

STEVE BIDDULPH



Đi quyết
để con bạn
hạnh phúc



LỜI TÁC GIẢ

Tôi đã không hình dung được đường đi nước bước của câu chuyện đằng sau cuốn sách này khi lần đầu tiên tôi viết cuốn "Làm sao để con bạn hạnh phúc". Mười năm sau khi được đánh máy, nó đã được một phần tư triệu người đọc ở ít nhất là 5 quốc gia. Bây giờ thì tôi phải dành một khoảng thời gian kha khá đi nói chuyện ở khắp đất nước Australia với những người tỏ ra quan tâm hoặc là đến cuốn sách hoặc cái tiếng mà nó đạt được hoặc bởi cái sự thật là chẳng có cái gì đáng xem trên truyền hình vào chương trình buổi tối.

Tôi viết cuốn sách này khi tôi là một chuyên viên tư vấn về gia đình mới chấp chững vào nghề, với một ước mong tha thiết là giúp cho các bậc cha mẹ dễ dàng nuôi dạy con hơn và giúp cho bọn trẻ sống không có mặc cảm nhục nhã và nỗi lo sợ mà thế hệ chúng ta đã trải qua.

Ở lần xuất bản đầu tiên, ngay trên trang nhất tôi viết bản thân mình không có con mà chỉ có những con gấu túi (mà những con vật này cư xử rất tệ!). Sở dĩ tôi nhắc đến điều này vì nó là thật và bởi vì tôi muốn bạn đọc xem xét tất cả những điều tôi viết dưới một cái nhìn nghiêm khắc - để thẩm tra lại phán đoán của họ. Tôi vẫn còn tin vào điều này: Các chuyên gia rất mạo hiểm đối với những vấn đề sức khỏe của bạn! Trái tim bạn bao giờ cũng sẽ mách bảo, nếu bạn biết lắng nghe, những điều tốt nhất trong việc nuôi dạy con cái. Sách vở, các nhà chuyên môn và bạn bè, tất nhiên chỉ có thể giúp bạn nếu họ có thể đưa bạn về gần với chính mình hơn.

Bây giờ thì tôi có cả con và gấu túi. Vậy mà tôi vẫn cảm thấy trái tim nhói lên trong lồng ngực mỗi khi tôi nhìn thấy một người mẹ trẻ bồng trên tay đứa con mới đẻ hoặc là một ông bố trẻ dắt những đứa con yêu đi mua sắm và cố gắng, như tất cả chúng ta đã cố gắng, làm những việc nên làm và trao cho bọn trẻ một sự khởi đầu tốt nhất - trong khả năng của chúng ta.

Tôi tự hào giới thiệu cuốn sách tái bản lần này. Hàng ngàn bậc cha mẹ đã nói với tôi, một cách trực tiếp, rằng họ tìm thấy trong cuốn sách này nhiều ý tưởng có sức thuyết phục

và rất bổ ích. Nhiều người trong số họ đã dạy tôi cách cộng tác để làm cho cuốn sách trở nên hữu ích hơn (Thậm chí nhiều ý tưởng đã được tập hợp vào trong một cuốn sách tiếp theo - sẽ sớm ra đời).

Tất cả chúng ta đều cần tình yêu, sự khích lệ, động viên để thực hiện một công việc trọng đại - nuôi dạy con cái chúng ta sao cho chúng trở thành những đứa trẻ khỏe mạnh, đáng yêu và hạnh phúc.

Đây chính là tình yêu và sự động viên của tôi dành cho bạn.

Steve Biddulph

LỜI NÓI ĐẦU

Tại sao có quá nhiều người lớn không hạnh phúc?

Hãy nghĩ về tất cả những người mà bạn biết là có những vấn đề rắc rối nào đó - Người thì thiếu tự tin, không thể quyết định được điều gì, kẻ thì không thể bình tĩnh thoải mái hoặc không thể kết bạn với người khác. Hãy nghĩ về những kẻ hay gây gổ, coi thường mọi người và phớt lờ ý muốn của những người xung quanh. Cộng thêm vào những điều trên là những người chỉ ngồi đợi một ly bia hoặc viên thuốc ngủ kế tiếp.

Ngay cả ở một đất nước giàu có và bình yên nhất thế giới thì bất hạnh vẫn là một bệnh dịch. Một trong năm người lớn, lúc này hay lúc khác, vẫn cần một sự chăm sóc sức khỏe tâm thần, một trong ba đám cưới kết thúc bằng việc đưa nhau ra tòa li dị, một trong bốn người cần phải điều trị y tế mới có thể nghỉ ngơi được.

Đấy là cuộc đời tuyệt đẹp sao?

Nạn thất nghiệp và những hậu quả của một nền kinh tế suy thoái có thể vẫn có cách giải quyết, nhưng việc bất hạnh vẫn hiện diện trong tất cả, các nhóm có thu nhập - giàu, nghèo hoặc bậc trung mới là điều đáng quan tâm. Trong thực tế, đó là một vấn đề mà không một lượng tiền bạc nào có khả năng giải quyết.

Mặt khác, chúng ta cũng vẫn thường lấy làm ngạc nhiên: Một số người lúc nào cũng lạc quan và có một nụ cười vui vẻ thường trực trên môi. Tại sao lại có hiện tượng ở một số cá nhân, tâm hồn con người vẫn đơm hoa kết trái trong những hoàn cảnh rõ ràng là rất khó khăn?

Cái lỗi của vấn đề là dường như nhiều người đã lập sẵn cho mình một chương trình để làm người bất hạnh. Họ đã được dạy dỗ một cách vô tình để sống một cuộc đời thiếu vắng niềm vui và cứ đơn giản sống theo cái kịch bản đó. Khi đọc cuốn sách này bạn có thể nhận ra, một cách ngẫu nhiên, rằng chính bạn đã thôi miên con bạn để chúng đi đến chỗ không thể thương bản thân được và gây cho chúng những vấn đề có thể kéo dài suốt đời.

Điều này đã xảy ra như thế nào và có thể làm gì để thay đổi được điều đó - hay nói một cách khác làm cách nào để tạo nên những đứa trẻ hạnh phúc - đó là tất cả những gì cuốn sách này muốn đề cập tới.

CHƯƠNG MỘT

GIEO HẠT GIỐNG TÂM HỒN

Bạn nên thôi miên con bạn hàng ngày

Bạn có thể làm điều đó một cách hoàn hảo

Đã 9 giờ tối và tôi ngồi trong văn phòng với một cô bé 14 tuổi nước mắt lưng tròng. Cô bé mặc một bộ quần áo rất mô-đen dành cho những người lớn tuổi hơn cô, nhưng rốt cuộc nó chỉ làm cho cô trông có vẻ vô phương tự vệ và con nít hơn. Chúng tôi đang thảo luận về sự việc hiển nhiên là cô đang mang bầu và chúng tôi có thể làm gì để giải quyết vụ này.

Điều này vẫn thường xảy ra với tôi và với tất cả những người làm việc cho trẻ vị thành niên. Dù vậy, điều đó không có nghĩa là không có gì phải làm âm ỉ. Dù điều này có là cái gì đi chăng nữa thì đối với cô gái trẻ đang ngồi trước mặt tôi, ngày hôm nay cũng là ngày kinh khủng nhất trong đời cô bé và lúc này tất cả những cái mà cô cần là một điểm tựa, thời gian và một sự phân tích rõ ràng - những điều mà tôi có thể giúp. Nhưng trên hết, cô bé phải tự quyết định.

Tôi hỏi cô về việc cha mẹ cô sẽ phản ứng ra sao nếu họ biết chuyện. Cô bé gần như buột ra câu trả lời tức thì.

- “Ồ, họ sẽ nói ngay là họ đã bảo trước rồi mà. Họ bao giờ cũng nói cháu chẳng bao giờ chú ý đến việc gì”. Sau đó, trong lúc tôi lái xe về nhà, câu nói của cô vẫn cứ trở đi trở lại mãi trong đầu tôi. “Họ bao giờ cũng nói là cháu chẳng làm nên trò trống gì”. Tôi cũng thường nghe những bậc phụ huynh nói với con cái như thế này:

“Thật không trông mong gì ở mày”.

“Chúa ơi, con thật là nhiều sự”.

“Con sẽ phải hối tiếc, rồi con sẽ thấy”.

"Mày cũng tồi tệ như thằng cậu mày, thằng Merv ấy!" (Người này đang ngồi tù).

“Con cũng giống y hệt cô Eve!” (Người thích uống rượu!).

“Mày thật điên khùng, mày có nghe rõ không?”.

Những kiểu ăn nói này chính là một loại chương trình mà nhiều bạn trẻ cùng lớn lên với nó; nó được những bậc cha mẹ thiếu hiểu biết hoặc thiếu tự chủ truyền cho con một cách vô tình rồi tiếp tục tồn tại như một lời nguyên gia đình bỏ xuống đầu các thế hệ. Nó được gọi là một dự-đoán-tự-hoàn-thành bởi vì nó được nói một cách thường xuyên đến mức làm cho nó trở thành sự thật. Trẻ con, với trí thông minh và sự nhạy bén của chúng, trong nhiều cách thức phối hợp lạ lùng vẫn thường đáp lại những dự tính của chúng ta.

Ở đây có một số ví dụ điển hình mà tất cả chúng ta đều nhận ra ngay lập tức là có tính phá hoại, tiêu cực. Tuy vậy, dự đoán tiêu cực nhất, oái oăm thay lại thường dễ xảy ra nhất. Quan sát mấy đứa trẻ chơi đùa ở một tòa nhà bỏ hoang. Có vài đứa đang trèo cây. Rồi giọng một người mẹ hốt hoảng kêu lên từ phía bên kia hàng rào. “Con sẽ ngã bây giờ đấy! Coi nè! Con sẽ trượt chân cho mà xem!”. Và thế là đứa trẻ tuột tay té xuống đất.

Còn đây, một người cha ngà ngà say chấm dứt cuộc đấu khẩu nảy lửa với vợ, người vừa quay lưng đi trong “cơn giận” để mua vài điều thuốc. “Này con trai của ta, đừng bao giờ tin một người đàn bà, nghe chưa. Họ chỉ vắt con ra bã thôi”. Thằng bé mới bảy tuổi đầu, ngược mắt lên nhìn bố vẻ nghiêm nghị và gật đầu. “Phải đấy, bố ạ!”.

Và trong hàng triệu phòng khách hoặc trong bếp đã vang lên những câu như thế này:

“Chúa ơi, mày thật lười biếng!”.

“Đồ ích kỉ!”.

“Cái đồ ngu ngốc kia, có thôi đi không”.

“Đồ ngu như bò!”.

“Đưa ngay cho tao, đồ đàn độn!”.

“Đừng có làm một kẻ phá hoại như thế!”.

Điều mà chúng ta thảo luận là những nhận xét hoặc mắng mỏ như trên không chỉ có một tác động rõ rệt làm cho đứa trẻ lập tức cảm thấy bị tổn thương và tội tệ. Những lời nhục mạ cũng có tác động thôi miên, điều này diễn ra một cách vô thức, giống như những hạt giống tư tưởng một khi đã được gieo xuống rồi thì sẽ nảy mầm, lớn lên và định hình cái mà con người tự hình dung về mình, rồi từng bước trở thành những yếu tố có thật trong nhân cách trẻ.

Thôi miên và gợi ý có một sức hấp dẫn lâu dài đối với con người. Chúng dường như rất huyền bí và không có thật, tuy vậy vẫn được khoa học chấp nhận. Hầu hết mọi người đã chứng kiến qua, có thể như một phần của một màn trình diễn để giúp bệnh nhân chữa một thói quen nào đó hay là để thư giãn.

Chúng ta đã quen với những yếu tố cơ bản của thuật thôi miên: cần dùng đến một số dụng cụ, thiết bị để làm người ta xao lãng, một giọng điệu ra lệnh đầy uy lực (“ông”, “bà” sẽ không có cảm giác gì), giọng nói lặp đi lặp lại theo một nhịp điệu nhất định của người thôi miên. Chúng ta cũng biết về những gợi ý tiền thôi miên, có khả năng cấy vào não một người hoàn toàn không biết điều gì đang xảy ra một mệnh lệnh để sau đó người này sẽ thực hiện, thường là những điều xấu, đã được báo trước. Tất cả những điều này bạn có thể chứng kiến trong một buổi biểu diễn, nhưng nó cũng là một phương pháp điều trị tuyệt vời trong bàn tay một người thôi miên lành nghề.

Tuy vậy, cái điều mà hầu hết mọi người không nhận ra rằng thôi miên là một sự kiện diễn ra hàng ngày. Bất cứ khi nào chúng ta sử dụng đến một ngữ đoạn nhất định nào đó, chúng ta đã chạm đến miền vô thức trong trí óc trẻ và lập chương trình cho chúng, dù rằng chúng ta không hề có một dự định nào như thế.

Quan niệm cũ cho rằng kỹ thuật thôi miên yêu cầu một trạng thái tâm thần thay đổi hoặc đang trong trạng thái mê man - đã bị bãi bỏ. Đó chỉ là hình thức của việc học một cách vô thức. Một sự thật rất đáng ngại là đầu óc của con người có thể được lập chương trình trong cuộc sống thường nhật một cách hoàn toàn có ý thức với sự nhận biết của những người có liên quan. Hiện nay ở Mỹ, nhiều nhân viên bán hàng và tiếp thị được huấn luyện sử dụng các biện

pháp thôi miên để áp dụng trong những cuộc trao đổi về buôn bán hàng ngày - thật là một khái niệm làm người ta ớn lạnh! (Để biết thêm chi tiết xin xem mục “Những thông tin tham khảo ở” phần phụ lục). Thật may mắn là các biện pháp thôi miên yêu cầu những kỹ xảo tinh vi, cao cấp trong các thao tác phối hợp và có thể trở thành phản tác dụng nếu đối tượng nhận ra những gì đang diễn ra. Mặc dù vậy, thôi miên một cách ngẫu nhiên là một phần của những gì vẫn diễn ra hàng ngày, khi các bậc cha mẹ - hoàn toàn không nhận ra - cấy các ý tưởng vào đầu con trẻ và những thông điệp này, dù mâu thuẫn nặng nề cũng sẽ kéo dài suốt đời.

Bị thôi miên mà không biết.

Bác sĩ Milton Erikson đã được công nhận là nhà thôi miên hàng đầu trên thế giới. Một lần ông được mời đến để chữa chạy cho một bệnh nhân đang phải chịu đựng một cơn đau kinh khủng của bệnh ung thư. Người này từ chối không chịu dùng thuốc giảm đau và không chịu để người ta áp dụng biện pháp thôi miên. Erikson chỉ dừng lại trong phòng của bệnh nhân này và nói chuyện với anh ta về thú vui trồng khoai tây.

Một người chú tâm lắng nghe có thể phát hiện ra nhịp điệu khác thường trong những câu chuyện của Erikson và việc nhấn mạnh vào một vài cụm từ kì cục ví dụ như “sâu xuống” (ở trong đất) lớn lên “khỏe và xanh tốt”, “dễ dàng” (để nhỏ), “ấm áp và thoải mái” (trong nhà kính). Cũng vậy, người quan sát có thể nhận thấy khuôn mặt và điệu bộ của Erikson thay đổi rất kín đáo khi ông nói những cụm từ quan trọng này. Người đàn ông trong phòng bệnh thì chỉ nghĩ đó là một cuộc trao đổi dễ chịu. Tuy vậy cho đến ngày bệnh nhân này chết, 5 ngày sau đó, các bác sĩ được biết là người ấy không cảm thấy đau.

Đầu óc của một đứa trẻ bao giờ cũng đầy ắp các câu hỏi. Có lẽ câu hỏi lớn nhất trong những thắc mắc ấy là “Tôi là ai?”, “Tôi là loại người gì?”, “Đâu là chỗ phù hợp với tôi?”. Đây là những câu hỏi tự định nghĩa, hoặc nhận dạng bản thân, trên cơ sở đó chúng ta sống như những người trưởng thành và từ đó chúng ta thực hiện tất cả những quyết định cơ bản trong đời. Chính vì điều này mà đầu óc trẻ bị các nhận xét bắt đầu bằng câu “Con là...” tác động một cách rõ rệt.

Dù thông điệp này là “Con lười biếng quá thể” hay “Con là một đứa trẻ tuyệt vời”, từ những người “lớn” có vai trò quan trọng này nó cũng sẽ ngấm sâu và bền chặt vào vô thức của trẻ. Tôi đã nghe biết bao nhiêu người trưởng thành, đã vượt qua những giai đoạn cam go của

cuộc đời, nhớ lại khi còn bé họ thường nghe bố mẹ khẳng định họ là “người vô dụng và bản thân họ cũng biết thế”.

Các nhà tâm lý học cũng như nhiều nhóm chuyên gia khác có xu hướng phức tạp hóa vấn đề, gọi đó là những nhận xét “quy chụp”. Những quy chụp này sinh sôi nảy nở trong suốt cuộc đời.

“Tại sao anh không đâm đơn để nhận được sự đề bạt này?”.

“Không, chỉ là vì tôi chưa xứng đáng”.

“Này, anh ta cũng giống như người chồng trước của chị. Vậy tại sao chị lại cưới anh ta?”.

“Chắc là vì tôi quá ngu ngốc”.

“Tại sao cậu lại để cho người ta thúc ép mình kiểu ấy?”.

“Đây là cái nghiệp của tôi mà”.

Những lời tự nhận xét như vậy - “không xứng đáng”, “ngu ngốc quá” không phải được phát ra trong những lúc buồn bực. Chúng đã được ghi âm lại trong não bộ bởi vì chúng đã được “cài đặt” vào não ở cái tuổi mà họ không có khả năng đặt câu hỏi về tính chân xác trong những nhận định ấy. “Nhưng chắc chắn là”, tôi có thể nghe thấy bạn phản bác, “bọn trẻ sẽ không đồng ý với những nhận xét độc địa ấy chứ!”.

Tất nhiên là trẻ suy nghĩ về những điều người ta nói với chúng và kiểm tra lại tính đúng đắn của nó. Nhưng chúng chưa có kinh nghiệm và không có đầy đủ dữ kiện để so sánh. Lúc này hay lúc khác, có ai trong chúng ta lại không lười biếng, ích kỷ, luộm thuộm, ngu ngốc quên trước quên sau, phá phách và vân vân. Cha cổ trong những nhà thờ kiểu cũ chẳng đã nắm chắc được một điều khi ông lớn tiếng nạt nộ: “Các ngươi là những kẻ có tội” - phải tất cả mọi người đều thế!

“Người lớn cái gì cũng biết, họ có thể đọc được cả ý nghĩ của mình!”. Đó là suy nghĩ của một đứa trẻ. Vì thế khi ta bảo một đứa “Sao mà cháu vụng về thế”, thì nó trở nên hoảng hốt và lúc này thì quả là nó sẽ lóng ngóng như thợ vụng mất kim. Một đứa trẻ bị nói vào mặt

“Mày là một kẻ phá hoại” sẽ cảm thấy bị khước từ rồi trở nên tuyệt vọng vì muốn khẳng định và thế là nó làm những việc có tính chất quậy phá thật. Còn khi có một đứa bé bị đánh giá là một thằng ngốc thì có thể bên ngoài nó phản đối rất dữ nhưng trong thâm tâm nó lại buồn bã đồng ý với đánh giá đó. Bạn là người lớn mà, vì thế mà có thể là bạn đã nói đúng.

Những thông điệp của bạn có tác động ở các mức độ cả về mặt có ý thức lẫn vô thức. Trong quá trình làm việc, chúng tôi thường yêu cầu trẻ mô tả về bản thân và trẻ thường nói những điều như thế này:

“Cháu là một đứa bé hư”. “Tôi là một kẻ chẳng ra gì”.

Dù vậy, có một số trẻ tỏ ra rất bối rối - “Papa và mama nói rằng họ thương yêu cháu, nhưng cháu không nghĩ vậy”. Một cách có ý thức chúng nghe được những lời nói với cái vỏ ngôn ngữ, nhưng một cách vô thức chúng nghe, nhìn và ngửi thấy những tình cảm thật sự sau cái vỏ ngôn ngữ ấy.

Tất cả tùy thuộc vào cách chúng ta nói ra một điều gì đấy. Chúng ta có thể chọn lựa từng từ để nói với trẻ. Chẳng hạn, “Con làm mẹ rất giận và mẹ muốn con dọn dẹp đồ chơi vứt bừa bãi. Ngay bây giờ!”. Một cách nói như thế sẽ không kéo theo nỗi sợ với những ảnh hưởng lâu dài. Còn nếu chúng ta lại nói, “Mày là một thằng nhãi lười chầy thây ra. Tại sao mày không bao giờ làm những việc tao bảo?”, rồi lặp lại cái kiểu day nghiền niếc móc này bất cứ khi nào có chuyện thì chuyện gì sẽ đến cũng chẳng có gì phải ngạc nhiên.

Xin bạn chớ giả vờ vui vẻ hoặc tràn trề tình yêu khi bạn không hề cảm thấy thế - điều này chỉ làm cho trẻ trở nên lẫn lộn và thậm chí có thể khiến chúng xa lánh bạn hoặc là cảm thấy bất an. Chúng ta có thể trung thực với những xúc cảm của mình đồng thời không sỉ nhục chúng. Trẻ có thể chịu đựng những câu kiểu như: “Hôm nay mẹ rất mệt mỏi” hoặc “Ngay lúc này bố rất tức giận...”, đặc biệt là khi điều này phù hợp với điều mà chúng ý thức được. Những chuyện như vậy giúp trẻ nhận ra bạn cũng chỉ là một con người bình thường, và là một người bình thường cũng có những mặt tốt của nó.

Trong một cuộc họp mặt đông đảo phụ huynh học sinh mà tôi đến nói chuyện, tôi đã đề nghị mọi người hãy nhớ lại những đánh giá về mình mà họ nghe được ngày còn bé. Tôi ghi lên một tấm bảng và đây là những điều chúng tôi biết được:

- Mày là một kẻ đàn độn vụng về biếng nhác!
 - Một đứa xấu xa!
 - Chỉ là một con nhóc chẳng hiểu ra được điều gì!
 - Một kẻ đàn như rận mà lại ích kỷ hết mức!
 - Một tên phá hoại dơ dáy!
 - Một kẻ thiếu suy nghĩ, một cái đầu rỗng như vỏ dừa!
 - Bao giờ cũng là một kẻ tham lam, chậm như rùa.
 - Tính khí xấu xa, không có đầu óc.
 - Quấy rầy người khác một cách ngu ngốc.
 - Hèn nhát.
 - Một con khủng lo lắng những chuyện không đâu.
 - Đồ điên, mày đã làm mẹ mày phát ốm.
 - Xấu xí, ngây ngô đến vụng dại.
 - Cũng giống hệt như thằng cha mày.
- ... và còn nhiều nữa.

Đầu tiên các ví dụ được đưa ra còn có vẻ có nhịp độ từ tốn khi mà trí nhớ của người ta vừa mới được khởi động, nhưng chỉ trong chốc lát tấm bảng đen đã được viết kín hết và cả phòng ào lên như ong vỡ tổ. Đó là cảm giác nhẹ nhõm của các van được xả, khi hiển nhiên là trong một hội trường lớn, người ta tha hồ nói to lên những từ ngữ đủ làm họ đau đớn bấy lâu nay.

Chỉ có rất ít người cảm thấy cha mẹ mình ác nghiệt một cách có chủ ý hoặc bất công - đơn

giản bởi vì đó là cái cách mà trẻ được chỉnh đốn. “Bảo cho chúng biết là chúng rất tệ để chúng cố gắng trở nên tốt hơn”. Những điều như vậy thuộc vào thời kỳ đen tối trong lịch sử dạy dỗ con cái: chúng ta chỉ vừa thoát khỏi cảnh đó.

Trí óc của bạn ghi nhớ tất cả những gì đã xảy ra với bạn

Vào những năm 50 những người bị mắc bệnh động kinh đã phải chịu đựng nhiều đau khổ bởi vì những biện pháp chữa trị chúng ta sử dụng bây giờ thì ngày ấy còn chưa được biết đến. Có một người đàn ông tên là Penfield đã tìm tòi phát hiện ra một cơ chế hoạt động có thể áp dụng vào những ca nghiêm trọng. Bằng cách thực hiện những vết cắt nhỏ trên bề mặt não bộ ở người, đôi khi ông có thể giảm thiểu hoặc thậm chí ngắt pha “những xáo trộn điện từ” gây nên những cơn co giật trong bệnh động kinh.

Điều thú vị là - tôi hi vọng bạn đang ngồi vững vàng trong ghế bành khi đọc điều này - vì một số lí do an toàn các bệnh nhân được yêu cầu ở trong tình trạng tỉnh táo và cuộc giải phẫu được tiến hành với điều kiện người bệnh chỉ được gây tê tại chỗ. Nhà phẫu thuật cắt rời một miếng nhỏ trên hộp sọ, thực hiện những vết cắt sau đó lại lắp miếng xương kia vào hộp sọ rồi khâu lại da đầu. Việc này cũng làm tôi sờn da gà nhưng dù sao thế cũng còn tốt hơn là bị bệnh.

Trong quá trình giải phẫu các bệnh nhân cảm nhận được một cái gì rất đáng ngạc nhiên. Khi người bác sĩ dùng một que dò thật nhạy chạm nhẹ lên bề mặt vỏ não, bệnh nhân đột nhiên cảm thấy kho tàng kí ức của mình sống dậy một cách sinh động - xem bộ phim “Cuốn theo chiều gió” những năm thiếu thời và cùng với những hình ảnh nàng Scarlet là mùi nước hoa rẻ tiền trong rạp chiếu bóng và cái kiểu tóc tổ ong của người thiếu phụ ngồi ở dãy ghế trên! Khi bác sĩ chuyển que dò đến một khu vực khác, người bệnh có thể làm sống lại bữa tiệc sinh nhật của mình năm lên bốn - dù rằng anh ta vẫn mở to mắt và đang ngồi trên ghế phẫu thuật. Điều này xảy ra với tất cả các bệnh nhân, dù rằng lẽ dĩ nhiên kí ức của mỗi người mỗi khác.

Các nghiên cứu sau đó đã dẫn đến một phát hiện gây chấn động; đó là tất cả mọi thứ - tất cả các cảnh tượng, âm thanh và từ ngữ - đều được lưu trữ trong bộ não của chúng ta. Thường thì khó mà nhớ ra được nhưng dù sao thì chúng cũng vẫn nằm lại đó và có ảnh hưởng của chúng. Trên bề mặt có nhiều nếp gấp của não bộ con người, đời sống của chúng ta được ghi lại trong cái dạng hoàn chỉnh của nó.

Nghe một cách vô ý thức là một hiện tượng mà gần như chắc chắn là bạn đã từng trải qua. Bạn có mặt trong một bữa tiệc hoặc là một cuộc họp mặt, nghe những người xung quanh nói chuyện. Căn phòng rào rào tiếng người nói chuyện và có thể còn có cả âm nhạc nữa. Bất thành linh, từ một cuộc trao đổi ở bên kia phòng bạn nghe có ai đó nhắc đến tên bạn, hoặc tên một người mà bạn quen biết hoặc một cái gì đó làm cho bạn quan tâm. “A ha”, bạn nghĩ, “người ta đang nói gì về mình vậy?”.

Điều này đã xảy ra như thế nào? Chúng ta phát hiện ra từ các cuộc nghiên cứu rằng có hai phần riêng biệt trong việc tiếp nhận âm thanh của chúng ta: thứ nhất là cái mà tai bạn tình cờ đón nhận; thứ hai là cái mà bạn có ý thức tập trung để tiếp nhận.

Mặc dù bạn không nhận ra nhưng cái hệ thống nghe “thông minh” của bạn đã lọc tất cả những cuộc trao đổi diễn ra trong phòng. Khi một từ hoặc một cụm từ đáng chú ý đối với bạn xuất hiện, bộ phận chuyển mạch trong não bạn bèn chuyển ngay thông tin qua phần chú ý có ý thức. Chắc chắn là bạn không thể nghe tất cả những gì đã được nói ra cùng một lúc, nhưng, tuy thế một bộ lọc quan trọng sẽ có chức năng sàng lọc ra những thông điệp quan trọng. Chúng ta biết được điều này qua nhiều thử nghiệm và cũng từ cái thực tế rằng dưới tác dụng của thôi miên người ta có thể nhớ lại những sự việc mà họ đã không nhận ra một cách có ý thức vào lúc nó xảy ra.

Có nhiều trường hợp tương tự với tình huống sau đây được tường trình ở nhiều quốc gia trên thế giới.

Vào một đêm khuya nọ, một chiếc xe rờ-moóc bị đứt thắng lao xuống một ngọn đồi và làm sụp bức tường phía trước một ngôi nhà. Khi những người làm công tác cứu hộ tìm đến nơi, họ rất đỗi ngạc nhiên khi chứng kiến cảnh người mẹ trẻ nằm ngủ ngon lành không hề bị đánh thức bởi tiếng động do cả một bức tường bị sụp xuống gây nên. Trong khi họ đang đứng đấy không biết phải làm gì thì một đứa trẻ cất tiếng khóc từ căn phòng phía trong. Người mẹ ngay lập tức dậy “Cái... có chuyện gì vậy?”. Bộ lọc trong hệ thống tiếp nhận âm thanh của người mẹ vẫn làm việc trong khi cô ngủ để kiểm tra trong mọi thứ cho một điều duy nhất - đứa con - và chỉ có những âm thanh có liên quan đến nó mới được “chuyển giao” vào đầu óc người mẹ.

Tất cả những điều trên liên quan đến trẻ như thế nào? Xin hãy suy nghĩ về tất cả những điều đã nói về trẻ khi ta tưởng rằng chúng không để tâm lắng nghe. Rồi nhớ lại cái khả năng nghe

ngóng tình tường của chúng (từ một khoảng cách 50 mét). Chúng ta có thể cộng thêm vào đó những âm thanh và lời nói đã diễn ra thậm chí cả lúc con người đang nằm mê và đang ngủ.

Ở đây còn phải kể thêm cả quãng thời gian đáng lưu ý khi một đứa trẻ còn chưa học nói (hoặc quyết định để cho bạn biết) là nó có thể nói được. Một em bé, nhiều tháng trước khi có thể bập bẹ được đôi ba từ, có thể nghe được khá nhiều những điều xung quanh nó, tất nhiên không phải là nghe được tất tậ như người lớn.

Tôi thường ngạc nhiên khi nhiều ông bố bà mẹ, người đã trải qua những năm dài tranh đấu cay đắng hoặc chịu đựng bất hạnh ghê gớm vì một vài nguyên nhân lại nói với tôi như thế này: “Tất nhiên, bọn nhãi con ấy thì biết cái gì!”. Trên thực tế, trẻ con gần như biết ráo rọi về tất cả mọi chuyện. Chúng có thể tránh né bạn bằng cách giữ riêng những hiểu biết ấy cho mình hoặc chỉ biểu lộ một cách gián tiếp qua việc đá dầm hoặc mưu toan “cố giết anh chị em” chúng, nhưng mà chúng biết hết đấy bạn ạ. Vì thế, nếu bạn nói về con cái của mình, hãy chắc là bạn đang nói những điều bạn thực sự muốn nói. Điều này nữa cũng là một kênh dẫn thẳng vào đầu óc trẻ.

Và nếu như vậy thì tại sao bạn không bắt đầu dùng kênh này để động viên con cái, khích lệ chúng bằng cách nói những điều chân thực và ngợi khen mặt tốt khác khi chúng ở trong tầm tay? Điều này đặc biệt có lợi ở những lứa tuổi hoặc ở giai đoạn mà những lời khen trực tiếp sẽ làm chúng ngượng ngùng.

TÁC DỤNG ĐIỀU TRỊ CỦA LỜI NÓI

Câu chuyện này là do một trong những người thầy của tôi, tiến sĩ Virginia Satir, kể lại.

Có một đứa trẻ vừa được cắt amidan và bây giờ quay lại bệnh viện vì vết cắt vẫn tiếp tục chảy máu. Tiến sĩ Satir tham gia với một nhóm các bác sĩ khác trong khi khám lại những vết cắt vẫn còn mở miệng trong cổ họng đứa trẻ.

Bất chợt nảy ra một ý, tiến sĩ Satir hỏi điều gì đã xảy ra trong phòng mổ vào lúc diễn ra việc cắt amidan cho cô bé.

“Ồ, lúc đó chúng tôi vừa hoàn thành việc giải phẫu một ca ung thư cuống họng của một bà cụ”. “Đó là những điều mọi người trao đổi với nhau ư?”, “Đấy là ca mổ cuối cùng và bà cụ

chẳng có bao nhiêu cơ hội sống sót - sức khỏe của bà cụ đã suy sụp”. Tiến sĩ Satir suy nghĩ rất nhanh. Bà hình dung cảnh cô bé đang trải qua một tiểu phẫu hết sức thông thường, trong lúc bị gây mê tổng quát lại nghe các nhân viên y tế đang trao đổi với nhau về bệnh nhân vừa mổ trước đó: “Chẳng có bao nhiêu hi vọng sống sót”, “tình trạng rất xấu”.

Quyết định một cách nhanh chóng, tiến sĩ yêu cầu đưa bệnh nhân nhỏ tuổi trên vào lại phòng mổ. Bà hướng dẫn mọi người những điều cần nói:

“Coi này, cô bé này trông rất tuyệt và khỏe mạnh, không giống như bà cụ chúng ta mổ hôm trước”.

“Cô bé này có một cái cổ họng đẹp và khỏe mạnh quá”. “Cô bé sẽ lành bệnh trong chốc lát và sẽ lại chạy ra sân nô đùa với bè bạn ngay thôi”.

Vết mổ ngừng chảy máu và khi thuốc gây mê hết tác dụng cô bé đã được ra viện vào ngay ngày hôm sau.

Cộng hưởng là một trong những nghiên cứu mới nhất trong khoa học thoi miên. Các nhà khoa học nhận ra rằng thông điệp của bạn sẽ ăn sâu vào tâm trí của một người nếu nó có kèm thêm những tín hiệu có tác dụng củng cố.

Điều này hết sức đơn giản.

Nếu một người nói với bạn, “Anh thật là một kẻ phiền nhiễu!”, thì chắc chắn là bạn sẽ cảm thấy buồn bực. Nhưng nếu anh ta nói thế với một cái cau mày và bằng một giọng to như cái lệnh võ thì mọi chuyện sẽ tệ hơn. Còn nếu anh ta cũng rống lên như vậy lại lao về phía bạn với những cử chỉ dữ dằn và có biểu hiện không kiềm chế được thì quả thật đó là một vấn đề đối với bạn.

Đặc biệt là nếu người ấy lại to hơn bạn đến ba lần, là một thành viên trong gia đình bạn - người mà bạn hoàn toàn lệ thuộc - thì tôi dám chắc là bạn sẽ nhớ về sự kiện này suốt đời.

Lớp người hiện đại ngày nay, đặc biệt là lớp người hậu duệ của dòng giống Anglo-Saxon, có khuynh hướng ép mình trong khuôn khổ của một cuộc sống hàng ngày. Chúng ta không hành động hoặc nói năng với quá nhiều đam mê hay cảm tính. Đó không phải là vì chúng ta sống có

chừng mực hoặc chúng ta bình tĩnh - chẳng qua chúng ta có khả năng kiềm chế và tự kiểm soát mình hơn. Chúng ta có xu hướng giữ những cảm xúc tốt đẹp hay tồi tệ cho bản thân mình và khi mọi việc trở nên xấu đi chúng ta cố gắng vác gánh nặng trên lưng một cách âm thầm mà không để lộ ra bên ngoài. Kết quả là, khi cuối cùng, ta bùng nổ hoặc gục ngã thì chúng ta thường làm chính mình và những người chung quanh phải kinh ngạc. Nếu những xúc cảm cần được giải thoát là giận dữ và thất vọng thì những người xung quanh ta có thể cảm thấy chúng ta đã ra ngoài vòng kiểm soát và là một mối nguy hiểm đối với họ... mà chính chúng ta cũng đồng ý như vậy.

Chính vì điều đó mà con em chúng ta có thể sống trong một tình huống nơi những thông điệp hàng ngày tỏ ra hoàn toàn vu vơ và mơ hồ: “Bây giờ thì đừng làm thế cung, nào đến đây”. “Đó là một đứa bé ngoan”. Cả hai nhận xét mang hàm ý khen và chê kia đều tỏ ra tùy tiện và không có tác động tích cực.

Rồi một ngày cuộc sống chợt đè nặng lên vai mama hoặc papa thế là có một cơn bộc phát kinh hồn. “Này thằng nhãi nhép kia, tao muốn mày câm họng cho rồi”. Cùng với đôi mắt long lên sòng sọc, giọng nói rít lên với một âm lượng chưa từng nghe thấy bao giờ và một cảm giác làm run rẩy toàn thân vì mất lí trí. Tất cả những cái đó cộng hưởng với nhau trở thành một cái-gì-không-thể-nào-quên. Thông điệp của nó không thể chối cãi mặc dù không đúng: “Trời ơi, đây là điều papa hoặc mama thực sự nghĩ về mình ư?”.

Ngôn từ của những người là cha mẹ tỏ ra không cân bằng dùng trong những trường hợp này thường biểu hiện sự cay nghiệt ác độc ở mức tối đa:

“Tao ước gì không bao giờ sinh ra mày”.

“Mày là một thằng ngu, thằng đại ngu, biết chưa”.

“Mày đã giết chết tao rồi đó, nghe chưa hả?”.

“Tao chỉ muốn bóp cổ mày chết cho rồi”.

Không có gì là xấu trong chuyện bạn nổi giận hay rầy la trẻ. Trái lại, trẻ con cần nhận biết một sự thật con người ta ai cũng có những lúc giận dữ, và cần được xả những căng thẳng bên trong cũng như cần được nói ra tất cả, nhưng trong vòng an toàn. Elizabeth Kubler Ross cho

rằng một cơn giận thực sự kéo dài 20 giây và gây ra nhiều tiếng ồn nhất. Vấn đề chỉ thực sự xảy ra khi những thông điệp hết sức tích cực như: “Con thật tuyệt”, “Tất cả mọi người đều yêu thương con”, “Bố mẹ sẽ quan tâm đến con!”, không đủ sức thuyết phục và không đáng tin. Thường thì mặc dù chúng ta cảm thấy những điều này, chúng ta lại không có khả năng truyền đạt chúng.

Đại đa số trẻ em hết sức đáng yêu, nhưng nhiều em lại không biết điều này; nhiều người lớn cho tận đến lúc chết vẫn đinh ninh rằng họ là những đứa trẻ chỉ gây nên những rắc rối và là một nỗi thất vọng sâu xa đối với cha mẹ. Đây là một trong những giai đoạn có chuyển biến rõ rệt nhất trong liệu pháp gia đình để có thể hóa giải những hiểu lầm loại này.

Ở những giai đoạn mà cuộc sống của trẻ có những biến động - khi một em bé nữa được sinh ra, khi cuộc hôn nhân của cha mẹ nó bị đổ vỡ, khi điểm kém lại xuất hiện ở trường, khi không có một công việc gì cho một thiếu niên đang phấp phỏng hi vọng - ấy là thời điểm quan trọng để đưa ra những thông điệp có ý nghĩa tích cực cùng với một bàn tay đặt trên vai trẻ và một cái nhìn đầy ý nghĩa: “Dù có chuyện gì xảy ra thì con vẫn là một cái gì đặc biệt và quan trọng đối với bố mẹ. Cả bố và mẹ đều biết là con rất tuyệt”.

Từ này đến giờ chúng ta đã nói đến những chương trình được lập ra một cách vô thức biến trẻ thành những người lớn bất hạnh. Ở đây cũng còn có những con đường trực tiếp nữa.

NHỮNG ĐIỀU KHÔNG NÊN LÀM

Khi ra lệnh, bạn dùng những từ có ý nghĩa nhục mạ thay vì đưa ra những yêu cầu đơn giản.

“Đưa trả lại đây, thằng nhãi con ích kỷ kia”.

Sao bạn không biến thông điệp trên bằng một cách nói thân thiện, chẳng hạn như dùng biệt hiệu

“Này, những chiếc tai voi kia ơi! Bữa tối đã sẵn sàng”.

Hãy so sánh!

“Mày cũng xấu tính như cha mày vậy”.

“Tại sao mày không thể ngoan ngoãn và dễ thương như em trai mày hả?”.

Đưa ra một ví dụ!

“Mày có chịu ngồi im không?”.

“Con đánh nó lần nữa ta sẽ GIẾT con”.

Nói với người khác về lỗi lầm của trẻ trước mặt hoặc để cho chúng nghe thấy:

“Con bé nhất nhúa kinh khủng, tôi cũng không biết nó là cái giống gì nữa!”.

Lấy làm tự hào về những cung cách chắc chắn sẽ gây ra những rắc rối sau này.

“Ôi nó nện con bé. Cái thằng thiệt là oách”.

Dùng khổ nhục kế để kiểm soát trẻ

“Chúa ơi, con làm mẹ kiệt sức! Mẹ mệt đến mức mẹ chỉ muốn nằm xuống chết quách cho rồi”.

“Coi con đã làm gì cho mẹ con kia!”.

Những kiểu nói năng như vậy, vì lợi ích của bạn, xin hãy bỏ ra ngoài kho ngôn ngữ thường ngày. Bạn và con cái bạn sẽ chỉ cảm thấy tốt hơn mà thôi.

BẠN SẼ LÀM CON BẠN ĐIÊN ĐÀU!

Đã bao giờ bạn lắng nghe câu chuyện giữa bạn và con trẻ rồi phải rên lên chưa? Rất nhiều điều chúng ta nói với con cái, phải, rất điên rồ! Danh hài người Scotland, Billy Conolly, đã than vãn về một số điều này trong một buổi biểu diễn gần đây (Bạn sẽ phải hình dung ra âm điệu của nó).

“Mẹ ơi, con đi xem tranh được không?”.

“Tranh ảnh à! Mẹ sẽ cho con tranh với ảnh”.

“Vậy con có thể ăn một ít bánh mì không?”.

“Bánh mì! Ta sẽ có bánh mì cho con trai của ta!”.

Phần lớn chúng ta có thể nhớ lại rằng chúng ta cũng đã nghe những câu nói chẳng mấy may có ý nghĩa gì khi chúng ta còn bé. Những câu như là: kéo cái vớ lên ông trẻ... nếu con không sớm có ý thức... con sẽ cười lên mặt bên kia... Ta sẽ dạy con cách chọc quê ta!.. vân vân. Chẳng có gì phải ngạc nhiên khi một số người đã lớn lên rồi mà vẫn còn lẫn lộn.

Mới gần đây tôi có đến thăm một trường tiểu học nơi các bậc phụ huynh dẫn những cô cậu nhỏ tuổi của mình gia nhập một nhóm chơi mới. Trong khi chúng tôi đứng chờ thì một cậu bé rất dễ thương và tò mò hiếu động chạy lại bên giá để đồ, lấy xuống một vài dụng cụ dạy môn toán. Bà mẹ có cái vẻ bồn loạn bèn bảo con trai, “Nếu con đụng vào đây cô giáo sẽ cắt các ngón tay con đấy”. Bây giờ thì bất cứ ai trong chúng ta cũng biết mục đích của việc ăn nói với trẻ con như thế - khi mọi thứ đều không có tác dụng thì hãy khủng bố. Nhưng với những loại thông điệp như thế, ở mức độ nhiều hơn và dồn dập hơn, một đứa trẻ có thể rút ra một kết luận gì về cuộc đời? Chỉ có 2 cách nghĩ, hoặc là thế giới này thật là một chốn điên rồ và nguy hiểm, hoặc là tốt nhất là đừng có nghe lời mẹ, bà ấy toàn nói những chuyện ngớ ngẩn. Bây giờ là lúc bắt đầu điều chỉnh lại cuộc đời.

Tất cả chúng ta đã làm điều đó!

Một hôm, thành thật mà nói, tôi đã bảo đứa con trai hai tuổi của tôi là cảnh sát có thể bắt nó nếu nó không chịu thắt dây an toàn. Lúc ấy tôi đang nóng nực và mệt mỏi, tôi ghét phải di chuyển cái tấm thân bở tung của tôi để đi cài khóa thắt lưng an toàn cho thằng nhóc. Tôi bèn nghĩ ra một mẹo lừa rẻ tiền và ngay sau đó tôi đã phải trả một giá đắt. Thực ra thì ngay khi buột miệng nói thế tôi đã cảm thấy ân hận. Trong vài ngày sau, các câu hỏi đổ xuống tôi tới tấp như mưa “Cảnh sát có súng không?”, “Có bất cứ một người cảnh sát nào trên đường không?”. Để cho thằng bé trở nên yên tâm và thoải mái về những người đàn ông và đàn bà trong sắc phục màu xanh là cả một công việc nặng nề và cấp bách.

Chúng ta không nhất thiết phải giải thích cho trẻ về tất cả mọi chuyện, hoặc là lí sự tràng giang đại hải với chúng cho đến khi chúng ta tái mặt đi vì giận. “Bởi vì ba nói thế” là một lí do đủ vững trong một vài trường hợp. Nhưng chẳng việc gì phải làm cho chúng hoảng sợ một

cách không cần thiết: “Cha mày mà về nhà thì cứ gọi là...”, “Con làm mẹ phát ốm lên đến mức mẹ phải bỏ đi đây này...”, “Bố mẹ sẽ nhốt con lại...” là những cách nói có hại và có sức ám ảnh cả những đứa trẻ cứng cỏi. Cha mẹ là những nguồn thông tin chính đầu đời và sau này uy tín của chúng ta sẽ được mang ra kiểm nghiệm (trừ khi chúng có hoặc sẽ có những nguồn thông tin khác để so sánh). Nhiệm vụ làm cha mẹ là trao cho con cái một bức tranh hiện thực thậm chí có thể hơi được tô hồng một chút về thế giới - nơi con trẻ sẽ xây dựng và cải tạo khi chúng lớn lên và vì thế mà được tôi luyện hơn và an toàn hơn trong thế giới đó. Sau này khi chúng gặp phải những lừa lọc hoặc giả trá trên đời, ít nhất thì chúng cũng sẽ rút ra được một kết luận rằng thế giới này cũng không hẳn là xấu xa, rằng trên đời cũng vẫn còn có những người đáng tin cậy và cuộc sống vẫn bình an - trong số đó có cả cha và mẹ tôi.

Tại sao cha mẹ lại nhục mạ con cái?

Ở điểm này chắc bạn cảm thấy áy náy và ân hận về cái cách mà bạn đã tác động đến trẻ bằng lời nói. Xin bạn đừng loại những ý kiến này ra ngoài bối cảnh chung. Có nhiều cái bạn có thể làm để xóa bỏ một chương trình cũ bất kể là con bạn còn bé hay thậm chí bây giờ chúng cũng đã là người lớn.

Bước đầu tiên là hãy bắt đầu tìm hiểu về bản thân bạn để biết tại sao những lời lăng mạ giận dữ ngay ở bước khởi đầu đã trở thành một phần trong lịch sử làm cha mẹ của bạn. Hầu như tất cả những người làm cha mẹ đều có mặc cảm tội lỗi về những lời nhục mạ không cần thiết mà mình văng ra vào lúc này hay lúc khác. Ở đây có ba lí do.

1. Bạn nói những điều mà bạn đã được nghe!

Ở trường bạn không được dạy cái nghệ thuật làm cha mẹ: Bạn phải bắt đầu từ con số không khi con bạn ra đời và tự mình mò mẫm lấy. Nhưng bạn lại có một tấm gương hiển nhiên để bắt chước - từ cha mẹ mình.

Tôi dám đoán chắc là bạn đã từng chợt nhận ra mình đang trong cơn nóng nảy la hét như một thằng điên rồi chợt nghĩ. “Thật oan nghiệt. Đây là những điều cha mẹ vẫn nói về mình và mình đã ghét nó biết bao!”. Như vậy, đoạn băng cũ lại trở thành “Người hoa tiêu tự động” của bạn, nó chiếm lĩnh trạng thái tâm thần nhất thời của bạn và thực hiện những phản ứng theo cái cách mà bạn muốn.

Tất nhiên một số bậc cha mẹ lại ở một thái cực khác. Với những kí ức đau buồn về lỗi sống mà họ đã được nuôi dạy, họ thề với lòng mình sẽ không bao giờ chửi mắng, đánh đập hoặc hiếp đáp con cái. Cái nguy hiểm ở đây là họ có thể tỏ ra thái quá và con cái họ lại rơi vào cảnh thiếu sự chăm nom, đôn đốc. Việc này không dễ chút nào phải không?

2. Bạn nghĩ rằng đó là việc phải làm!

Có thời người ta từng nghĩ trẻ con về cơ bản là xấu, và điều cần làm là bảo cho chúng biết là chúng xấu xa như thế nào. Điều đó sẽ khiến chúng tủi hổ và sẽ cố gắng để sống tốt hơn.

Có lẽ bạn đã được nuôi dạy trong môi trường ấy. Và thế mà khi làm cha hoặc làm mẹ bạn đã không có ý niệm gì về lòng tự trọng của con người và việc cần phải giúp trẻ tin vào bản thân chúng. Bây giờ khi bạn nhận ra việc nhục mạ chỉ làm tổn thương lũ trẻ, tôi tin rằng bạn sẽ kiên quyết từ bỏ lối dạy con kiểu này.

Khi tiền trong nhà đã cạn, khi bạn phải lao lực quá sức, khi bạn cô đơn hoặc buồn chán hoặc bởi vì việc ở nhà quá tù túng đối với bạn, đó là những nguyên nhân thúc đẩy bạn có xu hướng độc địa, tiêu cực trong những lời lẽ bạn dùng với trẻ.

3. Bạn cảm thấy khó chịu

Những lí do này khá rõ ràng. Khi chúng ta chịu bất cứ một áp lực nào, có thể chúng ta dồn nén những căng thẳng và đến một độ nào đó cần được giải tỏa. Lúc ấy bạn sẽ cảm thấy nhẹ nhõm và giải thoát nếu bạn có dịp tấn công một ai đó, bằng lời hoặc hành động.

Trẻ con là cái thót mỗi khi bạn giận “cá”, bởi vì bạn dễ dàng đổ lên đầu chúng cơn giận của mình hơn là với người bạn chung chăn gối hoặc với thủ trưởng hoặc bà chủ nhà hoặc bất cứ ai khác. Điều quan trọng là bạn cần nghĩ cho rõ ràng điều này: tôi cảm thấy bị dồn nén! Đối tượng của sự bức bối đang sôi sục trong lòng tôi là ai?

Sự giải tỏa bằng những lời mắng nhiếc chỉ là một biện pháp tạm thời có sức sống rất ngắn ngủi bởi vì trẻ có khuynh hướng cư xử còn tệ hơn.

Nếu điều đó xảy ra, điều vô cùng quan trọng là bạn cần tìm ra một cách thức an toàn để xả sú-páp.

Căng thẳng có thể được giải tỏa bằng 2 cách:

1. Bằng những hành động bạo lực như đâm thật mạnh vào tấm nệm, hoặc làm những công việc nặng nề, hoặc là đi bộ một vòng thật nhanh. Đây không phải là một chuyện nhỏ - nhiều cuộc sống của những chủ nhân ông tương lai được cứu vớt bằng việc khóa chặt cửa buồng ngủ trong khi một ông bố hoặc bà mẹ đang quần trí đi dạo một vài vòng như là một biện pháp để trấn tĩnh.

2. Hạ nhiệt những căng thẳng nội tâm bằng cách trò chuyện với bạn bè, tâm sự cảm thông chia sẻ của người bạn đời (nếu bạn có đủ may mắn có một người như vậy) hoặc là thông qua các hoạt động như là tập yoga hoặc thể thao. Các hoạt động này góp phần giải tỏa những căng thẳng trong cơ thể bạn. Cuối cùng, với tư cách là cha mẹ, bạn cũng phải học cách chăm sóc bản thân mình như là bạn đã làm cho con cái. Chắc chắn là bạn đã làm nhiều việc cho con cái hơn là cho bản thân, nhưng cũng nên dành thời gian và sức lực làm một cái gì cho mình hơn là hoàn toàn tập trung cho việc phục vụ con cái.

Bây giờ thì những điều không vui đối với bạn cũng đã chấm dứt. Phần còn lại của cuốn sách này sẽ là làm cách nào để làm tất cả những điều đó một cách dễ dàng hơn! Điều này hoàn toàn có thể thay đổi được. Nhiều bậc cha mẹ đã nói với tôi rằng chỉ nghe những ý kiến này trong một cuộc gặp mặt hoặc là qua đài thì cũng đã có ích với họ tức thì.

Rõ ràng là khi bạn đọc những dòng này ý nghĩ của bạn đã thay đổi. Bạn sẽ tìm ra không một chút khó khăn, rằng cách đối xử của bạn với con cái sẽ bắt đầu trở nên dễ dàng hơn và tích cực hơn. Tôi xin hứa đây.

CÁCH BẠN NÓI NHỮNG LỜI “CÓ CÁNH” SẼ LÀM CON BẠN GIỎI GIANG HƠN

Không chỉ có việc ngợi khen hay nhục mạ là có thể hình thành mức độ tự tin của trẻ. Có nhiều cách thức quan trọng khác chúng ta có thể dùng để lập trình cho con cái chúng ta - đặc biệt là bằng cách chúng ta đưa ra những chỉ dẫn hay yêu cầu - tùy thuộc vào việc chọn những từ có ý nghĩa tiêu cực hay có tính chất xây dựng.

Là người lớn, chúng ta dẫn dắt những hành vi và cảm xúc của mình qua “tự thoại”, tôi muốn nói đến những ý nghĩ lung tung thoáng qua trong đầu bạn. (“Tốt nhất là hãy quên chuyện

cần đồ xăng đi”. “Ôi trời đất, sao mình lại quên bém mắt cái ví, mình đã trở nên lú lẫn rồi chẳng?”, v...v...). Các nhà tâm lý học hết sức ngạc nhiên trước sự khác nhau trong tự thoại giữa những người khỏe mạnh, hạnh phúc với những người yếu đuối, bệnh hoạn hay tuyệt vọng. Tự thoại là một cái gì bạn học được trực tiếp từ thầy cô giáo và cha mẹ. Đây chính là cơ hội tốt để cài đặt một số dữ liệu có ích và tích cực mà con trẻ có thể tiếp thu như một phần có sức động viên khích lệ và tạo nên đời sống tâm lý thoải mái suốt đời.

Trẻ có thể học cách tự hướng dẫn và tổ chức bản thân từ cơ cấu sâu bên trong, nhờ vào cái cách thức mà chúng ta chỉ bảo và tổ chức chúng bằng lời và như thế quá trình tự tu dưỡng trở nên tích cực hơn. Ví dụ, ta có thể nói với đứa trẻ. “Vì Chúa, con đừng dây dưa vào bất cứ chuyện đánh nhau nào ở trường ngày hôm nay!”, hoặc chúng ta có thể nói “Mẹ muốn con vui vẻ ở trường và chỉ chơi với những đứa trẻ mà con thích”.

Tại sao ta không thể làm một thay đổi nhỏ? Thuận theo tất cả cung cách mà đầu óc con người vận hành? Nếu có một ai đó đưa cho bạn một triệu đô để bạn đừng nghĩ về một con khỉ xanh trong vòng hai phút - tôi chắc là bạn không thực hiện được điều đó đâu. (Cứ thử đi nếu như bạn không tin chúng tôi!). Nếu một đứa trẻ nghe thấy mẹ nó nói “Đừng tuột tay khỏi cành cây” thì người ta phải nghĩ đến hai điều: “Đừng” và “tuột khỏi cành cây”. Bởi vì chúng ta sử dụng những từ này chúng tự động tạo ra hình ảnh tương ứng. Chúng ta nghĩ đến điều gì thì chúng ta tự động diễn tập điều ấy. (Hãy hình dung mình ngã oạch vào một cây chanh và để ý xem bạn đã phản ứng như thế nào thì cũng kì lạ đấy!). Một thằng nhóc tưởng tượng một cách đầy hình ảnh về việc mình tuột tay ngã khỏi cành cây thường có khả năng bị ngã thật. Vậy tốt hơn hãy dùng một cách nói động viên: “Hãy bám chặt vào cành cây con nhé”, “Hãy để ý đến những gì con đang làm nghe”.

Mỗi ngày có đến hàng chục cơ hội để bạn thay đổi và cải tạo mọi chuyện. Thay vì nói “Đừng chạy ra lòng đường” sẽ dễ hơn và tốt hơn cho bạn nếu nói: “Hãy đi ở lề đường dành cho người đi bộ, gần với mẹ”. Làm như vậy trẻ sẽ hình dung ra việc NÊN làm chứ không phải việc KHÔNG ĐƯỢC làm.

Hãy đưa ra cho trẻ những chỉ dẫn rõ ràng và cách thức đúng đắn để thực hiện điều đó. Không phải bao giờ trẻ cũng biết đến các biện pháp an toàn, vì vậy hãy đưa ra các yêu cầu một cách thật cụ thể, chi tiết. “Tracey, hãy bám chặt cả hai tay vào mạn thuyền” có ích hơn các

câu. “Đừng có ngã xuống nước” hoặc còn tệ hơn “Con nghĩ xem mẹ sẽ ra sao nếu con té xuống nước?”. Sự thay đổi rất nhỏ nhưng sự khác nhau thì rất lớn.

Tất nhiên, học được cách nói như vậy không diễn ra một cách tức thì như ta vấy một chiếc gậy chỉ huy màu nhiệm. Bạn vẫn cần phải củng cố điều đó bằng các hành động cụ thể. Trong việc sử dụng những từ có tính chất xây dựng, bạn sẽ giúp trẻ suy nghĩ và hành động tích cực, và cảm thấy vững vàng trong một loạt các tình huống, bởi vì chúng biết việc nên làm và không tự làm mình hoảng sợ về những việc KHÔNG nên làm.

CHƯƠNG HAI

CÁI TRẺ THẬT SỰ CẦN

Thì rẻ hơn trò chơi video và bỏ dưỡng hơn món kem

Câu hỏi hàng đầu trong óc của hàng triệu bậc cha mẹ có thể được tóm tắt trong một từ.

TẠI SAO?

Tại sao bọn trẻ hay gây nên những rắc rối? Tại sao bao giờ chúng cũng cố thám hiểm ở những nơi mà chúng không nên bước chân vào, làm những việc chúng không được phép như đánh nhau, chọc phá, không vâng lời, khiêu khích, cãi cọ, gây ra những chuyện dễ sợ và nhìn chung có vẻ muốn khủng bố papa và mama của chúng? Tại sao một số trẻ dường như rất khoái dính vào những chuyện phiền toái.

Chương hai này nói với bạn về những gì đã diễn ra bên trong những đứa trẻ “quậy phá” và làm sao mà những hành vi “xấu” lại thực sự là kết quả của những động cơ tốt (hoặc lành mạnh) đi lạc hướng. Sau khi đọc chương này, bạn sẽ không chỉ có khả năng nhìn thấy một cái gì đó đằng sau những biểu hiện xấu ở trẻ mà còn có thể ngăn chặn uốn nắn trẻ, qua đó làm cho bạn và con trẻ hạnh phúc hơn nhiều.

Bạn không tin lời tôi, phải không? Thì xin bạn đọc tiếp đi!

Trẻ gây nên những rắc rối chỉ vì một lí do: chúng có những nhu cầu chưa được đáp ứng thỏa đáng. “Nhưng mà nhu cầu gì kia chứ”, có thể bạn nghĩ “Con tôi mà lại có những mong muốn chưa được thỏa mãn à? Tôi cho chúng ăn uống đầy đủ quần áo thơm mát, đồ chơi không thiếu thứ gì, bao giờ cũng lo cho chúng đủ ấm và sạch sẽ... cơ mà”. Phải, còn có những nhu cầu bổ sung khác (cũng may là nó được cung cấp với giá rẻ) bên ngoài những nhu cầu “cơ bản” nêu trên. Những nhu cầu bí mật này hết sức quan trọng không chỉ góp phần làm cho trẻ vui sướng mà còn kéo dài suốt cuộc đời. Có lẽ tôi có thể giải thích tại sao rõ hơn qua một câu

chuyện.

Năm 1945, thế chiến thứ 2 kết thúc và cả châu Âu nằm trong hoang tàn đổ nát. Giữa bộn bề những vấn đề cần giải quyết, có vấn đề chăm sóc hàng ngàn trẻ mồ côi có cha mẹ hoặc là bị giết hoặc là vĩnh viễn bị chia cắt với chúng bởi chiến tranh.

Người Thụy Sĩ vốn có hết sức để đứng ngoài cuộc chiến đã gửi các nhân viên y tế đến để bắt đầu giải quyết một vài vấn đề trên. Trong số đó có một bác sĩ đã được giao nhiệm vụ nghiên cứu tìm ra cách thức tốt nhất để chăm sóc trẻ mồ côi.

Ông lang thang khắp châu Âu, viếng thăm nhiều loại viện mồ côi khác nhau để xét xem đâu là kiểu chăm sóc trẻ thành công nhất. Ông đã chứng kiến nhiều thái cực. Ở một số nơi, bệnh viện dã chiến kiểu Mỹ được dựng lên, trẻ được nằm ấm áp trong những chiếc cũi bằng sắt sạch bóng không một vết dơ, khu chăm sóc hết sức vệ sinh, cứ bốn tiếng trẻ lại được các nữ y tá bận đồng phục, tác phong nhanh nhẹn cho bú một loại sữa bột đặc biệt.

Trong khi đó, ở những ngôi làng vùng núi xa xôi, người ta đánh đến một chiếc xe tải, người tài xế kêu ầm lên: “Các ông bà có thể chăm sóc những đứa trẻ này hay không?”, rồi để lại dăm sáu đứa trẻ khóc oe oe luôn miệng cho những người dân quê chăm sóc. Ở đây, bao quanh bởi bầy trẻ nông thôn, lũ chó, đàn dê và trong vòng tay của các bà mẹ miền núi, những đứa trẻ vô thừa nhận này có cơ hội được uống sữa dê và ăn trong những chiếc nồi hầm công cộng.

Ông bác sĩ người Thụy Sĩ nghĩ ra một cách đơn giản để so sánh sự khác nhau giữa các hình thức chăm sóc trẻ em này. Thậm chí không cần mang những đứa trẻ này ra cân đo, một sự kết hợp hoặc nụ cười hoặc ánh mắt của trẻ còn nói lên nhiều điều hơn. Trong những ngày bệnh cúm và bệnh kiết lỵ hoành hành thì ông dùng thước đo đơn giản nhất trong tất cả các bản thống kê - tỉ lệ tử vong.

Và điều ông khám phá ra thật sự là một điều đáng kinh ngạc... Trong khi bệnh dịch lan tràn khắp châu Âu và người ta chết hàng loạt thì bọn trẻ ở những xóm làng nghèo nàn lại lớn nhanh và khỏe mạnh hơn trẻ mồ côi được chăm sóc chu đáo trong những khu vực có trang thiết bị hiện đại ở các bệnh viện lớn!

Người bác sĩ đã phát hiện ra một điều mà những người mẹ già đã biết từ bao đời nay

nhưng không có ai thực sự muốn nghe. Điều ông khám phá ra là trẻ em cần tình yêu để sống.

Trẻ trong những bệnh viện dã chiến có tất cả mọi thứ, chỉ thiếu tình thương ấm áp và một mối quan hệ có tác dụng kích lệ. Còn trẻ ở các ngôi làng kia thì có nhiều hơn những vòng ôm, trò chạy nhảy cùng những cái để quan sát nhìn ngó và như vậy chúng biết làm gì với những thứ đó hơn, cùng với việc được trao cho một sự quan tâm chăm sóc cơ bản, hợp lý cho một sự phát triển hài hòa, toàn diện. Tất nhiên người bác sĩ không dùng từ “tình yêu” (những từ loại này sẽ làm các khoa học gia bối rối lắm lắm) nhưng ông dùng đúng cái nghĩa rõ ràng nhất của từ này. Ông đúc kết được những điều hết sức quan trọng sau:

- Một sự tiếp xúc thân mật thường xuyên giữa trẻ với một con người cụ thể nào đó, hoặc là với hai, ba người đặc biệt đối với bé.

- Những cử chỉ dịu dàng mà mạnh mẽ ví dụ như bế trẻ đi chơi loanh quanh, để nó nhảy nhót trong lòng, và vân vân.

- Trao đổi những ánh mắt, nụ cười và một môi trường dễ thương, sống động cùng những âm thanh của cuộc sống sôi động như tiếng cười, tiếng hát, tiếng trò chuyện, tiếng nựng nịu âu yếm, vân vân.

Đây là một khám phá quan trọng và lần đầu tiên nó đã được công bố rộng khắp: Trẻ nhỏ cần sự giao tiếp với con người và cần tình thương yêu (chứ không chỉ ăn no, mặc ấm và một điều kiện vệ sinh tốt). Nếu trẻ không có đủ những điều này, chúng có thể dễ dàng từ bỏ cuộc đời vào lúc chỉ vừa mới bắt đầu.

Quá nhiều cho trẻ sơ sinh. Thế còn những đứa trẻ lớn hơn thì sao?

Ở đây cũng có một điều khá thú vị - đây là đồ thị biểu diễn tính toán của tôi về tổng số những tiếp xúc (phải, chính là những tiếp xúc về mặt thể xác) mà người ta nhận được trong đời.

Tổng những âu yếm mà người ta nhận được

Mức độ cao của giới hạn độ tuổi

Hạ thấp khi có một đứa trẻ khác ra đời

Giảm nhanh khi trẻ ở độ tuổi thanh thiếu niên

Lên xuống tùy thuộc vào mức độ hạnh phúc vợ chồng

Tăng lên với tình cảm dành cho bạn trai/ bạn gái

Thấp hơn giới hạn độ tuổi

Những năm sau

Xin bạn nhớ cho là đây chỉ là một tình huống thông thường. Ai biết được thế nào là lí tưởng - có lẽ đó là một đường thẳng. Có lẽ bạn sẽ ngạc nhiên là tại sao đồ thị lại thấp ở độ tuổi lên hai lên ba. Đó là khi đứa trẻ thứ hai (hoặc thứ ba hoặc thứ tư) thường xuất hiện trong gia đình và tình thương yêu được san sẻ cho tất cả - một độ tuổi khó khăn với tất cả mọi người!

Trẻ sơ sinh thích được vuốt ve, nựng nịu. Trẻ nhỏ cũng thế mặc dù chúng đã bắt đầu có sự lựa chọn đối với những người âu yếm chúng. Thiếu niên thường ngưng ngưng với những biểu hiện tình cảm này, nhưng dù vậy trong thâm tâm chúng cũng phải thừa nhận là chúng cũng thích điều này như bất cứ ai, và tất nhiên ở độ tuổi phát triển giới tính chúng theo đuổi những hình thức đặc biệt của tình cảm với một nhiệt tình cao độ!

Một lần tôi đã đề nghị một nhóm cử tọa chừng 60 người lớn nhắm mắt lại và giơ tay lên nếu họ nhận được biểu hiện tình cảm hàng ngày ít hơn là họ trông đợi. Một sự nhất trí tuyệt đối - tất cả đều giơ tay lên. Một phút sau những cặp mắt hé ra liếc nhìn xung quanh và cả văn phòng rộ lên tiếng cười. Từ cuộc nghiên cứu khoa học nghiêm chỉnh này tôi rút ra kết luận: Cả người lớn chúng ta cũng khao khát tình cảm nữa.

Ngoài những vuốt ve âu yếm, chúng ta còn biết được những cách khác để có những cảm xúc tốt đẹp từ những người xung quanh. Cách rõ ràng nhất là dùng đến lời nói.

Chúng ta ai cũng cần được người khác công nhận, quan tâm đến sự hiện diện của mình và ngợi khen một cách chân thành. Chúng ta cũng muốn được chú ý đến trong các cuộc trò

chuyện, trao đổi, chứng kiến ý kiến của mình được người khác lắng nghe và thậm chí còn tán thưởng nữa.

Một đứa trẻ ba tuổi sẽ nói toạc ra: “Này nhìn tôi đi nè!”.

Nhiều người giàu chắc cũng cảm thấy chút khoái cảm về số tiền trong ngân hàng, đây chỉ đáng tiếc là con số trong tài khoản không nên trưng bày ra kéo có ai đó ở đây biết được thì khốn.

Đôi khi tôi rút ra được một điều sau khi nhận ra rằng phần lớn cái thế giới của người lớn chúng ta cũng chỉ là những đứa trẻ ba tuổi vừa chạy vừa la hét “Nhìn con nè, ba!”, “Coi tôi nè, mọi người ơi!”. Tất nhiên là không phải tôi, Steve đâu. Tôi đã giảng bài và viết sách về những mối quan tâm của những người lớn đã trưởng thành rồi mà.

Vì thế có một bức tranh thú vị nổi bật lên. Chúng ta chăm sóc quan tâm đến những nhu cầu về mặt thể xác của trẻ, nhưng, nếu đó là tất cả những gì chúng ta làm thì chúng vẫn bị mất mát. Trẻ còn có những nhu cầu về mặt tâm lý nữa, đây chính là những nhu cầu đơn giản nhưng tôi quan trọng. Một đứa trẻ cũng cần được khơi dậy sự quan tâm và chú ý, một sự kích thích thuộc về con người. Nó phải có được những cuộc trò chuyện hàng ngày với một lượng tình cảm nào đó và cả một sự động viên khen ngợi để có thể sung sướng vui vẻ. Nếu điều này được cung cấp đầy đủ và với âm điệu bức bối từ phía sau một chồng quần áo là ủi hoặc là sau tờ báo thì nó sẽ không kéo dài quá lâu!

Nhiều người đọc đến đây có thể là đã có con 6, 7 tuổi hoặc ở tuổi vị thành niên. Bạn có thể có ý nghĩ, “Nhưng nếu vậy chúng sẽ học được các cách thức chơi trội, tự đề cao mình, mà những điều đó đâu có tốt. Tôi có thể làm gì với những chuyện như thế này?”.

Còn đây là một câu chuyện khác.

Vài năm trước, các nhà tâm lý học chỉ bận những chiếc áo “của chuột và người” (1) choàng trắng và chủ yếu làm việc với những con chuột. (Ngày nay họ mặc áo khoác thể thao và chủ yếu làm việc với các bà nội trợ - mọi việc đều đi lên mà!). Các nhà “tâm lý học chuột” có khả năng biết được nhiều về hành vi bởi vì họ làm được nhiều chuyện với lũ chuột hơn là với bọn trẻ con. Xin bạn cứ đọc tiếp, rồi bạn sẽ biết thực ra tôi muốn nói gì.

Trong một thí nghiệm đặc biệt có những con chuột trong một cái lồng đặc biệt, có thức ăn và nước uống, cùng với một cái cần điều khiển nhỏ. Các chú chuột ăn, uống, chạy vòng vòng trong lồng và cuối cùng tự hỏi mình câu hỏi mà chắc bạn cũng đang đặt ra: “Thế cái cần điều khiển nhỏ để làm gì?”. Chúng nhảy lên (giống như trẻ nhỏ, chúng muốn thử tất cả mọi cái) và trước sự ngỡ ngàng của chúng, một cánh cửa nhỏ trong lồng mở ra để lộ một bộ phim đang chiếu lên bức tường bên ngoài. Chiếc cửa sổ lại mau chóng đóng lại và bọn chuột lại thi nhau nhảy lên cái cần lần nữa để được xem phim.

TRÒ CHUYỆN LÀ THỨC ĂN TINH THẦN CHO TRẺ

Đến tuổi cấp sách đến trường, một số trẻ đã có thể trò chuyện rất giỏi và có cả một vốn từ đa dạng. Mặt khác một số trẻ lại bị hạn chế trong các kĩ năng sử dụng ngôn ngữ. Đó là một điều bất lợi thực sự - vì một điểm cơ bản, các cô giáo thường coi cái kĩ năng trò chuyện như là vật biểu thị cho trí thông minh và khả năng, và như vậy con bạn có thể bị dán một cái mác là “chậm chạp” một cách có chủ ý hoặc vô tình. Làm cách nào để bạn có thể giúp con mình trở nên giỏi giang với ngôn từ - không phải là một Einsteins nhỏ, nhưng có khả năng trò chuyện giữa bọn chúng với nhau?

Đây là điều có thể xảy ra...

Ngay từ đầu những năm 50, người ta đã phát hiện ra là các bậc cha mẹ được chia làm hai nhóm căn cứ vào thái độ của họ đối với việc trò chuyện với con cái. Một số ông bố, bà mẹ nói năng với con cái một cách giật cục và cộc lốc:

“Dwayne, đóng cái cửa chết tiệt kia lại!”, “Vào đây”, “Ăn đi” và vân vân. Một số khác thì ngược lại. “Charlie bé bỏng của mẹ, con có thể vui lòng đóng cánh cửa lại không - nó có thể đập vào bé Sebastian xiu xiu, thật là một chú bé ngoan!”.

Bạn không cần phải là một giáo sư để biết rằng cậu bé Charles sẽ có nhiều từ hơn trong kho từ vựng của cậu so với Dwayne và cậu cũng sẽ có nhiều kết hợp từ hơn (Tuy vậy, ở khía cạnh khác Dwayne cũng có thể biết những điều mà Charles không biết!).

Ngày nay có nhiều bậc phụ huynh nhận thức được rõ hơn tầm quan trọng việc nói chuyện với trẻ, rằng giải thích mọi chuyện, hoặc tán gẫu với con cái cũng là một niềm vui. Họ đã

nhận ra quy luật đầu tiên của trẻ con và ngôn ngữ - trẻ bao giờ cũng hiểu hơn là những gì chúng biểu lộ ra.

Đây là những bước cơ bản:

1. Trong thai kì bạn hãy gây ra nhiều âm thanh cho và chung quanh bào thai. Bạn có thể bắt đầu bằng việc hát hò hoặc ngâm nga khi bạn thích làm như thế bạn cũng có thể chơi nhạc (ồn ào một chút thì cũng tốt). Nếu bạn là một ông bố tương lai bạn có thể nằm sát vào vợ khi nói chuyện với nàng hoặc thậm chí có thể trực tiếp nói chuyện với bé trong bụng! Bằng cách ấy con bạn sẽ có thể nhận biết và cảm thấy an toàn với giọng nói nam tính của bạn và sẽ khiến việc bạn dỗ dành con sau khi bé ra đời trở nên dễ dàng hơn. Lặp đi lặp lại việc này và một sự hỗ trợ tương tự - giai điệu của đoạn nhạc nền trong chương trình “Ngày trong cuộc sống chúng ta” được phát hiện là có tác dụng xoa dịu những đứa trẻ sơ sinh đã từng nghe nó trong lúc còn nằm trong bụng mẹ!

2. Với trẻ sơ sinh bạn hãy tiếp tục công việc này cùng với những bài hát và bản nhạc chúng đã từng nghe lúc còn trong bụng mẹ. Hãy di chuyển nhẹ nhàng hoặc đung đưa bé khi nghe nhạc, điều này bao giờ cũng làm cho bé cảm thấy dễ chịu, thoải mái hơn và giúp bé cảm nhận được nhịp điệu, một phần rất cần thiết trong nói năng. Nếu bạn có thể mang theo bé với một cái đu hay đai trong lúc bạn làm việc thì rất tuyệt.

Trong khi bạn trải qua một ngày dài với trẻ, bạn hãy nói với chúng về những điều bạn đang làm, dùng những từ đơn giản, rõ nghĩa nhưng không phải là lời nói chuyện của trẻ con. Lặp đi lặp lại cũng những từ mà trẻ dùng để nói với bạn, làm như thế sẽ trau chuốt, sửa chữa được những gì trẻ nói.

3. Khi trẻ bắt đầu nói chuyện nhiều hơn bạn có thể giúp chúng bằng cách nhắc lại và thêm thắt một chút vào những điều chúng nói với bạn, nhờ vậy cả hai có thể được khuyến khích bằng một sự đáp lại và giúp dùng từ đúng.

Ví dụ trẻ nói:

“Bo!”.

Bạn đáp:

“Con cần bơ à?”.

“Cần bơ!”.

Bạn hãy chờ thêm một chút.

“Chuyển bi đây!”.

“Con muốn mẹ đưa cho con lọ bơ ư?”.

“Vâng, đưa cho con bơ!”.

Cách tốt nhất để thực hiện những việc này là làm một cách thoải mái - như là một trò chơi vậ - không chịu một sức ép hoặc có một mong đợi nào.

Gần đây trên truyền hình có một loạt chương trình phỏng vấn đặc biệt với những đứa trẻ “thần đồng” hoặc những đứa trẻ “yếu ớt”. Điều này làm cho chúng tôi có những cảm xúc lẫn lộn - những đứa trẻ này chắc chắn đã đạt được những thành tựu cao vời vợi nhưng đến tuổi trưởng thành lại biến thành kẻ gàn dở, lập dị. Dù vậy, có một gia đình rất đặc biệt - về tính tự nhiên và cân bằng giữa con cái. Tất cả bốn cô con gái tuổi từ 8 đến 16 đều là bạn bè thân thiết của nhau, chúng quan hệ với nhau một cách thoải mái và rất thực tế, nhưng tất cả các cô gái này đều có những khả năng sáng chói. Ví dụ, cô 16 tuổi đã học vượt cấp, cô bỏ qua bậc tiểu học (với sự gợi ý của thầy cô giáo - còn bố mẹ cô rất hạnh phúc khi để cô làm thế - bây giờ cô đang hoàn thành luận án tiến sĩ về sự tổn thương của các tế bào cột sống). Khi được hỏi họ đã nuôi dạy các thiên tài này như thế nào, người cha nói: “Đó không phải là do gen di truyền - không có nhân viên ngân hàng tình trùng đến gõ cửa nhà tôi đâu!” (Và quả thực trông ông hết sức bình thường!). Người mẹ nói thêm “chúng tôi chỉ giải thích mọi chuyện cho các con...”. Bà nói rõ thêm rằng, chẳng hạn khi bà hút bụi căn nhà, bà sẽ nói với đứa con bà đang địu sau lưng về việc mình đang làm, rằng tiếng động được tạo ra do động cơ ở bên trong máy hút bụi, nó được chạy bằng điện và quay rất nhanh, rằng không khí thổi qua đã gây nên tiếng động và vùn vùn...

Bạn có thể hình dung phong thái của bà mẹ rất vui vẻ tự nhiên - không có vẻ “đạo mạo lên lớp” những bài học quan trọng, mà chỉ có nghĩa “Này, đây là điều thú vị đấy đấy!”. Nếu bạn thấy chuyện đi trên xe hoặc đi mua sắm với trẻ tỏ ra khá buồn chán thì có lẽ là việc tán

gấu giữa cha mẹ và con cái sẽ làm cho cả hai bên thú vị hơn.

Trong gia đình chúng tôi thì lại nảy sinh một vấn đề mới - làm thế nào để ngăn một đứa trẻ bốn tuổi nói suốt ngày! Ô, nhưng ít nhất thì nó cũng nói rất tốt.

Những con chuột vui vẻ làm việc rất hăng, ấn vào cần điều khiển để được nhìn thấy hình ảnh chuyển động trên màn ảnh, đã dẫn chúng ta đến nguyên tắc thứ nhất: những con vật thông minh, như con chuột (và trẻ con) thích có một cái gì thú vị để làm. Điều đó sẽ kích thích não bộ phát triển.

Sau đó các nhà nghiên cứu đã cho các chú chuột vào một cái lồng khác có thức ăn, nước uống nhưng không có cần điều khiển và không có cửa sổ. Các chú chuột cảm thấy hài lòng được một lúc rồi bắt đầu phá bình! Chúng gặm thành lồng, đánh nhau chí choé, cắn đuôi nhau và nói chung tỏ ra là những con chuột rất hư. Điều này dẫn nguyên tắc thứ hai: những con vật thông minh, như loài chuột (và trẻ em) sẽ làm bất cứ điều gì để thoát khỏi buồn chán, kể cả những việc mà chúng ta dễ dàng coi là ngu ngốc và có tính chất phá hoại.

Cuối cùng, các nhà nghiên cứu cũng trở nên thực sự sốt ruột. Họ bố trí một cái lồng có thức ăn đồ uống cùng những sợi dây điện nhỏ cài ngang dọc trên sàn nối với một nguồn điện. Thình thoảng một chấn động được truyền qua dây điện đủ để cho những con vật đáng thương này giật mình nhưng không làm chúng bị thương (Bây giờ thì bạn hiểu tại sao người ta không thí nghiệm trên trẻ em).

Cuối cùng, giờ khắc thú vị đã đến. Những con chuột trên được thả ra khỏi lồng và có được cơ hội lựa chọn quay lại chiếc lồng nào mà chúng thích. Có lẽ các bạn đọc thân mến của tôi có thể đoán ra cái lồng nào được những con vật kia chọn đầu tiên, thứ hai và thứ ba. Tôi xin nhắc lại một lần nữa:

- Chiếc lồng với thức ăn, nước uống và phim ảnh;
- Chiếc lồng có thức ăn và nước uống;
- Chiếc lồng có thức ăn, nước uống và những chấn động bất ngờ.

Bạn nghĩ gì? Phải, những con chuột thích những bộ phim nhất. Nếu bạn không nghĩ như

thế... xin bạn hãy đọc lại từ đầu cuốn sách này. Lựa chọn thứ hai quả là một điều thú vị: chuột thích chiếc lồng có thức ăn nước uống và những kích động bất ngờ hơn là chiếc lồng chỉ có những thứ làm thỏa mãn bao tử. Điều này dẫn đến nguyên tắc thứ ba, một nguyên tắc thực sự quan trọng đối với trẻ em: những con vật thông minh, như chuột (và trẻ em), thích thú với một điều xấu xảy ra còn hơn là chả có chuyện gì cả.

Hoặc, nói một cách khác, bất cứ một kích thích hay một điều bất ngờ nào còn tốt hơn chẳng có gì xảy ra, kể cả việc bất ngờ ấy lại là một cái gì đau đớn hoặc không tốt.

Trong cách nghĩ của trẻ, nếu nó phải chọn giữa việc bị bỏ mặc và bị mắng mỏ hoặc thậm chí bị đánh đập, bạn nghĩ nó sẽ chọn cái gì? Con bạn sẽ chọn cái gì? Tất nhiên, nếu có một sự chú ý tích cực sẵn sàng ít nhất một hoặc hai lần một ngày thì chẳng có điều gì được kể ở trên có sức hấp dẫn trẻ.

Tôi sẽ kết luận chương này với một câu chuyện nữa - lần này thì là về trẻ con. Bạn chắc chắn là khôn ngoan hơn trẻ hoặc những chú chuột láu, vì thế mà đâu cần phải giải thích phải không ạ!

Một cặp vợ chồng trẻ thuộc tầng lớp trung lưu có hai cậu con trai 9 tuổi và 11 tuổi. Hai cậu nhỏ có cả một phòng chơi có bàn bida, một tủ lạnh đầy nước ngọt, một máy quay đĩa (trò chơi video vẫn còn chưa được phát minh ra vào giai đoạn ấy, nếu không thì chúng cũng đã có cái món ấy rồi) và v...v...

Tuy vậy, cặp vợ chồng này phát hiện ra rằng mặc dù có đầy đủ đồ chơi và thiết bị như thế, hai đứa trẻ thường đánh nhau, thật là xấu hổ, chúng đánh nhau cả khi nhà có khách nữa. Cuối cùng họ dẫn hai anh em đến một trung tâm điều chỉnh hành vi để tìm kiếm sự giúp đỡ của các chuyên gia tâm lý. Các nhà tâm lý này nói với hai vợ chồng. “Thật ra chúng tôi chỉ biết nhiều về lũ chuột, nhưng chúng tôi cũng sẵn lòng thử một phen xem sao”. Các kế hoạch được lên chi tiết. Cặp vợ chồng họ quả có thấy nó hơi kì lạ nhưng vì họ nóng lòng muốn giải quyết các vấn đề đã có ảnh hưởng xấu đến cuộc sống xã hội của họ nên đã sẵn lòng hợp tác.

Cả một phân đội các chuyên gia tâm lý kéo đến nhà hai cậu nhóc. Họ tự tay cài đặt khắp nhà giấy tờ ghi chú và đồng hồ bấm giờ. Buổi tối hôm ấy có một bữa tiệc cốc-tai, vì thế một số nhà tâm lý ở trên lầu (cùng với các quý ông, quý bà) và một số ở với bạn trẻ ở dưới nhà

(lặng lẽ ngồi ghi chép). Vào lúc 7 giờ tối những người quan sát trên lầu nhận thấy người mẹ liếc xuống dưới nhà rồi lại nhìn về phía ông bố. Cùng lúc đó nhóm người quan sát ở dưới nhà chứng kiến bọn con trai, vừa mới chơi những trò chơi và đồ chơi khác nhau đã quay ra trò đánh đá. Cuộc chiến xem ra rất bất thường - thực ra nó giống một trận đánh nhau trên sân khấu hoặc một loại khiêu vũ. Tuy vậy những tiếng uỳnh ạch thì nghe rất thật. Nhóm người quan sát dưới tầng hầm chợt trông thấy người cha xuất hiện trên cầu thang, ông đã được các nhà khoa học dặn dò là cứ hành động như mọi khi, một việc không hẳn là dễ dàng, bắt đầu mắng mỏ hai đứa vì tội quậy phá.

Các nhà tâm lí ghi chép lia lịa: họ đã nhận ra một điều đặc biệt, một điều mà họ chưa bao giờ thấy ở lũ chuột. Thì đây, hai thằng nhóc nghe bố chúng la hét, mắng mỏ nhưng lại có vẻ hồi lồi một cách đúng mức, trừ một thay đổi nhỏ: một cái nhếch mép tò mò và kín đáo ở khóe miệng - một biểu hiện đã trở nên nổi tiếng. Các nhà tâm lí gọi nó là “nụ cười Mona Lisa”...

Các nhà tâm lí học trẻ em ngày nay đã nhận ra là cái nụ cười nửa miệng ấy chính là một thông điệp bí ẩn có nghĩa là, “Phải, tôi sẽ cảm thấy tồi tệ và tôi đang cố gắng thật nhiều để tỏ vẻ hối hận đây, nhưng các người biết không, tôi rất khoái cái trò này!” Các ông bố bà mẹ chưa bao giờ hình dung ra điều này nhưng họ phản ứng bằng cái câu nổi tiếng của người làm cha, “Có thôi ngay cái kiểu cười ấy trong khi tao đang nói chuyện với mày không?”, mà họ không ý thức được ý nghĩ của nó.

Trong khi đó, ở dưới tầng hầm bọn trẻ con nhận được sự quan tâm của người cha nhiều hơn tất cả các thời điểm trong ngày và chúng đã phải cố gắng rất nhiều để cố không biểu lộ sự khoái chí của chúng.

Các nhà tâm lí học quay trở lại phòng thí nghiệm của họ, chuẩn bị một bản báo cáo thật chi tiết rồi đến gặp cha mẹ hai đứa nhỏ thông báo với họ điều bạn có thể đoán ra được: “Ông bà quá bận rộn với cuộc sống xã hội mà bọn trẻ thì cần được cha mẹ quan tâm chú ý. Chúng muốn giống cha bởi vì bọn con trai ở tuổi này muốn học để trở thành một người đàn ông thực sự, vì thế mà chúng đã tìm ra một cách mà chúng biết sẽ đưa cha chúng vào cuộc. Đó là việc đánh lộn”.

Các nhà tâm lí đã phân tích rất đúng nhưng họ lại không hiểu các bậc làm cha mẹ cho lắm. “Toàn là chuyện bá láp. Sao bọn nhóc có thể bị trách mắng như vậy?”. Bạn thấy đấy, các bậc

phụ huynh đâu có biết về chuột và những xung động điện, do vậy mà cứ để cho Mona Lisa cười.

