TAVIO
INTERNATIONAL GROUP
LEARN · LEAD · INSPIRE

HỌC VIỆN CHA MẸ THÔNG THÁI

THẤU HIỂU ĐỂ ĐỒNG HÀNH

Bí quyết giúp con tự giác học tập và lớn lên hạnh phúc
Không cần quát mắng – Không cần ép buộc

Tác giả - Thu Hương
Top 10 chuyên gia đào tạo xuất sắc Châu Á 2026 - Tổng Giám đốc Tavio Group - Chuyên gia Giáo dục – Chuyên gia Tâm lý học đường

CHƯƠNG

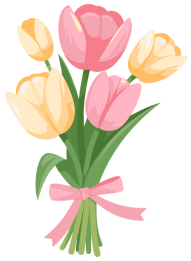
01 VÌ SAO CON NGÀY CÀNG MẤT ĐỘNG LỰC HỌC TẬP?

TAVIO
INTERNATIONAL GROUP
LEARN · LEAD · INSPIRE

MỤC LỤC

1.	**Phần 1:** Lời ngỏ	02
2.	**Phần 2:** Câu chuyện	05
3.	**Phần 3:** Hiểu đúng về động lực học tập	09
4.	**Phần 4:** 5 dấu hiệu cho thấy con đang mất dần động lực học tập.	13
	4.1 Dấu hiệu số 1	14
	4.2 Dấu hiệu số 2	15
	4.3 Dấu hiệu số 3	16
	4.4 Dấu hiệu số 4	17
	4.5 Dấu hiệu số 5	18
5.	**Phần 5:** 7 nguyên nhân gốc rễ khiến trẻ mất động lực học tập	19

PHẦN 1
Lời ngỏ



"Có lẽ chúng ta đều từng là những đứa trẻ..."

Nếu bạn đang đọc những dòng này, trước tiên tôi muốn cảm ơn bạn.

Cảm ơn vì bạn đã dành thời gian cho cuốn sách này.

Điều đó cũng có nghĩa rằng bạn đang rất yêu con mình.

Có thể hôm nay...

Con bạn đang học chưa tốt.

Con không chịu ngồi vào bàn học.

Con học rất thông minh nhưng kết quả không như mong muốn.

Hoặc...

Bạn đang cảm thấy bất lực vì càng nhắc thì con càng chống đối.

Nếu đúng như vậy...

Xin bạn đừng vội lo lắng.

Và cũng đừng vội kết luận rằng:

"Con mình lười."

Trong hơn 15 năm đồng hành cùng hàng nghìn gia đình, tôi nhận ra một điều:

Không có đứa trẻ nào sinh ra đã ghét việc học.

Mỗi em bé khi bước vào lớp Một đều háo hức.

Các con thích khám phá.

Thích được cô giáo khen.

Thích khoe với bố mẹ.

Thích học những điều mới.

Nhưng rồi...

Có điều gì đó đã thay đổi.

Có những đứa trẻ từng rất thích học.

Đến lớp 3 bắt đầu sợ học.

Lên lớp 5 bắt đầu chán học.

Đến cấp 2 thì mất hẳn động lực.

Rất nhiều phụ huynh nghĩ:

"Là do con ham chơi."

"Là do điện thoại."

"Là do game."

"Là do bạn bè."

Những điều đó đúng...

Nhưng chưa đủ.

Điều tôi nhìn thấy sâu hơn...

Là rất nhiều đứa trẻ đang dần đánh mất niềm tin vào chính mình.

Và điều đáng tiếc là...

Người vô tình lấy đi niềm tin ấy...

Đôi khi lại chính là những người yêu con nhất.

Là cha mẹ.

Là ông bà.

Là thầy cô.

Xin đừng hiểu lầm.

Tôi không viết cuốn sách này để phán xét bất kỳ ai.

Bởi chính tôi cũng là một người mẹ.

