

Mục lục

Lời tựa..... 7

Lời nhắn gửi dành cho cha mẹ..... 9

CHƯƠNG MỘT: BỨC TRANH TOÀN CẢNH

Câu chuyện của Jason: chúng ta đang bỏ sót điều gì?..... 14

Bạn chưa từng có tuổi niên thiếu như con..... 18

Những thiếu niên tuổi teen kiểu mới..... 21

Phiên bản mới của giai đoạn đầu tuổi thiếu niên..... 25

Tự nhận thức bản thân..... 28

Sự thấu cảm..... 30

Mạng xã hội..... 33

Liều thuốc giải cho mạng xã hội..... 49

Tài khoản Cảm xúc..... 53

Về sự xem thường của cha mẹ..... 57

Các phiên bản của bản thân..... 61

Những thanh niên thế hệ mới..... 66

Định nghĩa hạn hẹp của chúng ta về thành công..... 76

Chọn trường đại học và những tác nhân gây căng thẳng..... 83

Truyền thông xã hội của giới trẻ..... 91

CHƯƠNG HAI: GIẢI QUYẾT CÁC VẤN ĐỀ

Nỗi lo âu..... 100

Nhận thức được nâng cao..... 113

Nhận thức về bệnh lí tâm thần..... 119

Cuộc khủng hoảng về khủng hoảng..... 132

Rượu bia, đồ uống có cồn..... 135

Ma túy và các chất gây nghiện..... 143

Cỏ..... 152

Thuốc kê đơn..... 163

Trò chơi điện tử..... 168

Các mối quan hệ, chuyện yêu đương và tình dục..... 173

Bản dạng giới và xu hướng tính dục..... 185

Lạm dụng tình dục..... 190

Tự tử và ý định tự tử..... 195

CHƯƠNG 3: CẬP NHẬT KHO CÔNG CỤ CỦA BẠN

Bầu không khí trong gia đình..... 202

Niềm hân hoan và háo hức..... 206

Chia tay những ngày ít vận động..... 209

Cần cả ngôi làng (để nuôi lớn đứa trẻ)..... 211

Chúng ta bỏ qua bước này được không?..... 216

Âm nhạc..... 221

Giấc ngủ, từ tối tới sáng..... 224

Giá trị của đồng tiền..... 230

Những gì bạn có thể làm ngay bây giờ..... 234

Khi tụi trẻ trở nên cực kì khó ưa..... 240

Hi vọng cho tương lai..... 244

Ghi chú tới các bậc làm cha..... 246

LÀM CHA MẸ TỰA NHƯ MỘT THỰC HÀNH TINH THẦN..... 250

Lời cảm ơn..... 253

Về tác giả..... 255

LỜI TỰA

Tất cả chúng ta đều ý thức được chuyện nuôi dạy con cái ngày nay khó khăn biết nhường nào. Áp lực mà người làm cha mẹ ngày nay phải đối mặt là chưa từng có, nhưng có lẽ không bằng được với những gì mà công nghệ, xã hội, văn hoá và chuyện học hành đang đè nặng lên tụi trẻ và sự căng thẳng, lo âu chúng đang phải trải qua ở tuổi quá nhỏ. Cuốn sách mới của tiến sĩ John Duffy là một hướng dẫn thân thiện giúp phụ huynh đưa con đi qua mớ hỗn độn này và duy trì mối liên hệ mạnh mẽ, tích cực và vui vẻ với con cái.

Dù chỉ bảy tuổi, thế giới của cậu con trai Duke đã trở nên quá khó hiểu với chúng tôi. Những trận mưa bom thông tin, những nguồn kích thích liên tục dội xuống và vì thế, con phải xử lý lượng thông tin và cảm xúc nhiều hơn hẳn tuổi thơ của chúng tôi. Chúng tôi rất vui vì có được cuốn sách nhỏ này, nó là nguồn lực kịp thời và giá trị để chúng tôi biết nên làm gì với những điều sắp xảy ra ở các con mình.