Hai vợ chồng này lại mang con họ đến một nhà tâm thần học, người này đã phân tích những giấc mơ của chúng trong vòng hai năm sau đó cũng đành bỏ cuộc và người cha đã dẫn hai con trai đi đánh golf với ông. Tất nhiên biện pháp cuối cùng này đã chữa trị được căn bệnh của chúng. Bây giờ thì chúng ta có thể dễ dàng tóm lược những điều trên.

Trẻ quậy phá bởi vì chúng buồn chán.

Có phải đây là những điều bạn có thể làm để khuyến khích trẻ - tạo cho chúng có điều kiện có thêm bạn mới, để cho chúng tham gia vào một nhóm bạn có chung một thú vui, lấy đồ chơi từ một thư viện đồ chơi, có một cái thùng lớn đựng các món và các phần của một trò chơi tưởng tượng để con cái và cả bạn nữa không có cảm giác mình bị “nhốt kín”?

Trẻ quậy phá bởi chúng cảm thấy chúng là những kẻ không được ai cần đến.

Bạn có thể bớt chút thời gian để thể hiện một sự quan tâm tích cực, đầy đủ và một mối liên hệ về thể chất? Bạn có cảm thấy bản thân mình thoải mái vui vẻ đủ để tạo cho con cái cảm giác an lành không?

Trẻ phá bĩnh bởi vì điều đó khiến chúng được chú ý.

Xin bạn hãy quan sát nụ cười của nàng Mona Lisa, một dấu hiệu cho biết một sự quan tâm là cần thiết cho việc làm một chuyện gì đó đúng đắn.

LÀM CHA - CÓ NGHĨA LÀ LÀM MỘT VIỆC GÌ ĐÓ CHUNG VỚI CON

Khi con trai chúng tôi còn bé chúng tôi sống gần một con đường quê vắng vẻ, cách bưu điện và cửa hàng bách hóa tổng hợp nửa cây số. Thật là dễ chịu khi rảo bước ra bưu điện vào một buổi bình minh rực rỡ ánh mặt trời để lấy thư rồi quay về nhà, tất cả chỉ mất độ mười mười lăm phút. Tất nhiên là trừ khi bạn dắt theo một thằng bé hai tuổi. Các thiên thần hai tuổi ấy mà, chúng không nghĩ như người lớn chúng ta đâu - chúng có thêm biết đến ý nghĩa của “những mục đích lâu dài” đâu. Chúng thậm chí cũng chẳng có “một bản đề bạt nhận nhiệm vụ này trọng trách kia trong tay nữa”. Chẳng hề có bất cứ chuyện nào như thế, nhưng, mỗi bước

chập chững đi trên đường của bé lại có thể là một chủ đề cho những cuộc trao đổi nghiêm túc: “Ba à, con muốn được vẫy trong dòng nước xanh biếc đêm đẹp kia!”.

Có một lần, tạm gác lại những cống hiến thuần túy cho khoa học, tôi đã thử một chuyện. Tôi hoàn toàn chịu thua và để cho “chú nhóc” thám hiểm mỗi một khe rãnh trên đường, hào nước, con giun, con dế đã chết, mỗi hòn sỏi cục đá mà nó muốn xem trên dọc đường đi. (Nếu có những ảnh hưởng đầu đời như thế trong sự nghiệp của mình hẳn Rohan đã làm được một điều gì to tát lắm trong hệ thống thoát nước). Tuy vậy, tôi không dám lan man nữa, chuyển đi ấy làm mát của tôi hai giờ rưỡi vàng ngọc! Nhưng ngay sau đó tôi bắt đầu khoái những chuyện đi dạo ấy. Một điều rất rõ ràng, từ tất cả những điều chúng ta biết về gia đình, rằng trẻ em - đặc biệt là lũ con trai - học được rất nhiều thứ từ việc gần gũi với người cha. Có một cái gì đó rất khác biệt và hài hòa với những gì mà người mẹ tạo ra diễn ra ở những thời điểm này. Và hơn tất cả những chuyện khác, ở bên cha có nghĩa là “cùng nhau làm một cái gì đó”. Điều này không giống như trong phim hay trong những vở kịch như là “The Waltons” đâu. Trong gia đình Waltons ấy mà, mọi người ngồi bên nhau và nói với nhau những câu chuyện “tâm tình cảm động”. Có thể điều đó đã xảy ra ở hợp chủng quốc Hoa Kỳ những năm tháng xa xưa và thật may mắn cho họ, còn ở Úc, người ta sẽ bị coi là mắc chứng bệnh tâm thần phân liệt nếu ngồi với nhau nói chuyện như thế. Với những người mà tôi đã từng trao đổi, những người có quan hệ cởi mở và rất thân thiện với cha mình - những cảm xúc như thế phải được giấu kín trong các hoạt động trong khi niềm tin tưởng và sự tự bộc lộ sẽ từ từ lớn dần lên - nhưng cái bộc lộ ra bên ngoài chỉ là cùng nhau vào rừng đốn cây, cùng nhau sửa xe hoặc lừa đàn cừu về chuồng.

Bạn sẽ dễ dàng nhận ra là những hoạt động này chỉ xảy ra ở vùng nông thôn. Thành phố không tạo cho các cư dân của nó những hoạt động mà người ta có thể cùng làm với nhau - hoặc là dù sao thì cũng không có tính chất là một hoạt động. Bạn chỉ có mỗi một việc là mang rác đi đổ nhiều lần được thôi! Những ông bố ở thành phố mà tôi đã tiếp xúc dường như chỉ gần gũi với con cái khi đánh xe đưa chúng đi đến chỗ luyện tập các môn thể thao, âm nhạc hay vũ ba lê. Đã đến lúc đặt ra một câu hỏi thực sự, trẻ con sẽ đi đến đâu khi cha mẹ chỉ có một chút ít thời gian dành cho con cái mặc dù họ có sẵn thời gian đi du lịch một mình.

Với các ông bố, làm việc chung với con cái là một điều hết sức quan trọng. Nó cho phép tình thân giữa cha và con xảy ra. Câu chuyện giữa cha và con do đó sẽ tập trung vào những

địa hạt gần gũi hơn. Những chuyện như một người cha dễ tính chỉ ghé qua một cách bừa bãi có thể tác động đến việc định hướng cuộc đời của con cái - còn nhiều hơn là để mặc chúng chịu tác động của Hollywood và các nhóm bạn cùng trang lứa - là vẫn xảy ra.

Khi bạn dành thời gian ở bên con, bạn cần lưu ý những điểm sau:

1. ĐỪNG HY VỌNG LÀ BẠN CÓ THỂ ĐẠT ĐƯỢC BẤT CỨ ĐIỀU GÌ!

Đặc biệt là với trẻ nhỏ (giống như việc đi bộ ra bưu điện) mục đích không còn là mục đích nữa. Ví dụ, nếu bạn muốn dạy con dùng tuavít như thế nào, bạn không thể để cánh cửa treo lên trong một sự vội vã. Hãy cứ để cho mọi chuyện diễn ra một cách tự nhiên. Trẻ sẽ phát triển tự do một giai đoạn và bạn vẫn còn có thời gian để làm một việc gì đó cho những thời gian đã mất.

2. CHỈ LÀM VỚI TRẺ NHỮNG GÌ BẠN CẢM THẤY THOẢI MÁI VÀ THÚ VỊ

Việc gieo trồng những hạt giống vào mùa xuân sẽ không làm cho bạn có một khu vườn hoàn hảo đâu. Bạn phải quyết định việc bạn đang làm - ở bên con chơi đùa với nó hay là hoàn thành công việc theo tiêu chuẩn của bạn. Nếu bạn cố làm cả hai việc cùng một lúc có thể bạn sẽ phải thất vọng một chút. Nếu tôi đang viết lách trên máy tính tôi sẽ không chịu được việc có ai đó can thiệp, ngắt quãng công việc của tôi. Vì thế tôi sẽ cố gắng không để mắt đến con cái.

3. HÃY THƯỞNG THỨC NIỀM VUI LÀM CHA, NÓ KHÔNG KÉO DÀI MÃI MÃI!

Tôi đang ở độ tuổi 30 khi con trai tôi chào đời vì thế mà mối quan tâm của kẻ làm cha đối với tôi là quá ngắn ngủi. Nếu con trai đi loanh quanh trong lúc tôi đang làm một việc gì đó, tôi sẽ đánh giá cao những liên hệ của tôi đối với nó và thích xem xem tôi có thể dạy nó ở chỗ này hay chỗ khác không. Tôi sẽ không viết lách gì trên máy tính.

Thay cho lời kết luận - với tư cách một người cha, bạn cần quyết định khoảnh khắc nào quan trọng đối với bạn, đôi khi nó cũng như thế đối với con bạn nhưng cũng có lúc không phải là như thế. Một lợi ích lớn là bạn trẻ dường như có thể khiến cho bạn từ tốn lại và trong khi bước đi chậm lại bạn có dịp tái khám phá ra những niềm vui nho nhỏ như những quà tặng của cuộc sống. Quãng thời gian bỏ ra cho con trẻ không bao giờ lãng phí, xin hãy tin lời tôi.

CHƯƠNG BA

CHỮA CHẠY BẰNG CÁCH LẮNG NGHE

Làm cách nào để giúp con bạn đối phó trong một thế giới không thân thiện?

Con bạn đang bấn loạn. Có một cái gì đó xảy ra ở trường hoặc với một đứa bạn hoặc với một người lớn, mà bạn thì không biết phải giúp bé như thế nào. Bạn muốn con mình tìm ra cách thức để đối phó với vấn đề đó để cô bé hay cậu bé ấy sẽ ít bị tổn thương hơn. Chương ba này sẽ chỉ dẫn cho bạn cách giúp bé như thế nào.

Thế giới này đôi khi không tươi đẹp và là một chốn khó khăn cam bẫy đối với trẻ, cũng tương tự như đối với người lớn chúng ta và với tư cách làm cha mẹ ta không thể gạt phăng tất cả các trở ngại. Trong thực tế chúng ta không nên làm điều đó, bởi vì thông qua mối quan hệ với những người khó chịu, những tình huống gay go, con em chúng ta trở nên trưởng thành hơn và trở thành những người lớn độc lập.

Đầu tiên chúng ta sẽ điếm qua những điều không nên nói với trẻ khi cuộc sống tỏ ra khắc nghiệt với chúng: các câu khẳng định này có thể dựng lên một bức tường giữa bạn và con cái. Sau đó bạn sẽ học một kỹ năng đặc biệt gọi là “nghe một cách năng động” mà các bậc phụ mẫu đều công nhận là cách thức tích cực nhất giúp họ dạy con giải quyết với những vấn đề lớn nhỏ trong đời.

Sau này khi lớn lên có những lúc trẻ cũng đề cập đến những vấn đề với cha mẹ. Có thể chúng yêu cầu cha mẹ giúp đỡ. Cái cách mà bố mẹ phản ứng lại đối với những dấu hiệu giúp đỡ có thể mở ra một niềm tin tưởng lớn hơn hoặc là tạo ra một rào cản khó có thể hủy bỏ được. Ở đây có ba kiểu phản ứng tiêu biểu mà cha mẹ có thể tạo nên những rào cản trong mối quan hệ giữa cha mẹ và con cái.

Thái độ kẻ cả:

“Ồ, con đáng thương của ta. Thôi để đây mẹ giải quyết cho con”.

Thái độ lên lớp:

“Trời, chỉ vì ngu ngốc mà con sa vào rắc rối này, thôi để ba bảo cho con biết cần phải làm gì. Bây giờ thì đóng tai lên mà nghe ta nói đây...”.

Đánh trống lảng:

“Ồ không sao đâu, đi đi, cứ đi mà chơi cricket đi!”.

Thế còn bạn thì sao. Bạn bỏ nhào đi cứu vãn tình thế hay đưa ra một lời khuyên bảo khôn ngoan hay thay đổi đề tài?

Chúng ta có thể khảo sát rõ hơn về ba loại thái độ trên.

Thái độ kẻ cả:

- “Ngày hôm nay của con thế nào?”.

- “Tệ lắm!”.

- “Ồ con bé bỏng tội nghiệp của mẹ. Nào hãy lại đây kể cho mẹ nghe coi”.

- “Lớp con có một thầy giáo mới dạy môn toán. Và con không theo kịp”.

- “VẬY HẢ, THẬT LÀ ĐÁNG SỢ. CON CÓ MUỐN MẸ GIÚP LÀM BÀI SAU KHI UỐNG TRÀ KHÔNG?”.

- “Con không mang bài về nhà”.

- “CÓ LẼ NGÀY MAI MẸ SẼ GỌI ĐIỆN ĐẾN TRƯỜNG NÓI CHUYỆN VỚI THẦY HIỆU TRƯỞNG HẢ?”.

- “Ồ, con cũng không biết nữa...”.

- “Mẹ nghĩ tốt nhất là giải quyết mọi việc trước khi quá trễ, phải thế không?”.

- “Dạ, con...”.

- “Mẹ không muốn chuyện học hành của con có gì đáng tiếc hết”.

- “Dạ.... dạ....”.

Lên lớp:

- “Bữa nay có gì mới không?”.

- “Chả ra gì cả”.

- “À con là một đứa Chúa hay phàn nàn. Bố ước gì lại có thể trở về với tuổi thơ để có một ngày được học hành, được sống lại quãng đời vui vẻ vô tư lự ngày nào”.

- “Phải, chúng con lại có chuyện rồi. Chúng con có một ông thầy mới dạy toán rất ngớ ngẩn...”.

- “Này, đừng có nói về thầy giáo của mình bằng cái giọng ấy nghe chưa. Nếu con chịu khó chú ý thêm một chút thì con đã khá hơn nhiều rồi đấy nhóc ạ. Con nghĩ con có tất cả mọi thứ trong đĩa ăn hả?”.

- “Dạ... con...”.

Lảng tránh:

- “Hôm nay có chuyện gì không con?”.

- “Xấu lắm ạ”.

- “Ồ, thôi mà, không có gì tệ hại cho lắm phải không cưng? Ăn một cái bánh sandwich nhé?”.

- “Cảm ơn mẹ. Con chỉ hơi lo lắng về môn Toán...”.

- “Ôi này, con đâu phải Einstein mà cả cha mẹ con cũng không phải như thế. Đi đi, mở ti vi lên và đừng để cho chuyện này làm con mất vui”.

- “Vâng ạ”.

Ba ví dụ trên đây có vài điểm chung: cha mẹ giành quyền chủ động trong câu chuyện; cuộc trao đổi diễn ra rất nhanh; đứa trẻ không có cơ hội thảo luận về vấn đề thực sự của nó; cảm xúc của trẻ bị lạc hướng; người bố hoặc mẹ “giải quyết vấn đề” - hoặc nghĩ là ông ta đã làm thế; đứa trẻ chẳng nói được gì nhiều.

Xin bạn hãy so sánh những phản ứng trên với thái độ sau đây:

Lắng nghe một cách xây dựng:

- “Hôm nay con có chuyện gì à?”.
- “Chán lắm!”.
- “Con có vẻ không vui. Có chuyện gì không ổn vậy?”.
- “Ồ, chúng con có một thầy giáo mới dạy Toán. Thầy dạy nhanh quá!”.
- “Con sợ rằng con không có khả năng theo kịp bài ư?”.
- “Vâng. Con đã yêu cầu thầy giảng lại một phần nhưng thầy chỉ nói là con phải chú ý hơn nữa”.
- “Ừm... Thế con cảm thấy thế nào?”.
- “Con hoang mang lắm - tất cả những đứa khác chọc ghẹo con... nhưng chúng cũng có vấn đề chứ bộ”.
- “Thế là con bực mình, con gặp phải những rắc rối này vì con là kẻ bắt đầu trước nhất”.
- “Vâng con không thích cảnh đứng đực mặt ra trước mặt mọi người”.
- “Con nghĩ con sẽ làm gì?”.
- “Con cũng không biết nữa, con cho rằng... con có thể hỏi thầy lại một lần nữa khi hết giờ lên lớp”.
- “Con nghĩ như thế sẽ được việc hơn à?”.

- “Vâng, như vậy con sẽ không cảm thấy mắc cỡ. Với lại con nghĩ thầy cũng hơi bối rối nữa. Có thể đó là lí do thầy dạy rất nhanh”.

- “Con có thể hiểu bài từ quan điểm của thầy ư?”.

- “Phải, con nghĩ, thầy có hơi hồi hộp khi đứng trước chúng con”.

- “Thì có gì là lạ, dạy Toán cho những đứa trẻ như con mà!”.

- “Dạ, phải”.

Như thế gọi là cách lắng nghe tích cực. Trong những trường hợp như vậy cha mẹ đâu có im lặng: Họ có quan tâm và biểu thị lòng quan tâm bằng việc tác động vào xúc cảm và suy nghĩ của trẻ giúp trẻ suy nghĩ thấu đáo về vấn đề của nó. Với một cách tiếp cận như vậy cha mẹ không đưa ra một biện pháp hoặc một cố gắng giải cứu nào (họ không nói “Mẹ sẽ gọi đến trường”, họ cũng không khuyên giải (Ví dụ như “Con cần yêu cầu người khác giúp đỡ chứ!”).

Họ cũng không khiến trẻ lảng tránh vấn đề (Ồ, con có muốn ăn một cái bánh sandwich không?”).

Kĩ năng nghe tích cực cũng cần phải thực tập mới có thể đạt được. Nó được giảng dạy trong các lớp học có tên “Khóa huấn luyện làm cha mẹ” có ở khắp nước Úc. Nó cũng được giải thích cặn kẽ trong một cuốn sách cùng tên của Tiến sĩ Thomas Gordon.

Nhiều bậc cha mẹ phát hiện ra việc lắng nghe tích cực này là một giải pháp tuyệt vời, họ không đề cho mình nhiệm vụ khiến trẻ vui vẻ suốt đời và họ không phải giải quyết vấn đề hộ cho trẻ. Với việc nghe một cách tích cực cha mẹ có thể giúp trẻ trong khi vấn đề trẻ tự chịu trách nhiệm và tự mình tìm thấy niềm vui trong giải quyết những vấn đề của chúng. Điều khó khăn ở đây là bạn phải trả lời câu hỏi. “Về lợi ích lâu dài liệu con tôi có lợi gì không từ việc tự nó giải quyết những vấn đề của mình?”. Bạn cần tạo cho trẻ thời gian, ý thức rõ ràng và một hiểu biết cần và đủ để một rắc rối có thể chuyển hóa thành một kinh nghiệm đáng học hỏi. Đôi khi cha mẹ cũng phải can thiệp như trong trường hợp sau đây.

Một người bạn của tôi có một đứa con trai chín tuổi ngã gãy chân và cần phải bó bột một vài tuần. Khi bột được tháo ra, lẽ tự nhiên, thằng bé cảm thấy cái chân của nó run rẩy một thời

gian. Một thầy giáo dạy giáo dục thể chất ở trường tiểu học nơi cậu bé theo học đã cho cả lớp chạy một vòng quanh sân và con trai của bạn tôi về sau chót. Cả một nỗi nhục nhã đối với nó bởi vì thằng bé vốn là một chân chạy cừ khôi. Người thầy, không đợi một lời giải thích, bắt thằng nhỏ chạy thêm một vòng nữa, nhưng lần này chỉ với cái quần cụt và trước mặt toàn bộ bạn bè trong lớp.

Khi cậu bé bước vào nhà nước mắt dần dựa trên mặt, bố mẹ nó đã biết được chuyện gì xảy ra, họ phần nộ đến nỗi lập tức tìm đến thầy hiệu trưởng ngay đêm đó, kiến nghị đòi nhà trường cho người thầy giáo nghỉ việc. Thế là ông giáo kia buộc phải chuyển qua trường khác, nơi chúng ta chỉ có thể hi vọng một chuyện tương tự không xảy ra lần nữa.

Đây là một trường hợp trong đó cha mẹ phải ra tay, bảo vệ quyền lợi của trẻ bởi vì trẻ không thể tự bảo vệ được mình. Trong một số trường hợp khác, trẻ KHÔNG cần sự can thiệp của chúng ta - chỉ cần sự ủng hộ của chúng ta thôi. Vì vậy can thiệp của cha mẹ lại là một cái gì sai lầm...

Janie tám tuổi. Trong lúc cô bé đi xe buýt từ trường về nhà cô nhận ra một cái gì không bình thường. Một lão già ở bên kia lối đi trong xe buýt lôi cái của quý của lão ra và nhìn cô bé một cách kì quái. Cô bé bèn len lỏi lên phía trước, xuống cách nhà hai bến đỗ và chạy bộ về nhà kể cho mẹ nghe. Cô bé xấu hổ và hoảng sợ còn người mẹ thì hoàn toàn bất loạn. Bà chạy đến gặp hiệu trưởng. Sáng hôm sau, người ta tổ chức một buổi tập trung toàn trường và Janie được đưa lên bục. Cả trường được cảnh báo về chuyện đã xảy ra và cảnh sát thường trực trên xe buýt suốt tuần lễ tiếp theo.

Không có điều gì có thể giúp đỡ Janie. Cô bé bây giờ còn xấu hổ gấp năm lần và cả giận dữ nữa. Tất cả những điều cô muốn là nói với một ai đó và được trấn an. Vậy mà chẳng có ai hỏi cô bé muốn gì. Họ cứ việc làm tới mọi chuyện theo kiểu của họ.

“Chỉ lắng nghe” không thôi cũng đã là một phương thuốc hữu hiệu. Nếu chúng ta có thể làm cho mọi vết thương dịu đi ngay tức thì bằng băng dán thì chúng ta cũng có thể đào sâu những vết thương trong lòng trẻ.

Mandy sáu tuổi đang ở trong một tâm trạng buồn bực. Thực ra cô bé đã gặp những chuyện không vui mấy tuần rồi. Cô bé cãi nhau với cậu em và bắt đầu không muốn đến trường mẫu

giáo vào các buổi sáng nữa. Mẹ cô quyết định dùng biện pháp lắng nghe để thử xem bà có thể tìm ra chuyện rắc rối là ở đâu. Bà mẹ hỏi con gái, “Nom con có vẻ buồn buồn. Con có muốn nói với mẹ chuyện đó không?”. Mandy đến bên mẹ, ngồi vào lòng bà nhưng vẫn không chịu mở miệng.

Ngày hôm sau Mandy bị tách ra khỏi cuộc đánh nhau với đứa em nhỏ và bị cách li trong phòng vài phút để trấn tĩnh lại. Khuya hôm đó cha cô bé bình luận, “Hồi chiều con có vẻ quá khích Mandy ạ!”.

Mandy tức tối liếc nhìn mẹ, rồi bật khóc nức nở: “Họ gọi con là cái mặt sẹo”. Trong vòng mười phút hoặc hơn Mandy đã bắt đầu nguôi giận nhưng nước mắt vẫn tuôn rơi, trong khi mẹ cô bé cố cưỡng lại ý muốn đánh lạc hướng con bé hoặc cố gắng an ủi làm cho nó vui lên. Mandy có một vết sẹo trên má, một vết sẹo một ngày kia có thể phẫu thuật cho mờ bớt, nhưng cô bé sẽ phải sống với nó một thời gian.

Một khi Mandy đã giải thoát những cảm xúc tồi tệ cô lại cùng bọn trẻ đến trường và lúc này cô bé đã bình thản hơn nhiều. “Con không xấu xí phải không Mama?”, “Không bao giờ! Con của mẹ thật xinh!”.

Đôi lúc trẻ muốn bạn làm cho chúng một cái gì đó - trong trường hợp này chúng sẽ nói thẳng ngoài vấn đề.

Cậu bé Jonathan mười bốn tuổi đi đi lại lại trong bếp hồi lâu trông có vẻ rất ngượng ngập. Cuối cùng cậu cũng lấy hết can đảm nói với mẹ, không phải là không có vẻ xấu hổ rằng có một cô gái lớn tuổi hơn đã mời cậu ngủ qua đêm với cô ở một nhà trọ! Người mẹ đã cố gắng rất lớn để không trở thành người đưa ra luật lệ. Bà nói, “Vậy con nghĩ con sẽ làm gì? Giọng nói của con nghe có vẻ như con cũng không chắc lắm phải không?”, “Vâng, con không biết. Mẹ ơi mẹ có cấm con đi không? Hả mẹ?”.

Mẹ của Jonathan sẽ vui lòng cảm đoán cậu bé. Jonathan sẽ cảm thấy nhẹ nhõm: cậu ta giữ được thể diện ở trường và với cô gái nọ. Mẹ của Jonathan đã kể lại với tôi rằng bà cũng muốn ngăn cấm cậu lắm nhưng bà lại muốn cậu ta phải tự quyết định. Thật là một phụ nữ anh hùng!

CHƯƠNG BỐN

TRẺ VÀ CẢM XÚC

Cái gì đã thực sự diễn ra?

Đây là lúc thích hợp nhất để thú tội. Tựa đề của cuốn sách này, “Bí quyết dạy con bạn hạnh phúc”, là một cái gì hơi lí tưởng hóa.

Trong thế giới của người lớn, chưa có một ai đã bao giờ hoặc có thể, hạnh phúc mãi mãi. Vì thế đối với con cái chúng ta một mục đích, chắc chắn như vậy, có lẽ là một cái gì không thật. Nếu bạn cố làm cho con bạn lúc nào cũng hạnh phúc thì thực ra bạn chỉ làm cho con cái và bản thân bạn trở nên khốn khổ! Điều mà chúng ta thật sự mong muốn là bọn trẻ có thể đảm đương và vượt qua được nhiều biến cố cảm xúc mà cuộc đời đem lại cho chúng... Niềm vui là một mục tiêu nhưng cảm thấy thoải mái và ném trái tất cả các hi vọng ái ô mà cuộc sống đem lại cũng là một điều hầu hết chúng ta mong muốn có được.

Một sự hiểu biết đầy đủ về các cảm xúc của con người đã bị bỏ qua (ít nhất thì trong nền văn hóa của chúng ta) cho đến thời gian gần đây. Chúng ta chỉ vừa trốn thoát khỏi một kỉ nguyên “Con trai lớn không bao giờ rơi lệ” và “Nỗi giận không phải là đặc tính của phụ nữ”. Một vài lĩnh vực của hiểu biết cũng cần thiết và bổ ích trong thời điểm hiện nay như là việc quay lại với việc tìm hiểu cơ cấu hoạt động của đời sống cảm xúc: May mắn là, “Sự thật về các cảm xúc” ngày nay đã được khám phá sẽ giúp ích cho cả những người làm cha mẹ lẫn con cái rất nhiều trong việc tìm ra cảm giác bình yên trong tâm hồn và cái năng lực làm cho ngân hàng cảm xúc của chúng ta phát triển một cách lành mạnh.

Trong hình thức thuần túy của chúng, cảm xúc là các loại cảm giác riêng biệt của cơ thể, mà chúng ta cảm nhận, trải qua trong những tình huống đặc biệt. Những tình cảm này bao gồm các hình thái từ dịu dàng êm ái cho đến mạnh mẽ về cường độ. Cảm xúc là một cái gì bao giờ cũng tồn tại cùng chúng ta - cùng phát triển và kết hợp khi chúng ta giải quyết mỗi biến cố trong cuộc đời và các bước vận động trong đời. Chúng ta bao giờ cũng cảm thấy một cái gì

đó, cảm xúc là biểu hiện của việc con người ta đang sống!

Có bốn cảm xúc cơ bản: giận dữ, sợ hãi, buồn bã và vui mừng. Tất cả những cảm xúc khác là sự kết hợp của những cảm xúc này, cũng giống như các màu sắc là sự pha trộn ba màu cơ bản đỏ vàng và xanh. Ở đây có thể có hàng ngàn kết hợp - như ghen tuông - là sự pha trộn giữa giận dữ và sợ hãi; hoặc sự luyến tiếc là sự kết hợp giữa niềm vui và nỗi buồn! Chúng ta là những sinh linh thú vị như thế đấy!

Khi một đứa trẻ mới chào đời, cảm xúc của nó mới chỉ bắt đầu được định dạng. Những ông bố bà mẹ thích quan sát có thể theo dõi con mình từ những năm tháng đầu đời, phát triển những biểu hiện rõ ràng và phân biệt những điều mà chúng cảm thấy - tiếng khóc thét lên vì sợ, những giọt nước mắt buồn bã, khuôn mặt đỏ ửng lên vì giận và tiếng cười giòn tan vui sướng của bé.

Trẻ sơ sinh không biết che đậy, chúng thể hiện các cảm xúc một cách tự nhiên, dễ dàng, kết quả là những cảm xúc âm tính mà chúng trải qua kéo dài không lâu. Tuy vậy, một đứa trẻ phải học được cách thức xử lý các yếu tố xúc cảm của mình theo qui ước trong xã hội, và phải tìm ra một sự kiểm soát có tính cách xây dựng đối với cường độ và sự mãnh liệt trong các xúc cảm của con người. Một đứa bé phụ thuộc vào chúng ta với tư cách là cha mẹ để có được những kiến thức này, cũng may là không có gì khó khăn lắm để có được những thông tin cần thiết, như là chúng ta đã làm được. Hiểu rõ cơ cấu của xúc cảm, tại sao ai trong chúng ta cũng có xúc cảm, làm thế nào để biểu hiện nó ra một cách tốt nhất và cái gì cần phải tránh, những kiến thức này sẽ tạo cho bạn một ý thức tốt hơn, bao quát hơn trong việc nuôi dạy trẻ.

Cũng có lúc trong đời, bạn ước mình vô cảm, cuộc sống sẽ trở nên dễ dàng hơn nhiều. Đặc biệt là những tình cảm tiêu cực như giận dữ, buồn bực chỉ gây nên những nỗi đau. Vậy thì tại sao tự nhiên lại trang bị cho chúng ta những tình cảm chỉ có hại này? Không phải thế đâu, nỗi cảm xúc đều có vai trò to lớn của nó, như bạn sẽ thấy sau này.

Hãy nói về tình cảm giận dữ trước. Hãy tưởng tượng ra một người vì một lí do gì đó không bao giờ cảm thấy tức giận. Bằng một cách nào đó họ được tạo ra mà không có cái xương nào nằm ngang trong cơ thể! Rồi một hôm họ đứng ở chỗ đậu xe của một trung tâm mua bán. Một cái xe trườn tới dừng lại ngay trước mũi họ! Cái người chịu đựng siêu việt của chúng ta sẽ cứ đứng tại chỗ đợi cho đến khi người lái xe mua bán xong và quay trở lại.

Sự tức giận là một cái gì làm chúng ta tự đứng thẳng lên khẳng định cái tôi. Thiếu nó chúng ta sẽ chỉ là những kẻ nô lệ, là tấm thảm chùi chân, là con chuột! (Thậm chí còn lại là cái gì hơn cả bản thân trong hiện tại). Giận dữ là bản năng của chúng ta cho tự do và sự tự bảo vệ.

Sợ hãi cũng có giá trị nhất định của nó. Có lý do gì khác cho việc chúng ta phải lái xe theo chiều bên phải đâu? Sự sợ hãi giúp bạn tránh khỏi những hành động liều lĩnh. Nếu bạn không tin là sợ hãi cũng có ích, hãy nhớ lại những lần bạn là hành khách trên một chuyến xe mà người tài xế dường như không biết sợ hãi là gì! Nỗi hoảng sợ làm chúng ta bước chậm lại, buộc chúng ta phải dừng bước suy nghĩ và tránh những nguy hiểm, kể cả khi phần có ý thức trong não bộ của chúng ta còn chưa dò ra được những nguy cơ xấu.

Sự buồn bã là một cảm xúc giúp chúng ta đau khổ - nói một cách chính xác nó gột sạch chúng ta nỗi đau về việc đánh mất một cái gì đó hoặc một ai đó trong đời. Những biến đổi hóa sinh thoát ra cùng nỗi buồn giúp não bộ giải tỏa được nỗi đau và như thế có thể tiếp tục với một đời sống mới mẻ. Chính vì buồn bã chúng ta có thể “đi tiếp” thiết lập những mối quan hệ mới với con người và với cuộc đời. Thế là giờ đây thì bạn có thể thấy rõ bạn hoàn toàn có thể làm chủ được các xúc cảm.

Giận dữ... giúp ta giữ được tự do

Sợ hãi... giúp ta giữ được an toàn

Buồn bã... giúp ta thiết lập mối quan hệ với người khác và với cuộc đời

Ba hình thức cảm xúc trên là trung tâm trong hạnh phúc của chúng ta. Niềm vui là cảm xúc thứ tư là điều mà ta bắt đầu trải nghiệm khi các nhu cầu được đáp ứng.

Chúng ta có thể dạy trẻ làm cách nào hiểu và làm chủ được những cảm xúc âm tính kia hoặc là cân bằng các cảm xúc. Bây giờ thì chúng ta sẽ lần lượt xem xét từng cảm xúc.

DẠY TRẺ VỀ SỰ GIẬN DỮ

Phản ứng tức thì đến với trẻ khi nó tức giận là đám đá một cái gì đó. Điều này có một mục đích tự nhiên, nhưng phải được sửa đổi bằng một cách nào đó nếu chúng ta muốn sống hòa thuận trong cõi đời này. Giận dữ chính là một cảm xúc mà đại đa số các bậc phụ huynh muốn

sửa đổi, vì thế mà chúng ta sẽ thảo luận về nó trước.

Bất cứ khi nào chúng ta can thiệp vào công việc của trẻ thì mục đích của chúng ta sẽ là giúp chúng hiểu được cái gì đang diễn ra và cần xử lý làm sao cho mọi việc diễn ra suôn sẻ như với người lớn. Hãy suy nghĩ điều này một chút - cách xử lý cơn nóng giận lí tưởng nhất đối với một người trưởng thành là gì? Đó là việc đạt đến một sự cân bằng. Một người bị đối xử tàn tệ ở khía cạnh nào đó sẽ có nhu cầu được nói to điều đó ra cho người khác biết, với một sự tin tưởng, rồi làm một cái gì đó (trước khi họ cảm thấy hoặc có xu hướng hành động một cách hung bạo). Giận dữ và bạo lực không phải là một. Bạo lực là giận dữ đi sai đường lạc lối.

Một người trưởng thành học cách kiềm chế cơn nóng nảy của mình sao cho nó có tác động đến xung quanh nhưng không gây nên bất cứ một tổn thất nào hoặc không trở nên thái quá. Nếu con cái chúng ta biểu hiện đôi chút giận dữ thì cứ xem đó như là một cơn bốc đồng có thể làm tan đi hoặc trở nên quen thuộc đối với những đứa trẻ khác. Quá giận dữ khiến trẻ trở nên cá biệt hoặc thậm chí hung hăng ưa gây gổ. Có được một sự cân bằng bên trong là điều mà trẻ cần học cho bằng được - và nó mất vài năm thực hành, bắt đầu từ những năm đầu đời.

Giúp trẻ cảm thấy thoải mái trong cơn nóng giận.

1. Bạn cần kiên quyết yêu cầu trẻ dùng lời thay cho hành động để giải tỏa cơn tức giận. Chúng phải nói cho người khác biết rằng chúng đang giận dữ và nếu có thể thì giải thích rõ lí do.

2. Giúp trẻ đưa ra lí lẽ cho cơn giận của chúng. Trò chuyện với trẻ có thể giúp tìm ra cái gì đằng sau cơn bốc phát ấy. Đôi khi trẻ nhỏ cần bạn giúp đỡ để “nghĩ lại” xem cái gì không ổn trong chuyện xảy ra với chúng.

- “Có phải cơn giận Josh vì nó lấy xe tải của con?”.

- “Có phải con bực bội vì phải đợi mẹ nói chuyện xong?”.

Chẳng bao lâu sau chúng sẽ có khả năng nói cho bạn biết cái gì không ổn và tại sao - thay vì đi đến chỗ có những hành động mất tự chủ.

3. Để cho trẻ hiểu tất cả những cảm xúc của con người đều có thể chấp nhận được (nhưng có thể điều này không bao giờ thay đổi được mọi chuyện).

- “Con có lí khi giận mẹ. Vì lúc ấy mẹ đã không nghe con nói. Còn bây giờ thì mẹ đang nghe con đây”.

Hoặc, “Bố biết là con mệt mỏi vì chờ đợi trong lúc mua hàng, cả bố cũng vậy, nhưng mà mọi chuyện cũng đã xảy ra rồi. Con không thể làm điều gì khác cho đỡ tức ngoài việc chọc tức em con sao?”.

4. Nói thẳng với trẻ rằng dùng đến nắm đấm không phải là cách được chấp nhận để “hạ hỏa”. Trao đổi một cách trực tiếp với trẻ, nêu lên những hậu quả đáng tiếc cho mỗi bên, và mỗi lần đấm đá. Khẳng định rằng dù trong trường hợp nào thì trẻ cũng chỉ nên dùng lời nói.

5. Giúp trẻ nói ra điều chúng muốn LÀM. Thường thì trẻ sẽ bắt đầu bằng việc kêu ca và than vãn về những điều mà chúng không muốn. Trẻ cần sự giúp đỡ của người lớn để trở nên tích cực hơn...

- “Nó đánh con”.

- “Thì con phải lên tiếng bảo nó đừng làm thế chứ”.

- “Myra lấy chiếc xe đạp của con”.

- “Đi gặp nó và hỏi nó là con có thể lấy lại chiếc xe ngay bây giờ không. Bảo cô bé là đó là chiếc xe đạp của con và con cần nó”.

6. Kể cho trẻ nghe câu chuyện của chính bạn. Khi tất cả những điều này cùng phối hợp, trẻ có vẻ sẽ làm cái điều bạn LÀM hơn là những điều bạn NÓI. Vì vậy hãy chắc chắn về cái mô hình chính mà bạn muốn. Khi BẠN giận dữ bạn sẽ nói bằng một âm vực cao hơn. Khi giận dữ, hãy cao giọng ngay từ đầu trước khi bạn THỰC SỰ bùng nổ. Một khi cơn tức giận đã được giải quyết và xua tan, trẻ sẽ học được rằng cơn giận có thể được giải tỏa và nó sẽ trôi qua. Một cách đơn giản, hãy nói những điều sau đây một cách dễ dàng và thường xuyên:

- “Tôi đang giận dữ!”

- “Anh đang dồn ép tôi!”

- “Đừng có phá rối tôi!”

- “Đừng có động vào đồ đạc của tôi!”

- “Tôi cảm thấy rất bức mình là anh đã không giữ đúng thỏa thuận của chúng ta. Chuyện gì sẽ xảy ra đây?”

Trẻ đọc được nhiều điều về cơn giận từ những ông bố bà mẹ ôn hòa, đúng mức hơn là từ một người lúc nào cũng ngọt ngào, hợp lí và kiềm chế. Trẻ cần thấy rằng bố mẹ của chúng cũng là con người.

Bạn có thể nổi giận thậm chí nổi trận lôi đình với trẻ mà không dùng những từ cay độc hoặc nhục mạ. Chỉ cần bạn có ý thức biểu lộ cảm xúc của mình một cách trực tiếp và có lí do. Với trẻ, việc bộc lộ cơn tức giận đúng cách cần phải có thời gian. Hãy vui vẻ nếu con bạn có MỘT VÀI dấu hiệu kín đáo - bạn sẽ thấy chúng không tiết lộ chuyện đánh nhau với cả những đứa bạn thân hoặc với cha mẹ; hoặc là không nói ra lời “Tôi đang giận dữ”. Nhiều người đã trưởng thành còn chưa học được bài học này, vì thế mà bạn đã có những tiến bộ thật sự đây.

DAY TRẺ VỀ NỖI BUỒN

Người xưa đúc kết những hiểu biết của mình về nỗi buồn từ rất lâu rồi, có thể bật khóc khi mọi chuyện diễn ra một cách tồi tệ cũng là một điều tốt. Đấu tranh để giấu điếm nỗi buồn đã là một khái niệm quá khắt khe, câu nệ thời Victoria về “cái môi trên cứng ngắc” - thói lạnh lùng rất Ăng lê, về quan niệm “là con người” có nghĩa là phải “mạnh mẽ”. Cũng vậy, trong lời xử hàng ngày với bọn trẻ bạn cũng nên cho trẻ biết là bạn cũng có thể khóc rất thật tình và rằng làm như thế cũng là nghi ngờ nho nhỏ, và cũng có một cái tên đặc biệt dành cho nó, đó là sự giải tỏa.

Thình thoảng khóc lóc cũng cần thiết và tự nhiên như hơi thở. Chẳng những không hề củng cố bản lĩnh mạnh mẽ của bạn, việc không thể khóc được sẽ làm cho bạn căng thẳng và bạn sẽ có khuynh hướng sống trong quá khứ, khó lòng sống hòa hợp với hiện tại, sợ phải đối mặt với cảm xúc của người khác hoặc bất cứ cái gì gợi nhớ đến cái chết hoặc sự mất mát. Nếu bạn biết cách để rơi những giọt lệ và giải thoát nỗi buồn thì bạn sẽ biết là bạn có thể xử lí được

bất cứ chuyện gì.

Cách đây khoảng hơn một thập kỉ, khoa học khám phá rằng khi người ta khóc, cơ thể họ tiết ra những chất hóa học thuộc họ endorphin, những chất này chặn lại tác nhân gây đau đớn và họ tạo ra một chất gây tê có tác dụng làm lạnh lại vết thương dưới hình thức tê hại nhất của nỗi đau mà một điều mát mát có thể đem đến. Chất hóa học này hiện diện cả trong những giọt nước mắt của chúng ta. Nó cũng có tác dụng gần như chất Morphine vậy.

GIÚP TRẺ LÀM QUEN VỚI NỖI BUỒN

Nỗi buồn đi theo con đường của nó mà không dễ gì ngăn chặn được. Tất cả những điều chúng ta cần làm là có mặt đúng lúc, hoàn toàn bình tĩnh khi chúng ta ngồi xuống hoặc đứng cạnh một đứa trẻ đang khóc. Đôi khi chúng sẽ muốn nép vào người bạn hay được bạn ôm vào trong lòng, nhưng cũng có lúc chúng chỉ muốn ở một mình.

Nếu đó là một cảm xúc hợp lí bạn có thể nói: “Được rồi, con cứ khóc đi”, “Chuyện xảy ra cho ông ngoại thật đáng buồn”, “Bản thân bố cũng rất buồn”. Bạn có thể giải thích nhẹ nhàng nếu đứa trẻ tỏ ra bối rối hoặc ngượng ngùng: “Tony là một người bạn tốt của con. Nó xứng đáng để con thương nhớ”, “Thỉnh thoảng khóc một chút cũng dễ chịu phải không?”.

Một lần chúng tôi ở chỗ một người bạn. Chúng tôi ngồi xem một bộ phim trên video có tên là “Mặt nạ”. Khi phim kết thúc ai nấy đều có cảm giác buồn bã còn bà chủ thậm chí còn không che giấu những tiếng thốn thức. Chợt cô con gái chủ nhà mới ba tuổi xuất hiện ở ngưỡng cửa trong bộ đồ ngủ, rồi cô chạy về phía mẹ, đưa một bàn tay dịu dàng cho mẹ và nói: “Không sao, cứ khóc tự nhiên đi!”.

GIÚP TRẺ LÀM CHỦ ĐƯỢC NỖI SỢ HÃI

Sợ hãi là một cái gì mà tất cả chúng ta đều cần. Đó là một điều hết sức quan trọng, trẻ cần học để biết cái cảm giác run rẩy khắp người vì thế mà biết dừng lại chạy trốn nguy hiểm. Chúng ta cũng cần biết xem trẻ có thể chạy, nhảy một cách nhanh nhẹn để tránh bị thương bởi một cái xe đang phóng nhanh, hoặc một chiếc xe đạp bị đứt thắng lao lên phần đường dành cho người đi bộ trong lúc trẻ đi học không. Hơn nữa trong cái thế giới ngày càng đô thị hóa của chúng ta, sợ một người lạ tỏ ra quá thân thiện hoặc một người hành tung bí mật, kì quặc

cũng là một cái gì hết sức quan trọng.

Mặt khác, cái gì cũng sợ, và sợ hãi thái quá lại biến người ta thành một kẻ khiếm khuyết, bất bình thường - trẻ con cũng cần có khả năng ăn nói tự nhiên với người lớn, nói chuyện với nhiều người một lúc, hoặc là có khả năng nói ra được nhu cầu, ước muốn của mình và gia nhập vào cuộc sống cộng đồng. Chúng ta muốn trẻ đủ can đảm để thử qua những điều mới mẻ, thể dục, thể thao, sáng tạo và vân vân.

Sợ hãi cũng có hai mục đích. Xin hãy hình dung: Một con rắn nấp trong bụi rậm trước mặt bạn chẳng mấy chốc nó có thể chặn lại không để cho bạn mơ mộng và bất cẩn. Sự sợ hãi cũng tiếp thêm sức lực cho bạn. Bạn sẽ chạy nhanh hơn, nhảy cao hơn là bạn tưởng nữa đấy.

Cái mà trẻ cần học để đối phó với nỗi sợ được gói trọn trong một từ - SUY NGHĨ. Chúng ta dùng cái đầu của mình để phân loại các nỗi sợ. Sắp đặt những cái mà chúng ta cần phải làm. Khi công việc của tôi liên quan nhiều đến việc bay đi khắp mọi miền đất nước, tôi phát hiện ra mình càng ngày càng trở nên bất hạnh hơn mỗi khi tôi ngồi vào ghế máy bay. Chẳng có gì có vẻ an toàn cả - bay ở độ cao chóng mặt, xuyên qua các đám mây, cánh bay chao đảo và vân vân. Tôi đã phải cố sức trấn an bản thân, rằng chưa từng có cái máy bay nào của Úc bị rơi, rằng đi lại bằng máy bay nhanh hơn bằng xe lửa, rằng trên thế giới có hàng ngàn cái máy bay được xếp lịch bay cùng một lúc. Tôi thấy rằng biện pháp này có hiệu quả. Và đó cũng là phương pháp mà tôi áp dụng với các bạn trẻ.

Có bốn điều cơ bản có liên quan đến việc xử lý nỗi sợ hãi:

1. CẦN PHẢI CÓ THÁI ĐỘ HẾT SỨC KHÁCH QUAN

Một đứa trẻ lên ba hoặc lên bốn thường bắt đầu suy nghĩ nhiều hơn về thế giới rộng lớn xung quanh mình và đi đến chỗ có rất nhiều mối quan tâm - lứa tuổi này thậm chí còn được biết đến như là “bốn sợ hãi” trong một số cuốn sách. Hãy nói với trẻ về điều này, một cách kiên nhẫn nhưng làm như rất tình cờ. Xác nhận linh cảm của trẻ là đúng, chúng thường có những cảm nhận về con người hoặc nơi chốn tỏ ra khá chính xác, dù chúng không giải thích được lý do vào lúc ấy. Sự sợ hãi cũng là một kiểu radar phục vụ cho nhân loại thông qua những nguy hiểm trong quá khứ.

2. **THẢO LUẬN VỀ NỖI SỢ.** Nếu một đứa trẻ đang sợ hãi một điều gì một cách có cơ sở (hoặc có liên quan), thì bạn nên giải thích cho nó cái khả năng nỗi sợ ấy không bao giờ thành hiện thực - nhưng cũng cần có một kế hoạch hành động - hoặc cùng tương tự với trẻ điều mà chúng cần làm để lại được an toàn.

3. **NẾU TRẺ CÓ NHỮNG NỖI SỢ HÃI PHI THỰC TẾ, HÃY GIẢI THÍCH CHO TRẺ RÕ.** Đừng kiểm tra dưới gầm giường trẻ để tìm ma quỷ, trừ khi bạn sống ở đảo Komodo hoặc một nơi nào như thế!

4. **NHỮNG NỖI SỢ HÃI NGẤM NGẦM.** Nếu trẻ thường xuyên sợ hãi, hãy chịu khó dùng khả năng nghe của bạn để tìm hiểu xem có còn cái gì khác nữa tác động đến trẻ mà trẻ thì cảm thấy khó mở miệng nói ra với bạn không.

Bởi vì trẻ em ngày nay phải đối mặt với nhiều nguy cơ khác nhau, đặc biệt là trẻ em sống ở các thành phố lớn với những khối bê tông lạnh lùng. Người ta cho ra đời một chương trình gọi là “Đào tạo những hành vi tự vệ”, và chương trình này được áp dụng ở nhiều trường học. Các hành vi tự vệ giúp trẻ biết được cần làm gì để kêu gọi sự giúp đỡ và tổ chức nào có thể giúp chúng một khi có chuyện gì xảy ra. Thật đáng buồn là một trong những nguy hiểm thường xảy ra với trẻ con nhất là lạm dụng tình dục - mà thông thường nó lại xảy ra trong gia đình. Chương trình “Đào tạo hành vi tự vệ” dạy trẻ hai qui luật, đó là: “Chẳng có gì là quá xấu xa để bạn không thể kể cho một ai nghe về nó” và “Bạn có quyền cảm thấy an toàn mọi lúc mọi nơi”. (Nếu điều này cũng đúng với cả thế giới này nhỉ!). Chương trình này tỏ ra rất khéo léo khi dạy trẻ tránh những biểu hiện của việc lạm dụng tình dục - có một số kinh nghiệm rất quý, còn có những điều khác cũng không cần thiết lắm. Chương trình này cũng không kiểm tra hay xác nhận từng đứa trẻ trong lớp. Nó chỉ đưa ra những chiến lược để mỗi đứa trẻ đều có được sự ủng hộ của những người chung quanh trong trường hợp trẻ đang hoặc có thể trong cơn nguy hiểm.

Báo cáo về những sự lạm dụng tình dục có chứng cứ cũng gia tăng một cách đặc biệt, vài tháng sau khi chương trình này ra mắt. Hiện tượng lạm dụng trẻ em giảm xuống rõ rệt khi chương trình này được xuất bản rộng rãi, có lẽ bởi vì những kẻ có liên quan nhận ra rằng thật là liều lĩnh khi làm chuyện đó với bọn trẻ bây giờ đã có ý thức hơn.

Điểm mạnh của chương trình này là nó đề cập rộng rãi đến những nguy hiểm trong cuộc

sống hàng ngày của trẻ - ví dụ như đi về nhà thấy nhà bị khóa và không có ai bên trong hoặc là lên nhầm xe buýt. Đó là một sự cân bằng tuyệt vời giữa một số chương trình thực chất chỉ làm cho trẻ hoảng hồn hơn mà không cung cấp thông tin hoặc các khả năng lựa chọn cho trẻ, hoặc tạo ra là để làm cho trẻ cảm thấy chúng bị bỏ qua và không có sức tự vệ. Chúng ta học được ở chương trình “Các hành vi tự vệ” cách thức dạy con cái chúng ta các kỹ năng để có được những suy nghĩ an toàn. Nếu chương trình này không có trong trường học của con bạn, tại sao bạn lại không yêu cầu ngay.

Nói tóm lại, trẻ cũng cần biết sợ hãi một chút trong cuộc sống để bảo vệ bản thân. Chúng không cần chắt thêm vào với những nỗi sợ hãi của người lớn - nhiệm vụ của chúng ta là phải quan tâm đến những điều này mà. Chúng cần ta dạy dỗ trẻ cách suy nghĩ về những tình huống nguy hiểm và một cách tốt hơn là cùng bàn bạc với chúng, “Con sẽ làm gì nếu...”, để trả lời những câu hỏi mà chúng đưa ra hoặc những mối nguy hiểm mà bạn muốn chuẩn bị cho chúng.

Tất cả chúng ta đều có trực giác để mách bảo rằng có một sự khác nhau giữa một cảm xúc có thật và một cái gì lấy làm “ví dụ”. Trẻ em thường có những phản ứng tích cực khi chúng biểu hiện một cảm xúc cụ thể, và chúng học cách giải thoát cảm xúc mỗi khi chúng muốn có những tác động đáng mong đợi. Mỗi một cặp cha mẹ sẽ có những ưu tiên đặc biệt nào đó cho cái loại tình cảm mà họ có khả năng thông cảm và chia sẻ nhất. Như vậy trẻ sẽ học được cái cảm xúc “có vẻ có ích nhất”.

Mỗi một loại tình cảm đều có một vật quy chiếu “hình nộm”, cái mà các bác sĩ chữa bệnh bằng tâm lí thích gọi là “Các cảm xúc mảnh lới” (mặc dù chúng ta tìm ra một từ dễ nghe hơn).

Giận dữ khi đạt đến đỉnh cao gọi là cơn thịnh nộ. Buồn bã ở hình thức cao nhất là hờn giận làm mình làm mẩy.

Sợ hãi quá làm cho người ta trở nên nhút nhát. Ba tình cảm này là những thách thức chủ yếu đối với các ông bố bà mẹ có con nhỏ, vì vậy cần xem lại các phương pháp mang tính thực tiễn đối với mỗi xúc cảm này.

CHẾ NGỰ CƠN CUỒNG NỘ Ở TRẺ

Những cơn thịnh nộ được khám phá một cách ngẫu nhiên. Một đứa trẻ vào khoảng hai tuổi

thường học được cách xử lí với những thất vọng, chờ đợi một cái gì đó mà chẳng có câu trả lời. Thế là lần đầu tiên khi cơn giận dữ xuất hiện đứa trẻ sẽ đơn giản bị nó cuốn đi cùng với tất cả cường độ tình cảm của cơn giận. Hành động của trẻ ra ngoài vòng kiểm soát mà cả bạn và nó đều chưa từng chứng kiến. Đôi khi điều này xảy ra quá bất ngờ đến nỗi chính đứa trẻ cũng phát hoảng! “Đó là cái gì vậy?” - sau đó nó sẽ khóc và cần được bạn trấn an. Kể từ lần đầu tiên ấy trẻ sẽ nhận thức được điều chúng đang làm và THỰC SỰ làm chủ được nó: “Coi nè, tôi đã la hét hết sức bình sinh - bây giờ thì cùng với việc lăn lộn dưới đất - là một ít nước dãi - mọi chuyện thế sao!”.

Tại sao không có người nào muốn cư xử như thế?

Trẻ làm thế chỉ có một phần rất nhỏ có liên quan đến sự nhẹ nhõm và đã giải phóng được năng lượng tích tụ từ sự thất vọng. Phần lớn nhất của động cơ và cái giữ cho nó lại xuất hiện lần nữa rồi lần nữa chính là tác động của cơn giận đến người lớn! Người lớn sẽ thực sự xấu hổ, hoảng hốt tức tối và đôi khi họ sẽ cho ngay cái mà bạn muốn! Cơn thịnh nộ ấy, như là một biểu hiện dữ dội nhất của cơn giận dữ, có những lúc trở nên thâm căn cố đế.

Đây là những điều cần làm.

1. CHẤM DỨT THỎA MÃN YÊU SÁCH CỦA TRẺ. Bước quan trọng đầu tiên là bạn phải kiên quyết với chính mình. Bạn sẽ không bao giờ cho trẻ cái mà nó muốn như một điều kiện để nó nguôi giận. Bạn có thể đã làm điều đó trong quá khứ (chỉ vì một sự bình yên trong gia đình) nhưng đừng bao giờ làm thế nữa.

2. XỬ LÝ NHỮNG VẤN ĐỀ THỰC TẾ. Hãy làm bất cứ điều gì bạn muốn để vượt qua một trận lôi đình ngay từ lúc nó mới bắt đầu. Một số người bỏ đi chỗ khác lờ đứa bé đang trong cơn điên khùng đi (đây là một điều chúng ta sẽ thấy là rất khó thực hiện, nhưng lại được rất nhiều chuyên gia cho là rất được việc). Bạn cũng có thể nắm cổ lôi chúng vào phòng hoặc là vào một chiếc xe hơi đang đậu, hoặc là tóm chặt tay trẻ, ôm chặt lấy nó cho đến khi nó thôi vùng vẫy, hoặc la mắng nó thật nghiêm khắc và thật to. Điều này tùy thuộc vào bạn và vào từng tình huống. Quan trọng hơn là bước ngăn ngừa trong tương lai. Điều sẽ đưa chúng ta đến bước tiếp theo...

3. BỒI THÊM MỘT ĐÒN NỮA. Một khi cơn bộc phát đã qua rồi, đừng để yên như thế.

Hãy để cho trẻ biết là nó đang gặp rắc rối to. Biểu lộ cơn giận dữ của mình theo cách ấy là không được phép. Trẻ phải ở trong phòng của nó, hoặc quay mặt vào tường hoặc đứng đợi cho đến lúc bạn đi chợ về và lúc ấy mới bắt đầu xử lý - trẻ phải nói câu xin lỗi, nói rõ cái gì đã lôi kéo nó đến chỗ mất bình tĩnh như vậy và hứa lần sau trẻ sẽ xử sự khác. Có thể (nếu đó là một cơn thịnh nộ ghê gớm hoặc trẻ lặp lại một việc đã xảy ra trước đó) áp dụng một vài hình phạt thực tế - lấy đi một món đồ chơi, không được xem tivi ngày hôm đó, hoặc bất cứ một điều gì tương tự. Bất cứ cái gì làm khó trẻ hoặc làm cho nó cảm thấy không thoải mái để bảo đảm là nó không dám lặp lại chuyện này một lần nữa!

4. ĐỂ MẮT ĐẾN MỌI BIỂU HIỆN CỦA TRẺ. Bây giờ một khi bạn đã lặp lại được trật tự trong nhà bạn có thể đi đến chỗ ngăn ngừa. Bạn có thể nhìn thấy biểu hiện của hầu hết các cơn bộc phát trước khi nó xảy ra. Cái gì làm cho con bạn khoái nhất? Hai mươi xen đi xe đua ở trung tâm thương mại ư? Hay ở quầy trả tiền nơi kẹo que được bán ở ngay bên cạnh? Hoặc có thể là ở nhà lúc bạn đang có khách. Dù sao thì cũng hãy để mắt đến. (Trong những trường hợp này nhiều bậc cha mẹ đi lại nói năng nhẹ nhàng và liếc nhìn xung quanh - một dấu hiệu chắc chắn báo hiệu cho trẻ biết bây giờ là cơ hội cho chúng!). Đứng vào lúc chúng bắt đầu cất tiếng than vãn và trở nên căng thẳng, hãy ngăn chặn ngay bằng lời nói. Trấn áp chúng bằng cơn giận của bạn. Sự cứng rắn và mạnh mẽ phải thể hiện trong khẩu khí của bạn hơn lúc nào hết - đừng đợi cho đến lúc bạn thực sự nổi nóng, hãy giả vờ là bạn đang cáu thật sự. Mục đích của việc này là trẻ sẽ không dám mở miệng đòi hỏi bất cứ cái gì mà chúng muốn yêu sách.

5. LẬP MỘT KẾ HOẠCH TỐT HƠN. Nếu bạn muốn có một cuộc sống dễ dàng hơn, bạn cần nhận ra rằng có một số tình huống nhất định làm bạn và con bạn bị sốc. Vì vậy, hãy làm những cái trong tầm tay để giảm thiểu những trường hợp ấy. Bạn có thể dàn xếp một chuyến đi mua sắm trong khi con bạn có gì bứt rứt khó chịu không? Hoặc là huấn luyện chúng, thông qua những chuyến đi ngắn, để chúng quen dần với việc ở bên cha mẹ mà không nhận được nhiều sự quan tâm chú ý của bạn. Hãy dàn xếp sao cho vào những thời điểm nhạy cảm bạn sẽ bận rộn hoặc bố trí một việc gì đó cho trẻ làm hoặc có một ai đó ở với chúng vào khoảng một hoặc hai tiếng đồng hồ.

Bây giờ xin tổng kết một lần nữa điều lo ngại thông thường nhất các bậc cha mẹ. Đừng bao giờ đền bù cho trẻ một cái gì đó khi nó đang tức giận. Nếu cơn giận của trẻ khởi phát thì một sự phớt lờ hay kìm giữ thể xác sẽ được áp dụng tùy theo tình huống. Sau khi nó trôi qua rồi -

hãy phê phán kịch liệt nặng nề như hàng tấn gạch ấy. Hãy làm cho trẻ ý thức được hậu quả. Sau đó thì nếu chuyện này còn tiếp diễn trong tương lai, bạn phải lớn tiếng và tỏ ra thật giận dữ khi bạn thấy trước những biểu hiện trẻ bắt đầu phá bĩnh. Quan sát chúng một cách kín đáo và đầy cảnh giác! Cuối cùng hãy cố sức tránh những hoàn cảnh có vấn đề với bạn và con cái.

Những cơn thịnh nộ hoàn toàn không cần thiết với tư cách là một phần của tuổi thơ. Phần lớn trẻ con sẽ “thử qua” một hoặc hai lần, nhưng sẽ vượt qua nó một cách tốt đẹp và cái giai đoạn này sẽ mau chóng trôi qua.

LÀM THẾ NÀO GIÚP TRẺ THÔI HÒN GIẬN

Cũng giống như trong một nhà hát thời cổ đại: Trẻ ngồi trên các bao đậu ngay ở giữa phòng chính. Bạn không thể bỏ qua chúng. Chúng không giấu nổi đau của chúng. Chúng biểu lộ ồn ào với những tiếng thở dài não ruột. Khuôn mặt trẻ có những biểu hiện kinh điển không lẫn vào đâu được và là những biểu hiện có tác động đặc biệt, vì thế mà nếu bạn là mẹ hoặc cha thì bạn không thể bỏ qua được, thế là bạn buột miệng hỏi. “Có chuyện gì thế con yêu???”. Câu trả lời lúc ấy rất đúng mực: “Chẳng có gì cả”. Và đó cũng là một cái gì rất tròn trịa không có gì đáng nói!

Tâm trạng hờn dỗi hướng đến việc chứng minh một cái gì khác, khiến bạn bày tỏ toàn bộ nỗ lực của mình với những gì mà bạn quan tâm. Bạn chứng minh bạn lo lắng cho con cái bằng cách lẩn quẩn bên trẻ, thăm dò: “Còn có muốn ăn món gì không?”, “Có ai đó nói cái gì hả?”, “Mọi việc ở trường thế nào?”, “Con cảm thấy không vui à?”...

Cuối cùng trẻ cũng cho phép bạn dành cho chúng một sự ưu tiên đặc biệt nào đó, nhưng dù có vậy thì điều đó cũng chưa thích đáng - chỉ là một biện pháp xoa dịu tức thời, có tác dụng nuôi dưỡng sự tồn tại của nỗi đau cho đến lần kế tiếp! Bạn tự hỏi không biết về một phương diện nào đó nỗi đau của bạn có phải thỏa đáng với tư cách làm cha hoặc mẹ không.

Đủ đây! Hờn dỗi chính là những ngôn từ mà đầu tiên cha mẹ cảm thấy mình có lỗi và thế là trẻ học được cách lợi dụng cảm giác áy náy này. Có thể bạn thức giấc vào một đêm nọ và trong lúc còn mê ngủ bạn cởi cái tã sạch ra và thay vào đó một cái tã bẩn. Hoặc có thể bạn lỡ tay đâm kim vào bé khi cài tã và bây giờ bé vẫn còn bị ám ảnh về chấn thương này. Dù bạn đã lỡ làm điều gì, thì điều đó cũng đã thuộc về quá khứ và hãy quên nó đi - cảm giác có lỗi của

bạn không giúp gì cho trẻ hết.

Nếu bạn bày tỏ tình thương yêu và sự quan tâm đối với một đứa trẻ đang giận dỗi nó sẽ học ngay được một phép tính đơn giản: sự khốn khổ gợi lòng thương xót. Trong suy tính của trẻ, để được cha mẹ quan tâm đến hãy tự làm khổ mình và tỏ ra thật khổ sở, lúc đó mọi người sẽ tha hồ mà quan tâm chăm sóc mình. Suy nghĩ ấy tai hại ở chỗ gia đình nhỏ của trẻ không phải là toàn bộ thế giới. Và những kẻ hay hờn giận, than thân trách phận thì không có thể có một cuộc sống tốt đẹp.

Tôi đã gặp gỡ với nhiều trẻ con và người lớn hay giận dỗi, và luôn ở trong tâm trạng ủ dột. (Là một chuyên viên trị liệu bằng tâm lý, mặt nào đó cũng giống như là một ông bố hoặc bà mẹ có rất nhiều con thuộc đủ loại tuổi). Ngày xưa tôi đã phải làm việc rất căng để chiến thắng họ, làm vui lòng họ và lôi kéo họ. Tôi tỏ ra là một người tốt tính dễ chịu (mặc dù trong lòng tôi ức sôi lên một cơn giận và tôi mệt đến kiệt sức). Bây giờ thì tôi đã thành thạo lăm lăm trong việc thay đổi các đối sách với họ. Nếu một đứa trẻ đang hờn giận quanh quẩn bên chân tôi, tôi sẽ để cho nó biết rằng: “Tôi rất quan tâm đến cháu. Tôi sẵn sàng giúp đỡ cháu. Hãy suy nghĩ xem thực ra cháu muốn gì nhé! Tôi sẽ ở trong bếp, cần thì cứ tìm ở đây”. Rồi tôi để nó lại một mình. Thường thì trẻ sẽ đến tìm tôi trực tiếp nói ra yêu cầu của nó và tôi vui vẻ giúp đỡ nó. Sự giận dỗi là một cái gì rất đáng chán nếu bạn không có bất cứ đối tượng nào để bộc lộ sự bất mãn của mình.

Còn đây là năm điều quan trọng được tin là có thể chống lại cơn hờn giận của trẻ:

1. Tất cả mọi người - lớn cũng như bé - đều biết họ muốn gì. Họ chỉ cần suy nghĩ về điều đó cho đến khi mọi chuyện sáng ra.
2. Trẻ em cần học cách yêu cầu những điều chúng muốn một cách trực tiếp bằng lời nói.
3. Con người ta cần rất ít - thức ăn, chỗ trú ẩn, không khí, tình thương và luyện tập.
4. Tất cả những điều còn lại là những gì ta muốn và không phải lúc nào bạn cũng có được cái mình muốn!
5. Dù bạn cảm thấy vui hay buồn thì điều đó cũng không mấy may ảnh hưởng đến thế giới này. Vậy thì vì có gì bạn không vui lên?

HUYỀN THOẠI VỀ SỰ NHÚT NHÁT

Bạn có một đứa con nhút nhát trong nhà không? Phải sau khi đọc xong phần này có thể bạn muốn thay đổi điều đó! Bạn xem, nhút nhát cũng có một huyền thoại về nó đấy. Đó là một cái bẫy mà khi trẻ lỡ chân sa vào rồi sẽ không biết cách nào thoát ra. Trong khi nhút nhát có thể là một đặc điểm dễ thương ở trẻ thì nó lại là một hạn chế thực sự ở những giai đoạn sau của cuộc đời. Sự thật là người nhút nhát bỏ qua nhiều cơ hội trong đời.

Cần phải hiểu tại sao trẻ trở nên nhát nhúa sợ hãi đủ thứ và làm cách nào giúp trẻ vượt qua đặc tính ấy? Nhát sợ được bắt đầu bởi sự pha trộn giữa một tai nạn nào đó với một điều kiện nhất định. Tất cả chúng ta đều có thể sa vào một tình huống có thật nào đó khiến chúng ta cứng lưỡi không nói năng được gì. Điều này cũng xảy ra với trẻ con nữa. Một lần tôi chứng kiến một thằng hề trên sân khấu đi đến gần một đứa trẻ dưới khán đài. Tên hề cúi xuống đứa bé, chắc là định chào hỏi nó, chỉ thế mà làm cho đứa bé sợ chết khiếp đi được! Nghệ sĩ Robin Williams nhớ lại một lần dẫn một đứa trẻ hai tuổi đến chơi ở khu giải trí Disneyland. Ông phát hiện ra rằng cậu bé hoàn toàn không muốn bắt tay với chú chuột Mickey. Lí do là dưới cái nhìn trẻ thơ thì Mickey của chúng ta trông giống một con CHUỘT khổng lồ cao hai mét.

Công việc của chúng ta với tư cách là những người làm cha làm mẹ là giúp trẻ trải qua giai đoạn này. Sau cùng, những người mà bạn giới thiệu với con cái mình không phải là những kẻ nguy hiểm hoặc cũng không đáng sợ - thế nên không cần phải hành động như thể có gì bất bình thường.

Đây là những bước bạn cần thực hiện:

1. DẠY CON BẠN TRỞ NÊN THÂN THIỆN CHAN HÒA VỚI NGƯỜI KHÁC

Điều này hết sức đơn giản. Khi có một ai đó bắt chuyện với con bạn hoặc chào hỏi nó khi bạn đứng bên cạnh, bạn hãy giải thích cho trẻ những việc chúng cần làm.

- Nhìn thẳng vào người đang nói chuyện với chúng.
- Cát tiếng chào và gọi tên của người đối diện.

Bạn cũng có thể giới thiệu người ấy với trẻ, kiểu như “Đây là chú Peter, (hoặc bác sĩ

Brown) con chào chú đi nào!”. Khi ấy trẻ sẽ nhìn lên và nói “Chào chú Peter!”, như thế mọi chuyện sẽ ổn. Với trẻ dưới bốn tuổi làm như vậy là vừa đủ. Trẻ ở tuổi đó không muốn trở thành một trung tâm chú ý như khi chúng lớn hơn một chút đâu, hoặc cũng có thể là chỉ nên ép chúng làm một vài biểu hiện nho nhỏ như vậy. Cát tiếng chào và nhìn vào mắt người lạ đã là một sự khởi đầu tốt đẹp rồi!

2. CƯỜNG QUYẾT TRONG NHỮNG VIỆC TRẺ PHẢI LÀM!

Cô bé ba tuổi Angela bị bố mẹ coi là hết sức nhút nhát. Nhà họ thường có nhiều khách khứa, mỗi lần như vậy cô bé bỗng trở nên rụt rè, núp sau váy mẹ và thường rất ngại ngùng bên lên khi có một người khách mới đến nhà lần đầu. Trái lại, với những người trong gia đình Angela là một cô bé hoạt bát, vui tươi nói véo von luôn miệng. Cô bé cũng có thái độ như vậy trong những buổi họp mặt với những đứa trẻ đồng trang lứa.

Cha mẹ Angela tìm đến trao đổi với chúng tôi và quyết định làm một điều gì đó. Họ giải thích cho cô bé rất rõ ràng về việc cần nhìn vào mặt người đối diện và trả lời người đã nói với mình như thế nào. Khi có một người bạn của gia đình đến chơi, mà người này lại thường xuyên lui tới và Angiela lại rút vào vỏ ốc của mình không chào hỏi người ấy cha mẹ bảo cô bé đứng vào một góc phòng suy nghĩ cho đến khi cô bé sẵn sàng chào đón người khách. (“Góc nhà” ngày nay được nhiều bậc cha mẹ dùng như một kỹ thuật giúp trẻ suy nghĩ thấu đáo về một vấn đề - thay thế cho việc mắng chửi hay đánh đập). Cô bé Angiela đứng ở góc phòng một lúc rồi giãy lên đànhạch sau đó bị mang trở vào phòng riêng. (Lúc ấy cha mẹ cô tỏ ra vui vẻ vì đây là một người bạn cũ và cảnh trên đã không diễn ra dưới cái nhìn phê phán của một người bạn mới. Vượt sự khởi đầu nan mà, cần phải dành thời gian và sự quan tâm cho một sự thay đổi. Khi Angiela đã bình tâm lại cô bé lại được mang trở lại góc phòng. Ngay lập tức cô mở miệng nói “Con đã sẵn sàng rồi” (Con bé có thể là khá bướng bỉnh nhưng không ngu ngốc). Nó bước ra khỏi góc của mình, dễ dàng như ăn bánh nhân táo rồi cất lời “Chào cô Maggie”, xong chạy đi và chơi đùa rất vui vẻ. Chẳng bao lâu sau nó đã tiếp cận với Maggie một cách dễ dàng rồi còn khoe cả đồ chơi với người này và chuyện trò rất vui vẻ. Vấn đề tương tự như vậy khó có khả năng xảy ra lần nữa, và chỉ cần đứng ở góc nhà vài giây Angiela lập tức hiểu ra vấn đề. Kể từ đó Angela không còn là một cô bé nhút nhát nữa nó trở nên tự tin, thân thiện và dễ hòa đồng.

Một trong những lí do làm cho trẻ trở nên nhút nhát ngay từ những ngày đầu là do một số người lớn tỏ ra quá quan tâm đến trẻ. Họ nghĩ trẻ xinh xắn, đáng yêu, dễ gây cảm tình và tỏ ra vô vập hoặc quá nhiệt tình trong việc lôi cuốn trẻ. Một đứa trẻ nhận được nhiều sự quan tâm hơn từ trước đến giờ sẽ dễ cảm thấy cởi mở hơn. Nhưng khi chúng bắt đầu câu chuyện với người lớn, chúng sẽ cảm thấy người lớn ấy mà, đôi khi họ không nghĩ ra được cái gì hay hơn để nói.

Cũng có những lúc trẻ sợ một vài người nào đó lúc không có bạn bên cạnh, hoặc khi có một cái gì đó không thích hợp xảy ra ví dụ như một người lớn có vẻ nguy hiểm, một tên say rượu, một người không quen biết hoặc một kẻ bằng trực giác trẻ cảm thấy là một nguy cơ lạm dụng tình dục. Những người như vậy không bao giờ được phép lảng vảng quanh con bạn, đó là nguyên tắc căn bản. Hãy quan tâm đến những phản ứng thái quá của con bạn và ngay khi có thể hãy cố tìm hiểu nguyên do.

Sự thân thiện thực ra chỉ là vấn đề kết giao với mọi người, tỏ ra hòa hợp với họ và làm một sự thay đổi khi mọi việc chuyển biến quá dễ dàng. Bằng cách dạy con bạn chào hỏi, trao đổi ánh mắt và tự giới thiệu bản thân, bạn sẽ giúp chúng dễ dàng kết bạn, vui vẻ với mọi người và các kĩ năng xã giao của trẻ sẽ phát triển. Chúng sẽ có những thành công về mọi phương diện. Trong xã hội, trong trường học và trong sự nghiệp riêng: Cũng đáng để bạn bắt tay vào việc ngay với những đứa con nhỏ đấy chứ!

CHƯƠNG NĂM

CHA MẸ NGHIÊM KHẮC

Cương quyết. Làm ngay tức thì.

Trong khi làm việc với các gia đình tôi bao giờ cũng mở to mắt ra với nhiều khả năng khác nhau. Một trong những ngạc nhiên lớn nhất của tôi là khám phá ra rằng một số trẻ hạnh phúc nhất và ổn định nhất lại trưởng thành trong những gia đình của những bậc cha mẹ nguyên tắc dễ sợ (ấy là theo suy nghĩ của tôi). Bí quyết ở đây có vẻ như là những ông bố bà mẹ này tuy rất khó khăn nhưng hoàn toàn có thể lường trước được - họ kiên quyết đến nỗi con cái họ biết chính xác kỉ luật là gì và cách thức tránh xa bất cứ một rắc rối nào. Chính vì lẽ đó mà trẻ trong những gia đình này hiếm khi bị trừng phạt.

Có lẽ điều quan trọng nhất là những đứa trẻ này biết chúng được yêu thương và đánh giá cao bởi vì cha mẹ đã nói với chúng như thế. Sự khước từ chưa bao giờ xảy ra: cũng có lúc những đứa trẻ này hoảng sợ, nhưng không bao giờ mất tinh thần và không bao giờ có cảm giác là chúng bị bỏ rơi. Một cách ngắn gọn, ở đây nội quy nghiêm ngặt cộng với một tình thương yêu hoàn toàn tích cực. Nếu thiếu đi một trong hai vế tôi không nghĩ là phương pháp này đạt được thành công.

Tương phản với kiểu cha mẹ này là những gia đình khó khăn - nhưng - dễ dãi. Tôi đã gặp khá nhiều đứa trẻ có hạnh kiểm xấu, trốn thoát được hậu quả nhưng vẫn chịu nhiều đau khổ. Rõ ràng, những đứa trẻ này trông chờ vào việc có một ai đó choàng dây cương lên người chúng để ách chúng lại khi cần thiết, nhưng cha mẹ chúng lại hiểu lầm mong muốn thực sự của chúng. Họ nghĩ con họ cần thêm không gian, cần thêm tự do nhưng thực tế thì lại ngược lại.

Nhu cầu trong khuôn khổ là một trong những bí mật mà các bậc cha mẹ cần biết. Khi những người làm công tác xã hội trao một đứa trẻ cho một người nhận nuôi sau khi gia đình của nó bị tan rã, họ đã phải học cách đưa ra những lời cảnh báo gia đình bố mẹ nuôi như sau:

“Đứa bé này có thể hòa hợp và ổn định cuộc sống dễ dàng nhưng chắc chắn nó sẽ quậy phá rất ghê trong ba tháng đầu tiên để thử thách ông bà và gia đình của ông bà - xem xem gia đình này có đủ mạnh để giữ được nó hay không. Nó muốn biết liệu cuộc hôn nhân của ông bà, sức khỏe tâm thần của cha mẹ mới, tình thương và kỉ luật của ông bà có đủ mạnh không. Chỉ như thế nó mới cảm thấy thoải mái và có thể tiếp tục trưởng thành.

Nói tóm lại, nó muốn biết chắc rằng gia đình này sẽ không tan vỡ như gia đình cũ của nó và sẽ thử thách điều này”.

Gia đình bố mẹ nuôi là một ví dụ cực đoan. Nhưng tất cả bọn trẻ con đều giống nhau hết: chúng cần biết ai sẽ là người bảo ban, kiềm chế chúng.

Chúng tôi biết được từ các công trình nghiên cứu là có ba loại phản ứng chính của cha mẹ đối với những trò phá phách của trẻ: dữ dội, thụ động và nghiêm khắc.

Những ông bố bà mẹ dữ tợn sẽ dùng biện pháp tấn công, hoặc bằng lời hoặc hành động, để nhục mạ trẻ. Những ông bố bà mẹ dễ dãi, thụ động luôn cho phép trẻ “qua mặt mình” và chỉ lấy lại được sự kiểm soát khi ở “nước” cuối hoặc bị chiếu bí thì cuối cùng mới nổ ra một cơn bộc phát hoàn toàn bất ngờ. Những bậc phụ mẫu nghiêm khắc lại hành động ngược lại. Xin bạn hãy vui lòng xem tôi giải thích cặn kẽ hơn về ba loại cha mẹ trên.

Cha mẹ hung dữ

Những người này gần như lúc nào cũng sẵn sàng nổi xung với trẻ. Thường thì những cơn giận của họ không có dây mơ rễ má gì với cư xử của trẻ hết. Những ông bố bà mẹ này có lẽ không hài lòng với cuộc hôn nhân của họ, bất mãn với công việc, không vừa ý với cả loài người hoặc có thể họ đã làm cha mẹ ngoài ý muốn của mình (mà điều này thì bọn trẻ đâu có lỗi). Họ giải thoát những căng thẳng nêu trên bằng việc nhục mạ hoặc đàn áp trẻ.

Một số đứa bé xử lí điều này bằng một cách rất thú vị. Chúng nhận ra rằng đó cũng là một kiểu yêu thương, dẫn đến lí luận rằng: “Ít nhất thì họ cũng quan tâm đến tôi đủ để la hét mắng mỏ và họ càng la to bao nhiêu thì càng chứng tỏ họ quan tâm đến con cái bấy nhiêu!”. Thậm chí đứa trẻ ấy cũng có thể la hét lại (cũng là một cách đáp trả lại tình yêu) và chẳng bao lâu, cha mẹ và con cái lôi nhau vào cuộc chiến. Cả gia đình có thể áp dụng cung cách này, dùng

cái mà người bên ngoài có thể thấy như một nguy cơ cho-tất-cả-các-bên nhưng thực ra lại là một kiểu cư xử thân mật mà tất cả những người tham gia sẽ thấy thiếu nếu nó không tiếp tục diễn ra.

Cũng có những đứa trẻ ý thức được những kiểu nhục mạ nhau như vậy có tác dụng phá hoại về mọi phương diện, chúng trở nên thu mình khép kín và có biểu hiện xáo trộn về mặt cảm xúc. Hoặc, như chúng ta đã từng thấy, cố gắng sống như người ta đã gán cho chúng các danh hiệu rồi thực sự trở thành những kẻ phá hoại hoặc mất dạy đúng như người ta vẫn bảo chúng thế.

Trong chừng mực mà sự vâng lời có được là do làm trẻ sợ hãi, những người cha mẹ hung dữ có thể lãnh nhận hậu quả. Thật vậy, đôi khi trẻ làm một cuộc lật đổ: nhiều ông bố bạo chúa một ngày kia đối mặt với một đứa con đủ mạnh để trả đũa và kết quả là nó làm cho ông bố đo ván. Nhưng người làm cha mẹ luôn vung cây gậy và chửi con cho đã, sẽ có một kết cục buồn thảm: con họ hoặc là tỏ ra quá khiếm nhục để bị lôi kéo hoặc là những kẻ nổi loạn và đối kháng với mọi người trên đời - hoặc là một kiểu pha trộn giữa hai loại trên.

Cha mẹ thụ động

Những người như vậy có mặt ở khắp mọi nơi! Cho phép tôi dùng một ví dụ điển hình để minh họa cho tuýp cha mẹ này nhé.

Một lần tôi trò chuyện với một bà mẹ trẻ đến than phiền với tôi về việc con cái cô không chịu vâng lời. Những chuyện như thế xảy ra như cơm bữa nhưng trong câu chuyện của người mẹ này có một hoặc hai điểm bất thường khiến tôi phải chú ý. Thường thì khi cần tư vấn các cặp vợ chồng sẽ đem theo đối tượng than phiền của họ đến gặp tôi. Trên thực tế họ muốn cho tôi được mục sở thị khi yêu cầu, “Đẩy con bé hay thằng bé này đây, xin hãy uốn nắn nó giùm tôi”. Nhưng người mẹ này không dẫn con đến “vì sợ làm cho nó khó chịu” mà cô ta cũng không cho chồng biết về chuyện đến gặp tôi nữa.

Trong lúc chúng tôi trao đổi, cô thổ lộ cả can tràng ra về tất cả những chi tiết dính líu đến việc đứa nhỏ không vâng lời, có thể thấy rõ là cô đã trút cho tôi những lo lắng và căng thẳng quá sức khi có dịp được nói ra thành lời. Cô dường như quá bận tâm đến việc quẳng quách cái gánh nặng của mình đi trong khoảng nửa giờ đồng hồ, không để cho tôi có thể chen vào

một câu. Rồi cũng đến lúc tôi có dịp để hỏi cô xử lý thế nào với đứa trẻ cứng đầu này, câu trả lời là cô rất nghiêm khắc nhưng đứa trẻ chỉ đơn giản là không chịu nghe lời cô thôi. Tôi yêu cầu người mẹ lần sau hãy dẫn đứa trẻ tới và giới thiệu nó với tôi.

Đứa bé này hóa ra có tinh thần hợp tác và cư xử đúng như dự đoán của chúng tôi. Sau một vài phút “dàn cảnh” đứa bé bắt đầu tháo rời máy điện thoại và rèm cửa của tôi. Tôi yêu cầu người mẹ biểu diễn cho tôi cách thức cô vẫn làm để ngăn chặn nó. Người mẹ lập tức hạ giọng xuống, thì thầm bằng một giọng êm ái đầy lo âu, “Melissa yêu dấu của mẹ, sao con không dừng lại?”.

Lẽ dĩ nhiên, đứa trẻ cứ tiếp tục công việc của nó “Làm ơn đi mà, tình yêu của mẹ, con lại đây, con gái ngoan của mẹ”.

Tôi rất yêu mến và quý trọng thiếu phụ này, thật là một người mẹ đầy quan tâm và chỉ muốn làm điều gì tốt đẹp nhất cho con. Tuy vậy, quan điểm của cô về sự nghiêm khắc quả rất khác với quan điểm của tôi.

Một vài phương pháp rèn luyện tính kiên quyết được mang ra áp dụng, những phương pháp ấy đã bắt trúng mạch và có thể thay đổi tính nhút nhát và thụ động của người mẹ: Chẳng bao lâu sau cô bé Melissa đã thôi không còn là một người quyền lực nhất trong nhà nữa!

Hành vi đạo đức của trẻ không chỉ đòi hỏi ý muốn bất chợt của những người làm cha mẹ mà cái chính là tiến hành những công việc thực tế để cho cuộc sống trở nên dễ dàng hơn. Không giống như việc làm cha mẹ thời Victoria, chúng ta không cần một sự vâng lời mù quáng chẳng hạn như phải chải đầu cẩn thận trước khi ngồi xuống uống trà hay là ăn các món dành cho mình theo thứ tự bảng chữ cái! Chúng ta cần yêu cầu trẻ hợp tác với cha mẹ để làm cho cuộc sống trở nên dễ dàng hơn: “Thay quần áo trước khi con ra ngoài đi chơi”, “Đừng có đánh Susan nữa!”.

Như vậy, khi một đứa trẻ không có tinh thần hợp tác, cha mẹ nó thấy ngay là cuộc sống trở nên khó khăn hơn. Những người bản tính nhẹ nhàng, mềm yếu sẽ hiểu ngay ra rằng họ phải là những người nhượng bộ. Tuy vậy họ càng muốn bỏ cuộc và thôi không cấm cản những trò nghịch ngợm của thằng lỏi Damian bao nhiêu thì họ lại càng cảm thấy giận dữ, mệt mỏi vì những rắc rối nó gây ra bấy nhiêu và cố gắng lập lại trật tự. Có thể là một giờ sau việc không

nghe lời cha mẹ hoặc một tuần sau, cái rắc rối tương tự lại được lặp lại và khi chuyện ấy xảy ra, bậc cha mẹ bất thành linh không dung thứ chuyện phạm thượng ấy nữa. Những cảm xúc bị dồn nén bấy lâu nay bùng nổ, họ nói không tiếc lời và kỉ luật trẻ bằng một cách thức mà trong thâm tâm cả cha mẹ và con cái đều hiểu rằng họ đã ra ngoài vòng kiểm soát của lí trí.

Chẳng có gì đáng để bạn ngạc nhiên: những đứa trẻ bị tổn thương nhiều nhất lại chính là từ trong những gia đình dưới sự cầm cân nảy mực của những ông bố bà mẹ thuộc loại này: nhút nhát, yếu đuối, họ chịu đựng một thời gian rồi dùng một cái tát cả bùng nổ để giải thoát những ức chế bấy lâu nay, và hậu quả của những vụ “nổ bình hơi” như vậy thật khó mà lường hết được. Nếu bạn có bao giờ cảm thấy mình có thể là một nguy hiểm đối với sự an toàn của trẻ hoặc của bản thân, khi bạn “bùng nổ” xin bạn hãy đọc chương 8 của cuốn sách này để tìm ra những biện pháp an toàn hơn.

Trong lúc viết cuốn sách này tôi cứ vẫn vương một ý nghĩ rằng có thể bạn, người đang đọc cuốn sách này cũng có những cảm nghĩ tồi tệ, nhận ra chính mình đang được miêu tả ở đây. Nếu như bạn có một vấn đề nào đó trong mối quan hệ với con cái xin hãy nhượng bộ, nhượng bộ, nhượng bộ và trước khi bùng nổ bạn cần biết vài điều sau:

- Có khoảng một phần ba những người làm cha mẹ từng trải qua động thái này, đặc biệt là khi con họ còn bé và khi mới bắt đầu thu lượm những kinh nghiệm làm cha mẹ.

- Đây hoàn toàn không phải là một vấn đề lớn, chẳng qua chỉ là việc các năng lượng xúc cảm của bạn đi lệch phương và điều này có thể sửa chữa được.

