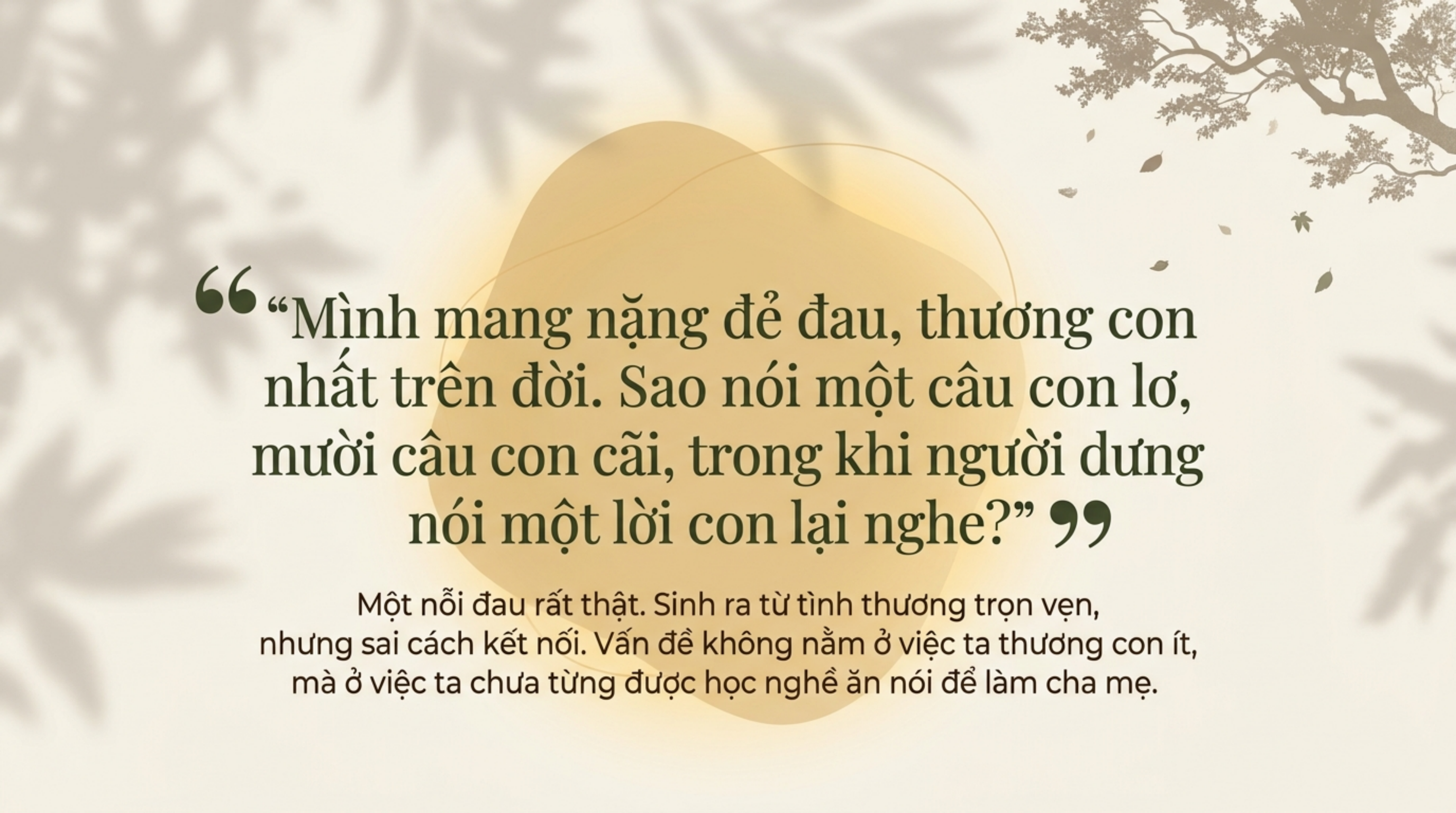




VFC Family Coaching · Trần Quốc Phúc

Chạm Vào Tim Con

Đêm 2: Nghệ thuật vun đất & Gieo lời lành



“Mình mang nặng đẻ đau, thương con nhất trên đời. Sao nói một câu con lơ, mười câu con cãi, trong khi người đứng nói một lời con lại nghe?”

Một nỗi đau rất thật. Sinh ra từ tình thương trọn vẹn, nhưng sai cách kết nối. Vấn đề không nằm ở việc ta thương con ít, mà ở việc ta chưa từng được học nghề ăn nói để làm cha mẹ.

Vấn đề không nằm ở đôi tai của con.



Thói quen mặc định:

Ta thường nghĩ con lì, con bướng. Ta nỗ lực sửa TAI con, nên bao năm la rã họng mà tình hình chẳng đổi.