Chúng tôi biết tiến sĩ John Duffy nhiều năm ở cả ngoài đời và trong công việc. Anh ấy là địa chỉ tin cậy để chúng tôi tìm đến khi cần những lời khuyên về làm cha mẹ và các mối quan hệ. Những lời khuyên ấy luôn chân thành, hữu ích, chắc nịch và soi sáng cho chúng tôi.

John thực sự chất lừ! Anh ấy làm việc với các bậc phụ huynh và tụi trẻ hằng ngày. John biết con cái chúng ta đang đương đầu, vật lộn với cái gì, điểm mạnh của chúng nằm ở đâu, chúng biết gì và cần gì.

Bất kì bậc phụ huynh nào cũng nên đọc cuốn sách này. Tác giả giúp chúng ta thấu hiểu được thế giới của các con và trao cho chúng ta công cụ để lèo lái sống sót, và sống tốt qua các đợt sóng.

Giuliana và Bill Rancic

Biên tập viên E!News

CHƯƠNG MỘT

BỨC TRANH TOÀN CẢNH**Câu chuyện của Jason: chúng ta đang bỏ sót điều gì?**

Jason là một cậu bé mười sáu tuổi thông minh, ưa nhìn. Cậu đang có một công việc làm thêm rất tốt và cậu biết trân trọng đồng lương nhận được. Jason học giỏi, nổi tiếng và đẹp trai. Cậu cũng đối diện với cách bài trí kì quặc của phòng trị liệu với sự điềm tĩnh lạ thường. Tại cậu có thể nghe được những đoạn ghi ta khó nhất, khiến nhà trị liệu hơi cùn tính của cậu cảm thấy ghen tị không ít. Xét về mọi mặt, cuộc sống đối với Jason thật tươi đẹp. Cậu thường kể rằng cậu được lớn lên trong nhiều đặc quyền: nhà đẹp, nhiều tiền, cha mẹ nhìn chung đầy tình cảm và ấm áp. Một câu chuyện về tuổi trưởng thành tưởng chừng như chẳng có gì xảy ra.

Tuy nhiên, Jason đã đi qua hai đợt điều trị nội trú với hai lí do khác nhau, lần đầu là vì cậu có ý định tự tử, lần còn lại vì lạm dụng ma túy và các chất gây nghiện. Các loại chất kích thích mà cậu sử dụng đa dạng từ rượu đến cần sa, dùng quá nhiều Benadryl, Klonopin, Oxycodone và một loạt các loại thuốc theo toa khác, cùng với việc thỉnh thoảng sử dụng “ma túy hộp đêm” bao gồm thuốc lắc và thuốc gây ảo giác LSD. Đã có lúc, bác sĩ thông báo với cha mẹ Jason rằng cậu chỉ cách cái chết vài giờ, thậm chí là vài phút, nếu như xe cứu thương không đến kịp.

Bây giờ, bạn có thể đang tự hỏi làm thế nào mà Jason, với cuộc sống tuyệt vời và gia đình yêu thương này, lại có thể rơi vào những tình huống đáng sợ, đe dọa đến tính mạng đến vậy.

Đó là một câu hỏi dễ hiểu.

Các bậc cha mẹ ngày nay can thiệp rất nhiều đến cuộc sống của con cái, thậm chí hơn nhiều lần so với cha mẹ chúng ta, với khoảng cách chỉ một thế hệ. Ngày nay, chúng ta có hộp phụ huynh, hội thảo và đào tạo dành cho phụ huynh. Có sách vở, hội nhóm online, câu lạc bộ và các ứng dụng, tất cả đều hướng chúng ta đến việc cải thiện cách nuôi dạy con cái. Tôi đã có may mắn được phát biểu tại nhiều sự kiện và tham gia vào nhiều nền tảng như vậy. Và gần đây, được sự cho phép, tôi đã chia sẻ câu chuyện của Jason. Những câu trả lời của phụ huynh thường làm tôi ngạc nhiên:

“Rõ ràng là cha mẹ cậu ấy đã không quan tâm đến con cái. Nếu không, họ sẽ biết cậu ấy không ổn.”

