

DÀNH CHO CHA MẸ (50)

Ths.BS. Nguyễn Lan Hải

NHỮNG ĐỨA TRẺ HAY “GÂY SỰ”. 🌸

Không ít cha mẹ đã phải kêu Trời vì tính nết quý quái của con mình: “Con trai tôi rất khó tính, làm thế này không thích, làm thế khác cũng không chịu, cứ đối ý xoành xoạch làm vợ chồng tôi xoay như chong chóng để chiều ý nó”. “Bé nhà tôi đến bữa ăn thì vùng vằng gắt gỏng, nhất quyết không chịu làm theo ý cha mẹ, quạu cọ khi tiếp xúc với mọi người”, “Con em rất quậy phá, hay gây sự với các bạn, bị cô giáo xếp vào loại học sinh cá biệt. Gia đình đã chuyển trường cho cháu nhưng tình hình cũng không cải thiện, bé vẫn ăn hiếp bạn học, kể cả những bạn cao lớn hơn mình khiến em rất khó xử”, vv...

🌸 Đàng sau một đứa trẻ “ấm ương”

Tính cách thất thường là biểu hiện hay gặp ở những trẻ cá tính mạnh, luôn muốn thể hiện “cái tôi” lớn hơn những gì được người lớn dạy bảo. Chúng rất dễ phản ứng lại với các khuôn khổ cha mẹ đặt ra, nhất là khi luật lệ ấy không phù hợp với tính cách và suy nghĩ của mình.

Cảm xúc của chúng thay đổi rất nhanh và các hành vi không thể đoán trước khiến cha mẹ chẳng biết “chỉ huy” thế nào cho phù hợp với sự thay đổi chóng mặt ấy. Điều này càng làm trẻ dễ cáu gắt vì làm không đúng ý mình còn cha mẹ thì đành... bó tay.

Những thay đổi ở nhà, ở trường cũng tác động mạnh tới trẻ, chẳng hạn nhà mới có thêm em bé làm nó thấy mình bị “ra rìa”, không được quan tâm chăm chút như trước. Cách cha mẹ đối xử thiếu công bằng giữa các con làm trẻ thêm tủi thân và “xù lông” lên, ngầm chống đối hoặc “ra tối hậu thư” mà cha mẹ bỏ qua hoặc không giải mã được. Chuyện khúc mắc ở trường lớp với bạn bè khiến trẻ buồn vui lẫn lộn, dễ nổi khùng với cha mẹ và mọi người,...

🌸 Làm sao thắt dây cương cho ngựa chứng?

Hãy quan sát tỉ mỉ và để ý từng cử chỉ nhỏ của trẻ. Nếu chỉ do những nguyên nhân sinh hoạt và cha mẹ đã điều chỉnh mà trẻ vẫn có biểu hiện cũ, phải nghiêm khắc giải thích cho con hiểu tại sao con cần phải thay đổi. Nếu tính khí thất thường là dấu hiệu của trạng thái trầm cảm thì nên đưa con đi kiểm tra tâm lý.

Đừng bắt học quá mức khiến trẻ bị áp lực rồi sinh ra cáu gắt, mệt mỏi, ăn ngủ thất thường. Xem lại lịch học và sắp xếp thời gian biểu của con sao cho hợp lý nhất, xen kẽ vui chơi và hoạt động thoải mái. Cân bằng lại chế độ dinh dưỡng với các món ăn giàu protein, chất xơ và vitamin, thêm vào thực đơn hàng ngày các món mà con yêu thích, chắc chắn không đứa trẻ nào lại ỡ... từ chối. Nói chuyện với con nhiều hơn, bất cứ khi nào con muốn nói chuyện hoặc đang ở gần mình. Nếu con không muốn trả lời hoặc đánh trống lảng, hãy thử nói về mối quan tâm của cha mẹ và gợi ý để con cởi mở, điều này chứng tỏ cha mẹ luôn sẵn lòng chia sẻ bất cứ điều gì, bất cứ khi nào với con và nó sẽ cảm nhận mình là người quan trọng với bố mẹ.

🌸 “Con là người lớn”!

Người lớn trong nhà cư xử đúng mực để làm gương cho con. Đừng đóng vai “viên cai ngục” luôn hà khắc với con khiến trẻ sợ hãi, không thoải mái và dễ phản kháng. Cả nhà giữ nguyên tắc: luôn tôn trọng, đối xử với bé như một người lớn. Cho con được nói, được tự làm để trẻ có cảm giác được là mình, khen ngợi khi bé làm đúng, không nặng lời khi bé làm sai và khuyến khích bé diễn đạt vì sao làm thế. Đây là dịp cha mẹ giúp con biết lắng nghe và nói ra những “vấn đề” của mình. Dần dần, bé sẽ hiểu và học được cách ứng xử.

Hãy giúp bé “thấy mình quan trọng” bằng cách làm bạn với con, cho con chạy nhảy ngoài trời, xen kẽ các trò chơi vận động mạnh và các trò đòi hỏi sự nhẹ nhàng, khéo léo. Qua các hoạt động vui



chơi, trẻ học được cách tuân theo quy tắc (phải chờ đến lượt mình, chấp nhận sai thì bị loại, hợp tác với người cùng nhóm), nếm mùi thua cuộc đồng thời cảm nhận được niềm vui của tình thân.

Khuyến khích con kết bạn và giao lưu nhiều hơn với bạn bè. Cổ nhân đã dạy “học thầy không tày học bạn”, bạn tốt giúp con học thêm nhiều điều bằng sự thích thú và nỗ lực, hơn là phụ huynh kè kè ngày đêm bắt ép con phải làm điều này điều kia. Nếu chẳng may con theo bạn bè “gần mực thì đen”, cần phân tích cho con hiểu nhưng đừng chỉ trích quá lời. Một đứa trẻ cá tính mạnh càng dễ nổi cáu khi bị bố mẹ “hạ đo ván”, nhất là trước mặt bạn bè chúng.

Đúng như các cụ dạy “Uốn cây từ thuở còn non”, “trị” một đứa con ương bướng cần khéo léo “uốn” và “nắn” để đưa cái cây non vào hàng lối. Quan trọng nhất là để con biết rõ mình được yêu thương và tin cậy. ♡

Bs [Nguyễn Lan Hải](#).

(Hình minh họa tìm trên trang @Mèo: "Khoan! Đừng nóng" 😊)