

**Không Ai Hoàn Hảo**

# TÀI LIỆU HƯỚNG DẪN

**DÀNH CHO HƯỚNG DẪN VIÊN**



**CHƯƠNG TRÌNH LÀM CHA MẸ**  
**VÌ SỰ PHÁT TRIỂN TOÀN DIỆN CỦA TRẺ EM VIỆT NAM**

Chương trình làm cha mẹ “Không Ai Hoàn Hảo” Việt Nam – Tài liệu hướng dẫn dành cho Hướng dẫn viên, Ấn bản đầu tiên (thí điểm): tháng 5, 2019

Bản quyền cho Chương trình Làm cha mẹ “Không Ai Hoàn Hảo” Việt Nam do UNICEF Việt Nam giữ, thông qua thỏa thuận với Tổ chức Y tế Công cộng Canada. Các điều khoản của bản quyền bao gồm:

Các điều khoản của bản quyền bao gồm:

- **MIỄN PHÍ SỬ DỤNG:** Các tài liệu của chương trình làm cha mẹ “Không Ai Hoàn Hảo” phải được cung cấp miễn phí;
- **ĐÀO TẠO:** Đào tạo tập huấn cho các hướng dẫn viên để thực hiện theo Tài liệu bản quyền chỉ được thực hiện bởi các giảng viên đã có chứng nhận;
- **SỬA ĐỔI:** Không được phép thay đổi, chỉnh sửa hoặc dịch thuật các Tài liệu bản quyền mà không được chấp thuận trước;
- **THỰC HIỆN:** Việc thực hiện chương trình sử dụng Tài liệu bản quyền chỉ có thể được tiến hành bởi các hướng dẫn viên đã được tập huấn;
- **GIÁM SÁT:** Số liệu thu thập từ việc thực hiện Tài liệu bản quyền sẽ được chia sẻ với chủ sở hữu Bản quyền để thể hiện tầm ảnh hưởng và đảm bảo tính toàn vẹn của chương trình.

*Nghiêm cấm bất cứ thay đổi điều khoản nào của Bản quyền.*

© 2019, Tổ chức Y tế Công cộng Canada

Không Ai Hoàn Hảo

**TÀI LIỆU  
HƯỚNG DẪN**  
**DÀNH CHO HƯỚNG DẪN VIÊN**

# LỜI GIỚI THIỆU

Tài liệu hướng dẫn dành cho Hướng dẫn viên của chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” Việt Nam là cuốn tài liệu thực tế cho các hướng dẫn viên, người sẽ học để làm việc với chương trình. Đây là tài liệu quan trọng, vừa dùng để tập huấn, vừa là nguồn cung cấp thông tin tham khảo cần thiết cho các hướng dẫn viên sau này.

Mười phần trong cuốn tài liệu này sẽ cung cấp các thông tin cơ bản, những hướng dẫn cho việc hỗ trợ, những tư vấn cho việc lập kế hoạch và tổ chức chương trình “Không Ai Hoàn Hảo”, mà còn là các công cụ đặc lực hỗ trợ công việc của hướng dẫn viên.

**Phần 1:** Chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” là gì?

**Phần 2:** Các khái niệm chính

**Phần 3:** Vai trò của hướng dẫn viên

**Phần 4:** Nhiệm vụ của Hướng dẫn viên

**Phần 5:** Cách tiếp cận thực tế để làm việc với cha mẹ

**Phần 6:** Tổ chức chương trình “Không Ai Hoàn Hảo”

**Phần 7:** Lập kế hoạch chương trình “Không Ai Hoàn Hảo”

**Phần 8:** Lập kế hoạch cho buổi sinh hoạt

**Phần 9:** Các hoạt động và công cụ

**Phần 10:** Các mẫu biểu

Những thông tin trong cuốn hướng dẫn này là điểm khởi đầu để học và phát triển thành một hướng dẫn viên. Bạn sẽ thấy rằng giống như mỗi người cha, mẹ có một đặc điểm riêng, mỗi nhóm đều có những cá tính riêng.

Có những thứ phù hợp với một này chưa chắc đã phù hợp với nhóm khác. Có những nhóm sẽ hầu như tự phát triển nhóm, trong khi có những nhóm khác sẽ phụ thuộc vào các kỹ năng làm hướng dẫn viên của bạn. Mỗi nhóm sẽ mang đến cho bạn cơ hội để mở rộng kỹ năng và hiểu biết về các cha mẹ trong cộng đồng của mình. Làm việc trong một chương trình lấy người tham gia làm trung tâm có nghĩa là người hướng dẫn viên cũng sẽ học được nhiều trong suốt tiến trình như các cha mẹ.

Phiên bản này của Tài liệu Hướng dẫn viên thuộc Chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” Việt Nam được xây dựng dựa trên kinh nghiệm của các huấn luyện viên, giảng viên, và hướng dẫn viên của Chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” của Canada trong suốt 25 năm qua.

# MỤC LỤC

## **Phần 1: Chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” là gì? .....9**

- Chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” dành cho ai?
- Một số thông tin cơ bản
- Cơ sở của chương trình “Không Ai Hoàn Hảo”
- Chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” hoạt động như thế nào?
- Chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” có hiệu quả không?
- Các tài liệu của chương trình

## **Phần 2: Những khái niệm chính.....17**

- Tôn trọng các giá trị sống
- Học từ trải nghiệm

## **Phần 3: Vai trò của Hướng dẫn viên .....22**

- Hướng dẫn viên là ai?
- Hướng dẫn theo cặp

## **Phần 4: Nhiệm vụ của Hướng dẫn viên .....29**

- Lắng nghe chủ động
- Nói chuyện hiệu quả
- Thiết lập bầu không khí làm việc theo nhóm
- Thu hút sự tham gia của các cha mẹ
- Khám phá các giá trị sống
- Thể hiện sự linh hoạt
- Hỗ trợ một số tình huống thường gặp

## **Phần 5: Cách tiếp cận khi làm việc với cha mẹ.....45**

- Làm việc với cha mẹ chưa thành niên
- Làm việc với những ông bố
- Làm việc với cha mẹ có trình độ đọc viết thấp
- Làm việc với cha mẹ với các nét văn hóa khác nhau

**Phần 6: Tổ chức thực hiện Chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” .....59**

Xác định danh sách cha mẹ tham gia nhóm

**Phần 7: Lập kế hoạch Chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” .....68**

Xây dựng kế hoạch chương trình “Không Ai Hoàn Hảo”

Tìm hiểu nguyện vọng và nhu cầu của cha mẹ trong nhóm

Cân nhắc việc phát triển nhóm khi lập kế hoạch

Xây dựng khung chương trình

Giám sát đánh giá chương trình

**Phần 8: Lập kế hoạch cho buổi sinh hoạt .....78**

Lập kế hoạch cho từng buổi sinh hoạt

Quyết định nội dung và cách thức làm việc

Lập kế hoạch giúp bạn hoàn thành mục tiêu

**Phần 9: Các hoạt động và công cụ hỗ trợ học tập .....91**

Các hoạt động nhóm

Các công cụ hỗ trợ học tập

Vòng tròn

Động não

Các trò chơi

Đặt câu hỏi

Thảo luận

Hoạt động đóng vai

Cách tiếp cận các vấn đề

Thuyết trình

Các hoạt động học mẫu

Các hoạt động khởi đầu mẫu

Các hoạt động giám sát

Sử dụng tài liệu của chương trình “Không Ai Hoàn Hảo”

**Phần 10: Các mẫu biểu .....121**

Thông tin về cha mẹ

Mẫu A: Kế hoạch buổi sinh hoạt

Mẫu B: Kế hoạch buổi sinh hoạt

Nhật ký buổi sinh hoạt



# PHẦN 1:

## CHƯƠNG TRÌNH KHÔNG AI HOÀN HẢO LÀ GÌ?

- CHƯƠNG TRÌNH “KHÔNG AI HOÀN HẢO” DÀNH CHO AI?
- MỘT SỐ THÔNG TIN CƠ BẢN
- CƠ SỞ CỦA CHƯƠNG TRÌNH “KHÔNG AI HOÀN HẢO”
- CHƯƠNG TRÌNH “KHÔNG AI HOÀN HẢO” HOẠT ĐỘNG NHƯ THẾ NÀO?
- CHƯƠNG TRÌNH “KHÔNG AI HOÀN HẢO” CÓ HIỆU QUẢ KHÔNG?
- CÁC TÀI LIỆU DÀNH CHO HƯỚNG DẪN VIÊN

# CHƯƠNG TRÌNH “KHÔNG AI HOÀN HẢO” LÀ GÌ?

## CHƯƠNG TRÌNH “KHÔNG AI HOÀN HẢO” DÀNH CHO AI?

“Không Ai Hoàn Hảo” là chương trình dành cho cha mẹ có con nhỏ. Các cha mẹ và người chăm sóc trẻ độ tuổi từ 0 đến 8 có thể tham gia chương trình. Việc tham gia chương trình làm cha mẹ được khuyến nghị nên bắt đầu càng sớm càng tốt, trước khi trẻ 3 tuổi để đạt được những kết quả tốt nhất. “Không Ai Hoàn Hảo” là nơi an toàn cho các cha mẹ và người chăm sóc trẻ có trẻ cùng độ tuổi gặp gỡ và chia sẻ các sở thích và mối quan tâm. Chương trình này luôn miễn phí.



Mặc dù những người tham gia các chương trình có thể khác nhau về lứa tuổi, nền tảng văn hóa, tất cả các cha mẹ tham gia chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” đều có những điểm chung sau:

- Họ mong muốn được tham gia. “Không Ai Hoàn Hảo” là chương trình tình nguyện – không ai bị yêu cầu hay ép buộc phải tham gia
- Họ mong muốn điều tốt đẹp nhất cho con cái của mình
- Họ mong muốn trở thành những người cha mẹ tốt

“Không Ai Hoàn Hảo” không chỉ ra một cách “đúng” duy nhất cho việc làm cha mẹ. Chương trình này giúp cha mẹ nhận ra các điểm mạnh của mình từ đó tìm ra các cách thức tích cực để nuôi dạy con trẻ khỏe mạnh, hạnh phúc.

“Không Ai Hoàn Hảo” là chương trình làm cha mẹ được thực hiện phổ cập rộng rãi ở Canada trong vòng 30 năm qua. Chương trình đã được xây dựng để đáp ứng các nhu cầu của nhiều đối tượng như cha mẹ trẻ tuổi, đơn thân, gặp khó khăn về mặt địa lý và trở ngại xã hội, có thu nhập thấp, trình độ học vấn thấp hoặc cha mẹ dân tộc thiểu số.

Chương trình này không dành cho các gia đình đang trong thời kỳ khủng hoảng hoặc đang gặp các khó khăn nghiêm trọng.

## MỘT SỐ THÔNG TIN CƠ BẢN

Chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” được phát triển vào đầu những năm 1980 bởi Cơ quan Y tế Canada và được Tổ chức Y tế công Canada sở hữu.

“Không Ai Hoàn Hảo” phù hợp với các tiêu chuẩn của UNICEF cho các chương trình làm cha mẹ và giáo dục sớm (2017), bao gồm hỗ trợ cho sự phát triển “toàn diện” của trẻ; nội dung được thiết kế phù hợp với các độ tuổi phát triển của trẻ và thích ứng với văn hóa và ngữ cảnh; chương trình được xây dựng trên lý thuyết thay đổi dẫn đến kết quả mong muốn. Quan trọng hơn, “Không Ai Hoàn Hảo” thực hiện thông qua cách tiếp cận có sự tham gia, dựa trên các thế mạnh văn hóa và kinh nghiệm làm cha mẹ đã có, và trao quyền cho cha mẹ để đạt được kết quả nuôi dạy con cái tốt.

Sự đơn giản và khả năng thích ứng cao của “Không Ai Hoàn Hảo” khiến cho chương trình này trở thành một mô hình có thể dễ dàng đáp ứng nhu cầu của các cộng đồng văn hóa đa dạng. Chương trình đã được thực hiện tại Nhật Bản, Chi-lê và Mê-xi-cô. Một nghiên cứu thí điểm thực hiện vào năm 2012 tại Việt Nam cho thấy khung chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” được chấp nhận bởi những người tham gia và nhân viên y tế cộng đồng tại Việt Nam, và có khả thi cho việc triển khai trong bối cảnh Việt Nam (Goto et al. 2012).

Năm 2018, Chính phủ Canada và UNICEF Việt Nam đã xây dựng một thỏa thuận cho phép thực hiện chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” ở Việt Nam. Một nhóm các chuyên gia kỹ thuật của UNICEF, các đối tác chính phủ, các chuyên gia tư vấn và các hướng dẫn viên đã tiến hành điều chỉnh tài liệu đào tạo và tài liệu dành cho cha mẹ để đảm bảo sự phù hợp về văn hóa.

Các chương trình đào tạo giảng viên kéo dài 5 ngày cung cấp thông tin về việc thực hiện chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” và phát triển các kỹ năng giúp cho người tham gia học theo hình thức nhóm.

Trong quá trình vận hành chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” đã có một số các đánh giá và báo cáo được thực hiện. Các kết quả nhất quán chỉ ra “Không Ai Hoàn Hảo” là một chương trình nuôi dạy con có hiệu quả, cân bằng giữa tính linh hoạt và tính hệ thống.

Ngay từ khi bắt đầu, “Không Ai Hoàn Hảo” đã có tác động sâu sắc đến sự phát triển của hình thức giáo dục cha mẹ dựa vào cộng đồng. Cách tiếp cận lấy người tham gia làm trung tâm, dựa trên sự tôn trọng và hỗ trợ cho cha mẹ, chương trình đã được áp dụng ở một số các quốc gia.

## CƠ SỞ CỦA “KHÔNG AI HOÀN HẢO”

“Không Ai Hoàn Hảo” được phát triển dựa trên một số cơ sở sau:

- Cha mẹ yêu thương con cái của mình và mong muốn trở thành những người cha mẹ tốt. Họ mong muốn con mình khỏe mạnh và hạnh phúc
- Không ai sinh ra đã biết làm cha làm mẹ. Tất cả các cha mẹ đều cần thông tin và hỗ trợ. Tham gia là thành viên trong một nhóm cha mẹ có thể giúp cho cha mẹ nhận ra điểm mạnh của mình và hiểu được nhu cầu của mình
- Giúp cho cha mẹ thỏa mãn nhu cầu của chính mình là bước quan trọng cho họ thỏa mãn nhu cầu của con cái họ
- Cha mẹ thích các ý tưởng và cách tiếp cận thực tế, tích cực và không tốn kém



“Không Ai Hoàn Hảo” là chương trình lấy người tham gia làm trung tâm. Chương trình dựa trên những điều kiện giúp cho người lớn học tập tốt nhất bao gồm:

- Nền tảng và kinh nghiệm sống của họ được trân trọng và tôn trọng
- Học viên có tiếng nói trong việc quyết định họ sẽ học gì và chương trình dựa trên những gì họ muốn và cần phải học
- Học viên là một thành viên của nhóm hỗ trợ
- Chương trình cho phép học viên xây dựng sự tự tin và tự trọng cá nhân thông qua các cơ hội thử các kỹ năng và hành vi mới

**Mục đích của chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” là nâng cao năng lực của cha mẹ để duy trì và cải thiện sức khỏe con cái của họ.**

CÁC MỤC TIÊU CỤ THỂ:

- Thúc đẩy việc nuôi dạy con tích cực,
- Tăng cường hiểu biết của cha mẹ về sức khỏe, sự an toàn và hành vi của trẻ,
- Giúp cha mẹ xây dựng các kỹ năng sẵn có và học các kỹ năng mới,
- Tăng cường sự tự tin và các kỹ năng ứng phó của cha mẹ
- Tăng cường sự tự giúp và hỗ trợ lẫn nhau, kết nối cha mẹ với các dịch vụ và nguồn lực cộng đồng; và
- Ngăn chặn bạo lực gia đình

## “KHÔNG AI HOÀN HẢO” HOẠT ĐỘNG NHƯ THẾ NÀO?

Chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” gồm 8 buổi sinh hoạt nhóm cha mẹ, xây dựng trên những gì các cha mẹ đã biết và đã thực hiện cho bản thân và con cái của mình. Chương trình bắt đầu từ chính kinh nghiệm và mối quan tâm của cha mẹ và trao cho họ vai trò chủ động trong quá trình học tập. “Không Ai Hoàn Hảo” giúp các cha mẹ xây dựng mạng lưới của chính mình và khuyến khích họ gặp gỡ thường xuyên và mạng lưới này trở thành nơi hỗ trợ và tư vấn cho các thành viên.

Chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” được thiết kế để có tính linh hoạt và có thể tự điều chỉnh để thỏa mãn nhu cầu của cả các cha mẹ và tổ chức tài trợ. “Không Ai Hoàn Hảo” thường được tổ chức theo chuỗi các cuộc sinh hoạt nhóm trong vòng 8 tuần. Mỗi cuộc sinh hoạt dài khoảng 2 tiếng đồng hồ. Chương trình cũng có thể kéo dài thời gian hơn (ví dụ trong vòng từ 10 đến 12 tuần) và các cuộc sinh hoạt cũng có thể lâu hơn (ví dụ, 3 giờ đồng hồ mỗi cuộc). Chương trình cũng có thể thực hiện dưới dạng rút ngắn, như tổ chức các cuộc làm việc cả ngày vào một hoặc vài ngày cuối tuần. “Không Ai Hoàn Hảo” cũng có thể thực hiện theo phương pháp làm việc một-một với từng cha mẹ.

Tại Việt Nam, chương trình được tổ chức tại nhiều bối cảnh (bao gồm cả nông thôn và thành thị), cho rất nhiều nhóm cha mẹ khác nhau như người Kinh, người dân tộc thiểu số và cha mẹ ở tất cả các lứa tuổi.

## CHƯƠNG TRÌNH “KHÔNG AI HOÀN HẢO” CÓ HIỆU QUẢ KHÔNG?

“Không Ai Hoàn Hảo” có hiệu quả đối với các cha mẹ, các hướng dẫn viên và cộng đồng.

### “Không Ai Hoàn Hảo” hiệu quả với cha mẹ

“Không Ai Hoàn Hảo” đã được chứng minh là chương trình có hiệu quả với các cha mẹ không có điều kiện tiếp cận với các chương trình và các hỗ trợ nuôi dạy con cái khác. Một số nghiên cứu đánh giá tác động đã chỉ ra rằng các cha mẹ tham gia vào chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” cảm thấy ít bị cô lập hơn, tháo vát hơn và tăng khả năng đối phó với áp lực và xử lý vấn đề (Kennett, Chislett & Olver, 2011). Với vai trò là cha mẹ, họ cảm thấy tự tin hơn với các kỹ năng nuôi dạy con cái và sử dụng nhiều hơn các phương pháp kỷ luật tích cực và thực hiện nhiều hơn các tương tác tích cực với con cái của mình (Skrypnek & Charchun, 2009).

*“Tôi học được rằng mình không cô đơn. Những người khác cũng đang trải qua những vấn đề tương tự.” - Chia sẻ của phụ huynh.*

*“Tôi được học về bản thân mình. Tôi được học cách lắng nghe các con tôi thay vì mình lên tiếng trước. Bọn trẻ trở nên bình tĩnh và tôi cũng có được sự bình tĩnh kể từ khi tham gia “Không Ai Hoàn Hảo” - Chia sẻ của phụ huynh*

### **“Không Ai Hoàn Hảo” hiệu quả với các hướng dẫn viên.**

Các hướng dẫn viên thấy rằng các kỹ năng và sự thấu hiểu mà họ có được thông qua làm việc trong Chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” rất có ích trong cả các lĩnh vực khác của cuộc sống và sự nghiệp của họ. Tập huấn dành cho các hướng dẫn viên giúp họ xây dựng các kỹ năng và sự tự tin và họ đánh giá đây là nguồn lực quý giá. Rất nhiều các hướng dẫn viên cho rằng những kỹ năng mà họ học được từ chương trình có tác động với công việc và cuộc sống hàng ngày của họ.

*“Tôi từng nghĩ rằng cuộc tập huấn dành cho hướng dẫn viên của “Không Ai Hoàn Hảo” mà tôi tham gia lại tuyệt đến vậy. Tôi đã tham gia hỗ trợ rất nhiều buổi sinh hoạt của chương trình và trở thành giảng viên. Tôi sử dụng các kỹ năng học được từ “Không Ai Hoàn Hảo” theo nhiều cách khác nhau. Các kỹ năng như: lắng nghe, làm việc nhóm, phản hồi và làm thế nào để cho lời khuyên - là một phần của chương trình tập huấn, rất có ích trong cuộc sống và công việc.” -Chia sẻ của Hướng dẫn viên.*

### **“Không Ai Hoàn Hảo” hiệu quả cho cộng đồng**

Từ việc tham gia vào “Không Ai Hoàn Hảo”, cha mẹ biết được và tìm kiếm các dịch vụ và hỗ trợ sẵn có trong cộng đồng (ví dụ như y tế, dinh dưỡng, bảo vệ trẻ em) . Họ cũng nhận biết và tin tưởng các phụ huynh khác và bắt đầu xây dựng các mạng lưới tăng cường sức mạnh cá nhân và cộng đồng.

*“ Chương trình có hiệu quả vì nó tạo điều kiện cho cha mẹ làm việc với các cha mẹ khác và tự tìm ra các giải pháp cho chính mình.” - Chia sẻ của giảng viên chương trình*

*“Chương trình hiệu quả bởi nó tạo cơ hội cho các cha mẹ được gặp gỡ các cha mẹ khác, hỗ trợ lẫn nhau và kết bạn. Chương trình mở rộng mạng lưới hỗ trợ các gia đình” - Chia sẻ của giảng viên chương trình*

## CÁC TÀI LIỆU CỦA CHƯƠNG TRÌNH

“Không Ai Hoàn Hảo” là một chương trình toàn diện với các tài liệu được thiết kế để hỗ trợ các cha mẹ và những người làm việc với họ.

### Tài liệu dành cho cha mẹ

Ba cuốn sổ tay đơn giản, dễ đọc là phần chính của bộ tài liệu của chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” tại Việt Nam dành cho cha mẹ. Tất cả các tài liệu khác của chương trình đều dựa trên ba cuốn sổ tay này. Ba cuốn sổ tay này gồm: Trí tuệ, Sức khỏe và Hành vi. Các kết quả đánh giá từ các cộng đồng dân cư tại các quốc gia khác đã áp dụng chương trình cho thấy các cha mẹ nhận xét các cuốn sổ tay của chương trình dễ đọc và là tài liệu tham khảo tốt (Skrypnek & Charchun, 2009).

Những cuốn sổ tay này không đưa ra các giải pháp mang tính công thức cho mọi tình huống. Thay vào đó, chúng cung cấp cho các cha mẹ thông tin và giúp họ tự tìm ra cách hiệu quả nhất để đối phó với áp lực và những tình huống khó khăn mà họ gặp phải khi làm cha làm mẹ. **Những bức tranh minh họa nhằm mô tả các thông điệp quan trọng, dễ hiểu đối với người đọc ở mọi trình độ.**

Bộ tài liệu dành cho cha mẹ được cung cấp miễn phí cho tất cả những người tham gia chương trình “Không Ai Hoàn Hảo”.

Những chủ đề được đề cập trong ba sổ tay dành cho cha mẹ gồm:

### TRÍ TUỆ

- Trí tuệ và cảm xúc của trẻ phát triển như thế nào?
- Làm thế nào để khuyến khích trẻ học
- Làm thế nào để giúp trẻ phát triển thông qua các hoạt động vui chơi
- Làm thế nào để tìm và chọn lựa các loại đồ chơi khác nhau
- Làm thế nào để tìm kiếm được các nguồn lực và sự hỗ trợ trong cộng đồng

## SỨC KHỎE

- Làm thế nào để nhận ra dấu hiệu khi trẻ bị bệnh
- Cách xử lý khi gặp các bệnh phổ biến ở trẻ
- Làm thế nào để giữ an toàn cho trẻ và phòng tránh thương tích ở trẻ
- Làm thế nào để phát hiện và xử lý tình huống khi trẻ bị bạo hành

## HÀNH VI

- Nên mong đợi gì ở trẻ theo từng độ tuổi
- Làm thế nào để áp dụng cách nuôi dạy con tích cực thông qua khen ngợi và khuyến khích động viên; hướng dẫn hành vi của trẻ một cách hiệu quả; giữ bình tĩnh và duy trì sự gắn kết; đưa ra các quy tắc hợp lý
- Làm gì khi bạn quá tức giận và có thể làm đau trẻ?
- Đánh đòn có gì sai?
- Làm thế nào để xử lý các vấn đề thường gặp về hành vi của trẻ



# PHẦN 2:

## NHỮNG KHÁI NIỆM CHÍNH

- **TÔN TRỌNG CÁC GIÁ TRỊ SỐNG**
- **HỌC TỪ TRẢI NGHIỆM**

# NHỮNG KHÁI NIỆM CHÍNH

## TÔN TRỌNG CÁC GIÁ TRỊ SỐNG

Giá trị sống là những niềm tin mà chúng ta tin tưởng một cách mạnh mẽ trong tim mình. Các giá trị sống này chịu ảnh hưởng mạnh từ những trải nghiệm cuộc sống và những người quan trọng trong cuộc sống của chúng ta.

Chúng ta nhìn mọi thứ thông qua các giá trị sống của mình, các giá trị sống này là kim chỉ nam cho mọi hoạt động của chúng ta. Chúng ta sử dụng các giá trị của mình làm tiêu chuẩn cho những phán xét của chúng ta. Tuy nhiên, đối với nhiều người trong chúng ta, giá trị sống là một phần gắn liền với bản thân đến nỗi chúng ta không nhận ra sự hiện diện của nó. Thông thường, ta chỉ để ý đến giá trị sống của chính mình khi chúng ta phản đối ai đó hoặc vấn đề gì đó. Rất nhiều bất đồng là do khác biệt về giá trị sống.

Mỗi người đều có những giá trị sống riêng. Những người trong cùng một cộng đồng có thể có những giá trị sống khá tương đồng nhưng không bao giờ giống nhau hoàn toàn. Ở bất cứ nhóm nào cũng có thể có những giá trị sống khác nhau.

Với vai trò là người hướng dẫn, điều đầu tiên và quan trọng nhất là bạn phải hiểu được giá trị sống của chính mình. Hãy nhớ rằng, những giá trị sống này chỉ là giá trị sống CỦA BẠN, đó không phải là giá trị sống duy nhất, cũng không phải là giá trị sống tốt nhất. Đó chỉ đơn giản là giá trị sống của bạn. Hãy nhớ điều này để không cố tình hoặc vô tình nâng giá trị sống của bạn lên và hạ thấp giá trị sống của người khác.

Hãy chú ý mỗi khi bạn đồng tình với một vài cha mẹ và không đồng tình với những người khác trong cùng một nhóm, hoặc khi các thành viên nhóm chia phe khi thảo luận về các vấn đề mang tính giá trị sống. Vai trò của người hướng dẫn là duy trì sự trung lập và hỗ trợ nhóm tìm được điểm chung nơi niềm tin và giá trị sống của tất cả mọi người đều được tôn trọng.

Chương trình này không hướng tới thay đổi giá trị sống mà để ghi nhận những giá trị sống và sự đa dạng của các giá trị sống - trong bất cứ nhóm nào. Trọng tâm của chương trình là xác định sự ảnh hưởng của các giá trị sống lên các quyết định của cha mẹ hàng ngày.

Một trong những điểm mạnh của chương trình là mang đến cơ hội cho cha mẹ khám phá các giá trị sống của họ và hiểu được các giá trị sống chi phối việc làm cha mẹ và các khía cạnh khác của cuộc sống như thế nào. Mục đích của việc thảo luận về giá trị sống là nhằm giúp mọi người nhận ra giá trị sống của chính mình chứ không phải để "chuyển đổi" các giá trị sống hiện có của cha mẹ sang một bộ giá trị sống cụ thể nào đó. Việc xem xét thấu đáo về các giá trị sống cho chúng ta cơ hội để đặt câu hỏi về các giá trị ấy, mở rộng và khẳng định chúng.

Hiểu được giá trị sống của bản thân bạn và tôn trọng các giá trị sống của người khác là điều cốt lõi trong chương trình này. Bạn sẽ làm việc với các giá trị sống ở các mức độ khác nhau ở mỗi buổi sinh hoạt bởi vì rất nhiều các quyết định và vấn đề trong nuôi dạy con cái có liên quan

đến các giá trị sống.

Hoạt động khám phá các giá trị sống được viết tại phần 4 sẽ cung cấp các ý tưởng cụ thể về cách thức bạn có thể giúp chính mình và các cha mẹ trong nhóm nhận thức rõ hơn về các giá trị sống và ảnh hưởng của chúng đến việc nuôi dạy con cái.

## HỌC TỪ TRẢI NGHIỆM

Chương trình này được xây dựng dựa trên khái niệm “Học từ trải nghiệm”. Chương trình này không dạy bảo cha mẹ phải làm gì và làm thế nào mà đưa ra các trải nghiệm, từ đó cha mẹ thu nhận thông tin, hiểu và áp dụng những điều họ học được vào nhiều lĩnh vực của cuộc sống.

Quá trình học từ trải nghiệm bao gồm nhìn nhận và xem xét các trải nghiệm thông qua việc hỏi (và trả lời) một loạt các câu hỏi:

### Cái gì? (NHẬN BIẾT trải nghiệm)

- Điều gì/việc gì đã xảy ra?
- Nó bắt đầu xảy ra khi nào?
- Bạn đã nói gì khi đó? Những người khác đã nói gì?
- Bạn đã nhìn thấy gì?
- Cái gì/việc gì xảy ra đầu tiên? Sau đó là gì?
- Các sự việc xảy ra theo trình tự nào?
- Sự việc xảy ra vào thời gian nào trong ngày?
- Việc gì khác xảy ra cùng lúc đó?
- Ai đã ở đó?
- Ai không ở đó?



### *Lời khuyên:*

*Các câu hỏi “nhận biết” cần phải hỏi cho mọi giác quan (nghe, nhìn, cảm nhận v.v.)*

### **Vậy thì? (LIÊN HỆ ý nghĩa của trải nghiệm đối với cá nhân mình)**

- Bạn đang nhận biết được điều gì?
- Việc này làm bạn nhớ đến điều gì?
- Bạn bắt đầu thấy ý nghĩa gì ở đây?
- Bạn bắt đầu biết gì về bản thân mình trong tình huống này?

#### ***Lời khuyên:***

***Các câu hỏi “liên hệ” sẽ liên kết giữa cảm giác với ý nghĩa***

### **Bây giờ thì sao? (ÁP DỤNG cái bạn đã học được từ trải nghiệm)**

- Dựa trên kinh nghiệm của bạn...
- Bạn đã ghi chú điều gì và điều đó có ý nghĩa gì với bạn
- Bạn nhận biết được những lựa chọn nào mới?
- Bạn nghĩ bạn sẽ làm gì bây giờ?

Còn có tình huống nào khác mà những nhận thức mới này có thể hữu ích cho bạn.

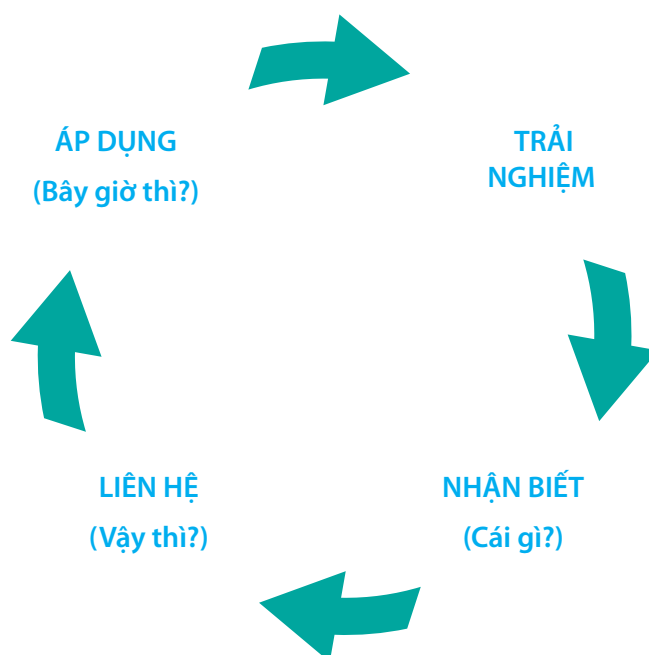
Những câu hỏi này sẽ giúp bạn phân tách được những gì đang thực sự xảy ra (thực tế) với những gì bạn cảm nhận. Khi bạn có thể tách biệt được sự kiện ra khỏi cảm xúc, bạn có thể áp dụng tốt hơn những gì đã học được từ trải nghiệm.

Học từ trải nghiệm là một chu trình tuần hoàn:

- Mỗi ngày đều đẩy ấ các trải nghiệm
- Mỗi trải nghiệm đều mang lại cơ hội học hỏi
- Mọi thứ bạn học đều dẫn đến những trải nghiệm mới

Quá trình áp dụng cách tiếp cận học từ trải nghiệm vào một trải nghiệm cụ thể cũng theo một vòng tròn. Đây được gọi là chu trình học từ trải nghiệm.

## CHU TRÌNH HỌC TỪ TRẢI NGHIỆM



Trách nhiệm của người hướng dẫn là giúp cha mẹ tham gia vào các hoạt động, khuyến khích họ nhận biết, liên hệ và áp dụng những gì họ học được từ những trải nghiệm. Lưu ý rằng, khi bạn lên kế hoạch cho một hoạt động nào đó, bạn không thể dự tính (hoặc dự đoán) trước về trải nghiệm mà người tham gia sẽ có được từ hoạt động. Mỗi cha mẹ có một nền tảng khác nhau, được dựa trên điểm mạnh của chính họ và những trải nghiệm mà họ mang đến cho chương trình. Mỗi cha mẹ sẽ hiểu và áp dụng các trải nghiệm theo cách nhằm thỏa mãn nhu cầu cụ thể của mỗi người.