“Đây là trách nhiệm của người làm cha làm mẹ. Chắc chắn cha mẹ cậu ta đã bỏ bê và chỉ giỏi đánh bóng về việc làm cha mẹ tốt.”

“Thằng bé này cần phải tự chịu trách nhiệm về hành vi của mình.”

“Nó cần một cái vọt vào mông.”

Nhưng tôi có thể nói với bạn một cách hoàn toàn chắc chắn rằng những nhận xét này đang thiếu đi bức tranh toàn cảnh. Bởi đây không chỉ là câu chuyện của Jason. Theo nhiều cách, đây là câu chuyện của vô số chàng trai và cô gái tuổi teen, cả trẻ hơn và lớn hơn bạn nghĩ, trên khắp đất nước, thuộc mọi thành phần nhân khẩu học, mọi tầng lớp kinh tế xã hội.

Đó có thể là con của bạn.

Và những giải pháp thông thường cũng không đánh trúng vấn đề, mà thực ra cũng chẳng phải là giải pháp.

Hãy để tôi kể cho bạn nghe thêm về Jason. Cậu bé là một vận động viên xuất sắc ở trường, nhưng đã bỏ thể thao vào năm lớp sáu. Jason đã giành được điểm A liên tục cho đến khoảng thời gian đó. Cậu đi chơi với bạn bè, thành thực các động tác trượt ván và kể những câu chuyện bình dị về kì nghỉ cùng gia đình. Jason là một đứa trẻ chuẩn Mĩ, đứa trẻ “con nhà người ta” mà bạn *hàng mong muốn*.

Đầu cấp ba, theo như bố mẹ cậu bé mô tả, bánh xe bắt đầu lung lay. Cậu luôn cắm cúi nhìn xuống điện thoại, chìm đắm trong Snapchat và Instagram, chăm chú quá mức vào số lượt thích và lượt xem. Jason chìm sâu trong các trò chơi điện tử, những thứ mà họ không rõ là gì ngoài việc chúng trông bạo lực một cách khó hiểu và cậu bé dường như đã rơi vào vòng xoáy nghiện game. Thời gian rảnh rỗi, Jason trốn lên phòng và đóng cửa lại, làm gì có trời mới biết.

Cha mẹ của Jason không hề cầu thả. Họ lo lắng, họ đã theo dõi điện thoại của con bất cứ khi nào cậu bé ra ngoài, lần theo đốm sáng chuyển động trên bản đồ giống như những phi công không quân rà mục tiêu, sẵn sàng tấn công và thực hiện nhiệm vụ bất cứ lúc nào khi tình huống trông có vẻ nguy hiểm. Họ đăng nhập hàng ngày vào cổng thông tin điểm số của trường, thu thập thông tin không chỉ về điểm tích lũy mà còn về từng lớp cậu bỏ, từng bài tập bị thiếu, từng bài kiểm tra bị đánh trượt. Thông qua hướng dẫn trên YouTube, họ đã tìm ra mật khẩu

điện thoại và tài khoản mạng xã hội của cậu, cho phép họ truy cập theo thời gian thực vào tin nhắn, bài đăng trên mạng xã hội và phản hồi của cậu. Họ trữ đầy máy đo hơi thở và xét nghiệm ma túy trong tủ thuốc.

Họ đã tích lũy tất cả dữ liệu mà một phụ huynh có thể làm.

Than ôi, tất cả những gì họ biết được là cậu đã bỏ học, biến mất vào thứ “văn hoá ma túy” nào đó và ngày càng lún sâu vào mối quan hệ với những người bạn “có cuộc sống thấp kém, chẳng đi đến đâu” mới quen của mình. Và cậu bé ngày càng trôi xa khỏi cha mẹ.

