

NHỮNG YẾU TỐ ẢNH HƯỞNG ĐẾN KỸ NĂNG QUẢN LÝ CẢM XÚC BẢN THÂN CỦA PHỤ HUYNH TRONG GIÁO DỤC CON CÁI

NGUYỄN THẾ ANH*

Ngày nhận bài: 05/07/2016; ngày sửa chữa: 06/07/2016; ngày duyệt đăng: 06/07/2016.

Abstract: The article mentions factors affecting emotion control skills of parents in educating their children. Based on evaluating the influence of subjective factors and objective ones, the author proposes some measures to improve emotion control ability of parents, contributing to efficient methods of children education.

Keywords: Factors, Skills of, emotion control, Parents.

1. Trong việc nuôi dạy con cái, kỹ năng (KN) quản lý cảm xúc (QLCX) của phụ huynh (PH) là rất cần thiết bởi khả năng PH tự nhận thức được cảm xúc của bản thân, cảm xúc của con là yếu tố không thể thiếu để quyết định cách thức giáo dục (GD) con cái và sự hình thành nhân cách của trẻ. Đặc biệt, trong xã hội hiện đại, trẻ phải đối mặt với nhiều áp lực hơn từ việc học tập, giao tiếp cũng như những thay đổi của cuộc sống thì PH càng cần phải có *kỹ năng quản lý cảm xúc* (KNQLCX) bản thân để dẫn dắt con phát triển hài hòa tâm trí, thành đạt và hạnh phúc. Nếu PH có KNQLCX bản thân quá thấp hay hạn chế đều ảnh hưởng không tốt đến trẻ. Đây là một thực tế, tuy nhiên, hiện nay chưa có nhiều công trình trong và ngoài nước đi sâu nghiên cứu về vấn đề này; do đó, tìm hiểu những yếu tố ảnh hưởng đến PH trong GD con cái thực sự là một vấn đề cần thiết, có ý nghĩa về mặt lý luận và thực tiễn.

2. Nội dung nghiên cứu

Để tìm hiểu các yếu tố ảnh hưởng đến KNQLCX bản thân của PH trong GD con cái, chúng tôi tiến hành khảo sát 170 PH (được chọn ngẫu nhiên) trên địa bàn TP. Hà Nội (từ tháng 1-3/2016) bằng bảng hỏi gồm 8 mệnh đề chia thành 3 mức độ: “*Không ảnh hưởng*”, “*Ảnh hưởng*”, “*Rất ảnh hưởng*”. Cách tính điểm cho các mức độ lựa chọn như sau:

Không ảnh hưởng: 1 điểm; *Ảnh hưởng*: 2 điểm; *Ảnh hưởng rất nhiều*: 3 điểm.

Thang đánh giá gồm 3 mức độ: - Mức độ 1: Mức độ ảnh hưởng trung bình: $1 \leq \text{ĐTB} \leq 1,5$; - Mức độ 2: Mức độ ảnh hưởng khá: $1,6 \leq \text{ĐTB} \leq 2,5$; - Mức độ 3: Mức độ ảnh hưởng cao: $2,6 \leq \text{ĐTB} \leq 3$.

Ngoài ra, chúng tôi còn tiến hành phỏng vấn sâu một số PH và học sinh (HS) về các yếu tố ảnh hưởng

đến KNQLCX của PH trong GD con cái nhằm tăng thêm tính khách quan của công trình nghiên cứu.

Kết quả sau khi phân tích số liệu như sau (bảng 1):

Bảng 1. Những yếu tố ảnh hưởng đến KNQLCX của PH trong GD con cái

(*): ĐLC: Độ lệch chuẩn

Các yếu tố	ĐTB	ĐLC (*)	TB
Các yếu tố chủ quan			
1. Tính cách, khí chất bản thân	3,00	0,30	1
2. Tuổi đời và kinh nghiệm sống	2,57	0,49	3
3. Kiến thức về giao tiếp, ứng xử với con cái	2,87	0,33	2
4. Giới tính của cha/mẹ	2,06	0,66	4
Điểm trung bình	2,62	0,20	
Các yếu tố khách quan			
5. Bản thân các tình huống	2,83	0,37	1
6. Bản thân con cái	2,59	0,53	2
7. Mối quan hệ với các thành viên khác trong gia đình	2,34	0,58	3
8. Áp lực công việc	2,49	0,61	4
Điểm trung bình	2,56	0,26	
Điểm trung bình tổng	2,59	0,17	

Bảng 1 cho thấy: điểm trung bình của toàn thang đo là 2,59. Điều này có nghĩa là các yếu tố đều ảnh hưởng đến KNQLCX của PH trong GD con cái ở mức độ cao; trong đó yếu tố chủ quan được PH đánh giá ảnh hưởng ở mức độ cao hơn so với các yếu tố khách quan (2,62 so với 2,59).

