

LỜI NGỎ

Cuốn “**Nhật ký ba mẹ - Giáo dục con thời hiện đại**” với thông điệp “*Không đánh con – không quát mắng con*” sẽ là “*kim chỉ nam*” giúp ba mẹ thực hành chấm dứt tình trạng sử dụng các hình phạt về thể chất và tinh thần đối với con trẻ.

Quan niệm “*thương cho roi cho vọt*” từ lâu bị ngộ nhận như một “*chuẩn mực truyền thống*” để giáo dục con trẻ. Lạm dụng hình phạt về thể chất và tinh thần gây nên những tổn hại lớn đến thể chất, tinh thần và phẩm giá của trẻ.

Người lớn luôn bao biện cho việc sử dụng các hành vi trừng phạt thể chất và tinh thần nhưng chưa chú ý đến những hậu quả để lại cho trẻ khi áp dụng các hình phạt này.

Tôi trừng phạt (đánh, la mắng)

trẻ vì:

- Áp lực cuộc sống
- Kỳ vọng đặt cho trẻ quá nhiều
- Tôi không có cách dạy nào khác. Chỉ có đánh mắng như vậy trẻ mới thành người.
- Lo lắng, nóng giận
- Lúc bé tôi cũng bị đánh mắng

Sau khi đánh mắng con, tôi:

- Cảm thấy buồn hơn
- Cảm thấy bất lực
- Hoang mang trong cách dạy trẻ
- Cảm thấy day dứt
 - Thỏa mãn, trút bỏ được cơn giận, phiền toái, ...

Trẻ bị đánh mắng sẽ:

- Đau đớn về thể chất
- Tổn thương về tinh thần
- Rụt rè, sợ hãi, khép mình
- Trở nên lỳ lợm hơn
- Dễ chấp nhận bạo lực và thậm chí cư xử hung hăng hoặc hiếu chiến khi lớn lên.
- Người lớn không còn cơ hội bước vào thế giới tâm hồn của trẻ, gần gũi lắng nghe trẻ
- Ảnh hưởng đến phẩm giá của trẻ.

Chúng ta cùng nhau trả lời những câu hỏi sau:

- La mắng, đánh đập có thực sự giúp trẻ tốt hơn?
- Ba mẹ lạm dụng các hành vi bạo lực trong chăm sóc và nuôi dạy con trẻ?
- Có cách giáo dục nào khác thay thế mà không sử dụng hành vi bạo lực?

06 ĐIỂM KHÁC BIỆT GIỮA KỶ LUẬT TÍCH CỰC VÀ KỶ LUẬT TIÊU CỰC (TRỪNG PHẠT)

Kỷ luật tích cực	Kỷ luật tiêu cực (trừng phạt)
1. Nhấn mạnh những gì trẻ nên làm. Cho trẻ những phương án lựa chọn tích cực.	1. Nhấn mạnh những gì trẻ không được làm. Cấm đoán, không giải thích tại sao.
2. Là quá trình thường xuyên, liên tục, nhất quán, cương quyết, mang tính hướng dẫn.	2. Chỉ diễn ra khi trẻ mắc lỗi hành vi. Mang tính kiểm soát, gây xấu hổ, mất mặt cho trẻ.
3. Trẻ nhận các hình thức kỷ luật có liên quan trực tiếp đến hành vi tiêu cực do trẻ gây ra.	3. Trẻ bị trừng phạt nhưng không liên quan gì đối với hành vi tiêu cực do trẻ gây ra.
4. Lắng nghe trẻ, đưa ra ví dụ, tấm gương để trẻ làm theo.	4. Không hoặc ít lắng nghe trẻ. Yêu cầu trẻ tuân thủ, nghe lời, phục tùng.
5. Tập cho trẻ tự kiểm soát bản thân, chịu trách nhiệm về mình, chủ động, tự tin.	5. Trẻ dần phụ thuộc vào người lớn, bị người lớn kiểm soát, sợ sai, kém tự lập, bị động, thiếu tự tin.
6. Giúp trẻ thay đổi. Tập trung vào hành vi chưa đúng của trẻ.	6. Giải toả, tập trung vào nỗi bức tức của người lớn khi thấy trẻ không nghe lời hoặc thậm chí có khi là “giận cá chém thớt”.

