

NUÔI DẠY CON KIỂU NHẬT

辰巳渚の頭のいい子 が育つ「お手伝いの習慣」



DẠY CON LÀM VIỆC NHÀ



TATSUMI NAGISA

Người dịch: Nguyễn Đình Trúc



NHÀ XUẤT BẢN TỔNG HỢP THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

MỤC LỤC

LỜI NÓI ĐẦU.....5

PHẦN 1: LÀM VIỆC NHÀ GIÚP CON KHỎE MẠNH..8

PHẦN 2: RÈN LUYỆN TÍNH TỰ LẬP CHO CON QUA VIỆC GIÚP LÀM VIỆC NHÀ MỖI NGÀY.....70

PHẦN 3: GIÁO DỤC CON BIẾT QUAN TÂM, CHIA SẺ - HÃY LÀM TỪNG VIỆC NHỎ VÌ GIA ĐÌNH.....210

PHẦN 4: LÀM VIỆC NHÀ BẰNG LÒNG TỰ TIN VÀ TINH THẦN TRÁCH NHIỆM275

PHẦN 5: GIÁO DỤC ĐỜI SỐNG TINH THẦN PHONG PHÚ CHO CON - NHỮNG VIỆC CẦN LÀM TRONG NĂM.....328

VỀ TÁC GIẢ - TATSUMI NAGISA.....353

LỜI NÓI ĐẦU

Tôi tin rằng “Việc nhà là cuộc sống”. Việc nhà vừa là những công việc hàng ngày không thể tách rời cuộc sống mỗi người, đồng thời cũng là những công việc quan trọng trong quá trình phát triển tính cách của con trẻ.

Trẻ em học tập và trưởng thành thông qua những trải nghiệm hàng ngày. Nơi dạy trẻ đầu tiên và quan trọng nhất không đâu khác hơn chính là ngay tại ngôi nhà của bạn. Ngoài khoảng thời gian trẻ vui chơi và học tập ở nhà, việc tiếp xúc với nhiều công việc hàng ngày

sẽ giúp trẻ hình thành khả năng tư duy và khả năng thích nghi tốt với mọi môi trường.

Cuốn sách này dành cho những bậc cha mẹ đang nuôi dạy con từ độ tuổi mầm non đến tuổi dậy thì. Đối với từng loại việc nhà, sách sẽ dùng cách truyền đạt khác nhau để trẻ dễ dàng tiếp thu và thực hành.

Trong sách, sau mỗi bài đều có mục “Gợi ý việc làm” và “Khi con làm chưa tốt” nhằm giải thích cụ thể hơn và hướng dẫn cha mẹ cách dùng lời lẽ phù hợp với từng tình huống.

Chúng ta không thể dạy trẻ làm được tất cả việc nhà chỉ trong một, hai ngày. Cha mẹ nên cùng con trẻ thông thả làm từng

việc một đề trẻ học cách làm cho quen dần mỗi ngày. Tôi rất hy vọng các bạn sẽ tìm ra phương pháp phù hợp để con được phát triển một cách toàn vẹn nhất!

TATSUMI NAGISA

PHẦN 1: LÀM VIỆC NHÀ GIÚP CON KHỎE MẠNH

Cha mẹ thường cho rằng họ "không có thời gian hướng dẫn con làm việc nhà" hay "thà tự mình làm còn nhanh hơn". Nhưng nên nhớ, việc giúp đỡ làm việc nhà có rất nhiều điều hữu ích cho trẻ. Hơn nữa, thông qua việc dạy con làm việc nhà, cha mẹ cùng con tạo ra không khí gia đình đầm ấm, vui vẻ. Vì vậy, bắt đầu từ bây giờ, cha mẹ hãy cùng các con xắn tay áo lên nào!



LÀM VIỆC NHÀ CÓ RẤT NHIỀU ĐIỀU HAY

• Dạy con bằng những công việc nhà

Trong cuộc sống bận rộn ngày nay, nhiều bậc cha mẹ hiểu rõ tầm quan trọng của việc dạy con biết giúp đỡ việc nhà,

nhưng thường không chú tâm đến vấn đề này.

Ngày xưa, khi chưa có đồ điện gia dụng hay các dụng cụ tiện ích như bây giờ, và những dịch vụ giúp việc nhà cũng chưa phổ biến, hầu hết trẻ con đều tích cực phụ giúp cha mẹ. Còn thời nay, mọi việc nhà hầu như đều do một tay mẹ quán xuyến.

Khi nhờ con làm một việc gì đó, dù con vẫn "vâng, dạ" nhưng lại không thật lòng muốn giúp đỡ. Vậy là, sau khi đợi một lúc lâu cũng không thấy con nhúc nhích, các bậc cha mẹ thường nghĩ: “Trông đợi con thì thà tự mình làm còn nhanh hơn”. Tất nhiên, nghĩ như vậy không có gì sai, nhưng bạn có biết, việc dạy trẻ biết giúp đỡ làm việc nhà mang lại rất nhiều lợi

ích cho cả cha mẹ và con cái không?

Tôi tin rằng giúp đỡ cha mẹ làm việc nhà sẽ giúp con tăng cường thể lực, có tinh thần trách nhiệm và giúp tình cảm các thành viên trong gia đình sâu sắc hơn,...

Dù các bậc cha mẹ không đặt nặng mục tiêu tăng cường sức khỏe cho con qua các công việc nhà, thì trong cuộc sống bận rộn ngày nay, việc cha mẹ tạo cơ hội dạy con biết làm việc nhà để chia sẻ với cha mẹ vẫn là một điều đáng làm và nên làm!

3 hiệu quả phát huy năng lực khi trẻ biết giúp việc nhà:

1. Giáo dục con phát triển tính tự lập, mạnh mẽ và quyết đoán: Tự giải quyết những việc xung quanh mình sẽ giúp trẻ sớm trở thành người trưởng thành biết quyết đoán. Biết giúp đỡ làm công việc nhà là nền tảng hình thành tính tự lập cho con.

2. Tạo nền tảng phát triển khả năng học tập cho con: Khi giúp làm việc nhà thì tay chân và cơ thể của con sẽ vận động, nhờ đó năng lực tư duy và óc tò mò cũng phát triển; từ đó giúp con hình thành khả năng tập trung và khả năng tư duy tích cực, là những kỹ năng cơ bản nhất để học tập tốt.

3. Gắn kết mối dây tình cảm gia đình thêm bền chặt: Nhờ giúp làm việc nhà, con sẽ cảm nhận được sự tin tưởng của cha mẹ dành cho mình. Mọi người cùng nhau giúp đỡ, chia sẻ việc nhà sẽ thắt chặt mối dây tình cảm gia đình hơn.



1. Trẻ biết làm việc nhà có ý thức tự lập tốt hơn

“Làm việc nhà” có nghĩa là có thể đảm đương công việc xung quanh mình. Một khi có thể làm được những công việc quanh mình, con người sẽ tràn đầy tự tin: “tôi sống một mình cũng được” hoặc

“tự tôi có thể làm được, chuyện nhỏ”,...

Đối với con trẻ, tự mình làm được những công việc nhà, như dọn vệ sinh hoặc nhà bếp là một niềm vui. Vậy nên, dù mẹ có muốn giúp đỡ, trẻ cũng sẽ đẩy tay mẹ ra và nói: “Con tự làm được mà”. Sau đó, trẻ sẽ cười rạng rỡ gọi: “Mẹ ơi, nhìn kia. Con đã làm xong rồi!”.

Không chỉ trẻ em mà ngay cả người lớn cũng thích tự mình làm những việc xung quanh như giặt khăn, sắp xếp giường ngủ,... Đôi khi, họ còn nổi giận khi người giúp việc giành làm thay. Phải chăng họ cảm thấy lòng tự trọng bị tổn thương khi bị xem là người chưa trưởng thành!?

Đối với tôi, tiêu chuẩn của một người

trưởng thành là:

1. Biết tự mình làm những việc xung quanh
2. Biết tự chăm sóc bản thân
3. Biết xây dựng mối quan hệ tốt với những người xung quanh

Và làm việc nhà có liên quan tới cả 3 tiêu chí trên, trong đó tiêu chí “Biết tự mình làm những việc xung quanh” cũng chính là điều kiện để rèn luyện tính tự lập cho con.

Mỗi người đều có giá trị riêng. Cách nghĩ “Không sao đâu, mình có thể làm được” là cách nghĩ của một người tự tin, tự lập và tự trọng. Một người có lòng tự

tôn và tự tin sẽ luôn quyết tâm, cố gắng vượt qua mọi khó khăn để hoàn thành công việc đến cùng.

2. Khi cơ thể trẻ vận động, trí não cũng được kích hoạt

Không chỉ trẻ con mà con người nói chung, đều vận động trí não và tâm hồn khi cơ thể vận động. Có câu chuyện của một nhà nghiên cứu khoa học kể rằng ông thường nghĩ ra nhiều ý tưởng mới khi đi bách bộ. Bởi, khi cơ thể vận động, trí óc cũng được kích hoạt làm việc.

Ngày nay, chúng ta thường nghe thấy những ý kiến như “cuộc sống hiện đại suốt ngày dính với tivi và game online khiến trẻ lười vận động và thiếu trải nghiệm thực tế cuộc sống”, “hãy tạo cơ

hội cho trẻ vận động cơ thể nhiều hơn”,... Và rồi, có rất nhiều chương trình được thiết kế như: các trò chơi với bunn, leo cây, phòng học mạo hiểm, cắm trại,... giúp trẻ vận động và trải nghiệm nhiều hơn. Tuy nhiên, theo tôi, những vận động của tay chân và cơ thể khi làm các công việc xung quanh cuộc sống hàng ngày mới là những vận động cơ bản cần thiết. Bởi vì, **so với vận động cơ thể khi vui chơi, vận động cơ thể khi làm việc nhà sẽ giúp tâm hồn và khối óc trẻ hoạt động có chiều sâu hơn.**

Tiền đề căn bản để phát triển học lực nằm ở tính tò mò, khả năng tập trung và thái độ dám nghĩ, dám làm. Và quan trọng nhất là rèn luyện sao cho những

đặc điểm tích cực đó trở thành thói quen cho con.

Tuy dạy trẻ biết làm việc nhà là một cách tốt để rèn luyện phát triển những đặc điểm tính cách tích cực trên cho trẻ, song lại ít có bậc cha mẹ nhận ra.

3. Khi làm việc nhà, trẻ sẽ vui hơn vì thấy mình có ích cho gia đình

Khi được hỏi “Biết làm việc nhà thì có gì hay?”, con sẽ không ngần ngại trả lời rằng: “Để có thể giúp ích cho gia đình”, “Để giúp đỡ mẹ” hoặc “Cảm thấy vui vì được người khác nói CẢM ƠN”.



Đối với con cái, không có gì ý nghĩa hơn niềm vui khi được chia sẻ, giúp đỡ cha mẹ; niềm vui cảm thấy có ích đối với gia đình. Gia đình không chỉ là những người cùng chung huyết thống mà còn là nơi mọi thành viên chia sẻ và giúp đỡ nhau. Vì vậy, việc có tên trên cùng một phiếu đăng ký tạm trú, sổ hộ khẩu hay cùng chung sống dưới một mái nhà vẫn chưa

mang nghĩa là “người một gia đình”. Gia đình có ý nghĩa lớn lao hơn nhiều.

Do đó, theo tôi, để trở thành “người trong gia đình” thì các thành viên, ngoài quan hệ huyết thống còn có mối quan hệ khác, đó là “cùng nhau làm những công việc chung trong ngôi nhà họ đang ở”. Thế nên, để mối dây gia đình bền chặt, các thành viên đều quan trọng và hữu ích như nhau và tự bản thân mỗi người phải biết dốc sức vì nhau và vì những mục tiêu chung trong cuộc sống.

• Người vô dụng trong gia đình cũng sẽ vô dụng ngoài xã hội.

Đối với trẻ em, khi được hỏi “Lớn lên con muốn làm gì?”, chắc chắn sẽ có em nhanh nhẩu trả lời: “Con muốn làm việc

có ích cho xã hội!”. Nếu tuổi nhỏ mà đã trả lời được như vậy thì thật là đáng khen.

Con người luôn **khao khát trở nên hữu ích với người khác**. Khát khao đó khiến họ càng ý thức giá trị của bản thân. **Khi được công nhận, con người sẽ tự tin vào năng lực của mình.**

Tất nhiên khi trưởng thành, ngoài mong muốn “được công nhận”, “được giúp ích cho xã hội” thì công việc còn liên quan đến tiền bạc và địa vị xã hội. Nhưng nếu họ trở về lại với tâm hồn ngây thơ lúc nhỏ, trở lại với mong muốn sâu thẳm trong mỗi người, thì ước mong “được làm người có ích” rất quan trọng.

Song, việc có ích là việc gì? Phải chăng

là công việc tình nguyện viên trong các tổ chức phi lợi nhuận, nhân viên công vụ hay chính trị gia? Còn nếu trở thành một nhân viên công ty bình thường thì liệu có đóng góp gì được cho xã hội không?

Với suy nghĩ non nớt, đơn giản của trẻ, ta sẽ không khó lý giải khi trẻ nghĩ rằng những công việc có ích là những nghề nghiệp có tiêu chí phục vụ con người và xã hội. Nhưng nếu nói rằng tôi đi làm vì muốn trở thành người có ích thì có vẻ không mấy thuyết phục. Vì suy cho cùng, dù là công việc gì cũng đều vì mục đích phục vụ con người. Bởi lẽ, những công việc không lấy mục tiêu vì lợi ích của con người chính là công việc vô nghĩa! Vậy nên, trở thành người có ích hay vô dụng là tùy thuộc vào chính

bản thân mỗi người.

Vì mục đích quan trọng nhất là giúp đỡ cha mẹ, giúp đỡ gia đình, nên đối với con, làm việc nhà có ý nghĩa rất đặc biệt. Bởi lẽ, **đối với những người quan trọng nhất của mình, bạn còn không giúp ích được gì thì sự tồn tại của bạn cũng sẽ không có ích gì cho xã hội.** Nhờ tích lũy kinh nghiệm làm việc giúp đỡ gia đình, con sẽ hiểu được công việc có ích cho người khác là như thế nào, rồi sau này khi trưởng thành, bước vào môi trường làm việc, con mới có thể đóng góp cho xã hội.

• Có ích cho mình, có ích cho người khác tức là có ích cho xã hội

Cách nói: “Con hãy tự làm việc của con

đi” không phải là một nhận thức đúng đắn. Nếu chúng ta phân biệt rạch ròi giữa “việc của bản thân” và “việc làm giúp” thì khi làm những “việc làm giúp”, con sẽ hành xử với tâm lý tự cao.

Ví dụ, khi con xếp đôi giày của mình nơi hành lang và tiện tay xếp luôn đôi giày của đứa em cho thẳng, đó là một hành động đẹp. Sau khi cả nhà uống trà xong, trẻ dọn ly của mình đồng thời cũng dọn dẹp phần người khác, đó là một việc làm đáng khen.

Những trường hợp khác trong sinh hoạt gia đình, dù ý thức được “việc này mình làm cũng được, người khác làm cũng được” nhưng trẻ vẫn không câu nệ mà tự mình làm lấy thì sau này lớn lên, sống

trong hoàn cảnh nào trẻ cũng có thể trở thành người hữu ích cho xã hội.

- **Niềm vui của gia đình là niềm vui của cuộc sống**

Khi nói đến việc “nuôi dạy trẻ sống biết giúp đỡ”, nội dung chính tôi muốn đề cập là “Làm việc nhà sẽ giúp tăng cường sức khỏe cho con”. Nhưng vì ích lợi đó mà ép buộc con làm việc nhà bằng mọi giá thì có thể sẽ phản tác dụng. Vì vậy, các bậc cha mẹ cần dạy bảo con từng bước bằng từng công việc nhỏ cho đến khi thành thói quen.



Việc nhà tiềm ẩn nhiều điều thú vị. Ví dụ như khi giặt giũ, việc con được thấy áo quần dơ bẩn trở nên sạch sẽ, thơm tho sẽ là một niềm vui nho nhỏ đối với con. Cảm giác mát lạnh khi chạm tay vào tấm vải ướt cũng khiến con thích thú. Hay khi phơi đồ, quần áo phất phới trong gió, từng tia nắng mặt trời rực rỡ xuyên qua lớp vải cũng làm con vui

thích. Khi lấy áo quần vào, cảm nhận được mùi hương sạch sẽ, thơm mát lan tỏa khắp phòng rồi cảm giác kết thúc bằng việc xếp lại gọn gàng quần áo vô tử cũng là những cảm giác rất tuyệt vời đối với con!

Sống biết giúp làm việc nhà có nhiều lợi ích cho cả con và cha mẹ, nhưng không phải vì vậy mà các bạn ép buộc con phải làm việc này việc kia khi con không muốn.

Mọi công việc xung quanh ta đều ẩn chứa niềm vui. Không giống niềm vui sôi động của ánh đèn sân khấu lấp lánh, những niềm vui đến từ công việc sẽ từ từ len lỏi vào các ngõ ngách tâm hồn, tạo ra một cảm giác sâu sắc, ấm áp. Sự bình an của tâm hồn đến từ chính những

công việc hàng ngày trong cuộc sống chứ không ở đâu xa.

Nhờ phụ giúp công việc nhà, các con sẽ tìm thấy niềm vui. Có thể bạn không biết nhưng **trong khi làm việc nhà, tâm hồn và cơ thể của con sẽ có sự hòa nhịp, và theo thời gian, sự hòa nhịp đó sẽ tạo thành một năng lượng sống tích cực cho con.**

• CÓ THỂ GIÚP ĐƯỢC VIỆC NHÀ KHÔNG CHỈ LÀ MỘT NIỀM VUI

Niềm vui không chỉ đến từ việc giúp việc nhà một cách đơn thuần mà khi con biết giúp việc nhà, mọi người trong gia đình sẽ thấy vui, chính niềm vui của gia đình này sẽ càng khiến con vui hơn nữa.

Khi phụ giúp làm việc này việc kia cho gia đình, con nhìn thấy mẹ vui mừng tự hào, nghe cha cười khen ngợi, còn đứa em thì hơn hở cảm ơn, bản thân trẻ cũng thấy vui lây, thấy tâm trạng lâng lâng khó tả. Một mình trẻ làm việc mà đem lại niềm vui cho nhiều người như vậy không phải là kỳ diệu sao? **Niềm vui của gia đình trở thành niềm vui của chính mình** là động cơ thúc đẩy trẻ năng động, nhiệt tình và thích làm việc nhà hơn. **Tư duy của con thay đổi theo logic như vậy đây.**

- **Mang niềm vui cuộc sống đến cho con**

Dạy trẻ biết làm việc nhà đồng nghĩa với việc dạy trẻ sống có niềm vui và biết tìm niềm vui, niềm hạnh phúc từ những hoạt

động bình dị trong cuộc sống.

Hầu như ai cũng ngưỡng mộ những người giàu có hay người nổi tiếng. Nhưng không ai có thể khẳng định chắc chắn rằng giàu có và nổi tiếng là niềm hạnh phúc chân thật!

Bậc cha mẹ nào cũng mong con cái mình được hạnh phúc, mạnh mẽ và thành công. Nhưng đừng nên khuyên dạy con trẻ những lời sáo rỗng như các câu châm ngôn màu mè trên lịch về những điều như “hạnh phúc không phải là tiền bạc”. Không nên lý giải và cảm nhận niềm vui cuộc sống bằng lý thuyết suông mà phải bằng những việc làm hàng ngày khiến trẻ có thể cảm nhận được niềm vui bằng cả cơ thể và tâm

hồn. Đó là công việc cao cả mà chỉ có cha mẹ mới có thể dạy bảo con cái trong môi trường gia đình!

Khả năng làm việc nhà của cha mẹ cũng tăng lên

- Cha mẹ cũng học hỏi từ con. Hầu hết các bậc cha mẹ khi được hỏi “Các vị đã học hỏi được điều gì từ con cái?”, sau một hồi cân nhắc suy nghĩ, một số cha mẹ đã trả lời rằng: “Nhờ các con mà bản thân tôi trưởng thành hơn”.

- Thoạt nghe, câu trả lời này có vẻ mâu thuẫn nhưng thực tế đúng là như vậy. Đối với những bậc cha mẹ trong thời kỳ nuôi dạy con, mỗi ngày là một trải

nghiệm, mỗi ngày đều học được một vài điều mới mẻ. Cha mẹ sẽ cảm nhận được sâu sắc sự thay đổi lớn trong nhận thức bản thân nhờ những ảnh hưởng từ con và từ việc nuôi dạy con.

- Nuôi dạy con là một công việc chuyên tâm và sẽ thay đổi hoàn toàn bản thân cha mẹ. Do tiếp xúc với tính cách hồn nhiên, khác biệt của trẻ, những khuôn mẫu tư duy từ trước đến giờ của cha mẹ sẽ không còn phù hợp nữa. Lúc đó, dù cho bạn chán nản kêu ca: “trời ơi”, “thiệt tình”,... thì cũng không thể bỏ cuộc được và chính nhiệm vụ nuôi con sẽ buộc bạn phải thay đổi bản thân. Đây là cơ hội để cha mẹ thay đổi những quan niệm bảo thủ của mình. Vì vậy, có thể nói, nuôi con là cơ hội hi hữu để cha mẹ

“cài đặt” lại bản thân mình.

Làm việc nhà là cơ hội cùng nhau học tập

- Khi nghĩ về chuyện giúp đỡ việc nhà, hãy quan niệm rằng làm việc nhà là cơ hội để mọi thành viên trong gia đình học hỏi lẫn nhau. Nhiều người, trong đó có tôi, nhận thấy rằng trong thời đại ngày nay, trẻ không tiếp xúc nhiều với công việc nhà.

- Với những trẻ thuộc lứa tuổi 7x – 8x, thời mà các thiết bị điện tử hiện đại hỗ trợ việc nhà bắt đầu bùng nổ, có thể gọi đó là thời “đàn ông đi làm”, “trẻ em đi học” và “phụ nữ làm việc nhà”. Lúc đó, việc nhà chỉ do một tay mẹ quán xuyến,

nên cơ hội để con giúp đỡ làm việc nhà cũng ít lại.

- Ngày đó, khi định bắt tay vào việc gì, chúng ta đều lóng ngóng “không biết phải làm sao?”, ngay cả khi biết cách làm thì tay chân cũng luống cuống, cứng đờ, không thể thực hiện công việc cho hoàn hảo. Và đến hôm nay, những trường hợp như vậy cũng không hiếm.

- Vì vậy, làm việc nhà là cơ hội để cùng nhau rèn luyện các kỹ năng. Ngày nay, nhờ sự hỗ trợ của nhiều công cụ điện gia dụng, việc nhà đã trở nên đơn giản hơn, do đó việc dạy trẻ làm việc nhà cũng thuận lợi hơn. Chỉ cần làm theo đúng như hướng dẫn trên từng dụng cụ, ai cũng dễ dàng làm tốt việc nhà!

- Việc nhà không những không phải là công việc vất vả như mọi người vẫn thường than phiền, mà nó sẽ mang lại những niềm vui bất ngờ, đặc biệt là khi cả gia đình, cha mẹ và con cái cùng chia sẻ, giúp đỡ lẫn nhau.

CHỈ CHA MẸ MỚI CÓ THỂ DẠY CON LÀM VIỆC NHÀ

- **NHỮNG VIỆC CÁ NHÂN KHÔNG PHẢI LÀ VIỆC NHÀ**

Những việc nhà cần thiết: Để trở thành một người trưởng thành thì hành trang không thể thiếu của con trẻ là 3 điều kiện đã nêu ra ở trang số **10** .

Tự giác làm những việc cần thiết hàng ngày, biết cách tự chăm sóc bản thân, xây dựng tốt các mối quan hệ xã hội, tất cả đều khởi đầu từ môi trường gia đình.

Gia đình là nơi trẻ gắn bó lâu dài nhất từ khi sinh ra, là nơi trẻ xây dựng các mối quan hệ với những người thân thiết nhất. Nói cách khác, gia đình là một cộng đồng xã hội thu nhỏ, là nơi đầu tiên, đơn giản và thân thiết nhất của mọi người. Đó là nơi trẻ bắt đầu học ngôn ngữ lần đầu tiên, biết nhớ và dùng ngôn ngữ để bày tỏ cảm xúc khi giao tiếp với người khác. Không chỉ ngôn ngữ, trẻ còn để ý, quan sát và học tập những hành vi, cử chỉ và hình thành thói quen ứng xử phi ngôn ngữ như tác phong, hành động, biểu cảm,... Vì vậy, như một cộng đồng

thu nhỏ, môi trường gia đình vô cùng quan trọng và cần thiết đối với sự phát triển của trẻ.

Như vậy, môi trường gia đình có liên quan đến cả ba điều kiện thiết yếu để trẻ trở thành một người trưởng thành. Đặc biệt điều kiện “biết tự mình làm những việc xung quanh” chỉ có thể được rèn luyện trong môi trường gia đình.

• RÈN LUYỆN CON CÓ "THÓI QUEN" LÀM VIỆC NHÀ

Ngoài lý thuyết và thực hành, qua những kinh nghiệm ở nhiều môi trường khác nhau, kỹ năng làm việc của con sẽ trở nên thuần thục. Khả năng xây dựng các mối quan hệ xã hội của con được hình thành từ môi trường mầm non, qua

trường học các cấp, và đến từ nhiều môi trường khác. Con cũng chỉ học được những kinh nghiệm đó khi được tiếp xúc với họ hàng, tiếp xúc với bạn bè của cha mẹ, cũng như tiếp xúc với những người lạ ở nơi công cộng.

Còn “việc vất xung quanh cuộc sống hàng ngày” là việc nhà, chỉ có thể thực hành và trải nghiệm duy nhất tại môi trường gia đình mà thôi.

Tất nhiên, ở trường cũng có môn “khoa học gia đình”, dạy cách chế biến món ăn. Học chế biến món ăn trên lớp cũng là một điều tốt. Nhưng trường lớp chỉ giúp truyền đạt lý thuyết. **Dù các con có nhớ kỹ thuật và kiến thức giỏi đến đâu cũng không có nghĩa các con có**

thể áp dụng được chúng thuần thực trong thực tế.

Trong cuộc sống hàng ngày, trẻ làm việc nhà, dù chỉ làm một cách vô thức, cũng mang lại một tác dụng không nhỏ. Đó là thói quen biết làm việc nhà sẽ dần “thấm vào người”.

Thế nên, trên tất cả mọi lĩnh vực, “có kiến thức” và “thấm vào người” là hai việc hoàn toàn khác nhau. Điều tôi muốn nhấn gởi là: **“Tôi nghĩ mình làm được” và “tôi đã từng làm việc này” là hai khái niệm hoàn toàn khác nhau.**

Vì vậy, rèn luyện sao cho công việc “thấm vào người” con như một thói quen chỉ có thể diễn ra trong môi trường gia đình và chỉ có cha mẹ mới có thể chỉ

dạy con làm được mà thôi.

• LÀ CHA MẸ, NÊN KIÊN NHÃN VỚI CON

Có lẽ, ai cũng biết việc biến một hành động nào đó trở thành một thói quen sẽ mất nhiều thời gian đến thế nào. Khi ta luyện đánh đàn piano, chơi bóng đá hay bất cứ việc gì, muốn nhuần nhuyễn một ngón kỹ thuật thì điều quan trọng là phải luyện tập thật nhiều. Một khi các kỹ thuật đã “thấm vào người” thành một thói quen rồi thì sẽ không dễ gì thay đổi được. Người ta thường tự cho rằng “chỉ cần để tâm làm thì việc gì cũng có thể làm được”, nhưng thực tế không đơn giản như vậy.

Ngay cả khi chạy xe cũng vậy, nếu tôi

chạy xe mà đầu óc không suy nghĩ gì thì thỉnh thoảng tôi sẽ chạy vào con đường quen thuộc hàng ngày tôi vẫn đi lúc nào không hay. Mặc dù từ đầu tôi đã dự tính “hôm nay sẽ đi siêu thị mới mở cửa xem sao”, nhưng rồi không biết từ lúc nào, xe đã vào tới bãi đỗ xe của siêu thị mình hay lui tới rồi. Ngay bản thân người lớn cũng cần thời gian để biến hành động thành thói quen thì đối với con trẻ càng không thể nóng vội.

Thỉnh thoảng, bạn sẽ nóng giận khi con không làm được việc. Các bạn có biết, bản thân các bạn trong quá trình trưởng thành đã làm qua những việc đó hàng trăm, hàng ngàn lần, nên cảm thấy đó là công việc đơn giản, dễ dàng. Nhưng đối với con, đó là những việc rất mới mẻ.

Vậy nên, những lúc như thế, hãy kiên nhẫn chỉ bảo con, chứ không nên nổi giận và bỏ cuộc. Hãy nghĩ rằng “Vì mình là cha mẹ nên phải kiên nhẫn cho đến khi con làm được mới thôi”. Không phải các bạn đang hướng dẫn cho người xa lạ nào đó mà đó chính là con mình, nên hãy khắc cốt ghi tâm rằng: phải kiên nhẫn, phải nhẹ nhàng từ từ hướng dẫn đến khi nào con làm thuần thục mới thôi.



Việc con thất bại hoặc làm chưa tốt là đương nhiên.

Cha mẹ không nên la mắng mà phải kiên nhẫn.

“Làm phiền” có thể xem là một đặc quyền của cha mẹ. Cho dù có bị cho rằng “mẹ phiền quá” thì hãy nghĩ đến sự

thành công của con về sau. Chấp nhận lời phàn nàn và tiếp tục nhẫn nại dạy bảo con là một điều chính đáng!

PHƯƠNG PHÁP DẠY CON LÀM VIỆC NHÀ THÀNH CÔNG

Cảm giác của cha mẹ khi dõi theo từng bước chân của con thật sự kỳ diệu lắm. Đôi khi, bạn sẽ có cảm giác “ôi, con lớn nhanh quá!”, nhưng thỉnh thoảng lại cảm thấy “sao con phát triển chậm vậy!”. Những cảm xúc vui buồn, hân hoan, mong chờ lẫn lộn ấy sẽ tạo thành một niềm hạnh phúc vô bờ trong quá trình nuôi dạy con. Con càng lớn thì càng có thể giúp đỡ cha mẹ nhiều việc hơn. Có những việc trẻ có thể làm tốt sau khi

được hướng dẫn một lần, nhưng cũng có nhiều việc chúng ta cần chỉ dạy nhiều lần. Không cần so sánh con với những đứa trẻ cùng lứa tuổi khác, có những việc con có thể giúp đỡ cha mẹ, nhưng cũng có những việc con chưa làm được ngay.

Ngoài ra, cũng có trường hợp lần này con làm rất tốt nhưng lần kế tiếp lại hoàn toàn không làm được. **Việc một đứa trẻ trưởng thành nhanh hay chậm không liên quan gì tới việc con giỏi hay không. Vậy nên, việc để ý quá mức đến sự trưởng thành của trẻ chỉ là do sự nôn nóng của cha mẹ mà thôi.**

Khi suy nghĩ về mục tiêu cho việc con

giúp làm việc nhà, hãy dựa theo những tiêu chí như sau:

Giai đoạn 1 - 3 tuổi:

Là thời kỳ đối với trẻ, việc nhà cũng như trò chơi đồ hàng. Thông qua những việc giản đơn, nhỏ nhỏ hàng ngày như: “bỏ rác vào thùng”, “uống sữa xong, dọn ly vào bồn rửa”, “mang ly lại cho mẹ”... Cha mẹ nên chỉ dạy cụ thể, chi tiết để giúp con thành thạo. Cha mẹ hãy từ tốn làm mẫu cho con xem, để con ghi nhớ. Lần tiếp theo, cha mẹ không nên chủ động tự mình làm mà hãy ngồi nhìn con làm. Nếu cảm thấy lo lắng và không vừa ý thì cũng đừng nên hốt hoảng. Vì có thể lúc mới bắt đầu, việc con chưa làm tốt được là chuyện bình thường. Nếu cha

mẹ lúc nào cũng giành làm hay can thiệp vào, thì điều đó sẽ khiến cho con mất hứng thú hoặc trở nên thụ động, phụ thuộc.

Giai đoạn 3 - 6 tuổi:

Là giai đoạn trẻ có hứng thú làm việc nhà. Khi cha mẹ có thời gian rảnh, hãy cho con làm việc nhà chung, nếu bận thì để làm sau cũng không sao. Tuy nhiên, hãy phân nhiệm vụ cho con, chỉ cần một nhiệm vụ nhỏ thôi cũng đủ rồi. Nhưng việc nhỏ đó phải là công việc có ích cho mẹ (như cất đồ mới mua vào tủ lạnh hoặc chuẩn bị nước ấm trong bồn tắm...). Khi con thấy bản thân mình giúp ích được cha mẹ, trong lòng con sẽ rất vui.