2.1. Các yếu tố chủ quan ảnh hưởng đến KNQLCX bản thân của PH trong GD con cái. Có sự khác biệt về mức độ ảnh hưởng của từng yếu tố chủ quan đến KNQLCX của PH trong GD con cái. Yếu tố

* Trung tâm hỗ trợ tâm lý cộng đồng

có ảnh hưởng nhiều nhất là “*khí chất, tính cách của bản thân PH*” với $\bar{x} = 3,0$ bởi tính cách mang tính ổn định và bền vững cho mỗi cá nhân, bao gồm hệ thống thái độ, hành vi, cử chỉ, cách nói năng tương ứng; còn khí chất có cơ sở sinh lí là các kiểu thần kinh, quy định nhịp độ, tiến độ của các hoạt động tâm lí. Người có khí chất hăng hái hay nóng nảy thường khó kiềm chế cảm xúc hơn người có kiểu khí chất bình thản và khí chất suy tư. Chúng tôi tiến hành phỏng vấn chị V.A (PH có con học lớp 6), chị cho biết: “*Tự QLCX của tôi không tốt bởi tính tôi rất nóng. Tôi hay quát con. Dù nhiều lần tự nhủ mình phải thay đổi nhưng cứ khi con làm sai chuyện gì tôi lại bị kích động không thể kiềm chế được*”.

Giữ vị trí thứ hai là yếu tố “*kiến thức về KN giao tiếp, ứng xử*” với $\bar{x} = 2,87$. Qua phỏng vấn một số PH, chúng tôi được biết họ đều cho rằng việc trang bị kiến thức về KN giao tiếp, ứng xử với con cái là vô cùng quan trọng vì: “*Nhiều khi mình không biết làm như thế nào là đúng đắn*” (chị Nguyễn Thu H, PH có con học lớp 10), “*Tôi GD con theo cách mà tôi cho là đúng nhưng lại không hiệu quả với bọn trẻ*” (Chị Trịnh Thị C, PH có con học lớp 2 và lớp 4), “*Khi tham gia lớp học KN làm PH, tôi nhận ra tôi đã có nhiều sai sót trong cách thức GD trẻ*” (chị Lê Kiều V, PH có con học lớp 3). Sự thay đổi tâm, sinh lí theo các độ tuổi, đặc biệt, trong xã hội hiện đại, con trẻ phải đối mặt với nhiều áp lực hơn từ việc học tập, kết bạn đến cách phản ứng với những thay đổi của cuộc sống thì cách thức GD của PH càng trở nên quan trọng. Nếu PH không trang bị đầy đủ và thường xuyên trau dồi kiến thức về KN giao tiếp, ứng xử với trẻ thì không thể đạt kết quả tốt trong nuôi dạy trẻ. Theo đối chiếu ở phần khảo sát thực trạng KNQLCX của PH trong GD con cái, chúng tôi nhận thấy PH có trình độ học vấn cao thì tỉ lệ sử dụng những giải pháp tích cực nhiều hơn so với PH có trình độ học vấn thấp.

Thứ ba là “*tuổi đời và kinh nghiệm thực tiễn*” với điểm trung bình là 2,57 cũng ảnh hưởng đến tự QLCX của họ ở mức độ cao. Trên thực tế, không phải lúc nào cách dạy con của thế hệ trước cũng áp dụng được cho thế hệ sau do hoàn cảnh sống của trẻ ở mỗi thời khác nhau. PH cũng không áp dụng được cách dạy đưa lớn vào đứa bé bởi mỗi trẻ có cá tính riêng biệt, độc lập. Nhiều khi PH trẻ tuổi lại dễ dàng hơn trong việc làm bạn, trò chuyện và thấu hiểu con. Cũng có khi PH lớn tuổi điều khiển cảm xúc tốt hơn trong những tình huống bất ngờ xảy ra,...

Cuối cùng, yếu tố “*giới tính của PH*” cũng có ảnh hưởng nhất định đến PH của bản thân trong việc GD con cái (với $\bar{x} = 2,06$).