Học từ trải nghiệm là khái niệm cốt lõi của chương trình này. Đây cũng là công cụ mà chúng ta có thể sử dụng để nhận thức rõ hơn về các trải nghiệm của mình, để hiểu các trải nghiệm này, từ đó có thêm sự tự tin trong những việc chúng ta làm. Học từ trải nghiệm cũng giúp mang lại cái nhìn mới giúp chúng ta làm việc theo cách khác đi. Vì mọi thứ mà cha mẹ làm khi tham gia chương trình này là một trải nghiệm, mọi buổi sinh hoạt sẽ mang đến các cơ hội cho cha mẹ để nhận biết, liên hệ và áp dụng những điều họ học được.



# PHẦN 3:

## VAI TRÒ CỦA HƯỚNG DẪN VIÊN

- VAI TRÒ CỦA HƯỚNG DẪN VIÊN
- HƯỚNG DẪN THEO CẶP

## VAI TRÒ CỦA HƯỚNG DẪN VIÊN

Chương trình được tổ chức và tiến hành bởi những người trợ giúp cha mẹ để cha mẹ dễ dàng hơn trong việc tham gia vào chương trình và thu nhận được những thông tin và kỹ năng hữu ích. Tên gọi cho những người này là những “người hướng dẫn”. Có thể hiểu chương trình này là công cụ để cha mẹ học cách nuôi dạy trẻ dựa trên những gì họ đã biết và đã làm. Công việc của hướng dẫn viên là giúp cho cha mẹ dễ dàng sử dụng công cụ này một cách hiệu quả hơn. Các hướng dẫn viên cần có các kỹ năng và kinh nghiệm sau:

- Kiến thức về các nguyên tắc giáo dục người trưởng thành
- Kiến thức về sự phát triển của trẻ
- Kiến thức và kỹ năng tiếp cận nhóm cha mẹ trong cộng đồng (ví dụ: dân tộc thiểu số)
- **Hiểu và nhạy cảm với nhóm đối tượng và / hoặc hiện đang làm việc hiệu quả với nhóm đối tượng**
- Quan tâm đến việc cung cấp các chương trình dựa vào cộng đồng
- Quen thuộc với đánh giá nhu cầu và quy trình lập kế hoạch chương trình
- Có kinh nghiệm trong việc điều hành các nhóm (thay vì thuyết giảng hoặc chủ trì)
- Sẵn sàng làm việc giờ linh hoạt để đáp ứng của cha mẹ vào buổi tối hoặc cuối tuần
- Có thái độ tích cực và nhiệt tình đối với chương trình
- Quan tâm và tiếp nhận các khái niệm của chương trình “Không Ai Hoàn Hảo”
- Có thể sắp xếp thời gian và cam kết được đào tạo và thực hiện “Không Ai Hoàn Hảo”
- Kỹ năng giao tiếp tốt

Trước khi bạn bắt đầu làm việc với các cha mẹ, bước đầu tiên trong việc “giúp cha mẹ tham gia sinh hoạt nhóm dễ dàng hơn” là hiểu chính xác vai trò của hướng dẫn viên là gì và không phải là gì.



**Hướng dẫn viên ngang bằng với cha mẹ, không phải cấp trên.**

Hướng dẫn viên cần phải tôn trọng các cha mẹ và thích thú khi làm việc cùng. Họ cần thể hiện điều này trong những gì họ nói và những gì họ làm. Hướng dẫn viên không phải “sếp”. Hướng dẫn viên có vai trò bình đẳng với cha mẹ trong nhóm và cần tự nhìn nhận bản thân theo cách đó. Điều này có nghĩa là, họ biết rằng dù họ có thể khác các cha mẹ ở điểm nào đó và có vai trò khác biệt trong nhóm, họ không giỏi hơn hay là những cha mẹ tốt hơn những cha mẹ khác trong nhóm.

**Hướng dẫn viên là người học, không phải người dạy**

Nuôi dạy con cái không chỉ có một cách đúng duy nhất. Công việc của hướng dẫn viên không phải là “dạy” mọi người làm thế nào để trở thành những cha mẹ tốt. Các hướng dẫn viên không có hết mọi câu trả lời.

Việc hỗ trợ nhóm cha mẹ trong chương trình có nghĩa là làm việc với các cha mẹ để tìm ra cái họ cần, xây dựng cách thức chia sẻ ý tưởng và thông tin, và khám phá các cách tiếp cận mới. Hướng dẫn viên và cha mẹ đều là người học và có thể học hỏi lẫn nhau.

**Hướng dẫn viên là người nghe, không phải người nói.**

Việc ngồi im và lắng nghe hướng dẫn viên nói rất buồn chán và cha mẹ hầu như không học được gì. Người trưởng thành học tốt nhất khi được chủ động tham gia. Điều này có nghĩa là họ cần được làm gì đó –nói hoặc đóng góp cho nhóm. Những hướng dẫn viên thích là người duy nhất nói và thực hiện các hoạt động trong nhóm, sẽ không thể giúp cha mẹ phát triển kỹ năng và sự tự tin. Họ khiến người tham gia hình thành ý nghĩ rằng hướng dẫn viên là người có câu trả lời cho mọi vấn đề. Trên thực tế, công việc của hướng dẫn viên là giúp cho cha mẹ cảm thấy thoải mái để nói chuyện, lắng nghe những gì cha mẹ nói, học từ cha mẹ và giúp đỡ



cha mẹ học lẫn nhau.

### ***Hướng dẫn viên là người hỗ trợ không phải người lãnh đạo.***

Công việc của hướng dẫn viên là hỗ trợ các cha mẹ để họ trở nên tự tin hơn và tin tưởng vào khả năng nuôi dạy những đứa trẻ hạnh phúc khỏe mạnh.

### ***Hướng dẫn viên mang mọi người đến với nhau.***

Rất nhiều cha mẹ trong chương trình là người bị cô lập – bởi một hoặc nhiều lý do, họ không có cảm giác kết nối với người khác hay các cha mẹ khác. Một phần công việc của hướng dẫn viên là giúp cha mẹ tìm hiểu những người khác và coi những người khác là nơi có thể cho họ lời khuyên hoặc trợ giúp. Hướng dẫn viên cũng giúp cha mẹ tìm ra cách để giữ liên lạc và hỗ trợ những người khác sau khi chương trình kết thúc.

### ***Hướng dẫn viên giúp mọi người tìm ra điểm mạnh của từng cá nhân và của cả nhóm.***

Mọi việc mà hướng dẫn viên làm nhằm giúp các cha mẹ thấy được rằng họ là những người mạnh mẽ và có khả năng và họ mạnh hơn khi trở thành một nhóm. Hướng dẫn viên trao quyền cho nhóm và từng cá nhân trong đó chứ không phải là người giữ mọi quyết định và quyền hành trong tay.

### ***Hướng dẫn viên là người quan sát***

Hướng dẫn viên hiệu quả là người biết quan sát không khí trong nhóm và tham gia theo hướng hỗ trợ và giúp đỡ các cha mẹ học từ các trải nghiệm của chính mình và người khác. Vai trò của hướng dẫn viên là giúp mọi thứ khởi động, thúc đẩy hoạt động trong nhóm, giúp làm rõ các ý tưởng và đảm bảo mọi người trong nhóm đều cảm thấy thoải mái và được tham gia.

Điều này có nghĩa là hướng dẫn viên không mang vấn đề của mình ra để sinh hoạt nhóm. Họ chỉ sử dụng các câu chuyện hoặc trải nghiệm của bản thân làm tiền đề cho thảo luận hoặc để cho các cha mẹ thấy rằng mọi người ai cũng có lúc bối rối và không phải lúc nào cũng hiệu quả.

Để trở thành người hỗ trợ hiệu quả, hướng dẫn viên cần có sự cảm thông, kỹ năng và được thực hành. Và cũng giống như việc làm cha mẹ, không ai có thể làm đúng hết mọi việc. Quyển sổ tay này và chương trình tập huấn cho hướng dẫn viên sẽ cung cấp cho bạn những thông tin cơ bản mà bạn cần để bắt đầu, tuy nhiên quá trình vừa học vừa làm là thời gian các hướng dẫn viên có thể học được nhiều nhất.

***“Những hướng dẫn viên chịu khó lắng nghe chúng tôi chứ không bảo chúng tôi phải làm gì. Điều này vô cùng hữu ích, nó giúp tôi có cảm giác mình có thể xử lý mọi việc mà không bị phán xét.” - Chia sẻ của cha mẹ***

## HƯỚNG DẪN THEO CẶP

Mặc dù hướng dẫn viên của chương trình có thể làm việc độc lập, kinh nghiệm chỉ ra rằng hai hướng dẫn viên sẽ làm tốt hơn một người khi làm việc với nhóm.

Các hướng dẫn viên trong cặp là những cộng sự ngang bằng, có mối quan hệ tôn trọng và hỗ trợ trong công việc. Nhiều kiểu kết hợp khác nhau có thể tạo nên các cặp hướng dẫn. Ví dụ hướng dẫn viên trong cặp có thể là cha mẹ và một chuyên gia hoặc có thể đến từ các tổ chức khác nhau. Trên thực tế, một số những cặp hướng dẫn hiệu quả nhất là sự kết hợp của những người có kỹ năng và nền tảng rất khác biệt. Hướng dẫn theo cặp đặc biệt hiệu quả khi hai thành viên có thể làm việc cùng với nhau trong khoảng thời gian dài vì họ có thể hiểu nhau và tận dụng được thế mạnh của nhau.

## ĐIỂM MẠNH CỦA HƯỚNG DẪN THEO CẶP

Các kết quả đánh giá chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” đã chỉ ra các hướng dẫn viên khi làm việc cùng với cộng sự sẽ có xu hướng tiếp tục hướng dẫn nhóm trong thời gian dài hơn những hướng dẫn viên làm việc một mình. Điểm mạnh chính của hướng dẫn theo cặp là thông qua sự hợp tác trong nhóm, các thành viên có thể hỗ trợ và cảm thông lẫn nhau trong công việc.

### *Hai người tốt hơn một người.*

Khi các kỹ năng của hai người bổ trợ cho nhau, sự kết hợp giữa cả hai người sẽ tạo ra các buổi sinh hoạt có chiều sâu và cân bằng.

### *Các hướng dẫn viên trong cặp có thể học được lẫn nhau,*

Việc cùng nhau thảo luận các cách tiếp cận phù hợp trong quá trình lập kế hoạch và bàn bạc



sau khi kết thúc mỗi buổi sinh hoạt có thể giúp cho cả hai hướng dẫn viên có cái nhìn thực tế về cách mọi thứ đang tiến triển. Người cộng sự cũng có thể là khởi nguồn cho các ý tưởng, các hoạt động và các cách tiếp cận mới.

Làm việc với cộng sự có thể xây dựng được sự tự tin khi hướng dẫn viên vừa mới bắt đầu công việc này. Ví dụ, một số hướng dẫn viên cho biết cảm giác yên tâm khi có người cộng sự bên cạnh giúp họ có sự dũng cảm và tự tin mỗi khi họ phải tự mình dẫn dắt một buổi sinh hoạt hay một nhóm hoạt động.

Những hướng dẫn viên có kinh nghiệm thấy rằng làm việc với các hướng dẫn viên ít kinh nghiệm hơn cho họ cơ hội nhìn lại cách làm việc của mình với con mắt mới mẻ. Đồng thời, điều này cũng giúp bổ sung thêm năng lượng và sự nhiệt tình.

### ***Các hướng dẫn viên trong cặp có thể hỗ trợ về mặt cảm xúc lẫn nhau***

Làm việc với các cha mẹ có thể đòi hỏi rất nhiều cảm xúc và sức lực. Hai người cùng hướng dẫn có thể hỗ trợ nhau để đáp ứng nhu cầu năng lượng của các cha mẹ trong quá trình học.

Các hướng dẫn viên theo cặp có thể chia sẻ khối lượng công việc

Trong quá trình lập kế hoạch và tổ chức chương trình, có rất nhiều chi tiết cần phải xem xét và cân nhắc. Việc chia sẻ công việc giúp giảm gánh nặng thời gian và công sức cho cả hai người.

### ***Các hướng dẫn theo cặp trở thành hình mẫu để cha mẹ noi theo.***

Hai hướng dẫn viên là hình mẫu về mối quan hệ cho các cha mẹ trong nhóm. Qua cách họ làm việc cùng nhau, cha mẹ có thể thấy dù hai người có các ý kiến và các cách tiếp cận khác nhau cho cùng một tình huống, họ vẫn có thể tìm ra cách giải quyết những khác biệt. Cách hai hướng dẫn viên xử lý những bất đồng với người còn lại và trong nội bộ nhóm, có thể cho cha mẹ thấy mâu thuẫn có thể giải quyết bằng sự thỏa hiệp và hài hước.

## **NHỮNG KHÓ KHĂN KHI HƯỚNG DẪN THEO CẶP**

Khó khăn chủ yếu của việc hướng dẫn theo cặp là lượng thời gian và năng lượng cần thiết để xây dựng được mối quan hệ làm việc tốt.

***Khó khăn trong việc tạo dựng được mối quan hệ đối tác bình đẳng.*** Rất dễ để một trong hai người rơi vào vai trò “cấp cao” hoặc “cấp thấp”. Điều này có thể dẫn đến mâu thuẫn hoặc cảm xúc không tốt. Những hướng dẫn viên có kinh nghiệm hơn thường có quan điểm rất áp đặt về cách làm việc trong khi các hướng dẫn viên ít kinh nghiệm hơn thường dễ dàng từ bỏ chính kiến của mình để theo ý kiến của người cộng sự.

***Khó khăn trong việc tạo dựng được mối quan hệ đối tác có tính xây dựng, không cạnh tranh.***

Một số cá nhân có thể có tính cạnh tranh, với mong muốn trở thành người hướng dẫn viên nổi bật hơn trong nhóm.

**Khó khăn trong việc kết hợp hai phong cách hướng dẫn khác biệt.**

**Hai hướng dẫn viên có thể làm việc ở nhịp độ rất khác nhau với những phong cách khác biệt.** Ví dụ, có người rất ưa nói hoặc có người thích im lặng trong khi chờ thảo luận diễn ra. Các hướng dẫn viên cần thừa nhận và trân trọng sự khác biệt này và tìm ra cách thức để kết hợp với nhau.

**Đôi khi cần nhiều thời gian hơn để lên kế hoạch và rà soát lại các buổi sinh hoạt.** Tuy nhiên thời gian dành cho việc kết hợp hai phong cách làm việc, ngoại hình và nền tảng của hai người hướng dẫn có thể mang đến một chương trình tuyệt vời.

**Có thể sẽ tốn nhiều chi phí tài trợ hơn để có hai hướng dẫn viên.**

Đây là một trở ngại khi nguồn tài trợ hạn chế, mặc dù kinh nghiệm đã chỉ ra rằng trong dài hạn việc cùng hướng dẫn mang lại hiệu quả hơn.

## NHỮNG CHỈ DẪN ĐỂ HƯỚNG DẪN THEO CẶP THÀNH CÔNG

*Nói chuyện với nhau.* Thảo luận các kinh nghiệm làm việc với nhóm và cách tiếp cận của bạn với vai trò là hướng dẫn viên. Hỏi ý kiến người kia thường xuyên nhất có thể. Dành vài phút để thảo luận và bắt kịp với cộng sự trước mỗi buổi sinh hoạt. Khi kết thúc mỗi buổi sinh hoạt, hãy dành thời gian để xem lại cách thức mọi việc đã diễn ra.

Bạn có thể không được chọn người cộng sự. Bạn thậm chí có thể thấy mình đang làm việc với người mà thậm chí bạn sẽ không chọn làm bạn. Trong trường hợp này, điều tối quan trọng là nói chuyện với nhau, hiểu nhau và cùng xây dựng mối quan hệ làm việc hiệu quả. Bạn và đối tác của mình sẽ là hình mẫu về mối quan hệ tốt đẹp cho các cha mẹ trong nhóm của bạn. Làm việc cùng nhau để đảm bảo rằng hình mẫu mà bạn đang mang đến là hình mẫu tích cực.

*Hãy trung thực với nhau.* Xác định điểm mạnh và điểm yếu của mỗi người. Nói cho nhau biết về những phần mà bạn thấy thích và những phần mà bạn không thích trong quá trình điều hành nhóm.

*Học hỏi lẫn nhau.* Ghi nhận và tôn trọng những nhóm kĩ năng khác nhau mà mỗi hướng dẫn viên mang đến cho chương trình. Tận dụng các cơ hội để học hỏi từ điểm mạnh của nhau.

### LÀM VIỆC THEO CẶP.

- Cùng nhau đặt ra các mục tiêu. Hai người sẽ dễ dàng làm việc cùng nhau hơn nếu cả hai cùng nhất trí về những gì cả hai muốn hoàn thành.
- Cùng nhau lập kế hoạch về các buổi sinh hoạt và quyết định ai sẽ phụ trách nhiệm vụ gì.
- Quyết định khi nào và cách thức hỗ trợ người kia – nói cách khác, khi nào người kia nên can thiệp hoặc giúp đỡ và khi nào thì không nên.
- Kết thúc mỗi buổi sinh hoạt, dành thời gian để nhìn lại mọi việc đã xảy ra trước khi lên kế hoạch cho buổi tiếp theo.

# PHẦN 4:

## NHIỆM VỤ CỦA HƯỚNG DẪN VIÊN

- LẮNG NGHE CHỦ ĐỘNG
- NÓI CHUYỆN HIỆU QUẢ
- THIẾT LẬP BẦU KHÔNG KHÍ LÀM VIỆC THEO NHÓM
- THU HÚT SỰ THAM GIA CỦA CHA MẸ
- KHÁM PHÁ CÁC GIÁ TRỊ SỐNG
- THỂ HIỆN SỰ LINH HOẠT
- HỖ TRỢ MỘT SỐ TÌNH HUỐNG THƯỜNG GẶP

## NHIỆM VỤ CỦA HƯỚNG DẪN VIÊN

Về cơ bản, công việc của các hướng dẫn viên gồm hai phần: tổ chức/lập kế hoạch và hướng dẫn hoạt động nhóm.

Tổ chức/lập kế hoạch là việc sắp xếp các chi tiết của chương trình sao cho phù hợp nhất với các cha mẹ và lập kế hoạch cho các buổi sinh hoạt để đáp ứng nhu cầu của cha mẹ. Bạn sẽ tìm thấy các thông tin về công việc tổ chức và lập kế hoạch của hướng dẫn viên ở Phần 6, 7 và 8.

Hướng dẫn là sự kết hợp các kĩ năng và kinh nghiệm mà hướng dẫn viên dùng để giúp cho phụ huynh cảm thấy được chào đón, tham gia và kết nối với những người khác và phát triển được kiến thức, sự tự tin và các kĩ năng làm cha mẹ của mình.

Phần này sẽ cung cấp cho bạn những thông tin cơ bản mà bạn cần để xây dựng và phát triển các kĩ năng hướng dẫn. Ngay cả những hướng dẫn viên có kinh nghiệm nhất cũng thấy luôn cần phải học thêm nữa. Hãy kiên nhẫn và tiếp tục. Đừng nên nghĩ rằng bạn có thể học mọi thứ bạn cần chỉ trong chốc lát. Trẻ con học thông qua làm. Điều này cũng đúng với các cha mẹ và các hướng dẫn viên cũng vậy.

Tất cả các cha mẹ tham gia chương trình sẽ là người lớn/trưởng thành. Có thể có những người còn rất trẻ nhưng tất cả sẽ đến với chương trình với kiến thức và kĩ năng tạo thành từ những trải nghiệm của chính họ.

Cách tiếp cận hiệu quả để làm việc với người lớn được xây dựng thông qua bảy hoạt động cơ bản, mỗi hoạt động cần áp dụng một loạt các kĩ năng. Những hoạt động cơ bản này bao gồm:

- Lắng nghe chủ động
- Nói chuyện hiệu quả
- Thiết lập không khí của nhóm
- Thu hút sự tham gia của cha mẹ
- Khám phá các giá trị sống
- Thể hiện sự linh động
- Hỗ trợ một số tình huống thường gặp

Luôn nhớ rằng, giống như bạn là hướng dẫn viên trong nhóm của mình, cha mẹ là hướng dẫn viên trong chính gia đình họ. Cách thức bạn xử lý các vấn đề phát sinh trong nhóm của bạn sẽ là hình mẫu cho các cha mẹ làm theo trong cuộc sống của họ.

## LẮNG NGHE CHỦ ĐỘNG

Khi bạn chủ động lắng nghe, bạn nghe toàn bộ thông điệp – các từ ngữ và cả những cảm xúc đằng sau đó. Sau đó bạn tự suy ngẫm lại toàn bộ thông điệp – không thêm và không bớt đi. Lắng nghe chủ động không bao gồm việc đánh giá hoặc cho lời khuyên, chỉ đơn giản là suy ngẫm

Lắng nghe chủ động khuyến khích cha mẹ tự giải quyết vấn đề, giúp họ xây dựng sự tự tin và lòng tự trọng.

Điều quan trọng là các cha mẹ đều thấy và cảm nhận được rằng bạn đang chủ động lắng nghe họ. Các cha mẹ sẽ nhận ra những đóng góp của họ rất quan trọng nếu họ thấy được bạn đang chú ý lắng nghe. Khi cha mẹ nhìn thấy hướng dẫn viên lắng nghe một cách tôn trọng và chăm chú, họ sẽ được khuyến khích và từ đó trân trọng những đóng góp của những người tham gia khác.

### CÁCH THỂ HIỆN BẠN ĐANG LẮNG NGHE CHỦ ĐỘNG:

- **Nhìn vào người đang nói với mình.** Nếu bạn không nhìn họ, họ sẽ nghĩ bạn đang không lắng nghe họ.
- **Khuyến khích người nói tiếp tục.** Giống như việc giao tiếp bằng mắt, bạn có thể cho mọi người thấy bạn đang tập trung bằng cách ngả về phía trước và gật đầu khuyến khích hoặc đồng ý khi họ nói.

Tạo ra các âm thanh mang tính khích lệ hoặc hỗ trợ như “Ồ” hoặc “À?” có thể khiến cho người đang phát biểu biết rằng bạn đang muốn họ tiếp tục nói. Hãy để những người tham gia diễn đạt quan điểm của họ. Không nên gián đoạn họ trừ phi những gì họ nói hoàn toàn không cần thiết, chẳng hạn như khi người nói không có thái độ lịch sự.

- **Thừa nhận và phản ánh lại những gì cha mẹ nói.** Hãy ghi nhận toàn bộ thông điệp – cảm xúc cũng như từ ngữ. Đừng chỉ nói “*Vậy là em bé làm bạn mất ngủ cả đêm.*” Hãy phản ánh toàn bộ thông điệp: “*Khi em bé của bạn khóc*



*trong đêm, bạn cảm thấy bất lực vì bạn không biết phải làm gì. Sau đó, bạn bắt đầu cảm thấy bức tức và chán nản vì bạn biết rằng mai sẽ là một ngày tồi tệ nếu bạn không được chớp mắt.”*

- **Khuyến khích cha mẹ dần dần giải quyết vấn đề.** Không nên đánh giá, đưa ra quan điểm hoặc lời khuyên. Hãy để cha mẹ tiếp tục nói cho đến khi họ bắt đầu tự nghĩ ra cách xử lý vấn đề.
- **Sử dụng chính xác từ ngữ của người tham gia.** Cho cha mẹ thấy rằng bạn đã nghe họ nói bằng việc lặp lại những gì họ đã nói. Không nên diễn giải lại hoặc sử dụng từ ngữ của bạn để diễn tả ý nghĩ của họ khi viết lên bảng.

## NÓI CHUYỆN HIỆU QUẢ

Nhiệm vụ chủ yếu của hướng dẫn viên là lắng nghe chứ không phải nói. Nói càng ít càng tốt về ý tưởng, quan điểm và kinh nghiệm riêng của bạn trong khi làm việc. Bạn càng nói nhiều thì càng có ít thời gian cho những người khác chia sẻ.

Với vai trò là hướng dẫn viên, bạn cần cẩn trọng trong việc sử dụng từ ngữ. Ngôn từ và ý kiến mà bạn cảm thấy quen thuộc và thoải mái với bạn có thể mới và lạ lẫm đối với những người tham gia. Điều này đặc biệt đúng với những thuật ngữ kỹ thuật ví dụ như “các giai đoạn phát triển” hoặc các biệt ngữ nghề nghiệp như “các quy luật cơ bản” hoặc “xây dựng sự đồng thuận”. Bạn không thể nói chuyện hiệu quả nếu người nghe không hiểu những gì bạn đang nói.

Nói chậm rãi và rõ ràng, đặc biệt nếu ngôn ngữ sử dụng trong sinh hoạt nhóm không phải tiếng mẹ đẻ của người tham gia. Việc nói chậm cho các cha mẹ có mất thời gian nhưng không thành vấn đề. Ghi nhớ rằng giọng điệu của bạn cũng mang thông điệp tương tự như ngôn từ bạn sử dụng.

Hướng dẫn viên cũng cần phải chú ý đến ngôn ngữ cơ thể. Cách bạn đứng, ngồi và di chuyển đều mang thông điệp. Hãy tránh tỏ ra bồn chồn, gấp gáp hoặc các cử chỉ thể hiện rằng bạn đang lo lắng hoặc bị phân tâm trong khi đang nói. Hãy thư giãn. Ngồi yên và giữ bình tĩnh. Hãy để ngôn ngữ cơ thể thể hiện bạn đang thoải mái trong nhóm, vui được làm việc với cha mẹ và quan tâm đến những gì họ nói.

Im lặng là một hình thức khác của nói chuyện hiệu quả. Để thực hành được im lặng trong nhóm, các hướng dẫn viên cần thời gian và kinh nghiệm. Một vài giây yên tĩnh sau khi bạn đặt câu hỏi hoặc giới thiệu chủ đề có thể như dài vô tận. Cẩn nhẹ lưỡi, thở và chờ đợi. Hãy cho các cha mẹ có thời gian để sắp xếp suy nghĩ và lựa chọn những gì họ muốn nói. Nếu bạn vội vàng đưa ra ý kiến riêng của mình, bạn sẽ khiến cho cha mẹ thấy rằng những suy nghĩ của họ không đáng được chờ đợi.

Khi bạn nói, hãy nhìn vào từng thành viên trong nhóm. Điều này sẽ giúp cho mọi người đều cảm thấy được tham gia. Hãy nói ngắn gọn, cung cấp thông tin, giới thiệu các chủ đề mới và khuyến khích cha mẹ tập trung thảo luận.



#### **ĐẶT CÁC CÂU HỎI KHÔNG THỂ TRẢ LỜI ĐƠN GIẢN BẰNG “CÓ” HOẶC “KHÔNG” .**

- Anh/chị cho rằng điều này sẽ thay đổi ra sao?
- Sau đó anh/chị đã làm gì?

#### **HỎI ĐỂ LẤY THÊM THÔNG TIN.**

- Anh/chị có thể kể thêm về điều đó được không?
- Chuyện gì đã xảy ra sau đó?
- Anh/chị có thể cho ví dụ được không?

#### **HỎI ĐỂ KHAI THÁC THÊM CÁC QUAN ĐIỂM KHÁC.**

- Liệu có những cách nào khác để nhìn nhận vấn đề này?
- Có điều gì mà chúng ta chưa nghĩ tới không?

#### **ĐƯA RA NHỮNG BÌNH LUẬN TÍCH CỰC.**

- Đúng rồi.
- Đó là một ý tưởng rất hay.

#### **GHI NHẬN NHỮNG ĐÓNG GÓP CỦA NGƯỜI THAM GIA**

#### **LIÊN HỆ LẠI NHỮNG Ý KIẾN MÀ MỌI NGƯỜI ĐÃ ĐƯA RA TRƯỚC ĐÓ.**

- Việc này giống như những gì anh Bình đã nói tuần trước ...

#### **NÊU RA Ý KIẾN TỪ CÁC BÌNH LUẬN CỦA CHA MẸ KHI THAM GIA THẢO LUẬN**

- Anh/chị đã kể cho tôi về cách anh/chị xử lý tình huống. Anh/chị có muốn diễn giải ý tưởng của mình với những người khác không?

#### **CHUYỂN CÁC CÂU HỎI HOẶC Ý TƯỞNG TRỞ LẠI CẢ NHÓM.**

- Những người còn lại nghĩ như thế nào?
- Có ai muốn phản hồi lại điều này không?

#### **TÓM TẮT LẠI BUỔI THẢO LUẬN VÀ ĐẢM BẢO RẰNG MỌI NGƯỜI ĐỀU HIỂU.**

- Như vậy, điều chúng ta muốn nói là ....
- Chúng ta dường như đồng ý rằng ...
- Chúng ta có một số quan điểm về vấn đề này ...

– GỌI TÊN MỌI NGƯỜI KHI NÓI CHUYỆN VỚI HỌ.

**Ghi nhớ:** Hướng dẫn viên không nhất thiết phải có mọi câu trả lời. Trên thực tế, ngay cả khi bạn biết câu trả lời, bạn có thể chọn tự nói ra hoặc không. Nếu một câu hỏi là mối quan tâm chung của cả nhóm, bạn có thể hỏi nếu ai đó có thông tin hoặc gợi ý để thu được nhiều thông tin hơn. Nếu vấn đề vượt ngoài khuôn khổ của chương trình, bạn hoặc các thành viên khác trong nhóm có thể gợi ý tham khảo các nguồn thông tin khác để trả lời.

## THIẾT LẬP BẦU KHÔNG KHÍ LÀM VIỆC CHO NHÓM

Nhiệm vụ của hướng dẫn viên là định hướng và tạo bầu không khí làm việc cho nhóm. Mục tiêu của hướng dẫn viên là mang đến một không gian thân mật, thư giãn và tôn trọng khiến cho mọi người cảm thấy thoải mái và tự do để nói chuyện.

Hãy nhớ rằng, có rất nhiều người tham gia đã từng có những trải nghiệm nhóm không thoải mái hoặc không hiệu quả. Họ sẽ cảnh giác nếu như nhóm này cũng giống như những nhóm trước đó.



Cơ sở để tạo ra một bầu không khí ấm áp và hỗ trợ là giúp cha mẹ cảm thấy được chào đón, tham gia và thoải mái. Điều này có nghĩa là nên tiến hành mọi thứ thật thân mật, giảm thiểu khoảng cách giữa bạn và các cha mẹ. Để làm được điều này bạn có thể:

- Chào đón từng cha mẹ khi họ đến
- Đề nghị những người đến sớm giúp bạn một tay trong việc chuẩn bị. Sẽ rất hữu ích nếu mời các ông bố tham gia.
- Nói chuyện thân mật với mọi người khi họ đến
- Chuẩn bị thứ gì đó cho mọi người dùng hoặc làm trong khi chờ buổi sinh hoạt bắt đầu (trà, cà phê, trang trí phòng bạt chào đón)
- Đưa ra lời mở đầu rõ ràng cho buổi sinh hoạt. Mời mọi người vào và ngồi xuống.
- Tạo ra hoạt động trước khi giới thiệu nhóm chung để những người tham gia tương tác trong các nhóm nhỏ và vui vẻ. Mục tiêu là giúp cho người tham gia cảm thấy thư giãn và thoải mái chứ không được bảo là phải như vậy

Cùng thống nhất về cách thức các thành viên trong nhóm sẽ làm việc với nhau như thế nào là một cách để thiết lập không khí tin tưởng và tôn trọng lẫn nhau. Hãy hỏi mọi người cần thỏa thuận những gì để cả nhóm cảm thấy an toàn và thoải mái. Điều gì cần thống nhất để khiến cho mọi người muốn đặt câu hỏi, chia sẻ các trải nghiệm, sự chiến thắng hoặc những mối bận tâm của mình? Ví dụ, một số cha mẹ quan trọng việc những gì họ nói trong nhóm sẽ chỉ nội bộ nhóm biết. Thống nhất được điểm này trong nhóm sẽ tạo ra cảm giác an toàn ngay từ đầu cho mọi người.

Không khí thư giãn và hỗ trợ có thể theo vào trong các thảo luận nhóm. Ví dụ bạn thừa nhận cảm xúc của mình theo cách kết nối với cảm xúc và trải nghiệm của các cha mẹ. Điều này thể hiện bạn ở đây để hỗ trợ và học hỏi từ mọi người. "Tôi thường cảm thấy phấn khích pha chút hồi hộp khi gặp nhóm cha mẹ mới. Hiện giờ tôi đang có cảm giác như vậy. Tôi không biết các bạn cũng có cùng cảm giác đó không."

Và ghi nhớ, tiếng cười là một trong những cách tuyệt vời để tạo bầu không khí trong các tình huống học tập. Sự hài hước cũng tạo sự vui vẻ tương tự cho mọi người. Hãy cẩn thận, không nên mang ai đó ra làm trò đùa.

*“Khi giới thiệu bản thân, hãy tìm ra những điểm chung của bạn và cả nhóm và chia sẻ nhanh về điểm chung này. Hãy cho họ biết một vài thông tin cá nhân của bạn trước bởi bạn cũng muốn họ chia sẻ những trải nghiệm cá nhân của họ cho cả nhóm.” - Chia sẻ của hướng dẫn viên*

Việc thiết lập không khí buổi sinh hoạt bắt đầu từ những cuộc trò chuyện đầu tiên của bạn với những người tham gia tích cực và cứ tiếp diễn trong mỗi buổi sinh hoạt.

## **THU HÚT SỰ THAM GIA CỦA CÁC CHA MẸ**

Việc có mặt để tham gia nhóm có thể cũng là khó khăn đối với một số cha mẹ. Chương trình này được thiết kế cho những cha mẹ có thể bị cô lập. Những cha mẹ này thường không quen với làm việc nhóm. Đối với những cha mẹ này, chỉ việc tham gia nhóm có thể là một trong những khía cạnh hiệu quả nhất của chương trình.