Trong giai đoạn này cũng vậy, để con dễ hiểu thì cha mẹ cứ từ tốn làm mẫu cho con nhìn. Nếu giữa chừng công việc, con nói chen vào: “con biết cách làm rồi” hoặc “con tự làm được mà”... thì hãy nói với con rằng “bình tĩnh nhìn mẹ làm cho đến khi xong việc nhé!”. Tất nhiên, con sẽ không thể thành thạo ngay lập tức, nhưng nếu cha mẹ cứ làm đi làm lại cho xem, con sẽ nắm được điều “cốt lõi”. Cách dạy này là phù hợp với khả năng của con ở giai đoạn này.

Giai đoạn 6-10 tuổi:

Đây là thời kỳ tập cho trẻ làm việc nhà. Hãy nâng cao một chút những công việc nhà đã chỉ dạy cho con từ lúc con lên 3 và để con tự làm. Hãy để con làm mọi

việc từ đầu đến cuối, từ những việc nhỏ như lấy gạo sẵn để chuẩn bị nấu cơm cho đến công việc phức tạp hơn như vệ sinh bồn tắm. Cha mẹ đừng cố tình nhìn lén, theo dõi khi con đang làm mà sau khi giao nhiệm vụ xong hãy rời khỏi nơi đó và làm công việc khác.

Sau đó, khi trẻ nói “Mẹ ơi, con làm xong rồi” thì hãy trở lại kiểm tra. Khi kiểm tra, nhớ cố gắng tìm ra điểm tốt con đã làm được và khen ngợi con nhé. Nếu bạn có chỗ chưa vừa ý và muốn chỉ dạy thêm cho con, hãy chú ý dùng cách nói nhẹ nhàng, khuyến khích và hỏi ý kiến con, chẳng hạn “nếu con làm thế này sẽ tốt hơn đây, con có nghĩ vậy không?”.

Ở giai đoạn này, con bắt đầu ý thức về vai trò trách nhiệm của mình trong gia

đình, và về nguyên tắc tổ chức cuộc sống gia đình hàng ngày. Nên, hãy khuyến khích con phát huy tinh thần tự giác và nhớ những “nếp nhà” như: “Vào giờ này thì mình phải làm những công việc này”.

Tất nhiên, ở độ tuổi này, con chưa thể nhớ hết mọi việc nhà cần làm, nên cha mẹ cần lưu tâm nhắc nhở con, và không nên mang tư tưởng “mình tự làm còn nhanh hơn”, rồi không giao nhiệm vụ cho con nữa.

Giai đoạn 10 tuổi đến khi tự lập:

Là thời kỳ giúp con “thấm vào người” thành thói quen những công việc nhà đã từng được tập làm lúc trước. Có thể trong quá trình làm việc, con sẽ nảy sinh

tâm lý chán nản hoặc bỏ cuộc, nhưng nhờ vận động tay chân và cơ thể để giải quyết việc nhà hàng ngày, con sẽ dần dần hình thành tính tự lập. Và như một quán tính tự nhiên, từ đó con cũng sẽ biết cách quản lý cuộc sống của chính mình.

Ở Nhật Bản, học sinh cuối cấp tiểu học có khuynh hướng không biết làm việc nhà. Nguyên nhân một phần là vì việc học ngày càng bận rộn và phần khác là do sự thay đổi tính cách khi con bước vào độ tuổi dậy thì. Nhưng khi cơ thể phát triển, con sắp trở thành người trưởng thành thì khả năng tư duy cũng phát triển theo. Vai trò và trách nhiệm của con với tư cách là một thành viên trong gia đình, những việc con có thể

làm được trong thực tế, đương nhiên cũng sẽ mở rộng ra.

Lý do “vì bận nên không làm việc nhà được” chỉ là ngụy biện. Vì làm vệ sinh bồn tắm chỉ mất 5 phút, còn rửa chén bát chỉ mất khoảng 10 phút. Thế nên, vì nguyên nhân gì chẳng nữa, chắc chắn việc không làm việc nhà không phải là vì “không có thời gian”!

• LÀM THẾ NÀO ĐỂ CON CÓ Ý THỨC TỰ GIÁC LÀM VIỆC NHÀ?

Để con ý thức tự giác làm việc nhà và làm cho ý thức đó trở thành thói quen, chỉ có một cách là cha mẹ phải giao phó cho con chịu trách nhiệm chính công việc nhà.

Việc nhà bao gồm nhiều việc lặt vặt nhưng cũng có không ít những việc quan trọng cần làm. Vì vậy, khi cảm thấy quá bận rộn hay công việc quá dồn dập, hãy mạnh dạn giao việc cho con làm. Hãy là những bậc cha mẹ khôn khéo, thông minh.

DẠY CON TỰ TỔ CHỨC KHÔNG GIAN RIÊNG

• TRẺ BIẾT LÀM CÔNG VIỆC DỌN DẸP THÌ SẼ BIẾT LÀM NHỮNG CÔNG VIỆC KHÁC

Dọn dẹp phòng riêng là việc đầu tiên cha mẹ có thể giao phó khi muốn con làm một công việc nhà nào đó. Công việc dọn dẹp không đơn giản là làm sạch đẹp căn phòng mà còn chứa đựng nhiều

ý nghĩa quan trọng khác.

Trong cuộc sống hàng ngày, ai cũng sinh hoạt và làm việc chung với các đồ vật, dụng cụ. **Người có khả năng tiếp xúc, sử dụng dụng cụ, đồ vật tốt thì cũng sẽ giỏi giang trong cuộc sống và trong công việc.**

Ngoài ra, mục đích của việc dọn dẹp là sắp xếp, phân chia đồ vật ngăn nắp, quyết định vị trí đặt đồ vật. Trong tiếng Nhật từ “phân biệt” (wakeru) và “hiểu” (wakaru) là những từ có cùng gốc. Vì vậy, nếu có khả năng phân biệt đồ vật thì đó cũng có nghĩa là hiểu được đồ vật, và nhờ hiểu được đồ vật, khả năng tư duy của trẻ cũng được phát triển.

Lưu ý khi sắp xếp đồ vật, ngoài mục

đích vì sự tiện lợi của bản thân mình còn phải biết cân nhắc sự tiện lợi của cả gia đình khi cần sử dụng.

• 3 NGUYÊN TẮC DỌN DẸP

Sắp xếp, dọn dẹp không phải là một việc khó. Song, việc sắp xếp thực sự không đơn giản chỉ là “trả đồ vật trở về vị trí cũ” và “làm căn phòng trở nên ngăn nắp, sạch sẽ”.

Nếu thông thạo 3 nguyên tắc này, việc dọn dẹp sẽ dễ dàng hơn và cũng khiến trẻ hứng thú hơn. Trước khi nói “con dọn dẹp đi nhé”, điều đầu tiên cha mẹ cần làm là bỏ đi những thứ không cần thiết, tiếp theo là để những đồ vật cần dùng vào vị trí thích hợp và cuối cùng là xác định số lượng vừa đủ dùng. Hãy làm

theo cách trên và giải thích cho con:
“Con nhìn này, đặt từng đồ vật về chỗ cũ
thế này trông đẹp không nào!”.

Hầu hết các trẻ khi được giao công việc
dọn dẹp đều không biết nên bắt đầu từ
đâu. Nhờ có cha mẹ cùng làm, việc dọn
dẹp căn phòng của con trở nên dễ dàng
hơn, từ đó con có thể sắp xếp dọn dẹp cả
ngôi nhà.



Cùng con quyết định những khoảng không gian sắp xếp đồ vật.

• Nguyên tắc 1: “bỏ bớt”

Ngay cả trẻ mầm non cũng có thể phân biệt được “đồ vật cần dùng” và “đồ vật

không cần dùng” nhưng trẻ vẫn cần có sự giúp đỡ của cha mẹ khi phân loại. Vì trẻ chưa hiểu rằng không cần thiết giữ lại những đồ vật không cần dùng, nên các con luôn giữ lại mọi thứ, làm cho căn phòng bừa bộn. Nội dung chính của sách này không trình bày chi tiết thế nào là các vật dụng không cần thiết. Nếu cha mẹ nào quan tâm chủ đề này hãy tham khảo một quyển sách khác của tôi: “Mẹ cùng con dọn dẹp giỏi”.

• Nguyên tắc 2: “định vị trí”

Phải quyết định được vị trí đặt đồ vật trước khi sắp xếp. Có thể, con sẽ cảm thấy phiền phức khi mỗi lần sử dụng xong phải đem đồ vật về lại vị trí đã quy định. Hãy giải thích cho con rằng vị trí

đó là phù hợp nhất, để bất cứ khi nào các thành viên trong gia đình cần sử dụng, đồ vật luôn sẵn sàng ở vị trí thuận lợi nhất.

Đầu tiên hãy chia phòng con ra thành từng khu vực. Khu học tập, khu đồ chơi, khu quần áo. Nếu không phân phòng ra thành 3, 4 khu vực như thế thì sẽ khó quản lý.

Sau khi phân chia những khu vực lớn, hãy tiếp tục phân chia từng nhóm nhỏ hơn. Ví dụ, trong khu đồ chơi, bạn có thể sắp xếp: “nhóm các loại xe đồ chơi”, “nhóm búp bê và đồ chơi bán hàng”, “nhóm xếp hình Lego” và “các nhóm khác”,... Phân thành từng mục nhỏ như vậy sẽ tiện lợi hơn, cả trong sử dụng và sắp xếp.

Khi dọn dẹp, chú ý việc sắp xếp chỉ nên gói gọn trong một hai động tác thôi. Nếu trẻ phải mở tủ ra rồi lại mở nắp hộp ra mới có thể cất đồ vào thì con sẽ dễ nảy ra tư tưởng lười biếng việc cất đồ về chỗ cũ vì có quá nhiều bước rườm rà.

Khi phân chia khu vực, nhớ chú ý đến những khu vực trống xung quanh để con có thể thực hiện những thao tác khác có liên quan. Chẳng hạn như chú ý gần tủ sách vở là khu vực “chỗ ngồi làm bài”, gần chỗ cất áo khoác thì cần có không gian “đứng cởi áo khoác”,...

• Nguyên tắc 3: “định lượng”

Khi con hiểu nguyên tắc “bỏ” rồi, thì đối với đồ vật đang sử dụng, cha mẹ chỉ nên để một số lượng phù hợp, tốt nhất là số

lượng vừa đủ để con sử dụng. Sau đó, hãy xếp đặt vào đúng vị trí đã quy định. Ví dụ, sách giáo khoa thì xếp thành một hàng trước bàn. Bài kiểm tra thì xếp gọn một chồng trong học bàn, khi bài kiểm tra ngày càng nhiều thì lấy bớt ra để xử lý. Bút chì thì chỉ bỏ vào ống đựng bút. Không cần phải nắm chính xác số đồ vật cần dùng là bao nhiêu, chỉ cần ước lượng một lượng phù hợp là được rồi.

• DẠY CON DỌN DẸP PHÙ HỢP VỚI CHU KỲ TRƯỞNG THÀNH CỦA CON

Khác với người lớn, chu kỳ phát triển của trẻ thay đổi nhanh hơn, nên những đồ vật, dụng cụ của trẻ cũng thay đổi phù hợp theo từng thời điểm. Sách giáo khoa cũng vậy, trẻ càng lớn thì sách

tham khảo, bài tập thực hành cũng tăng theo. Các món đồ chơi cũng thay đổi theo từng giai đoạn. Trẻ cũng sẽ chọn chơi các môn thể thao khác nhau ở từng độ tuổi khác nhau, các dụng cụ thể thao cũng từ đó mà gia tăng nhiều hơn...

Khi sách hay tài liệu học tập của con vượt quá số lượng nhất định thì nên chọn bỏ bớt đi.

Vì vậy, cha mẹ nên sắp xếp lại toàn bộ chỗ ở của trẻ khoảng 3, 4 tháng một lần. Khi sửa sang, bảo dưỡng phòng trẻ, cha mẹ không nên tự tiện thay đổi sắp xếp mà hãy để cho con tự suy nghĩ cách làm sao để tốt hơn, tiện dụng hơn.

• DẠY CON LÀM CÔNG VIỆC ĐẾN

NƠI ĐẾN CHỐN

Sắp xếp không chỉ là để đồ vật lại vị trí cũ. Để sắp xếp, dọn dẹp ngăn nắp không gian của chính mình, các con cần làm rất nhiều việc nhỏ khác, chẳng hạn như biết để quần áo dơ vào giỏ giặt đồ thay vì mỗi lần thay ra đều quăng xuống sàn; biết tự xếp đồ bơi vào tủ đồ mùa hè để tủ đồ mùa đông được thoáng đãng,...

Cha mẹ nên nêu rõ một số nguyên tắc để con hiểu rõ và nghiêm túc làm theo, ví dụ như “quần áo dơ phải bỏ vào giỏ giặt đồ” hoặc “giày đi về phải xếp ngay ngắn vào tủ”,...

Không nên la rầy con phải dọn dẹp nhà cửa gọn gàng mỗi lần bạn con đến nhà chơi. Phải dạy con lúc nào cũng phải

ngăn nắp, gọn gàng để bạn bè có thể đến nhà chơi bất cứ lúc nào. Khi chơi xong, con và các bạn sẽ cùng nhau dọn dẹp mọi thứ lại ngăn nắp như lúc ban đầu. Lần đầu mẹ có thể nhắc nhở hoặc phụ các con một tay, những lần sau đó, mẹ không cần lên tiếng hay làm giúp, hãy để con và các bạn tự giác cùng nhau sắp xếp, dọn dẹp.

Sau khi ăn bánh kẹo xong, các con phải biết tự giác thu dọn sạch sẽ giấy rác vào thùng rác. Nếu được chỉ dạy và đề ra nguyên tắc rõ ràng, chắc chắn con sẽ làm đến nơi đến chốn.



Quần áo dơ phải đặt
vào giỏ đồ cần giặt.



Mẹ nên nhẹ nhàng nhắc nhở con cùng
bạn dọn dẹp đồ chơi sau khi chơi xong.

CÙNG SUY NGHĨ VỀ VIỆC NHÀ VÀ GIÚP ĐỖ LÀM VIỆC NHÀ

Bảng bên dưới là bảng thu gọn của khóa
dạy làm việc nhà. Cha mẹ hướng dẫn
cho con đến khi chính con tự nói ra công
việc con muốn làm. Hãy thông thả cùng
làm với con từng bước.

• VIỆC NHÀ CON CẦN LÀM GIÚP LÀ VIỆC GÌ?

Mọi người trong gia đình cùng nhau tìm ra những lợi ích của việc giúp làm việc nhà và điểm tốt của việc nhà? Hãy cùng con làm một cách vui vẻ như đang chơi trò chơi.

Ngay cả khi con biết rõ những điều đó rồi, cha mẹ cũng cần khuyến khích con ghi rõ ràng ra giấy: “Ý của mẹ là như thế này”. Bạn sẽ ngạc nhiên khi thấy con sẽ ghi ra được những điều sâu sắc hơn bạn nghĩ.

Dụng cụ chuẩn bị: Giấy ghi chú (2 màu), bút chì, băng giấy dính kèm ở trang 189 (các bạn có thể photo ra để sử dụng).

1. “Lợi ích của việc giúp đỡ làm việc nhà – Điểm tốt của việc nhà”: Hãy cùng con viết vào giấy ghi chú, con sẽ ghi lợi ích của việc “giúp đỡ”, cha mẹ ghi điểm tốt của “việc nhà”. Mỗi miếng giấy ghi chú sẽ ghi vào một điểm tốt, và hãy cùng xem thử ai viết nhiều hơn.

Sau khi đã viết xong, hãy cùng con giải thích rõ hơn điều cả hai đã viết. Sau đó, không phân biệt ý kiến là của ai, hãy chọn một điều đối với mình là hay nhất, ghi vào ký hiệu số (1).

2. “Nhưng trong cuộc sống hàng ngày thì...”

Làm giống bước số 1, nhưng dùng miếng giấy ghi chú màu khác. Hãy viết ra điều gọi là: “Nhiều điểm tốt như thế

mà trong cuộc sống hàng ngày thì..... ở chỗ này thì..... sẽ gây ra phiền phức”. Sau khi cùng con giải thích rõ xong, hãy chọn mảnh giấy mà cả cha mẹ và con cùng thống nhất ý kiến cao nhất, ghi vào ký hiệu số (2).

1	
2	

• PHÂN CÔNG VIỆC NHÀ CẦN GIÚP

Hãy lập ra một **bảng phân công công việc nhà**: để mỗi thành viên chuyên tâm vào công việc của mình. Ngoài công

việc đã được phân công ra, hãy làm thêm những việc quan trọng khác hoặc những việc mà các thành viên quan tâm.

Dụng cụ chuẩn bị: Bút chì và bảng giấy đính kèm ở trang 187 (bạn có thể copy ra để sử dụng).

- *Các thành viên trong gia đình:* Giúp con suy nghĩ về vai trò của mình. Vào ngày nào thì có những công việc nào? Việc gì đã làm được và việc gì không thể làm? Đối với việc nhà thì việc gì con có thể làm và việc gì con muốn làm? Vì con tự mình chọn và tự hứa, cho nên ý thức giữ lời hứa sẽ cao hơn.

- *Vai trò của cha mẹ:* Không chỉ có vai trò của con mà vai trò của cha mẹ cũng phải ghi ra. Nếu trẻ thấy cha cũng có vai

trò làm giúp việc nhà, dù nhỏ thôi, con cũng sẽ cảm nhận thiết thực mối liên kết trong cuộc sống gia đình.

- *Việc giám sát:* Khoảng một tháng hãy kiểm tra một lần. Nếu con đã cố gắng hết sức nhưng vẫn không làm hết công việc đã hứa thì nên giảm số lượng công việc xuống. Không chỉ khen ngợi con đã làm được nhiều việc, hãy khen con đã thực hiện lời hứa đều đặn, liên tục.

Tên \ Ngày	Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6	Thứ 7	Chủ nhật
Cha							
Mẹ							
Con trai							
Con gái							

Bảng phân công công việc nhà



PHẦN 2: RÈN LUYỆN TÍNH TỰ LẬP CHO CON QUA VIỆC GIÚP LÀM VIỆC NHÀ MỖI NGÀY

Sắp xếp → Quét dọn → Giặt giũ →
Chuẩn bị bàn ăn → Chế biến món ăn

Thông qua những việc hàng ngày liên quan đến ăn - mặc - ngủ, cha mẹ có thể giáo dục cho con rất nhiều kỹ năng cần thiết trong cuộc sống. Tuổi nhỏ mà biết giúp đỡ làm việc nhà thì lớn lên con sẽ có thói quen giúp đỡ làm việc nhà và thói quen đó sẽ gắn liền với con như một kỹ năng sống. Tuy nhiên, con không thể cùng một lúc có thể làm được hết mọi

việc nhà. Trước hết, hãy để con làm thử cùng với cha mẹ, sau đó tùy theo độ hứng thú của con mà khéo léo dạy con cách làm.



NHỮNG VIỆC NHÀ CẦN LÀM MỖI NGÀY

6:00 Thức dậy, chuẩn bị bữa sáng.



8:00 Tiễn mọi người đi làm, đi học.



9:00 Giặt giũ (ngày trời quang đãng sẽ thích hợp dạy con việc giặt giũ).



10:00 Dọn dẹp (nên sớm dạy cho con thói quen sắp xếp đồ vật).

11:00 Lau nhà (ngày nghỉ học thì cùng lau nhà).



12:00 Ăn trưa.

16:00 Đi mua đồ chuẩn bị bữa tối.

18:00 Chuẩn bị bữa tối (hãy suy nghĩ về sở thích của gia đình để giúp con thử làm công việc chuẩn bị bữa ăn).



19:00 Ăn tối và dọn dẹp sau bữa ăn.

23:00 Đi ngủ.



• GIÚP CON CHẠM VÀO CUỘC SỐNG

“Việc nhà” là những công việc như bếp núc, giặt giũ, quét dọn... Cứ việc này nối tiếp việc kia, vì thế, công việc nhà làm hoài không xong và thật vất vả.

Nhưng nếu ta thay đổi cách nhìn thì sẽ như thế nào? Nơi gọi là nhà chính là nơi ta và gia đình đang sinh sống. Hàng ngày, cơ thể và các giác quan của ta đều động chạm, tiếp xúc trực tiếp với ngôi nhà và những công việc trong nhà. Chẳng hạn như phòng ở, để có cảm giác tốt khi tiếp xúc thì ta phải dọn dẹp cho thật sạch đẹp, đồ vật lấy ra thì sắp xếp vào thật gọn ghẽ. Mặc áo quần sạch sẽ khiến ta có cảm giác khoan khoái, thoải

mái, nên khi quần áo mặc xong cần được giặt giũ sạch sẽ, phơi khô, sau đó cất xếp gọn gàng.

Để bản thân và gia đình mạnh khỏe, ta cần chế biến món ăn ngon cho mỗi bữa ăn, rửa sạch chén bát để dùng cho bữa sau, dọn dẹp bếp núc sạch sẽ,... Tất cả những việc đó gọi là việc nhà.

• VÒNG QUAY CUỘC SỐNG

Cuộc sống hàng ngày liên tục vận động. Các hoạt động trong cuộc sống hàng ngày như học, chơi... cũng tiếp diễn không ngừng. Vòng quay cuộc sống chuyển động liên tục như vậy, nên cơ thể và trí óc ta không thể lơ là, mà phải luôn tỉnh táo và biết cách tổ chức. Có như vậy ta mới có thể phát triển cuộc

sống gia đình, và các thành viên mới càng gắn bó với nhau.

Hãy giúp con suy nghĩ đến cuộc sống luôn biến động như thế. Mặc dù chỉ một mình mẹ lo toan thì cuộc sống gia đình vẫn chạy trơn tru. Nhưng với tư cách là một thành viên trong gia đình, hãy để trẻ góp phần công sức chia sẻ việc nhà. Những tiếp xúc thực tế khi con tham gia làm việc nhà chính là cách giáo dục con rất hiệu quả.

SẮP XẾP - DỌN DẸP

• DỌN DẸP PHÒNG KHÁCH

Nếu con có thể giúp đỡ việc này việc kia để cha mẹ nhẹ nhàng và thoải mái hơn thì dù đi bất cứ nơi nào, con cũng sẽ biết

quan tâm đến mọi người, mọi việc xung quanh. Điều này liên quan đến khả năng xây dựng mối quan hệ trong xã hội.



Phòng khách là nơi ở chính của con: Từ khi mới sinh cho đến tuổi dậy thì, con sẽ vui chơi và sinh hoạt chủ yếu ở phòng khách. Nhiều gia đình cũng coi phòng khách là không gian sống của con. Thế nên, phòng khách thường là nơi chứa nhiều đồ đạc.

Vì vậy, chỉ cần con biết tự sắp xếp đồ vật xung quanh là đã giúp ích cho cha mẹ rất nhiều rồi. Khi đó, con vừa “tự mình dọn dẹp đồ dùng của mình” vừa “dọn dẹp ngăn nắp, giúp cha mẹ nhẹ nhàng, thoải mái hơn”. Đồng thời, việc đó cũng nhằm mục đích luyện tập cho con thói quen: “đồ lấy ra dùng xong phải cất lại chỗ cũ”. Từ trang **38** đến trang **46** trong sách này sẽ hướng dẫn cho trẻ biết cách làm công việc sắp xếp không gian ở của mình.

cho trẻ biết cách làm công việc sắp xếp không gian ở của mình.

Ở phòng khách, việc phân ra những khu vực riêng biệt cho con dễ hiểu như: “khu vực này là không gian của con”, “khu

vực kia là chỗ làm việc của cha”, v.v... cũng là điều nên làm.



Dạy con thói quen “đồ lấy ra dùng xong phải cất lại chỗ cũ”: Nếu con có ý thức biết cất đồ đã sử dụng xong về lại chỗ cũ, thì việc dạy con biết sắp xếp xem như đã “đạt yêu cầu”. Cha mẹ có thể hướng dẫn con những bước sau để việc sắp xếp có kết quả tốt hơn:



Buổi tối trước khi đi ngủ, dạy con dọn dẹp phòng khách sạch sẽ. Phân công mỗi người trong gia đình có trách nhiệm tự mình đem cất những vật dụng do mình bày ra về lại chỗ cũ.



Nhắc con dọn dẹp đồ chơi trước đó

rồi mới chơi trò chơi kế tiếp: “con cất đồ chơi vào chỗ cũ để đỡ vương vীu rồi hãy bày ra đồ chơi mới nhé”,...

Đối với những gia đình có phòng riêng cho trẻ, con có thể đem về để đầy phòng mình từ đồ chơi đến dụng cụ học tập. Trong trường hợp phòng của trẻ ở khác tầng, nếu mỗi lần con cứ phải lấy từng món từng món đem xuống chơi rồi lại đem lên cất thì thật bất tiện. Vì vậy, cha mẹ nên tạo không gian phòng con thật gọn gàng và tiện lợi cho con sắp xếp đồ đạc, ví dụ có thể gom hết đồ chơi lại một lần để cất vào buổi tối hoặc bố trí thùng cất đồ ngay trong phòng con,...



Dọn dẹp cả ngôi nhà: Con biết tự dọn dẹp đồ vật của chính mình là rất tốt

rồi, nhưng nếu con biết dọn dẹp đồ đạc của cả nhà nữa thì càng đáng khen hơn. Khi được mẹ khen “Cảm ơn con đã giúp đỡ cha mẹ dọn dẹp nhé! Con làm tốt lắm!”, con sẽ càng hứng thú làm việc.

Phòng khách là nơi sinh hoạt chung của gia đình.



Cha mẹ nên dạy con tự giác cất đồ chơi hoặc đồ vật đã dùng xong về lại vị trí cũ. Nếu các con biết dọn dẹp đồ vật mà người khác sử dụng thì càng đáng khen hơn nữa.

Gợi ý việc làm của mục này:

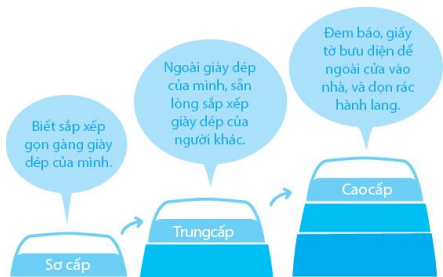
Hãy dạy con rằng đồ vật dùng xong phải biết cất lại chỗ cũ, không bày bừa trên bàn hay trên sàn nhà. Không những thế, đồ vật của người trong nhà dùng xong, con cũng nên dọn dẹp.

Khi con làm chưa tốt:

Nếu con làm chưa tốt như ý muốn, cha mẹ hãy nhẹ nhàng nhắc nhở: “Vi phòng khách là nơi sinh hoạt chung của cả gia đình nên khi con thấy bừa bộn, con hãy dọn dẹp cho ngăn nắp nhé! Khi đó cả gia đình mình sẽ có một nơi sạch đẹp để cùng vui chơi, đúng không nào?”. Con sẽ nhiệt tình giúp đỡ vì cảm giác hạnh phúc khi một mình làm việc nhưng đem đến sự thoải mái cho cả gia đình.

• DỌN DẸP HÀNH LANG

Hành lang cũng giống như bộ mặt của ngôi nhà. Con người chăm sóc cho bản thân mình thế nào, hãy chăm sóc bộ mặt ngôi nhà như thế. Bởi lẽ, những kỹ năng học được qua việc chăm sóc bản thân, chăm sóc ngôi nhà của mình cũng được áp dụng trong cuộc sống xã hội.



Hành lang là “gương mặt” của ngôi nhà: Việc đem cất đôi giày cởi ra để ở hành lang không chỉ đơn thuần là việc làm cho ngăn nắp mà còn là việc biết ý thức, quan tâm giữ gìn bộ mặt của ngôi nhà.

Việc xếp đôi giày ngay ngắn cũng tạo cảm giác dễ chịu khi mọi người đi ra đi vào. Đặc biệt, khi nhà có khách, cha mẹ

và các con cũng không cảm thấy xấu hổ vì hành lang ngổn ngang giày dép.

Các con cũng là thành viên trong gia đình. Vì vậy, dù con còn nhỏ, cha mẹ vẫn nên hướng dẫn con chăm sóc, gìn giữ ngôi nhà của mình, đó là bước đầu tiên để phát triển cho các con tinh thần tự giác sống vì gia đình.



Bắt đầu từ đôi giày của chính con

Thời điểm tốt nhất để dạy con tập thói quen biết sắp xếp đôi giày của mình ngay ngắn là khi con còn nhỏ, vẫn trong độ tuổi mà con đi đâu cũng có mẹ đi cùng. Vừa về đến nhà, con sẽ muốn chạy ào vào nhà để “nhanh bật tivi lên xem chương trình hoạt hình yêu thích”,

“nhanh mở tủ lạnh ra ăn cái bánh”,... Cho dù vội vàng đến đâu, hãy giúp con phải chú ý đến đôi giày vừa mới cởi ra của mình. Nếu nghe mẹ nhắc: “Con xếp đôi giày lại cho ngay ngắn rồi hãy vào nhà nhé” thì con sẽ tự tay xếp lại đôi giày một cách đàng hoàng.

Đây cũng là giai đoạn dạy cho con biết để ý quan tâm đến mọi việc xung quanh, bằng cách nói như: “sắp xếp đôi giày của anh con luôn nhé”, “tiện thể có mấy cọng rác con nhặt bỏ vào thùng luôn nhé”, v.v...

Chắc chắn có trường hợp con sẽ hỏi ngược lại: “tại sao con phải xếp giày của anh” thì mẹ nên giải thích như: “hành lang là của chung, nếu ai thấy lộn xộn thì tự giác sắp xếp lại, không phải là

việc tốt hay sao!” hay “lần trước đi học về anh con cũng sắp xếp giày của con đó thôi!”.

Chính những lúc như thế là cơ hội để dạy con ý thức biết quan tâm những vấn đề của người khác tại khu vực sinh hoạt chung.



Dạy con cách cởi giày

Bạn đã bao giờ dạy con cách cởi giày chưa? Hãy hướng dẫn con cởi giày như hình minh họa dưới đây. Quay mặt về phía cửa, cởi giày ra, bước vào hành lang ngồi thấp xuống, cầm hai gót giày quay mũi giày hướng ra ngoài, gót giày quay vô trong, hoặc đứng quay mặt lại với cửa, vừa nhích người lên vừa cởi

giày ra rồi xếp cho thẳng.

Khi cởi giày ra thì sắp xếp ngay.



Giày mới cởi ra sẽ còn hơi ẩm, nên hãy dạy con để ngoài một lát rồi mới cất vào tủ giày.

Gợi ý việc làm của mục này:

Để hành lang khỏi lộn xộn, vương vãi khi người này người kia ra vào, nên sắp xếp giày của mình cho gọn gàng. Nhớ dạy con sắp xếp giày của những người khác trong gia đình nữa.

Khi con làm chưa tốt:

Khi con làm chưa tốt như mong muốn, cha mẹ hãy nhẹ nhàng hướng dẫn: “Mẹ làm cho con xem rồi làm theo nhé”. Chắc hẳn, bạn cũng đã từng vừa cầu nhàu vừa tự tay mình sắp xếp lại! Tuy nhiên, những lúc như thế, cách tốt nhất là gọi con ra chỉ điều chưa tốt và để con tự tay làm lại.

• DỌN DẸP NƠI MÌNH VỪA SỬ DỤNG XONG

Biết suy nghĩ cho người sử dụng sau cho thấy trẻ có khả năng tư duy tiên liệu sự việc và biết cảm thông với cảm giác của người khác.



Không gian chung của gia đình

Bồn rửa mặt, bồn tắm, toilet... là những nơi các thành viên trong gia đình đều sử dụng chung nhiều lần mỗi ngày. Vì vậy, hãy dạy trẻ sau khi dùng xong biết chùi rửa sạch sẽ, xếp đặt gọn gàng để tiện lợi cho người dùng sau.

Cũng có người cho rằng, còn “quá sớm” để con nhỏ động tay động chân vào những vết dơ bẩn. Nhưng nên

nhớ không có khái niệm “còn quá sớm” đối với việc biết tự quán xuyến mọi việc xung quanh mình. Đừng để con nhận thức sai lầm rằng: những việc dọn dẹp vết dơ không phải là việc của mình, tốt nhất nên để người khác làm. Cha mẹ hãy dạy cho con ý thức tự mình giải quyết những việc xung quanh trong cuộc sống hàng ngày càng sớm càng tốt. Hãy giúp con xem đó là việc làm hiển nhiên, giống như theo thời gian thì con biết tự mình rửa tay, biết tự mình mặc quần áo, biết tự mình đi toilet,...



