



Giáo dục con bằng từ bi và chính ngữ

ISSN: 2734-9195

14:30 10/10/2025

Việc cha mẹ điều chỉnh cách nói nhẹ nhàng, rõ ràng, thành thật thể hiện tinh thần Chính ngữ trong Bát Chính Đạo: lời nói chân thật, ái ngữ và đem lại lợi ích.

Tác giả: **Nguyễn Thuý Uyên** - Trường Đại học Thủ Đô

Lắng nghe trẻ và dạy trẻ biết lắng nghe là một trong những phương pháp giáo dục nhằm hình thành kỹ năng biết lắng nghe người khác ở trẻ. Chính vì vậy trong cuộc sống, cha mẹ trong lúc dạy trẻ biết lắng nghe; thì cũng cần phải lắng nghe nghe tâm tư tình cảm, nguyện vọng của trẻ...

Dạy trẻ đúng cách tùy theo các giai đoạn phát triển trong cuộc đời

Như mọi phụ huynh đều nhận ra dù sớm hay muộn, việc to tiếng hoặc thậm chí quát mắng trẻ hiếm khi mang lại tác dụng như mong muốn. Thay vào đó hãy ngồi xuống và bế trẻ lên, để cha mẹ có thể nhìn thẳng vào mắt con và thu hút sự chú ý của chúng. Giao tiếp bằng mắt là một trong những kỹ năng quan trọng và hiệu quả nhất khi cha mẹ đối mặt với con mình. Bé sẽ chú ý lắng nghe hơn nếu cha mẹ của chúng ngồi xuống bên cạnh trẻ ở bàn ăn sáng khi nhắc chúng không được ăn ngũ cốc hoặc kẹo trên giường vào ban đêm khi chuẩn bị đi ngủ.

Rõ ràng trong mọi vấn đề

Cần đưa ra những tuyên bố hoặc quy định trong gia đình mà cha mẹ muốn trẻ tuân theo một cách rõ ràng, đơn giản và dễ hiểu. Điều này sẽ khiến trẻ hiểu ra vấn đề một cách nhanh chóng thông qua các câu từ mà cha mẹ chúng dùng. Thật khó để trẻ có thể tìm ra điểm mấu chốt của một tin nhắn dài như "*Bên ngoài trời rất lạnh và gần đây con hay bị ốm, vì vậy mẹ muốn con mặc áo len vào trước khi chúng ta đến cửa hàng...*". Thay vào đó, các bà mẹ có thể nói ngắn gọn: "*Mặc áo len vào và mẹ con mình sẽ ra cửa hàng*". Và đừng nói điều gì đó như một câu hỏi nếu trẻ thực sự không có quyền lựa chọn. "*Đã đến lúc chúng ta lên ô tô rồi*" có tác động nhiều hơn so với "*Hãy leo lên ghế ô tô của con, được không con yêu?*" Sẽ là một điều tốt khi đưa ra các lựa chọn cho trẻ mới biết đi, nhưng hãy đảm bảo rằng cha mẹ của trẻ cảm thấy tốt với tất cả các lựa chọn mà họ đưa ra.

Bằng cách cho phép trẻ đưa ra những lựa chọn hạn chế, trẻ sẽ cảm thấy mình cũng có quyền được đưa ra quyết định và kết quả sau đó có thể khiến cha mẹ của trẻ cảm thấy bất ngờ.

Nghiêm túc với từng lời nói của bản thân mình

Hãy nói rõ với trẻ rằng các quy định mà mình đưa ra cần được thực hiện một cách nghiêm túc. Tuy nhiên đừng nên đe dọa hoặc sử dụng những lời hứa với trẻ khi không chắc rằng mình có thể thực hiện được. Nếu một bà mẹ nói với đứa con 2 tuổi của cô ấy rằng "*Con cần uống một cốc nước hoa quả sau bữa tối*", thì đừng nói gì 5 phút sau đó và hãy cho trẻ uống đúng loại nước hoa quả đã được đề cập đến.

Ngoài ra cũng cần đảm bảo rằng cả cha và mẹ của trẻ đều hiểu những quy tắc học đề ra và cũng cùng tôn trọng chúng, để không ai trong hai người phá hoại những quy tắc đó.

Và nếu có bất đồng, hãy nói chuyện để cả hai đều rõ ràng về những gì cần phải nói hoặc làm khi vấn đề xuất hiện trở lại- một điều chắc chắn sẽ xảy ra.



Hình minh họa (sưu tầm).