TIẾN TRÌNH THỰC HIỆN CỦA BẢN THÂN TRONG 21 NGÀY KHÔNG ĐÁNH CON

Ba mẹ đã sẵn sàng thay đổi mình để giáo dục trẻ tốt nhất theo phương pháp hiện đại? Ba mẹ cùng bắt đầu ngay việc áp dụng kỹ luật tích cực trong nuôi dạy trẻ.

1. **Đặt ra mục tiêu** cho riêng bản thân, **tìm giải pháp** trong 21 ngày tới.

✓ Đặt mục tiêu cụ thể. Ví dụ:

- Tôi sẽ không phạt con bằng hình thức đánh đòn trong 21 ngày;
- Tôi sẽ không quát mắng con khi con phạm lỗi trong 21 ngày;
- Tôi sẽ không quát mắng con dù bất kỳ lý do gì trong 21 ngày;
-

✓ Suy nghĩ về các hành động và tìm giải pháp thay thế việc quát mắng hay đánh đòn khi con mắc lỗi và thực hiện các hành động đó

✓ Đánh dấu lại những ngày thực hiện thành công hay không thành công để theo dõi quá trình đạt được mục tiêu.

2. **Áp dụng, kiên định** để hình thành thói quen kỹ luật tích cực với trẻ

✓ Hãy xác định việc thay đổi thói quen là một việc không đơn giản nhưng hoàn toàn có thể làm được.

✓ Thường thì cần ít nhất 21 ngày để tạo ra 1 thói quen mới hoặc phá vỡ 1 thói quen cũ. Một khi ba mẹ duy trì thành công một hành động vào cuối thời kỳ 21 ngày, ba mẹ sẽ dễ dàng hơn để tiếp tục làm điều đó trong tương lai.

✓ Thử thách 21 ngày không sử dụng bạo lực để chăm sóc và nuôi dạy trẻ và hướng đến chấm dứt sử dụng các hình phạt thể chất và tinh thần với trẻ em như một hình thức giáo dục của ba mẹ.



Với kiên định và tính cam kết của mình, ba mẹ sẽ dần hình thành được thói quen kỷ luật tích cực sau 21 ngày liên tục cố gắng thay đổi bản thân ba mẹ.

Các gợi ý để thực hành và hình thành thói quen kỷ luật tích cực với trẻ trong 21 ngày

1. Xác định và lựa chọn mục tiêu cho mỗi tuần và mục tiêu sau 21 ngày thói quen nào của ba mẹ muốn thay đổi/ Thói quen kỷ luật tích cực nào sẽ được thiết lập để thay thế cho trừng phạt?
2. Viết tất cả những bản thảo, mục tiêu và kế hoạch thay đổi của ba mẹ vào cuốn sổ tay nhỏ này.
3. Cuối mỗi ngày, hay bất cứ lúc nào ba mẹ có ý nghĩ, hoặc thực hiện việc đánh, mắng con, hãy đánh dấu lại. Đồng thời, ghi những điều suy nghĩ vì sao ba mẹ lại làm như vậy?
 - ✓ Đây là cách giúp ba mẹ nhận diện và cải thiện chính bản thân mình. Nhận thức về chính bản thân sẽ là chìa khóa cho những thay đổi tích cực.
 - ✓ Ba mẹ đừng nản lòng nếu đã nhiều ngày trôi qua nhưng thói quen vẫn chưa thay đổi!
 - ✓ Hình thành một thói quen mới có thể chưa thành công trong 21 ngày, nhưng nếu bạn thật sự muốn thay đổi, bạn vẫn có thể bước chậm trên con đường dài để tạo nên những chuyển biến tích cực.

4. Ba mẹ sẽ kỷ luật con như thế nào khi trẻ mắc lỗi ngày tới?

5. Ba mẹ sẽ làm gì khi mình đã trót đánh hay quát mắng trẻ trong ngày tới?

6. Trong tuần này, ba mẹ và trẻ sẽ cùng làm điều gì?

7. Và những điều khác



Bây giờ, mục tiêu của ba mẹ sau hành trình 21 ngày là:

.....
.....
.....
.....
.....
.....

Bây giờ, ba mẹ hãy:

- **Đánh dấu X** nếu ngày đó bạn quát mắng/đánh con, ghi rõ lý do và cảm nghĩ của mình.
- **Khoanh tròn** ngày mà bạn có áp dụng các hình thức kỷ luật tích cực thay thế đối với con. Các hình thức đó là gì? Phản ứng của trẻ như thế nào? Bạn cảm thấy hình thức kỷ luật mới đó có hiệu quả hay có tác động tích cực nào không?

