm thời làm cho trẻ nghe lời cha mẹ, và trẻ sẽ chỉ hành động với động cơ có lợi cho bản thân mà không thực tâm muốn làm điều gì đó tốt cho người khác.**