2.2. Các yếu tố khách quan ảnh hưởng đến cảm xúc bản thân của PH trong GD con cái. Kết quả ở *bảng 1* cũng cho thấy, mỗi yếu tố khách quan khác nhau có ảnh hưởng khác nhau đến KNQLCX bản thân của PH trong GD con cái. Cụ thể:

- Yếu tố khách quan ảnh hưởng lớn nhất đến KNQLCX bản thân của PH trong GD con cái là “*bản thân các tình huống*” ($\bar{x} = 2,83$), xếp ở thứ bậc cao nhất 1/4. Qua phỏng vấn một số PH, chúng tôi nhận thấy, phần lớn PH đều cho rằng, trong quá trình nuôi dạy con cái thường xảy ra rất nhiều tình huống, mỗi tình huống lại có mức độ khác nhau. Có những tình huống phức tạp khiến PH phải đau đầu tìm cách giải quyết nhưng cũng có những tình huống đơn giản nên cách giải quyết không gây sự căng thẳng hay ức chế cho trẻ,... Bản thân các tình huống không giống nhau về nội dung lẫn hình thức biểu hiện, PH không thể tiên lượng trước được các tình huống sẽ xảy ra như thế nào. Chính vì vậy, bản thân các tình huống có ảnh hưởng khá lớn đến tự QLCX của PH.

- Giữ vị trí thứ hai là yếu tố “*bản thân con cái*” ($\bar{x} = 2,59$) bởi vì con ngoan hay hư, chăm chỉ hay làm biếng,... là nguyên nhân trực tiếp gây ra những xúc cảm tích cực hoặc tiêu cực cho PH. Điều này cũng được thể hiện qua phỏng vấn HS với nội dung: “*Theo em thì chính bản thân em có vai trò như thế nào trong việc giúp cha/mẹ có một tâm trạng tốt*” hầu hết HS cũng đều nhận thức được ảnh hưởng của mình đến cảm xúc của PH. Chẳng hạn, T. HS lớp 3 thấy: “*Bố mẹ hạnh phúc khi em ngoan và học giỏi*”, còn H. (lớp 6) cho rằng: “*Mẹ hài lòng khi thấy em và anh Su hoà thuận, yêu thương nhau*”, một ý kiến khác là: “*Bố mẹ vui khi em biết nghe lời, làm được việc tốt*”,...

- Yếu tố “*áp lực công việc*” ($\bar{x} = 2,49$) và “*mối quan hệ với các thành viên khác trong gia đình*” ($\bar{x} = 2,34$) là hai yếu tố có ảnh hưởng ở mức độ khá đến PH bản thân của PH trong GD con cái. Con cái là động lực để PH cố gắng làm việc tốt với mong muốn đem lại cho con cuộc sống đầy đủ. Tuy nhiên, cũng chính công việc bận rộn khiến PH không còn nhiều thời gian dành cho con. Bởi vậy, PH cần cố gắng cân đối thời gian cho gia đình và công việc, mỗi khi ở bên con nên thực sự không nghĩ tới công việc, không để cảm xúc trong công việc ảnh hưởng đến gia đình. Bên cạnh đó, mối quan hệ giữa các thành viên hoà thuận hay xung đột cũng ảnh hưởng đến tâm trạng của tất cả mọi người trong gia đình; bởi vậy, xây dựng bầu không khí tâm lí vui vẻ, hạnh phúc là yếu tố PH cần quan tâm để con có môi trường GD thuận lợi.

(Xem tiếp trang 100)

chia sẻ với người khác, với cộng đồng. Cha mẹ có thể cho con tham gia chương trình từ thiện, đến các trại trẻ mồ côi, đến với những hoàn cảnh còn khó khăn, bằng sự chân thành của mình, để con trẻ thấy trân trọng cuộc sống, biết cảm thông với người khác và tiếp nối truyền thống “lá lành đùm lá rách” của dân tộc một cách tự nhiên nhất. Gia đình cần giáo dục cho thế hệ trẻ những tình cảm tốt đẹp, lòng bao dung; đặt hoàn cảnh của người khác vào hoàn cảnh của mình để có thể giúp đỡ người khác với thái độ, trách nhiệm “*thương người như thể thương thân*”. Gia đình có thể tận dụng sức mạnh của công nghệ, biến công nghệ phục vụ lợi ích cho mình, biến nó thành công cụ kết nối, chia sẻ cảm xúc, tình cảm của các thành viên trong gia đình và cộng đồng, hướng người trẻ đến giá trị tích cực, nhân văn của cuộc sống.

Cùng với các giải pháp nêu trên, gia đình cần phối hợp với Nhà trường - Xã hội, cùng các phương pháp giáo dục để tiếp tục nuôi dưỡng, nhân rộng tình yêu thương giữa các thành viên trong gia đình ra với cộng đồng, xã hội.