Ngày 1:/...../.....	Ngày 2:/...../.....	Ngày 3:/...../.....	Ngày 4:/...../.....
Ngày 5:/...../.....	Ngày 6:/...../.....	Ngày 7:/...../.....	Ngày 8:/...../.....

<p>Ngày 9:</p> <p>...../...../.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	<p>Ngày 10:</p> <p>...../...../.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	<p>Ngày 11:</p> <p>...../...../.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	<p>Ngày 12:</p> <p>...../...../.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>
<p>Ngày 13:</p> <p>...../...../.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	<p>Ngày 14:</p> <p>...../...../.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	<p>Ngày 15:</p> <p>...../...../.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	<p>Ngày 16:</p> <p>...../...../.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>
<p>Ngày 17:</p> <p>...../...../.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	<p>Ngày 18:</p> <p>...../...../.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	<p>Ngày 19:</p> <p>...../...../.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	<p>Ngày 20:</p> <p>...../...../.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>



Ngày cuối cùng của thử thách

.....

.....

.....

Ngày thử thách đầu tiên:

**Hôm nay là ngày đầu tiên của lộ trình không đánh con - quát mắng con của
ba mẹ**

1. Hôm nay ba mẹ có chơi/tâm sự với trẻ?

.....
.....
.....

2. Hôm nay ba mẹ có còn trừng phạt (quát/mắng/đánh) trẻ không? Trẻ đã có phản ứng gì khi bị quát/mắng/đánh như vậy?

.....
.....
.....

3. Hôm nay ba mẹ đã áp dụng kỹ luật tích cực với trẻ như thế nào?

.....
.....

4. Hôm nay ba mẹ đã nói lời yêu thương với trẻ chưa? Ba mẹ đã nói như thế nào?

.....

5. Ba mẹ đã khích lệ, khen, động viên khi trẻ làm tốt và có thay đổi tích cực? Ba mẹ khích lệ, khen tặng, thưởng, động viên trẻ như thế nào?

.....
.....

6. Ba mẹ có thiết lập được quy tắc mới nào cho trẻ?

.....
.....

7. Ba mẹ có gặp khó khăn gì trong việc áp dụng kỹ luật tích cực không?

.....
.....

Ngày thử thách thứ 2:

Hôm nay bạn có chơi/tâm sự với trẻ?

Hôm nay ba mẹ có còn trừng phạt (quát/mắng/đánh) trẻ không? Trẻ đã có phản ứng gì khi bị quát/mắng/đánh như vậy?

.....
.....
.....

Hôm nay ba mẹ đã áp dụng kỹ luật tích cực với trẻ như thế nào?

.....
.....

Hôm nay ba mẹ đã nói lời yêu thương với trẻ chưa? Ba mẹ đã nói như thế nào?

.....

Ba mẹ đã khích lệ, khen, động viên khi trẻ làm tốt và có thay đổi tích cực? Ba mẹ khích lệ, khen tặng, thưởng, động viên trẻ như thế nào?

.....
.....

Ba mẹ có thiết lập được quy tắc mới nào cho trẻ?

.....
.....

Ba mẹ có gặp khó khăn gì trong việc áp dụng kỹ luật tích cực không?

.....
.....

Ngày thử thách thứ 3:

Dù mất thời gian nhưng ba mẹ sẽ không bỏ cuộc!

Hôm nay ba mẹ có chơi/tâm sự với trẻ?

.....
.....

Hôm nay, ba mẹ có còn trừng phạt (quát/mắng/đánh) trẻ không? Trẻ đã có phản ứng gì khi bị quát/mắng/đánh như vậy?

.....
.....
.....

Hôm nay ba mẹ đã áp dụng kỹ luật tích cực với con như thế nào?

.....
.....

Hôm nay ba mẹ đã nói lời yêu thương với trẻ chưa? Ba mẹ đã nói như thế nào?

.....

Ba mẹ đã khích lệ, khen, động viên khi trẻ làm tốt và có thay đổi tích cực? Ba mẹ khích lệ, khen tặng, thưởng, động viên trẻ như thế nào?

