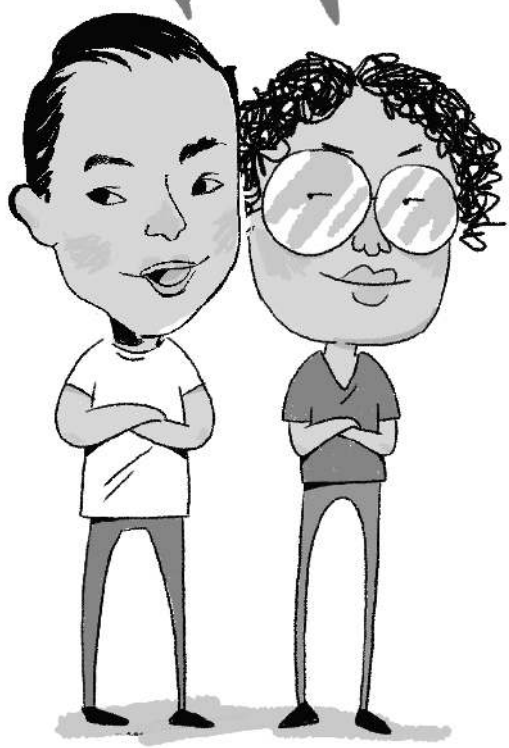
Dr. CHERRY VŨ
VÀ CÁC "CỘNG SỰ" ĐẶC BIỆT: ROB ENGLAND, EDDY NGUYỄN, DAVID NGUYỄN

THẾ BÂY GIỜ MẸ MUỐN "CÁI GIỀ"?





NHỮNG ĐỨA TRẺ
BẢN LĨNH
KHÔNG TỰ NHIÊN MÀ CÓ

gamma
NHÀ XUẤT THẾ GIỚI

MỤC LỤC

LỜI NÓI ĐẦU | **9**

Thế bây giờ mẹ muốn "cái giề"? ra đời như thế nào? | **13**

Độc giả nói gì về *Con mình chẳng lẽ lại "vứt"?* | **18**

PHẦN MỘT - SỬA MÌNH

Thay đổi bắt đầu từ chính bạn | **22**

Đừng chơi trò nạn nhân | **27**

Cuộc sống không phải là một buổi tổng duyệt | **33**

Thái độ sống của bạn ảnh hưởng đến con cái như thế nào? | **36**

Bạn có dám sống hạnh phúc? | **53**

Nếu bạn muốn bất kỳ điều gì, hãy hành động để có nó | **60**

Vì sao việc học trọn đời quan trọng với chúng ta? | **65**

Nếu bạn yêu con đủ... | **70**

Vì sao bạn không vui với thành công của người khác? | **79**

PHẦN HAI - CHA MẸ LÀ NGƯỜI LÀM VƯỜN, KHÔNG PHẢI LÀ THỢ MỘC

Như thế nào là cha mẹ tốt? | **84**

Cha mẹ là người làm vườn, không phải là thợ mộc | **91**

Hãy cởi bỏ những tư duy làm cha mẹ đã lỗi thời | **102**

Người mẹ, người quản lý linh hoạt | **112**

Hãy dạy con gái đừng sợ trở thành người phụ nữ "nguy hiểm" | **121**

Hạnh phúc hay âu lo phụ thuộc vào góc nhìn | **124**

Nếu bạn có một đứa con tự kỷ, đừng tuyệt vọng | **135**

Đừng hoang mang khi ai đó nói những điều tiêu cực về con bạn | **142**

Giao tiếp là ô-xy của mọi mối quan hệ | **148**

Hãy chủ động giao tiếp, thấu hiểu, phản hồi | **156**

PHẦN BA - CÙNG CON TRƯỞNG THÀNH

Gia đình là một team | **165**

Nếu bạn không tốt lên, có nghĩa là mối quan hệ đó đang sai | **173**

Vì sao cha mẹ không nên trừng phạt và la mắng con cái? | **179**

Không ai được phép làm tổn thương con, kể cả cha mẹ | **190**

Đừng biến con thành nạn nhân của sự thao túng | **196**

Tabula rasa (hay chuyện về trầm cảm ở tuổi vị thành niên) | **202**

Tự do không có nghĩa là vô tổ chức | **207**

Đừng dạy con sống an toàn | **211**

Muốn tạo động lực cho con, hãy là người giỏi "bán" ý tưởng | **230**

Nhân chuyện rèn con làm việc nhà và tạo thói quen đọc, viết | **240**

Cha mẹ nên làm gì khi con yêu sớm? | **246**

"Nếu con có sex, đừng làm điều gì ngu ngốc" | **250**

PHẦN BỐN - THẾ BÂY GIỜ MẸ MUỐN "CÁI GIỀ"?