Biết kiểm tra lại sau khi dùng xong

Nếu tập cho con thói quen “biết kiểm tra lại sau khi dùng xong”, con sẽ dễ tổ chức cuộc sống hàng ngày xung quanh

mình một cách đàng hoàng, sạch sẽ. Còn nếu cha mẹ cứ nói những điều chung chung thì có thể con không hiểu nên làm bắt đầu từ việc gì.

Toilet: Vì con còn nhỏ tuổi, chưa biết cách làm nhiều việc nên cha mẹ cần từ tốn hướng dẫn con cách làm. Hãy chỉ cho con biết những chỗ dơ trong bồn cầu hay nước tiểu dính xung quanh và nhấn mạnh: “con nên lau chùi sạch sẽ mấy chỗ này để bồn cầu sạch sẽ thơm tho và người sau sử dụng sẽ thấy thoải mái hơn nhé!”,...

Khi con là học sinh tiểu học và có ý thức tự giác làm việc nhà rồi, đừng ngần ngại giao cho con công việc chùi rửa toilet. Tham khảo thứ tự cách làm chi tiết ở trang 59.

Bồn rửa mặt: Rửa mặt có thể gây ra vết ố do bọt xà phòng, nước bắn, và tóc rụng khi chải đầu có thể làm tắc ống nước. Nhưng trẻ thường không để ý đến những việc đó khi sử dụng bồn. Cha mẹ hãy gọi con vào chỉ bảo cẩn kẽ: “con nhớ dọn dẹp sạch sẽ tóc rơi xuống bồn rửa, để không làm tắc nghẽn ống thoát nước”, “con nhớ lau khô sạch sẽ những vết bắn này nhé”, v.v... Đồng thời nhấn mạnh với con: thói quen kiểm tra lại toàn bộ sau khi sử dụng xong là một thói quen tốt cần phải thực hành.

Bồn tắm: Dạy con kiểm tra mọi thứ trước khi bước ra khỏi bồn tắm như nhìn xem có bọt xà phòng còn dính ở đâu không, xem tóc có rơi rụng đâu đó trong bồn hay đọng lại ở ống thoát nước

không. Cách làm chi tiết, tham khảo ở trang 62.

Biết kiểm tra lại sau khi dùng xong.



Bồn tắm. Dạy con khi sử dụng xong thì để đồ vật đã dùng như xà bông tắm, sữa tắm, dầu gội, khăn tắm,... vào chỗ cũ. Lau vết dơ và nhặt tóc rơi ở xung quanh bồn và ở cống thoát nước.



Bồn rửa mặt. Hãy chỉ con cách chùi những vết do nước dơ còn dính lại, nhặt sạch tóc rơi.



Toilet. Chỉ cho con cách vệ sinh vết dơ dính trong bồn cầu, dính xung quanh hoặc dính dưới sàn.

Gợi ý việc làm của mục này:

Dạy con biết dọn cho hết những chỗ dơ sót lại chứ đừng làm qua loa! Và khi thấy đồ dùng sắp hết phải lấy ra thay đồ mới vào.

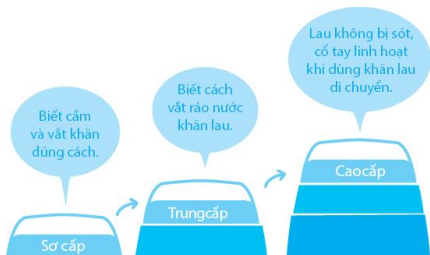
Khi con làm chưa tốt:

Giải thích nhẹ nhàng cho con hiểu: "Nếu dùng xong mà con không kiểm tra lại cho sạch thì người dùng sau sẽ cảm thấy như thế nào?". Dạy con không nên chỉ biết nghĩ cho bản thân mình còn phải nghĩ cho người khác.

VỆ SINH NHÀ CỬA

• CÁCH SỬ DỤNG KHĂN LAU

Việc đơn giản như vắt khăn lau ráo nước cũng liên quan nhiều đến kỹ năng điều phối và vận động thân thể.



Lau nhà bằng khăn là cách rèn luyện cơ thể vận động: Thông thường con sẽ mắc những lỗi sau khi dùng khăn lau nhà: không vắt khăn lau đều tay cho dù dồn sức lực đúng trọng tâm khăn, dù cố gồng hết sức để vắt khăn; không thể di chuyển khăn lau dễ dàng để lau sàn nhà; không biết cách cân bằng cơ thể khi lau hành lang rộng, khiến con có thể té ngã.

Có nhiều trường hợp, khi chơi thể thao, con sẽ biết cách sử dụng khăn lau tốt đến mức đáng kinh ngạc. Điều này có nghĩa là, việc dùng khăn lau nhà cũng có tác dụng giúp con vận động cơ thể hiệu quả. Vì vậy, tập cho con tự lau nhà không chỉ rèn luyện ý thức biết giúp đỡ cha mẹ mà còn rèn luyện cho con có thêm sức khỏe và dẻo dai.



Hãy tạo cho con cơ hội lau nhà bằng khăn lau: Ngay cả những gia đình trước nay thường sử dụng cây lau nhà, thì bây giờ là cơ hội để bắt đầu áp dụng việc lau nhà bằng khăn. Đối với những vết bẩn nhỏ thì khăn lau là dụng cụ rất hữu dụng. Không những dưới sàn mà bụi bám trên bề mặt vật dụng đồ đạc, xung quanh chỗ thoát nước nhà bếp,

v.v... có rất nhiều chỗ mà dùng khăn ướt lau sẽ tiện lợi và sạch sẽ hơn.

Dạy con vắt khăn theo chiều dọc giống như hình minh họa. Cầm khăn theo chiều dọc rồi dùng cổ tay xoắn vào trong để không chỉ lực ở đầu bàn tay mà lực toàn thân được thoát ra hai tay thông qua phần hông có thể tác động lên khăn. Làm đúng cách này thì con chỉ dùng ít sức thôi cũng có thể vắt khăn ráo nước.

Khi lau sàn nhà và lau bàn cũng thế, không chỉ dùng ngực không thôi mà phải dùng hông điều khiển lực toàn thân. Nếu biết dùng hông điều phối lực để thông thả lau nhà với diện tích rộng sao cho có thể dễ dàng lau sạch toàn bộ không sót chỗ nào.



Để sử dụng khăn lau dễ dàng: Chú ý chọn khối lượng và kích thước của khăn phù hợp với trẻ. Tôi cho rằng khăn lau dễ sử dụng với trẻ là loại khăn mỏng và khi xếp lại vừa với khỗ tay của trẻ. Còn đối với người lớn, có thể sử dụng cùng loại khăn mỏng nhưng kích cỡ to hơn một chút.

Vắt khăn đúng cách.



Hai tay cầm theo chiều dọc khăn.

Hai cổ tay vừa xoắn vào trong vừa vắt khăn.

Chỉnh lại tay rồi vắt thêm lần nữa cho ráo nước.



Sau khi vắt xong, xếp đôi khăn lại, đặt hai tay dè nhẹ lên khăn và dùng toàn bộ mặt rộng của khăn để lau.

Gợi ý việc làm cho mục này:

Đã vắt khăn ráo nước chưa?
Có bỏ sót góc tường và chân tường không?

Khi con làm chưa tốt:

Thay vì rầy la ồn ào khiến con nảy sinh tâm lý chán nản, cha mẹ hãy động viên con như: "Nếu con có thể vắt khăn và lau chùi đúng cách thì trông oách lắm đấy".

• DÙNG CHỖI LÔNG GÀ

Việc dạy con nhanh tay lấy chổi lông gà quét dọn mỗi khi nhìn thấy bụi bẩn cũng là cách rèn luyện khả năng phản xạ cho con.



Dùng chổi lông gà làm việc nhà: Có một số người thích cuộc sống hòa mình vào thiên nhiên với nắng gió, ánh sáng ngập tràn căn nhà hơn một

ngôi nhà kín cổng cao tường với những tiện nghi hiện đại như sàn gỗ, máy lạnh,... Đối với họ, những dụng cụ như chổi lông gà hay chổi quét nhà là những đồ vật không thể thiếu trong gia đình.

Trong thời buổi công nghệ hiện đại ngày nay, hầu hết các gia đình đều trang bị máy hút bụi trong nhà cho tiện lợi. Nhưng ngày trước, mọi người đều dùng chổi cho việc quét dọn thông thường và lúc nào con trẻ cũng phụ giúp. Vì tâm lý các con thích dùng cây chổi lông gà quét đi quét lại mặt bàn hay các vật dụng như đang chơi đồ chơi vậy.

Những đồ vật như kệ tivi, khung ảnh trang trí, lồng đèn,... là những nơi dễ tích tụ bụi bẩn và khó lau chùi. Nhưng chổi lông gà sẽ giúp dọn dẹp những khu

vực này sạch sẽ và dễ dàng hơn nhiều.



Âm thanh nhịp nhàng khi dùng chổi lông gà: Trẻ nào lần đầu cầm chổi lông gà cũng chỉ biết quơ qua quơ lại đại khái để sạch bụi. Làm như vậy cũng có thể tống khứ phần nào bụi bẩn đáng ghét bám trên đồ vật. Nhưng cha mẹ có thể dạy con cách di chuyển chổi lông lên xuống, qua lại nhịp nhàng để dễ dàng quét sạch bụi các đồ vật, mặt phẳng như mặt tivi, khung ảnh hay lồng đèn,...



Nguyên tắc “từ trên xuống”: Có một nguyên tắc trong công việc nhà mang tên “Nguyên tắc từ trên xuống”. Dù bạn có quét bụi bắn bay lên không trung thì chúng cũng từ từ rơi xuống đất.

Cho nên, việc lau nhà cũng nên theo tuần tự quét dọn các đồ dùng trên cao trước rồi dần dần làm thấp xuống cho tới dưới sàn nhà. Khi làm vệ sinh nhà, hãy dạy cho trẻ làm theo nguyên tắc này.

Những nguyên tắc cha mẹ dạy cho con cũng chính là hành trang vốn sống của con. Ngoài ra, còn có nguyên tắc “mở cửa sổ trước khi bắt đầu dọn dẹp” để giúp phòng thoáng khí và bụi bặm cũng theo không khí bay ra ngoài. Những điều như vậy, nếu cha mẹ không chỉ dạy, con sẽ không để ý.

Vui quét bụi bằng chổi lông gà.



Phát mạnh chổi lông mọi nơi, quét sạch
bụi khỏi mọi ngõ ngách.

Gợi ý việc làm của mục này:

Khi quét, hãy dạy con xem mặt của chổi lông có tác động lên bề mặt bám bụi không; và dạy con quét bụi theo tuần tự từ trên cao xuống dưới.

Khi con làm chưa tốt:

Hãy hướng dẫn con cách quét bằng chổi lông gà di chuyển lên xuống, qua lại bằng một lực vừa đủ để quét bay hết bụi bẩn.

• SỬ DỤNG MÁY HÚT BỤI

Con biết suy nghĩ đến thứ tự khu vực nên việc hút bụi sẽ nâng cao khả năng lập kế hoạch cho con.





Quét dọn là việc làm có kế hoạch từng bước

Hút bụi không chỉ đơn giản sử dụng máy hút những thứ rơi ra trên sàn nhà. Nếu không có định hướng bắt đầu làm từ đâu tới đâu, công việc sẽ tốn nhiều thời gian hơn mà hiệu quả lại kém hơn. Dạy con biết suy nghĩ lên kế hoạch trước khi bắt đầu công việc hút bụi cũng giúp tăng khả năng lên kế hoạch từng bước cho con.

Hãy cho con tự mình lên kế hoạch dọn dẹp căn phòng của mình, hãy bắt đầu dạy con giúp đỡ việc nhà một cách có kế hoạch như vậy từ khi con còn nhỏ.



Đảm bảo con dùng máy hút bụi đúng cách: Dường như trẻ nhỏ rất có hứng thú với máy hút bụi, đúng không? Nhưng vì máy hút bụi có thể hơi cồng kềnh đối với con, nên mẹ hãy làm mẫu cho con xem và hướng dẫn con sử dụng máy trên một diện tích nhỏ và dễ làm trước. Cha mẹ có thể giao cho con hút sạch những chỗ có bột bánh rơi hoặc nơi có cát bụi tích tụ.

Dạy cho con biết cách lập kế hoạch ngay cả khi còn học tiểu học:

- Nhặt rác rơi ở trên sàn nhà;
- Sắp xếp đồ vật bừa bộn trên sàn nhà cho gọn gàng;
- Dạy con bắt đầu hút bụi từ trong góc

phòng (rồi dần dần hút sạch bụi cả nhà);

- Chỉ di chuyển đầu ống máy hút là chưa đủ, quan trọng nhất là phải hút sạch rác và bụi;
- Không chỉ dọn sạch bốn phía căn phòng mà còn phải hút sạch bụi trong mọi ngõ ngách.

Khi con đã quen việc, cha mẹ có thể giao trọng trách dọn dẹp nhà bằng máy hút bụi cho con. Hầu như rất hiếm khi xảy ra sự cố ngoài ý muốn khi sử dụng máy hút bụi nên từ độ tuổi tiểu học, cha mẹ nên hướng dẫn con cách hút bụi và dần dần trao trách nhiệm này cho con.



Việc dọn phòng đối với trẻ mới

lớn: Ở độ tuổi dậy thì, con thích ở trong phòng riêng của mình hơn. Bước vào độ tuổi này, con đã có thể tự lập tốt rồi, cha mẹ không nên dọn dẹp phòng giúp con nữa. Các bậc phụ huynh hãy đặt mục tiêu cho các con tự làm công việc lau dọn phòng riêng của mình từ 12 tuổi trở đi.

Phải bảo đảm máy hút bụi xử lý hết các góc phòng.



Dạy con chú ý dùng máy hút bụi dọn sạch các góc phòng và gầm giường, gầm tủ,... Chú ý khi hút bụi, tránh làm đầu máy va chạm mạnh khiến gây xước tường hay tróc sơn đồ vật.

Gợi ý việc làm của mục này:

Đừng quên dạy con quét máy hút bụi trong góc và bên dưới đồ gia dụng; hút bụi hành lang, trong toilet và cầu thang, v.v. ...

Khi con làm chưa tốt:

Có trường hợp trẻ không thích dọn dẹp nên không thích việc hút bụi. Khi đó, cha mẹ hãy nhẹ nhàng khéo léo phân công cho con như: "Những chỗ mẹ sắp xếp thì nhớ hút bụi nhé".

• CÁCH DÙNG CHỖI VÀ HỐT RÁC

Khi dùng chổi và hốt rác, cần tập trung trong một khoảng thời gian ngắn để công việc đạt hiệu quả cao hơn.



Trẻ nào cũng sử dụng chổi

được: Trong cuộc sống ngày nay, chổi và cây hốt rác được sử dụng chủ yếu ngoài sân hoặc hành lang. Cũng giống chổi lông gà, so với đồ điện gia dụng thì đối với trẻ, chổi quét nhà và cây hốt rác dễ cầm nắm và dễ sử dụng hơn nhiều.

Giai đoạn trẻ thơ là giai đoạn chuẩn bị cho trẻ phát triển kỹ năng vận động của cơ thể và hệ thần kinh. Vì vậy, khi dạy con giúp làm việc nhà, hãy tạo ra cơ hội để tay chân và cơ thể của con trực tiếp tiếp xúc, cầm nắm các dụng cụ như chổi và chổi lông gà, v.v...

Ngoài việc quét dọn sân vườn, hành lang, phòng khách,... cha mẹ hãy khuyến khích con dùng chổi quét dọn phòng riêng của con.



Quét dọn hành lang là công việc của trẻ: Người lớn tuổi thường chia sẻ kinh nghiệm dạy bảo con cái của mình rằng họ thường nói với con: “Phải quét dọn hành lang cho sạch rồi mới đi học”. Vì hoàn cảnh bận rộn ngày nay, nếu không thể quét dọn được mỗi ngày thì vào cuối tuần hoặc lúc thấy dơ thì hãy bảo con quét dọn hành lang và phân đường trước cửa nhà.

Khi quét rác vào cây hốt rác, dạy con đừng giở đầu chổi lên, mà hãy đè chặt vừa phải để lùa rác vào cây hốt rác. Sau đó, từng chút, từng chút vừa giật lùi cây hốt rác vừa quét rác vào trong cho đến khi sạch hết rác. Khi quét dọn hành lang, cha mẹ nhớ nhắc nhở con mở cửa hành lang ra cho thoáng khí và quét theo

hướng từ trong ra ngoài. Có thể cẩn thận dẫn con quét thêm 1-2 mét khu vực nhà bên cạnh để thể hiện tình hàng xóm láng giềng.



Chuẩn bị chổi quét trong phòng: Trẻ nhỏ thường ăn uống hay rơi vãi, hoặc mang đất cát chơi bên ngoài vào nhà. Đó là nguyên nhân vì sao mà nhà nào có trẻ em thì những loại rác bần cứ sinh ra liên tục. Nên dạy cho con biết rác thải do con tự gây ra thì phải biết tự mình quét dọn. Những lúc như thế, con có thể dùng chổi quét nhà hoặc chổi lông gà để quét dọn cho tiện lợi và dễ dàng.

Nếu con nói rằng con không thích công việc quét dọn, cha mẹ hãy nhắc nhở con

ăn uống cẩn thận không để rơi vãi và rửa tay chân sạch sẽ trước khi bước vào nhà, rằng nếu con không làm dơ thì sẽ không phải quét dọn.

Trẻ nào cũng có thể dễ dàng sử dụng chổi và cây hốt rác.



Để cho rác không bay loạn xạ thì khi quét rác đừng nhắc đầu chổi lên cao, vừa giạt lùi cây hốt rác vừa dùng chổi lùa rác vào một cách thuần thục.

Gợi ý việc làm của mục này:

Dạy con không nâng cây hốt rác lên cao và không cầm cây hốt rác xiên vẹo bên này bên kia.

Khi làm chưa tốt:

Nếu con làm chưa tốt, cha mẹ có thể hướng dẫn thêm và làm mẫu cho con như “Con đừng nhắc đầu chổi lên cao mà nên dè chặt, nhẹ nhàng đưa rác vào cây hốt rác thử nhé”. Cách dùng chổi đúng cách là phần đầu chổi có khuynh hướng đưa lên trên nhưng khi quét hơi bị dè xuống nhẹ một chút.

• LÀM VỆ SINH TOILET

Dù con không thích công việc này, cha mẹ hãy nhẹ nhàng giao cho con làm thử để con có trải nghiệm thực tế. Biết chấp nhận và vượt qua thử thách cũng là điều thú vị trong cuộc sống.



Làm quen với công việc lau chùi toilet: Không ai thích làm công việc dọn dẹp nhà vệ sinh cả, dù là cha mẹ hay con cái. Vậy nên, khi cha mẹ giao nhiệm vụ lau chùi toilet, ban đầu trẻ có thể khó chịu hoặc phản ứng tiêu cực như: “Eo, ghê lắm, con không làm đâu”. Nhưng, như đã đề cập ở trên, vì nhà vệ sinh là nơi sử dụng chung nên cha mẹ hãy dạy con giữ gìn sạch sẽ vì người dùng sau.

Dù còn nhỏ, nhưng nếu con biết tự giác

dọn dẹp những vết bẩn do mình gây ra thì thật đáng khen, và việc trẻ biết quan tâm đến cảm giác của mọi người trong nhà còn tuyệt vời hơn nữa! Ngày nay, bồn toilet hiện đại hơn, sạch sẽ hơn trước rất nhiều. Vì vậy, công việc dọn dẹp toilet cũng đỡ vất vả hơn và cha mẹ cũng không còn lo lắng con có thể trượt ngã trong toilet như thời trước.

Đối với công việc dọn dẹp toilet, khi làm lần đầu tiên con hẳn sẽ phần nào khó chịu, nhưng từ lần thứ hai, lần thứ ba trở đi, cảm giác "ghê quá" đó cũng dần dần biến mất. Đến những lần sau này, con sẽ quen việc và làm tốt hơn. Cha mẹ nên cho con làm quen với việc dọn toilet từ nhỏ.



Thứ tự lau dọn toilet: Thật tốt khi con biết tự lau chùi vết bẩn do mình gây ra nhưng cha mẹ có thể dạy thêm cho con cách làm vệ sinh toàn bộ toilet khi con đã quen việc. Đến ngày tổng vệ sinh, cha mẹ hãy tin tưởng nói với con rằng: “Mẹ giao cho con trách nhiệm làm vệ sinh toilet trong ngày hôm nay nhé”.

Cũng như công việc dọn dẹp nhà cửa, làm vệ sinh toilet cũng theo nguyên tắc từ trên xuống. Tuy nhiên, mỗi gia đình cũng có thứ tự riêng khi lau chùi bồn cầu. Đối với cách làm của gia đình mình, tôi phải làm mẫu hướng dẫn cho con xem trước khi con tự tay làm. Theo tôi, các gia đình nên sử dụng loại khăn dùng một lần rồi bỏ, vì như thế sẽ tiện lợi và tiết kiệm hơn. Vì chất tẩy rửa

toilet có tính hóa dược mạnh nên cha mẹ nhớ dặn con là khi làm phải mang bao tay ni lông. Trình tự lau chùi toilet thông thường như sau:

- Lau chùi bên trong bồn cầu. Chùi vết bẩn nơi đường viền bồn và góc cạnh.
- Lau bề ngồi cả hai mặt trên và dưới, nơi rất dễ bị dính bẩn. Những bề mặt bồn cầu dễ đọng vết bẩn cần kiểm tra và lau chùi kỹ càng hơn.
- Lau dưới sàn nơi xung quanh bồn tọa. Nếu nhà có bé trai thì đây là chỗ hay bị dơ nhất, cha mẹ hướng dẫn các con lau chùi khu vực này cẩn thận hơn.
- Cuối cùng đừng quên dạy con vệ sinh nắp bồn cầu.

Cảm giác hài lòng khi nhà vệ sinh sạch sẽ.



Nên dạy con lau chùi cẩn thận nhẹ nhàng bề ngồi, các góc bốn cầu, mặt sau nắp đậy.



Ở những góc ngách, khe nhỏ, nên hướng dẫn con dùng khăn lau bằng vải để lau sạch dễ dàng hơn.



Gợi ý việc làm của mục này:

Hỏi con đã lau chùi sạch góc bốn cầu và những hốc lõm chưa? Đã lau sạch phần dưới bề và những chỗ không nhìn thấy dưới sàn chưa?

Khi con làm chưa tốt:

Nếu con làm chưa tốt, hãy giải thích cho con hiểu lợi ích của việc lau chùi cẩn thận toilet. Việc đó sẽ giúp căn nhà sạch sẽ, thơm mát như thế nào? Những người sử dụng sau sẽ cảm thấy thoải mái ra sao? Hãy nhẹ nhàng hướng dẫn con cách làm và nói cho con hiểu việc dọn dẹp toilet sạch sẽ có ý nghĩa như thế nào!

• VỆ SINH BỒN TẮM

Khi làm vệ sinh, trẻ thường rất thích thú

với việc sử dụng nước. Điều này sẽ giúp trẻ phát huy khả năng tìm ra niềm vui từ những điều bình dị xung quanh.



Vui thích khi làm vệ sinh bồn tắm: Làm vệ sinh bồn tắm là công việc yêu thích của trẻ. So với những công việc nhà khác, cha mẹ nào cũng an tâm giao phó việc này cho con hơn. Con sẽ thấy thích thú khi tiếp xúc với bột xà phòng, nước, cảm giác trơn trượt khi lau

chùi sạch sẽ bồn tắm và sau đó, còn gì tuyệt hơn khi bước vào bồn tắm sạch bóng, thơm tho với làn nước trong vắt.

Con sẽ phát hiện ra nhiều điều thích thú với công việc vệ sinh bồn tắm đơn giản. Hơn nữa, việc cảm nhận niềm vui từ những điều gần gũi xung quanh mình là một trải nghiệm thực tế rất tốt cho con.



Con hoàn thành nhiệm vụ của mình: Công việc làm vệ sinh bồn tắm là nhiệm vụ dễ hoàn thành nhất đối với con. Trước khi giao nhiệm vụ, hãy hướng dẫn đơn giản cho con cách làm vệ sinh bồn tắm: Làm vệ sinh bồn tắm khi nào, trước hay sau khi tắm? Lưu ý đến vấn đề thời gian nếu làm vệ sinh trước khi tắm để những người khác

trong nhà không phải chờ đợi.

Nếu con làm vệ sinh bồn tắm trước khi tắm, cha mẹ hãy chỉ con cách xắn vạt áo, xắn tay áo sao cho khỏi bị ướt.

Những chỗ gọi ý khi làm vệ sinh bồn tắm gồm:

1. Cạnh bồn trong bồn.
2. Chất trơn trượt trên sàn.
3. Bọt xà phòng và chất dơ dính trên tường.
4. Năm móc ở mặt sàn xung quanh bồn tắm.

Lưu ý không để con tự ý dùng chất tẩy rửa có tính hóa được cao. Cha mẹ có thể

để con dùng bọt biển và xà phòng thông thường lau chùi các vết dơ trên tường, cặn bẩn trong bồn hay chất trơn trên sàn. Các con sẽ vui thích khi được giao miếng bọt biển để lau chùi bồn tắm.

Vì bồn tắm cần dùng chất tẩy chuyên dụng ở những nơi có nấm mốc, nên cha mẹ hãy dặn con báo cho mình biết nếu phát hiện ra nấm mốc.



Về vấn đề độ ẩm: Để bồn tắm luôn luôn thoáng mát, thơm tho, điều quan trọng là không để phòng tắm bị bí hơi. Vì vậy, theo tôi, thời điểm làm vệ sinh bồn tốt nhất là sau khi tắm. Sau khi làm vệ sinh xong, chỉ cần mở cửa sổ nhà tắm ra để phòng tắm thoáng khí lưu thông thì nấm mốc cũng giảm nhiều.

Vui thích khi giúp mẹ làm vệ sinh bồn tắm.



Nhắc nhở con dùng miếng bọt biển lau chùi vệt bẩn trong bồn tắm, nhặt sạch rác, tóc ở rãnh thoát nước, báo cho mẹ biết nếu phát hiện nấm mốc trên mặt

sàn.

Gợi ý việc làm của mục này:

Hỏi con tóc và vách tường bong tróc đã nhặt hết chưa? Con đã xếp dọn đầu gối, sửa tấm ngăn nắp chưa?

Khi con làm chưa tốt:

Cho con tự mình bước vào bốn tấm đã được vệ sinh sạch sẽ để con biết cảm giác tươi mát và thoải mái như thế nào. Sau đó con sẽ biết làm vệ sinh bốn tấm sạch sẽ kỹ càng để mang lại cảm giác đó cho chính bản thân và những người trong gia đình. Nếu phát hiện chỗ còn sót, cha mẹ đừng la rầy mà hãy nhẹ nhàng nhắc cho con biết để lần sau con làm tốt hơn.

GIẶT GIỮ QUẦN ÁO

• SỬ DỤNG MÁY GIẶT

Phân loại quần áo trước khi giặt cũng là một cách vận dụng đầu óc khi làm việc. Khi trẻ có thể tự phân biệt được những quần áo có thể giặt chung với nhau thì

đó cũng là lúc trẻ có khả năng hiểu rõ đồ vật.



Dạy con biết phân loại đồ giặt: Suy nghĩ của con trẻ thường rất giản đơn, các con thường nghĩ rằng đối với việc giặt giũ, chỉ cần cho tất cả quần áo vào máy, cho bột giặt rồi bấm nút là xong, chứ không cần bất cứ kỹ năng nào khác. Tuy nhiên, cha mẹ nên dạy con biết chú ý phân loại quần áo khi giặt thì

quần áo sẽ không bị dính màu, sẽ sạch hơn, bền đẹp hơn. Có rất nhiều loại vải khác nhau, nên không thể giặt chung tất cả. Có những loại vải không thích hợp khi giặt chế độ dòng nước chảy mạnh, nhưng cũng có những quần áo cần giặt mạnh thì mới sạch. Nếu cha mẹ không giải thích, con sẽ không biết được.

Thông thường, những loại quần áo sau không thể bỏ vào giặt chung được:

- Áo quần màu trắng và màu (có thể giặt chung nếu đã bị phai màu rồi).
- Áo quần ít vết bẩn, mồ hôi không nên giặt chung với áo quần chơi thể thao hoặc đồ dơ nhiều.

- Đồ len nên giặt riêng với chức năng giặt tay.
- Đồ lót nên giặt riêng.
- Các loại khăn, vải dùng để lau nhà, lau toilet cần giặt riêng.

Đối với từng loại quần áo, cha mẹ nên hướng dẫn con biết lượng bột giặt bao nhiêu là thích hợp, dù quần áo không phai màu cũng chỉ nên dùng một lượng bột giặt vừa đủ. Hãy làm mẫu cho con nhìn tận mắt. Điều này có thể kích thích tính tò mò, đam mê khoa học của trẻ.



Lộn trái hoặc không: Vì tôi không thích áo quần khi phơi bị nếp gấp bề mặt phải do lộn trái khi cho vào máy giặt

nên tôi thường để mặt phải áo quần mà giặt. Nhưng cũng có người vì muốn tránh việc quần áo bị phai màu, họ lộn trái áo quần khi giặt. Không thể nói cách nào đúng, cách nào sai vì cách nào cũng có lý do hợp lý. Vì vậy, hãy dạy cho trẻ phương pháp giặt mà gia đình bạn thường áp dụng: “gia đình ta giặt đồ theo cách này nhé”...

Có những trường hợp khi ta vô tình thay đồ, bên tay này mặt phải còn bên tay kia mặt trái khiến người đem đồ đi giặt phải mất công lộn lại rất phiền phức và mất thời gian. Vì vậy, cha mẹ hãy nhắc nhở con chú ý điều đó khi thay đồ. Chỉ cần biết suy nghĩ và quan tâm đến người giặt một chút thì việc giặt giũ sẽ nhẹ nhàng và dễ dàng hơn. Việc biết quan tâm

người khác từ những chuyện đơn giản như vậy sẽ giúp trẻ hình thành ý thức quan tâm đến mọi người trong cả những chuyện lớn hơn. Và cũng giống như việc giặt đồ, khi ta biết nghĩ cho người khác, mọi công việc trong cuộc sống đều sẽ dễ dàng hơn.

Quan trọng là hạn chế rắc rối trước khi giặt.



Nếu biết chú ý khi thay đồ thì việc giặt
giũ sẽ nhẹ nhàng hơn. Hãy dạy con
nguyên tắc giặt đồ của gia đình là để
quần áo mặt phải hoặc để mặt trái khi
giặt.

Gợi ý việc làm của mục này:

Kiểm tra xem trong túi áo, túi quần có rác hay tiền bạc hay giấy tờ gì không? Khi bỏ đồ vào máy giặt con đã biết phân chia đồ giặt chung với đồ giặt riêng ra chưa?

Khi con làm chưa tốt:

Bất cứ thất bại nào cũng đều là bài học kinh nghiệm. Nếu con làm không tốt, cha mẹ có rầy la con thì cũng nên pha một chút chất giọng hài hước: "Bỏ tất cả đồ vào giặt chung nên ra nông nổi này đây, con ơi!".

• PHƠI QUẦN ÁO

Cũng cần quan sát việc con phơi đồ sau khi giặt xong. Để hoàn thành tốt một công việc, cha mẹ cần kiểm tra mọi công đoạn.





Việc phơi quần áo cho đúng cách không chỉ đơn giản đem treo quần áo lên cho khô, mà phải chú ý những yếu tố sau:

1. Đồ gì thì nên phơi chỗ nào? Ví dụ, loại khăn dày và có khổ lớn (lâu khô) thì treo nơi ngoài cùng hiên nhà. Những loại áo sơ-mi, áo thun dễ phai màu thì nên phơi ở giữa. Đồ lót thì phơi những nơi bên ngoài không nhìn thấy,... Dạy cho con biết cách phơi từng loại đồ vào chỗ thích hợp.

2. Phơi như thế nào? Nếu chú ý lúc phơi đồ thì khi lấy đồ khô cũng dễ dàng hơn. Áo quần, trang phục đi làm thì chỉnh sửa ngay thẳng trước khi phơi. Nên dạy con không nên phơi quần áo

san sát nhau, để chừa một khoảng trống giữa các móc áo, giúp quần áo nhanh khô hơn và cũng không lo bị dính màu từ áo này sang áo kia. Còn khăn lau và khăn choàng nên giữ thật kỹ trước khi phơi, vừa giúp bớt lượng nước thừa, vừa giúp kéo giãn nếp nhăn.

Đối với áo quần vải nhung, len, v.v... thì dùng bàn chải chuyên dụng chải lông nổi lên rồi phơi. Đối với tất, vớ, tôi thường dùng kẹp để kẹp đầu ngón chân khi phơi để bộ phận có dây thun không bị kéo giãn, nhưng cũng có những gia đình làm ngược lại cách làm này.