.....
.....

Ba mẹ có thiết lập được quy tắc mới nào cho trẻ?

.....
.....

Ba mẹ có gặp khó khăn gì trong việc áp dụng kỹ luật tích cực không?

.....
.....

Ngày thử thách thứ 4:

Ba mẹ tin tưởng ngừng đánh mắng con mới là phương pháp giáo dục con đúng đắn!

Hôm nay ba mẹ có chơi/tâm sự với trẻ?

.....
.....

Hôm nay ba mẹ có còn trừng phạt (quát/mắng/đánh) trẻ không? Trẻ đã có phản ứng gì khi bị quát/mắng/đánh như vậy?

.....
.....
.....

Hôm nay ba mẹ đã áp dụng kỹ luật tích cực với trẻ như thế nào?

.....
.....

Hôm nay ba mẹ đã nói lời yêu thương với trẻ chưa? Ba mẹ đã nói như thế nào?

.....

Ba mẹ đã khích lệ, khen, động viên khi trẻ làm tốt và có thay đổi tích cực? Ba mẹ khích lệ, khen tặng, thưởng, động viên trẻ như thế nào?

.....
.....

Ba mẹ có thiết lập được quy tắc mới nào cho trẻ?

.....
.....

Ba mẹ có gặp khó khăn gì trong việc áp dụng kỹ luật tích cực không?

.....
.....

Ngày thử thách thứ 5:

Bạo lực không làm con nên người

Hôm nay, ba mẹ có chơi/tâm sự với trẻ?

.....
.....

Hôm nay, ba mẹ có còn trừng phạt (quát/mắng/đánh) trẻ không? Trẻ đã có phản ứng gì khi bị quát/mắng/đánh như vậy?

.....
.....
.....

Hôm nay, ba mẹ đã áp dụng kỹ thuật tích cực với trẻ như thế nào?

.....
.....

Hôm nay, ba mẹ đã nói lời yêu thương với trẻ chưa? Ba mẹ đã nói như thế nào?

.....

Ba mẹ đã khích lệ, khen, động viên khi trẻ làm tốt và có thay đổi tích cực? Ba mẹ khích lệ, khen tặng, thưởng, động viên trẻ như thế nào?

.....
.....

Ba mẹ có thiết lập được quy tắc mới nào cho trẻ?

.....
.....

Ba mẹ có gặp khó khăn gì trong việc áp dụng kỹ thuật tích cực không?

.....
.....

Ngày thử thách thứ 6:

Kỹ luật tích cực thực sự là giải pháp giáo dục trẻ thích hợp

Hôm nay, ba mẹ có chơi/tâm sự với trẻ?

.....

.....

Hôm nay, ba mẹ có còn trừng phạt (quát/mắng/đánh) con không? Trẻ đã có phản ứng gì khi bị quát/mắng/đánh như vậy?

.....

.....

.....

Hôm nay, ba mẹ đã áp dụng kỹ luật tích cực với trẻ như thế nào?

.....

.....

Hôm nay, ba mẹ đã nói lời yêu thương với trẻ chưa? Ba mẹ đã nói như thế nào?

.....

Ba mẹ đã khích lệ, khen, động viên khi trẻ làm tốt và có thay đổi tích cực? Ba mẹ khích lệ, khen tặng, thưởng, động viên trẻ như thế nào?

.....

.....

Ba mẹ có thiết lập được quy tắc mới nào cho trẻ?

.....

.....

Ba mẹ có gặp khó khăn gì trong việc áp dụng kỹ luật tích cực không?

.....

.....

Ngày thử thách thứ 7:

Tuần đầu tiên khó khăn nhưng ba mẹ sẽ tiếp tục cố gắng

Hôm nay, bạn có chơi/tâm sự với trẻ?

.....
.....

Hôm nay, ba mẹ có còn trừng phạt (quát/mắng/đánh) trẻ không? Trẻ đã có phản ứng gì khi bị quát/mắng/đánh như vậy?

.....
.....
.....

Hôm nay, ba mẹ đã áp dụng kỹ thuật tích cực với trẻ như thế nào?

.....
.....

Hôm nay, ba mẹ đã nói lời yêu thương với trẻ chưa? Ba mẹ đã nói như thế nào?

.....