Hai vị phụ huynh cảm thấy như thế, bất kể họ có đưa ra lời khuyên khôn ngoan nào, dù họ có thường xuyên nói chuyện với con bằng bất kì sự tích cực hay nhẹ nhàng nào, thứ mà họ cố gắng đem đến cho mối quan hệ này, cậu bé đều đang dạt ra xa hơn.

Họ tìm đọc những cuốn sách về nuôi dạy con một cách chăm chỉ. Họ đã tham dự các hội nghị nuôi dạy con cái. Em gái của Jason có vẻ ổn nên họ chắc là đang làm đúng. Họ thường xuyên thể hiện niềm tin to lớn vào cậu, nói với cậu rằng họ biết cậu có thể làm tốt hơn, ở trường, trong việc lựa chọn bạn bè. Họ giữ một tiêu chuẩn cao, phải không? Đây là bằng chứng cho thấy họ có niềm tin vào cậu.

Nhưng nếu phương pháp này được cho là có hiệu quả thì cậu bé đang ở đâu? Anh chàng hoàn hảo, ngọt ngào của chúng ta đâu rồi?

Đây chính là tình thế khó khăn của các bậc cha mẹ hiện đại. Chúng ta lo sợ. Chúng ta lạc lối. Chúng ta loay hoay tìm kiếm

xung quanh trong bóng tối, theo dõi những thông tin có thể tìm được, hi vọng tìm thấy con mình còn nguyên vẹn và an toàn.

Giống như Jason, thanh thiếu niên ngày nay phần lớn là một điều bí ẩn đối với các bậc làm cha mẹ chúng ta. Hãy bắt đầu bằng cách giải quyết bí ẩn, từng chút một, tốt nhất có thể. Sau đó, chúng ta có thể nói về các công cụ mà chúng ta có với tư cách làm cha mẹ để cho mọi việc trở nên tốt hơn.

Và hãy tin tôi. Bất kể bạn đang gặp khó khăn với vấn đề gì, với tư cách là cha mẹ, với tư cách là một gia đình, mọi thứ đều có thể trở nên tốt hơn.

Bạn chưa từng có tuổi niên thiếu như con

Vào một buổi tối muộn gần đây, tôi có một phiên làm việc với hai cha con nọ. Người cha cố gắng kết nối với cậu con trai đang gặp khó khăn của mình một cách rất nghiêm túc và đáng ngưỡng mộ, cho con biết rằng ông ấy hiểu được những gì cậu bé đang trải qua, và cảm thấy gần gũi với trải nghiệm của cậu ấy. Dù sao thì, người cha cũng đã từng đi qua tuổi mười sáu, cách đây chẳng bao lâu.

Nhưng trong tâm trí của người con trai, ông chưa từng bao giờ như vậy.

Gánh nặng trong cảm xúc của một thiếu niên ở thế giới ngày nay chỉ có chút tương đồng bé nhỏ với những trải nghiệm của

chúng ta khi còn là những cô cậu tuổi teen của thế hệ trước. Tôi nhận ra rằng các bậc cha mẹ khó hiểu và khó chấp nhận điều quan trọng này. Khi nói chuyện với các nhóm phụ huynh, tôi nhận được rất nhiều lời phản đối.

“Đương nhiên tôi đã đi qua tuổi thiếu niên mà lớn lên như bây giờ. Tôi cảm nhận được gánh nặng cảm xúc đó. Tôi cảm thấy được sự bất an đó, trong cơ thể, trong tính cách, trong chính con người tôi.”

Đúng như vậy, ở một mức độ nào đó, chúng ta có thể thấy sự quen thuộc. Nhưng sự thật là, bạn chưa bao giờ chính là người thiếu niên này.

