

TẠI SAO TRẺ HƯ VÀ CẢM XÚC, PHẢN ỨNG CỦA NGƯỜI LỚN

Đỗ Ngọc Khanh

Viện Tâm lý học.

Nhiều người cho rằng trẻ hư bởi vì nó là đứa có tính hay gây gổ hoặc được nuông chiều quá mức, hư vì cha mẹ hay anh chị đều hư, vì gia đình quá nghèo, quá giàu... Có rất nhiều lý do được đưa ra nhưng lại không giúp lý giải được *mục đích hành vi tiêu cực* của trẻ. Xét cho cùng, *tất cả các hành vi đều có mục đích và có lý do, nó không xảy ra một cách ngẫu nhiên* (Dinkmeyer, 1979, Dreikurs, 1998). Hành vi tiêu cực hay cư xử không phù hợp của trẻ cũng vậy. Xác định được mục đích hành vi tiêu cực của trẻ giúp ta hiểu tại sao trẻ lại làm như vậy và có cách xử trí thích hợp, hiệu quả.

1. Mục đích hành vi tiêu cực của trẻ và cảm xúc, phản ứng của người lớn

Phần lớn các chuyên gia về giáo dục đều cho rằng tất cả các hành vi tiêu cực của trẻ đều có thể qui về 1 trong 4 mục đích sau đây: Thu hút sự chú ý; quyền lực; trả thù, thể hiện không thích hợp (Dreikurs, R. & Soltz, V., 1995). Có thể trình bày tóm tắt mục đích hành vi tiêu cực của trẻ như sau:

Bảng 1: Mục đích hành vi tiêu cực của trẻ và cảm xúc, phản ứng của người lớn

Mục đích hành vi tiêu cực của trẻ	Ví dụ	Cảm xúc và phản ứng của người lớn	Phản hồi của trẻ khi người lớn định điều chỉnh hành vi của chúng
Thu hút sự chú ý	<i>Chủ động:</i> làm trò hề, trò lấu cá (với người lớn, với bạn), ăn mặc khác thường, khóc lóc, làm ồn. <i>Bị động:</i> quên, lơ là việc phải làm.	<i>Cảm xúc:</i> Khó chịu, cáu, đôi khi thấy buồn cười vì trẻ rất nhăng. <i>Phản ứng:</i> Có xu hướng nhắc nhở nhiều lần, dỗ ngọt cho nó thôi đi.	Tạm dừng hành vi "hư" đó lại. Sau đó lại tiếp tục hoặc lại làm phiền theo một cách khác để thu hút sự chú ý của người lớn.

Quyền lực	<i>Chủ động:</i> Có hành vi hung hăng, đánh nhau, trêu người thách thức, không nghe lời, không hợp tác. <i>Thụ động:</i> bướng bỉnh, chống đối, kháng cự.	<i>Cảm xúc:</i> Tức giận, bị khiêu khích như là quyền lực của mình bị thách thức. <i>Phản ứng:</i> Xu hướng là trừng phạt, “phản công” lại hoặc “chịu thua”.	Nếu người lớn dùng quyền lực để trả lời thì trẻ sẽ cự lại mạnh hơn hoặc chấp nhận tuân phục một cách ương bướng, ngang ngạnh. Thường leo thang thành “cuộc chiến” quyền lực giữa người lớn và trẻ. Nếu người lớn “chịu thua” thì trẻ sẽ dừng lại.
Trả thù	<i>Chủ động:</i> làm hại, làm tổn thương ai đó, hỗn láo, bạo lực, phá phách đồ đạc vì cảm thấy bị tổn thương và không được yêu mến. <i>Thụ động:</i> Nhìn nhận người khác một cách hằn học, xúc phạm.	<i>Cảm xúc:</i> bị tổn thương sâu sắc, không ngờ trẻ có thể làm như vậy với mình. <i>Phản ứng:</i> Xu hướng là người lớn đáp trả hoặc làm cho “hoà”.	Tìm cách tiếp tục trả thù bằng cách tăng thêm hành vi tiêu cực (hành vi phá hoại, lời nói làm tổn thương) hoặc chọn “vũ khí” khác. Thường leo thang và dẫn đến vòng “trả thù” luân quản giữa người lớn và trẻ.
Thể hiện không thích hợp	<i>Thụ động:</i> bỏ cuộc, từ bỏ (một việc gì đó) một cách dễ dàng, không cố gắng, không tham gia. Trốn hoặc bỏ học. Tìm lối thoát bằng rượu và ma túy.	<i>Cảm xúc:</i> Người lớn tuyệt vọng, chán nản, “chịu rồi”. <i>Phản ứng:</i> Xu hướng đồng ý với trẻ là không thể làm gì được nữa (chịu). Đâu hàng, trường hợp nghiện ma túy có thể đưa đi cai nghiện.	Phản hồi một cách thụ động hoặc không có phản hồi gì với bất cứ biện pháp nào của cha mẹ. Không thể hiện sự tiến bộ nào. Hy vọng bạn cũng sẽ “chịu thua” và để trẻ yên.