Như vậy làm cha mẹ mà tỏ ra quá hung dữ hoặc quá yếu đuối đều không dẫn tới đâu - còn lại cái gì đây? Cuối cùng (với một hiệu kèn trumpet) chúng ta tuyên bố kiêu CHA MẸ NGHIÊM KHẮC lên ngôi.

Đó là những bậc phụ mẫu có quan điểm rõ ràng, kiên định, có chủ kiến và trong thâm tâm là những người tự tin và thoải mái. Con cái của họ học được từ những cái Mama hoặc Papa của chúng nói và làm nhưng cùng lúc đó chúng lại không bị làm nhục, máng mủ hay đánh đập.

Một sự nghiêm nghị quyết đoán không phải là một điều bạn thấy hàng ngày và có thể bạn không có nhiều tấm gương để noi theo. Nếu cha mẹ bạn là những người hung hăng, thì quả là

rất khó cho bạn trong cố gắng trở thành một người kiên định. Điều quan trọng là hãy nhìn đức tính này như một nghệ thuật mà bạn phải dày công mới có được chứ không phải bạn sinh ra đã có sẵn. Điều đó có nghĩa là bạn có thể dành thời gian để tập luyện. Bao giờ cũng có những tia sáng cuối đường hầm.

Một nửa của đức tính quyết đoán hay kiên định này là ở trong con người bạn, trong thái độ sống của bạn. Hãy nhìn bảng so sánh sau:

Cha mẹ “ủy mị” hạ thấp giá trị của mình

Tôi là người sau chót được kể đến trong gia đình.

Tôi phải làm cho con tôi lúc nào cũng được hạnh phúc nếu không tôi chỉ là một người bố/mẹ tồi.

Cha mẹ “ngghiêm túc” quyết định điều quan hệ đối với họ.

Tôi cũng quan trọng như tất cả những thành viên khác trong gia đình.

Trẻ con là rất quan trọng nhưng chúng cũng phải phù hợp và quan tâm đến những người khác.

Tôi không nên thất vọng trước khả năng “sáng tạo” tự nhiên của con cái.

Tôi chẳng làm được trò trống gì, thực thế, nhưng lũ con của tôi thì có thể làm được một cái gì đó oanh liệt, biết đâu đấy.

Bạn đời của tôi cũng là một điều cần quan tâm nhưng không quan trọng bằng lũ trẻ.

Cuộc sống có phần nào giống như một cuộc vật lộn.

Tôi chỉ cầu mong hai tiếng bình an; tôi ưu tiên tất cả cho trẻ để mua lấy cuộc sống yên bình, lặng lẽ. Sự thương hại sẽ không kéo dài lâu.

Thất vọng là một phần của sự trưởng thành; trẻ thường không biết rõ các đường đi nước bước.

Tôi cần hạnh phúc, vui tươi và khỏe mạnh để làm một người cha/mẹ đúng nghĩa - ngoài ra tôi cũng có những việc khác làm cho bản thân mình chứ.

Bạn đời và cuộc hôn nhân của tôi vô cùng quan trọng. Con cái (gần như) chiếm vị trí thứ hai.

Sống là một thách thức và là niềm vui.

Nhiều lúc tôi cũng mệt mỏi, nhưng tôi phải làm gương cho trẻ và tôi chính là người đứng mũi chịu sào. Sẽ dễ dàng hơn cho một cuộc chạy đường trường nếu trẻ biết chúng đang đứng ở đâu.

Phần thứ hai của đức tính kiên định là nằm trong hành động: điều mà bạn làm trong cây đời xanh tươi của cuộc sống. Đây là những cách thức bạn có thể dùng để uốn nắn đưa một đứa trẻ thường ngỗ ngược không vâng lời hay chậm trễ trong việc thực hiện yêu cầu của bạn vào nề nếp.

Xác định rõ ràng trong suy nghĩ của bạn. Đó không phải là một yêu cầu, cũng không phải việc mở ra một cuộc tranh luận, chỉ là một đề nghị mà bạn thấy mình nên làm, chính con bạn cũng có lợi ích từ việc học hỏi để thực hiện đề nghị đó.

HÃY THIẾT LẬP MỐI QUAN HỆ TỐT VỚI CON CÁI

Hãy tạm dừng việc bạn đang làm lại một lát, đến gần con bạn và khiến nó phải nhìn lên. Đừng vội đưa ra lời chỉ dẫn cho đến khi nó nhìn bạn.

TỎ RA THẬT RÕ RÀNG CHÍNH XÁC

Bạn hãy nói, “Bố muốn con làm việc này... ngay bây giờ. Con đã hiểu rõ chưa?”. Bạn cần chắc chắn là bạn có được từ nó câu trả lời “có” hay “không”.

NẾU TRẺ VẪN KHÔNG VÂNG LỜI, BẠN HÃY LẬP LẠI MỆNH LỆNH CỦA MÌNH MỘT LẦN NỮA

Bạn đừng tranh luận, lí sự, nổi giận, hay hoảng hốt. Bạn chỉ cần điều chỉnh hơi thở, hãy hít thở một cách chậm rãi và hít thật sâu rồi bạn sẽ bình tĩnh hơn. Cái bạn ra hiệu cho trẻ chính là

cái bạn kiên quyết duy trì mà thậm chí không cần phải làm lớn chuyện. Đây chính là bước quyết định và điều có nghĩa nhất chính là việc bạn không làm gì cả. Xin bạn chớ lao đầu vào một cuộc tranh luận hoặc cãi vã, cũng đừng để máu nóng bốc lên, bạn chỉ cần đơn giản lặp lại mệnh lệnh của mình đối với trẻ.

GẦN GŨI VỚI TRẺ

Nếu có chuyện gì xảy ra khiến trẻ không hoàn thành được nhiệm vụ. Khi nhiệm vụ đã được trẻ thực hiện xong cũng đừng khen ngợi ồn ào quá. Chỉ cần nói “Tốt lắm”, và mỉm cười với trẻ là đủ.

Tiến trình này gọi là quá trình đào tạo lại. Thời gian trong thời hiện đại là thời gian tiêu thụ, trong vài lần đầu có thể bạn nghĩ “Trời đất, thật dễ ợt, mình chỉ cần mua vài món đồ chơi”. Không hẳn thế đâu, thời gian đầu trẻ ở giai đoạn này sẽ được đền đáp hàng ngàn lần.

Việc theo đuổi trò cút bắt này khá đơn giản. Khi đứa trẻ phát hiện ra là bạn không bỏ cuộc, hãy bồi thêm cho nó một thất bại nhỏ thú vị nữa hoặc là để trẻ đi chệch ra ngoài mục đích, trẻ sẽ đơn giản nhượng bộ bạn.

Bạn sẽ tin tưởng rằng chẳng bao lâu bạn sẽ có được một tiếng nói có sức nặng và một tư thế để nói “Bố muốn nói đến công việc” đối với con bạn. Giọng nói này hoàn toàn khác với giọng nói mà bạn dùng để thảo luận, trêu đùa, khen ngợi hoặc chơi đùa với con cái. Trẻ sẽ nhận ra ngay cái kiểu nói ấy có nghĩa là “Làm ngay bây giờ đi!”. Và chúng sẽ làm theo! Thật là một cảm giác tuyệt vời đối với con bạn.

Một khi trẻ đã hiểu cha mẹ mình là những người kiên định, thật là tuyệt vời khi điềm lại việc bạn đã quen để cho mọi việc trở nên khó khăn đối với bạn như thế nào. Ví dụ, sau đây là một kịch bản trước giờ đi ngủ khá hay của người Úc. Những cái tên ở đây đã được thay đổi để bảo vệ cho những người vô tội.

Bây giờ là giờ đi ngủ Cheryl. Cheryl bốn tuổi (hoặc bảy tuổi hoặc mười tuổi).

Mẹ

Gần đến giờ đi ngủ rồi Cheryl. Tốt nhất là bắt đầu sửa soạn thôi.

Con đã dọn dẹp đồ chơi lại chưa?

Nhanh lên Cheryl, con không muốn gây nên một rắc rối nào nữa, phải không?

Coi nè, mẹ sẽ giúp con cất búp bê đi.

Này cất những món đồ chơi này đi. Mẹ thì mẹ vứt hết đi bây giờ đây.

Cheryl, con muốn mẹ phải chạy ngang chạy dọc khắp nhà à?

Con thật hư hỏng, quậy phá!

Con (đối với mẹ)

Bà ấy nói là “gần” - có nghĩa là còn chưa đến lúc.

Vẫn còn thời gian mà.

Phải!

Tốt lắm! Mẹ sẽ chơi trò chơi với con.

Cứ làm đi! Thách đấy!

Phải. Con thích thế. Như thế vui lắm.

Phải, con là như thế đấy. Con không biết tại sao nhưng con thích đánh nhau lắm đặc biệt là khi có mẹ tham gia.

Tất nhiên câu trả lời của đứa trẻ không được phát ra thành lời. Nếu bà mẹ biết được bà có thể không vui lòng tham gia vào trò chơi này. Một quá trình tương tự có thể xuất hiện trong nhiều tình huống. Các bước chính là:

Mâu thuẫn trong nỗi sợ của cha mẹ: họ có vẻ miễn cưỡng và vô hi vọng khi lần đầu tiên họ “đề nghị” con cái hợp tác.

Họ viện đến lí lẽ và kĩ năng tranh luận mà không biết rằng điều này được trẻ sử dụng để

“câu giờ!”.

Họ bỏ ra nhiều công sức để đấu tranh với trẻ, những cậu bé hoặc cô bé khoái được chỉ huy và thích thú khi có thể điều khiển người lớn.

Cha mẹ trở nên ngán ngẩm và một khi mất hết kiên nhẫn họ thẳng tay trừng phạt bằng một tình cảm tiêu cực hơn và sử dụng những ngôn từ mạ lị mà họ muốn dùng cho bổ tức.

Thật đáng buồn là những chuyện như vậy xảy ra hàng ngày. Nhưng dù sao thì cũng vẫn còn có những tín hiệu tốt vì rằng vẫn có cách để thoát khỏi những chuyện này.

CÓ MỘT CÁCH GIÚP BẠN VỪA GIẬN DỮ VỪA THƯ GIÃN CÙNG MỘT LÚC - GIẢ VỜ!

Một hôm, thầy giáo dạy môn khoa học của chúng tôi được mời ra ngoài lớp học. Khi ấy chúng tôi là một bọn nhóc khoảng mười ba tuổi. Vắng chủ nhà gà vọc niêu tôm, lũ tiểu quỷ chúng tôi bèn đổ nước lã vào mấy chai lọ thí nghiệm rồi dán cái nhãn “High Moon” phía sau băng ghê.

Mặc dầu tôi thường là một đứa trẻ rụt rè, nhút nhát nhưng hôm ấy tôi lao ra khỏi phòng thí nghiệm bắn súng giả như điên vào những đứa trẻ khác, bỗng bất thành linh khuôn mặt của bọn bạn học thay đổi và chúng đứng ngay tắp lự. Một tiếng gầm vang lên phía sau lưng tôi, thầy giáo đã trở lại lớp học tựa như một vị hung thần.

Tôi quay lại ngồi vào bàn học của mình gần như nhờ vào một phép màu nào đó, thậm chí còn không dám ngước lên khỏi trang sách nữa. Khi nhìn lên tôi đã bắt gặp một cảnh tượng thật kì lạ. Thầy giáo nhìn bao quát cả lớp im lặng đang như trong nhà thờ với nụ cười ngoác đến tận mang tai. Tôi nhận ra rằng thầy giáo chỉ đóng vai giận dữ và lúc này đang sung sướng bởi kết quả ngay tức thời ông nhận được.

Điều này quả là mới mẻ đối với tôi. Tôi biết khi người lớn giận dữ họ thường không kiểm soát được bản thân và làm cho những người xung quanh hoảng sợ, thế là tất cả mọi chuyện cứ nháo nhào náo loạn hết. Lúc ấy tôi đã quyết định rằng tôi thích cái kiểu mới mẻ này hơn và tôi sẽ thực hiện trong tương lai.

Nếu bạn nóng lòng muốn trở nên kiên quyết và cứng rắn hơn với con cái thì có một cuốn sách sẽ có ích cho bạn có tên là: “Thách thức kỉ luật” của tác giả James Dobson. Dobson là một người khác đây, ông đã từng bảo mấy thằng nhóc hư hỏng là những tên khủng bố trên đường phố và đã kể lại ông dùng món “Kẹp vai Dobson” vật ngã chúng nằm đau điếng dưới đất như thế nào. Cách thức của Dobson khá cứng rắn nhưng nếu bạn là người yếu đuối, nhu nhược thì nó sẽ có tác dụng làm cho bạn trở nên cân bằng hơn. Với những đứa trẻ lớn hơn và trẻ vị thành niên có một cuốn sách mới rất hay có tên là “Tình yêu cứng rắn” chắc chắn sẽ giúp ích được nhiều cho các bậc cha mẹ.

Cả nhân loại đã làm việc rất tích cực về vấn đề kỉ luật trong suốt ba mươi hay bốn mươi năm qua, vì thế bạn đâu đơn độc. Cho đến thế kỉ 20 này, trẻ con cũng chưa phải là một vấn đề lớn: hai phần ba số trẻ đã chết; số còn lại được coi là một hậu quả không có gì nghiêm trọng trừ khi chúng lớn lên đến tuổi thanh niên và được xếp loại như những người lớn.

Bạo lực là tiêu chuẩn của các phương tiện của quyền lực. Có những giai đoạn những đứa trẻ bảy tuổi đầu được đưa xuống làm việc ở những hầm mỏ không có hệ thống thông hơi hoặc đứng làm việc ở các nhà máy mười tiếng một ngày. Tình trạng của trẻ con ngày nay đã được cải thiện nhiều.

Thập kỉ 50 và 60 của thế kỉ 20 là kỉ nguyên tuyệt vời để trẻ con trở thành người lớn. Giống như tất cả các trào lưu thời thượng, quả lắc quay hơi nhanh thế nên giới trẻ tìm thấy mình với những hành trang rắc rối của việc trở thành người quan trọng nhất trong gia đình. Không cần phải nói ra cũng biết đó cũng chẳng phải là điều tốt đối với họ. Cuối cùng, con lắc quay chậm lại. Chúng ta học được cách trao tặng cả tình yêu dịu dàng và tình yêu thương nghiêm khắc và thế là con cái chúng ta bắt đầu chứng tỏ một sự thăng bằng.

Vâng, đây là câu chuyện về những bậc cha mẹ kiên định. Nó bắt đầu từ quyết định rằng bạn với tư cách là cha mẹ có quyền và con bạn cần sự kiểm soát của bạn (ngay cả khi con bạn có thể không đồng ý). Điều này, rốt cuộc, chỉ làm cho cuộc đời bình yên hơn cho mỗi người và có nhiều thời gian hơn để đón nhận niềm vui.

Không đe dọa với các mâu thuẫn

Dùng biện pháp thương lượng khi trẻ lớn hơn và giỏi giang hơn

Dùng “khô nhục kế” để làm cho trẻ cư xử tốt, so sánh trẻ với những đứa khác

Sự lựa chọn của bạn:

Dành cho trẻ một sự “âu yếm tích cực”

Kiên định

Làm cho trẻ hiểu rõ những yêu cầu và mệnh lệnh nghiêm túc, lập ra luật lệ và thực hiện nghiêm túc

Dùng biện pháp nhục mạ để uốn nắn, dạy dỗ trẻ hung hăng, la hét om sòm, đánh đập một cách giận dữ

Đây là bốn lựa chọn của các bậc cha mẹ trong đối xử với con cái - đừng dùng bảng này để cảm thấy mình có lỗi. Bạn hãy tự nhắc nhở mình - “ta cần có một sự lựa chọn”.

LÀM CHA VỚI SỰ ỦNG HỘ CỦA BẠN ĐỜI

Nhiều việc trong đời sẽ được thực hiện một cách dễ dàng hơn khi có một người ủng hộ, nâng đỡ bạn, một trong những việc đó là nuôi dạy con cái.

Không có gì phải nghi ngờ, nuôi con cái nên người đòi hỏi người ta một quyết tâm, sự kiên trì chịu đựng và mục đích rõ ràng để có thể đưa trẻ đi đúng hướng. Không có gì làm cho bạn cảm thấy dễ chịu hơn khi biết rằng bạn có sự hậu thuẫn quý báu của người bạn đời.

Hầu hết mọi người cảm thấy đôi chút ngại ngần trước sự ủng hộ ấy, bởi vì người ta muốn tránh việc để chuyện dạy con đi theo LỐI MÒN. Vậy cái gì là LỐI MÒN? Có thể tóm gọn trong một câu ngắn ngủi: - Chờ đến lúc bố mày về rồi sẽ được một trận! Đó không phải là một sự dàn xếp vui vẻ - Mẹ chỉ có một mình lại bị áp đảo, dồn hết vai trò duy trì kỉ luật cho Cha, người khi về đến nhà chỉ muốn được nghỉ ngơi vậy mà lại phải đóng vai ngáo ộp với con cái, những đứa trẻ này đến lượt mình sẽ lại trốn thoát bằng những chuyện làm người mẹ đau đớn hơn và vân vân.

Sự ủng hộ là rất quan trọng nhưng nó cần được tiến hành một cách chu đáo. Ở đây có một quy luật đơn giản: khi bạn ủng hộ một ai đó, bạn không cần thiết phải ra mặt.

Các mối quan hệ sẽ trở nên đơn giản hơn nếu người ta quan hệ với nhau một cách thẳng thắn, trực tiếp. Một khi câu chuyện diễn ra tay ba mọi việc sẽ trở nên dễ lẫn lộn, xáo động hơn. Đây là một câu chuyện minh họa cho việc người ta nên giữ một khoảng cách như thế nào. Cậu bé Peter, mười ba tuổi đang có chuyện mắc mớ với mẹ cậu là Marjorie về việc vứt bừa quần áo dơ. Cậu ta đâm to tiếng, bắt đầu thề thốt và nói năng một cách quá trớn. Cha cậu bé nghe thấy cuộc cãi vã đã bước vào can thiệp. Ông bảo con, “Này! Con cần nói năng với mẹ bằng một giọng bình thường, và phải thu xếp chuyện này với mẹ ngay”. Ông cố tình nhìn vào mắt Peter “Được chứ?”, “Dạ”. Người cha bỏ đi nhưng vẫn để mắt quan sát. Như vậy cậu bé buộc phải tiếp tục giải quyết vấn đề quần áo với mẹ.

Nguyên tắc ở đây là - một đứa trẻ đang có vấn đề rắc rối gì đó với mẹ cần phải giải quyết cho xong chuyện đó. Khi người cha can thiệp, ông ta phải đảm bảo là đứa trẻ được tôn trọng và để cho nó tự mình thu xếp vấn đề. Theo cách này mọi chuyện sẽ trở nên đơn giản.

Nhu cầu có một sự ủng hộ có thể xuất hiện khi có chuyện liên quan với cả bọn con trai và bọn con gái. Tuy nhiên, dường như ở một số giai đoạn nhất định nào đó các cậu bé bước vào những cuộc thử thách giới hạn với một tinh thần hợp tác - và như vậy người cha được trao cho trọng trách “mang cây thập tự”. Nhưng nhờ có sự hỗ trợ nên ông sẵn sàng cho cả các cô bé lẫn cậu bé. Cả các ông bố và bà mẹ đều cần hài hòa giữa sự cứng rắn và mềm mỏng. Bạn không thể “bù đắp thiếu sót” cho một người làm cha/mẹ quá cứng rắn hoặc quá nhu nhược - mỗi một người phải trở thành một người toàn vẹn đối với con cái. Có một cách cũ kỹ nữa tầm thường đến mức không thể tin nổi cách đây đã 30 năm, đó là cần có một sự kết hợp giữa một người cha cứng rắn với một người mẹ rất mực dịu dàng như thể một người cố gắng bù đắp cho sự khắc nghiệt của người kia. Một chuyện như vậy đâu có diễn ra một cách tốt đẹp, bởi vì một đứa trẻ sẽ không có kinh nghiệm ứng xử để cân bằng giữa bố và mẹ.

Giống như tất cả những chuyện khác trong nghề làm bố mẹ, bạn sẽ tìm ra một cách thức nào đó phù hợp với bạn. Bạn sẽ biết là bạn đang đi đúng hướng khi con bạn nói, “Như thế không công bằng! Cả bố và mẹ đều chống lại con!” - nhưng lại không có vẻ bị rối loạn trong phần lớn thời gian.

TRẺ VÀ VIỆC NHÀ - DẠY TRẺ CÓ TINH THẦN TRÁCH NHIỆM

Đây là một phương pháp khéo léo, một công đôi việc vừa giúp bạn giảm bớt gánh nặng

những việc lặt vặt trong nhà vừa giúp con bạn từng bước chuẩn bị cho cuộc sống độc lập sau này.

Ở Úc, trẻ em rất dễ trở thành những kẻ lười biếng, ỷ lại. Chúng ta thường lấy làm ngạc nhiên khi nghe chuyện các cô cậu thanh niên - vào độ tuổi 20 - vẫn sống với bố mẹ và được bố mẹ chúng hầu hạ cơm ăn nước uống, thậm chí cả chuyện giặt giũ nữa! Rất nhiều những đứa trẻ người Úc vẫn là con trẻ (với cái nghĩa là chúng không chịu trách nhiệm về chuyện ăn uống và chăm sóc bản thân) cho đến khi chúng đã ngoài 20 tuổi. Điều này đặc biệt đúng với các chàng thanh niên sức dài vai rộng. Có thể là bạn đọc của tôi cũng đã kết hôn với một người như thế.

Trên phạm vi toàn thế giới, từ Nepal đến New Guinea và Nicaragua, việc thiếu niên phải có trách nhiệm với bản thân và với những người xung quanh là một điều hết sức bình thường. Chúng thường được các bậc phụ huynh quan tâm, để mắt đến một cách sát sao. (Không bị bỏ rơi là như một số trẻ em phương Tây sinh trưởng trong những gia đình giàu có) tùy theo độ tuổi, trẻ được giao những công việc hàng ngày mà chúng thực hiện một cách vui vẻ và với một ý thức tự hào rõ rệt.

Cũng có lúc cho bọn trẻ chơi đùa, nhưng đó chỉ là một khúc nhạc dạo thôi. Kết quả của việc trẻ có bổn phận và trách nhiệm góp công sức trong gia đình thể hiện ở chỗ tuổi thơ của trẻ trôi qua một cách êm đềm và trẻ dễ dàng bước vào tuổi trưởng thành. Điều này đúng với hầu hết các nền văn hóa trên thế giới. Làm sao mà chúng ta lại có cái ý nghĩ rằng tuổi thơ là “một phòng chờ” trước khi cuộc sống thực sự bắt đầu?

Chúng ta có thể tạo ra những tiền đề tốt hơn trong việc giúp trẻ sẵn sàng tự phục vụ bản thân vào tuổi trưởng thành không? Tất nhiên là có và một trong những cách đó là hãy giao việc cho trẻ làm. Bạn có thể bắt đầu từ rất sớm, từ lúc trẻ được một tuổi rưỡi, hai tuổi, khi trẻ đã có thể làm được những việc vặt. Hãy làm cho những việc nho nhỏ hãy có một cái gì thật đặc biệt chưa từng có để tạo hứng thú.

Các việc vặt trong nhà tăng dần lên từ tháng này sang tháng khác. Hãy chọn những công việc thông thường và dễ dàng liên quan đến việc tự chăm sóc bản thân và một số việc phục vụ cho lợi ích chung của mọi người trong gia đình. Ví dụ vào tuổi lên ba, trẻ có thể sắp đặt bàn ăn và mang bát đĩa của chúng bỏ vào bồn rửa bát sau khi ăn xong. Nếu không giao nhiệm vụ

ấy cho trẻ, chúng sẽ dễ dàng nghĩ đó là nhiệm vụ của bạn khi chúng lớn hơn một chút. Hãy nhắc nhở và theo sát trẻ, cùng lúc đó hãy tỏ ra tôn trọng nhân cách trẻ để cho chúng tự ghi nhớ công việc của mình. Hãy ngợi khen và tự hào về trẻ nhưng đừng quá lời - điều này cũng không có gì nghiêm trọng nhưng cần dự đoán các khả năng.

Công việc nhà một phần lớn sẽ giúp trẻ có được ý thức tự đánh giá bản thân và điều quan trọng là bạn phải biết ngợi khen và đánh giá đúng những nỗ lực của chúng. Tuy vậy, có một điều khác cũng quan trọng đó là việc ghi nhớ rằng lòng tự trọng thật sự bắt nguồn từ sự đóng góp cho cái chung. Không biết rõ vị trí của mình và không có sự đóng góp trẻ có thể tự cho mình là “cái rôn của vũ trụ” - một ý thức thổi phồng bản thân và xa rời những bậc sinh thành.

Biện pháp thông thường và tiệm tiến này sẽ giúp cho những giai đoạn phát triển sau của trẻ trở nên dễ dàng hơn. Sau một khoảng thời gian tham gia vào những công việc chung trong gia đình trẻ sẽ không còn cảm thấy đó là những nhiệm vụ nặng nề nữa mà coi đó là thói quen, là một phần trong cuộc sống. Mục tiêu của bạn là hướng dẫn con sao cho đến năm 18 tuổi nó có thể điều hành mọi việc trong gia đình “gần xuất sắc” như bạn. Một tuần nấu cho cả nhà ăn ít nhất một bữa, có trách nhiệm đối với các mặt sinh hoạt khác trong gia đình. Nếu như việc chia sẻ công việc giữa bọn trẻ với nhau tạo cho chúng một bầu không khí mà chúng thích thú, tán thưởng thì cũng khiến cho chúng cảm thấy khó chịu ở một khía cạnh nào đó. Một lần nữa bạn cần có quan điểm thực tế - hãy để cho mọi việc xảy ra giống như trong cuộc sống của những người đã trưởng thành.

Còn chuyện học hành thì sao? Có thể có một số điều chỉnh vào những lúc trẻ học thi căng thẳng. Nhưng nhìn chung học tập và việc nhà đơn giản là “công việc hàng ngày” và bạn tuyệt đối không nên ngăn cản con mình góp một tay với bạn.

Bạn hãy nhớ rằng mục đích của bạn là làm cho con mình giỏi giang ở tất cả những lĩnh vực cơ bản trong cuộc sống - nấu ăn, lau chùi, dọn dẹp, giặt giũ, nuôi súc vật, tính toán tiền bạc, phân bổ thời gian, vâng, cả những việc ấy trẻ cũng cần thành thạo như là khả năng thương lượng và một tinh thần hợp tác. Khi các con bạn trưởng thành và rời khỏi vòng tay chở che của cha mẹ, chúng đã được trang bị đầy đủ để có thể tự lo cho bản thân. Trong thực tế, chúng chắc chắn sẽ rời gia đình sớm hơn để trốn thoát công việc!

CHƯƠNG SÁU

MÔ HÌNH GIA ĐÌNH

Cha ư? Cha là ai?

Cái gì có trong đầu bạn khi bạn nghe vang lên hai tiếng “gia đình”? Những người ở các thế hệ trước sẽ xuất hiện hình ảnh một đại gia đình gồm 30, 40 người - các bà dì, ông chú, anh chị em họ và cả những người dây mơ rễ má xa xôi với nhau. Những người trong họ tộc thường thích sống ở cùng một khu vực và họp mặt với nhau nhiều lần trong một năm, nếu không phải là hàng tuần vào những bữa ăn tối chủ nhật.

Cái mà ngày nay chúng ta đang có không đúng nghĩa về một gia đình chút nào. Chúng ta không có những gia đình thật sự kể từ ngày xe hơi được chế tạo và anh em ruột thịt bắt đầu phân tán đi tứ phương. Một gia đình gồm có hai vợ chồng, ba đứa con và một con chó săn nòi Labrador lông vàng chỉ là một tiểu gia đình - và đó là lí do tại sao gia đình ngày nay lại không có một cơ chế bền vững và thực hiện ý nghĩa cơ bản của nó.

Và còn nữa, cả bức tranh gia đình trên cũng đã thay đổi. Một gia đình người Úc thông thường ngày nay thường chỉ có một bố hoặc mẹ, hoặc là một gia đình rỏ rã cặp lại nơi có đủ “con anh, con em, con chúng ta”. Điều này không hẳn là một cái gì tồi tệ, nhưng nó làm cho cuộc sống trong gia đình thay đổi rất nhiều.

Tất cả những điều này ảnh hưởng như thế nào đến trẻ con? Phải, chúng ta khám phá ra rằng kết cấu trong gia đình của bạn là một điều hết sức quan trọng và bạn có thể thay đổi cấu trúc của nó để biến nó thành một mái ấm cho tất cả các thành viên.

Vậy xin bạn hãy vui lòng đọc tiếp!

Đây là một bản kế hoạch mà tôi, Steve Biddulph, đề nghị lên các cấp có thẩm quyền đối với những chính sách về gia đình.

Xin hãy dùng một ví dụ. Một số người đổ lỗi hoàn toàn cho những mặt tiêu cực trong xã hội về việc các gia đình bị tan vỡ.

- “Con đi đâu vậy anh bạn trẻ Merv?”

- “Đi đá bóng ấy mà mẹ!”

- “Được mà đừng có về nhà quá trễ nghe con!”

Nhìn bề ngoài thì điều đó là đúng, nhưng trong lòng ta vẫn dấy lên một câu hỏi vậy thì cái gì đã khiến cho các gia đình tan vỡ. Bạn đã bao giờ đặt chân đến đại bản doanh của những bọn hooligan chưa? Hoặc đã từng đi vi hành ở những vùng như Ulster và Soweto chưa?

Mức độ thu nhập của người dân là một điều tối quan trọng cho một sự khởi đầu. Thu nhập dưới mức sống bình quân trong xã hội thì không ai có thể xoay sở để nuôi dạy những đứa con hạnh phúc. Tuy vậy, dù bạn có mức thu nhập cao hơn thì cũng vẫn có những sự thay đổi từ vật chất sang các lãnh vực tinh thần khác của con người: Giáo dục, sự phát triển của cộng đồng, các cách thức hòa nhập, kỹ năng trở thành một thành viên một tổ chức và hợp tác với những người khác, và nổi bật hơn cả là những nhu cầu cấp thiết cho một cuộc sống gia đình lành mạnh.

Điều này dưới góc độ tiền bạc là rất rẻ. Một trong những người bạn của tôi tổ chức nhóm tự - giúp - mình giữa những người đã từng đổ vỡ. Nếu anh ấy giữ được hai người tránh xa bệnh viện trong vòng một năm anh ấy sẽ tự trả lương cho mình. Trong thực tế người bạn của tôi còn gặt hái được nhiều hơn thế. Hàng ngàn năm qua loài người sống ở thôn quê hoặc những thành phố nhỏ bé yên bình. Khi quá trình đô thị hóa bắt đầu xuất hiện cách đây vào khoảng 200 năm trước người ta vẫn duy trì nếp sống sinh hoạt với tất cả họ hàng nội ngoại ở trong một vùng. Vì thế mà đơn vị gia đình có vẻ giống như ví dụ sau đây:

Chị em của bà nội cùng chồng con họ

Bà nội (có 9 con 3 chết khi sanh và lúc còn nhỏ)

Ông nội (quan tâm đến gia đình)

Em ông nội (và vợ con)

Mavis chưa lấy chồng

Doris lấy Arthur

Walter bị chết trong chiến tranh thế giới thứ nhất

Boarson ở nhà với cha mẹ

Enid lấy Len (chết trận trong CTTG thứ nhất)

Wilfred cưới Naomi. Có bốn con cả trai và gái

Có một con trai là Angus

Có năm con

Như bạn có thể thấy đó là một đại gia đình. Mặc dù gia đình ấy đã trải qua nhiều giai đoạn khó khăn, có người chết trong chiến tranh thế giới thứ nhất có những đứa trẻ chết ngay khi sinh hoặc chết non nhưng như một cái cây nó vẫn vươn các cành nhánh xum xuê về phía mặt trời và tỏa bóng mát chở che nâng đỡ. Ví dụ:

Cô Marvis sống độc thân nhưng rất yêu con trẻ và cô thường mời cháu Jenry con của Doris đến ở với mình vài ngày. Điều đó giúp Doris rất nhiều vì cô có tới ba đứa con trai. Ngoài ra Doris thường hay mệt mỏi và những lúc ấy cô em Marvis sẽ giúp chị nấu nướng hoặc dọn dẹp nhà cửa vài ba lần một tuần.

Chồng của Enid là Len chết trận. Angus sinh năm 1920, một thời điểm này nảy sinh nhiều vấn đề phức tạp nếu qui ước chiến tranh chấm dứt vào năm 1918, nhưng vì Enid và con chuyển đến sống gần Wilfred và Naomi cho nên không có ai không thuộc vào đại gia đình này biết được chuyện đó.

Ông nội ở trên một ngọn đồi nhỏ thường thức giấc vào lúc nửa đêm nghĩ đến các con trai, nếu còn đầy đủ có thể giúp ông việc đồng áng. Cũng may là Branson, cậu con trai út vẫn sống với cha mẹ và giúp ông trông nom nông trại.

Wilfred không thích trẻ con lắm và thường đi công tác xa nhà. Dù vậy chẳng có chuyện gì không ổn xảy ra vì chồng của Doris là Arthur lại yêu trẻ và thường dẫn con trai bên nhà Wilfred và Naomi đi câu cá hay chơi cricket vì thế mà bọn trẻ cũng không cảm thấy chúng bị thiếu thốn lắm.

Hai mươi bốn thành viên trong gia đình giả thuyết này không sống cùng một nhà (có tất cả sáu hộ gia đình) nhưng hiếm có tuần nào trôi qua mà họ không gặp gỡ nhau, khi này hoặc khi khác. Một đơn vị gia đình như vậy có thể sống còn mặc cho chiến tranh, bệnh tật và chết chóc hoành hành, mặc cho những bất hạnh vẫn có thể ghé qua nhà này hay nhà kia; nói tóm lại mọi người đều được bảo đảm có một nơi chốn đi về và một chỗ trú ẩn những lúc gặp chuyện cam go trong đời.

Những giai đoạn sóng gió, bất hạnh nhưng một kết cấu gia đình như vậy không bao giờ ở vào thế chênh vênh, bất ổn. Với các bậc cha mẹ điều này có những lợi ích rất rõ rệt. Cái gì đúng là đúng, cái gì sai là sai: Nếu bạn không đem lại bất cứ những gì mà con mình cần thì đã có anh chị em, cô chú bù đắp đầy đủ. Bạn chẳng bao giờ cô đơn đâu - bao giờ cũng có tới tấp những lời khuyên, những bàn tay chìa ra nâng đỡ và những tấm gương. Bạn có dịp thực hành với con trai con gái của ông anh trai hoặc của cô em gái, trước khi bạn bắt tay vào dạy dỗ con cái mình. Thậm chí bạn có thể quyết định không có con mà vẫn không cảm thấy cô đơn.

Ở đây cũng có nhiều giới hạn, yêu cầu và không có nhiều người trong chúng ta nhìn lại, hoặc dẫu có làm vậy thì cũng không nghĩ đến việc phát triển các thành viên trong gia đình. Nhưng điều tốt đẹp vẫn còn đó cho các bậc cha mẹ - liệu chúng ta có thể quay về với mô hình gia đình truyền thống không? Tôi tin là có thể và đang có ý định nói với bạn cần làm điều đó như thế nào.

BẠN KHÔNG CẦN PHẢI LIÊN QUAN

Hãy lấy một gia đình hiện đại cô liêu nhất làm ví dụ, một bà mẹ hoặc ông bố sống với một hoặc hai con nhỏ (Một số người còn nêu ra rằng thậm chí còn có một kết hợp cô đơn hơn: một gia đình có mẹ có cha mà không hạnh phúc, đó là lí do để cho quá nhiều người muốn quay về với cuộc sống độc thân. Một lí do khá công bằng!).

Vậy cái gì đã bị đánh mất?

Ông bà ngoại có thể không sống gần chúng ta đâu: những con người hiện đại dịch chuyển quá nhiều mà.

Có thể không có những thành viên lớn tuổi trong họ - ông chú bà cô - quan tâm đến con trẻ.

Có thể không có hình bóng người cha thực thi và có một sự ủng hộ to lớn duy trì kỉ luật và đưa ra các quyết định (nhất là nếu bạn lại là một người mẹ độc thân).

Có thể không có một người phụ nữ để giải quyết những chuyện khó nói của “con gái”, đi đến trường trong giờ hành chính để gặp thầy giáo của con bạn hoặc chia sẻ trách nhiệm cùng với bạn trong vấn đề kỉ luật và đưa ra các quyết định (nếu bạn lại là một người cha độc thân). Có thể con bạn không có bạn bè đồng trang lứa cùng chơi chung hoặc giả chẳng có chỗ nào an toàn cho trẻ ra ngoài chơi hoặc có một căn nhà thân thiện nào đó chào đón bọn trẻ.

Cũng có thể khi bạn gặp những khó khăn thực sự chẳng có ai ở bên cạnh mà bạn có thể hoàn toàn tin cậy, cũng chẳng có ai giúp đỡ bạn về mặt tài chính, chỉ bởi vì bạn “đã có gia đình.”

Nhưng sự thật là nếu tất cả những điều này không hiện diện thì điều đó không có nghĩa là có thể chúng không xuất hiện. Chẳng hạn, đôi khi những người già lại hóa trẻ con. Rất có khả năng là có một bậc cao niên nào đó sống ở gần nhà bạn và có thể trở thành một thành viên trong gia đình bạn phải không? (Ví dụ bạn sơn trần nhà cho họ, còn họ thì trông con cho bạn).

Cũng còn có những ông bố hoặc bà mẹ độc thân khác, không phải do đổ vỡ mà là do vợ chết hoặc chồng chết họ hết sức cô đơn và có một cái gì đó gần gũi với bạn.

Bạn nghĩ họ khoái đến dự những bữa tiệc Tupperware để mua những cái tô nhựa ư? Không phải đâu, họ cần có một việc gì đó để làm và cần một ai đó để nói chuyện.

Bạn có thể tìm thấy một số hội, nhóm có hoạt động trong cộng đồng. Những hoạt động vui chơi cũng giống như các sinh hoạt vào mỗi chiều chủ nhật ở nhà bà ngoại, nơi trẻ con có thể chơi đùa còn các ông bố, bà mẹ thì có thể cùng nhau chuyện trò. Các khóa học ở các trung tâm đào tạo dành cho người lớn cũng là những nơi gặp gỡ, giao lưu rất tốt và rất thân thiện. Trường học, nhà trẻ, các trung tâm sức khỏe trẻ sơ sinh, bệnh viện, tiệm uốn tóc, câu lạc bộ thể thao, nhà thờ... đó là những nơi bạn có thể tùy thích tham gia cho phù hợp với phong cách

của bạn.

Đây là một công việc rất khó khăn và mỗi một lần bạn chuyển chỗ ở hay nơi công tác lại phải bắt đầu từ điểm xuất phát. Tuy nhiên, bạn vẫn có thể mở rộng gia đình mình không phải chỉ cho lợi ích của bản thân mà còn cho con cái bạn.

Còn có một phần trong gia đình bạn hết sức quan trọng ngay cả khi gia đình bạn chính thức chỉ có hai người lớn và hai hoặc hơn hai đứa trẻ.

Khi bắt đầu với tư cách là một cặp vợ chồng mọi việc tương đối đơn giản. Chắc chắn là khi còn là một cặp vợ chồng son bạn có nhiều điều kiện có một cuộc sống hạnh phúc. Và khi các “thiên thần” ra đời thì cũng là lúc cuộc sống có thể trở nên phức tạp hơn. Nhiều gia đình đã trải qua một trong ba mô hình gia đình: chỉ có hai vợ chồng, hai vợ chồng và một đứa con; hai vợ chồng và hai đứa con. Đôi khi bạn có thể trải qua cả ba giai đoạn và càng có nhiều con thì sự kết hợp càng dễ trở nên phức tạp và khó khăn hơn. Nhưng mối liên kết tự nhiên này đã có trong gia đình từ giai đoạn này sang giai đoạn khác, nhưng chúng sẽ là những yếu tố xấu nếu chúng trở thành một bộ phận cấu thành hiển nhiên trong gia đình bạn.

Điều mà chúng tôi tìm thấy trong hàng trăm gia đình đang tìm kiếm một sự giúp đỡ khẳng định rằng sự thân mật, gần gũi cha và mẹ là hết sức quan trọng. Dường như trẻ lớn lên một cách vui vẻ và dễ dàng khi cha và mẹ yêu nhau và quan tâm đến nhau - đến một mức độ mà con cái cũng không xen vào giữa được kể cả khi chúng cố gắng.

Một chuyên gia tâm lý đã trở nên nổi tiếng với câu nói: sự đào tạo tình dục tốt nhất trên thế giới là việc ông bố nhéo bà mẹ một cái khi đi ngang qua vợ vào bếp và bà mẹ tỏ ra hết sức thích thú. Vị chuyên gia này còn nói đối với tất cả những người còn lại trong gia đình đó là một cái gì hoàn hảo. Trong một thế giới không phân biệt giới tính, tôi chắc rằng điều ngược lại cũng tốt đấy chứ (nghĩa là người mẹ nhéo người cha!).

Bọn trẻ dường như trở nên vững tin hơn từ hiện thực: bố mẹ bỏ ra nhiều thời gian riêng tư cho nhau và họ không cho phép một sự quấy rầy. Nếu bạn không có thói quen làm những việc như vậy (chẳng hạn để cho con bạn xen vào câu chuyện ngay khi bạn vừa mới bắt đầu với người bạn đời của mình) - thì bạn có thể thấy là phá vỡ thói quen này cũng khá mất thời gian đấy.

Những rắc rối dường như có thể nảy sinh vào bất cứ lúc nào, chẳng hạn:

Khi bố/mẹ thường xuyên về phe một đứa con để chống lại người kia;

Khi bố/mẹ tìm kiếm cảm tình và sự ủng hộ từ một đứa con vì thiên vị hoặc thay vì ủng hộ chồng/vợ mình;

Một đứa trẻ chịu sự áp chế của bố/mẹ quá thường xuyên ví dụ như phải chăm nom một đứa trẻ khác hoặc là một phần trong quyết định của cha mẹ. Một lần tôi đã cảm thấy thực sự công phần khi nghe câu chuyện của một người họ hàng đúng mực kể về một cậu bé 9 tuổi sau khi mồ côi cha đã phải “trở thành một người đàn ông thay thế bố chăm sóc cho mẹ nó”. Trời đất ạ, trẻ con bao giờ cũng là trẻ con chứ!

Mỗi người trong chúng ta đều khác nhau và không có lời khuyên nào hoàn toàn đúng cho tất cả mọi người. Tất cả những gì mà chúng tôi có thể làm là cung cấp cho các bạn những quy luật chung mà chúng tôi đã tìm ra và có thể áp dụng cho bạn và con bạn.

1. Trong một gia đình chỉ có cha hoặc mẹ, trẻ sẽ hạnh phúc hơn khi cha hoặc mẹ chúng có một mối quan hệ tình cảm thâm thiết với một người lớn khác. Dù người ấy có là cha/mẹ ruột của nó hay không, hoặc người mà cha/mẹ nó có quan hệ là khác giới hay không thì điều đó cũng không thật sự quan trọng; điều đáng quan tâm là cha/mẹ nó hạnh phúc trong mối quan hệ ấy.

2. Khi cha mẹ trẻ có một cuộc chia tay tồi tệ và dường như, mâu thuẫn triền miên với nhau (không phải là những mâu thuẫn nho nhỏ những lúc cơm không lành canh không mặn) trẻ cảm nhận được những điều này một cách tinh tường và nhạy bén. Người ta không thể giấu trẻ các mâu thuẫn trong gia đình, và dù họ có cố gắng bao nhiêu thì cũng vậy. Trong thực tế, nếu cha mẹ không đánh nhau hoặc thù hằn nhau, hoặc bằng mọi cách làm nhục nhau thì tốt hơn cả là hãy phơi bày những mâu thuẫn, rắc rối giữa hai người, và nhận thức được rằng trẻ không đáng bị đổ lỗi hoặc chịu đựng những đau khổ dằn vặt về chuyện đó.

3. Trẻ dễ có cuộc sống hạnh phúc với mẹ hoặc cha hơn là sống trong không khí bất hòa giữa cha và mẹ. Vẫn sống với nhau “vì lợi ích của con cái” trong khi cuộc sống vợ chồng chỉ làm bạn đau khổ là một sai lầm lớn.

Mới đây có một cặp vợ chồng dắt nhau đến tòa xin li dị. Người chồng là một cụ ông 91 tuổi còn cụ bà thì cũng đã 86 tuổi.

Quan tòa tò mò hỏi tại sao hai người lại muốn li dị sau gần ấy năm chung sống. Họ trả lời như mọi cặp vợ chồng muốn li dị trước đây đều nói, “chúng tôi không thể chịu đựng nhau thêm một giờ một khắc nào nữa!”.

“Nhưng tại sao các cụ vẫn ở với nhau được lâu như vậy?”. Ông quan tòa hỏi về mặt hết nhuệ khí. “Bởi vì chúng tôi muốn đợi cho đến khi con cái chết”, hai cụ đáp.

NHỮNG CHUYỆN GÌ XẢY RA NẾU BẠN LÀ MỘT NGƯỜI MẸ ĐỘC THÂN?

Những người làm cha làm mẹ độc thân vừa có những mặt thuận lợi lẫn khó khăn riêng. Bạn không cần phải điều chỉnh bản thân theo một tiêu chuẩn khác, không có những mâu thuẫn giữa hai người và vãn vãn. Bạn làm chủ! Những người phụ nữ sau khi ly dị bảo với chúng tôi rằng cuộc sống của họ trở nên suôn sẻ và êm ả hơn - chẳng hạn họ không còn phải nháo nhào chạy về nhà vào lúc 6 giờ tối chạy giật lùi lo mọi việc trước khi ông chồng mệt mỏi và đói ngấu về đến nhà còn lũ con thì làm cho mọi việc rối tinh lên với những tiếng la hét chí chóc hoặc những đòi hỏi này nọ. Tuy vậy, có nhiều thứ, ví dụ việc kỉ luật chẳng hạn sẽ trở nên khó khăn hơn nếu bạn đơn thương độc mã. Hãy xem xét điều này.

Trong quá trình trưởng thành của trẻ có những lúc cần thiết phải “đưa trẻ vào khuôn khổ” với quyết tâm cao độ và lòng kiên trì. Bạn có thể thấy nhu cầu khuôn trẻ vào nề nếp vì lợi ích của bạn và con bạn là một cái gì rất mệt mỏi. Ở một số giai đoạn nhất định, bọn con trai đặc biệt khó dạy đối với những bà mẹ độc thân. Đối với một số bọn con trai dường như có một nhu cầu sinh học thúc ép chúng trải qua những mâu thuẫn dữ dội, ý muốn nổi loạn để rồi qua giai đoạn đó chúng lại có thể sống hòa thuận với mọi người. Nói một cách đơn giản, dường như chúng cần một cuộc chiến và chỉ cảm thấy thoải mái, nguội bót khi bạn cho chúng điều đó. Những lúc như thế, một người cha cần xuất hiện và kiểm soát mọi việc.

Dường như vai trò của người cha và người mẹ, vốn là hai kiểu đầu vào khác nhau, đều là điều mà trẻ rất cần, để phát triển và trưởng thành. Nếu cần thiết, một người mẹ cũng có thể thay thế vai trò của người cha và người cha cũng có thể tạo nên không khí yêu thương và ân cần trong gia đình điều mà vốn chỉ có người mẹ mới làm tốt. Bài học của phong trào nữ quyền

rất rõ ràng - giữa đàn ông và đàn bà chẳng có gì khác nhau. Một người phụ nữ có thể làm bất cứ cái gì mà một người đàn ông có thể làm và ngược lại (với một vài ngoại lệ sinh học rõ ràng!). Dù vậy, điểm khác biệt ở đây là người đàn ông sẽ cảm thấy dễ dàng hơn trong việc tỏ ra nghiêm khắc và cứng rắn với trẻ.

Một người mẹ đơn thương độc mã nuôi dạy con cái vẫn có thể cố gắng để trở nên kiên quyết không nhân nhượng nhưng điều này sẽ khiến người mẹ tốn rất nhiều công sức bởi vì đàn ông có thiên hướng hiếu chiến tự nhiên, điều mà đàn bà phải cố gắng mới có được. Vì vậy, một người mẹ độc thân cần phải thực hành để trở nên cứng rắn và vững vàng hơn trong khi vẫn không để mất đi nữ tính và các kỹ năng hòa giải của phái nữ.

Nhiều người phụ nữ trong cảnh ngộ như vậy, đã nói với chúng tôi rằng một khi họ quán triệt điều đó, họ sẽ bớt hoang mang hơn, trở nên vững tin hơn - họ chỉ cần học “sang số”.

THỜI GIAN CHỒNG VỢ - CHỈ VỚI 10 PHÚT BẠN CÓ THỂ CỨU Vãn CUỘC HÔN NHÂN CỦA BẠN

Bạn có muốn biến những thời khắc tồi tệ nhất trong ngày thành những giờ phút tuyệt nhất? Bạn có muốn sự lãng mạn, tình thương ấm áp, tình bạn thân thiện và một sự thoải mái trong đời - mãi mãi?! Chúng ta không thể đưa ra một sự khởi đầu tốt đẹp đối với các mục tiêu này hơn là nghi thức sau đây. Hãy tiến hành việc này hàng ngày, hoặc như là một công việc cần thiết - bạn có thể cho mỗi buổi tối đều trôi qua êm đềm và bạn có một cuộc sống gia đình thật hạnh phúc. Tôi không đùa đâu mà. Nào bây giờ xin hãy bắt đầu.

Khi bạn hoặc bạn đời của bạn về đến nhà vào buổi tối, bạn có thể bắt đầu thói quen dành vài phút thư giãn cho đến khi mọi việc đã hoàn tất - bữa tối, việc nhà, bọn trẻ vãn vãn. Việc này có thể suôn sẻ nếu bọn trẻ vẫn còn bé và lên giường vào lúc 7 giờ tối. Nhưng điều này không kéo dài được bao lâu, chẳng mấy chốc trẻ đã lớn lên và bạn phải đợi lâu hơn để lại được ở một mình bên bạn đời. Ngày xưa ngày xưa các cặp vợ chồng có nhiều thời gian bên nhau hơn và họ dễ đi đến chỗ có chung một nhịp điệu. Nhịp điệu sinh hoạt khác nhau rất lớn giữa chúng ta ngày nay có nghĩa là khi chúng ta cùng nhau trở về mái ấm gia đình, chúng ta đang quay tít mù ở những tốc độ khác nhau. Vì thế mà chúng ta khó có thể cảm thấy có mối liên hệ với nhau. Trong thực tế, nhiều cặp vợ chồng cãi vã với nhau cả đêm, chỉ bắt đầu làm hòa với nhau vào lúc đêm đã khuya nếu như họ còn chút xíu năng lực hoặc động cơ nào còn

lại!

Vì thế mà bạn cần biết chắc là hai người đã THỰC SỰ hài hòa với nhau chưa. Xin bạn hãy làm theo các bước sau đây:

1. GẶP GỠ! Ngay khi hai bạn đã ở nhà, hãy ngồi xuống bên nhau một vài phút. Và trong khi bạn làm điều đó...

2. ĂN UỐNG có sẵn một số loại snack ở nhà như xúc xích, đậu phộng, bơ, trái cây, bánh nhân trái cây... Những thứ dễ ăn và ngay lập tức làm dịu bớt cơn đói để cung cấp cho bạn một năng lượng tức thì. Bước tiếp theo sẽ là...

3. HÃY ĐỂ BỌN TRẺ SANG MỘT BÊN! Trẻ con thường là các nhân vật được chú ý hết sức vào bất cứ lúc nào và đặc biệt là vào giờ uống trà cho nên chúng phải bị cách li vào lúc này. Nếu tình cờ lúc ấy chúng có mặt ở đây, hãy tạo ra một cái cớ để chúng đi chỗ khác chơi. Rồi sẽ đến lượt chúng mà! Xin bạn hãy tỏ ra cứng rắn ở điểm này. Chỉ có mười phút thôi mà.

4. MỘT CHÚT CHẤT CAY CAY. Nếu bạn có uống rượu thì hãy nhấp nháp một chút vào lúc này. Một chút rượu, bia hay rượu ngọt xê-ri cùng với snack sẽ giúp bạn mau chóng loại bỏ những căng thẳng, mệt mỏi và khiến cho cơ thể bạn nhận biết được đã đến lúc nghỉ ngơi.

5. TRÒ CHUYỆN. Bạn chỉ nói chuyện với người ấy khi bạn muốn. Nếu bạn làm vậy, hãy biết chắc là bạn chỉ muốn nói về những chuyện tốt lành. Hãy hết sức tránh cuộc cạnh tranh xưa cũ của những vở kịch về các cặp vợ chồng gọi là “Ai là người có một ngày tồi tệ nhất?”. Bạn có thể nói với bạn đời những chuyện vui vẻ, dễ chịu hoặc là chỉ ngồi yên lặng bên nhau thưởng thức niềm vui được ở bên nhau. Chẳng bao lâu sau bạn sẽ ổn định đến mức muốn tiếp tục những hoạt động vào buổi tối. Chẳng hạn bạn có thể nấu nướng một cách thoải mái, nhàn tản hơn, bởi vì lúc này bạn không quá đói bụng, hoặc bạn có thể ở bên con cái nếu bạn vì công việc mà phải vắng mặt cả ngày. Rồi bạn sẽ phát hiện ra rằng mọi thứ sẽ trở nên suôn sẻ hơn bởi vì nhịp điệu cuộc sống của bạn - kể cả việc làm cho nhịp tim của bạn giảm xuống - đang trở nên hài hòa hơn đối với bạn đời.

Những việc làm tôi vừa nói rất đơn giản nhưng lại có hiệu quả rất cao và rất dài lâu. Nó cứu vãn các cuộc hôn nhân. Và bởi vì nó đơn giản như thế tại sao bạn lại không thử áp dụng.

CHƯƠNG BẢY

NĂM THÁNG VÀ CÁC GIAI ĐOẠN PHÁT TRIỂN

Bạn muốn nói điều đó là bình thường ư?

Trẻ con thay đổi trong khi chúng lớn lên. Điều bạn nói có thể thích hợp với một đứa trẻ ba tuổi lại không thích đáng để nói với một đứa trẻ bảy tuổi, và điều này còn khác biệt nữa đối với một trẻ ở tuổi vị thành niên. Ý tưởng về những giai đoạn phát triển của trẻ sẽ giúp bạn biết rõ điều gì diễn ra trong một giai đoạn nhất định và phản ứng như thế nào là tốt nhất trong từng giai đoạn.

Các giai đoạn được giải thích trong chương này được lấy ra từ trong một cuốn sách gọi là “Lòng tự trọng: Lợi ích của gia đình” của tác giả Jean Illsley - Clarke (Xem mục sách tham khảo để biết thêm chi tiết). Tôi cũng đã trao đổi về vấn đề này với hàng ngàn bậc cha mẹ và câu trả lời tôi nhận được nhiều nhất là: “À. Điều này hoàn toàn chính xác”. Thỉnh thoảng chúng tôi cũng nhận được câu trả lời là “giả như chúng tôi biết được!”.

CÁC GIAI ĐOẠN PHÁT TRIỂN CỦA TRẺ

0 - 6 tháng: Tôi có thể tin những người này không?

6 - 18 tháng: Khám phá.

18 tháng - 3 tuổi: Học cách suy nghĩ.

3 - 6 tuổi: Biết là có những người khác nữa.

6 - 12 tuổi: Tôi làm theo cách của tôi!

12 - 18 tuổi: Sẵn sàng tự lập.

Bây giờ thì xin các bạn hãy xem thêm chi tiết. Đứa trẻ đến với cuộc đời này như một nhân

vật đến từ một hành tinh khác. Những suy nghĩ và cảm xúc đầu tiên còn hết sức mơ hồ, nhưng phần lớn các suy nghĩ và cảm giác có liên quan đến những điều sau:

“Tôi có an toàn không?”.

“Ai sẽ là người cho tôi ăn?”.

“Những người này trông dễ thương lạ. Làm cách nào để giữ họ ở mãi bên tôi đây?”.

“Cái cảm giác buồn cười lúc tôi đang ngồi ở đây là cái gì vậy?”.

Chẳng có ích gì khi đưa ra các yêu cầu đối với một đứa trẻ sơ sinh, hoặc là chỉ trích nó, bởi vì nó chỉ là “như vậy mà thôi”. Một đứa trẻ còn ẵm ngửa cần bạn phải đoán ra nhu cầu của nó (thay tã, cho ăn, ôm bé vào lòng, vỗ vào vai cho bé ợ hơi, bế bé đi đi lại lại) bởi vì bé chẳng có cách nào bảo cho bạn biết điều mà bé muốn.

Điều quan trọng là bạn chớ bỏ qua tiếng khóc kêu cứu của nó bởi vì trẻ sẽ học cách trở nên thụ động và tuyệt vọng nếu bé bị bỏ mặc một thời gian dài. Một điều cũng quan trọng tương ứng là để cho nó bắt đầu khóc một cách thiết tình một hoặc hai lần để bé học được một điều rằng bé có thể làm một cái gì đó đã biểu thị ý muốn của bé, rằng tiếng khóc của bé sẽ là một thông điệp kêu gọi sự giúp đỡ. Một đứa trẻ bao giờ cũng được cho ăn no nê trước khi nó kịp “nói”, nó đang đói có thể gặp những khó khăn ra trò trong việc hiểu rõ nó thực sự cần gì trong những giai đoạn sau cuộc đời.

TÔI CÓ THỂ TIN NHỮNG NGƯỜI NÀY? GIAI ĐOẠN TỪ 0 - 6 THÁNG. Xoa vuốt và nựng nịu bé, nói chuyện, tặc lưỡi, phát ra những tiếng kêu với bé, nhìn vào mặt bé và mỉm cười, tất cả những điều đó là để làm cho một đứa trẻ vui cười hơn, sáng láng hơn có thể ăn ngủ và học hành một cách dễ dàng. Người ta phát hiện ra rằng mát-xa có tác dụng điều trị cho những đứa trẻ bị bệnh táo bón với một mức độ nhanh đáng kể.

Bạn có biết con số trẻ em từ rất nhiều nền văn hóa khôn ngoan hơn đã lớn trên lưng mẹ hay trên những cái đùi không? Một trong những truyền thống của người Balin là nghi thức đầu tiên đặt “đứa trẻ xuống đất” - điều này không xảy ra cho đến khi đứa trẻ được 6 tháng. Trước đó nó không bao giờ rời vòng tay của người chăm sóc bé! Chúng ta chắc sẽ nghĩ đó là điều không thể kham nổi, nhưng nó đáng để cho chúng ta suy nghĩ.

Đây là lần đầu tiên - không phụ thuộc vào bạn - trẻ bắt đầu tự đào luyện bản thân! Nó di chuyển trong thế giới rộng lớn đẹp đẽ chung quanh bằng cách nắm chộp, đu qua đẩy lại, nhấc cái nọ, kéo cái kia và cho vào miệng nếm, ăn tất cả những cái trong tầm nhìn.

Bạn có thể tiết kiệm được một phần lớn năng lượng của mình bằng cách tạo ra một khoảng không gian an toàn cho trẻ trong nhà bạn để bạn không phải luôn miệng ngăn ngừa “đừng cái này”, “không cái nọ”. Hệ thống dây điện và âm thanh hãy đặt trên bệ cao, bỏ những tấm giấy dán tường mới và con bạn sẽ tự do lang thang trong cái khoảng không gian ấy.

Khi giai đoạn khám phá có gì trục trặc

Vào giữa những năm 70 tôi vẫn còn là một sinh viên tâm lý mới ra trường ngờ nghệch thiếu kinh nghiệm, hiểu về những con chuột nhiều hơn là hiểu trẻ em.

Tôi bắt đầu làm việc với tư cách là một chuyên viên Chuyên trách Học đường. Nhiệm vụ của tôi, theo sự giao phó của cấp trên, là có trách nhiệm quan tâm đến những đứa trẻ bị các thầy cô giáo cho là “chậm tiêu”. Tôi sẽ biến thành những cuộc kiểm tra nho nhỏ kì quặc và sau đó thông báo cho người thầy biết đứa trẻ “ngu” như thế nào, việc làm này được coi là rất có ích.

Thực sự tôi không muốn đổ lỗi cho cấp trên của tôi về việc đã nghĩ ra cái trò này. Chịu trách nhiệm về mặt tâm lý học cho hơn ba ngàn học sinh thuộc chín trường phổ thông là một công việc làm người ta nản chí ghê gớm và một vài thử nghiệm cũng là một cái gì thiết thực có thể thực hiện được.

Tôi quyết định làm một cái gì đó có ích hơn là một cuộc kiểm tra IQ. Tôi mở một lớp huấn luyện và hướng dẫn các bà mẹ kèm cặp những đứa trẻ còn bị tụt lui trong việc đọc chữ. Tôi nói chuyện với các thầy cô giáo về lòng tự trọng. Tôi kiên nhẫn lắng nghe những ông bố bà mẹ có những bức xúc về con cái. Có một hôm tôi đến chơi nhà một bà mẹ có một cậu con trai có thành tích quậy phá ở trường... Ngôi nhà ở vùng ngoại ô và trông có vẻ xuống cấp.

Vì thế mà tôi tháo cà vạt ra trước khi bước vào nhà. Đúng là tôi nói chuyện khá gượng gạo với mẹ của chú nhóc, bà ta trông già nua và kiệt quệ sức lực. Trên tấm vải sơn lót sàn bẩn thỉu, mòn xơ mòn xác, trải trong bếp nơi chúng tôi ngồi nói chuyện là một thằng bé ngồi ngây

người nhìn chúng tôi một cách đần độn. Không hề có đồ chơi xếp hình Lego hoặc Dinky gì hết. Thịnh thoảng thằng bé lại mở cánh cửa tủ bếp lôi lôi kéo kéo mấy món dụng cụ làm bếp. Khi ấy bà mẹ lại đứng dậy la quang quác, đóng cánh tủ lại rồi tiếp tục nói chuyện.

Trong lúc lái xe về nhà tôi cảm thấy vừa giận dữ vừa bất lực. Người mẹ này cho rằng một đứa trẻ ngoan là một đứa bé lặng lẽ, suốt ngày ngồi im như phỗng. Tôi biết điều này - nếu không có các món đồ chơi và không được người lớn tạo điều kiện và khuyến khích chơi đùa hoặc là không có sách vở để đọc hoặc không được nghe các câu chuyện, đứa trẻ ấy sẽ mau chóng được xếp vào danh sách những đứa trẻ cần có sự giúp đỡ của các chuyên viên y tế nhiều năm trước khi sự thật này được phơi bày: trẻ sẽ bị xếp vào loại thiếu hụt khả năng tinh thần.

Khám phá thế giới ở độ tuổi từ 6 đến 18 tháng. Trẻ con ở độ tuổi này cần được giải phóng khỏi những yêu cầu nghiêm ngặt chẳng hạn như ngồi ngay ngắn, tỏ ra lanh lợi biết ý người lớn, hoặc là đi tiêu đi tiểu đúng chỗ (cơ thất điều khiến việc đi tiêu đi tiểu chưa phát triển hoàn chỉnh để trẻ có thể điều khiển được hoàn toàn). Về mặt thể chất, trẻ dễ bị mệt mỏi, vì vậy đây là giai đoạn thích hợp để cho bạn bắt đầu dành cho bản thân vài giờ đồng hồ nghỉ xả hơi và thực hiện các cuộc khám phá của bạn.

GIAI ĐOẠN HỌC CÁC SUY NGHĨ TỪ 18 THÁNG TUỔI ĐẾN 3 TUỔI

Đây là lúc trẻ bắt đầu dùng đến khả năng lí luận. Cũng là lúc thích hợp để đưa ra những sự giải thích đơn giản cho mọi vật: “Con mèo con hoảng sợ khi con xiết nó thật chặt. Ba sẽ chỉ cho con vuốt nó thật nhẹ nhàng”.

Con bạn cũng có thể trở nên bực bội và học được cách để đối đáp, “Không, con không muốn thế”, “Con không quan tâm”. Đây chính là giai đoạn mà người ta cho là “trẻ con muốn làm gì cũng được”. Các bậc cha mẹ cần đặt ra các giới hạn rõ ràng.

Đứa trẻ sẽ thử thách những điều này. Các bậc cha mẹ phải giữ vững lập trường... kiên quyết... kiên quyết và kiên quyết.

Hãy hoạch định trước cái gì thực sự quan trọng và cái gì không thành vấn đề để tiết kiệm năng lượng. Đôi lúc trẻ sẽ muốn trở nên độc lập rồi thoát một cái lại muốn lệ thuộc vào bạn

lần nữa, nhất là khi có một đứa trẻ chẳng mấy chốc lại “trưởng thành” nếu các nhu cầu của nó được đáp ứng.

Đây là giai đoạn khi trẻ có sự chuyển tiếp từ chỗ chơi một mình đến chỗ nhập cuộc chơi với những đứa trẻ khác.

Sẽ rất có ích nếu những đứa trẻ khác cũng học được điều đó. Đây cũng là thời gian có những câu hỏi bất tận khi nào? Tại sao? Như thế nào? Chuyện gì xảy ra nếu? Tại sao không? Và tại sao lại?

Khi bọn trẻ nói líu lo vào tai bạn những điều này trong giai đoạn phát triển ngôn ngữ và đếm số, bạn sẽ tiết kiệm được khoản chi phí dành cho trẻ chậm phát triển và tiền học phí ở những trường xin sau này phải không? Trêu chọc hoặc đưa trẻ ra làm trò đùa không phải là một ý kiến hay ho gì, hơn nữa nó còn là một việc làm thiếu suy nghĩ đối với trẻ ở độ tuổi này, cái lứa tuổi mà trẻ đang học thành người. Vì điều này mà trẻ có thể dễ dàng trở thành kẻ yếm thế, thụ động.

GAJ ĐOẠN TRẺ TỪ 3 ĐẾN 6 TUỔI

Tưởng tượng và thực tế cần được phân định rõ ràng, cả hai đều tốt, nhưng bạn cũng cần biết sự khác nhau.

- “Con là một con quỉ đây!”.

- “Con đóng giả một con quỉ rất tài!”.

Có tiếng càu nhàu rồi vang lên tiếng cười khúc khích.

Bạn có thể yêu cầu trẻ có những hành vi thích hợp nhưng cần phải đưa ra những yêu cầu rõ ràng, cụ thể và có tính chất động viên. Ví dụ nên nói với trẻ: “Bây giờ con hãy thu xếp những chiếc ô tô này lại”. Một yêu cầu như thế có tác dụng hơn một nhận xét “Đừng bày bừa đồ chơi ra như thế”.

Vera thuộc vào loại người mẹ làm cho bạn cảm thấy lúc nào mình cũng là con nít. Bạn có hình dung được điều đó không hay là cô ấy thực sự tỏa ra mùi bánh nướng nhà làm? Vera cũng

là một người nhanh nhay, có khiếu hài hước và có khả năng đặt một nhà tâm lý học trẻ tuổi vào đúng chỗ của anh ta. Tôi quyết định tốt hơn là hãy học tập kinh nghiệm của cô, chứ đừng nghĩ đến chuyện lên lớp cô ta trong kì hội thảo năm ấy. Và tôi tin tưởng vào việc mình làm. Vera kể lại việc Dale, đứa con trai 8 tuổi của cô, đã phát triển từng bước tính cách mà sau này trở thành vấn đề đối với nó và những người xung quanh như thế nào. Sau một cuộc bùng nổ thật sự của Dale, Vera đã phải suy nghĩ hết sức thấu đáo về vấn đề này và sau đó lập ra một kế hoạch chữa trị độc đáo và kín kẽ.

Cô lấy xuống một cuốn album ảnh gia đình đã bị phủ một lớp bụi dày (bọn trẻ chưa bao giờ nhìn thấy) rồi cô và con trai cùng ngồi xem. Vera chỉ cho con biết hình của những bậc tôn trưởng trong dòng họ. Đây là ông ngoại Les khi ông còn là một cậu bé, bác Alf, cậu anh họ Derek, họ đã sống ở đâu, và đã làm những việc gì. Dale thích thú nhìn vào những khuôn mặt đã phai màu trên tấm ảnh và những kiểu trang phục cổ lỗ trong khi nghe mẹ kể chuyện “Alf là một chàng trai tốt bụng nhưng rất cứng đầu, ông ngoại lúc còn nhỏ cũng rất nóng tính, ấy là mẹ nghe nói lại như vậy”. Vera dừng lại một lúc, còn Dale thì tự hỏi không biết câu chuyện sẽ dẫn đến đâu. Vera vẫn thản nhiên giở sang trang khác. “Chuyện gì đã xảy ra với ngoại hả mẹ?”, “Ồ, ngoại đã làm chủ được tính khí của mình, mẹ cho là thế?”, “Nhìn này, đây là đội cricket của ông...”.

Chẳng bao lâu những đứa trẻ khác kéo đến, Vera để chúng lại với cuốn album, cô vào bếp pha trà. Tất nhiên sau đó Dale không bao giờ mất tự chủ nữa, dù đôi lúc nó cũng khá cứng đầu. Tôi cho rằng nó cũng tự khắc phục được điều đó.

ĐỘ TUỔI TỪ 6 ĐẾN 12: TÔI LÀM THEO CÁCH CỦA TÔI

Điều khiến cho một đứa trẻ từ 6 đến 12 tuổi khám phá thế giới học đường, bạn bè, cuộc sống nói chung là kiến thức mà nó học được về cách thức vận hành của sự vật và là “quy luật của muôn đời”. Nhưng quy luật này có thể là bất cứ cái gì từ ý nghĩ “Nếu mình cho nó chơi chung đồ chơi nó sẽ là bạn mình” đến ý nghĩ “Nếu mình không mang áo mưa đi, mình sẽ bị ướt, rồi có thể bị cảm lạnh và mất đứt một buổi trượt băng”.

Cha mẹ có thể giúp đỡ con cái bằng cách tỏ ra kiên quyết đối với những vấn đề quan trọng, đàm phán và nhượng bộ vấn đề có thể cùng thương lượng giữa hai bên. Như vậy trẻ học được các kĩ năng cho - và - nhận sau này sẽ làm được rất nhiều điều trong cuộc sống.

Thách thức và tranh luận với trẻ, nhất là khi bạn không tỏ ra độc đoán mà thực sự quan tâm, sẽ giúp trẻ trở nên tinh tế và nhạy bén hơn trong suy nghĩ để có thể hiểu rõ nhu cầu và ý muốn của người xung quanh hơn. Sự quan tâm đến bản thân cũng là một điều đặc biệt quan trọng nhờ thế các bậc cha mẹ có thể tiếp tục những thử thách và tranh luận với con trẻ trong khi vẫn duy trì được không khí ấm cúng trong gia đình và sự hài hước nhẹ nhàng.

Cha mẹ cũng cần có những mối quan tâm riêng và những hoạt động tách khỏi vai trò làm cha mẹ để không bị sa vào khuynh hướng độc đoán hoặc có những can thiệp quá sâu vào thế giới của trẻ hoặc là dùng con mình thay thế vai trò cho một người bạn đồng niên. Điều này hết sức quan trọng đối với những ông bố, bà mẹ độc thân.

GIAI ĐOẠN SẴN SÀNG CHO MỘT SỰ PHÁT TRIỂN ĐỘC LẬP 12 - 18 TUỔI

Giai đoạn có vẻ khá khó khăn (hoặc giả lại là điều làm bạn sung sướng) là thời điểm bạn rời khỏi gia đình, sau đó quay về với cha mẹ, rồi lại ra đi lần nữa, chuẩn bị cho một bước nhảy thật sự trong cuộc sống trưởng thành. Mặc dù trẻ em còn chưa thực sự sống xa gia đình nhưng mối quan tâm và năng lực của nó lại phát triển ở bên ngoài phạm vi gia đình.

Một số bậc cha mẹ cảm thấy bất bình cho rằng đây là giai đoạn “lái taxi” - một điều phản ánh nhiều hơn trong các hệ thống giao thông công cộng (hoặc thiếu điều đó) và những nguy hiểm trên đường phố ban đêm nhiều hơn bất cứ chuyện gì khác. Giai đoạn taxi, dù vậy, ít nhất cũng tạo ra một cơ hội tốt để trao đổi.

Có ba điều quan trọng diễn ra:

Trẻ vị thành niên thay đổi như một ngọn thủy triều - theo làn sóng, vào và ra. Mới một phút trước nó tỏ ra rất độc lập, bây giờ lại muốn được cho ăn và được vỗ về. Vừa mới biết điều, ngoan ngoãn là thế, thoát một cái đã lì lợm, cứng đầu và tranh cãi ra trò. Khi bạn biết rõ điều này bạn sẽ dễ dàng điều khiển được tình thế. Mặc cho sóng biển ra sao, thủy triều vẫn tạo ra các bước tiến mới.

Bản năng tính dục sẽ nảy nở. Một người trẻ tuổi cần được nghe nói rằng tình dục là một điều tốt đẹp, rằng hoạt động tính dục lành mạnh sẽ được hoan nghênh và rằng nó sẽ kéo theo việc phải thực hiện các quyết định có tính chất trách nhiệm. Cha mẹ sẽ không hành động có

tính cách kêu gọi hoặc đáp lại sự hấp dẫn từ người trẻ tuổi ngoài việc nói: “Một người nào đó sẽ chia sẻ niềm vui sướng với con!”.

Một sự gián đoạn sẽ xảy ra. Một số thanh niên thoát li gia đình một cách bình thường, dễ dàng nhưng phần lớn thì không. Bạn có thể nhận ra là thanh niên cần tạo ra và duy trì những điểm bất đồng để có thêm năng lượng cho những bước chuyển tiếp. Bạn đừng để cho chuyện đó mang tính chất cá nhân quá rõ nét giống như với chim chóc, để cho những người bạn trẻ thoát li sớm sẽ là một điều ít nhiều gây nên những chuyện đau lòng nhưng điều này cũng đáng cho những rắc rối đó.

TRẺ VÀ TIVI - CUỘC TRANH LUẬN CHƯA TỚI HỒI NGÃ NGŨ

Đại đa số trẻ em xem tivi. Trong thực tế trẻ con trung bình ngồi trước màn ảnh nhỏ nhiều hơn là có mặt trong lớp học. Ở đây không chỉ là vấn đề thời lượng mà còn là vấn đề trẻ xem cái gì. Các công trình nghiên cứu cho biết một đứa trẻ 12, 13 tuổi có thể xem đến mười ngàn hành động bạo lực, hàng ngàn cái chết, kể cả trong hoạt hình và phim truyện - mà đây là chỉ tính đến giờ dành cho trẻ em.

Sự bùng nổ của bạo lực và những thị hiếu rẻ tiền là điều đáng quan tâm nhất trong vấn đề này. Điều tiếp theo là cái có thể khiến trẻ tránh xa một điều gì đó - trẻ sẽ có nhiều thời gian chạy nhảy, nô đùa, trò chuyện, đọc sách và nghĩ ra điều gì mới mẻ, nếu chúng không bị thu hút vào dòng chảy có tính cách thôi miên chạy liên tục trên màn ảnh.

Nếu bạn là cha hay mẹ tôi muốn yêu cầu bạn thử làm một việc quan sát con bạn trong lúc chúng xem tivi. Bạn có thể cảm thấy nổi da gà khi bạn nhìn thấy miệng chúng há ra, đôi mắt tròn xoe dán vào màn hình. Rõ ràng trẻ đang ở trạng thái biến đổi - không bao giờ, dù ở bất cứ giai đoạn nào bạn nhìn thấy trẻ thụ động và bị thu hút như thế. So sánh với lúc chúng đọc sách ta thấy có sự khác nhau. Khi đọc sách đầu óc trẻ làm việc hết sức trong lúc chúng hình dung những gì mà từ ngữ gợi lên. Lúc ngồi trên xe, chơi ngoài sân, đi đến rạp xiếc trẻ tỏ ra rất sống động, hoạt bát và tác động đến những người xung quanh. Như vậy, chúng “mở lòng” ra đón nhận thế giới. Nhưng chỉ ngồi xuống trước màn ảnh nhỏ lập tức chúng trở về trạng thái cũ; phần năng động trong não bộ trẻ “đi ăn cơm trưa” ngay. Hãy tự mình quan sát và thẩm định xem bạn có thích những gì mà mình chứng kiến không.

Trẻ nhỏ chịu tác động đặc biệt của những gì chúng nhìn thấy bên tivi. Có một dạo chúng tôi có một người khách 4 tuổi. Hôm ấy nó ra khỏi phòng trẻ trước giờ đi ngủ. Chúng tôi đang xem một vở hài kịch, đúng lúc đó một bàn tay của một con quái vật kiểu phác họa của E.T thò ra từ trong một cái tủ, từ chối không ăn khoai tây chiên và kẹo mà chộp lấy một đĩa bé lòi vào trong tủ và rồi cánh tủ đóng lại. Đó là một màn bạo lực gián tiếp, tế nhị, không hề có kịch tính - một màn tếu. Tôi liếc nhìn vị khách nhỏ chỉ là một cái nhìn bất giác, nhưng tôi nhận ra hai hàm răng của thằng bé nghiến chặt. “Cháu có sao không Ben?”.

- “Cút đi!”

- “Cái gì làm cho cháu bức mình vậy?”

- “Thằng bé bị ăn thịt rồi”.

Vừa nói đĩa bé vừa khóc tức tưởi. Chúng tôi phải mất đúng 5 phút để dỗ dành bé, cố gắng làm cho sự cố trên trở nên nhẹ nhàng hơn. Chúng tôi cảm thấy áy náy vì cơn bộc phát của Ben và có hơi xấu hổ vì đã để cho nó có một kinh nghiệm đau đớn không cần thiết. Chúng tôi tự hỏi không biết cuộc đời có được bảo đảm là không có những cơn ác mộng. Dù vậy, những đứa trẻ lớn hơn Ben xem những cảnh tượng kinh dị hơn nhiều mà đâu có những phản ứng như thế. Phải chăng chúng đã bị chai cứng? Điều đó tốt hay xấu? Chẳng có ai biết rõ.

Lời khuyên

Nếu bạn phần nào băn khoăn về vấn đề này và muốn làm một điều gì đó về chuyện con bạn sẽ xem gì, thì đây là một vài gợi ý về việc đánh giá chương trình T.V. dành cho trẻ...

Ngôn ngữ

Không được có những câu chửi thề hoặc những lời tục tĩu - nhưng vẫn phải phong phú được chọn lọc để nâng cao kỹ năng nghe nói của trẻ. Ở đây bạn có thể áp dụng một bài kiểm tra đơn giản: hãy nghe chương trình của con bạn trong vòng một, hai phút mà không nhìn vào kênh hình (hoặc giả bạn có thể đi ra một góc lắng nghe đoạn đối thoại). Đó có phải kiểu nói năng mà bạn muốn con mình học tập không? A ha, cứ làm đi! Rồi tôi sẽ chỉ cho bạn...

Trí tưởng tượng

Một số trẻ chỉ biết chơi những trò rất hạn chế - bắn đèn pin, la hét và uỳnh lộn. Có lẽ đó là tất cả những gì chúng học được trên tivi. Bạn hoàn toàn có thể kiểm tra chương trình dành cho trẻ với nhiều chủ đề hơn. Có cả một bộ băng video có tên là “Kaboolle” được sản xuất ở Úc để cải thiện những gì trẻ có thể nhìn thấy trên màn hình, giúp chúng có thể sử dụng nhiều chương trình truyền hình trực tiếp và sống động với những phong cách khác nhau. Chúng ta cũng biết rằng con cái chúng ta thật giỏi, thật tuyệt, chúng đã vượt qua những giới hạn của chúng - bạn cứ thử tự mình quan sát mà xem! Một số bộ phim và chương trình bông hoa nhỏ làm ta kinh ngạc vì trí tưởng tượng phong phú, sự sâu sắc và thách thức của nó.

Giá trị tinh thần

Ở đây có nghĩa là những thông điệp hàm ẩn trong phim - điều này có tác động mạnh mẽ đến trẻ, bởi vì đó là sự vô thức. Cách phân định các giá trị thông thường bao gồm:

Người xấu và người tốt - cũng có những tên lưu manh côn đồ. Chúng có giọng nói khàn khàn và trông rất tức cười. Tất cả bọn chúng đều xấu xa. Cần phải tiêu diệt bọn chúng. Một số người thì tốt. Họ đẹp đẽ và dịu dàng.

Mâu thuẫn bao giờ cũng là hậu quả của hạng người xấu làm những việc tồi tệ cho đến khi những con người tử tế, tốt đẹp thực hiện một cuộc trả thù. Bọn xấu phải trả giá cho những việc chúng làm là một chuyện bình thường. Sự trả thù rất ngọt ngào. Ở đây không có chuyện thương lượng hay một giải pháp trung dung. Không có lí do để bạn đứng bên ngoài mâu thuẫn - hành động - càng dữ dội càng tốt - đó là câu trả lời cho mọi mâu thuẫn.

Vai trò giới tính - đây là một trong những vấn đề hiện nay đã thực sự không còn nhiều ý nghĩa nữa. Nhưng nó vẫn có ý nghĩa trong những chương trình từ Tiến sĩ Who cho đến Chàng trai vũ trụ. Bọn con gái bao giờ cũng xinh xắn, khéo léo, giọng nói trong vắt du dương và cần được bảo vệ, cứu giúp. Con trai hoặc đàn ông thì trang bị vũ khí đến tận răng và sẵn sàng hành động, bao giờ cũng bay trên các con tàu vũ trụ, đưa ra các quyết định chớp nhoáng, cứu các cô gái. Và chúng không khóc - không có chuyện đó đâu nhé. Quảng cáo là những chương trình do các hãng đồ chơi sản xuất. Đó là những đoạn quảng cáo kéo dài nửa giờ về đồ chơi và các sản phẩm kéo theo của nó. Có phải những quảng cáo này đều về những món ăn tạp pí lù hoặc những món đồ chơi chạy theo một với các giá cắt cổ? Liệu nó có rẻ hơn không nếu bạn nối mạng tivi của bạn với hệ thống ABC?

Tin tức:

Xin đừng nhầm với những mẩu tin về giáo dục. Đây thực sự là một hình thức giải trí - và thường đưa ra một cái nhìn méo mó, phi thực tế về thế giới thực. Hoàn toàn không phù hợp với trẻ nhỏ, và lại chúng tôi cũng không nghĩ là trong kiểu cách hiện tại nó phù hợp với người lớn. Xem những bản tin này bạn có thể mắc chứng hoang tưởng và trầm cảm - và có một cái nhìn thiếu lành mạnh về cái thế giới mà chúng ta đang sống.

Về tính giáo dục của tivi

Một số chương trình cho trẻ rất bổ ích và lí thú. Từ những năm đầu thập kỉ 60 đã có những nỗ lực phối hợp với nhau một cách chặt chẽ để khai thác khả năng tiềm tàng của tivi trong việc giúp những đứa trẻ có những “vấn đề” đặc biệt có một sự chuẩn bị “từ trước” tất cả những kĩ năng cần thiết trước khi đến trường và giúp chúng thi đua được với những đứa bạn xuất phát từ hoàn cảnh thuận lợi hơn, ưu thế hơn. Chương trình Sesame Street đạt đến một địa vị huyền thoại trong vấn đề này - và hiện nay nó vẫn còn chưa hài hòa, phù hợp với mức độ suy nghĩ và chiều sâu trong nội dung của nó.

Mặc dù vậy, nó cũng bị chỉ trích là đi quá “nhanh” trong cố gắng thu hút sự chú ý của trẻ.

Các nghiên cứu cho biết Sesame Street và các chương trình tương tự sẽ có hiệu quả hơn nếu cha mẹ cùng ngồi xem với con cái, cùng hát các ca khúc hoặc nhận xét về các nhân vật, giúp con cái thực sự “tham gia” vào chương trình - bằng cách ấy trẻ sẽ tránh được hội chứng “dán mắt” một lần nữa. Những người thực hiện chương trình nhận ra các nhu cầu này từ lâu rồi, họ đã chủ động pha vào chương trình một chút hóm hỉnh hài hước để chiều lòng các khán giả lớn tuổi. Họ cũng mời những ngôi sao nhạc rock và những người nổi tiếng khác đến làm khách mời để đảm bảo là các bậc phụ huynh bận rộn sẽ bớt chút thời gian ngồi lại theo dõi chương trình với lũ trẻ.

Tóm lại

Có nhiều điểm tốt trong chương trình truyền hình dành cho trẻ. Vui chơi dưới sân trường cho đến giờ vẫn là chương trình hết sức quen thuộc với trẻ nhỏ bởi vì những người tham gia không nói với trẻ bằng giọng bình thường, kể cả mà tâm tình với trẻ, nhờ thế trẻ thường chú ý

đến đối thoại trong chương trình này. Khéo tay hay làm một phần phải mang ơn cô gái thông minh giỏi giang đã tham gia chương trình và làm cho nó trở nên nổi tiếng.

Ngày nay nhiều bậc cha mẹ hạn chế con cái xem tivi cả về thời lượng cũng như chất lượng. Họ chỉ cho phép trẻ xem một tiếng hoặc hai tiếng một ngày và thương lượng với chúng trong việc chọn lựa. Điều này khuyến khích trẻ có kế hoạch, có đầu óc phân tích và biết cách thưởng thức chương trình truyền hình của “chúng”, chứ không đơn giản bạ gì xem nấy. Bạn có thể đặt tivi ở một phòng phụ nào đó cách xa khu vực sinh hoạt chính của cả nhà, như vậy nó sẽ không có dịp thống trị cuộc sống gia đình.

Không quá cứng rắn và ép buộc trẻ trong việc xem truyền hình để đẩy đến một mâu thuẫn lớn chắc chắn là một lựa chọn đúng đắn khôn ngoan. Nhưng bạn cũng cần cân nhắc về ảnh hưởng xấu nhất của tivi đối với con cái và bạn có thể cần giám sát chế độ xem tivi của trẻ.

LÀM CÁCH NÀO GIÚP TRẺ HẾT MÈ NHEO

Bạn có nhận ra là một số người lớn có giọng nói thật ngọt ngào dễ nghe không? Một số trẻ cũng có giọng nói đã tròn vành rõ chữ lại du dương, chỉ nghe chúng nói cũng là một hạnh phúc rồi, có đúng thế không? Hẳn bạn cũng nhận ra là không có gì khó chịu đối với đôi tai của bạn hơn là một đứa nhóc luôn miệng mè nheo ỉ ỏi, phát ra những âm lè nhè qua lỗ mũi.

Vậy bạn có biết là giọng điệu mà chúng ta dùng - với tư cách là người lớn hay trẻ con - chỉ đơn giản là một thói quen không? Không chỉ là thói quen trong nói năng mà cũng là thái độ đối với cuộc sống, những tiếng rên rỉ xuất phát từ “phản” không có khả năng tự vệ của chúng ta, cái phản cần sự giúp đỡ của người khác để chấn chỉnh. Cái phản ấy không bao giờ thỏa mãn, chỉ than thân trách phận và kêu ca phàn nàn. Khi chúng ta nói chuyện với một kẻ ưa mè nheo như vậy chúng ta cũng cảm thấy mình ở tâm trạng ấy. Những đứa trẻ mít ướt, nếu không có biện pháp ngăn chặn lại, lớn lên sẽ là một người suốt đời kêu ca than trời trách đất. (Xếp sau nỗi khổ có một ông chồng hếch sách, rầy rà hoặc một bà vợ ca cẩm cả ngày là việc có một đứa con mít ướt. Nhưng mà điều sau cùng có thể sửa chữa chỉ trong vòng một đêm! Bạn hãy xem có thể làm cách gì nhé.