Những mối bận tâm tuổi teen của chúng ta là những “cổ vật” của một thời đại đã qua, chúng không bị ảnh hưởng của những lượt tương tác trên mạng xã hội, nhịp độ hỗn loạn trên mạng, áp lực học tập bao trùm và những nhu cầu vô lí điên rồ về hình ảnh hay cơ thể. Tất cả những yếu tố này ảnh hưởng đến lòng tự trọng và thước đo giá trị bản thân hàng ngày của một người trẻ điển hình ngày nay, dù con đang ở tuổi tween⁽¹⁾, thiếu niên hay mới trưởng thành.

Vì vậy, tin xấu là bạn có thật nhiều điều để học. Tin tốt là bạn có sẵn các thầy cô giáo ở ngay trong nhà. Nếu được trao đổi một cách cởi mở mà không tính toán, con bạn sẽ rất vui vẻ giới thiệu cho bạn mớ bong bóng trong cuộc sống hằng ngày của chúng.

Hãy tin tôi, phần thưởng cực kì giá trị. Bạn cần bài học nhập môn vào thế giới vốn đang thay đổi liên tục của tụi trẻ. Và bạn

(1) Tween: trẻ em 10-12 tuổi, trước lứa tuổi thiếu niên (teen) – ND.

cũng sẽ cần liên tục theo sát. Nếu không, bạn đang nuôi dạy con từ một cuốn sổ tay với những thông tin vô cùng lỗi thời. Bạn có thể sẽ không nhận diện được không chỉ các sắc thái của tệ nạn hút vape so với hút pod⁽¹⁾, mà còn bản chất của áp lực xã hội, nỗi sợ hãi tương lai và đôi khi cả sự tuyệt vọng.

Vì vậy, hãy hỏi về những điều bạn đang lo lắng. Lắng nghe câu trả lời, ngay cả khi chúng không phải là điều bạn muốn nghe. Bằng cách này, con bạn sẽ biết bạn luôn ở đó vì con, đi bên cạnh con, vượt qua những rắc rối không thể đoán trước của tuổi mới lớn.

Con bạn cần bạn. Bây giờ hơn bao giờ hết.

Tôi khuyến khích các bậc phụ huynh hãy học hỏi thế hệ trẻ này. Khi lái xe, trong bữa sáng, hoặc trước khi đi ngủ, hãy hỏi những đứa trẻ của mình.

Hỏi về những gì bạn bè chúng đang làm hiện nay. Hỏi về những đứa trẻ ở cùng độ tuổi. Hãy hỏi với trí tò mò, chứ không phải thẩm vấn.

“Những bạn khác đang làm gì? Các bạn ấy có hút thuốc, uống rượu, hút vape không? Các bạn ấy có quan hệ tình dục không? Có bạn nào trầm cảm, tự hại mình không? Có bạn nào khiến con thấy lo lắng không?”

“Con cảm thấy thế nào về những việc ấy? Còn con thì sao, con đang quan tâm tới điều gì?”

(1) Nguyên gốc: *vaping versus Juuling* - hút vape so với hút Juul. Juul là tên một hãng thuốc lá điện tử, ra đời tại Mỹ năm 2015 với nhiều cải tiến về thiết kế và cách hoạt động, so với vape (danh từ chung chỉ thuốc lá điện tử). Ở Việt Nam, Juul chưa phải là thương hiệu quen thuộc. Tuy nhiên giới trẻ có sự phân biệt giữa hút vape và hút pod, hai loại thuốc lá điện tử có sự khác nhau về một số thành phần bên trong – ND.

Và quan trọng nhất, “Con có ổn không?”

Đây có vẻ là những câu hỏi rất kịch, nhưng tôi gần như có thể hứa với bạn rằng con sẽ thoải mái hơn chính bạn khi nói về những điều này. Quan trọng là bạn hãy tìm thấy chính sự thoải mái trong việc ấy, hãy hít thật sâu, hỏi han và trò chuyện. Đó là cách duy nhất tôi biết để khởi đầu cho một mối quan hệ hợp tác với trẻ vị thành niên, và những đứa trẻ thực sự cần đến nó. Cùng với bạn.