Sự thật chữa lành:

Lời nói không chạm được tim con vì cái cần xoay chuyển nằm ở MIỆNG ta. Cái cần sửa là cách ta mở lời.

Lời buông ra là hạt gieo xuống.

Con không cãi nội dung, con cãi **NGƯỜI** nói và **CÁCH** nói.
Con cảm nhận thái độ trước, mới tiếp thu nội dung sau.
Sợi dây kết nối chính là lớp đất mặt.

Lời lành thì con gần.
Lời vội thì con xa.
Sửa cái lời, là vun lại mảnh đất.



Ba tầng năng lượng gieo mầm (Tam Giáo)



KHẨU GIÁO (Dạy bằng Lời) - Tầng cạn nhất. Lời nói ta gieo mỗi ngày. Đây là lớp đất mặt dễ thấy nhất, dễ sửa nhất.

THÂN GIÁO (Dạy bằng Việc làm) - Tầng thực tế. Cái con thấy ta hành động, bởi con là chiếc máy quay 24/24.

TÂM GIÁO (Dạy bằng Cái Tâm) - Tầng sâu nhất. Năng lượng an tĩnh hay căng thẳng mà con cảm nhận được từ ta.

3 Rào cản khiến lời nói bị dội ngược

SAI THỜI ĐIỂM.

Con đang nóng, đang mệt, đang ê chề.
(Cơm sôi chưa bớt lửa).

SAI CÁCH NÓI (Khẩu Giáo).

Dùng giọng ra lệnh, chê bai, phán xét giữa đám đông.

SAI TÂM TRẠNG (Tâm Giáo).

Cha mẹ đang mang năng lượng bức tức, căng thẳng.

Người cha giảng đạo 1 tiếng đồng hồ lúc con vừa nhận điểm kém. Lời đúng logic, nhưng sai thời điểm, sai cách nói, sai tâm trạng. Con đóng lòng từ phút thứ ba.

Di sản của thanh âm

Cái giọng ta dùng khi mất bình tĩnh thường là bản sao cách ông bà từng nói với ta. Tổn thương đôi khi di truyền không qua máu, mà qua đôi tai.

"Giây phút bạn nhận diện được thanh âm đó đang buột ra, là giây phút nó mất đi quyền năng tự động. Ta có quyền chọn gieo một hạt giống mới cho khu vườn tuổi thơ của con."

Những phản xạ đẩy con ra xa



NÓI NHIỀU HƠN. Con bật chế độ tự vệ. Lời nói trở thành tiếng ồn nền.



NÓI TO HƠN. Kích hoạt nỗi sợ hãi. Nội dung bay sạch, chỉ còn lại sự phòng thủ.



GIẢNG ĐẠO DÀI. Con cảm thấy bị tấn công, 'lại bị lên lớp', và lặng lẽ đóng chặt cửa lòng.

Đây là việc tưới nước ào ạt vào cái ngọn đang héo, trong khi gốc rễ đang khô rạn.

Một tình huống – Hai cách mở lời

Tình huống: Con gái đi chơi về khuya (11h đêm), không nhắn tin.



BÀN TAY ĐẨY CỬA

“Con lại đi về khuya! Con có coi cái nhà này ra gì không?”