3. Đừng quên dạy những lưu ý nhỏ. Cây phơi đồ là nơi dễ bị dơ do nhiều nguyên nhân. Hãy dạy con trước

khi phơi đồ, nếu muốn phơi khăn hay quần áo trực tiếp lên cây phơi thì phải biết lấy khăn lau sạch cây phơi. Phơi chăn nệm ở hiên nhà cũng vậy, hãy lau sạch hiên nhà trước. Ngoài ra, khi treo áo vào móc, đối với các áo loại thun len, nếu treo cổ áo vào móc áo thì phần xung quanh cổ áo bị kéo giãn ra, do đó để cổ áo không bị kéo giãn, nên luôn móc từ phía vạt áo lên và chỉnh sửa lại hình dạng rồi phơi, áo sẽ bền đẹp hơn.



Niềm vui công việc sẽ kích thích phát triển năm giác quan.

Công việc phơi quần áo có thể kích thích năm giác quan vận động đầy năng lượng. Khi ra ngoài, cả cơ thể con sẽ như hòa mình trong nắng gió và ánh

sáng mặt trời, tay thì tiếp xúc với vải mềm ướt dễ chịu, tai nghe những âm thanh lạnh lạnh của móc áo và tiếng phành phạch khi giũ quần áo, mũi ngửi mùi thơm của áo quần khi đã giặt sạch. Con sẽ cảm nhận được thời tiết bốn mùa, mùi hương cỏ cây tùy theo mùa cũng khác nhau. Ngoài ra, cái cảm giác khoan khoái khi thấy áo quần dơ được giặt sạch sẽ thơm tho cũng len lỏi tâm hồn con.

Niềm hạnh phúc của cuộc sống gia đình khi cha mẹ và con cùng tận hưởng sự vui thú của công việc đem phơi đồ vừa bình dị, vừa ấm áp. “Ôi mùi hương thơm mát, thật là thích quá!”, “âm thanh lạnh lạnh nghe vui tai làm sao”,... hãy nói ra bằng lời và hãy truyền đi cảm giác vui

sương đó.

Cách phơi quần áo cũng có nhiều quy định.



Dạy con quần áo sau khi giặt nên giữ kỹ để nếp nhăn giãn ra, còn móc áo thì phải luồn dưới tà áo lên, kéo thẳng vải ở các góc rồi mới phơi.

Gợi ý việc làm của mục này:

Hỏi con nên để quần áo nhân nhúm hay chỉnh sửa thẳng thớm trước khi phơi?

Khi con làm chưa tốt:

Cha mẹ hãy cho con biết rằng: "Nếu phơi đồ cẩn thận thì công việc sau cũng dễ dàng hơn". Hãy để con cảm nhận được niềm vui cả trong lúc làm việc và sau khi con nhận thấy quần áo luôn luôn bền đẹp.

• XẾP VÀ CẮT QUẦN ÁO

Việc lấy quần áo đã khô vào nhà, xếp cất để chuẩn bị cho lần sau dùng tiếp là cách rất hay để dạy con biết hoạch định kế hoạch.





Khi lấy quần áo: Công việc lấy đồ khô vào cất, xếp có nhiều điểm khá thú vị. Cha mẹ hãy dặn dò con chú ý những điểm sau: Đừng vô ý giật mạnh móc áo và kẹp quần áo, phải lấy xuống bằng hai tay; chỉ cho con biết nơi cất móc áo và kẹp phơi đồ sau khi phơi xong. Bản thân tôi nghĩ rằng không nên để móc áo và kẹp phơi nguyên y trên cây phơi đồ sau khi lấy đồ đã khô vào nhà.



Gấp quần áo và đem cất: Có 2 cách gấp áo. Nếu gấp quần áo cất vào tủ để sử dụng trong những ngày tiếp theo nên gấp theo cách gấp đơn giản giống như hình minh họa trang 73. Mẹ hãy lấy một chiếc áo và xếp từng bước cho con xem thì con sẽ dễ hiểu.

Mỗi gia đình sẽ có một cách gấp xếp khăn và quần áo khô khác nhau sao cho thuận tiện. Cha mẹ hãy vừa làm mẫu cho con xem vừa hướng dẫn đến khi con có thể tự làm được: “Nhà mình sẽ xếp quần áo rồi cất vào tủ theo thứ tự này cho thuận tiện, con nhé”.

Khi gấp áo, bạn nhớ dạy con làm cho hai góc vai áo rũ thẳng trước khi gấp. Sau khi đã mất công gấp xếp quần áo đàng hoàng, nếu đem cất cẩu thả thì quần áo sẽ bị nhăn, nên cha mẹ hãy nhắc nhở con chú ý gấp xếp gọn gàng. Ngoài ra, hãy dạy con khi đem cất biết nghĩ đến lúc sử dụng để biết nơi cất phù hợp nhất cho từng món đồ. Nếu con tự xếp cất đồ vào tủ, con sẽ biết được vị trí quần áo, tất vớ mình ở chỗ nào, sẽ

không còn hỏi những câu hỏi như là “mẹ ơi, quần này/áo kia của con mẹ để đâu vậy ạ?”.

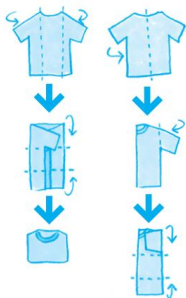


Giúp mẹ làm việc: Việc quán xuyến, cất dọn quần áo sau khi giặt xong là công việc giúp mẹ rất nhiều. Sau một ngày làm việc bận rộn, buổi chiều tối khi mẹ trở về nhà, các con có sẵn lòng giúp mẹ công việc lấy đồ phơi vào không? Mẹ còn phải chuẩn bị bữa ăn tối cho cả nhà và núi việc khác đang chờ, vậy các con có gấp xếp đồ rồi cất vào tủ gọn gàng giúp mẹ không?

Cha mẹ thường than vãn rằng “không sai bảo thì con không làm”, nhưng làm sao để không nói mà con vẫn tự giác làm? Cách duy nhất là nhắc nhở con

nhiều lần để con hình thành thói quen này. Rồi một ngày con biết chú ý và tự giác làm, cha mẹ đừng tiếc lời khen ngợi và cảm ơn con. Chắc chắn, con sẽ không quên niềm vui đó, sau đó con sẽ quan tâm nhiều hơn, tự giác và ý thức giúp đỡ cha mẹ việc nhà nhiều hơn.

Gấp áo quần theo cách cơ bản.



Dạy con biết nhà mình từng loại đồ sẽ được gấp theo cách như thế nào, hướng dẫn con cách gấp vạt áo bên trái bên phải, cách gấp áo ngay chính giữa



Chú ý cẩn thận khi xếp cất quần áo vào tủ.

Gợi ý việc làm của mục này:

Kiểm tra xem nếp gấp đã ngay thẳng chưa? Có bị nhàu phía bên trong không?

Khi con làm chưa tốt:

Bạn có thể cùng làm với con: "Mẹ gấp xong rồi con đem cất giúp mẹ nhé!". Việc gì cũng vậy, so với làm một mình thì làm chung lúc nào cũng vui hơn. Hãy xem việc vừa nói chuyện vừa làm chung với con như một cơ hội giao tiếp vui vẻ giữa cha mẹ và con cái.

• ỦI QUẦN ÁO

Nhiều bậc phụ huynh cho rằng việc ủi

quần áo dễ gây phồng và nguy hiểm nên không muốn giao cho con làm. Nhưng nếu cha mẹ hướng dẫn con đúng cách và quan sát chú ý đến khi con làm thuần thục thì trẻ học tiểu học cũng có thể làm.

Hãy giúp con tăng cao khả năng chấp nhận thử thách!



Mấy tuổi thì con làm được? Vì hầu hết các bậc cha mẹ đều lo lắng việc

ủi quần áo có thể gây nguy hiểm cho con nên họ có rất nhiều thắc mắc như: “Nếu con muốn làm thì có nên giao cho con làm không?” và “Mấy tuổi thì con có thể làm được?”.

Tôi cho rằng, vì việc sử dụng bàn ủi không đúng cách có thể gây bỏng cho con, nên ngay khi con còn nhỏ, cha mẹ càng cần hướng dẫn để con tích lũy kinh nghiệm dần dần. Hãy làm mẫu cho con xem từ những món đồ đơn giản nhất như khăn tay, sau đó quan sát con làm.

Khi theo dõi con làm, không nên chen ngang, dù là bằng hành động hay lời nói vào giữa chừng. Khi vô tình ngón tay con đụng trúng bàn ủi, cha mẹ hãy giải thích chính xác cho con cách xử lý. Bất cứ ai khi ủi đồ, nếu bất cẩn đều có thể

gặp vết bỏng hay vết thương. Chuyện đó không phải là chuyện gì ghê gớm cả. Cha mẹ và con đều không nên cuống lên, hãy bình tĩnh xử lý sự cố nhẹ nhàng nhanh chóng.

Trước tiên, dạy cho con biết rằng khi bị bỏng, nếu con nhanh chân tự mình đi tới nơi có vòi nước sẽ giúp ích hơn nhiều so với việc ngồi đó la khóc mà không biết làm gì. Khi bị thương cũng vậy, hãy động viên con “không sao cả” và khuyên con bình tĩnh xử lý. Nếu cha mẹ giữ thái độ điềm tĩnh, nói chuyện từ tốn, con sẽ không bị hốt hoảng.



Ủi quần áo là công việc làm bằng hai tay: Người thuận tay phải thì cầm bàn ủi tay phải, nhưng không phải vì thế

để tay trái thành thoi. Thực ra khi ủi quần áo, tay trái mới là tay làm việc tích cực nhất. Trong khi tay phải chỉ cần di chuyển bàn ủi thì tay trái bận rộn nhiều việc như: kéo nếp nhăn, chỉnh sửa hình dạng quần áo, tay phải đẩy bàn ủi di chuyển đến đâu thì tay trái phải kéo phía trước cho thẳng,... Nói bằng lời thì con sẽ khó hình dung, vậy nên cha mẹ hãy lấy một chiếc khăn tay làm mẫu cho xem để con có thể hiểu và làm được nhanh chóng dễ dàng hơn.



Xử lý vết bỏng: Trước khi để con bắt đầu công việc ủi quần áo, cha mẹ nhớ dạy con cách xử lý vết bỏng (trường hợp vết bỏng diện tích rộng, xin tham khảo trang 105).

- Dạy con hãy nhanh chân đi đến nơi có vòi nước khi bị bỏng. Cho vết bỏng được làm mát dưới vòi nước khoảng trên 5 phút.
- Khi bỏ vết bỏng ra khỏi dòng nước mà thấy vết bỏng bớt đau rất thì không cần làm mát nữa.
- Nếu như bị phỏng da thì không được làm vỡ chỗ da phỏng (vì để như thế sẽ mau lành hơn). Trường hợp chỗ da phỏng bị rách thì không lột ra mà để nguyên trạng như thế.

Có thể ủi đồ khi có cha mẹ theo dõi.



Sự vận động của tay trái có vai trò quan trọng, nào là ấn xuống, nào là kéo nếp gấp thẳng ra. Khi cha mẹ ở bên, hãy nhắc cho con biết rõ công việc tuyệt vời của bàn tay trái.

Gợi ý việc làm của mục này:

Hỏi xem con có biết là không nên để nguyên nếp gấp thể mà ủi không? Có biết chỉnh sửa quần áo thẳng thớm trước khi ủi không?

Khi con làm chưa tốt:

Nói với con rằng: “vừa dùng tay trái kéo thẳng quần áo vừa ủi thử xem”. Dù tay phải cầm bàn ủi để ủi, nhưng khi có nhiều nếp gấp thì cha mẹ hãy sử dụng chức năng tay trái biểu diễn cho con xem.

• GIẶT ĐỒ BẰNG TAY

Nếu trẻ có thể tự mình giải quyết những việc nhỏ xung quanh mà không phiền đến cha mẹ thì thật đáng khen biết bao. Khi con “Tự mình làm được” tức là con đã bắt đầu trải nghiệm thực tế “cuộc sống tự lập”.



Vết bẩn quần áo của mình, tự mình giải quyết: Đồ nên giặt bằng tay là những đồ không thể bỏ vào máy giặt được như giày, áo quần bị dính thức ăn

hay dính vết máu nhỏ,... Những quần áo bị dính bẩn ở trường rất khó giặt sạch sẽ hoàn toàn. Khi đồ dính vết bẩn, có thể không cần giặt nguyên bộ đồ mà tùy trường hợp chỉ tẩy, giặt chỗ bị dính bẩn thôi, như vậy cũng giảm bớt việc cho mẹ.

- **Giặt vết bẩn:** Dạy con nhanh chóng giặt chỗ bị dính vết bẩn. Những vết bẩn có “thủy tính” như nước tương, máu, nước sơn màu,... có thể dễ dàng dùng nước giặt làm sạch. Đối với những vết bẩn có “tính dầu” như tương cà, sốt,... thì có thể vò nhẹ bằng xà bông rửa tay. Có những quần áo được làm từ sợi vải dễ rách, hãy dạy con biết cách kiểm soát lực tay mạnh nhẹ khi giặt.

Đối với vết bẩn vòng tròn, để cho vết

bẩn không bị lan ra, hãy hướng dẫn con nhúng nước xung quanh cuộn tròn lại rồi giặt.

• **Cách giặt giày mang trong nhà:** Phải chuẩn bị bàn chải giặt giày loại nhỏ vừa tay trẻ. Giày mang trong nhà cũng có thể bị bẩn, hãy đem ra bên ngoài giặt. Nếu không thể đem ra ngoài, có thể giặt trong bồn tắm hoặc trong nhà vệ sinh, gần cống thoát nước. Sau khi nhúng nước, đổ bột giặt (loại chuyên dùng cho giày dép hoặc loại dùng cho quần áo bình thường cũng được), dùng bàn chải chà đi chà lại kỹ càng, từ mặt ngoài đến mặt trong, và cả chỗ đầu ngón chân. Sau khi giặt xong, hướng dẫn con lấy giấy báo cuộn tròn nhét vào trong giày để hút hết nước rồi phơi nơi có gió và ánh nắng

mặt trời.



Vết bẩn và tính tự lập: Hơn cả việc con có thể sử dụng máy giặt, tự tay giặt sạch vết bẩn quần áo thể hiện tính tự lập và tính kỷ luật hơn cả. Khi con có suy nghĩ tự mình xử lý vết bẩn do mình gây ra mà không phiền đến người khác, đó cũng là lúc con đã trưởng thành, có lòng tự trọng và tính tự lập cao.

Một ví dụ điển hình là việc tự mình giải quyết băng vệ sinh ở tuổi dậy thì của con gái. Nếu con tự tay xử lý vết bẩn kinh nguyệt dính vào quần áo, con sẽ không cảm thấy có lỗi hay xấu hổ gì với cha mẹ.

Giặt tay giúp dễ phát hiện vết bẩn cần giặt sạch.



Hãy chà sạch mặt trong và chỗ
đầu ngón chân của đôi giày.



Khi đồ bị dính vết bẩn,
nhanh chóng đem đồ đi
giặt thì mọi việc sẽ trở
nên đơn giản.

Gợi ý việc làm của mục này:

Kiểm tra xem con có giặt kỹ phần
bị dính vết bẩn chưa? Đã cẩn
thận không làm vết bẩn lan ra
chỗ khác không?

Khi con làm chưa tốt:

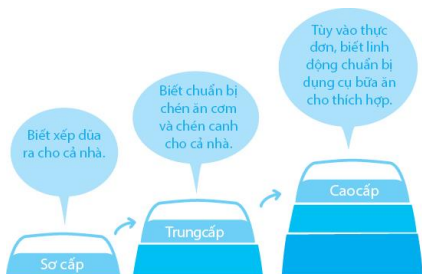
Hãy nhắc nhở con: “Con phải giặt
sạch vết bẩn, nếu khi thấy vết
bẩn nhạt màu mà con không giặt
nữa thì khi phơi khô các vết ấy sẽ
dậm lại đấy!”.

CHUẨN BỊ BỮA ĂN

• CÁCH BÀI TRÍ BÀN ĂN

Vừa suy nghĩ về từng thành viên trong
gia đình vừa dọn chén, dọn đĩa của mọi

người ra bàn ăn là cách nuôi dưỡng tình cảm và sự quan tâm đối với gia đình.



Dụng cụ bữa ăn cho gia đình: Khi chuẩn bị dụng cụ bữa ăn cho gia đình, hãy dạy con nghĩ đến từng thành viên để sắp xếp đủ chén dĩa.

Ngày nay, có nhiều gia đình sử dụng từng món như đôi dĩa, chén ăn cơm, chén canh là đồ dùng cá nhân, nên khi

giúp mẹ chuẩn bị bàn ăn cũng là lúc giúp con nhớ đến từng thành viên trong gia đình.



Dạy cách bài trí bữa ăn: Tại trường, những năm cuối cấp tiểu học trẻ sẽ được học cách bài trí bữa ăn, nhưng cha mẹ không nên cho rằng mình không cần quan tâm nữa vì “trước sau gì trẻ cũng được học ở trường”. Chính tại bàn ăn mỗi ngày của gia đình, khi hướng dẫn con làm việc thì con sẽ ghi nhớ nét văn hóa gia đình một cách tự nhiên.

Cách bài trí bàn ăn kiểu Nhật cơ bản là “một món canh, một món mặn”. Cơm thì để bên trái, món canh để bên phải. Đũa thì đặt phía tay phải. Món ăn thì đặt giữa chỗ để canh và cơm. Chỉ cần dạy

con nắm được nguyên tắc trên là đủ.

Ngoài ra, bày đĩa bên phía tay phải để mọi người có thể cầm đĩa lên bắt đầu bữa ăn ngay chứ không cần mất công đổi từ tay trái qua tay phải. Đây là cách hiểu và đặt đúng vị trí dụng cụ ăn uống mà trẻ cần ghi nhớ.

Nếu thực đơn là món Tây, hãy sắp xếp đĩa món ăn chính thì đặt ở giữa, bên trái là cơm hoặc bánh mì, chỉ cần dạy con nhớ kỹ nguyên tắc này là đủ. Ngoài ra, cũng có nhiều gia đình có thực đơn bữa ăn là: Cơm - Hamburger và canh, khi đó có thể xếp đặt món ăn chính theo hướng của chén canh để thuận tiện.



Những việc phải làm trước khi bài

trí bữa ăn: Việc chuẩn bị bàn ăn không chỉ đơn giản là sắp xếp chén, đĩa ra bàn, mà những món đồ trên bàn phải được dọn đi trước. Sau đó, hãy dạy con dùng khăn lau sạch bàn ăn trước khi sắp xếp chén đĩa, đồ ăn. Dù không thấy vết bẩn nào trên bàn cũng nên lau bàn trước, bữa ăn trên một bàn ăn bóng loáng, sạch sẽ giúp ngon miệng hơn nhiều. Nếu gia đình sử dụng khăn lót đĩa thì nhắc con kiểm tra sạch sẽ trước khi mang ra dùng.

Phục vụ bữa ăn là việc làm hàng ngày nên con sẽ dễ nhớ để làm.



Chú ý lau sạch cả bốn góc bàn khi lau bàn ăn.



Khi biết cách bài trí đồ ăn và đồ dùng ở nhà, con sẽ có thể tự tin biết cách ứng xử khi được mời dự tiệc.

Gợi ý công việc cho mục này:

Kiểm tra xem con đã bài trí món ăn đúng cách chưa? Có lau dọn bàn ăn sạch sẽ trước khi sắp xếp đồ ăn?

Khi con làm chưa tốt:

Hãy nói với con, “Nếu con không chuẩn bị tốt thì chúng ta sẽ không có một bữa ăn ngon”. Dạy con biết việc giúp đỡ việc nhà là quan tâm đến tất cả các thành viên trong gia đình. Ngay cả việc bài trí bữa ăn, nếu con không hoàn thành thì cả nhà sẽ không thể ăn cơm ngon miệng được.

• DỌN THỨC ĂN RA

Cách bài trí món ăn có thể tạo cảm giác ngon mắt và

ngon miệng cho cả gia đình. Điều này

cũng liên quan tới khả năng biết suy nghĩ đến cảm giác của người khác.



Ăn ngon là niềm vui: Hương vị thức ăn chắc chắn không bao giờ thay đổi chỉ vì cách bài trí đồ ăn, nhưng nếu bày thức ăn ra đĩa một cách đẹp mắt thì mọi người sẽ thưởng thức bữa ăn ngon miệng hơn.

Cách bài trí đồ ăn đẹp mắt cũng thể hiện

cái tâm của người chế biến món ăn.

Chúng ta không thể trang trí món ăn kỳ công và tinh vi đến mức đáng ngạc nhiên như ở nhà hàng, nhưng chúng ta có thể bài trí đơn giản đẹp mắt bữa ăn ở nhà để mỗi thành viên trong gia đình được thưởng thức bữa ăn trọn vẹn hơn.

Ngoài ra, khi đi ăn nhà hàng, có thể mỗi người sẽ chọn một món ăn yêu thích riêng của họ, còn khi nấu ăn ở nhà, mẹ phải suy tính sao cho phù hợp với sở thích của tất cả mọi người và cùng bày ra một đĩa lớn. Dạy con biết chia sẻ với người khác từ bữa ăn gia đình thường ngày cũng là một cách hay để rèn luyện tâm tính của con.

Ngày nay, việc giáo dục ăn uống cho trẻ

rất quan trọng. Giáo dục ẩm thực cho trẻ không đơn giản chỉ là dạy trẻ ăn gì hay ăn với ai, mà còn phải dạy cho trẻ cách ăn và cách trang trí món ăn theo từng phong cách.



Nguyên tắc bài trí món ăn: Nguyên tắc cơ bản bài trí món ăn là theo nguyên tắc 2/3. Tức là, không nên lấy đầy cơm và thức ăn vào chén, đĩa mà chỉ nên lấy một lượng 2/3 để không cảm giác nặng mắt và việc cầm nắm, bung bê cũng dễ dàng hơn.

• **Đối với cơm:** Bới một lượng cơm vừa đủ, không bới quá nhiều, cũng không quá ít. Không nén chặt cơm xuống mà nên xới tơi cơm. Sau khi bới cơm, đặt vá xuống và đưa cơm cho người nhận bằng

hai tay để thể hiện sự lễ phép, tôn trọng.

- **Đối với canh:** Múc canh lưng chừng chén, không mức quá đầy tránh tình trạng rơi đổ. Mức đầy đủ và cân bằng các nguyên liệu (rau, thịt,...) vào chén.

- **Đối với đồ ăn:** Lấy một lượng vừa đủ, khoảng 2/3 đĩa. Rau mùi và rau trang trí thì trang trí lên trên hoặc đặt một bên đĩa thức ăn.

- **Đối với món cá:** Phần đầu đặt quay về bên trái, phần đuôi quay về bên phải. Cá đã xẻ ra hai mặt rồi thì đặt phần da lên trên.

Trang trí món ăn thật ngon mắt để cả nhà thưởng thức.



Xếp các đĩa đồ ăn và cơm canh cân bằng, hài hòa màu sắc để tạo cảm giác ngon miệng khi ăn.

Gợi ý việc làm cho mục này:

Kiểm tra xem con đã bài trí thức ăn đẹp mắt chưa.

Đậy nắp nồi hoặc ấm đun nước lại sau khi múc cơm, thức ăn hay rót nước.

Khi con làm chưa tốt:

Hãy dạy con cách bài trí thế nào để con “ăn cảm thấy ngon”. Chính con có cảm giác đẹp mắt và ngon miệng thì mọi người cũng sẽ được thưởng thức bữa ăn tuyệt vời đó.

• DỌN RỬA CHÉN BÁT

Nếu biết cách dọn chén bát thì việc rửa

chén cũng dễ dàng, nhanh chóng và tiết kiệm hơn. Đó là cách rèn luyện cho con khả năng lên kế hoạch làm việc.



Bắt đầu từ chén bát của chính mình: “Tự rửa chén bát của mình” là một trong những việc con có thể làm giúp đỡ gia đình khi còn nhỏ. Việc tự dọn dẹp chén bát là công việc căn bản được giáo dục từ khi trẻ bước vào mẫu giáo. Nếu trẻ có thói quen biết rửa chén đĩa thì gia đình đã có một đứa con giỏi

giang luôn có ý thức biết giúp đỡ cha mẹ rồi.

Khi con dọn dẹp chén đĩa đồ ăn vặt, mẹ hãy nhờ con thật nhẹ nhàng “nhân tiện con rửa chén đĩa giúp mẹ luôn nhé!”. Đối với trẻ trên dưới 3 tuổi, chắc chắn con sẽ vui vẻ muốn làm thử. Nếu lo lắng trẻ có thể làm vỡ chén đĩa, cha mẹ hãy chỉ dạy cẩn thận rồi để cho con tự làm chứ đừng chen ngang dù bằng lời hay bằng tay. Con có thể làm rơi đồ một hai lần, nhưng sau đó con sẽ dần dần quen việc và tự biết cách cầm nắm chén đĩa cho đúng cách.

Dù mất nhiều thời gian và làm việc với tinh thần vừa làm vừa chơi, nhưng chỉ cần con biết rửa ly, đĩa của mình thì con

sẽ tự tin có thể đảm đương được nhiều việc khác nữa. Từ đó, con dần dần biết rửa chén đĩa cho cả nhà và còn có thể làm công việc khác như khi mẹ rửa chén thì cầm khăn đứng bên cạnh lau khô rồi cất vào tủ.



Cách dọn chén bát: Nguyên tắc cơ bản của việc rửa chén đĩa là không dây đồ dơ từ chỗ này qua chỗ khác. Thông thường, chỉ có mặt trên của chén đĩa là dính vết dơ, đừng để các vết dầu mỡ hay đồ ăn thừa dây xuống mặt dưới chén đĩa, sẽ tốn công sức và nước rửa nhiều hơn để rửa sạch.

Ở nhà hàng, vì yêu cầu dọn rửa nhanh để phục vụ khách hàng nên chén đĩa được chồng chất một hàng cao trước khi

rửa, còn ở nhà thì không gian giữa bếp và bàn ăn rất gần nên cha mẹ hãy dạy con không chồng bát đĩa dơ lên nhau khi dọn bàn. Kể cả chén ăn cơm hay đĩa nhỏ đựng món ăn phụ không dính bẩn cũng không nên chồng cao lên nhau, tránh gây đổ bể khi dọn dẹp. Thà “chậm mà chắc” còn hơn “dục tốc bất đạt”.

Cách rửa: Lên kế hoạch tốt bao nhiêu thì tiết kiệm được nước và chất tẩy rửa bấy nhiêu.

- Đồ thức ăn thừa và dùng khăn giấy nhà bếp lau dầu mỡ còn sót lại trên chén đĩa.
- Rửa sơ qua chén đĩa dưới vòi nước chảy.
- Đánh bọt chất rửa chén trên miếng mút

rồi rửa từng chiếc chén đĩa một.

- Xả sạch bọt nước rửa chén từng chiếc chén đĩa một.
- Xả trôi sạch bọt nước rửa chén trong bồn.
- Cẩn thận sắp xếp chén đĩa vào ngăn cất.

Cách rửa chén đĩa sau khi dùng thức ăn.



1 Dùng khăn giấy nhà bếp lau dầu mỡ còn sót lại



2 Rửa sơ dưới vòi nước



3 Đánh bọt miếng bọt biển bằng nước rửa chén



4 Rửa chén đĩa bằng miếng bọt biển



5 Rửa sạch bọt dưới vòi nước

Gợi ý việc làm của mục này:

Kiểm tra xem con còn để sót vết bẩn nào không? Nhắc con khi làm, tránh gây ra tiếng kêu loảng xoảng.

Khi con làm chưa tốt thì:

Động viên con: “Nhờ con làm cùng nên mới xong nhanh đó con à!”. Việc dọn dẹp sau bữa ăn tốn khá nhiều công sức, mỗi người góp một tay cùng làm thì sẽ xong việc nhanh hơn.

• LAU VÀ CẮT CHÉN ĐĨA

Nếu cùng dọn dẹp chén đĩa sau bữa ăn thì công việc sẽ hoàn thành nhanh hơn. Đó cũng là cơ hội giúp con trải nghiệm tinh thần “làm việc nhóm”.





Anh em cùng làm việc nhà: Đối với gia đình có nhiều anh chị em thì việc dọn dẹp sau bữa ăn là cơ hội tốt để mọi người cùng nhau làm việc. Tùy vào từng gia đình mà có nhiều kiểu chia nhóm làm việc khác nhau như: cha phụ trách rửa chén, anh lau, còn em thì sắp xếp vào tủ; hoặc chị làm nhiệm vụ rửa chén, em lau chén và mẹ sắp xếp.

Ngay cả khi gia đình đến thăm nhà họ hàng, hãy nhắc nhở con cùng phụ giúp một tay công việc nhà, ví dụ như chị lớn nhà mình rửa chén đĩa, em trai giúp lau chén, còn con trai nhà bác thì sắp xếp vào tủ,... Nhờ có cơ hội cùng nhau làm việc giúp thế này, anh chị em họ hàng có sự quan tâm qua lại, khi đó tình cảm sẽ khăng khít, thân thiết hơn.



Cách lau chén đĩa: Tay phải (tay thuận) cầm khăn lau, tay trái cầm chén đĩa. Tay phải kẹp cái khăn hờ lên chén đĩa, lấy tay trái xoay nhẹ chén đĩa, khi đó chén đĩa sẽ được lau sạch một cách tự nhiên. Vì dùng lực tay trái để xoay chuyển chén đĩa nên phải cân nhắc độ tuổi con có thể làm công việc lau chén bát. Nếu con không thể cầm chắc chắn và vừa tay chén đĩa, thì con chưa thích hợp làm công việc này. Ở độ tuổi mẫu giáo, con có thể cầm được cái ly hoặc cái đĩa cỡ nhỏ, và khoảng lớp 3 lớp 4, con đã có thể lau được loại tô đĩa cỡ lớn.



Cách sắp xếp chén đĩa: Nếu không cẩn thận, con có thể làm đổ vỡ chén đĩa khi sắp xếp số lượng nhiều. Vì thế, hãy

dạy con biết:

- Cầm nắm bằng hai tay.
- Không chồng chén đĩa lên nhau quá nhiều, dù cùng chủng loại và kích thước.
- Sắp xếp chén đĩa về chỗ cũ (nếu không biết thì hỏi mẹ).
- Nếu cần xếp chén đĩa vào bên góc trong tủ, trước tiên lấy đồ đạc phía trong ra ngoài bằng hai tay, sau đó cất chén đĩa vào góc trong tủ rồi cầm hai tay trả đồ vừa lấy ra về chỗ cũ.
- Không nên xếp chồng cao quá trong tủ chén. Nếu cảm thấy chồng chén đĩa bị nghiêng hoặc kênh, hãy hạ xuống và xếp lại.

- Sắp xếp đĩa và dao kéo xuôi cùng hướng với nhau.
- Hạn chế gây ra tiếng động loảng xoảng. Cha mẹ nhớ dặn dò con nên để chén đĩa ráo nước và lau thật khô trước khi cất vào tủ nếu không sẽ gây ra nấm mốc.

Cầm nắm chén đĩa một cách nhẹ nhàng, cẩn trọng.



Khích lệ anh em trong gia đình cùng nhau rửa, lau và cất chén đĩa.



Khi sắp xếp chén đĩa trong tủ, nhắc con cầm bằng hai tay và xếp nhẹ nhàng từng chồng nhỏ vừa phải.

Gợi ý việc làm của mục này:

Nhìn xem con có cẩn thận nhẹ nhàng không làm trầy xước chén đĩa không? Có lau khô mặt sau chén đĩa chưa?

Khi con làm chưa tốt:

Nếu có bất mãn trong lúc phân chia công việc, anh chị em phân bì người này làm ít hơn, người kia làm nhiều hơn thì cha mẹ hãy đứng ra phân công lại cho hài hòa.

CÁCH NẤU ĂN

• THIẾT KẾ THỰC ĐƠN

Khi suy nghĩ về thực đơn, phải biết liên kết tổng hợp nhiều yếu tố khác nhau để có một thực đơn phù hợp với tất cả thành viên trong gia đình. Điều này cũng tập cho con khả năng quan sát cuộc sống xung quanh.



Thiết kế thực đơn là biết quan tâm, suy nghĩ cho gia đình: Lên thực đơn bữa ăn gia đình hoàn toàn khác với

việc gọi món ăn khi đi nhà hàng. Việc thiết kế thực đơn không những dạy trẻ không chỉ biết nghĩ đến món ăn yêu thích của mình mà còn quan tâm đến những thành viên khác trong gia đình và nhiều yếu tố khác nữa.