Hãy tiếp tục hỏi. Hãy xây dựng nền tảng trao đổi thông tin dễ dàng, cởi mở với con. Nói ra phần của mình và để con bạn nói phần của chúng. Hãy để suy nghĩ đọng lại trong những đứa trẻ là, “Dù thế nào đi chăng nữa, cha mẹ luôn bên cạnh con. Con luôn có thể về với cha mẹ.”

Đây chính xác là cách tiếp cận mà tôi đã khuyến khích cho người cha ấy vào đêm hôm trước. Tôi biết rằng, nếu anh ấy làm theo lời khuyên đó, anh ấy có thể nhanh chóng loại tôi ra khỏi cuộc sống của con trai anh ấy và tạo nên sự kết nối, hợp tác với con mình.

Những đứa trẻ tuổi teen kiểu mới

Trước tiên, dù bất ngờ nhưng sự thật là chúng ta cần xem xét lại ý nghĩa của từ “thiếu niên” (teenager – tuổi teen). Từ ngữ này đã luôn phân định ra một giai đoạn phát triển thể chất, cũng như sự thay đổi trong nhận thức về bản thân và phát triển cảm xúc. Về mặt cảm xúc, thách thức chính mà tuổi vị thành niên

phải đối mặt là việc thiết lập một bản sắc riêng biệt, tách biệt khỏi cha, mẹ và những người lớn quen thuộc khác. Trong thời kì trước, những năm tháng “thiếu niên” thực sự kéo dài từ mười ba (thirteen) đến mười chín (nineteen) tuổi, đã giúp định hình giai đoạn phát triển này khá tốt, cả về thể chất và cảm xúc. Cha mẹ và gia đình đã hỗ trợ quá trình này qua nhiều thế hệ, kiểm soát luồng thông tin mà con cháu chúng ta tiếp nhận và đánh giá những gì phù hợp với chúng ở các độ tuổi khác nhau. Các bậc phụ huynh tiến bộ đã nói chuyện với con về các chủ đề tình dục, sử dụng ma túy, chứng khó khăn khi tiếp xúc xã hội và các vấn đề khác vào đầu những năm này, đồng thời loại bỏ một vài thông tin. Những việc này được coi là phù hợp với sự phát triển của trẻ.

Cách thức văn hoá được xây dựng và thúc đẩy, và cách chúng ta nuôi dạy con cái trong quá khứ, đã hỗ trợ sự khởi đầu thời kì dậy thì vào khoảng mười ba tuổi, và hoàn thành quá trình hình thành bản sắc cá nhân vào khoảng tuổi mười chín. Dĩ nhiên là có những trường hợp ngoại lệ, nhưng chúng khá rõ ràng, đủ để những “lính mới” trưởng thành – cha mẹ, trường học, nhà thờ và hàng xóm láng giềng – có thể can thiệp và định hướng đứa trẻ tới những cột mốc phát triển thích hợp, không để chúng chệch quá xa khỏi lộ trình.

Bây giờ, chúng ta sẽ thấy rằng cách gọi “thiếu niên” không còn hoàn toàn thích hợp nữa, chắc chắn không phải theo cách nó đã từng được sử dụng trong lịch sử. Do sự kết hợp của khả năng tiếp cận thông tin không giới hạn, sự ra đời của mạng xã hội và các công nghệ khác, áp lực học tập ngày càng tăng, các yếu tố gây căng thẳng từ gia đình và xã hội, những năm tuổi thiếu niên mà chúng ta vẫn nghĩ tới, đã kéo giãn dài tuổi sớm

hơn mười ba và muộn hơn mười chín. Một số cuộc thảo luận cho lứa tuổi “thiếu niên” đó - những chủ đề về tình dục, ma túy, trầm cảm, lo lắng, tự vẫn, các sự kiện thời sự - chúng ta cần phải bắt đầu nói chuyện với trẻ em ở độ tuổi nhỏ tới mức khiến ta khó chấp nhận nổi. Chúng ta không có được quyền kiểm soát đối với những gì trẻ nhỏ có thể tiếp xúc giống như trước đây, vì vậy chúng ta phải nhận thức được và sẵn sàng giải quyết các vấn đề cũng như bắt đầu các cuộc thảo luận thường dành cho trẻ lớn hơn nhiều.