Tôi hiểu cảm giác lo lắng khi con chưa tốt.

Hiểu áp lực khi nhìn con thua kém bạn bè.

Hiểu mong muốn con có một tương lai tốt đẹp.

Nhưng tôi cũng hiểu rằng...

Tình yêu nếu không đúng cách đôi khi lại tạo nên áp lực.

Và áp lực kéo dài sẽ dập tắt động lực học tập của một đứa trẻ.

Cuốn sách này không giúp con bạn trở thành học sinh giỏi chỉ sau một tuần.

Nhưng tôi tin...

Nếu cha mẹ thay đổi cách đồng hành...

Con sẽ thay đổi.

Và khi con thay đổi...

Cả gia đình sẽ hạnh phúc hơn.

Hãy bắt đầu bằng một câu hỏi rất đơn giản...

Lần cuối cùng bạn ôm con mà không nhắc đến chuyện học là khi nào?

Quote:

"Mỗi đứa trẻ đều muốn trở thành niềm tự hào của cha mẹ. Chỉ là đôi khi, áp lực quá lớn khiến con không còn biết phải cố gắng như thế nào nữa."

PHẦN 2
Câu chuyện

"Con chỉ muốn được nghỉ một ngày..."

Tôi vẫn nhớ rất rõ một buổi chiều cuối tuần.

Một người mẹ dẫn con trai đến gặp tôi.

Chị nói ngay khi vừa ngồi xuống:

"Cô Hương ơi...

Em đầu tư cho con rất nhiều.

Nhưng càng lớn con càng lười."

Tôi nhìn sang cậu bé.

Con cúi đầu.

Không nói gì.

Tôi hỏi:

"Con thích học môn gì?"

Con lắc đầu.

Tôi hỏi tiếp:

"Con thích chơi gì?"

Ánh mắt con sáng lên.

Con kể về Lego.

Về Robot.

Về việc con rất thích tự tháo đồ điện trong nhà.

Tôi mỉm cười.

Đó mới là lần đầu tiên trong gần mười phút, tôi thấy con cười.

Sau đó tôi hỏi:

"Một tuần con học những gì?"

Mẹ lấy điện thoại mở lịch.

Thứ Hai.

Học chính khóa.

Toán.

Tiếng Anh.

Thứ Ba.

Chính khóa.

Văn.

Luyện chữ.

Thứ Tư.

Tiếng Anh.

Bơi.

Thứ Năm.

Toán.

Thứ Sáu.

Coding.

Thứ Bảy.

Kỹ năng sống.

Chủ Nhật.

Ôn tập.

Tôi nhìn cậu bé.

Nhẹ nhàng hỏi:

"Nếu được chọn một điều..."

"Con muốn điều gì?"

Con suy nghĩ rất lâu.

Rồi trả lời.

Một câu khiến cả căn phòng im lặng.

"Con chỉ muốn được nghỉ một ngày."

Người mẹ quay sang nhìn con.

Nước mắt bắt đầu rơi.

Chị nói nhỏ:

"Mẹ tưởng con thích..."

Con lắc đầu.

"Con học vì mẹ vui."

Tôi tin rằng...

Không có người mẹ nào muốn con học vì sợ.

Không có người mẹ nào muốn con học vì áp lực.

Nhưng rất nhiều cha mẹ...

Góc nhìn của Thu Hương:

Đôi khi...

Điều trẻ cần không phải thêm một lớp học.

Điều trẻ cần...

Là thêm một buổi tối được ngồi ăn cơm cùng bố mẹ.

Một buổi được đi dạo.

Một cái ôm.

Một câu nói:

"Con đã vất vả rồi."

PHẦN 3

Hiểu đúng về động lực học tập

Có một câu hỏi mà tôi thường đặt cho phụ huynh:

"Nếu ngày mai không còn điểm số...

Con bạn có còn muốn học không?"

Phần lớn đều im lặng.

Đó là lúc chúng ta cần phân biệt **hai loại động lực**.