Đầu tiên bạn phải hiểu cơ cấu của hiện tượng mè nheo, vòi vĩnh này. Khi trẻ đòi chúng ta làm cho nó một chuyện gì đấy, đầu tiên nó rất nhỏ nhẻ rồi sau mới làm to chuyện. Chúng ta

nhẹ nhàng từ chối hoặc chỉ đơn giản phớt tỉnh ăng lê. Sau đó trẻ mới bắt đầu giai đoạn hai - chúng bắt đầu vắn một cái nùm để thoát ra những tiếng rên rĩ. Đầu tiên việc này xảy ra một cách hoàn toàn tình cờ - rồi chúng chợt nhận ra cũng một cách bất ngờ là người lớn không thể phớt lờ những lời rên rĩ ấy. Thế là người ta quyết định cho quách trẻ cái điều nó đòi hỏi cho rồi, chỉ để yên thân và khỏi bị quấy rầy thôi. Nếu cơ chế này được lặp lại một cách thường xuyên, trẻ sẽ học được cách lệ thuộc vào nó và trước khi bạn nhận ra điều gì đã xảy ra thì bạn đã có một đứa con mít ướt lèo nhèo suốt cả ngày.

Vậy bạn cần làm gì?

1. Bảo cho trẻ biết. Lần sau khi nó bắt đầu ỉ oí than vãn hãy nhìn thẳng vào mắt nó. Đoạn yêu cầu trẻ hãy dùng “một giọng điệu bình thường”.

2. Dạy trẻ cách nói năng đàng hoàng. Tìm hiểu xem trẻ có biết cách nói năng không lè nhè không. Bạn hãy làm mẫu nói một cách kiên quyết nhưng bình tĩnh. Để cho trẻ thử nói cho đến khi nó nói năng đúng với kiểu cách mà bạn muốn. Hãy làm sao cho trẻ hoàn toàn hiểu điều bạn muốn.

3. Kiên nhẫn với chiến lược của bạn. Hãy bắt đầu một chiến dịch. Bất cứ khi nào trẻ mè nheo bạn về bất cứ chuyện gì, bạn nói với trẻ “Con hãy nói năng một cách bình thường đi”. Sự lựa chọn từ ngữ trong nói năng tỏ ra rất quan trọng - bạn phải khiến trẻ nhận ra rằng rên rĩ, than vãn là một chuyện bất bình thường - với chúng hoặc với bất cứ ai khác. Bạn cần chắc chắn là trẻ đi đến chỗ hiểu rằng chúng chỉ có được điều chúng muốn bằng cách nói năng kiên quyết rành mạch.

Tất nhiên nếu trẻ lại nói năng như thể nữ hoàng đọc diễn văn chúc mừng năm mới thì đừng khuyến khích trẻ nếu điều đó không phù hợp với bạn. Lúc ấy trẻ sẽ rút ra được một bài học. Một lần nữa, hãy tỏ ra thực tế, trẻ học để biết mọi chuyện trên đời - trong đó có cả việc mọi người sẽ mến nó hơn và đáp ứng yêu cầu của nó một cách xứng đáng nếu nó biết cách nói năng một cách kiên quyết mà dịu dàng chứ không phải là kêu ca than vãn.

CHƯƠNG TÁM

NĂNG LỰC VÀ CÁCH TIẾT KIỆM NĂNG LỰC

Tin tức tốt lành đây - con cái cần bạn khỏe mạnh và hạnh phúc đây.

Đã có lần tôi sống khoảng một tháng ở một làng ven biển vùng Papua New Guinea. Trẻ con ở đây không sống với cha mẹ ruột mà sống thành từng nhóm nhỏ, chuyển từ nhà đứa trẻ này sang nhà trẻ khác. Một đứa bé bảy tuổi thậm chí cũng biết chăm em, cõng em trên lưng hoặc là biết nhóm lửa. Vào lúc mười bốn tuổi thì trẻ đã làm được những công việc của người lớn với một niềm tự hào và tự tin vào bản thân. Tôi được xem là một hiện tượng thú vị nhất và mới mẻ nhất trong làng, chính vì vậy mà tôi có đến hàng chục đứa trẻ sống trong “nhà mình”, nhưng tôi đoán rằng nếu tôi trở nên nhàm chán thì lũ trẻ sẽ bỏ đi nơi khác đấy. Khi bệnh tiêu chảy tấn công vào một đêm nọ, tôi đã phải len lỏi đi qua một tấm thảm nằm chen chúc những thân hình bé nhỏ đen bóng.

Tôi đã nghĩ việc làm mẹ làm cha ở vùng này thật dễ dàng bởi vì công việc và niềm vui được làm cha mẹ có cả làng chia sẻ. Trong thực tế thì bất cứ người lớn nào cũng hiện diện trên đời với tư cách làm cha làm mẹ. Trong xã hội văn minh của chúng ta việc làm cha mẹ là một cái gì không thể chia sẻ được và chẳng có gì bảo đảm an ninh cho trẻ nhỏ trong lúc chuyển chuyên trong cả cộng đồng như thế.

Tuy vậy, bạn dễ có cảm tưởng là bạn phải trở thành “siêu phụ mẫu” và bằng một cách nào đó thấy mình là tất cả nhu cầu của trẻ từ việc giải trí, học hành, tình yêu và sự trù mên đến cơm ăn, nước uống, sự an toàn, trang phục và vệ sinh. Nếu bạn là cha, mẹ mà lại quanh quẩn ở nhà, bạn cảm thấy mình chìm đắm trong công việc nội trợ và những sợi dây ràng buộc dường như khít chặt hơn, thế là bạn khát khao có một người nào đó để chia sẻ. Nếu bạn làm cha, mẹ lại là người có trách nhiệm kiếm tiền nuôi cả gia đình bạn cảm thấy mình giống con ngựa thồ với bao bồn phận và nghĩa vụ đè nặng trên vai. Chẳng có gì phải ngạc nhiên khi biết rằng nhiều ông bố, bà mẹ đặc biệt là những người có hai hoặc ba đứa con dưới năm tuổi,

khoác một vẻ kiệt sức và bất an thường trực. Và như vậy họ có vấn đề sức khỏe.

Người lớn chúng ta ấy mà, khi ta cảm thấy khỏe khoắn, lại có mối quan hệ tốt, sáng khoái, yêu đời và được nghỉ ngơi đầy đủ ta sẽ có thể trao cho bọn trẻ tất cả và ta vui sướng được làm điều đó. Khi ta mệt mỏi, rệu rã, cô đơn và chất chồng gánh nặng thì đó là lúc trẻ trở thành một nguy cơ, một kẻ cạnh tranh trong cuộc vật lộn để sống còn. Điều này có thể dễ dàng trở nên nguy hiểm cho bạn, cho cuộc hôn nhân của bạn và cho sự an toàn của trẻ.

Những người làm cha mẹ chịu sức ép quá nhiều cuối cùng dễ dẫn đến chỗ họ không còn là một người làm cha, mẹ đúng nghĩa nữa. Vì vậy một điều tối quan trọng là bạn phải học cách chăm sóc bản thân mình: đó là điều kiện cần và đủ để bạn thực hiện tốt vai trò làm cha mẹ. Con bạn cần thấy bạn khỏe mạnh, hạnh phúc. Chương 8 ngắn ngủi này sẽ mách bạn làm thế nào được như thế.

Tôi có điều kiện nói chuyện thường xuyên với những ông bố bà mẹ và chịu không hiểu được có làm sao họ không đảm đương được mọi việc. Họ mong muốn hoàn thành công việc của siêu nhân mà không nhận ra là con người ta cũng cần nạp “nhiên liệu”. Cái mà người ta cần không chỉ là thức ăn: người ta cần năng lượng hóa thân trong tình yêu, sự nhìn nhận, đánh giá, mối quan hệ hiểu biết và yêu thương với người xung quanh.

Bất cứ người nào bạn tiếp xúc hay trò chuyện đều tiếp thêm năng lượng hoặc lấy đi năng lượng của bạn. Đó là lí do tại sao chúng ta gọi một số người là có “sức hút”. Đó cũng là nguyên do chúng ta sợ một số người gõ cửa nhà mình đến chết hoặc ngược lại dám vượt một chặng đường hàng trăm cây số chỉ để gặp mặt một người đặc biệt nào đó một hoặc hai tiếng đồng hồ.

Trẻ con có thể trả lại cho chúng ta năng lượng, nhưng cái điều đúng nhất và phù hợp nhất là chúng ta nạp năng lượng cho chúng. Tuy vậy, khi chúng ta là nguồn nhiên liệu duy nhất và khi chúng ta cạn kiệt thì một điều xấu sẽ có khuynh hướng xảy ra.

Hãy nghĩ về điều này một chút. Bình nhiên liệu của bạn ở đâu vào lúc này trong khi bạn đang đọc cuốn sách của tôi? Đó có phải là chỗ bạn thường tích trữ năng lượng. Có phải bao giờ bạn cũng “chạy cho đến khi cạn bình” như trong lời một bài hát? Chúng ta thường đối xử với cơ thể chúng ta theo cách chúng ta làm với cái xe hơi: trị giá năm đô cho một lần chạy,

những chiếc bánh xe chạy đến mòn vẹt và quá hạn đại tu xe!

Có thể bạn thích chiêm nghiệm cảnh mọi người đi qua đời mình và cân nhắc tìm hiểu xem họ đã giúp đỡ hoặc cản trở nguồn năng lượng của bạn ra sao. Đôi lúc người ta nhận ra rằng bạn bè của họ chỉ biết mỗi một việc là “hút hết” năng lượng của người khác mà không có gì trả lại. Vì thế đã đến lúc phải tìm một tình bạn mới mẻ. Những người đã có thời rất tốt với chúng ta (trong đó có cả các bậc cha mẹ) bây giờ có thể lại trở thành một nguồn chỉ phát ra những tình cảm tiêu cực. Nếu muốn bạn có thể thay đổi cái cách mà bạn liên hệ với mọi người để bạn có thể thực hiện một bước tiến tích cực.

Chẳng hạn:

- Xin chào, trời ơi tôi vừa trải qua một tuần kinh khủng!
- Còn tôi lại có bảy ngày thật vui, để tôi kể cho bạn nghe nhé.
- Trời đất, có bao nhiêu chuyện rắc rối xảy ra trong văn phòng hôm nay.
- Ô tôi muốn nghe anh nói về chuyện đó. Hoặc là anh có những dự tính gì trong kì nghỉ sắp tới của chúng ta?

Đó là một chiến lược khéo léo, nếu được thực hiện với một khiếu hài hước sẽ có lợi cho cả đôi bên.

Với một nhóm hai mươi ông bố, bà mẹ trẻ, một lần tôi đã có dịp bỏ ra vài giờ đồng hồ lắng nghe cái cách mà họ có thể “ nạp lại nhiên liệu vào bình”. Chúng tôi đã thu thập được một vài ý kiến thú vị:

Kiểm một người giữ trẻ;

Học cách trở nên nhàm chán đối với trẻ để chúng có thể cho bạn yên tĩnh trong chốc lát;

Dành mười phút ở bên người bạn đời khi chàng hoặc nàng đi làm về; thông báo với nhau một vài tin vui hoặc là chỉ để được ở bên nhau (Nếu bọn nhóc có thể ngồi yên thì có thể để chúng quanh quẩn bên cạnh; nếu không đưa chúng đi chỗ khác chơi).

Dành ra nửa tiếng đồng hồ toàn tâm chăm sóc con cái mỗi ngày; thay vì mất nhiều tiếng đồng hồ miễn cưỡng nhưng không toàn tâm toàn ý chăm nom trẻ. Hãy để trẻ có kế hoạch và sắp xếp điều chúng sẽ muốn làm với bạn trong cái nửa giờ đồng hồ của chúng;

Học cắt “ngắt mạch” một cách thoải mái, để bạn có thể thư giãn, có những suy nghĩ vui vẻ khi bạn làm việc nhà, suy tư về công việc hoặc bất cứ cái gì như thế;

Thỉnh thoảng có thể nấu những món ăn bạn thích thay vì bao giờ cũng nấu những món ăn hợp với khẩu vị của trẻ;

Chơi loại nhạc mà bạn thích;

Dành nhiều thời gian hơn với những ông bố, bà mẹ khác.

Xác định rõ ràng cái mà bạn không chờ ở người bạn đời: tình cảm, tình dục hay chỉ là một sự bầu bạn. Hãy cố gắng tiếp xúc và tìm hiểu nhu cầu của nhau khi những nhu cầu ấy nổi lên. Nếu thông thường bạn chỉ nói chuyện khi bạn bị căng thẳng thì hãy cố thử matxa xem sao. Nếu thường bạn chỉ vuốt ve thì hãy cố nói chuyện với người ấy.

Hãy làm một hoạt động nào đó không có liên quan gì đến chuyện làm cha mẹ, chỉ là một hoạt động-thỏa-mãn-dành-cho-người-lớn, hay đúng hơn chỉ cho bạn.

Việc bạn muốn thực hiện hoạt động đó với người khác hay là một mình, tùy thuộc vào bạn.

Khi trẻ sơ sinh “gặp” mẹ của chúng, sợi dây gắn bó giữa họ không bền chặt, trong khi đó sự thay đổi và việc cho con bú là một cuộc vật lộn trong đó mẹ và con đều căng thẳng và không vui. Một bệnh viện giới thiệu một chương trình phải gắn bó mẹ con, một cái gì đẹp đẽ trong sự giản dị của nó và là biểu tượng của toàn bộ quá trình làm mẹ. Các nhân viên y tế đã phát hiện ra rằng mẹ và con đuối bắt nhau trong một vòng tròn luẩn quẩn. Người ta hóa giải điều này bằng cách để người mẹ ngồi trên một bao đậu còn ông bố yên vị trong một cái ghế. Ông chồng dịu dàng matxa lưng và vai vợ, khuyến khích cô thư giãn. Người mẹ bồng con trong lòng và nhẹ nhàng vuốt ve bé, hoặc có thể là cho nó bú. Nếu người mẹ không có chồng, thì một nam nhân viên sẽ xoa bóp vai cho người phụ nữ; còn nếu ông bố lại bị căng thẳng hoặc bị ngưng ngừng thì một nhân viên vật lý trị liệu sẽ đứng sau anh mátxa vai cổ của anh.

Bản chất đặc biệt của sự vuốt ve là nó trao cho cả hai bên năng lượng và sự an ủi, khơi gợi trong con người một cái gì mềm mại, êm dịu, xóa bỏ căng thẳng. Nó cũng thường bị rơi vào quên lãng... nhưng bao giờ nó cũng mang đến một sự bình yên thanh thản trong lòng, bao giờ cũng thế.

Tiếp nhận tất cả các kiểu hỗ trợ và giúp đỡ xung quanh: bạn bè hàng xóm, trung tâm chăm sóc sức khỏe trẻ em, các câu lạc bộ phù hợp (nhất là các câu lạc bộ phi lợi nhuận và thân thiện) thể thao, chơi theo hội nhóm và các lớp học thiết thực dành cho các bậc cha mẹ.

Thuê một người giữ trẻ có thể hợp tác để có thời gian cho chính bạn, thay vì chỉ cho việc đi mua sắm hoặc là để làm một việc cần thiết nào đó.

Hãy quan niệm rằng “Bữa bọn cũng đẹp” và thôi không hướng đến “Ngôi nhà ngăn nắp sạch sẽ” lí tưởng trong một vài năm. (Bạn có thể luôn luôn để máy hút bụi cạnh cửa ra vào và nói với khách khứa. “Này, tôi chỉ vừa mới bắt đầu dọn dẹp thôi mà!”).

Có những phòng riêng dành cho trẻ, nơi không có những món đồ có giá trị, còn sàn nhà và đồ đạc thì dễ dàng lau rửa. Như vậy bạn sẽ tiết kiệm năng lượng không phải nói hàng ngàn lần một ngày “không được làm cái này, không được làm cái kia”.

Dành những khu vực sạch sẽ, đẹp đẽ trong nhà (ngay cả khi nó chỉ là phòng ngủ của bạn) nơi trẻ không được phép vào - nhờ thế bạn có một chỗ để thương nào đó để là mình.

Nói chuyện, giải quyết các vấn đề lớn nhỏ, hoạch định kế hoạch ở phòng khách. Bạn ngồi xuống, mặt đối mặt với bạn đời, bọn trẻ thì ở ngoài tầm tai nghe. Đừng biến chiếc giường ngủ quý giá thành nghị viện gia đình. Giường ngủ là để dành cho những mục đích quý báu hơn nhiều.

Có nhiều những tin đồn tệ hại về việc làm cha làm mẹ - những chuyện như: khi có con bạn không có thời gian dành cho bản thân; bạn phải đợi cho trẻ lớn lên mới có cơ hội thư giãn; bạn đời của bạn sẽ phải kiên nhẫn, thật kiên nhẫn chờ đợi, trẻ con mới là người được ưu tiên hàng đầu và chúng cần bạn nhất. Đừng tin bạn ạ, chả có điều nào ở trên đúng đâu. Làm cha mẹ có nghĩa là niềm vui.

NHƯNG TÔI KHÔNG CÓ THỜI GIAN DÀNH CHO RIÊNG MÌNH!

Những ông bố bà mẹ thực sự đau khổ chính là những người đề ra những mục đích quá cao và đề nhu cầu của mình ở cuối danh sách ưu tiên. “Nhưng bác sĩ ơi, tôi không thể hiểu được. Tôi vừa phải trang trí lại phòng dự trữ và nướng bánh ba tầng cho bữa tiệc của cháu Damian thì cơn đau đầu khiếp khủng kéo đến. Ông có thể cho tôi loại thuốc gì không, ngay bây giờ, bởi vì tôi phải quay về nhà ngay để may cho xong cái áo dành cho buổi nhảy disco của cháu Darlene?”.

Trong thực tế, làm một người cha hoặc mẹ bạn có ba trách nhiệm rất đơn giản. Tôi xếp chúng theo thứ tự quan trọng:

Chăm lo đến bản thân bạn đầu tiên;

Thứ đến chăm sóc người bạn đời của bạn;

Cuối cùng, phải cuối cùng là quan tâm lo lắng cho con cái.

Tiếc thay người ta quen nghĩ rằng, làm cha, nhất là làm mẹ, có nghĩa là bạn phải thực hiện những sự hi sinh cao cả, lớn lao, và phải biến mình thành một tấm thảm chùi chân. Chính vì thế chẳng có gì phải ngạc nhiên khi có quá nhiều người quyết định không có con. Cũng những người này xem việc làm cha mẹ như là một trọng trách-từ-chối-bản-thân mà họ nghe được từ các bậc sinh thành đại loại như thế này: “Sau tất cả những điều mẹ làm cho con” và “Bố mẹ đã hi sinh cho các con những năm tháng tươi đẹp nhất của cuộc đời”. Đến lượt mình, họ cố gắng giải phóng bản thân với mặc cảm tội lỗi về món nợ mà họ cảm giác mình phải gánh chịu. Sự thực thì làm cha mẹ là một cái gì bạn làm cho bản thân mình đấy chứ.

Xin bạn hiểu chăm sóc bản thân, người bạn đời và con cái là những việc làm liên hoàn với nhau. Quan tâm đến bản thân là làm cho mình hạnh phúc hơn và có khả năng trao cho chồng con được nhiều hơn.

Quan tâm chăm sóc bạn đời và mối quan hệ vợ chồng của bạn là điều nhắc nhở rằng bạn được đánh giá cao và là một người lớn có sức thu hút chứ không phải chỉ là một vú em hoặc một người kiếm cơm trong con mắt người khác. Bạn có ý thức về sự ổn định, khuyến khích mình nghỉ ngơi, nhưng bạn cũng có đủ độ chín và ý thức về sự thay đổi để bạn vẫn giữ được mối quan tâm và hứng thú chủ yếu của người bạn đời.

Chăm sóc con cái là điều kéo theo một cách tự nhiên sau những điều ở trên: nếu bạn cảm thấy mình được lựa chọn làm cha/mẹ như là một trong những mục đích trong đời, nếu bạn biết cách chăm sóc bản thân có mối quan hệ đậm thắm yêu thương với người chung chăn gối và có nhiều bạn bè tốt thì tất cả những điều trên sẽ hỗ trợ bạn, nhắc nhở chân giá trị của bạn, vậy thì những việc bạn làm cho con sẽ trở nên dễ dàng hơn. Con người bạn sẽ tràn đầy sức lực, nhiệt tình và con bạn không cần thiết phải có một sự khởi đầu không êm thắm! Bây giờ thì chấm dứt bài thuyết giảng của tôi.

ĐỀ DÀNH SỨC LỰC CỦA BẠN VỚI MỘT CÂU TỪ CHỐI NHE NHÀNG

Jerrem mới hai tuổi rưỡi nhưng đã biết điều khiến người khác. Dường như bé học được cách nhận định của trẻ con, nên nó cứ đòi hỏi, đòi hỏi miết cho đến khi một điều gì đó xảy ra - có thể là một li kem thay cho trà, hoặc là buộc mẹ nó không nghe điện thoại, hoặc là phải có được một món đồ chơi đắt tiền ở quầy tính tiền trong siêu thị.

Mẹ nó, Allie, thật may mắn đã khám phá ra một cách giải quyết vấn đề này. Đầu tiên cô hiểu rằng đó là một sự phát triển bình thường ở lứa tuổi của Jerrem, và nó sẽ không kéo dài mãi mãi. Thứ hai, cô đã làm chủ được nghệ thuật từ chối, để trở thành người vô địch.

Cô đã chứng kiến cảnh những người mẹ khác tranh đấu với những ông bạo chúa 2, 3 tuổi của họ và thấy rằng họ bị kẹt trong một hoàn cảnh căng thẳng gia tăng.

- Con muốn cái này!

- KHÔNG!

- Con muốn cái kia!

- KHÔNG!

- Con muốn, con muốn, con muốn!

- Không. MÀY SẼ KHÔNG CÓ ĐƯỢC CÁI ĐÓ!

Người mẹ trở nên cáu bẳn, căng thẳng và hoang mang với chính bản thân mình, cho rằng họ phải lấn át thằng nhỏ bằng việc đổ mặt tía tai la mắt nó.

Tuy vậy, Allie đã làm ngược lại. Cô chỉ giản dị đáp “không!” bằng một giọng nhẹ nhàng hết sức (biết rằng tai trẻ con thính lắm). Nếu Jerrem cự lại, cô lại nói “không” một lần nữa, cũng dịu dàng như trước, cùng lúc đó thả lỏng đôi vai và thư giãn toàn thân (một kỹ thuật chỉ mất vài giờ luyện tập là có thể thành thạo). Nếu Jerrem la hét nhất là ở chỗ đông người, cô hình dung mình đang lái xe chở Jerrem đi chơi, nhưng cùng lúc đó cô tiếp tục thư giãn và cười thầm trong bụng. Allie kiểm soát được cảm xúc của mình và không cho phép chú nhóc Jerrem lãnh đạo mình nữa. Cái ý muốn hét vào mặt nó đôi khi cũng quay lại, cảm dỗ ghê gớm, nhưng chỉ cần hình dung cậu nhỏ sẽ sung sướng với thắng lợi của mình là chẳng bao lâu cô đã dẹp ngay cảm dỗ này ra một bên.

Allie cũng ngạc nhiên đôi chút. Khi cô làm chủ được nghệ thuật từ chối, cũng là lúc dường như Jerrem không còn băng nhăng quấy rầy cô nữa.

THỨC ĂN VÀ HÀNH VI CỦA TRẺ

Bạn có thay đổi chế độ ăn của trẻ nếu bạn biết rằng nó sẽ làm cho con bạn học giỏi, vui vẻ, tự chủ và hai lần dễ chịu hơn? Tất nhiên rồi, bạn sẽ làm điều đó. Vậy bạn có biết rằng chế độ ăn uống nghèo nàn được đánh giá là một trong những nguyên nhân chính dẫn đến hiện tượng trẻ con phạm pháp không? Bạn có biết rằng sự thay đổi chế độ ăn uống cũng giúp bạn cảm thấy phấn chấn hơn, dồi dào sức lực hơn và có thể tránh được việc tăng cân mà không cần phải ăn ít đi.

Đôi khi điều quan trọng là cần phải trở lại những yếu tố cơ bản - mà trên đời này không có gì cơ bản hơn cơm ăn nước uống, “có thực mới vực được đạo” mà. Chúng ta đã khám phá ra một điều là cái mà người ta cho trẻ ăn, và giờ giấc ăn uống có một ảnh hưởng sâu xa đến trẻ.

Sau đây là một vài hướng dẫn đơn giản về tác động tâm lý của thức ăn:

1. CHỌN THỰC PHẨM CUNG CẤP NĂNG LƯỢNG MỘT CÁCH ĐỀU ĐẶN

Thức ăn phục vụ cho hai mục đích cung cấp dinh dưỡng để tăng trưởng, tái tạo cơ thể; và nó cũng cung cấp năng lượng cho các hoạt động tinh thần và thể chất. Ngày nay phần lớn mọi người cung cấp cho trẻ loại thức ăn giàu dinh dưỡng. Nhưng có một điều khác cũng quan trọng không kém là cung cấp đúng cái loại thức ăn nhiều năng lượng bao gồm các loại thực

phẩm giàu carbohydrate tổng hợp, protein bởi vì những loại này cung cấp năng lượng ổn định và kéo dài suốt ngày cho các cơ quan trong cơ thể trẻ. Chế độ ăn này, tránh cho trẻ không bị mệt mỏi, làm cho trẻ có thể tập trung hơn trong công việc học hành và giúp trẻ cảm thấy khỏe khoắn, dễ chịu. Nói ngắn gọn, trẻ cần ăn nhiều thức ăn có chứa carbohydrate tổng hợp - các loại ngũ cốc, đậu và có thể một số thức ăn tươi sống như trái cây trong bữa ăn sáng hàng ngày.

2. ĂN TRƯỚC KHI BẠN CẢM THẤY ĐÓI

Đúng như vậy - đó là bữa điểm tâm! Đó chính là bữa ăn cung cấp năng lượng cho suốt một ngày. Ăn nhiều và đủ chất vào bữa trưa hoặc tối có thể cung cấp đầy đủ dưỡng chất cho bạn và con bạn nhưng năng lượng đi vào sẽ bị lãng phí. Ăn một bữa chủ lực trước khi bạn hoạt động cũng giúp bạn tránh bệnh béo phì - thức ăn đi thẳng vào máu nơi đang cần nhiên liệu. Vì vậy khi trẻ con và người lớn ăn thật chất lượng vào buổi tối, rồi chỉ ngồi một chỗ hoặc ngủ thì thức ăn vừa tiêu hóa đó chỉ nằm lại chuyển hóa thành mỡ dự trữ. Người ta vẫn có thể ăn nhiều nhưng chỉ cần chuyển thời điểm là có thể đối phó với vấn đề cân nặng.

Chúng tôi cho rằng bạn nên làm một cuộc thử nghiệm. Cho trẻ ăn thức ăn giàu protein như trứng thịt, cá vào mỗi bữa sáng trong vòng hai tuần. Nếu chúng than phiền là không đói vào buổi sáng thì hãy cho chúng ăn bữa trưa và tối ít đi. Để ý xem chúng có phấn khởi, tươi vui và khỏe khoắn hơn không.

3. TRÁNH CÁC LOẠI THỨC ĂN “TIÊU HÓA NHANH”

Đường và các loại thức ăn có đường tinh chế có các ảnh hưởng đặc biệt xấu đối với hành vi của trẻ. Nhiều trẻ dư thừa năng lượng chỉ vài phút sau khi xơi những món ăn “tiêu thụ nhanh” như vậy. Trẻ có khuynh hướng bị kích động, hiếu động quá mức đâm ra quậy phá. Các cuộc thử máu cho thấy năng lượng này được giải phóng quá nhanh, lượng đường trong máu của trẻ hạ thấp dưới mức bắt đầu trong khi cơ thể trẻ phải vật lộn để đối phó với vấn đề này. Như vậy trẻ sẽ cảm thấy mệt mỏi vào buổi xế trưa, chúng không thể tập trung suy nghĩ, hoạt động trở nên uể oải và không tiếp thu tốt.

4. TRÁNH CÁC LOẠI HÓA CHẤT, HÓA PHẨM TẠO MÀU GIỮ TƯƠI

Các loại phụ gia và tạo màu trong thức ăn vừa có những tác động đơn lẻ vừa có những tác động phối hợp. Mới rồi, khi tôi đến thăm các nhà trẻ tôi thường trông thấy các tấm bảng nhắc nhở các cô giáo dạy trẻ các loại thức ăn dễ gây dị ứng đối với trẻ. Danh sách này cần đến cả một cái máy vi tính để theo dõi. Có vẻ như có điều gì không ổn đối với cơ thể con người trong cách nó phản ứng đối với thực phẩm có thể phụ gia và những thành phần còn lại đã làm cho một số trẻ trở nên mẫn cảm quá mức đối với những món an toàn vừa ăn trước đó.

Để ý quan sát những phản ứng của trẻ, bạn có thể thấy có một số loại thức ăn trở thành vấn đề rắc rối đối với hầu hết bọn trẻ. Tartrazine (E 102) có mặt trong các loại thực phẩm nhuộm màu vàng có thể gây nên những cơn đau ở trẻ quá hiếu động. Phốt phát (tìm thấy trong thực phẩm chế biến như hotdog, bánh mì hamburgers sản xuất hàng loạt, bơ chế biến, súp ăn liền và bánh kem) cũng gây nên những biến chứng.

Biện pháp đơn giản và hữu hiệu nhất mà bạn có thể áp dụng là cho con bạn ăn nhiều thức ăn bổ dưỡng và tổng hợp vào buổi sớm - trẻ sẽ không còn muốn ăn vặt nữa. Cũng như vậy, nếu con bạn đi ăn tiệc ở một chỗ mà chủ nhà vẫn áp dụng chế độ ăn khôn ngoan của thập kỉ 50 (bao giờ cũng có nước ngọt, bánh ngọt, kem, và các loại kẹo) thì tốt nhất bạn hãy cho con mình ăn các món ăn phù hợp ở nhà trước khi cho bé đi - bạn sẽ hạn chế tối đa mức độ nguy hiểm cho bé.

Nhưng xin bạn cũng đừng áp dụng một chế độ ăn kiêng triệt để và ngay tắp lự bởi vì đây cũng là một vấn đề liên quan đến xúc cảm và khẩu vị của cá nhân bé. Hãy bắt đầu một cách tuần tự, tiệm tiến và có chủ đích.

Có những công trình nghiên cứu có sức thuyết phục ủng hộ cho cách suy nghĩ hợp lí này về dinh dưỡng - trong số phát hành vào tháng chín năm 1988, tờ New Internationalist báo cáo về một công trình nghiên cứu liên quan đến 3.000 trẻ vị thành niên phạm pháp, có từ 70 đến 80 phần trăm số trẻ này tái phạm hành vi tội lỗi trong vòng mười hai tháng trong khi được ăn một chế độ dinh dưỡng cao.

Chúng ta sẽ không cần nhiều nhà tâm lí học, tâm thần học, thậm chí cả các sĩ quan cảnh sát như bây giờ, nếu như mọi người chỉ cần một lần nữa có một bữa ăn sáng đúng nghĩa.

CHƯƠNG CHÍN

CÁC TÌNH HUỐNG ĐẶC BIỆT

Bạn có thể giúp đỡ những gì nếu bạn là giáo viên, cảnh sát, ông bà, người hàng xóm hay bạn bè.

NẾU BẠN LÀ MỘT GIÁO VIÊN TIỂU HỌC: LÀM CÁCH NÀO CHỐNG LẠI MỘT CHƯƠNG TRÌNH PHẢN TÁC DỤNG MÀ BẠN PHẢI DẠY TRẺ?

Vào lúc đi học mẫu giáo bạn sẽ có điều kiện nhận ra “chương trình phản tác dụng” đối với trẻ một cách rõ ràng.

Đây là những loại chính:

- * Trẻ tụt hậu so với bạn bè đồng trang lứa. Bề ngoài có vẻ buồn bã hoặc bất an và không đáp lại sự tiếp xúc ban đầu của những đứa trẻ khác.

- * Trẻ có tham gia vào các hoạt động chung, nhưng, khi cần thực hiện một bài kiểm tra hoặc một hoạt động nào đó lại rút lui, tỏ vẻ sợ hãi hoặc rối trí nếu bị buộc phải thực hiện một mình;

- * Trẻ hay đánh đấm bạn bè và phản ứng không phù hợp khi nói chuyện (chẳng hạn, cười hô hố trong khi nghe phê bình mình) với người khác, hoặc không có sự phối hợp tích cực với bạn bè. Có thể trong số học trò của bạn có vài bé rơi vào một trong những trường hợp trên, thậm chí có cả những trẻ biểu hiện cả ba loại trên.

Để cho mọi việc trở nên đơn giản, hãy nhìn lại mọi chuyện một lần.

TRẺ BUỒN BÃ CÔ ĐƠN

Biện pháp đặc dụng nhất là coi đứa trẻ thuộc loại này bị thiếu thôn tình cảm, đánh giá và khẳng định ở giai đoạn đầu đời (từ lúc mới sinh đến hai tuổi). Bé cần có sự tiếp xúc tích cực

không có gì ràng buộc với bốn phận mà là những vuốt ve đơn giản nói lên sự “hiện diện” của bé như “Chào Eric, thật vui khi gặp cháu”. Một sự tiếp xúc thân mật hoặc một vòng tay của bà bạn, (lưu ý tránh không làm một điều gì khác biệt với trẻ khác) cũng mang đến một sự an ủi lớn.

Những biện pháp như thế được lặp đi lặp lại ngày này qua ngày khác, tuần này qua tuần khác sẽ có kết quả. Trẻ sẽ cảm thấy thoải mái, thư thái trong lớp học và bắt đầu có những mối liên hệ với bạn - quan tâm đến công việc của bạn, mỉm cười chào bạn khi bạn đi ngang qua phòng, nói chuyện với bạn vân vân.

TRẺ YẾM THỂ KHÔNG MUỐN THỬ LÀM ĐIỀU GÌ KHÁC

Trẻ loại này có thể đã có những nhu cầu của nó thể hiện ở giai đoạn đầu đời nhưng đã gặp phải một sự chỉ trích gay gắt kể từ khi nó đủ lớn để nghe và hiểu điều đó. (Tất nhiên lúc ấy nó vẫn còn rất bé). Điều này thường có xu hướng xuất hiện khi bà mẹ hiền của nó lại có thêm đứa con thứ hai, chuyển mục tiêu quan tâm sang đứa trẻ mới sinh và dồn tất cả những lời chê bai gay gắt cho đứa con đầu lòng.

Nhiều ông bố bà mẹ, đặc biệt là những người đang có chuyện rắc rối, bèn giận cá chém thớt, lập tức miệt thị, làm nhục con mỗi lần nói chuyện với nó, cứ như thể nó là nguyên nhân của mọi bất ổn của họ. Trẻ trong các trường hợp như thế lập tức tuôn ra những câu tự trách mình “Tại con ngu quá”, “Con không thể làm điều đó”, “Con không thể làm điều đó”, “Con chỉ là một đứa đàn độn!” nếu bạn hỏi tại sao nó lại không muốn thực hiện một nhiệm vụ mới.

Trong trường hợp này bạn có một biện pháp khá rõ ràng: đưa ra một lời khẳng định tích cực, thường xuyên về trẻ. Một cách lí tưởng bạn có thể đưa ra những nhận xét động viên cả về công việc lẫn con người cá nhân của trẻ. Thí dụ: “Ồ, con đã làm chuyện này thật tốt!”, “Cô thích ý tưởng của em về các bức tranh!”, “Thật vui khi được gặp em sáng nay!”. Hoặc chỉ đơn giản một lời chào thôi. Đừng quá nhiệt tình trong việc biểu lộ tình cảm - hãy đưa ra những nhận xét giảm nhẹ, kín đáo mà trẻ có thể tiếp nhận được.

Bạn cũng phải chắc chắn rằng bạn tránh dùng cách nói miệt thị với trẻ loại này (vì chúng có khuynh hướng khiến bạn phải dùng đến thứ ngôn ngữ ấy). Và bạn phải dùng đến cách nói quyết đoán hơn là cách nói chung chung để điều khiển trẻ.

Ví dụ bạn nên nói, “Đi đi và lấy cặp sách của em ngay bây giờ” thay vì nói, “Em hay quên lắm đấy Anna à!”.

Dù vậy, để có một tác động lâu dài thực sự bạn cũng cần có sự tiếp xúc của phụ huynh. Có thể là bạn sẽ thấy họ mệt mỏi, lao động quá sức, tỏ thái độ bất mãn và phòng ngự, nếu như quả họ có quá bộ đến trường. Biện pháp tiếp xúc với họ tốt nhất là bạn trò chuyện một cách thân thiện và thân thiện một lúc rồi mới tung ra vấn đề. Chớ nói toạc mọi chuyện “Con ông bà có vấn đề đấy.” Nói như thế chẳng khác gì một cuộc tấn công trực diện, họ không chịu nổi đâu.

Bạn có thể giải thích một cách đơn giản là bạn nhận thấy đứa trẻ có vẻ thiếu tự trọng và hỏi xem có phải là họ dễ dàng chỉ trích và coi thường bé không. Giải thích rằng cả bạn nữa, bạn cũng cảm thấy như vậy khi bạn mệt mỏi, nhưng rồi bạn đã nhận ra là trẻ có thể ghi nhận điều đó ở một mức độ đáng ngạc nhiên.

Cha mẹ của những trẻ như thế chính là người cần đọc cuốn sách này nhất. Bạn có thể cho họ mượn một bản copy.

TRẺ CÓ THÁI ĐỘ HUNG HĂNG VỚI BẠN BÈ VÀ CÓ GIỌNG ĐIỆU NHẠO BÁNG ĐỐI VỚI BẠN

Tôi đã để dành điều này đến cuối cùng. Có thể phán đoán là đứa trẻ thuộc loại này hoàn toàn bị “dính” vào một lối sống tiêu cực. Nó vừa bị điều khiển bằng một kiểu cách hung hăng lại vừa chứng tỏ qua hành vi của mình chỉ có liên quan đến các cách thức xấu. Rất có thể là bố mẹ đứa trẻ đấu nhau thường xuyên, không bằng chân tay thì cũng bằng miệng lưỡi.

Rõ ràng là một đứa trẻ không bao giờ tự lựa chọn để phản ứng lại mọi chuyện bằng thái độ hung hăng - có lẽ đó là cách thức phản ứng duy nhất mà nó biết.

Trước hết điều vô cùng quan trọng là bạn cần nhận ra rằng đứa trẻ thuộc loại này sẽ không thường xuyên đáp lại những tình cảm trìu mến và những lời khen ngợi (điều này cũng đáng để bạn thử một keo).

Người thầy giáo bước đầu cần phải thiết lập một mối dây qua cách thức mà đứa trẻ nghe thấy - đó là một sự điều khiển cứng rắn và thường là một sự hợp tác tiêu cực. Tất nhiên, điều này có thể thực hiện mà không cần đến lời lẽ thô mạ.

Như vậy, trong những tuần đầu tiên, bạn cần đặt một bàn tay cương quyết lên vai trẻ (mà không cưỡng ép hoặc ấn quá mạnh) rồi đưa ra một yêu cầu về hành vi của trẻ một cách thật rõ ràng.

“Thôi ngay chuyện đó, bây giờ, và tới đây lấy cuốn sách” hoặc “Ngồi xuống đây và bắt đầu vẽ đi!”.

Cách tốt nhất để thiết lập một mối quan hệ có ý nghĩa và có tác dụng đối với một đứa trẻ hung hăng quá khích là bạn phải thật kiên trì - cứng rắn mà không giận dữ hoặc mất bình tĩnh. Nhìn vào mắt trẻ, đặc biệt là cần có một chút hài hước khi bạn củng cố sự kiên quyết của mình, sẽ là dấu hiệu cho biết bạn đủ mạnh để kiềm tỏa đứa nhỏ, nhờ thế thằng bé hay con bé ấy có thể bắt đầu thư giãn.

Một khi mà quan hệ đã được thiết lập thì các thông điệp tích cực có thể được thêm vào cho những việc làm tốt. Điều này có thể khác với điều mà cha mẹ nó đã làm - chỉ nhận ra sự có mặt của trẻ khi nó quậy phá.

Những đứa trẻ loại này thường tỏ ra nhiệt tình, hào hứng khi có một vai trò đặc biệt (như là người sưu tầm các loại dụng cụ chẳng hạn) - những vai trò có một trách nhiệm thực sự và có đặc quyền khi trẻ phát triển một “tình bạn” với bạn thì đây là lúc sử dụng đến kỹ năng trao đổi các nhận xét tích cực - trẻ sẽ có khả năng lan truyền điều này cho những đứa trẻ khác.

Các chương trình “phản tác dụng” thể hiện rõ ràng hơn đối với trẻ phổ thông cơ sở. Trên thực tế, bản chất của trường phổ thông cơ sở có thể dễ dàng làm cho chương trình giáo dục tồi tệ hơn. - Nếu bạn thực sự muốn giúp đỡ những đứa trẻ này, hoặc giả bạn chỉ muốn giải quyết vấn đề mắc mớ với những đứa trẻ này một cách tốt đẹp vì sự yên thân của mình thì xin bạn đọc tiếp!

Có thể bạn đã nghe nói đến Ivan Illich, một nhà giáo dục học nói những điều không lấy gì làm dễ nghe lắm về hầu hết các hệ thống nhà trường, học viện ở các nước phương Tây! Thật may mắn là ông làm điều đó một cách sáng tạo và đôi khi cũng đưa ra một vài giải pháp! Illich nói rằng lí do duy nhất mà chúng ta mở trường lớp là để chuẩn bị cho con người ta sống ở các nhà máy, công xưởng (hoặc là, nếu người ta cư xử tử tế thì được ở trong các cao ốc văn phòng).

Đó là lí do ông cho rằng tại sao trường lớp của chúng ta lại trông giống các nhà máy đến thế - những người bạn trẻ có thể quen với việc trở thành một người chung chung, không có bản sắc, làm điều cấp trên chỉ thị và tạo ra các sản phẩm hàng loạt.

NẾU BẠN LÀ GIÁO VIÊN PHỔ THÔNG CƠ SỞ

Điều này cũng không quá xấu... phải không? Tuy vậy, trường phổ thông cũng đã chịu đựng khốn khổ từ các khía cạnh làm mất nhân tính trong cách thiết kế cơ bản của nó. Đặc biệt là một số lượng học sinh khổng lồ (thường là hơn 1.000 em ở một trường, mặc dù một công trình nghiên cứu gợi ý rằng mức độ lí tưởng là từ 200 đến 300 em); không có kí túc xá (học sinh không bao giờ ở đúng địa phương của chúng và thường thay đổi nhóm học tập vì thế mà chúng không sinh hoạt với cùng những người bạn cũ); việc dạy dỗ truyền thụ kiến thức một cách bàng quan (trẻ học tập từ rất nhiều thầy cô giáo khác nhau, các thầy cô lại dạy quá nhiều lớp đến nỗi họ khó có thể biết tên học sinh nói chi đến việc biết đến những vấn đề cá nhân của học sinh để quan tâm, giúp đỡ bằng một cách chung chung nhất).

Trong nghiên cứu của mình tôi tìm ra rằng học sinh có bốn vấn đề cơ bản ở trường phổ thông cơ sở: bài vở; bị giáo viên chế giễu và bài bác nặng nề; cô đơn; bị bạn bè khinh rẻ hoặc bắt nạt. Có vẻ thích hợp nếu chúng ta nêu ra đây ba vấn đề cuối cùng.

Khi còn bé tôi học ở một trường trung học gần cảng ở Melbourne. Ngôi trường có một sự kết hợp (mà sau này tôi thấy nó chẳng giống cái gì cả) khá hài hòa nhưng mặt nào đó lại rất vô tích sự, còn hiệu trưởng và hiệu phó thì thật là các hung thần.

Một lần tôi thấy một thằng bé bị ném ra khỏi cửa văn phòng hiệu phó, nằm tơ hơ trên những chiếc tủ con kê ở bức tường đối diện mà không hề chạm đất trên quỹ đạo bay của nó. Ông hiệu phó này có một cái gì đó khiến tôi sung sướng mà không bợn một chút áy náy nào (à, mà bây giờ thì tôi đã được đào tạo ở lãnh vực này rồi) nếu có thể tự khóa tay ông ta lại.

Tôi xin nhấn mạnh là tôi không quy lỗi cho cá nhân như là cho toàn bộ hội đồng giáo viên và bộ giáo dục. Những con người và bộ phận có trách nhiệm ấy chẳng những nhận những kẻ như vậy vào làm việc mà còn cân nhắc đưa lên địa vị lãnh đạo. Dù sao thì mọi việc cũng đã được cải thiện ít nhiều kể từ ngày ấy.

Một sự kiện khác đã làm giàu thêm vốn kinh nghiệm của tôi về trường phổ thông cơ sở là số phận của một người bạn thân đã bứt lên bỏ xa bạn bè về học lực. Đạt được điểm cao vào năm học cuối, và có học bổng học đại học, nhưng anh bạn tôi tỏ ra bất mãn với kết quả thi cử của mình, anh đã mua một khẩu súng kết liễu đời mình.

Bốn học sinh đã tự tử ở trường này trong lúc tôi còn theo học, và người hùng trong thành tích bơi lội của trường vừa vào tù sau cuộc đấu tranh thất bại với cơn ghiền ma túy của mình. Tôi đã nghiên cứu kĩ lưỡng trường hợp của tất cả các nạn nhân này để đi đến kết luận là số phận bi thảm của họ dễ dàng ngăn ngừa được. Khi có người hỏi tôi năng lượng dành cho một nền giáo dục mang tính nhân văn của tôi từ đâu mà có, tôi đã trả lời, đó là một trong hàng chục câu chuyện tôi có thể lựa chọn để giải thích.

SỰ CHẾ NHẠO VÀ NHỤC MẠ TỪ HỘI ĐỒNG GIÁO VIÊN

Đây là một điều không vui và đầy thất vọng trong cuộc đời làm thầy. Một số ít người phải là nhà giáo đã không có bất cứ ý niệm gì về sự căng thẳng và khó nhọc của việc dạy dỗ “đàn em ngây thơ” trong thập kỉ 80. Giáo viên chỉ đứng sau các nhà tâm thần học về tỉ lệ mắc những chấn thương về tâm thần và thể xác do bệnh nghề nghiệp gây ra. Một ngôi trường lớn, vô danh cũng không phải là chốn hạnh phúc hơn đối với giáo viên so với học sinh của nó. Các trường phổ thông cơ sở, hoạt động bởi sự đổ vỡ của nhiều gia đình, sự gia tăng của đại họa thất nghiệp và những vấn đề khó khăn kéo theo của nó, là một đe dọa thường xuyên về thể chất, là mảnh đất đau khổ về cảm xúc có những nỗ lực cách tân và phối hợp để nhân tính hóa môi trường học đường.

Những cuộc tấn công bằng vũ khí chế giễu và sự hung hăng vào học sinh thường có hai lí do. Một là học sinh đơn giản là chỗ để giáo viên giải tỏa căng thẳng trong lòng: nếu người giáo viên vui vẻ hạnh phúc điều này sẽ không xảy ra. Hai là việc đôn đốc lãnh đạo một đám con nít là một mối bận tâm thường trực và công việc khó khăn phê bình trẻ sẽ đưa chúng vào nề nếp chỉ có giá trị nhất thời.

Một yêu cầu cuối cùng. Tất cả chúng ta khi đã mất bình tĩnh đều la lối om sòm không lúc này thì lúc khác. Trẻ có thể xử lí được điều này. Sự bất bẻ, chê bai thường xuyên sẽ xúc phạm người khác và gây nên những tổn thương tâm lí. Nếu về cơ bản bạn không thích và không có hứng thú gì với bọn nhóc, xin bạn hãy chuyển nghề.

Sự cô lập là một vấn nạn khác ở trường phổ thông. Hãy quan sát sân trường và hành lang trong giờ chơi, bạn sẽ thấy một số học trò rõ ràng là rất cô độc trong khi đó đa số học sinh khác tụ tập thành từng hội, nhóm; nhưng những nhóm bạn này cũng chỉ có kết cấu lỏng lẻo thôi, gắn vào với nhau nhưng không thật sự liên hệ với nhau.

Con trai dễ bị phụ thuộc bằng nhóm hơn, con gái lại có xu hướng nhập vào hoặc tách ra một cách có chủ kiến hơn. Vì lí do này bạn có thể thấy hai, ba cô gái ríu rít với nhau chỉ để tránh không bị cô đơn, đôi khi chúng cũng chẳng trò chuyện gì với nhau.

SỰ CÔ ĐƠN

Ở lớp học bạn sẽ nhận ra là một số trẻ thậm chí còn thiếu hẳn kỹ năng hội thoại cơ bản. Chúng chỉ có khả năng lí nhí được vài tiếng, nếu bạn gọi như thế là nói năng, và chúng không bao giờ có thể bắt đầu một cuộc trao đổi. Chỉ mới đến gần đây các thầy cô giáo dạy tiếng Anh, dạy nói năng và đóng kịch mới bắt đầu khôi phục những kỹ năng quan trọng này.

Trẻ cô đơn thường có khuynh hướng ẩn mình để không ai nhận ra. Những đứa bạn ồn ào hơn, hung hăng hơn của chúng chắc chắn là nổi bật hơn bởi vì ít nhất thì những kẻ chơi nổi này cũng có được điều mà chúng tìm kiếm. Có lẽ chỉ cần liếc đến cái thứ hai là đã nhận ra những học trò không lời lặng lẽ, tồn tại mà dường như không hiện diện. Nếu bạn sẵn lòng “chiều cố” đến một hay hai đứa trẻ lặng lẽ trong mỗi lớp, bạn hãy chú ý nhìn vào mắt chúng, biểu lộ một sự quan tâm thật sự đến công việc của chúng, mà không cần quá ồn ào để trở thành điểm chú ý của cả lớp. Bạn có biết là chỉ một sự chú ý nho nhỏ cũng sẽ không bị lãng phí trong cuộc đời nhàm chán của chúng không?

Bất cứ cố gắng nhân văn hóa những kinh nghiệm ngày còn đi học của con người như là học nhóm, học tổ ở nhà, đi dã ngoại, cắm trại, dạy dỗ một cách có cân nhắc các lĩnh vực kỹ năng xã hội, các mối quan hệ và lòng tự trọng - đều có một lợi ích không đo đếm được. Trường phổ thông cơ sở là nơi dành cho nhiều đứa trẻ cái cơ hội cuối cùng thoát ra khỏi một chương trình phản tác dụng suốt đời. Hãy làm điều bạn có thể làm.

Sự độc ác huyền thoại của đứa trẻ này với đứa trẻ kia thường được giải quyết một cách ngược lại với mong muốn. Trong thực tế vấn đề ở đây là bao giờ cũng có biểu hiện của hệ thống của người lớn trong các thế giới mà trẻ con sống. Một hệ thống áp bức toàn diện, ở nhà

và ở trường, sẽ dẫn “nạn nhân” đến chỗ áp chế, lấn át lẫn nhau.

SỰ HUNG HĂNG THUẦN TÚY, BẰNG LỜI NÓI VÀ HÀNH ĐỘNG

Từ thời xa xưa khi các lãnh chúa đàn áp các hiệp sĩ, các chàng hiệp sĩ lại đối xử như thế đối với nông dân, và nông dân thay vì nổi dậy khởi nghĩa (họ thiếu một nguồn lực để làm điều đó) lại đâm ra cầu xé lẫn nhau để giải thoát các ả ưc. Khi động lực này không được hiểu thấu đáo, các vị cầm cân nảy mực trong nhà trường sẽ cố gắng ngăn chặn thù địch bằng thù địch và nhìn toàn cảnh hậu quả, sự thô bạo và căng thẳng diễn ra trong toàn hệ thống.

Ở đâu người giáo viên được tạo điều kiện có những phương tiện dạy dỗ và một sự hỗ trợ trong công việc còn học sinh được đối xử nghiêm khắc nhưng vẫn được tôn trọng, thì nạn bạo hành trong học sinh sẽ mau chóng không còn đất sống. Mặc dù điều kiện vật chất trong một trường học khá quan trọng, nhưng điều đó không thể so sánh được với việc con người đối xử với nhau như thế nào từ trên xuống dưới.

Trường học vốn không là một nguồn thường xuyên nảy sinh những vấn đề nghiêm trọng. Tuy vậy, nó có cách kết hợp với sự đau khổ.

Trong một công trình nghiên cứu có giá trị khoa học được hội đồng giáo dục thường xuyên dành cho người lớn ở Melbourne thực hiện, người ta phát hiện ra rằng những người lớn mù chữ hầu như chịu một thiệt thòi chung của những vấn đề của các đánh giá tiêu cực thậm chí trước khi họ cấp sách đến trường. Trong khi đó, trường học lại thất bại trong việc giải tỏa nỗi sợ hãi vô cớ và mặc cảm tự ti của những đứa trẻ này, và điều đó trở thành một khiếm khuyết ngăn cản chúng học đọc học viết. (Một phần mười người lớn ở Australia có vấn đề với chuyện học hành).

Sự thất bại của nhà trường trong vấn đề giúp đỡ con trẻ không phải là lỗi của giáo viên đứng lớp. Nếu có lỗi thì nó nằm trong toàn bộ phương pháp của hệ thống “nhà trường máy móc”: chúng ta cố gắng dạy một bầy trẻ từ 30 đến 40 đứa một lúc, vậy thử hỏi làm sao mà lại không có hiện tượng nhiều trẻ không học được cái gì cả. Chúng ta là nền văn hóa duy nhất trong lịch sử áp dụng một phương pháp dạy dỗ như thế đối với mầm non của đất nước; hàng ngàn năm trước người Aborigine đào tạo thế hệ trẻ trên cơ sở một-đối-một và họ không có người lưu ban hoặc bỏ học.

TIỂU KẾT

Không một giáo viên nào, dù giỏi giang đến đâu, có thể vừa là một chỗ dựa tình cảm vừa là sự khuyến khích tinh thần cho ba mươi đứa trẻ cùng một lúc để tất cả đều có sức tiếp thu tốt. Chẳng bao lâu có một ngày sẽ đến, cái ngày chúng ta đánh giá lại nền học vấn nước nhà và học cách làm tràn ngập trường lớp của chúng ta những người thầy có chuyên môn, tự nguyện và được trả lương xứng đáng, đã được đào tạo và tự đào tạo, sao cho mỗi cô cậu học sinh đều có được cái mà chúng đáng được hưởng. Cho đến cái ngày đáng mong ước đó, nền giáo dục vẫn sẽ là một cuộc chiến ngày càng gia tăng mức độ căng thẳng với nhiều hậu quả.

Bởi vì bạn là một nhà giáo tận tâm (hoặc có thể bạn cũng chẳng đọc điều này nữa) và bởi vì bạn muốn làm hết sức mình, ngay bây giờ, hãy để tôi đưa ra vài lời khuyên thiết thực:

- Hạn chế đến mức tối đa những lời phê bình, chê trách trong lớp và áp dụng các phương pháp kiểm soát quyết đoán hơn;
- Khi phải đối mặt với vấn đề của trẻ, bạn có thể sẽ mất nhiều thời gian, sức lực, vì vậy hãy cân nhắc kỹ trong khi sử dụng các biện pháp trong cuốn sách này;
- Hãy chắc chắn là bạn cũng có nhu cầu của bản thân trong việc khẳng định và đưa ra những nước đi tích cực. Bạn đang trong vòng nguy hiểm mà trẻ con Australia cần bạn khỏe mạnh và sống sót.

NEU BAN LA CANH SAT HOAC MOT NGUOI HOAT ĐỘNG CHO CỘNG ĐỒNG

NEU BAN LA MỘT CHÍNH TRỊ GIA HOẶC NHÀ HOẠT ĐỘNG TRONG CỘNG ĐỒNG

Gia đình không phải là ốc đảo. Gia đình lành mạnh, đúng nghĩa chỉ có thể tồn tại trong một xã hội hỗ trợ nhu cầu của nó. Xã hội có thể ví như một câu lạc bộ xã hội khổng lồ, trong đó tất cả chúng ta đều phải trả lệ phí tham gia, làm công việc như các ong thợ và được trả lại với nhiều loại lợi ích khác nhau.

Một câu lạc bộ như vậy còn lâu mới được coi là hoàn hảo. Không những chỉ vì sự lộn xộn vô tổ chức của nó mà còn vì các thành viên với những quyền lợi được bảo đảm khác với công

việc của chúng ta đã liên tục thay đổi mục đích vì sở thích cá nhân. Như vậy chúng ta phải làm việc tích cực, hăng say để bảo đảm rằng chúng ta và những người khác đều có lợi, cùng lúc đó phải thể hiện tinh thần hợp tác đúng mức để câu lạc bộ đó không bị sụp đổ.

Đặc biệt các bậc phụ mẫu cảm thấy họ cần phải có một mối liên hệ nào đó với cuộc đời để dành ra một phần “ngon lành” cho con cái. Như vậy, có những năng lượng “hướng nội” để cải thiện đời sống gia đình, thông qua việc chơi với con, dạy dỗ con và dành thời gian cho người bạn đời của mình. Cha mẹ cũng tự thấy mình tập trung sức lực “hướng ngoại” trong các hoạt động xã hội như tham gia Hội đồng nhà trường, các tổ chức ở địa phương, hoặc các hiệp ước chính trị hoặc tôn giáo hoặc các tổ chức khác.

Một cách tự nhiên, con người có thể tự cân bằng ở cả hướng khác nữa. Ở một thái cực chúng ta tìm thấy các gia đình thiếu các mối quan tâm, không phiêu lưu vào trong đời sống cộng đồng và như vậy sẽ bị chần chừ như bầy cừu trong một tình trạng chuyên chế gia tăng. Ngược lại, chúng ta thấy những ông bố, bà mẹ nào có quá nhiều mối quan tâm hãnh tiến (hoặc liên quan đến sự nghiệp, hoặc liên quan đến các nguyên nhân khác) sẽ không có một cuộc sống gia đình thật sự và trở nên ngày càng xa cách.

Cuốn sách này là một cuốn “hướng nội” viết về cuộc sống trong đơn vị gia đình - một sự tập trung đáng giá nhưng cũng cần cân đối. Cái phần ngăn ngại này sẽ điếm qua việc hiểu biết mới mẻ của chúng ta về cuộc sống gia đình tác động lên bức tranh rộng lớn hơn như thế nào.

Sơ đồ ở trang tiếp sau biểu diễn cái đôi khi được gọi là “hợp đồng xã hội” - hay là cái chúng ta nhận từ các thành viên trong xã hội. Bức tranh nom có vẻ “một chiều” thực tế thì không phải như vậy. Gia đình có nhiều cách đóng góp cho xã hội; sức lao động, thuế má, nghĩa vụ quân sự... Trên thực tế gia đình là các tế bào trong xã hội. Tuy vậy, gia đình thường có chứng cứ để nghĩ rằng nó bị đối xử một cách bất công - có thể điều kiện chăm sóc sức khỏe quá tồi hoặc quá đắt hoặc nhà nước cắt giảm các phương tiện phục vụ đời sống, hoặc không có sẵn công việc cho trẻ vị thành niên trong gia đình. Điều này đòi hỏi gia đình phải vật lộn, giằng co và vai để đáp ứng các nhu cầu của nó.

Ở hàng chục các cuộc hội thảo gia đình tôi đã nói chuyện về “quyền cha mẹ” và biết được rằng các bậc phụ huynh không hài lòng về các dịch vụ xã hội như trường lớp, đội ngũ nhân viên y tế, cán bộ chức trách ở địa phương vân vân. Khi có dịp để trút bầu tâm sự những gì

chứa chất trong lòng, người ta thích thú phàn nàn về mọi chuyện. Hóa ra là có quá nhiều người cảm thấy bất lực và bị đối xử một cách không công bằng trong xã hội, họ đặc biệt bất mãn với “giới công chức cạo giấy”. Khái niệm về sự tự quyết cũng có thể áp dụng ở đây, và hiện nay chúng ta dạy các ông bố bà mẹ thông qua vai trò và sách lược để trao đổi với các bác sĩ thiếu tinh thần trách nhiệm, những tên đầy tớ của nhân dân mà tỏ ra thô bạo, những ông thầy ngạo mạn vân vân... cũng để giúp họ thực hiện quyền của người tiêu dùng trong một xã hội tiêu thụ nữa.

Tự quyết trong một vũ đài rộng lớn hơn phải bao gồm cả hành động có tổ chức, bởi vì các tiếng nói đơn lẻ sẽ không có tiếng vang. Từ thập kỉ 80 càng ngày càng có nhiều người tham gia vào các phong trào và tổ chức có ích cho quyền lợi công dân. Họ không còn tham gia vào các hội, nhóm, câu lạc bộ chỉ để giết thời gian cũng như không thiết tha với các tổ chức chung chung có quy mô lớn hơn như các đảng phái chính trị. Bây giờ người ta tham gia vào các phong trào quy mô cỡ vừa và nhỏ như các tổ chức vận động cải thiện môi trường, các phong trào liên quan đến nhà trường và các liên doanh sản xuất thực phẩm vân vân...

Các chính trị gia ắt sẽ hoan nghênh khuynh hướng này bởi vì nó là con đường dẫn đến một nền dân chủ thật sự, cũng bởi vì nó là một giải pháp rẻ tiền cho sự phát triển của cộng đồng trong những thành phố hiện đại, thiếu bản sắc và không có sự liên hệ với bên ngoài. Một khu dân cư có sự quan tâm, gần gũi và giúp đỡ giữa các cư dân sẽ ngăn chặn được nạn lạm dụng, bạo hành trẻ em (thông qua việc cắt đứt những rào cản, xóa bỏ sự buồn chán, cô đơn) còn hơn con số khổng lồ các bác sĩ và những người làm công tác xã hội. Các hội nhóm tự phân đầu và tương trợ lẫn nhau như GROW (giúp đỡ các bệnh nhân có vấn đề với sức khỏe tâm thần), Parents Anonymous (bảo vệ trẻ em), Alcoholics Anonymous (giúp đỡ những người nghiện rượu), Childbirth Education Association (tuyên truyền giáo dục về sinh đẻ), School Involvement (Cải cách học đường), Parents Without Partners (hội của những ông bố, bà mẹ độc thân), Vietnam Veterans (Hội cựu chiến binh trong chiến tranh ở Việt Nam)... sinh sôi nảy nở và làm được những việc đáng ghi nhận.

Chẳng còn gì phải nghi ngờ nữa, cái đầu tiên mà gia đình cần là một sự bảo đảm về cơ sở vật chất. Thu nhập dưới mức trung bình thì không ai có thể nuôi con một cách vui vẻ, hạnh phúc. Tuy vậy, trên mức bình thường cũng cần có một sự thay đổi. Điều có lợi cho con người nhất sau khi họ có một tổ ấm và được ăn ngon, mặc đẹp là một cơ hội được giao tiếp với

người khác và tham gia vào những hoạt động có mục đích theo ý thích tự do của họ. Có thời người ta thường nghe một lời ca thán là cha mẹ “không muốn dính dáng vào những điều phức tạp.” Thường thì lời than phiền này là của những người hướng dẫn một cách nhàm chán và của người làm cha mẹ, làm thầy mà thờ ơ, xa cách hoặc những bài thuyết lí nuôi dạy con trẻ như thế nào. Hãy so sánh với thành công to lớn của các tổ chức quan tâm đến cả việc mua tô nhựa và đồ lót viền đăng ten! Rõ ràng con người ta thích được liên hệ với nhau một cách thân thiện, cùng nhau tham gia vào một việc gì đó và sẽ liêu bỏ một bữa ăn trưa thừa mứa để làm điều đó! Thật đáng buồn là việc tụ họp vật vãnh như thế thường là cách thức duy nhất đáp lại những mong muốn tha thiết được thuộc về tập thể và có liên hệ với nhau trong các vùng đô thị rộng lớn của nước Australia.

Trong cuộc tranh luận ủng hộ sự phát triển nhiều tổ chức cộng đồng hơn nữa, quan điểm rõ ràng nhất là về cái giá của tính hiệu quả. Một người bạn của tôi đứng ra tổ chức các hội hữu ái, tương trợ giữa những người có vấn đề, hoặc có nguy cơ khủng hoảng tinh thần. Nếu anh bạn tôi có khả năng giúp hai người không phải điều trị ở bệnh viện trong vòng một năm thì nỗ lực của anh đã tiết kiệm cho nhà nước đồng lương của chính anh. Không cần phải nói thêm, anh và các tổ chức trên đã làm được nhiều hơn thế.

Một chương trình nghiên cứu dựa trên cơ sở thống kê có quy mô lớn được thực hiện ở Mỹ hướng tới mục tiêu trả lời câu hỏi tại sao một số trẻ vị thành niên xuất thân trong các gia đình tan vỡ ở trong những căn hộ nghèo nàn và có thu nhập thấp lại vẫn tuân thủ luật pháp, các nguyên tắc đạo đức; hơn nữa chúng lại là các nhân tố hữu ích, trong khi đó nhiều trẻ có điều kiện tốt hơn lại phạm tội. Nhân tố duy nhất, nổi bật với ít nhiều sức thuyết phục là những đứa trẻ thành công trên có mối quan hệ với người lớn, bên ngoài gia đình chúng, và đó là mối quan hệ thân thiện và có sức động viên to lớn. Điều này được thực hiện một cách phổ biến qua việc tham gia vào các câu lạc bộ hay hội nhóm dưới sự lãnh đạo của người lớn có kinh nghiệm. Tuy vậy vẫn có trường hợp ngoại lệ. Bởi vì việc cải tạo thanh niên phạm pháp tốn mất của xã hội 20.000 đô cho một người trong một năm, công tác đào tạo thể hệ trẻ xem ra cũng là một đầu tư có lợi về nhiều mặt. Bây giờ tôi xin phép được đưa ra một vài điều tâm đắc. Nếu bạn có con, bạn cũng cần thường xuyên tham gia các câu lạc bộ hoặc tìm hiểu cuộc sống muôn màu bên ngoài bốn bức tường nhà bạn, vì lợi ích gia đình bạn và để đảm bảo tương lai tốt đẹp cho con cái. (Một điều thú vị là ngày nay có rất nhiều các phong trào hòa bình do các ông bố, bà mẹ trẻ khởi xướng.) Nếu bạn có tham gia vào hoạt động cộng đồng, dù

là thư kí của câu lạc bộ các bà mẹ hay là một nghệ sĩ năng động thì có một điều mà bạn cần hiểu rõ là gia đình là trên hết. Bất cứ cái gì giúp thắt chặt mối quan hệ gắn bó, ràng buộc giữa các thành viên trong gia đình và củng cố sức mạnh cộng đồng ở địa phương bạn cũng tiết kiệm tiền và giảm thiểu các vấn đề đi một trăm lần trong nỗ lực hướng đến một xã hội hạnh phúc hơn, tự lực tự cường hơn trong tương lai. Đồng tiền công chi cho sự ngăn ngừa bao giờ cũng tốt hơn cho sự cải tạo sửa chữa.

NEU BAN LA ONG BA, HANG XOM HOAC BAN BE

Làm cha mẹ có thể là một công việc bạn phải làm một mình. Thường thì chỉ có những người hàng xóm hoặc những người thân trong gia đình mới rõ những căng thẳng gia tăng và cái kiểu đối xử không tốt bắt đầu phát triển như thế nào giữa cha mẹ và con cái. Dù vậy, cái khó trong trường hợp này là làm cách nào có thể giúp đỡ những người trong cuộc mà không gặp phải sự cự tuyệt hay phản kháng. Vậy để tôi mách bạn một mẹo nhé.

SU GIUP DO THIET THUC

Điều đầu tiên hiển nhiên bạn có thể giúp là trông coi bọn nhóc. Nhiều cặp vợ chồng trẻ mệt mỏi vì phải kiếm sống và vì vô số những công việc vô tận với tư cách làm cha mẹ. Một vài giờ được thoát khỏi những điều này có thể “cứu cả cuộc đời” đấy. Tuy vậy, có thể những người này chẳng dám nhờ cậy hoặc giả lại quen lợi dụng bạn. Đây là một gợi ý: thỉnh thoảng đề nghị trông giùm lũ nhỏ và vui vẻ làm thế nhưng cũng có lúc nói “Ồ không, tuần này tôi lại không rảnh, không giúp gì được rồi”. Bằng cách ấy bạn khiến họ hiểu rằng bạn cũng biết từ chối và bạn không bảo đảm điều gì hết. Tôi có một người bạn rất láu lỉnh. Cô ấy sẵn lòng trông con cho người hàng xóm chỉ với một điều kiện cặp vợ chồng kia phải dùng thời gian rảnh để nghỉ ngơi. Một cách khuyến khích có hiệu quả.

Bước thứ hai là sự giúp đỡ về mặt vật chất. Xã hội của chúng ta dường như được xây dựng theo cách thức nhờ đó chúng ta “chạy ăn từng bữa mướt mồ hôi” trong thời gian phải nuôi con, khi đã rủng rỉnh đồng tiền thì con cái lại khôn lớn hết rồi. Thời xưa tuy ông cha nghèo hơn chúng ta với tư cách cá nhân, nhưng họ lại có thể chia sẻ của nả tích lũy trong dòng họ. Các gia đình trẻ ngày nay rất cần bạn cho mượn một số tiền để mua sắm dụng cụ nuôi dạy con cần thiết hoặc bất cứ hình thức hỗ trợ vật chất nào.

TÌNH BẠN

Chẳng có gì ảm áp, thú vị và vui vẻ hơn là được một người hàng xóm hay bạn bè lắng nghe chuyện của mình. Những căng thẳng, ức chế bị dồn nén bấy lâu cùng những lo âu của các bậc cha mẹ sẽ trôi qua hết khi có một đôi tai lắng nghe, đồng cảm, và tất cả sẽ trôi phăng đi hết giống như nước ủa ra từ một cái đập bị vỡ. Nếu bạn có thời gian tâm tình, thăm hỏi và nếu như bạn không hồi hải đưa ra cách thức khắc phục hoặc các kiểu so sánh, bạn sẽ nhìn thấy rõ mồn một sự thanh thản, giải tỏa toát lên từ khuôn mặt người bạn đang tiếp chuyện.

Đừng rao giảng, dạy đời, phán xét, so sánh, chỉ trích hoặc đánh giá hoặc hành động chung chung như người gỡ rối tơ lòng, Dorothy Dix. Nếu bạn cảm thấy trào dâng trong lòng mình làn sóng nhiệt tình của “một người khôn ngoan hơn, từng trải hơn” thì xin bạn cứ vui lòng ngậm miệng lại, mỉm cười thật nhiều cho đến khi cảm giác đó trôi qua.

Lời khuyên có thể là một cú đâm đối với lòng tự trọng của người nhận nó, nhất là khi nó không phải là mục đích thứ nhất của người ấy. Kể cả khi lời khuyên ấy “tuyệt đối đúng” thì nó cũng gây nên tác động khó chịu một chiều làm cho người tâm sự cảm thấy mình nhỏ bé đi. Đây tôi lại làm ngược lại điều muốn nói rồi, vì tôi đang mong bạn thực hiện lời khuyên của tôi.

ĐIỀU KHÔNG NÊN LÀM

Nếu bạn lại là cha mẹ của bậc cha mẹ khác thì điều đó còn nguy hiểm hơn nữa. Bạn sẽ bị cám dỗ hết lần này đến lần khác, nhắc lại một số cái trong quãng đời làm cha mẹ mà bạn đã bỏ qua khi con bạn mười hai, mười ba tuổi, cái giai đoạn mà trẻ có những nhầm lẫn và chúng hi vọng bạn không nhận ra. Nếu bạn làm điều đó một cách thường xuyên con bạn sẽ lại phải giả vờ là họ đảm đương được mọi chuyện mỗi khi bạn can thiệp - vô hình chung bạn lại chất thêm gánh nặng cho con. Người lớn cũng cần bạn bè và cần những thông điệp tích cực.

ÔNG BÀ CŨNG LÀ “CHA MẸ”

Margare Mead từng thốt lên rằng trẻ nhỏ và ông bà thường hòa thuận với nhau vì họ có một kẻ thù chung! Con nít rất cần có người lớn bên cạnh như bè bạn, như người tâm tình để đưa ra những lời động viên khích lệ và để yêu thương chúng khi cha mẹ chúng bận ngập đầu cổ đến mức không làm được điều đó. Thậm chí cả ông cụ hay bà cụ bản gắ nhất cũng có giá trị riêng,

ít ra thì cũng có người để so sánh và hiểu rằng ba và má nó dễ thương biết bao. Tôi biết có nhiều người trải qua được thời thơ ấu của mình một cách suôn sẻ là nhờ trong cuộc sống gia đình tưởng như không thể chịu đựng được có một người lớn tuổi ở bên cạnh mình, tạo cho mình một bến đỗ bình yên.

Khi gia đình có mọi quan hệ đan quện với bạn bè, chòm xóm và khi tất cả các thế hệ trong gia đình thương yêu quan tâm đến nhau thì chúng ta đâu còn cần đến các nhà tâm lý học và các cơ quan phúc lợi xã hội. Chúng ta sẽ tự chăm sóc lẫn nhau.

Lá thư từ một người mẹ

Steve thân mến,

Tôi cảm thấy thật sự bối rối, khi viết về bản thân, biết rằng rồi đây nhiều người sẽ đọc những dòng chữ này. Nhưng tôi cần giúp đỡ, bởi vì những người làm cha làm mẹ như chúng ta cần giúp nhau.

Mới cách đây một năm, gia đình tôi còn ở trong cảnh địa ngục. Đã hai lần tôi suýt giết đứa con gái nhỏ của chúng tôi, Gayle, bây giờ mới ba tuổi.

Hai vợ chồng tôi không bao giờ nói chuyện về nó mà không lớn tiếng, còn Peter, sáu tuổi mới đi học thì đã gặp những rắc rối ở trường. Điều cuối cùng tôi mong muốn là nghe một chuyên gia nào đó bảo chúng tôi phải làm gì.

Tiến sĩ P nói tôi đã lạm dụng quá nhiều thuốc an thần và rằng tôi cần có những biện pháp khác để nghỉ ngơi, thư giãn và rằng tôi không đủ điều kiện để lái xe, tôi dễ ngã khuỵu xuống. Ông ấy cho tôi biết tên ông và nói rằng tôi cần nói chuyện với ông. Thế là mặc dù tôi đã có đủ các món nợ lớn nhỏ, tôi vẫn gọi điện cho ông, sắp đặt một cái hẹn.

Điều ngạc nhiên đầu tiên là ông muốn Dale đi cùng với tôi. Anh ấy đâu có thích cái ý tưởng ấy, lí sự rằng anh ấy không có thời gian, rằng chỉ có tôi mới có vấn đề với bọn nhóc chứ không phải anh ấy, chúng bao giờ cũng thật sự ngoan ngoãn, dễ thương đối với anh. Nhưng vì ông cứ khẳng khẳng nên anh ấy phải đi. Ấn tượng đầu tiên khi chúng tôi đi vào văn phòng của ông là gã nào kia vậy, hẳn trông lớn tuổi hơn mình hoặc Dale, vậy thì hẳn biết được cái gì?

Ông hỏi những câu thật lạ lùng, tôi cảm thấy như mình đang ở tận đâu đâu ấy: “Bà cảm thấy trong người thế nào khi bọn trẻ quậy phá? Tại sao bà biết mình sẽ làm những điều rò dại - dấu hiệu cảnh báo là gì?”.

Điều tương tự cũng xảy ra với Dale. Khi vợ chồng đấu khẩu, anh ấy cảm giác như thế nào? Anh ấy muốn điều gì xảy ra. (Điều ngạc nhiên là Dale không nói nhiều về cảm xúc của anh ấy). Mẹ của Dale thường xuyên chửi bới con trai và bây giờ vẫn thế nhưng tôi không bao giờ biết là nó đã làm anh ấy đau đớn đến thế. Hiện giờ anh ấy đã thay đổi nhiều. Mới tuần rồi tôi bắt đầu gây sự với anh và anh nói - “đừng có làm một người đàn bà chua ngoa, đánh đá, hãy cho tôi một vòng ôm êm ái!”. Tôi có thể nói gì đây?

Tôi không muốn nhớ về tuổi thơ của mình, để làm gì kia chứ, tôi nghĩ. (Dù vậy tôi đoán rằng có thể có nhiều chuyện đấy). Bố mẹ tôi không thuộc tuýp người tình cảm. Mẹ tôi luôn đau ốm bệnh tật, và tôi chỉ cảm thấy mình là một vật phiền toái. Tôi thường có cảm giác có cái gì xiết chặt lấy đầu khi bọn trẻ đến gần, cứ như vậy suốt trong những năm qua.

Tôi không bao giờ thiết lập được mối liên hệ với ai. Trong lá thư của ông, Steve a, ông đã hỏi tôi tất cả những gì mà tôi có thể nhớ được đáng có ích cho chúng tôi. Đêm đầu tiên chúng tôi đến Trung tâm sức khỏe là một sự ngạc nhiên. Ông hỏi, ngay vào lúc tôi nghĩ chúng tôi đã xong việc cho buổi tối hôm ấy: “Bà có cảm thấy còn là mình khi nghĩ đến chuyện đã thương lũ trẻ?”.

Chẳng có gì phải buồn, chỉ là một câu hỏi!

Tôi đáp, “Có, thỉnh thoảng tôi thấy thế”. Tôi đã nghĩ, nào bây giờ thì xong rồi, người ta chắc chắn sẽ mang lũ trẻ đi. Suýt nữa tôi đã nói dối ông, nhưng lại thôi vì tôi biết ông không dễ bị đánh lừa. Rồi ông nói, “Bà sẽ cam kết với tôi không đánh con trong thời gian bao lâu?”. Tất cả mọi thứ lộn tung phèo trong đầu tôi. Tôi có thể nói gì đây? Điều gì xảy ra nếu chúng quậy phá, mè nheo? Cuối cùng tôi đáp: Có thể là một tuần. Ông day lại “Có thể ư?” với một cái nhìn vui vẻ. “Một tuần”, tôi đáp, nhấn mạnh hơn. Thế là ông nói: “Được, thì một tuần. Tôi sẽ gặp bà trước khi thời hạn kết thúc”.

Tôi không biết tại sao tôi bắt đầu khóc. Dale và tôi đi về nhà và nói chuyện hàng tiếng đồng hồ về cái đêm ấy và thế là có một cái gì mới mẻ bắt đầu.

Kể từ đây có nhiều điều nâng đỡ tôi. Khi tôi cảm thấy muốn đánh đập lũ nhỏ tôi chạy ra khỏi nhà đi bộ thật nhanh. Thậm chí tôi vẫn còn nhớ có lần tôi la hét con rồi đi vào phòng ngủ nện vào tấm đệm những đòn giận dữ. Tôi đã có đủ tự tin để đề nghị bà hàng xóm trông chừng lũ trẻ trong chốc lát. Tôi cũng học được cách đón nhận sự quan tâm của Dale một cách vui vẻ hơn và yêu cầu anh làm những điều tôi thích. (Xin phép không đi vào chi tiết ở đây).

Tôi cũng cảm thấy tồi tệ một thời gian khi Dale bị mất việc. Rồi tôi tham gia vào Hội cha mẹ, học được nhiều điều về ngược đãi con trẻ và những việc làm có ích cho con cùng những chuyện xung quanh. Ước gì cha mẹ tôi cũng biết những điều như thế.

Tìm ra rằng tôi không phải là người duy nhất trên thế giới có vấn đề với con cái.

Tổng hết tất cả thuốc an thần cho người hàng xóm!

Được một trận cười.

Đôi khi đây vẫn là một khó khăn nhưng tôi cảm thấy mình là một con người mới mẻ, còn bọn trẻ thì đã ngoan hơn trước nhiều. Cả mọi người cũng bảo với tôi thế. Vậy thì tôi có thể nói gì ngoài hai tiếng CẢM ƠN!

Tôi biết ông yêu cầu tôi viết ra điều này, bởi vì tôi thích viết ra mọi chuyện, và vì ông nghĩ rằng người khác cũng rút ra được một điều gì đó khi đọc lá thư này của tôi. Tôi hi vọng mọi chuyện đều ổn, tôi gửi lời mong ước tốt đẹp nhất cho tất cả những người cha người mẹ khác đôi khi có ý nghĩ họ là người cha/mẹ tồi tệ nhất trên đời.

Bảo trọng,

Thân mến, Sudy.

Chỉ có những ông bố bà mẹ tận tâm mới đọc những cuốn sách về chuyện làm cha mẹ. Bạn sẽ thấy, từ việc đọc cuốn sách này, một số phần có “dính líu đến việc nhà mình” còn một số phần khác thì chẳng có liên quan cũng không có gì thú vị.

Chắc chắn bạn bỏ qua những phần ấy mà đọc phần khác. Cũng tốt thôi, bởi vì cuốn sách

này được làm ra để sử dụng theo cách ấy. Phần nào hợp với hoàn cảnh của bạn, áp dụng được vào việc dạy dỗ con bạn sẽ ở lại trong đầu bạn cả khi bạn đã đặt cuốn sách xuống, thậm chí có những lúc bạn có thể thấy mình đang nói một điều gì mới mẻ hoặc cảm xúc của bạn trở nên dễ dàng hơn, ít căng thẳng hơn khi bạn đối xử với con cái.

Đó là cách mà sự thay đổi diễn ra. Bạn có thể cố gắng một cách có cân nhắc nếu bạn muốn nhưng bạn không thể không cải thiện nghệ thuật làm cha làm mẹ của mình khi những ý tưởng này kết hợp cùng với những suy nghĩ khác với điều bạn học hỏi được. Thỉnh thoảng bạn có thể giở lại đọc một phần nào đó và phát hiện ra những điều bạn còn chưa nhận ra trong lần đọc đầu tiên - bởi vì lần này bạn đã có ý niệm từ lần đọc trước và có thể biết rõ hơn.

Bạn có thể sử dụng cuốn sách này khi bạn có điều thất vọng hoặc khủng hoảng, hoặc ở thế tiến thoái lưỡng nan. Có lẽ nó sẽ giúp bạn chăng?

Bạn sẽ tìm thấy điều bạn nghĩ đến việc dùng từ “tôi” thay cho những thông điệp mang tính cách thôi miên hạ thấp trẻ khi bạn nói chuyện với nó. Bạn sẽ suy nghĩ nhiều hơn về tình cảm cha con, mẹ con và một sự quan tâm tích cực. Hoặc cũng có thể việc chủ động lắng nghe sẽ giúp bạn trở nên gần gũi với con cái hơn. Sự khẳng định lại là mới mẻ đối với bạn! Hoặc có thể bạn sẽ làm một điều gì đó để đưa gia đình mình đến một hình thái mà bạn muốn.

Đôi khi bạn cảm thấy như là chẳng có gì thay đổi - tất cả xem ra có vẻ quá khó khăn. Rồi đến một ngày nào đó bạn sẽ nhận ra rằng bạn và con bạn cùng những người xung quanh bạn hạnh phúc hơn trước nhiều. Một sự tiến bộ thật sự sẽ đến như thủy triều, như ngọn sóng. Bạn hãy học cách tin tưởng bạn nhé.

CHƯƠNG MƯỜI

ĐÀO TẠO THẾ HỆ TƯƠNG LAI

Trong thâm tâm bạn biết rõ cái gì là đúng. Hãy tưởng tượng điều này. Bạn đang ngồi ở góc sân trước nhà. Trước mắt bạn là những khu vườn xanh tươi và một con đường rợp bóng cây - không có tiếng động nào trừ tiếng chim ríu rần. Bạn đã có tuổi nhưng vẫn còn tráng kiện với nước da rám nắng, trong bộ đồ ấm áp, nhẹ nhàng. Một chiếc xe bóng loáng và hầu như không phát ra tiếng động trườn tới. Cánh cửa mở và một vài người trẻ tuổi bước ra. Họ là những người con đã trưởng thành của bạn. Họ ôm hôn bạn. Họ tràn trề sinh lực và rất vui khi gặp bạn. Họ ngồi xuống kể cho bạn nghe về cuộc phiêu lưu mới nhất, những thành tích mới và tin tức về gia đình họ. Bạn mang thức ăn và đồ uống ra, cùng con ôn lại nhiều chuyện. Cuối cùng đã đến lúc họ ra về.

Bạn vào nhà mặc thêm áo ấm. Bạn ngồi hồi lâu bên cửa sổ, nhớ về thời thơ ấu của con. Bạn tự hào vì họ đã trở thành những con người đẹp đẽ, giỏi giang như thế. Tự hào về cái mà bạn đã trao cho đời.

CON CÁI CHÍNH LÀ MÓN QUÀ

Nếu bạn tin vào các phương tiện thông tin truyền thông bạn sẽ nghĩ trẻ con chẳng là cái gì ngoài một cửa nợ lớn, gây ra bao vấn đề - về hành vi đạo đức, về chăm sóc trẻ và về sức khỏe.

Đó là một trò lường gạt kinh tởm, bởi vì sự thật là - con cái chính là món quà đẹp đẽ nhất. Trong thâm tâm chúng ta biết điều đó mà, chỉ có điều thỉnh thoảng chúng ta lại quên mất. Một trong năm cặp vợ chồng có vấn đề với bệnh vô sinh biết con cái giá trị như thế nào, cũng giống như các bậc cha mẹ có con cái, phải đấu tranh với bệnh tật hoặc tai nạn. Khi con cái chúng ta gặp nguy hiểm chúng ta mới bất thành linh nhận ra chúng có quá nhiều ý nghĩa đối với cuộc đời ta, ngoài ra hết thảy những cái khác đều không thành vấn đề.

Có những thách thức thật sự trong việc nuôi dạy con cái. Trong phần tiếp theo này chúng ta giải quyết các vấn đề có liên quan. Nhưng bạn hãy bắt đầu bằng cách nhắc nhở mình rằng có con là điều kì diệu nhất trong đời bạn - tạo ra một cuộc sống mới, phóng một con người tuyệt vời vào tương lai. Bạn sẽ cho và nhận. Cuộc sống của bạn sẽ trăm lần giàu có, phong phú nhờ tình yêu và sự ngưỡng mộ mà bạn có thể nhận được từ con cái, người tiếp cận với mọi điều với một sự tinh khôi, sức mạnh và niềm tin.

Chúng ta đang nuôi dạy những đứa trẻ của thế kỉ 21 và trong thực tế công trình của chúng ta thực hiện tốt - sáng tạo ra một loại thanh niên mới phôi phới tương lai, trước 30 năm. (Hãy so sánh lúc bạn 15 tuổi với trẻ 15 tuổi ngày nay bạn sẽ rõ thôi!).

Nuôi dạy trẻ cũng ví như nghề thủ công tinh xảo thời cổ. Để thực hiện tốt bạn phải rút từ ruột mình, từ những nguồn năng lực thẳm sâu bên trong, cũng như phải có được càng nhiều càng tốt sự giúp đỡ, trợ lực từ bên ngoài. Bạn áp dụng cung cách mày mò, quán triệt một quan điểm “vừa đi vừa hỏi đường...” có nghĩa là chấp nhận nhầm lẫn, học tập từ những thất bại của mình mà không quy kết, tự trách mình một cách không cần thiết. Chính tấm lòng sẵn sàng học hỏi đã khiến bạn cầm lên cuốn sách này.

Bạn yêu con, bạn muốn làm hết sức mình cho con, và bạn sẵn lòng học tập. Vậy bạn đã có tất cả các tố chất để làm một người cha người mẹ tốt!

