

Nuôi dạy con theo phương thức gia tăng nội lực cho con

Báo cáo viên:

Cô Nguyễn Thị Yến Trinh – Hiệu trưởng
Phạm Thị Ngọc Mỹ – CV Tư vấn tâm lý





Giải nghĩa từ

PHƯƠNG THỂ

Phương pháp

Tâm thể

GIA TĂNG NỘI LỰC

Tiến trình để một người trở nên mạnh mẽ và tự tin hơn, đặc biệt trong khả năng kiểm soát được cuộc sống của người đó.

Sự trao quyền.

*Vì sao chúng ta nói về nuôi dạy con
trong thời điểm này, trong khi chúng
ta đã nuôi dạy con từ rất lâu rồi?*

“



Lễ trưởng thành Seijin no Hi ở Nhật Bản



Lễ trưởng thành ở Hàn Quốc



Lễ trưởng thành ở trường THPT Chuyên Lê Hồng Phong



Lễ trưởng thành ở trường THPT Chuyên Lê Hồng Phong



Ý niệm về trưởng thành

Khi 14 tuổi

Khi 18 tuổi

Trưởng thành là tình trạng một người có thể tự quyết hoàn toàn về mình (V.Satir)

Cha mẹ chúng ta làm sao để con mình có thể dần chuyển mình để trở thành một người trưởng thành?

“



Tâm lý lứa tuổi của con

Bắt đầu bằng việc hiểu về nhu cầu của các con



Vị thành niên

rất cá tính và mong manh

- ◉ Nhu cầu hình thành bản sắc cá nhân
- ◉ Nhu cầu được yêu thương và thuộc về
- ◉ Mong muốn được độc lập và tự chủ

Nhu cầu hình thành bản sắc cá nhân



Ảnh hưởng của
dậy thì

Khủng hoảng
bản sắc



Nhu cầu hình thành bản sắc cá nhân



Kiêu hãnh

Nhu cầu hình thành bản sắc cá nhân



Cá tính



Suy tư về chính mình

● Nhu cầu yêu thương và thuộc về



Sự thân mật



Nhóm – tập thể



Cô đơn

Nhu cầu độc lập và tự chủ





Gia đình có trẻ vị thành niên

Trong gia đình, khi con bắt đầu vào tuổi vị thành niên, anh chị có những nỗi khó gì trong việc làm cha mẹ của các con?





Gia đình có trẻ vị thành niên

Cha mẹ dần chấp nhận

- ◉ Đưa con trở nên độc lập
- ◉ Sự cá biệt hóa bản ngã ở con
- ◉ Quá trình “đi đi – về về” - leaving home



Chức năng làm cha mẹ thay đổi

- Không còn chăm chút kỹ càng như ngày bé, cũng chưa hẳn giao quyền tự quyết hoàn toàn như người trưởng thành.
- Vai trò của cha mẹ vừa là người hướng dẫn, vừa là người nâng đỡ
- Đón nhận việc đưa con dần trưởng thành, có thể không giống mình, và được phép “đi đi về về”