Chúng ta cũng đang chứng kiến một giai đoạn niên thiếu kéo dài ở nửa sau, khi những thanh niên trẻ tuổi của chúng ta tiếp tục bị bóp nghẹt bởi quá tải lượng thông tin, cảm xúc và sự nhầm lẫn về bản sắc cá nhân mà các em phải xử lý trong suốt những năm tháng thiếu niên. Mãi cho tới những năm hai mươi tuổi, các thiếu niên này vẫn chưa thực sự rõ ràng về vị trí của bản thân trong thế giới này.

Sự biến mất của tuổi tween (tiền-vị thành niên)

Khi đặt tiêu đề cho cuốn sách đầu tiên của tôi, *The Available Parent (Phụ huynh luôn hiện hữu)*, từ tween mang một ý nghĩa riêng biệt nào đó, đến nỗi nó là một phần trong tiêu đề phụ của cuốn sách⁽¹⁾. Đây là giai đoạn tiền-vị thành niên, nằm trong độ tuổi từ mười đến mười hai hoặc lâu hơn. Nhưng bạn có thể đã

(1) Tên đầy đủ của cuốn sách: *The Available Parent: Expert Advice for Raising Successful and Resilient Teens and Tweens* (tạm dịch: *Phụ huynh luôn hiện hữu: Lời khuyên từ chuyên gia để nuôi dạy nên những đứa trẻ Teen & Tween thành công và bền bỉ*).

nhận thấy, với một chút cảnh báo, trẻ nhỏ hơn dường như đang áp dụng những hành vi và thái độ mà chúng ta thường thấy ở lứa tuổi tween và thậm chí là teen. Chúng bao gồm, nhưng chắc chắn không giới hạn ở:

- Bị mạng xã hội thu hút
- Phát triển bản dạng tính dục
- Ý thức về cơ thể
- Đề cập đến việc cảm thấy căng thẳng, buồn chán hoặc lo lắng
- Cãi lời
- Kiểm tra các giới hạn của người khác về mặt hành vi.

Theo một nghĩa nào đó, tuổi tween đã biến mất, và con cháu của chúng ta đang phát triển từ thời thơ ấu sang thẳng tuổi thiếu niên mà không cần đến một vài năm đệm giữa để làm quen với các cách suy nghĩ và hành xử mới.

Như đã đề cập tới ở trên, chúng ta muốn con trẻ có thêm nhiều năm thơ ấu trong sáng trước khi hành vi và suy nghĩ kiểu thanh thiếu niên bắt đầu hình thành. Nhưng giờ đây, chúng ta đang đối diện với một thực tế hoàn toàn mới, một bước phát triển nhảy vọt của những đứa trẻ, khi chúng bỏ qua bước đệm của những năm tiền-vị thành niên. Với những thay đổi này gần đây, một lần nữa tôi khuyến khích các bạn cân nhắc bắt đầu nói chuyện với những đứa con nhỏ hơn của mình, dựa trên mức độ trưởng thành và phát triển cá nhân của chúng, về những vấn đề mà bạn có thể nghĩ là dành riêng cho teen hoặc tween. Hãy

nhẹ nhàng bắt chuyện và hỏi về người khác giới, việc sử dụng ma túy, cảm giác bất an, sức khoẻ tâm thần v.v... Điều quan trọng ở đây là, hãy cho con bạn biết rằng bạn có biết, có thông tin và sẵn lòng trò chuyện về bất kì chủ đề nào, vào bất kì lúc nào, trước cả thời điểm mà bạn cho là cần thiết.