CÓ HAI LOẠI TÌNH YÊU

Chúng ta yêu con. Nhưng tình yêu là một cái gì lớn hơn, không chỉ là một cảm xúc tốt đẹp - nó liên quan đến một số kỹ năng. Các chuyên gia nghiên cứu về gia đình nhận ra rằng cha mẹ cần có hai khả năng quan trọng, then chốt. Tôi gọi chúng là tình yêu tự nhiên và tình yêu lý tính. Cả hai loại tình cảm này đều có tác dụng ngang nhau trong vai trò làm cha mẹ, để trẻ có thể nhận được đúng những tố chất cần thiết để chúng lớn lên. Hai loại này có sẵn trong bạn, nhưng có thể bạn phải cần một sự giúp đỡ để đánh thức nó dậy.

Cái gì được gọi là tình yêu tự nhiên?

Tình yêu tự nhiên là khả năng thư giãn, tỏa hơi ấm và những quyền luyện dịu dàng. Đó là khả năng ngăn cản đầu óc bạn thoát khỏi một cuộc chạy đua để tin tưởng vào bản năng của

mình và để chống đỡ nhiều sức ép lên bạn từ bên ngoài để bạn có thể có mặt ở đây cho con mình. Khi bạn sống thoải mái và là chính mình, tình thương yêu của bạn sẽ trở dậy một cách tự nhiên.

Bạn không bắt buộc được loại tình cảm này, nhưng bạn phải dành cho nó một mảnh đất để nó nảy mầm và đơm hoa kết trái. Không phải bất cứ ai cũng có loại tình cảm tự nhiên này, và có những lúc ta thấy khó mà làm cho nó nảy nở. Nếu bạn thực sự là một ông bố, bà mẹ lạnh lùng, xa cách, thì bạn có thể cảm thấy căng thẳng hoặc khó chịu chứ không thoải mái, vui vẻ khi gần trẻ sơ sinh và trẻ nhỏ. Khi đàn ông và đàn bà tái phát hiện ra tình cảm này thì nhiều thứ sẽ thay đổi theo chiều hướng tốt lên. Chương hai sẽ đề cập đến chuyện đó được thực hiện như thế nào.

Thế nào là tình yêu lý tính?

Đó là khả năng quan tâm, yêu thương nhưng lại tỏ ra nghiêm khắc với trẻ - đưa ra những quy định rõ ràng và uốn nắn trẻ mà không trở nên giận dữ hoặc yếu đuối và nhượng bộ. Đó là phẩm chất mà người ta muốn nói tới trong đánh giá, “Con người này có tư chất”.

Nhiều người có hiểu biết lẫn lộn về tình yêu bởi vì họ nghĩ nó bao giờ cũng ấm áp và ủy mị. Chẳng hạn một ông bố cho cô con gái vị thành niên mượn một số tiền rất lớn, cô bé này “quên” trả lại. Đó không phải là tình yêu, mà là “sự yếu mềm”. Yêu có lý tính là phải nói với con, “Tất nhiên là ba rất yêu con. Nhưng con đang nợ của ba 100 đô. Vì thế không có vay mượn gì thêm nữa cho đến khi con trả lại tiền cho ba!” Tình yêu lý tính là sức mạnh cộng với một sự quan tâm đầy yêu thương, trái nghĩa với sự lạnh lùng, khó khăn. Cả những ông bố bà mẹ tận tâm cũng thường nghiêm khắc với những đứa con nhỏ, bởi vì họ yêu thương chúng. Thường thì điều này có liên quan đến sự an toàn - “Mẹ yêu con, và đó là lý do mẹ không để cho con chạy ra ngoài đường”. Hoặc tôn trọng người khác - “Trong ngôi nhà này người ta không được phép đánh nhau. Con phải đứng ở đây cho đến khi con đồng ý với mẹ sẽ không đánh em con hoặc bất cứ ai”. Các ông bố bà mẹ tốt sẵn sàng tỏ ra cứng rắn với con trẻ vì họ biết rằng điều đó sẽ giúp chúng sống hạnh phúc hơn.

Tìm một sự cân bằng

Không có ai lúc nào cũng đúng đắn, mực thước. Trao cho con tình thương yêu tự nhiên và

lí tính bao giờ cũng là vấn đề tìm đường đi nước bước, tìm một sự cân bằng giữa hai tình cảm đó. Một ông bố hoặc bà mẹ vừa yêu thương vừa nghiêm khắc sẽ nói những điều như thế này - “Không, con không được chạy ra ngoài mưa và lạnh. Đây này, hãy tìm một cái gì thú vị trong bếp mà làm”. Họ nhận ra nhu cầu hoạt động của con cái - “Mẹ biết là con đang buồn chán - Mẹ sẽ giúp con tìm một cái gì đó để làm”. Nhưng họ bao giờ cũng rõ ràng, kiên quyết trong quyết định của mình - “Con phải ở trong nhà khi trời đang mưa”.

Vấn đề ở chỗ bạn thích nghi với sự cân bằng. Cái gọi là vấn đề, nảy sinh lúc này hay lúc khác trong mỗi gia đình thì chỉ có cách thức của con bạn mới cho biết là sự cân bằng cần một sự thay đổi hay không. Ví dụ, một cô bé dễ bị đau bao tử vì người mẹ quá bận rộn với đứa trẻ mới sinh. Một cậu bé dễ gây ra những rắc rối ở trường để thu hút sự chú ý của cha. Đôi khi bạn sẽ phải phát triển những mức độ mới cho tình yêu tự nhiên hoặc lí tính trong bản thân - nhiều hơn là cái mà bạn nhận được hồi còn bé - để giúp đỡ con mình. Đó là lý do tại sao làm cha mẹ lại là một việc mất nhiều thời gian đến thế - nó lấy đi của bạn tất cả những giới hạn trước đó. Cũng là một điều hết sức tốt đẹp nhưng bạn sẽ cần một sự hỗ trợ và khuyến khích. Các chương sau sẽ cung cấp cho bạn nhiều điều như thế, cùng với nhiều ví dụ từ cuộc sống để tạo cảm hứng.

HIỂU TÌNH CẢM BẠN DÀNH CHO CON

Nhiều bậc cha mẹ đã yêu cầu một cách thức đơn giản để đánh giá việc họ đang làm và cách thức họ có thể cải tiến. Bảng câu hỏi đơn giản này sẽ giúp bạn hiểu hơn về hai loại tình yêu và làm cho công việc làm cha mẹ của bạn có thêm những kinh nghiệm bổ ích và lí thú. Hãy khoanh tròn con số bạn muốn trả lời.

Câu hỏi về tình yêu tự nhiên.

1. Tôi ôm hôn con cái rất nhiều. Tôi thích ôm con vào lòng, nói cho chúng biết chúng tuyệt vời như thế nào.

Không, tôi không thích thế.

1, 2, 3, 4, 5. Phải, tôi thích thế.

2. Tôi là một người thích thư thái. Chẳng có gì phải vội vã. Tôi dành hàng giờ cho con chỉ

vì tôi thích được ở bên chúng.

Không, đây không phải là tôi.

1, 2, 3, 4, 5. Vâng, đó chính là tôi.

Bây giờ thì cộng hai con số lại và điền vào chỗ trống.

Tình yêu tự nhiên tổng cộng là...

CÂU HỎI VỀ TÌNH YÊU LÝ TÍNH

1. Tôi có thể trở nên rõ ràng, kiên quyết, đưa ra các qui định và khiến con cái làm theo. Lũ nhỏ biết khi nào tôi có ý nói đến công việc và hầu như bao giờ cũng vâng lời.

Không, đó không phải là tôi.

1, 2, 3, 4, 5. Phải, đó chính là tôi.

2. Tôi bình tĩnh và có khiếu hài hước, vì thế khi cần giữ vững nguyên tắc tôi cũng không hay nổi nóng. Chắc chắn tôi sẽ không bao giờ chửi bới hoặc đánh đập con cái.

Không, đó không phải là tôi.

1, 2, 3, 4, 5. Phải, đó là tôi.

Bây giờ cộng hai con số lại và điền vào chỗ trống.

Tình yêu lý tính tổng cộng là...

Sau đó điền điểm của bạn vào đồ thị sau.

Điểm tình yêu lý tính.

1. Đánh dấu điểm cho tình yêu lý tính ở cột này

2. Đánh dấu điểm cho tình yêu tự nhiên ở cột này

3. Vạch hai đường qua hai điểm và đánh dấu chỗ chúng gặp nhau. Đó là kết quả đánh giá

Phân tích

Roger là tuýp người mạnh mẽ duy lí, có đầu óc tổ chức rất tốt. Anh quan tâm đến con cái, nhưng cảm thấy khó mà biểu lộ điều đó. Vì thế anh có vẻ thờ ơ, xa cách. Con cái anh có thể nghĩ chúng chưa bao giờ ngoan ngoãn đáng yêu đủ để cha quan tâm. Anh cũng quá bận rộn không có nhiều thời gian dành cho con cái. (Dù vậy, gần đây anh bắt đầu thay đổi cách nghĩ). CỨNG RẮN MÀ LẠNH LÙNG. Đọc về các kỹ năng của tình yêu tự nhiên miêu tả trong chương 2.

Đọc qua chương 2 và 3. Tìm kiếm sự giúp đỡ từ một chuyên viên tận tâm nếu bạn quan tâm đến việc làm cha mẹ của mình. LẠNH LÙNG NHƯNG KHÔNG MẠNH MẼ.

Agnes tính tình lạnh lùng và hay căng thẳng. Cô có thể để cho con mình đi ra ngoài với một tên giết người, rồi quên bẵng đi mất để sau đó lại la mắng trẻ ào ào. Nhưng cô biết lỗi, cảm thấy ân hận và trở nên dễ dãi, cho qua mọi chuyện. (Với sự giúp đỡ của bạn bè và một chuyên gia, cô đã học được cách thư giãn, yêu bản thân để có thể yêu con cái nhiều hơn).

Penny tính tình hồn hậu, đáng yêu. Cô có quan điểm dứt khoát về nguyên tắc. Con cái cô biết chúng phải theo những hướng dẫn nhất định và có trách nhiệm với việc làm của mình. Nhưng chúng cũng cảm thấy an toàn và được chăm sóc quan tâm. Mọi người trong gia đình này sống với nhau vui vẻ, trong nhà lúc nào cũng vang lên tiếng cười thân mật, hạnh phúc ẤM ẤP VÀ MẠNH MẼ. Thật tuyệt!

Đọc về các kỹ năng tình yêu lí tính được miêu tả trong chương 3.

THƯƠNG YÊU NHƯNG KHÔNG CỨNG RẮN

Cheryl yêu con và dành nhiều thời gian cho chúng. Thực ra cô chẳng có lúc nào dành cho mình. Bọn trẻ lúc nào cũng quanh quẩn bên cô mẹ nheo đủ thứ. Cheryl kiệt quệ sức lực vì phải cố gắng quá nhiều, tuy vậy cô vẫn không thể lấy lại tự chủ.

Cô bắt đầu sinh hoạt hội giúp đỡ cha mẹ học sinh và bắt đầu chịu ảnh hưởng của tình yêu lí tính.

CHƯƠNG MƯỜI MỘT

TÌNH YÊU TỰ NHIÊN

Tạo mối liên hệ với con cái

Tất cả các bậc cha mẹ đều yêu con mình

Câu hỏi lớn là - Chỉ tình yêu thôi đã đủ chưa?

Đêm. Những bụi cây quanh hè đứng im phăng phắc, xa xa một con chim đơn côi cất tiếng hót lạc loài. Trong một ngôi nhà nhỏ ven hồ, có một người đàn ông và một người đàn bà đang yêu nhau. Họ bắt đầu một cách chậm rãi, vì họ có vô số thời gian tận hưởng một sự thăm dò, âu yếm và làm tan biến hết tất cả những căng thẳng và mối bận tâm lớn nhỏ trong đời. Họ khởi sự thăm dò nhau từ đầu, mặc dù họ đã yêu nhau bao nhiêu năm rồi. Một lúc sau, sức lực và đam mê bắt đầu trỗi dậy. Tiếng cười của nàng hòa lẫn với sự gấp gáp hồi hả của chàng, chẳng bao lâu cả hai cùng cất tiếng kêu trong sung sướng. Sau đó, họ nằm bên nhau, chìm vào giấc ngủ bình yên. Thế nhưng trong cơ thể người đàn bà, lúc cả hai còn đang say ngủ, một con tinh trùng cường tráng tìm đường đến một quả trứng hình mặt trăng đang đợi nó, và cuộc sống của một con người mới bắt đầu.

Yêu thương mầm sống trong bạn.

Bạn bắt đầu làm mẹ như thế nào? Từ lúc mang thai, rõ quá rồi còn gì. Dù vậy trong ý thức của bạn, có bầu cũng là một cú sốc. Cả đối với những người sắp đặt chu đáo cho chuyện đó (đấy là chưa kể những người “vỡ kế hoạch”) cảm giác này vẫn tồn tại. Trong lúc bạn cầm que thử thai bằng nhựa trên tay bạn đã thốt lên “Ôi, lạ chúa tôi!” Đoàn tàu siêu tốc, không mui bắt đầu lăn bánh!

Việc có bầu đưa ra cho bạn hai sự lựa chọn. Bạn có thể chia tay với tất cả tình yêu thương với sự sống đang ngo ngoáy trong lòng bạn, hoặc có thể bạn co mình lại trong sợ hãi và cảnh

giác. Khi con bạn lớn lên từng ngày trong bụng mẹ, khi nó được sinh ra và khi nó lớn lên, bạn sẽ lại một lần nữa, rồi một lần nữa có sự lựa chọn: khép kín lòng mình và rút vào một góc hay là mở rộng tâm hồn, đáp lại cái mà chúng ta vừa gọi là tình yêu tự nhiên.

Tình yêu tự nhiên là khả năng yêu thương với tình cảm dịu dàng, rộng lượng và nồng nhiệt - cư ngụ bên trong mỗi người.

Tình yêu bên trong bạn có thể mạnh mẽ như ngọn lửa rừng rực cháy, hoặc có thể chỉ là một đốm sáng le lói, không được nhận biết, kiên nhẫn chờ đợi bạn khơi dậy. Các nghiên cứu cho biết nếu người cha có mặt trong lúc sanh, hoặc có tham gia vào những công việc liên quan đến những chăm sóc đầu đời, người cha ấy bắt đầu dành nhiều cho trẻ - với một sự quan tâm và mặn ý sâu sắc. Ông bố ấy muốn giành nhiều thời gian rảnh hơn nữa cho con cũng như muốn thành thạo hơn trong việc chăm sóc trẻ. Điều này bao giờ cũng đúng dù đứa trẻ có phải là con ruột của họ hay không. Chiếc khóa ở đây là sự có mặt đúng vào thời điểm sớm nhất. Cơ thể người mẹ, nếu có thể ngủ được cùng với đứa con ngay từ buổi đầu tiên nhất là khi cho con bú, sẽ giải phóng các hoocmôn như prolactin có tác dụng đặc biệt thúc đẩy bản năng làm mẹ của người phụ nữ. Các hoocmôn này khiến người mẹ thư giãn, các trao đổi chất diễn ra chậm lại và người mẹ thỏa mãn một cách sâu xa mỗi khi ở gần con. Chúng khuyến khích cơ thể người mẹ khả năng trực giác nhận ra những mối nguy hiểm quanh bé. Bất cứ khi nào bạn cảm thấy có một cái gì đó khác lạ, bất giác làm bạn chú ý đến những tiểu tiết hoặc những vật bé nhỏ, lúc ấy chất prolactin này hoạt động.

Một lưu ý về việc cho con bú. Có chứng cứ xác đáng rằng việc cho con bú bằng sữa mẹ cung cấp chất dinh dưỡng và kháng thể làm cho sữa mẹ ưu việt hơn hẳn các loại sữa khác. Đôi khi một người mẹ cũng cho con bú bình khi phải trải qua các điều trị y tế cần thiết. Trong trường hợp này, điều quan trọng đối với người mẹ là cần để da thịt mình tiếp xúc với bé trong lúc nó bú bình. Người mẹ nên thư giãn nhìn vào mắt con; nói chung thời gian cho con bú dù là bú vú mẹ hay bú bình cũng là thời gian thân mật giữa mẹ và con. Chúng tôi tin rằng cho con bú là một nghệ thuật - người mẹ đôi khi cũng cần hiểu biết để việc cho con bú đạt mục đích và ở đây chỉ có một vài mẹo nhỏ cũng làm nên một sự khác biệt lớn. Chúng tôi xin giới thiệu với bạn tổ chức “Người Mẹ Cho Con Bú”. Ở đây họ có những sự giúp đỡ rất cần thiết và tổ chức này có chi nhánh ở hầu hết các địa phương ở Australia.

Thế là cảm xúc thương yêu triu mến được thiết lập và chờ đợi được thức tỉnh. Thường thì điều này xảy ra một cách sớm sủa và suôn sẻ. Đôi khi cũng cần có sự giúp đỡ.

KHI BẠN CÒN BÉ, BẠN CÓ BIẾT GÌ VỀ TÌNH YÊU KHÔNG?

Nếu vào lúc lọt lòng và suốt trong thời thơ bé bạn không nhận được nhiều tình thương, tôi e đó có thể là một trong những rào cản kiên cố nhất, kìm giữ không để cho tình yêu của bạn thức dậy - điều này có thể bạn chưa “học hỏi về tình yêu”. Nhưng chẳng có gì là trễ cả.

Thế hệ cha anh chúng ta quan tâm đến con cái, nhưng không phải họ bao giờ cũng bộc lộ hoặc thường xuyên nói về nó. Nhiều ông bố, bà mẹ trong thời hiện đại không có nhiều tình cảm với trẻ sơ sinh và trẻ nhỏ. Trong thập niên 50 “băng giá”, khi người ta dùng thuốc để kiểm soát tỉ lệ sinh đẻ và trẻ nhỏ, bạn sẽ bị coi là “làm hỏng trẻ con” nếu bạn tử tế đối với chúng. Người ta hướng dẫn các ông bố bà mẹ là cứ để kệ cho chúng khóc, hoặc là sợ cho chúng ăn trù khi phải có đồng hồ nhắc nhở chuyện đó, hoặc lo ngại rằng bố mẹ sẽ làm hư trẻ nếu cứ ngồi ôm ấp con. Cho đến tận ngày nay mà vẫn còn một số tác giả và bác sĩ nhi khoa mở miệng khuyên cứ để cho trẻ khóc một mình trong phòng trẻ để giải thoát những đau đớn của nó. Thật là tai họa! Trong một bài báo đăng trên tạp chí “Làm mẹ”, Jean Liedloff đưa ra kết luận có hai loại cảm xúc cơ bản mà con người rất cần. Đó là cảm giác được đón nhận và cảm thấy mình cũng có giá trị. Trong thập kỉ 50 và 60, các bậc cha mẹ được cho là tốt theo tiêu chuẩn máy móc của nghệ thuật làm cha làm mẹ - cho con cái no cơm, ấm áo và phòng ngừa bệnh tật là tốt rồi. Đó là một sự khởi đầu rất tốt đẹp. Nhưng họ thường gặp rắc rối trong việc tỏ rõ tình cảm nồng nhiệt hoặc gần gũi. Trong thời gian ấy sự xấu hổ, nhục nhã và việc bị khiển trách là một cái gì đó to tát lắm trong các kiểu kỉ luật. Vì vậy mà người ta lớn lên để có cảm giác mình là người thừa, không được chào đón ở đâu và chẳng có mấy giá trị.

Một thân chủ của chúng tôi kể rằng vào lúc anh ở quãng tuổi mười mấy hai mươi anh cảm thấy có một lực đẩy buộc anh lui tới thăm viếng những người lớn tuổi hơn, tử tế hơn, tất cả chỉ để tắm mình trong cảm giác mình được đón mừng, để nhận được một nụ cười và được nghe một người hỏi han về mình. Dần dần, sau những lần viếng thăm như thế, anh đã lấp đầy chỗ trống về cảm giác được đón nhận của mình. Thời gian sau, anh biết mọi người thích làm bạn với anh, hỏi ý kiến anh về việc này việc nọ và kể cho anh nghe về những vấn đề rắc rối của họ - điều này mang đến cho anh cảm giác mình cũng có một giá trị nào đó. Cuối cùng anh trở

thành một nhà tâm lý học!

Một người bạn cũ của chúng tôi kể rằng, khi còn bé, đêm nào cô cũng thức, đợi đến nửa đêm khi mọi người đi ngủ hết bèn vùng dậy mở radio. Phát thanh viên chương trình đêm khuya là một người có giọng trầm, ấm áp và rất thân thiện. Cô chỉ cố thức để nghe anh chúc mọi người “ngủ ngon và chúa sẽ ban phước lành cho bạn”. Khi ấy cô cảm thấy mình được quan tâm và không một điều gì có sức an ủi hơn. Thế là cô bắt đầu ngủ ngon lành.

Tuy vậy trẻ con “ngày xưa” cũng có nhiều lợi thế. Ngày ấy người ta có xu hướng đẻ nhiều con và sống gần gũi với bà con họ mạc. Nhờ thế, có những đứa trẻ lớn hơn, có em họ, cháu trai, cháu gái, các bà dì và bà nội bà ngoại xúm vào giúp đỡ những đứa trẻ mới chào đời. Bạn được thực hành nhiều lần với con trẻ trước khi được làm mẹ. (Ngày nay, một phần tư số người làm cha mẹ chưa bao giờ bồng một đứa trẻ trên tay cho đến ngày họ bế đứa con đầu lòng. Chẳng trách gì họ đâm ra sợ hãi).

Để tránh cho việc làm cha mẹ trở thành một cuộc vật lộn vất vả, bạn cần có sự giúp đỡ thêm cho bản thân mình - học cách đón nhận tình yêu để bạn biết cách yêu thương con mình. Điều này bắt đầu rất sớm. Nghiên cứu cho biết sự hiện diện của một người quan tâm đến bạn trong lúc sanh - một người nào đó yêu thương và tận tâm đối với người mẹ - giảm thiểu một cách ngoạn mục các rủi ro trong quá trình sanh mổ và gây tê ngoài màng cứng. (Và do đó mới có dụng cụ phóng xét lấy thai ra). Một sự quan tâm về mặt tình cảm, trong trường hợp của người mẹ đã có kết quả vật chất thật sự.

Tình yêu là một hợp chất có thật, hữu hình và mọi thứ đều tốt đẹp hơn khi có nhiều tình yêu chung quanh. Một khi con bạn đã ra đời, người yêu thương bạn nhất sẽ làm cho bạn những gì thiết thực: mát xa (cho bạn), nấu những món ăn đặc biệt, dành thời gian ở bên bạn và biểu lộ mối quan tâm đối với bạn, cũng như là giúp đỡ bảo vệ sự riêng tư của bạn.

Nói tóm lại, nếu bạn có một tuổi thơ thần tiên được người thân yêu thương thì mọi thứ dường như đều tốt lành đối với con bạn. Nhưng nếu bạn không có được một tuổi thơ êm đẹp - mà nhiều người trong chúng ta cũng thế - thì cũng chẳng sao, bạn có thể thay đổi mọi chuyện chung quanh bạn và con mà.

Chữa mẹ, cứu con.

Esme 38 tuổi gặp khó khăn trong quan hệ với cậu con trai tuổi vị thành niên. Thực ra thì nó chỉ là một thằng bé đang suy sụp tinh thần và có khả năng đi đến chỗ liệu thân hoại thể. Chúng tôi trao đổi tìm cách để hai mẹ con hiểu nhau hơn. Rõ ràng là hầu như cuộc trao đổi nào giữa họ cũng đi đến chỗ người mẹ chỉ trích, chì chiết con. Trong thâm tâm cô rất quan tâm đến con, nhưng bên ngoài cô là một người mẹ lạnh lùng, cứng nhắc, thất vọng về chính mình. Khi cảm thấy tin cậy với tôi hơn, Esme tỏ lộ, hiếm khi nào cô ôm hôn con hay chạm vào người nó một cách trù mến yêu thương. Chính cái ý tưởng tiếp xúc với con bằng cách ấy làm cho cô cảm thấy khó chịu.

Sự lạnh lùng về mặt xúc cảm ở phía người mẹ được cho là một dấu hiệu nguy hiểm dẫn đến tự tử ở các cậu thanh niên choai choai, nhất là khi người cha cũng không biểu lộ tình cảm hoặc tỏ ra hờ hững xa cách. Thế là chúng tôi đi đến kết luận, trong trường hợp này sự gần gũi giữa mẹ và con là mục đích đầu tiên. Với sự động viên khích lệ của chúng tôi, Esme bắt đầu cởi mở chan hòa hơn. Cô tập đặt tay lên vai con một cách thận trọng khi đưa đĩa ăn tối cho nó, đưa ra những nhận xét thoáng qua về kiểu tóc và quần áo. Một hoặc hai tuần sau cô tiến đến chỗ ôm hôn con trước khi nó đi học.

Esme cảm thấy khó mà làm những điều này, nhưng cô tỏ ra rất kiên trì, quyết tâm. Rồi một hôm, trong một khóa học về sự phát triển cá nhân mà cô tham dự, cô nghe vài người trong lớp nói về tuổi thơ bị đánh cắp của họ. Bất thành linh cô nhận thấy mình đang rung mình, run rẩy, rồi chỉ ngay sau đó tiếng nước nở thồn thức bật lên. Cô nhớ mình đã bị cha ghê cưỡng hiếp vào lúc bốn tuổi. (Cũng may là mẹ cô đã bỏ ông ta ngay sau đó).

Esme không thể nào quên được những chuyện như vậy và chúng đã có một tác động rất xấu trong cuộc sống hiện tại của cô. Đó cũng là lí do tại sao cô cảm thấy một sự thân mật, gần gũi và việc biểu lộ tình cảm sao khó khăn đến thế.

Thông qua việc tâm sự điều này, điều tra về vấn đề của mình với những người trong lớp học, Esme đã biết cách để cho những người khác quan tâm đến cô và cô mau chóng trở thành một người cởi mở, chan hòa. Tất cả những phẩm chất này vẫn có tự bao giờ trong cô nhưng bị vùi sâu chôn kín bởi nỗi khiếp đảm của một bé gái bốn tuổi, người mà niềm tin trong treo buổi đầu đã bị phản bội. Thế là việc giúp con hóa ra thành giúp chính mình, đó là một sự bộc lộ thật tuyệt.

Sức mạnh của sự tiếp xúc thân mật

Khi bạn đọc câu chuyện về Esme và con trai, nó có làm cho bạn ngạc nhiên khi một sự thân mật và việc biểu lộ tình cảm có thể làm nên một sự khác biệt lớn giữa một anh bạn trẻ vui sống và một người chỉ nghĩ đến cái chết? Sự đụng chạm có thể quan trọng đến thế sao?

Ở bề nổi, không một ai nghĩ là những người bạn trẻ vị thành niên lại quan tâm đến tình cảm của các bậc phụ mẫu. Nhưng một chàng thanh niên thì cũng từng nằm trong nôi và trong vòng tay ôm ấp của cha mẹ chứ. Nếu hồi ấy mà chúng không nhận được sự vỗ về, vuốt ve, âu yếm thì đó là một vấn đề thật sự nghiêm trọng đó.

Thiếu thốn tình cảm, trẻ sơ sinh có thể bị chết ngay trong những năm tháng đầu đời. Khi cơ thể con người được một người khác đụng chạm, vỗ về, các hóoc-môn tăng trưởng sẽ được tạo ra. Cứ như thể cơ thể bé biết hướng dẫn các năng lượng của nó phát triển một cách an toàn hơn. Điều này được chính các chuyên viên y tế đề cập đến như là có “ý muốn sống còn”. Hệ thống miễn dịch đi vào hoạt động, chống lại sự viêm nhiễm ngay tức thì. Lượng haemoglobin (mang theo sắt) trong máu tăng lên một cách đáng kể.

Sự tiếp xúc thân mật là một loại “vitamin tối quan trọng” đối với tất cả các loài động vật có vú. Trong trường hợp trẻ sinh thiếu tháng, người ta thường nuôi chúng trong lồng kính trong nhiều tuần lễ đầu tiên. Vừa rồi có một khám phá: nếu những đứa trẻ này thường xuyên được mẹ (hoặc một người thương yêu nó) nựng nịu, vuốt ve thân hình bé bỏng, nó sẽ lên kí nhanh hơn những đứa trẻ không nhận được sự tiếp xúc này 75%. Chúng cũng được xuất viện sớm hơn và điều này tiết kiệm cho bệnh viện hàng ngàn đôla.

Hãy tìm càng nhiều cách tiếp xúc thân mật với trẻ càng tốt.

Có nhiều cách thể hiện tình cảm của bạn đối với trẻ nhỏ - xoa bóp, vuốt ve, vỗ về, cù vào người bé, bế bé vào lòng, đung đưa, ôm ấp, vuốt tóc, cầm tay, làm ngera cho bé cười, lắc bé nhẹ nhàng. Mỗi cách trên là một hình thức khác của chỉ một thông điệp - con được ta yêu thương, được ta đón nhận, được đánh giá cao.

Đôi khi những đứa trẻ lớn hơn trải qua một giai đoạn không có những sự tiếp xúc như trên, chúng đã hình thành như một cá nhân độc lập. Một người mẹ từng trải cho chúng tôi biết rằng,

bạn vẫn cần mở rộng vòng tay bởi vì sẽ có lúc các cô cậu tự lập ấy lại muốn nhào vào lòng cha mẹ lần nữa.

Những vấn đề buổi đầu đời và nỗi đau của tuổi thơ bị tước đoạt tình cảm rồi sau này cũng liền miệng bởi một tình thương được từng bước xây dựng khi đứa trẻ học cách tin tưởng. Với sự chăm sóc và khoảng thời gian thích hợp cả những đứa bé bị bỏ rơi sau đó được nhận làm con nuôi cũng vượt qua những khó khăn ban đầu. Tôi đã gặp và làm việc với nhiều người lớn có khả năng chữa lành những tổn thương thời thơ ấu do bị bỏ rơi. Họ làm việc này rất tuyệt, dù vậy nếu trẻ nhận được một sự quan tâm chăm sóc từ ngày chào đời thì vẫn tốt hơn nhiều.

SỨC MẠNH CỦA LỜI KHEN

Khi bọn trẻ lớn lên, thậm chí có nhiều cách hơn để bộc lộ tình thương của bạn dành cho chúng. Cách thức hiển nhiên nhất là dùng đến ngôn từ. Chúng ta tạo hình tính cách của chúng bằng cách nói: “Con thực xinh đẹp, tươi vui, thật sung sướng khi ở bên con”. Trẻ sẽ trở thành loại người mà ta bảo với chúng.

Trẻ cần nghe chỉ có hai điều. Một là những lời ngợi khen vô điều kiện - điều này có nghĩa là ta để cho chúng biết - “Ta yêu con bởi vì con là con”. Trẻ không cần phải tìm kiếm loại tình yêu này, và chúng không thể để mất. Hãy hình dung xem cảm xúc này tốt lành như thế nào - được yêu một cách vô điều kiện, chỉ bởi vì bạn là bạn và bạn đang tồn tại mà thôi. Loại thứ hai là lời khen có điều kiện. Điều này có nghĩa là ta bảo chúng, “Mẹ đánh giá cao việc làm của con”. Ví dụ ta có thể nói, “Mẹ thích cái cách con chơi đùa với em gái bé bỏng của con khi chuông điện thoại reo” hoặc “Trời đất, ba thích bức vẽ của con biết bao” hoặc là “Con hát hay lắm, bé ạ!”. Nói cho trẻ biết điều mà bạn không thích cũng là việc nên làm - trong chừng mực bạn đừng tùy tiện gán ghép các từ đao to búa lớn cho trẻ. “Con xếp quần áo của con chưa được - mẹ vẫn có thể nhìn thấy tám cái áo thun và mười bảy cái vớ trên sàn nhà”, là một câu nói đúng đắn. Bạn không nên gán ngay cho con một “danh hiệu” “Con là một thằng nhóc lười biếng”.

Có những lúc người làm cha làm mẹ cũng phải biết nhìn thấy những yếu tố tích cực trước khi nó có dịp bộc lộ. Sự quan tâm chú ý của chúng ta có một ảnh hưởng to lớn đối với trẻ. Một trong những người thầy của chúng ta, Ken Mellor đã nói “Bạn chú trọng cái gì thì bạn có cái ấy”. Ví dụ, một số gia đình chú ý đến bệnh tật và bao giờ cũng có những đứa trẻ ốm yếu.

Một số nhà bận tâm đến chuyện than vãn kêu ca (trong khi cố làm cho mọi người vui vẻ) thì bao giờ cũng có những đứa trẻ tính tình bướng bỉnh. Nếu bạn tìm kiếm những điều chưa ổn, những cái xấu bao giờ cũng có khả năng chỉ ra những biểu hiện đó thì những biểu hiện xấu đó sẽ mau gia tăng. Có biết bao điều tốt đẹp chờ bạn chú ý đến. Nếu bạn để cho con mình biết bạn nhận thấy chúng làm một điều gì đó tốt rồi khen ngợi việc làm đó, những điều tốt đẹp tương tự sẽ tăng lên.

MỖI TUẦN MỘT TÍNH TỐT

Đây là một bài tập bạn có thể thử với con mình.

1. Chọn ba phẩm chất mà bạn muốn con mình có (có thể là bất cứ đặc tính nào) - tốt bụng với mọi người, kiên nhẫn, dịu dàng, kiên gan bền chí, có tinh thần hợp tác, thân thiện, độc lập, sáng tạo.
2. Chọn một trong các phẩm chất ấy làm mục đích của bạn trong vòng một tuần.
3. Ghi chép lại mỗi lần chúng thể hiện phẩm chất ấy. Thỉnh thoảng ngợi khen, đôi khi chỉ tỏ ra là bạn có để ý. Đừng bao giờ đưa ra những lời chê bai. Cuối tuần bạn có thể tin chắc là đức tính ấy sẽ được tăng cường. Tuần sau lại chuyển sang một đức tính khác. Bạn cứ để cho trẻ tự chọn và sẽ nhận ra nó được kết hợp với phẩm chất mà bạn đào tạo của tuần trước. Chỉ ra đức tính ấy khi trẻ có được.

THỜI GIAN

Thời gian chính là một thành tố tối quan trọng của tình yêu tự nhiên - có nghĩa là, có mặt bên con, hoặc nói một cách khác, dành thời gian cho con. Thật vậy, dù bạn nói với con bạn yêu chúng nhiều như thế nào mà bạn không có thời gian ở bên chúng thì lời nói của bạn rất cục cựa cũng chỉ là lời nói láo, nói suông. Trẻ chỉ tin vào điều bạn làm, không phải những lời bạn nói.

Rất nhiều ông bố thời hiện đại đi làm lúc 7.30 sáng về nhà vào lúc 7.30 tối hoặc còn trễ hơn. Những người này có vẻ như không thành công với tư cách làm cha, hoặc nếu quả có thành công thì chỉ nhờ những nỗ lực làm “siêu nhân” vào ngày lễ hay ngày nghỉ cuối tuần. Điều này không phải bao giờ cũng là lỗi của họ - chỗ làm việc còn lâu mới là một nơi thân

thiện với người làm cha mẹ. Ở thời kỳ đồ đá, cha mẹ thường phải đối mặt với một con cọp hay một con voi ma mút mình đầy lông lá để cứu con cái. Trong thời đại máy vi tính, nếu chúng ta có thể bảo xếp “get stuffed” * thì coi như chúng ta cũng dẫn thân đến trước miệng cọp.

Không chỉ có những ông bố - rất nhiều bà mẹ cũng bị lừa dối bởi một khái niệm có tính an ủi nhưng một phần lớn là giả dối - “thời gian vàng ngọc”. (Tôi cũng phải xấu hổ thừa nhận rằng, tôi cũng áp dụng khái niệm này vào thời kì mới đi làm). Bạn không thể có “thời giờ chất lượng” với trẻ, theo thời gian biểu “đặt trước” và chính xác đến từng phút. Quan hệ giữa con người với con người là một công việc hết sức tế nhị. Nếu một người đàn bà có một ông chồng bất thành lĩnh đặt tờ báo xuống hoặc tắt tivi vào lúc 10 giờ 30 tối rồi bày tỏ sự đắm say của mình với vợ sau khi đã lờ cô suốt buổi tối, cô ta sẽ hiểu cảm xúc của bọn trẻ khi có một người cha hoặc mẹ sống theo phương châm “thời gian chất lượng”!

Chắc chắn là việc có những khoảng thời gian đặc biệt là một điều quan trọng. Người ta dễ dàng và hoàn toàn có khả năng sắp xếp thời gian để tất cả thành viên trong gia đình ăn chung với nhau mỗi ngày một bữa, tắt ti vi và radio hoàn toàn. Có thể là bữa tối hoặc thậm chí là bữa điếm tâm. Có quá ít các gia đình dùng bữa với nhau, nhưng có một cách hoàn hảo để thực hiện điều đó.

Ở một mức độ lớn, trẻ quyết định chúng xứng đáng với cái gì dựa trên cơ sở chúng có ý nghĩa như thế nào trong con mắt cha mẹ, và dựa trên niềm vui, sự hứng thú của bạn đối với sự có mặt của chúng. Hình dung cảm xúc tuyệt vời của một trẻ sơ sinh hay một đứa nhỏ khi hiểu rằng bạn đánh giá chúng cao hơn hầu hết mọi đứa trẻ khác trên đời. Vì chúng là những con người bé nhỏ, chúng sẽ cảm thấy như thế này - rằng chúng không phải là “ông chủ”, chỉ là ý muốn của chúng đã được quan tâm. Nhu cầu này giảm đi khi chúng lớn lên, nhưng nó vẫn hoạt động tốt cho đến tuổi vị thành niên.

TĂNG KHẢ NĂNG YÊU THƯƠNG CỦA BẠN

Cách nào nhanh nhất để phát triển tình yêu và những yếu tố tích cực có sẵn trong gia đình bạn? Bạn có thể bắt đầu bằng việc học hỏi một kĩ năng đơn giản mà tất cả những người đáng yêu đều có nhưng lại thường không biết. Đó là cái mẹo sống cho hiện tại.

Thời hiện tại là lúc trẻ con sống. Với chúng, tương lai là một cái gì không thể có được mà lại ở xa vời vợi. Trẻ con sống cho ngày hôm nay.

Bạn cũng từng như thế mà. Bạn có thể nhớ được ngày mình còn nhỏ, một ngày dường như rất dài phải không? Sáu tuần nghỉ học khi mùa hè bắt đầu hình như là vô tận?

Một người lớn có thể sống cho hiện tại (ít nhất là trong một khoảng thời gian nào đó) sẽ tạo một ấn tượng ngay lập tức với trẻ. Đôi khi người già có được khả năng này bởi vì đã lâu họ không còn chạy nháo chạy nhào nữa. Phần lớn những người làm cha mẹ (những người tha thiết với vai trò của mình nhất) khó lòng sống cho hiện tại. (Khi còn là một ông bố trẻ, tôi là một ví dụ tồi nhất. Bất cứ khi nào tôi ở bên con thì đầu óc tôi lại phiêu du đi chỗ khác. Cậu con nhỏ của tôi phải huých cho tôi một cái mới đưa tôi về với hiện tại).

Nhiều người có vẻ như đã đánh mất khả năng hiện hữu - nhất là khi họ lại sống ở các thành phố lớn, tách rời nhịp điệu của tự nhiên. Thậm chí còn tệ hại hơn, họ nghĩ mình “lãng phí thời gian” hoặc không đạt được “lợi ích” gì nếu một ngày trôi qua mà không làm được cái gì. Nhưng nếu bạn muốn giúp con, dù là bộc lộ tình yêu của bạn dành cho chúng hay đề ra cho chúng một kỉ luật hữu hiệu thì bạn cũng phải đưa mình về với hiện tại chứ. Đây là những chỉ dẫn dành cho bạn.

ĐẦU ÓC ĐỂ Ở NHÀ

Hầu hết những rắc rối mà ta có trong đời xuất phát từ việc ta có một bộ não. Không phải bất cứ bộ não nào mà là bộ não con người - dễ bị thu hút về những âu lo và những khái niệm trừu tượng, một điều mà không một con chó, con mèo hay một con chim nào lại phí một giây về những điều đó. (Một bà mẹ một lần đã phát biểu trong một buổi hội thảo, “Tôi sợ rằng con tôi sẽ không bao giờ kiếm được việc làm”. Tôi bèn hỏi thế con của cô ta bao nhiêu tuổi và đây là câu trả lời, “Ồ tôi còn chưa có con!”. Cô ta đến dự cuộc nói chuyện của tôi như một phần của kế hoạch chuẩn bị để làm mẹ. Một nửa trong tôi nghĩ “Thật tuyệt!” còn nửa kia thì thốt lên, “Trời ơi, làm gì mà lo xa đến thế!”).

Đầu óc có thể làm cho chúng ta đau khổ bởi vì nó bao giờ cũng dán mình vào cuộc đua không kiểm soát nổi. Vì thế mà chúng ta bỏ qua cái điều đang xảy ra ngay trước mắt chúng ta. Bộ não của chúng ta “chạy đua” theo ba cách:

1. Luyến tiếc, vẫn vương quá khứ

Hồi tưởng về quá khứ có thể là một điều rất dễ chịu, nhưng đa số mọi người quay lại quá khứ là để sửa những tiếc nuối về cái đã qua (mà họ đã để tuột mất), những lỗi lầm cũ (cái lẽ ra họ không được làm nhưng vẫn làm) và những bức dọc, bất bình ngày xưa (cái mà lẽ ra người khác phải làm cho họ).

Quay lại day dứt với quá khứ mà không thay đổi được điều gì, hoặc có bất kể một ý tưởng mới mẻ nào thường là một sự lãng phí thời gian một cách hoàn toàn vô nghĩa. Tuy vậy, nó chắc chắn đã chiếm một nửa hoạt động thần kinh của con người!

2. Chạy đua cho tương lai

Tương lai có thể là một vương quốc cho các giấc mơ, nhưng hầu hết mọi người lại lo sợ những điều không như ý sẽ xảy ra. Họ dùng tương lai để thực tập cho “những viễn ảnh xấu nhất” (một cụm từ mới đẹp làm sao!) Bạn hãy thuê cuốn băng “Làm cha mẹ”, xem cảnh đầu bóng rổ để có một ví dụ tuyệt vời về điều này.

Nguy hiểm của việc sợ hãi cho những điều kinh khủng nhất sẽ xảy ra làm bạn tê liệt, mất hết ý chí, hoặc bạn sẽ phản ứng với mọi việc một cách quá khích, hung hăng. Bạn sẽ bỏ qua những điều tốt đẹp, tích cực bởi vì nó không thích hợp với chương trình mà bạn đã lên cho các tai nạn, thảm họa. Bạn bỏ qua vẻ đẹp rực rỡ của đóa hồng chỉ vì bạn tưởng tượng sẽ bị bệnh uốn ván nếu bị gai đâm vào tay.

3. Ước ao bạn sẽ ở một vị trí khác (hoặc nghĩ bạn sẽ là một người khác)

Nhiều người làm cho mình đau khổ chỉ vì họ luôn ước ao rằng họ đưa ra những quyết định và chọn lựa khác - nhận công việc này, làm chuyện kia, cưới cái anh ấy, chị nọ, sống ở một thành phố khác, không để ra cái đĩa suốt ngày khóc ti ti này. Giống như một con bê đang ở trên một đồng cỏ này nhưng lại khao khát một cánh đồng khác. Con người ta ai mà không mơ ước, nhưng những người khôn ngoan, tỉnh táo dùng sức lực của mình để thay đổi hiện thực, vạch kế hoạch cho một kỳ nghỉ, hoặc cao hơn vạch đường đi nước bước cho tương lai giống giống với ước mơ của họ. Còn những người khác chỉ nuôi những giấc mơ hảo huyền.Ồ nếu như... thì mình sẽ hạnh phúc biết bao.

Trong khi chúng ta để đầu óc bận rộn về một quá khứ đã qua không bao giờ trở lại và về một tương lai còn xa vời vợi hoặc những ước mơ viễn vông, chúng ta làm cho mình khốn khổ và không còn chỗ dành cho con cái.

Hạnh phúc, cũng giống như con trẻ, chỉ có trong hiện tại.

Có thể bây giờ bạn còn chưa nhận ra là những khoảng đời đẹp nhất đang diễn ra. Thường thì hạnh phúc không đến với ta theo kế hoạch. (Thỉnh thoảng thì cũng có như kế hoạch đi nghỉ, hoặc dã ngoại, họp mặt gia đình hoặc một sự chuẩn bị chu đáo cho bữa tiệc ở nhà hàng hay cho những buổi chiếu phim). Nhưng ngay cả hạnh phúc có trong chương trình, dù hiếm đến đâu cũng chỉ xảy ra nếu bạn mở lòng ra đón - nếu bạn có đủ thời gian để tận hưởng. Hạnh phúc cũng giống như một con bướm ấy mà, nó đợi cho bạn đứng yên, không nhận ra mới nhẹ nhàng đậu xuống vai bạn.

Khoảnh khắc thần tiên

Cuộc sống trao tặng chúng ta cả một chuỗi dài hạnh phúc khi ít nhất chúng ta cũng chờ đón nó. (Quảng cáo về bánh bích quy và xe hơi đời mới trên tivi chính là cố chộp được những khoảnh khắc này).

Bạn biết điều đó đấy - bạn đang ở một trường đua ngựa hoặc công viên với lũ trẻ trong khi chúng đang thả diều. Trời đầy mây. Đầu tiên chiếc diều không bay lên được, rồi bất thành lần nó lên cao dần. Bọn trẻ ríu rít chạy về phía bạn có chiếc diều theo sau. Một con diều hâu bay lượn trên đầu. Mặt trời thỉnh thoảng lộ ra, ánh sáng chiếu trên đầu bọn trẻ tạo thành những vầng hào quang rực rỡ. Mọi thứ dường như đều bước đi chậm lại hay là bạn nghe thấy tiếng đàn Viôlông? Người bạn đời mỉm cười với bạn về ngưỡng mộ và bạn bất thành lần nhận ra “niềm hạnh phúc vỡ òa”. Hạnh phúc ở quanh đây, không phải đi chỗ nào tìm kiếm nữa.

Kết cục hạnh phúc cho mỗi ngày

Một gia đình quen biết của tôi có một cậu con trai năm tuổi và một bé gái hai tuổi. Đêm đêm trước khi lên giường ngủ, bọn trẻ có một nghi lễ đặc biệt. Thay vì đọc chuyện cho con nghe, cha hoặc mẹ chúng điếm lại những sự kiện trong ngày.

Vào lúc kết thúc họ bảo cho con biết điều gì tốt đẹp nhất trong ngày đối với họ. Sau đó họ

hỏi con: “Thế cái gì tốt đẹp nhất trong ngày đối với con?” và họ chăm chú lắng nghe trẻ nói. Rồi họ hôn nhau, chúc ngủ ngon.

Đó là một cách tốt đẹp để kết thúc một ngày, và là một chương trình hiệu quả để hướng năng lực bản thân vào những việc làm tích cực.

Sự điên rồ dưới các mái nhà

Hiện nay cuộc sống gia đình có cái gì giống với sự điên rồ. Các ông bố bà mẹ dậy vào lúc 6 giờ sáng, nhồi thức ăn, tống trẻ đến chỗ giữ trẻ trước lúc đến trường một lúc rồi mới đến lớp. Sau đó lại đưa trẻ đến chỗ chăm sóc sau giờ học. Họ đón con về nhà sau giờ làm, đun nấu, pha trà (a ha ha!) làm việc nhà hoặc làm việc cơ quan, rồi ngã lưng xuống giường ngủ thiếp đi sau lúc nửa đêm.

Ngày nay mỗi gia đình đều có nhà riêng, điều đó đòi hỏi họ phải còng lưng kéo cày trả nợ trong vòng 30 năm. Nhiều người làm cha mẹ bỏ một phần tư thời gian lẽ ra phải đi bộ để ngồi sau tay lái. Các ông bố thì phải làm thêm ban đêm để trả tiền cho con vào học trường tư trong khi đó thì chúng ghét cay ghét đắng cái trường danh giá đó, để rồi đánh mất mình rồi sa vào ma túy bởi vì “con không cha như nhà không nóc”. Có bao giờ chúng được gặp mặt cha yêu đâu. Các cuộc hôn nhân đổ vỡ vì mệt mỏi, vì thiếu sự quan tâm ở cả hai bên nhưng người trong cuộc lại đổ diệt cho “các vấn đề giao tiếp, thông tin”. Vợ hoặc chồng lại có những mối quan hệ “chất lượng hơn” đối với người khác! Gia đình ở Australia dường như đang chết dần vì căn bệnh stress.

Trở nên thực tế - đó là kỹ thuật làm bạn bình tâm.

Rèn luyện tính thực tế là cách đơn giản, hiệu quả khiến cho bạn tĩnh tâm tĩnh trí và tập trung vào nơi bạn sống và thời điểm hiện tại. Bạn có thể làm những việc thiết thực ở bất cứ đâu - lái xe, rửa bát đĩa, đi ra hành lang, và yêu nhau. Đây là cách thức thực hiện những việc này.

Sao bạn lại không thử làm điều này, ngay bây giờ, khi bạn đọc đến đây. Bắt đầu bằng việc nhận ra “cảm xúc bên trong” cơ thể bạn - các cơ bắp của bạn cảm thấy như thế nào, trong lòng có cảm xúc gì. Chỉ để ý đến những cảm giác bên trong này, nhưng đừng quan trọng hóa. Quan

tâm đến nó dù nó mơ hồ đến đâu đi nữa. Sau đó bắt đầu chú ý xem tay bạn đang cầm cái gì - cầm cuốn sách này (hai vai bạn có thả lỏng không?), cái ghế ép vào lưng bạn, cảm giác cái áo gây nên trên da thịt bạn. Chỉ cần bạn nhận ra và tăng cường những cảm xúc đó.

Một lúc sau bạn chuyển sự chú ý của bạn ra bên ngoài. Nhìn quanh bạn, ngửi và nghe những cái bao quanh bạn. Nhận xét một cách sắc bén về ngoại cảnh, bạn sẽ “gõ cửa ý thức” của mình một cách đúng thời điểm.

Bạn sẽ nhận ra ba tầng khác nhau của kinh nghiệm: bên trong bạn (những cảm giác trong cơ thể bạn) - đó là năng lượng bên trong, bạn mệt mỏi hay thoải mái, bạn có cần thay đổi vị trí không? bên ngoài bạn - bạn đang chạm đến cái gì, tay bạn đang đặt trên cuốn sách, không khí trên da mặt bạn; môi trường xung quanh bạn; âm thanh, màu sắc và hành động diễn ra quanh bạn.

Khi bạn nhận ra ba vùng này của nhận thức, nếu không có sự chuẩn bị trước và không có định kiến bạn sẽ nhận ra một vài ảnh hưởng.

Đầu óc bạn sẽ làm việc chậm lại.

Bạn sẽ cảm nhận rõ hơn giây phút hiện tại - vẻ đẹp của nó, sự phong phú muôn màu của nó. Những dấu hiệu cơ thể bạn sẽ phát ra mạnh mẽ hơn, bảo cho bạn biết nếu có một cái gì đó cần phải làm - đuổi chân ra, đi tiểu, kiếm một cái gì đó ăn! Và vân vân.

Có những lúc tất cả chúng ta sa vào chuyện rắc rối vì bộ não quá năng động. Cách tốt nhất để tĩnh tâm, tĩnh trí là tạo cho đầu óc bạn một cái gì đó để nó chú ý tới, một cái gì có thật và đang hiện diện. Nếu bạn đang lái xe, thì hãy nhận ra cảm giác của tay lái, nếu bạn đang rửa bát thì hãy trực tiếp sờ tay lên cái bát để có được cảm giác tiếp xúc ấy; nếu bạn đang ngồi với con, hãy chạm và ôm lấy bé.

Không giống với sự thư giãn, việc giơ tay chạm vào thực tế có thể làm ở bất cứ đâu mà chỉ trong một vài giây. Dùng kỹ thuật này để thực tập cho đầu óc, cũng tự nhiên như bạn hít thở vậy. Làm thế đi, nó hoàn toàn đáng tin trong việc cải tạo trạng thái tinh thần của bạn. Trẻ nhỏ rất thực tế. Những con người hồn nhiên, sống theo nhịp điệu tự nhiên, gần gũi với cuộc đời thực bao giờ cũng là những người thực tế và bạn có thể học được điều đó nếu bạn có điều

kiện gần gũi họ. Khi bạn rèn luyện trở nên thực tiễn hơn, bạn sẽ không quan tâm đến việc khác theo cách khác. Bạn cũng sẽ nhận thấy ngay khi bạn có biểu hiện quá đà, hoặc đang bị kích động, hoặc đang tuyệt vọng và bế tắc trong tư tưởng. Bạn sẽ có khả năng tự đưa mình trở về với trạng thái thanh bình của niềm vui được ở nơi đây và ngay lúc này.

Thời gian cho mình - điều cha mẹ rất cần

Bạn không thể trao tặng tình yêu cho ai nếu bạn không có một ý thức rõ ràng về bản thân. Một ý thức như vậy chỉ đến khi bạn tạo ra được một mảnh đất cho mình là chính mình. Mỗi ngày qua đi bạn phải dành ra một khoảng thời gian cho riêng mình.

Một vài người thức dậy sớm hoặc thức khuya hơn khi mọi người đã đi ngủ hết để có khoảng thời gian riêng tư ấy. Những người khác thỏa thuận với bạn đời để có thời gian dành cho mỗi người.

Thời gian dành cho riêng mình còn quan trọng hơn thời gian vợ chồng, bởi vì bạn không thể có một sự tốt đẹp với người kia cho đến khi bạn tái thiết lập ý thức về bản ngã. Một khi bạn hài lòng về chính mình, bạn sẽ cảm thấy trở nên gần gũi với người khác hơn, nhưng không thường xuyên cho đến lúc này.

Thời gian cho bản thân tuyệt đối không có nghĩa là làm việc nhà, mặc dù có đôi khi việc tổng vệ sinh trong đó có bọn trẻ tham gia cũng là một việc đem lại cho bạn một sự thoải mái thật sự. Điều này có thể là khoảng thời gian vui vầy với bạn bè. Xem tivi là việc không nên - bạn sẽ đánh mất mình hơn là tìm được mình. Viết lách thì lại tốt - viết thư hoặc nhật ký chẳng hạn. Cầu nguyện hay ngồi thiền định là một việc làm tốt nếu bạn có mối quan tâm đến tâm linh trong đời. Đọc sách cũng rất tốt. Nằm trong bồn tắm với một li cô ca và một cuốn tạp chí ưa thích! Đi vào trong một rừng thanh vắng, đi dạo trong vườn hoặc đi chơi với con chó... là những cách thức dành thời gian cho mình. Ai cũng có một cách thức ưa thích để là chính mình. Điều quan trọng là hãy làm điều đó và có kế hoạch thời gian cho mình một cách đều đặn.

Cây gia đình

Bạn gây dựng một gia đình như trồng một cái cây xuống đất. Rễ cây chính là tuổi thơ của

bạn và cái cách bạn quan tâm đến bản thân mình. Gốc cây là cuộc hôn nhân của bạn hay mối quan hệ của bạn với người bạn đang chung sống và sự tận tâm của bạn đối với con cái. Cành lá là việc làm của bạn dựa trên các sự lựa chọn mà bạn đi theo hàng ngày. Con cái chính là hoa và trái.

Chúng ta càng sống gần với tự nhiên bao nhiêu càng tốt bấy nhiêu, cố gắng ăn thức ăn “sạch” và làm cho thế giới cũng như môi trường sống trở thành những nơi tốt đẹp hơn, an lành hơn.

Chúng ta bồi đắp những mối quan hệ lành mạnh. Quan hệ với ông bà, hàng xóm láng giềng, anh em họ và những người bạn đặc biệt tạo ra một mạng lưới hỗ trợ mà chúng ta có thể tin tưởng.

Chúng ta nhảy múa, chơi nhạc và ca hát.

Tôi tỏ ra kiên quyết trong vấn đề hành vi đạo đức của con nhất là về khía cạnh quyền lợi và cảm xúc của mỗi người.

Tôi bảo vệ con mình tránh đụng độ với những phần tử nguy hiểm, bạo lực hoặc phim ảnh rẻ tiền.

Tôi từng bước kiểm soát không để công việc can thiệp quá nhiều trong cuộc sống của bản thân và của gia đình.

Tôi ôm hôn con cái, cười đùa và chơi với chúng thường xuyên.

Tôi rất yêu con và thích ở bên chúng. Con cái thực sự làm tôi vui vẻ phần chần (thường là như thế).

Tôi làm tất cả cho cuộc hôn nhân của mình và giành thời gian để biết rõ hơn về nửa kia của mình. Tôi làm thế cho bản thân, cho người ấy và cho con cái.

Tôi thà nghèo túng mà được ở bên con nhiều hơn là giàu có nhưng không còn thời gian dành cho trẻ.

Tôi quan tâm đến chính mình và dành ra một khoảng thời gian cho bản thân.

Mọi người rất tốt đối với tôi lúc tôi còn trẻ và tôi vui sướng được chuyển điều này sang cho trẻ hôm nay.

Hoặc nhờ tôi có một thời gian khó khi còn bé mà tôi biết cây “cần nước và phân bón.” Điều này giúp tôi làm tốt mọi chuyện, thu hoạch được những kết quả tốt đẹp và biết cách chăm sóc bản thân.

Hãy để con trẻ là trẻ con

Một lần đã lâu lắm rồi tôi làm việc với các học sinh bỏ học nửa chừng ở một trường trung học nọ. Một hôm trong giờ giải lao, một lớp học sinh mười hai tuổi biến mất sau một đồng lớn dụng cụ bỏ đi và tôi có thể nghe thấy tiếng cười giòn tan và tiếng sột soạt sau đồng đồ phế thải đó. Tôi cho rằng đây lại là một trò “quái quỷ” nào đó bèn bò vào để kiểm tra. Tôi thật xấu hổ nhận thấy chúng đang chơi trò ăn tiệc trong một cái hốc được coi là một cái nhà nho nhỏ! Bọn trẻ cất tiếng mời tôi tham gia với chúng, nhưng tôi chỉ cười, xấu hổ bò ra thế giới ồn ào bên ngoài. Tôi đã quên phất đi rằng, chúng chỉ là trẻ con và chúng cần chơi đùa.

Có lẽ điều tai hại ngấm ngấm và nghiêm trọng nhất mà người lớn đã gây ra cho giới trẻ trong hai mươi năm qua là cái việc chúng ta đã cướp mất tuổi thơ của chúng. Điều này xảy ra qua một vài cách thức sau.

Sự oanh tạc của các phương tiện đại chúng. Kinh hoàng, sợ hãi, buồn bã, và nỗi đau là những điều hàng ngày được người ta đưa vào các bản tin và chương trình giải trí. Tivi chỉ có một màn hình nhỏ nhưng lại tạo ra một cú sốc lớn, lôi kéo sự chú ý của chúng ta. Các phương tiện truyền thông tung ra cùng một thông điệp đối với trẻ con cũng như đối với người 60 tuổi. Chúng ta chất lên đầu con cái những tiêu cực không cần thiết chẳng có liên quan gì đến cuộc sống của chúng mà chúng thì còn chưa được trang bị đầy đủ để đối phó với điều đó.

Một cuộc sống đầy ắp các chương trình

Tôi biết có nhiều gia đình dành ra các buổi tối và ngày nghỉ cuối tuần dồn ép trẻ vào các hoạt động của con người: thể thao, âm nhạc, văn hóa và nơi người ta đến để cho người khác nhồi nhét đủ thứ bổ ích vào đầu. Khi tất cả những hoạt động “thêm” này kết hợp với áp lực làm bài tập về nhà, một đứa trẻ bình thường sẽ còn rất ít thời gian để làm một nhi đồng. Thế

là chúng ta có một thể hệ bận rộn hơn bao giờ hết. Giải pháp cho điều này chỉ có thể là một qui luật đơn giản - “một trẻ, một hoạt động”.

Một chứng suy nhược thần kinh chức năng do cạnh tranh.

Về mặt cảm xúc trẻ dễ suy ra rằng cuộc sống là một trường đua khốc liệt. Nhà trường chẳng đã tạo ra một không khí chạy theo thành tích một cách căng thẳng kể từ lớp mẫu giáo đó sao. Thay vì được chơi đùa nghịch đất nghịch cát, trẻ con tham gia vào các môn thể thao có quy định ngặt nghèo, có người thắng kẻ thua và thường là những bộ môn tốn kém. Trẻ mới bảy tuổi đầu đã ngồi so sánh điểm số với nhau, lo lắng về thành tích của mình, cầu nguyện rằng chúng sẽ làm thành một đội. Thật là điên rồ!

Những ông bố bà mẹ làm việc quá sức

Bởi vì chúng ta quá bận rộn cung cấp tất cả các tiện nghi cho cuộc sống, chúng ta chẳng còn bao nhiêu sức lực để tạo ra và củng cố các mối quan hệ. Chúng ta trở nên căng thẳng, hay gắt gỏng, và chỉ là một người bạn không ra gì đối với con cái. Cảm thấy có lỗi, chúng ta cố làm ra nhiều của cải hơn, kinh nghiệm hơn rồi lại phải làm việc nhiều hơn nữa để trả cho những món này.

Một thế giới không an toàn

Một khi trẻ con đi lang thang trong vùng và có thể cả 50 bang rộng lớn của nước Australia, ít khi ta thấy mặt chúng từ bữa ăn sáng đến bữa tối, thì chúng ta có nhiệm vụ phải để tâm đến chúng sát sao và để bảo vệ chúng khỏi tai nạn xe cộ, những kẻ lạ mặt và tội ác.

Chúng ta cũng cần trả lại sự thơ ngây hồn nhiên cho con trẻ - đó cũng là một quan điểm bảo tồn hiệu theo nghĩa rộng của từ này. Chúng ta phải bảo vệ cái phần hoang dã, tự nhiên và quý hóa trong mỗi đứa bé. Đây cũng là một quá trình năng động - cắt bỏ, tháo dỡ tất cả những áp lực và xâm phạm không cần thiết. Chúng ta cần phải làm trong lành hóa môi trường sống của con em.

Sau đây là một vài gợi ý

Tạo ra nhiều thời gian, khoảng không gian và điều kiện vật chất cho những trò chơi đơn

giản. Đồ chơi bằng nhựa rẻ và sạch sẽ, nhưng đất cát, giấy dùng rồi, đất sét và nước mới là thứ đồ chơi tốt nhất. Chúng cung cấp một sự tự do tuyệt đối cho thiên hướng và trí tưởng tượng của trẻ.

Tạo ra một sự nhàm chán lành mạnh - trẻ em quen với việc giải trí trên màn hình vi tính, trò chơi video hoặc thời gian biểu giành cho các hoạt động “giáo dục” sẽ muốn nghỉ ngơi bằng cách chuyển qua trò chơi tự khởi xướng. Bạn có thể cự lại một chút “Mẹ chán lắm!” cho đến khi tự chúng phải bắt đầu.

Trò chơi có giá trị tự thân. Các nhà tâm lý học khám phá ra rằng đó là cách trẻ xây dựng thế giới bao quanh chúng là hành động thể hiện sự quan tâm, vượt qua nỗi sợ và học cách liên hệ với người khác. Trò chơi cũng chính là cội nguồn cho tất cả sự sáng tạo và phát minh lớn. Các nhà soạn nhạc vĩ đại, nhà khoa học, người đang yêu, nghệ sĩ và kể cả các nhà quản lý là những người giữ mãi được cái khả năng “chơi đùa” với các ý tưởng và công việc của mình.

Bạn cũng có thể tham gia cuộc chơi đấy chứ - những người lớn đang bị khủng hoảng hoặc đang ở thời kì quá độ sẽ tìm thấy một sự an ủi lớn lao trong hoạt động sáng tạo, trong âm nhạc, những vùng đất hoang dã, hoạt động phong trào và việc thay đổi môi trường quen thuộc.

Dừng xem bản tin tối nữa bạn ạ. Dừng để tivi trong phòng ngủ, chọn sẵn chương trình cứ ngồi lì trước màn hình nữa. Chỉ cho phép trẻ xem tivi một tiếng một ngày và để chúng tự quyết định sẽ xem cái gì.

Xem lại toàn bộ cách sống của bạn trong vấn đề này. Bạn có thích nơi bạn đang sống, cách bạn sống và công việc bạn đang làm không? Có còn cách nào khiến cho cuộc sống của bạn tươi vui hơn, đơn giản hơn nhưng vẫn phong phú và thú vị không? Có lẽ chúng ta đang sống trong một thời đại mà cả thế giới này cần “chuyển động chậm lại”. Trẻ con chính là lí do hết sức thuyết phục để bạn thực hiện điều đó.

Đôi khi những đứa trẻ đến với cuộc đời ta, cũng đẩy chúng ta vào những hoạt động điên cuồng - phục hồi rồi lại làm việc hùng hục để có tiền trả học phí, cố gắng cung cấp cho trẻ những thứ mà ta nghĩ là chúng cần. Trong khi đó thì cái mà chúng cần nhất chỉ là cha mẹ!

Bởi vì tôi làm việc với những gia đình có vấn đề mà tôi tránh được vết xe đổ - không lãng

phí cuộc đời với một sự bận rộn bất tận - và sống một cách đơn giản và nhạy bén. Đôi khi có những đứa trẻ qua đời - và nếu chúng ta bỏ qua hiện tại chỉ nai lưng ra làm việc cho tương lai thì khi chuyện ấy xảy ra chúng ta sẽ cảm thấy kinh khủng lắm đấy! Điều tốt nhất bạn có thể làm cho trẻ là cùng vui thú với chúng.

Khám phá đặc biệt - các loại sinh tố mới mà trẻ rất cần

Tất cả chúng ta đều biết về các loại sinh tố từ A đến K mà chúng ta cần hàng ngày để bảo dưỡng cơ thể và để tăng trưởng. Có lời đồn rằng các nhà khoa học vừa khám phá ra một số loại vitamin hết sức đặc biệt sau đây:

Vitamin M - cho âm nhạc. Những ông bố, bà mẹ trẻ hãy thêm loại vitamin này vào cuộc sống hàng ngày ngay lập tức. Hãy mở các bản nhạc có giai điệu tươi vui và nhảy với trẻ ngay trong phòng khách - một cách thường xuyên. Bế chúng trên tay nếu chúng còn bé và đi theo điệu nhạc. Hát trong lúc lái xe và sưu tập những đĩa nhạc hay. Bố trí những thiết bị nghe nhạc đơn giản. Nếu bạn đưa trẻ đến những lớp học nhạc thì cần biết chắc là điều đó làm trẻ thỏa mãn hoặc ít nhất cũng làm cho chúng vui thích.

Những âm thanh ồn ào trên radio và tivi chỉ có hại - sẽ làm trẻ đánh mất khả năng thưởng thức âm nhạc.

Vitamin P - cho thơ ca. Dạy trẻ nhỏ học thuộc những bài ca dao, đồng dao hay những bài thơ ngắn. Trẻ lớn hơn có thể đọc to hoặc ngâm những bài thơ ngắn trong những buổi họp mặt gia đình. Nghe đọc chuyện hoặc đọc thơ qua băng để thưởng thức giọng đọc cũng là một điều thú vị. Trên thị trường băng đĩa có nhiều loại rất tuyệt vời dành cho trẻ nhỏ.

Vitamin N - cho thiên nhiên. Tạo điều kiện cho con bạn có kinh nghiệm sống ở những môi trường thiên nhiên hoang dã chưa có dấu ấn văn minh đô thị. Đối với trẻ mẫu giáo, một mảnh sân vườn sau nhà cũng đủ - có biết bao nhiêu loại sâu bọ, côn trùng, chim bay lượn và hót líu lo giữa các lùm cây. Bất cứ lúc nào có điều kiện bạn hãy đi lên núi hoặc xuống biển. Ngắm cảnh bình minh trên mặt biển hoặc hoàng hôn sau những cánh rừng. Cắm trại ngoài đồng trống. Loại vitamin này có họ hàng với vitamin S - cho tâm hồn, loại này đôi khi có sẵn trong nhà thờ, đền đài, các công trình kiến trúc cổ và những loại tượng tự. Việc sống ở các đô thị lớn, chơi các trò chơi vi tính, đến các công viên được thiết kế theo chủ đề... rất nguy hiểm, nó sẽ

làm cho bạn nghĩ rằng điều làm bạn hạnh phúc là cái gì bạn có thể mua được.

Vitamin F - cho niềm vui. Sinh tố này có sẵn ở bất cứ nơi nào. Bị tước đi từ lúc trẻ con thành người lớn nhưng rồi nó cũng quay lại. Đây là loại vitamin phổ biến nhất trong vũ trụ. Không hiện diện tự nhiên ở môi trường làm việc, nhưng vẫn có thể cài đặt vào.

Loại này dễ bị phân hủy nếu bạn đeo một cái đồng hồ.

Vitamin H - cho niềm hi vọng. Hi vọng bao giờ cũng xuất hiện một cách tự nhiên. Bạn chỉ cần biết chắc là nó không biến mất bởi một sự bùng nổ của các độc tố. Tránh xem các bản tin hoặc nhìn đời qua con mắt của các nhà báo. Cũng đừng nuông chiều nỗi buồn ủy mị ở trẻ. Hãy tham gia vào một cái gì đó có sức tạo nên những sự thay đổi hoặc các tạp chí có nội dung tốt, tích cực. Các nghiên cứu cho biết con em của những người hoạt động xã hội tích cực có sức khỏe tâm thần tốt hơn, có thể giới quan tốt đẹp hơn nhìn về tương lai tươi sáng hơn và làm được nhiều việc hơn.

CHƯƠNG MƯỜI HAI

TÌNH YÊU LÝ TÍNH

Bí quyết của những đứa trẻ ngoan

Có dấu hiệu báo trước rằng loài người bây giờ dùng loại từ “kỉ luật”. Với một số người trong chúng ta, đã sống qua những năm 60 thì đây là một chuyển hướng ngoạn mục. Cách đây 20 năm bạn chỉ có thể nghe nói đến từ này ở các quảng cáo các ngôi nhà của Madame Lash (hoặc một cái gì như thế). Nhưng chắc chắn là nếu bạn liếc qua các tờ tạp chí gia đình, hoặc lướt qua các giá sách, từ “kỉ luật” đã trở lại trong chương trình nghị sự.

Và nó không phải là một trào lưu ngắn ngủi. Khi trong đồ án thiết kế các ngôi nhà hiện đại có một phòng gọi là phòng ẩn dật dành cho cha mẹ thì rõ ràng đã đến lúc phải hành động. Hãy cải tạo các mái ấm gia đình!

Tại sao có kỉ luật?

Là thế này! Bạn thoáng thấy họ trên lối đi vào nhà. Người bạn thân nhất cùng với đứa con trai - một thằng bé quậy phá như quỷ sứ. Nó chính là đứa bôi mứt hoa quả lên ghế sofa của bạn, vẽ bậy lên tấm rèm và làm mấy con chó con nhà bạn sợ chết khiếp. Bạn có thể mở cửa mời cô bạn vào nhà không? Hay là bạn tìm một chỗ lánh mặt?

Kỉ luật là một thứ rất tức cười - bạn nhận ra nó rõ nhất khi nó không có mặt. Ai cũng quen một người nào đó có một đứa con hoàn toàn không thể kiểm soát nổi và nhiều người trong số chúng ta cũng có một đứa con như thế! Để có một sự phối hợp suôn sẻ với con lại là một khó khăn thường trực của hầu hết các bậc cha mẹ. Phần lớn những người làm cha mẹ ở Australia ngày nay đều bối rối với vấn đề kỉ luật.

Mặt khác, với một số ít thì mọi việc dường như đầu vào đây cả. Bí quyết của họ là gì? Những ông bố bà mẹ gọi bọn nhỏ “đến đây mau” thế là chúng tức khắc chạy đến! Nếu bạn đến

nhà họ chơi bạn cứ là phải há hốc miệng ra vì ngạc nhiên. Đứa con nhỏ mới mười tuổi nấu nước pha trà cho cả nhà. Các cô cậu thiếu niên gọi điện về nhà báo trước chúng sẽ về nhà sớm. Mà những đứa trẻ này không phải là lũ chuột nhất lúc nào cũng hoảng hốt đâu nhé, chúng vui vẻ, lạc quan và thoải mái. Vậy bố mẹ chúng đã làm gì?

Chúng ta ao ước có được những đứa con có tinh thần kỉ luật chỉ vì một lý do đơn giản - nó làm cho cuộc sống trôi qua êm ả bội phần. Nhân nhượng với trẻ đâu có làm cho cuộc sống trở nên dễ dàng hơn. Khi cha mẹ miễn cưỡng đưa ra các giới hạn thậm chí chỉ làm cho trẻ tệ hơn. Thiếu những quy định rõ ràng, bạn và con có thể mất cả ngày lời qua tiếng lại và mọi người chỉ cảm thấy tồi tệ hơn vào cuối ngày. Nếu như bạn có một biện pháp kỉ luật có hiệu quả nhanh, những rắc rối sẽ sớm được giải quyết và bạn có thể tiếp tục với nụ cười mãn nguyện. Dù vậy vấn đề không chỉ có thế. Chúng ta không khép trẻ vào vòng cương tỏa chỉ vì lợi ích của chúng ta - chỉ là để có “phép nước, lệ nhà”.

Sau cùng, nếu bạn muốn có một cuộc sống trật tự bạn đâu có sanh con, phải không? Vậy thì mục đích thật sự của kỉ luật là dạy cho trẻ cách hoạt động trong đời sống một cách dễ dàng, vui vẻ.

Thiếu đi sự dạy dỗ nghiêm khắc của cha mẹ, trẻ không phát triển được một sự kiềm chế từ bên trong mà hành động như một đứa bé lên hai kể cả khi chúng đã năm tuổi, mười lăm tuổi, hai mươi lăm tuổi. Thiếu ý thức kỉ luật từ bên trong, cuộc sống của trẻ sẽ là một mớ bòng bong. Những người cho con cái tha hồ làm cái gì mà chúng muốn sẽ biến con thành những kẻ có những khiếm khuyết trầm trọng vào tuổi trưởng thành. Những đứa trẻ này có thể có những kết cục bất hạnh: thất nghiệp, không lập gia đình, cô đơn, giận dữ, bất mãn và có thể phải ngồi tù. Trái với một đứa trẻ được dạy dỗ, có ý thức kỉ luật tốt sẽ học được cách thương lượng suôn sẻ với thế giới bên ngoài, tránh xa các rắc rối và nhờ vậy mà có được tự do thực sự.

Kỉ luật chính là để sống hài hòa với bản thân và hòa hợp với người khác. Ngoài tình yêu thì còn có gì quan trọng hơn một ý thức kỉ luật mà bạn có thể trao cho con mình? Nhưng đó không phải kiểu kỉ luật thường được thể hiện bằng lời nói.

Phương pháp duy trì kỉ luật ở đây chúng ta gọi là tình yêu nghiêm khắc - xen vào tình thương yêu tự nhiên dành cho trẻ. Một người mẹ có tình yêu được lí trí kiểm soát sẽ nói “Mẹ yêu con, và đó là lí do tại sao mẹ không cho con cư xử theo kiểu ấy”. Đây là sự kết hợp giữa

tình yêu và sự nghiêm khắc. Họ không đánh đập, không bao giờ làm con bị tổn thương dù bằng lời nói hay hành động. Nhưng họ rất nghiêm khắc.

“Đứng đó, suy nghĩ và thỏa thuận”.

Bây giờ có thể bạn đang đặt câu hỏi - “Cái gì là phương pháp màu nhiệm để có được sự hợp tác ấy?”. Cũng là lúc đưa ra lời giải thích cặn kẽ rồi. Tình yêu nghiêm khắc dựa trên hai kỹ thuật chính - cái đầu tiên gọi là “đứng và suy nghĩ”, cái thứ hai gọi là “thỏa thuận”. Các phương pháp này được sử dụng từ lúc nhỏ trở đi rồi được sửa đổi và phát triển khi con bạn lớn lên, rồi lại áp dụng vào tuổi thanh niên và tuổi trưởng thành. Thực ra cái khả năng “đứng lại, suy nghĩ” và “thỏa thuận” sẽ trở thành các yếu tố tiềm ẩn trong suốt cuộc đời con bạn, giúp chúng trở nên chín chắn, biết suy nghĩ thấu đáo và khôn ngoan trong tất cả các cách xử lý của mình.

Ta cùng tìm hiểu xem điều này được thực hiện như thế nào.

Bài học của Lucy

Bé Lucy 20 tháng tuổi đang nghịch cái dây điện đằng sau một cái đài. Bé không chơi dây điện một cách lặng lẽ hay lén lút - cha mẹ bé đang trò chuyện sôi nổi với nhau nhưng vẫn để mắt nhìn bé. Người mẹ chợt nhìn con và kêu lên “Lucy, bỏ tay ra khỏi phích cắm điện. Đi ra chỗ khác chơi đồ chơi của con”.

Thậm chí Lucy không buồn nhúc nhích nữa. Mẹ nó đứng dậy đi đến gần con “Lucy, bỏ tay ra ngay và đi đến đây mau”. Lucy ngẩng đầu lên nhìn mẹ nó với cái nhìn dò hỏi “Mẹ sẽ làm gì nào?” Người mẹ cố gắng nói rõ một lần nữa - “Tránh xa chỗ phích cắm điện, hoặc là “Ra cái góc kia chơi!”. Lucy lại quay trở lại nghịch bộ phận dây nhỏ sau cái đài, miệng lầm bầm “Không, không, không!”.

Từ bé cho đến tận ngày hôm ấy, Lucy chưa bao giờ làm một cái gì như thế này. Cô bé luôn có khả năng lái đi hướng khác hoặc đánh hơi được để tránh xa các rắc rối. Dù vậy cho đến hôm nay câu chuyện trên vẫn là kinh nghiệm thực sự, đầu tiên về kỷ luật của Lucy. Cô bé đã khiến cha mẹ phải tranh đấu với cô bởi vì đó là điều mà cô cần.

Khi đến lúc phải hành động, mẹ Lucy tỏ ra rất nhanh nhẹn, tóm lấy ngang lưng Lucy, từ

phía sau, nhắc nó lên mang nó sang đầu phòng bên kia nơi có một góc trống (phòng khách nào cũng có một góc trống như thế). Lucy không khoái điều này. Nó gào thét, la oai oái, giẫy dụa vùng ra (đó là lí do tại sao mẹ nó phải túm nó từ đằng sau!). Người mẹ tiếp tục giữ chặt con nhưng không làm nó đau và nghiêm nghị nói “Khi nào con đã dịu xuống, con sẽ được thả ra”.

Lucy thực hiện nhiều “hành động” có thể là quen thuộc đối với bạn - nhổ nước bọt, cố gắng ngoạm người khác, hoặc nôn ọe thức ăn trong bụng ra. Những đứa trẻ khác có thể nín thở, gọi tên bạn và vân vân. Lucy không phải xơi một cái tát tai nó không có gì phải sợ. Thực ra nó tức điên lên. Sao lại có bất cứ ai dám can thiệp vào trò chơi thú vị của nó! Nó nhìn cha nó đang đứng đằng sau ở bên kia phòng. “Ba, lại giúp con!”. Cha nó tiến đến gần giúp mẹ nó giữ nó chặt hơn. Ông lặp lại những lời mẹ nó vừa nói, “Con phải tránh xa dây điện và phích cắm ra, Lucy!”. Sau một lúc tưởng như dài đến 10 phút, nhưng thực ra chỉ hơn một phút, Lucy đầu hàng và thôi không giẫy giụa kịch liệt nữa. Trong lúc đó mẹ nó vẫn dịu dàng nhẫn nại nhắc đi nhắc lại, “Khi con đã bình tĩnh, con sẽ được tự do”. Sau đó bà hỏi thẳng Lucy, “Nào bây giờ con sẽ tránh xa dây điện và phích cắm chứ?”, “Dạ, vâng!”.

Bố mẹ nó vẫn đứng sau lưng con “Con gái ngoan!” họ nói và quan sát xem nó sẽ làm gì. Lucy nhìn vào mấy cái phích cắm. Lại nhìn cha mẹ. Nhìn đồ chơi của nó bày bên kia phòng. Thế rồi nó đi về phía đồ chơi của nó. Bố mẹ nó thở phào nhẹ nhõm và ngồi xuống quay lại câu chuyện. Mấy tuần lễ tiếp sau, Lucy cũng thử “nghịch mấy cái dây điện” một lần nữa nhưng lại thôi ngay khi nghe bố mẹ nhắc.

Cô bé cũng phải trải qua “thời điểm cân nhắc” nhiều lần trước khi lên năm - với tất cả các loại lí do. Vào lúc hai tuổi rưỡi, nó thường phải đến nơi cha mẹ nó bảo, đứng một mình lựa chọn xem nó cần phải học cái gì. Lúc năm tuổi, nó học được cách suy nghĩ, cân nhắc về hành động của mình, chú ý đến cảm xúc của người khác mà vẫn là một đứa trẻ, tươi vui, hồn nhiên và thân thiện.

Không đau đớn, không bị trách mắng, không sợ hãi

Với cô bé Lucy, việc xử lí thành công kĩ thuật “đứng đó và suy nghĩ” là một ngạc nhiên, nhưng chỉ có lòng tự ái của nó là bị thương tổn - và vấn đề cũng chỉ kéo dài vài phút. Với trẻ nhỏ, cũng có lúc ta phải có “tác động thể xác”, nhưng bao giờ cũng phải trong vòng an toàn và không bao giờ để lại thương tích. Để mang một đứa trẻ la hét ồm ồm ra khỏi siêu thị trong khi

nó còn muốn ở lại, ngăn không cho nó đổ nước ngọt vào tai con chó đang ngủ, can thiệp để chấm dứt một cuộc hỗn chiến trên sân chơi - chúng ta cũng phải dùng đến hình phạt thể xác để cho chúng biết “điều đó không được phép”.

Với một đứa trẻ, chúng ta phải phối hợp giữa lời nói và hành động. Khi bạn bình tĩnh thì sẽ không có thương tổn (ngay cả khi bạn đang rất giận dữ). Trên thực tế nên hành động trước lúc bạn để mất tự chủ. Nếu bạn cảm thấy bấn loạn, hãy quên đi việc giải quyết ngay mà hãy để chúng về phòng riêng cho đến khi bạn lấy lại bình tĩnh.

Chẳng bao lâu sau bạn có thể đơn giản bảo trẻ chọn một chỗ trong phòng để “đứng đó mà suy nghĩ”. Chúng sẽ làm thế, biết rằng không có cách nào khác, và cũng hiểu rằng điều này sẽ không kéo dài và không có vấn đề lớn hay hình phạt gì ghê gớm - chỉ là một cách giải quyết vấn đề. Việc nhấn mạnh trẻ cần tự tìm ra giải pháp là một điều chấp nhận được.

Đó là sự quậy phá hay chỉ là dồi dào năng lượng?

Bạn chỉ cần nhìn vào cơ thể người là sẽ nhận ra ngay cơ thể người ta được tạo ra là để vận động. Trong cuốn sách rất hay của mình, “Những bài ca”, Bruce Chatwin cho biết đàn ông, đàn bà các bộ lạc Tây Nam Phi vùng Kalahari trung bình cộng, đi bộ con 4000 cây số trước khi ngủ có thể tự đi một mình.

Cơ thể chúng ta được thiết kế để hàng ngày đi lại, vận động nhiều cây số. Vì thế mà cả người lớn và trẻ con đều trở nên bứt rứt, buồn chán khi cứ phải ở yên một chỗ. Chơi trò chơi vi tính hoặc ngồi lì xem các chương trình hấp dẫn trên tivi thậm chí còn tệ hơn nữa, nó làm cho trẻ cảm thấy bồn chồn, chân tay giậm giậm - bởi vì những hoạt động này làm tăng lượng adrenaline trong máu mà lại không có gì để sử dụng. Trẻ con phải được ra ngoài và có nhiều hình thức vận động toàn thân, hàng ngày.

Chuyên gia về phép điều trị bằng lao động, Kerry Anna Brown, tin rằng các kĩ năng sau này của con người như đọc, viết, đứng ngồi và sự phối hợp nói chung, đều phụ thuộc vào việc lúc còn nhỏ, thời điểm trước tuổi đến trường, người ấy chạy nhảy, leo trèo, ném, bắt, tung hứng để tiêu hao năng lượng thừa. Những hoạt động đầu đời này giúp cho việc tổ chức não bộ và hình thành cơ bắp trợ giúp cho việc phát triển các vận động nhỏ hơn như việc cầm bút sau này. Thậm chí cả việc đi bộ con trên lưng, hoặc đeo ba lô, cũng có ích lợi thực sự - khi làm tất

cả những việc làm thô sơ, dùng đến chân tay người cha có khuynh hướng chơi đùa với đứa con nhỏ đang bò ngoài phòng khách.

Tấm vải bạt dùng trong khi nhào lộn là một đầu tư lớn, hoặc bất cứ dụng cụ nào để leo trèo, dùng đùa, quay lắc mà đảm bảo an toàn và được thiết kế chu đáo đều quý như vàng.

Công viên cũng có ưu thế lớn. Tiềm sảnh ở những khu nhà lớn cung cấp sân chơi vừa âm áp, an toàn lại có những tấm dù che nắng và có ghế ngồi cho người lớn. Đó là chỗ bạn có thể đưa con đến chơi. Nhưng bạn nên chọn những chỗ gần nhà, cách xa các khu vực không an toàn, nơi các bà mẹ trẻ có thể cảm thấy bất an. Những chỗ ấy cần phải có hàng rào để bạn có thể đọc báo mà không lo ngại là trẻ lại bỏ đi đâu mất. Cũng cần tính đến các phương tiện vệ sinh công cộng.

Khi bạn có nhiều tiền hơn, hãy đưa con đi chơi ở công viên. Tôi đã dành ra rất nhiều ngày thứ Bảy ở ngoài sân chơi lộ thiên với mấy bịch snack và bánh sandwiches, để cho con mình hoàn toàn vui vẻ thỏa mãn với những thứ không tốn nhiều tiền!

Vượt lên trên các phương pháp cũ

Có ba phương pháp duy trì kỉ luật chính trong hơn một trăm năm qua. Theo truyền thống người ta dùng roi vọt và sự đánh đập những đứa trẻ đang run như cày sậy để đưa chúng vào nền nếp. Sau đó, đánh đập không còn được coi trọng nữa, người ta dùng những lời nhục mạ và cảm giác có tội để trẻ cảm thấy nhục mà cư xử tử tế hơn. Thời gian gần đây người ta dùng biện pháp cách li. Như chúng ta đã biết về biện pháp bỏ tù người lớn phạm tội để cách li họ ra khỏi môi trường sống của đồng loại. Và sự cô độc thường không dạy dỗ con người được điều gì. Thế là có rất ít sự thay đổi.

Tình yêu nghiêm khắc vượt lên trên tất cả các phương pháp trên, nhận ra rằng kỉ luật là một cái gì thể hiện sự quan tâm và răn dạy. Kỉ luật tuyệt đối không phải là hình phạt. Một trong những điều tuyệt diệu của tình yêu nghiêm khắc là dùng kĩ thuật “đứng đó, suy nghĩ” và học được cách “thảo luận” như vậy bạn không bao giờ cần đến những cái bạt tai hoặc cú đá. Con bạn - và có lẽ đến một ngày nào đó tất cả trẻ em trên đời - có thể lớn lên mà không sợ cha mẹ ở bất cứ phương diện nào. Bạn có thể hình dung điều đó tuyệt vời đến thế nào không? Tình yêu nghiêm khắc có nghĩa là đối thoại với trẻ, để chúng tự xử lí những chuyện không vui,

những điều khó chịu, nhưng không làm chúng bị tổn thương. Mục đích của tình thương nghiêm khắc là bằng cách thức đơn giản giúp trẻ tìm ra các cách thức tốt đẹp hơn. Bây giờ hãy nhìn qua một ví dụ khác.