Phong cách làm cha mẹ dân chủ

Tạo mối quan hệ tích cực và
vạch rõ những quyền hạn





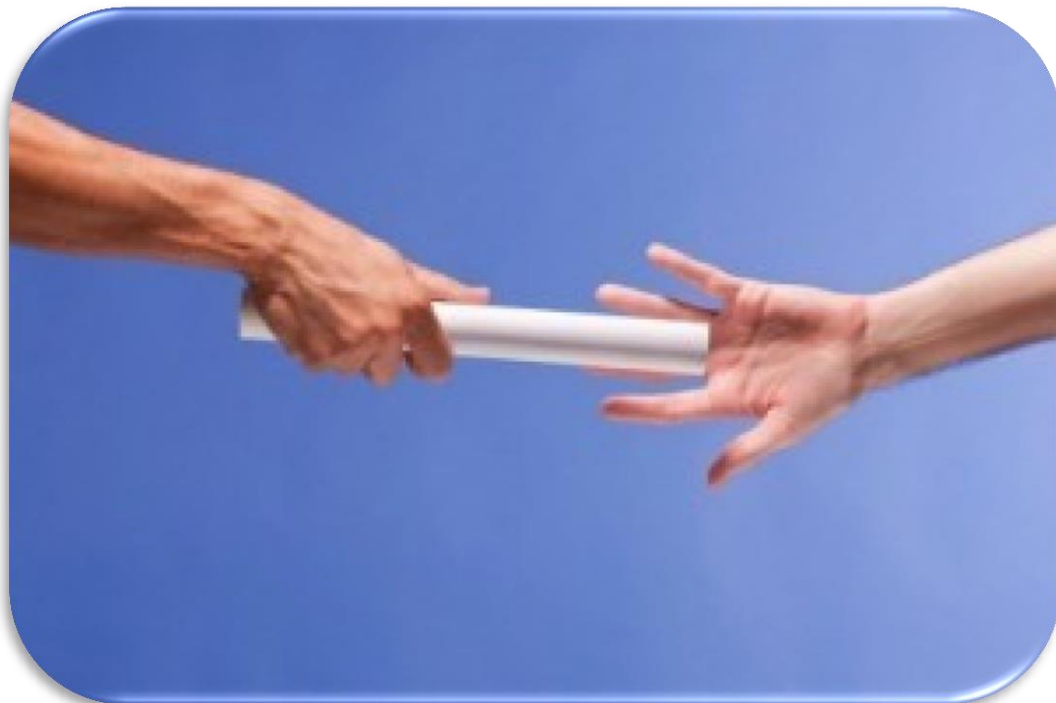
Phong cách làm cha mẹ dân chủ

- ◉ Âm áp, trù mến và thấu hiểu con
- ◉ Ủng hộ và trợ giúp con (tạo bầu khí cho con được lắng nghe và nói)
- ◉ Khuyến khích sự độc lập nơi con
- ◉ Dành tiêu chuẩn, kì vọng cao với con
- ◉ Đặt ra các luật lệ và giới hạn rõ ràng



Sự trao quyền cho con

Trao quyền:
Gửi gắm sức
mạnh và uy
quyền cho con
được phép làm
một việc gì đó



*Có những chuyện mà con muốn được có
quyền làm và tự chọn lựa mà cha mẹ
chưa muốn trao cho con*

“



Trao quyền để con nhận ra con có

**Có ý
nghĩa**

**Sự tự
quyết**

**Năng
lực**

**Sức ảnh
hưởng**



Con sẽ trở nên

- ◉ Hạnh phúc và có nhiều giá trị
- ◉ Trở nên độc lập hơn
- ◉ Đạt được những thành quả tốt trong học tập
- ◉ Phát triển lòng tự tin tốt
- ◉ Tương tác tốt với bạn
- ◉ Sử dụng tốt các kỹ năng xã hội
- ◉ Có sức khỏe tinh thần tốt hơn
- ◉ Ít thể hiện khuynh hướng bạo lực

Trao quyền và đặt giới hạn cho con như thế nào là hợp lý trong giai đoạn này?

“



Quyền và hạn

● Trao quyền và đặt giới hạn

- Quyền rõ ràng
- Hạn rõ ràng
- Quyền – hạn thường được truyền đạt lại cho con qua cách mà ta tương tác với con





Phương pháp

Giao tiếp

- Lắng nghe tích cực
- Hiểu mong đợi, nhu cầu của con
- Phản hồi và nêu ý kiến
- Đặt câu hỏi làm rõ
- Đặt câu hỏi để con tự vấn

Thái độ

- Tích cực
- Đón nhận
- Tin tưởng
- Tôn trọng

Hành động

- Mở rộng ánh nhìn tích cực
- Đón nhận, ghi nhận
- Hiện diện đầy đủ
- Nhất quán (đặt quyền và hạn)
- Ủng hộ trẻ



Khởi mở nói chuyện cùng con

- ⦿ Suy nghĩ của con là gì? Con nghĩ gì về điều này?
- ⦿ Bằng cách nào để con có thể làm được việc đó?
- ⦿ Con đã xem xét kỹ các lựa chọn của con chưa?
- ⦿ Con có muốn nói cho bố/mẹ nghe về cân nhắc của con chứ?
- ⦿ Bố/mẹ thật sự tự hào vì con đã cân nhắc/làm việc với nó
- ⦿ Cảm giác của con về điều này/chuyện này như thế nào?
- ⦿ Bố mẹ vẫn luôn ở cạnh con nếu con cần.