Ở bậc tiểu học, trẻ đã sớm được tiếp xúc với những bài học về dinh dưỡng. Có nhiều trẻ suy nghĩ theo khuynh hướng trực quan - thú vị, như: “Thực đơn hôm nay nhiều màu vàng (nhiều thành phần bột glu-xit)* nhỉ!”.

** Theo giáo trình dành cho học sinh ở Nhật, dinh dưỡng được phân thành ba nhóm: nhóm màu Vàng, nhóm màu Đỏ và nhóm màu Xanh, tương đương ba nhóm chất dinh dưỡng cần thiết cho hoạt động và sự phát triển của cơ thể*

con người - dẫn theo Sách giáo khoa Khoa học về gia đình lớp 5 & 6, trang 40 - Nd.

Chính những lúc như thế nếu cha mẹ hỏi: “Chất dinh dưỡng là phần nhiều màu vàng hả con?” hoặc “Con có thấy thực đơn hôm nay có gì đặc biệt không?”, v.v... thì chắc hẳn trẻ sẽ tự mình có những suy nghĩ liên quan như: “Ngày hôm qua món mình ăn là bí ngô”, hoặc “Cá Sama là loại cá chỉ có trong mùa thu mà thôi”, và “Cha không ăn được món nắm rơm cho nên không bỏ nắm rơm vào đĩa của cha”, v.v...



Giáo dục phương pháp tư duy: Thông thường mẹ luôn có sẵn những “thực đơn tủ” của riêng mình.

Khi đó, hãy chia sẻ với con: “Mẹ đã thiết kế ra thực đơn như thế này, con xem được không?”. Việc lên thực đơn thường theo những tiêu chuẩn sau:

- Cân bằng dinh dưỡng. Thức ăn nên xoay quanh các món phổ biến nhất gồm: Thịt – cá – rau.
- Cân nhắc về yếu tố sức khỏe của gia đình: Ví dụ, nếu trong nhà có người bị cảm thì nấu món súp nóng,...
- Cân nhắc về món ăn yêu thích của cả nhà. Sắp xếp và chia đều các món ăn yêu thích của mỗi thành viên trong gia đình vào thực đơn mỗi ngày mỗi khác.
- Cân nhắc yếu tố thời tiết (thực đơn theo mùa): Không phải lúc nào con cũng

chỉ nên chăm chăm việc học không thôi, mà hãy **dạy con lối sống biết tận hưởng món ăn ngon theo mùa.**

- Cân nhắc về thời gian chế biến món ăn: Có những ngày bận rộn, không có nhiều thời gian chuẩn bị nguyên liệu cho món ăn thì hãy cân nhắc một thực đơn phù hợp.



Cùng bàn bạc với con: Cha mẹ hãy nhớ khi bàn bạc với con, phải biết lắng nghe và tôn trọng ý kiến của con. Khi con đề xuất món ăn, nếu đó không phải món ăn phù hợp nhất, cha mẹ cũng không nên bác bỏ. Vì trẻ không suy nghĩ được mọi yếu tố một cách tổng quát, nên cha mẹ hãy đưa ra những sự lựa chọn cho con chọn, ví dụ như: “Mẹ thì đang

cân nhắc giữa món lẩu và món cá nướng, con thấy thế nào?”.

Dạy cho con biết cách quyết định thực đơn bữa ăn của gia đình.



Thảo luận thực đơn với con sẽ tạo hứng thú cho con trong việc giúp mẹ bài trí và chế biến món ăn.

Thực đơn hôm qua là gì?



Thực đơn nào sẽ thích hợp với mùa này?



Món ăn nào phù hợp với sở thích của cả gia đình?



Gợi ý công việc ở mục này:

Hãy hỏi con ở siêu thị có thể tìm thấy nguyên liệu cho món ăn không? Chất lượng và giá cả của thức ăn có phù hợp? Con đã cân nhắc khẩu vị cho cả nhà chưa?

Khi con làm chưa tốt:

Hãy dặn dò con cân nhắc thực đơn phù hợp với khẩu vị của tất cả thành viên trong gia đình để mọi người có thể thưởng thức trọn vẹn bữa ăn cùng nhau.

• CHUẨN BỊ CHẾ BIẾN MÓN ĂN

Sử dụng dao là một việc vừa nguy hiểm vừa đầy thách thức. Nếu đã quen rồi thì học sinh tiểu học cũng có thể sử dụng dao được. Hãy tạo cơ hội cho trẻ trải qua cảm giác khoan khoái khi vượt qua một công việc thử thách.



Giúp đỡ mẹ nấu ăn: Hầu như mọi đứa trẻ đều có xu hướng thích sử dụng dao khi nghĩ đến việc phụ giúp mẹ nấu ăn. Dù cũng rất thích sử dụng kéo, con trẻ vẫn luôn bị thu hút bởi những công việc dùng dao để cắt, gọt...

Khi con muốn thử, cha mẹ hãy chuẩn bị mọi thứ thật an toàn, hướng dẫn con kỹ càng trước khi để con bắt tay vào việc sử dụng dao cắt rau củ. Cũng có những

trường hợp con chỉ muốn đùa nghịch với đồ ăn, nên sau khi cắt vài đường chán chê rồi bỏ cuộc. Như vậy, không phải con đang giúp mẹ mà đang bày bừa thêm việc cho mẹ. Lúc đó, hãy nhẹ nhàng chỉ dẫn con cách cắt rau củ từng miếng nhỏ để phụ giúp công việc nấu ăn của mẹ được nhanh chóng và dễ dàng hơn.

Nếu con biết lau rửa sắp xếp đồ dùng nhà bếp sau khi dùng xong thì thật đáng khen. Nếu con không muốn dùng dọn dẹp mọi thứ thì hãy nói với con:

“Ngày mai chúng ta làm tiếp nhé” rồi bảo con dừng lại.



Con tự chuẩn bị: Nếu con hoàn

thành công việc như trông đợi của cha mẹ thì con đã là một trợ thủ đắc lực cho cha mẹ trong công việc nhà bận rộn này rồi. Hãy khuyến khích con tiếp tục phát huy. Con có thể giúp chuẩn bị những việc sau:

- **Gọt vỏ rau củ:** Vào những năm đầu cấp tiểu học, con đã có thể thao tác với dao để gọt cà rốt hoặc khoai tây. Cha mẹ hãy hướng dẫn cho con cách cầm và sử dụng dao. Mới đầu, mẹ hãy cầm tay con vừa làm vừa chỉnh sửa, giải thích từ từ rồi giao hẳn cho con tự làm. Bàn tay nhỏ bé của con cũng rất hữu dụng với việc bóc vỏ củ hành hay tách vỏ đậu,... Trong khi nấu ăn, để không mất tập trung, tôi thường nhờ con giúp bóc tỏi.

- **Cắt tỉa rau củ:** Nếu con đã quen dùng

dao rồi, cha mẹ có thể yên tâm giao cho con cắt cà rốt hay khoai tây thành từng miếng phù hợp với từng món ăn. Con cũng có thể cắt theo hình dài và mỏng. Khi đã thật sự quen việc, cha mẹ hãy cho con “thử thách” cảm giác cắt lát củ hành tây, hoặc thái quả dưa leo thành những miếng mỏng vừa miệng ăn.

• **Mở bao/hộp đựng thức ăn:** Nhờ con mở hộp sữa, hộp cà-ri, gói súp,... sẽ giúp ích rất nhiều cho cha mẹ vốn đang bận tay nấu ăn.

Dùng dao cẩn thận sẽ không gây nguy hiểm.



Dùng các ngón tay trái khum tròn lại ấn
lên rau củ và cắt bằng tay phải (tay thuận)

Có nhiều cách cắt thái rau củ,
hãy tập cho con quen với từng cách khác nhau:



cắt theo
kiểu tự do



cắt theo
hình múi cam



cắt theo
hình tam giác



cắt theo
hình tròn

Gợi ý cách làm cho mục này:

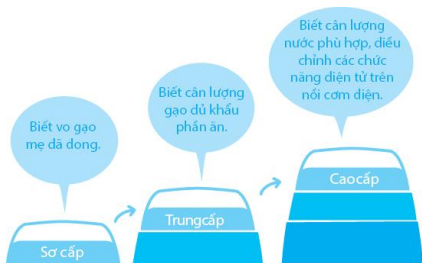
Kiểm tra xem con cầm dao đã đúng cách chưa, tay trái đã giữ chặt rau củ chưa? Sau khi cắt xong, con có dọn vỏ và cắt dao thốt gọn gàng không?

Khi con làm chưa tốt:

Sau khi đã hướng dẫn kỹ càng và chuẩn bị mọi thứ an toàn cho con, hãy để con tự sử dụng dao, đừng tập trung nhìn hay chen ngang khiến con lóng ngóng, gây nguy hiểm. Hãy để con làm một cách tự nhiên, dần dần con sẽ thành thục việc sử dụng dao để chuẩn bị thức ăn.

• NẤU CƠM

Nấu cơm là bước cơ bản và quan trọng nhất của công việc chuẩn bị bữa ăn. Việc tự con có thể chuẩn bị bữa ăn cho mình cũng giúp con thể hiện tính tự lập.



Việc biết nấu ăn và tính tự lập: Thử tưởng tượng một ngày con bạn sống xa gia đình, bắt đầu cuộc sống tự lập nhưng không biết nấu ăn thì sẽ khó khăn thế nào? Tuy rằng ngày nay nhiều người chọn ăn uống ở ngoài vì dễ dàng nhanh chóng tìm được các cửa hàng cơm hộp hay thức ăn nhanh khắp mọi nơi. Nhưng nếu ăn uống bên ngoài nhiều, cơ thể sẽ không đầy đủ chất dinh

duỡng và tinh thần cũng trở nên chán nản, mệt mỏi. Vì vậy, việc biết nấu ăn có liên quan mật thiết đến tính tự lập.

Nếu con không đủ khả năng để chuẩn bị hết một bữa ăn thì việc biết vo gạo nấu cơm phụ giúp khi mẹ đang bận rộn tay chân cũng giúp ích mẹ rất nhiều rồi. Khi cha mẹ có công việc đột xuất phải về nhà trễ, nếu con biết nấu cơm và lấy đồ hộp trong tủ lạnh ra ăn tạm một bữa, cha mẹ sẽ không cần quá lo lắng và yên tâm hoàn thành tốt công việc. Điều đó có ý nghĩa rất lớn với cha mẹ. Vì vậy, hãy dạy con biết cách nấu một nồi cơm ngon ngay từ khi con còn nhỏ.



Cách vo gạo và cân đo lượng nước khi nấu: Vo gạo giúp rửa sạch phần bột

cám, bụi bẩn và làm cho nước thẩm thấu vào tim hạt gạo khi nấu. Ngay cả ở những gia đình không nấu cơm thì cũng nên lấy gạo sạch để luyện tập cho trẻ biết cách vo gạo nấu cơm. Vì cơm do tự mình nấu là cơm ngon hơn cả.

- **Cách cân đong gạo khi nấu:** Dùng ly để đong lượng gạo cần nấu. Dù nồi cơm điện có chức năng hâm nóng cơm nhưng hãy dặn dò con chỉ nên cân đong lượng gạo vừa đủ ăn trong một bữa. Như vậy, cả gia đình vừa được ăn cơm nóng hôi thơm ngon, vừa có thể tiết kiệm chi phí điện năng.

- **Nhanh tay vo gạo trong hai nước đầu:** Gạo khô nên rất hút nước, vì vậy hãy nhanh tay khuấy nhẹ trong khoảng thời gian ngắn sau đó gạn nước trắng

đục đi.

- **Qua lần thứ ba:** Nếu dùng lòng bàn tay vo đều gạo để gạo xuất hiện những đường nứt nhỏ thì khi nấu gạo sẽ nở.

- **Cài đặt nồi:** Lau khô mặt ngoài nồi trước khi nấu, giúp nồi cơm sử dụng lâu bền hơn.

- **Canh lượng nước khi nấu:** Tùy vào khẩu vị mỗi gia đình thích cơm khô hay dẻo mà canh lượng nước khi nấu cơm.

Lần đầu nấu cơm:

1



Dùng ly để
đong lượng
gạo vừa đủ.

2



Cho nước
vào và vo
lần đầu.

3



Gạn nước đục
rồi cho nước vo
gạo lần thứ hai.

4



Gạn nước đục
và cho nước vo
gạo lần thứ ba.

5



Canh lượng nước thích
hợp rồi bỏ vào nồi cài
đặt chương trình nấu.

6



Bới cơm nóng
và ngon
ra chén.

Gợi ý việc làm ở mục này:

Xem con đã vo gạo cho đến khi nước hết bắn đục chưa? Nhớ nhắc con không vo mạnh tay quá khiến gạo vỡ vụn và mất hết chất dinh dưỡng.

Khi con làm chưa tốt:

Nói với con, "Hãy vo gạo mà tạo ra thanh âm nhịp điệu thử xem!". Nếu con có thể tạo ra thanh âm theo nhịp điệu sạt sạt thì đã biết cách sử dụng lòng bàn tay một cách thành thạo.

• NẤU CANH MISO

Nấu canh Miso là bước sơ cấp của việc nấu ăn. Nếu không biết cách làm việc có kế hoạch, ta sẽ không thể nấu một chén canh Miso ngon.



Suy nghĩ lên kế hoạch: Canh Miso là một món bình dân nhưng là một bài học thực hành tốt cho việc chuẩn bị các bước làm việc theo đúng trình tự.

Vậy chuẩn bị theo một trình tự như thế

nào để lên kế hoạch nấu món ăn ngon đây? Đầu tiên, trong lúc con giúp đỡ mẹ làm việc này, việc kia, cha mẹ phải giúp con ghi nhớ tổng thể các điều mẹ làm. Đồng thời dạy con biết đầy đủ các nhóm nguyên liệu thành phần như: rong biển, đậu phụ, gừng, v.v...

- **Nấu tinh lọc súp:** Canh đủ lượng nước cho vào nồi, cho cá mòi khô vào rồi mới mở bếp lên. Nên bỏ phần đầu và phần ruột của cá đi để khi nấu nước súp không bị đắng. Khi nồi nước bắt đầu sôi sủi tăm thì cho khô cá ngừ thái nhỏ vào, khi nước sôi sùng sục thì tắt lửa đợi cho khô cá ngừ lắng xuống, rồi lọc xác cá qua một cái rá, sau đó đổ lại nước súp vào nồi.

- **Trong khi nấu tinh lọc súp thì chuẩn**

bị đầy đủ các nguyên liệu khác: Cắt sẵn các loại nguyên liệu, rau màu cắt nhỏ bỏ ra đĩa.

• **Sau khi nấu tinh lọc nước súp xong rồi thì cho tất cả các thứ vào:** Ninh nước súp thời gian dài và cho hết các nguyên liệu vào: Khoai và cà rốt thì cho vào sớm, đậu hủ và rong biển thì chỉ nấu nhanh qua lửa là vừa.

• **Tắt lửa và khuấy súp:** Nếu bỏ gói súp vô một lần mà đem ra dùng thì phần nhiều là sẽ bị mặn, còn nếu thêm nước vào cho nhạt bớt thì vị sẽ không ngon. Cho nên để vị súp ngon thì lần đầu vừa khuấy vừa nếm, nếu thấy còn nhạt thì cho thêm gói súp vô lần hai. Nhắc con rằng sau khi đã cho gói súp vô rồi thì

không đun sôi sủi bọt nổi trên lửa nữa. Điều đó không những làm cho canh Miso mất mùi thơm mà còn làm vỡ đậu hủ, làm như nát cà rốt, củ cải. Chỉ ngay trước khi múc ra bàn ăn thì đun cho sôi sủi bọt lại lần nữa, sau đó tắt lửa và cho rau mùi vào.



Thao tác liên quan đến lửa: Trong lần đầu tiên cho con làm, mẹ phải nhắc nổi ra khỏi bếp khi hòa tan gói súp hay khi múc canh ra, v.v... Cần thận chú ý an toàn thì sẽ không có nguy hiểm bị phỏng.

Trường hợp sử dụng bếp từ thì cứ để nổi trên bếp cũng không sao. Nếu dùng bếp ga thì các bộ phận cái kiềng làm bằng kim loại có thể gây ra phỏng nên phải

chú ý cẩn thận. Đồng thời, vì con còn nhỏ nên trong trường hợp cần dùng đũa, muỗng múc thức ăn trong nồi thì hãy dạy con đứng trên ghế một cách an toàn.

Cùng nấu món canh Miso:



1

Cho nước và
gói súp vào
bật lửa lên



2

Nước sôi sủi
bọt thì cho khô
cá ngừ vào



3

Tắt lửa
và lọc nước súp.



4

Cho nước súp
đã lọc vào nồi



5

Đun nổi sôi lại
và cho hết các
nguyên liệu vào



6

Khi súp đã hòa
tan thì món canh
hoàn thành.

Gợi ý việc làm cho mục này:

Kiểm tra xem dung dịch súp Miso đã hòa tan đều chưa? Con đã biết cách phối hợp các thành phần nguyên liệu phù hợp với nhau khi nấu hay chưa?

Khi con làm chưa tốt:

Nhắc con "Hãy hòa gói súp làm hai lần". Nếu nếm nhiều lần thì cảm giác vị giác không còn nhạy, cho nên hãy nhắc con hòa gói súp vô lần đầu và nếm, cho thêm lần hai và nếm để xác nhận lại.

• LÀM MÓN TRỨNG CHIÊN

Tự mình nấu món ăn thông thường sẽ giúp trẻ tự tin hơn khi bước chân ra cuộc sống bên ngoài.



Món ăn cơ bản: Trứng chiên là món ăn cơ bản thường ngày của mọi gia đình. Nếu trẻ làm tốt món trứng chiên thì việc giao cho trẻ tự lo buổi cơm chiều vào những ngày cha mẹ bận rộn không phải là việc xa vời. Cha mẹ hãy làm cùng con rồi dần dần giao cho con tự làm. Chắc chắn một ngày nào đó, con sẽ có thể chuẩn bị cho cả nhà một bữa ăn thật ngon. Những lúc cha mẹ bận rộn

hay về nhà muộn, con cũng có thể xoay sở được. Một bữa ăn nhẹ gồm trứng chiên và xúc xích tốt cho sức khỏe hơn nhiều so với việc cho vào bụng đói chỉ toàn bánh kẹo và bánh snack.



Bắt đầu từ việc đập trứng đúng cách: Trẻ rất thích đập trứng vào tô rồi đánh lên, giống như chơi đồ hàng. Trẻ sẽ cảm thấy thích thú khi tự mình đập quả trứng vào tô hay khi thưởng thức món trứng chiên vàng rộm thơm ngon do chính tay mình làm. Đối với món trứng chiên, nếu con làm vỡ phần lòng đỏ khi đập trứng cũng không sao cả. Sau vài lần thực hành, con sẽ tự nhiên học được bí quyết canh lửa và nêm gia vị vừa đủ để nấu được món trứng chiên đẹp mắt và ngon miệng.

Cách làm trứng chiên:

- Đập quả trứng vào bát, cho gia vị và hành theo khẩu vị vào rồi đánh nhẹ. Ngừng tay khi phần lòng trắng và lòng đỏ tan đều vào nhau.
- Đặt chảo lên bếp, bật lửa lên và cho dầu vào, đợi dầu nóng thì cho trứng vào. Chiên đến khi trứng chín vàng, chú ý không để bị cháy dính chảo. Khi con bắt tay vào làm lần đầu tiên, cha mẹ đừng quá quan trọng vấn đề ngon hay dở, mà hãy chú ý đến vấn đề an toàn cho con.
- Khi lớp mỏng trên bề mặt bắt đầu đông lại, dùng đũa và xẻng lật để gập trứng lại làm hai hoặc làm ba. Khi con làm lần đầu tiên có thể chưa thành thạo thao tác này, nhưng điều này cũng không sao, tập

cho con làm dần dần thành thói quen và dù trứng có bị bể một chút cũng không ảnh hưởng gì đến mùi vị thơm ngon của món ăn.



Chú ý để không bị bỏng: Nhắc nhở con xắn tay áo và mặc tạp dề gọn gàng để tránh việc bắt lửa. Trong trường hợp lửa cháy lan ra phạm vi rộng lên đầu, lên mặt, dặn con đừng cố cởi quần áo ra mà chạy nhanh đến vòi nước gần nhất xả nước vùng lửa bị lan và gọi cấp cứu.

Cùng thử làm món trứng chiên:



1

Đập trứng vào tô



2

Cho gia vị vào
khuấy đều



3

Cho dầu vào chảo
và bật lửa lên



4

Đổ dung
dịch trứng đã
đánh đều vào



5

Khi lớp trứng trên
bề mặt bắt đầu
đông thì dùng
dũa gấp và trở
mặt trứng



6

Dùng dũa gấp
phần bên trong
và trở mặt
chiên một lần
nữa là xong.

CHA MẸ NÊN QUAN SÁT NHƯ THẾ NÀO KHI CON GIÚP

Gợi ý công việc cho mục này:

Kiểm tra con đã làm nóng chảo trước khi đổ trứng vào chưa? Dù hình thức miếng trứng chiên bị vỡ chút ít cũng không sao.

Khi con làm chưa tốt:

Vừa làm mẫu vừa hướng dẫn con tay trái cầm xẻng lật và tay phải cầm dũa từ từ lật và cuộn trứng lại.

CHA MẸ NÊN QUAN SÁT NHƯ THẾ NÀO KHI CON GIÚP LÀM VIỆC NHÀ?

Quan sát khác với theo dõi: Có lẽ các

bậc cha mẹ cũng đã biết phương pháp quan sát con đúng cách. Khi ở gần trông chừng con làm, cha mẹ không nên nói những câu mệnh lệnh, hỏi thúc mà hãy để con tự mình xử lý, hoàn thành công việc.

Vì lịch trình bận rộn nên cha mẹ không phải lúc nào cũng có thể sắp xếp thời gian để trông chừng con. Do đó, cha mẹ hẳn sẽ cảm thấy lo lắng, không yên tâm khi giao bất cứ công việc nhà nào cho con. Những lúc đó, cha mẹ hẳn sẽ có suy nghĩ “chắc con chưa làm được đâu” hoặc “mình làm còn nhanh và khỏe hơn”. Từ đó, có những trường hợp theo dõi con quá sát sao làm con không tự nhiên hoàn thành tốt công việc được giao.

Nếu cha mẹ có nhiều thời gian ở bên con cũng đừng nên can thiệp vào việc của con. Hãy tin tưởng và để con tự mình hoàn thành công việc.

Những câu nói “cấm kỵ” khi dạy con: Cha mẹ thường có khuynh hướng vô tình thốt ra những câu: “Thà để mẹ làm còn nhanh hơn”; “Mẹ làm thì không cần lo lắng thế này rồi”; “Mẹ không nỡ để con làm công việc nặng nhọc thế này”; “Con chưa làm được, con còn nhỏ lắm”; “Con còn con nít, chưa biết gì cả”; “Phải nói bao nhiêu lần con mới hiểu đây?”,...



Vì cha mẹ vừa bận bịu công việc vừa phải dạy con làm việc nhà nên sẽ có lúc mất bình tĩnh khi con làm không tốt. Nhưng ngay cả với người lớn, muốn làm việc gì thuần thục cũng cần nhiều thời gian làm quen và thực hành, vậy nên đối với con trẻ, cha mẹ càng cần kiên nhẫn. Nếu cha mẹ không muốn con mất đi sự tự tin và cảm hứng làm việc thì tuyệt đối

đừng buông những lời trách móc, chỉ trích như vậy. Chỉ cần kiên nhẫn hướng dẫn con, khi con quen việc rồi thì cha mẹ không còn mất thời gian trông chừng nữa. Không những vậy, cha mẹ cũng đỡ vất vả hơn và cả gia đình có nhiều thời gian bên nhau hơn.

PHẦN 3: GIÁO DỤC CON BIẾT QUAN TÂM, CHIA SẺ - HÃY LÀM TỪNG VIỆC NHỎ VÌ GIA ĐÌNH

Quan tâm → Chia sẻ → Bảo dưỡng

Cha mẹ hãy dạy cho con biết để ý những việc nhỏ trong gia đình như biết thay đồ mới khi các đồ dùng hàng ngày sắp hết. Quan tâm những việc nhỏ để cho cuộc sống gia đình suôn sẻ, không bị gián đoạn là trách nhiệm của tất cả thành viên trong gia đình. Rèn luyện con thói quen biết suy nghĩ đến người sử dụng tiếp theo cũng là đang giáo dục con biết quan tâm, chia sẻ với mọi người xung quanh,

mà trước hết là những người thân yêu của con.



QUAN TÂM TỪNG VIỆC NHỎ TRONG NHÀ

Hãy luôn rèn luyện cho con thói quen biết giúp đỡ người xung quanh. Nếu con biết để ý những công việc nhỏ nhỏ hàng

ngày dưới đây thì cuộc sống gia đình sẽ
vô cùng vui vẻ, thoải mái:

7:00



Thức dậy, mở rèm cửa, đem báo cho cha.
(trang 112-114)

8:00



Khi đi học, tiện tay gom rác ra ngoài.
(trang 124)

15:00



Khi đi học về, nếu bị ướt mưa, tự mình xử lý đồ ướt.
(trang 133)

16:00



Vào phòng, sắp xếp dọn dẹp và gom rác bỏ
vào thùng rác.

18:00



Lấy báo và thư.
(trang 115)

19:00



Chuẩn bị bốn tấm nước nóng khi cha/mẹ đi
làm về.

21:00



Khi vào toilet làm vệ sinh cá nhân nếu thấy món
đồ nào dùng hết thì thay đồ mới vào.

Những công việc thử thách để dành
làm trong ngày nghỉ:

Thu gom và xử lý loại rác đặc biệt.
(trang 127)

Bảo dưỡng giày. (trang 130)

Bơm lốp xe đạp. (trang 136)

Rửa xe máy hoặc xe ô tô. (trang 139)



Những việc nhỏ nhất nhưng ý nghĩa lớn lao: Khi nói đến công việc nhà, người ta thường nghĩ đến việc nấu ăn, quét dọn, giặt giũ nhưng trong thực tế

cuộc sống, việc nhà còn gồm rất nhiều công việc nhỏ hơn thế.

Những công việc nhỏ nhất đóng vai trò chủ yếu để có một sống thoải mái hàng ngày. Những việc đơn giản như kéo rèm cửa khi thức dậy, rác trong thùng đầy thì đem ra ngoài và thay bao rác mới, thay thế những đồ dùng hàng ngày như xà phòng, kem đánh răng,... Những việc nhỏ nhất này không tốn nhiều công sức và thời gian, nhưng nếu con có ý thức để tâm làm những việc đó, cuộc sống gia đình sẽ vui vẻ thoải mái hơn.

Tuổi nhỏ làm việc nhỏ: Vai trò của con sẽ được phát huy khi con làm những công việc nhỏ nhất, đơn giản. Con cũng có thể giúp đỡ cha mẹ những công việc

phức tạp hơn như nấu ăn, quét dọn nhưng đặc biệt đối với những việc nhỏ, cha mẹ hãy mạnh dạn giao việc cho con. Dù chỉ là việc nhỏ nhưng nếu thực sự có ích cho cả nhà thì con sẽ rất hứng thú muốn làm.

Tận dụng thời gian ngắn ngủi ở nhà: Trong thời hiện đại ngày nay, không chỉ các bậc phụ huynh mà con cái cũng bận rộn hơn trước nhiều, nào là thời gian ở trường, thời gian sinh hoạt các hoạt động xã hội,... vì vậy, với lượng thời gian ít ỏi ở nhà, cha mẹ càng nên khuyến khích con làm những việc nhỏ như vậy. Mở rèm cửa chỉ mất một phút, đi lấy báo vào mất hai phút, vì không tốn quá nhiều thời gian nên dù có bị trễ giờ buổi sáng thì cha mẹ cũng nhớ

nhắc con: “Con làm xong việc của mình rồi hãy đi học nhé”.

NHỮNG VIỆC NHỎ TRONG ĐỜI SỐNG

• MỞ VÀ ĐÓNG RÈM CỬA

Việc có ý thức quan tâm gia đình mà làm những việc như buổi sáng mở rèm cửa ra, buổi tối đóng rèm cửa lại cũng giúp trẻ có niềm tin rằng mình là một thành viên hữu ích trong gia đình, từ đó củng cố lòng tự tin của trẻ khi bước chân ra ngoài trải nghiệm cuộc sống thực tế.



Để tất cả thành viên trong gia đình sống vui vẻ thoải mái: Cuộc sống hàng ngày của mỗi gia đình trôi qua vui vẻ và dễ chịu là nhờ mọi người cùng nhau “bắt tay làm việc”. Dù mẹ là người phụ trách phần lớn công việc nhà nhưng cha và các con cũng cần phụ giúp mẹ. Nếu tất cả mọi người đều có ý thức cùng nhau chia sẻ việc nhà thì bầu không khí vui vẻ, thoải mái sẽ luôn tràn ngập ngôi nhà.

Nếu một thành viên không có ý thức chia sẻ công việc nhà, người đó sẽ không hiểu được ý nghĩa thực sự của cuộc sống gia đình. Vì vậy, bầu không khí trong gia đình có thể sẽ nhạt nhẽo hoặc buồn bã. Gia đình không chỉ là những người cùng huyết thống, mà còn là nơi có những người yêu thương và sẵn lòng giúp đỡ, chia sẻ với nhau.

Những công việc nhà như nấu ăn dọn dẹp thường được người lớn làm hết, nhưng theo tôi, phân công cho con những công việc thích hợp là cách để con có thể cảm nhận được vai trò đóng góp của mình trong sự vận hành “bộ máy gia đình”.

Công việc đơn giản nhất giúp con có thể cảm nhận được niềm vui giản dị trong

cuộc sống gia đình hàng ngày là việc mỗi ngày hai buổi sáng tối mở và đóng rèm cửa! Sau khi thức dậy, căn phòng còn tờ mờ tối bỗng được tỏa sáng với ánh nắng ban mai rực rỡ, con sẽ cảm nhận được mình đã giúp cả gia đình bắt đầu một ngày mới tràn đầy năng lượng. Buổi chiều khi bên ngoài trời nhá nhem tối, đóng rèm lại con sẽ trực cảm không khí bình yên của ngôi nhà. Đó là lúc con cảm nhận mình đang làm những việc ý nghĩa cho gia đình.



Đóng cửa khi trời mưa: Hãy rèn luyện cho con thói quen đóng mở rèm cửa mỗi ngày hai buổi sáng tối. Hãy dạy con làm việc bằng cả tâm lòng, chăm chút để ý từng chi tiết: đóng mở rèm bằng cả hai tay một cách từ tốn, thay vì

giật mạnh; gài cánh cửa cẩn thận khi mở không để gió xô đẩy gây vỡ kính và gây tiếng ồn; đóng cửa cẩn thận, không để sót kẽ hở.

Từng việc làm nhỏ bé đó giúp mang lại bầu không khí tốt lành cho cả ngôi nhà, tràn đầy năng lượng vào sáng sớm và bình yên khi chiều tà. Không những vậy, giao cho con trách nhiệm đóng cửa trước khi đi ngủ cũng giảm bớt gánh nặng lo toan tất cả việc lớn nhỏ trong nhà của cha mẹ.

Đối với việc mở và đóng cửa che mưa cũng vậy, hãy giao cho con làm từng bước một rồi sau đó cha mẹ kiểm tra lại lần cuối. Khi đi du lịch về cũng vậy, hãy để con làm công việc mở toang cửa sổ để ngôi nhà thoáng mát.

**Bắt đầu một ngày tươi sáng và kết thúc một ngày trong
bình yên là một nhiệm vụ quan trọng.**



Hãy dạy con kéo mở rèm cửa thật nhẹ nhàng, cẩn thận kéo mở màn cửa thật sát, không để sót khe hở. Khuyến khích con làm việc nhà, từ những việc đơn giản, nhỏ nhất nhất giúp con cảm nhận trọn vẹn từng hoạt động cần thiết để vận hành một gia đình.

Gợi ý công việc cho mục này:

Kiểm tra xem con có mở rèm cửa vào buổi sáng khi vừa thức dậy không? Có kéo mở nhẹ nhàng và cẩn thận không?

Khi con làm chưa tốt:

Hãy nhắc nhở nhẹ nhàng, “Việc đóng mở rèm cửa chỉ mất một phút thôi mà con!”. Ngay cả khi con lầy lý do trễ học buổi sáng hay buổi tối buồn ngủ quá nên không thể kéo mở màn cửa thì cha mẹ cũng không nên làm thay, hãy kiên quyết bảo con làm công việc không mất đến một phút đồng hồ này.