Có rất nhiều người tham gia đến với chương trình có những trải nghiệm nhóm không vui vẻ. Những trải nghiệm tại trường học hoặc các tình huống nhóm khác khiến cho họ cảm thấy bối rối, bị bỏ rơi, bị phán xét, hoặc thiếu vắng thứ gì đó. Chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” cho cha mẹ cơ hội tham gia nhóm, tại đó, những hiểu biết và trải nghiệm của họ được trân trọng và những đóng góp của họ được tôn trọng. Cha mẹ được khuyến khích thảo luận các vấn đề và cân nhắc các khả năng mới. Đối với một số cha mẹ điều này có thể mới mẻ và thú vị nhưng cũng có thể hơi sợ sệt. Các cha mẹ có thể được đến hỗ trợ bởi họ đang học cách làm việc nhóm và tìm ra cảm giác an toàn khi tham gia nhóm.

Các đánh giá về chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” ở các quốc gia khác đã chỉ ra rằng hầu hết các cha mẹ tham gia chương trình tăng cường được khả năng đối phó với áp lực và giải quyết vấn đề. Thêm vào đó, họ trở nên hiểu biết và tháo vát hơn khi cần tìm kiếm trợ giúp xã hội. (Kennett, Chislett & Oliver, 2011) (Skrypnek & Charchun, 2009).

Kết quả đánh giá cũng cho thấy việc tham gia vào nhóm chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” có tác dụng tích cực trong thực hành nuôi dạy con cái. Sự tự tin của cha mẹ cũng như việc sử dụng kỹ thuật tích cực tăng lên. Sự tương tác tích cực giữa cha mẹ và con cái cũng tăng lên (Skrypnek & Charchun, 2009).

## ĐỂ KHUYẾN KHÍCH SỰ THAM GIA CỦA CHA MẸ, BẠN CÓ THỂ:

### Trao cho cha mẹ vai trò chủ động trong chương trình.

Để cha mẹ tham gia quyết định điều họ muốn học được từ chương trình và cách thức để thực hiện điều này. Chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” dựa trên nhu cầu và mối quan tâm mà các cha mẹ xác định ra. Để chương trình có tác động lớn nhất, các cha mẹ cần là đối tác bình đẳng ngang hàng với hướng dẫn viên trong việc quyết định họ sẽ thảo luận cái gì, khi nào và như thế nào.

### Cách vấn đề được giải quyết rất quan trọng.

Mỗi người có một cách học khác nhau. Trong cách tiếp cận lấy người tham gia làm trung tâm, bạn sẽ cần phải thực hiện một loạt các hoạt động để các buổi sinh hoạt hấp dẫn với những người tham gia có phong cách học khác nhau. Khi cha mẹ đóng góp ý kiến và tham gia vào việc quyết định cách mọi việc sẽ thực hiện thế nào, thì các hoạt động mà bạn sử dụng sẽ trở nên phù hợp, hiệu quả và vui vẻ.

### Khuyến khích cha mẹ nói chuyện

Nhiều người lớn học tốt nhất khi họ nói chuyện với người khác. Thông qua thảo luận, họ có thể dễ dàng liên hệ các vấn đề và ý kiến với những trải nghiệm cá nhân của riêng họ. Người học sẽ không có cảm giác được tham gia hoặc không cảm thấy có ai đó quan tâm đến ý kiến của mình khi họ chỉ lắng nghe một bài giảng được chuẩn bị sẵn. Do vậy, họ càng không cảm nhận được mình đang làm gì đó để giúp mình giải quyết các vấn đề trong cuộc sống khi tất cả những gì bạn làm chỉ là lắng nghe một cách thụ động. Thảo luận giúp cho việc học tích cực hơn rất nhiều.

Những người khác nhau có những trải nghiệm khác nhau. Chúng ta học thông qua chính những trải nghiệm của mình nhưng ta cũng có thể học từ những người khác nhất là khi giữa ta và họ có nhiều điểm chung. Chính vì vậy việc chia sẻ kinh nghiệm và ý kiến được coi là phần thiết yếu trong cách tiếp cận lấy người tham gia làm trung tâm. Các kỹ năng của bạn trong lắng nghe chủ động và nói chuyện hiệu quả sẽ đồng hành suốt chặng đường để khuyến khích cha mẹ tham gia.

### Giúp cha mẹ tham gia tích cực.

Có một câu nói từ xưa rằng: “Tôi nghe và tôi quên. Tôi thấy và tôi nhớ. Tôi làm và tôi hiểu”. Chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” tạo cơ hội cho cha mẹ phát triển thêm từ những gì họ đã biết. Để làm được điều này, họ cần các trải nghiệm thực tế và cơ hội để áp dụng những thông tin mới, thực hành những kỹ năng mới và liên hệ chúng vào việc giải quyết vấn đề trong cuộc sống.



Hãy sử dụng các hoạt động thu hút sự tham gia của phụ huynh vào việc giải quyết các vấn đề có thật trong cuộc sống của họ. Người lớn học được tốt nhất khi họ có thể liên hệ giữa cái họ đang học vào hoàn cảnh của chính họ.

### **Khuyến khích sự tự lực và hỗ trợ lẫn nhau giữa các cha mẹ.**

Các nhóm làm việc tốt nhất khi các thành viên chia sẻ trách nhiệm về những gì diễn ra trong các buổi sinh hoạt. Rất nhiều người tham gia có các kỹ năng đáng quý và sẵn sàng sử dụng chúng trong nhóm. Ví dụ:

- Một phụ huynh có thể giới thiệu kết lại cuộc thảo luận
- Một phụ huynh khác có thể rất khéo léo trong việc chuyển cuộc thảo luận sang chủ đề mới khi nhóm gặp bế tắc
- Có phụ huynh biết cách thu hút những người nhút nhát hay từ chối tham gia

Các cuộc đánh giá chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” cho thấy điều làm các cha mẹ thích nhất về chương trình là cơ hội được trao đổi thông tin, ý kiến và kinh nghiệm với các cha mẹ khác. Họ cũng thích cơ hội xây dựng mạng lưới hỗ trợ và các mối liên hệ giữa các cha mẹ với nhau. Người hướng dẫn viên của nhóm có thể khuyến khích cha mẹ hỗ trợ lẫn nhau bằng cách tạo các cơ hội cho cha mẹ trao đổi số điện thoại, chia sẻ phương tiện đi lại và tham gia vào các buổi gặp mặt thân mật. Điều quan trọng là giúp đỡ từng nhóm xây dựng được mạng lưới hỗ trợ trong thời gian chương trình, nhờ đó họ có thể liên lạc sau đó và không có cảm giác bỏ cuộc hay bị cô lập khi chương trình kết thúc.

## **KHÁM PHÁ CÁC GIÁ TRỊ SỐNG**

**Hãy nghĩ xem làm thế nào để mọi người trong nhóm của bạn đưa ra được các giá trị sống.**

Trong cuộc sống, phần lớn cách dạy dỗ con cái dựa trên các giá trị sống, bạn sẽ đối mặt với các giá trị sống thường xuyên khi làm hướng dẫn viên. Sẽ có những thời điểm các giá trị sống của bạn giống với các giá trị sống của cha mẹ trong nhóm. Nhưng cũng có những thời điểm giá trị sống của bạn lại rất khác biệt với của họ. Cho dù trường hợp nào đi chăng nữa, hãy đảm bảo rằng bạn quan tâm đến những giá trị sống cần được đề cập đến trước mỗi buổi sinh hoạt.

**Trong quá trình lập kế hoạch, hãy tự hỏi:**

- Những vấn đề nào có thể xuất hiện trong chủ đề ngày hôm nay?
- Những giá trị sống của tôi xung quanh chủ đề này là gì?
- Bức tranh tổng thể ở đây là gì? Làm thế nào để tôi nhìn nhận vượt ra ngoài những giá trị sống của mình và không áp đặt giá trị sống của mình lên người khác?

- Tổ chức tài trợ sẽ đề nghị tôi làm gì để xử lý những vấn đề này khi phát sinh?
- Tôi sẽ giải quyết từng vấn đề trong chương trình này như thế nào và khi nào?
- Tôi nên bày tỏ quan điểm và giá trị sống của riêng mình như thế nào và khi nào? Điều này có thể ảnh hưởng đến nhóm như thế nào?

Để khám phá các giá trị sống xung quanh việc nuôi dạy con cái, hãy tự hỏi bản thân và những cha mẹ trong các nhóm của bạn:

Trong quá trình nuôi dạy bạn lớn lên, cách cha mẹ của bạn đối xử với bạn và những gì họ nói với bạn cho bạn thông điệp về điều họ tin tưởng và trân trọng. Trong quá trình ấy, bạn đã nhận được những thông điệp nào từ cha mẹ mình?

- Những thông điệp nào bạn thích? Thông điệp nào mang tính tích cực?
- Những thông điệp nào bạn dùng cho con bạn bây giờ?
- Những giá trị sống nào ẩn dấu đằng sau những thông điệp của cha mẹ dành cho bạn?
- Những giá trị sống nào ẩn dấu đằng sau những thông điệp của bạn dành cho con cái mình?
- Bạn muốn con mình có những giá trị sống nào?
- Bạn có thể làm gì để gửi cho con những thông điệp khuyến khích những giá trị sống mà bạn muốn?



Có những cách thức khác để xác định các giá trị sống như sử dụng các băng video hoặc các tình huống đời thường để kích hoạt các cuộc thảo luận.

Một cách tiếp cận khác là sử dụng hoạt động đòi hỏi cha mẹ nghĩ về những giá trị sống của họ.

Đối với rất nhiều cha mẹ, khái niệm “giá trị sống” rất trừu tượng. Điều quan trọng là khám phá các giá trị sống theo những cách cụ thể và kết nối với đời sống của họ. Bằng việc nói chuyện về các giá trị sống, các cha mẹ có thể tạo sự liên kết giữa những gì họ tin tưởng với cách thức hành động phản ánh những giá trị sống của họ.

Bạn cần lưu ý rằng các giá trị sống sẽ chuyển biến theo thời gian cuộc đời và thay đổi đó sẽ diễn ra chậm rãi. Cũng nên nhớ rằng mỗi chúng ta có thể mang trong mình những giá trị sống mâu thuẫn nhau. Việc nhận biết được những xung đột bên trong có thể tạo nên các cuộc thảo luận sống động và mang đến những hiểu biết hữu ích.

### **Sử dụng những giá trị sống và trải nghiệm của riêng bạn trong nhóm**

Hãy suy nghĩ thật kỹ lưỡng về thời điểm hoặc liệu có phù hợp để nói lên các giá trị sống của

mình trong nhóm và điều này sẽ ảnh hưởng đến nhóm như thế nào.

Nếu hướng dẫn viên có giá trị sống rất mạnh và thể hiện theo cách áp đặt – ví dụ “tuyệt đối không được tát trong bất cứ trường hợp nào” – thì những cha mẹ có quan điểm đối lập sẽ cảm thấy bị đe dọa hoặc bẽ mặt. Kết quả là họ có thể sẽ không tham gia vào cuộc thảo luận và họ mất đi cơ hội xem xét và suy nghĩ lại về giá trị sống của chính họ.

Với vai trò là hướng dẫn viên, nhiệm vụ của bạn là mang đến cho các cha mẹ cơ hội để khám phá giá trị sống của họ.

Chỉ nói về giá trị sống của bạn khi chúng hỗ trợ hoặc giúp cho cha mẹ kết nối với giá trị sống của chính họ.

Bởi bạn đang khuyến khích các cha mẹ học từ những trải nghiệm của chính họ, bạn có thể cũng muốn chia sẻ những trải nghiệm của mình với nhóm. Có những thời điểm việc này là phù hợp, nhưng cũng có thời điểm không phù hợp.

### **Những tác dụng tiêu cực của việc chia sẻ những trải nghiệm cá nhân**

Việc nói nhiều về trải nghiệm làm cha mẹ của bạn có thể khiến những người tham gia tin rằng những gì bạn làm là “đúng”. Điều này cũng khiến họ nghĩ những hành động và trải nghiệm của họ là “sai” và do đó không muốn chia sẻ chúng.

Mặt khác, một số hướng dẫn viên có thể nói về những sai lầm trong nuôi dạy con cái của mình nhằm khiến cho cha mẹ cảm thấy thoải mái hơn. Nếu bạn quá tập trung vào những vấn đề chưa giải quyết được của bản thân sẽ khiến cho những người tham gia mất tập trung và làm giảm sự tin tưởng của mọi người vào khả năng lãnh đạo của bạn.

Đối với hướng dẫn viên đây là một ranh giới rất mỏng manh. Sau tất cả, bạn đang yêu cầu các cha mẹ cởi mở và chia sẻ các trải nghiệm cá nhân họ với nhóm. Sẽ công bằng khi bạn cũng sẵn lòng làm điều tương tự.

Quy tắc chung là các hướng dẫn viên nên nói về các trải nghiệm cá nhân một cách khiêm tốn. Luôn nhớ rằng vai trò của người hướng dẫn viên là rút ra từ những trải nghiệm của các thành viên nhóm. Trải nghiệm của bạn chỉ hữu ích khi chúng khuyến khích cha mẹ chia sẻ.

Một hướng dẫn viên có kinh nghiệm đã có ý kiến rất rõ ràng về điều này:

***“Theo tôi, hướng dẫn viên nói về các trải nghiệm của mình một cách vẫn tất làm phương tiện kết nối với nhóm, không bao giờ mô tả mình đã làm gì hoặc thể hiện đó là cách “đúng đắn”.***

Trước khi đưa ra các trải nghiệm của chính mình, bạn cần suy nghĩ điều này sẽ ảnh hưởng đến nhóm như thế nào. Sử dụng các kinh nghiệm cá nhân để hỗ trợ cha mẹ, hoặc như là cách kết nối với trải nghiệm của họ, có thể giúp xây dựng được lòng tin, gỡ bỏ rào cản giữa hướng dẫn viên và nhóm. Tuy nhiên, việc phụ thuộc quá nhiều vào các kinh nghiệm của hướng dẫn viên có thể khiến cho buổi sinh hoạt không còn tập trung vào những người tham gia.

## THỂ HIỆN SỰ LINH HOẠT

Chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” được thiết kế để đáp ứng nhu cầu của các cha mẹ tham gia, do đó bạn cần linh hoạt trong cách tiếp cận và khi lập kế hoạch.

Chuẩn bị tinh thần rằng kế hoạch sinh hoạt có thể phải thay đổi để phù hợp với nhu cầu và sở thích của các cha mẹ. Việc chuyển khỏi chủ đề mà bạn đã chuẩn bị có thể là một dấu hiệu tốt. Điều này có nghĩa là cha mẹ đã tìm ra điều gì đó mà họ thực sự muốn thảo luận và buổi sinh hoạt của bạn đã diễn ra rất tốt.



Hãy chú ý đến những gì đang diễn ra trong nhóm của bạn. Nếu các cha mẹ trông có vẻ bồn chồn hoặc chán nản, chắc chắn có lí do. Nếu điều này xảy ra, hãy dừng việc bạn đang làm và bình luận về điều mà bạn đang nhận thấy. Có thể họ đang không rõ về những gì đang thảo luận hoặc việc họ đang làm. Có thể các cha mẹ muốn nghỉ giải lao hoặc thay đổi nhịp độ làm việc nhóm. Có thể họ không hài lòng với cách thức mọi việc đang diễn ra. Hãy hỏi xem các cha mẹ muốn làm gì.

Làm tương tự nếu cuộc thảo luận đang bị lan man và thiếu định hướng. Có thể vì những gì bạn đang nói không phải là vấn đề ưu tiên đối với một hoặc một số cha mẹ. Hãy kiểm tra lại với họ để tìm hiểu những gì đang xảy ra và cùng với họ quyết định xem cần phải làm gì.

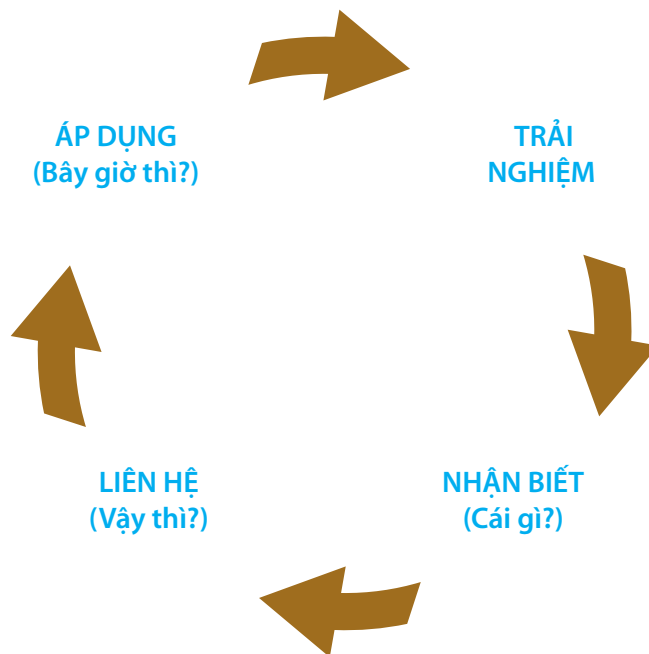
## HỖ TRỢ MỘT SỐ TÌNH HUỐNG THƯỜNG GẶP

Trong sinh hoạt nhóm, sẽ có những tình huống khó xử hoặc không thoải mái, ví dụ, có người khóc, hai người bất đồng ý kiến, người thì nói liên tục hoặc người thì không nói câu nào. Bằng việc sử dụng chu trình học từ trải nghiệm để làm chỉ dẫn, những tình huống này thể là cơ hội để thấu hiểu và cảm thông.

Sử dụng chu trình học từ trải nghiệm để hỗ trợ các tình huống thường gặp

Khi một tình huống phát sinh, hãy chấp nhận điều đó mà không phán xét, tìm ra những điểm chung giữa những người tham gia. Nhiệm vụ của bạn không phải giải quyết các mâu thuẫn hay xử lý các vấn đề. Công việc của người hướng dẫn viên là giữ cho nhóm an toàn cho tất cả mọi người và giúp cho cả nhóm thừa nhận những gì xảy ra và tiếp tục làm việc. Bạn có thể làm được điều này bằng cách sử dụng chu trình học từ trải nghiệm.





### TRẢI NGHIỆM:

Tình huống, bất kể là gì, cũng là trải nghiệm.

Ví dụ: Trong khi thảo luận, có người trong nhóm khóc về những áp lực phải nuôi dạy con một mình.

### NHẬN BIẾT:

- Nhận biết và thừa nhận những gì đang xảy ra trong nhóm, chứ không phải từng việc mà từng cá nhân đang làm. Đưa sự việc đang xảy ra trong nhóm tới sự chú ý của những người tham gia mà không phán xét hay để mặc ai đó ngoài cuộc

*"Chúng ta đang bắt đầu có được những cảm nhận sâu sắc trong cuộc thảo luận này"*

- Nhận biết giá trị sống hoặc hành vi đằng sau đó. Niềm tin nào ẩn sau dưới những gì đang diễn ra?

*"Vài người trong chúng ta khóc khi xúc động sâu sắc"*

- Khuyến khích nhóm tìm ra giá trị sống bên trong họ

*"Có bao nhiêu người trong chúng ta từng khóc khi gặp những chuyện gây xúc động sâu sắc?"*

(Tại thời điểm này, dành thời gian cho cha mẹ tự ngẫm và trả lời bằng cách gật đầu hoặc giơ tay.)

## LIÊN HỆ:

- Tạo cơ hội cho mỗi người trong nhóm tìm lại trải nghiệm của chính mình.

*"Khi bạn khóc, điều gì đang diễn ra bên trong bạn?"*

(Dừng lại)

*"Bạn làm gì hoặc bạn muốn người khác làm gì khi bạn khóc?"*

(Lần nữa, dành thời gian cho cha mẹ tự ngẫm và trả lời giữa các câu hỏi.)

## ÁP DỤNG:

- Tóm tắt lại toàn bộ những gì nhóm đã nhận biết và hiểu về trải nghiệm

*"Giờ chúng ta đã có trải nghiệm về xúc động sâu sắc và cả nước mắt. Chúng ta đã xem cách mình phản ứng khi rung động sâu sắc và những gì mình muốn được đáp lại khi chúng ta khóc"*

- Tạo cơ hội để áp dụng trải nghiệm này và hiểu về những gì mỗi chúng ta sẽ làm trong tương lai. (Mỗi chúng ta sẽ làm gì trong cuộc sống?)

*"Lần tới bạn sẽ làm gì khi thấy người khác khóc?" "Lần tới bạn sẽ làm gì khi bạn khóc?"*

- Quyết định cách thức tiếp tục tiến hành buổi sinh hoạt. (Bây giờ chúng ta sẽ làm gì trong buổi sinh hoạt này?)

*"Có còn gì đang dở ở đây không? Chúng ta có nên tiếp tục với chủ đề - những áp lực khi nuôi con một mình – hay chuyển sang hoạt động tiếp theo?"*

(Tương tự, dành thời gian cho cha mẹ tự cảm nhận và trả lời giữa các câu hỏi.)

Đây là một cách tiếp cận hết sức linh hoạt có thể sử dụng cho nhiều tình huống. Phần quan trọng nhất của chu trình là giai đoạn "nhận biết". Nếu bạn thấy nhóm của mình gặp khó khăn trong việc hiểu hoặc áp dụng vấn đề, hoặc nếu họ cảm thấy bị bế tắc, chuyển cuộc thảo luận về giai đoạn "nhận biết" và tìm ra những điểm quan trọng mà bạn đã bỏ lỡ khi xem xét trải nghiệm này ngay từ đầu.

## TRẢI NGHIỆM:

Hai cha mẹ bất đồng quan điểm sâu sắc và đang cãi nhau.

## NHẬN BIẾT:

- Nhận biết và thừa nhận những gì đang xảy ra trong nhóm, chứ không phải từng việc mà từng cá nhân đang làm. Đưa việc đang xảy ra trong nhóm tới sự chú ý của những người tham gia mà không phán xét hay để mặc ai đó đơn độc

*"Có vẻ như chủ đề này đã mang đến những cảm xúc và đưa ra những quan điểm mạnh mẽ"*

- Nhận biết giá trị sống hoặc hành vi đằng sau đó. Niềm tin nào ẩn sau dưới những gì đang diễn ra?

*"Chúng ta đều mong có ai đó trong cuộc đời yêu thương chúng ta và yêu thương cả con của chúng ta nữa"*

- Khuyến khích nhóm tìm ra giá trị sống bên trong họ

*"Có bao nhiêu người trong chúng ta muốn cảm nhận được thương yêu thực sự và mong bạn đời của mình cũng yêu và chăm sóc cho con cái của chúng ta như cách chúng ta làm?"*

*(Dành thời gian cho cha mẹ tự ngẫm và trả lời bằng cách gặt đầu hoặc giot tay.)*

## LIÊN HỆ:

- Tạo cơ hội cho mỗi người trong nhóm tìm lại trải nghiệm của chính mình

*"Nghĩ về cuộc đời của mình, với bạn điều gì quan trọng trong cách bạn đời đối xử với con của bạn?"*

*(Dành thời gian cho cha mẹ tự ngẫm và trả lời.)*



## ÁP DỤNG:

- Tóm lại những gì nhóm đã nhận biết và hiểu về trải nghiệm

*“Vậy là chúng ta đã nhận biết được điều thực sự quan trọng đối với anh Bình và anh Hùng đó là việc bạn đời của các anh dành thời và chơi với con. Hồng thì nghĩ rằng điều quan trọng là bạn đời của cô ấy giúp đỡ cô ấy chăm sóc bọn trẻ - những việc như cho chúng ăn, mặc. Chị Linh mong muốn bạn đời của mình đảm bảo rằng bọn trẻ làm những gì chị ấy muốn. Như vậy chúng ta đều mong muốn bạn đời của mình có một vai trò nào đó và chúng ta đều có ý tưởng về vai trò đó nên là gì.”*

- Tạo cơ hội để áp dụng trải nghiệm này và hiểu về những gì mỗi chúng ta sẽ làm trong tương lai. (Từ giờ, mỗi chúng ta sẽ làm gì trong cuộc sống?)

*“Dựa trên những gì đã khởi đầu như một cuộc tranh luận, chúng ta nhận ra rằng tất cả những gì mình mong muốn là bạn đời giữ một vai trò nào đó. Và mặc dù tất cả chúng ta có những quan điểm rất mạnh mẽ và rất khác biệt về vai trò đó là gì, chúng ta mong muốn bạn đời của mình nhận ra điều ta mong đợi. Bạn có những ý kiến gì về những gì chúng ta có thể làm bây giờ?”*

(Dành thời gian cho cha mẹ tự ngẫm và trả lời.)

- Quyết định cách thức tiếp tục tiến hành buổi sinh hoạt. (Bây giờ chúng ta sẽ làm gì trong buổi sinh hoạt này?)
- *“Có điều gì còn đang dang dở ở đây không? Chúng ta có nên tiếp tục với chủ đề này hay chuyển sang hoạt động tiếp theo?”*

### Một số lời khuyên từ các hướng dẫn viên có kinh nghiệm

- Trong tình huống căng thẳng hoặc không thoải mái, hãy hít một hơi thật sâu và bỏ qua nó. Hạ giọng và giảm âm lượng– nói chậm lại và lặng im. Điều này sẽ làm dịu bầu không khí và cho bạn thời gian để suy nghĩ.
- Trong bất cứ hoàn cảnh nào, cho dù có bị khiêu khích, hãy kiềm chế mọi phán xét hay việc đứng về phía bất cứ ai. Sử dụng cách tiếp cận chu trình học từ trải nghiệm sẽ giúp bạn làm được điều này.
- Nếu bị bế tắc ở đâu đó, hãy quay lại giai đoạn “nhận biết”
- Nếu bạn không biết cái gì ẩn đằng sau niềm tin, hành vi hay giá trị, hãy hỏi nhóm. “Có điều gì đó ở đây thật sâu sắc và rất gần với trái tim của chúng ta. Điều đó có thể là gì?”

# PHẦN 5:

## CÁCH TIẾP CẬN KHI LÀM VIỆC VỚI CHA MẸ

- LÀM VIỆC VỚI NHỮNG CHA MẸ CHƯA THÀNH NIÊN
- LÀM VIỆC VỚI NHỮNG ÔNG BỐ
- LÀM VIỆC VỚI CHA MẸ CÓ TRÌNH ĐỘ ĐỌC VIẾT
- LÀM VIỆC VỚI CHA MẸ VỚI NÉT VĂN HÓA KHÁC NHAU

## CÁCH TIẾP CẬN KHI LÀM VIỆC VỚI CHA MẸ

Thông tin về những kỹ năng hướng dẫn tại Phần 4 đã cung cấp cho bạn những công cụ cơ bản để làm việc với cha mẹ trong chương trình “Không Ai Hoàn Hảo”. Khi bạn tích lũy kinh nghiệm làm việc trong vai trò hướng dẫn viên, bạn sẽ học thêm được những kỹ năng mới và phát triển những kỹ năng sẵn có của mình. Kinh nghiệm của các hướng dẫn viên chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” cho thấy thái độ và cách tiếp cận phù hợp là nền tảng để xây dựng mối quan hệ tốt đẹp với các cha mẹ thành viên trong nhóm. Trong đó, tư tưởng cởi mở và trái tim chân thành là những yếu tố quan trọng nhất.

Phần này sẽ cung cấp cho bạn những lời khuyên thực tế từ các hướng dẫn viên có kinh nghiệm của chương trình về cách làm việc hiệu quả với những cha mẹ có các đặc điểm và nhu cầu có lẽ không quen thuộc với bạn. Chúng tôi hi vọng thông tin này sẽ hữu ích cho bạn khi bạn điều hành một nhóm các cha mẹ có đặc điểm văn hoá hoặc dân tộc khác nhau cũng như với những cha mẹ có những trải nghiệm cuộc sống không giống với bạn.

Nội dung trong phần này sẽ giúp bạn tránh được những hiểu nhầm ban đầu để có một khởi đầu tốt theo hướng tôn trọng và cảm thông, tạo điều kiện cho hướng dẫn viên và các thành viên nhóm thoải mái khi làm việc với nhau và có thể học hỏi từ nhau.

Tài liệu này khá cơ bản. Bạn có thể đã biết một số nội dung về cách làm việc với cha mẹ có hoàn cảnh tương tự với bạn.

## LÀM VIỆC VỚI CHA MẸ CHƯA THÀNH NIÊN

### MỘT SỐ LƯU Ý CẦN NHỚ VỀ CHA MẸ CHƯA THÀNH NIÊN

Các cha mẹ còn trẻ đang ở giai đoạn phát triển khác biệt và có hoàn cảnh sống khác biệt nên nhu cầu của họ có thể rất khác so với các cha mẹ ở độ tuổi hai mươi hoặc ba mươi.

#### Các vấn đề phát triển

- Cha mẹ thuộc độ tuổi chưa thành niên vừa phải học cách làm cha mẹ vừa phải học cách làm người lớn. Sự xung đột vai trò này có thể khiến việc làm cha mẹ (và làm người lớn) của họ trở nên căng thẳng hơn
- Những người trong độ tuổi này thường có xu hướng “nghĩ cho khoảnh khắc hiện tại.” Do vậy, việc xây dựng kế hoạch cho nhóm cha mẹ thuộc độ tuổi chưa thành niên thường khá khó khăn. Sự tham gia của các cha mẹ còn trẻ vào các



buổi họp hoặc hội thảo khá thất thường. Họ cũng thường không đến các buổi hẹn gặp

## Hoàn cảnh sống

- **Xung đột vai trò** là một vấn đề khá phổ biến đối với cha mẹ ở nhóm tuổi này. Khi họ sống trong gia đình, họ thường cảm thấy mâu thuẫn giữa vai trò làm cha mẹ và vai trò làm con cái trong gia đình. Một mặt, họ được kỳ vọng sẽ đưa những quyết định trưởng thành và có trách nhiệm về con cái họ kể cả khi những thành viên khác trong gia đình không dễ dàng tán đồng những ý kiến của họ đưa ra trong vai trò là cha mẹ. Mặt khác họ vẫn bị bắt phải tuân thủ các nguyên tắc trong gia đình như về giờ giấc và cách cư xử. Ví dụ, nếu họ muốn đi ra ngoài vào buổi tối, họ sẽ phải tự sắp xếp người trông em bé, đồng thời lại phải đối phó với bố mẹ của mình khi được yêu cầu về nhà trong một thời gian nhất định

Cha mẹ còn trẻ không muốn ở cùng với bố mẹ thường có thể phải đối mặt thêm với một số vấn đề khác liên quan đến chất lượng nhà cửa, cô lập và thiếu sự hỗ trợ. Họ cũng có thể gặp những vấn đề lớn hơn trong việc quản lý thời gian và bố trí việc chăm sóc trẻ

Cha mẹ còn trẻ có thể cũng phải đối mặt với những xung đột trong vai trò là cha mẹ và vai trò là một thanh thiếu niên. Chấp nhận trách nhiệm đối với con của mình và đặt việc quan tâm đến đứa trẻ lên hàng đầu có thể rất khó khăn cho những cha mẹ có nhu cầu giao lưu với bạn bè trong nhóm tuổi của họ

- **Những vấn đề cảm xúc** có thể bắt nguồn từ những trải nghiệm khó khăn trong cuộc sống mà các bà mẹ chưa thành niên gặp phải. Ở trong bất kỳ nhóm các bà mẹ trẻ nào, bạn có thể gặp một vài (hoặc thậm chí hầu hết) thành viên đã gặp rất nhiều khó khăn như là:
  - > Bị bố mẹ hoặc bạn trai hành hạ về thể chất, tinh thần hoặc xâm hại tình dục
  - > Bị gia đình, bạn bè hoặc bố đứa trẻ chối bỏ

Những trải nghiệm này có thể dẫn đến những phản ứng sau:

- Thái độ hung hăng
- Giận dữ
- Hành vi phá phách
- Cảm giác tội lỗi
- Trầm cảm
- Hành vi tự sát
- Lạm dụng chất gây nghiện

Là cha mẹ khi còn quá trẻ và độc thân là một tình huống khó khăn về cả tinh thần lẫn thể chất. Điều quan trọng là phải nhận biết và thừa nhận những khó khăn này. Hãy để cho những cha mẹ trẻ này biết rằng bạn tôn trọng nỗ lực của họ trong việc nuôi dạy đứa trẻ khỏe mạnh, hạnh phúc. Hãy gọi họ là “người phụ nữ trẻ” và “người đàn ông trẻ”. Họ có thể còn rất trẻ, nhưng cần phải thừa nhận trách nhiệm người lớn mà họ đang gánh vác và tránh gọi họ là “cô bé” hoặc “cậu bé”. Ngoài ra, bạn cần lưu ý tránh áp đặt định kiến đối với những cha mẹ trẻ này. Nên nhớ rằng mỗi người là một cá nhân riêng biệt và họ gặp phải những vấn đề khác nhau.

## Ý TƯỞNG ĐỂ LÀM VIỆC CÙNG VỚI CHA MẸ TRẺ

### Tuyển chọn người

Đôi khi bạn có thể gặp khó khăn trong việc thu hút sự quan tâm chú ý của các cha mẹ trẻ đến những buổi sinh hoạt nhóm. Thông thường thì cha mẹ ở độ tuổi chưa thành niên không mấy quan tâm đến các sự kiện liên quan đến sức khỏe, học hành và thảo luận nhóm trừ khi các sự kiện này được thiết kế phù hợp với lứa tuổi của họ.

Bạn có thể nhận ra rằng cần phải tập trung vào một khía cạnh nào đó để làm chương trình hấp dẫn hơn đối với cha mẹ ở lứa tuổi này, ví dụ, nhấn mạnh vào yếu tố vui vẻ hoặc giao lưu của nhóm, thay vì những gì họ có thể học được. Ngoài ra việc cung cấp thức ăn, hỗ trợ đi lại và chăm sóc trẻ cũng rất quan trọng và có thể được sử dụng là công cụ để tuyển thành viên nhóm.