Thế bây giờ mẹ muốn "cái giề"? (hay chuyện xăm mình, chửi bậy, nhuộm tóc, luộm thuôm...) | **254**

Sự hài hước (vẫn luôn) cứu rỗi gia đình | **260**

Có lẽ trưởng thành là thời điểm ai đó nhận ra mình cần sống khác đi | **275**

Lên kế hoạch để ngạc nhiên | **280**

Những điều kỳ diệu luôn xảy ra, hãy sẵn sàng đón nhận | **286**

Chim bay tổ trống | **300**

Gia tài của mẹ | **303**

LỜI KẾT | **308**

LỜI NÓI ĐẦU

Khi quyết định xuất bản cuốn *Con mình chẳng lẽ lại "vứt"?*, chúng tôi chỉ mong muốn được chia sẻ hành trình làm cha mẹ của mình với các bậc cha mẹ khác, để giúp họ bớt hoang mang khi phải đối mặt với các vấn đề của con cái như: nghiện game, yêu sớm, lười học, gặp khủng hoảng tâm lý lứa tuổi... Vì chúng tôi nhận ra rằng, làm cha mẹ nên là một hành trình hạnh phúc, và chúng tôi mong các bậc cha mẹ khác cũng có được cảm nhận như thế.

Điều khiến chúng tôi vô cùng hạnh phúc là cuốn sách đã tạo ra những hiệu ứng tuyệt vời, vượt xa cả kỳ vọng ban đầu. Chỉ bốn tháng sau khi xuất bản, *Con mình chẳng lẽ lại "vứt"?* đã được tái bản đến lần thứ ba. Hàng ngàn độc giả đã nhắn tin, gửi email cho tôi nói rằng cuốn sách đã giúp họ thay đổi tư duy, thay đổi cách làm cha mẹ và con cái họ cũng vì thế mà trở nên tốt hơn.

Độc giả nói rằng họ biết ơn chúng tôi. Nhưng thực ra từ sâu thẳm, chúng tôi biết ơn họ vì đã là những bậc cha mẹ dũng cảm. Họ đã dám thách thức niềm tin của mình, dám thay đổi bản thân để tin con hơn, trao quyền cho con nhiều hơn, bớt lo lắng và dành cho con nhiều yêu thương và sự ấm áp hơn... Đó cũng là lý do và động lực để chúng tôi tiếp tục cho ra đời cuốn sách này.

Cùng với việc viết sách chia sẻ quan điểm và kinh nghiệm cá nhân trong hành trình làm cha mẹ, chúng tôi cũng thường xuyên tổ chức những buổi tọa đàm dành cho các bậc phụ huynh với nội dung xoay quanh các vấn đề của trẻ trong quá trình trưởng thành. Với chúng tôi, đó là việc nên làm cho cộng đồng để góp phần tạo dựng một cuộc sống tốt đẹp hơn cho tất cả chúng ta.

Không ít người đã nói với chúng tôi, "Phải chi tôi biết những điều này sớm hơn, hẳn tôi đã không mắc nhiều sai lầm đến thế." Thực ra, chẳng có ai trong chúng ta được dạy để trở thành cha mẹ tốt, chúng ta đều không hoàn hảo và đều mắc những sai lầm trong hành trình nuôi dạy con cái. Chúng tôi cũng vậy, cũng ước sao mình nhận thức được những điều này sớm hơn, như vậy mình đã không làm những điều không nên với các con.

Dẫu vậy, chúng ta không nên cứ ngồi đó tự trách mình và mang sự hối hận theo suốt cuộc đời. Điều đúng đắn chúng ta cần làm là cởi mở để học hỏi và thay đổi bản thân. Hãy tự hỏi xem bạn muốn kết quả như thế nào, cách

bạn đang làm cha mẹ có mang lại kết quả như mong muốn không, nếu không thì bạn cần làm gì để thay đổi điều đó.