Trao quyền hỗ trợ cho trẻ được tự chủ trong các vấn đề

- ⦿ Học tập (Nơi học? Học điều gì? Học ai?)
- ⦿ Bản sắc (Giới tính, tính cách, thể hiện bản sắc)
- ⦿ Chọn nghề nghiệp theo đuổi
- ⦿ Chọn người yêu



Cha mẹ làm những điều trên với niềm tin rằng

- ◉ Đón nhận con như con là
- ◉ Mỗi đứa con đều có nội lực, khả năng phát triển theo cách của riêng nó
- ◉ Cha mẹ là người luôn ủng hộ cho con (ủng và hộ)
- ◉ Cho con cảm nhận yêu thương và được đón nhận khi trở về

*“Gia đình là nơi tạo thuận lợi cho đứa trẻ tập làm người. Tập là nói đến những kinh nghiệm, những sự mò mẫm, thất bại, vụng về, làm lại. ... Mà nếu được phép thử nghiệm, đứa trẻ sẽ đạt đến sự **Tự chủ** để rồi không một cái vụng về nào làm nguy hại đến tương lai của nó.”*

BS Nguyễn Khắc Viện

“



Bảo bọc



A photograph of two white doves in flight against a clear, bright blue sky. The dove in the foreground is shown from a low angle, with its wings fully extended, revealing the intricate structure of its feathers. Its head is turned slightly to the right. The second dove is positioned further back and higher up in the frame, also in flight. The overall composition is clean and uplifting.

Nâng cánh



*Chia sẻ về những kinh nghiệm
mà các anh chị đã từng nói,
làm được cùng con*

“



Phòng tư vấn tâm lý

“Hiện diện với mong muốn đem lại sự hỗ trợ tốt nhất cho gia đình và các em đang theo học tại trường”

Chuyên đề:
NHẬN BIẾT VỀ
KHÓ KHĂN TINH THẦN
CỦA BẢN THÂN



ĐA DẠNG GIỚI TÍNH

Nhận biết - phòng ngừa Bắt nạt học đường



Báo cáo viên
Phạm Thị Ngọc Mỹ - TVTLHĐ

Ngoại khóa HKII 2017 – 2018
Phòng Tư vấn tâm lý học đường

Tìm kiếm ý nghĩa cuộc đời





Hướng Nghiệp Cùng MBTI

Ngoại khóa HKII 2017 -2018
Phòng Tư vấn tâm lý học đường



Tuổi trẻ và tình yêu

Ngoại khóa HKII 2017 – 2018
Phòng Tư vấn tâm lý học đường

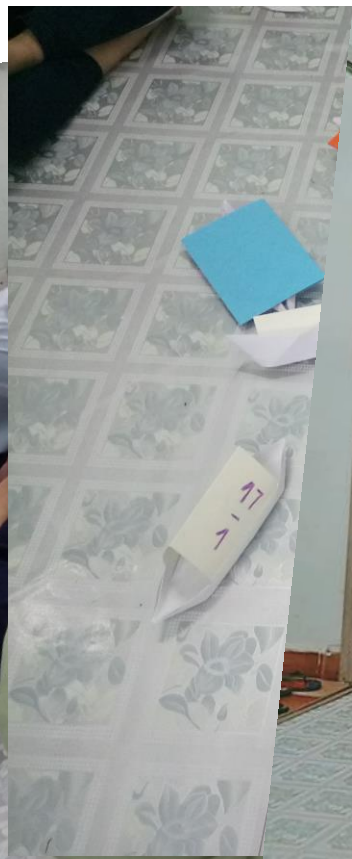
Trầm cảm – Cách hỗ trợ

Ngoại khóa HKII 2017 – 2018

Phòng Tư vấn tâm lý học đường



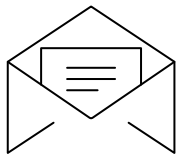






Trân trọng cảm ơn!

Xin mời có câu hỏi?



Phòng Tư vấn tâm lý học đường
Email: tvhdlehongphong@gmail.com
SĐT: 028 3830 5677



Tài liệu tham khảo

- Tâm lý gia đình – BS Nguyễn Khắc Viện
- Trị liệu hệ thống gia đình – BS Nguyễn Minh Tiến
- Tâm lý học nguyên lý và ứng dụng – Stephen Worchel & Wayne Shebilsue
- Các trường phái trong tâm lý học lâm sàng – Nguyễn Sinh Phúc
- The changing family life cycle: A framework for family therapy – Betty Carler and Monica McGoldrick
- 4 Parenting Styles – Characteristics And Effects – parentingforbrain.com
- 10 Powerful Positive Parenting Tips - How to Give Your Children Empowerment! – positive-parenting-ally.com

A photograph of three children running away from the camera on a dirt path through a lush green forest. The child on the left is a boy with light brown hair, wearing a white t-shirt and dark pants. The child in the middle is a girl with dark curly hair, wearing a striped shirt and blue jeans. The child on the right is a girl with long brown hair, wearing a patterned dress and red shoes. They are all running towards the background, which is filled with dense green trees and foliage. The lighting is bright and natural, suggesting a sunny day.

THANK YOU



SEE YOU AGAIN SOON