2. Một trường hợp cụ thể

H., 11 tuổi, trong giờ học luôn ngo ngoáy, quay bên này, quay bên kia, có khi còn giật áo, cốc đầu bạn bên cạnh, thỉnh thoảng lại đứng lên trong khi đáng lẽ em phải ngồi tại chỗ và tập trung viết bài cô giao.

Dưới quan điểm của các nhà tâm lý giáo dục theo trường phái tâm lý học Adler, các hành vi của H. có thể nhằm một trong những mục đích sai lệch sau đây:

Thu hút sự chú ý của cô giáo, bạn bè, làm cho cô giáo bận bịu với mình (*Chú ý*).

Cho cô thấy một điều “trong lớp, em có thể làm bất cứ điều gì em muốn” (*Quyền lực*).

Cảm thấy bị tổn thương và muốn “gỡ hoà” với cô hoặc với bạn (*trả thù*).

Cảm thấy không thể làm được bài, thấy quá sức, thấy đằng nào cũng

thế, nên không muốn thử hoặc cũng có khi bài giao quá dễ, quá buồn chán (*Không thích hợp, né tránh thất bại*).

Điều đáng lưu ý là *trẻ không ý thức được những suy nghĩ/niềm tin sai lệch* của mình. Nếu sau này người lớn có hỏi trẻ tại sao chúng lại “hu” như vậy, chúng sẽ trả lời là “không biết” hoặc đưa ra một vài lý do, nguyên do để bao biện.

Thu hút chú ý và chứng tỏ mình cũng có “quyền lực” là hai mục đích sai lệch phổ biến nhất của hành vi tiêu cực thường gặp ở nhà và ở trường.

Thu hút sự chú ý: Nằm đằng sau hành vi tiêu cực thu hút sự chú ý là suy nghĩ sai lệch của trẻ: “mình chỉ cảm thấy quan trọng khi nhận được sự quan tâm, chú ý của cha mẹ/thầy cô”. Đến tuổi mới lớn, trẻ hưởng hành vi này tới bạn cùng tuổi nhiều hơn. Muốn được chú ý là nhu cầu, động cơ phổ biến ở bất cứ đứa trẻ nào. Nếu nó thu hút được sự chú ý, hay thành tích nào đó, nó sẽ làm bằng cách khác. Nó có thể quậy phá trong lớp. Đối với trẻ này bạn muốn mắng, phạt, “ninh” cho nó thôi đi, nhưng mục đích của nó là thu hút sự chú ý và những gì bạn làm với nó lúc này lại chính là cái nó đang tìm kiếm. Hành vi của trẻ làm người lớn thấy khó chịu.

Quyền lực: Trẻ liên tục cố gắng khám phá xem mình “mạnh” đến mức nào. Nằm đằng sau hành vi chứng tỏ mình cũng có “quyền lực” là suy nghĩ sai lệch của trẻ: “mình chỉ cảm thấy quan trọng nếu là người điều khiển và có những gì mình muốn”. Một số trẻ chỉ cảm thấy quan trọng khi chúng thách thức quyền lực của người lớn, vi phạm nội quy, không làm theo lời cha mẹ, thầy cô. Hành vi “trêu người”, “thách thức” của trẻ làm người lớn tức giận nhất là những cha mẹ/thầy cô coi trọng sự vâng lời, khó chấp nhận “trẻ con cãi lại người lớn”. Người lớn rất dễ trừng phạt trẻ trong trường hợp này.

Trả thù: “Mình cảm thấy bị tổn thương vì không được yêu quý, không được đối xử tôn trọng, công bằng, bị họ trừng phạt, mình phải đáp trả”. Đứa trẻ làm người khác (cha mẹ, anh chị em trong nhà hay thầy cô, bạn cùng lớp) bị tổn thương. Nhưng trước đó, chính đứa trẻ đã cảm thấy bị tổn thương (thực sự hoặc nó cho là như vậy), bị đối xử không công bằng, bị thua thiệt nên nó tìm cách trả thù. Nó làm việc này bằng nhiều cách: hành động, lời nói, hoặc im lặng, từ chối hợp tác, cái nhìn và cử chỉ không thân thiện. Đây là những đứa trẻ đang cảm thấy rất chán nản, phiền muộn.

Thể hiện không thích hợp: “Mình không thể đáp ứng được mong đợi của người lớn, mình sẽ bỏ cuộc và hy vọng là họ để cho mình yên”. Hành vi thể hiện không thích hợp chính là hành vi rút lui, né tránh thất bại vì cảm thấy nhiệm vụ quá sức so với mong mỏi của cha mẹ/thầy cô. “Con không giải được bài đó đâu!”, “con đã bảo là không làm... được đâu vì con rất dốt môn này”.