Các hướng dẫn viên của chương trình đã phát hiện ra rằng việc giới thiệu chương trình thông qua các dịch vụ và chương trình sẵn có cho cha mẹ tuổi chưa thành niên là một cách hữu ích để tiếp cận đối tượng.

Nếu có thể, việc thành lập được một nhóm toàn các cha mẹ trẻ là lý tưởng nhất. Một cha mẹ 16 tuổi có thể cảm thấy bị cô lập trong một nhóm có nhiều cha mẹ lớn tuổi hơn họ.

### Một số lời khuyên trong việc xác định danh sách cha mẹ còn trẻ

Dù bạn dự định làm việc với nhóm chỉ toàn là cha mẹ chưa thành niên hoặc khuyến khích họ tham gia với các nhóm tuổi khác, theo các hướng dẫn viên có kinh nghiệm, bạn cần phải lưu ý những vấn đề sau:

- Đích thân đến gặp cha mẹ trẻ chưa thành niên. Rất nhiều người trong số họ không tự mình tham dự chương trình. Nội dung cuộc gặp trực tiếp có thể là để trao đổi về những lo lắng và quan tâm của họ cũng như để xây dựng sự tin tưởng với họ. Bạn cũng cần nhớ rằng việc có ít nhất một gương mặt quen thuộc tại buổi sinh hoạt sẽ giúp cha mẹ tuổi chưa thành niên cảm thấy thoải mái hơn khi tham gia vào nhóm
- Tránh việc đi đến vào các mẫu biểu hoặc phỏng vấn trong cuộc gặp đầu tiên
- Bạn nên mời một thành viên tuổi chưa thành niên tham gia vào quá trình tuyển người



bởi việc đảm bảo cho cha mẹ tuổi chưa thành niên biết rằng trong nhóm cũng có những cha mẹ ở cùng lứa tuổi với họ là rất quan trọng

- Nếu sự tham gia các buổi sinh hoạt nhóm của thành viên nào đó có vẻ thất thường, hãy liên hệ với họ để xem có vấn đề gì không. Cũng có thể không có vấn đề gì liên quan đến chất lượng chương trình. Việc nhắc thành viên nhóm về địa điểm và thời gian của buổi họp tiếp theo cũng là một ý tưởng hay để duy trì nhóm

***“Được ra khỏi nhà và trò chuyện với bạn bè đã từng trải qua những điều tương tự là rất quan trọng đối với mình.”***

*– Một cha mẹ tuổi chưa thành niên chia sẻ*

### **Tập trung vào những vai trò của họ trước tiên**

Cũng như với nhiều người, cha mẹ trẻ sẽ hợp tác tốt nhất khi họ quan tâm đến chủ đề được đề cập đến. Bởi vì hầu hết cha mẹ còn trẻ gặp phải các vấn đề phát triển và xung đột vai trò nên việc thảo luận về những chủ đề này khi mới bắt đầu chương trình là hiệu quả nhất (và có thể thảo luận những chủ đề này nhiều lần trong suốt chương trình). Trước khi đi vào thảo luận cụ thể về việc chăm sóc trẻ và làm cha mẹ, nên tập trung thảo luận về vai trò của các cha mẹ còn trẻ và mối quan hệ của họ với những người khác trước. Các chủ đề có thể bao gồm:

- Sống với cha mẹ và việc thay đổi từ vai trò một người con sang vai trò người bố/người mẹ
- Đối phó với những lời chỉ trích hoặc lời khuyên bảo không mong muốn
- Giảm căng thẳng cá nhân
- Mối quan hệ với bạn trai và bạn bè cùng lứa

### **Khuyến khích sự hỗ trợ lẫn nhau trong nhóm**

Cảm giác được là một phần của nhóm rất quan trọng đối với hầu hết cha mẹ tuổi chưa thành niên. Họ có xu hướng tham gia nhiều vào các cuộc thảo luận hơn nếu họ cảm thấy thoải mái với nhóm. Tất cả những lưu ý trong việc thu hút sự tham gia của cha mẹ trong Phần 4 đều có thể áp dụng với cha mẹ trẻ. Thêm vào đó, có một số lưu ý đặc biệt sau:

- Lên kế hoạch cho nhiều hoạt động tạo cơ hội cho các thành viên trong nhóm cùng làm việc với nhau, ví dụ như chuẩn bị một bữa ăn đặc biệt; cùng làm đồ chơi
- Khuyến khích các thành viên trả lời câu hỏi và bình luận của những thành viên khác
- Tạo sự kết nối giữa các thành viên trong nhóm bằng cách chỉ ra những điểm chung và điểm khác biệt trong trải nghiệm và cảm giác của họ

## Lên kế hoạch cho chương trình và buổi sinh hoạt

Bạn cần phải cân nhắc một số vấn đề sau khi lên kế hoạch chương trình và nội dung buổi sinh hoạt làm việc với một nhóm cha mẹ chưa thành niên:

- **Khả năng tập trung.**

Hầu hết các cha mẹ còn trẻ có khoảng thời gian tập trung ngắn hơn so với những cha mẹ lớn tuổi hơn. Cần nghỉ thường xuyên, nghỉ trong thời gian ngắn và sinh hoạt nhóm với tốc độ chậm rãi khi xử lý các thông tin mới

- **Lặp đi lặp lại những ý tưởng và thông tin chính.**

Cha mẹ còn trẻ có thể cần thảo luận lặp lại nhiều lần về những vấn đề quan trọng đối với họ. Ví dụ, nếu stress là một vấn đề cho các thành viên trong nhóm, bạn có thể thảo luận riêng về chủ đề này và sau đó lặp lại vấn đề này trong các buổi sinh hoạt khác về kỷ luật đối với trẻ và lên kế hoạch cho tương lai

- **Đưa ra những câu hỏi và ví dụ cụ thể.**

Đặt các câu hỏi thảo luận thực tế và cụ thể. Tránh các câu hỏi như “Bạn cảm thấy thế nào?” bởi vì các câu hỏi này khá khó trả lời, đặc biệt là với những người không quen thể hiện cảm xúc của họ trong nhóm. Có thể thay thế bằng cách đặt câu hỏi cụ thể hơn ví dụ như “Bạn đã làm gì?” hoặc “Điều gì đã xảy ra khi?” hoặc “Điều này có ý nghĩa gì với bạn?”

- **Hãy linh hoạt.**

Nếu trong nhóm của bạn chỉ toàn là cha mẹ tuổi chưa thành niên, chương trình của bạn thậm chí cần linh hoạt hơn so với các nhóm cha mẹ khác. Dĩ nhiên việc lập kế hoạch cho buổi sinh hoạt vẫn rất quan trọng, nhưng việc chuẩn bị cho những thay đổi trong chương trình cũng quan trọng không kém nếu nhóm của bạn có vẻ quan tâm đến những vấn đề khác. Hãy lưu ý điều chỉnh cách làm việc của mình sao cho phù hợp với nhóm. Đừng kỳ vọng các thành viên nhóm sẽ nhiệt tình ngay từ đầu. Hãy thử cho đến khi bạn tìm ra cách gì hiệu quả với từng nhóm

### **Một vài lời khuyên từ các hướng dẫn viên có kinh nghiệm**

- Không phán xét hoặc đứng về phía nào. Cần giữ thái độ không phán xét và không thiên vị. Tránh gắn mác “đúng” hay “sai” cho bất cứ cảm xúc hoặc ý tưởng nào
- Giữ khiếu hài hước. Sự hài hước có thể khiến cho mọi thứ thú vị hơn. Bạn có thể tự lấy mình ra làm ví dụ để gây cười cho nhóm
- Sử dụng các hoạt động thực tế để lôi kéo sự tham gia và giúp thành viên nhóm làm việc cùng nhau.



- Chọn các hoạt động phù hợp với văn hoá tuổi chưa thành niên. Những hoạt động và âm nhạc bạn chọn cần được điều chỉnh theo sở thích của nhóm tuổi này. Sử dụng loại nhạc mà họ thích và các hoạt động đòi hỏi sự sáng tạo, cho phép họ liên hệ đến kinh nghiệm của mình. Các hoạt động nhóm thường khá phổ biến trong các nhóm tuổi chưa thành niên
- Lắng nghe nhiều hơn nói là rất quan trọng khi làm việc đối với cha mẹ còn trẻ
- Sử dụng nhiều biện pháp thúc đẩy thái độ tích cực. Tập trung vào sự mạnh dạn của họ trong việc thử những ý tưởng mới. Giúp nhóm chuyển từ thái độ tiêu cực sang thái độ tích cực bằng cách nhấn mạnh những điểm mạnh của họ

## LÀM VIỆC VỚI NHỮNG ÔNG BỐ

### MỘT SỐ ĐIỀU CẦN NHỚ VỀ NHỮNG ÔNG BỐ

Trở thành bố là một sự kiện quan trọng trong cuộc đời một người đàn ông. Tương tự như các bước ngoặt khác trong đời, điều này có thể mang lại cho họ cảm giác căng thẳng nhưng cũng mang tới nhiều niềm vui và sự hứng khởi. Việc trở thành bố có thể đặc biệt căng thẳng trong một số trường hợp: làm bố khi còn quá trẻ; khi việc có con là ngoài kế hoạch; hoặc khi họ có những trải nghiệm không tốt từ bố mình.

Làm bố khác nhiều so với làm mẹ. Cách tương tác của các ông bố với con cái có phần khác biệt. Họ mang đến nguồn năng lượng và sự nhận thức đặc biệt cho trẻ. Các ông bố cần được hỗ trợ và khuyến khích để phát huy vai trò quan trọng của họ trong đời sống của trẻ.

Hiện nay, kỳ vọng của xã hội về vai trò của những ông bố đang thay đổi. Những người đàn ông được yêu cầu tham gia nhiều hơn vào việc chăm sóc trẻ hàng ngày, thể hiện tình yêu và hỗ trợ trẻ theo cách thức khác với cách mà bố họ đã làm.

Những ông bố ở độ tuổi chưa thành niên cũng phải đối mặt với một số vấn đề phát triển và xung đột vai trò giống như các bà mẹ trẻ.

### Ý TƯỞNG KHI LÀM VIỆC VỚI NHỮNG ÔNG BỐ

#### Tuyển chọn người

Bạn có thể gặp khó khăn khi mời các ông bố tham gia vào các chương trình làm cha mẹ, đặc biệt là những ông bố có thu nhập thấp hoặc trình độ học vấn thấp, những người bị cô lập hoặc làm bố khi còn quá trẻ.

Hãy tuyển chọn các ông bố thông qua các chương trình tiền sản, các chương trình vận động pháp lý hoặc tại địa điểm cung cấp nhiều dịch vụ đa dạng như trung tâm cộng đồng, trạm y tế...



Các hướng dẫn viên cũng có thể tiếp cận các ông bố thông qua dịch vụ tư vấn cá nhân; các chương trình giáo dục; các chương trình tạo việc làm; các trung tâm giải trí; các trung tâm giáo dưỡng; các trung tâm chăm sóc trẻ; và các địa điểm vui chơi tại địa phương. Các dịch vụ cho bà mẹ trẻ cũng là một xuất phát điểm tốt để tiếp cận các ông bố trẻ.

Các tổ chức và chương trình có thể hỗ trợ nhau trong việc tiếp cận và làm việc với các ông bố. Việc tuyển chọn người tham gia có thể là một cơ hội tốt để thiết lập hoặc củng cố những mạng lưới hỗ trợ này.

### Sử dụng hướng dẫn viên là nam giới

Một hướng dẫn viên là nam giới có thể là yếu tố quan trọng trong việc tiếp cận các ông bố, đặc biệt khi toàn bộ nhóm đều là nam giới. Việc này sẽ thu hút các ông bố tham gia bởi họ có một người đồng cảm với mình.

Bởi vì hướng dẫn viên có thể được coi là tấm gương về các kỹ năng giải quyết vấn đề và quan hệ cá nhân, hướng dẫn viên là nam giới sẽ đóng vai trò là một mô hình kiểu mẫu cho những ông bố trong nhóm.

### Tổ chức các buổi sinh hoạt nhóm ở một địa điểm “thân thiện với các ông bố”

Chọn địa điểm nơi các ông bố cảm thấy thoải mái và được chào đón. Phòng khám dành cho phụ nữ có thể không phải là một lựa chọn tốt. Bạn nên sử dụng các công cụ, hoạt động làm các ông bố cảm thấy được chào đón, ví dụ như tổ chức sự kiện đặc biệt cho Ngày của Bố, treo những bức ảnh, bảng hiệu giữa bố và con để các ông bố biết rằng họ được chào đón và trân trọng.

### LỜI KHUYÊN TỪ CÁC HƯỚNG DẪN VIÊN KINH NGHIỆM

- **Sử dụng các hoạt động thể thao hoặc thể chất là một phần của chương trình.** Thường thì những người đàn ông có thể thấy dễ dàng nói chuyện và liên hệ với người khác khi họ làm việc gì đó cùng nhau, đặc biệt đúng với các ông bố trẻ. Họ có thể đến chơi bóng đá và ở lại sinh hoạt nhóm làm cha mẹ
- **Khuyến khích các ông bố chia sẻ.** Các thành viên trong nhóm cần phải kể câu chuyện về cha của mình và cần nói về những trải nghiệm trong quá trình trưởng thành của họ. Họ cần nghĩ về những điều tích cực trong cách nuôi dạy con của bố mình và những điều họ mong muốn làm khác đi
- **Các ông bố thường xử lý các tình huống giải quyết vấn đề tốt** và cảm thấy thích thú khi phân tích một tình huống và tìm ra giải pháp
- **Cân nhắc môi trường và bối cảnh làm bố của mỗi người.** Một vài ông bố trong nhóm đang có một mối quan hệ ổn định, một số khác thì không. Một số người có thể có mối quan hệ không tốt đẹp với mẹ đứa trẻ. Một số người đến từ những cộng đồng

nơi sự tham gia của người bố vào cuộc sống của trẻ là không bắt buộc. Hãy nhìn nhận mỗi ông bố là một cá thể đang phải đối mặt với những khó khăn riêng và đang có những hỗ trợ ở mức độ và hình thức khác nhau

- **Hãy nhớ rằng đàn ông khác với phụ nữ.** Khi hướng dẫn một nhóm gồm cả các ông bố và các bà mẹ, hãy luôn nhớ rằng cách tiếp cận của các ông bố trong việc làm cha mẹ khá khác biệt. Hãy đa dạng hoá nội dung những buổi sinh hoạt của bạn bằng cách đưa ra những hoạt động và thông tin mà cánh đàn ông cũng cảm thấy hứng thú

## LÀM VIỆC VỚI CHA MẸ CÓ TRÌNH ĐỘ ĐỌC VIẾT THẤP

### MỘT SỐ ĐIỂM CẦN LƯU Ý VỀ CHA MẸ CÓ TRÌNH ĐỘ ĐỌC VIẾT THẤP

Trình độ đọc viết thấp sẽ gây khó khăn trong việc hiểu và sử dụng các loại tài liệu in ấn thường gặp trong cuộc sống hàng ngày. Việc xác định người có trình độ đọc viết thấp có thể sẽ khá khó khăn bởi vì mọi người thường cố gắng che giấu điều này.

Bởi vì chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” được thiết kế cho những người có trình độ đọc viết thấp, do vậy bạn có thể giả định rằng trong mỗi nhóm bạn điều hành đều có một vài cha mẹ có trình độ đọc viết thấp.

Trình độ đọc viết thấp ảnh hưởng đến các loại thông tin tiếp cận được và cách thức tiếp nhận thông tin tốt nhất với họ. Trình độ đọc viết thấp không có nghĩa là người đó không thông minh. Những người có trình độ đọc viết thấp vẫn học hỏi tiếp thu, chỉ là họ học bằng những phương pháp khác. Bạn sẽ cần cân nhắc cách họ học và sử dụng các phương pháp để phát huy các thế mạnh của họ. Khi làm việc với cha mẹ có trình độ đọc viết thấp, đừng đánh giá quá cao các kiến thức nền của họ cũng như đừng đánh giá thấp trí tuệ và kinh nghiệm của họ.

### CÁC Ý TƯỞNG LÀM VIỆC VỚI CHA MẸ CÓ TRÌNH ĐỘ ĐỌC VIẾT THẤP

#### **Thể hiện sự tôn trọng đối với họ.**

Việc thể hiện sự tôn trọng bạn dành cho họ và cho những nỗ lực của họ trong việc trở thành cha mẹ tốt là rất quan trọng. Điều này đúng với tất cả mọi người, đặc biệt đối với những cha mẹ có trình độ đọc viết thấp và thiếu tự tin vào bản thân. Hướng dẫn viên cần phải nhớ không tỏ ra mình là “chuyên gia” đối với nhóm những cha mẹ này. Những cha mẹ có trình độ đọc viết thấp có nhiều điều để chia sẻ, nhưng nhiều khi họ cần được khích lệ để nhận ra giá trị trong quan điểm và kinh nghiệm của họ. Điều quan trọng là bạn cần phải cho họ thấy rằng bạn tôn trọng những đóng góp của họ trước khi họ tự nhìn nhận giá trị của mình.

#### **Hãy linh hoạt.**

Có thể những cha mẹ có trình độ đọc viết thấp cần nhiều thời gian hơn để thực hiện một số hoạt động. Bạn nên dành nhiều thời gian cho các hoạt động khi bạn lên kế hoạch các buổi sinh

hoạt. Bên cạnh đó, bạn cần phải nhớ rằng bởi vì cha mẹ trong một nhóm sẽ có những người có trình độ đọc viết khác nhau, do vậy hãy lựa chọn các hoạt động và bài tập để tất cả thành viên nhóm đều có thể tham gia. Hoạt động theo cặp hoặc nhóm nhỏ có thể sẽ rất hiệu quả. Hãy dành nhiều thời gian cho thảo luận.

### Sử dụng sách dành cho cha mẹ của chương trình.

Ở Phần 9, “Sử dụng tài liệu chương trình “Không Ai Hoàn Hảo”” mô tả cách thức tài liệu dành cho cha mẹ được thiết kế để phù hợp với tất cả cha mẹ có các trình độ khác nhau. Nhiều cha mẹ có trình độ đọc viết thấp vẫn có thể sử dụng được những quyển sách này. Tuy nhiên, bạn cần dành thời gian trong buổi sinh hoạt nhóm để cha mẹ tìm hiểu nội dung của sách và học cách tìm thông tin mà họ cần. Hãy thường xuyên để cập tới sách dành cho cha mẹ. Sử dụng chúng để giới thiệu những chủ đề mới. Hãy đảm bảo rằng cha mẹ có lý do để mở những quyển sách này ra và tìm một nội dung nào đó trong mỗi buổi sinh hoạt. Cha mẹ có trình độ đọc viết thấp thường không thích sách lắm. Do vậy họ sẽ có xu hướng không sử dụng sách ở nhà nếu không có sự hỗ trợ và chuẩn bị trong các buổi sinh hoạt nhóm.



### Tập trung vào việc LÀM GÌ ĐÓ trong buổi sinh hoạt nhóm.

Tập trung vào các hoạt động trong đó cha mẹ có cơ hội để LÀM gì đó, ví dụ như, đóng vai hoặc luyện tập kỹ năng. Hãy chú ý những cách học mà những người có trình độ đọc viết thấp thường sử dụng – thông qua việc xem, việc nghe và việc làm thử. Hãy sử dụng nhiều hỗ trợ về mặt hình ảnh và các hoạt động thực tế.

### Giúp cha mẹ liên kết giữa ý tưởng và hành động.

Những người có trình độ đọc viết thấp thường thấy thoải mái hơn khi làm việc với những thông tin và ví dụ cụ thể. Họ gặp khó khăn trong việc biến ý tưởng trừu tượng thành hành động cụ thể. Họ cũng gặp khó khăn trong áp dụng kinh nghiệm sống này vào các hoàn cảnh khác. Ví dụ, họ có thể học về cách tiếp cận giải quyết vấn đề khi xử lý tình huống liên quan đến hành vi của trẻ, nhưng sẽ không áp dụng chúng cho những vấn đề khác trong đời sống của họ. Bạn cần phải tạo cơ hội để họ áp dụng những kiến thức đã học trong một vài tình huống khác nhau.

Ngoài ra việc khuyến khích cha mẹ thực hành những kiến thức họ học được trong nhóm vào trong cuộc sống hàng ngày cũng rất quan trọng. Sau mỗi hoạt động và phần thực hành, hãy dành thời gian để thảo luận về cách thức họ có thể sử dụng phương pháp này tại nhà của họ với con của mình.

### LỜI KHUYÊN TỪ HƯỚNG DẪN VIÊN CÓ KINH NGHIỆM

- **Khuyến khích thực hành tại nhà.** Dựa trên những hoạt động diễn ra trong buổi sinh hoạt, hãy khuyến khích cha mẹ chọn một điều gì đó mà họ muốn làm để suy nghĩ hoặc thực hiện trong thời gian từ buổi sinh hoạt này đến buổi sinh hoạt sau. Tránh yêu cầu cha mẹ thực hiện những việc liên quan đến đọc và viết.

- **Bám vào những vấn đề cơ bản.** Luôn luôn tập trung vào những bước cơ bản cần thiết để hoàn thành một nhiệm vụ. Sử dụng ngôn ngữ cơ bản, dễ hiểu. Nhấn mạnh các ý với những ví dụ cụ thể. Khuyến khích cha mẹ đóng góp thêm những ví dụ cụ thể từ kinh nghiệm của họ
- **Giúp cha mẹ cảm thấy an toàn.** Tự trọng là một vấn đề rất nhạy cảm đối với những người có trình độ đọc viết thấp. Thậm chí nhiều người luôn có suy nghĩ rằng họ không có đủ khả năng. Hướng dẫn viên cần phải tranh thủ các buổi sinh hoạt nhóm để củng cố sự tự tin của họ. Hãy chọn các hoạt động dễ làm, ít có khả năng thất bại. Hãy kiểm tra một vài lần tất cả các hoạt động của bạn để đảm bảo rằng chúng không cần sử dụng đến kỹ năng đọc viết. Hãy tìm các cách để khuyến khích thảo luận và chia sẻ ý tưởng mà không cần dùng đến kỹ năng đọc và viết

## LÀM VIỆC VỚI CHA MẸ VỚI CÁC NÉT VĂN HOÁ KHÁC NHAU

### MỘT SỐ ĐIỀU CẦN NHỚ KHI LÀM VIỆC VỚI CHA MẸ VỚI CÁC NÉT VĂN HOÁ KHÁC NHAU

#### Mỗi nét văn hoá có những đặc điểm riêng.

Rất nhiều giá trị sống và niềm tin mà chúng ta có – những thứ mà chúng ta coi là “tự nhiên” và “bình thường” – đều dựa trên đặc điểm văn hoá của chúng ta. Tuy nhiên, những giá trị và niềm tin này thường khác biệt rất nhiều giữa các nền văn hóa khác nhau.

Việt Nam là quốc gia đa dạng về văn hoá. Khi làm việc trong môi trường đa dạng về văn hoá, điều quan trọng là không chỉ hiểu về sự khác biệt giữa các giá trị sống mà còn tôn trọng và chấp nhận sự khác biệt. Việc tìm ra những nét chung giữa các cha mẹ trong nhóm cũng rất quan trọng. Những thông tin về giá trị sống ở Phần 2 và Phần 4 có thể sẽ hữu ích đối với bạn.

Hãy dành thời gian để tìm hiểu về văn hoá của những cha mẹ mà bạn sẽ làm việc cùng. Nếu bạn hiểu đôi chút về giá trị sống và niềm tin của họ về đời sống gia đình, các quan điểm về cách làm cha mẹ và những giá trị sống về mối quan hệ của họ với con của mình, bạn sẽ ít khi đánh giá hoặc hiểu sai về những hành động của họ.



#### Làm cha mẹ là một vấn đề nhạy cảm về mặt văn hoá.

Vai trò của cha mẹ và gia đình đều giống nhau giữa các nền văn hoá - đó là truyền lại cho con cháu những giá trị, niềm tin và cách hành xử văn hoá. Cha mẹ từ các nền văn hoá khác nhau có cách dạy con riêng. Ví dụ, một số nền văn hoá coi trọng sự tuân thủ và kính trọng của trẻ dành cho người lớn tuổi hơn. Một số khác lại tin rằng trẻ nhỏ thì nên được yêu thương và được chiều chuộng.

Nhiều cha mẹ từ các nhóm dân tộc khác nhau ở Việt Nam đã có những mối quan hệ gia đình tốt đẹp. Họ là những cha mẹ tuyệt vời, yêu thương con cái và mong muốn những điều tốt nhất cho con mình.

Vai trò của chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” không dạy cho người tham gia một cách làm cha mẹ cụ thể. Một phần vai trò của hướng dẫn viên là giúp cha mẹ phát triển kỹ năng sẵn có của họ để họ có thể làm tốt hơn vai trò của mình.

### **Tránh kì thị và phân biệt.**

Các hướng dẫn viên làm việc với cha mẹ người dân tộc thiểu số cần phải hiểu rõ về vấn đề kì thị, phân biệt và tác động của chúng. Hãy thành thật và rõ ràng khi xem xét lại cảm giác và niềm tin của bạn đối với văn hoá và dân tộc. Bạn luôn phải tuân thủ những nguyên tắc và thực hành không kì thị phân biệt trong khi điều hành mỗi buổi sinh hoạt. Cha mẹ có thể đối mặt với vấn đề phân biệt, kì thị trong cuộc sống hằng ngày và có thể chọn đây là một chủ đề thảo luận. Họ có thể muốn tìm cách để giúp con mình xử lý vấn đề này.

Việc làm ngơ đối với những hành vi kì thị phân biệt sẽ gửi đi một thông điệp rằng làm như vậy là không sai. Đây là một vấn đề phức tạp và cần phải giải quyết. Hãy tìm nguồn lực có thể giúp bạn giải quyết vấn đề này từ các tổ chức về quyền con người hoặc tổ chức văn hoá tại địa phương.

### **LỜI KHUYÊN TỪ CÁC HƯỚNG DẪN VIÊN CÓ KINH NGHIỆM KHI LÀM VIỆC VỚI CHA MẸ DÂN TỘC THIỂU SỐ**

- **Ghi nhận những kỹ năng và giá trị làm cha mẹ truyền thống của người tham gia.** Giúp họ xác định một số giá trị sống và niềm tin chi phối hành vi và cách làm cha mẹ của họ. Khuyến khích họ chia sẻ những nét văn hoá hàng ngày của mình. Nhấn mạnh những điểm mà các cha mẹ chia sẻ những điểm chung với nhau
- **Chấp nhận và tôn trọng sự khác biệt văn hoá liên quan đến các hành vi được coi là phù hợp.** Quan điểm về hành vi lịch sự và khiếm nhã giữa các nền văn hoá là khác nhau. Nếu bạn không chắc hành vi nào là phù hợp, hãy hỏi người tham gia. Ví dụ, bạn có thể thấy sự khác biệt về văn hoá trong việc:
  - có nhìn vào mắt nhau khi nói chuyện không
  - đứng gần nhau như thế nào để người ta thấy thoải mái khi nói chuyện với mình
  - cách tiếp xúc với em bé như thế nào thì chấp nhận được, ví dụ, bắt tay, thơm má, ôm hoặc vỗ nhẹ vào đầu em bé
  - thể hiện cảm xúc như thế nào
  - khi nào cần nói cảm ơn



- **Tôn trọng sự riêng tư của cha mẹ.** Hãy cẩn thận khi đề cập đến sự riêng tư của cha mẹ. Các văn hoá khác nhau có những quan điểm khác nhau về sự riêng tư. Hãy chậm rãi khi giới thiệu các chủ đề mà bạn không chắc chắn lắm. Hỏi các câu hỏi mở để xác định mức độ thoải mái của cha mẹ trước khi chia sẻ quan điểm.
- **Lắng nghe cẩn thận và tránh việc đoán ý của cha mẹ mà không có căn cứ.** Hãy kiểm tra lại để đảm bảo là bạn hiểu đúng. Bên cạnh đó, hãy đảm bảo rằng cha mẹ hiểu đúng những gì bạn muốn truyền đạt. Giống như khi bạn suy luận về hành động của họ thông qua góc nhìn văn hoá của bạn, cha mẹ cũng nhìn bạn thông qua hệ văn hoá của họ. Có đôi khi cha mẹ gật đầu (hoặc nói có) khi bạn nói, tuy nhiên điều này không đồng nghĩa với việc là họ đồng ý hoặc họ hiểu. Ở một số nền văn hoá, đây là cách lịch sự để cho bạn biết là họ đang lắng nghe.
- **Lập kế hoạch cho thời gian thảo luận dài trong buổi sinh hoạt.** Một số nền văn hoá coi việc đi thẳng vào vấn đề là bất lịch sự, họ cần một thời gian bàn luận chung chung trước khi đi vào ý chính của buổi thảo luận. Do vậy người nói có thể mất đôi chút thời gian để trao đổi trước khi họ đi vào vấn đề họ thực sự muốn nói. Vì lý do tương tự, cha mẹ có thể trả lời các câu hỏi một cách gián tiếp bằng cách trả lời những thông tin không quan trọng trước khi cung cấp thông tin phù hợp.



- **Hãy bình tĩnh và thư giãn.** Hãy cởi mở và linh hoạt trước những ý tưởng mới. Hãy cố gắng làm cho người tham gia thoải mái. Có nhiều nền văn hoá quen với sự im lặng, do vậy sự im lặng trong nhóm không nhất thiết là dấu hiệu của việc giao tiếp kém hoặc không thoải mái khi tham gia chương trình.

#### LỜI KHUYÊN TỪ CÁC HƯỚNG DẪN VIÊN CÓ KINH NGHIỆM KHI LÀM VIỆC VỚI CHA MẸ NÓI ĐƯỢC ÍT TIẾNG KINH

- **Giúp cha mẹ tập trung.** Giảm sự sao nhãng và tiếng ồn, tránh sự gián đoạn bởi vì việc học cách giao tiếp bằng ngôn ngữ khác đòi hỏi nỗ lực và sự tập trung lớn. Hãy tập trung toàn bộ sự chú ý của bạn vào người nói và giúp họ tập trung vào chủ đề đang được đề cập đến
- **Không thúc giục người nói.** Hãy chú ý. Chỉ trợ giúp nếu cần thiết. Hãy để người nói thực hiện theo tốc độ của họ
- **Nói chậm rãi và rõ ràng.** Hãy lựa chọn từ ngữ một cách cẩn thận. Đừng nói quá nhiều. Sử dụng ngôn ngữ đơn giản, dễ hiểu. Tập trung vào từng ý một. Không sử dụng các

thành ngữ hoặc từ lóng bởi vì bạn cần phải rất thân thuộc với một ngôn ngữ để có thể hiểu thành ngữ hoặc tiếng lóng của ngôn ngữ đó

- **Hãy lặp lại những gì bạn đã nói khi có ai đó không hiểu.** Hãy cố gắng lặp lại chính xác nhất những gì bạn đã nói. Chỉ thay đổi nhiều nhất là một đến hai từ. Nói rõ ràng và chậm hơn một chút nhưng đừng nói to hơn
- **Hãy chắc chắn rằng người nghe đã hiểu những gì bạn nói.** Không được tự kết luận là người tham gia đã hiểu khi họ gật đầu hoặc nói "có". Hãy kiểm tra lần nữa bằng cách yêu cầu người nghe lặp lại thông điệp bằng lời của họ

## MỘT SỐ ĐIỀU CẦN NHỚ VỀ CHA MẸ DÂN TỘC THIỂU SỐ

Thuật ngữ "dân tộc thiểu số" là để chỉ những người có các truyền thống văn hoá khác so với đại bộ phận dân chúng như Dao, Xê Đăng, H'mông. Cần phải nhớ rằng cách làm cha mẹ, giá trị văn hoá và truyền thống giữa các nhóm dân tộc thiểu số có nhiều sự khác nhau.

## Ý TƯỞNG LÀM VIỆC VỚI CHA MẸ DÂN TỘC THIỂU SỐ

- **Nhận biết vai trò của tâm linh trong đời sống của cha mẹ.** Nhiều cha mẹ dân tộc thiểu số tin rằng tâm linh đóng vai trò vô cùng quan trọng trong việc làm cha mẹ, vấn đề này nên được xem xét khi lên kế hoạch dự án. Một cách để khẳng định điều này là hỏi xem liệu cha mẹ có mong muốn kết hợp thảo luận vấn đề tâm linh của mình vào các buổi sinh hoạt nhóm không
- **Nhận biết tầm quan trọng của gia đình và cộng đồng.** Cộng đồng và gia đình rất quan trọng đối với cha mẹ dân tộc thiểu số. Gia đình có nhiều thế hệ và cộng đồng là những yếu tố ảnh hưởng lớn đến đời sống của họ. Trong một số trường hợp, ông bà hoặc họ hàng có thể đóng vai trò quan trọng trong việc nuôi dạy đứa trẻ. Việc hỏi ý kiến thành viên nhóm xem liệu họ có muốn mời những người lớn tuổi tham gia thực hành trong một vài buổi sinh hoạt có thể là một cách tốt để ghi nhận điều này. Tập trung xây dựng và củng cố liên kết giữa các cha mẹ với nhau cũng có thể duy trì giá trị văn hoá này

# PHẦN 6:

## TỔ CHỨC THỰC HIỆN CHƯƠNG TRÌNH “KHÔNG AI HOÀN HẢO”

- XÁC ĐỊNH DANH SÁCH CHA MẸ  
THAM GIA NHÓM

# TỔ CHỨC THỰC HIỆN CHƯƠNG TRÌNH “KHÔNG AI HOÀN HẢO”

Trước khi thực hiện các hoạt động của nhóm cha mẹ, bạn cần phải tổ chức thực hiện chương trình.