• ĐI LẤY BÁO - GIẤY TỜ BUỒI ĐIỆN

Dù là công việc đơn giản nhẹ nhàng, nhưng nếu con có ý thức làm mỗi ngày thì cũng đóng góp vào sự vận hành bộ máy gia đình. Điều đó cũng giúp con rèn luyện kỷ luật khi làm những việc liên tục, đều đặn, không bị gián đoạn.



Nhờ con làm những công việc

nhỏ: Mỗi khi đề cập đến vai trò của con trong công việc gia đình, cha mẹ thường nghĩ đến việc nhờ vả những công việc lặt vặt như “cất giùm ly nước”, “lấy giúp cái chén”,... Việc vặt từ xưa đến nay vốn được xem là công việc dành cho trẻ con.

Khi cha mẹ đang dở tay nhưng lại cần làm một việc khác, nếu có thể nhờ vả con thì thật đỡ biết bao. Cũng có khi không tiện hoặc lười di chuyển, cha mẹ cũng có thể nhờ cậy con “lấy giùm bố tờ báo nhé”, cũng là điều rất cảm kích. Và nếu cha mẹ cảm thấy mệt, không thể tự mình làm việc gì, thì có thể nhờ vả con trẻ làm giúp.

Khi có bưu phẩm, sách báo giao đến

nhà, trẻ sẽ nhanh nhẹn ra cửa lấy vào cho cha mẹ và xem việc đó như một niềm vui. Dù con chưa thích đọc báo, nhưng khi cha mẹ nhờ vả và cảm ơn, con vẫn sẽ vui vẻ lấy thư từ, sách báo từ hộp thư.



Cách “cư xử” với tờ báo: Dạy con khi lấy báo ra từ hộp thư, hãy dùng hai tay thật nhẹ nhàng, không cố sức kéo ra làm rách tờ báo; khi đưa báo cho cha mẹ, đưa hai tay lễ phép: “Con lấy báo cho mẹ đây ạ”.

Nếu không đưa báo tận tay cha mẹ được, con cũng phải biết đặt báo đúng chỗ đã quy định trong nhà. Vào những ngày mưa, khi báo được giao tới trong bao ni lông rồi, con phải chú ý không

nên để y nguyên như vậy đưa cho cha mẹ, hãy lấy báo ra khỏi bao, đưa cho cha mẹ tờ báo thẳng thơm và bỏ bao vào thùng rác.

Cha mẹ cũng phải dặn dò con không được tò mò đọc hoặc xem bất kỳ vật phẩm bưu điện hay là bưu thiếp, thư tay nào trừ khi chúng được gửi tới dưới tên các con. Và khi nhận bưu phẩm, bưu thiếp, các con phải nhớ để đúng chỗ quy định hoặc nơi thuận tiện dễ thấy.

Nếu con có thể để ý những điều nhỏ nhặt này thì sau này khi ra xã hội, việc quan tâm đến những chi tiết cũng sẽ giúp con thành công hơn.

Cuối cùng, hãy dạy con luôn biết nghĩ đến người dùng sau, dạy con sắp xếp

ngay ngắn sách báo sau khi đọc xong vào đúng vị trí để người sau có thể thuận tiện sử dụng.

Nhờ con lấy báo.



Dặn con mở cửa hòm thư rộng và nhẹ nhàng lấy báo ra, không vô cớ giật mạnh tay.



Đưa báo tận tay cha mẹ hoặc đặt để đúng nơi quy định.

Gợi ý việc làm cho mục này:

Nhìn xem con có cầm nắm tờ báo dàng hoàng không? Có nói những lời lễ phép như “Dạ vâng”, “Xin mời” với cha mẹ không?

Khi con làm chưa tốt:

Hãy nhẹ nhàng nói với con, “Vi con chưa đi lấy, nên báo còn để trong hộp thư đó!”. Khi đã giao nhiệm vụ “lấy báo” cho con thì cha mẹ không nên tự ý đi lấy mà hãy để con tự giác hoàn thành công việc.

• Chuẩn bị nước nóng cho bồn tắm

Dạy con biết chuẩn bị nước ấm trong bồn tắm để các thành viên trong gia đình thư giãn khi vào phòng tắm cũng là giáo dục đức tính quan tâm đến người khác.



Biểu hiện sự quan tâm từ việc “kiểm tra nước nóng trong bồn tắm”: Từ ngày xưa, khi nhắc đến những việc nặng nhọc như lau dọn, giặt giũ,

nấu nướng, người ta thường nghĩ đến trách nhiệm của người lớn, còn những việc nhỏ nhặt, nhẹ nhàng sẽ thể hiện vai trò của con trẻ trong gia đình. Việc chuẩn bị nước ấm trong bồn tắm cũng vậy, cũng là trách nhiệm của trẻ con từ ngày xưa. Ngày ấy, việc chuẩn bị nước nóng không hề đơn giản, trẻ phải biết thổi lửa nhóm bếp, canh chừng mức độ nóng thích hợp,... Chính sự đề tâm từ những chi tiết độ ấm nóng vừa phải của nước khi con chuẩn bị nước nóng tắm cho các thành viên trong gia đình vào những ngày đông giá lạnh sẽ nuôi dưỡng lòng quan tâm của con dành cho gia đình.

Ngày nay, nhờ những thiết bị hiện đại, việc chuẩn bị bồn tắm cũng đơn giản

hơn trước rất nhiều. Dù là công việc dễ dàng, nhưng việc con biết quan tâm đến những điều nhỏ nhất trong gia đình như vậy cũng rất đáng khen.



Chuẩn bị bồn tắm cho cha mẹ: Tùy vào mỗi gia đình, sự chuẩn bị sẽ khác nhau, nhưng thông thường vào ngày Chủ nhật, khi cả gia đình có thời gian rảnh bên nhau, con có thể chuẩn bị sẵn bồn nước nóng khi đến giờ tắm. Đối với những gia đình có con nhỏ, cha mẹ có thể nhắc khéo như: “Bé con, sắp đến giờ đi tắm rồi, con chuẩn bị bồn nước nóng giúp mẹ nhé!”.

Với ý thức làm cho cha mẹ, làm vì gia đình, con sẽ chuẩn bị bồn tắm cẩn thận xen lẫn chút hồi hộp và lòng tự hào phải

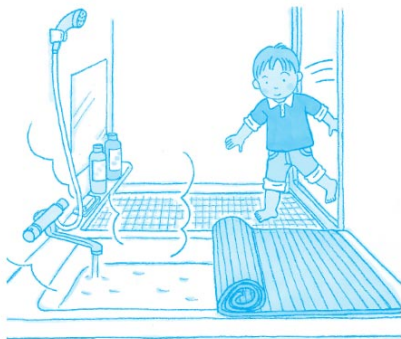
không nào!



Đề tâm mọi thứ xung quanh: Dạy cho trẻ biết quan tâm đến mọi thứ xung quanh mình, kể cả khi vào bồn tắm, ví dụ như đóng lại nắp chai dầu gội ai đó đã mở ra, để sữa tắm đúng nơi quy định, nhặt rác, tóc rơi trong bồn,... Hãy dạy con quan sát những chi tiết thiếu sót và tự mình giải quyết những thiếu sót đó.

Tôi cho rằng, trong mọi việc, khi trẻ biết mà không làm sẽ gây ít lỗi lầm hơn trẻ không làm vì không biết, nên “khả năng quan sát” là một khả năng mà trẻ cần được huấn luyện.

Giáo dục lòng quan tâm chia sẻ từ những công việc nhỏ.



Hãy dạy con nghĩ về gia đình mà làm những việc nhỏ mỗi ngày. Chú ý kiểm tra điều chỉnh độ nóng lạnh thích hợp trong bồn tắm, xem nước có bị chảy tràn hay không, đồng thời, kiểm tra thêm sữa tắm, dầu gội, nhặt rác rơi trên sàn là những điều nên làm cho thành thói quen.

Gợi ý việc làm ở mục này:

Kiểm tra xem con đã đóng van thoát nước cẩn thận chưa? Đã kiểm tra tình trạng xung quanh bồn tắm chưa?

Khi con làm chưa tốt:

Đừng bao giờ tiết kiệm lời khen với con: “Nước con chuẩn bị cho mẹ độ ấm vừa phải lắm. Cảm ơn con nhé!”. Hãy bày tỏ lòng cảm kích vì con đã làm những điều nhỏ nhặt như vậy cho gia đình.

• KIỂM TRA VÀ THAY THẾ NHỮNG ĐỒ DÙNG SẮP HẾT

Ý thức được rằng không cần đợi người khác lấy sẵn đồ mới cho mình dùng mà biết tự giác thay thế đồ mới cũng giúp rèn luyện tinh thần trách nhiệm cho con.





Nhờ “thay mới” mà cuộc sống hàng ngày của gia đình không bị đình trệ: Trong sinh hoạt hàng ngày của gia đình có rất nhiều đồ vật cần thiết phải thay mới như giấy vệ sinh, các dụng cụ điện, sữa tắm, khăn tắm,...

Ngoài ra, những đồ dùng điện gia dụng đến thời điểm tuổi thọ cũng cần phải bảo dưỡng hoặc thay mới. Cũng như quần áo, khi sử dụng lâu ngày bị cũ kỹ, mòn rách, chật chội, cần phải mua mới, đồ đạc trong sinh hoạt hàng ngày được sử dụng dần dần, lâu ngày bị hao mòn cũng cần được thay bằng đồ mới.

Cuộc sống chúng ta như một hệ tuần

hoàn, và theo tôi, việc tất cả thành viên quan tâm chia sẻ mọi công việc trong gia đình để vận hành suôn sẻ hệ tuần hoàn đó là điều quan trọng nhất.

Việc “thay mới” không phải là việc của riêng ai, cha mẹ không nên giao phó hoàn toàn cho trẻ mà ngay bản thân mình khi dùng hết một vật dụng nào đó thì hãy lấy đồ mới thay vào.



Để cho việc thay mới dễ thực hiện: Việc thay mới cuộn giấy vệ sinh là một việc dễ làm, tuy nhiên nếu giấy được cắt ở một nơi cao mà trẻ không thể với tới thì việc thay giấy vệ sinh không còn đơn giản nữa. Vì vậy, hãy tạo ra chỗ cắt đồ trong toilet, nơi mà trẻ có thể lấy ra cắt vào một cách dễ dàng. Ngoài việc

thay cuộn giấy, cần phải biết dọn dẹp lõi giấy cũ vào nơi thích hợp. Kem đánh răng, sữa tắm, khăn lau,... cũng giống như vậy. Hãy để mọi thứ ở nơi thuận tiện và dễ dàng đối với con.



Hãy chỉ con biết nơi cất đồ: Hướng dẫn con từng nơi cất đồ dùng chuyên dụng để khi cần, con có thể thay mới nhanh chóng, dễ dàng. Hãy cất đồ dùng ở những nơi không quá cao so với tầm tay của con, và thuận tiện thao tác lấy ra cất vào.

Dạy con biết xử lý mọi việc từ đầu đến cuối, ví dụ như sau khi thay giấy vệ sinh thì vứt lõi giấy cũ đúng nơi quy định, bỏ khăn tắm dơ vào giỏ giặt đồ, bỏ bao cục xà bông tắm vào thùng rác sau khi mở

ra,....

Giáo dục lòng quan tâm chia sẻ từ những việc nhỏ.



Tập con thói quen khi dùng hết đồ cũ thì lấy đồ mới thay thế, và phải làm đến khâu cuối cùng.



Chuẩn bị những nơi cất đồ mà con có thể với tới và thao tác dễ dàng.

Gợi ý việc làm ở mục này:

Hãy dạy con cách thao tác để dễ tháo ra ráp vào cuộn giấy vệ sinh. Và kiểm tra xem còn sót việc gì con chưa làm xong không?

Khi con làm chưa tốt:

Khi con chưa làm tốt công việc, cha mẹ không nên nổi nóng la mắng mà hãy gọi con đến giải thích rồi để con tự tay giải quyết những việc còn sót lại.

• ĐỒ RÁC

Nếu biết cách xử lý rác thải ngay khi

còn nhỏ, sau này lớn lên, con cũng sẽ biết cách quản lý khi sở hữu ngôi nhà riêng.

Đó cũng là một cách rèn luyện khả năng tự lập cho con.



Hành động dọn rác quan trọng hơn hiểu biết về rác: Trẻ nhỏ thời nay có hiểu biết rộng rãi về rác thải. Kiến thức về 3 chữ R: tái chế (recycle), tái sử

dụng (reused) và giảm thiểu (reduce) và tình trạng nguồn tài nguyên của trái đất, đều được giáo dục đầy đủ trong nhà trường. Có tri thức phong phú là một điều tốt, nhưng cần phải biết vận dụng vào cuộc sống, nếu không tri thức đó chỉ là lý thuyết suông. Bước cơ bản đầu tiên là phải biết phân loại rác, sau đó bỏ vào thùng rác. Cha mẹ phải chắc chắn rèn luyện cho trẻ làm được công việc cơ bản này.

Cha mẹ đôi khi không muốn con động tay động chân đến những việc kém vệ sinh như việc thu gom rác thải. Trẻ cũng thường có khuynh hướng lảng tránh không thích làm công việc này. Những lúc như thế, cha mẹ hãy nói với con rằng: “Phải chăng những việc thiếu vệ

sinh chỉ dành cho mẹ làm thôi!” và “Nếu chê việc dơ mà không ai làm thì nhà cửa đường phố sẽ ngập tràn rác bẩn phải không nhỉ!”.



Để phân loại rác dễ dàng: Trước khi mang rác ra chỗ thu gom rác, hãy dạy con phân loại rác vào từng loại túi phù hợp*. Tùy theo cách bỏ rác vào thùng của từng gia đình mà việc phân loại rác có dễ dàng hay không.

** Ở Nhật, rác thải trước khi đem bỏ ở khu thu gom rác phải được phân loại tận gốc tại thùng rác của mỗi gia đình thành 3 loại: rác đốt cháy, rác không đốt cháy và rác là chai nhựa, lon các loại...*

Việc tuân thủ quy định về rác thải là đương nhiên, ngoài ra tùy theo cách xử lý khác nhau của mỗi gia đình, cần phải dạy cho con biết những quy định sau:

- Giấy vỏ kẹo cao su, vỏ chuối, que kem thì không bỏ trực tiếp vào sọt rác. Rác hữu cơ phải bỏ vào túi trước khi bỏ vào thùng...
- Khăn giấy lau mũi, dính máu mũi thì dùng mặt giấy ngoài phủ lại phần dơ rồi mới bỏ vào thùng rác.
- Hộp khăn giấy và những thứ tương tự thì làm xếp xong rồi mới vứt.
- Lon nước ngọt và bình sữa thì phải súc qua với nước rồi mới đem vứt. Các thứ loại khác cũng vậy, gia đình nếu có

những quan tâm cách xử lý thế nào thì nhớ dặn dò kỹ càng cho con nắm vững.



Tại nơi thu nhặt rác: Hãy dạy con biết nghĩ đến cảm giác của người làm công việc thu nhặt rác, không quăng lung tung mà xếp theo hàng theo lối, dùng lưới bao che lại để tránh động vật tìm thức ăn bới lung tung. Khi phát hiện con vật nào bới rác thì con cũng có thể giúp đỡ một tay dọn dẹp lại cho tử tế.

Hãy bắt đầu từ công việc xử lý rác của gia đình.



Hãy dạy cho trẻ nắm cách phân loại rác theo cách làm nơi địa phương mình ở.



Bỏ rác gọn vào trong lưới của khu thu gom rác.

Gợi ý việc làm ở mục này:

Kiểm tra xem con đã cột bao rác lại chưa? Đã đặt bao rác tại nơi thu gom rác ngay ngắn gọn gàng chưa?

Khi con làm chưa tốt:

Giải thích cho con hiểu tại sao con cần phải làm đúng công việc này và làm đúng như thế nào.

• CÁCH XỬ LÝ LOẠI RÁC THẢI

ĐẶC BIỆT

Cha mẹ dạy con không nên phân loại rác một cách qua loa rồi đem ra khu thu gom. Việc phân loại xử lý rác một cách thấu đáo sẽ giúp con phát triển khả năng giải quyết tận gốc vấn đề.



Việc hiểu rõ cách thức xử lý rác: Phải chăng cách thức xử lý rác thải cũng bộc lộ phần nào tính cách con người? Một người thu gom giấy cũ và

thùng các-tông, rồi phân loại bằng cách dùng dây bó hai đầu một cách chắc chắn, có thể được cho là “một người cẩn thận nghiêm túc”. Một người khi xử lý giấy cũ, nếu gỡ sạch nhãn ghi tên và thông tin cá nhân rồi mới đem bỏ, thì có thể được cho là người “rất cẩn thận về các thông tin cá nhân”.

Khu thu gom rác tập hợp rác từ nhiều hộ gia đình, để không cảm thấy ngại khi hàng xóm vô tình thấy rác thải của gia đình mình, phải biết xử lý rác gọn gàng và đúng cách.

Ở các khu chung cư, có nhiều người trẻ sống một mình, hay bị phản nản về những vấn đề phiền phức liên quan đến rác thải. Để trẻ không trở thành người

kém ý thức như vậy thì khi trẻ đã có tính tự lập, cha mẹ nên huấn luyện trước cách thức phân loại xử lý rác cho trẻ.



Điều quan trọng là làm đến cùng: Có câu “thất bại đến từ những phút cuối!”. Mọi người, trong đó có tôi, sau một quá trình vất vả cố gắng, lại thường bỏ cuộc ở phút cuối cùng. Tôi nghĩ rằng chỉ với lòng kiên định tới phút cuối cùng, bạn sẽ có thể có năng lực giải quyết nhiều vấn đề và gặt hái được thành công.

Công việc xử lý rác bình thường và không gây hứng thú như vậy mà có thể kiên trì làm đến tận cùng, thì lòng kiên định của con trẻ cũng sẽ được nuôi dưỡng tốt.

• **Rác nhà bếp:** Rác hữu cơ trong bồn rửa chén ngày nay có rất nhiều loại, cho dù có hình thù gì, hãy dạy con vắt cho ráo nước trước khi bỏ vào thùng rác. Ngoài ra, phải rửa sạch bồn và khu vực quanh bồn sạch sẽ. Hãy cẩn thận và kỹ càng giải quyết mọi rác thải và vết bẩn.

• **Đối với giấy báo cũ:** Hãy làm mẫu cách buộc giấy báo cũ cho con xem. Không quan trọng cách buộc nào, quan trọng là những nút buộc cuối cùng cần thắt chặt để giấy báo không bị bung ra ngoài.

• **Đối với băng vệ sinh:** Hướng dẫn con cách xử lý băng vệ sinh trong gia đình thật sạch sẽ: cuộn băng vệ sinh lại rồi bỏ vào túi riêng trước khi đem bỏ vào

thùng rác. Việc này cũng là huấn luyện kỹ năng dọn tã của trẻ nhỏ trong việc nuôi dạy con tương lai khi con lớn.

Cách xử lý rác nhà bếp.



Lấy túi đựng rác hữu cơ ra.

Vắt túi ráo nước, buộc miệng túi lại rồi bỏ vào bao rác riêng.

Lấy túi mới bọc vào chỗ đựng rác hữu cơ.

Cách xử lý giấy báo



Luồn sợi dây xuống dưới chống giấy báo.

Thắt dây ở giữa theo hình chữ thập phía trên chống giấy báo.

Thắt 2 đầu dây lại, các góc sẽ được buộc chặt.

Gợi ý việc làm của mục này:

Kiểm tra xem con đã vắt ráo nước rác nhà bếp chưa? Khi buộc giấy báo cũ, có để phần sợi dây phía trên dư ra một chút để dễ cầm nắm nhưng không được làm lỏng lẻo xấp giấy báo.

Khi làm chưa tốt:

Hãy động viên con, "Làm một thời gian rồi con sẽ quen thôi". Mới đầu con có thể không muốn làm vì ngại dơ, ngại không quen việc, nhưng làm nhiều lần con sẽ thành thạo và thấy không có gì khó.

BẢO DƯỠNG VÀ CHĂM SÓC

• BẢO DƯỠNG GIÀY

Nếu biết cách bảo dưỡng, giày sẽ dùng được lâu bền hơn. Công việc bảo dưỡng chăm sóc cũng giúp nuôi dưỡng ở con đức tính biết quý trọng đồ vật.



Lắp lánh niềm vui: Việc đánh bóng đôi giày là một việc làm mang lại nhiều niềm vui và ý nghĩa. Có người đam mê đánh giày đến nỗi sưu tầm dụng cụ đánh giày thành một bộ sưu tập. Sau khi đánh giày xong, nhìn đôi giày sáng bóng, mới mẻ như vừa tậu ở cửa hàng về sẽ mang lại cho con trẻ một cảm giác thích thú khó tả.

Nhìn thấy con ngồi đánh xi giày cho cả

nhà là niềm hạnh phúc to lớn đối với cha mẹ.

Khi bắt đầu công việc này, lúc cha đang tự bảo dưỡng giày của mình, hãy hướng dẫn con biết cách tự đánh xi đôi giày của con. Trong quá trình cùng làm, ngoài những câu hỏi: “Vui không con?”, cha hãy kéo dài câu chuyện một cách vui vẻ hơn: “Đôi giày này con mang lần đầu tiên vào ngày khai giảng ở trường phải không?”,... Như vậy, khi làm việc bảo dưỡng giày dép, phải chăng chúng ta đang gợi nhớ lại một kỷ niệm nào đó về đồ vật, phải chăng từ đó trong ta dần nuôi dưỡng lòng quý trọng đồ vật sử dụng hàng ngày!?



Để giày da được lâu bền: Dưới đây

là cách hướng dẫn bảo dưỡng giày da. Tùy theo việc bảo dưỡng, giày da có thể mau hư hoặc có thể sử dụng bền lâu đến trên 10 năm.

- Dùng bàn chải đánh giày chải sạch vết bẩn trên bề mặt. Nếu nhà không có dụng cụ đánh giày thì có thể dùng bàn chải đánh răng cũ.

- Lấy miếng vải cũ thấm nước kỳ cọ bề mặt giày cho sạch. Không chỉ lau những chỗ dễ lau, hãy dạy con chú ý lau những bộ phận da xếp chồng lên nhau của đôi giày, là nơi thường che giấu những vết dơ.

- Dùng vải khô lấy một lượng rất ít xi bóng đánh giày rồi phết đều ra trên toàn bề mặt. Chú ý màu xi phải hợp với màu

da giày. Khi đánh giày, chỉ nên lấy lượng xi bằng hạt đậu hoặc đầu ngón tay là vừa đủ.

- Dùng miếng vải khô hoặc bàn chải đánh giày nhanh tay cọ xát tạo độ bóng cho đôi giày.

- Phơi dưới bóng râm nơi hành lang khoảng vài tiếng hoặc nửa ngày trước khi cất giày vào tủ hoặc hộp giày.



Để nơi thoáng khí: Trong xi giày có thành phần tạo độ bóng, đồng thời cũng có chất dầu có mùi đặc thù, nên dạy con biết để giày đánh xi xong ở nơi hành lang cửa mở hoặc ngoài hiên hè cho thoáng khí lưu thông.

Đánh bóng giày cho cha mẹ.

1



Lấy bàn chải đánh giày chùi sạch vết bẩn trên bề mặt giày.



2



Lấy miếng giẻ thấm nước tẩy chùi sạch toàn bề mặt.

3



Dùng miếng giẻ lấy chút xi bóng phết đều ra rồi đánh lên cho khô xi.

4



Hong phơi nơi bóng râm hành lang khoảng nửa ngày.

Gợi ý công việc ở mục này:

Kiểm tra xem con đã cẩn thận tẩy sạch vết bẩn dính lên mặt giày chưa? Có phết quá nhiều xi bóng lên mặt giày không?

Khi con làm chưa tốt:

Động viên con, “Đôi tay của con thật thần kỳ, đôi giày của cha chẳng mốc chốc mà bóng loáng rồi, cảm ơn con nhé!”. Cha mẹ hãy khen ngợi con trong niềm phấn khởi để động viên khích lệ tinh thần cho con.

• XỬ LÝ ĐỒ BỊ ƯỚT MƯA

Chăm sóc những đồ bị ướt mưa sẽ làm giảm mức độ hư hỏng, hao mòn đồ vật, đồng thời phát triển khả năng xử lý sự việc nhanh chóng cho con.



Không để đồ ướt y nguyên như vậy: Vào những ngày trời mưa, khi về đến nhà, ai cũng muốn nhanh chóng tháo giày ra, vào nhà tắm rửa, nghỉ ngơi. Dù là người lớn hay trẻ con thì có cảm

giác đó là chuyện bình thường nhưng để nguyên đồ bị mưa ướt như vậy càng lâu thì đồ càng mau hỏng. Cho nên, điều quan trọng khi dạy trẻ cách chăm sóc mọi đồ vật bị mưa ướt là cần phải “làm ngay lập tức khi vừa về đến nhà”.

Chăm sóc giày: Tùy vào từng gia đình và từng hoàn cảnh, các con khi đi học có thể mang giày thể thao hoặc giày da. Hãy dạy con biết cách chăm sóc giày cơ bản để cho giày không bị mục hư. Nếu giày chỉ bị ướt bề mặt thì chỉ cần đặt đứng giày lên, để nơi thoáng khí, giày sẽ nhanh khô ráo. Đối với giày đi mưa nếu bị ướt bên trong thì lấy giấy báo nhét vào để hút hết nước rồi để nơi khô thoáng.

Dưới đây là cách thức xử lý khi giày thể

thao bị ướt bên trong.

- Vo tròn giấy báo nhét đầy bên trong giày cho đến đầu ngón chân. Nếu giày màu trắng thì dùng giấy vệ sinh bao bên ngoài giấy báo để tránh mực tờ báo lem màu vào.
- Tùy theo độ thấm nước và mức độ dính nước trong giày mà biết cách thay giấy báo bao nhiêu lần cho phù hợp.
- Dùng giấy báo lót phía dưới rồi đem phơi nơi thoáng gió, canh thời gian để thay giấy báo trong giày.

Bảo quản dù: Ngay khi mới đi mưa về, nếu quên lau khô dù thì ngày kế tiếp vẫn có thể sử dụng dù bình thường. Nếu ngày nào trời cũng mưa thì khó có thời

gian trống để làm hong khô dù được
nhỉ! Vào những ngày thời tiết mưa hoài
như vậy, có thể mở dù ra để trong gara
xe hơi hoặc những chỗ thoáng mát
tương tự cho dù tự khô cũng được.

Bảo quản áo quần: Dặn dò con xử lý
áo khoác và áo lông bị ướt mưa ngay khi
vừa về đến nhà.

- Treo vào móc áo để không bị hư khung
hình áo.
- Dùng khăn lau hoặc phũ nhẹ nước
mưa trên áo.
- Treo nơi bóng râm thoáng gió. Đối với
áo mưa, treo ở nơi chuyên phơi áo mưa,
tránh trường hợp nước nhỏ giọt xuống
sàn. Nếu treo ở hành lang, cha mẹ nên

dạy trẻ lau và rũ cho bớt nước trước khi treo.

“Làm ngay khi vừa về đến nhà” là điều quan trọng khi bảo dưỡng đồ dùng bị ướt mưa.



Dùng giấy báo vo tròn nhét vào trong giày rồi đem để nơi thoáng gió.



Rũ bớt nước đọng trên tán dù rồi để nơi thoáng gió.



Dùng khăn lau áo khoác cho bớt ướt rồi lấy móc treo lên nơi thoáng gió.

Gợi ý công việc cho mục này:

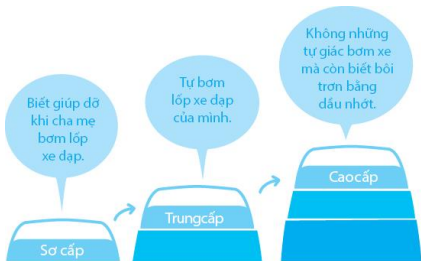
Để cho đôi giày không gãy khi bị ướt, hãy dạy con nhét báo một cách cẩn thận vào trong giày để hút nước. Nhìn xem con có lưu ý để cho nước nhỏ giọt xung quanh khi xử lý đồ bị ướt mưa hay không?

Khi con làm chưa tốt:

Hãy khuyên con, “Nếu con cứ để vậy mà không chăm sóc, bảo dưỡng, đồ của con sẽ mau bị hư, không dùng được nữa đâu!”. Dạy con biết bảo dưỡng đồ dùng là việc làm cần thiết để có thể sử dụng đồ đạc lâu bền.

• BƠM LỚP XE ĐẠP

Tính chu đáo thể hiện ở việc con không chỉ biết quan tâm đến xe của mình mà còn quan tâm đến xe của gia đình.





Kiểm tra xe trước khi đi: Có nhiều trường hợp sau khi ngồi lên xe ta mới phát hiện ra lốp xe bị non hơi, và vì lỡ ngồi lên xe rồi nên ta cứ để vậy chạy luôn, lần sau bơm cũng được.

Nếu con phát hiện ra lốp xe bị xẹp, hãy khuyên con bơm xe “ngay và luôn”. Dù con cố trì hoãn lần tới, cha mẹ cũng hãy kiên quyết và giải thích với con rằng: “nếu không làm bây giờ thì con sẽ quên đấy” hoặc “vì gia đình mình chuẩn bị đi xe đạp nên làm ngay bây giờ thuận tiện hơn mà con”,... Và khi con bơm xe cho mình, nếu tiện thể bơm lốp xe giúp cả nhà, thì đó là lúc con đang thể hiện sự quan tâm và tinh thần hợp tác trong gia đình.



Trực cảm của đôi tay: Sau khi bơm xe, đôi tay sẽ có cơ hội chạm trực tiếp để kiểm tra độ bơm căng thích hợp của lốp xe. Khi con hỏi: “Mẹ ơi, bơm vậy được chưa?”, cha mẹ hãy chỉ con bằng cách cùng con ấn tay vào lốp xe để xác thực độ căng phù hợp. Nhiều trẻ nghĩ rằng “bơm lốp xe càng căng càng tốt” nhưng thực tế nếu bơm lốp xe căng quá sẽ gây khó khăn khi đạp xe, nên cha mẹ hãy hướng dẫn cho con biết độ căng vừa phải của lốp xe là chừng nào.

Việc bơm lốp xe là công việc đòi hỏi thể lực, không chỉ dùng tay mà còn sử dụng kỹ năng từ hông và dùng sức lực của cả cơ thể thì việc bơm xe mới dễ dàng.



Kiểm tra tình trạng xe đạp: Khi

bơm lốp xe, nên nhân tiện kiểm tra toàn thể tình trạng của xe. Nếu thường xuyên bảo dưỡng xe đạp, xe sẽ chạy tốt hơn và dùng lâu bền hơn.

- Xem có chỗ nào bị rỉ sét không. Nếu có, chỉ cho con biết cách chà phần rỉ sét và cách bôi dầu.

- Kiểm tra xem có chỗ nào bị cong, móp hay không. Con có thể tự sửa những chỗ cong móp nhỏ, nhưng nếu xe bị hư hỏng nhiều thì nên mang ra tiệm sửa xe.

- Kiểm tra độ cao của yên xe phù hợp chưa. Trẻ phát triển rất nhanh, nên cần điều chỉnh độ cao yên xe cho phù hợp. Khi ngồi trên yên xe mà hai chân con dễ

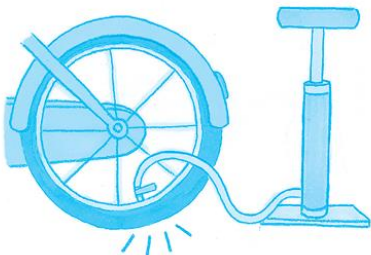
dàn chống được lên mặt đất là độ cao phù hợp.

- Chìa khóa, đèn có bị hỏng không? Còn chỗ nào chưa kiểm tra không?
- Trong giỏ xe có đồ gì chưa lấy ra không? Giỏ xe chứ không phải là giỏ rác nên không thể để đồ đạc lung tung.

Việc bơm lốp xe đạp vừa mang lại niềm vui và vừa an toàn khi sử dụng.



Cùng với con dùng tay kiểm tra độ căng của lốp,
hãy chỉ con biết độ căng thích hợp.



Xoay van lốp xe xuống dưới rồi gắn đầu bơm vào.
Dùng thể trọng cơ thể từ hông đè lên bơm thì sẽ
bơm lốp xe dễ dàng.

Gợi ý công việc cho mục này:

Tìm hiểu xem con có bơm xe ngay khi phát hiện lốp non hơi không? Khi bơm, con có kiểm tra tình trạng chung của xe không?

Khi con làm chưa tốt:

Hãy nhẹ nhàng dạy con, "Dùng sức nặng cơ thể đè xuống bơm thử xem". Khi đè đầu bơm xuống thì dùng thể trọng cơ thể mà đè, bơm sẽ nhẹ nhàng.