Ba mẹ đã khích lệ, khen, động viên khi trẻ làm tốt và có thay đổi tích cực? Ba mẹ khích lệ, khen tặng, thưởng, động viên trẻ như thế nào?

.....
.....

Ba mẹ có thiết lập được quy tắc mới nào cho trẻ?

.....
.....

Ba mẹ có gặp khó khăn gì trong việc áp dụng kỹ thuật tích cực không?

.....
.....

Ngày thử thách thứ 8:

Ba mẹ sẽ kiên nhẫn

Hôm nay, ba mẹ có chơi/tâm sự với trẻ?

.....
.....

Hôm nay, ba mẹ có còn trừng phạt (quát/mắng/đánh) trẻ không? Trẻ đã có phản ứng gì khi bị quát/mắng/đánh như vậy?

.....
.....
.....

Hôm nay, ba mẹ đã áp dụng kỹ thuật tích cực với trẻ như thế nào?

.....
.....

Hôm nay, ba mẹ đã nói lời yêu thương với trẻ chưa? Ba mẹ đã nói như thế nào?

.....

Ba mẹ đã khích lệ, khen, động viên khi trẻ làm tốt và có thay đổi tích cực? Ba mẹ khích lệ, khen tặng, thưởng, động viên trẻ như thế nào?

.....
.....

Ba mẹ có thiết lập được quy tắc mới nào cho trẻ?

.....
.....

Ba mẹ có gặp khó khăn gì trong việc áp dụng kỹ thuật tích cực không?

.....
.....

Ngày thử thách thứ 9:

Ba mẹ tin mình có thể thay đổi được

Hôm nay, ba mẹ có chơi/tâm sự với trẻ?

.....
.....

Hôm nay, ba mẹ có còn trừng phạt (quát/mắng/đánh) trẻ không? Trẻ đã có phản ứng gì khi bị quát/mắng/đánh như vậy?

.....
.....
.....

Hôm nay, ba mẹ đã áp dụng kỹ thuật tích cực với trẻ như thế nào?

.....
.....

Hôm nay, ba mẹ đã nói lời yêu thương với trẻ chưa? Ba mẹ đã nói như thế nào?

.....

Ba mẹ đã khích lệ, khen, động viên khi trẻ làm tốt và có thay đổi tích cực? Ba mẹ khích lệ, khen tặng, thưởng, động viên trẻ như thế nào?

.....
.....

Ba mẹ có thiết lập được quy tắc mới nào cho trẻ?

.....
.....

Ba mẹ có gặp khó khăn gì trong việc áp dụng kỹ thuật tích cực không?

.....
.....

Ngày thử thách thứ 10:

Ba mẹ muốn dành những điều tốt đẹp nhất cho con

Hôm nay, ba mẹ có chơi/tâm sự với trẻ?

.....
.....

Hôm nay, ba mẹ có còn trừng phạt (quát/mắng/đánh) trẻ không? Trẻ đã có phản ứng gì khi bị quát/mắng/đánh như vậy?

.....
.....
.....

Hôm nay, ba mẹ đã áp dụng kỹ thuật tích cực với trẻ như thế nào?

.....
.....

Hôm nay, ba mẹ đã nói lời yêu thương với trẻ chưa? Ba mẹ đã nói như thế nào?

.....

Ba mẹ đã khích lệ, khen, động viên khi trẻ làm tốt và có thay đổi tích cực? Ba mẹ khích lệ, khen tặng, thưởng, động viên trẻ như thế nào?

.....
.....

Ba mẹ có thiết lập được quy tắc mới nào cho trẻ?

.....
.....

Ba mẹ có gặp khó khăn gì trong việc áp dụng kỹ thuật tích cực không?

.....
.....

Ngày thử thách thứ 11:

Trẻ em có quyền được bảo vệ khỏi bạo lực

Hôm nay, ba mẹ có chơi/tâm sự với trẻ?

.....

.....

Hôm nay, ba mẹ có còn trừng phạt (quát/mắng/đánh) trẻ không? Trẻ đã có phản ứng gì khi bị quát/mắng/đánh như vậy?

.....

.....

.....

Hôm nay, ba mẹ đã áp dụng kỹ thuật tích cực với trẻ như thế nào?

.....

.....

Hôm nay, ba mẹ đã nói lời yêu thương với trẻ chưa? Ba mẹ đã nói như thế nào?

.....