Cậu bé Sean ăn đậu

Hãy tưởng tượng điều này. Sau bốn năm làm bố, mẹ, Dave và vợ anh, Louise, quyết định đã đến lúc họ lại bắt đầu ra ngoài ăn tiệm - với đứa con trai, cậu bé Sean đi cùng. Họ không thấy việc đi ra ngoài tìm một nhà hàng thanh lịch (có khăn trải bàn hằn hoi) thưởng thức một bữa ăn thực sự lại là một cái gì không thể thực hiện được, dù là có một đứa bé kèm theo.

Kế hoạch được sắp đặt đâu vào đấy và chẳng bao lâu họ đã ngồi ở một nhà hàng, bắt đầu bữa ăn lãng mạn. Nhưng chú nhỏ Sean thì chẳng thấy có gì vui vẻ. Ba và má chỉ nhìn nhau không để mắt đến chú. Buồn chán, chú bắt đầu gảy gảy những hạt đậu. Ba thì thầm cảnh cáo - “Đừng có gảy đậu tung lên thế!” Nhưng cách ba chú nói lại đưa ra một thông điệp khác - “Này làm ơn biến khỏi đây, biến đi trước mặt tất cả các thực khách ở đây.” Sean lại búng một hạt đậu khác. Ba nhìn má, còn má đưa mắt nhìn lại. Bao nhiêu là chuyện khó xử.

Người cha trở nên kiên quyết. “Con hãy ăn uống một cách bình thường, không thì con phải đứng úp mặt vào tường”. Sean lại gảy tung một hạt đậu nữa. Không thể tin được, mấy chú nhóc bao giờ cũng muốn cha chúng cứng rắn và thực hiện lời đe dọa của mình.

Dave không phải là người nuốt lời - anh hộ tống thằng bé (dịu dàng nhưng cương quyết, như người ta nói trong các cuốn sách giáo khoa) đi qua bốn mươi thực khách tròn mắt nhìn hai cha con và để nó ở lại một góc bên kia nhà hàng. “Ba sẽ quay lại nói chuyện với con khi con sẵn sàng ngồi ăn đàng hoàng”, anh nói rồi quay lại bàn ăn.

Chú bé Sean tự đánh lừa mình một chút. Chẳng bao lâu hai vai chú rũ xuống và chú bòn chòn nhìn về phía cha mẹ. Dave đi lại chỗ con, hỏi, “Con đã sẵn sàng thỏa thuận chưa?” “Dạ rồi!” “Con đã làm gì sai?”, “Gảy tung các hạt đậu ạ!”, “Bây giờ con sẽ làm gì?”, “Con sẽ ăn uống như mọi người!”, “Được, thế thì tốt!”. Họ cùng nhau quay lại bàn ăn.

Hình như có những tiếng “ôi chà!” vang lên từ các bàn ăn trong nhà hàng. Những ông bố bà mẹ khác phải trả 50 đô cho người giữ trẻ để họ có thể đi ăn ngoài chắc phải ghi nhanh lên

khăn ăn - “Con sẵn sàng thỏa thuận chưa? Con đã làm cái gì vậy? Con cần phải làm gì?”

Nếu Sean là một đứa trẻ chưa từng “đứng đó, suy nghĩ” thì có thể việc đưa nó đến nơi công cộng sẽ an toàn hơn. Nó có thể gào thét làm ồn và sẽ dễ hơn cho cha nó (và các thực khách khác) nếu nó làm điều đó ở bên ngoài. Nếu bạn làm điều này với con mình, đừng để nó một mình. Một cuộc nói chuyện nghiêm túc và sự thay đổi ngoại cảnh một cách bất bình thường khiến Sean nhận ra rằng tốt hơn là nó nên bình tĩnh lại. Dave biết đây là lúc dạy cho nó một bài và những bữa đi ăn tiệm sau đó sẽ tùy thuộc vào lần này.

Sử dụng biện pháp “đứng đó, suy nghĩ” và “thỏa thuận” như thế nào?

1. Chuẩn bị. Tự hỏi “Cái gì không ổn ở đây? Ta muốn chúng làm gì để sửa chữa?”. Nói một cách khác, bạn phải có một mục tiêu rõ ràng trước khi bắt đầu.

2. Nhận ra rằng việc đứng một mình suy nghĩ tự nó đã là một kỹ năng. Với một đứa bé, dẫn nó đến một chỗ bạn đã định rồi đứng quay lưng lại nó một lúc là đủ. Nói với trẻ “Con phải đứng đây cho đến khi con sẵn sàng đồng ý. Con có thể đi khi con đã bình tĩnh lại”, hoặc bạn có thể giữ trẻ lại “Mẹ sẽ thả con ra nếu con không hung hăng nữa”. Ở tuổi đó, trẻ sớm cho biết những dấu hiệu nó đã dịu xuống, hoặc làm bầm vài câu xin lỗi. Lúc ấy hãy để cho trẻ đi. Không làm khó với trẻ khi nó đã cư xử phải phép. Ví dụ, nếu chúng ném đồ chơi vào tường và bạn muốn chúng nhặt lên bỏ vào trong hộp thì hãy mang cái hộp đến gần.

3. Khi trẻ lớn hơn (hai hoặc ba tuổi nữa) việc nói chuyện với chúng trở nên quan trọng hơn. Nhớ rằng chúng phải thuyết phục bạn rằng mọi việc sẽ trở nên khác đi. Trẻ phải nói về “cách thức” của nó và thuyết phục bạn tin là trẻ có thể thay đổi. Đó là một tên gọi tốt đẹp khác của “thỏa thuận”.

Nói với trẻ về nhiệm vụ của chúng - “Cứ đứng đó và suy nghĩ về cái con đã làm để gây ra rắc rối này. Ngay khi con nghĩ ra và ba sẵn sàng, ba sẽ đến tìm con và chúng ta sẽ nói chuyện này”.

4. Cuộc thỏa thuận.

Hãy hỏi trẻ

a. “Con đã làm gì?”, thú nhận việc làm không tốt của mình với người khác là một điều rất quan trọng.

b. “Con cảm thấy gì hoặc cần gì?”.

c. “Con nên làm gì để thỏa mãn nhu cầu của mình?”. Trẻ có biết một cách nào tốt hơn không? Bạn đã thảo luận về nó với trẻ bao giờ chưa? Có thể bạn cần phải dạy con điều đó. Ví dụ, trẻ muốn tham gia một trò chơi mà những đứa trẻ khác đang chơi, hãy dùng thiết bị bấm giờ chia sẻ đồ chơi một cách công bằng, để đồ chơi ở một vị trí trẻ không làm hư hại được.

d. “Sau này con sẽ làm gì?”. Để có được một lời cam kết.

e. “Cho mẹ biết!”. Tiếp tục thỏa thuận và phải thực hiện ngay lúc đó.

5. Hướng tới một kết cục vui vẻ. Cái đẹp của một cuộc “thỏa thuận” hoàn hảo chính là ở chỗ vấn đề đã được giải quyết. Bạn đầu tư cho tương lai từ bây giờ, và vấn đề này sẽ không được phép tái diễn (hoặc nếu có chỉ một, hai lần). Bạn sẽ biết là biện pháp này dễ thành công bởi vì cuối cùng bạn cảm thấy tốt hơn mà con bạn cũng có cảm giác tương tự. Mọi người đều được cứu thoát.

Một phương pháp mới hoàn toàn

Đây là một dạng thức kỉ luật khác xa với các biện pháp khác đã được sử dụng trong quá khứ. Khi chúng ta nhìn lại tuổi trẻ của mình, nhiều người chúng ta liên hệ kỷ luật với những cảm xúc tồi tệ. Lịch sử của việc làm cha mẹ kể từ cuộc cách mạng công nghiệp thường là cái gì độc ác và nguy hiểm đối với con trẻ. Nhiều người làm bố làm mẹ thời xưa chỉ có những hiểu biết và phương pháp hạn hẹp, họ chỉ thường lặp lại những gì thế hệ trước đã làm với họ (cho dù khi ấy họ căm ghét lối cư xử đó).

Một khi kỉ luật đã được hiểu một cách đầy đủ thì không còn đau đớn, nhục nhã hay sợ hãi nữa. Các phương pháp của tình yêu nghiêm khắc là một phần của sự tiến bộ đang lan nhanh trên toàn thế giới. Những bậc cha mẹ đúng nghĩa tìm ra những cách tiếp cận này một cách bản năng không qua lịch sử, nhưng họ hiếm khi thể hiện theo cái cách mà họ đã học được. Cách tiếp cận của tình thương lí tính tôn trọng trẻ con, hoàn toàn không dùng đến hình phạt thể xác mà vẫn đặt trọng trách giáo dục vào tay cha mẹ. Chúng tôi tin rằng các biện pháp này có thể

mang đến một cuộc cách mạng thật sự trong nuôi dạy trẻ, làm cho công việc này trở nên dễ dàng hơn, thú vị hơn đối với việc tạo ra một thể hệ trẻ mạnh mẽ, đáng yêu và an toàn.

Ba cách thức dẫn đến một sự phối hợp

Nhiều cuộc đối đầu có thể được ngăn chặn. Nếu bạn nghĩ trước một cách thấu đáo bạn có thể thường xuyên ngăn chặn những tình huống để không dẫn đến chỗ có một cuộc đối chất. Để bắt đầu bạn có thể cần phải sử dụng biện pháp “đứng đó, suy nghĩ” ít nhất là hàng chục lần một ngày đối với trẻ nhỏ. Dù vậy, chẳng bao lâu chúng sẽ học được cách hành động trước một lời cảnh cáo sớm hơn, hoặc là đếm 1, 2, 3. Nhiều lần những bậc cha mẹ giàu kinh nghiệm tìm ra cách ngăn chặn bớt các vấn đề bằng một sự suy tính trước, lái vấn đề đi khi nó xảy ra, nhờ thế sự đối chất diễn ra rất nhẹ nhàng. Điều này có nghĩa là khi trẻ lên ba hoặc lên bốn, bạn có thể để dành các kỹ năng của tình thương nghiêm khắc (hoặc sức lực của bạn) cho một hoặc hai sự cố trong ngày khi cần đưa ra những bài học quan trọng. Sau đây là một vài cách tránh rắc rối - chỉ trong một số trường hợp.

Ngăn ngừa

Đối với trẻ các rắc rối phát sinh từ stress, mệt mỏi và đói khát.

Hãy chắc chắn là bạn và con đều no bụng trước khi đi ra ngoài và hãy chấm dứt việc ăn quà vặt thường xuyên. Tránh dùng thực phẩm có lượng đường cao hoặc có chất tạo màu, trừ khi đó là một dịp kỷ niệm đặc biệt hoặc là sau khi dùng bữa chính. Hầu hết trẻ con trở nên quậy phá và khó kiểm soát sau khi nạp một lượng thức ăn có nhiều đường.

Bố trí thời gian cho các hoạt động của bạn, loại ra ngoài những việc không thật quan trọng để bạn không chịu áp lực và phải chạy đua với cái đồng hồ. Khi bạn đang nuôi con nhỏ, điều quan trọng là bạn cần đơn giản hóa cuộc sống của mình. Những việc xảy ra bất thành lĩnh thường tốn của bạn nhiều thời gian để hoàn thành vì thế hãy tặng cho mình một đặc ân và cho phép mình không làm điều đó.

Hãy làm thế nào cho ngày của bạn có một nhịp điệu dễ chịu và theo đúng trình tự. Khi chuẩn bị cho trẻ đến trường học hoặc vườn trẻ, hãy bảo con mặc quần áo trước khi ngồi vào ăn sáng. Điều này sẽ tránh được việc chậm trễ và tranh cãi về việc mặc áo này áo nọ - trẻ

đang đói bụng sẽ nhanh chóng tự mặc quần áo mà không gây ra chuyện gì. (Muốn để cho trẻ ăn ngon miệng vào bữa sáng cũng khá đơn giản, cho trẻ uống một li trà loãng vào đêm hôm trước. Sáng hôm sau thức dậy chúng sẽ đói ngấu!).

Làm sao để thời gian ở nhà là thời gian của niềm vui. Tạo ra không khí vui vẻ khi làm những công việc bình thường - mở nhạc pop trong khi làm việc nhà. Giảm mức độ yêu cầu của bạn về một cái gì hoàn hảo. Hãy là một kẻ lười biếng, luộm thuộm nhưng hạnh phúc. Chỉ có trẻ dưới năm tuổi mới là của bạn toàn phần, và bạn chỉ có được trẻ 50% trong thời gian mười năm tới. Thế thì tại sao không đón nhận niềm vui ấy với tất cả con tim?

Thình thoảng trẻ nhỏ trở nên bồn chồn, chúng chỉ cần vận động nhiều hơn mà thôi. Cái thế giới hiện đại của những mảnh sân nhỏ tí, dây an toàn trên xe hơi, những chặng đường dài ngồi trên xe và môi trường nguy hiểm chiếm tỉ lệ 2/3 các vấn đề rắc rối hậu hiện đại. Hồ cát, hồ nước, một chỗ để chạy nhảy, những thứ này sẽ làm nên sự khác biệt lớn. Một đứa trẻ mệt mỏi sẽ là một người dễ hợp tác.

Đánh lạc hướng

Thường người ta thoát ra khỏi một khó khăn bằng cách tìm ra một lối đi tắt, thực hiện một vụ mặc cả, thậm chí cả một sự mua chuộc - “Mẹ sẽ mua khoai tây chiên ở cửa hàng cho con nhưng con phải giúp mẹ ngồi vào trong chiếc ghế trên xe của con”. Trẻ đánh nhau với một đứa khác về một món đồ chơi có thể đưa ra một thỏa thuận nếu nó có quyền chơi chung. Trẻ cũng có thể học được cách sử dụng đồng hồ bấm giờ, đợi đến lượt mình tham gia, hoặc chơi đùa với bạn theo cách mà cả hai cùng tham gia. Đôi khi sự buồn chán mới là một khó khăn thực sự và bạn có thể tạo ra niềm hứng thú bằng cách thêm vào một yếu tố mới - chẳng bao lâu trẻ sẽ hào hứng hợp tác với bạn.

Thực ra trẻ quậy phá là vì chúng không biết làm một việc gì đó một cách đúng đắn. Hãy chuẩn bị tinh thần để dạy dỗ trẻ hơn là lao vào một cuộc tấn công khi trẻ làm một điều gì đó không phải.

Ví dụ bạn hãy tưởng tượng trong đầu hình ảnh một bàn ăn trong dịp đi picnic ngoài bãi biển. Hai gia đình ăn chung với nhau. Một thằng nhóc tám tuổi chop ba miếng thịt gà cuối cùng bằng cả hai tay. Bố mẹ nó la lên “Bỏ ngay xuống cái thằng háu ăn này!” rồi lấy một cái

muôi vút vào người nó. Một cách chữa thẹn nhưng có vẻ chẳng thay đổi tác phong của nó. Bố mẹ của gia đình thứ hai thì nói “Gượng đã, con còn chưa tìm hiểu xem có còn ai cũng muốn ăn không. Sao con không gấp một miếng ăn trước. Sau đó hỏi xin phần còn lại nếu không có ai muốn ăn”.

Bạn phải dạy con một hành vi đúng mực là gì. Nếu không làm sao trẻ biết được?

Đối chất

Khi bạn đã thử tất cả những cách trên mà trẻ vẫn khó dạy thì điều đó có nghĩa là con bạn “đòi hỏi” một sự đối chất. Vậy tại sao không chiều ý chúng? Đôi khi trẻ cũng cần chấp nhận địa vị của chúng trong một trật tự nhất định và nhận ra ai là người chỉ huy. Đây là lúc sử dụng đến kỹ thuật “đứng đó, suy nghĩ”. Sau cùng, cuộc đời của trẻ là một điều thực sự tốt đẹp và sẽ là không công bằng nếu trẻ phải hợp tác dù trẻ có thích điều đó hay không.

Dù vấn đề là ở chỗ chơi chung đồ chơi, trở nên dúi dằng, chỉ dùng lời nói không viện đến tay chân, tỏ ra kiên nhẫn, vâng lời trong những trường hợp khẩn cấp, học hỏi để có thể tham gia vào một trò chơi, hoặc bất cứ điều gì khác, thì biện pháp “đứng đó, suy nghĩ” và kèm theo nó là “thỏa thuận” cũng vẫn giúp trẻ, đầu tiên chấm dứt cơn bốc đồng hoặc phá bĩnh của mình, suy nghĩ về nó, chọn một giải pháp có thể giải quyết được vấn đề. Chúng ta không nhằm đến việc “xóa sổ” hành vi ấy ở trẻ mà chỉ làm cho trẻ trở nên tốt hơn, hiệu quả hơn.

“Như vậy con muốn tham gia vào trò chơi mà các bạn khác đang chơi?”, “Vâng ạ!”, “Vậy con có ném đá vào các bạn ấy không?”, “Có ạ!”, “Thế con có nhận ra rằng chuyện đó không làm các bạn trở nên thân thiện hơn không?”!!!

Từ một đứa bé trở thành một người dễ chịu trong ba năm ngắn ngủi

Việc nuôi trẻ nhỏ sẽ trở nên dễ dàng hơn nếu bạn có một mục tiêu hướng tới. Bạn làm một công việc sáng tạo, trong vòng 5 năm không hơn, thế là một cô bé hay cậu bé văn minh ra đời, có thể đi đến trường, đến chơi nhà bạn bè, hòa hợp với những đứa trẻ khác và trò chuyện với người lớn theo một cung cách thoải mái. Chúng còn nhiều thứ phải học nhưng đã có một sự khởi đầu tốt đẹp.

Tôi muốn nó, ngay bây giờ. Chỉ có tôi là người bực bội thôi. Đưa nó cho tôi không tôi cho

một chương bây giờ.

Này, tôi không đợi được đâu. Nếu không đưa tôi sẽ la làng lên. Tôi làm ngay đây, đứng đó mà suy nghĩ về nó nhé!

Tôi biết đó là cái tôi muốn và điều đó chẳng có gì sai. Nhưng tôi biết mình không thể lúc nào cũng có cái mình muốn. Dù sao tôi cũng phải hòa hợp với mọi chuyện. Người khác cũng có cảm giác này. Đánh nhau là không được. Tôi có thể đợi được - chẳng có gì phải làm ầm ĩ. Cảm giác của tôi cũng là một vấn đề nhưng nó cũng không thay đổi được điều gì trên đời. Nếu tôi suy nghĩ trước khi hành động tôi sẽ gặt hái một kết quả tốt hơn.

Trẻ con ở Thời kì đồ đá, quen với việc trở thành “trung tâm của cái vũ trụ đã được biết đến”, bắt đầu ở vị trí tay trái. Điều này chấp nhận được với một đứa bé lên ba, nhưng không phải là điều tốt đẹp với tư cách là một hướng đi trong cả cuộc đời. Mục đích của trò chơi kĩ thuật là để cho trẻ xuất phát từ vị trí tay phải lúc lên năm, cái tuổi bắt đầu cấp sách đến trường. Bao giờ bạn cũng cần nhớ rằng, con bạn thực sự muốn là người tử tế, tốt bụng, thân thiện và có tinh thần phối hợp - chỉ có điều nó cần bạn giúp để lĩnh hội được những điều đó. Chờ đợi một sự lặp đi, lặp lại, nhưng cũng ý thức được một sự tiến bộ đều đặn. Và bao giờ cũng phải tạo niềm vui, sự thoải mái giữa các cuộc tranh luận.

Tất cả bọn con nít đều cứng đầu. Bạn không cần phải đe dọa chúng chỉ bởi vì chúng chứng tỏ chúng mạnh. Mặt khác bạn không muốn nhân nhượng chúng mà phải dạy dỗ, hướng dẫn trẻ khi chúng mè nheo, năn nỉ để có được cái mà chúng cần. Vâng, đó là vấn đề trở nên nhẫn nại và có khiếu hài hước.

Để có được thái độ yêu thương nghiêm khắc

Nhu cầu về tình yêu thương nghiêm khắc đến một cách mạnh mẽ khi con bạn từ một tuổi rưỡi đến hai tuổi. Biểu hiện của tính quậy phá sẽ làm cho các ông bố bà mẹ lúng túng, nhất là những người cầu toàn, mong muốn tất cả mọi chuyện đều kết thúc có hậu. Con bạn chuyển từ chỗ là một tiên đồng, nếu nó không có nhiều trò tinh quái, thành một cái xe tăng đầy năng lượng chạy trên đôi chân.

Đó là một bước chuyển biến tinh thần mà bạn phải thực hiện. Đối với cha mẹ trẻ nhỏ, tình

yêu nghiêm khắc liên quan đến việc nhận ra rằng trong khi bạn đã dành mười tháng quý báu vừa qua cố gắng làm cho trẻ hạnh phúc, bạn lại bất thành lĩnh ở trong tình thế đối lập. Bây giờ là lúc bạn phải, nếu bạn đang làm công việc của mình, làm cho chúng thực sự không vui - đầu tiên là hàng chục lần một ngày, dù chúng ta hi vọng là chỉ vài phút một lần.

Chúng sẽ “giúp bạn” thực hiện những điều mà bạn không thể bỏ qua được như làm sạch cái tủ lạnh và trèo vào những cái chậu trồng cây.

Thái độ mà bạn cần có là phải cứng rắn bên ngoài nhưng thoải mái bên trong. Đừng để trẻ nghĩ chúng lười lỉnh thông minh trong khi chúng cứng đầu, bướng bỉnh hoặc nghịch ranh. Bạn sẽ phải mất vài tuần lễ để sửa chữa thiệt hại. Hạ thấp giọng xuống, tỏ vẻ thật sự nghiêm trọng nhưng cùng lúc đó cảm thấy thư thái vì rằng trẻ sẽ học được nhiều từ những cuộc cãi cọ về kỉ luật.

Trong khi tình yêu tự nhiên mở đường vào trái tim trẻ, tình yêu nghiêm khắc trao cho trẻ nghị lực để chúng có thể trở nên mạnh mẽ dứt khoát trong đời khi chúng lớn lên.

Điều gì xảy ra nếu tôi nhượng bộ chỉ vì muốn được một sự bình an?

Một hôm trong khi ở siêu thị tôi quyết định cho đứa con gái hai tuổi đang nhõng nhẽo ra khỏi xe đẩy trong khi hai cha con tôi đi mua hàng ở siêu thị, bắt nó phải đi bộ cùng với tôi qua các gian hàng. Đó là một sai lầm lớn. Con bé không chỉ chạy lòng lên như một con hồ xổng chuồng mà còn trông mong một điều tương tự trong bốn lần đi shopping sau đó. Trẻ nhỏ có trí nhớ tuyệt vời của loài voi.

Thỉnh thoảng chúng ta muốn một giải pháp dễ dàng cho xong việc. Nhưng điều này chỉ dạy cho trẻ một điều là nó muốn hơn thế, chỉ khiến chúng mè nheo, ỉ on nhiều hơn, dai dẳng hơn. Hãy nghĩ về điều đó từ quan điểm cũ của bạn hai năm về trước. Trong năm đầu tiên, trẻ hoàn toàn là trung tâm của vũ trụ. Chúng muốn gì có nấy. Nhưng bây giờ ý thích của trẻ trở nên thái quá và đã thay đổi rất nhiều. Chúng không chỉ muốn được cho ăn, âu yếm và thay quần áo. Nó muốn mặc chiếc quần lót của bạn cho con chó. Chúng muốn trộn tất cả dầu gội đầu và dầu xả lại rồi đổ lênh láng trong phòng tắm. Chúng muốn chạy ra ngoài đường chơi. Bạn phải ngăn cản trẻ, nếu chỉ vì lợi ích của chúng.

Phải, chỉ vì lợi ích của đứa con thân yêu. Bởi vì một trong số những bài học quan trọng nhất trong đời là được học hỏi ở cái tuổi lên ba - rằng trong khi bạn được yêu thương và cần thiết với người khác, bạn cũng chỉ là một người giữa hàng vạn người và bạn phải sống hòa thuận với những người khác nữa.

Có những đứa con dễ thương là mục đích trong một giai đoạn nào đó

Jodie, một học viên trong các khóa học của chúng tôi rất thành thực. “Tôi không thích trẻ con, tôi đã đẻ ba đứa và điều mà tôi biết được là tôi chẳng thích con cái chút nào!”. Đó quả là một vấn đề bởi vì nếu Jodie không yêu con đẻ của mình thì cô ấy có thể yêu ai đây? Nhiệm vụ của cô là phải biến con mình thành những đứa trẻ dễ thương.

Để giúp đỡ cô, chúng tôi phải đi vào chi tiết. Mỗi đứa trẻ cần thay đổi những điều gì để Jodie có thể yêu thích chúng? Chúng tôi lập một danh sách.

1. Đứa nhỏ hai tuổi cần thôi ngay trò đánh nhau và cắn bạn.

2. Đứa bốn tuổi cần chấm dứt những lời mè nheo và than vãn.

3. Đứa năm tuổi sẽ phải học cách để thực hiện những điều mẹ nó bảo làm một việc gì đó từ lần đầu tiên. Tình yêu tự nhiên đến trước tình yêu nghiêm khắc, và chúng tôi nhận ra rằng Jodie thực sự kiệt sức, cô cần ít nhất một ngày trong tuần giành cho bản thân cũng như cần sự giúp đỡ của đức ông chồng. Họ sẽ phải quan tâm đến nhau nhiều hơn và cùng nhau thực hành các phương pháp của tình yêu nghiêm khắc để họ có thể dựa vào nhau trong công việc khó khăn này. Người chồng phải giảm giờ làm từ 50 tiếng một tuần xuống 45 giờ để có thời gian quan tâm chăm sóc vợ con. Có những đứa con ngoan, cư xử đúng phép tắc sẽ làm cho anh vui hơn và muốn ở nhà nhiều hơn.

Sáu tháng sau chúng tôi gặp lại Jodie, trông cô có vẻ thư thái và thanh thản hơn nhiều. Cuộc sống của cô vẫn còn vất vả, nhưng cô đã trở nên dịu dàng hơn và cảm thấy mình có khả năng thành công hơn với lũ con.

Kỷ luật được áp dụng sớm như thế nào?

Kỷ luật có thể diễn ra một cách suôn sẻ, dễ dàng, nếu bạn hiểu cái gì sẽ đến và điều gì diễn

ra ở các lứa tuổi khác nhau.

Trẻ sơ sinh

Chú nhỏ Lukah không cần đến kỷ luật. Chú mới được bốn tháng tuổi. Chú còn chưa biết bò mà. Nó cười và chơi đùa với cái lúc lắc, chớp bất cứ cái gì lơ lửng về phía mình. Nó cũng khóc (nhiều lần một ngày) bởi vì Lukah là một đứa trẻ phát triển bình thường và đó là cách mà những đứa trẻ như bé Lukah nói lên nhu cầu của mình. Nhu cầu của bé rất đơn giản - khóc khi đói, khóc khi bị bỏ lại một mình, khóc khi tè ra ướt hết tã, khóc khi đau bụng và cả khi cảm thấy buồn chán cũng khóc. Tóm lại là có nhiều tiếng khóc, nhưng nếu ba, má ở trong phòng, họ sẽ biết ngay cần phải làm gì để dỗ dành chú ngay từ tiếng khóc đầu tiên.

Cha Lukah giải thích chú bé là một đứa trẻ có nhu cầu cao: “Vấn đề khó khăn nhất là dỗ cho nó ngủ lại - tôi phải bế nó trên vai và đi một vòng chung quanh khu nhà tôi ở. Một lần vào lúc bốn giờ sáng, cảnh sát kêu tôi lại chỉ vì trông tôi giống một tên trộm với một bao đồ ăn cắp trên vai”. Trẻ ở tuổi này có thể là một công việc rất khó khăn đối với bạn, nhưng chúng đâu có quấy rầy hay làm phiền bạn - chúng chỉ cố gắng làm cho bạn hiểu nhu cầu của chúng. Bé không cần kỷ luật, chỉ cần được thông hiểu. Mà cái mà cha mẹ cần lại là giấc ngủ.

Trẻ nhỏ

Các khả năng của trẻ sơ sinh phát triển rất nhanh cho đến khi chẳng bao lâu chúng đã biết bò, rồi đứng lên và chập chững biết đi, rồi nắm, chớp, lơ, kéo, ném và dòm ngó mọi thứ trong tầm nhìn. Tầng hầm của nhà bạn chính là lãnh địa của bé. Và cũng là lúc bé khám phá ra cách sử dụng những từ đầu tiên để có một kết hợp từ có nghĩa, “Bình chữa!”; “Cho con con gấu!”; “Hun con!”.

Với những kỹ năng và động lực mới, con bạn bắt đầu làm những việc và muốn những thứ mà bạn không thể cho phép. Thế là “những hành động tinh quái” xuất hiện lần đầu tiên. Một đứa trẻ sơ sinh thì không có khả năng làm điều sai trái nhưng nếu là một đứa ba bốn tuổi thì có khác. Nó sẽ cứ đi vào những chỗ bị cấm hoặc làm những việc không được làm, trao tặng bạn một nụ cười thần tiên như muốn nói “Bố sẽ làm điều gì nào?”. Bạn đáp “Không được!”. Còn nó thì đáp “Ồ, được chứ? Cứ chặn con lại xem nào?”.

Trẻ nhỏ chọn đúng cái chỗ “mềm yếu” nhất của bạn, bởi vì sâu trong vô thức chúng muốn bị ngăn chặn lại. Và cái thông điệp vô thức ấy có nghĩa là “Con cần những giới hạn, ràng buộc bố mẹ ơi. Làm ơn đừng để cho con làm những điều rồ dại” (Trẻ vị thành niên cũng phát ra thông điệp này, chúng ta sẽ nói về chúng trong phần sau).

Đó không thuần túy là một sự nổi loạn (mặc dù có một số biểu hiện là thế thật). Thỉnh thoảng một đứa nhỏ sẽ cảm thấy việc xử lý các yêu cầu của cuộc sống hàng ngày là quá sức của nó. Đôi khi chúng chỉ mệt mỏi hoặc đói bụng, và giải pháp tốt nhất là một giấc ngủ hoặc một miếng bánh, chẳng mấy chốc tâm trạng của trẻ sẽ trở nên thoải mái, dễ chịu hơn. Có thể chúng không muốn bị cột chặt vào cái ghế trong xe hơi lúc bạn đi mua hàng trong khi có những thứ khác thú vị hơn đang diễn ra ngoài sân chơi đầy nắng, gió. Hoặc có thể nó sẽ muốn bò lồm ngồm trên bàn để làm mẫu cho các món đang ở trong đĩa ăn của đứa anh lớn.

Một người mẹ tận tâm dùng tất cả các phương cách để thuyết phục, phỉnh phờ đứa nhỏ và phần nhiều thì đó là việc cần phải làm. Ví dụ, có một bà mẹ đã gây cho tôi nhiều rắc rối khi giải thích rằng nếu bạn cho đứa con nhỏ ăn một món khoái khẩu để kéo dài thời gian cho phép bạn đi siêu thị thì đứa nhỏ sẽ vui vẻ ngồi trên xe đẩy hàng đến 20 phút. Đây cũng là lúc một đứa nhỏ cần phải đối chất và làm điều mà người ta bảo nó làm, bởi vì “Ta nói thế!” Tuổi này cũng chính là lúc bạn phải thể hiện tình yêu nghiêm khắc.

Trẻ mẫu giáo và bậc tiểu học

Khi trẻ đã ra khỏi cái tuổi lên hai lên ba, bạn sẽ không cần phải dùng đến biện pháp “đứng đó, suy nghĩ” nhiều như trước (cảm ơn Chúa). Trẻ sẽ “thỏa thuận” với bạn một cách thẳng thắn, trực tiếp trong hầu hết các trường hợp. Hãy lắng nghe câu chuyện từ góc độ của con trẻ - cảm giác của chúng, điều chúng cần - bởi vì có thể điều đó cũng hợp lý. Nếu chúng có thể làm tốt thì rõ ràng bạn không khiến chúng làm điều đó tốt chỉ bởi vì bạn là “người chiến thắng”. Nói chung bạn chỉ “mượn” đến biện pháp “đứng đó, suy nghĩ” với một đứa trẻ rõ ràng là “cầu thả” hoặc “quá lì lợm, bướng bỉnh”. Bao giờ cũng phải moi được từ trẻ những thông tin: cảm xúc của chúng (cái đã thúc đẩy chúng gây ra những rắc rối) và dùng tình yêu nghiêm khắc một cách ân cần, tử tế để chúng hiểu rằng bạn thực sự muốn giúp con chứ không phải hành hạ chúng.

Trẻ vị thành niên

Mặc cho tất cả những điều người ta nghĩ, các cô cậu thanh thiếu niên nói chung là những người thú vị, dễ hợp tác và đẹp đẽ. Nhưng chúng vẫn cần có nhiều mối quan tâm và điều này bao gồm một sự đối chất, đối thoại lúc này hay lúc khác. Dùng các ép buộc về thể xác đối với trẻ vị thành niên dưới bất cứ hình thức nào là một việc làm không đúng, ngay cả trong những vi phạm nghiêm trọng bạn cũng cần có sự giúp đỡ của giới chuyên môn. Vì thế “đứng đó, suy nghĩ” được đổi thành “ngồi xuống ta nói chuyện với nhau”. Ví dụ.

- “Đêm qua con về nhà lúc mấy giờ?”.
- “Vào khoảng 1 giờ đêm”.
- “Mẹ biết thế. Con hứa hẹn sẽ về nhà lúc mấy giờ?”.
- “Con hứa là 12 giờ, nhưng rất khó kiếm xe vào lúc ấy. Những thằng khác còn muốn ở lại nữa”.
- “Thế là con không đón được xe và vì thế mà về trễ?”.
- “Vâng, bây giờ con xem tivi được không?”.
- “Chuyện này còn chưa nói xong. Sao con có thể hứa hẹn với mẹ mà lại không giữ lời?”.
- “Phải, con không thể buộc người khác đưa con về nhà”.
- “Con có biết điều đó có thể xảy ra khi con hứa với mẹ không?”.
- “Ồ, con không biết rõ”.
- “Vậy con cứ hứa đại cái điều mà con không thực hiện được”.
- “Ồ, con đoán thế!”.
- “Vậy chúng ta sẽ làm gì trong tương lai đây? Con có còn muốn đi chơi khuya nữa không?”.
- “Dạ, có chứ ạ!”.

và vân vân.

Trong suy nghĩ của một đứa trẻ mười ba tuổi, mọi thứ đều có thể bất thành lình được cài đặt lại. Giai đoạn bắt đầu tuổi dậy thì làm cho trẻ giống như một đứa bé mới đẻ. Chúng có thể quên quên, nhớ nhớ, rối loạn và phần nào “tuột khỏi cái cây của chúng”. Hơn nữa, các sự thay đổi kết hợp với nhau khiến trẻ trở nên rất “mềm yếu”. Tuổi mười ba có thể trở nên tin tưởng và giàu tình cảm - vì thế bạn có cơ hội gần gũi con và thiết lập những mối dây liên hệ mới. Đặc biệt, nếu lúc còn nhỏ chúng hay có chuyện rắc rối với bạn thì đây là thời điểm xây dựng tình cảm cha/mẹ với con thân mật và gần gũi hơn.

Hãy vui hưởng giai đoạn này, bởi vì “tuổi mười ba lơ lửng” sẽ nhanh chóng nhường chỗ cho “mùa gió xoáy” của tuổi mười bốn. Trẻ tuổi này cũng giống như trẻ lên hai đầy cảm tính - thử thách các giới hạn, muốn đấu tranh ra trò với bạn và cần bạn chống lại kịch liệt. Điều cuối cùng bạn cần làm là cứ lờ chúng đi. Chúng đang muốn trở nên độc lập nhưng cần những bài học về việc sống có trách nhiệm và tính cẩn thận - đó là một thời điểm thách thức đối với cha mẹ.

Như vậy với trẻ mười bốn, tình yêu nghiêm khắc lại đóng vai trò quan trọng một lần nữa, chỉ có điều lần này với những vấn đề khác - đi chơi khuya phải về nhà lúc mấy giờ, thu dọn quần áo của bản thân, nấu ăn cho gia đình, thực hiện lời hứa và các bản cam kết. Các phương pháp mà bạn sử dụng với trẻ mười bốn cũng khác với trẻ lên hai, nhưng nguyên tắc thì vẫn thế. “Mẹ sẽ nghiêm khắc với con, để con học được cách thức trở thành người có trách nhiệm, biết cách xử lý mọi chuyện trong cuộc sống”. Đó là điều bạn nghĩ. “Không rửa bát, không ăn tối” đó là điều bạn nói với trẻ.

Trẻ vị thành niên là một đề tài lớn mà chúng ta chỉ có thể lướt qua trong cuốn sách này. Dù vậy, hiển nhiên là với việc kết hợp thành công giữa tình yêu tự nhiên và tình yêu nghiêm khắc khi con bạn còn bé và trong độ tuổi đến trường bạn sẽ có một nền tảng vững chắc để dạy dỗ trẻ ở tuổi thiếu niên.

Những vấn đề các bậc cha mẹ thường đặt ra về “đứng đó, suy nghĩ “ và “thỏa thuận”.

Hỏi: Cần đối xử như thế nào với một đứa trẻ vốn vô tổ chức, vô kỉ luật từ trước và bây giờ rất phá phách? Tôi đã thử nhiều biện pháp mà chẳng có gì được việc.

Đáp: Nếu bạn muốn áp dụng biện pháp “đứng đó, suy nghĩ” với một đứa trẻ không vâng lời, bạn phải chuẩn bị sẵn sàng mọi chuyện. Cần sắp xếp vào một ngày thích hợp khi bạn có một ai đó bên cạnh có thể giúp đỡ và bạn cần biết bạn muốn đạt đến điều gì.

Giả sử có một chuyện gì đó xảy ra, hãy tạo cho trẻ cơ hội giải quyết. Nếu trẻ không chịu làm, bạn nên giải thích rằng đó là một cách mới mẻ để giải quyết vấn đề. Đi bộ với trẻ đến một chỗ nào đó bạn đã chọn sẵn và nói một điều đại loại: “Con (đã ném cái bánh đi, đánh đứa em gái), con cần phải đứng ở đây, suy nghĩ về điều đó”. Nếu trẻ cố bỏ đi chỗ khác, bạn hãy nắm chặt lấy không cho nó đi.

Bạn có thể dự đoán một vài điều dữ dội sẽ xảy ra. Việc một đứa trẻ bỏ chạy như điên cũng ít nhiều gây sốc. Vì vậy bạn quyết định “ở lại đến cùng” dù cho chúng lớn tiếng la lối và vật lộn. Đừng để ý đến những giọt mồ hôi đầm lưng áo bạn.

Bao giờ cũng nghiêm nghị, cứng rắn nhưng không đánh đập. Bảo chúng, “Mẹ sẽ để con đi nếu con đứng yên!”, rồi bỏ ngay trẻ ra khi chúng tuân lời.

Hãy giữ cho mọi việc đơn giản, với lần đầu tiên bạn nên vui vẻ với một sự tiến bộ nho nhỏ - chẳng hạn một câu xin lỗi ngượng ngập hoặc một cố gắng bề ngoài.

Trẻ sẽ lấy lại bình tĩnh.

Trẻ sẽ hợp tác với bạn.

Trẻ sẽ được khen ngợi với những hành vi mới mẻ. Và bạn sẽ có một lời nói dối dễ thương sau đó nếu cần.

Lần sau chuyện này sẽ trở nên dễ dàng hơn. Chẳng bao lâu trẻ sẽ thoát khỏi khó khăn và không cần làm gì ngoài việc nhắc nhở trẻ nghĩ về những việc mình đang làm và sửa chữa nếu sai.

Hỏi: Tôi có nên cưỡng bức trẻ đứng ở nơi nó phải suy nghĩ nếu nó không ở lại?

Đáp: Nếu trẻ còn nhỏ (từ một tuổi rưỡi đến hai tuổi rưỡi) cho phép trẻ ngồi hay nằm - lâu như chúng muốn. Ở bên cạnh trẻ, bắt nó lại và đặt vào chỗ cũ nếu nó tìm cách “trốn”. Chắc

chấn là bạn chỉ cần làm việc đó một hoặc hai lần. Khi trẻ đã sẵn sàng nói chuyện, bảo trẻ đứng lên, quay mặt lại đối diện với bạn. Trẻ lớn hơn buộc phải đứng im quay mặt vào tường, không được dựa lưng vào tường. Điều này, về mặt thể chất sẽ giúp trẻ tập trung chú ý vào vấn đề mà nó phải suy nghĩ. Trẻ chắc chắn sẽ không trốn tránh vấn đề đó mà “đứng thẳng” như bạn yêu cầu. Giải thích rằng chỉ khi nào nó làm được điều đó bạn mới vui lòng đối thoại với nó.

Hỏi: Nên dùng biện pháp này với trẻ mấy tuổi?

Đáp: Bạn chỉ nên dùng biện pháp này đối với trẻ đã có một mức độ hiểu biết nào đó và có khả năng hiểu và sử dụng ngôn ngữ. Nếu chúng hứa “Không đánh nhau nữa”, “Không xem video” và xin lỗi bạn thì nó sẽ hiểu điều nó vừa nói nghĩa là gì. Lúc ấy, bạn bảo chúng có thể đi ra ngoài làm một điều gì đó vui vui. Sau đó bạn có thể vỗ về và làm cho trẻ cảm thấy được an ủi, chú ý đừng làm to chuyện. Mục đích của bạn là cho qua mọi chuyện và tiếp tục cuộc sống.

Hỏi: Tại sao phải đứng và tại sao lại phải đứng ở một góc?

Đáp: Có những lí do rất đơn giản. Nó cắt đứt những tác động bên ngoài làm cho trẻ xao lãng, giúp chúng tập trung vào vấn đề của mình. Không có gì đáng chán hơn việc quay mặt vào tường và chân bạn sẽ mỏi sau một hai phút đứng im không nhúc nhích. Điều này không có gì đau đớn hay nhục nhã. Mục đích là khiến trẻ ở vào thế phải giải quyết vấn đề và ra khỏi góc nhà. Nói với trẻ, “Con không nên nghĩ chuyện này có gì ghê gớm, con chỉ đứng đây suy nghĩ về những việc đã làm. Ngay khi con nghĩ ra, chúng ta sẽ nói chuyện và con có thể ra khỏi chỗ này”.

Nếu đang ở một nơi không phải nhà bạn, hoặc trẻ đã từng đứng im như bạn bảo, bạn không cần dẫn trẻ đến một bức tường hay một góc nhà. Bạn có thể nói một cách giản dị, “Đứng đây và suy nghĩ đi” dù mẹ con bạn ở bất cứ chỗ nào.

Hỏi: Nhà trường có thể dùng biện pháp này không?

Đáp: Có, nhưng với một vài sự thay đổi quan trọng. “Đứng đó, suy nghĩ” trước mặt mấy chục đứa bạn sẽ làm cho trẻ thấy nhục nhã hơn là trước mặt anh chị em trong bối cảnh gia đình. Nhiều trường tiểu học mà chúng tôi làm cố vấn giờ đây sử dụng biện pháp này với “chỗ

suy nghĩ” là một cái ghế dựa, tấm thảm, ghế đầu hoặc một bao đậu. Chỗ để suy nghĩ không có gì đặc biệt đáng chú ý và không có cái tên hạ nhục trẻ như kiểu “ghế cho trẻ hư”. Biện pháp này cũng được dùng đến như góc nhà - tách trẻ ra khỏi hoạt động chung, cung cấp cho chúng thời gian và động cơ để suy nghĩ, giữ chúng ở gần bạn để bạn có thể nhìn thấy những cử chỉ cho biết trẻ đã sẵn sàng “thỏa thuận”.

Và bao giờ giáo viên hoặc thầy quản giáo cũng sẽ thỏa thuận với chúng ngay sau đó. Đây không phải một cái án mà chúng phải chịu. Trẻ gây ra những rắc rối cần sự quan tâm chú ý của bạn, vì thế hãy tạo cho chúng điều đó, thông qua việc thỏa thuận với chúng về những gì đã xảy ra. Bạn nên nhớ rằng cũng phải quan tâm đến trẻ khi chúng làm được những việc tốt.

Thường trong môi trường học đường, “thảo luận bàn tròn” với những trẻ có vấn đề có thể tổ chức quanh một tấm thảm hay một cái bàn. Kỹ năng giải quyết vấn đề cũng quan trọng như nguyên tắc ba đúng.

Về những phương pháp kỷ luật cũ

Có một cuộc cách mạng về kỹ thuật áp dụng biện pháp kỷ luật đang tiếp diễn trong 50 năm qua.

Thương cho roi vọt

Đây là một quan điểm cũ. Nó làm cho trẻ hoảng sợ, thui chột quan hệ yêu thương và dạy cho trẻ một điều được quyền đánh người khác nếu bạn to xác hơn. Trẻ con bị đánh đập trở nên sợ sệt mọi thứ hoặc có nhân cách đôn hèn hoặc chúng trở nên giận dữ hơn và có hành động trả đũa. Khi những đứa trẻ này lớn lên đôi khi vợ con chúng và những người chung quanh trở thành đối tượng của những cơn cuồng nộ âm ỉ bấy lâu nay trong con người chúng. Những biện pháp thô bạo chỉ có hại, tuyệt không mang lại lợi ích gì. Ở một số nước hình thức này bị luật pháp nghiêm cấm.

Chửi bới nhục mạ

Khi các bậc cha mẹ bắt đầu từ chối việc thượng cẳng chân hạ cẳng tay một cách đúng đắn vào những năm 50 của thế kỷ 20, họ nhận thấy chẳng còn phương tiện nào khác để đưa trẻ con vào nề nếp, và thế là phát sinh một vài kỹ năng trong giao tiếp. Họ thường viện đến chửi bới,

nhục mạ và gieo rắc mặc cảm tội lỗi - bảo trẻ là đồ cặn bã và hàng triệu các hình dung từ xấu xa khác. Chửi bới và nhục mạ rốt cục cũng thất bại với tư cách là một công cụ đưa trẻ vào quy củ, bởi vì trẻ trở thành đúng cái mà cha mẹ gán cho - lười biếng, ngu xuẩn, ích kỉ, ăn hại, bị thối vùn vùn. Trẻ bị làm nhục cũng đáp lại theo một trong hai cách - hoặc là tuyệt vọng sống trong mặc cảm thấp kém hoặc là giận dữ và nổi loạn.

Khen ngợi và ai làm nấy chịu

Một ví dụ tốt cho biện pháp này là những cái bảng có chấm sao, ở đó trẻ sẽ được thêm sao cho những biểu hiện tốt, thường có thêm phần thưởng vào cuối tuần hoặc khi chúng có đủ số lượng sao yêu cầu. Bảng chấm sao có thể thành công bởi vì nó giúp cha mẹ chú ý đến mặt tốt, tích cực ở trẻ và giúp trẻ có những mục tiêu nhỏ hơn để hướng tới. Với một số trẻ điều này có thể làm nên những thay đổi lớn.

Tiền tiêu vặt với một số lượng nhỏ, một số việc mà trẻ “phải” làm với tư cách là một thành viên trong gia đình, trả thêm tiền cho những việc “làm thêm” là một hình thức pha trộn của phần thưởng mà nhiều gia đình cho rằng có tác dụng bởi vì nó giống với ngoài đời.

Tương tự, “ai làm nấy chịu” cũng được việc, nó để cho trẻ giải quyết những vấn đề mà chúng gây ra - thay drap trải giường nếu chúng “dẫm dãi”, tự gánh lấy hậu quả nếu đi học trễ và vùn vùn. Càng lớn lên trẻ càng có nhiều khả năng học hỏi được từ các hậu quả do hành động của chúng gây nên. Và điều quan trọng là cha mẹ cho phép điều đó xảy ra. “Ai làm nấy chịu” không phải là một giải pháp đúng đắn trong nhiều trường hợp. Ví dụ, hậu quả của việc để trẻ chạy ra ngoài đường không dễ gì gánh nổi.

Đình chiến

Các chuyên gia về gia đình thích giới thiệu một biện pháp đình chiến và nó trở nên khá nổi tiếng. Điều đó có nghĩa là cho trẻ về phòng của nó, thường là khoảng 5 phút để lấy lại bình tĩnh. Nó thực sự đã cứu vớt cuộc đời nhiều đứa trẻ, bởi vì nó cũng có các ông bố bà mẹ đang nổi trận lôi đình có thời gian trấn tĩnh. Vì thế, đây là một chiến lược giải quyết vấn đề, có lợi cho bất cứ ai ở vào bất cứ thời điểm nào. Bản thân tôi thường sử dụng phương cách này với một đứa bé khi tôi đang nóng nảy và ngán ngẩm chỉ muốn có một vài phút bình yên. Nhưng bản thân phương pháp này không thuộc về lĩnh vực kỉ luật bởi vì nó không liên quan gì đến

chuyện dạy dỗ, hay tìm tòi để thay đổi, cải tạo.

Đây là một ví dụ về điều mà các ông bố bà mẹ nói với chúng tôi về sách lược đình chiến: “Nó chẳng được việc gì hết bởi vì con tôi lại còn khoái ở trong phòng nó, chả là ở đây có nhiều đồ chơi mà.” Hoặc là “Nó bới tung đồ đạc lên, đập vỡ đồ và đôi khi nhảy ra ngoài cửa sổ.” Nhưng cũng có người nói: “Với tôi đây là một biện pháp tốt - cái chính là có cơ hội để bình tĩnh lại. Nhưng không phải bao giờ nó cũng thay đổi hành vi của trẻ. Con bé thường làm lại điều tương tự, chỉ mười phút sau đó”.

Sự khác nhau cơ bản giữa “đình chiến” và “đứng đó, suy nghĩ” là:

1. “Đứng đó, suy nghĩ” diễn ra trong một thời gian ngắn hơn. Khi trẻ đứng ở trong góc phòng cùng một chỗ với bạn, bạn có khả năng theo dõi xem chúng đã suy nghĩ thấu đáo về hành vi của chúng chưa. Nó khuyến khích một giải pháp nhanh gọn.

2. Không có gì khác thu hút sự chú ý của trẻ trong lúc trẻ đứng đó, suy nghĩ. Trẻ phải đứng yên để suy nghĩ rõ ràng điều chúng cần làm. Trẻ không thể lảng tránh vấn đề.

3. “Đứng đó, suy nghĩ” không phải là một hình phạt, mà là cách nghĩ và cách dạy dỗ. Nó không tạo ra sự bất bình, phản kháng. Trẻ có thể chấm dứt điều này bằng một ý thức hợp tác vào bất cứ lúc nào và thường nó chỉ kéo dài một hoặc hai phút.

4. “Thảo luận” tạo ra một sự gần gũi, không tạo ra khoảng cách. Trẻ quậy phá không cần bị cách ly - chúng thường cần nhiều mối liên hệ, sự quan tâm hơn trẻ khác. Cuộc thảo luận chứng tỏ với chúng sự quan tâm của bạn và rằng bạn thực lòng muốn giúp trẻ giải quyết vấn đề.

Chúng tôi xin nhắc nhở rằng bạn chỉ dùng đến biện pháp đình chiến nếu bạn tự cảm thấy mình đang bị thúc đẩy đi đến chỗ đánh con hoặc trái lại bạn thực sự cần thư giãn. Trong thực tế bạn có thể sử dụng biện pháp này một cách ngăn ngừa bằng câu nói, “Ba muốn cả hai chúng ta lấy lại tự chủ. Vui lòng về phòng con và giữ trật tự”. Có thể bạn muốn có một cuộc đối thoại để thỏa thuận giữa hai bên ngay sau đó, nhờ thế bạn biết có một cái gì đã thay đổi.

Giúp trẻ lớn có những quyết định về hạnh kiểm

Trong những vấn đề khó xử của tuổi thơ thực ra những câu hỏi liên quan đến kỉ luật không

như những câu hỏi về giá trị. Bạn muốn con bạn tự quyết định điều gì đúng, nên làm. Bạn không thể khiến trẻ dựa vào thang giá trị của bạn. Nhưng bạn có thể giúp con hình dung ra tất cả các góc độ trong hành vi ứng xử của chúng. Xét về phương diện lâu dài, điều này có nghĩa là nó sẽ làm những việc đúng đắn khi không có bạn bên cạnh, bởi vì chúng tin điều đó đúng. Sara, chín tuổi, được một người bạn mời đến một bữa tiệc. Cô bé vui vẻ nhận lời. Bạn cô, một cô bé nhút nhát, e lệ rất mừng vì Sara đã đồng ý - bữa tiệc này chỉ có ba cô bé tham gia.

Rồi hoàn toàn bất ngờ, Sara lại được mời tới dự một buổi cắm trại của nhà thờ vào cuối tuần với một người bạn khác - nhưng đáng tiếc là nó lại trùng giờ với bữa tiệc kia. Sara rất muốn đi cắm trại nhưng điều đó có nghĩa là cô phải thất hứa với lời hẹn trước. Cha mẹ cô không ép buộc Sara phải giữ lời hứa - điều này chỉ dẫn đến một sự giận dỗi. Thế là họ thảo luận với con hai khía cạnh của vấn đề.

1. Tôn trọng tình cảm của người bạn.

2. Giữ lời hứa.

Ở đây có những nguyên tắc quan trọng. Cha mẹ của Sara nhẹ nhàng chỉ ra cho con thấy “một cái gì tốt đẹp hơn” không phải là một cái cớ để làm một người tin yêu mình thất vọng. Sara miễn cưỡng từ chối lời mời đi cắm trại và có một buổi tối vui vẻ trong bữa tiệc với hai người bạn. Cha mẹ cô bé cảm thấy thực sự tự hào về con vì đã chứng tỏ được tính cách của mình.

Trẻ con và trẻ vị thành niên không phải bao giờ cũng có những quyết định mà bạn hi vọng chúng làm. Nhưng tạo ra những lỗi lầm cũng là một phần bài học. Cũng vậy, cũng có một khả năng mong manh rằng bạn có thể sai còn con bạn lại đúng - một ý nghĩ tinh táo đấy chứ!

Đánh đấm trẻ - một quyết định quan trọng mà mỗi bậc cha mẹ phải suy nghĩ.

Trời sập tối, đoạn đường cao tốc đi về nhà bạn đêm lại bị kẹt xe. Người ta vội vã đi bên lề đường và một cơn mưa nhỏ bắt đầu đổ xuống. Tiếng một đứa bé la lên làm tôi chú ý - một người mẹ trẻ vừa nói chuyện điện thoại cầm tay bên ngoài một cửa hiệu, vừa cố giữ đứa con nhỏ trong tầm kiểm soát. Thằng bé muốn chạy chơi ngoài lề đường, trong khi cơn mưa đã trở

nên nặng hạt cùng với gió tạt vào mặt. Xe hơi và xe tải chạy gần thẳng bé, nguy hiểm hết sức. Bạn có thể thấy rõ cơn phẫn uất của người mẹ - cô đang giận dữ nói chuyện với một ai đó ở đầu dây bên kia, rồi la lớn với đứa con là cô sẽ “dạy nó cư xử cho phải phép”. Thằng bé kêu khóc, vùng vẫy để thoát ra. Dường như đã vượt quá ngưỡng, người mẹ ném điện thoại xuống chộp lấy cổ áo của đứa con nhỏ và xáng một cú thật mạnh vào giữa mặt thằng bé. Để hằn lên mấy dấu ngón tay.

Có sự thay đổi thái độ

Cách đây bốn mươi, năm mươi năm trẻ con bị người lớn đánh đập là chuyện thường ngày ở huyện. Người ta làm điều đó một cách thân nhiên ở chốn người qua kẻ lại mà không có ai buồn chớp mắt. Thái độ của mọi người về chuyện đánh đập trẻ con đã thay đổi, cũng như người ta thay đổi cái nhìn về việc đàn ông đánh đàn bà. Ngày nay đánh con để lại dấu vết là có chuyện với cảnh sát ngay. Tám phần trăm số cha mẹ được hỏi cho biết thỉnh thoảng họ có cho con một cái bạt tai, còn phần lớn thì họ không muốn làm thế.

Tuy vậy vẫn còn có nhiều người (thường là đàn ông) coi cái tát tai như là một cách để có được một giải pháp chóng vánh. Có lẽ đã đến lúc chúng ta cần phải đưa ra một quyết định cá nhân về điều gì xảy ra với con cái - nhất là bây giờ đã có những biện pháp kỉ luật hữu hiệu hơn dành cho các bậc cha mẹ. Chúng tôi tin rằng nếu người ta biết rằng có những hình thức kỉ luật tốt hơn, họ sẽ không bao giờ đánh con nữa. Việc đánh đập và bạt tai có giống nhau không? Có phải cái tát tai chỉ là một biện pháp kỷ luật cần thiết một chút không? Thông thường khi tôi đi nói chuyện về kỷ luật, có một ai đó sẽ đến gặp tôi, nói, “Khi còn bé, tôi bị ăn đòn liên tục ấy chứ. Nhưng nó chẳng bao giờ làm tôi đau”. Tôi đoán - một phần dựa vào xúc cảm của người nói - rằng điều đó đã làm họ đau đớn và vẫn đang làm họ nhức nhối. Giả vờ như nó không làm tổn thương là sự tự vệ đầu tiên của trẻ chống lại việc bị làm nhục. Và sự giận dữ mà họ đào sâu chôn chặt trong lòng vài chục năm sau vẫn tìm cách xì ra bằng nhiều cách khác nhau.

Đã đến lúc chúng ta phải thành thực trong toàn bộ vấn đề này. Từ quan điểm của trẻ, tát tai là làm nhục trẻ và làm cho nó hoảng sợ. Từ quan điểm của người làm cha mẹ, là một cái gì liều lĩnh. Liều lĩnh bởi vì không có một điểm chia cách rõ ràng cho biết ở chỗ nào thì cái tát trở thành một cú đánh, và cú đánh trở thành hành động trút giận của người làm cha làm mẹ

đang gặp cơn khủng hoảng.

Làm sao chúng ta biết được như thế nào là đủ? Chúng ta có thể thành thật nói rằng ta đánh trẻ là vì “lợi ích” của nó và điều đó làm cho ta cảm thấy dễ chịu hơn không? Hay là chỉ gọi lên một hành động “tra đũa”? Chúng ta có thể thành thật nói rằng chỉ vì trẻ mà chúng ta giận dữ chứ không phải có đến hàng chục nguyên nhân khác quện vào nhau thành một cục?

Điều cốt lõi ở đây là mấy cái bạt tai chẳng làm nên trò trống gì, trừ trường hợp bạn nêu ra hiệu quả tức thì. Còn về lâu dài thì nó bóp chết tình yêu và lòng tin tưởng - mà trẻ thì thậm chí còn trở nên xấu tính hơn. Tôi đã gặp nhiều đứa trẻ bảo tôi, “Không đau đâu. Cháu chẳng quan tâm!” Nhưng thật ra chúng cố gắng để trở nên miễn dịch với điều đó. Những người nhảy bỏ vào tát con ở ngoài đường ngoài chợ rõ ràng là đã đánh mất vai trò hướng dẫn trẻ, và chả còn lại được gì.

Tại sao cha mẹ lại tát con?

Sự thật là thế này, nếu tỏ ra thành thật - chúng ta biết - chúng ta đánh con là vì nhu cầu riêng của mình. Vì sợ hãi đã mất quyền kiểm soát trẻ. Hoặc đối với trẻ nhỏ thì vì năng lực dưỡng dục của chúng đã cạn. Người ta mệt mỏi, giấc ngủ bị tước đoạt và chẳng có lấy một giờ khắc dành cho bản thân. Một cái vỗ của bàn tay chính là cái tôi bên trong vật lộn quay trở lại thông báo “Tôi cũng có nhu cầu của mình chứ”. Đó có thể là bản năng tự bảo vệ - bọn trẻ chỉ “đâm” bạn bằng mắt khi bạn cho nó ngồi lên xe, hoặc đánh lên người bạn bằng cái muỗng khi bạn sửa lại cái yếm của nó.

Ở lứa tuổi của mình, trẻ không bao giờ có thể nhận ra hoặc hiểu được cảm xúc hoặc lời lẽ của chúng ta. Vậy mà chúng ta cảm thấy một thôi thúc mạnh mẽ muốn gây tác động, muốn có ảnh hưởng lên hành vi đạo đức của trẻ. Thế là với việc thượng cẳng chân hạ cẳng tay ta đã “buộc chúng chú ý” như một nhu cầu tự nhiên. Chúng ta cần củng cố lại sự thúc bách này và có thể làm điều đó nếu chúng ta cải thiện kỹ năng trò chuyện với trẻ, làm cho chúng nhận ra điều đó.

Ủng hộ việc thi thoảng cho con một cái bạt tai là những người giàu cảm tính và ưa lo xa. Họ thường lí luận rằng nếu không dạy con từ thuở còn thơ bằng mấy cái tát nhẹ, thì trẻ sẽ được đăng chân lân đăng đầu, trở nên hư hỏng hơn cho đến lúc bố mẹ mất hết cả kiên nhẫn

cho chúng một trận đòn ra đòn. Lý thuyết của họ là cú đấm nhỏ ngăn ngừa trận đánh lớn. Tuy vậy, theo kinh nghiệm của tôi, người đã đánh con một lần thì sẽ đánh lần thứ hai thậm chí còn ác liệt hơn - Vì thế mà lý thuyết này không đúng. Trẻ bị đòn sẽ tích tụ uất ức, tìm cách xả ra bằng cách đánh anh em mình hoặc đánh sau lưng bạn. Điều quan trọng là vạch ra các giới hạn. Nếu không ta quyết định không bao giờ đánh con - như tôi và nhiều người tôi biết đã làm - thì chúng ta phải cam kết tìm ra những cách thức tốt hơn.

Kỷ luật không có tát tai

Chúng ta phải duy trì kỷ luật đối với trẻ. Lời nói chưa đủ đối với trẻ nhỏ. Chắc chắn là thỉnh thoảng bạn cũng cần giữ chặt một đứa trẻ đang nổi điên để giúp nó bình tĩnh lại và cư xử cho đúng. Nhưng điều đó có thể tiến hành một cách an toàn. “Đứng đó, suy nghĩ” đã được hàng ngàn cặp cha mẹ thực hiện thành công. Vấn đề là đào tạo con bạn khi chúng lớn lên. Và ở đây vẫn có lúc “không thể được” chẳng hạn khi trời mưa mà bạn đang ở ngoài phố, nơi bạn chỉ có thể “bồng con lên, chạy đi”. Bạn cần phải giữ được khiếu hài hước. Cũng may là trẻ con đứa nào cũng bé nhỏ và có thể bế chúng lên được.

Khi trẻ dần dần thành người lớn, không cần thiết có bất cứ một sự gieo rắc sợ hãi hoặc đe dọa nào. Nếu trẻ bỏ nhà đi bụi hoặc chống lại cha mẹ một cách dữ dội thì điều này bao giờ cũng có nghĩa là mối liên hệ cha con đã bị bẻ gãy từ những năm trước, và cha mẹ trẻ hành xử với con theo lối hung hăng bạo lực hơn là một sự pha trộn hài hòa giữa tình yêu thương và kiên quyết. Nhiều người đào bới trong kí ức nỗi đau mà họ cảm thấy khi còn trẻ con - và như thế tiếp tục truyền nỗi đau này cho con cái. Với tư cách là một chuyên gia tư vấn, tôi biết rằng vết thương này vẫn còn tiếp tục rỉ máu. Tôi đã nghe quá nhiều người bộc bạch can tràng - với nước mắt lưng tròng - về nỗi hổ nhục và sợ hãi mà họ gánh chịu khi người cha hoặc mẹ mất hết tự chủ. Các bệnh nhân chỉ cho tôi xem dấu vết những mạch máu bị vỡ từ những trận đòn hồi còn bé. Mấy cô thợ hớt tóc bảo cho tôi biết nhiều khách hàng của họ vẫn còn những vết cắt, những vết sẹo và những chỗ tóc không mọc lên được ở trên đầu sau những lần bị nện lên đầu lúc còn bé. Nhưng vết sẹo trong lòng thậm chí còn lớn hơn - nếu một đứa trẻ không thể cảm thấy an toàn và bình yên với cha mẹ mình, sao nó có thể cảm thấy an toàn ngoài xã hội?

Có một nguyên nhân khác để ngăn chặn việc đánh trẻ. Có chứng cứ rõ ràng cho biết trẻ cảm thấy an toàn với cha mẹ sẽ cho cha mẹ biết nếu có gì đó không ổn xảy ra, chẳng hạn nếu

chúng bị lạm dụng tình dục. Nếu cha mẹ thường xuyên dùng đến nỗi sợ hãi và nỗi nhục như những công cụ kỷ luật, thì trẻ sẽ cảm thấy không an toàn khi nói ra các bí mật vì sợ bị kết tội. Trẻ chưa từng bị cha mẹ làm mất tinh thần hoặc làm hại bao giờ cũng xem cha mẹ là người bảo hộ quan trọng nhất. Chúng sẽ cảm thấy an toàn khi nói, “không - tôi sẽ kể cho bố mẹ” với người khác và tránh bị lạm dụng ở ngay bước đầu tiên.

Đưa ra quyết định

Chúng tôi nghĩ rằng đã đến lúc tất cả chúng ta, với tư cách là cha mẹ cần chấm dứt việc đánh con như một cách để kiểm soát trẻ.

Bước đầu tiên rất đơn giản. Bạn phải làm một cam kết cá nhân không bao giờ đánh con nữa. Tác động tự động của nó sẽ là bạn bắt đầu tìm những biện pháp duy trì kỷ luật không làm tổn thương trẻ. Những biện pháp ấy hiện đang có và bạn có thể thực hiện rất tốt. Trong khi nuôi dạy đứa con đầu lòng, chúng tôi cũng có làm vài cái tát nhẹ khi trẻ có một động tác nguy hiểm nào đó, ví dụ sờ tay vào bếp lò. Là một đứa trẻ mạnh mẽ, con trai chúng tôi không chịu ấn tượng gì về những cái tát nhẹ ấy và lâu dần nó có thói quen lặp lại động tác đó. Chúng tôi cảm thấy thật khổ sở mới làm cho nó khóc và chúng tôi cũng không đụng đến nó nhiều nữa. Thế là chúng tôi bắt đầu tìm kiếm các giải pháp. Chúng tôi phát hiện ra rằng một số cha mẹ không bao giờ tát con cái và trên thực tế cả nước này coi việc tát con là bất hợp pháp. Chúng tôi cũng học được những cách thức nghiêm ngặt và rõ ràng của biện pháp kỷ luật tôi viết lại trong cuốn sách này và được hàng trăm ngàn cha mẹ sử dụng trên toàn thế giới, thế là chúng tôi đem áp dụng vào hoàn cảnh thực tế. Thật là hạnh phúc khi tìm ra được cách thức nuôi dạy con tốt hơn.

Tất cả chúng ta đều khao khát một thế giới hòa bình - nơi các mâu thuẫn có thể được thương thuyết mà không cần đến vũ lực. Chúng ta cần bắt đầu ngay từ đầu. Nếu chúng ta không thể cố gắng từ ở nhà mình, thử hỏi chúng ta có thể làm điều đó ở Trung Đông không.

Nếu bạn đồng ý sao bạn không thử làm một cam kết. Con bạn sẽ đi đến chỗ biết rằng mẹ nó, cha nó sẽ không bao giờ xúc phạm nó về mặt thể xác. Rằng chúng sẽ an toàn dưới mái ấm gia đình. Thật là một cách thức tốt đẹp!

Gia đình ta là một vùng không dùng nắm đấm

Kết luận

Qua việc dùng phương pháp của tình yêu nghiêm khắc bạn có thể chiến thắng với cả hai nghĩa. Bạn chấm dứt đánh đập, chửi mắng, một điều mà trên đời này không ai thích cả. Bạn có một gia đình trong đó người lớn có trách nhiệm còn trẻ con làm những gì cha mẹ bảo là cần thiết. Con bạn sẽ phát triển bình thường - hai tuổi sẽ là lúc cần phải dạy dỗ nhiều và mười bốn tuổi sẽ lặp lại điều đó. Nhưng khi biết cần phải làm gì bạn có thể hướng dẫn trẻ ở tuổi này một cách tự tin và rõ ràng, còn sau đó bạn sẽ tiếp tục với những giai đoạn dễ chịu, vui thú hơn trong cuộc sống gia đình.

Nhớ rằng - bao giờ cũng chỉ làm những cái gì phù hợp nhất với bạn. “Đứng đó, suy nghĩ” và “thảo luận” chỉ là hai sợi dây trong cây đàn vĩ cầm của bạn. Còn bây giờ mời bạn đọc lá thư của một cặp vợ chồng gửi cho vợ chồng tôi

Steve và Shaaron thân mến,

Chúng tôi tham dự sê-mi-na của ông bà vào hồi tháng mười và rất hứng thú với những gì chúng tôi tiếp nhận được. Cho đến nay chúng tôi vẫn giữ liên lạc với một quý bà cùng tham gia ở đây.

Sê-mi-na của ông bà diễn ra thật đúng thời điểm bởi chúng tôi không muốn đánh đập con trai, cháu Carey, nhưng lại không biết phải làm gì. Bây giờ Carey (đã 28 tháng) đứng trong “góc” và nói “Con sẽ suy nghĩ về điều đó” và những giọt lệ vui sướng trào lên mắt chúng tôi - thằng bé mới lanh lợi làm sao!

Marion và David.

CHƯƠNG MƯỜI BA

AI SẼ NUÔI DẠY CON BẠN? GỬI CON CHO NHÀ TRẺ

Lúc đó là chín giờ rưỡi sáng và chuông điện thoại reo vang. Ở đầu dây bên kia là một phụ nữ trẻ có sự nghiệp riêng, một người tôi chỉ quen sơ sơ. Cô ấy đang khóc. Cô vừa đưa đứa con bốn tháng tuổi vào một trung tâm chăm sóc trẻ và bây giờ đang ngồi ở bàn làm việc trong ngày đầu tiên trở lại công việc. Đứa bé gào lên dữ dội khi bị mẹ bỏ lại, còn cô thì cảm thấy thực sự đau khổ khi làm điều đó. Cô không thể tập trung vào việc - tất cả những suy nghĩ của cô chỉ hướng vào đứa con, vừa bị tách khỏi mẹ trong khi cuộc đời vừa mới bắt đầu với nó. Cô phải làm gì đây?

Làm cái điều trái tim mình mách bảo

Nhiều người sẽ khuyên người mẹ trẻ quay lại với công việc, “Chả có chuyện gì đâu! Thăng bé sẽ đâu vào đấy ngay thôi mà”. Sau cùng, điều đó xảy ra với nó 5 năm sau vào cái ngày nó cấp sách đi học cơ mà. Tất cả bọn trẻ con đều mau chóng vượt qua và ổn định một cách vui vẻ.

Trong lúc chúng tôi tiếp tục nói chuyện trên điện thoại, tôi phát hiện ra không chỉ là vấn đề với một cuộc chia tay đầm nước mắt. Chính người mẹ trẻ cũng rất mơ hồ, lẫn lộn trong việc quay lại với sự nghiệp của mình.

Chúng tôi thảo luận về các sức ép đối với cô, cố gắng tách biệt giữa cái là cảm xúc của riêng cô với điều là mong muốn của những người xung quanh cô. Nhiều bạn bè cô gửi con ở nhà trẻ và con cái họ phát triển một cách bình thường. Chồng cô muốn cô đi làm lại - tiền bạc chả bao giờ bị chê cả. Thủ trưởng muốn cô quay lại công việc - cô mới chỉ nghỉ tất cả 5 tháng. Nhưng nghe cô nói mới thấy rõ cô chẳng vui vẻ gì. Điều cô muốn là ở bên con. Từng bước một cô bắt đầu định hình những gì cô muốn làm. Cô quyết định sẽ gặp sếp, giải thích

rằng cô đã thay đổi kế hoạch, xin lỗi ông vì điều này và cảm ơn ông vì đã hiểu cô. Sau khi thảo luận với lãnh đạo cô xin nghỉ làm một năm, sau khi trở lại công sở cô chỉ làm việc bán thời gian. Người mẹ trẻ này rất may mắn - cô là người có chuyên môn cao và có một người bạn đời có thu nhập đủ để nuôi sống toàn bộ gia đình - vì thế mà cô mới có thể làm điều mình muốn. Cô cảm thấy được giải thoát vì đã làm theo lời hướng dẫn của trái tim người mẹ, không làm theo điều mà xã hội và bạn bè xui khiến.

Nhà nuôi trẻ - một phát minh mới

Từ ngày xưa ngày xưa, hầu hết trẻ con được nuôi dạy ở gần nhà dưới sự kết hợp, cộng tác giữa cha mẹ và bà con gần, trong một làng hay một vùng. Vì thế công việc (và niềm vui) của việc nuôi dạy trẻ được chia sẻ giữa những người yêu thương chúng. Trong suốt chiều dài lịch sử kể từ khi thế giới không có ngành công nghiệp cho đến nay, trẻ con và người lớn ở bên nhau, ngày qua ngày. Bạn có thể nhìn thấy mẹ đi con đi làm, còn trẻ nhỏ thì theo bố ra ngoài đồng. Chỉ có trong xã hội phương Tây, người ta mới nhốt trẻ con (và người già), tách họ ra khỏi dòng đời.

Mới một trăm năm trước, hầu hết cánh đàn ông còn làm việc với vợ và gần gũi gia đình. Vào khoảng 97% đàn ông người Australia có thể đi bộ từ nhà đến chỗ làm. Sau đó, với cuộc cách mạng công nghiệp, đàn ông bắt đầu đi làm xa để lại nhà vợ và đàn con, những người này thường có cảm giác tách biệt và cô đơn. Vào những năm 60 phụ nữ quyết định họ cũng muốn đi làm nữa và cùng tham gia với nam giới trong chuyến bay rời tổ ấm.

Thu nhập giảm, những người độc thân nuôi con, và nạn thất nghiệp, tất cả những điều này có nghĩa là nhiều người đàn bà vừa phải đi làm vừa phải nuôi dưỡng một gia đình. Để cung ứng cho mâu thuẫn trên các nhà nuôi trẻ đủ loại mọc lên như nấm sau một đêm mưa. Ngày nay, chúng ta nói đến “công nghệ” nuôi trẻ và tìm ra một nhà trẻ phù hợp với yêu cầu là chủ đề của miêng của hầu hết những người làm cha mẹ. Như thế trong thời hiện đại cha mẹ có một quyền lựa chọn mà trong quá khứ chỉ dành riêng cho những người vút tiền đi không hết. Chúng ta có thể trả tiền cho những người chuyên nghiệp trông nom con cái chúng ta cả ngày. Nếu bạn vượt qua được những vấn đề như: xếp một hàng dài chờ đợi, lái xe từ đầu này sang đầu kia thành phố và nỗi lo ngại về chất lượng của các trung tâm nuôi dạy trẻ, thì với sự giúp đỡ của các cơ quan bao cấp của chính phủ, và sự động viên to lớn của các hệ tư tưởng đầy sức mạnh thuyết

phục mọi người nên gửi trẻ con vào nhà trẻ, bạn có thể gửi gắm con mình cho những người xa lạ chăm sóc từ lúc lọt lòng cho đến tuổi trưởng thành. (Ngoài giờ học ở trường người ta còn có trung tâm chăm sóc trẻ trước và sau giờ học, vào ngày lễ tết, ngày nghỉ cuối tuần. Bạn sẽ chẳng có được mấy dịp gặp con).

Theo chỗ chúng tôi biết có 700.000 trẻ nhỏ được nuôi dưỡng trong những trung tâm như vậy trên toàn lãnh thổ nước Úc, nhiều trẻ trong số đó ở đây 12.000 giờ trước tuổi đến trường.

Quyết định lớn thứ hai là do cha mẹ

Quyết định sanh con chắc chắn là quyết định lớn nhất trong đời bạn. Cân nhắc xem ai sẽ là người nuôi dạy chúng là quyết định lớn thứ hai. Chúng tôi dùng chữ “nuôi dạy” hay “giáo dưỡng” là bởi vì trong năm năm đầu trẻ phát triển cả về mặt xúc cảm lẫn trí tuệ nhiều nhất trong suốt cuộc đời. Trẻ đi nhà trẻ vào lúc 2 hoặc 3 tháng tuổi và ở đây từ 8 đến 9 tiếng một ngày về cơ bản đã trải qua tuổi thơ của nó ở nhà trẻ. Chúng sẽ trở thành loại người nào - chúng cảm thấy thoải mái ra sao, tinh thần kỉ luật như thế nào, chúng hấp thụ được những thái độ và đức tính gì. Tất cả những điều ấy sẽ là hỗn hợp của một đầu vào gồm một số người đồng đạo với đầy đủ loại tính cách và thang giá trị khác nhau. Những đứa trẻ này chắc chắn rất dễ thích nghi. Nhưng chúng có khả năng yêu thương không? Và chúng hòa nhập với tất cả những thông điệp nhận được như thế nào?

Hai câu hỏi lớn - có nên có con không và nếu có thì ai sẽ chăm sóc trẻ - có liên quan với nhau. Thực ra thì có hơn một vị giám đốc nhà trẻ nói với chúng tôi trong một cuộc trao đổi riêng tư (sau một hồi tranh luận nảy lửa về áp lực của những người làm cha mẹ muốn kéo dài thời gian gửi con và muốn nhà trường nhận cả những đứa bé mới tròn một tháng), “Tôi chịu không hiểu tại sao những người này lại để con”. Câu nói ấy mới đúng làm sao!

Nền văn hóa cúc cu

Trong vòng mười năm qua một kiểu sống theo lối cúc cu đã và đang thịnh hành. (Cúc cu là loài chim gửi trứng của mình vào tổ một loài chim khác, nhờ ấp hộ). Khuynh hướng này được các tạp chí dành cho phụ nữ trẻ ra sức cổ súy và những nhân vật có vai trò trên hệ thống truyền tin hết lời ca ngợi là lối sống lí tưởng. Ở một vài giới, để con cho người khác nuôi được xem như một biểu hiện của thành công - một chuẩn mực đáng ao ước.

Chúng ta sống trong một xã hội tôn thờ “tự do cá nhân” bao gồm tự do thoát khỏi những hệ lụy do việc có con gây ra. Ở cực điểm của quang phổ, có một vài khu vực trong xã hội Úc trẻ con trở thành một cái gì còn bé nhỏ hơn một đồ trang trí đời thường - một chiếc rèm cửa sổ - được kéo ra để chụp ảnh, sau đó lại bị vứt bỏ bởi có những kiểu mới hơn. “Có con” cũng là một thời thượng nhưng không cần thiết để chúng làm vướng bận nếu có thể tránh được.

Loài người chúng ta là những tạo vật thích tuân thủ đồng loại và cái khái niệm rằng “mọi người ai cũng làm thế” làm cho nhà trẻ là một lựa chọn có vẻ như vô hại, thậm chí còn có lợi. Như vậy xu thế thời đại, cũng như những dữ liệu phản cứng thường ảnh hưởng đến những quyết định quan trọng này.

Trong khi sự gia tăng của xu hướng này là một điều đáng lo ngại, thì đa số các bậc cha mẹ không thích điều đó. Hầu hết mọi người muốn tự tay nuôi dạy con mình, tự làm hết sức mình cho con, sẵn sàng hi sinh cả hứng khởi nghề nghiệp, sự sáng tạo của bản thân hoặc những mục tiêu xã hội ở một mức độ cao để giành nhiều thời gian cho con nhất. Sáng tạo ra con người - thậm chí cả những con người trong cuộc sống xã hội - là quyết định ưu tiên việc làm cha mẹ hơn là sự nghiệp bản thân.

Thật đáng buồn, nhiều bà mẹ cảm thấy bị nhu cầu kinh tế ép buộc mà quay lại làm việc khi con còn nhỏ. Họ làm thế với lòng ân hận sâu xa. Một số người khác tỏ ra bối rối trong tình thế nước đôi, một mặt họ muốn xây dựng một tổ ấm với ngôi nhà đẹp, đồ chơi và đủ tiền đóng học phí, mặt khác họ cũng muốn ở gần con nhiều hơn. Dù là lí do gì, chúng ta cần biết cái giá thực sự của sự lựa chọn ấy.

Quan điểm cá nhân

Tôi đã hoạch định viết chương này với một ngòi bút hết sức khách quan trong khi khảo sát quyết định gửi con đi nhà trẻ của các bậc cha mẹ. Đây là một cách an toàn - cứ việc tóm tắt tất cả những ý kiến tranh luận trong một cuộc đấu khẩu kéo dài, đáng ngại, và nhường cho bạn đưa ra kết luận.

Dù vậy, tôi sớm nhận ra rằng viết như vậy có thể là một sai lầm. Tôi không đưa ra các quyết định với tư cách làm cha nhờ vào việc đọc các bản thống kê hoặc các nghiên cứu khoa học. Nghe thì tôi cứ nghe đấy, nhưng đến thời điểm quyết định tôi sẽ làm theo sự mách bảo

bên trong. Tin tưởng vào trực giác là nghệ thuật làm cha mẹ. Tôi đoán rằng bạn là một độc giả thích nghe ý kiến từ đáy lòng tôi, đối lập với những ý kiến khoa học giả tạo.

Tôi có những mối quan tâm sâu sắc đối với các trung tâm nuôi dạy trẻ hiện nay đang được nhiều cha mẹ gửi con tới và tin rằng thiệt hại đôi khi xảy ra với trẻ nhỏ là một loại tác hại lâu dài và khó thấy.

Tôi không phải là người duy nhất nghĩ thế. Giáo sư Jay Belsky, có lẽ là người tiên phong trong lĩnh vực này, cho rằng chứng cứ của sự tổn hại khá tinh tế; nhưng cũng đủ bởi vì vào năm 1986 ông đã có một sự hỗ trợ lâu dài cho các cơ sở chăm sóc trẻ dưới ba tuổi. Đầu năm 1994 tác giả những cuốn sách dành cho cha mẹ tiên tiến trên thế giới, tiến sĩ Penelope Leach, đã tạo nên một trận bão những sự quan tâm khi phát biểu những điều tương tự trong cuốn sách của bà “Trẻ con là số một”. Tôi bao giờ cũng cảm thấy không yên tâm về những đứa trẻ sơ sinh và trẻ dưới ba tuổi ở nhà trẻ. Càng trò chuyện với nhiều người bao nhiêu - cha mẹ, những người nuôi dạy trẻ, và những người hồi tưởng về kỉ niệm thời thơ ấu - lòng tin của tôi càng được củng cố vững chắc hơn.

Tôi buộc phải thú nhận là tôi không thể chứng minh điều tôi nghĩ. Các nghiên cứu còn chưa làm tốt điều này, nhưng như tất cả những người làm cha mẹ khác, tôi không thể ấn nút dừng cho cuộc đời con tôi cho đến khi nó kết thúc. Tất cả những điều tôi có thể nói với bạn chỉ là quan điểm của cá nhân tôi để bạn có thể lựa chọn: đồng ý, không đồng ý hay có một cái nhìn cởi mở.

Tôi tin rằng:

1. Trung tâm trông nom trẻ dưới ba tuổi cả ngày, một viện dinh dưỡng giống nhà trẻ, sẽ gây ra những hậu quả tai hại, những đứa trẻ này bị tước đoạt những kỉ niệm tuổi thơ một cách nghiêm trọng mà ta có thể nói ngắn gọn là tuổi thơ bị đánh cắp. Trẻ vào chón này càng sớm bao nhiêu, vấn đề bị tước đoạt của trẻ càng nghiêm trọng bấy nhiêu.

2. Các trục trặc và thiếu hụt sẽ xuất hiện ở nhiều lãnh vực đặc biệt là các lãnh vực liên quan đến sự ổn định về cảm xúc, khả năng yêu thương, tin tưởng và việc học tập để có được một sự tĩnh tâm và sức mạnh tinh thần. Sự tổn hại này cũng được đánh dấu bởi lợi ích rõ ràng trong các kĩ năng xã hội có tính hình thức và một sự thông minh hiển nhiên, phản ánh thật sự

khả năng giải quyết các vấn đề của trẻ.

3. Một cách lâu dài, những thiếu hụt này sẽ đặc biệt dẫn đến những vấn đề trong việc tạo lập và gìn giữ các mối quan hệ lâu dài. Sức khỏe thể chất và tâm thần tổng quan của những đứa trẻ này thường dễ bị ảnh hưởng, lây nhiễm. Khi trưởng thành chúng dễ có những mối quan hệ khó khăn với con cái và dễ gặp khó khăn trong vấn đề chăm sóc con. Nói tóm lại, niềm tin của tôi là ngoại lệ với những trường hợp cha mẹ có những lệch lạc nghiêm trọng hoặc thực sự không có khả năng tự nuôi dạy con mình. Trẻ nhỏ bao giờ cũng phát triển tốt hơn dưới bàn tay chăm sóc của những người yêu thương chúng. Sự chuyên nghiệp của các cô nuôi dạy trẻ, sự đầy đủ của các phương tiện vật chất trong các nhà trẻ hiện đại là những yếu tố quan trọng nhưng không được đề cập đến trong câu hỏi về tình yêu. Cơ thể của trẻ nhỏ được nuôi nấng trong một môi trường an toàn, đầu óc chúng được hấp thụ nhiều điều, nhưng thẳm sâu trong tâm hồn chúng, những nhu cầu tinh tế hơn không được đáp ứng trừ phi là có ai đó dành cho chúng một sự quan tâm, một tấm lòng tận tụy không chỉ kéo dài ngày một ngày hai. Mà đó là điều có tiền bạn cũng không mua được.

Những mặt tốt của nhà nuôi dạy trẻ

Bên cạnh những nguy cơ trên, nhà trẻ cũng có những mặt tốt của nó. Sau đây là những ý kiến chứng minh. Tất cả những ông bố bà mẹ đều cần một khoảng thời gian xả hơi sau một khoảng thời gian cô đơn, sống trong một thế giới không tự nhiên chỉ trong bốn bức tường với hàng chồng tã lót và đứa con đỏ hỏn chỉ luôn miêng oe oe.

Phụ nữ cũng có quyền ngang với đàn ông trong việc xây dựng và phát triển sự nghiệp để có một sự độc lập về mặt kinh tế.

Trẻ con trong nhà trẻ có thể học được các kỹ năng giao tiếp, nhận thức, có một sự tiếp nhận phong phú và có yếu tố kích thích hoạt động. Trong nhiều trường hợp trẻ yêu thích và tận hưởng thời gian ở nhà trẻ, nhà trẻ gia đình và các tổ chức chăm sóc trẻ khác.

Một số cha mẹ không đủ khả năng (về vật chất hoặc lí do cá nhân) chăm sóc con. Thế nên trẻ sẽ được an toàn, hạnh phúc và lớn nhanh hơn khi được các cô nuôi dạy trẻ chuyên nghiệp chăm sóc.

Đối mặt với thực tế, không sợ hãi

Những mặt lợi ích của nhà trẻ vừa kể ra ở trên là có thật song cũng có mặt tiêu cực của nó. Tuy vậy, trong một thời gian dài, những mặt tiêu cực này đã bị “ém đi” - vì sợ làm cho các ông bố bà mẹ cảm thấy có lỗi hoặc sợ gọi ra những mớ xề còn tí mĩ hơn và đặt ra những câu hỏi hóc búa về “công nghệ” chăm sóc trẻ. Tôi nghĩ lí do đầu tiên là thái độ kẻ cả, lí do thứ hai là sự thiếu trung thực.