Có hai hoạt động chính để tổ chức thực hiện chương trình “Không Ai Hoàn Hảo”:

- Xác định danh sách cha mẹ tham gia nhóm
- Sắp xếp chuẩn bị cho các buổi sinh hoạt nhóm

## XÁC ĐỊNH DANH SÁCH CHA MẸ THAM GIA NHÓM

Việc xác định danh sách các thành viên nhóm tiềm năng, thu hút sự quan tâm của họ đối với chương trình và khuyến khích họ tham gia hoạt động nhóm có thể mất khá nhiều thời gian và công sức. Tuy nhiên theo những hướng dẫn viên có kinh nghiệm, công sức bỏ ra trong quá trình xác định thành viên tiềm năng sẽ mang lại kết quả tốt hơn xét trên khía cạnh sự quan tâm và sự tham gia của các cha mẹ đối với chương trình.

Ngoài ra, có nhiều cha mẹ là đối tượng của chương trình ở trong trạng thái bị cô lập, bởi họ không có bạn bè hoặc gia đình gần bên hoặc bởi họ sống ở khu vực xa xôi, hẻo lánh. Bạn sẽ cần phải nỗ lực khá nhiều để tìm và khơi gợi sự quan tâm của những cha mẹ này.

Kinh nghiệm cho thấy muốn việc xác định này có hiệu quả, bước đầu tiên là phải giáo dục những người chủ chốt trong cộng đồng, là những người mà các thành viên tiềm năng tin tưởng. Họ có thể là cầu nối hữu ích giúp giới thiệu về bạn và chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” cho các cha mẹ mà họ biết hoặc làm việc cùng.

Có nhiều phương pháp để xác định cha mẹ tham gia nhóm, bao gồm:

- Liên hệ với cha mẹ qua điện thoại
- Làm việc với một nhóm đã được thành lập trước đó (VD: nhóm mẫu giáo hoặc nhóm các bà mẹ)



- Nhờ một bên trung gian làm cầu nối liên hệ và giới thiệu với các bậc cha mẹ

Theo kinh nghiệm, các cuộc gặp mặt trực tiếp, lý tưởng nhất là ở nhà cha mẹ, là phương pháp hiệu quả nhất. Gặp mặt trực tiếp tại nhà, hoặc cuộc gặp tại địa điểm do cha mẹ lựa chọn, có thể tạo cho họ cảm giác thoải mái hơn. Một hướng dẫn viên ghi chú lại như sau:

***“Chuyến thăm gia đình của hướng dẫn viên là khởi đầu của một mối quan hệ trên cơ sở tin cậy.”***

Bên cạnh đó, kết quả đánh giá chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” cho thấy việc gặp mặt trực tiếp với cha mẹ giúp xác định được một cách tốt nhất liệu cha mẹ có đến tham dự buổi đầu tiên và có tiếp tục tham dự chương trình không.

Quá trình xác định danh sách bao gồm một số bước như sau:

- Thảo luận cụ thể về chương trình với đối tác thực hiện tại địa phương
- Lấy thông tin của các đối tượng tham gia tiềm năng
- Liên hệ và đến thăm gia đình

## **THẢO LUẬN CỤ THỂ VỀ CHƯƠNG TRÌNH VỚI TỔ CHỨC TÀI TRỢ THỰC HIỆN**

Khi bạn bắt đầu quy trình xác định danh sách, việc quan trọng đầu tiên cần phải làm là làm rõ mong muốn của tổ chức/đơn vị tài trợ thực hiện.

**Đơn vị thực hiện tại địa phương sẽ có các thông tin sau:**

- **Đặc điểm nhóm cha mẹ là đối tượng của chương trình.** Chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” được thiết kế cho những nhóm cha mẹ cụ thể. Tuy nhiên đơn vị thực hiện tại địa phương có thể quan tâm đến một nhóm nhỏ trong nhóm đối tượng theo thiết kế của chương trình. Ví dụ, tổ chức tài trợ mong muốn hỗ trợ những bà mẹ đơn thân, hoặc phụ nữ từ 18 tuổi trở xuống, hoặc các ông bố trẻ, hoặc các cha mẹ có trình độ đọc viết thấp.
- **Các cách tiếp cận hiệu quả để xác định danh sách cha mẹ.** Tổ chức tài trợ của bạn có thể có các thông tin hữu ích về việc làm thế nào để liên hệ với nhóm cha mẹ mà bạn sẽ tuyển chọn. Họ cũng có thể có mạng lưới liên hệ tại địa phương để giới thiệu các thành viên tiềm năng hoặc họ có thể lên kế hoạch mời các bậc cha mẹ ở một chương trình hỗ trợ sẵn có của họ.
- **Cộng đồng nơi bạn sẽ làm việc cùng với nhóm** Đơn vị thực hiện tại địa phương có thể sẽ cho bạn một số ý tưởng để tìm địa điểm phù hợp hoặc các khuyến nghị khác để hoàn thành tốt những bước đầu của việc lên kế hoạch tổ chức.

- **Quy mô nhóm**

Hầu hết các nhóm có khoảng 6 đến 12 cha mẹ. Quy mô nhóm như thế này vừa đủ lớn để khuyến khích sự thảo luận trong nhóm đồng thời cũng đủ nhỏ để các bậc cha mẹ có đủ thời gian để chia sẻ. Bạn có thể sẽ phải liên hệ với nhiều bậc phụ huynh hơn quy mô dự kiến để dự phòng các trường hợp cha mẹ từ chối tham gia hoặc bỏ không tham gia chương trình.



### **Lấy thông tin của các đối tượng tiềm năng**

Rất nhiều cha mẹ tham gia chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” là người mà hướng dẫn viên đã quen hoặc biết đến. Khi đánh giá về chương trình, các hướng dẫn viên nói rằng cách hiệu quả nhất để xác định danh sách cha mẹ là thông qua việc sử dụng các liên hệ cá nhân.

Trừ khi bạn đã có danh sách cha mẹ từ trước, bạn sẽ cần phải thu thập tên và thông tin của cha mẹ để liên hệ. Một số cơ quan có mạng lưới hoặc các đơn vị cung cấp dịch vụ công tại địa phương (VD: Trung tâm y tế, Hội phụ nữ, nhà trẻ, trường mẫu giáo), họ có thể sẽ cung cấp được cho bạn danh sách những thành viên tiềm năng.

***“Tôi đã liên hệ được với đối tác của nhiều tổ chức cộng đồng bao gồm bệnh viện, trường học, trung tâm chăm sóc sức khỏe tâm lý, trung tâm gia đình. Cách liên hệ này có hiệu quả cao và rất thú vị!” - Một hướng dẫn viên cho hay***

Những đầu mối liên hệ tiềm năng khác bao gồm:

- Cha mẹ đã nằm trong danh sách có thể giới thiệu về chương trình cho bạn bè mình

- Bạn bè
- Hội phụ nữ
- Người cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe (bác sĩ, y tá...)
- Giáo viên
- Nhóm nhà thờ/tôn giáo
- Các trung tâm chăm sóc trẻ em

Khi được giới thiệu cho những đối tượng tiềm năng, bạn có thể nhờ người giới thiệu hỏi ý kiến cha mẹ trước về việc bạn sẽ liên hệ với họ về việc tham gia chương trình.

Hãy chuẩn bị mô tả chương trình và đưa các áp phích và tờ rơi về dự án cho các cơ quan và cá nhân tại địa phương để họ hiểu hơn về Chương trình “Không Ai Hoàn Hảo”.

### Liên hệ và thăm gia đình

Phần lớn các hướng dẫn viên thấy rằng trao đổi trực tiếp là một phần quan trọng của khâu xác định danh sách. Việc chỉ trao đổi qua điện thoại chưa thể tạo được tin tưởng cá nhân và không phải là cách tốt nhất để giải thích về chương trình cho các bậc cha mẹ.

Ban đầu có thể liên hệ qua điện thoại, sau khi xác định thời điểm thuận tiện, hướng dẫn viên có thể đến gặp cha mẹ tại nhà hoặc tại một địa điểm nào đó do cha mẹ chọn.

Chuyến thăm đến gia đình có thể giúp xác định được danh sách cha mẹ bởi một số các yếu tố sau:

- **Cơ hội tiếp xúc ban đầu trong môi trường thoải mái.** Để cho cha mẹ gặp và biết đôi chút về bạn là rất quan trọng, đây cũng là cơ hội cho bạn hiểu rõ hơn về đối tượng tham gia chương trình của mình
- **Cơ hội để thuyết phục cha mẹ tham gia.** Một chuyến thăm gia đình cho phép bạn có một cuộc trò chuyện thư giãn và thân thiện hơn. Một số cha mẹ có thể chưa từng tham gia vào các hình thức sinh hoạt này trước đây và có thể cảm thấy không thoải mái khi thảo luận về vấn đề nuôi dạy con với bạn hoặc với những người khác trong cộng đồng. Chuyến thăm nhà của bạn có thể giúp họ thoải mái trao đổi hơn
- **Cơ hội để cho cha mẹ xem qua về sách và tài liệu của chương trình “Không Ai Hoàn Hảo”,** nếu bạn nghĩ đây là công cụ phù hợp để miêu tả chương trình
- **Một cách để xác định sự quan tâm của cha mẹ khi để cập đến tài liệu chương**

**trình và trao đổi một cách thân tình.** Càng nắm nhiều thông tin về sự quan tâm của cha mẹ trong quá trình này, bạn càng dễ dàng đề lên kế hoạch cho các buổi sinh hoạt nhóm sau này

*“Chuyến thăm gia đình đầu tiên của hướng dẫn viên là lý do khiến tôi tham gia chương trình. Hướng dẫn viên có vẻ rất thực tế. Cô ấy nói với tôi rằng cô ấy là mẹ đơn thân và chúng tôi đã nói về những vấn đề mà cả hai bên đều có thể chia sẻ.” - Một người mẹ*

Cuộc gặp đầu tiên luôn để lại nhiều ấn tượng, do đó hướng dẫn viên cần phải suy nghĩ thận trọng về cách tiếp cận cha mẹ trong cuộc gặp đó.

Theo kinh nghiệm của các hướng dẫn viên lâu năm, để chuyến thăm nhà được hiệu quả nhất, bạn nên thực hiện một số điều sau:

- Đến đúng giờ
- Ăn mặc gọn gàng, đơn giản
- Thân thiện và cởi mở
- Không thể hiện mình như một chuyên gia về nuôi dạy con cái

Điều quan trọng là bạn cần phải cởi mở và có thái độ thông cảm trong chuyến thăm gia đình. Nếu họ cảm thấy bạn bị shock, không thích hoặc đưa ra phán xét về ngôi nhà của họ, họ có thể sẽ không muốn tham gia chương trình.

Trong một số trường hợp, cần chú ý đến vấn đề an toàn cá nhân. Nếu bạn quan ngại về vấn đề này, hãy sắp xếp để gặp tại nơi khác do cha mẹ chọn, hoặc đi cùng một người khác đến nhà cha mẹ đó.

## **CÁC ĐIỂM CẦN LƯU Ý TRONG CÔNG TÁC XÁC ĐỊNH DANH SÁCH NGƯỜI THAM GIA**

Các hướng dẫn viên cần lưu ý rằng từ thời điểm bắt đầu xác định danh sách cha mẹ, các bạn đã bắt đầu đặt nền móng cho các buổi sinh hoạt nhóm và thu hút cha mẹ vào công tác lập kế hoạch. Cách tiếp cận thân thiện không phán xét sẽ giúp cha mẹ cảm thấy được chào đón khi họ đến tham dự các buổi sinh hoạt và sẽ khuyến khích sự quan tâm của họ để tham gia vào các hoạt động trong mỗi buổi sinh hoạt.

### **Khi xác định danh sách cha mẹ:**

- Hãy thể hiện thái độ tích cực và nhiệt tình về chương trình. Giải thích tại sao bạn nghĩ việc tham gia chương trình là chính đáng
- Nhấn mạnh rằng không phải bạn mời cha mẹ tham gia vào chương trình này bởi vì bạn nghĩ cách nuôi dạy con của họ có vấn đề. Trên thực tế, chương trình này không dành cho các bậc cha mẹ có các vấn đề nghiêm trọng. Bạn chỉ đơn thuần mời họ tham gia



vào một chương trình thực tế và cần thiết mà bạn nghĩ cha mẹ có thể sẽ quan tâm

- Phản hồi đối với những nỗi sợ hoặc sự do dự của cha mẹ
  - Nếu như người đó có vẻ lo lắng về việc đi một mình, hãy hỏi xem liệu họ có bạn bè nào cũng muốn tham gia vào nhóm hay không
  - Nói về lợi ích của việc là thành viên của một nhóm được chia sẻ kinh nghiệm và ý tưởng với những cha mẹ khác. Hãy làm rõ với họ rằng không ai bị bắt phải nói nếu họ không muốn và các thành viên của nhóm sẽ có thỏa thuận riêng về phương thức sinh hoạt của nhóm
  - Nếu có cha mẹ tỏ ra không chắc chắn về việc tham gia sinh hoạt nhóm, hãy hỏi xem họ có muốn trao đổi qua điện thoại với một cha mẹ khác đã tham gia vào chương trình hoặc có quan tâm về chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” trước đó không
- Đưa ra thông tin về những nội dung của chương trình
  - Đưa các ví dụ cụ thể về các chủ đề trong sách hướng dẫn cha mẹ. Cho cha mẹ xem sách và tài liệu mà họ sẽ nhận được
- Đưa ra thông tin về hình thức và cách tổ chức sinh hoạt nhóm
  - Trao đổi với cha mẹ về thời gian, địa điểm, ngày tháng và số lượng các buổi sinh hoạt nếu đã có các thông tin này. Nếu chưa có, hãy hỏi cha mẹ về mong muốn của họ
- Tránh yêu cầu cha mẹ điền vào các bảng biểu trong cuộc gặp đầu tiên
- Để tên và số điện thoại liên lạc. Nếu cần thiết, bạn có thể để lại các bản in có thông tin về chương trình lại cho cha mẹ khi các tài liệu này được viết bằng ngôn ngữ của cha mẹ hoặc phù hợp với trình độ đọc viết của họ. Tuy nhiên, hãy nhớ giữ lại đủ sách hướng dẫn cha mẹ và các tài liệu để đưa cho cha mẹ trong các buổi sinh hoạt nhóm

## TÌM HIỂU MONG MUỐN CỦA CHA MẸ

Chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” được thực hiện trên cơ sở mong muốn của người tham gia. Một trong những mục tiêu của bạn, từ lần gặp đầu tiên, là tìm hiểu xem cha mẹ quan tâm và lo lắng về vấn đề gì.

## XÁC ĐỊNH MONG MUỐN CỦA CHA MẸ:

- Giới thiệu về tài liệu dành cho cha mẹ của chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” trong cuộc trò chuyện và tìm hiểu xem có chủ đề nào cha mẹ đặc biệt hứng thú không



- Khi hỏi về số lượng, tuổi và giới tính con cái của họ, hỏi xem có các chủ đề nào liên quan đến sức khỏe, dinh dưỡng an toàn hoặc hành vi của trẻ mà cha mẹ muốn biết thêm không

Cuộc gặp đầu tiên với cha mẹ là một quá trình cho và nhận. Trong cuộc trò chuyện, bạn sẽ biết về cha mẹ và bắt đầu xác định được những chủ đề mà cha mẹ quan tâm. Ý tưởng về nội dung của chương trình dựa vào nhu cầu của cha mẹ có thể là một khái niệm mới đối với nhiều cha mẹ.

Bạn có thể không xác định được hết tất cả mong muốn của cha mẹ trong quá trình xác định danh sách. Một vài cha mẹ có thể không cảm thấy thoải mái khi nói chuyện với bạn cho đến khi họ có cơ hội để hiểu bạn rõ hơn. Một số cha mẹ khác có thể cần tham gia vào hoạt động thảo luận để hiểu rõ hơn về sự quan tâm của họ đối với một chủ đề cụ thể. Những vấn đề mới sẽ được phát hiện thêm trong quá trình thực hiện chương trình.

Bạn sẽ tìm thấy nhiều thông tin hơn về việc xác định mối quan tâm của cha mẹ trong buổi sinh hoạt đầu tiên cũng như trong chương trình ở Phần 7, “Lập kế hoạch cho chương trình Không Ai Hoàn Hảo.”

### **Cách ứng phó với những phản ứng tiêu cực từ cha mẹ**

Một số cha mẹ sẽ rất quan tâm khi nghe bạn mô tả về chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” và sẽ hào hứng khi được tham gia chương trình. Tuy nhiên, một số cha mẹ khác sẽ có những phản ứng tiêu cực. Hãy hỏi tự hỏi mình, “Liệu phản ứng này đến từ những điều mình đã nói hay từ những kinh nghiệm trước đây của họ?”

***“Có một lần khi tôi mời một người mẹ tham gia chương trình, cô ấy đã hỏi tôi “Tại sao lại mời tôi? Tôi có phải là người mẹ tồi đâu.”***

***Ngay lúc đó tôi biết rằng mình đã gửi sai thông điệp. Những lời mời tham gia chương trình cần được truyền đạt một cách tinh tế.” - Hướng dẫn viên***

Dưới đây là một vài phản ứng và cảm xúc mà các hướng dẫn viên đã từng gặp phải:

- Cha mẹ cảm thấy nghi ngờ, bị chọn lọc một cách đặc biệt hoặc bị đe dọa
- Cha mẹ cảm thấy sợ hãi bởi vì họ nghĩ rằng những người khác sẽ nghĩ họ là cha mẹ tồi nếu họ tham gia chương trình “Không Ai Hoàn Hảo”
- Cha mẹ cảm thấy họ đang làm rất tốt và không có hứng thú muốn tham gia
- Cha mẹ không hứng thú tham gia vì chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” không mang lại cho họ tiền bạc và cơ hội việc làm

Khi bạn mời cha mẹ tham gia vào chương trình “Không Ai Hoàn Hảo”, hãy nhấn mạnh các điểm sau để giúp bạn giải quyết một số phản ứng tiêu cực từ phía cha mẹ:

- “Không Ai Hoàn Hảo” là chương trình dành cho tất cả các cha mẹ thông thường, không phải dành cho những người gặp phải vấn đề nghiêm trọng
- “Không Ai Hoàn Hảo” bao gồm rất nhiều các thông tin thực tiễn. Mục đích của chương trình là nhằm cung cấp cho cha mẹ cơ hội để chia sẻ kinh nghiệm, giải quyết các vấn đề của mình và giúp đỡ lẫn nhau
- Tham gia vào chương trình là cơ hội để gặp gỡ và chia sẻ niềm vui

## SỰ THAM GIA

Các hướng dẫn viên đã gặp một số cha mẹ nói rằng họ sẽ tham gia chương trình nhưng thực tế họ bỏ không tham gia ngay từ buổi sinh hoạt đầu tiên hoặc sau đó 1 hoặc 2 buổi. Điều này có thể là do những yếu tố khách quan của cha mẹ - ví dụ, không có người chăm sóc trẻ, áp lực từ thành viên gia đình, thiếu an toàn cá nhân, các vấn đề đi lại, đổi việc hoặc chuyển đi nơi khác. Nhiều người phải lo sống từng ngày và họ có nhiều nỗi lo khác nữa. Điều này có thể ảnh hưởng đến cam kết của họ với chương trình và sự tham gia sinh hoạt của họ. Đôi khi, cha mẹ cần được khuyến khích để tham gia buổi đầu tiên hoặc tiếp tục tham gia các buổi sinh hoạt tiếp theo.

### **Để khuyến khích sự tham gia trong buổi sinh hoạt đầu tiên:**

- Gọi điện cho cha mẹ sau buổi gặp đầu tiên để giữ liên lạc trước buổi sinh hoạt đầu tiên
- Gửi thư mời đến nhà cha mẹ để gợi nhớ họ về buổi sinh hoạt đầu tiên

Nếu bạn nhận thấy cha mẹ không tham dự thường xuyên sau buổi sinh hoạt đầu tiên, hãy trò chuyện với họ để tìm ra giải pháp cho họ tiếp tục tham gia chương trình. Có thể có vài cha mẹ không muốn tiếp tục tham gia. Vì sự tham gia mang tính chất tự nguyện nên cha mẹ được phép rút khỏi chương trình bất cứ lúc nào.

# CHƯƠNG 7:

## XÂY DỰNG KẾ HOẠCH CHƯƠNG TRÌNH “KHÔNG AI HOÀN HẢO”

- XÂY DỰNG KẾ HOẠCH CHƯƠNG TRÌNH “KHÔNG AI HOÀN HẢO”
- TÌM HIỂU NGUYỆN VỌNG VÀ NHU CẦU CỦA CHA MẸ TRONG NHÓM
- CÂN NHẮC VIỆC PHÁT TRIỂN NHÓM KHI LẬP KẾ HOẠCH
- XÂY DỰNG KHUNG CHƯƠNG TRÌNH
- XÂY DỰNG CÁCH GIÁM SÁT ĐÁNH GIÁ CHƯƠNG TRÌNH

## XÂY DỰNG KẾ HOẠCH CHƯƠNG TRÌNH “KHÔNG AI HOÀN HẢO”

Xây dựng kế hoạch chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” là một quá trình liên tục bao gồm một số các nhiệm vụ cơ bản sau:

- Tìm hiểu mong muốn và nhu cầu của nhóm cha mẹ
- Cân nhắc đến sự phát triển của nhóm khi xây dựng kế hoạch
- Lập khung chương trình hoạt động
- Xác định cách giám sát và đánh giá chương trình

Mặc dù những nhiệm vụ này chỉ là một số gạch đầu dòng trên giấy, trong thực tế bạn sẽ phải thực hiện các nhiệm vụ này cùng một lúc hoặc theo một thứ tự khác. Ví dụ, khi nói chuyện với cha mẹ về điều gì làm họ hứng thú, bạn có thể có một số ý tưởng thú vị cho các hoạt động sinh hoạt nhóm để sử dụng trong khung chương trình hoạt động.

### TÌM HIỂU NGUYỆN VỌNG VÀ NHU CẦU CỦA CHA MẸ TRONG NHÓM

Thu thập thông tin về nhu cầu và mối quan tâm của thành viên nhóm là bước đầu tiên để xây dựng một chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” hiệu quả. Bởi mỗi chương trình được lên kế hoạch để phù hợp với từng nhóm cha mẹ cụ thể nên các thành viên phải tham gia vào toàn bộ các bước trong quá trình xây dựng kế hoạch – ví dụ, chương trình nên được thực hiện như thế nào, nội dung gì sẽ được thảo luận trong các buổi sinh hoạt.

Trong quá trình tuyển chọn, cha mẹ có thể nói khá chung chung về nhu cầu của mình – “*Kỳ luật là một chủ đề hay.*” Khi bạn đã hiểu hơn về cha mẹ, bạn có thể giúp họ đưa ra các thông tin cụ thể hơn về những vấn đề họ muốn thảo luận. Hãy lưu ý các tín hiệu ngôn từ và phi ngôn từ từ phía người tham gia.

Các thông tin chung bạn thu thập trong quá trình xác định danh sách có thể hữu ích trong việc thiết kế buổi sinh hoạt đầu tiên, nhưng việc tìm ra mối quan tâm của cha mẹ là một quá trình liên tục. Cần phải liên tục tìm hiểu nhu cầu của những



thành viên trong nhóm để thiết kế các hoạt động phù hợp cho toàn bộ những buổi sinh hoạt nhóm tiếp theo.

Khi đã xác định được nội dung các buổi thảo luận nhóm, bạn có thể hỏi cha mẹ khi bắt đầu mỗi buổi sinh hoạt xem liệu có chủ đề nào mà thành viên nhóm muốn trao đổi không. Các chủ đề này có thể là một khía cạnh cụ thể của nội dung sẽ được thảo luận, cũng có thể là vấn đề khác với các nội dung đã được lên kế hoạch trước đó. Cuối mỗi buổi sinh hoạt, bạn cũng có thể hỏi ý kiến của nhóm về những chủ đề họ muốn thảo luận vào buổi sinh hoạt tiếp theo. Cụ thể:

- **Khi giới thiệu nội dung buổi sinh hoạt**, hãy hỏi cha mẹ xem có chủ đề sinh hoạt dự kiến của buổi hôm đó có còn phù hợp hay không và liệu nhóm có muốn thay đổi hoặc bổ sung nội dung thảo luận hay không. Lưu ý rằng những sự kiện bất ngờ trong cộng đồng có thể là một cơ hội để thảo luận khi chủ đề này nhận được nhiều mối quan tâm từ cha mẹ. Hãy chuẩn bị tinh thần cho những thay đổi. Ví dụ, có thể bạn đã lên kế hoạch để thảo luận về đồ chơi và các hoạt động vui chơi của trẻ. Tuy nhiên, nếu có một em bé bị tai nạn do xe gắn máy, cha mẹ có thể quan tâm đến vấn đề đó và quan tâm đến các vấn đề an toàn hơn. Hoặc ví dụ có thông tin về nhiều trường hợp trẻ bị mắc một loại bệnh nào đó, cha mẹ có thể mong muốn được thảo luận về vấn đề sức khỏe của con cái họ.
- **Cuối mỗi buổi thảo luận**, hãy kiểm tra với cha mẹ trong nhóm xem những thông tin họ mong muốn đã được thảo luận đủ chưa và hỏi xem họ muốn thảo luận gì vào buổi sinh hoạt tiếp theo.

Các câu hỏi mà bạn có thể đặt ra tại cuối buổi sinh hoạt bao gồm:

- *Trong buổi sinh hoạt hôm nay, tôi có cảm giác rằng chúng ta có thể dành nhiều thời gian hơn để nói về \_\_\_\_\_ . Các anh chị có muốn tiếp tục chủ đề này vào lần tới không?*
- *Tối nay chúng ta đã tập trung vào chủ đề \_\_\_\_\_ . Không biết là chúng ta đã thảo luận được hết những vấn đề mà các anh chị mong muốn về chủ đề này chưa?*
- *Có nội dung nào mà chúng ta đã thảo luận đến trong buổi hôm nay mà các anh chị muốn thảo luận thêm không?*
- *Chủ đề lần tới của chúng ta là \_\_\_\_\_ . Những từ đầu tiên mà anh chị nghĩ đến khi nói về chủ đề này là gì?*

***“Tôi phát hiện ra rằng thời gian đặt câu hỏi về mong muốn của cha mẹ tại cuối mỗi buổi sinh hoạt là lúc bạn thực sự có thể lấy được nhiều thông tin nhất từ cha mẹ về những điều họ muốn biết. Họ quan tâm hơn, tham gia nhiều hơn và có thể nói rõ ràng hơn về những gì họ muốn học.” - Hướng dẫn viên***

Nói chuyện với cha mẹ giữa các buổi sinh hoạt cũng có thể là một cách khác để thu thập thông tin hữu ích về mối quan tâm của họ. Thi thoảng gọi điện để nghị giúp đỡ có thể là một cách hay để lấy được thông tin về những điều cha mẹ đó muốn học.

Khi bạn nói chuyện với cha mẹ ở nhà của họ và trong các buổi sinh hoạt, bạn sẽ hiểu về họ hơn. Bạn có thể nhận ra rằng họ có những mối quan tâm mà trước đây họ đã không nói với bạn hoặc họ đã không chia sẻ trong nhóm. Ví dụ, một vài cha mẹ có thể dành quá nhiều thời gian quan tâm đến trẻ nên họ có rất ít thời gian cho bản thân mình. Hoặc bạn có thể thấy được từ một số bình luận trong cuộc thảo luận rằng một số cha mẹ có vẻ quan tâm đến việc làm thế nào để giáo dục kỷ luật cho trẻ tại những nơi công cộng, nhưng họ không thoải mái khi phải là người đưa chủ đề đó ra. Việc kiểm tra những ấn tượng này với nhóm cha mẹ là rất quan trọng trước khi bạn phát triển các hoạt động cho chủ đề đó.



Một cách để kiểm tra đó là hỏi một câu hỏi chung chung về cảm nhận đó. Ví dụ, “Các anh chị có nghĩ rằng mình đã dành đủ thời gian cho bản thân mình chưa?” hoặc “Việc trẻ quấy khóc tại nơi công cộng có phải là vấn đề đối với anh chị hay không? Có thể chúng ta sẽ thảo luận vấn đề này vào lần tới.”

- Một cách khác để kiểm tra về cảm nhận của bạn là chia sẻ cảm xúc của chính bạn về chủ đề đó. “Có đôi khi tôi cảm thấy không có đủ thời gian cho chính mình. Có cha mẹ nào trong nhóm gặp phải vấn đề này không? ... Có thể chúng ta sẽ thảo luận về chủ đề này vào tuần tới.”

Xác định nhu cầu và mối quan tâm của cha mẹ là một quá trình liên tục bắt đầu từ khi lập danh sách thành viên nhóm và kéo dài trong toàn bộ chương trình.

## CÂN NHẮC VIỆC PHÁT TRIỂN NHÓM KHI LẬP KẾ HOẠCH

Mỗi một nhóm có đặc điểm và vòng đời riêng. Trong thời gian thực hiện chương trình, những cá nhân trong nhóm cũng như cả nhóm sẽ có những thay đổi và tiến bộ. Bạn cần để ý đến quá trình phát triển của nhóm và xây dựng chương trình phù hợp với quá trình này.

### NĂM GIAI ĐOẠN PHÁT TRIỂN NHÓM

#### GIAI ĐOẠN 1: MỚI TẬP HỢP

Mỗi một nhóm khi bắt đầu đều là tập hợp của những cá nhân. Khi mới sinh hoạt trong nhóm, họ cảm thấy lo lắng và quan ngại. Họ tự hỏi liệu họ có thích những người trong nhóm không. Họ lo lắng liệu họ có hoà nhập được với nhóm không. Trong giai đoạn này, các thành viên nhóm sẽ tìm kiếm những điểm chung. Các hoạt động được thiết kế để tạo cơ hội cho cha mẹ có cơ hội trò chuyện với nhau là các hoạt động vui, dễ thực hiện và giúp khám phá những mối

quan tâm của mỗi thành viên một cách hiệu quả. Hầu hết mọi người có xu hướng thoải mái ở trong một nhóm nhỏ hơn là ở trong một nhóm lớn, do vậy việc thảo luận và hoạt động ở quy mô nhóm nhỏ sẽ rất hữu ích trong những buổi sinh hoạt đầu tiên.

## **GIAI ĐOẠN 2: THỬ THÁCH**

Thành viên trong nhóm thường có xu hướng cư xử thân thiện nhất khi gặp người mới. Họ có thể không sẵn lòng từ chối hoặc thể hiện sự bất đồng quan điểm cho đến khi họ bắt đầu hiểu hơn về việc những thành viên khác trong nhóm sẽ phản ứng như thế nào. Khi họ cảm thấy thoải mái hơn, họ sẽ cảm thấy được là chính mình và muốn tìm một vị trí cho mình ở trong nhóm.

Một dấu hiệu để nhận biết rằng nhóm của bạn đã bắt đầu cởi mở khi làm việc cùng với nhau đó là khi các cuộc thảo luận trở nên sôi nổi hơn. Lúc này, các thành viên nhóm sẽ bắt đầu nói những gì họ thực sự nghĩ và thể hiện sự bất đồng quan điểm của họ với quan điểm của một cha mẹ khác. Trong giai đoạn này, đôi khi bạn có cảm giác như nhóm bạn làm việc không hiệu quả. Các thành viên tranh luận với nhau và không tập trung vào chủ đề thảo luận. Mặc dù bạn có thể cảm thấy không thoải mái nhưng đây là một phần bình thường của quá trình phát triển nhóm. Thực tế, đây là một dấu hiệu tốt. Đây là thời điểm để phát huy tính hài hước của bạn. Hãy tận dụng nguồn năng lượng mà các thành viên nhóm mang lại bằng cách chọn các chủ đề khuyến khích nhóm thể hiện quan điểm cá nhân. Nên tránh những chủ đề gây tranh luận và quá nhiều cảm xúc.

## **GIAI ĐOẠN 3: HỌC CÁCH LÀM VIỆC CÙNG NHAU**

Một khi các thành viên nhóm đã thể hiện được cá nhân họ trong nhóm, họ có thể bắt đầu kết nối với người khác, khám phá những mối quan tâm và quan ngại mà họ có chung với nhau và tìm cách để làm việc cùng với nhau. Trong giai đoạn này, các hoạt động để khám phá giá trị và quan điểm của các thành viên nhóm có thể sẽ hữu ích.





## GIẢI ĐOẠN 4: CẢ NHÓM CÙNG TẠO RA KẾT QUẢ

Tại thời điểm này, các thành viên nhóm đều đã thoải mái với bản thân và với cả nhóm. Họ sẵn sàng làm việc cùng nhau và tập trung để giải quyết các mối quan tâm và quan ngại của họ. Các hoạt động có cấu trúc và hoạt động trên quy mô toàn nhóm có thể có hiệu quả. Những hoạt động để tìm ra những ý tưởng và cách làm mới cũng vậy. Đây là thời điểm tốt để giới thiệu cách tiếp cận giải quyết vấn đề hoặc làm việc với các chủ đề khó hơn, ví dụ như vấn đề giáo dục kỷ luật.

## GIẢI ĐOẠN 5: TẠM BIỆT

Giai đoạn này rất quan trọng và có thể khá khó khăn cho các thành viên nhóm. Đối với một số cha mẹ, giai đoạn tạm biệt này có thể dẫn đến cảm giác giận dữ và bị chối bỏ. Nhiều thành viên nhóm coi chương trình là một điểm sáng trong tuần của họ và mong ngóng được đến các buổi sinh hoạt nhóm, để được gặp những cha mẹ khác và được hỗ trợ từ nhóm. Đây có thể là một sự mất mát lớn với họ!

Giai đoạn tạm biệt kết thúc dự án sẽ mang lại cảm giác lẫn lộn cho cả người tham gia lẫn hướng dẫn viên. Trong buổi sinh hoạt cuối, hãy lên kế hoạch hoạt động để cha mẹ có cơ hội chia sẻ về trải nghiệm của họ trong nhóm, ghi nhận những cảm giác của họ và đưa cả nhóm đến gần với nhau.