Ba mẹ đã khích lệ, khen, động viên khi trẻ làm tốt và có thay đổi tích cực? Ba mẹ khích lệ, khen tặng, thưởng, động viên trẻ như thế nào?

.....

.....

Ba mẹ có thiết lập được quy tắc mới nào cho trẻ?

.....

.....

Ba mẹ có gặp khó khăn gì trong việc áp dụng kỹ thuật tích cực không?

.....

.....

Ngày thử thách thứ 12:

Ba mẹ sẽ là người bạn thân thiết nhất của con!

Hôm nay, ba mẹ có chơi/tâm sự với trẻ?

.....
.....

Hôm nay, ba mẹ có còn trừng phạt (quát/mắng/đánh) trẻ không? Trẻ đã có phản ứng gì khi bị quát/mắng/đánh như vậy?

.....
.....
.....

Hôm nay, ba mẹ đã áp dụng kỹ thuật tích cực với trẻ như thế nào?

.....
.....

Hôm nay ba mẹ đã nói lời yêu thương với trẻ chưa? Ba mẹ đã nói như thế nào?

.....

Ba mẹ đã khích lệ, khen, động viên khi trẻ làm tốt và có thay đổi tích cực? Ba mẹ khích lệ, khen tặng, thưởng, động viên trẻ như thế nào?

.....
.....

Ba mẹ có thiết lập được quy tắc mới nào cho trẻ?

.....
.....

Ba mẹ có gặp khó khăn gì trong việc áp dụng kỹ thuật tích cực không?

.....
.....

Ngày thử thách thứ 13:

Ba mẹ đã khám phá được nguồn năng lượng tích cực từ chính mình mà trước đây ba mẹ chưa từng biết đến

Hôm nay, ba mẹ có chơi/tâm sự với trẻ?

.....
.....

Hôm nay, ba mẹ có còn trừng phạt (quát/mắng/đánh) trẻ không? Trẻ đã có phản ứng gì khi bị quát/mắng/đánh như vậy?

.....
.....
.....

Hôm nay, ba mẹ đã áp dụng kỹ luật tích cực với trẻ như thế nào?

.....
.....

Hôm nay, ba mẹ đã nói lời yêu thương với trẻ chưa? Ba mẹ đã nói như thế nào?

.....

Ba mẹ đã khích lệ, khen, động viên khi trẻ làm tốt và có thay đổi tích cực? Ba mẹ khích lệ, khen tặng, thưởng, động viên trẻ như thế nào?

.....
.....

Ba mẹ có thiết lập được quy tắc mới nào cho trẻ?

.....
.....

Ba mẹ có gặp khó khăn gì trong việc áp dụng kỹ luật tích cực không?

.....
.....

Ngày thử thách thứ 14 - Kết thúc tuần thứ 2:

Ba mẹ tự hào về con!

Hôm nay, ba mẹ có chơi/tâm sự với trẻ?

.....
.....

Hôm nay, ba mẹ có còn trừng phạt (quát/mắng/đánh) trẻ không? Trẻ đã có phản ứng gì khi bị quát/mắng/đánh như vậy?

.....
.....
.....

Hôm nay, ba mẹ đã áp dụng kỹ thuật tích cực với trẻ như thế nào?

.....
.....

Hôm nay, ba mẹ đã nói lời yêu thương với trẻ chưa? Ba mẹ đã nói như thế nào?

.....

Ba mẹ đã khích lệ, khen, động viên khi trẻ làm tốt và có thay đổi tích cực? Ba mẹ khích lệ, khen tặng, thưởng, động viên trẻ như thế nào?

.....
.....

Ba mẹ có thiết lập được quy tắc mới nào cho trẻ?

.....
.....

Ba mẹ có gặp khó khăn gì trong việc áp dụng kỹ thuật tích cực không?

.....
.....

Ngày thử thách thứ 15:

Cho con bài học sẽ quý hơn cho con 1 cái roi hay lời mắng

Hôm nay, ba mẹ có chơi/tâm sự với trẻ?

.....

.....

.....

Hôm nay, ba mẹ có còn trừng phạt (quát/mắng/đánh) trẻ không? Trẻ đã có biểu hiện gì khi bị quát/mắng/đánh như vậy?

.....

.....

.....

Hôm nay, ba mẹ đã áp dụng kỹ luật tích cực với trẻ như thế nào?

.....

.....