Các nhà chuyên nghiệp thường có chủ định tốt nhưng (tôi nghĩ) là một xu hướng sai lầm để tránh cho cha mẹ không phải bận tâm về con cái. Ví dụ, có một chiến dịch dài hơi và hết sức quan trọng do các trung tâm chăm sóc trẻ của nhà nước và của các học viện tiến hành, hòng lập ra tiêu chuẩn quốc gia trong việc chăm sóc trẻ. Chiến dịch này gặp phải sự phản đối mạnh mẽ của lãnh vực tư nhân trong ngành công nghiệp. Một người phát ngôn ủng hộ cho những tiêu chuẩn tốt hơn đã dẫn ra câu nói sau: “Chúng tôi không muốn tạo ra chứng cuồng loạn bằng việc nhấn mạnh những trường hợp trẻ 15 tuổi chưa qua đào tạo được giao phó chịu trách nhiệm trông coi 45 trẻ nhỏ”. Ý định của nó là một điều đáng ngưỡng mộ, nhưng tại sao các ông bố bà mẹ lại được coi là mắc chứng cuồng loạn hơn bất cứ một nhóm nào khác? Cha mẹ quan tâm sâu sắc đến con cái phải là người đầu tiên được thông báo chứ.

Có phải việc mọc lên những trung tâm nuôi dạy trẻ vừa nhanh vừa lan rộng khắp nơi là một điều đáng sợ không? Hay nó là một tiến bộ tuyệt vời dành cho những người làm cha mẹ - giải phóng họ khỏi con cái để họ có một cuộc sống tốt đẹp hơn? Có phải nó có lợi cho trẻ, chúng không còn phải sống gần gũi ông bà, họ hàng những người thường nhận lấy vai trò dạy dỗ trẻ và rất thành thạo trong việc chăm sóc trẻ (chứ không amato như ba má)? Hoặc có phải nó đại diện cho sự mất mát nghiêm trọng tình thương yêu quyền luyện và sự đặc biệt của tuổi thơ? Hãy bắt đầu từ quan điểm trung hòa - nhà trẻ có thể được dùng một cách cân bằng để tăng lên và nâng cao những năm tháng đầu đời? Tuy vậy trong lúc ta xem xét vấn đề này, việc bùng nổ những trung tâm chăm sóc trẻ là một thử nghiệm xã hội vượt ra ngoài tầm kiểm soát và cần phải nhìn nhận với quan điểm rõ ràng.

Trong chương này chúng ta sẽ tìm hiểu lí do tại sao người ta quay lại làm việc trong khi con còn quá nhỏ. Có phải những lí do này hoàn toàn thực tế không. Chúng ta sẽ thảo luận xem nó có thật sự có ý nghĩa - và mang đến nhiều niềm vui sống cho trẻ - khi ở nhà thêm vài năm,

cho đến khi trẻ lớn hơn không.

Sau đó chúng ta lại xem xét sự thật về những trung tâm này để khi cần bạn có thể lựa chọn một cách khôn ngoan. Chúng ta cũng sẽ nghiên cứu những nguy hiểm của những trung tâm nuôi dạy trẻ này để bạn có cơ sở phân tích nếu con bạn chịu những ảnh hưởng xấu. Chúng tôi tin rằng một khi bạn đã được trang bị đầy đủ thông tin bạn sẽ có khả năng quyết định vấn đề đúng đắn hơn.

Nhưng tôi biết làm gì nếu tôi không còn cách nào khác - những bà mẹ buộc phải đi làm

Nhiều người mẹ có ông chồng thu nhập thấp (hoặc thất nghiệp), những người mẹ độc thân không hề có một sự lựa chọn nào khác, họ buộc phải đi làm dù họ tha thiết muốn tự tay chăm sóc con cái. (Đó là bi kịch của một quốc gia. Giải pháp của nhà nước sẽ được thảo luận ở chương bàn về lương tâm cha mẹ).

Tôi tin rằng trẻ có thể thích nghi với hoàn cảnh khó khăn nếu chúng hiểu điều đó là tất yếu. (Con không chê bố mẹ khó, chớ không chê chủ nghèo mà.) Chúng có thể ý thức được sự thật. Nếu con cái biết được rằng bạn thà ở bên con còn hơn ở bất cứ nơi nào, nhưng điều đó ở ngoài tầm tay, thì việc đi nhà trẻ ảnh hưởng đến sự tự đánh giá bản thân của chúng gần như không nghiêm trọng bằng cách chúng cảm thấy bạn không quan tâm đến chúng.

Sự xói mòn lòng tự tin của những người mẹ trẻ

Đôi khi người mẹ trẻ quay lại làm việc với cơ sở lí luận rằng họ “không tốt” trong vai trò làm mẹ - rằng trẻ sẽ tốt hơn nếu gửi gắm vào những người có nghề. Tuy vậy, vấn đề không phải là ở chỗ người mẹ tốt hay xấu - chả có mấy người trong chúng ta làm tốt ngay từ đầu. Trải qua nhiều thời gian với con, bạn sẽ trở thành người mẹ tốt đối với đứa trẻ ấy. Ở đây là mối quan hệ (đối lập với dịch vụ) và tất cả chỉ có thế.

Nhà trẻ có thể làm xói mòn lòng tự tin nơi bạn. Đôi khi người mẹ cảm thấy nó làm cho tình thế trở nên tồi tệ hơn. Họ đánh mất sự tự tin và có thể trở thành một kẻ ngày càng xa lạ với chính đứa con ruột, họ cũng không dạt dào tình thương, sự quan tâm và năng lực như những người nuôi trẻ. Những người khác càng dạy dỗ con cái mình tốt bao nhiêu thì bạn càng đánh giá mình thấp bấy nhiêu. Sẽ có ích hơn đối với người mẹ nếu bạn trao cho họ các kĩ năng, dạy

họ những mối liên hệ tích cực và chăm sóc họ - còn hơn là phớt lờ họ đi, giành lấy quyền chăm sóc con của họ. Đây thực sự là một vấn đề nhạy cảm.

Sự ổn định và nhất quán vốn là trụ cột trong thế giới của đứa trẻ dường như là một điều không thể có được nếu lớn lên trong nhà trẻ. Ngay trong một nhà trẻ “chất lượng nhất” thì con bạn cũng được sự chăm nom của hàng chục người khác nhau trong vòng bốn năm trước khi đến trường. Trên thực tế chúng ta thậm chí không thể có một sự đồng bộ - một nghiên cứu gần đây cho biết một số gia đình tính bình quân một tuần sử dụng đến bốn loại hình nhà trẻ khác nhau để lấp đầy những giờ họ cần. Một nghiên cứu khác cho thấy có một sự thiếu nhất quán lớn giữa các trung tâm, điều này khiến trẻ lại phải đối phó để thích nghi trong cuộc sống hàng ngày.

Tìm một sự cân bằng không phải là một sự thỏa hiệp

Cuộc sống của trẻ nhỏ trong một ngôi nhà hoặc căn hộ cô đơn vùng ngoại ô có thể là một yếu tố dẫn đến sự bất ổn tâm lý nếu trẻ không có mối liên hệ với người lớn và không có các hoạt động nào khác ngoài mối quan hệ với người giữ trẻ hoặc người mẹ. Vì sự phát triển hài hòa của cả người lớn lẫn trẻ em chúng ta cần nhiều cách để cung cấp một sự an toàn.

Bạn bè, các trung tâm chăm sóc trẻ gia đình vào ban ngày và các nhà trẻ có thể cùng phát huy tác dụng ở những giai đoạn khác nhau trong cuộc đời trẻ bằng những sự kết hợp khác nhau để cải thiện cuộc sống gia đình. Chìa khóa ở đây là việc biết được nhu cầu thực sự của trẻ là gì. Điều này còn chưa được đưa ra thảo luận cho đến nay. Nhà trẻ được phát minh ra cho sự thuận tiện của người lớn không phải vì nhu cầu hoặc ước muốn của trẻ con. Những chứng cứ do các cuộc nghiên cứu cung cấp, cùng với sự phục hồi của “lẽ phải” đời thường dẫn đến ý tưởng cho rằng tuổi thơ của con người trải qua trong nhà trẻ là một tuổi thơ lý tưởng. Tôi dự đoán rằng vào những thập kỷ sau này sẽ có một sự chuyển hướng từ chỗ gửi con đi nhà trẻ đến chỗ tự cha mẹ nuôi con (hơn là bây giờ, với nhiều người nó được coi là một sự thay thế tuyệt vời). Tôi cũng dự đoán (và hi vọng) việc gửi trẻ sơ sinh và trẻ nhỏ sẽ giảm xuống rất nhanh khi cha mẹ nhận ra những vấn đề tâm lý và các thiệt thòi, thiếu sót khác.

Khi chúng ta bước qua khỏi thập niên “bạn có thể có tất cả” của những năm 80, bước vào những năm 90, chúng ta có một cái nhìn mới mẻ về nhiều thứ và việc nuôi dạy con là một trong việc như thế! Những người đang xếp hàng để được gửi con đi nhà trẻ chẳng mấy chốc sẽ

lại thấy hiện tượng mới lạ, người ta đổ xô đi về một hướng khác.

Tiết lộ mới

Những người mẹ gửi con đi nhà trẻ để đi làm có thể chịu những chấn động tâm lí dẫn đến tuyệt vọng vì phải xa con, một nghiên cứu gần đây cho biết điều đó. Một số bà mẹ bị những chấn động nghiêm trọng đến mức phải cần đến những điều trị đặc biệt của những nhà tâm thần học, nghiên cứu này cũng tiết lộ như vậy.

“Có khoảng tám mươi người mẹ ở Melbourne, gửi con dưới hai tuổi vào các trung tâm chăm sóc ban ngày trong khi phải đi làm vì lí do kinh tế, tham gia trả lời phỏng vấn của một cuộc nghiên cứu ở đại học Melbourne. Người ta được biết trong hai tháng đầu, nhiều người mẹ than thở về những lo lắng của mình sau khi gửi con cho những người xa lạ. Sự âu lo đôi khi cũng dẫn đến tuyệt vọng. Bốn trong tám mươi người trên có biểu hiện đáng ngại của những rối loạn tâm thần.

“Một phần ba số người mẹ đi làm cho biết họ thích ở nhà với con hơn là đi kiếm cơm và để con vào bất cứ nhà trẻ nào”.

“Một nhóm khác cũng gồm tám mươi bà mẹ ở nhà chăm sóc con không có ai có mức độ lo lắng tương tự”.

“Những người mẹ đi làm khi con còn nhỏ cảm thấy rõ nỗi đau của việc bỏ con” (Theo tờ Mercury Hobart, 13.1.1993).

Bảy lí do chính đáng để ở nhà trong khi con còn nhỏ.

1. Tôi ích kỉ. - Tại sao lại để cho người khác cái thú vui về với đứa con xinh đẹp của tôi trong khi tôi đầu tắt mặt tối làm lụng trả tiền cho họ? Sao họ lại được hưởng niềm vui nhìn con tôi chập chững bước đi đầu tiên? Tại sao người khác lại được nhận tình thương yêu quyến luyến của con tôi? Tình cảm ấy phải dành cho tôi chứ?

2. Tôi ngạo mạn. - Chẳng có ai nuôi con tôi tốt bằng tôi cả. Không ai có cảm xúc về nó theo cái cách của tôi. Không có ai biết điều mà chúng muốn như tôi.

3. Tôi cực kì cẩn thận - Tôi rất kỹ tính trong những vấn đề an toàn cho đứa con yêu dấu, về các biện pháp chống lại việc trẻ bị lạm dụng về sự nhạy cảm trong cảm xúc của chúng và về sự bùng nổ các phương tiện truyền thông ngày nay. Ở bên con, tôi có điều kiện kiểm soát những vấn đề này để đảm bảo cho con tôi trong vòng an toàn.

4. Tôi thích làm việc với tinh thần đồng đội. - Tôi và bạn đời của mình phối hợp với nhau rất ăn ý, chúng tôi bổ sung cho nhau trong vai trò làm cha mẹ và tôi thích được sát cánh cùng với người ấy. Đó là một cái gì khác làm chúng tôi gần nhau hơn.

5. Tôi nghèo mà kiêu hãnh. - Tôi giàu lòng tự trọng đến nỗi không cần đến đồ đạc quý hiếm, quần áo đắt tiền hoặc nhà cửa và xe hơi sang trọng để chứng tỏ giá trị của mình. Tôi là một người hóm hỉnh đến nỗi tôi không cần tiền nhiều, chỉ cần vừa đủ cho những nhu cầu cơ bản nhất. Con cái chính là châu báu trong đời tôi.

6. Tôi lười biếng. - Với việc nuôi dạy con an toàn và êm ả tôi cho ra đời những đứa con ổn định hài hòa và tôi làm cho đoạn đời sau của mình nhàn nhã, yên ổn. Tôi dự định một chuyến du lịch dài ngày khi con tôi đã lớn. Và tôi dạy con làm giúp tôi công việc nhà.

7. Tôi thích làm sếp. - Tôi vui sướng với những tháng ngày tăng trưởng của con, tôi yêu con và tôi có toàn quyền tự do khi quyết định tôi sẽ sử dụng thời gian như thế nào. Tôi cũng có quan hệ xã hội với những ông bố, bà mẹ khác, nghiên cứu ảnh hưởng của các mùa đến hoạt động của chúng tôi. Con cái làm cho tôi thấy mình luôn luôn trẻ trung, năng động, và tôi (trong một khoảng thời gian nào đó) là trung tâm trong thế giới của trẻ.

Tại sao cha mẹ chọn nhà trẻ

Đây là bốn lí do chính khiến người mẹ trở lại với công việc.

1. Nhu cầu tài chính thực sự

Nhiều gia đình cần cả vợ lẫn chồng làm việc thì mới có thể sinh tồn được. Nhiều người mẹ độc thân cũng cần đi làm để tạo một điều kiện vật chất tối thiểu cho con. Với những gia đình này, nhà trẻ là một giải pháp cần thiết. Trong một cuộc điều tra của chúng tôi, 62% những người mẹ có con nhỏ đang đi làm cho biết nếu họ có quyền lựa chọn họ thích ở nhà chăm sóc con trước tuổi đến trường.

2. Nhu cầu chạy đua về mặt tài chính

Nhiều cặp vợ chồng cảm thấy cả hai cần phải đi làm, nhưng theo một cuộc điều tra sát sao, thì đó chỉ vì họ có mục đích đạt đến một mức sống tương đối cao trong xã hội. Những cặp vợ chồng lấy nhau muộn và có con muộn, có lẽ đã quen với việc có một khoản thu nhập cao. Chỉ mới vài thập kỷ trước, một cuộc sống đơn giản thanh bạch là một phần của cuộc đời khi bạn có con nhỏ và ít đi những mối quan tâm bên ngoài. Những hình ảnh và thang giá trị vật chất được tuyên truyền nhan nhản trên các phương tiện thông tin đại chúng, cùng cuộc chạy đua thực sự trong một xã hội tiêu dùng đã làm cho tiêu chuẩn sống cao hơn nhiều so với nhu cầu thực tế.

3. Áp lực đương thời

Nhiều người mẹ cảm thấy mình “phải” đi làm, như một cái gì “không còn phải băn khoăn nữa.” Họ sẽ cảm thấy về phương diện nào đó họ là người thua kém nếu ở nhà nuôi con. Cả phong trào đòi bình đẳng cho phụ nữ cũng tỏ ra mơ hồ về vai trò làm mẹ của phụ nữ và tự nuôi con đôi khi được hiểu như một việc làm giảm giá trị. Một người đàn ông thích tự tay mình chăm con và được trả tiền trợ cấp hoàn toàn sẽ bị coi là bất bình thường.

4. Phần đầu cho sự nghiệp của bản thân

Một số người mẹ tìm thấy niềm vui và sự thỏa mãn trong công việc, coi đó là một điều hơn hẳn trong thế so sánh với việc ngồi ở nhà ôm con. Có trường hợp người chồng lại thích thú hơn họ trong vai trò chăm sóc con toàn phần và thế là họ đổi vai trò cho nhau. Ở những trường hợp khác khi người chồng không có hứng thú gì với việc nuôi con, thì như vậy con cái phải nhường chỗ cho sự nghiệp của người mẹ.

Ở Úc có 26% những người mới làm mẹ trở về với lực lượng lao động và giao con cho các nhà trẻ vào lúc con được một tuổi. 45% lao động vào lúc đưa con bé nhất được bốn tuổi. 59% quay lại làm việc vào lúc đưa con út được sáu tuổi. Người cha làm việc cả ngày và là chủ lực trong gia đình chiếm xấp xỉ 70% (và dịch vụ chăm sóc ban đầu phục vụ cho khoảng 5% gia đình).

Nếu bạn có sự lựa chọn nhưng chỉ không thích làm cha mẹ

Sự nở rộ của các trung tâm chăm sóc trẻ từ lúc sơ sinh có nghĩa là nhiều người quyết định có con trong khi vẫn hoạch định một phần lớn công việc chăm sóc trẻ là dựa vào người khác. Một số bố mẹ khác thì cho là họ không đủ tư cách làm cha mẹ, tốt hơn là để nó cho người khác làm thay.

Nhưng thật sự là không có nhiều người trong chúng ta làm bố mẹ tốt ngay từ đầu. Cần phải có thời gian thực hành. Làm cha mẹ không phải là một thú vui cũng không phải là một việc chỉ làm tốt trong những điều kiện tốt. Rất có khả năng bạn tìm thấy vòng đời xuôi ngược này là một cái gì rất khó khăn - không phải tất cả các bà mẹ đều yêu con nhỏ, một số người thấy chúng là một cái gì phiền nhiễu ngoài sức chịu đựng, những người khác lại không ưa bọn choai choai và vân vân.

Ai cũng có một lúc nào đó cảm thấy mình sắp bỏ cuộc và mình đã thất bại.

Nhưng ở đây cũng thường xuất hiện các lí do tiềm ẩn, cũng xứng đáng với một sự lật đổ.

Qua việc đối mặt với những khủng hoảng tinh thần mà không chịu lùi bước, chúng ta học hỏi và biết được về chính mình và tìm ra cách nuôi dạy con làm sao cho mình cảm thấy thỏa mãn và hạnh phúc.

Có hội chứng nhà trẻ không? (tôi có thể nói gì nếu đi nhà trẻ có hại cho con tôi?)

Thập kỷ sáu mươi nổi lên những mối quan tâm tìm hiểu xem nhà nuôi dạy trẻ có hại cho con cái không? Tuy nhiên, các nghiên cứu dường như lại trấn an dư luận - bằng các biện pháp được sử dụng - rằng tác hại của nó nếu có thì cũng rất nhỏ. Trẻ đi nhà trẻ từ bé được phát triển các kĩ năng giao tiếp hơn, phần nào độc lập và kiên định hơn. Nhưng các nhà phân tích trong khi phê bình các báo cáo trên đã chỉ ra rằng hầu hết các nghiên cứu này được thực hiện ở những trung tâm chăm sóc trẻ đạt chất lượng cao, các nhà nghiên cứu của chúng ta chỉ thích làm công việc của mình ở trong khuôn viên trường Đại học, còn lâu mới có thể đại diện cho cuộc sống thực ngoài đời.

Vì thế vào thập kỷ 70, người ta có xu hướng thẩm định lại những cái gì được đánh giá là “chất lượng” và điều này đã chứng minh là có sự khác nhau rõ rệt. Kết quả, chẳng có gì đáng phải ngạc nhiên, là ở cách tổ chức nhỏ hơn, nhân viên nuôi dạy trẻ có bằng cấp nhiều hơn, và

các cán bộ quản lý nhà trẻ, tất cả đều có thu nhập cao hơn. Trong khi đó có một nguy cơ được nhận diện là “sự lãnh đạm và tổn thương” giữa trẻ nhỏ trong một nhóm lớn hơn, “sự buồn chán và lạc lõng” giữa đám trẻ lớn hơn nếu chương trình dạy dỗ không được tổ chức tốt.

Vào những năm 80, các nhà nghiên cứu bắt đầu nghi ngờ rằng cái kiểu nhà trẻ chất lượng mà phụ huynh mong muốn cho con em mình là điều không thể đạt được trong một bối cảnh thông thường. Sự tham gia nhiệt tình, an toàn đối với những người chăm sóc trẻ nổi lên hết lần này đến lần khác như một vấn đề trong khu vực. Gay Ochilree trong khi tổng kết phần nghiên cứu trong cuốn sách của bà, “Trẻ em trong các gia đình ở Australia” (1992) chỉ rõ sự thật về con số thu nhập của giới quản lý trong các trung tâm này: “Sự mất mát của con số thêm vào có thể là một điều đau đớn đối với một đứa nhỏ. Khi những con số này đặt cạnh 40% thu nhập hàng năm của trung tâm dựa vào sự cung ứng của nhà trẻ và 60% thu nhập trong gia đình dựa vào những người cung cấp, đó mới là hiện tượng kinh khủng đáng được quan tâm.” Mặc dù đây là những con số ở Mỹ, ở Australia cũng có một khuynh hướng tương tự trong việc tăng cao thu nhập do việc trả lương và địa vị thấp kém của những người làm công trong ngành công nghiệp “nuôi trẻ” này.

Trong bài báo sắc sảo và công phu, “Cơ sở chăm sóc trẻ sơ sinh ban ngày, có lí do để quan tâm”, Jay Belsky (chúng tôi đã nhắc đến tên tuổi) đã phân tích toàn bộ vấn đề thu thập được từ hàng trăm nghiên cứu lớn nhỏ trên toàn thế giới ở tất cả các mức độ có thể tưởng tượng được.

Ông phát hiện ra rằng có một số đề nghị khá đặc biệt và có những tác hại tái xuất hiện, nổi bật trong nhiều công trình nghiên cứu mà nếu không chứng minh là sai thì hoàn toàn có sức thuyết phục, đặc biệt là khi có kèm theo những bức ảnh chụp toàn cảnh. Cụ thể ông tìm ra bốn hậu quả đáng quan tâm trong số cháu bé đi nhà trẻ trước tuổi thôi nôi:

Trẻ trở nên dè dặt, nhút nhát và tránh nói về hình ảnh người mẹ - những đứa trẻ này không tiếp xúc với mẹ và không xem mẹ như một người an ủi.

Những kinh nghiệm trải qua ở nhà trẻ dường như khiến cho các sinh linh bé bỏng này có tình cảm giận dữ với mẹ chúng, vì thế chúng không đến bên mẹ để tìm sự vỗ về, động viên. Mối liên hệ mẹ con là một sự thay thế ở một chỗ nào đó, hoặc không phải là một sự gắn bó bền chặt.

Tính tình hung hăng, quá khích - trong tương lai cũng như sau này khi đến trường đi học. Phản ứng của chúng thường là hống hách, hung dữ hay đấm đá, chửi thề, gây lộn, ẩu đả hơn là có khả năng nói chuyện điềm đạm, hoặc rút lui đúng lúc, hoặc tỏ ra bình tĩnh.

Không có cách cư xử thích ứng - phớt lờ hoặc bác bỏ yêu cầu và mệnh lệnh của người lớn, làm những điều ngược lại hoặc nổi loạn.

Rút lui khỏi những mối quan hệ xã hội - bất hợp tác, tránh liên hệ với người lớn, sống thu mình.

Bốn tác hại này được tìm thấy ở một phạm vi nghiên cứu rất rộng - trong tầng lớp thu nhập thấp, trung lưu và thượng lưu, trong các trung tâm chăm sóc trẻ gia đình không ổn định, các trung tâm chăm sóc trẻ đạt chất lượng cao và thấp, thậm chí ở cả những dịch vụ chăm sóc trẻ tại gia.

Những hậu quả này chẳng có gì đáng ngạc nhiên. Bị rơi tõm vào một trung tâm chăm sóc trẻ trung bình, nơi có nhiều đứa trẻ khác tranh nhau để được chú ý, nơi người lớn đến và đi, nơi lúc nào cũng ồn ào tiếng kêu khóc chí chóc, chẳng có khoảng riêng tư nào, trẻ học cách đề tự vệ. Chúng có thể học được một điều là không tin tưởng nhiều vào người lớn. Chúng đối phó theo cách tốt nhất của mình, một số đứa còn hơn hẳn người khác. Đối với các bậc cha mẹ, như vậy, câu hỏi “Vậy nhà trẻ có hại cho con tôi không?” có thể được trả lời một cách rõ ràng. Nếu đứa trẻ có biểu hiện thường xuyên của sự kết hợp bốn triệu chứng liệt kê ở trên, thì câu trả lời chắc chắn là “có”.

Bạn có thể tự thẩm tra

Trong khi nghiên cứu và phỏng vấn cha mẹ cho chương trình này, chúng tôi đã có được những lời tiết lộ của những người cũng là thầy cô giáo ở trường mầm non và tiểu học.

“Bạn có thể nói ngay đứa trẻ nào đã đi nhà trẻ trước lúc đi học. Trông chúng rất khác”.

“Thật khó lòng miêu tả. Chúng lạnh lùng hơn, ít quan tâm đến bạn với tư cách là một con người. Nhưng rất khá trong các loại vận động”.

“Hầu hết những đứa trẻ khác nắm tay mẹ - trẻ rất hồi hộp, nhưng chẳng bao lâu chúng

chuyển niềm tin từ người mẹ sang người thầy. Trẻ con rất tình cảm và dễ tiếp xúc. Trẻ đã lớn lên ở nhà trẻ dường như “cứng” hơn - nó tự nhủ chỉ là một chỗ khác, với những người khác mà thôi. Bạn cũng không thường xuyên gặp cha mẹ chúng. Chúng có thể đến từ trung tâm chăm sóc trẻ ban ngày, rồi sau giờ học lại quay về đây”.

“Bạn có ấn tượng này: những đứa trẻ ấy gặp quá nhiều người và không có khả năng có cảm xúc đặc biệt nữa. Chúng làm mọi việc đều bình thường có nhiều tiến bộ, nhưng với một vẻ cam chịu thô cứng hơn, gần như là tuyệt vọng”.

So sánh các sự lựa chọn

Có nhiều loại hình chăm sóc trẻ mà bạn có thể lựa chọn. Mỗi loại đều có mặt lợi hại. Hãy xem qua mỗi loại để bạn có thể đánh giá xem nếu như có loại hình nào thích hợp với yêu cầu của bạn.

Trung tâm chăm sóc trẻ giống với cái gì?

Hầu hết các trung tâm đều xây dựng với kích thước một ngôi nhà lớn. Thường mở cửa từ 8 giờ sáng đến sáu giờ tối, hoặc lâu hơn nữa nếu họ cần giữ trẻ cho những người làm việc tăng ca. Họ có thể giữ trẻ nội trú, ngoại trú hay chỉ vài giờ trong một ngày. Trong khuôn viên của nhà trẻ có sân trời, phòng học, toilet v.v...

Thường thì một người lớn trông coi năm trẻ dưới hai tuổi và một người chịu trách nhiệm mười lăm trẻ trên hai tuổi. Một số nhân viên, không phải là tất cả, đã có những kinh nghiệm chăm sóc trẻ hoặc có bằng cấp về chăm sóc trẻ nhỏ. Một số trung tâm nuôi dạy trẻ đạt chất lượng cao có thể áp dụng chương trình tương tự với các hoạt động trước tuổi đến trường để trẻ có thể học tập thông qua những hành động và các vở kịch.

Học phí của những trung tâm này rất khác nhau nhưng tính trung bình là khoảng trên 100 đô Úc một tuần. Trong một số trường hợp phần lớn số tiền này do chính phủ đài thọ, còn đại đa số do các bậc phụ huynh gánh chịu.

Nhà trẻ có thể vừa đắt vừa rẻ, điều này còn tùy thuộc vào quan điểm và hoàn cảnh của bạn. Theo con số ước lượng của chính phủ số tiền chi hàng năm cho các nhà trẻ hoạt động cả ngày là vào khoảng 5.280 đô Úc cho một đứa trẻ, tức là một phần tư số thu nhập sau khi đóng thuế

của một người có mức thu nhập trung bình. Đối với một số bậc cha mẹ, chi phí này (nhất là khi bạn tính luôn cả tiền xăng và, trong một số trường hợp là nhu cầu có thêm chiếc xe thứ hai) và thời gian bỏ ra chắc chắn cao hơn số tiền bạn có thể kiếm được.

Sự phát triển đáng mừng của nhà trẻ tạo ra công ăn việc làm cho nhiều người. Để cho con cái, cha mẹ dễ dàng tiếp cận với nhau - trong giờ giải lao uống cafe và giờ cơm trưa, cho con ăn nước uống và giảm thời gian đi lại trên đường - đó là một tiến bộ lớn. Các ông chủ cũng có lợi lớn từ đội ngũ nhân viên vui vẻ, có cuộc sống thoải mái.

Nhà trẻ gia đình hoạt động ban ngày

Loại nhà trẻ này thuộc sự quản lí của các tổ chức địa phương cho phép những người đã làm mẹ, trông coi thêm năm đứa trẻ con của các gia đình lân cận. Thường những đứa trẻ này thuộc nhiều lứa tuổi khác nhau. Những gia đình kiểu này phải đảm bảo các điều kiện an toàn, tủ có ngăn an toàn, cổng, hàng rào v.v...

Nhà trẻ gia đình thuộc sự giám sát của những người quản lí chịu trách nhiệm đảm bảo nhà trẻ hoạt động tốt và không cấp giấy hành nghề cho người nuôi trẻ nào không đủ tiêu chuẩn.

Khi bạn chọn nhà trẻ loại này, tốt nhất là nên tìm đến một người đã làm nghề này trong một thời gian có vẻ hạnh phúc và có đầu óc tổ chức tốt. Hãy tin tưởng vào cảm nhận của bạn về con người, về cơ sở vật chất và nhất là phải cẩn thận xem phong cách bọn trẻ ở đây.

Cái lợi lớn mà một nhà trẻ loại này có thể cung cấp là một không khí gia đình, trẻ có cơ hội tạo được mối quan hệ chắc chắn khi con bạn cảm thấy chúng được hưởng chăm sóc của một cá nhân nào đó. Như với bất cứ một mối quan hệ đáng tin cậy nào, thời gian và việc bạn biết một người nào đó chỉ có tính chất gợi ý cho bạn. Nếu bạn may mắn, người này có thể trở thành một người bạn của gia đình cũng như là một sự cộng thêm đáng yêu vào cuộc đời đứa trẻ.

Nhà trẻ gia đình đối với bạn còn gần gũi thân thiện hơn là một trung tâm nuôi dạy trẻ. Thỉnh thoảng bạn có thể đến thăm con và làm thân với mọi người trong khả năng có thể. Bạn cũng có thể thăm một vài nhà trẻ gia đình khác để đo lường mức độ “ưa thích” của mình. Một điều cũng quan trọng trong một mối quan hệ là việc nó để cho người ta có cơ hội.

Bởi vì phụ huynh chỉ phải trả một số tiền cho người chăm sóc và công việc chu đáo của họ, nhà trẻ gia đình lấy một khoản tiền nhỏ từ túi cha mẹ và từ ngân quỹ quốc gia. Cùng với số tiền trợ cấp của nhà nước, bạn chỉ phải trả vào khoảng 35 xen một giờ tức là khoảng 25 đô một tuần. (Vào thời điểm tôi viết điều này, chính phủ trả lương cho một người trông trẻ vào khoảng 2,5 đô một giờ, 100 đô một tuần).

Cần lưu ý đến một nguy cơ nhỏ nhưng rất nghiêm trọng: trẻ ở một nhà trẻ gia đình có thể bị lạm dụng tình dục bởi người chồng, hay một thằng bé hoặc bé gái lớn tuổi hơn trong gia đình chủ nhà, hoặc bởi những người khác hoặc khách khứa. (Những nghiên cứu ở bệnh viện cho biết có 10% trường hợp trẻ bị lạm dụng tình dục nghiêm trọng xảy ra trong nhà trẻ. Một trong những tiêu chuẩn để trẻ cho người khác chăm sóc là trẻ phải đạt đến một độ tuổi nào đó để có thể cho bạn biết một cách rõ ràng điều gì không ổn xảy ra.

Thời gian trước lúc đến trường

Đó là giai đoạn bé từ ba đến năm tuổi, thời lúc chuẩn bị cho bé có đủ điều kiện đến lớp học hành với bạn bè. Nhiều ông bố bà mẹ nghĩ mình có một phát kiến vĩ đại và quyết định con họ sẽ bắt đầu phụ thuộc vào sự sẵn sàng của cá nhân nó.

Trường vỡ lòng (có thể gọi loại hình này bằng cái tên như thế) có lẽ là một sự lựa chọn chính đáng cho các bậc cha mẹ. Bởi vì một ngôi trường kiểu này là kết quả tự nhiên của trường học hơn là nhu cầu có trẻ giỏi giang, chính là một cơ sở giáo dục hơn bất kì một trung tâm nào khác. Trường dạy vỡ lòng thường chỉ dạy một buổi hoặc vài tiếng đồng hồ một ngày và phần lớn trẻ chỉ đi năm ngày một tuần (Một điều đáng lưu ý là các nhà giáo dục học cho rằng với trẻ thời lượng như thế là vừa đủ trong một môi trường trật tự). Bởi vì nó chỉ kéo dài vài giờ một ngày, mẫu giáo là nơi lí tưởng cho các bà mẹ làm nghề nội trợ nhưng bất tiện cho những người đi làm muốn gửi con lâu hơn.

Người giữ trẻ

Người giữ trẻ tại nhà chỉ trông một đứa trẻ và do bạn thuê. Điều này rõ ràng là rất đắt và chất lượng cũng khác nhau một trời một vực. (Bạn quan tâm đến con mình hay cái tivi?) Trông trẻ tại nhà là một công việc đơn lẻ đối với một người mà người ấy ta lại không dễ dàng cắt cầu. Một người được phỏng vấn trên chương trình “Con cái chúng ta” của đài ABC cho biết,

đứa con trai một tuổi của cô có ba người bảo mẫu trong vòng sáu tháng. “Vớ lại”, bà nói thêm, “chẳng có gì thú vị với một cô bé mười bảy tuổi cứ phải đeo lấy một đứa bé cả ngày”. Mặt lợi ích ở đây là, một số cô bảo mẫu rất thạo nghề, giúp được cho gia đình rất nhiều mà đứa trẻ lại ở chính trong ngôi nhà của nó.

Mặt khác các cô bảo mẫu có một ảnh hưởng mà phần lớn bậc cha mẹ sẽ nhận ra bởi vì nó áp dụng cho bất cứ một sự chăm sóc chu đáo nào. Nghiên cứu về việc thuê các cô bảo mẫu ở những gia đình giàu có thuộc miền bắc nước Mỹ cho biết một cô giữ trẻ tốt thực sự, lại có ảnh hưởng xấu đến mối quan hệ của đứa trẻ với người đẻ ra chúng, bởi vì nó chịu sức hút tự nhiên về phía người đã dành cho nó thời gian và tình thương yêu. Đó là một vấn đề dễ hiểu, nhưng thực sự là một rắc rối nếu không biết tránh việc quá tả bằng một sự cân đối thời gian giữa trẻ với cha mẹ và người bảo mẫu. Ở đây chẳng có gì không ổn với việc yêu thương một lúc nhiều người.

Gia đình và bè bạn

Ngoài những hình thức trông nom trẻ kể trên còn có sự giúp đỡ trông nom từ gia đình và bạn bè - ông bà, hàng xóm vân vân... Điều này được các gia đình không phải gốc Úc đặc biệt ưa chuộng, bởi vì ở trong cộng đồng này những mối dây ràng buộc giữa gia đình và văn hóa có xu hướng đặc biệt mạnh mẽ và có sức hỗ trợ không nhỏ.

Khi gia đình và bè bạn trông nom con cái cho bạn, bạn vẫn cần chú ý sao cho sự quan tâm chăm sóc trẻ tuân theo những thỏa thuận có lợi và tốt đẹp cho cả hai bên. Nhưng điều quan trọng ở đây là trẻ được yêu thương và chăm sóc bởi những người trong cùng một gia đình, với một cách thức chia sẻ niềm vui và công việc với nhau.

Kỷ luật - vấn đề của những người trông trẻ

Áp lực đối với một người giữ trẻ là làm sao tránh mọi sự rắc rối - tránh né vấn đề kỷ luật mà cha mẹ đứa trẻ đã áp dụng và từ những điều đó trẻ học những bài học quan trọng. Nếu trẻ có những biểu hiện chưa tốt, cô bảo mẫu chỉ có thể xoa dịu, đánh trống lảng chứ không thể hỏi tội (những người làm cha mẹ như chúng ta không muốn người giữ trẻ có những hành động nghiêm khắc để duy trì trật tự đâu). Điều tương tự cũng xảy ra với tình thương yêu - nó phải bị pha loãng đi. Mà người này cũng chỉ được chộp mắt trên một tấm thảm chứ không phải trên

ghế bành êm ái hoặc trong vòng tay của bà con thân thiết. Nếu người trông trẻ muốn dành một tình cảm nhất định vào công việc của mình (và họ thường làm như thế) thì họ cũng chẳng có cơ hội.

Trẻ được quan tâm nhiều hơn ở nhà trẻ nếu chúng có một vấn đề gì. Trẻ hung hăng hoặc buồn bã thường được nhận ra ngay. Trẻ ngoan quá có thể lại không được để ý đến nhiều. Người giữ trẻ có thể báo cho chúng ta biết triệu chứng mà trẻ mới thể hiện trong một vài ngày và có thể coi như là “trẻ có vấn đề”. Đây là những thông tin kịp thời giúp bố mẹ trẻ “giải quyết” trước khi quá muộn. Tuy vậy lời đánh giá là “trẻ có vấn đề” có thể được lan truyền nhanh từ người này sang người khác từ năm này qua năm khác. Một cái “tiếng” như vậy có khả năng theo đuổi trẻ cho đến tận khi trẻ đi học.

Bố mẹ trách mắng con cái theo một cách hoàn toàn khác với cách mà họ phê bình người khác. Tôi đã nói chuyện với giám đốc một nhà trẻ, vị này gửi con đến một nhà trẻ khác, vì cô cảm thấy không phải cho lắm khi con trai ở quanh quẩn một nơi mà mẹ nó chỉ đạo. Một người khác lại có cách nghĩ ngược lại - cô không dám nghĩ đến việc để con xa rời mẹ.

Làm cha làm mẹ ai mà không quan tâm đặc biệt đến con cái. Chúng ta nhận ra rằng chúng ta đã làm cho bạn bè chán nghe chuyện khoe con giỏi con hay một cách tỉ mỉ như thế nào. Hãy nhìn theo quan điểm của một đứa trẻ. Có thể chả có vấn đề gì lớn lắm với một đứa trẻ trải qua hai hoặc ba năm đầu tiên trong đời giữa những người ngưỡng mộ nó, tha thiết chứng kiến nó học hỏi mọi điều để lớn lên, và nó có một sự đầu tư cá nhân để tự hào về điều đó, phải không? Mặc dù một người làm công ăn lương có thể thành thật quan tâm đến sự phát triển và sự tiến bộ của trẻ, điều tốt đẹp nhất mà họ có khi nào cảm thấy là yêu quý con bạn, và dịu dàng nhẫn nại với nó một cách thông thường. Cái mà họ có thể đưa ra không bao giờ sánh được với sự đầu tư và quan tâm của cha mẹ.

Chăm sóc chất lượng cao cũng chỉ là chăm sóc

Cái từ được lạm dụng nhiều nhất trong cuộc tranh luận về việc chăm sóc trẻ là từ “chất lượng”. Chẳng ai có thể hạnh phúc với những nhà trẻ đông đúc, buồn thảm cùng với đội ngũ phục vụ lạnh lùng, thô bạo. Những từ “chất lượng” ở đây thường được dùng với cái nghĩa là một sự ngang bằng (hoặc thậm chí, như nó ngụ ý, còn tốt hơn) là sự chăm sóc của cha mẹ.

Sự chăm sóc không phải là tình yêu

Vấn đề thực sự là liệu trẻ có nhận được một sự quan tâm chú ý liên tục từ những cá nhân có quan hệ lâu dài với chúng không và ai là người làm cho chúng tin tưởng và yêu thương.

Tình yêu là trung tâm của toàn bộ vấn đề. Nó có khả năng cải thiện mọi quan hệ thân thiết do những người trông trẻ thiết lập bằng việc đề cập đến những vấn đề chẳng hạn như sự phân công trách nhiệm trong đội ngũ nhân viên, số lượng trẻ trong một nhóm. Liệu các cô giữ trẻ có quan tâm được đến từng cháu không, và các cô này khác nhau như thế nào trong quan hệ với mỗi cháu trong thời gian họ thi hành nhiệm vụ của mình.

Cuộc tranh luận về “chất lượng” của các trung tâm chủ yếu xoay quanh các vấn đề như tính chuyên nghiệp của đội ngũ nhân viên, cơ sở vật chất, chế độ dinh dưỡng và chương trình đào tạo. Tất cả những điều này đều quan trọng nhưng họ đã bỏ qua vấn đề chất lượng của các mối quan hệ. Trải qua những năm tháng đầu đời dưới sự chăm sóc của hai mươi, ba mươi người khác nhau (kể cả ở những môi trường tốt nhất) vẫn là một điều gì khá kì quặc.

Ngay cả dùng từ “chăm sóc trẻ” cũng là một điều tuyệt diệu của ngành tiếp thị. Chúng ta phải tự đặt câu hỏi: có phải những trung tâm này chỉ chăm sóc trẻ, “giáo dục trẻ” hay chỉ thuần túy nuôi nấng chúng? Nếu bạn mất từ 8 đến 9 giờ một ngày trong những năm tháng đầu tiên của cuộc đời ở nhà trẻ, thì những người này chắc chắn là đã nuôi dưỡng bạn. Tuy vậy, không có một ai trong ngành công nghiệp nuôi trẻ này đưa ra ý kiến rằng sự chuyên nghiệp có thể thay thế vai trò đặc biệt của cha mẹ. Có một điều đã được khẳng định, đó là cha mẹ vẫn tiếp tục cung cấp tất cả những gì mà con cái cần, dẫu rằng mối quan hệ cha mẹ - con cái đã co rút lại, teo lại, nhỏ đi rất nhiều. Sự tiến triển của những kỹ năng thiết lập các quan hệ tình cảm của một đứa trẻ sống trong nhà trẻ có thể hoàn toàn không xảy ra. Đứa trẻ như là một người có thể rơi qua một vết nứt.

Việc chăm sóc trẻ em đề ra những mục tiêu rất cao nhưng sự thực thì nó lại chỉ làm được những điều khác hẳn. Các sinh viên đang thực tập trong ngành công nghiệp nuôi dạy trẻ và những người mới đi làm mà chúng tôi có dịp phỏng vấn thường nói về một sự bất cập lớn giữa lí tưởng mà họ ấp ủ khi còn học trong trường về “các chương trình xây dựng cá tính” và “mối quan hệ một - một” với thực tế của cây đời ở các trung tâm nuôi dạy trẻ đông đúc. Nuôi dạy trẻ là một nghề có nguy cơ stress rất cao - cùng với những vấn đề về sức khỏe, sự khủng

hoảng, bước ngoặt, sự kiệt sức hoàn toàn của các cô nuôi dạy trẻ và các giám đốc trung tâm là một điều dễ xảy ra.

Có gì trong bức tranh toàn cảnh?

Ngày nay nước Úc có tỉ lệ phần trăm phụ nữ tham gia vào lực lượng lao động được trả lương gần như cao hơn bất kì một quốc gia nào khác. Phụ nữ chiếm đến 42% lực lượng lao động so với 25% ở Đức, 27% ở Anh, 22% ở Ailen và 36% ở Italy. (Chỉ có một nước cao hơn Úc, đó là Mỹ với con số xấp xỉ 50%).

Trên thực tế có khoảng 200.000 trẻ dưới 5 tuổi được gửi vào các trường bán trú ban ngày. Có khoảng trên 500.000 trẻ nữa được chăm sóc bởi họ hàng, bè bạn và nhà trẻ gia đình. Và cũng vào khoảng 500.000 trẻ nữa được mẹ hoặc cha hoặc cả bố mẹ chăm sóc tại nhà. Nói một cách khác các trung tâm này cũng chỉ đưa ra một lời đề nghị kém hấp dẫn, bằng chứng chỉ có một trong sáu trẻ lớn lên ở đây. (Tất cả những kiểu kết hợp và những cam kết bán phần phức tạp hóa những con số này).

Về thứ tự ưu tiên, sự lựa chọn thứ nhất của cha mẹ là gửi con cho gia đình hoặc bạn bè. Sự lựa chọn thứ hai là nhà trẻ gia đình. Ở đây bạn dễ dàng đạt đến một thỏa thuận tự nhiên với người trông trẻ và bố mẹ của những đứa trẻ khác để có một thời gian biểu thích hợp, chi tiết tạo điều kiện trẻ được hưởng một sự chăm sóc an toàn và đạt chất lượng cao nhất. Các trung tâm lớn hơn phục vụ nhu cầu cho các ông bố bà mẹ ở các thành phố lớn cần gửi con lâu hơn, một điều vượt ra ngoài khả năng của gia đình hoặc bè bạn, cần có một sự thỏa thuận về kinh tế.

Những trung tâm này mở rộng vòng tay đón cả những cháu bé mới đẻ được vài tuần. Chẳng có gì là bất bình thường khi những bà mẹ do theo đuổi sự nghiệp của mình đã để đứa con còn đỏ hỏn của mình mới được từ 6 đến 12 tuần ở cả ngày trong nhà trẻ (nhiều khi từ 7 giờ 30 sáng đến 6 giờ tối, năm ngày trong một tuần). Giám đốc các trung tâm này còn bị ép phải giữ trẻ cả vào những ngày cuối tuần nữa. Một khi những đứa trẻ này đến tuổi đi học chúng đã trải qua kinh nghiệm hai bước mỗi ngày: từ nhà đến chỗ giữ trẻ trước giờ đi học, sau đó đến trường rồi đến chỗ chăm sóc sau giờ học và cuối cùng là về nhà.

Mặc cho đòi hỏi của cha mẹ cao thấp như thế nào, dịch vụ chăm sóc trẻ vẫn chưa đạt yêu

cầu. Các cô nuôi dạy trẻ nhận được mức thù lao thấp. Có nhiều người mẹ hơn sẽ chọn ở nhà với con hoặc trở thành người chăm sóc trẻ ban ngày nếu họ nhận được một đồng thù lao khá. Thực ra chúng ta chỉ chưa đầu tư nhiều vào trẻ. Ở hầu hết các thành phố ở Úc chúng ta dành chỗ đậu xe hơi nhiều hơn là xây trường lớp hoặc sân chơi cho trẻ.

Vấn đề thật sự - nỗi cô đơn của người mẹ

Có hai lí do buộc người mẹ trở về với công việc trong khi họ chỉ muốn ở nhà nuôi con.

Một là sự phụ thuộc về mặt kinh tế. Trông chờ vào thu nhập của người khác có thể làm cho người ở nhà làm nội trợ cảm thấy dễ bị tổn thương và dễ thất vọng. Người không làm ra tiền dễ bị đẩy đến chỗ cảm thấy việc làm của mình ở nhà không có gì đáng giá bởi vì mình chỉ “quanh quẩn với lũ trẻ”.

Lí do thứ hai là nỗi sợ “quần quanh trong bốn bức tường” - vì cứ phải khur khur ôm con nhỏ suốt ngày. Đây là một vấn đề thật sự nhưng không phải lỗi của trẻ. Nó nằm trong chính cái cách mà ta sống. Nhà liên kế hoặc chung cư của chúng ta có thể trông cũng tương đối vừa mắt, nhưng thường là khoảng không gian cô đơn, biệt lập. Xung quanh ta toàn là người xa lạ và cuộc sống xã hội duy nhất là chuyển đi mua hàng ngoài siêu thị. Chỉ có thể có nhiều mối giao lưu, liên hệ thông qua quan hệ xóm giềng, những hội hè vui chơi, nhà thờ, câu lạc bộ bơi lội và các tổ chức khác. Và chỉ điều đó mới mang lại thay đổi trong xã hội. Nhưng để làm điều đó, người ta cần thực sự tự tin và có kĩ năng giao tiếp.

Có thể cho rằng người nông dân ở Ethiopia hoặc những cư dân nghèo ở Calcutta còn có cuộc sống thú vị hơn người Âu - Mỹ ở khía cạnh có sự hỗ trợ của xã hội và sự thân thiện của những người xung quanh trong cuộc sống đời thường.

Cải thiện điều kiện sống

Nếu có nhiều người mẹ ở nhà vào ban ngày hơn thì mọi chuyện trong vùng sẽ phải thay đổi một cách nhanh chóng. Bạn có thể nhìn thấy những sự thay đổi ấy: - Hội, nhóm của những người cùng sở thích, việc thăm viếng những ngôi nhà trong vùng, nhiều mạng lưới hoạt động của đàn ông cũng như đàn bà, chính thức cũng như bán chính thức ra đời và phát triển. Một số những điều trên được định hướng bởi con trẻ, những hoạt động khác chỉ thuần túy tự phát triển

hoặc là các tổ chức hoạt động cho những vấn đề quan trọng như giữ gìn môi trường hoặc các nguồn hỗ trợ gia đình.

Khi đàn ông đưa gia đình lên ưu tiên hàng đầu và khi có nhiều người hơn làm việc ở nhà (cảm ơn cái máy vi tính), hoặc đi làm ít thời gian hơn, môi trường sống của chúng ta sẽ thay đổi từ chỗ là những khối nhà biệt lập hoang vắng đến những nơi ở an toàn và đầy sức sống nơi cuộc sông diễn ra ở mức độ đáng mơ ước.

Đó có phải là cách sống hoàn hảo?

Ở một khoảng rừng thưa trông ra cảng Hobart có một số ngôi nhà tùm lại hơi tách ra khỏi những ngôi nhà thông thường ở gần đấy. Đó là những căn nhà gỗ theo kiểu Tasmany với những chi tiết chạm trổ, có màu sắc giản dị, ấm áp. Một điều dễ nhận ra hơn - không có những con đường trải nhựa, chỉ có những con đường đất uốn lượn đẹp mắt và cái vịnh nhỏ kín đáo là chỗ dành để neo đậu thuyền bè sát bên mồm đất ba góc nhô ra biển.

Đó là vùng Cascade Cohouse - một cộng đồng của những người thuộc đủ loại lứa tuổi đã đạt đến một sự thành công nhất định ở Bắc Âu và bây giờ đã giành được chỗ đứng ở Úc. Đối với một gia đình trẻ phải sống ở thành phố, đây có thể là cách sống lí tưởng.

Quang cảnh chung

Cascade Cohouse gồm mười lăm ngôi nhà nằm dọc theo sườn đồi, ở cuối mỗi một khúc đường cong có thể nhìn ra một khu nhà chung cư lớn hơn. Quảng trường làng là một không gian lớn, lối cuốn nằm ở trong trung tâm và con đường dành cho những người đi bộ len lỏi, vắt qua các khu vườn và hành lang. Để làm cho Cohouse trở thành nơi hoàn hảo, chỉ có từ ba mươi đến bốn mươi người sống ở đây. Mỗi nhà sẽ có một cái tên riêng như bất cứ một khối nhà liên kết nào. Mỗi nhà có một khoảng sân trước chung dành cho người đi bộ, nhưng lại có một khu vườn riêng phía sau nhà.

Điều tốt đẹp nhất là tất cả các cư dân đều có quyền chia sẻ một căn nhà chung to đẹp có phòng ăn dành cho bốn mươi người, phòng chơi dành cho trẻ, xưởng làm việc được bày trí rất đẹp, khoảng không gian có mái che để tọa thiền, chỗ hội họp và bếp núc. Các cư dân ở đây có thể liên hệ và hội họp với người khác ở phòng họp công cộng hoặc ở một chốn riêng tư vì mỗi

gia đình lại có những chỗ như vậy.

Đây không phải là một đơn vị hành chính như làng xã, tuy vậy nó vẫn là một cộng đồng thật sự. Một trong những phần thú vị nhất của Cohouse là những người dân ở đây cùng chia sẻ với nhau những bữa ăn tối. Mỗi người lớn ở đây đều được phân công nấu một bữa ăn cho tất cả mọi người. Hiện tại, thì cứ 8 tuần một lần lại đến phiên bạn nấu ăn. Dần dần những bữa ăn như vậy sẽ quay vòng sao cho bốn tuần lại đến lượt bạn. Đối với một gia đình trẻ điều đó có nghĩa là sau giờ làm thay vì bạn chui vào bếp nấu ăn cho gia đình mình, bạn có thể thảnh thơi dạo bộ đến nhà Chung nơi một bữa tối ngon lành đang đợi bạn.

Một chốn an lành cho con bạn lớn lên

Ian và Jane, hai nhà khoa học trẻ đã tìm đến định cư ở Cohouse, giải thích rằng tình trạng hiện tại của Cohouse là lí tưởng đối với họ với tư cách là cha mẹ của một cháu nhỏ hai tuổi. Họ có thể, nếu muốn, đi chơi hai hoặc ba đêm một tuần vì lúc nào cũng có sẵn những người đáng tin cậy để gửi gắm con cái. Cô bé có thể chạy sang chơi nhà bạn bè đồng lứa hoặc những thành viên lớn tuổi ở Cohouse, những người cảm thấy vui vẻ, hạnh phúc khi có tiếng cười vô tư của con trẻ trong ngôi nhà mình. Bởi vì đây là một hội của những người biết nhau và cùng quyết định sống trong cộng đồng này cho nên cảm giác tin tưởng và tương thân tương ái tràn ngập trong không khí ở đây.

Những ông bố hoặc bà mẹ trẻ mà không đi làm ban ngày vẫn có bạn bè để trò chuyện hoặc có việc để làm tỉ như đi dạo bên ngoài hoặc đi đến khu nhà chung. Có một căn phòng dành cho khách của mọi người, nếu cần, có thể nghỉ đêm.

Người lớn tuổi cảm thấy an toàn và không biết đến tâm trạng cô đơn - mặc dù sự riêng tư vẫn được tôn trọng và được đưa vào các chi tiết thiết kế nhà ở.

Một cuộc sống không hoang phí

Costwise, một cư dân ở Cascade Cohouse, tìm ra rằng họ có thể xây một ngôi nhà thật đẹp mỗi chiều 10 đến 12 mét với giá trị 70.000 đô Úc. Mua chủ quyền và quyền được sử dụng cơ sở hạ tầng cũng như nhà Chung mất 32.000 đô nữa. Số tiền này bao gồm cả những chi phí khác như dịch vụ bưu điện và các khoản linh tinh lên tới trên 8.000 cho một căn hộ.

Cohouse tạo ra một cuộc sống có nhiều điểm ưu việt mà bạn không đơn giản chỉ xì tiền ra là có được - sự tương thân tương ái, sự an toàn, các bữa ăn, phí du lịch rẻ, một khoảng không gian tràn ngập ánh nắng mặt trời và tất cả những gì bạn có thể cùng chia sẻ ngọt bùi với những người thân yêu. Một số nhà liên kết ở Châu Âu cũng chia sẻ quyền sở hữu với người khác trong những dịp nghỉ hè như ở nhà ở, khoảng sân dẫn ra bờ biển, hoặc bể bơi và phòng tắm hơi.

Những quan điểm trái ngược - các chuyên gia đã đánh bật nó ra sao?

“Một sự chăm sóc không đạt tiêu chuẩn trong những năm tháng đầu đời có thể có hại cho trẻ. Để mặc trẻ sơ sinh, trẻ nhỏ không được quan tâm chăm sóc trong một thời gian dài, bên cạnh đó lại thiếu một hình thức kỉ luật thích hợp, thiếu một chương trình dạy dỗ chu đáo hoặc thậm chí để mặc cho trẻ có những chấn động tình cảm... sẽ gây nên những hậu quả khó lường cho cả cha mẹ và con cái”. (Đánh giá về chính sách lao động, trong kì bầu cử tại các bang năm 1993).

“Tôi chưa bao giờ khuyên những người mẹ muốn có sự nghiệp riêng không nên theo đuổi cao vọng đó. Nhưng tôi nghĩ thật là bất công cho những bà mẹ thà ở nhà chăm con còn hơn là giao phó con mình cho người khác. Nếu một người mẹ muốn nghỉ việc để ở nhà với đứa con mới sinh, chính phủ phải có chính sách trợ cấp cho người mẹ đó, như hầu hết các nước phương Tây khác”.

(Benjamin Spock, báo Mercury, Hobart, 11-1992) “Theo kinh nghiệm của tôi, nhà trẻ (nếu được chọn lựa một cách kĩ càng) không chỉ tốt đối với trẻ mà còn khuyến khích chúng mau trưởng thành! Sống trong một môi trường phong phú đầy yếu tố kích thích, tách rời hẳn mối quan hệ hạn hẹp đóng kín với người mẹ, chỉ có lợi cho trẻ. Chúng sẽ có một thế giới quan rộng lớn hơn và học để biết cách chia sẻ và hợp tác với người khác. Chúng có dịp ở bên những người thích thú được ở bên trẻ và bao quát tất cả những nhu cầu của trẻ ngày này qua ngày khác. Trẻ sẽ có óc sáng tạo, tự tin và tôi cho rằng biết đánh giá công lao và tình thương của cha mẹ hơn bởi vì thời gian trẻ được ở bên cha mẹ là một cái gì hết sức đặc biệt”.

Rosemary Lever, theo “Một nỗi buồn ngọt ngào là thế”.

“Một sự chăm sóc chất lượng cao là một cái gì khó đạt tới và ngay cả khi bạn là một trong

những người may mắn, một khi con bạn đã ở nhà trẻ, đời bạn sẽ bị kéo vào vòng xoáy hàng ngày của việc đưa đón và các bồn phân thường nhật. Nếu bạn có chút gì đó giống tôi, bạn cũng sẽ phải sống với một sự lẫn lộn giữa các cảm xúc và những mâu thuẫn khó vượt qua, bạn sẽ dao động giữa niềm vui, hạnh phúc và những câu hỏi u buồn, day dứt như là liệu nhà trẻ mà bạn gửi con vào có thích hợp không, trẻ có được hạnh phúc không, bạn có dành đủ thời gian và sự quan tâm đối với con không”.

(Rosemary Lever, “Nỗi buồn ngọt ngào là thế!”).

“Sự thật là nếu trẻ con được chăm sóc tốt, những người mẹ đang theo đuổi sự nghiệp của mình sẽ cảm thấy hạnh phúc, thỏa mãn ngang với những người không đi làm. Thời lượng bạn bỏ ra cho trẻ không quan trọng, chính chất lượng của sự quan tâm mới là vấn đề”.

(Christopher Green, “Dạy trẻ”).

“Một sự vắng mặt thường xuyên có thể ảnh hưởng xấu đối với trẻ dưới ba tuổi. Chỉ khi nào trẻ bước qua tuổi lên ba cho đến tuổi lên sáu, hầu hết trẻ mới chịu ảnh hưởng tốt trong việc được dạy dỗ cả ngày ở những trường mẫu giáo chất lượng cao. Nhưng thậm chí điều đó có xảy ra thì vẫn có một sự nhất trí giữa các nhà giáo dục trẻ trước tuổi đến trường rằng những lợi ích của một chương trình tốt sẽ bị giảm đi nhiều hoặc có thể còn bị tiêu hủy hoàn toàn nếu giờ học của trẻ lên tới sáu giờ một ngày hoặc lâu hơn”. (Selma Fraibery, nhà phân tâm học thiếu nhi được Karl Zinsmeister trích dẫn trong “Sự thật khó chấp nhận về các nhà trẻ bán trú”, Readers Digest, 1,1989).

“... trẻ sơ sinh trong các nhà trẻ có xu hướng thiết lập một mối liên hệ hết sức không bình thường với mẹ chúng, xa lánh mẹ, ngoài ra còn thích đánh nhau, đấm đá, đe dọa và cãi cọ với người khác hơn là những đứa trẻ không đi nhà trẻ hay đi nhà trẻ muộn hơn”.

“Trẻ không được hưởng sự quan tâm chăm sóc của những người sinh ra nó có biểu hiện hung hăng nghiêm trọng hơn, ít hợp tác hơn, kém khả năng chịu đựng những thất vọng trong đời hơn, tư cách đạo đức kém và đôi khi tự rút lui khỏi những mối quan hệ xã hội”.

(Karl Zinsmeister, “Sự thật khó chấp nhận về các nhà trẻ bán trú”, Readers Digest, 1,1989).

“... vấn đề là ở chỗ nhà trẻ được tạo ra vì lợi ích và sự đầu tư của người lớn còn điều đó lợi hay có hại cho trẻ là một điều sau này mới được xét đến. Nhà trẻ không gì khác hơn là một ngành kinh doanh của người lớn, cách hành xử của người lớn và khát khao của người lớn”.

(Bob Mullen, “Người mẹ có thực sự cần thiết không?”).

“Năm 1980, Brunet đưa ra kết luận với hình thức hoạt động hiện tại, dịch vụ chăm sóc trẻ làm nảy sinh nhiều vấn đề với ít nhất một phần ba số trẻ được hưởng sự chăm sóc này nếu không muốn nói là với một phần hai số trẻ trên”.

(Bob Mullen, “Người mẹ có thực sự cần thiết không?”).

“Sheila Kitzinger cho rằng bối cảnh xã hội của việc sinh con đã trở nên tiêu cực và bị từ chối - một đứa con ra đời sẽ làm gián đoạn “nhịp sống” của những người trong cuộc. Kitzinger nói thêm rằng cái đặc tính này hạ thấp vai trò người mẹ và việc sinh con đẻ cái, làm cho một số phụ nữ thì thấy việc làm mẹ chỉ làm thỏa mãn một đòi hỏi ủy mị, vô nghĩa và ngu xuẩn cực kì. Kitzinger tin rằng trong phong trào phụ nữ nếu có một cái gì mơ hồ thì đó chính là ý thức về việc làm mẹ”.

Bob Mullen, “Người mẹ có thực sự cần thiết không?”.

“Thoạt đầu cha mẹ thường chưa được chuẩn bị cho tình yêu tha thiết tràn trề mà họ dành cho con cái. Một người mẹ mà tôi vừa gặp mới đây miêu tả nó như là “một sự biến hóa”. Cô đã có một chức vụ rất cao trong một công ty tài chính lớn và thú thật rằng khi còn mang thai cô đã dự định sớm quay lại vị trí của mình. Ngày chúng tôi gặp nhau chính cô cũng ngỡ ngàng về sự thay đổi của mình kể từ ngày cô sinh con, về cái đặc ân không gì sánh nổi ấy, việc cô đã yêu con biết bao nhiêu và sẽ đau lòng ghê gớm khi chỉ nghĩ đến chuyện giao kho báu của cô vào tay một người nào khác”.

(Rosemary Lever, Nỗi buồn đau ngọt ngào là thế).

“Bằng cách nào đó tôi đã lí giải cái sự thật kinh khủng là một nhân viên bán hàng mới vào nghề đã kiếm được số tiền gấp đôi lương một người nuôi dạy trẻ, nhưng lại còn có một nhân viên kế toán của một công ty gửi một ngân phiếu trị giá 150 đô trả tiền công cho một giờ tư vấn cho chuyên gia của anh ta.

“Tuy vậy, tôi cảm thấy tiếc đứt cả ruột sau khi phải móc túi ra trả 10 đô cho cái người tốt đẹp đã trông con tôi hôm ấy. Tôi vẫn cảm thấy như nhuốn bệnh”.

Kirsty Cockburn, ITA, 10-1989)

Quá nhiều cái quá nhiều

Dù sao nhà trẻ cũng cần chứ. Cái mà chúng ta cần phản bác lại là việc lạm dụng nhà trẻ. Bằng một cách nào đó tiêu chuẩn của chúng ta đã bị đánh tuột đi đâu mất. Chúng ta bị kẹt cứng trong cái chủ nghĩa duy lý toan tính thiệt hơn và không còn biết cách lắng nghe tiếng lòng mình nữa.

Kết quả - trẻ bị tống vào nhà trẻ trong lúc còn trong trứng mỏng, quá nhiều giờ trong một ngày, quá nhiều ngày trong một tuần.

Sự dự phòng không tương ứng trong các nhà trẻ có nghĩa là cha mẹ đã sử dụng quá nhiều loại hình trông trẻ khác nhau, thậm chí chỉ trong một ngày để đáp ứng nhu cầu của họ.

Những người làm nghề trông trẻ được trả lương quá thấp ở những nơi có quá nhiều trẻ phải quan tâm, chăm sóc. Các trung tâm chăm sóc nuôi dưỡng lại áp dụng một hình thức nuôi dạy trẻ quá máy móc thiếu tự nhiên, giống như một xưởng sản xuất hơn là một chỗ mang lại sự thoải mái vui tươi cho trẻ.

Trong tương lai sẽ vẫn còn chỗ cho nhà trẻ nhưng nó là một chỗ nhỏ bé hơn bây giờ. Trong khi ai cũng chỉ nói về nhu cầu có nhiều chỗ để mở nhà trẻ và kêu ca về danh sách chờ đợi, có thể đến một ngày nào đó sẽ có ít nhu cầu về nó, và những chỗ này sẽ trở nên quá thừa đối với những người thực sự có nhu cầu. Trẻ sơ sinh và trẻ nhỏ một lần nữa lại được chăm sóc ở chỗ của chúng đã hàng ngàn năm nay - trong vòng tay cha mẹ, bà con chòm xóm, họ hàng, dưới mái nhà của những người thương yêu chúng.

Một vài gợi ý

Việc chúng ta lựa chọn nhà trẻ cho con đầu tiên phải dựa trên nhu cầu phát triển của trẻ.

Như chúng tôi đã đề cập đến ở phần đầu chương sách này không có một kết quả nghiên cứu

cuối cùng đưa ra cho tất cả mọi đứa trẻ. Cha mẹ cần phải dùng đến năng lực phán đoán và cảm nhận của riêng mình. Sau đây tôi xin mạo muội đưa ra một vài gợi ý.

Dựa vào độ tuổi

Khi con bạn dưới một tuổi, xin bạn chớ nghĩ đến việc gửi con mình cho bất cứ một loại hình giữ trẻ nào.

Hãy sắp xếp công việc sao cho con bạn được ở với mẹ hoặc cha trong suốt năm đầu tiên ấy, trừ một vài dịp đặc biệt - vài ngày nghỉ hoặc vài tối đi ra ngoài nếu bạn tìm được một người giữ trẻ quen biết và có thể tin cậy được.

Nhưng nếu bạn đang sử dụng một loại hình trông trẻ nào đó, bạn hãy cân nhắc những chỉ dẫn sau đây:

- Khi trẻ một tuổi - chỉ gửi trẻ một ngày trong một tuần, chẳng hạn từ mười giờ sáng đến ba giờ chiều.
- Trẻ từ hai tuổi trở lên: hai ngày một tuần.
- Trẻ từ ba tuổi trở lên: ba ngày hoặc ba ngày rưỡi một tuần, mỗi ngày khoảng năm tiếng.
- Trẻ từ bốn tuổi trở lên: bốn ngày hoặc bốn ngày rưỡi một tuần, mỗi ngày năm tiếng.

Quyết định của bạn bao giờ cũng phải dựa vào nhu cầu của từng cá nhân trẻ, và thông qua một sự kiểm tra phản ứng của trẻ hàng ngày.

Dựa vào loại hình chăm sóc

Về thứ tự ưu tiên chúng tôi tin rằng loại hình chăm sóc trẻ cho đứa con dưới ba tuổi của bạn là.

*** Hộ hàng gần hoặc bạn bè mà bạn tin tưởng và người ấy lại yêu thương con bạn.

** Nhà trẻ gia đình thân thiện và đáng tin cậy, và là người bạn từng quen biết. Nếu bạn không thể tìm ra một nhà trẻ gia đình mà bạn cảm thấy dễ chịu, trong trường hợp này bạn nên

chọn một trung tâm nuôi trẻ.

* Nhà trẻ đạt chất lượng cao với một đội ngũ cô nuôi dạy trẻ mà bạn biết và cảm thấy tin cậy họ.

Đối với trẻ trên ba tuổi, trường mẫu giáo có truyền thống sẽ là một yêu cầu cần thiết. Ở độ tuổi này, lợi ích của những mối quan hệ với người xung quanh, các hoạt động có định hướng, sân chơi và đồ chơi cùng một giáo viên nuôi dạy trẻ lành nghề và có chỉ đạo là một phần thưởng lớn nhất.

Dựa vào hoàn cảnh của bạn

Cùng với nhu cầu của trẻ, nhu cầu của cả gia đình cũng là điều cần cân nhắc nặng nhẹ - bởi vì dù sao thì trẻ cũng chịu thiệt thòi nếu, nói ví dụ, mẹ hoặc cha nó ốm đau, hoặc cuộc hôn nhân giữa cha mẹ nó bị đổ vỡ, hoặc gia đình không còn khả năng giữ được ngôi nhà trên đầu vì cung không đủ cầu. Nếu một sự chăm sóc trẻ thật sự tốt đối với gia đình nó phải đáp ứng các tiêu chí sau:

1. Giúp bạn sống còn sau cơn sóng gió - chẳng hạn khi bạn cần đi làm để đáp ứng nhu cầu vật chất của gia đình.

2. Dành cho bạn một khoảng thời gian thích hợp cho những đứa con khác ví dụ một đứa bé mới đẻ hoặc một đứa bé ốm yếu.

3. Cung cấp cho con bạn những thứ mà bạn không thể cho con được - chế độ dinh dưỡng tốt (nếu bạn nghèo), một sự kích thích hoạt động, vui chơi ở trẻ (nếu bạn và con chỉ ru rú ở nhà), bạn bè (nếu bạn ở một khu biệt lập hoặc đó là đứa con một).

4. Đáp ứng yêu cầu của bạn về kỉ luật, tôn trọng cá nhân đứa trẻ và đảm bảo an toàn.

5. Xây dựng một mối quan hệ lâu dài - người trông trẻ trở thành người bạn của gia đình, và của con cái bạn.

6. Nằm ở một nơi mà bạn cảm thấy tiện đường ghé qua bất cứ lúc nào, có thể ở bên con cả ngày, đưa ra những yêu cầu đặc biệt hoặc để cho họ biết mối quan tâm lo lắng của bạn mà

không cảm thấy bạn là một kẻ nhiều sự.

Với việc cân đối nhu cầu của trẻ, sự thay đổi của hoàn cảnh gia đình, một sự lựa chọn được cân nhắc chu đáo có thể làm cho mọi việc tiến triển tốt đẹp. Chúc các bạn may mắn.

CHƯƠNG MƯỜI BỐN

LƯƠNG CHA MẸ

“Một xã hội trợ cấp nuôi con cho những người đi làm cũng nên cân nhắc đến việc trả một khoản tiền tương ứng cho những người ở nhà nuôi con cho đến khi trẻ đi học.

... thật là một bi kịch khi có quá nhiều người miễn cưỡng đi làm, con phải để cho người khác nuôi trong khi có nhiều người muốn đi làm lại không có cơ hội”.

Báo Thời đại, 4/10/1993.

Tại sao phải trả lương cho người làm cha mẹ?

Có một ý tưởng cấp tiến được thảo luận trên toàn lãnh thổ Australia xoay quanh việc cải thiện một cách chắc chắn và nhảy vọt cuộc sống gia đình. Ý tưởng này có nghĩa là nếu chúng ta thực sự đánh giá cao con cái - nếu chúng ta thực sự muốn “cứu gia đình” - chúng ta phải trả lương cho những bà mẹ, ông bố quyết định ở nhà tự tay mình chăm sóc con nhỏ.

Tôi là một nhà tâm lý học và là một người cha - ờn Chúa không phải là một nhà kinh tế hoặc nhà chính trị. Vì thế mà cho đến nay bao giờ tôi cũng quanh quẩn trong lĩnh vực ẩm cúng và nhỏ hẹp của gia đình - hành vi của con cái, tình yêu, hôn nhân, sự giao tiếp. Qua việc quan sát những gì xảy ra trong gia đình Australia suốt trong hai mươi lăm năm qua và nói chuyện với hàng ngàn người mỗi năm, tôi cảm thấy có trách nhiệm cá nhân phải nói ra những điều không thể tiếp tục phớt lờ được nữa. Tôi chỉ có thể nói một cách giản dị thế này - gia đình hai nguồn thu nhập đang chết dần chết mòn vì stress.

Bạn biết điều tôi đang nói mà. Trên nhiều phương diện, điều này chưa bao giờ nghiêm trọng và có quy mô lớn như bây giờ. Các gia đình thường thường bậc trung - gia đình tôi, gia đình bạn bị lôi kéo vào một mớ bong bóng cảm xúc và tiền bạc, và điều này đang thành vấn đề ở mỗi đường phố trên đất Úc bao la. Bạn có thể thấy rõ điều này xảy ra với bạn bè, hàng

xóm, hoặc có lẽ trong chính mái ấm của mình. Các cuộc hôn nhân chấm dứt một cách vô lí chỉ vì người ta không có thời gian để xây dựng và bảo vệ các mối quan hệ. Sức khỏe suy sụp vì làm việc quá sức, con cái bị bỏ bê hoặc đối xử không ra gì, càng ngày càng có nhiều trẻ mới tí tuổi đầu mà đã sống trong bê tha, tuyệt vọng.

Trước đây điều này chưa từng xảy ra. Nói cho cùng cha mẹ và con cái chỉ có bốn nhu cầu đơn giản: có một cách nào đó để kiếm sống, một mái nhà nào đó để trú ngụ, khoảng thời gian để duy trì sự thân mật và hạnh phúc lứa đôi và cuối cùng khả năng chăm sóc con cái. Mặc dù rất đơn giản, những điều này đòi hỏi thời giờ và tiền bạc mà trong những năm cuối thế kỉ 20 đầu 21 chúng ta thường có rất ít. Cách sống của người Úc không hiệu quả chút nào. “Giấc mơ Úc” trở thành một “Giấc mơ không thực hiện được”.

Bộ máy nhà nước dường như không quan tâm.

Trong khi trách nhiệm cá nhân rất nặng nề thì những vấn đề trên thường chỉ đổ lên vai cá nhân. Chúng ta đang sống trong một thế giới mà thành phố của chúng ta, xã hội của chúng ta bắt đầu tỏ ra là một nhảm lẫn kinh khủng. Mọi người lúng túng, loạng choạng trong một lối sống không ai thực sự cần và đã trở thành một nguy cơ đối với cuộc sống và sức khỏe.

Đây là những nguyên nhân có thể đề cập đến - ưu tiên về kinh tế trong chính phủ Úc, các lực lượng liên kết nhau lại ấn định cách sống cho mỗi cá nhân. Mọi người không nuôi nấng con cái trong môi trường biệt lập, mà làm điều đó trong một hoàn cảnh vừa hỗ trợ ta lại vừa làm hại ta. Không ai có thể thành công với tư cách cha mẹ từ khi cả cái hệ thống mà chúng ta đang sống cùng góp sức ủng hộ mục tiêu ấy. Xã hội của chúng ta - một cách tự phát nhưng không thể bác bỏ được - đang trở nên độc hại đối với gia đình. Vì thế mọi người cần thay đổi điều đó.

Đã đến thời điểm chín muồi cho một cuộc cách mạng - cha mẹ đang trở nên hiểu biết hơn, tận tụy hơn, quan tâm đến con cái hơn, nhưng cùng lúc đó họ lại bị lôi kéo ra khỏi con cái bởi yêu cầu sống tự lập của chúng. Không có một thể hệ nào bỏ ra ít thời gian hơn chúng ta trong sự nghiệp làm cha mẹ.

Điều gì sai trái?

Các bình luận viên có quan điểm trái ngược nhau như Bettina Arndt, Bob Santamaria, Geraldine Doogue, Moira Eastman, Don Edgar và nhiều người khác đồng thanh chỉ ra cùng một nguyên nhân. Ở cán cân xã hội bên kia là nạn thất nghiệp. Chúng ta có một triệu người không có việc làm, 650.000 trẻ em (một phần tư thiếu niên nhi đồng ở Úc) hiện đang sống trong những gia đình nơi cả bố lẫn mẹ đều thất nghiệp và hàng ngày có trung bình 500 người nữa nhập vào đội quân này. Sau đó là vấn đề lao động quá sức. Ngày nay nhiều người làm việc từ 50 đến 60 giờ một tuần chỉ để giữ được việc làm. Thời nay dù có công ăn việc làm bạn vẫn cảm thấy chông chênh bất ổn như những người thất nghiệp. Điều này đặc biệt đúng không chỉ với những công việc kinh doanh quy mô nhỏ mà còn với cả việc đầu tư cá nhân và đội ngũ làm công ăn lương nhà nước. Giáo viên, y bác sĩ, những người làm công tác xã hội phải vật lộn với nạn giảm biên chế, hoặc giảm đầu vào. Chẳng có ai có thể bình chân như vại được.

Và điều có ý nghĩa hơn hết là trong ba trăm ngàn gia đình có con nhỏ mà cả hai bố mẹ đều làm việc từ sáng đến chiều lại xảy ra một hiện tượng khác. Những người chủ gia đình này chịu sức ép khủng khiếp của cuộc sống căng thẳng, gấp rút - sáng ra bỏ nhào đến nhà trẻ gửi con, chạy như điên từ đầu này đến đầu kia thành phố cho kịp giờ làm, cố gắng dỗ giấc ngủ vào ban đêm, chỉ kiếm vừa đủ tiền trả chi phí cho chuyện học hành của con cái, vấn đề đi lại và vân vân rồi lại có cảm giác có lỗi nên lại xài tiền “bù đắp cho trẻ” vì đã không ở bên chúng.

Có hai nguồn thu nhập cho gia đình không phải là tội lỗi. Nhưng nó thực sự tạo ra một sức ép ghê gớm và giảm thiểu thời gian dành cho gia đình. Một số lượng lớn các bà mẹ có con nhỏ cảm thấy họ cần phải quay lại chỗ làm (26% khi đưa con nhỏ dưới một tuổi). Họ cảm thấy buộc phải làm thế, thường thì là bởi vì người bạn đời của họ không có việc làm hoặc có thì đồng lương quá ít ỏi của người chồng cũng không đủ trang trải tất cả các chi phí cho một gia đình nhất là khi họ lại có thêm một đứa con. Cũng có trường hợp (mà điều này cũng nhất thiết phải nói ra) cả hai vợ chồng đều đi làm chủ yếu là vì lòng tham và họ đã lấy đi công việc của những người khác xứng đáng có việc hơn.

Tương tự, một số người đẻ con ra nhưng lại sẵn sàng hi sinh chúng cho sự nghiệp của mình. Dù sao thì cái số người này (may mắn thay) chỉ là thiểu số.

Nền kinh tế cần đàn bà chứ không cần đàn ông

Chúng ta đã đề cập (trong chương trước) đến hiện tượng trong giai đoạn suy thoái kinh tế hiện nay, công việc dành cho đàn ông giảm xuống trong khi đó nhu cầu phụ nữ cho các dịch vụ có thu nhập thấp lại tăng cao đột biến. Kết quả là điều kiện lao động của người phụ nữ đã xé họ ra làm hai trong khi họ cố gắng cân bằng giữa con cái và kiếm sống.

Phụ nữ hoàn toàn có quyền bình đẳng kiếm việc làm. Nhưng còn quyền của những người phụ nữ có con nhỏ mà không có việc làm thì sao? Vào thời điểm này, nhiều phụ nữ không có một sự lựa chọn nào. (Tất nhiên người cha đã bị tước đoạt thời gian vui vầy thật sự với đàn con từ lâu rồi. Ngày nay người cha có công ăn việc làm thường rời nhà từ lúc sớm tinh mơ và trở về khi đêm xuống từ lâu rồi và mệt mỏi chẳng còn hơi sức đâu mà chơi đùa với con).

Phụ nữ đã phải đấu tranh cho cái quyền có một sự nghiệp riêng. Bây giờ dường như chúng ta lại phải đấu tranh cho cái quyền làm cha mẹ. Trong thế giới hiện đại, điều này có nghĩa là một quyền lợi kinh tế. Chúng ta phải đặt giá trị kinh tế lên công việc được thực hiện ở nhà, điều này có ý nghĩa lớn lao về khía cạnh tài chính hơn là ngành khai thác mỏ, ngành nông nghiệp và công nghiệp cộng lại. Điều này đưa chúng tôi đến ý tưởng đòi tiền lương cho người làm cha mẹ.

Lương cho cha mẹ - giải quyết hai vấn đề một lúc

Khái niệm trả lương cho cha mẹ đã xuất hiện trong vòng một hai năm nay, thỉnh thoảng nó được khuấy động lên nhờ các nghị sĩ quốc hội. Đây hoàn toàn không phải là một ý tưởng cực đoan. Chúng ta chẳng trả lương cho những người làm việc ở tất cả các loại dịch vụ công cộng khác đó sao? Ví dụ từ kỉ nguyên Fruser về trước, chúng ta đã chẳng cho phép những người thất nghiệp sinh sôi nảy nở trong dịch vụ cấu trúc lại nền kinh tế của chúng ta là gì. Bây giờ ở Úc có hơn một triệu người thất nghiệp. Chúng ta trả tiền cho họ qua cái “dịch vụ” này với trợ cấp thất nghiệp. Họ được trả lương để không phải làm gì.

Chúng ta cũng trả lương cho việc trẻ con ra đời, trong chừng mực nó được thực hiện bởi người khác chứ không phải cha mẹ. Các trung tâm nuôi dạy trẻ nhận được một khoản kha khá trong ngân sách nhà nước dù rằng cung vẫn chưa đủ cầu. Những người có công ăn việc làm nhận được một khoản trợ cấp vào khoảng 140 đô Úc một tuần để trả tiền học phí cho con ở nhà trẻ. Tuy vậy họ chẳng nhận được một xu nào nếu họ tự tay chăm sóc con cái. Cái chính sách đầy đầy mâu thuẫn. Một mặt, chính phủ của chúng ta muốn giải phóng con người để tham

gia vào lực lượng lao động. Thế là chúng ta trợ cấp cho dịch vụ chăm sóc trẻ và (như Bronwyn Donaghy chỉ ra trong tạp chí “Cha mẹ”) chúng ta có một hệ thống thuế rất tài tình trong việc đánh thuế kép vào thu nhập của từng gia đình. Nhưng chúng ta vẫn chưa có đủ việc cho tất cả mọi người và chúng ta bỏ ra một khoản tiền khổng lồ cho lợi ích của những người thất nghiệp cũng như là giải quyết vấn đề tội ác đang gia tăng, những vấn đề liên quan đến sức khỏe và vân vân.

Việc trói buộc người phụ nữ vào công việc gia đình không phải là một luận điểm có lí. Ai cũng có quyền tìm kiếm và nuôi hi vọng có được một công việc có ý nghĩa. Cả đàn ông và đàn bà đều cần một sự kích thích, được tham gia và nhận được phần thưởng mà một công việc đem lại. Tuy nhiên đi ra ngoài làm việc là một sự lựa chọn thật sự. Phụ nữ thường phải làm những công việc chân tay, thấp kém không có triển vọng trong khi con cái mình lại gửi vào tay những người xa lạ với một khoản chi phí rất cao, cùng với nhiều lo âu, bất tiện và căng thẳng. Thịnh thoảng họ chấp nhận công việc này bởi vì đó là những công việc duy nhất cho phép họ có một khoảng thời gian co giãn.

Chúng ta đã làm gì cho người mẹ? Tại sao họ lại bị ép buộc phải chuyển giao cho người khác cái công việc đòi hỏi kĩ năng cao và mang lại niềm vui sâu xa của việc làm mẹ - nhất là khi những người khác lại không giỏi bằng họ trong việc chăm sóc trẻ con hoặc có nhu cầu có công việc cao hơn. Chúng ta cần khuyến khích những người mẹ này ở nhà với con và nhường cơ hội làm việc trong dịch vụ công cộng cho những người khác cần hơn và có điều kiện làm việc hơn.

Việc cha mẹ được trả lương có thực tiễn không? Những chi tiết chung quanh việc này rõ ràng cần được quan tâm suy nghĩ. Những điều sau đây sẽ là những gợi ý đơn giản cho một cuộc thảo luận vừa được nhóm lên.

Cha mẹ cần được trả lương bao nhiêu? Người ta đề nghị một món tiền còm cõi đến mức đáng xấu hổ để trả cho người mẹ. Một người mẹ ở nhà chăm con ước tính một năm cần một số tiền là 80.000 đô Úc, dựa trên số tiền lương mà một cô giáo nuôi trẻ nhận được theo giờ. Mức lương phải chăng cho người mẹ khó có thể dưới 400 đô một tuần. Nhưng để tỏ ra thực tế, mức độ trợ cấp tối thiểu cho phép người mẹ ở nhà nuôi con, cùng với những ảnh hưởng có lợi khác đối với tất cả những mối quan tâm khác là 200 đô một tuần.

Cần có những điều kiện và các biện pháp bảo vệ để tránh gây ra những điều không hợp lý trong việc thực hiện chính sách trợ cấp xã hội. Lương dành cho cha mẹ nên trả cho bất cứ gia đình nào có một người hoặc cả hai không có công việc ổn định, hàng ngày và cần có một số trợ cấp khuyến khích nào đó nếu người mẹ có một công việc bán thời gian. Cả người mẹ hoặc người bố đều có thể là người được chỉ định là người “nuôi con”. Việc trả lương này không nên phân biệt số con trong gia đình, có nghĩa là không trả nhiều hơn nếu gia đình đông con hơn, nhờ thế không khuyến khích người ta đẻ nhiều con. Trong thực tế, ta lại phải hạn chế điều này. (Điều cuối cùng mà chúng ta cần là khuyến khích tăng dân số).

Khi ý tưởng đầu tiên về trả lương cho cha mẹ được nêu ra trong một bài báo quan trọng của tạp chí Trẻ em ở Sydney, có nhiều ý kiến cho rằng cũng cần mở những khóa đào tạo dành cho cha mẹ. Đó cũng là một ý kiến thú vị. Ở đây cũng có những điều cần thảo luận, cha mẹ được trả lương trong thời hạn bao lâu - cho đến khi tất cả con cái trong gia đình đến tuổi đi học hay là trả một số tiền ít hơn nhưng kéo dài cho đến năm đứa bé nhất được mười tám tuổi. Ở đây có nhiều khả năng.

Tiền đến từ đâu?

Điều tuyệt vời nhất của việc trả lương cho cha mẹ là chỉ cần một hòn đá mà có thể giết chết hai con chim. Nó tác động đến lực lượng lao động ngay tức thì và hết sức ấn tượng. Tôi cho rằng khoảng 60% bà mẹ có con nhỏ đang tham gia vào lực lượng lao động (và một con số còn chưa biết rõ các ông bố) sẽ nghỉ việc ngay nếu họ nhận được sự hỗ trợ về kinh tế. Một nghiên cứu gần đây của viện nghiên cứu gia đình Australia cho biết có 40% sẽ nghỉ việc, 20% còn lại chuyển sang làm việc bán thời gian.

Người Thụy Điển giải quyết vấn đề này bằng một cách khác - đảm bảo 90% lương trước khi sanh cho đến khi đứa trẻ được 18 tháng tuổi, cho bất cứ người cha, mẹ nào nghỉ làm để chăm sóc con cái.