Trải qua nhiều giai đoạn thăng trầm, trước sự du nhập và ảnh hưởng của các hình thái đạo đức ngoại lai, nhưng LNA của người Việt vẫn giữ được nét độc đáo riêng. Trước những biến đổi khó lường của điều kiện KT-XH hiện nay, thế hệ trẻ Việt Nam vừa phải đối mặt với những thách thức của quá trình hội nhập kinh tế, văn hóa, đạo đức mang tính toàn cầu, vừa phải có trách nhiệm

giữ gìn và phát huy những giá trị truyền thống tốt đẹp của dân tộc. Cho dù xã hội có những thay đổi, nhưng vai trò, chức năng giáo dục của gia đình không bao giờ bị mất đi, đặc biệt với chức năng giáo dục đạo đức. LNA vẫn được truyền từ thế hệ trước cho thế hệ sau và được thế hệ trẻ tiếp tục bồi đắp, bổ sung. LNA vẫn là “đức lớn” trong hệ thống giá trị đạo đức truyền thống, yếu tố quan trọng tạo nên nhân cách của người Việt xưa và nay; nó sẽ giúp thế hệ trẻ Việt Nam cõm ở trong quá trình hội nhập; đồng thời là sức mạnh nội sinh để họ tự tin hòa nhập vào thế giới. Dù trong bất cứ hoàn cảnh nào, gia đình mãi luôn là môi trường đầu tiên và quan trọng nhất để gieo mầm và nuôi dưỡng LNA của mỗi người. □

Tài liệu tham khảo

- [1] Hoàng Phê (2011). *Từ điển tiếng Việt*. NXB Đà Nẵng.
- [2] Trần Văn Giàu (1995). *Giá trị tinh thần truyền thống của dân tộc Việt Nam*. NXB Khoa học xã hội.
- [3] Phạm Văn Đồng (1995). *Văn hóa đổi mới*. NXB Chính trị Quốc gia - Sự thật.
- [4] Đảng Cộng sản Việt Nam (2011). *Văn kiện Đại hội đại biểu toàn quốc lần thứ XI*. NXB Chính trị Quốc gia - Sự thật.
- [5] Đảng Cộng sản Việt Nam (2016). *Văn kiện Đại hội đại biểu toàn quốc lần thứ XII*. NXB Chính trị Quốc gia - Sự thật.
- [6] *C.Mác tuyển tập* (tập 6), (1984). NXB Sự thật.
- [7] Phạm Tất Dong - Lê Ngọc Hùng (đồng chủ biên) (2001). *Xã hội học*. NXB Đại học Quốc gia Hà Nội.
- [8] Nguyễn Khắc Viện (1994). *Từ điển Xã hội học*. NXB Thế giới.

Những yếu tố ảnh hưởng đến...

(Tiếp theo trang 96)

3. Có rất nhiều yếu tố khách quan và chủ quan ảnh hưởng đến KNQLCX của PH trong GD con cái; trong đó yếu tố chủ quan có ảnh hưởng nhiều hơn so với yếu tố khách quan, ảnh hưởng lớn nhất là “*tính cách, khí chất*” và “*kiến thức về giao tiếp ứng xử*”. Yếu tố khách quan có ảnh hưởng lớn nhất là “*bản thân tình huống*” và “*bản thân con cái*”.

Do đó, PH cần trang bị những kiến thức về đặc điểm tâm sinh lí của con ở các lứa tuổi, trang bị kiến thức về cách GD con và cách giải quyết vấn đề khi con có hành vi lệch chuẩn. PH có thể tham gia các khóa học KN kiểm soát cảm xúc, KN lắng nghe, KN ứng xử,... Những kiến thức này sẽ giúp PH có thể hiểu con, tránh được những mâu thuẫn, xung đột và cùng con vượt qua khó khăn. PH cũng có thể cân bằng cảm xúc thông qua việc luyện tập thể dục thể thao, yoga, thiền,...

Mặt khác, các tổ chức GD cần tăng cường tổ chức các buổi tập huấn, nói chuyện, các khóa học nâng cao PH cho PH. Nhà trường nên thành lập một phòng tư vấn học đường dành cho PH và các em HS. Các chuyên gia của phòng tư vấn sẽ giúp PH có thêm kiến thức, cách ứng xử phù hợp với đặc điểm tâm lí con em từng lứa tuổi; gỡ rối cho PH và HS vượt qua những tình huống khó khăn,... □

Tài liệu tham khảo

- [1] Daniel Goleman (2007). *Trí tuệ xúc cảm ứng dụng trong công việc*. NXB Tri thức.
- [2] Goleman D. (2002). *Trí tuệ xúc cảm - Làm thế nào để biến xúc cảm của mình thành trí tuệ*. NXB Khoa học xã hội.
- [3] E.I Xecmijaco (1991). *142 tình huống giáo dục gia đình*. Phạm Khắc Chương dịch. NXB Giáo dục.
- [4] Helen Greathead (2007). *Làm chủ xúc cảm*. NXB Trẻ, TP. Hồ Chí Minh.
- [5] Nguyễn Quang Uẩn (2005). *Tâm lí học đại cương*. NXB Đại học Sư phạm.