1. ĐỘNG LỰC BÊN NGOÀI

Đây là động lực xuất phát từ phần thưởng hoặc áp lực.

Ví dụ:

- Được điểm 10 sẽ được mua đồ chơi.
- Học giỏi sẽ được đi chơi.
- Không học sẽ bị mắng.
- Không học sẽ bị cắt điện thoại.

Những cách này có thể hiệu quả trong ngắn hạn.

Nhưng chúng giống như việc đẩy một chiếc xe từ phía sau.

Khi người đẩy dừng lại...

Chiếc xe cũng dừng.

2. ĐỘNG LỰC BÊN TRONG

Đây mới là điều giúp một đứa trẻ học tập suốt đời.

Một đứa trẻ có động lực bên trong sẽ học vì:

- Muốn khám phá.
- Muốn hiểu.
- Muốn chinh phục thử thách.
- Muốn tiến bộ hơn chính mình.

Cha mẹ không thể "nhét" động lực này vào con.

Nhưng có thể tạo môi trường để nó lớn lên.

🌱 ***Động lực học tập giống như một hạt giống.***

- Phần thưởng là nước.
- Kỷ luật là ánh nắng.
- Nhưng tình yêu, sự ghi nhận và niềm tin mới là mảnh đất màu mỡ để hạt giống phát triển.

Nếu chỉ tưới nước mà không có đất tốt, cây sẽ khó lớn.

Nếu chỉ tạo áp lực mà thiếu kết nối, trẻ sẽ học để đối phó chứ không học vì yêu thích.

Khoa học nói gì?

Các nghiên cứu trong tâm lý học giáo dục chỉ ra rằng khi trẻ thường xuyên cảm thấy bị kiểm soát, chỉ trích hoặc chỉ được ghi nhận thông qua thành tích, động lực học tập nội tại sẽ suy giảm theo thời gian. Ngược lại, khi trẻ được lắng nghe, được công nhận sự cố gắng và có cơ hội tự đưa ra lựa chọn phù hợp với lứa tuổi, các em có xu hướng kiên trì và chủ động học tập hơn.

Điều đó không có nghĩa là cha mẹ buông lỏng hay không đặt kỳ vọng. Điều quan trọng là kỳ vọng cần đi cùng sự đồng hành và tôn trọng cảm xúc của con.

Cha mẹ hãy dừng lại 1 phút

Hãy trả lời thật lòng ba câu hỏi sau:

1. Gần đây, tôi khen con nhiều hơn hay nhắc lỗi con nhiều hơn?
2. Tôi có đang yêu cầu con thực hiện ước mơ của chính mình thay vì lắng nghe mong muốn của con?
3. Nếu tôi là con, tôi có cảm thấy hạnh phúc trong chính ngôi nhà của mình không?

Đừng vội trả lời cho đẹp.

Hãy trả lời để bắt đầu thay đổi.

Thông điệp cuối phần:

"Một đứa trẻ không mất động lực chỉ trong một ngày. Và cũng không lấy lại động lực chỉ sau một lời động viên. Nhưng mỗi cuộc trò chuyện đầy yêu thương của cha mẹ hôm nay sẽ là một viên gạch xây lại niềm tin cho con trong tương lai."

PHẦN 4

5 dấu hiệu cho thấy con đang mất dần động lực học tập.

"Con không lười... Con chỉ đang mệt."

Có một điều mà rất nhiều cha mẹ thường nhầm lẫn.

Khi thấy con không chịu học, chúng ta thường kết luận:

- "Con lười."
- "Con ham chơi."
- "Con thiếu ý chí."
- "Con không có mục tiêu."

Nhưng thực tế, đó chỉ là những biểu hiện bên ngoài.

Giống như khi một người bị sốt, sốt không phải là bệnh. Sốt chỉ là dấu hiệu cho thấy cơ thể đang gặp vấn đề.