Nếu có từ 40% đến 60% ông bố, bà mẹ trẻ nghỉ việc dưới sự khuyến khích của lương cha mẹ, chắc chắn sẽ có nhiều lắm lắm các cơ hội ngay tức thì cho những người trụ cột gia đình đang nằm trong danh sách (đàn ông cũng như đàn bà) hưởng trợ cấp thất nghiệp cũng như là số sinh viên vừa tốt nghiệp. Bởi vì trợ cấp thất nghiệp hiện nay vào khoảng trên 250 đô Úc một tuần, người ta sẽ tiết kiệm được nhiều tiền nếu có một công việc mới nào đó.

Lương cha mẹ chỉ tốn kém trong một thời gian ngắn. Chúng ta đang nói về một nửa triệu gia đình có con dưới năm tuổi, nhận được 10.000 đô một năm. Tổng cộng là năm tỉ đô một năm. Số tiền quả là rất cao nhưng cũng xứng đáng làm một phép so sánh - hiện nay chúng ta bỏ 4,5 tỉ đô cho trợ cấp thất nghiệp và chín tỉ đô hàng năm cho ngân sách quốc phòng.

May mắn thay, việc trả lương cho cha mẹ là một điều gì có thể thay đổi được - chúng ta trả lương nhiều bao nhiêu thì có nhiều cha mẹ ở nhà với con bấy nhiêu và cũng bằng ấy chỗ làm được giải phóng, bằng ấy người ra khỏi danh sách hưởng trợ cấp thất nghiệp. Chúng ta có thể bắt đầu một bước nhỏ và nhìn xem điều gì xảy ra.

Cải cách chính sách thuế - một cách khác làm cho mọi việc tốt hơn

Lương cha mẹ không phải là cách thức duy nhất giúp gia đình nuôi dạy con cái. Có thể giảm gánh nặng thuế khóa cho các gia đình chỉ có một nguồn thu nhập - cho phép họ phân nhỏ số tiền thu nhập cho các mục thuế, như là các gia đình có hai nguồn thu nhập vẫn làm - sẽ tạo ra một hiệu quả tức thì. Nhiều cơ quan hỗ trợ gia đình đang gây sức ép để chính phủ có một bước chuyển biến tương đối đơn giản này.

Tim Colebatch, biên tập viên kinh tế cho tờ *Thời đại* ở Melbourne, cho biết dưới chính sách thuế má của chúng ta một gia đình chỉ có một nguồn thu nhập trả thuế cao hơn 40% so với gia đình có hai nguồn thu nhập, với số tiền tương đương. Ông gọi đó là “một sự phân biệt đối xử trắng trợn” đối với những gia đình chỉ có một người đi làm. Ông chỉ ra rằng hầu hết các nước phương Tây khác cho phép các gia đình đóng thuế như là một đơn vị độc lập. Sự thay đổi này sẽ tiết kiệm được cho các gia đình một khoản tiền vào khoảng 80 đô tiền thuế một tuần. Kết quả, một số đàn ông hoặc đàn bà trong các gia đình có hai nguồn thu nhập sẽ nghỉ một người khi cần thiết và nhường chỗ làm ấy cho một người khác.

Rõ ràng, một phương pháp chia làm nhiều mũi tỏ ra rất cần thiết. Chúng ta vẫn cần những nhà trẻ đạt chất lượng cao, đặc biệt là cho trẻ lứa tuổi từ ba đến năm là giai đoạn cần đến những sự phối hợp hài hòa, thích hợp. Chúng ta cần có nhiều chỗ làm trong khung cảnh gia đình thân thiện, tạo cho cha mẹ một khoảng thời gian nghỉ ngơi, cơ động. Điều này sẽ cho phép cha mẹ được quyết định tùy theo tính toán của họ về nhu cầu thực tiễn của gia đình mình mà không bị ràng buộc bởi các thỏa hiệp không thể thực hiện được.

Đề đồng tiền vào chỗ mà ta mong muốn

Trong xã hội hiện đại, ta chứng tỏ giá trị của mình ở cái chỗ mà chúng ta cho tiền vào. Những bà mẹ, ông bố ở nhà nuôi con thường cảm thấy mình vô giá trị so với những người có “sự nghiệp” ngoài xã hội. Đó là một trong những định kiến thâm căn cố đế của việc phân biệt giới tính. Người ta đánh giá cao công việc của một ủy viên hội đồng quản trị hoặc một nhà tài phiệt dù có thể những người này tạo ra một giá trị rất nhỏ trong khi đó lại hạ thấp những công việc sáng tạo, tích cực rất lớn được thực hiện ở nhà hay bởi một cộng đồng (thường là phụ nữ) những người chẳng được đền đáp cái gì.

Công việc mà người ta làm ở nhà có giá trị về mặt tiền tệ rất lớn, và nó là một nguồn trực tiếp giúp cho quốc gia trở nên giàu có, hùng cường. Khi công việc này bị bỏ rơi cái giá mà chúng ta phải trả là tình trạng sức khỏe cộng đồng đi xuống, tỉ lệ tội phạm và li dị gia tăng và vô số những vấn đề xã hội nghiêm trọng khác.

Khi chúng ta bỏ tiền ra cho các dự án nhà ở trong khu vực trung tâm thành phố, công việc cho giới trẻ, ưu tiên trường học, trong thực tế chúng ta đang trả tiền cho con người đừng gây bạo loạn hoặc thực hiện những hành vi phạm tội. Chúng ta “đầu tư” cho một tương lai mà chúng ta mong muốn có.

Hãy đưa ra một giả thuyết với ngành công nghiệp và chính phủ: Nếu chúng ta đầu tư vào hầm mỏ, nông trại, nhà máy, công ty (tất tât đều được hưởng một sự ủng hộ lớn của những người đóng thuế) thì những ngành này sẽ phát triển và những người bình thường sẽ có lợi bởi một tác động ngược.

Cả điều này cũng có vẻ không ăn thua. Đó mới chỉ là một nửa câu chuyện. Chúng ta cũng phải đầu tư vào gia đình nữa. Nếu chúng ta không làm điều đó ngay bây giờ thì những vấn đề xã hội cực lớn sẽ quật ngã chúng ta.

Như là tôi đã nói, tôi không phải là một chuyên gia về những vấn đề này. Nhưng tôi biết rõ gia đình ở Úc đang trong cơn khủng hoảng. Trước khi vấn đề trả lương cho cha mẹ được áp dụng triệt để có nhiều người hiểu biết cần đưa ra những ý kiến bình luận và nhiều hơn nữa các phép tính phức tạp cần được tính toán. Cuối cùng, nó sẽ đưa ra một bí quyết, có cả ý kiến cá nhân của bạn.

Bạn nghĩ sao?

CHƯƠNG MƯỜI LĂM

NUÔI DẠY BỌN CON TRAI

Đã đến lúc chúng ta xây dựng một loại người mới...

Nếu bạn có con gái thì mọi việc dường như ủng hộ nó. Nhờ tiến bộ của phong trào phụ nữ sau bao năm tranh đấu và chiến thắng vào mấy thập kỉ qua, con gái bạn sẽ có nhiều cơ hội trở thành một bác sĩ thay vì chỉ là một y tá quèn, thành một bà chủ thay cho một vai thư kí. Cô bé sẽ có quyền được hưởng lương ngang bằng với đàn ông, có quyền được bỏ người chồng hung bạo và có đầy đủ các phương tiện để làm việc đó. Chẳng có ai làm chủ con bạn hết.

Nhưng từ đây đến đó vẫn là cả một chặng đường dài. Con gái bạn sẽ không được tự do đi đêm đi hôm. Trong cuộc sống nó sẽ gặp đủ loại rào cản nảy sinh do sự bất ổn bên trong người đàn ông. Nó có thể tự tìm đến rắc rối khi chọn một người đàn ông cho mình mà người này có những vấn đề xúc cảm tương tự như nó. Rõ ràng trong những tiến bộ mà chúng ta đã đạt được trong phong trào phụ nữ, chúng ta đã bỏ qua một bước nào đó - một cái gì vẫn xảy ra với những người đàn ông đã khiến họ ngăn cản hành trình giải phóng phụ nữ. Chúng ta có thể thực hiện một số thay đổi lớn lao nếu chúng ta bắt đầu sớm hơn, với bọn con trai.

Tạo cho con trai một hình ảnh tích cực về bản thân

Hãy suy nghĩ về hoàn cảnh hiện thời của bọn con trai.

Nếu bạn nghe trên radio người ta thông báo về một băng du đảng vừa gây ra một cuộc ẩu đả, bạn sẽ nghĩ ngay bọn côn đồ đó là mấy thằng con trai chứ không phải con gái. Khi chúng ta nói về nạn tự tử trong trẻ vị thành niên, bốn trong năm trường hợp ta nghĩ đó là thằng nhỏ. Người lái chiếc xe bị cán bẹp dúm, nguyên nhân là một cuộc đua xe kinh khủng, trẻ cá biệt trong một lớp học hoặc một sân chơi, một tên trộm, một tên giết người hàng loạt, một tội phạm có tổ chức, một kẻ nghiện ngập - tại sao hầu như bao giờ cũng là một thằng đàn ông?

Khi còn bé cánh đàn ông có vấn đề với chuyện học hành cao năm lần so với con gái, mười lần với những vấn đề hành vi trong học đường. Khi đã thành nhân, đàn ông liên quan đến những tai nạn giao thông cao hơn bốn lần và tỉ lệ ngồi tù cao hơn đàn bà tới chín lần.

Nếu bạn có con trai, việc nuôi dạy chúng lớn lên để trở thành một người “bình thường” là chưa đủ - bởi vì “bình thường” đối với một người đàn ông trong thế giới ngày nay thường có nghĩa là luôn luôn bồn chồn nóng nảy, thích đấu đá, ganh đua và có một đời sống tình cảm nghèo nàn. Đã đến lúc bắt đầu việc nuôi dạy một kiểu “con người mới”.

Chương sáu sẽ bàn đến việc chúng ta có thể trông đợi vào các cậu trai này đến mức độ nào nếu cha mẹ vui lòng mở rộng chân trời của họ cho con.

Bước đầu tiên đối với chúng ta với tư cách cha mẹ là xác định một cách rõ ràng kiểu người mà ta muốn con trai mình phấn đấu trở thành.

Chúng ta thích kiểu người nào?

Có một nhóm phụ nữ gặp nhau trong một cuộc hội thảo cuối tuần bàn về các mối quan hệ. (Ở một căn phòng khác, chồng hoặc bạn trai của những người phụ nữ ấy cũng có một cuộc họp mặt). Chủ tọa đề nghị cánh phụ nữ nêu ra những phẩm chất mà họ tìm kiếm ở người đàn ông. Sau một vài lời đùa cợt vui vẻ như “có một cái ví nặng tiền” và một vài nhận xét khiếm nhã, phái đẹp trở nên nghiêm túc hơn. Đây là danh sách mà họ đưa ra:

- Giàu tình cảm.
- Tự lập.
- Sẵn sàng góp một tay đỡ đàn công việc.
- Có khả năng yêu thương sâu sắc.
- Có khả năng cảm thấy đau buồn, thừa nhận mình cũng biết sợ hãi và không biến mọi cái thành một cơn cuồng nộ.
- Tôn trọng và ủng hộ phụ nữ.

- Quan tâm chăm sóc người khác.
- Dũng cảm mạnh mẽ khi cần thiết.
- Sáng tạo - không cứng nhắc và bị ràng buộc bởi khuôn mẫu.
- Tôn trọng người khác.
- Vui vẻ, nhưng cũng biết tỏ ra nghiêm túc khi cần thiết.
- Vững vàng, đáng tin cậy (nhưng không nhàm chán).
- Kiên trì thực hiện nhiệm vụ và làm tốt mọi chuyện.
- Tình cảm nhưng không suốt mướt và không phụ thuộc vào người khác.
- Tự hào về mình nhưng không đề cao cái tôi một cách quá đáng.
- Hiền lành, không có hành động dùng đến vũ lực.
- Có khả năng khiêu vũ, ca hát và đón nhận niềm vui khi thưởng thức những đóa hoa.
- Không phải lúc nào cũng nghĩ đến công việc, công việc, công việc.
- Hồn nhiên, thoải mái, tự do.
- Có cảm hứng.
- Sống thuận theo tự nhiên.

Đó là những điều đàn bà tìm kiếm ở đàn ông. Có thể cá cược một cách chắc ăn rằng đó cũng là những điều mà cánh mày râu muốn tìm thấy trong bản thân mình.

Như thế khi ta nuôi dạy con trai, những phẩm chất trên trở thành mục tiêu mà chúng ta cùng hướng tới. Nhận thức này sẽ dẫn dắt hành động của chúng ta giúp chúng ta hiểu khi can thiệp vào những tiểu tiết trong các tình huống hàng ngày. Khi một đứa con trai chơi xấu chị nó hoặc thọc lét chị nó sau khi cô chị đã nói rõ ràng là không thích điều đó - là lúc cha mẹ phải trở

nên hết sức cứng rắn bảo nó không được làm thế. Chúng ta cũng đối xử như vậy trong trường hợp đứa con gái chọc ghẹo cậu em trai. Nếu nó hỏi tại sao, ta sẽ trả lời: “Mẹ muốn con lớn lên với ý thức tôn trọng thân thể người khác và tôn trọng cơ thể mình. Khi có ai bảo con dừng lại, con phải chấm dứt ngay lập tức”. Bạn có thể thấy điều đó quan trọng như thế nào trong suốt cuộc đời.

Cuộc đời đối xử với bọn con trai như thế nào

Có một cái gì rất đặc biệt và quý giá về các cậu con trai - các ông bố bà mẹ có cả con trai và con gái đều nhận ra sự khác nhau rõ ràng giữa con trai và con gái. Bọn con trai giấu kín những cảm xúc của chúng - thường thì sự đam mê của chúng rất mạnh mẽ và chúng dường như chịu một sự hồi thúc từ bên trong cần phải bảo vệ điều đó. Con trai thích hành động và làm nên những sự kiện hào hùng. Chúng trung thành, khả năng chịu đựng cao và có ý thức mạnh mẽ về sự công bằng. Chúng cũng có khiếu hài hước, lạc quan và có chí tiến thủ.

Khi tôi quan sát những chú bé, rồi nhận thấy cuộc đời đã xử tệ với chúng như thế nào - chẳng có mấy phẩm chất đặc biệt của chúng nhận được sự khích lệ và nuôi dưỡng - thì điều này bao giờ cũng làm cho tôi buồn.

Có thể tóm tắt hai sự thực về hiện trạng của bọn con trai và việc chúng ta cần làm để giúp đỡ bọn chúng. Thứ nhất, theo những tin tức mới nhất được UNICEF công bố năm ngoái, Úc là nước có tỉ lệ tự tử trong giới trẻ cao nhất so với bất cứ nước phương Tây nào, và tỉ lệ này trong bọn con trai cao hơn con gái tới bốn lần. Thứ hai, các ông bố trung bình chỉ bỏ ra sáu phút một ngày để tiếp xúc với con trai. Cả cha và con đều không có vẻ gì tự hào về điều này, trong khi đó lẽ ra mối quan hệ cha và con trai phải bền vững gắn bó. Vì thế đã đến lúc chúng ta điểm lại xem chúng ta có thể làm gì để giúp chúng tốt hơn.

Đây là những việc cần làm, sau đó chúng ta sẽ khảo sát cẩn thận từng vấn đề.

1. Con trai cần cha hay ít nhất một sự thay thế người cha tốt nhất.
2. Cha cần sự giúp đỡ của những người đàn ông khác trong việc nuôi dạy những đứa con trai.
3. Con trai cần học cách đối xử với những đứa con gái xung quanh - tôn trọng chúng và coi

bọn con gái ngang hàng với mình.

4. Con trai cần bảo vệ khỏi việc bị đánh giá thấp kém, đối xử thô bạo hoặc bị coi rẻ bởi áp lực của bạo lực hoặc sự nhàm chán, vô vị. Chúng cần phải thấy bản năng tính dục của chúng là đặc biệt, chẳng có gì đáng bị coi là thấp hèn.

5. Con trai cần giúp đỡ để biết được cách làm việc, trở thành một người đảm đương mọi việc trong nhà.

Tất cả những ông bố đi đâu?

Một trăm năm mươi năm trước cuộc sống của đàn ông và con trai khác bây giờ rất nhiều. Hầu hết cánh đàn ông đều làm nông nghiệp hoặc nghề thủ công trong nhà hoặc buôn bán. Vì thế mà một cậu con trai lớn lên với sự có mặt của người cha hoặc những người đàn ông trong vùng: các ông chú, người anh họ, ông nội vân vân, tất cả đều quan tâm đến việc dạy dỗ nó và tỏ ra rất thân thiện, gần gũi với nó. Thế rồi bất thành linh, cách mạng công nghiệp nổ ra, dân làng bị quét khỏi đồng ruộng, hàng triệu người kéo nhau ra thành phố, thị trấn tìm việc làm ở các nhà máy, hầm mỏ. Người mẹ có trách nhiệm nuôi dạy con trai, trong lúc người cha đi làm từ sáng đến tối mịt, sáu ngày trong một tuần. “Cứ đợi cho đến lúc bố mày về nhà!”, trở thành một câu nói cửa miệng.

Mất đi sự ủng hộ của làng trên, xóm dưới gia đình bắt đầu quá trình tha hóa. Chỉ một trăm năm trước, mỗi gia đình trung bình có 6, 7 con. Chắc chỉ có một số rất ít người mà ta biết muốn quay lại thời đó! Nhưng quy mô gia đình không chỉ nhỏ đi mà bắt đầu phân tán. Đàn ông bỏ vợ hoặc không bao giờ làm đám cưới trước. Chẳng bao lâu có một con số lớn trẻ em được nuôi dạy dưới đôi cánh của bà mẹ độc thân. Khuynh hướng này kéo dài cho đến tận ngày nay. Đàn ông biến khỏi bức tranh toàn cảnh về gia đình. Ví dụ, một năm sau li dị, một phần ba số ông bố vĩnh viễn biến khỏi cuộc đời con.

Người cha cũng có thể có mặt nhưng không hiện diện về mặt cảm xúc. Nhiều ông ra khỏi nhà vào sáng sớm, trở về nhà vào tối khuya, khoác bộ mặt mệt mỏi, khó khăn lúc ở nhà. Trẻ nhỏ có thể không gặp cha trong suốt tuần - chúng vẫn ngon giấc khi ông đi làm và lại lên giường đi ngủ khi bố về nhà. Một người cha thất nghiệp, nếu biết hành động lại có cơ hội trở thành người cha đúng nghĩa hơn là một người luôn bận rộn vì “sự nghiệp”. Các bé gái cũng

chịu tác động và tổn thương vì sự vắng mặt người cha trong gia đình, nhưng điều này có sức phá hoại ghê gớm đối với các cậu bé. Khi chúng ta thể hiện điều đó qua việc trở nên hung hăng quá khích, hoặc được đền bù bởi sự giúp đỡ nhỏ nhỏ của người mẹ, cậu bé không có một khuôn mẫu nào để học hỏi theo trong việc trở thành một người đàn ông. Một số nhà tâm lý học tin rằng cần phải bỏ ra mấy tiếng đồng hồ một ngày liên hệ với những người đàn ông thực sự, một đứa con trai mới có thể học được cách thức trở thành một người đàn ông như thế nào. Nếu chú nhỏ David ở trường có sự dịu dặt của cô giáo, ở nhà sống với mẹ, lại gần gũi với bà nội hoặc bà ngoại, chỉ gặp gỡ những cô, những dì bạn bè của mẹ thì thử hỏi còn biết được gì về việc làm một người đàn ông. Sự vắng mặt của người cha trong cuộc sống của những đứa con trai là một vấn đề lớn trong xã hội chúng ta.

Bạn có thể làm gì nếu bạn là một người mẹ độc thân?

Phụ nữ trong vai trò của mình vẫn có thể nuôi dạy được những đứa con trai nên người. Nhưng theo những điều tôi học hỏi được từ các cuộc trao đổi với rất nhiều phụ nữ như vậy tôi biết được điều này cũng cần có sách lược đặc biệt.

Rất cứng rắn nhưng cũng đầy tình cảm.

Dù là người mẹ hay người cha độc thân thì trong việc dạy con cũng phải hài hòa giữa tình yêu lý tính và tình cảm tự nhiên, vốn là hai mặt trong bản chất của họ. Một người mẹ độc thân vẫn có nguy cơ đánh mất tình cảm tự nhiên trong khi cố duy trì sự cứng rắn mà người mẹ biết là con trai mình rất cần. Như là một qui luật, đàn bà không “cứng” như đàn ông trong những mối liên hệ loại này. Bạn có thể thấy rõ điều đó khi nghe cách người đàn ông nói những điều như thế này, “Ê, không gặp lại con nữa”, “Một ngày tốt lành nghe chú nhóc!”, vân vân trong những lời chào thân thiện của họ. Như thế, nhìn chung kỷ luật dễ dàng thực hiện trong bàn tay người cha hơn là người mẹ. Trong thực tế, đôi khi người mẹ cố tỏ ra nghiêm khắc hơn, thì người cha lại cố tỏ ra mềm dẻo hơn, giảm bớt yêu cầu hơn và tỏ ra có lý hơn. Cũng có giai đoạn các cậu bé (hầu hết một cách vô thức) tìm kiếm một sự thách thức (thân thiện, an toàn nhưng trực diện) giúp chúng giải quyết những thúc bách bên trong về sinh lý và sự phát triển của các hóc môn. Hãy tìm kiếm một sự giúp đỡ - từ bạn bè hoặc các chuyên gia - nếu bạn cảm thấy mình lạc lối hoang mang ở một điểm nào đấy. Đặc biệt với những cậu con trai mười bốn tuổi, người mẹ cần giữ gìn sức lực để có thể quan tâm giúp đỡ con mình hơn. Điều đặc biệt

quan trọng là không bao giờ đánh đập, hoặc tỏ ra tàn nhẫn, hoặc nói những điều xúc phạm nặng nề đến nhân cách trẻ ở những thời điểm này.

Tại sao con trai hay quậy phá?

Marcues mười bốn tuổi. Tối tối nó thích cưỡi lên xe đạp, lượn lờ chơi nhón với lũ bạn. Một hôm nó về không kịp giờ uống trà. Khi nó bước vào phòng cha mẹ nó lau bầu và rầy la con về chuyện đó, tuy vậy cha nó không tỏ ra nhiệt tình cho lắm. Cuối cùng mọi người đi đến thỏa thuận là Marcues có thể nhón nhơ vui đùa bao lâu cũng được tùy theo ý muốn, còn phần trà của nó thì cứ ở yên trên bếp.

Vài tuần sau Marcues về nhà còn trễ hơn nữa vào khoảng 9 giờ tối. Nó bảo giờ ấy chưa phải là khuya lắm. Người mẹ tỏ ra giận dữ và lo lắng, nhưng cha nó phán trong chừng mực nó không gây ra những rắc rối nghiêm trọng thì nó có thể đi đến mười giờ. Bọn con trai bao giờ chẳng khoái tự do.

Vài ngày sau Marcues được cảnh sát áp giải về nhà, người ta tìm thấy nó với những đĩa CD ăn trộm từ một cửa hiệu gần nhà. Nó là một trong những đứa trẻ bị tố cáo về hành vi trộm cắp.

Cha mẹ Marcues, đặc biệt là ông bố chỉ muốn tránh những rắc rối liên đới. Nhưng họ đã bỏ qua một điểm: Marcues đã phá luật qui định từ trước. Khi những điều luật này có xu hướng ràng buộc nó hơn, nó thậm chí còn vi phạm những quy định lớn hơn. Cha Marcues là một nhà quản lí cao cấp thường xuyên ra nước ngoài. Là một người thông minh, giờ đây ông phải thực hiện một vài mối liên hệ và bắt đầu làm một cái gì đó trong vai trò làm cha. Marcues sẽ phải trấn tĩnh về hành vi của mình, nhưng điều quan trọng hơn người cha cũng có trách nhiệm trong vấn đề này. Một chuyến đi công tác xa nhà nữa sẽ phải dẹp sang một bên để ông có nhiều thời gian ở nhà với con hơn. Điều này làm cho ông bị thiệt hại nhiều về mặt kinh tế nhưng Marcues không thể bị ngồi tù.

Bọn con trai gây ra chuyện chỉ bởi vì chúng muốn được người cha yêu quý “để mắt” đến một chút, dành một phần sức lực đầu tư vào chúng, hoặc ít nhất thì cũng là từ một người thay thế cha chúng. Những đứa con trai có một người cha không ngó ngàng đến đặc biệt bị lôi cuốn vào các hành động quá khích để chứng tỏ “bản lĩnh đàn ông” như những trò khôi hài và trò

chơi mạo hiểm các loại. Chúng cố gắng bày đặt mọi chuyện để bù đắp cho sự thiếu thốn nam tính trong cuộc sống thật. Những chú nhỏ có may mắn được người cha yêu thương chăm sóc tỏ ra ổn định hơn, kiềm chế hơn và dễ tiếp xúc hơn. Chúng cũng đạt được những thành tích cao hơn ở trường, ít có vấn đề đạo đức và thường có công ăn việc làm khi tốt nghiệp.

Các nghiên cứu cho biết hiện tượng nghiện hút và uống rượu trong bọn con trai trực tiếp quan hệ đến thời lượng chúng ở bên cha mẹ. Bạn không thể lờ con mình trong giai đoạn dậy thì đầy thử thách của trẻ.

Tìm những gương sáng cho con

Bạn phải chủ động tìm kiếm những kiểu mẫu cho con trai bạn noi theo. Chiu khó đi đến trường hỏi thầy/ cô hiệu trưởng xem thầy giáo nào có thể là tấm gương tốt cho con bạn vào năm học tới. Khi chọn một hoạt động hay một bộ môn thể thao nào cho con, bạn cũng cần chọn luôn vị quán quân trong hoạt động đó. Suy nghĩ xem đó có phải là kiểu người bạn muốn cho con mình học tập không. (Đó là tính hai mặt của thần tượng. Nhìn theo kiểu này một huấn luyện viên bóng đá hoặc người thầy dạy Karate có thể là một mẫu người tuyệt vời, hoặc là một ví dụ tồi tệ hết sức!).

Đôi khi một ông chú hay người ông cũng có quan tâm đến vấn đề này nếu bạn yêu cầu họ làm thế - họ có thể tỏ ra dè dặt bởi vì họ không chắc là sự giúp đỡ của mình có được chào đón không. Bạn sẽ không cười một người theo đuôi bắt chước một người khác.

Hãy hết sức cẩn trọng trong việc chọn bạn để con trai mình kết giao. Những tên đồng tính lạm dụng trẻ em thường lợi dụng tình cảm của những đứa trẻ không có cha, khát khao một sự quan tâm từ một người đàn ông. Đây không phải là chuyện ít khi xảy ra đâu - cứ bảy đứa trẻ thì có một đứa bị lạm dụng tình dục trong thời thơ ấu. Bao giờ cũng phải để mắt kiểm tra những người đàn ông có quan hệ xa gần với con bạn.

Giao con cho cha nó

Trừ trường hợp cha của con trai bạn là một kẻ nguy hiểm hoặc là một người hoàn toàn vô trách nhiệm, bạn hãy làm hết sức mình để cha con họ có mối quan hệ gắn bó với nhau. Nếu trong tình trạng li thân hoặc li dị nhưng bạn vẫn có mối quan hệ cảm thông với người chồng

cũ, hãy cân nhắc xem có nên để con trai về sống với bố từ năm nó 14 tuổi. Thường thì bọn con trai trải qua những khó khăn tâm sinh lí trong độ tuổi này. Không nhận ra điều đó, chúng cảm thấy thôi thúc mạnh mẽ cần có một người đàn ông thuần hóa chúng. Phụ nữ thường cảm thấy lo ngại khi phải thực hiện cái bước khó khăn này - “Ồ cái thằng cha ấy thì làm sao chăm sóc con cái tử tế được!”. Đôi khi điều lo sợ ấy là đúng. Nhưng thường thì nhiều ông bố, khi tình cảm phụ tử được khơi gợi sẽ cảm thấy mình có những phẩm chất để dạy dỗ con và một khả năng giáo dục còn chưa được biết đến. Một sự thu xếp như thế có thể mang lại kết quả tốt đẹp cho tất cả mọi người. Người làm cha làm mẹ đơn độc là một người anh hùng thật sự. Tốt nhất hãy làm con của một người mẹ cô đơn hơn là ở trong một gia đình có cha có mẹ nhưng lại không hạnh phúc. Thách thức đối với một người mẹ độc thân là một sự bổ sung những phẩm chất tốt đẹp cho con trai để bù đắp cho nó việc cha nó không hiện diện trong đời.

Một phần lí do của tình trạng yếu kém trong thế hệ chúng ta thể hiện ở chỗ chúng ta thiếu vắng người cha - nhiều người đàn ông không có điểm phúc có người cha quan tâm, yêu thương, cha chỉ là một người xa lạ ngồi ẩn mình sau tờ báo ở góc phòng và nếu có nói ra điều gì thì cũng chỉ làu bàu, cẩu thả. Vì thế chúng ta không có những hành vi mẫu mực của người cha thật sự để noi theo.

Cũng may tôi có thể nói với bạn từ kinh nghiệm của mình, “Điều này không quá khó khăn” và “một khi bạn đã bắt đầu thì bạn sẽ thích điều đó lắm đấy”. Ở đây có hai hoặc ba cách bắt đầu.

Trò chơi vật lộn

Bọn con trai thích vật lộn, chọc ghẹo, đấm đá và chơi đùa một cách ồn ào, huyên náo. Điều này có vẻ đúng với bất cứ độ tuổi nào. Làm điều đó bất cứ khi nào bạn có cơ hội và có sức lực. Chọn một chỗ an toàn, nêu cho chúng một mục đích - bám vào cánh tay bạn hoặc trốn thoát một vòng ôm nghẹt thở của con gấu. Điều này còn là một cái gì lớn hơn là trò vui - bạn có thể dạy con trai những bài học quan trọng trong trò đấu vật ấy. Với việc dừng ngay trận đấu lại nếu nó trở nên nguy hiểm hoặc quá bất cẩn, lấy lại bình tĩnh, bắt đầu lại từ đầu, bạn đã dạy con trai kiềm chế và làm chủ được sức mạnh của nó. Bằng thái độ bao giờ cũng vui vẻ, và không quá ăn thua trong thi đấu - để cho con chiến thắng rồi lại chiến thắng lần nữa - bạn đã dạy con rằng niềm vui là ở trong bản thân trong các mối quan hệ qua lại và người ta vẫn có

thể là một kẻ bại trận vui vẻ. Có lẽ điều quan trọng nhất, trong trò chơi đấu vật hay cơ bắp là hình thức thể hiện tình cảm cha con thân mật và biểu dương nam tính. (Cả mấy cô con gái cũng thích điều này, đặc biệt là khi chúng còn nhỏ). Người cha đẻ ra tôi không bao giờ ôm hôn tôi hoặc biểu lộ ra bên ngoài tình cảm của ông đối với tôi, và như nhiều người thuộc thế hệ ấy, ông đã không đưa ra lời khen ngợi nhiệt tình trong suốt cuộc đời mình. Nhưng ông bao giờ cũng chơi trò đánh vật với tôi, với cả các anh em họ trong nhà tôi và những đứa cháu. Mỗi khi chúng tôi đi thăm viếng ai, ông vui vẻ vỗ vai ôm hôn các cháu nhỏ. Điều đó thật tuyệt vời.

Làm và dạy

Robert Bly cho rằng “kể cả những kẻ đê tiện cũng trở nên dễ thương khi được dạy dỗ”. Bọn con trai thích được tìm hiểu về thế giới của những người đàn ông. Đó có thể là về những chiếc xe hơi, máy tính, ngựa nghèo hoặc việc cùng nhau ngắm chim chóc trên trời, đi dạo trong rừng, đi câu cá ngoài sông, đóng bàn đóng ghế - bất cứ thứ gì làm cho chúng hứng thú và bạn cũng khoái được làm với chúng. (Có một điểm cần nhắc nhở bạn - đừng bao giờ là một người toàn bích, hoặc làm cho con trẻ cảm thấy không bao giờ nó có thể ngang bằng với bạn. Hãy chia sẻ niềm hứng thú, không phải theo những tiêu chuẩn cao vời vợi của bạn).

Nếu bạn là cha, bạn có thể ở bên con trai và các thành viên khác trong gia đình, chỉ trò chuyện và cùng làm một việc gì đó, ít nhất là một tiếng một ngày. Nếu thời gian làm việc của bạn ngăn cản điều đó, bạn cần phải xem lại một cách nghiêm túc danh sách các mục ưu tiên của bạn. Tôi muốn cảm thấy thật thoải mái về điều đó. Ngày nay làm một người thành công trong sự nghiệp không thể sánh với việc làm một người cha tốt. Con trai cần hiểu bạn ở những tâm trạng khác và trong những hoạt động khác.

Lắng nghe

Một trong những kỹ năng tuyệt vời nhất của cuộc sống mà bạn có thể có được là cái khả năng - sẵn sàng - dừng lại ở giữa một cuộc tranh luận để lắng nghe câu chuyện về phía người khác. Đây là một điều bạn nên dùng đến ít nhất là năm lần trong một ngày...

Một chiều hè oi ả tôi và con trai đi xuống một dòng mương để khởi động máy bơm chạy bằng dầu diezen. Chúng tôi làm việc này vào mỗi khi hè về để bơm nước cho đầy hồ nước. Con trai tôi mới bốn tuổi - còn bé quá như bạn có thể nghĩ, nhưng nó là một trợ thủ cần thiết.

Trong lúc tôi quay máy bơm, nhiệm vụ của bé là đập nhẹ vào công tắc lực đúng vào thời điểm quan trọng khi máy bơm bắt đầu hoạt động.

Máy bơm đã cũ kỹ và rất công kênh, cha con chúng tôi đã mấy lần thất bại. Tôi lại đang ở trong tâm trạng xấu. Lá cây kế cộ xước cả chân tôi, còn đàn muỗi thì vo ve nhặng xị chung quanh. Cánh tay tôi đau nhức vì phải quay mãi cái cần nặng như đá đeo. Chưa hết, chột viên phụ tá của tôi lại đình công. Nó bỏ chạy loăng quăng quanh hồ. Tôi có thể cảm thấy dòng máu nóng đang bốc lên trên đầu. Tôi sẵn sàng cưỡng ép nó làm những điều tôi chỉ dẫn. Bé tròn mắt nhìn tôi, cái nhìn như xin lỗi, còn tôi cố nén giận “Tại sao con không giúp bố?” Tôi hỏi cố làm sao cho giọng nói của mình vang lên không quá bất thường “Khỏi dữ quá! Con không thờ được”. Đúng thế, một làn khói dầu diezen bao bọc quanh chúng tôi sau cố gắng đầu tiên.

Thế là chúng tôi ngồi xuống bên hồ một vài phút, lặng lẽ thư giãn trước khi cố gắng lần nữa. Chúng tôi trò chuyện một lúc về các chú ếch ương và côn trùng. Sau đó chúng tôi lại quay lần nữa.

Đó không phải là lần cuối cùng và chắc chắn là mọi việc sẽ trở nên dễ dàng hơn khi trẻ lớn hơn và khôn ngoan hơn. Đây là thời khắc “đốn ngộ” của kẻ làm cha - “Bọn trẻ đã đúng còn mình thì sai”. Và để tai lắng nghe là một điều quan trọng biết nhường nào.

TRẺ NHÌN BẠN QUA KÊNH HÀNH ĐỘNG

Nếu con trai chứng kiến cảnh bạn vào bếp nấu nướng quét dọn lau chùi đồ đạc và chăm sóc con nhỏ, chắc chắn nó cũng sẽ chăm chỉ việc nhà hơn. Người cha phải chứng tỏ họ là một cái gì còn hơn là “một người tốt lúc này hay lúc khác”. Bạn có thể dạy chúng qua hành động thực tiễn làm thế nào để trở thành một người đàn ông đúng nghĩa. Nếu chúng thấy bạn biết cách chăm sóc bản thân, đối xử với người khác ra sao, biểu lộ những xúc cảm cá nhân như thế nào, phấn đấu cho niềm tin của mình ra sao... tất cả những điều đó trăm lần có sức thuyết phục hơn những điều bạn nói. Bạn có thể phải trở thành chính cái con người lí tưởng mà bạn muốn con mình học tập.

Để con trai gặp gỡ, gần gũi với những người đàn ông khác.

Hãy để con trai tham gia vào các hoạt động với những người bạn khác để chúng có thể gặp

gỗ, học tập và có được sự ủng hộ của những người đàn ông khác. Tham gia các buổi cắm trại với các cặp cha - con khác. Dẫn con đến chỗ bạn làm việc để chúng tận mắt nhìn thấy điều bạn làm với cuộc đời - vị trí thích hợp của bạn, lí tưởng của bạn là gì. Cho chúng biết những sự hi sinh của bạn cùng với những vất vả, cam go và sức chịu đựng của bạn trong khi đối diện những khó khăn lớn nhỏ trong đời. Và điều quan trọng nhất, hãy ở bên con. Thời gian ấy không bao giờ uống phí.

CON TRAI CŨNG CẦN ĐƯỢC BẢO VỆ

Có một lần tôi đứng ngoài một trường tiểu học đợi đến giờ họp phụ huynh sau giờ học. Một nhóm con trai lớp ba, lên tám tuổi, đang chậm rãi rời khỏi lớp học. Cảm thấy có một điều gì đó không ổn, tôi chú ý quan sát kỹ hơn có một vài chú bé đưa tay quệt nước mắt, còn tất cả đều có vẻ bị sốc. Mặt đứa nào đứa nấy đều tái nhợt. Sau đó tôi tìm hiểu được từ một phụ huynh khác rằng thầy giáo của chúng vừa chiếu một băng Video hạng trung bình về chiến tranh vì hôm ấy là ngày chống chiến tranh. Không thảo luận, không phỏng vấn, không nghỉ giải lao - chỉ 90 phút về bạo loạn. Thường cánh đàn ông, già cũng như trẻ bị trách móc, lên án, vì tỏ ra vô cảm, hung hăng, vô tình và thiếu quan tâm. Nhưng tại sao họ lại trở nên như vậy, trừ khi là để chống lại cái mà chúng ta quy chụp họ?

Bạn có thể làm rất nhiều việc để làm chậm lại quá trình đánh mất dần tuổi thơ của con trai (và con gái mình) bằng cách ngăn không cho chúng xem những bộ phim hoạt hình đánh đấm liên miên hoặc chơi những trò chơi bóp chết trí tưởng tượng của trẻ với những đồ chơi chiến tranh. (Trẻ có thể làm súng ống từ những cái que, đúng thế, nhưng tất cả những điều bạn có thể làm với một khẩu súng là giả vờ giết người). Càng ngày càng có nhiều trò chơi chiến tranh và bạo lực phát sinh từ việc xem những bộ phim bạo lực, cảm giác sợ hãi trước bạo lực và như thế đồng nhất hình ảnh chiến tranh với việc có được ý thức về sức mạnh. Trẻ con trong những vùng có chiến tranh thường hay chơi trò đánh trận giả nhất. Tại sao phòng khách của chúng ta lại được thiết kế giống các vùng chiến tranh? Tại sao không có một ngôi nhà (và một môi trường tivi) đem lại cảm giác về một thiên đường trên một hòn đảo nhiệt đới, với hơi thở thiên nhiên, sự ấm nồng, cái đẹp và cuộc phiêu lưu?

Cũng tương tự như điều xảy ra với máy vi tính. Đừng để con trai bạn “biến mất” vào trong cái trò chơi trên máy tính hết giờ này đến giờ khác - nhất là những trò với mê cung về cái

thang bất tận - những trò này gây nghiện và chẳng dạy trẻ được điều gì ngoài những ngón tay tê cứng.

Hãy tạo ra những hoạt động mang tính tự nhiên, năng động và thân thiện giữa con người với nhau. Hãy dành thời gian nhiều cho con hơn là dành tiền mua đồ cho chúng. Đánh giá và ngợi khen khả năng của chúng với những đứa bé hơn, tăng cường sự nhạy cảm của trẻ đối với thế giới cảm xúc và sự công bằng. Mua cho con một con thú để nó có thể thiết lập một mối quan hệ với con vật ấy. Cứ làm như thế đi rồi bạn sẽ thấy con bạn đáng yêu biết chừng nào.

CON TRAI CẦN GIÚP ĐỖ HỌC LIÊN KẾT

Một điều tốt đẹp khác mà một người mẹ hoặc cha có con trai có thể làm là dạy chúng cách sống hòa thuận với người khác giới, giúp chúng nói chuyện và kết bạn với bọn con gái. Con trai nhất thiết phải quan tâm và tôn trọng nữ giới trong cách cư xử hàng ngày. Khi chúng đang ở tuổi choai choai đừng để chúng treo các tấm ảnh từ các tạp chí khiêu dâm lên tường. Hầu hết bọn con trai quan tâm đến cơ thể người phụ nữ, nhưng bạn có thể góp một phần giữ cho giới tính và tình dục là một cái gì đặc biệt chứ không nhếch nhác và rẻ tiền.

DẠY CON TRAI TÔN TRỌNG PHỤ NỮ

Là một người cha bạn có thể làm điều này bằng hai cách - tự biểu hiện lòng tôn trọng của bạn với phụ nữ và chấn chỉnh lại bất cứ biểu hiện thiếu tôn trọng nào đối với mẹ. Câu nói xưa cũ, “Đừng nói với mẹ con như thế”, được đưa ra trong một khoảnh khắc quan trọng trong cuộc sống gia đình. Và cũng chỉ nên nói một lần.

Với tư cách là một người mẹ, bạn hãy bình tĩnh và đòi hỏi được tôn trọng một cách rõ ràng. Sắp đặt mọi chuyện giữa con trai và chị em gái nó để những đứa con bạn có thể biểu hiện các xúc cảm của chúng và biết được cách giải quyết vấn đề cần tôn trọng thay cho sự hăm dọa và trêu chọc. Bạn cần chủ động trong chuyện này. Bọn con trai cũng có tình cảm - nhớ điều này về thân mình và dạy con gái hiểu điều đó. Nếu con trai cư xử như là nó không có tình cảm gì hết thì tức là chúng đã làm cho mình vô cảm để tự bảo vệ mình.

Hỏi han ân cần con trai về tình cảm và suy nghĩ của nó khi nó buồn bã hoặc sợ hãi. Để cho nó biết điều này khi bạn cũng có những cảm giác này. Tránh một sự khép kín về mặt cảm xúc

điều này thường làm đàn ông căng thẳng và đi đến chỗ tuyệt vọng. Đừng bao giờ mang những chuyện tế nhị của con ra đùa cợt, đặc biệt là tình cảm yêu đương đầu đời của nó. Con trai bạn vừa có thể mạnh mẽ vừa có thể nhạy cảm. Hai đặc tính đó đi đôi với nhau.

DẠY CON LÀM VIỆC NHÀ

Ca ngợi tài khéo léo trong gia đình! Trẻ lên chín có thể trở tài nấu một bữa ăn cho gia đình mỗi tuần một lần và tỏ ra tự hào về điều đó. Dù bước đầu mọi việc chỉ dừng lại ở chỗ nấu một tô mì hay pha nước chấm thì trẻ cũng sớm học được cách nấu một bữa ra trò. Giúp con trai học cách nấu nướng hoặc phụ giúp một tay. Hầu hết bọn con trai sẽ lấy làm sung sướng được giúp đỡ cha mẹ nấu ăn.

Hãy rèn luyện để trẻ có thói quen thu xếp và dọn dẹp đồ đạc của nó, học cách giặt giũ và sửa chữa các đồ đạc lặt vặt. Nếu nó không chịu nhúc nhích chân tay, đừng làm to chuyện - chỉ giao việc gấp đôi cho nó trong ngày hôm ấy. Câu trả lời của miệng của những bà mẹ đa mang là “Tôi làm cho nó lại còn nhanh bằng vạn, nó chỉ làm tôi mất thời gian”. Phải, việc dạy dỗ bao giờ cũng mất thời gian. Nhưng hãy hình dung vào năm mười tám tuổi con bạn đã giỏi giang mọi chuyện và có thể đảm đương mọi việc trong nhà y như bạn. Chắc chắn điều đó xứng đáng với sự đầu tư buổi đầu.

TIÊU KẾT

Bạn đang tạo ra một con người. Hãy suy nghĩ về các mục tiêu mà bạn đã đạt được và những cái mà bạn vẫn còn đang phấn đấu. Bạn hãy đánh dấu vào các danh sách các đặc tính mà phụ nữ tìm kiếm ở người đàn ông đang ở đầu chương này. Có điểm nào bạn vẫn tiếp tục muốn gây dựng cho con mình không?

Ở điểm khởi đầu hãy dành thời gian mơ ước về kiểu mẫu cho con trai mình. Với lời khen ngợi trầm trồ - “Con trai tôi rồi sẽ thành một chàng thanh niên tuyệt vời” - hãy bắt đầu làm những việc hàng ngày với tư cách là cha mẹ nó, để điều ấy cuối cùng có thể xảy ra. Rồi sẽ có ngày bạn sẽ cảm thấy hoàn toàn vừa lòng mãn ý. Và như vậy bạn đã ban cho cuộc đời một ân huệ.

CHƯƠNG MƯỜI SÁU

NUÔI DẠY CON GÁI

Thông qua con gái, người mẹ nhìn thấy cuộc đời mình lại bắt đầu lần nữa. Như thế, một đứa con gái có tác động lớn lao đến người mẹ. Và cái cách bà mẹ cảm nghĩ về đời mình sẽ ảnh hưởng sâu sắc đến cách bà liên hệ với con gái.

MẸ VÀ CON GÁI

Sự gần gũi, gắn bó giữa mẹ và con gái có một cái gì thật đẹp đẽ. Nhưng cũng có thể đó là một sự kết hợp mong manh, dễ vỡ. Mẹ và con gái thường hiểu nhau rất rõ - đôi khi đó là một cái gì gần như là thần giao cách cảm.

Người mẹ luôn dành tình cảm sâu sắc cho con gái cũng như người cha có với con trai, bởi vì ở một nghĩa nào đó con cái chính là hình ảnh mới mẻ của chúng ta. Chúng phản chiếu tất cả những hi vọng, lo âu sợ hãi và đời sống tình cảm của mỗi người trong mỗi cảnh đời riêng biệt. Nếu bạn biết điều này sẽ diễn ra, mọi chuyện sẽ suôn sẻ hơn. Nếu bạn không hiểu, điều này có thể dẫn đến một hành vi kì quặc! Mọi việc sẽ diễn ra với một cường độ mạnh khi những cô cậu thiếu niên của chúng ta trở nên đặc biệt nhạy cảm đối với những kì vọng mà ta chất chồng lên vai chúng. Những tình huống như thế này đã khiến cho hơn một bà mẹ than thở với tôi rằng bà thích có con trai hơn - chúng đơn giản hơn nhiều.

Chúng ta muốn nói gì? Hãy trải rộng vấn đề ra phân tích.

Người mẹ nhìn thấy mình trong cô con gái. Dù là cho điều tốt đẹp hay tồi tệ thì điều này cũng tạo ra tất cả những thúc bách có ý thức và vô ý thức.

* Mẹ muốn con gái có nhiều cơ hội hơn mình.

* Mẹ muốn con gái ở gần, nhưng cũng có một khoảng cách nào đó và có cuộc đời riêng.

- * Muốn con gái có quan hệ yêu thương tốt đẹp với cha.
- * Muốn con tìm ra một người đàn ông - càng hoàn hảo càng tốt.
- * Muốn con gái có một cuộc sống không có đau buồn, không có gì rắc rối dù ở bất cứ dạng nào.

Chúng ta muốn nói gì khi đề cập đến những thôi thúc vô thức? Đơn cử một ví dụ: Một người bạn tôi có một bà mẹ đã trải qua một tuổi thơ cay đắng vì nghèo khó. Quan niệm của bà về một người mẹ lí tưởng là lao động cật lực để con bà có được cuộc sống đầy đủ, no ấm. Kết quả là con gái có rất ít thời gian được gần gũi với mẹ và thường bị đặt vào tình thế dễ bị tổn thương trong khi người mẹ biến biệt đi làm. Họ sẽ sống tốt hơn nếu có ít tiền nhưng có mẹ con đùm bọc nhau.

Đôi khi động cơ của chúng ta tỏ ra vô thức như thế, chúng ta không lường được hết tất cả những diễn biến phức tạp của sự đời. Chìa khóa của điều này là sự tự nhận thức. Bạn nghe cái điều phát ra từ miệng bạn và nó phản ánh mục đích của bạn. Bạn nhận ra rằng con gái không là mình và dành cho chúng một khoảng trống để chúng tự làm ra những sai lầm của bản thân rồi tìm ra câu trả lời của chúng và xác định điều chúng muốn.

CÓ NĂM CÁCH LÀM MẸ

Jean Illsley Clarke trong cuốn sách siêu việt của mình, “Lớn lên lần nữa”, miêu tả năm cách thức khác nhau giúp chúng ta cư xử với con cái và cũng mách chúng ta cách hay nhất giải quyết những vấn đề của bản thân. Bạn có thể sử dụng năm cách thức này như là một công cụ chuẩn đoán để tìm hiểu xem cái gì đã xảy ra giữa bạn và con gái. Chắc chắn là bạn sẽ tìm thấy một điều khẳng định là bạn đang làm mọi việc rất đúng cách, như cái mà Clarke gọi là “sự quan tâm kiên định”. Những kiểu khác bạn có thể dễ dàng nhận diện và tránh được những điểm có hại.

Khi lần đầu tiên tôi được biết về những ý tưởng này (và nó được nói với tư cách là một người cha) tôi phát hiện ra rằng bản thân mình là tất cả năm kiểu ấy trộn lẫn với nhau. Thật có ích khi suy nghĩ về điều này.

Điều quan trọng cần nói ở đây là không một nhận xét nào chỉ thuần túy áp dụng cho mẹ và

con gái, chỉ đơn giản là mẹ con cùng giới sẽ cộng thêm một chút căng thẳng vào trong mối quan hệ. Nó cũng phản chiếu những xu hướng bạn muốn thấy mình trong con cái. Và lại, thông thường người mẹ đảm trách vai trò nuôi dạy con cái nhiều hơn. Chúng ta cũng hiểu rõ hơn về mẹ và con gái bởi vì họ có khuynh hướng thể hiện mình thường xuyên hơn và rõ ràng hơn. Và hầu hết các bà mẹ sẵn sàng và nóng lòng muốn thay đổi.

Hãy áp dụng năm cách thức này vào một tình huống đơn giản đời thường. Cô bé Merrilee sáu tuổi vấp ngã trong khi chạy chơi ngoài công viên. Cô méo máu chạy về phía mẹ với một cánh tay bị trầy xước và chảy máu.

Đây là một vài cách thức phản ứng của người mẹ.

Đàn áp, chửi bới

Mẹ cô đang mải trò chuyện với một người bạn. Bà quay lại, la lớn: “Không được gào tướng lên như thế, nếu không tao sẽ cho mày một cái cớ để kêu khóc đó”. Vừa nói thế, bà mẹ vừa chộp lấy cánh tay bé nhỏ của con gái, xềnh xệch lôi nó về nhà.

Điều này có ý nghĩa là: “Mày chẳng là cái quái gì hết. Việc mày đau đớn hay không chẳng có liên quan gì đến tới tao. Mày chỉ là một thứ của nợ, phiền toái hết sức”.

Đứa trẻ có thể cảm thấy tê điếng trong lòng và thất vọng hoặc giả giận dữ, cô đơn, sống thu mình lại. Nhưng rồi người mẹ sẽ đi đến đâu? Nếu chúng ta trung thực với chính bản thân mình, ta biết rằng nhiều người trong chúng ta cảm thấy bị ức chế và đã phản ứng bằng cách tuôn ra những lời lẽ nặng nề cho hả giận. Đây là phản ứng của một bà mẹ có những nhu cầu chưa được thỏa mãn vì thế mà bà ta coi con gái như một đối thủ.

Người mẹ như vậy cần một sự nâng đỡ tinh thần lâu dài để bà có thể làm đầy hồ xúc cảm đang trống rỗng của mình, hàn gắn vết thương của một tuổi thơ bị lãng quên, trong khi đó bà có thể chăm sóc con gái một cách chu đáo và từ tâm hơn.

RA ĐIỀU KIỆN

Người mẹ này sẽ nói: “Nín ngay nếu không mẹ sẽ không băng tay cho con đâu. Tự con làm mình ngã phải không, thế thì ráng mà chịu”. Người mẹ này dạy con bằng việc đe dọa và ra

điều kiện. Đứa con phải đáp ứng những mong đợi của cha mẹ và chỉ khi ấy nhu cầu của nó mới được thỏa mãn. Thông điệp ở đây là, “Đừng tưởng con đáng yêu đáng quý lắm, con chỉ được yêu thương nếu tỏ ra xứng đáng thôi”. Người mẹ tung cái thông điệp này ra cho con gái bởi vì đó cũng chính là cách thức bà nhìn nhận về mình.

Một người mẹ như vậy thường không có khiếm khuyết trầm trọng, bản tính cầu toàn, cả lo và thường đề ra cho mình và cho những người xung quanh những tiêu chuẩn cao chót vót. Lẽ tự nhiên bà mẹ sẽ chuyển đến cho con chính cái cao vọng đó nhất là khi đứa trẻ ấy lại là con gái.

Đứa bé sẽ có cảm giác bất cập, không bao giờ đáp ứng được yêu cầu đó - bởi vì chẳng có ai trên đời này hoàn hảo cả. Lớn lên nó sẽ là một người hay bị ám ảnh, yêu cầu quá cao trong cuộc sống, có thể mắc chứng biếng ăn và đem lại nhiều rắc rối cho những người xung quanh. Khi trưởng thành có lẽ nó sẽ có cách sống phô trương nhưng chỉ có những cuộc hôn nhân ngắn ngủi.

Một người mẹ đòi hỏi hơi cao cần có một sự thư giãn thoải mái thật sự. Cô ấy cần phải học cách đi tìm - và trao cho chính mình - tình yêu và sự ủng hộ vì mình và cho chính mình. Cũng cần học cách chấm dứt những âu lo không ngớt về áo quần, hình thức bên ngoài, tiền bạc hay các thành tích. Cũng cần nhìn sang bên cạnh, chung quanh ta có những người bạn bình thường mà hạnh phúc và tìm hiểu xem lại sao họ lại đạt được điều đó. Bằng cách này người mẹ sẽ học cách chấp nhận rằng tình yêu là một cái gì tự do, không cần có sự cố gắng để bù đắp. Như vậy người mẹ sẽ truyền lại nhận thức này cho con gái.

NUÔNG CHIỀU, DỄ DẪI

Người mẹ chạy nháo nhào về phía con trước khi đứa bé có thời gian để tự đứng dậy, luôn miệng xuýt xoa: “Ôi giờ ơi, nhìn tay con tôi kìa. Đau lắm phải không con? Mẹ sẽ băng lại cho con liền ngay bây giờ. Rồi chúng ta sẽ lái xe đến hiệu thuốc mua một ít thuốc mỡ. Rồi mẹ sẽ dọn cho con một chỗ nằm trên ghế sofa ngay trước tivi, mẹ cũng sẽ làm bài hộ cho con”.

Đầu tiên nghe có vẻ như đây là một người mẹ lí tưởng hết sức ân cần, yêu thương. Nhưng bạn có thấy một thông điệp ẩn trong đó không. “Con chỉ là một nạn nhân đáng thương, con chẳng có khả năng độc lập - con cần mẹ ở bên cạnh chăm nom lo lắng từng tí một.” Thậm chí

ở mức độ sâu xa hơn, bà ngụ ý: “Chúng ta không thể thỏa mãn yêu cầu của cả hai cùng một lúc. Mẹ sẽ nuông chiều con hết mức, nhưng con nợ mẹ nhiều lắm đó”. Điều này nghe có vẻ quen thuộc đối với bạn không?

Đứa trẻ trong mối quan hệ này sẽ có những cảm xúc lẫn lộn. Nó cảm thấy được an ủi, vỗ về ngay tức thì nhưng đồng thời cũng cảm thấy phải mang ơn và có một cái gì giống như một sự bất bình. Nó sẽ thấy mình yếu đuối và bối rối trước sự hiện diện của người mẹ thay vì cảm thấy mình mạnh mẽ hơn và được động viên hơn. Jean Illsley Clarke gọi loại này là “loại tình yêu ban phát của kẻ bề trên” khuyến khích một sự lệ thuộc và đánh mất ý thức về bản ngã.

Người mẹ trong trường hợp này cần xây dựng một ý thức mạnh mẽ hơn về bản thân. Có lẽ trong thời thơ ấu cô sống với cha hoặc mẹ nghiện rượu hoặc người cha hoặc mẹ ấy có nhiều đòi hỏi buộc cô phải trưởng thành thật nhanh, thế là cô trở thành một kẻ chịu ơn hơn là một người được yêu thương. Có lẽ bố hoặc mẹ cô quá nuông chiều con nên để lại một dấu ấn về những nhu cầu bên trong. Người mẹ như vậy cần đọc những cuốn sách để lấy lại sự độc lập và có được sự ủng hộ quý giá cho một sự hàn gắn từ bạn bè.

THỜ Ơ LÃNH ĐẠM

Bà mẹ này không thêm nhận ra vết thương trên tay con gái. Thực ra, có thể là cô ta cũng chẳng có mặt ngoài sân chơi nữa. Đứa con gái một khi đã ra khỏi nhà, không có ai giám sát, chẳng có ai quan tâm. Nó có thể được ăn no mặc ấm nhưng cha mẹ hoàn toàn lãnh đạm đối với nó. Sâu thẳm trong lòng, nó tự biết mình ở vào tình thế “sống chết mặc bay”. Nếu con bé quyết liệt với cha mẹ có thể nó sẽ sống sót, nhưng thường thì nó sẽ trở thành một đứa trẻ đơn độc, tính tình khó khăn với tất cả loại tình cảm giận dữ và thất vọng chôn kín trong lòng. Có nhiều khả năng cô bé này sẽ có những cơn bộc phát dữ dội trong nỗ lực tìm kiếm sự quan tâm từ cha mẹ. Lớn lên cô ít có khả năng gần gũi với người khác nếu thiếu một sự giúp đỡ thật sự - với một thầy, cô giáo hiểu biết hoặc một người làm công tác với thanh niên - khó khăn này sẽ được giải tỏa sớm.

Sự lãnh đạm cũng là một sự lạm dụng - ở một vài phương diện nó còn là một biểu hiện xấu nhất, nhưng trước khi bạn hoàn toàn ngã lòng, chúng ta sẽ nói về kiểu người mẹ thứ năm.

TÌNH THƯƠNG YÊU KIÊN ĐỊNH

Người mẹ ôm lấy đứa con gái bị thương một cách trù mến rồi nói, “Ồ tay con bị đau rồi. Mẹ biết là con rất đau. Nào, mẹ phải tìm cách gì để làm sạch vết thương đây”. Rồi hỏi, “Bây giờ con cảm thấy thế nào?”.

Đứa trẻ biết rằng bản thân nó và nỗi đau của nó được biết đến. Người mẹ có mặt đúng lúc và sẵn lòng giúp đỡ nó. Sự giúp đỡ tự nhiên không do ép buộc. Lẽ dĩ nhiên nó cảm thấy được an ủi và nhẹ nhõm, cảm thấy mình được bảo vệ và được yêu thương. Và còn nhiều hơn thế trong một bức tranh rộng lớn hơn. Người mẹ loại này để cho con mình lớn lên một cách độc lập. Nếu đứa trẻ chỉ bị trầy xước nhẹ hoặc lớn tuổi hơn một chút, cô sẽ để cho con tự chịu trách nhiệm về việc đã xảy ra. “Có đau lắm không? Con có thể tự mình rửa vết thương không hay con cần mẹ giúp?”. Người mẹ ấy sẵn sàng cho một cái ôm nồng ấm nhưng không suýt mướt, ủy mị. Thông điệp được gửi đi là “Mẹ tin là con có đánh giá của riêng mình về điều mà con cần” (và mẹ cũng thế không muốn thành người thừa) kiểu tình yêu kiên định rõ ràng là cái mà người mẹ có thể hướng tới.

KHI MỘT ĐỨA TRẺ CÓ KHIẾM KHUYẾT

Trong tất cả những cuốn sách của tôi viết về gia đình có một điều làm tôi băn khoăn đó là tôi còn chưa nói gì về việc làm cha mẹ những đứa trẻ có khiếm khuyết. Tuy vậy mỗi lần tôi đi nói chuyện, các bậc cha mẹ với tất cả các loại khó khăn đã tìm đến tôi yêu cầu một sự giúp đỡ khả dĩ nào đó. Trẻ khuyết tật cũng là một phần của gia đình và cộng đồng và xứng đáng được đề cập tới. Cũng như bất cứ ai khác, chúng cũng là một phần thưởng trong cuộc sống chúng ta.

Bao giờ tôi cũng cảm thấy không tự tin vì thiếu kinh nghiệm cá nhân. Thế là tôi như bắt được vàng khi đọc một bài báo thật hay đăng trên tờ Thời đại của Melbourne của một bà mẹ có một cô con gái bị thiếu năng trí tuệ nghiêm trọng và là người có thể viết về cuộc đời của đứa con với một hiểu biết thật sự.

Mary Burbridge có thể bắt đầu bằng cách nói rằng cuộc sống trong gia đình bà cũng trải qua bao thăng trầm như biết bao gia đình khác. Tuy vậy, với tôi rõ ràng bà đã chiến thắng ở tất cả các phương diện và chắc chắn đó là cái loại thông điệp mà những người làm cha làm mẹ khác muốn nghe. Đây cũng là một tấm gương cho các loại quan hệ đặc biệt giữa mẹ và con gái.

CON GÁI TÔI, LÀ BABY MÃI MÃI

Tôi có một đứa con nhỏ rất đáng yêu. Một đứa bé lặng lẽ và kiên nhẫn nép mình ẩn áp dưới tấm áo da cừu tặng tôi một nụ cười ngái ngủ khi tôi bước vào. Nó ngồi dậy, vui vẻ nhảy lên và giang tay ra đòi bế. Tôi nhấc bé ra khỏi giường và giơ tay nắm chặt tay tôi, bé chệnh choạng đi về phía phòng tắm để thay tã.

Bé bao giờ cũng vui vẻ, dễ chịu, thích giúp đỡ khi nó được thay quần áo, muốn tự xúc lấy thức ăn nhưng lại làm đổ tứ tung, dò dẫm đi men theo đồ đạc trong phòng và lôi kéo bất cứ thứ gì nó tóm được. Bé thích nhạc lắm - bài hát và nhịp điệu kích thích bé, đánh lên đàn Piano, vỗ tay và gõ nhịp ngón tay, đó là những trò không bao giờ làm bé chán. Bé cũng thích được dẫn đi dạo trong những ngày nắng đẹp, chộp vào những bông hoa chào đón bước chúng tôi qua, và bé cũng nghịch nước và cất tiếng cười lanh lảnh ở ngoài bể bơi hay trong bồn nước ấm.

Tôi có một đứa trẻ đáng yêu như vậy trong suốt gần hai mươi năm qua và nếu như không có chuyện gì xảy ra tôi đoán tôi sẽ có bé trong vòng hai mươi năm nữa. Bé cứ dễ thương như một đứa trẻ bảy, tám tháng trong cả một thời gian dài vì thế tôi không trông mong có được một sự thay đổi lớn nào.

Bé vẫn có khuôn mặt ngây thơ đáng yêu của một đứa trẻ, hồn nhiên không có dấu vết gì của sự mất mát, cay đắng, thất vọng hay giận dữ, và bé vẫn giữ mái tóc dày, loăn xoăn vàng óng ả. Nhưng các tuyến hormon của bé là của một thiếu nữ - một cơ thể tròn trĩnh, nở nang, gần như là một người đàn bà khêu gợi - vâng, mấy cái mụn trứng cá có làm xấu đi khuôn mặt đẹp của bé. Mái tóc dù bây giờ trở nên đậm màu hơn vẫn là một nét yêu kiều nhất ở bé. Tôi thường xuyên có lí do cảm ơn những búp tóc loăn xoăn đáng yêu này! Mọi người thường cảm thấy ngại ngùng, lúng túng không biết nói gì khi gặp con tôi lần đầu tiên và rồi bất chợt ai cũng thốt lên, “Chao, mái tóc đẹp làm sao!”. Chỉ thế thôi, sau đó ai cũng cảm thấy dễ chịu.

Những người khác mà tôi biết trải qua rất nhiều khó khăn với những đứa trẻ “muôn đời” của họ những năm dài vô tận với một đứa trẻ bần tính, mè nheo kêu khóc suốt ngày, mỗi bữa ăn là một cảnh hỗn loạn với một sự cưỡng lại ngang ngạnh, tất cả mọi hoạt động đều gây nên đau đớn và thất vọng. Một đứa trẻ to xác thừa sinh lực nhưng không bao giờ học được nghĩa của từ “không”, và “dừng lại”. Ngày qua ngày trở nên cao lớn hơn, mạnh mẽ hơn và chịu ảnh

hưởng mạnh mẽ của các hormone tăng trưởng của tuổi vị thành niên. Và không có sự đền bù của những lọn tóc đẹp!

Chúng tôi, những người mẹ trẻ có con bị thiếu năng trí tuệ vẫn gặp nhau, giúp nhau quen dần với nhận thức là con cái chúng tôi có những khiếm khuyết nghiêm trọng. Mọi người tâm sự với nhau về cảm giác tội lỗi, niềm đau khôn nguôi và nỗi thất vọng vô bờ, cả sự giận dữ nữa, trong lúc bọn trẻ chơi đùa. Chúng tôi giữ liên lạc với nhau, chăm sóc những đứa trẻ khuyết tật là một công việc rất khó khăn cũng giống như chăm sóc trẻ sơ sinh nhưng lại là một việc bạn tự làm một mình không ai giúp đỡ được.

Chúng tôi còn có những đứa con khác và chúng tự lo được cho mình, chúng tôi cũng có công việc bán thời gian khi trẻ ở nhà trẻ, cuộc hôn nhân của chúng tôi sống còn được. Chúng tôi có những kì nghỉ hè gia đình.

Tất cả mọi người liên quan đến nhau trong một “mặt trận”, lao động hết mình để cung cấp một sự phục vụ và hỗ trợ tốt nhất cho con cái, cho những người khuyết tật khác và những người chăm sóc họ.

Hội đồng giáo viên, ban điều hành dân phố, các tổ chức từ thiện, các nhà hoạt động chính trị, biểu tình và đưa ra yêu sách, chương trình tự giáo dục chúng tôi đã làm tất cả những điều đó, với tinh thần vừa làm vừa học hỏi. Khi con cái chúng tôi đạt đến tuổi trưởng thành trên danh nghĩa, còn phải thực hiện nhiều quyết định khác nữa, và các trận đánh đã thắng lợi. Cần phải chắc chắn rằng có những hoạt động ban ngày phù hợp dành cho chúng khi chúng không thể đến trường được nữa và phải có điều kiện nhà ở thích hợp với trẻ khuyết tật khi trẻ rời khỏi sự chăm sóc của chúng tôi. Điều quan trọng nhất, tôi thấy mọi người ai cũng nhạy cảm và ra sức giúp đỡ. Các dịch vụ và sự hỗ trợ đều có sẵn khi tôi cần đến, và năm tháng trôi qua nhìn chung là êm ả.

Nhưng có biết bao chông gai và đau đớn trên đường chúng tôi đi. Có một chuyên gia điều trị theo tinh thần tuyệt đối đã lấy đồ chơi và hộp nhạc của con gái tôi từ chiếc xe lăn bởi vì đó là những món đồ không “thích hợp với lứa tuổi”. (Tôi đáp lại bằng cách buộc một cuốn sách, một bàn cờ và một băng nhạc rock vào cái khay của con gái, nó đập phá và nhai ngấu nghiến như điên như dại). Hoặc một bác sĩ trung thực đến mức thô bạo ở một bệnh viện nhi đồng nọ bảo với tôi khi tôi đưa con đến chữa bệnh bạch hầu. “Tôi có thể nhận nó nếu chị muốn, nhưng

tốt hơn cả là hãy để nó ở nhà. Những đứa trẻ như thế không nhận được sự điều trị tốt nhất ở đây đâu”. Một kẻ khó chịu khác công khai chất vấn việc tôi dùng thẻ giữ xe ở bãi xe dành cho người khuyết tật (trước khi luật thay đổi).

Tình huống khó xử phát sinh khi tôi cần làm một việc gì đó nhân danh con gái. Khi nó đến tuổi dậy thì, tôi được gợi ý rồi sau đó đã chấp nhận với sự nuối tiếc: cho phép tiêm vào người nó một loại hocmon để ngăn chặn việc có kinh hàng tháng. Tôi thầm hi vọng là điều này sẽ làm cho thân hình con bé không phát triển quá sớm để tôi có thể mãi mãi giả vờ là con bé chỉ là một đứa trẻ. Nhưng sự thật không phải thế và chỉ một năm sau tôi đã chấm dứt việc tiêm loại hocmon này.

“Tại sao nó phải mặc áo ngực?”, tôi tự hỏi cho đến khi sự phát triển cơ thể của nó đưa ra một câu trả lời hiển nhiên. “Vậy nó sẽ mặc loại quần áo nào?”. Tôi dự định cho nó mặc thứ gì làm cho nó cảm thấy thoải mái còn tôi thì thuận lợi, nhưng như vậy sẽ làm hại đến danh dự của nó với tư cách là một thanh niên, hạ thấp nó với tư cách một con người phải không? Nếu như tôi cho nó ăn mặc giống chị nó thì điều này có là một sự kiện kì quặc nhân danh bản thân con bé không? Nó sẽ lựa chọn kiểu ăn mặc nào nếu như nó có thể lựa chọn hoặc nếu như điều đó là quan trọng bởi vì suy cho cùng nó chẳng có khái niệm gì về thời trang và danh dự? (Những vấn đề này tạo nên những nhận thức không lấy gì làm dễ chịu trong lãnh vực rộng hơn của những người khuyết tật).

Trong khi quyết định tìm kiếm một biện pháp ngăn chặn các kì kinh nguyệt, tôi đi theo động cơ của bản thân hay vì lợi ích của con? (Tổ chức Guardianship and Administration quyết định đó phải vì lợi ích của con bé. Những quyết định quan trọng như vậy không chỉ do người chăm sóc đưa ra).

Những năm trước, trẻ có các vấn đề như con chúng tôi sẽ được đưa vào các viện điều dưỡng từ nhỏ. Cha mẹ của những bé có khuyết tật nhẹ hơn thường được khuyến cáo đừng nuôi con ở nhà. “Cho nó vào một trung tâm điều trị và hãy quên rằng bạn đã từng có nó”. Người ta bảo họ như vậy và nhiều người đã làm theo.

Gần đây tôi có dịp đi đến những viện điều dưỡng lớn, gặp gỡ những người khuyết tật, cha mẹ cũng như những người chăm sóc họ, tôi đã chứng kiến một hiện tượng cảm động và đáng kinh ngạc. Các bệnh nhân ở đây ở độ tuổi 30 và đã sống ở đây hơn hai chục năm. Nhân viên

trong viện giao tiếp với họ hàng ngày và đáp ứng tất cả các nhu cầu vật chất của họ. Các bậc phụ huynh thỉnh thoảng đến chơi. Tuy vậy, hết lần này đến lần khác tôi kinh ngạc chứng kiến sợi dây tình cảm mạnh mẽ và bền chặt của những con người vô thức này đối với cha mẹ. Họ không thể ngồi xa, không thể rời mắt khỏi cha mẹ, không thể chịu đựng được nếu cha mẹ lại có lúc nào chú ý đến cái khác mà không phải là bản thân mình. Tôi chú ý đến một phụ nữ không biết nói ngồi trên đầu gối cha, ép sát mặt mình vào mặt người cha. Thật đáng buồn, tại sao những ông bố bà mẹ này lại không được khuyến khích động viên để con họ ở nhà lâu hơn để cho những con người thiệt thòi này được hưởng một tình yêu thương theo cái nghĩa đầy đủ nhất.

Ngày nay, có ít trẻ khuyết tật ra đời hơn. Các biện pháp chủng ngừa, dịch vụ tư vấn gen và những tiến bộ của ngành sản khoa đã góp phần ngăn chặn điều đó. Siêu âm kiểm tra trong những tháng đầu thai kì giúp phát hiện những dị dạng và khiếm khuyết của thai nhi và người làm cha mẹ có thể quyết định không cho đứa trẻ đó ra chào đời. Trong khi có rất ít người quyết định vẫn để cho một đứa trẻ khuyết tật nặng ra đời nếu họ có thể tránh được, hàm ý của cái khả năng mới mẻ: có thể sắp đặt một xã hội không có người khuyết tật cần phải được xem xét lại.

Chúng ta nói gì về những thành viên khuyết tật trong cộng đồng của chúng ta về giá trị của họ, về quyền được tồn tại và được giúp đỡ của họ? Liệu xã hội có từ chối giúp đỡ những gia đình biết mình sẽ đẻ ra những trẻ khiếm khuyết? Có phải chỉ một khiếm khuyết nhỏ cũng bị loại trừ cho đến khi chỉ còn lại những con người hoàn hảo? Và điều gì sẽ xảy ra với những người thiếu năng hoặc khuyết tật mà không được biết trước hoặc chỉ phát sinh sau khi sanh?

Một người bạn của tôi vừa trải qua những xét nghiệm đầu thai kì, bởi vì lần có thai đầu tiên đứa bé trong bụng bị phát hiện có dị tật nghiêm trọng trong phôi thai, cần phải loại bỏ, và rất có thể điều tương tự sẽ xảy ra trong lần có thai này. Kết quả cho thấy một vấn đề khác, thai nhi có triệu chứng Down. Giới chuyên môn cuối cùng đã đến thỏa thuận là hai ngày sau người ta sẽ bỏ cái thai này.

Người bạn tôi không được tư vấn về chuyện có nên sinh một đứa trẻ mắc chứng Down hay không hoặc được cung cấp những yếu tố cần thiết để suy nghĩ trước khi quyết định vấn đề hệ trọng này. Trong thực tế, đó là một quyết định hết sức khó khăn đối với cô và sau bao nhiêu

trăn trở, đau đớn cô đã đi đến chỗ phải chấp nhận là trong hoàn cảnh của mình cô không thể nuôi dưỡng tốt một đứa trẻ tật nguyền. Nhưng điều đáng nói ở đây là thái độ của bác sĩ đối với vấn đề trẻ khuyết tật là chưa thỏa đáng.

Phải, tôi đã nói những gì về vấn đề này? Bao giờ cũng sẽ còn những đứa trẻ ra đời với một số khiếm khuyết. Và giả sử điều đó xảy ra cho bạn thì đó cũng chưa phải là ngày tận thế đối với bạn và con bạn. Không một ai có thể tiên đoán với một độ xác tín con đường phát triển của bất cứ một đứa trẻ nào. Hoặc là cuộc sống mà đứa trẻ ấy sẽ trải qua.

Đó không phải là một cuộc sống mà bạn mơ ước cho con trong khi mang nó trong bụng, nhưng lại chính là cuộc đời của nó. Có một đứa con khuyết tật sẽ làm cho con bạn suy nghĩ sâu xa về cuộc đời: sống cho cái gì và cái gì là quan trọng. Và như vậy các suy nghĩ của bạn thay đổi nhiều lắm.

Cả cuộc sống của bạn cũng không phải là một điều bạn mơ ước nữa, nhưng đó là một cuộc sống trọn vẹn, giàu có. Và chắc chắn là có nhiều niềm vui.

CHA VÀ CON GÁI

Một trong những điều vướng mắc nhất trong công việc của tôi là tầm quan trọng đặc biệt của người cha trong việc hình thành lòng tự trọng trong đứa con gái. Tôi đặc biệt tin tưởng là người cha không bao giờ hạ thấp con gái mình cho dù trong lúc “vui đùa”. Nhưng có một số người làm thế, có lẽ vượt ra ngoài động cơ muốn “chỉnh đốn chúng” hoặc làm cho con gái khả ái hơn. Điều này thường là phản tác dụng.

Có rất nhiều điều tốt đẹp cha có thể làm cho con gái. Đưa ra những lời khen ngợi, vui đùa với con gái, phát triển ở chúng khả năng tham gia các hoạt động xã hội và khả năng giao tiếp. Hãy nhạy bén với một thực tế là con gái thay đổi từng ngày và phải trải qua những giai đoạn khác nhau, vì thế mà cái đã từng là một đề tài mang ra trêu đùa có thể trở thành một vấn đề đặc biệt nhạy cảm và tốt nhất là đừng đề cập đến.

Với các cô gái trẻ, cha chính là người đại diện cho phái nam, và như vậy ông trở thành người hướng dẫn đầu tiên của con trong mối quan hệ xã hội với đàn ông. Qua việc trao đổi, chuyện trò với cha về những vấn đề quan trọng, rồi được người cha đánh giá cao cả về đẹp

tâm hồn lẫn vẻ đẹp hình thức, người con gái học được cách giao tiếp với phái nam với những kỹ năng cần thiết để có được và duy trì những mối quan hệ tốt đẹp. Chúng sẽ không bao giờ bị lừa gạt hoặc hay bị đe dọa trong mối quan hệ với người khác phái. Chúng cũng có sự tự tin cần thiết để tìm và chọn cho mình một người bạn đời hơn là trở thành một người thừa, vì là đợi người khác đến chọn mình.

GÀN GỬI VỚI MỘT KHOẢNG CÁCH AN TOÀN

Những ông bố tuyệt nhiên không có biểu hiện xâm phạm tình dục đối với con gái vẫn có thể biểu lộ tình cảm yêu và gần gũi đối với con gái - mà không cần mấy may lo lắng về chuyện đó. Một sự âu yếm có động cơ tính dục khác hẳn sự âu yếm tình cảm.

Có một môi quan hệ vợ chồng hạnh phúc và bền vững giúp cho sự phát triển của con gái bạn rất nhiều - nó chứng kiến mối quan hệ tôn trọng lẫn nhau giữa một người đàn ông và một người đàn bà. Nếu con gái biết rằng cha mẹ nó yêu thương gần bó với nhau nó sẽ cảm thấy an toàn hơn khi ở bên cha, bởi vì nhu cầu tình cảm và tình dục của cha nó đã được áp ứng. Vì lý do này, hãy hết sức thận trọng đừng để con gái bạn xa rời mẹ nó, hoặc chống lại mẹ - nếu bạn có vấn đề xung đột với vợ thì hãy giải quyết một cách gọn nhẹ, thỏa đáng giữa hai người với nhau.

Tôn trọng là yếu tố cơ bản giữa hai giới và bạn với tư cách là cha có thể làm gương cho con. Nếu bạn trân trọng con gái (và mẹ nó) thì nó sẽ yêu cầu những người đàn ông khác cũng phải tôn trọng nó. Nếu bạn rẻ rúng con, nó có thể cho phép những người khác phái làm điều tương tự, coi đó là chuyện bình thường. Tôn trọng con ở đây cũng đơn giản như một phép lịch sự thông thường. Ví dụ, bạn có thể tôn trọng nhu cầu phát triển tính riêng tư của con bằng cách xin phép được vào phòng riêng của nó khi nó đang ở một mình trong phòng.

XÂY DỰNG TÍNH TỰ LẬP CHO CON GÁI

Người cha cũng có thể xây dựng một vài khả năng độc lập cho con gái - dạy chúng về xe cộ, sửa chữa đồ vật trong nhà, làm đồ gỗ, quản lý tiền bạc, chi tiêu, đi du lịch sinh thái và đi cắm trại. Làm như vậy người cha biết chắc con mình sẽ an toàn ở ngoài đời và ít phụ thuộc vào người khác.

Trong một bài báo mới đây, nữ diễn viên hài Jean Kittson kể chuyện cô đã lớn lên trong một thành phố “nơi con trai có xe hơi, con gái có bò” như thế nào. Cô quyết định có một cái xe hơi thay vì có một thằng bạn trai. Và với sự giúp đỡ của ông bố, cô đã trốn thoát khỏi đám khói mù mịt sau chiếc xe hơi, có một sự nghiệp rực rỡ cho mình thay vì trở thành vật trang trí cho người khác.

CHƯƠNG MƯỜI BẢY

TỰ DO TRONG GIA ĐÌNH

Ở đoạn kết của một cuốn sách bao quát nhiều vấn đề như thế này, tôi muốn dành ra tâm sự với bạn một điều. Nó liên quan đến một cái gì lớn hơn phạm vi gia đình bạn, nhưng lại áp dụng cho tất cả những gì xảy ra giữa những người chung một mái nhà. Có một cái gì mới mẻ xảy ra trong bầu khí quyền gia đình - một cái gì báo hiệu chúng ta có thể thay đổi cái thế giới ta đang sống mà không thể cho nó tự làm điều đó.

THỜI ĐIỂM CHÍNH MUỖI CHO MỘT SỰ THAY ĐỔI

Các bậc cha mẹ chưa bao giờ có một giọng nói mang tính chính trị thật sự - có lẽ chúng ta quá bận rộn với con cái không còn hơi sức đâu lo chuyện bao đồng. Những nỗ lực lớn nhất của chúng ta là bỏ đến một nơi bỏ phiếu cứ ba hoặc bốn năm một lần. Nhưng tất cả đã thay đổi ở mức độ tàu siêu tốc.

Các bậc phụ huynh đang giận dữ phó thác công việc chăm lo thế giới cho các chính trị gia và các nhà kỹ trị, chúng ta có được cái gì?

Một môi trường ô nhiễm nặng nề mà chúng ta trực tiếp chịu tác hại về gien với tỉ lệ sảy thai, vô sinh ngày càng cao. Bệnh hen suyễn, một căn bệnh liên quan trực tiếp đến bầu không khí ô nhiễm hiện nay trở thành một vấn đề lớn cho hai phần năm trẻ con ở Úc. Cũng tương tự là vấn đề dị ứng và phản ứng đối với môi trường hóa chất. Thậm chí cả ánh nắng mặt trời cũng trở thành một nguy cơ đối với sức khỏe.

Một thế giới bạo lực do sự bất công, nền tảng gia đình bị chà đạp và các phương tiện thông tin đại chúng cổ vũ bạo lực như là một lối sống thời đại.

Một nền kinh tế què quặt không có khả năng cung cấp việc làm một cách thỏa đáng và có ý nghĩa cho đàn ông hoặc giới trẻ, nhưng lại cung ứng công việc cho những người mẹ trẻ, trong

chừng mực họ không thêm quan tâm đến chuyện họ đang làm việc gì và nhận được một đồng lương rẻ mạt ra sao.

MỘT LIÊN MINH MỚI MẸ, TÍCH CỰC

Khi có quá ít cơ hội và quá nhiều thất vọng thì bao giờ cũng có một lối thoát được mở ra. Trong trường hợp này, nó thu hút sự ủng hộ (một cách đáng ngạc nhiên) từ hai phía của hàng rào triết lí. Một liên minh mới mẻ, phi thường xuất hiện trong cuộc sống của bạn - giữa những tổ chức có sẵn như là nhịp sống mới, kỹ thuật cao, nhóm môi trường sạch và xanh, cánh tả, hướng về giá trị gia đình, tôn giáo và những giá trị truyền thống.

Điều này đã dẫn đến tất cả các loại giải thoát ngoạn mục khỏi khuôn mẫu cũ. Tôi đã đi nói chuyện ở khắp các miền đất nước, đã gặp gỡ với những người có trọng trách, những người sống theo chế độ một vợ một chồng đang làm việc hết mình cho phong trào “hippy” - vai kề vai sát cánh với những con chiên ngoan đạo đến ôm hôn trẻ con thẩm thiết, tuyên bố từ bỏ việc đánh đập con cái, gia nhập tổ chức quốc tế Amnesty và nhóm hướng đạo sinh Nestles!

TRÊN ĐƯỜNG ĐI TỚI

Tôi tin rằng càng ngày càng có nhiều bậc cha mẹ làm việc một cách tích cực cho một thế giới thanh bình, đầy tình thương yêu, tự do cho sự phát triển tâm hồn và hạnh phúc. Phải, cái chính là hạnh phúc.

Thực ra tôi không nghĩ rằng tôi đã quá lạc quan khi nói quyền lực của cha mẹ đã tăng lên. Nó bao gồm và hòa trộn với phong trào sạch và xanh bởi vì cha mẹ và con cái chính là những nhà hoạt động cho một môi trường tự nhiên. Điều này bao gồm cả phong trào nữ quyền và các hoạt động của đàn ông, bởi vì cha mẹ mong muốn một tương lai tốt đẹp cho cả con trai và con gái và nó sẽ ủng hộ cho những bước tiến cho các mối quan hệ giới tính tiến bộ. Nó sẽ tạo lên một sự thay đổi lớn lao trong việc định hình đường đi của thế kỉ 21.

Thế là kết thúc cuốn sách này và đây cũng là một tuyên ngôn được gợi ý trước.

TUYÊN BỐ VỀ NIỀM TIN ĐỂ HƯỚNG DẪN HÀNH ĐỘNG TRONG GIA ĐÌNH TỰ DO

* Không có gì quan trọng hơn việc nuôi dạy những đứa con khỏe mạnh hạnh phúc.

* Không ai có thể hoặc nên nuôi con một mình. Tất cả chúng ta đều cần sự giúp đỡ của người khác.

* Chúng ta thực sự cần một xã hội coi trọng các nhu cầu của những người làm cha mẹ, tài trợ cho những nhu cầu ấy, và món quà lớn nhất chúng ta đền đáp cho xã hội là những con người cường tráng, có sức cống hiến cho mọi người.

* Cách tốt nhất đảm bảo một sự an lành cho trẻ là quan tâm hơn đến cha mẹ chúng.

* Cách tốt nhất để giảm tải chương trình hoạt động cho trẻ là giảm tải chương trình của người lớn chúng ta.

* Cha mẹ phải có trách nhiệm với con cái - với việc không hút thuốc khi ở gần con, thắt dây lưng an toàn cho con khi đi xe, bảo vệ chúng không bị kẻ khác lợi dụng. Con cái không phải tài sản.

* Chúng ta phải làm sao cho tuổi thơ ngây thần tiên của trẻ càng kéo dài bao nhiêu càng tốt bấy nhiêu.

* Chúng ta phải làm sao tạo ra những mối quan hệ bổ ích giữa trẻ và người lớn. Điều đó có nghĩa là chấm dứt dùng nắm đấm, và đấu tranh chống lại tệ nạn lạm dụng tình dục ở trẻ con, đồng thời cũng có ý nghĩa chỉ cho con người các cách thức liên hệ tốt hơn với con cái.

* Chúng ta phải trở thành những cố vấn dày dạn kinh nghiệm, đến với giới trẻ một cách chủ động, sẵn sàng giúp đỡ những ông bố, bà mẹ trẻ, quan tâm chăm sóc đến con cái của người khác cũng như làm lan rộng hạt giống tư tưởng trong giới trẻ từ một gia đình hạt nhân quá tải đến một cái gì mà chúng ta đã mất đi trong một thời gian dài - một cộng đồng người thật sự.

* Chúng ta phải có những chỗ làm việc có không khí thân thiện dành cho gia đình được bảo đảm bằng các điều luật, nơi cha và mẹ có thể làm những công việc phù hợp với nhu cầu của gia đình thay vì phải lựa chọn gia đình và sự nghiệp.

* Khái niệm gia đình phải được mở rộng bao gồm bất cứ ai - người độc thân, người đồng

tính, người không có con cái, người li dị, người già, người phạm tội, người bị nạn, thương nhân và trẻ vị thành niên vô gia cư.

Chúng ta phải quàng tay xung quanh bất cứ ai và nói “Mừng bạn đã trở về nhà!”.