Ba mẹ có gặp khó khăn gì trong việc áp dụng kỹ luật tích cực không?

.....

.....

Cảm xúc/kết quả khi kỹ luật tích cực đối với trẻ

.....

.....

Ngày thử thách thứ 16:

Nước mắt làm ướt mi con nhưng đau nhói trái tim của ba mẹ

Hôm nay, ba mẹ có chơi/tâm sự với trẻ?

.....
.....

Hôm nay, ba mẹ có còn trừng phạt (quát/mắng/đánh) trẻ không? Trẻ đã có phản ứng gì khi bị quát/mắng/đánh như vậy?

.....
.....
.....

Hôm nay, ba mẹ đã áp dụng kỹ thuật tích cực với trẻ như thế nào?

.....
.....

Hôm nay, ba mẹ đã nói lời yêu thương với trẻ chưa? Ba mẹ đã nói như thế nào?

.....

Ba mẹ đã khích lệ, khen, động viên khi trẻ làm tốt và có thay đổi tích cực? Ba mẹ khích lệ, khen tặng, thưởng, động viên trẻ như thế nào?

.....
.....

Ba mẹ có thiết lập được quy tắc mới nào cho trẻ?

.....
.....

Ba mẹ có gặp khó khăn gì trong việc áp dụng kỹ thuật tích cực không?

.....
.....

Ngày thử thách thứ 17:

Sao trước đây, ba mẹ không nghĩ mình có thể?

Hôm nay, ba mẹ có chơi/tâm sự với trẻ?

.....
.....

Hôm nay, ba mẹ có còn trừng phạt (quát/mắng/đánh) trẻ không? Trẻ đã có phản ứng gì khi bị quát/mắng/đánh như vậy?

.....
.....
.....

Hôm nay, ba mẹ đã áp dụng kỹ thuật tích cực với trẻ như thế nào?

.....
.....

Hôm nay, ba mẹ đã nói lời yêu thương với trẻ chưa? Ba mẹ đã nói như thế nào?

.....

Ba mẹ đã khích lệ, khen, động viên khi trẻ làm tốt và có thay đổi tích cực? Ba mẹ khích lệ, khen tặng, thưởng, động viên trẻ như thế nào?

.....
.....

Ba mẹ có thiết lập được quy tắc mới nào cho trẻ?

.....
.....

Ba mẹ có gặp khó khăn gì trong việc áp dụng kỹ thuật tích cực không?

.....
.....

Ngày thử thách thứ 18:

Không ai là không từng mắc sai lầm. Quan trọng là nhận ra sai lầm và sửa lại ngay bây giờ?

Hôm nay, ba mẹ có chơi/tâm sự với trẻ?

.....

.....

Hôm nay, ba mẹ có còn trừng phạt (quát/mắng/đánh) trẻ không? Ba mẹ đã có phản ứng gì khi bị quát/mắng/đánh như vậy?

.....

.....

.....

Hôm nay, ba mẹ đã áp dụng kỹ luật tích cực với trẻ như thế nào?

.....

.....

Hôm nay, ba mẹ đã nói lời yêu thương với trẻ chưa? Ba mẹ đã nói như thế nào?

.....

Ba mẹ đã khích lệ, khen, động viên khi trẻ làm tốt và có thay đổi tích cực? Ba mẹ khích lệ, khen tặng, thưởng, động viên trẻ như thế nào?

.....

.....

Ba mẹ có thiết lập được quy tắc mới nào cho trẻ?

.....

.....

Ba mẹ có gặp khó khăn gì trong việc áp dụng kỹ luật tích cực không?

.....

.....

Ngày thử thách thứ 19:

Hãy dừng lại một chút nếu còn nóng giận

Ba mẹ muốn thay đổi thói quen gì của trẻ? Và của bản thân mình?

.....

.....

.....

Hôm nay, ba mẹ có chơi/tâm sự với trẻ?

.....

.....

Hôm nay, ba mẹ có còn trừng phạt (quát/mắng/đánh) trẻ không? Trẻ đã có phản ứng gì khi bị quát/mắng/đánh như vậy?

.....

.....

.....

Hôm nay, ba mẹ đã áp dụng kỹ luật tích cực với trẻ như thế nào?

.....

.....

Hôm nay, ba mẹ đã nói lời yêu thương với trẻ chưa? Ba mẹ đã nói như thế nào?