Đứa trẻ cảm thấy rất chán nản. Nếu bạn chế nhạo “Không khá lên được à? Quá kém!” nó càng cảm thấy vô giá trị hơn.

3. Người lớn làm gì?

3.1. Xác định mục đích sai lệch của hành vi tiêu cực ở trẻ

Có 2 điểm giúp ích chúng ta:

Dựa vào cảm giác của mình (khi bạn cảm thấy khó chịu, bị làm phiền thì khả năng trẻ muốn thu hút sự chú ý; tức giận > quyền lực; tổn thương sâu sắc > trả thù, xem cột 3 bảng 1).

Dựa vào phản hồi của trẻ khi người lớn cố gắng thay đổi hành vi của nó (xem cột 4 bảng 1).

3.2. Thái độ ứng xử của người lớn

Với loại hành vi nhằm **thu hút chú ý**:

Giảm thiểu hoặc không để ý đến hành vi của trẻ khi có thể, chú ý tích cực đến nó vào lúc khác, lúc phù hợp và dễ chịu hơn.

Nhìn nghiêm nghị nhưng không nói.

Hướng trẻ vào hành vi giúp ích hơn

Nhắc nhở (tên, công việc phải làm), cho trẻ lựa chọn có giới hạn.

Dùng hệ quả lôgic⁽¹⁾.

Lập nội qui hay lịch trình mà người lớn sẽ thường xuyên dành thời gian cho trẻ.

Với loại hành vi nhằm chứng tỏ **quyền lực**:

Bình tĩnh, rút khỏi cuộc “đòi co”, xung đột, không “tham chiến” để trẻ người dãn. Nên nhớ muốn cãi nhau phải có ít nhất 2 người!

Sử dụng các bước khuyến khích hợp tác (Hiểu cảm xúc của trẻ, thể hiện mình hiểu cảm xúc đó, chia sẻ cảm xúc của mình về tình huống đó, cùng nhau trao đổi để phòng tránh vấn đề tương tự trong tương lai).

Giúp trẻ thấy có thể sử dụng “sức mạnh/quyền lực” theo cách thức tích cực. Nhớ rằng tham gia đòi co quyền lực hoặc nhượng bộ chỉ làm trẻ mong muốn có “quyền lực” hơn.

Quyết định xem mình sẽ làm gì, chứ không phải bạn sẽ bắt trẻ làm gì.

Lập nội qui hay lịch trình mà người lớn sẽ thường xuyên dành thời gian cho trẻ.

Với loại hành vi nhằm **trả thù**:

Kiên nhẫn. Rút khỏi vòng luẩn quẩn “trả miếng” lẫn nhau. Tránh trừng phạt.

Duy trì sự thân thiện trong khi chờ đợi trẻ nguôi dần.

Khích lệ sự hợp tác, xây dựng lòng tin.

Hợp tác làm việc riêng với trẻ để giải quyết khó khăn.

Sử dụng kỹ năng khích lệ, cho trẻ thấy nó được yêu thương, tôn trọng.

Lập nội qui hay lịch trình mà người lớn sẽ thường xuyên dành thời gian cho trẻ.

Với loại hành vi **thể hiện sự không thích hợp**/né tránh thất bại:

Không phê phán, chê bai.

Dành thời gian rèn luyện/phụ đạo cho trẻ.

Chia nhỏ nhiệm vụ, bắt đầu từ việc dễ để trẻ có “thành công” ban đầu.

Sử dụng kỹ năng khích lệ, tập trung vào điểm mạnh, vốn quý của trẻ.

Không thể hiện thương hại, không đầu hàng.

Dành thời gian thường xuyên cho trẻ, giúp trẻ.

Như vậy mỗi khi trẻ có những hành vi cư xử tiêu cực, không thích hợp, người lớn cần cố gắng hiểu xem mục đích nằm đằng sau hành vi đó là gì để có những biện pháp xử lý, giúp đỡ trẻ một cách hiệu quả. Khi người lớn có những biện pháp giáo dục tích cực, hành vi của trẻ sẽ thay đổi theo hướng tích cực mà không cần phải dùng bạo lực.

Chú thích

1. Hệ quả lôgic đòi hỏi có sự can thiệp của người lớn hoặc của trẻ khác trong gia đình/lớp học: khi trẻ (“có ý”) nghịch, phá hỏng chiếc xe bằng nhựa, cha mẹ không mua xe thay thế để dạy trẻ cách giữ gìn đồ chơi.

Tài liệu tham khảo

1. Dinkmeyr, D. & Mckay, G. D. (1990). *Parenting teenagers*. Minnesota: AGS Bigner J. (1989). *Parent-child relations: An introduction to parenting*. New Jersey: Prentice Hall.
2. Dreikurs, R. (1989). *Fundamentals of Adlerian Psychology*. Illinois: Alfred Adler Institute.
3. Dreikurs, R. & Soltz, V. (1995). *Happy children: a challenge to parents*. Acer