Một trong những thông điệp quan trọng nhất mà chúng tôi muốn gửi đến các ông bố bà mẹ là: CON BẠN SẼ ỔN THÔI. Nếu bạn đủ quan tâm để tìm hiểu những cách trở thành cha mẹ tốt hơn, chịu khó học hỏi và cởi mở đón nhận những tư duy mới, con bạn chắc chắn sẽ ổn thôi.

Hãy chấp nhận rằng con cái có một hệ giá trị khác với hệ giá trị của bạn. Trong thế giới toàn cầu đang thay đổi liên tục này, chúng chắc chắn sẽ khác. Vì vậy, đừng đòi hỏi con phải sống đúng theo giá trị của bạn mà hãy tôn trọng khi chúng đang sống đúng theo giá trị của chúng.

Hãy nhớ rằng các thanh thiếu niên đều giống nhau ở điểm này: chúng coi mình là trung tâm và đang cố gắng đương đầu với thế giới xung quanh; chúng đang sống trong một trải nghiệm khác và đang bị quá tải; chúng không lười biếng, không ngu ngốc hay ích kỷ, chúng chỉ đang cố gắng ứng phó và đang lớn lên.

Và cuối cùng, hãy luôn yêu con và để con biết rằng bạn lúc nào cũng ở đó vì chúng, tin tưởng chúng ngay cả khi bạn thấy hồ nghi, chấp nhận những sai lầm (bản thân bạn cũng từng mắc sai lầm đó thôi). Dù chuyện gì xảy ra, hãy cho con thấy rằng lợi ích của chúng mới là mối quan tâm hàng đầu của bạn. Con càng tin tưởng chia sẻ với bạn, bạn sẽ càng biết rõ con mình có đang ổn không. Nếu đã

đọc *Con mình chẳng lẽ lại "vút"?*, hẳn bạn vẫn còn nhớ những điều này.

Chúng tôi mong rằng với *Thế bây giờ mẹ muốn "cái giề"?*, các bạn sẽ cảm nhận được sự ấm áp và tình yêu mà chúng tôi đang cố gắng lan tỏa. Hi vọng ngọn lửa đó đủ làm các bạn cảm động và mong muốn thay đổi, vì những đứa con thân yêu của bạn và vì chính bạn.

THẾ BÂY GIỜ MẸ MUỐN "CÁI GIỀ"? RA ĐỜI NHƯ THẾ NÀO?

Vì sao cuốn sách này lại có cái tên "dị" như vậy?

Mỗi khi đám con dại ấm ớ, tôi thường than, "Haiz, con mình chẳng lẽ lại vứt?"

Những lúc ấy, bọn chúng sẽ phản công lại bằng câu, "Thế bây giờ mẹ muốn cái giề?"

Và Eddy đã gợi ý đặt cái tên này cho cuốn sách thứ hai của chúng tôi. Sao lại không chứ? Tất cả chúng tôi đều hoàn toàn nhất trí. Cái tên này thể hiện đầy đủ bầu không khí "tưng tửng", "nhí nhố" trong gia đình tôi, ở đó chúng tôi vui đùa cùng nhau, lũ con dại cảm thấy đủ an toàn và thoải mái để "vặn" lại bố mẹ.

Điều thú vị là giống như cuộc đối thoại ở trên giữa mẹ con tôi, hai cuốn sách này cũng có hướng tiếp cận tương tự. Bạn có thể thấy, nếu như *Con mình chẳng lẽ lại "vứt"?* thiên về việc giải quyết những vấn đề của bọn trẻ nói chung và trẻ vị thành niên nói riêng, thì *Thế bây giờ mẹ muốn "cái giề"?* sẽ thiên về "xử lý" các bậc phụ huynh.

Trong quá trình đồng hành cùng các bậc cha mẹ, tôi nhận ra rằng thứ đang kìm hãm các bạn trên hành trình làm cha mẹ chính là *bạn*. Các bố mẹ luôn nhìn thấy vấn đề ở con mình và chăm chăm tìm cách giải quyết mà không nhận ra rằng những vấn đề ấy đa phần đều từ mình mà ra. Chừng nào bố mẹ còn chưa điều chỉnh bản thân, chưa thay đổi tư duy, góc nhìn và cách tiếp cận, chừng đó bạn còn chưa thể tạo ra sự thay đổi ở con cái.

Thế bây giờ mẹ muốn "cái giề"? sẽ dành phần lớn nội dung để "chữa bệnh từ gốc" cho những vấn đề mà bấy lâu các bạn vẫn cho là *của con*. Tin buồn là việc tự sửa mình từ xưa đến nay chưa bao giờ dễ dàng cả, nhưng tin tốt là bạn được hoàn toàn chủ động trên hành trình này.