.....

Ba mẹ đã khích lệ, khen, động viên khi trẻ làm tốt và có thay đổi tích cực? Ba mẹ khích lệ, khen tặng, thưởng, động viên trẻ như thế nào?

.....

.....

Ba mẹ có thiết lập được quy tắc mới nào cho trẻ

.....

.....

Ba mẹ có gặp khó khăn gì trong việc áp dụng kỹ luật tích cực không?

.....

Ngày thử thách thứ 20:

Nền nếp gia đình thực sự tạo nền tảng cho chúng ta

Hôm nay, ba mẹ có chơi/tâm sự với trẻ?

.....
.....

Hôm nay, ba mẹ có còn trừng phạt (quát/mắng/đánh) trẻ không? Trẻ đã có phản ứng gì khi bị quát/mắng/đánh như vậy?

.....
.....
.....

Hôm nay, ba mẹ đã áp dụng kỹ thuật tích cực với trẻ như thế nào?

.....
.....

Hôm nay, ba mẹ đã nói lời yêu thương với trẻ chưa? Ba mẹ đã nói như thế nào?

.....

Ba mẹ đã khích lệ, khen, động viên khi trẻ làm tốt và có thay đổi tích cực? Ba mẹ khích lệ, khen tặng, thưởng, động viên trẻ như thế nào?

.....
.....

Ba mẹ có thiết lập được quy tắc mới nào cho trẻ

.....
.....

Ba mẹ có gặp khó khăn gì trong việc áp dụng kỹ thuật tích cực không?

.....
.....

Ngày thử thách thứ 21:
TÔI ĐÃ HOÀN THÀNH THỬ THÁCH

Hôm nay, ba mẹ có chơi/tâm sự với trẻ?

.....

.....

Hôm nay, ba mẹ có còn trừng phạt (quát/mắng/đánh) con không? Trẻ đã có phản ứng gì khi bị quát/mắng/đánh như vậy?

.....

.....

.....

Hôm nay, ba mẹ đã áp dụng kỹ thuật tích cực với trẻ như thế nào?

.....

.....

Hôm nay, ba mẹ đã nói lời yêu thương với trẻ chưa? Ba mẹ đã nói như thế nào?

.....

Ba mẹ đã khích lệ, khen, động viên khi trẻ làm tốt và có thay đổi tích cực? Ba mẹ khích lệ, khen tặng, thưởng, động viên trẻ như thế nào?

.....

.....

Ba mẹ có thiết lập được quy tắc mới nào cho trẻ?

.....

.....

Ba mẹ có gặp khó khăn gì trong việc áp dụng kỹ thuật tích cực không?

.....

.....

TỔNG KẾT HÀNH TRÌNH

21 NGÀY CÙNG CON TÌM GIẢI PHÁP

Ba tuần trôi qua thật sự nhanh, giờ là lúc chúng ta nhìn lại chặng đường thử thách vừa qua. Ba mẹ có tự hào đã hoàn thành được mục tiêu đề ra ban đầu? Ba mẹ có cảm nhận sự thay đổi tích cực của bản thân trong việc dạy dỗ và giáo dục trẻ?

Tổng kết lại những gì bạn làm được trong 21 ngày vừa qua.

Ba mẹ đã hoàn thành được bao nhiêu thử thách?

.....
.....

Bạn cảm thấy thế nào về phương pháp giáo dục con không dùng đòn bẩy?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Chúng tôi tin tưởng rằng, dù cho xuất phát điểm của ba mẹ như thế nào trước khi thực hiện 21 ngày thử thách, thì chúng ta cũng sẽ thu được cho mình những trải nghiệm mới, những phương pháp dạy dỗ con trẻ tích cực hơn, và một bài học về sự quyết tâm từ bỏ thói quen xấu để thay đổi chính mình.

Kết thúc 21 ngày, nếu bạn nhận thấy vẫn còn những phần đánh dấu ghi lại những lần có ý nghĩ/thực hiện việc đánh đòn/quát mắng con trong tuần 3, hay vẫn chưa đủ tự tin rằng mình sẽ thay đổi, đừng lo lắng. Giải pháp của chúng tôi là: Bạn **HÃY LẬP LẠI QUY TRÌNH 21 NGÀY THÊM 1 LẦN NỮA NHÉ!!!**



