Củng cố những thông điệp hoặc quy tắc đã đưa ra

Việc theo dõi lời nói của cha mẹ với một số loại thông điệp khác thường giúp ích cho họ, đặc biệt nếu họ đang cố kéo con mình ra khỏi một trò chơi hoặc câu chuyện đang thu hút sự chú ý của chúng. Chẳng hạn, nói: "*Đã đến giờ đi ngủ!*"

và sau đó đưa ra một dấu hiệu trực quan (bật và tắt công tắc đèn), một dấu hiệu vật lý (đặt tay lên vai trẻ để nhẹ nhàng kéo sự chú ý của chúng ra khỏi món đồ chơi và hướng về phía cha mẹ chúng), thậm chí có thể ngay lập tức bế trẻ lên giường, vỗ vào gối ra hiệu cho trẻ hãy ngủ đi và không quên tắt công tắc đèn khi ra khỏi phòng.

Đưa ra các mức độ cảnh báo

Điều quan trọng là trẻ cần phải biết khi nào có điều gì đó đặc biệt nguy hiểm và cha mẹ chúng phải hướng dẫn trẻ cách tiếp cận nó một cách an toàn. Ví dụ, khi trẻ băng qua đường, hãy nhớ luôn nắm chặt tay con. Bằng cách đó, trẻ sẽ biết được rằng qua đường khi đang có nhiều xe đi qua là việc nguy hiểm và chúng cần phải cẩn thận hơn.

Hãy thông báo cho trẻ trước khi có một sự thay đổi lớn nào đó, đặc biệt nếu con vui vẻ tham gia cùng một số món đồ chơi đồ chơi hoặc một người bạn. Trước khi hai mẹ con sẵn sàng ra khỏi nhà, hãy nói *"Chúng ta sẽ đến công viên trong vài phút nữa. Nhưng con cần phải hứa khi mẹ gọi phải ngay lập tức đứng dậy và chuẩn bị về nhà."*

Hướng dẫn trẻ và làm cho các công việc trở nên thú vị

Đưa ra các nhiệm vụ thực tế, chẳng hạn như *"Con hãy sắp xếp các khối màu đỏ này lại với nhau"*. Sau đó, cha mẹ trẻ có thể thực hiện nó: *"Tốt, bây giờ chúng ta hãy cất các khối màu xanh đi"*. Việc la hét hoặc quát mắng trẻ có thể tạo ra kết quả, nhưng không ai muốn điều này xảy ra cả. Hầu hết trẻ em phản ứng tốt nhất khi cha mẹ đối xử với chúng bằng sự nhẹ nhàng pha chút hài hước. Sự hài hước, tình cảm và sự tin tưởng mà cha mẹ thể hiện với con trẻ khi nói chuyện sẽ khiến trẻ muốn lắng nghe cha mẹ của chúng hơn vì trẻ sẽ biết rằng cha mẹ yêu bé và cảm thấy mình thật đặc biệt.

Góc nhìn Phật học

Dưới góc nhìn Phật giáo, toàn bộ nội dung bài viết *"Cha mẹ hãy lắng nghe trẻ và dạy trẻ biết lắng nghe"* chính là một sự thực hành Từ bi và Chính niệm trong đời sống gia đình.

Khi cha mẹ lắng nghe tâm tư của con, họ không chỉ đang giáo dục, mà đang tu tập lắng nghe bằng tâm hiểu biết, không phán xét, như lời dạy: *"Ai biết lắng nghe với tâm không thành kiến, người ấy hiểu được người khác và cũng hiểu được chính mình."* (Tăng Chi Bộ Kinh).

Việc cha mẹ điều chỉnh cách nói nhẹ nhàng, rõ ràng, thành thật thể hiện tinh thần **Chính ngữ** trong **Bát Chính Đạo**: lời nói chân thật, ái ngữ và đem lại lợi ích. Khi không quát mắng, không hăm dọa, mà thay vào đó dạy con bằng ánh mắt hiền từ, bằng sự nhất quán và lòng kiên nhẫn, cha mẹ đang gieo trồng trong con hạt giống của Từ tâm (mettā) và Trí tuệ (paññā).

Dạy con biết lắng nghe cũng là dạy con biết dừng lại, nhận biết, tỉnh thức – nền tảng của tuệ giác trong Phật pháp. Như vậy, mỗi lời nói, mỗi hành động trong cách dạy con đều trở thành một pháp tu giữa đời thường, nơi tình thương được nuôi dưỡng bằng hiểu biết, và sự hiểu biết được nở hoa từ lòng Từ bi.

Tác giả: **Nguyễn Thuý Uyên** - Trường Đại học Thủ Đức