*“Hiểu được những giai đoạn phát triển của nhóm thực sự giúp tôi nhìn nhận lại giai đoạn thứ hai [Thách thức] như một điều tốt và không còn cảm thấy quá bối rối khi cảm giác mọi thứ dường như không thể hoạt động được. Theo kinh nghiệm của tôi, buổi sinh hoạt nhóm nào cũng đều trải qua tất cả các giai đoạn này.”*

– Chia sẻ của một Hướng dẫn viên

## XÂY DỰNG KHUNG CHƯƠNG TRÌNH

Khi bạn xây dựng khung chương trình, bạn sẽ xác định chủ đề thảo luận cho từng buổi sinh hoạt nhóm. Khi khung chương trình hoạt động đã hoàn tất, bạn sẽ có cái nhìn tổng quan về chương trình bạn thực hiện thể hiện trong một trang giấy.

Khung chương trình cho phép bạn và các thành viên nhóm nhìn thấy rõ ràng hơn về cách thức hoạt động của chương trình và những nội dung của từng buổi sinh hoạt. Khung chương trình thường không cố định. **Khung chương trình tốt nhất là khi có cơ chế mở, có khả năng thay đổi một cách linh hoạt theo mối quan tâm và nhu cầu của các cha mẹ trong nhóm.**

Hãy xác định là khung chương trình sẽ có những thay đổi và điều chỉnh khi chương trình bắt đầu đi vào hoạt động và khi những mối quan tâm của các thành viên phát triển và thay đổi. Ví dụ, bạn có thể đã lên kế hoạch tập trung vào các vấn đề về sức khỏe và các loại bệnh ở buổi sinh hoạt thứ hai. Tuy nhiên bạn cần thay đổi nội dung khi các cha mẹ trong nhóm nói rằng mối quan tâm lớn nhất của họ là học cách để có thêm thời gian cho bản thân. Khung chương

trình hoạt động có thể là công cụ hữu ích để khuyến khích sự tham gia của các thành viên nhóm trong việc ra quyết định về những nội dung họ thực sự muốn học. Ví dụ, nếu các thành viên nhóm muốn thực hiện thảo luận về stress/sự căng thẳng trong buổi tiếp theo, họ có thể quyết định điều chỉnh hoặc cắt bớt chủ đề nào.

Khung chương trình hoạt động mà bạn xây dựng từ đầu chương trình dựa trên những yếu tố sau:

- Những thông tin về mối quan tâm và kỳ vọng của cha mẹ mà bạn đã thu thập được trong quá trình tuyển thành viên nhóm
- Những thông tin mà bạn có từ tổ chức tài trợ của bạn
- Nhận định của bạn về những gì cha mẹ trong nhóm muốn học
- Năm giai đoạn phát triển nhóm

Để xây dựng khung chương trình bạn cần thực hiện những điều sau:

- Làm bản tóm tắt những thông tin quan trọng về nhóm của bạn– số lượng bà mẹ/ông bố đơn thân, các cặp đôi, độ tuổi xấp xỉ của cha mẹ, số lượng trẻ em ở từng lứa tuổi v.v.
- Lập danh sách những mối quan tâm và kỳ vọng của cha mẹ
- Chọn ra các chủ đề có vẻ thú vị nhất và lập thành một danh sách
- Xếp các chủ đề theo thứ tự, các chủ đề được đề cập nhiều hơn thì xếp lên trước.
- Nghĩ về 5 giai đoạn phát triển nhóm, lựa chọn các chủ đề phù hợp nhất cho khung chương trình hoạt động
- Bổ sung các ý tưởng về hoạt động mà bạn đã nghĩ ra khi xây dựng khung chương trình

Khi xây dựng khung chương trình, hãy nhớ rằng một số hoạt động cần được thực hiện trong những buổi sinh hoạt cụ thể.

**Trong các buổi sinh hoạt đầu tiên,** bạn sẽ cần để dành thời gian cho một số hoạt động như:

- Cha mẹ gặp gỡ làm quen lẫn nhau và bắt đầu cảm thấy thoải mái trong nhóm
- Cha mẹ xem qua sách dành cho cha mẹ
- Tìm hiểu thêm về nhu cầu và nguyện vọng của cha mẹ
- Nhóm quyết định về cách thức làm việc của nhóm

**Từ buổi thứ hai đến buổi thứ ba,** bạn sẽ cần chuẩn bị vì cha mẹ sẽ bắt đầu:

- Thể hiện quan điểm cá nhân của họ một cách mạnh mẽ
- Tranh luận
- Chia phe
- Không coi trọng những thống nhất đã xây dựng từ trước
- Cười, đùa nhau, không nghiêm túc hoặc quá nghiêm túc

**Trong những buổi sinh hoạt tiếp theo**, cha mẹ sẽ làm việc tốt hơn khi:

- Sự giám sát sát sao từ bạn ít hơn
- Có thời gian để tìm hiểu các vấn đề của họ và sử dụng các công cụ của chương trình “Không Ai Hoàn Hảo”

Trong buổi sinh hoạt cuối, cha mẹ sẽ cần thời gian:

- Để suy nghĩ về những gì họ đã học được trong chương trình
- Để lên kế hoạch và xây dựng mạng lưới hỗ trợ sẵn có
- Để hoàn thiện phiếu đánh giá
- Để nói với bạn về chương trình nói chung và cảm xúc của họ với chương trình
- Để nói lời tạm biệt với nhóm

Khung chương trình là nơi thu thập ý tưởng và để suy nghĩ về mạch thông tin của toàn chương trình. Nó không được thiết kế để chứa đựng toàn bộ các thông tin và hoạt động của từng buổi sinh hoạt. Khung chương trình mẫu gồm 6 buổi sinh hoạt. Tuy nhiên vì chương trình này rất linh hoạt và số lượng buổi sinh hoạt có thể thay đổi nên bạn có thể điều chỉnh khung chương trình mẫu sao cho phù hợp với nội dung và số lượng buổi sinh hoạt trong chương trình của bạn.

## GIÁM SÁT VÀ ĐÁNH GIÁ CHƯƠNG TRÌNH

Có hai hoạt động để theo dõi chương trình của bạn:

### Giám sát

Giám sát được thực hiện trong từng buổi sinh hoạt. Hoạt động giám sát, sẽ thu thập thông tin về những nội dung cha mẹ đã học được, những gì họ thích và không thích, những thay đổi hoặc điều chỉnh để chương trình phù hợp hơn.

## Đánh giá

Đánh giá được thực hiện ở cuối chương trình. Nội dung đánh giá sẽ bao gồm mức độ thành công của chương trình trong việc đáp ứng những kỳ vọng của cha mẹ, các thành viên nhóm đã học được những gì và những nội dung nào họ nghĩ họ có thể áp dụng trong cuộc sống hàng ngày của họ.

Trong Phần 10, bạn sẽ tìm thấy biểu mẫu đánh giá sinh hoạt nhóm và đánh giá chương trình. Những biểu mẫu này sẽ giúp bạn ghi nhận thông tin nhanh chóng và dễ dàng đối với từng buổi sinh hoạt nói riêng và cho cả chương trình nói chung - kết quả thực hiện như thế nào, hoạt động nào có hiệu quả, hoạt động nào không, và điều gì bạn có thể thực hiện khác đi cho lần sau. Hãy giữ những biểu mẫu này cùng với các tài liệu xây dựng kế hoạch để bạn có thể tham khảo khi bạn lên kế hoạch cho các buổi sinh hoạt hoặc chương trình trong tương lai.

Về lâu dài, việc giữ lại những ghi chép này có thể giúp bạn tiết kiệm được khá nhiều thời gian.

## Giám sát

Giám sát được thực hiện trong từng buổi sinh hoạt. Đây là cách thức để theo dõi các hoạt động đang diễn ra trong nhóm, những điểm họ thích và những gì bạn đang học được.

Một vài hướng dẫn viên ghi chú ngắn gọn lên kế hoạch sinh hoạt nhóm cho dễ nhớ khi lên kế hoạch cho các buổi sinh hoạt tiếp theo ví dụ, *"Hoạt động này vui!"* hoặc *"Hoạt động này không ổn lắm và lý do có thể là ..."*

*"Lần sau, dành nhiều thời gian hơn cho hoạt động này."*

Các hướng dẫn viên có kinh nghiệm thực hiện hoạt động theo kế hoạch nhưng vẫn linh hoạt trong việc điều chỉnh kế hoạch để phù hợp hơn với tình hình của nhóm. Một vài buổi sinh hoạt nhóm hiệu quả nhất diễn ra khi bạn gặp một số vấn đề "ngoài kế hoạch". Bạn có thể thấy điều này hữu ích cho hoạt động lập kế hoạch trong tương lai nếu như bạn viết ghi chú lên kế hoạch sinh hoạt nhóm về việc các hoạt động mà bạn đã điều chỉnh và điều gì dẫn đến thay đổi này.

Một trong những hình thức phổ biến nhất của giám sát là yêu cầu cha mẹ, vào cuối mỗi buổi sinh hoạt, chia sẻ ngắn gọn cảm nhận của họ về buổi sinh hoạt. Thông tin về cách thức thực hiện điều này được cung cấp ở Phần 8. Bạn cũng có thể sử dụng các hoạt động hoặc công cụ để giám sát cảm nhận của thành viên về nhóm như thế nào. Phần 9 sẽ cung cấp một số ví dụ về vấn đề này.

Khi kết thúc mỗi buổi sinh hoạt, hãy hoàn thiện biểu mẫu Ghi chú buổi sinh hoạt ngay khi các



hoạt động của buổi sinh hoạt vẫn còn tươi mới và sống động trong tâm trí của bạn. Tuân thủ trình tự sẽ cho bạn những hồ sơ lưu trữ hữu ích về các buổi sinh hoạt nhóm của bạn.

Thông tin về các cha mẹ đã tham gia vào chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” như thế nào và trải nghiệm đó có ý nghĩa như thế nào với họ rất hữu ích đối với người hướng dẫn và tổ chức tài trợ cho chương trình.

Sau khi kết thúc toàn bộ các buổi sinh hoạt nhóm, hãy đảm bảo việc hoàn thiện và gửi hết các biểu mẫu báo cáo được sử dụng trong tỉnh hoặc địa bàn của bạn để cả các nhóm mà bạn hướng dẫn được ghi nhận thông tin.

## Đánh giá

Có nhiều cách đơn giản để đánh giá chương trình của bạn. Ví dụ, bạn có thể đưa ra một số câu hỏi cụ thể cho các thành viên nhóm thảo luận và trả lời trong nhóm nhỏ. Mỗi nhóm có thể ghi lại câu trả lời của họ và chia sẻ trong nhóm lớn. Ở một vài nhóm, cho thành viên nhóm điền vào biểu mẫu đánh giá ở cuối chương trình có thể phù hợp hơn.

Hầu hết các hướng dẫn viên đều đưa phần đánh giá này vào buổi sinh hoạt nhóm cuối cùng.

Đánh giá được thực hiện để tìm hiểu ba vấn đề sau:

- **Phản ứng** – Các cha mẹ thích những gì nhiều nhất và ít nhất về chương trình?
- **Sự tiếp thu** – Cha mẹ đã học được gì từ chương trình?
- **Tác động** – Cha mẹ đã áp dụng những điều được học vào đời sống thường ngày như thế nào?

Bạn có thể thu thập thông tin về hai vấn đề đầu tiên – Phản ứng của cha mẹ đối với chương trình và những gì họ cảm thấy họ đã học được – bằng cách mời cha mẹ tham gia vào hoạt động đánh giá hoặc điền vào biểu mẫu đánh giá.

Tuy nhiên việc đánh giá tác động của chương trình đối với đời sống hàng ngày của cha mẹ khó khăn hơn. Bạn có thể hỏi cha mẹ xem họ có áp dụng điều gì mới từ nhóm “Không Ai Hoàn Hảo” không. Tuy nhiên, đánh giá tác động đòi hỏi phải biết được liệu việc cha mẹ làm khác đi có phải là do tác động của chương trình hay không. Nếu bạn quan tâm đến việc đánh giá tác động, bạn sẽ cần phải nói chuyện với tổ chức tài trợ của bạn về cách thực hiện đánh giá phù hợp.

Hãy hoàn thiện biểu mẫu Ghi chú Chương trình vào cuối mỗi chương trình. Cùng với Ghi chú buổi sinh hoạt, biểu mẫu này sẽ cung cấp công cụ để bạn có thể sử dụng những kinh nghiệm này mà trở thành hướng dẫn viên tốt hơn.

# PHẦN 8:

## LẬP KẾ HOẠCH BUỔI SINH HOẠT

- LẬP KẾ HOẠCH TỪNG BUỔI SINH HOẠT
- QUYẾT ĐỊNH NỘI DUNG VÀ CÁCH THỨC THỰC HIỆN
- LẬP KẾ HOẠCH GIÚP BẠN HOÀN THÀNH MỤC TIÊU

## LẬP KẾ HOẠCH CHO TỪNG BUỔI SINH HOẠT

Một khi bạn đã xác định được khung chương trình hoạt động, bạn có thể tiến hành lập kế hoạch cho các buổi sinh hoạt. Có 2 bước để làm việc này:

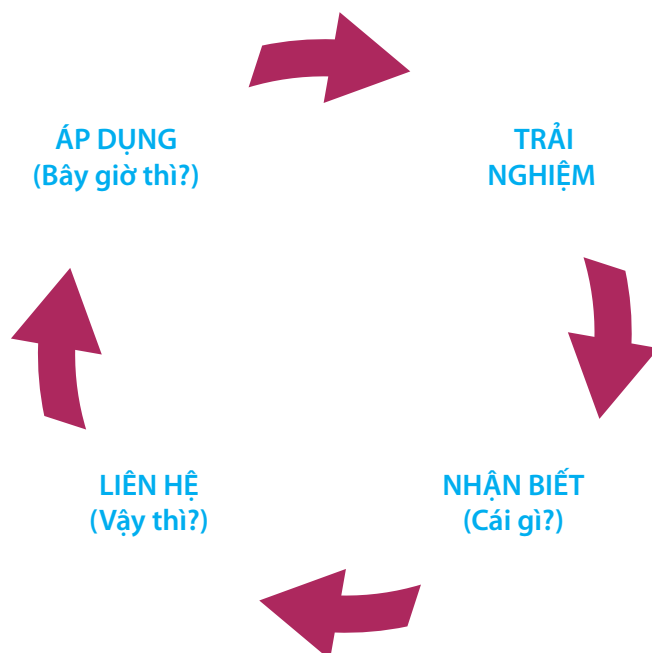
- Quyết định mục tiêu bạn muốn hoàn thành trong từng buổi sinh hoạt
- Lập kế hoạch để giúp bạn hoàn thành nội dung đó

Học gì đó có **mục tiêu bổ sung kiến thức**; làm gì đó có **mục tiêu nâng cao** kỹ năng; giải quyết các suy nghĩ và cảm nhận có **mục tiêu cải thiện thái độ**.

Những hoạt động được dùng để đạt được những mục tiêu đề ra có thể dựa trên chu trình học thông qua trải nghiệm dưới đây.

## QUYẾT ĐỊNH NỘI DUNG VÀ CÁCH THỨC THỰC HIỆN

Bước đầu tiên trong lập kế hoạch cho mỗi buổi sinh hoạt là đặt ra các mục tiêu – các mục tiêu này chính là những nội dung bạn muốn những người tham gia sẽ có được khi kết thúc buổi sinh hoạt.



Nhìn chung, chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” có thể tác động đến những gì cha mẹ **biết**, cách thức họ **làm**, cũng như cách họ **suy nghĩ** và **cảm nhận** về bản thân và con cái mình.

Trong quá trình tuyển chọn cha mẹ vào nhóm, bạn đã bắt đầu thu thập một số ý tưởng về các vấn đề và chủ đề mà các cha mẹ trong nhóm của bạn quan tâm. Khi bạn xây dựng khung chương trình hoạt động, những ý tưởng trên sẽ dẫn dắt bạn trong việc lựa chọn các chủ đề sẽ được đề cập và giải quyết trong chương trình.

Bạn sẽ đi vào chi tiết, cụ thể hơn khi lập kế hoạch cho từng buổi sinh hoạt. Việc thiết kế các hoạt động và trải nghiệm liên quan đến các vấn đề đó sẽ tạo cơ hội cho người tham gia được:

- Học gì đó
- Làm gì đó
- Kiểm tra lại cách họ suy nghĩ hoặc cảm nhận về điều gì đó

Mỗi hoạt động, bất kể với mục tiêu gì, cần bao gồm:

- **Trải nghiệm**
- Cơ hội để **nhận biết** những chi tiết của trải nghiệm
- Cơ hội để xem xét và **liên hệ** ý nghĩa của trải nghiệm đó đối với từng người
- Cơ hội để phát triển các cách tiếp cận cho việc áp dụng những hiểu biết này vào việc làm cha mẹ và/hoặc cuộc sống hàng ngày



Những loại mục tiêu được lựa chọn sẽ ảnh hưởng đến các hoạt động mà bạn tạo ra cho buổi sinh hoạt.

- Cha mẹ có thể thu thập được thông tin mới (mục tiêu bổ sung kiến thức) thông qua các hoạt động như thảo luận, thuyết trình, trình diễn và sử dụng các nguồn thông tin như sách dành cho cha mẹ
- Cha mẹ có thể học làm gì đó (mục tiêu nâng cao kỹ năng) thông qua các hoạt động như đóng vai (ví dụ, đóng vai về một tình huống xung đột), hoặc các hoạt động thực hành (ví dụ, lên danh sách các thứ cần làm để tạo ngôi nhà an toàn cho trẻ nhỏ, lập bảng dự trù ngân sách) để giúp phát triển các kỹ năng.
- Cha mẹ có thể khám phá các suy nghĩ và cảm nhận (mục tiêu cải thiện thái độ) thông qua việc thảo luận nói chuyện về một băng video, đóng vai hoặc tham gia vào các hoạt động sẽ được mô tả ở Phần 9.



Cần đưa nhiều loại mục tiêu đa dạng vào mỗi buổi sinh hoạt để buổi sinh hoạt hấp dẫn được nhiều cha mẹ. Một buổi sinh hoạt chỉ nhằm mục đích tăng cường kiến thức có thể không hấp dẫn những phụ huynh thích chia sẻ kinh nghiệm. Tương tự như vậy, một buổi sinh hoạt nếu quá nhấn mạnh vào thái độ có thể gây nhàm chán với những người muốn có thông tin thực tế mà họ có thể áp dụng ngay.

Bạn cũng nên cân nhắc đến giai đoạn phát triển của nhóm khi thiết kế các hoạt động học. Mức độ hiệu quả của các hoạt động tương đối phụ thuộc vào giai đoạn phát triển của nhóm

Một trong những mục tiêu của Chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” là tạo cơ hội xây dựng mạng lưới hỗ trợ cho các cha mẹ tiếp tục hoạt động sau khi chương trình kết thúc. Khi lập kế hoạch cho tất cả các buổi sinh hoạt, hãy nghĩ về cách bạn có thể khuyến khích sự hỗ trợ lẫn nhau trong nhóm, nhằm xây dựng và củng cố mối quan tương trợ giữa những người tham gia trong nhóm.

## **LẬP KẾ HOẠCH GIÚP BẠN HOÀN THÀNH MỤC TIÊU**

Khi bạn xác định được các mục tiêu học, bước tiếp theo là lên kế hoạch giúp bạn hoàn thành được các mục tiêu đó. Kế hoạch của một buổi sinh hoạt bao gồm những chủ đề mà bạn sẽ đề cập tới và những hoạt động mà bạn sẽ sử dụng.

Các mục tiêu, nội dung và hoạt động cụ thể giữa các buổi sinh hoạt sẽ không giống nhau. Tuy nhiên trình tự cơ bản của một buổi sinh hoạt sẽ luôn giống nhau.

Mỗi buổi sinh hoạt gồm 3 phần: phần đầu (Mở đầu), phần giữa (Nội dung chính), và phần kết thúc (Tổng kết)

### **Phần mở đầu**

Những phút đầu tiên ở mỗi buổi sinh hoạt thường được dành cho việc ổn định và thay đổi trạng thái (từ nhà đến nơi sinh hoạt). Các hoạt động khởi động và hỏi thăm có thể hỗ trợ cho quá trình chuyển đổi này. Khi bạn khuyến khích cha mẹ suy ngẫm và chia sẻ trong nhóm về những trải nghiệm họ có trong thời gian giữa từ lần sinh hoạt trước đến lần sinh hoạt này, bạn đang tạo điều kiện cho các thành viên trong nhóm trong việc hỗ trợ lẫn nhau. Phần mở đầu cũng là thời gian để nói về những nội dung sẽ được đề cập đến trong buổi sinh hoạt. Phần này sẽ tạo bầu không khí chung cho cả buổi sinh hoạt và tạo cơ hội cho cha mẹ trong nhóm làm quen với nhau và hòa nhập tốt hơn trong nhóm.

### **Phần nội dung chính**

Trong hầu hết các buổi sinh hoạt, phần giữa buổi chiếm nhiều thời gian nhất. Đây là khoảng thời gian để phát triển và thảo luận nội dung sinh hoạt, thực hành các kỹ năng và triển khai các hoạt động.

## Phần tổng kết

Phần tổng kết thường là khoảng thời gian bạn tổng kết lại các vấn đề chính đã được đề cập trong buổi sinh hoạt và lấy ý kiến phản hồi của cha mẹ về những nội dung đã được đề cập đến. Bạn cũng có thể sử dụng khoảng thời gian này để thu thập thông tin nhằm định hướng cho buổi sinh hoạt tiếp theo.

Giống như việc áp dụng chu trình học từ trải nghiệm vào các hoạt động học mà bạn sử dụng, bạn có thể áp dụng chu trình này cho các buổi sinh hoạt. Mỗi buổi sinh hoạt được coi là một trải nghiệm và phần tổng kết của buổi sinh hoạt là cơ hội cho những người tham gia nhận biết điều gì đã xảy ra, suy ngẫm và liên hệ với các trải nghiệm của mình, tìm hiểu ý nghĩa của trải nghiệm này với bản thân, và suy nghĩ về cách thức họ có thể áp dụng những gì họ tiếp nhận được từ trải nghiệm.

Phần tổng kết tốt sẽ giúp người tham gia thoải mái khi về nhà và khiến họ mong đợi buổi sinh hoạt kế tiếp.

## LẬP KẾ HOẠCH CHO PHẦN MỞ ĐẦU CỦA BUỔI SINH HOẠT

Phần mở đầu thường bao gồm:

- Chào đón
- Các hoạt động khởi động
- Chia sẻ
- Đặt vấn đề thảo luận cho buổi sinh hoạt



## Chào đón

Chuẩn bị phòng sẵn sàng cho nhóm sinh hoạt và cách thức bạn chào đón các thành viên nhóm là một phần trong việc tạo không khí cho từng buổi sinh hoạt.

## Khởi động

Việc bắt đầu với một hoạt động vui vẻ, sống động và dẫn dắt đến chủ đề của buổi sinh hoạt là cách giúp cho những người tham gia gạt hết những lo lắng, áp lực của cuộc sống thường ngày sang một bên và tập trung vào sinh hoạt nhóm. Phần 9 sẽ đề cập đến một số ví dụ cho hoạt động khởi động.

## Chia sẻ

Hãy để tất cả các thành viên nhóm chia sẻ cảm nghĩ trước hoặc sau hoạt động khởi động để những người tham gia suy ngẫm lại về tuần vừa qua. Họ có thể hỏi tương lại họ chọn thực hiện điều gì tại nhà và việc đó đã diễn ra như thế nào, hoặc chia sẻ những gì họ đã tạm gác lại trước khi đến buổi sinh hoạt để tham gia cùng với nhóm.

Một số hướng dẫn viên có thể muốn sử dụng thời gian này để hỏi những câu hỏi chưa được giải quyết ở buổi sinh hoạt trước. Cố gắng xây dựng hoạt động cụ thể để tất cả mọi người đều được chia sẻ mà không mất quá nhiều thời gian dành cho phần chính của buổi sinh hoạt.

## Đặt vấn đề thảo luận cho buổi sinh hoạt

Bạn có thể đặt vấn đề theo rất nhiều cách khác nhau. Bạn có thể nhắc đến một mẫu tin tức, kể một câu chuyện ngắn, cảm một bức ảnh để gợi cho người tham gia nhớ lại cách thức mà chủ đề của buổi hôm nay đã được chọn là gì, hoặc liên hệ đến trải nghiệm của hoạt động chia sẻ hoặc khởi động nếu nó có liên quan đến chủ đề.

## LẬP KẾ HOẠCH CHO PHẦN NỘI DUNG CHÍNH CỦA BUỔI SINH HOẠT

Phần nội dung chính của buổi sinh hoạt sẽ chiếm hơn một nửa thời gian của bạn, trong cả hoạt động lập kế hoạch lẫn thực hiện kế hoạch. Đây là lúc bạn đi vào các chủ đề mà bạn và các cha mẹ đã nhất trí và bắt tay vào thực hiện để đạt được những mục tiêu này.

Bởi vì khi người lớn chủ động tham gia là khi họ học tốt nhất nên phần lớn các hoạt động trong phần chính của buổi sinh hoạt sẽ là các hoạt động cho phép cha mẹ làm hoặc thảo luận. Các thông tin và hướng dẫn cụ thể cho các hoạt động học được trình bày ở Phần 9.

Khi mới bắt đầu tham gia chương trình “Không Ai Hoàn Hảo”, rất nhiều hướng dẫn viên lo lắng về việc làm thế nào họ có thể lấp đầy thời gian sinh hoạt: hai giờ đồng hồ dường như rất dài. Những hướng dẫn viên có kinh nghiệm thì gặp vấn đề khác: họ băn khoăn không hiểu tại sao họ chẳng bao giờ có đủ thời gian sinh hoạt. Hai giờ đồng hồ trôi qua như trong nháy mắt. Một sai lầm phổ biến nhất mà các hướng dẫn viên mới thường mắc phải là cố gắng đưa quá nhiều nội dung trong một buổi sinh hoạt. Thường thì bạn rất hay ước lượng thiếu khoảng thời gian cần thiết để cho nhóm hoàn thành một hoạt động và ước lượng quá cao khoảng thời gian mà

bạn có.

Các loại hoạt động khác nhau cần khoảng thời gian khác nhau. Tốc độ làm việc của các nhóm cha mẹ cũng khác nhau. Có một số nhóm sẽ muốn dành thật nhiều thời gian cho những chủ đề nhất định. Các nhóm khác thì lại muốn làm nhanh và nhiều chủ đề. Khi bạn tích lũy được kinh nghiệm hướng dẫn, bạn sẽ phát triển các kỹ năng và kinh nghiệm giúp bạn dự đoán chuẩn xác thời gian mà mỗi nhóm cần cho từng hoạt động. Việc ghi chú vào kế hoạch buổi sinh hoạt hoặc nhật ký sinh hoạt về độ dài thời gian cần cho các hoạt động rất hữu ích, đặc biệt cho việc lập kế hoạch trong tương lai.

Sự linh hoạt là chìa khóa cho sự thành công của các buổi sinh hoạt. Ví dụ, vào đầu buổi sinh hoạt đôi lúc bạn có thể phát hiện ra rằng để đáp ứng được mong đợi của nhóm, bạn cần phải thay đổi hoàn toàn nội dung và các hoạt động bạn đã lên kế hoạch kỹ lưỡng trước đó. Hoặc là khi bạn đề cập đến nội dung của buổi sinh hoạt, bạn có thể nhận ra rằng nhóm không thích các hoạt động mà bạn xây dựng. Trong trường hợp này, bạn nên dừng lại, kiểm tra lại với nhóm về những gì đang diễn ra và chuẩn bị bắt đầu một hoạt động mới.

Để chuẩn bị một buổi sinh hoạt cân bằng và tổ chức tốt, bạn cần:

- Chọn các chủ đề và mục tiêu học dựa trên thông tin về những nguyện vọng và mối quan tâm của những người tham gia
- Sử dụng các hoạt động học để khuyến khích sự tham gia của các cha mẹ
- Lựa chọn các kiểu hoạt động học khác nhau để buổi sinh hoạt đa dạng và hấp dẫn các cha mẹ có các cách học khác nhau
- Kiểm tra các hoạt động học của bạn để đảm bảo rằng chúng phản ánh theo chu trình học theo trải nghiệm
- Đảm bảo rằng bạn có đủ thời gian để giải quyết thoả đáng các chủ đề mà các cha mẹ quan tâm nhất. Ước lượng khoảng thời gian cần cho mỗi hoạt động học và dự trù thời gian của bạn. Mặc dù bạn nhận thức được sự giới hạn thời gian, nên sắp xếp để những người tham gia cảm thấy họ không cần vội vã vì họ có đủ thời gian họ cần.

## LẬP KẾ HOẠCH CHO PHẦN TỔNG KẾT CỦA BUỔI SINH HOẠT

Hầu hết phần tổng kết bao gồm các hoạt động sau đây:

- Tóm tắt
- Suy ngẫm
- Giám sát
- Bàn về buổi sinh hoạt tiếp theo



- Các hỗ trợ để tiếp tục thực hiện

Thoạt nhìn thì danh sách trên trông có vẻ như có rất nhiều thứ để làm, tuy nhiên mỗi hoạt động trên chỉ diễn ra trong vài phút.

### **Tóm tắt**

Mỗi buổi sinh hoạt phản ánh chu trình học theo trải nghiệm, và phần tổng kết là cơ hội để các cha mẹ nhận biết, cân nhắc – liên hệ và áp dụng những gì họ đã học. Việc tóm tắt lại buổi sinh hoạt là dịp cha mẹ hồi tưởng lại những gì đã diễn ra trong buổi sinh hoạt.

Cần tóm tắt rất ngắn gọn. Mục đích chính của tóm tắt là gợi nhắc cha mẹ về những gì họ đã trải nghiệm. Nếu tóm tắt dài và phức tạp, các cha mẹ sẽ rất khó để nhớ được những điểm thiết yếu.

### **Suy ngẫm**

Điều quan trọng là cho cha mẹ có thời gian để tự suy ngẫm về những gì họ đã học hoặc trải nghiệm trong buổi sinh hoạt và về cách họ sẽ áp dụng những điều học được vào cuộc sống hàng ngày như thế nào. Bạn cũng có thể có thêm thông tin để đánh giá xem liệu mình đã đạt được các mục tiêu của buổi sinh hoạt chưa.

Một số câu hỏi để suy ngẫm mà bạn có thể sử dụng bao gồm:

- *Khi bạn nghỉ lại về buổi sinh hoạt tối nay, điều gì bạn thấy nổi bật nhất?*
- *Dựa trên sự suy ngẫm của bạn, hãy cho mình biết*
  - > *Một việc mà bạn sẽ ngừng làm là gì?*
  - > *Một việc mà bạn sẽ bắt đầu làm là gì?*
  - > *Một việc mà bạn sẽ tiếp tục làm là gì?*
- *Một việc mà bạn biết bạn sẽ làm trong tuần này sau khi đã có mặt ở đây hôm nay?*

### **Giám sát**

Giám sát là dạng chia sẻ không chính thức ở cuối mỗi buổi sinh hoạt. Mục tiêu của việc này là nhằm thu thập phản hồi tại chỗ của cha mẹ để giúp bạn cải thiện các buổi sinh hoạt tiếp theo. Hình thức phản hồi này có thể hữu dụng cho việc xác định cảm nhận của cha mẹ về buổi sinh hoạt.

Việc đưa ra các phản hồi bằng lời nói có thể còn khó khăn đối với một số người vì họ sợ bị nghĩ rằng mình đang chỉ trích. Họ có thể e ngại rằng họ có thể làm tổn thương bạn hoặc làm bạn tức giận nếu họ nói điều gì tiêu cực.

Hãy nêu ra mục đích của việc đánh giá và giám sát trong buổi sinh hoạt đầu tiên để cha mẹ hiểu vì sao việc này quan trọng. Đồng thời bạn có thể nhấn mạnh rằng những phản hồi mang

tính xây dựng sẽ giúp cải thiện các buổi sinh hoạt tiếp theo đáp ứng tốt hơn nhu cầu của các cha mẹ.

Các câu hỏi giám sát có thể bao gồm các câu hỏi sau:

- *Bạn thích điều gì nhất trong buổi sinh hoạt này?*
- *Bạn ít thích điều gì nhất trong buổi sinh hoạt này?*
- *Phần nào của buổi sinh hoạt có ích nhất với bạn?*
- *Bạn đã học được hay khám phá lại được điều gì trong ngày hôm nay?*
- *Theo bạn, cần làm gì để buổi sinh hoạt hữu ích hơn đối với bạn?*

Hãy nhớ rằng trong phần tổng kết của buổi sinh hoạt cuối cùng, bạn sẽ đánh giá toàn bộ chương trình.

### **Thảo luận về buổi sinh hoạt tiếp theo**

Phần này là để nhắc về thời gian, địa điểm và lấy ý kiến của cha mẹ cho buổi sinh hoạt tiếp theo.

Các câu hỏi bao gồm:

- Có điều gì chúng ta đã thảo luận ngày hôm nay mà bạn muốn tiếp tục nói về nó vào lần tới không?
- Dựa trên các chủ đề mà các bạn đã gợi ý, đây là những gì tôi lên kế hoạch cho buổi sinh hoạt tới. Theo bạn chúng ta nên dành thời gian chủ yếu cho nội dung nào?
- Bạn có muốn đề cập đến chủ đề nào khác trong lần tới không?
- Nếu bạn về xem cuốn sách Sức khỏe từ giờ cho đến buổi gặp tới, có thể bạn sẽ chọn được vài bức ảnh hoặc chủ đề mà bạn muốn nói đến vào lần tới.