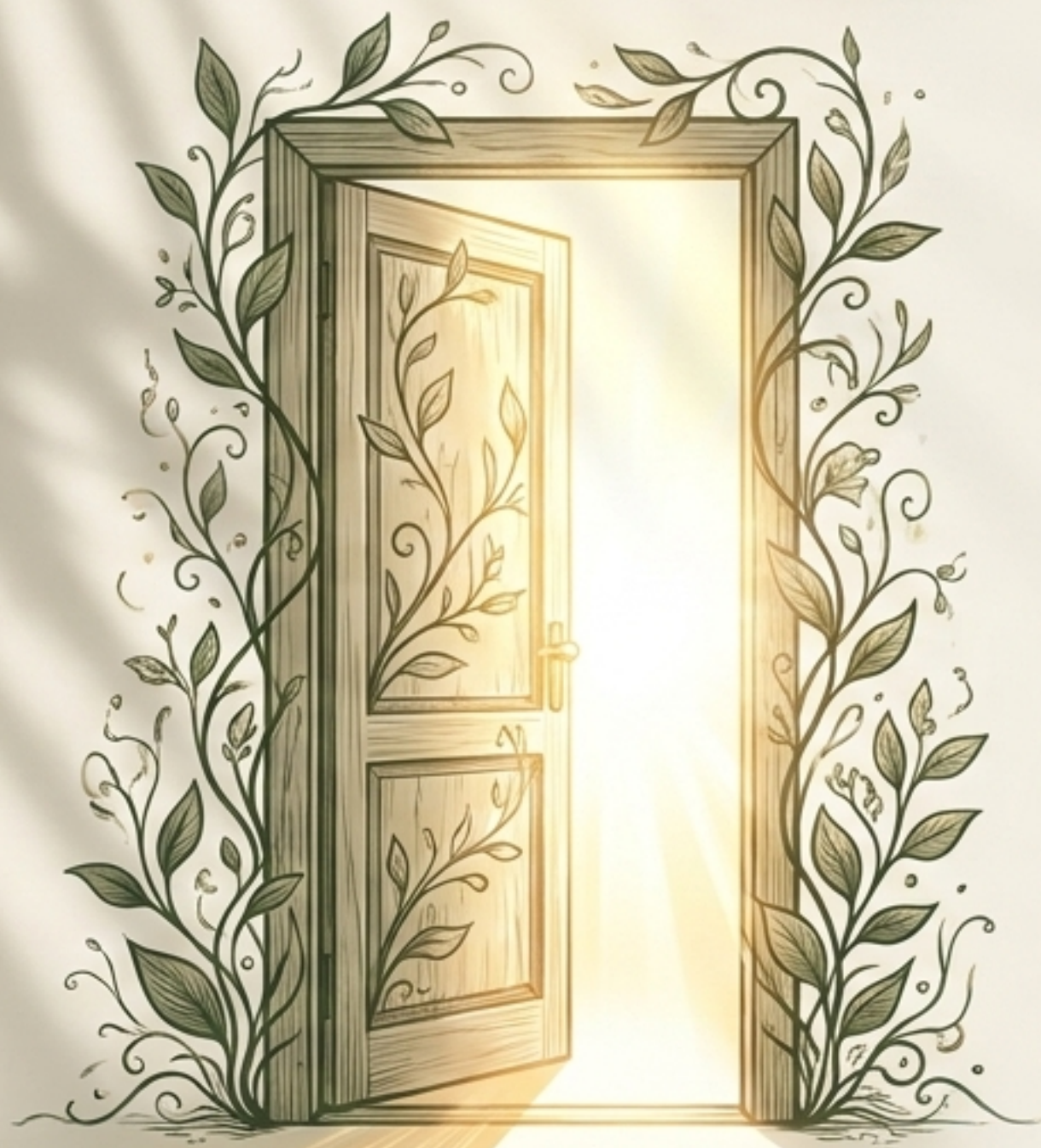
Mọi từ ngữ đều chĩa vào con (Phán xét).
Kết quả: Con sập cửa, chống đối.



BÀN TAY MỞ CỬA

“Mẹ ngồi đợi, tim đập thình thịch, mẹ lo lắm. Mẹ cần một tin nhắn để yên lòng.”

Mọi từ ngữ nói về cảm xúc của Mẹ (Thấu cảm).
Kết quả: Con chững lại, tự phản tỉnh.



Chìa khoá hiện diện trọn vẹn: Ngôn Ngữ TÔI

Khi ta nói về CON (phán xét lỗi lầm),
con lập tức bật chế độ tự vệ.

Khi ta nói về MÌNH (bộc bạch cảm xúc),
con không có gì để chống lại, con sẽ tự
nhiên mở lòng.

Công thức 3 bước Uốn lưỡi 7 lần

KHI... (Mô tả sự việc
tĩnh lặng, không
phán xét).

Ví dụ: “*Khi mẹ thấy
con về trễ...*”

MẸ/BA CẢM THẤY...
(Gọi tên cảm xúc
thật, dám yếu lòng).

Ví dụ: “*...trong lòng
mẹ rất lo lắng...*”

MẸ/BA MONG...
(Đưa ra lời mời kết
nối, nhu cầu cụ thể).

Ví dụ: “*...mẹ mong lần
sau con nhắn một tin.
Giúp mẹ nhé?*”



Dừng lại nửa giây - Đổi một câu nói

Lần tới, ngay khi câu trách móc quen thuộc chực trào, hãy bảo vệ năng lượng của cả hai bằng cách hít một hơi thật sâu.



Thực hành ngay tối nay: **Ghép nối 3 mảnh ghép** (Sự kiện tĩnh lặng + Cảm xúc chân thật của cha mẹ + Lời mời kết nối). Không cần hoàn hảo, chỉ cần chân thành.
Đổi một câu nói, cứu vãn cả một buổi tối bình yên.

Thu hoạch Đêm 2: Mảnh đất được vun bồi

Con không nghe vì rào cản năng lượng: Sai thời điểm, sai cách nói, sai tâm trạng.

Sức mạnh kết nối không nằm ở việc áp đặt, mà nằm ở "**Ngôn ngữ TÔI**" - nói lên cảm xúc thật để mở cửa trái tim con.

Lời nói là hạt giống. Ta có trọn vẹn quyền lựa chọn gieo hạt lành cho khu vườn tuổi thơ của con.

Sửa cái lời, là sửa cái tâm.

Tâm an thì lời lành — Lời lành thì con gần.