Việc con không muốn học cũng vậy.

Đó không phải là bản chất của con.

Đó là tín hiệu cho thấy cảm xúc và động lực của con đang gặp khó khăn.

Nếu cha mẹ chỉ nhìn vào biểu hiện mà không tìm nguyên nhân, chúng ta rất dễ chữa sai "bệnh".

DẤU HIỆU SỐ 1

Con luôn trì hoãn việc học

Bạn có từng gặp tình huống này?

"Con học đi."

"Dạ... để tí nữa."

10 phút sau.

"Con học chưa?"

"Đợi con xem nốt."

30 phút sau.

Con vẫn chưa bắt đầu.

Nhiều cha mẹ nghĩ:

"Con lười."

Nhưng hãy thử nhìn theo một góc khác.

Người lớn cũng vậy.

Có những việc chúng ta luôn trì hoãn.

Không phải vì chúng ta lười.

Mà vì công việc đó khiến chúng ta căng thẳng.

Một đứa trẻ cũng vậy.

Nếu mỗi lần ngồi vào bàn học đều gắn với áp lực, bị mắng, bị kiểm tra, bị so sánh...

Não bộ sẽ dần coi việc học là một trải nghiệm tiêu cực.

Khi đó, trì hoãn là một cơ chế tự bảo vệ.

Không phải chống đối.

Mà là né tránh điều khiến mình căng thẳng.

Góc nhìn của Thu Hương

Lần sau khi con nói:

"Con học sau nhé."

Đừng vội nổi giận.

Hãy thử hỏi:

"Điều gì làm con chưa muốn bắt đầu?"

Có thể câu trả lời sẽ khiến bạn bất ngờ.

DẤU HIỆU SỐ 2

Con học nhưng không còn niềm vui

Con vẫn ngồi học.

Vẫn làm bài.

Vẫn đi học thêm.

Nhưng...

Con không còn kể chuyện ở trường.

Không còn háo hức khoe điểm.

Không còn cười khi học được điều mới.

Mọi thứ giống như một nhiệm vụ phải hoàn thành.

Đây là giai đoạn rất nguy hiểm.

Bởi bên ngoài, cha mẹ vẫn nghĩ:

"Con vẫn học."

Nhưng bên trong, ngọn lửa đã nhỏ dần.

Nếu không được khơi lại, con sẽ học chỉ để đối phó.

Câu hỏi dành cho cha mẹ

Lần cuối cùng bạn thấy con cười vì học được điều gì mới là khi nào?

_____

DẤU HIỆU SỐ 3

Con sợ sai

Có những đứa trẻ rất thông minh.

Nhưng cô giáo hỏi.

Con cúi đầu.

Không dám phát biểu.

Không phải vì không biết.

Mà vì sợ sai.

Có lần tôi hỏi một học sinh:

"Nếu con trả lời sai thì điều gì xảy ra?"

Con trả lời:

"Mọi người sẽ cười."

Một em khác lại nói:

"Mẹ sẽ buồn."

Điều làm tôi suy nghĩ nhất là câu trả lời:

"Con sợ làm bố thất vọng."

Một đứa trẻ sống trong nỗi sợ thất bại sẽ không dám thử.

Trong khi mọi sự tiến bộ đều bắt đầu từ việc dám thử và chấp nhận sai.

Góc nhìn của Thu Hương

Đừng chỉ khen khi con đúng.

Hãy ghi nhận cả khi con dám thử.

DẤU HIỆU SỐ 4

Con thường xuyên cáu gắt khi nhắc đến việc học

"Con học đi!"

"Biết rồi!"

"Đừng nói nữa!"

Có phải con đang hỗn?

Có thể.

Nhưng cũng có thể...

Con đang quá tải.

Khi áp lực tích tụ quá lâu, trẻ rất khó diễn đạt cảm xúc bằng lời.

Thay vào đó, các em phản ứng bằng sự cáu gắt, im lặng hoặc chống đối.