### **Hỗ trợ tiếp tục thực hiện**

Một trong những mục tiêu của “Không Ai Hoàn Hảo” là khuyến khích sự hỗ trợ lẫn nhau giữa các cha mẹ khi chương trình đang diễn ra và sau khi chương trình kết thúc. Các hoạt động đòi hỏi các cha mẹ giúp đỡ nhau hoặc giữ liên lạc với nhau sẽ góp phần thực hiện mục tiêu trên. Những kiểu hoạt động này có thể được thực hiện trong suốt chương trình và nhấn mạnh ở một vài buổi sinh hoạt cuối.

Các cách thức để hỗ trợ sự liên lạc thường xuyên giữa các cha mẹ trong nhóm bao gồm:

- Cho các cha mẹ cơ hội để trao đổi số điện thoại và thư điện tử (trừ phi cả nhóm nhất trí không sử dụng các hình thức trên)

- Dành thời gian để nhấn mạnh lại những điểm chung của mọi người. Một nhận xét như “Bình cũng nhận thấy điều đó” có thể là một sự khích lệ cho cha mẹ gặp nhau hoặc gọi điện thoại cho nhau.
- Trong những buổi sinh hoạt cuối cùng, bạn có thể muốn khám phá một số cách cụ thể để cha mẹ có thể tiếp tục hỗ trợ lẫn nhau sau khi chương trình kết thúc.

## TỔNG QUAN VỀ MỘT BUỔI SINH HOẠT

### Mở đầu

- Chào đón, điểm danh
- Các hoạt động khởi động (liên quan đến chủ đề khi có thể)
- Chuẩn bị cho chủ đề

### Nội dung chính

- Hoạt động hoặc trải nghiệm để giới thiệu chủ đề
- Làm việc theo chủ đề

### Tổng kết

- Tóm tắt
- Suy ngẫm
- Giám sát
- Bàn về buổi sinh hoạt tiếp theo
- Hỗ trợ tiếp tục thực hiện

Cả chương trình của bạn cũng sẽ theo trình tự như trên. Những buổi sinh hoạt đầu tiên chính là phần mở đầu, buổi sinh hoạt cuối cùng là phần kết thúc và những buổi sinh hoạt ở giữa là phần nội dung chính. Những buổi sinh hoạt đầu tiên và cuối cùng vì thế có trọng tâm và cấu trúc khác hơn so với các buổi khác.

## LẬP KẾ HOẠCH CHO BUỔI SINH HOẠT ĐẦU TIÊN

Hầu hết thời gian của buổi sinh hoạt đầu tiên là giới thiệu và mở đầu chương trình. Phần nội dung chính trong buổi sinh hoạt đầu là khá nhỏ, phần tổng kết của buổi sinh hoạt có mục đích dẫn dắt vào buổi sinh hoạt tiếp theo.

Buổi sinh hoạt đầu tiên bao gồm:

- Chào đón, giới thiệu
- Làm quen với từng người
- Chia sẻ: Các kỳ vọng
- Tạo sự thoải mái và an toàn: Những thỏa thuận
- Giới thiệu chương trình “Không Ai Hoàn Hảo”
- Bàn về buổi sinh hoạt tiếp theo
- Kết thúc

### Chào đón và giới thiệu

Bởi vì những người tham gia chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” có thể không quen sinh hoạt nhóm hoặc cảm thấy không chắc chắn và không thoải mái nên việc chào đón từng người và tái tạo sự liên kết mà bạn và người tham gia đã có từ buổi gặp đầu tiên trước đó là rất quan trọng.

### Làm quen với từng người

Thông thường thì mọi người không muốn phải tự giới thiệu mình trước nhóm hoặc trước những người khác cho đến khi họ đã nói chuyện với một vài người. Việc tạo cơ hội cho mọi người cùng cười với nhau qua vài mẫu chuyện vui là cách tuyệt vời để giúp cho tất cả đều cảm thấy thoải mái. Một hoặc hai hoạt động liên quan đến việc chia sẻ những thứ vui vẻ hoặc thú vị về họ trong những nhóm nhỏ sẽ giúp cho người tham gia làm quen với nhau và tìm ra những điểm chung trước khi giới thiệu trong nhóm lớn. Phần này của buổi sinh hoạt đầu tiên có thể mất khoảng 45 phút, thậm chí lâu hơn. Tuy nhiên bạn không cần phải vội vã trong khi thực hiện bởi phần này rất quan trọng đối với việc hình thành nhóm.

### Chia sẻ: Những kỳ vọng

Trong buổi sinh hoạt đầu tiên này, tạo cơ hội cho các thành viên để chia sẻ những kỳ vọng của họ về nhóm, những chủ đề họ quan tâm vào cuối buổi sinh hoạt là rất hữu ích. Hãy lập danh sách những vấn đề bạn có thể bổ sung thêm.

### Tạo sự thoải mái và an toàn: Những thỏa thuận

Việc đạt được những thỏa thuận về cách thức hoạt động nhóm ngay trong buổi sinh hoạt đầu tiên và tìm cách để những người tham gia ghi nhớ chúng trong suốt tất cả các buổi sinh hoạt là rất quan trọng. Một trong số những cách để khuyến khích các cha mẹ ghi nhớ những thỏa thuận này là in chúng ra các tờ giấy, trang trí bằng các thiết kế màu sắc và tranh ảnh cắt ra từ tạp chí. Sau đó những tờ giấy này sẽ được đưa ra ở mỗi buổi sinh hoạt.





Sử dụng cách tiếp cận đàm thoại có thể rất hiệu quả để có được những thỏa thuận. Ví dụ:

***“Chúng ta sẽ dành thời gian cùng nhau, vì thế hãy cùng nghĩ về những gì làm cho chúng ta cảm thấy thoải mái. Ví dụ, chúng ta muốn làm gì khi ai đó đến muộn? Chúng ta có nên đợi họ không? Hay cứ bắt đầu và chào đón họ khi họ đến.”***

Một số điểm khác mà các nhóm có thể muốn đi đến đồng thuận gồm:

- Làm gì nếu ai đó ngắt lời khi một người khác đang nói?
- Làm gì nếu ai đó bên ngoài nhóm nghe lỏm được những gì bạn nói về những gì xảy ra tại một trong các buổi sinh hoạt?
- Làm gì nếu ai đó muốn hút thuốc trong buổi sinh hoạt?
- Có điều gì khác có thể giúp bạn cảm thấy thoải mái và an toàn trong nhóm này?

### **Giới thiệu về chương trình “Không Ai Hoàn Hảo”**

Ví dụ về một cách giới thiệu ngắn gọn về chương trình:

***“Chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” là chương trình dành cho nhóm của các cha mẹ có con từ 0-8 tuổi.***

Nội dung chương trình xoay quanh bất cứ điều gì bạn quan tâm. Chương trình có thể có nội dung liên quan đến những thách thức của cuộc sống và khó khăn khi làm cha mẹ, chia sẻ những kinh nghiệm khác nhau về cách thức nuôi dạy con cái. Chương trình cũng có thể nói về những nhu cầu của trẻ đối với cha mẹ, hoặc bất cứ thứ gì có liên quan đến các trở ngại mà chúng ta gặp phải. Chương trình này không phải là chương trình mà bạn tham dự bởi vì bạn cần hoặc bạn phải làm, bởi vì chương trình không đưa ra các câu trả lời “đúng”. Chương trình này là cơ hội để chúng ta suy ngẫm về những gì chúng ta đang làm, muốn làm và những gì có thể hỗ trợ chúng ta.”

### **Bàn về buổi sinh hoạt tiếp theo**

Dưới đây là một cách bạn có thể giới thiệu chủ đề của buổi sinh hoạt tiếp theo:

***“Những chủ đề dường như được quan tâm nhất là.... Bởi vì chúng ta vừa mới biết nhau, tôi/chúng tôi nghĩ rằng chúng ta có thể tập trung vào... ở buổi sinh hoạt tới. Những nội dung nào trong chủ đề này cần đưa vào? Các bạn có mối quan tâm đặc biệt nào về chủ đề này không?”***

Trong những giai đoạn đầu của nhóm, hãy cẩn thận để tránh lựa chọn các chủ đề quá rộng. Một số chủ đề và vấn đề sẽ phù hợp hơn khi nhóm đã hoạt động được một thời gian.

## LẬP KẾ HOẠCH CHO BUỔI SINH HOẠT CUỐI CÙNG

Toàn bộ buổi sinh hoạt cuối cùng sẽ là phần kết thúc cho cả chương trình. Nó bắt đầu với phần mở đầu và phần lớn thời gian là dành cho phần tổng kết.

Phần tổng kết hay buổi sinh hoạt cuối cùng gồm các nội dung sau:

- Chào đón
- Khởi động
- Chia sẻ
- Chuẩn bị cho buổi tổng kết
- Tóm tắt hoặc tổng hợp lại những trải nghiệm của những buổi sinh hoạt trước
- Đánh giá
- Hỗ trợ tiếp tục thực hiện
- Ghi nhận và cảm ơn từng người
- Ghi nhận các cảm xúc
- Liên hoan



# PHẦN 9:

## CÁC HOẠT ĐỘNG VÀ CÔNG CỤ HỖ TRỢ HỌC TẬP

- CÁC HOẠT ĐỘNG TRONG NHÓM
- CÁC CÔNG CỤ HỖ TRỢ HỌC TẬP

# CÁC HOẠT ĐỘNG VÀ CÔNG CỤ HỖ TRỢ HỌC TẬP

## Các hoạt động trong nhóm

Hoạt động học là công cụ mà người hướng dẫn dùng để kiến tạo môi trường giúp cho cha mẹ có thể đạt được các mục tiêu học. Một hoạt động học hiệu quả sẽ khuyến khích cha mẹ chủ động tham gia, giúp họ nhận biết và sử dụng những kỹ năng họ có, đồng thời xây dựng các kỹ năng mới.

Để sử dụng các hoạt động học hiệu quả, hướng dẫn viên cần phải có sự chuẩn bị tốt, đồng thời phải rất linh hoạt. Sự chuẩn bị tốt liên quan đến việc suy nghĩ và lập kế hoạch trong việc lựa chọn hoặc phát triển hoạt động học sao cho từng nhóm cha mẹ khác nhau sẽ thích thú và học hỏi được. Sự linh hoạt là cần thiết bởi vì các hoạt động đã chuẩn bị trước không phải lúc nào cũng hoạt động đúng như bạn hi vọng và bạn cần phải ứng biến và điều chỉnh nhanh chóng. Một phần của sự linh hoạt là tránh phụ thuộc hoặc thoải mái quá đối với bất cứ một loại hoạt động nào.

Phần này giới thiệu các công cụ và một số hoạt động mẫu để giúp bạn bắt đầu. Hãy nhớ rằng bạn sẽ cần phải điều chỉnh những hoạt động này và tạo ra nhiều hoạt động khác để phù hợp với từng tình huống cụ thể cũng như phù hợp với nhu cầu và sở thích của nhóm cha mẹ mà bạn làm việc cùng. Bất cứ hoạt động nào mà bạn sử dụng có thể thể hiện chu kỳ học theo trải nghiệm để tạo cơ hội cho người tham gia nhận biết, cân nhắc và áp dụng một trải nghiệm.

Hầu hết các nhóm trong chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” có từ 6 đến 12 người tham gia. Tuy nhiên để mọi người đều có cơ hội được nói và để tạo sự đa dạng của các buổi sinh hoạt, bạn có thể chia nhóm thành các nhóm nhỏ hơn. Bạn có thể làm điều này bằng cách yêu cầu các cha mẹ tự ghép nhóm.

Bạn có thể chọn một vài tiêu chí tùy ý để tạo các nhóm – Ví dụ, những người có sinh nhật từ tháng một đến tháng sáu, vào một nhóm; mọi người sinh từ tháng bảy đến tháng 12 vào nhóm còn lại. Với bất kỳ cách thức mà bạn chọn, đặc biệt là trong giai đoạn đầu, điều quan trọng là đảm bảo những mọi người chia vào vào nhiều nhóm nhỏ khác nhau, không cố định trong bất cứ một nhóm nào.

Hầu hết hướng dẫn viên bắt đầu và kết thúc các buổi sinh hoạt trong nhóm lớn bao gồm tất cả các cha mẹ. Trong buổi sinh hoạt, có những thời điểm có thể chia thành các nhóm nhỏ hơn để tạo cho cha mẹ nhiều cơ hội để nói và chia sẻ kinh nghiệm hơn.



Có thể phân chia các nhóm theo một vài cách như sau

- **Một mình:** Cha/mẹ làm việc một mình
  - Phù hợp để ghi lại các ý tưởng
  - Cần thiết cho những khi cần suy nghĩ
- **Cặp đôi và nhóm ba:** Cha/mẹ làm việc theo nhóm hai người hoặc ba người
  - Phù hợp cho việc động não, thảo luận câu hỏi, hoàn thành một nhiệm vụ, thực hành một kỹ năng
  - Giúp cha mẹ dễ dàng để nói chuyện trong nhóm
- **Bốn đến sáu người:** Các cha mẹ làm việc trong các nhóm tương đối lớn
  - Phù hợp khi thực hiện các nhiệm vụ, trình diễn, đóng vai, trả lời các câu hỏi, v.v.
  - Hữu ích khi bạn muốn các cha mẹ nghe từ bốn hoặc năm quan điểm khác nhau cho cùng một chủ đề
- **Tất cả:** Các cha mẹ ngồi chung thành một nhóm duy nhất
  - Phù hợp cho việc thuyết trình cho tất cả các cha mẹ hoặc mô tả nhiệm vụ
  - Tốt cho việc đi đến thống nhất về cách làm việc cùng nhau; cho việc mở đầu và kết thúc một cuộc sinh hoạt
  - Tốt cho các buổi sinh hoạt phía cuối khi bạn muốn xây dựng ý thức sự hỗ trợ lẫn nhau

**Hãy đảm bảo rằng bạn đưa ra các hướng dẫn rõ ràng cho cha mẹ trước khi họ được phân chia vào các nhóm.**

- Chuẩn bị cho cuộc thảo luận hoặc vấn đề cần giải quyết
- Kiểm tra lại để đảm bảo tất cả mọi người đều hiểu điều họ nên làm. Không được mặc định rằng nhóm đã hiểu các hướng dẫn của bạn. Dành thời gian để làm rõ và trả lời các câu hỏi
- Hãy thông báo cho các nhóm về khoảng thời gian mà họ có
- Nếu cần, bạn có thể yêu cầu mỗi nhóm chuẩn bị để tóm tắt lại thảo luận của họ cho tất cả mọi người nghe
- Bạn có thể dành một chút thời gian với từng nhóm nhỏ để hỗ trợ nếu cần

## LỜI KHUYÊN CHO HƯỚNG DẪN VIÊN KHI LÀM VIỆC VỚI CÁC NHÓM NHỎ

- Rất nhiều người cảm thấy thoải mái khi nói trước hai hoặc ba người khác hơn là trước một nhóm lớn, nhất là khi nhóm mới hình thành và mọi người vừa mới biết nhau. Các cha mẹ thường làm được nhiều việc hơn và làm quen với nhau tốt hơn ở trong các nhóm nhỏ.
- Nhóm càng lớn thì mỗi người có càng ít thời gian nói hơn.
- Hãy đảm bảo rằng chủ đề và mục đích của nhóm nhỏ rất rõ ràng. Nếu chủ đề không rõ ràng hoặc nếu các cha mẹ không thích thú hoặc không được khuyến khích, cuộc thảo luận sẽ có thể biến thành cuộc tán gẫu chẳng đi đến đâu.
- Cố gắng không can thiệp khi các nhóm nhỏ đang làm việc. Khi bạn đã giao nhiệm vụ, nhóm đã hiểu và bắt tay vào làm việc, hãy để họ tự thực hiện. Bạn có thể quyết định can thiệp nếu bạn để ý thấy họ đã hoàn thành hoặc đang bế tắc. Hãy nhớ tôn trọng nhóm và tham gia ở mức tối thiểu.
- Hãy luôn sẵn sàng khi các nhóm nhỏ đang làm việc và muốn mời bạn tham gia.

## CÁC CÔNG CỤ HỖ TRỢ HỌC TẬP

Một số các cách thức cơ bản được áp dụng cho hầu hết các hoạt động học, gồm:

- Vòng tròn
- Động não suy nghĩ
- Các trò chơi
- Đặt các câu hỏi
- Thảo luận
- Hoạt động đóng vai
- Cách tiếp cận đến vấn đề
- Thuyết trình



Bạn có thể sử dụng một hoặc nhiều cách thức trên trong một chủ đề hoặc một buổi sinh hoạt. Ví dụ, nếu mục tiêu là nâng cao nhận thức về các dấu hiệu ban đầu của bệnh tật, những loại bệnh thường gặp ở trẻ em và làm thế nào để quyết định thời điểm đi khám bác sĩ hoặc đến khoa cấp cứu, bạn có thể bắt đầu bằng hoạt động **động não** về những gì thường thấy ở giai đoạn đầu của bệnh. Sau đó là **thảo luận** về các bệnh ở trẻ em và triệu chứng của từng loại bệnh. Các nhóm nhỏ gồm ba hoặc bốn cha mẹ thảo luận về những gì họ có thể làm cho trẻ để

giảm nhẹ các triệu chứng đó. Khi đó, họ có thể xem quyển SỨC KHỎE, và học cách sử dụng nó như là một nguồn tài liệu tham khảo. Để hoàn thành hoạt động, bạn có thể sử dụng vòng tròn để từng người nói về một thứ mà họ rút ra từ hoạt động này và áp dụng tại nhà.

Như vậy trong hoạt động học này, bạn đang sử dụng ba công cụ cơ bản: động não, thảo luận và vòng tròn, thêm vào đó là sử dụng tài liệu của chương trình, sách SỨC KHỎE.

Hãy nghĩ về tất cả các cách thức được mô tả ở đây và nhớ dùng chúng một cách đa dạng. Luôn ghi nhớ rằng:

- Không có bất cứ một công cụ hay cách tiếp cận nào là hoàn hảo. Một hoạt động có thể phù hợp với một chủ đề nhưng có thể hoàn toàn không thích hợp với một chủ đề khác. Hoặc một hoạt động có thể làm tốt với nhóm này nhưng có thể hoàn toàn thất bại với một nhóm khác
- Mỗi một hoạt động cần được điều chỉnh sao cho phù hợp với nhu cầu của các cha mẹ trong nhóm của bạn. Ví dụ, bạn cần xem xét mức độ thành thạo đọc viết của cha mẹ trong nhóm, độ tuổi, nền văn hóa và các yếu tố khác của họ khi quyết định liệu hoạt động học cụ thể có hiệu quả với nhóm của bạn hay không

Mỗi người có thể có cách học khác nhau. Do vậy, việc đa dạng hóa các hoạt động vào mỗi buổi sinh hoạt là rất quan trọng để tất cả các cha mẹ đều có thể tìm thấy thứ gì đó hứng thú và muốn tham gia.

Khi bạn lựa chọn các hoạt động, đừng quên yếu tố thời gian. Hãy nhớ suy nghĩ về khoảng thời gian mà bạn có với các cha mẹ. Một số hoạt động cần nhiều thời gian hơn số khác và bạn cần dự trù thời gian của mình. Nếu các cha mẹ đang tham gia rất sôi nổi vào một hoạt động, đừng dừng hoạt động đó lại chỉ để theo đúng lịch trình. Tuy nhiên, nếu nhóm dành quá nhiều thời gian vào một hoạt động, bạn nên hỏi ý kiến họ về cách tiến hành tiếp theo như thế nào. Kinh nghiệm sẽ giúp bạn biết các hoạt động nào đòi hỏi nhiều thời gian nhất. Tuy vậy, kể cả các hướng dẫn viên có kinh nghiệm cũng gặp khó khăn trong việc xử lý linh hoạt khi một hoạt động đã lên kế hoạch từ trước cần nhiều hoặc ít thời gian hơn so với dự đoán.

## **VÒNG TRÒN**

Khi làm việc theo vòng tròn, lần lượt mỗi người trong nhóm sẽ trả lời một câu hỏi cụ thể. Mục đích của làm việc theo vòng tròn là cho mọi người đều có cơ hội để tham gia. Hoạt động vòng tròn cho phép những cha mẹ nhút nhát lên tiếng và khuyến khích những cha mẹ hoạt ngôn lắng nghe. Trong vòng tròn:

- Mỗi người sẽ nói khi đến lượt. Không ai nhận xét hay ngắt lời khi người khác đang nói
- Mỗi người sẽ có khoảng thời gian bằng nhau để nói. (Yêu cầu người tham gia nói ngắn gọn, nếu không, hoạt động vòng tròn sẽ tốn rất nhiều thời gian)

Hoạt động vòng tròn rất hữu ích để thu thập các ý kiến và phản ứng để làm nền tảng cho cuộc thảo luận. Hoạt động này là cách thức tổ chức tạo điều kiện cho mọi thành viên nhóm biết về

nhau và làm quen với việc nói trong nhóm. Ví dụ, trong buổi sinh hoạt đầu tiên, các cha mẹ có thể tự giới thiệu về mình theo một vòng tròn.

Hoạt động vòng tròn cũng có thể có hiệu quả khi có rất nhiều các câu chuyện bên lề ở trong nhóm. Nó cho mọi người cơ hội để nói. Hoạt động này cũng khá hữu ích đối với nhóm có cả thành viên rất ít nói và thành viên nói nhiều.

Bạn có thể sử dụng hoạt động theo vòng cho hoạt động suy ngẫm, từ đó hình thành kết luận. Hoạt động vòng tròn là cách nhanh và dễ dàng để mọi người cùng tham gia.

Mặc dù, hoạt động theo vòng thực hiện theo cách mời cho từng người tham gia nói khi đến lượt của mình, một người có thể chọn bỏ qua lượt hoặc nói cuối cùng.

### Lời khuyên cho hướng dẫn viên khi sử dụng vòng tròn

- Bắt đầu vòng với một người nào đó cảm thấy thoải mái để nói đầu tiên. Hãy hỏi ai sẵn sàng để bắt đầu
- Vòng tròn có thể là một công cụ hiệu quả cho việc chia sẻ và kết thúc
- Vòng tròn có thể là cách cho mọi người cơ hội được nói

### ĐỘNG NÃO

Động não là công cụ để tạo ra nhiều ý tưởng và đề xuất. Động não khuyến khích nhóm tham gia một cách chủ động. Hoạt động này tạo ra rất nhiều ý tưởng từ ý kiến của các cha mẹ, hình thành cơ sở cho cuộc thảo luận hiệu quả hoặc cho các hoạt động khác. Công cụ này cũng rất thú vị!

Mục đích của cách tiếp cận này là lấy được càng nhiều ý tưởng càng tốt trong khoảng thời gian ngắn – không nhiều hơn hai hoặc ba phút. Các ý tưởng có thể được sử dụng theo nhiều cách khác nhau. Chúng cung cấp một loạt các lựa chọn, tạo ra cơ sở cho cuộc thảo luận hoặc giúp giải quyết vấn đề.

Động não có thể được thực hiện trong một nhóm có quy mô bất kỳ. Để thực hiện hoạt động động não, cần hướng dẫn viên:

- Giải thích mục đích của hoạt động cho các cha mẹ  
*“Chúng ta sẽ dùng một vài phút để xem chúng ta có thể nghĩ ra thật nhiều ý tưởng về các bữa ăn nhẹ, lành mạnh mà trẻ thích ăn. Sau đó, chúng ta có thể nói về các ý tưởng này.”*
- Viết chủ đề lên bảng giấy lật hoặc bảng đen và đảm bảo rằng mọi người đều hiểu.
- Yêu cầu mọi người đóng góp các ý tưởng, bất kể nó có điên rồ đến đâu. Khuyến khích mọi người nói ra các ý tưởng ngay khi họ nghĩ ra



- Sử dụng bảng đen hoặc bảng giấy lật để ghi lại các đề xuất, chính xác với những gì họ nói. Không thay đổi chúng theo từ ngữ của bạn

Sau khi bạn đã viết lại hết tất cả các đề xuất hoặc ý tưởng, bạn có thể chuyển sang thảo luận hoặc hoạt động khác dựa trên những ý tưởng mà bạn vừa có.

### Lời khuyên của hướng dẫn viên cho công cụ động não

- Làm thật nhanh
- Chấp nhận mọi ý tưởng
- Viết chính xác những từ đã được nói ra
- Hãy nhớ rằng không được đưa ra nhận xét trong quá trình động não.

### CÁC TRÒ CHƠI

Trò chơi mang đến cơ hội cho các cha mẹ được chơi và vui vẻ trong khi học. Trò chơi là cách tạo bầu không khí tuyệt vời và là cách hay để đẩy năng lượng của mọi người lên.

Một số người tham gia có thể chưa từng trải nghiệm việc chơi cùng với người lớn khi họ còn nhỏ hoặc có thể không có kỷ niệm vui vẻ khi chơi các trò cạnh tranh khi còn bé. Bằng việc dùng chơi trò chơi là một hoạt động, các cha mẹ có thể khám phá ra một trò chơi có thể vui như thế nào. Từ đó khuyến khích họ chơi trò chơi với con mình. Trò chơi có thể là một công cụ hữu ích cho tất cả các cha mẹ, bao gồm cả những cha mẹ có trình độ đọc viết thấp.

Khi có thể, hãy chọn hoặc thiết kế một trò chơi mang tính chất hợp tác hơn là cạnh tranh để cha mẹ cùng nhau chơi. Chọn trò chơi phù hợp với từng chủ đề cụ thể, như trong các ví dụ sau đây.



Một hình thức khác của hoạt động này là đưa cho ai đó một nửa bức tranh và bảo họ tìm người cầm nửa còn lại

- **Tim kho báu.** Bạn có các đầu mối được đánh số liên quan đến một chủ đề, chẳng hạn như "Đây là một nơi thường được dùng để lưu trữ dụng cụ cọ rửa nhưng không an toàn cho trẻ em.". Mỗi đầu mối dẫn đến một đầu mối khác và nhóm làm việc cùng nhau để đoán ra ý nghĩa của từng đầu mối. Đầu mối cuối cùng có thể dẫn đến "kho báu" - một cái gì đó để ăn hoặc chia sẻ và thưởng thức (trà, bánh quy). Một hình thức tìm kho báu khác có thể được sử dụng trong hoạt động khởi động hoặc làm quen. "Tìm một người biết làm nem," "Tìm một người đi xe máy," "Tìm người đã dành thời gian cho bản thân mình hôm nay."

## Lời khuyên cho hướng dẫn viên trong các trò chơi

- Hãy sáng tạo. Tạo ra các trò chơi mới hoặc sửa đổi các trò cũ.
- Thiết kế các trò chơi nhấn mạnh vào sự vui vẻ, chứ không thắng thua hoặc phải đưa ra câu trả lời “đúng”.
- Không sử dụng từ “trò chơi” (như trong câu “Chúng ta chuẩn bị chơi một trò chơi bây giờ”). Một số người tham gia, đặc biệt là những cha mẹ trẻ, có thể phản ứng tiêu cực vì hoạt động nghe có vẻ trẻ con
- Các trò chơi có thể là phần Trải nghiệm trong chu trình học từ trải nghiệm

## ĐẶT CÂU HỎI

Trong nhóm sinh hoạt của chương trình “Không Ai Hoàn Hảo”, cách tiếp cận tập trung vào người học rất coi trọng việc đặt ra loại câu hỏi và cách đặt câu hỏi phù hợp nhằm tạo cảm giác thoải mái và xây dựng niềm tin trong nhóm.

Hướng dẫn viên đặt câu hỏi với nhiều mục đích:

- Thu hút sự tham gia
- Khuyến khích và hướng dẫn thảo luận
- Hỗ trợ quá trình khám phá thông tin mới
- Thống nhất quan điểm
- Kiểm tra sự tiếp thu kiến thức
- Tạo cơ hội cho cha mẹ chia sẻ kinh nghiệm của mình

Những loại câu hỏi khác nhau sẽ thu về được những loại phản hồi khác nhau.

### Các câu hỏi đóng:

Khi bạn muốn thu thập thông tin, hãy sử dụng câu hỏi đóng. Câu hỏi đóng là câu hỏi có câu trả lời “có” hoặc “không”, hoặc các phản hồi rất ngắn.

- *Bạn đã bao giờ dùng nhiệt kế chưa?*
- *Con gái bạn bao nhiêu tuổi rồi?*
- *Nếu cần hỗ trợ bạn sẽ gọi ai?*

### Các câu hỏi mở:

Để khuyến khích thảo luận với một nhóm hoặc một cá nhân, hãy đặt các câu hỏi mở. Những câu hỏi này đòi hỏi người trả lời phải trả lời một cách thấu đáo hơn và không thể chỉ trả lời gộp gọn trong một hoặc hai từ.

- *Bạn nghĩ gì khi làm ...?*
- *Bạn sẽ làm gì nếu ...?*
- *Bạn cảm thấy thế nào khi không thể ra ngoài gặp bạn bè?*
- *Bạn sẽ làm gì khi con trai bạn cản bạn chơi cùng?*
- *Việc gì xảy ra khi con gái bé bỏng của bạn không chịu nằm trên giường sau khi bạn cho bé lên giường nằm?*



### Các câu hỏi tổng quát:

Để có được cái nhìn tổng quát hơn và cảm nhận được nhiều khía cạnh trong trải nghiệm của chúng ta, hãy đặt các câu hỏi yêu cầu sử dụng năm giác quan. Điều này liên quan đến bước NHẬN BIẾT trong chu trình học từ trải nghiệm.

- *Điều gì đã xảy ra? Bạn đã nhận thấy điều gì?*
- *Bạn đã nghe thấy gì? Điều đó là gì? Ai đã nói điều đó? Sau đó họ nói gì?*
- *Bạn thực sự đã thấy gì? Ai làm điều đó? Họ đang làm gì lúc đó?*
- *Bạn cảm nhận được mùi hoặc vị gì?*
- *Việc đó bắt đầu khi nào? Điều gì xảy ra sau đó? Trước thời điểm đó, việc này xảy ra khi nào?*
- *Việc đó xảy ra ở đâu? Ai đã ở đó? Ai không ở đó?*
- *Có phải việc đó luôn xảy ra theo cách này không?*
- *Bạn còn nhận thấy gì khác nữa?*

### Các câu hỏi chi tiết:

Để thành viên nhóm hiểu bản thân và tạo ra kết nối với bản thân mình một cách có ý nghĩa, hãy đặt câu hỏi về cảm xúc hoặc kỷ niệm của họ. Những câu hỏi này giúp thúc đẩy phần LIÊN HỆ trong chu trình học từ trải nghiệm. Đây là những loại câu hỏi mà người tham gia có thể trả lời trong yên lặng. Các câu hỏi thuộc loại này có thể khiến người tham gia lo ngại và cảm thấy

cần bảo vệ bản thân

- *Trải nghiệm này mang lại cảm xúc gì cho bạn?*
- *Bạn bắt đầu có những cảm nhận gì?*
- *Điều này có ý nghĩa gì đối với bạn?*
- *Điều này khơi gợi những kỷ niệm hoặc tình huống nào khác mà bạn đã từng trải qua?*
- *Bạn cảm thấy thế nào khi không thể ra ngoài gặp bạn bè?*

## **MỘT VÀI LỜI KHUYÊN CHO HƯỚNG DẪN VIÊN TRONG VIỆC ĐẶT CÂU HỎI**

- Trong cách tiếp cận lấy người tham gia làm trung tâm, nhiệm vụ của hướng dẫn viên là làm rõ câu hỏi. Nếu người tham gia không trả lời hoặc có vẻ bối rối, bạn có thể hỏi: *"Bạn thấy câu hỏi đặt ra có rõ ràng không?"*
- Thi thoảng, hướng dẫn viên đưa ra một ý tưởng mà họ không tin tưởng lắm nhằm tạo cơ hội cho người tham gia cân nhắc về một vấn đề không được thể hiện một cách cởi mở ở trong nhóm. *"Bạn thấy thế nào về quan điểm cho là tét đất trẻ là đúng nếu việc này liên quan đến sự an toàn của trẻ, chẳng hạn như khi em bé 2 tuổi chạy ra ngoài đường chơi?"*
- Khơi gợi câu trả lời cho các câu hỏi của bạn bằng cách yêu cầu người tham gia làm rõ và giải thích câu trả lời. Ví dụ:  
*"Bạn có thể đưa ra một ví dụ được không?"*  
*"Hãy kể cho mọi người biết thêm về chuyện đó"*  
*"Ý của bạn ở đây là gì?"*  
*"Bạn có thể giải thích thêm được không?"*  
*"Hãy đi sâu vào điều này thêm chút nữa."*
- Đừng đặt các câu hỏi nếu bạn đã biết sẵn câu trả lời. Thay vào đó, lồng các câu trả lời bạn có được vào trong những trao đổi ngắn hoặc trong tài liệu phát tay. Cuộc thảo luận hay sẽ giúp các thành viên khám phá nhiều ý tưởng chứ không phải để kiểm tra xem liệu người tham gia có biết câu trả lời không

Bạn sẽ tìm thấy thêm thông tin về việc đặt câu hỏi trong phần Lắng nghe chủ động và Nói chuyện hiệu quả tại Chương 4.

## **THẢO LUẬN**

Mục đích của một thảo luận không chỉ đơn thuần là trao đổi ý kiến và quan điểm. Trong các

cuộc thảo luận, cha mẹ học được cách bày tỏ quan điểm của mình và lắng nghe các quan điểm khác. Cha mẹ có thể liên hệ chủ đề của cuộc thảo luận với cuộc sống và trải nghiệm của chính mình.

Nhiều hướng dẫn viên nhận thấy rằng các cuộc thảo luận là một cách tuyệt vời để người lớn nhìn nhận được nhiều khía cạnh hoặc một khía cạnh của vấn đề, liên hệ với cuộc sống của mình và đề ra một ý tưởng hoặc kế hoạch mới. Việc nhận biết khi nào và làm như thế nào để hỗ trợ thảo luận là rất quan trọng. Trong những giai đoạn ban đầu của quá trình phát triển nhóm, cha mẹ có thể thấy không thoải mái khi thể hiện quan điểm trong các nhóm lớn. Do vậy, thảo luận trong các nhóm nhỏ có thể sẽ hiệu quả hơn.