Phiên bản mới của giai đoạn đầu tuổi thiếu niên

Tôi đã mô tả hiện tượng trên với một số đồng nghiệp và bạn bè, về sự kéo dài của tuổi vị thành niên và hậu quả của nó. Họ hoài nghi và câu hỏi phổ biến là “Làm thế nào để nhận biết nó đang thực sự thay đổi?”

Đó là một câu hỏi hoàn toàn chính đáng. Điều tôi muốn nói đến ở đây không chỉ đơn giản là con cháu của chúng ta đang trải nghiệm nhiều hơn và tiếp nhận nhiều kích thích hơn, ở độ tuổi ngày càng trẻ hơn. Không, có nhiều điều sâu sắc hơn thế. Tôi đang đề xuất rằng các mô thức phát triển đã tồn tại hàng thập kỉ, nếu không muốn nói là hàng thế kỉ, đã thay đổi chỉ trong vài năm. Tôi đang muốn nói rằng con cháu chúng ta đang phát triển ý thức về bản thân và nhận thức về người khác ở độ tuổi sớm hơn bao giờ hết. Tôi đang đưa ra ý kiến rằng bản chất của thời thơ ấu đang thay đổi với tốc độ chưa từng có, ngay trước mắt chúng ta và rất ít người nhận thức đầy đủ về hiện tượng này hoặc tác động mạnh mẽ của nó đối với toàn bộ cuộc sống của trẻ em ngày nay.

Mới đây, tôi ngồi một tiếng đồng hồ với Jack, một thanh niên 19 tuổi sâu sắc và chu đáo, để nghe cậu bé than thở về khoảng cách thế hệ rõ ràng giữa cậu ấy và cậu em trai kém bốn tuổi. “Cháu thấy lo cho Ryan và thế hệ của em ấy. Các em căng thẳng hơn rất nhiều so với chúng cháu thời tuổi mười lăm. Các em được sinh ra trong thời đại iPhone, áp lực của mạng xã hội và tất cả những điều đó nằm trong DNA của chúng rồi. Chúng cháu được sinh ra ngay trước tất cả những điều đó. Cháu có thể nhớ về khoảng thời gian trước đây. Chúng cháu chơi đùa ở bên ngoài mọi lúc. Bây giờ Ryan và những người bạn của em ấy không bao giờ ra ngoài, và chúng trông như thể bị gây mê: không thú vui, không sở thích. Chúng chỉ ngồi loay quanh hút vape và nắm chiếc cần điều khiển lái cuộc đời đi xa [cười]. Cháu ước rằng các em ấy nhìn thế giới giống cháu hơn. Cháu nhìn thấy tương lai, ở ngoài kia, rộng lớn và thú vị. Ryan và những người bạn của em ấy, cháu không nghĩ chúng hiểu được điều đó.”

Cậu ấy lo lắng nhiều hơn cho em mình, mới chín tuổi và thế hệ của em. “Ngay lúc này, cháu nghĩ chúng ta không thể biết được rằng những đứa trẻ đó đang lớn nhanh đến mức nào.”

Tôi đã nghe thấy cảm nhận như của Jack được bày tỏ dưới một số kiểu cách với tần suất đáng báo động trong suốt nhiều năm qua. Đúng vậy, bản chất của thời thơ ấu đã hoàn toàn khác, một cách khá đột ngột. Và nếu anh em chỉ cách nhau bốn tuổi đã cảm thấy có khoảng cách, chúng ta ắt phải nhận ra mức độ ít ỏi những điểm chung quý giá chúng ta có với con cháu của mình. Với sự thay đổi phát triển đột ngột này, bước nhảy đột ngột từ thời thơ ấu sang tuổi vị thành niên, chúng ta phải học lại