Đó không phải là cách hành xử đúng.

Nhưng đó là cách các em đang cố nói với người lớn:

"Con mệt rồi."

DẤU HIỆU SỐ 5

Con bắt đầu nghĩ mình kém cỏi

Đây là dấu hiệu khiến tôi lo lắng nhất.

Một ngày nào đó, bạn nghe con nói:

"Con ngu lắm."

"Con không làm được đâu."

"Con học kiểu gì cũng không bằng bạn."

Khi một đứa trẻ bắt đầu tin rằng mình kém cỏi, điều nguy hiểm không còn là điểm số.

Điều nguy hiểm là con sẽ ngừng cố gắng.

Bởi trong suy nghĩ của con:

"Có cố cũng vô ích."

Đó là lúc cha mẹ cần giúp con xây dựng lại niềm tin.

Không phải bằng những lời hứa hẹn lớn lao.

Mà bằng những chiến thắng nhỏ mỗi ngày.

BOX

Cha mẹ hãy dừng lại một phút

Nếu con bạn có từ 3 dấu hiệu trở lên, xin đừng vội trách con.

Hãy xem đó là lời nhắn:

"Bố mẹ ơi...

Con đang cần được thấu hiểu."

PHẦN 5

7 nguyên nhân gốc rễ khiến trẻ mất động lực học tập

"Không có kết quả nào tự nhiên xuất hiện."

Mỗi hành vi của trẻ đều có nguyên nhân.

Nếu chúng ta chỉ sửa hành vi mà không hiểu nguyên nhân, vấn đề sẽ lặp đi lặp lại.

Trong nhiều năm đồng hành cùng các gia đình, tôi nhận thấy 7 nguyên nhân phổ biến nhất.

NGUYÊN NHÂN 1

Con học vì áp lực chứ không phải vì yêu thích.

NGUYÊN NHÂN 2

Con luôn bị so sánh với người khác.

NGUYÊN NHÂN 3

Con chưa từng được công nhận sự cố gắng.

NGUYÊN NHÂN 4

Con không được học theo đúng điểm mạnh của mình.

Có trẻ tiếp thu tốt qua hình ảnh.

Có trẻ học tốt khi được trải nghiệm.

Có trẻ cần được vận động.

Có trẻ yêu thích sáng tạo.

Nhưng nếu tất cả đều bị dạy theo cùng một cách, nhiều em sẽ cảm thấy mình "không thông minh", trong khi thực tế chỉ là chưa gặp đúng phương pháp.

NGUYÊN NHÂN 5

Con thiếu sự kết nối với cha mẹ.

Điều con cần không chỉ là người nhắc học.

Con cần một người đồng hành.

NGUYÊN NHÂN 6

Con thiếu môi trường khuyến khích khám phá.

Một đứa trẻ chỉ học để làm bài kiểm tra sẽ rất khác một đứa trẻ được khuyến khích đặt câu hỏi, sáng tạo và thử nghiệm.

NGUYÊN NHÂN 7

Cha mẹ đang chuẩn bị cho con bằng tư duy của quá khứ.

Thế giới thay đổi từng ngày.

Điều con cần không chỉ là kiến thức, mà còn là ngoại ngữ, công nghệ, kỹ năng hợp tác, tư duy phản biện và khả năng học tập suốt đời.

TỔNG KẾT CHƯƠNG

Có một điều tôi luôn tin tưởng.

Không có đứa trẻ nào muốn làm cha mẹ thất vọng.

Mỗi đứa trẻ đều mong được công nhận, được yêu thương và được tin tưởng.

Khi con mất động lực học tập, đừng vội hỏi:

"Tại sao con lại như vậy?"

Hãy thử đổi thành:

"Điều gì đã khiến con trở nên như vậy?"

Chỉ một sự thay đổi trong cách đặt câu hỏi cũng có thể mở ra một cách đồng hành hoàn toàn mới.