**Giúp con sửa thói quen cãi lại**

Nếu làm gương hoặc chú ý đến cảm giác của trẻ, bố mẹ có thể giúp trẻ thay đổi thói quen cãi lại và hạn chế sử dụng ngôn từ thô lỗ khi giao tiếp.

1. Lựa chọn ngôn từ phù hợp khi nói chuyện với con

Trẻ cãi láo hoặc nói từ tiêu cực để đáp trả bố mẹ là vấn đề rất nhiều gia đình gặp phải. Nếu không giúp trẻ sửa đổi, nó sẽ trở thành thói quen giao tiếp xấu. Trong nhiều trường hợp, trẻ học ngôn từ không phù hợp từ bố mẹ hoặc người thân vì chúng có xu hướng mô phỏng hành động của người lớn.

Đầu tiên, bố mẹ nên xem xét cách nói chuyện giữa các con hoặc giữa vợ chồng với nhau. Có thể bạn không dùng ngôn ngữ xấu khi trò chuyện với con nhưng vợ chồng bạn lại sử dụng khi nói chuyện riêng và trẻ có thể nghe được.

Nếu trẻ không học thói quen cãi láo từ bố mẹ, bạn nên tiếp tục kiểm tra môi trường ngoài phạm vi gia đình như họ hàng, bạn bè hoặc trường học. Nếu nhận thấy môi trường bên ngoài có tác động xấu đến trẻ, hãy nhắc nhở những người lớn xung quanh hoặc thay đổi môi trường khác thích hợp hơn.

2. Chú ý đến cảm giác của trẻ

Thông thường khi cãi lời người lớn, trẻ thể hiện sự tức giận, thất vọng, sợ hãi hoặc tổn thương. Khi cãi, trẻ nhận được sự chú ý từ người lớn và mặc dù có thể biết đó là hành động gây chú ý tiêu cực, các em vẫn mong mỏi được lắng nghe và nhìn nhận.

Việc cãi lại thường xảy ra trong quãng thời chuyển tiếp, chẳng hạn trẻ có em, lịch làm việc của bố mẹ thay đổi ảnh hưởng đến sinh hoạt gia đình hoặc thay đổi ở trường học. Con bạn có thể cảm thấy bị bỏ rơi hoặc bị phớt lờ và mượn đến hành động cãi lại để được chú ý.

Vì vậy, trong quá trình nuôi dạy, bố mẹ nên dành nhiều sự quan tâm đến cảm xúc của con. Bạn có thể trò chuyện để hiểu rõ hơn cảm xúc của con, từ đó động viên hoặc an ủi.



3. Xử lý cảm xúc

Ngoài việc quan tâm đến cảm giác, bố mẹ nên dạy con cách tự xử lý cảm xúc. Hãy khuyến khích con đối phó với cảm xúc hoặc nói về sự thất vọng, tức giận của mình mà không dùng ngôn ngữ tiêu cực hoặc thái độ gay gắt.

Những cảm xúc tiêu cực bị dồn nén trong người lâu ngày là không tốt, có thể bùng nổ bất cứ lúc nào gây ra việc cãi láo. Vì vậy, đừng quên nhắc nhở trẻ bộc lộ suy nghĩ trước mặt mọi người mà không kìm nén nó quá lâu.

4. Gợi ý giải pháp thay thế

Khi trẻ cãi lại, bố mẹ nên nghiêm khắc nói rằng hành vi này không được chấp nhận và gợi ý những cách giao tiếp thay thế. Trong những lần sau nếu trẻ tiếp diễn, hãy hướng con đến việc sử dụng một cách giao tiếp khác. Đừng quên chia sẻ với người thân xung quanh phương pháp dạy con của bạn để khi trẻ làm sai, họ sẽ giúp bạn uốn nắn.

Sự nhất quán là chìa khóa thay đổi hành vi xấu. Bạn không nên chỉ nhắc nhở suông mà mỗi lần trẻ cãi lại, hãy yêu cầu chúng thay đổi cách giao tiếp.

5. Phạt khi trẻ cãi lại

Trong nhiều trường hợp, việc uốn nắn mềm mỏng không có tác dụng, bố mẹ cần mạnh tay hơn để bộc lộ thái độ nghiêm túc khi trẻ cãi lại. Như vậy, trẻ sẽ hiểu rằng hành động của bản thân là sai lầm và thực sự không được chấp nhận.

Lấy ví dụ khi con cãi lại, bố mẹ hãy nói rằng: "Bố mẹ sẽ không nói chuyện nếu con có thái độ như vậy. Nếu con thay đổi cách nói chuyện, bố mẹ luôn sẵn sàng lắng nghe".

6. Phương pháp giao tiếp đúng

Đôi khi, vấn đề nằm ở việc trẻ chưa thành thạo ngôn ngữ hoặc chưa biết giao tiếp đúng cách. Bố mẹ nên bình tĩnh giải thích cho con hiểu hành vi của con sai ở đâu và cách giao tiếp đúng là như thế nào. Khi con thực hiện theo, bố mẹ có thể khen thưởng bằng những món quà có giá trị vật chất nhỏ.

Tuy nhiên, khi giảng dạy, bạn cần lưu ý con rằng không phải lúc nào những yêu cầu, đòi hỏi của con cũng được chấp nhận thông qua lời nói. Nếu yêu cầu nằm trong phạm vi có thể chấp nhận được, các em sẽ được đáp ứng và ngược lại. Khi trẻ yêu cầu những điều ngoài phạm vi bằng lời lẽ đúng mực, hãy khen ngợi.

Lấy ví dụ, khi con muốn có thêm thời gian chơi điện tử nhưng không được chấp nhận, bạn có thể nói rằng: "Bố mẹ rất vui vì con đã bày tỏ yêu cầu của mình đúng mực nhưng tiếc là đã đến giờ ăn tối mất rồi".

7. Luyện tập

Đối với trẻ, việc thực hành dễ nhớ và thú vị hơn lắng nghe những lời nhắc nhở của người lớn. Vậy nên bố mẹ có thể tận dụng thời gian của gia đình để cùng con tạo ra nhiều tình huống giao tiếp. Từ đó, trẻ vừa học giao tiếp đúng cách vừa có cơ hội thực hành.