• RỬA XE Ô TÔ

Công việc rửa xe ô tô gồm nhiều bước theo thứ tự trước sau, vì vậy công việc này cũng rèn luyện khả năng lên kế hoạch cho trẻ.





Niềm vui khi làm việc vào ngày

ngủ: Cha sẽ phụ trách phần lớn công việc rửa xe ô tô. Những công việc phụ giúp như xịt nước lên xe, dùng khăn lau nhiều bọt kỳ cọ là những việc yêu thích của trẻ. Niềm vui của con là ngắm nhìn ống xịt nước văng tung tóe tạo bong bóng nước phản chiếu lấp lánh dưới ánh nắng mặt trời. Vì công việc của cha lúc nào cũng bận rộn, không có thời gian chuyện trò với con. Vậy nên, đây là cơ hội để cha con vừa làm việc vừa tâm sự chuyện này chuyện kia.

“Con được chọn vào đội bóng chày để tập luyện cho trận đấu sắp diễn ra” hoặc là “Con cần mua một số đồ dùng cho đợt đi cắm trại ở trường sắp tới”,... những

chuyện chưa kịp nói trong bữa ăn thì có thể nói lúc này.



Con là trợ lý đắc lực: Cha và mẹ hãy giao công việc cho con làm như là một người trợ lý đắc lực. Khi cha mẹ nhờ “lấy bàn chải giùm mẹ”, “nước trong cái xô chưa đủ dùng con ơi” và con chạy lui chạy tới đáp ứng theo yêu cầu của cha mẹ, trải nghiệm đó chắc chắn sẽ trở thành ký ức đẹp trong thời thơ ấu của trẻ. Đừng cho rằng tự mình làm sẽ nhanh hơn mà hãy tận hưởng niềm vui khi có thể nhờ vả trợ lý đắc lực của mình phụ giúp.

• **Lấy giúp các dụng cụ:** Lấy các dụng cụ lau dọn như miếng bọt biển, bàn chải,... và đánh tráo thứ tự sử dụng rồi

thử hỏi con “tiếp theo là dùng cái nào”,... cũng là cách luyện tập hay.

- **Thay nước trong xô:** Dùng xô nước để giặt xả khăn lau rất tiện lợi. Hãy giao cho con làm những việc như vắt khăn, thay nước xả phòng trong xô,... Chỉ con biết khi nào thì đổ nước bẩn đi.

- **Dọn rác trong xe:** Trong xe của những gia đình có con trẻ thường có nhiều loại rác như vỏ giấy bánh kẹo, khăn giấy,... Hãy đưa cho con một túi ni lông và dặn con tự dọn rác trong xe để con biết mình đã xả rác làm dơ xe đến mức độ nào. Như vậy, lần sau khi lên xe, con sẽ có ý thức không xả rác hoặc biết thu gom rác gọn gàng chứ không còn vứt bừa bãi như trước nữa.

Giúp đỡ cha mẹ là một niềm vui với con.



Vừa làm việc vừa nói chuyện với con là cơ hội giao tiếp tâm sự, thắt chặt tình cảm cha mẹ con cái.

Gợi ý việc làm cho mục này:

Nhìn xem con có linh hoạt nhanh nhẹn khi nghe cha nhờ không? Có giúp cha thu dọn dụng cụ cho đến khi hoàn tất công việc không?

Khi con làm chưa tốt:

Hãy nói, "Hãy quan sát cách cha làm và thực hiện theo". Đừng phủ nhận sự có mặt của con, không bao giờ nói con cản trở công việc mà dạy con biết cách giúp đỡ để công việc được nhanh chóng hơn.



**LÀM VIỆC NHÀ GIÚP CƠ THỂ
KHỎE MẠNH**

Vắt khăn lau: Vắt thử khăn lau, nếu vắt khăn theo chiều dọc thì lực đi vào và lưu chuyển từ cổ tay đến cánh tay, vai và hông phải không? Nếu cầm ngang, chỉ sử dụng lực của tay thôi thì không thể vắt khăn đúng cách được.

Kế tiếp, hãy cùng con lấy khăn lau những nơi có diện tích rộng như phòng ngủ. Làm giống như cách làm hồi học tiểu học, tức là không để cho đầu gối chạm sàn mà phải dùng cả hai tay đè lên khăn mà lau một mạch.

Con có làm suôn sẻ một mạch không? Cơ thể con có bị nghiêng về bên phải hay bên trái không? Con không bị té nhào chứ?

Trong một bài tập thực hành làm việc

nhà, nghiên cứu phát hiện ra khi tiến hành lau một hành lang có chiều dài khoảng 30 mét, khoảng một nửa trẻ em không thể giữ thăng bằng ở hai bên. Khi lau nhà, hướng dẫn con dùng cái hông để giữ thăng bằng cơ thể, rồi truyền lực từ hông để hoàn thành công việc. Khi con chưa quen việc, chưa biết kiểm soát và phân phối sức lực, cơ thể sẽ mất trục thăng bằng làm con nghiêng ngả về bên phải hoặc bên trái.

Trục cơ thể và giữ cân bằng: Cuộc sống hiện đại làm con người ta chỉ biết cúi đầu trước màn hình máy tính hoặc tivi mà ít vận động hẳn. Vì ít vận động nên cơ thể sẽ không quen với những công việc đòi hỏi sức lực. Để tránh cho cơ thể không bị đau, cha mẹ hãy dạy con

biết cách điều chỉnh sức lực cơ thể khi làm việc để không phung phí sức.

Nếu như con biết dùng hông làm trục để các vận động của cơ thể được thẳng bằng thì tư thế ngồi ăn cơm của con chắc chắn cũng được thay đổi. Khi con ngồi ngay thẳng ăn cơm, một tay cầm đũa, một tay cầm chén và vẫn có thể giữ thẳng bằng, không cần chống khuỷu lên bàn là một thành công rồi.

PHẦN 4: LÀM VIỆC NHÀ BẰNG LÒNG TỰ TIN VÀ TINH THẦN TRÁCH NHIỆM

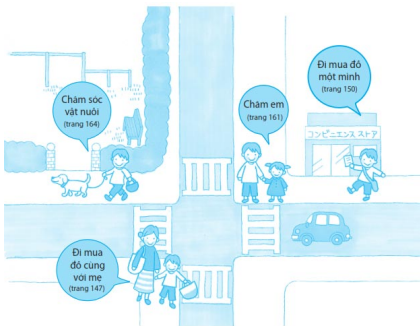
Làm việc vất → Chăm sóc

Khi con đã có thói quen làm việc nhà, hãy trao cho con cơ hội thử thách chính mình bằng cách lên kế hoạch làm việc nhà cho con. Con sẽ luôn cố gắng hoàn thành tốt công việc khi được cha mẹ giao trách nhiệm.

Những công việc cần giao tiếp với người khác sẽ giúp bồi dưỡng lòng tự tin và sự trưởng thành của con. Dù là công việc

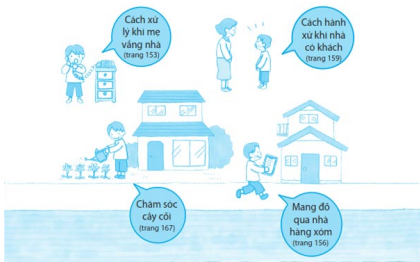
gì, lúc ban đầu cha mẹ có thể không an tâm khi để con làm nhưng hãy mạnh dạn giao trách nhiệm cho con để con trưởng thành và phát triển.





Công việc cần giao tiếp với người

ngoài: Ngoài giúp đỡ cha mẹ làm những việc trong nhà như giặt giũ, nấu ăn, sau đó giúp đỡ cha mẹ những công việc lật vật, bây giờ là thời điểm thích hợp để mở rộng phạm vi công việc ra bên ngoài một chút.



Với tư cách là một thành viên trong gia đình, chắc chắn trẻ sẽ làm được những công việc của gia đình có liên quan đến môi trường xã hội bên ngoài, như việc đem biếu đồ cho nhà hàng xóm, chào hỏi xã giao các gia đình lân cận; tiếp xúc với nhân viên hoặc chủ tiệm tạp hóa khi đi mua đồ hoặc cách ứng đối với khách khi ở nhà một mình,... Nếu có thể luyện tập cho con cách giao tiếp thích hợp,

linh hoạt, lễ phép, vui vẻ thì sau này khi lớn lên ra ngoài xã hội, con sẽ không còn e dè ngại ngùng, biết tùy nơi tùy lúc mà tùy cơ ứng biến.

Ngoài ra, vì con là thành viên nhỏ nhất trong gia đình, luôn nhận được sự chăm sóc bảo bọc từ cha mẹ, nên cần tạo cho con cơ hội trở thành một người trưởng thành, biết chăm sóc bảo vệ người khác nữa. Nếu không có em nhỏ, có thể cho con chơi và bảo vệ em bé nhà hàng xóm hoặc em họ,...Tùy vào từng hoàn cảnh gia đình mà cha mẹ tập cho con phát huy tính “người lớn”, biết quan tâm chăm sóc em bé nhỏ hơn.



Không nên bắt buộc con phải tự mình hoàn thành công việc: Tùy theo

cá tính của trẻ và tùy vào đặc điểm khu vực gia đình bạn đang sinh sống, không thể khẳng định được những việc nào con chắc chắn sẽ làm tốt.

Ví dụ như việc biếu quà cho hàng xóm, đối với trẻ có tính nhút nhát, ngại ngùng với người lạ thì công việc này sẽ rất khó khăn, những lúc như vậy thì không nhất thiết phải ép buộc trẻ. Nếu lần đầu không thể nhờ cậy con thì nên đợi một khoảng thời gian đủ lâu sau đó mới nhờ con lại lần nữa. Trong một vài tháng trôi qua đó, có những trường hợp trẻ trưởng thành rất nhanh và cũng có trường hợp trẻ bỗng dưng làm không được những việc từng làm ngày trước.

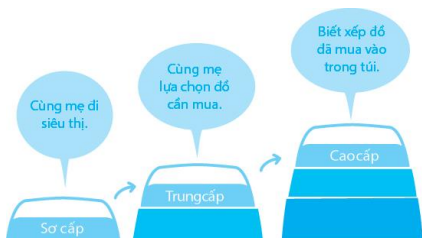
Giao tiếp với môi trường xã hội bên ngoài rất quan trọng cho việc rèn luyện

sự tự tin và kỹ năng ứng xử của trẻ, vì vậy cha mẹ hãy linh động giao cho con những công việc phù hợp.

MUA ĐỒ

• CÙNG MẸ ĐI CHỢ, ĐI SIÊU THỊ

Việc đi siêu thị hoặc đi chợ hàng ngày cũng giúp nuôi dưỡng sự tự tin của con trẻ.





Biết chọn lựa khi mua hàng là điều cần thiết trong cuộc sống: Như tôi từng nói, “cuộc sống như một hệ tuần hoàn” và trong hệ tuần hoàn đặc biệt không mang tính chất khép kín này, sự vận hành không chỉ đến từ những thứ có sẵn bên trong mà còn lấy từ bên ngoài để phục vụ nhu cầu cuộc sống, và còn có cả quá trình đào thải ra bên ngoài khi những vật bên trong hệ tuần hoàn hết chức năng sử dụng. Nhờ vậy, cuộc sống được tạo ra một cách phong phú và đa dạng.

Việc mua sắm là công việc chọn lựa và đưa những món đồ cần thiết bên ngoài vào duy trì và phát triển hệ tuần hoàn cuộc sống. Nếu con biết cách chọn lựa đồ vật cần thiết, cuộc sống của con sẽ

tiện lợi và thoải mái hơn. Ngày nay, với sự phát triển đa dạng của các mặt hàng tiêu dùng, con sẽ cảm thấy hoang mang khi đứng trước "một rừng" các sản phẩm trong siêu thị, khi đó con cần có kỹ năng nắm thông tin cần thiết và mua hàng phù hợp.



Khi cùng mẹ đi siêu thị, hãy giúp con có thể vừa lựa chọn đồ vừa cân nhắc, như: “hàm lượng sữa trong món này ít nhỉ”, “độ đậm của sản phẩm này khá cao” và kinh nghiệm mua hàng cũng từ đó tích lũy qua thời gian.



Điều cần chú ý khi đi mua sắm: Hãy dặn dò con trước những điều cần ghi nhớ khi ở nhà. Thỉnh thoảng,

những ý kiến đóng góp của con cũng rất đáng lắng nghe. Hãy dặn con những điều sau:

- **Kiểm tra hạn sử dụng:** Dặn con chú ý hạn sử dụng và thời gian tốt nhất để sử dụng. Chỉ cần món đồ vẫn nằm trong giới hạn thời gian sử dụng, thì có thể sử dụng an toàn, nhưng nên dùng trong khoảng thời gian sử dụng tốt nhất để hương vị được tươi ngon hơn.

- **Kiểm tra thành phần:** Nên kiểm tra tên nhà sản xuất và các thành phần nguyên liệu có ghi trên nhãn mác.

- **Biết chọn những đồ ngon:** Có những bí quyết chọn đồ chất lượng như: Con mực trơn láng bóng là mực tươi, mắt cá trong lấp lánh, thịt không rỉ nước là thịt

tươi,...

- **Hiểu biết những sản phẩm theo mùa:** Có những sản phẩm ghi lên bảng thông báo hoặc qua nhìn cách trưng bày có thể nhận ra từng sản phẩm đang vào mùa vụ, giá cả ưu đãi như thế nào.

- **Cách xếp hàng vào túi:** Đồ cứng, đồ nặng, đồ đóng hộp để phía dưới; đồ mềm, đồ nhẹ đặt lên trên. Đối với trứng và đồ dễ vỡ thì linh động sắp xếp sao cho khéo.

**Biết cách chọn lựa những món đồ
thiết yếu trong cuộc sống**



Dạy cho con những gợi ý về giá, dấu hiệu nhận biết những thực phẩm đang vào vụ mùa, thời hạn sử dụng khi chọn mua đồ.



Khi xếp đồ vào giỏ hàng, xếp theo thứ tự đồ cứng, đồ nặng xếp ở dưới; đồ mềm, dễ vỡ xếp lên trên.

Gợi ý công việc mục này:

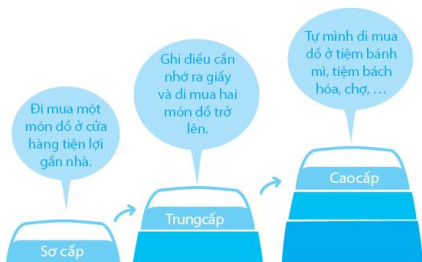
Nhìn xem con có đang mua đồ theo cảm hứng không? Có đọc nhãn mác cẩn thận chưa?

Khi con làm chưa tốt:

Hãy động viên con, “Vây bây giờ chúng ta sẽ mua thử loại táo này theo lời đề nghị của con nhé!”. Dù chọn mua đồ theo ý mẹ chẳng nữa thì con cũng nên nếm thử và xác nhận hương vị trước khi quyết định mua.

• CON TỰ ĐI MUA ĐỒ MỘT MÌNH

Lần đầu tiên khi đi mua đồ một mình, con sẽ mang trong lòng cảm giác hồi hộp lo lắng. Nhưng sau khi hoàn thành công việc, con sẽ cảm thấy hân hoan, và sự tự tin cũng tăng lên.



Khi con vào tiểu học: Tùy vào hoàn cảnh địa phương nơi bạn đang sinh sống, cùng với việc trẻ biết tự đi đến trường một mình, hãy đặt ra mục tiêu trẻ có thể tự mình đi mua đồ giúp mẹ.

Đến giờ chuẩn bị bữa cơm chiều, bỗng nhiên thiếu nguyên liệu này, nguyên liệu kia, nếu con có thể giúp việc đắc lực cho mẹ, chạy ra cửa hàng tiện lợi gần nhà mua giúp mẹ những đồ còn thiếu thì thật

đáng khen. Lúc đầu, mẹ có thể dẫn con cùng lui tới cửa hàng gần nhà thường xuyên để quen mặt với nhân viên. Khi cha mẹ đã giao trách nhiệm cho con, đừng nên theo dõi bám sát con từng chút một từ nhà đến cửa hàng và từ cửa hàng về nhà.

Ở độ tuổi mầm non, không nhất thiết phải bắt buộc con phải làm bằng được công việc mua đồ giúp mẹ. Ở độ tuổi này, công việc thích hợp cho con là mang quà biếu nhà hàng xóm, xem ở trang 156.



Dạy con cách sử dụng tiền: Hãy bắt đầu giao cho con mua một món đơn giản trước, như một hộp sữa, một hộp bánh... Những khi cùng con đi mua đồ, cha mẹ

hãy chỉ rõ đường đi để con có thể biết đường tự mình đi tới tiệm. Cha mẹ có thể buộc ví tiền cố định vào lưng quần, áo của con để khỏi rơi, hoặc không cần buộc, để con tự chịu trách nhiệm về chiếc ví. Tuy nhiên nhớ dặn con trước rằng: “Mất ví tiền sẽ rất phiền phức, con nhớ cẩn thận kéo rơi mất nhé”. Cha mẹ cũng nên dạy con cách tính toán để nhận lại tiền thừa sau khi thanh toán. Khi mua đồ về tới nhà, đưa đồ mới mua và tiền thừa cho mẹ cùng lúc.

Khi con đã quen việc, hãy nhờ con đi mua nhiều đồ hơn. Có nhiều cửa hàng lớn bán tất cả các món đồ cần thiết mà con có thể mua một lúc chứ không cần đi nhiều nơi. Cẩn thận hơn, hãy dạy con liệt kê sẵn những món đồ cần mua ra

giấy để không bị bỏ sót món nào.

Mặt khác, suy nghĩ về cửa hàng, lựa chọn cửa hàng bán phong phú nhiều mặt hàng để con không phải mất công đi lựa chọn nhiều nơi. Cuối cùng, suy nghĩ xem khi cần gấp mà nhờ con thì sự giúp ích đó có hiệu quả không.

Dạy con đi mua đồ một mình.



Trước khi đi, mẹ ghi ra tờ giấy những thứ cần mua.



Ở cửa tiệm, nhớ đừng quên nhận tiền thừa.



Trở về nhà, nhanh chóng đưa đồ mới mua và tiền thừa cho mẹ.

Gợi ý công việc cho mục này:

Kiểm tra xem con chỉ mua đúng những đồ mẹ dặn mà thôi phải không? Đã đưa tiền thừa cho mẹ chưa?

Khi con làm chưa tốt:

Động viên con, "Nếu con thấy lo sợ thì đừng cố gắng đi một mình nhé, mẹ sẽ đi cùng con vài lần cho con quen dần". Có những trường hợp khi con còn nhỏ hoặc ngay cả khi học tiểu học, con vẫn cảm thấy lo lắng sợ sệt khi đi một mình. Khi đó, cha mẹ đừng cố gắng ép buộc con đi bằng mọi giá.

VIỆC VẬT

• TRÔNG NHÀ

Nếu bản thân con biết trông nom, bảo vệ gia đình thì con sẽ phát triển tính tự lập và kỹ năng làm chủ trong mọi tình huống.



Trông nhà: Trông nhà không đơn giản chỉ là có mặt ở nhà. Vì chỉ có mình con trông nhà nên có rất nhiều việc con

cần phải có trách nhiệm quán xuyên. Khi học lớp 3, lớp 4, con đã có thể về nhà và tự mở khóa vào nhà đúng không?

Ngày thường, cha mẹ hãy giải thích cho con hiểu chi tiết mọi việc trong nhà, để khi cha mẹ có việc đột xuất vắng nhà, có thể yên tâm giao cho con trông nom ngôi nhà vài ngày.

Những điều cần giải thích chi tiết cụ thể trước cho con gồm:

1. Việc đóng cửa.
2. Cách trả lời điện thoại và ứng phó khi người lạ tới nhà.
3. Những việc cần lưu tâm trong nhà.
4. Xử lý khi có sự cố khẩn cấp xảy ra.

Việc đóng cửa: Khi mẹ ra khỏi nhà, không nên khóa cửa bên ngoài rồi đi, sẽ khiến con lơ là không để ý đến việc khóa cửa, hãy khuyến khích dạy con biết tự mình khóa cửa. Khi con từ trường về nhà, nhắc con kiểm tra chắc chắn cửa đã được khóa lại chưa. Hãy để con kiểm tra và xác nhận đã đóng khóa cẩn thận cửa sổ, cửa trước, cửa sau. Ngoài ra, khi con đi ra ngoài chơi, hoặc tới nhà bạn, phải chắc chắn con có xin phép và được sự đồng ý của cha mẹ trước.

Cách trả lời điện thoại và ứng phó khi người lạ tới nhà: Khi nhà có khách lạ hoặc có điện thoại lúc cha mẹ vắng nhà, tùy vào từng gia đình mà dạy con cách ứng phó khác nhau. Hãy cùng con viết những điều đó ra giấy và xác nhận lại

cẩn thận. Dẫn dò con nếu trả lời điện thoại hoặc tiếp khách, không nên nói rằng mẹ vắng nhà một thời gian dài mà nên nói “mẹ có việc chạy qua nhà hàng xóm chút rồi về ngay”.

Những việc cần lưu tâm trong nhà: Nhắc nhở con những việc như lấy quần áo phơi vào lúc chiều tối; đóng cửa sổ khi trời mưa,... Những việc cần làm trong nhà nên ghi ra giấy để con dễ ghi nhớ. Sau một thời gian, khi con đã nắm hết mọi việc trong gia đình, cha mẹ sẽ không cần ghi chú nữa, con vẫn có thể lưu tâm đến những việc trong nhà cần làm.

Xử lý khi có sự cố khẩn cấp xảy ra: Chắc chắn con đã nhớ rõ số điện thoại di động của cha mẹ chưa? Hãy dặn

con khi có điều lo sợ và khi có tai nạn hay sự cố gì thì gọi điện thoại hoặc gõ cửa nhà kế bên nhờ giúp đỡ, nhớ ghi số điện thoại nhà hàng xóm ở nơi con dễ thấy.

Mẹ có thể yên tâm vắng nhà khi con làm được những việc sau.



Khi trời đổ mưa thì cần làm gì? Hãy ghi ra những việc bạn muốn con làm như: lấy áo quần vào, đóng cửa chắn mưa



Đã đóng cửa nhà chưa?
Không những cửa hành lang
mà cửa sổ và cửa sau cũng
nhớ khóa cẩn thận.



Khi có người đến nhà thì sao? Nếu tiếp xúc với khách thì nên nói chuyện và ứng xử ra sao?

- Khi có điện thoại thì nói thế này:
"Bác từ đâu gọi tới?";
"Bây giờ mẹ không có nhà, bác gọi lại sau nhé";
"Cho con số điện thoại của bác, mẹ về con sẽ nhắn mẹ gọi cho bác nhé";
"Mẹ nói là mẹ đi chút rồi về liền".

Gợi ý công việc của mục này:

Kiểm tra xem con đã quán xuyến hết việc nhà mẹ dặn chưa? Khi cha mẹ về có ra mở cửa chào hỏi không?

Khi con làm chưa tốt:

Lần sau, hãy động viên con, "Mẹ giao con trông nom quán xuyến việc nhà đấy nhé!" và dạy cho con hiểu rõ những công việc phải lưu ý khi ở nhà trông nhà.

• MANG ĐỒ CHO NHÀ HÀNG XÓM

Ngoài phụ giúp cha mẹ những công việc trong nhà, hãy rèn luyện cho con khả năng làm công việc liên quan đến giao tiếp bên ngoài.



Giao tiếp với người xung quanh: Quan hệ giữa con người với nhau trong cuộc sống hàng ngày được chia thành hai kiểu: quan hệ với những người thân gia đình và bạn bè, có sự hiểu biết thân tình với nhau; và quan hệ với những người tình cờ gặp gỡ trên đường, trên tàu xe không nhất thiết có sự qua lại thân thiết.



Đối với quan hệ xã hội, có những mối quan hệ gọi là “quan hệ xã giao với người ngoài” như: quan hệ chào hỏi xã giao với những người hàng xóm; quan hệ với những đồng nghiệp cùng trực thuộc một tổ chức công ty nhưng thỉnh thoảng mới gặp gỡ; quan hệ với bà con họ hàng xa lâu ngày mới có dịp gặp nhau,...

Thông qua tương tác với người ngoài, trẻ có thể phát triển khả năng giao tiếp. Việc thực hành và mài giũa khả năng giao tiếp với người ngoài để thành thói quen trong thời gian tuổi còn nhỏ là một việc đáng khuyến khích.

Tôi không phải muốn khuyến khích việc thường xuyên qua nhà hàng xóm để

“tám” chuyện này chuyện kia, nhưng nếu trẻ biết chuyển lời mẹ dặn đến nhà hàng xóm một cách đầy đủ và lễ phép là một việc làm đáng khen.



Lời lễ khi giao tiếp: Những việc thường gặp khi liên quan đến giao tiếp với hàng xóm là việc mang quà sang biếu nhà bên cạnh hoặc mang thư từ qua nhà hàng xóm.

Mang biếu quà tặng: Quà biếu thể hiện tấm lòng tốt của hàng xóm láng giềng với nhau. Vì vậy, con sẽ giảm bớt lo lắng khi đối diện với người lạ mặt. Cha mẹ hãy dạy con cách nói chuyện lễ phép, như: “Chào bác, nhà con nhận được nhiều táo nên mang biếu bác một phần ạ” hoặc là: “Nhà cháu vừa đi du

lịch về, có món quà biếu gia đình bác
ạ”,...

Khi hàng xóm vắng nhà nhiều ngày: nếu
hàng xóm nhờ vả gia đình nhận giúp
sách báo, thư từ, hãy dạy con đem bưu
phẩm qua gửi lại khi nhà hàng xóm trở
về. Cũng như khi mang quà tặng qua,
dặn các con lễ phép chào hỏi khi đến và
khi ra về, nhớ gửi đồ bằng hai tay.

Điều quan trọng trong việc ứng xử với
người ngoài.



Có thông báo
của khu phố
đây ạ!

Nếu không ai mở cửa sau khi
nhấn chuông thì để đồ trong thùng thư
hoặc trước hành lang.



"Thưa bà, đây là quà
ngày chủ nhật nhà con
đi về quê lên mang
biếu bà dùng đây ạ"

"Bà con gửi đồ lên nhiều nên con
mang qua biếu bác dùng ạ"...



Gợi ý việc làm của mục này:

Kiểm tra xem con có tự giác mở
lời chào hỏi không? Có lễ phép
đưa đồ bằng cả hai tay không?

Khi con làm chưa tốt:

Hãy khuyên, "Con hãy đưa quà
như thế này và nói chuyện như
thế này là được con nhé". Dạy
trẻ biết mạnh dạn giao tiếp, chỉ
cần tự tin và lễ phép, hàng xóm
sẽ hiểu tấm lòng của các con dù
các con không nói lời trau chuốt
đi chăng nữa.

• ỨNG XỬ KHI NHÀ CÓ KHÁCH

Biết cách ứng xử với khách của cha mẹ là dấu hiệu của sự trưởng thành, đồng thời cũng rèn luyện cho con sự tự tin và khả năng giao tiếp.



Vai trò là một thành viên trong gia đình: Không phải rằng khách của cha mẹ thì không liên quan đến con. Con không thể chỉ chào một cái là xong, có thể ung dung vô phòng không quan tâm đến những vấn đề khác.

Mọi thành viên trong gia đình đều phải đón chào niềm nở khách đến thăm nhà. Với tư cách là một thành viên trong gia đình, trẻ cũng phải giúp đỡ cha mẹ trong việc tiếp đãi khách.

Hình ảnh con trẻ giúp cha mẹ tiếp khách tạo ra bầu không khí vui vẻ thân thiện đồng thời cũng là cơ hội để cha mẹ dạy cho con thái độ ứng xử đúng chuẩn mực văn hóa gia đình.



Bắt đầu lời chào hỏi: Ngay từ lúc còn nhỏ cha mẹ nên rèn cho con thói quen chào hỏi lễ phép: “Con chào bác, con tên là...”. Đừng đợi khi khách hỏi mới trả lời, hãy tự giới thiệu tên họ của mình cho khách nghe trước. Hãy dạy con đứng ngay ngắn, vòng tay lại và đầu

cúi thấp xuống để chào. Cũng như lúc chào hỏi, khi tiễn khách về cũng lễ phép vòng tay cúi đầu thể hiện sự kính trọng.



Mang trà ra mời khách: Cha mẹ nên khuyến khích con mang trà mời khách. Chắc chắn lúc đó con sẽ nhận được lời khen của khách. Điều đó giúp con cảm thấy vui vẻ và khích lệ.

Dạy con, khi bung trà ra, rót vừa đủ trà vào ly và lễ phép mời khách: “Dạ cháu mời bác uống trà ạ”.

Khi con còn nhỏ, có thể con sẽ sợ sệt và ngại ngùng khi gặp người lạ nhưng đến khoảng năm lớp 3 lớp 4 tiểu học thì con đã có thể bình tĩnh chào hỏi rõ ràng, chững chạc rồi.

Hãy nhìn thẳng và chào với tâm trạng vui tươi.



Nếu con có thể chào hỏi một cách tự nhiên, không e dè...



Biết bưng trà bằng cả hai tay, nhẹ nhàng đặt lên bàn... đã là thành công rồi đấy.

Gợi ý việc làm ở mục này:

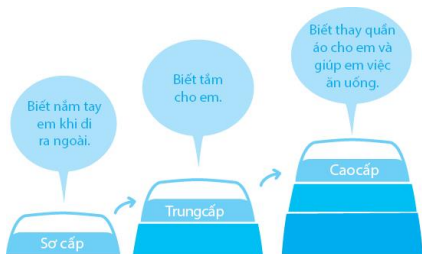
Nhìn xem con đã đặt chén trà ở vị trí thuận lợi nhất cho khách chưa? Có nói chuyện lễ phép, rõ ràng không?

Khi con làm chưa tốt:

Động viên con, "Hãy cùng ra chào khách với mẹ nhé!". Khi con thể hiện sự lo lắng, e dè, cha mẹ đừng ép buộc con mà hãy dắt con cùng ra chào khách.

• CHĂM SÓC EM

Nếu trẻ biết quan tâm, giúp đỡ đứa em nhỏ của mình thì sau này sẽ trở thành người có ích cho xã hội.



Quan hệ con người khi có sự khác biệt về tuổi: Ở trường học, các lớp được phân chia theo độ tuổi giống nhau. Tuy nhiên, vì cuộc sống đô thị hóa mà ngày càng phổ biến mô hình gia đình hạt nhân (gia đình hai thế hệ, bao gồm cha mẹ và con), từ đó cách phân chia này có nhiều thiếu sót vì nó triệt tiêu cơ hội giao thoa của trẻ em ở các độ tuổi khác nhau. Vì vậy, ngày nay cũng có những lớp học mà đối tượng người học được

phân chia theo chiều dọc (không cùng độ tuổi).

Ở trong gia đình cũng vậy, cha mẹ không nên đánh đồng cách cư xử với các con, vì các con đều là trẻ con và đang ở độ tuổi khác nhau. Thay vào đó hãy phát huy ưu thế về sự khác biệt độ tuổi của các bé.

Khi anh chị em có tranh cãi, cha mẹ đứng ra giảng hòa cũng dựa trên sự chênh lệch độ tuổi: “Con là anh lớn nên nhường nhịn em một chút nhé” và “Con là em nhỏ phải lễ phép với anh”,... Bé lớn thì hiểu biết nhiều hơn nên phải quan tâm chăm sóc bé nhỏ, bé nhỏ chưa biết nhiều nên phải nghe lời bé lớn. Hãy dạy con anh em trong nhà phải yêu

thương, tương trợ lẫn nhau.



Những việc bé lớn có thể làm được: Việc tắm cho bé nhỏ thường khá bận bịu, mẹ sẽ phải luôn tay luôn chân chăm sóc con. Những lúc như vậy, nếu khôn khéo nhờ cậy sự giúp đỡ của bé lớn thì sẽ rất tốt: “Tắm xong con nhớ lau người và mặc đồ cho em giúp mẹ luôn nhé”,... Nếu bé nhỏ nằng nặc đòi mẹ tắm thì nói: “Bây giờ mẹ đang bận tay nên chị sẽ tắm cho con nhé”, khi đó, dù miễn cưỡng, con cũng sẽ đồng ý để chị tắm.

Trong khi mẹ chuẩn bị bồn tắm, mẹ có thể nhờ bé lớn: “Con ơi, cởi áo quần cho em rồi dặt em vào đây cho mẹ nhé”. Việc bé lớn giúp mẹ như vậy vừa đỡ cho

mẹ một phần thời gian và công sức, vừa giúp gắn kết tình anh chị em trong gia đình. Chính nhờ sự chăm sóc em như thế mà tình yêu thương của anh chị dành cho em càng thêm sâu sắc!