Nếu bạn là cha mẹ, người đang điều hành một gia đình, và bạn…

- đang tìm kiếm những cách thức mới để giải quyết những vấn đề trong cuộc sống và với con cái;

- là người cởi mở đối với sự thay đổi, kể cả thay đổi một số niềm tin và những cách thức quen thuộc trong gia đình;
- sẵn sàng xem xét kỹ lại hành vi của bản thân cũng như của con cái và những người khác;
- muốn không chỉ "sống sót" mà còn tận hưởng hạnh phúc trong hành trình làm cha mẹ,

... thì tôi tin bạn sẽ học được rất nhiều điều bổ ích từ cuốn sách này.

Vì sao bạn cần điều này?

Là những nhà tư vấn và cũng là cha mẹ, chúng tôi đã suy nghĩ rất nhiều về cách chúng ta đối phó với thế giới liên tục thay đổi này. Khi điều hành một gia đình, nuôi dạy con cái hay làm việc, chúng ta đều cần có sự thích nghi và liên tục điều chỉnh. Có thể bạn đang làm cha mẹ/làm việc rất tốt, cũng có thể bạn đang gặp khó khăn, nhưng một điều rõ ràng là "điều từng đưa bạn đến đây sẽ không thể đưa bạn tới tương lai" (What got you here won't get you there). Chúng ta cần sự thích ứng tốt hơn với những thay đổi của con cái và xã hội, và sự thay đổi của xã hội cũng đòi hỏi những cách nuôi dạy con cái tốt hơn.

Làm thế nào chúng ta có thể linh hoạt và "vặn mình" để tồn tại và phát triển cả trong công việc cũng như trong gia đình? Sau quá trình nghiên cứu và ứng dụng thành công

những cách thức mới, chúng tôi đã tổng hợp lại và đưa ra những lời khuyên mà chúng tôi tin rằng sẽ có ích cho các gia đình và doanh nghiệp (khi áp dụng các nguyên tắc và phương pháp này cho gia đình và doanh nghiệp, chúng tôi thấy chúng đều cho hiệu quả như nhau).

Trước đây, chúng tôi chỉ tập trung vào giúp các doanh nghiệp và tổ chức áp dụng tư duy quản lý mới, nhưng gần đây chúng tôi nhận thấy rằng các gia đình Việt cũng cần thay đổi. Khi các bậc cha mẹ hạnh phúc hơn trong gia đình, họ sẽ hạnh phúc và hiệu quả hơn ở nơi làm việc, và ngược lại. Những điều này có mối quan hệ mật thiết tới nhau.

Chúng tôi hi vọng với cuốn sách này, qua những câu chuyện và tình huống cùng cách thức phản ứng của chúng tôi, bạn có thể có cách nhìn nhận khác về những việc mình đang làm và tìm ra cách thức mới, cơ hội mới cho những vấn đề trong cuộc sống và công việc.

Cho dù bạn là ai, đang sống ở đâu, trong điều kiện hoàn cảnh nào, thì trong hành trình làm cha mẹ, bạn cũng đều khó tránh khỏi những tình huống khó khăn, thậm chí khủng hoảng. Khủng hoảng không phải là điều xấu nếu bạn chuẩn bị cho nó. Nếu bạn có sự tự tin cao, nếu bạn hành động linh hoạt, ứng phó nhanh với sự thay đổi của hoàn cảnh, của con cái và tình huống, bạn sẽ tạo ra những kết quả tốt hơn cho gia đình, bản thân và cho cả cộng đồng.

Mong rằng những gì chúng tôi chia sẻ sẽ giúp các bạn thấy hạnh phúc hơn khi đồng hành cùng con, bạn sẽ nhận ra rằng mình cần cởi bỏ áp lực phải làm cha mẹ "đúng". Chúng ta không cần phải hoàn hảo mới nuôi dạy được những đứa trẻ hạnh phúc và khỏe mạnh. Ngược lại, con cái chúng ta cũng không cần phải hoàn hảo như "con người ta". Chúng ta cần biết con thế nào là đủ tốt, yêu thương con vì chính con người chúng, cho phép con phạm lỗi và trải nghiệm sai lầm, để con trưởng thành và được sống cuộc đời của riêng chúng.