Khi đi ra ngoài cũng vậy, thông thường cha mẹ sẽ dắt tay em còn bé lớn sẽ tự đi. Tuy nhiên, khi hoàn cảnh thuận tiện, cha mẹ hãy dành việc dắt tay em cho bé lớn. Lúc đó, chắc chắn bé lớn sẽ biết trông chừng và bảo vệ em cẩn thận. Cảm giác tự hào làm người anh lớn, người chị lớn cũng tăng lên.

Ngoài ra, còn rất nhiều tình huống khác trong gia đình mà anh chị em có thể chăm sóc, giúp đỡ nhau, như khi em nhỏ gặp rắc rối hay bế tắc, anh chị có thể cho

lời khuyên hoặc làm giúp cho.

Chăm sóc em.



Bé lớn nắm tay em, bé nhỏ tin tưởng dựa vào anh mình.



Anh chị em trong nhà biết chăm sóc lẫn nhau sẽ có thể nuôi dưỡng lòng tốt, sự lương thiện ở trẻ.

Gợi ý việc làm của mục này:

Nhìn xem con có chăm sóc em bằng thái độ nhẹ nhàng, không bức tức, la hét lên không? Có sát cánh bên em từ đầu đến cuối hay không?

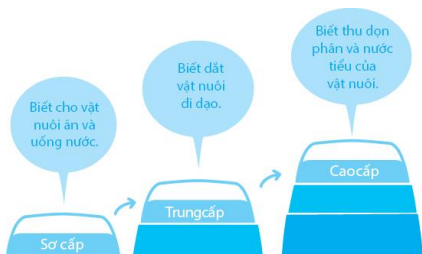
Khi con làm chưa tốt:

Nếu con phàn nàn rằng “Mẹ làm nhanh hơn mà, mẹ cứ nhờ con hoài” thì hãy giải thích với con rằng: “Vì con là anh lớn/chị hai mà!”.

• CHĂM SÓC VẬT NUÔI

Chăm sóc vật nuôi là công việc liên tục mỗi ngày. Dạy trẻ cách chăm sóc thú cưng vừa giúp trẻ nuôi dưỡng tình yêu

thương động vật vừa giúp trẻ có thói quen làm những công việc có tính liên tục, không ngừng nghỉ.



Không bỏ cuộc dù phiền phức: Nếu con biết chăm sóc em nhỏ và giúp đỡ cha mẹ công việc nhà thì rất đáng khen rồi. Nhưng nếu không ai chăm sóc thú cưng thì nó sẽ bệnh mà

chết mất! Trong thực tế, rất nhiều trẻ nói “con muốn nuôi thú cưng” nhưng việc chăm sóc nó thì giao phó toàn bộ cho cha mẹ!

Một khi đã giao trách nhiệm cho con thì chắc chắn con phải tự mình làm. Nếu lúc nào cha mẹ cũng tự tay làm thay thì con sẽ không muốn làm nữa, bởi vì theo lẽ thường ai cũng muốn được thoải mái, rảnh rỗi.

Theo tôi, việc chăm sóc thú cưng là việc khó nhọc, nên một khi trẻ đã có lòng kiên nhẫn trong việc chăm sóc thú cưng thì trẻ cũng có thể theo đuổi bất cứ việc gì đến cùng. Vì vậy, dù phiền phức và mất thời gian, nhiệm vụ của cha mẹ là định hướng để con kiên nhẫn làm mọi việc cho đến đích cuối cùng.



Tự giác làm: Việc cho thú cưng ăn uống là công việc đơn giản, chỉ cần nhớ khung thời gian là con có thể tự làm mà không cần đợi cha mẹ nhắc. Cũng như khi thấy tô đựng thức ăn của thú cưng bị dơ, con có thể tự giác mang đi rửa? Cha mẹ chỉ cần hướng dẫn cho con một lần cách rửa như thế nào và rửa ở đâu thôi, sau đó trẻ sẽ tự giác làm được hết.

Việc dắt thú cưng đi dạo cũng tương tự vậy. Hãy dạy con không cần cha mẹ nhắc nhở, cứ theo như lời trẻ đã hứa với thú cưng mà đến giờ thì tự động đi thôi. Ngay cả khi con vì lý do đặc biệt nào đó mà không làm được thì cũng biết lên tiếng nhờ mẹ: “Mẹ ơi, con bận học bài thi, nhờ mẹ dắt thú cưng đi dạo giúp con, con cảm ơn mẹ”. Dù không thể

hoàn thành công việc nhưng con cũng cần nhớ trách nhiệm của mình như vậy.



Dọn dẹp phân và nước tiểu: Việc khó khăn nhất khi chăm sóc thú cưng là cho chúng đi vệ sinh. Cha mẹ hãy dạy con biết thu dọn chất thải của thú cưng khi dẫn chúng đi dạo. Ở nhà cũng vậy, phải dọn sẵn một nơi cố định để thú cưng biết đi vệ sinh đúng chỗ đó. Nếu con có thể làm tốt những việc như vậy thì có thể yên tâm để con nuôi và chăm sóc thú cưng.

Những lúc con làm tốt, cha mẹ hãy khen ngợi, khích lệ con như: “Giao cho con thì cha mẹ yên tâm rồi” hoặc “Đúng là thú cưng của con”. Khi con cảm nhận được người khác ghi nhận công sức của

mình, con sẽ vui vẻ càng cố gắng làm tốt công việc hơn nữa.

Công việc chăm sóc thú cưng là phải làm đến cùng.



Cùng thú cưng chơi đùa, tản bộ, và quán xuyến mọi việc từ cho ăn uống, tắm rửa, dọn vệ sinh,... Niềm vui lúc nào cũng đi đôi với trách nhiệm. Hãy dạy con biết trách nhiệm của mình trước khi bắt đầu

nuôi thú cưng.

Gợi ý việc làm của mục này:

Nhìn xem con có biết quan tâm đến sức khỏe của thú cưng chưa? Có biết dọn dẹp vệ sinh sạch sẽ cho thú cưng không?

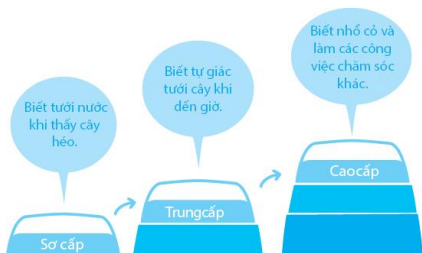
Khi con làm chưa tốt:

Hãy nhẹ nhàng nhắc nhở, “Con biết không, cún con chỉ trông chờ vào một mình con thôi đó!”. Hãy khéo léo làm cho con suy nghĩ rằng: bản thân con dù có nhiều niềm vui khác chẳng nữa thì thú cưng chỉ có một người bạn duy nhất là con thôi.

• CHĂM SÓC CÂY CỎI

Cũng giống như chăm sóc thú cưng,

việc chăm sóc cây cối cũng liên quan đến khả năng làm việc liên tục.



Chỉ là việc tưới nước, nhưng mà... Nói đến chăm sóc cây cối, vườn tược, việc đầu tiên ta nghĩ đến là tưới cây. Nghe thì có vẻ đơn giản nhưng nếu vô tình quên không làm vài ngày thì cây nhanh chóng sẽ bị khô héo. Đối với con trẻ, việc cầm vòi xịt tưới nước cho cây là việc rất thích thú. Cùng cha mẹ chăm

sóc cây cối, hoa kiểng sẽ nuôi dưỡng lòng yêu thiên nhiên trong con.

Khác với việc chăm sóc nhà cửa, việc chăm sóc cây cối có thể mang đến cảm giác tươi mới, tràn đầy sức sống. Vào những ngày đẹp trời, chỉ cần làm việc chăm sóc vườn cây trong nhà thôi, cả gia đình có thể hưởng thụ cảm giác khoan khoái dễ chịu như đang đi nghỉ dưỡng vậy.

“Bí quyết” của việc tưới cây là khi thấy bề mặt đất khô thì chính là lúc thích hợp để tưới nước. Trẻ nhỏ thường tưới cây bằng cách là cầm bình tưới từ trên cao xuống, nhưng như vậy có thể làm gãy rụng hoa. Cha mẹ hãy hướng dẫn con tưới nước lên phần lá mọc sát mặt đất trong chậu, tưới cho đến khi thấy nước

vừa chảy ra từ phía dưới chậu thì dừng.

Đồng thời cũng dạy con cách tưới cây theo mùa, vào mùa hạ mát mẻ thì tưới buổi sáng hoặc buổi chiều, mùa đông thì tưới vào buổi trưa. Ngoài ra, dặn con khi tưới cây, để ý nhặt bỏ những cuống hoa bị tàn rụng.



Nhổ cỏ dại: Chỉ cần có đất, cỏ dại sẽ có cơ hội phát triển, hãy cùng với con nhổ cỏ dại. Bí quyết diệt cỏ dại là nhổ cỏ tận gốc, nếu còn sót lại gốc rễ thì cỏ dại sẽ sớm mọc trở lại. Khi gặp chỗ đất cứng thì dùng cái xẻng nhỏ xắn từng xắn nhỏ vào xung quanh gốc rồi búng nó lên.

Sau khi nhổ sạch cỏ dại, thu dọn gốc rễ

vào túi và bỏ vào thùng rác. Rũ bỏ sạch phần đất dính trên rễ gốc trước khi bỏ vào túi rác. Chú ý đến trang phục khi làm công việc này: mang găng tay, đội nón, mặc quần dài để tránh bị côn trùng chích,...

**Công việc chăm sóc cây sẽ trở nên nhẹ nhàng và vui vẻ
khi nắm được bí quyết,**



Nằm gốc rễ cỏ dại rồi dần dần xói lên,...



Tưới nước lên phần lá mọc sát dưới đất thay vì tưới trực tiếp lên hoa.

Gợi ý việc làm của mục này:

Nhìn xem con đã tưới nhẹ nhàng đủ lượng nước cho cây chưa? Đã búng hết gốc rễ cỏ dại chưa?

Khi con làm chưa tốt:

Khuyến khích con, “Những bông hoa đang mỉm cười kia con!”. Hãy cho con cảm thấy rằng những bông hoa cũng cảm nhận được niềm vui như con người khi được con chăm sóc cẩn thận.

ĐÀN ÔNG, CON TRAI CŨNG PHẢI LÀM VIỆC NHÀ

Phải chăng việc nhà là chỉ dành cho phụ nữ, con gái? Trong sách trước, tôi có nhắc đến “Bộ sưu tập những câu nói cấm kỵ”, và trong thực tế còn một câu nói cấm kỵ nữa, đó là: “Bởi vì tôi là con trai!”.

Thực tế, đối với những gia đình vừa có con trai và con gái thì con gái thường được nhờ cậy làm việc nhà nhiều hơn con trai. Con trai cũng theo nề nếp của gia đình, khi được nhờ cậy làm một việc gì đó thường chẳng động đậy mà dùng lý lẽ: “Đừng có bắt con trai làm những việc dành cho con gái”.

Chưa kể có những trường hợp ông bà cũng nói thêm vào: “Vì cháu là con trai cho nên không cần biết nấu ăn làm gì

cho một, cứ lớn lên lấy vợ rồi vợ nấu cơm ngon cho mà ăn”,...

Cha cũng tham gia làm việc nhà: Tất nhiên ai cũng có công việc và vai trò của mình trong gia đình. Thông thường, cha sẽ chăm lo vấn đề kinh tế tài chính, còn mẹ quán xuyến việc nhà cửa. Tuy nhiên nếu cha có suy nghĩ định kiến “việc nhà là việc của mẹ”, trong khi mẹ bận túi bụi với núi công việc nhà, cha thì ngồi xem tivi thư giãn, đợi đến giờ ăn cơm mới có mặt trên bàn ăn thì con trẻ cũng sẽ bị ảnh hưởng theo lối suy nghĩ như vậy.

Con trẻ chịu ảnh hưởng từ suy nghĩ và hành động từ cha nhiều hơn từ mẹ trong công việc nhà. Vì vậy, để con có ý thức tham gia làm việc nhà, bằng mọi cách cha mẹ phải bàn bạc, hợp tác chia sẻ với

nhau để con nhìn theo mà học hỏi.

Trong thời hiện đại, nếu con trai lúc nào cũng sống trong sự bảo bọc của mẹ, không biết nấu ăn, không biết làm việc nhà, thì sẽ gặp khá nhiều vất vả khi bắt đầu một cuộc sống tự lập.



PHẦN 5: GIÁO DỤC ĐỜI SỐNG TINH THẦN PHONG PHÚ CHO CON - NHỮNG VIỆC CẦN LÀM TRONG NĂM



Trong năm có rất nhiều lễ hội truyền

thống, cũng là khoảng thời gian có rất nhiều việc nhà cần làm. Những sự kiện đó vừa là niềm vui của đời sống gia đình vừa là cơ hội để giáo dục trẻ nâng cao đời sống tinh thần.

Công việc chuẩn bị cho các ngày lễ khá vất vả và tốn thời gian. Cha mẹ cùng con cái hãy cảm nhận bầu không khí háo hức, và tự hào khi có thể chào đón các ngày lễ lớn trong năm một cách tươm tất, trọn vẹn.

TẬN HƯỞNG KHÔNG KHÍ LỄ HỘI - GHI NHỚ LỊCH CÔNG VIỆC

CẦN LÀM THEO MÙA

Lễ hội truyền thống khi được cảm nhận theo thời tiết, mùa màng thì càng làm

cho đời sống tinh thần phong phú. Tùy theo hoàn cảnh của mỗi gia đình mà đón mừng lễ hội theo thông lệ hàng năm. Trước hết cha mẹ phải là người phấn khởi hào hứng, nhấn mạnh tầm quan trọng của việc tổ chức lễ hội truyền thống.

Tháng
01

Lễ Tết năm mới. Ăn món cháo nấu từ 7 loại cỏ.

Tháng
02

Lễ hội tiết phân (ngày cuối đông).



Tháng
03

Lễ hội nhày của bé gái – Lễ hội ngắm hoa Anh đào.

Tháng
04

Lễ hội khai giảng năm học mới.

Tháng
05

Ngày dành cho bé trai.

Tháng
06

Lễ hội thay đổi quần áo theo mùa. (trang 179)



Tháng
07

Lễ Tết Thất tịch.



Tháng
08

Lễ xá tội vong nhân.

Tháng
09

Tết Trung thu.



Tháng
10

Lễ thay đổi quần áo theo mùa. (trang 179)



Tháng
11

Ngày lễ cho trẻ lên 3, 5, 7 tuổi.

Tháng
12

Giáng sinh – Tổng vệ sinh. (trang 182)



Công việc xoay vòng trong một năm: Cuộc sống luôn xoay vòng hết ngày này sang ngày khác. Mặc dù, vẫn có thể suy nghĩ theo kiểu đại khái là không có sự kết thúc, không có gì thay đổi to tát thì không cần bận tâm. Nhưng chính sự xoay vòng đó mà cuộc sống có

sự đa dạng phong phú.

Vòng quay mỗi ngày chồng chất càng dày thì cũng là lúc bắt đầu vòng quay của một năm. Cứ vận hành như thế, trong không biết bao nhiêu vòng tuần hoàn của cuộc sống, và tại một thời điểm nào đó, chúng ta hồi tưởng lại những sự kiện đã qua và mong chờ những sự kiện sắp đến, toàn bộ quá trình ấy mang lại cho tâm hồn con người cảm giác yên bình.

Phải chăng so với người lớn thì cơ thể trẻ con cảm nhận thời gian trôi qua một cách rõ nét hơn. Trẻ con lớn lên từng ngày, hôm nay đã khác với hôm qua, ngày mai chắc chắn sẽ không giống hôm nay. Chính trong thời kỳ mà sự phát

triển của trẻ chỉ có thể là một đường thẳng tiến đi lên này, cha mẹ cần dạy cho trẻ cảm nhận về niềm khoan khoái của sự xoay vòng đồng đánh của nữ thần thời gian.

Tại đây, tùy theo hoàn cảnh của mỗi gia đình cha mẹ có thể chọn ra những lễ hội mùa màng để đón mừng, giúp cả nhà thông qua những công việc chuẩn bị lễ hội mà trực tiếp cảm nhận không khí đón chào vòng xoay thời gian của một năm.



Công việc chuẩn bị: Đón mừng lễ hội năm mới hoặc khi ăn bánh nếp (dango*) trong lễ hội ngắm trăng vào dịp trung thu có thể là một niềm vui tột bậc đối với trẻ, tuy nhiên, niềm vui thật sự

của việc tổ chức đón mừng lễ hội hơn hết chính là tâm trạng hồi hộp háo hức và tâm hồn tươi mới trong khi làm các công việc chuẩn bị và sắp xếp cho lễ hội.

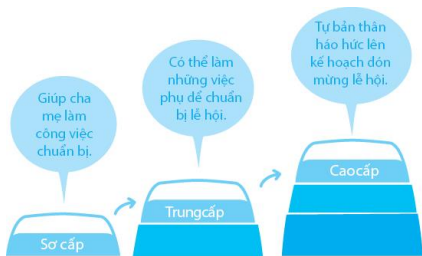
** Một loại bánh trôi của Nhật Bản, làm từ bột nếp và bột gạo, luộc qua nước sôi, sau đó được xiên vào que tre, nướng lại, ăn với nước sốt làm từ nước tương.*

Việc vừa suy nghĩ về lễ hội năm này vừa bày các dụng cụ, vừa suy nghĩ về lễ hội năm tới để sắp dọn đồ đạc chính là cách tạo ra cơ hội cho trẻ có những trải nghiệm ý nghĩa trong quá trình giúp đỡ cha mẹ chuẩn bị đón mừng lễ hội.

VIỆC LÀM THEO LỄ HỘI MÙA MÀNG TRONG MỘT NĂM

• LỄ HỘI THEO MÙA

Khi con hình thành thói quen tiếp nhận, kế thừa văn hóa về lễ hội truyền thống từ cha mẹ, con sẽ cảm nhận được sự an toàn với tư cách cá nhân, và tự tin hơn về chính mình.



Lễ hội theo mùa là văn hóa của gia đình: Đa số các trường mầm non, các trung tâm văn hóa ở trường học đều

có tổ chức các lễ hội truyền thống. Dù vậy, tại nhà, cha mẹ cũng nên cùng với các con hân hoan tổ chức đón chào lễ hội mùa màng.

Nếu năm nào gia đình cũng đầu tư công sức tổ chức lễ hội theo những cách thức khác nhau thì sẽ rất phiền hà và tốn kém. Vì vậy, mỗi gia đình nên tự đưa ra quyết định về cách thức truyền thống để chào đón từng loại lễ hội, rồi hằng năm, cứ đến dịp là lại tổ chức theo truyền thống ấy, sẽ tiện hơn rất nhiều.

Hơn nữa, để tổ chức hoàn hảo tất cả các dịp lễ hội trong năm là điều không dễ dàng. Mỗi gia đình chỉ nên chọn ra một vài dịp lễ hội ý nghĩa với cả nhà và mọi người trong gia đình đều có thể tận

hưởng niềm vui khi cùng nhau tổ chức. Ví dụ, “nhà mình năm này không tổ chức lễ hội Thất tịch, mà sẽ tổ chức Tết Trung thu, cùng ngắm trăng và ăn dango” v.v...

Đối với trẻ em, một “điều gì đó khác đi một chút so với cuộc sống bình thường” sẽ khiến các bé rất thích thú. Vì vậy, hãy tận dụng sự hào hứng đầy năng lượng này của trẻ, khi trẻ đang hứng khởi muốn giúp một tay cho công việc chuẩn bị đón lễ hội. Thêm nữa, giao cho con thực hiện các khâu chuẩn bị lễ hội cũng là cách để con rèn luyện tính hệ thống, biết hoàn thành từ khâu, từng công việc nhỏ để kết nối lại thành một khâu lớn, tức cả buổi lễ hội.



Dạy cho con biết cách tổ chức của gia đình:

Tết đầu năm mới: Dịp tết mỗi năm đều bày biện, trang hoàng những thứ giống nhau, nhưng điều đó không dẫn đến nhàm chán, ngược lại, hàng năm, cứ bày biện trang hoàng những món đồ này là sẽ cảm giác không khí tết tràn về. Vậy tết đầu năm nên trang hoàng như thế nào đây?

Sau khi cân nhắc, nếu quyết định trưng bày ra Oju (hộp đựng thức ăn nhiều tầng để trang hoàng vào dịp tết), Kagamimochi (tháp bánh Mochi để cúng vào dịp tết) và Toshoki (bộ ly tách dùng để cúng rượu tổ tiên vào dịp tết) để cảm nhận không khí tết đến, thì hãy theo

đó cùng con hân hoan làm công việc chuẩn bị.

Cha mẹ nên chính miệng dạy con hiểu rằng: Mỗi vật đều mang ý nghĩa biểu trưng riêng, nên dù năm nào cũng trưng bày trùng lặp các đồ vật, thì cũng không nên thay đổi. Hãy dạy con hiểu rằng tôn trọng truyền thống mới là cách chuẩn bị đúng lễ.

Lễ hội theo mùa: Lễ hội Momo No Sekku (lễ hội cho bé gái) và lễ hội Tango no Sekku (lễ hội cho bé trai) sẽ được tổ chức tùy theo gia đình có con trai hay con gái. Lễ này không cần tổ chức phô trương, chỉ nên nhẹ nhàng tổ chức một buổi kỷ niệm ấm cúng. Ngày hội của bé gái có thể làm món Chirashi zushi (Sushi thập cẩm), còn ngày hội

của bé trai thì ăn món Chimaki (bánh gạo gói trong lá tre). Cứ như thế đều đặn tổ chức mỗi năm, một khi đã trở thành tập quán rồi thì năm nào đến dịp trẻ cũng sẽ háo hức mong chờ. Tương tự như thế, trẻ sẽ mang tâm trạng mong đợi tới ngày lễ Thất tịch, hay ngày lễ ăn món cháo nấu từ bảy loại cỏ...

Lễ hội Ngắm hoa: Khi dạy con Sakura Mochi (bánh mochi bọc bằng lá anh đào) là loại bánh ăn mỗi dịp đến lễ hội hoa anh đào, thì khi được ăn món bánh này, con sẽ nghĩ: “A! Đến lễ hội ngắm hoa rồi đấy nhỉ!”. Dịp Trung thu, dưới trăng sáng vàng vạc, chỉ cần mua bánh Dango về và nói với con “Hôm nay chúng ta dành thời gian ngắm trăng”, thì mỗi dịp Trung thu đến, con sẽ không

phân vân mà biết nên làm gì. Những thời khắc ấm cúng cùng con ngắm trăng, nghe tiếng con reo vui “A! Trăng hôm nay tuyệt đẹp”, là quý giá không gì thay thế được.

Mỗi gia đình có cách đón mừng lễ hội khác nhau, nhưng việc tổ chức lễ hội cơ bản là giống nhau.





Việc chuẩn bị sao cho phù hợp với ý nghĩa nguồn gốc của lễ hội là việc cần được tuân thủ.

Gợi ý việc làm của mục này:

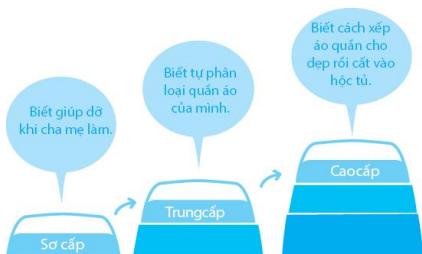
Không chỉ dạy con việc trang trí, phục vụ đồ ăn, mà còn phải dạy con giúp cha mẹ trong quá trình chuẩn bị.

Khi con làm chưa tốt:

Hãy động viên con, "vui quá phải không con!". Khi cha mẹ thể hiện niềm vui thì các con cũng cảm nhận được bầu không khí vui vẻ.

• SẮP XẾP TỦ QUẦN ÁO

Nên có sự sắp xếp thay đổi tủ quần áo dùng suốt một năm, việc đó sẽ giúp con rèn luyện tính coi trọng đồ vật.



Thay đổi tủ quần áo là cơ hội để chăm sóc quần áo: Thay đổi tủ quần áo không đơn giản chỉ là lấy hết quần áo mùa hè ra và thay vào bằng quần áo mùa đông. Đây là cơ hội để tổng kiểm tra quần áo và công việc chăm sóc cần thiết cho quần áo. Việc thay đổi tủ quần áo

nên tiến hành vào mùa xuân và mùa thu. Tuy nhiên, thời gian gần đây thời tiết hay thay đổi cho nên mỗi gia đình hãy linh hoạt thay đổi thời gian sắp xếp tủ quần áo của mình.



Loại quần áo không thích hợp sử dụng trong mùa sắp tới được phân chia như sau:

- **Những quần áo còn mới hoặc chưa mặc:** Dem ra phơi qua cho thoáng khí rồi xếp gọn gàng và cất lại vào tủ.
- **Quần áo bị dơ ít:** Lấy bàn chải chà nhẹ, hoặc lấy khăn vắt khô nước lau qua rồi đem phơi sau đó xếp cất gọn gàng.

- **Quần áo dơ nhiều:** Nhanh chóng lấy ra giặt rồi xếp cất, nếu cứ để thế thì có thể quên hết tháng này qua tháng nọ.

- **Quần áo không sử dụng được nữa:** Đồ mới mà bị chật có thể mang tặng cho người thân, đồ cũ thì đem tái chế,... Chỉ dạy cho trẻ cách phân loại quần áo cũ một cách cụ thể rõ ràng.

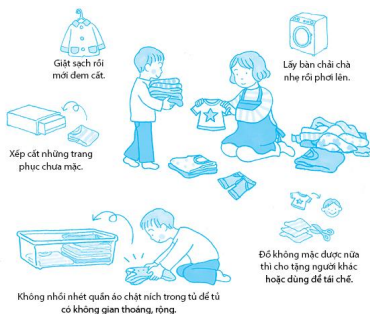
Nhờ nhìn lại quần áo cũ mà phát hiện ra “mới có nửa năm mà mình đã cao lên 5 cm rồi” hoặc “bộ đồ này là của anh họ tặng nè, mặc trong dịp đón tết năm mới vừa rồi”,... việc đó sẽ dâng trào trong con niềm vui khi nhớ lại những kỷ niệm đẹp.



Cách sắp xếp quần áo vào

tủ: Kiểm tra tay sạch sẽ trước khi sắp xếp quần áo sạch vào tủ. Khi xếp cất quần áo, hãy xếp theo cách xếp áo hai trục (tham khảo cách xếp này ở trang 73). Đối với quần áo treo lên móc, chú ý đừng làm hình dáng quần áo bị lệch khi treo.

Cách chăm sóc khác nhau tùy từng loại trang phục.



Việc làm gợi ý của mục này:

Nhìn xem con có tự biết loại quần áo nào phù hợp với từng mùa không? Có sắp xếp tủ đựng quần áo cẩn thận không?

Khi con làm chưa tốt:

"Hãy mang khẩu trang vào con nhé!". Có nhiều khả năng, khi thay học tủ quần áo, có những hạt bụi nhỏ ẩn chứa lâu ngày bay ra, nên nhớ mở cửa sổ ra cho thoáng và mang khẩu trang khi làm.

• TỔNG VỆ SINH

Tổng vệ sinh thì một năm phải làm một lần, đó là dịp chuẩn bị chào đón năm mới.

Tổng vệ sinh ví như là “một sự kiện” của gia đình: Khi cả nhà cùng nhau làm việc nhà thì sẽ có sự gắn kết của một gia đình thực sự.

Những sự kiện tiến hành làm trong năm như là tổng vệ sinh sẽ làm sâu sắc thêm sợi dây kết nối tình cảm gia đình. Đặc biệt là đối với cha, vốn ngày thường ít

tiếp xúc với công việc nhà thường xuyên thì đây là cơ hội để tâm đến việc phụ giúp mẹ và con.

Vì đây là một sự kiện của gia đình cho nên việc lên kế hoạch trước là điều nên làm, ví dụ như: “Ngày 28/12 này làm tổng vệ sinh nhé, con muốn làm phần việc nào?” hay “Chúng ta chuẩn bị đồ cúng lúc 5 giờ con nhé”. Việc mọi người cùng đi mua khăn, chổi lông, cây lau nhà và các loại dụng cụ khác đối với trẻ cũng là niềm vui.



Làm như thế nào là tốt đây: Nói là “tổng vệ sinh” nhưng thực tế không cần phải dọn dẹp tất cả mọi thứ trong phạm vi rộng lớn. Tùy vào mỗi gia đình, cha mẹ khéo léo phân công khu vực cần

dọn dẹp cho con. Dưới đây là một số ví dụ về việc phân công.

- **Làm vệ sinh phòng khách:** Sau khi cả nhà cùng nhau sắp xếp dọn dẹp, cha mẹ hãy giao cho con trách nhiệm lau cửa kính, cha nhận nhiệm vụ xử lý những đồ vật trên cao (các thiết bị chiếu sáng) và di chuyển các vật nặng, còn mẹ sẽ quét và lau sàn.

- **Làm vệ sinh phòng ngủ:** Mẹ sẽ giặt và phơi ra giường, chăn mền, trong khi con phụ trách hút bụi dưới sàn.

- **Làm vệ sinh phòng tắm:** Công việc này sẽ do hai cha con cùng làm. Trong khi con lau sàn và sắp xếp, thay mới đồ đạc thì cha lau trần nhà và phụ trách các công việc có sử dụng hóa chất tẩy rửa.

- **Làm vệ sinh hành lang:** Công việc dành cho các con tự mình hoàn thành.

Sau đó cả nhà sẽ cùng trang hoàng đón Tết. Vào buổi tối, nấu một bữa ăn thịnh soạn hơn ngày thường một chút, cha cầm ly bia, mẹ và con cầm ly nước ngọt cùng nâng ly chúc nhau sau một ngày lao động nặng nhọc.

Cả nhà cùng làm thì công việc sẽ nhanh hoàn thành.



Sau khi phân công nhiệm vụ, mọi người cùng chuyên tâm làm việc với cảm giác sắp sửa đón Tết khắp khởi trong lòng, công việc sẽ chẳng mấy chốc được hoàn thành tươm tất.

Gợi ý việc làm cho mục này:

Nhìn xem con có vui vẻ chuyên tâm làm không? Để đón chào năm mới con có làm tổng vệ sinh cẩn thận không?

Khi con làm chưa tốt:

Nếu con cảm thấy mệt và không muốn làm khi đang làm giữa chừng thì cha mẹ hãy giao cho con từng việc nhỏ thôi. Và đương nhiên không được quên chuẩn bị bữa ăn giải lao cho con.

VỀ TÁC GIẢ - TATSUMI NAGISA

Tác giả Tatsumi Nagisa sinh năm 1965 tại tỉnh Fukui, Nhật Bản. Bà tốt nghiệp Đại học Ochanomizu và đã trải qua các vị trí công việc như: biên tập viên, nhà báo, tư vấn marketing tự do... Bà vừa là nhà văn, vừa là người đại diện của Công ty Kajiyuku. Năm 2000, bà viết tác phẩm “Nghệ thuật vứt bỏ” do Công ty Takarajima phát hành 1.000.000 bản và trở thành cuốn sách bán chạy nhất.

Phương châm nuôi dạy con của bà là: “Cha mẹ cần dạy con biết sống tự lập”. Bà đã thực hiện dự án viết sách, thuyết

trình những khóa dạy ngắn hạn về chủ đề “Rèn luyện con trẻ thói quen làm việc nhà”. Bà là mẹ của một cậu con trai và một cô con gái. Hàng ngày, bên cạnh công việc viết lách và giảng dạy, bà vẫn dành thời gian nhiều để chăm sóc nuôi dạy con.

Tháng 10 năm 2008, bà bắt đầu thực hiện thuyết giảng khóa dạy “Bí quyết dạy trẻ làm việc nhà”.

Những tác phẩm đã xuất bản:

“K O D O M O W O N O B A S U
O T E T S U D A I”

- Bí quyết giúp con trưởng thành từ hoạt động giúp việc.

“KODOMO WO NOBASU MAINICHI
NO RUURU”

- Các quy tắc hàng ngày giúp trẻ phát triển.

“KODOMO WO NOBASU
TESHIGOTO-CHIKARA SHIGOTO”

- Công việc thủ công và thể lực giúp trẻ lớn lên (3 quyển thuộc công ty cổ phần Iwasakishoten) “NIHONJIN NO SHINSAHOU” (GENDOUSA)

- Phép xã giao mới của người Nhật (Công ty cổ phần Gentosha)

“OTONA NO TAIKABAN -
KOREGADEKIREBA ICHININMAE”

- Dấu hiệu của sự trưởng thành là có thể

hoàn toàn tự lo cho bản thân

(Nhà xuất bản PARCO)