### **Khi sử dụng thảo luận trong hoạt động học:**

- Hãy tạo tiền đề cho cuộc thảo luận và tập trung vào chủ đề bằng cách sử dụng một câu chuyện, một sự cố hoặc ví dụ từ một việc đã xảy ra trong nhóm. Sau đó hãy tổng kết lại bằng cách nêu lên chính xác chủ đề thảo luận là gì

Ví dụ:

*"Tuần trước, Lan kể cho chúng ta nghe chuyện bé Long tìm thấy một con dao sắc, bé đã dùng dao để nghịch bàn ghế trước khi mẹ bé nhận ra. May mắn thay là bé không bị thương và bàn ghế không bị hư hại nhiều! Có bao nhiêu người trong số chúng ta ở đây phát hiện ra bé đang làm một điều gì đó mà bạn không thể tưởng tượng được và hành động đó có thể gây nguy hiểm cho bé? Hãy bắt đầu chủ đề ngày hôm nay về An toàn cho trẻ bằng việc nghĩ đến bếp của mình và các mối nguy hiểm tiềm ẩn ở đó. Theo bạn, trong bếp có cái gì có thể gây nguy hiểm cho bé nhà mình?"*

Hãy quan sát kiểm tra để đảm bảo tất cả mọi người đã hiểu và quan tâm đến vấn đề được đem ra thảo luận. Các hỗ trợ về mặt hình ảnh như tranh, đồ vật có thể là tâm điểm hữu ích cho thảo luận nhóm.

- Khuyến khích thảo luận bằng cách đặt câu hỏi không gây áp lực cho người được hỏi và có liên quan các mối quan tâm của cha mẹ
- Sử dụng ví dụ cụ thể mà cha mẹ có thể xác định được
- Đợi phản hồi từ cha mẹ, hãy để cho cha mẹ có thời gian suy nghĩ
- Khi ai đó phát biểu, hãy đảm bảo rằng bạn và tất cả những người khác hiểu điều đang được nói. Nếu cần thiết, hãy yêu cầu cha mẹ lặp lại những gì họ đã nói. Lặp lại điều được nói bằng ngôn từ khác cũng là một cách để kiểm tra xem liệu cách hiểu của bạn có đúng không
- Nếu nhóm có vẻ chậm trong việc tham gia, hãy yêu cầu họ nghĩ về câu trả lời trong thời gian khoảng một vài phút trước khi họ bắt đầu thảo luận. Nếu sau đó các thành viên nhóm vẫn không có phản hồi gì, hãy hỏi xem liệu câu hỏi của bạn đã rõ ràng chưa

- Bí quyết ở đây là để mọi người tham gia thảo luận một cách tự nguyện, không ép buộc
- Tóm tắt lại các ý chính tại phần cuối của buổi thảo luận.

Sử dụng chu trình học từ trải nghiệm và đặt ba loại câu hỏi trong chu trình học từ trải nghiệm là một cách hữu hiệu để hướng dẫn thảo luận.

- Các câu hỏi “nhận biết” (*Bạn đã nhận thấy gì?*)
- Các câu hỏi “liên hệ” (*Bạn nghĩ gì về điều đó? Điều đó có ý nghĩa gì với bạn?*)
- Các câu hỏi “áp dụng” (*Với kinh nghiệm này, khi đã ý thức rõ hơn về những gì bạn và những người khác nhận thấy, cũng như về ý nghĩa của việc này với mình, điều gì bạn thấy mình sẽ nghĩ hoặc làm khác đi?*)

Một cuộc thảo luận có thể bị sa lầy khi trở thành cuộc trò chuyện giữa hai hoặc ba người tham gia trong việc tư vấn hoặc cố gắng giải quyết vấn đề cho một người khác. Nếu điều này xảy ra, hãy đặt câu hỏi để nhóm tập trung quay trở lại chủ đề. Điều này thường hữu ích khi quay lại và đặt thêm các câu hỏi liên quan đến việc nhận biết.

Bạn sẽ tìm thấy thêm các lời khuyên trong Chương 4, phần mô tả về Lắng nghe chủ động và Nói chuyện hiệu quả, và trong chương trước, phần Đặt câu hỏi.

### **Một vài lời khuyên cho hướng dẫn viên về hoạt động thảo luận**

- Các câu hỏi bắt đầu bằng “cái gì” là câu hỏi hữu ích nhất. Các câu hỏi bắt đầu bằng từ “tại sao” hỏi về lý do và thường khiến mọi người không tập trung vào việc nhận biết cảm xúc và phản ứng của mình. Thêm vào đó, nhiều người cảm thấy phòng thủ khi được hỏi câu hỏi “tại sao” bởi vì họ được kỳ vọng là sẽ phải giải thích về hành động của mình cho người khác



Hãy sử dụng chu trình học từ trải nghiệm như kim chỉ nam để tạo ra các thảo luận hữu ích và khơi gợi được suy ngẫm của người tham gia.

- Các tài liệu dành cho cha mẹ của chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” rất hữu ích cho việc bắt đầu và tập trung thảo luận.
- Hãy đảm bảo rằng mỗi thành viên đều có cơ hội nêu lên quan điểm của mình.
- Hãy sử dụng đến sự hài hước! Sự hài hước sẽ đảm bảo cha mẹ luôn tham gia vào cuộc thảo luận

## HOẠT ĐỘNG ĐÓNG VAI

Trong hoạt động đóng vai, một người sẽ đóng vai là một người khác để trải nghiệm quan điểm của người đó. Hoạt động này được thiết kế để giúp mọi người hiểu hành vi của họ hoặc hành vi của người khác. Hoạt động này có thể được sử dụng với nhóm có quy mô bất kỳ. Khi mời người tham gia “Hoạt động đóng vai”:

- Hãy mô tả tình huống. Ví dụ:

*“Tình huống mà chị Hương đang nói đến có vẻ vẫn chưa rõ ràng lắm. Chúng ta hãy xem xét kỹ hơn nhé. Chị Hương ơi, chị có thể đóng vai bé Cường và cho mọi người xem bé Cường đã làm gì không? Chị có thể chọn một bạn ở trong nhóm đóng vai của chị và nói với người đó cách chị đã xử lý tình huống với bé Cường lúc đó được không?”*

Lưu ý: Hướng dẫn viên không phải là đạo diễn diễn xuất. Cha mẹ đưa tình huống hoặc vấn đề để nhóm thảo luận cần phải đứng ở vị trí của người mà họ thấy có vấn đề, do vậy họ bắt buộc phải đóng vai người này. Hãy để cha mẹ này chọn người đóng vai cùng với họ. “Theo chị, ai có thể đóng vai chị? Ai có thể đóng vai chồng của chị (hoặc những người khác có mặt trong tình huống này?)”

- Hãy hỏi các câu hỏi để tìm hiểu bối cảnh của tình huống cần phải xem xét

*“Tình huống này xảy ra ở đâu?”*

*“Ai thường có thể ở đó?”*

*“Ai thường không ở đó?”*

*“Điều này thường xảy ra vào thời điểm nào trong ngày?”*

*“Chuyện gì xảy ra trước đó?”*

*“Bạn muốn tình huống diễn ra như thế nào”*

*“Điều gì đã xảy ra đối với bạn?”*



- Sau khi xem xong điều gì đã xảy ra, hãy yêu cầu những người tham gia trong trò chơi nói về những điều họ nhận ra, trải nghiệm và họ đã phát hiện ra điều gì mới. Khi đặt câu hỏi này, hướng dẫn viên sẽ hướng sự tập trung vào trải nghiệm và những người đã trải qua những tình huống này. Cấu trúc của thảo luận cần đi theo chu trình học từ trải nghiệm: “Bạn đã nhận thấy điều gì?” “Bây giờ bạn hiểu về vấn đề này như thế nào?” “Bây giờ bạn có thể làm gì?” Sau đó, hãy hỏi những người xem nói về những điều họ nhận thấy và cảm nhận của họ ra sao
- Có thể lặp lại tình huống này, tuy nhiên hãy yêu cầu những người đã đóng vai này điều chỉnh các xử sự

*“Chị Hương ơi, giờ chị đã ở trong vị trí của bé Cường, chị có nhận thấy điều gì khác nếu nhìn từ góc nhìn của bé Cường không? Nếu chị là bé Cường, chị có muốn “chị Hương” làm gì khác đi không?”* Bạn có thể hỏi những người ngồi xem về những ý tưởng mới mà họ có thể áp dụng cho cuộc sống của chính mình không: *“Tình huống của chị Hương và bé Cường có thể gợi nhắc bạn về những tình huống bạn đã trải qua trong cuộc sống của mình không? Từ tình huống này, bạn thấy có ý tưởng mới nào mà bạn có thể áp dụng cho chính mình không?”*

Hoạt động đóng vai có thể là một trong những cách tốt nhất cho một nhóm hoặc một người nào đó trong việc tìm hiểu và phân tích một hành vi cụ thể. Hoạt động này cho phép cha mẹ đứng ở vai trò của người khác, từ đó mang lại cái nhìn sâu sắc hơn. Ngoài ra, hoạt động này cũng là một phương pháp tốt để thực hành một hành vi mới. Hoạt động đóng vai cũng có thể là một hoạt động rất vui!

### **Một vài lời khuyên cho hướng dẫn viên trong hoạt động đóng vai**

- Hoạt động đóng vai thường có hiệu quả nhất trong nhóm mà cha mẹ đã có thời gian để hiểu nhau hơn. Đây không phải là phương pháp tốt để sử dụng trong buổi sinh hoạt đầu tiên
- Khi giới thiệu hoạt động, hãy nói như sau, *“Hãy xem xét cách xử lý tình huống thực tế của chúng ta trong một tình huống tương tự như thế này nhé.”*
- Hoạt động đóng vai luôn luôn đi kèm với hoạt động thảo luận với những người đã tham gia về những điều họ đã nhận thấy, hiểu được và những điều họ có thể làm. Nhìn chung, hãy để người đóng vai người con nói trước, sau đó đến người đóng vai cha mẹ, sau cùng là những thành viên khác trong nhóm

### **CÁCH TIẾP CẬN VẤN ĐỀ**

Trong chương trình “Không Ai Hoàn Hảo”, chúng ta không cố gắng để giải quyết vấn đề hoặc đưa ra lời khuyên. Thay vào đó, chúng ta dạy cha mẹ cách tiếp cận các vấn đề.

Mục đích của điều này là cung cấp cho cha mẹ một công cụ họ có thể sử dụng để làm sáng tỏ những vấn đề khó giải quyết. Phương pháp này khi mới nhìn qua có thể khá đơn giản. Tuy nhiên, điều quan trọng là nhìn nhận cách tiếp cận ở tầng sâu hơn. Khi chúng ta sử dụng chu trình học từ trải nghiệm, chúng ta giúp cha mẹ khám phá những lựa chọn mới.



Mỗi người trong chúng ta đều là độc nhất vô nhị, các tình huống cũng vậy. Học cách người khác đã làm có thể không hoàn toàn hữu ích. Một đứa con của người này có thể không muốn đi ngủ vì sợ mơ thấy ác mộng, trong khi đứa trẻ khác có thể thức vì chúng lo lắng về những mối bất hoà trong gia đình.

Suy nghĩ và nêu lên vấn đề một cách rõ ràng và ngắn gọn - “con tôi không chịu ngủ” - là bước đầu tiên trong việc tìm hiểu nguyên nhân mấu chốt. Trong chương trình “Không Ai Hoàn Hảo”, đây chỉ là bước đầu tiên và chúng ta không đưa ra lời khuyên hoặc cố gắng giải quyết vấn đề. Thay vào đó, chúng ta tạo cơ hội cho những người tham gia tìm hiểu cách tiếp cận các vấn đề - cách nhìn và cách liên hệ đến các vấn đề của riêng họ để họ tự khám phá các cách xử lý mới cho chính mình.

Cách tiếp cận vấn đề sẽ được thực hiện theo chu trình học từ trải nghiệm.

Hãy hỏi người gặp vấn đề để:

**NHẬN BIẾT** Điều gì đang xảy ra?

**TÌM HIỂU** Tại sao việc này lại xảy ra?

**ÁP DỤNG** Mình có thể làm gì?

**NHẬN BIẾT** Nếu điều mình làm không hiệu quả thì sao?

Khi sử dụng phương pháp này để giải quyết vấn đề, hãy nhớ là nhiệm vụ của bạn không phải là biết người khác nên làm gì. Nhiệm vụ của bạn là giúp người đó nhận thấy những gì họ có thể chưa suy xét đến khi họ nhìn vào vấn đề. Chúng ta làm điều này bằng cách dạy cho các thành viên trong nhóm hỏi nhiều câu hỏi về điều họ đã nhận thấy hoặc biết về tình huống. Việc tập trung đặt các câu hỏi **NHẬN BIẾT** đầu tiên có mục đích nhằm giúp họ hiểu rõ hơn về tình huống trước khi chuyển sang cảm giác của họ về tình huống đó. Ví dụ:

- *Việc này xảy ra vào thời điểm nào?*
- *Khi việc này xảy ra, ai có mặt ở đó?*
- *Khi việc này xảy ra, ai không có mặt ở đó?*
- *Bạn đang làm gì khi điều này xảy ra?*
- *Khi điều này xảy ra lần đầu tiên, bạn nhận thấy điều gì?*
- *Lúc đó, bạn đã làm gì?*

Khi cha mẹ phát hiện ra điều gì mới, họ sẽ bắt đầu suy ngẫm về những liên hệ, nhận thức và cảm xúc mới. Hãy đợi một chút! Cha mẹ lúc này sẽ bắt đầu chuyển sang bước tiếp theo khi suy ngẫm



về phát hiện mới này. Đừng can thiệp, hãy dành thời gian để họ làm điều này.

Họ có thể biết hoặc không biết họ sẽ làm gì tiếp theo. Hãy nói với họ là họ sẽ sớm tìm được giải pháp. Hãy hỏi họ, “Bạn thấy liệu có cần thêm một số câu hỏi không hay như vậy là đủ rồi?”

Rất ít người trong chúng ta có thể thực hiện ý tưởng mới một cách hoàn hảo từ lần đầu tiên. Khi chúng ta thử một ý tưởng mới, ý tưởng này sẽ biến thành trải nghiệm và chu trình trải nghiệm lại tiếp tục lần nữa. Tuy nhiên, cách hiểu mới về vấn đề có thể thực sự dẫn đến sự hài lòng, từ đó giúp tăng sự tự tin cho người tham gia.

### **Một vài lời khuyên cho hướng dẫn viên trong cách tiếp cận vấn đề**

- Trao quyền cho người tham gia trong việc suy ngẫm và hiểu về vấn đề của họ
- Hướng dẫn các thành viên nhóm tập trung vào các câu hỏi NHẬN BIẾT
- Chú ý các dấu hiệu cho thấy người đang gặp vấn đề đã nhận ra điều gì mới
- Có thể người tham gia chưa tìm được giải pháp trong hoạt động này. Họ có thể tìm ra giải pháp vào ngày hôm đó hoặc trong tuần đó. Nếu họ chưa tìm được cách giải quyết vấn đề, có lẽ thông tin quan trọng nhất của vấn đề này vẫn chưa được tìm ra và có thể người đang gặp vấn đề sẽ cần thêm sự hỗ trợ
- Trọng tâm của cách tiếp cận này là giúp các thành viên nhóm học cách hỏi các câu hỏi hữu ích, chứ không phải là đề ra cách giải quyết vấn đề
- Hướng dẫn viên có thể xem sách dành cho cha mẹ để tham khảo các câu hỏi cha mẹ có thể hỏi
- Khi sử dụng cách tiếp cận vấn đề này, hãy nhớ rằng nhiệm vụ của chúng ta không phải là khuyên bảo người khác họ nên làm gì. Nhiệm vụ của chúng ta là giúp người đó nhìn nhận tình huống ở một góc nhìn khác để họ có thể tự tìm ra giải pháp cho vấn đề của họ

### **THUYẾT TRÌNH**

Thuyết trình ở đây được hiểu một phần trao đổi ngắn nhằm cung cấp thông tin hoặc giải thích về một vấn đề gì đó. Hướng dẫn viên có thể sử dụng một bài thuyết trình ngắn gọn để giới thiệu về chủ đề mới hoặc tạo bước chuyển sang hoạt động tiếp theo. Thuyết trình thường khá hữu ích trong việc cung cấp thông tin và ý tưởng cho đối với những người có khả năng tiếp thu tốt nhất bằng việc lắng nghe.

Bởi vì thuyết trình không yêu cầu sự tham gia của cha mẹ nên hoạt động này hiếm khi dài hơn 5 phút. Hãy sử dụng các ví dụ cụ thể mà cha mẹ trong nhóm của bạn có thể dễ nhận biết được.

Một bài thuyết trình hiệu quả có các đặc điểm sau:

- Bài thuyết trình ngắn và đơn giản
- Có lập danh sách các ý chính và được sắp xếp phù hợp
- Có tóm tắt những điểm chính khi kết thúc bài thuyết trình
- Khuyến khích cha mẹ đặt câu hỏi và thảo luận về những gì bạn vừa nói

Một vài lời khuyên về thuyết trình

- Chia sẻ ngắn gọn một ví dụ cá nhân. Nó có thể khơi dậy sự quan tâm của cha mẹ với bài thuyết trình và khuyến khích họ cởi mở chia sẻ trải nghiệm của họ
- Khuyến khích cha mẹ thể hiện quan điểm của mình về nội dung bài thuyết trình của bạn
- Thuyết trình luôn luôn cần phải dẫn đến một hoạt động khác, không bao giờ thực hiện riêng một mình hoạt động thuyết trình

### **CÁC HOẠT ĐỘNG HỌC TẬP MẪU**

Bốn hoạt động học tập mẫu sau đây được thiết kế cho cả các buổi sinh hoạt nhóm. Các hoạt động này được thiết kế dựa vào việc áp dụng các công cụ đã được đề cập ở phía trên để xây dựng các hoạt động học tập.

Các hoạt động học tập mẫu không đưa ra khung thời gian cho mỗi hoạt động bởi vì nó phụ thuộc vào nhu cầu của từng nhóm cha mẹ mà bạn làm việc cùng. Khi bạn đã có kinh nghiệm làm hướng dẫn viên, bạn sẽ có khả năng dự đoán tốt về việc cần bao nhiêu thời gian cho mỗi hoạt động mà bạn tạo ra.

Mặc dù mỗi hoạt động mẫu ở đây tập trung vào một chủ đề nhất định trong các quyển sách cho cha mẹ, mỗi cách tiếp cận có thể được điều chỉnh sao cho phù hợp với nhiều chủ đề khác nhau.

Mỗi hoạt động học tập diễn ra trong nhóm sẽ tạo cơ hội cho người tham gia được áp dụng những gì đã học vào các tình huống “thực tế ngoài đời”. Đây là bước rất quan trọng. Bạn có thể khuyến khích điều này bằng cách yêu cầu các thành viên trong nhóm thực hành kỹ năng mới hoặc áp dụng những gì họ đã học tại nhà trong thời gian giữa hai buổi sinh hoạt. Họ có thể kể về những việc đã xảy ra trong phần chia sẻ của buổi sinh hoạt tiếp theo.

## Ví dụ 1: Làm thế nào để sử dụng khen ngợi sự chú ý một cách hiệu quả để thay đổi hành vi của trẻ (HÀNH VI)

### MỤC ĐÍCH

- Để cha mẹ xác định được thời điểm cần công nhận và thể hiện sự chú ý tới trẻ
- Để cha mẹ học được cách thể hiện sự công nhận và sự chú ý tới trẻ

Hoạt động học

### TRẢI NGHIỆM

Hướng dẫn tưởng tượng: Yêu cầu cha mẹ trong nhóm nghĩ về thời điểm mà họ cảm thấy được công nhận, khen ngợi mà họ cảm thấy có hiệu quả với họ, vì một điều gì đó họ đã làm hoặc vì cách xử sự của họ trong một tình huống nào đó.

*Hãy nhớ chính xác những điều bạn đã làm? Những người khác đã làm gì?*

*Chính xác lời nói đó là gì? Ai đã nói điều đó? Lời nói này được nói trực tiếp với bạn hay là với người khác?*

### NHẬN BIẾT

*Bạn đã cảm thấy điều gì trong cơ thể mình khi bạn nhớ lại trải nghiệm này?*

*Bạn đã nhận thấy hoặc cảm thấy gì khi nhớ lại trải nghiệm này?*

### LIÊN HỆ

*Khi bạn suy ngẫm về trải nghiệm này, bạn thấy rằng trải nghiệm này có ý nghĩa gì đối với bạn? Bạn cảm thấy gì trong loại tình huống này? Trải nghiệm này có ý nghĩa như thế nào đến đời sống của bạn hiện nay? Trải nghiệm này có ý nghĩa gì với bạn trong việc nuôi dạy con?*

### ÁP DỤNG

*Sau khi nhớ lại trải nghiệm này, nhận thức những gì đã làm, khám phá ra ý nghĩa của trải nghiệm này với bạn, bây giờ bạn sẽ làm gì?*

*Dựa vào những gì bạn nhớ và những tác động cụ thể của nó đối với mình, điều gì có vẻ quan trọng khi sử dụng lời khen? Đối với bạn?*

*Sau khi đã suy ngẫm về tác động của điều này với mình, bạn thấy mình có thể áp dụng điều này như thế nào trong cách đối xử với trẻ?*



## Ví dụ 2: Sự an toàn, yên tâm và được yêu thương (TRÍ TUỆ)

### MỤC ĐÍCH

- Để tìm ra giá trị sống hoặc tầm quan trọng của việc cảm thấy an toàn, yên tâm và được yêu thương
- Để tìm ra điều gì làm cho con người cảm thấy an toàn, yên tâm và được yêu thương
- Để xác định được cách khiến trẻ cảm thấy an toàn, yên tâm và được yêu thương
- Để thực hành sử dụng sách TRÍ TUỆ

### Hoạt động học

#### TRẢI NGHIỆM

Phát bút đánh dấu, bút chì, bút màu và giấy.

Yêu cầu mọi người nghĩ về một ngôi nhà. Đó có thể là ngôi nhà của họ hoặc ngôi nhà của một loài động vật hoặc một loài chim. Yêu cầu người tham gia vẽ lên giấy. Khi họ vẽ và tô màu, hãy đi quanh phòng và bình luận khuyến khích họ.

*Ngôi nhà này trông có vẻ ấm áp và dễ chịu. Tôi cũng thích những màu sắc này lắm. Bức tranh này mang lại cảm giác thật tuyệt.*

Mời từng người mang bức tranh của họ chia sẻ trong nhóm và giới thiệu một chút tại sao họ chọn vẽ như vậy và bức vẽ đại diện cho suy nghĩ của họ về mái nhà như thế nào. Hãy khuyến khích và đánh giá cao nỗ lực của họ. Tôi thực sự cảm nhận được cảm giác trong bức tranh này. Tôi chỉ muốn được ở trong ngôi nhà ấy. Cảm giác thật là an toàn.

#### NHẬN BIẾT

Hỏi các câu hỏi nhận biết. *Khi vẽ bức tranh của mình, anh/chị nhận thấy điều gì? Không khí ở trong phòng như thế nào? Khi anh/chị nhìn vào bức tranh của những người khác, anh/chị cảm thấy điều gì? Khi anh/chị cho mọi người xem bức tranh của mình, cảm nhận của anh/chị là gì? Anh/chị nhận thấy bình luận gì cả về tranh của anh/chị và tranh của người khác?*

#### LIÊN HỆ

*Khi anh/chị dừng lại và suy nghĩ về trải nghiệm này, anh/chị thấy trải nghiệm này gợi nhắc về điều gì? Nó có ý nghĩa gì đối với anh/chị? Anh/chị cảm thấy như thế nào về bản thân khi cho phép mình sáng tạo? Điều gì cho phép anh/chị vui chơi hoặc điều gì làm anh/chị thấy cần phải dè chừng?*



## TRẢI NGHIỆM

*Yêu cầu mỗi người tham gia lấy ra một tờ giấy mới. Đưa ra các hướng dẫn bằng một giọng đều đều, không cảm xúc. Lắng nghe một cách cẩn thận này. Tôi sẽ nói cho các anh chị biết phải vẽ gì. Hãy vẽ chính xác những gì tôi nói với anh chị. Tôi sẽ hướng dẫn tất cả một lần trước, sau đó sẽ hướng dẫn từ từ một lần nữa để các anh chị không quên bất cứ một chi tiết nào. Bây giờ, hãy vẽ một ngôi nhà có cửa trước và ba cửa sổ. Vẽ khóa cửa ở bên phải cửa. Vẽ một bức tường bằng tre. . Vẽ một cái cây và một vài cây bông hoa dọc theo tường. Vẽ hai đám mây trên bầu trời.*

Trong khi họ đang vẽ, đi xung quanh phòng và đưa ra nhận xét. Tôi đã nói là vẽ mái nhà cơ mà? Xin lỗi, cái này trông chả giống cây gì cả? Tôi đã nói là vẽ một bức tường bằng tre ở phía trước của ngôi nhà cơ mà?

Hãy bảo mọi người cho người khác xem tranh của mình.

## NHẬN BIẾT

*Anh/chị có cảm giác gì khi vẽ bức tranh này? Anh/chị có cảm thấy vui không? Trong 2 bức tranh, anh/chị cảm thấy bức tranh nào anh chị thấy thích vẽ hơn? Anh/chị cảm nhận điều gì khi cho người khác xem tranh của mình? Anh/chị cảm nhận điều gì khi những người khác cho anh/chị xem bức tranh của họ?*

## LIÊN HỆ

Anh/chị có bình luận và ý tưởng gì? Việc này làm anh/chị liên hệ đến điều gì? Tình huống nào thoải mái hơn với anh/chị? Điều gì làm cho anh/chị cảm thấy thoải mái? Điều gì khiến trải nghiệm kia không thoải mái bằng? Khi nghĩ về trải nghiệm mình đã có và liên tưởng đến con mình, anh/chị thấy nghĩ đến điều gì?

## ÁP DỤNG

Dựa trên những gì anh/chị mới phát hiện ra, anh/chị thấy điều gì mà anh/chị sẽ làm khác đi?

## TRẢI NGHIỆM

Hãy cùng nhau đọc phần mở đầu của quyển sách TRÍ TUỆ hoặc nhìn vào những bức tranh và thảo luận điều gì đang diễn ra và cảm xúc của mọi người - cha/mẹ và con - có thể đang cảm nhận. Yêu cầu thành viên nhóm ngồi thành nhóm nhỏ có con ở cùng độ tuổi. Yêu cầu mỗi nhóm cùng nhìn vào quyển sách TRÍ TUỆ để ghi nhớ về từng độ tuổi.

### Ví dụ 3: Khám phá các giá trị sống

#### MỤC ĐÍCH

- Để bắt đầu nhận thức về các giá trị sống trong việc làm cha mẹ
- Để khám phá các giá trị sống ảnh hưởng đến hành động như thế nào

Các hoạt động học

#### TRẢI NGHIỆM

Giới thiệu chủ đề bằng cách cho nhóm xem một bức tranh, kể một câu chuyện, đưa ra những ví dụ về giá trị sống và để cho mỗi người liên hệ với giá trị sống của họ. “Ví dụ: đưa ra 2 tình huống, một là “một cặp cha mẹ thường xuyên đưa các con đi thăm ông bà nội ngoại”, và hai là “gia đình kia rất ít đi thăm ông bà và họ hàng và ngày Tết thì thường đi chơi xa”. Sau đó hãy nói:

*Giá trị sống của chúng ta là kim chỉ nam định hướng cho hầu hết hành động và sự lựa chọn của chúng ta. Tuy nhiên điều đáng ngạc nhiên là hầu hết chúng ta không thực sự suy nghĩ nhiều về giá trị sống của bản thân mình. Mỗi người đều có các giá trị sống khác nhau. Điều này không có nghĩa là người này đúng và người khác sai. Nó chỉ có nghĩa là họ có các giá trị sống khác nhau. Có nhiều khi các giá trị sống của chính chúng ta còn xung đột với nhau.*

Hãy kẻ một đường thẳng ở trên sàn nhà bằng băng dính hoặc một sợi dây. Ở một đầu của đường thẳng là “Rất đồng ý” và ở đầu kia là “Rất không đồng ý”.

Hãy nói với cha mẹ trong nhóm “nghĩ về những điều tôi chuẩn bị nói ra. Sau đó hãy bước lên đường thẳng và tìm điểm ở trên đường thẳng này mà bạn cảm thấy về điều tôi vừa nói. Ví dụ nếu anh chị rất đồng ý, hãy đứng về phía buổi đường thẳng. Nếu anh chị đồng ý, nhưng ở mức độ trung bình, hãy đứng ở khoảng giữa của đường thẳng.”

Hãy đưa ra một vài lời phát biểu về giá trị sống, dừng lại giữa các bình luận đủ để cho cha mẹ tìm được một chỗ đứng trên đường thẳng và để cho họ nhận thức được việc họ đang đứng ở đâu so với người khác.

Sau đây là một số ví dụ về một số lời phát biểu bạn có thể sử dụng:

*“Tôi tin rằng trẻ em nên được tận hưởng tuổi thơ mà không bị đặt áp lực lên mình.”*

*“Tôi tin rằng nếu tôi làm việc chăm chỉ, tôi có thể giúp các con tôi luôn luôn hạnh phúc.”*

*“Tôi tin rằng cha mẹ nên đối xử với con của mình theo cách các bé muốn.”*

*“Tôi tin rằng nếu tôi là người cha/người mẹ tốt, con của tôi cũng sẽ ngoan.”*

## NHẬN BIẾT

Sau khi kết thúc hoạt động, hãy hỏi cha mẹ trong nhóm xem họ nhận biết gì về giá trị sống của mình. Liệu họ giống hay khác so với các cha mẹ khác? Họ nhận ra quan điểm của họ ngay lập tức đối với những lời phát biểu nào và những phát biểu nào họ cần phải có thời gian để suy nghĩ?

## LIÊN HỆ

Hãy hỏi người tham gia xem điều này có ý nghĩa gì với họ.

## ÁP DỤNG

Hỏi người tham gia, *“Với trải nghiệm về việc nghe những lời phát biểu, suy nghĩ về quan điểm của bạn với phát biểu đó và nhận biết điều gì đang xảy ra trong mình, bạn thấy điều gì mình sẽ nhìn nhận, suy nghĩ hoặc làm gì khác đi?”*

Thảo luận về cách thức các giá trị sống ảnh hưởng đến cách chúng ta nuôi dạy con cái và những điều chúng ta kỳ vọng về bản thân và con cái của mình. Chúng ta muốn dạy cho con mình giá trị sống gì thông qua hành động nuôi dạy con của mình?





#### Ví dụ 4: Sức khoẻ và bệnh tật (SỨC KHỎE)

##### MỤC ĐÍCH

- Để thực hành sách dành cho cha mẹ SỨC KHỎE
- Để có ý thức hơn về các triệu chứng của bệnh thường gặp ở trẻ
- Để cảm thấy dễ dàng hơn trong việc xử lý tình huống khi trẻ bị bệnh
- Để có cách phòng ngừa bệnh tật ở trẻ

Các hoạt động học

##### TRẢI NGHIỆM

Cho cha mẹ trong nhóm xem sách SỨC KHỎE và chỉ cho họ cách các mục trong sách về các loại bệnh thường gặp được sắp xếp.

Yêu cầu họ xem lướt qua sách. Bức tranh nào, ý tưởng nào, suy nghĩ nào có vẻ quan trọng? Hãy tổ chức thảo luận về quan điểm của cha mẹ.

##### NHẬN BIẾT

Yêu cầu cha mẹ làm việc theo nhóm ba người để suy nghĩ về cách con cái họ thể hiện khi bé thấy không khỏe. Cung cấp một tờ giấy lớn để mỗi nhóm có thể ghi lại những dấu hiệu này. Hỗ trợ thảo luận theo từng đặc điểm một, ví dụ, những thay đổi trong cách ăn của trẻ. Hãy luôn luôn nhấn mạnh việc mỗi đứa trẻ là duy nhất, không ai giống ai.

Phát các tờ giấy nhỏ (cỡ 3" X 5"). Yêu cầu từng cha mẹ trong nhóm liệt kê các triệu chứng cho họ thấy rằng trẻ có thể đang bị bệnh. Khuyến khích cha mẹ để danh sách này ở nhà tại nơi mà họ có thể dễ dàng nhìn thấy.

Thảo luận chung trong nhóm lớn để cha mẹ lập danh sách những biểu hiện của con họ khi bé thấy khoẻ mạnh. Các biểu hiện này phải được lập theo nhóm đặc điểm tương ứng như trong hoạt động đã thực hiện về những đặc điểm khi trẻ biểu hiện khi bị ốm, ví dụ như cách ăn, cách ngủ của trẻ.

##### LIÊN HỆ

Hãy sử dụng phần đầu của sách SỨC KHỎE để tập trung vào những cách thức để giúp cho bé khoẻ mạnh.

##### ÁP DỤNG

Lần lượt theo vòng, yêu cầu cha mẹ miêu tả một điều mà họ đã làm để giúp con khoẻ mạnh hơn và một điều mà họ muốn làm khác đi.



## CÁC MẪU VỀ HOẠT ĐỘNG KHỞI ĐẦU

Các hoạt động khởi đầu có thể bao gồm các trò chơi phá băng, trò chơi về tên và các hoạt động khởi động. Các hướng dẫn viên sử dụng trò chơi phá băng khi các thành viên nhóm mới gặp nhau lần đầu và hầu hết mọi người chưa quen biết nhau. Khi hoạt động phá băng giúp người tham gia thư giãn hơn một chút, có thể sử dụng luôn trò chơi về tên trong tình huống này. Các hoạt động khởi động thường được sử dụng khi bắt đầu các phần tiếp theo của buổi sinh hoạt hoặc sau giờ nghỉ giải lao.

Bởi vì các phần khởi đầu rất quan trọng trong việc tạo không khí cho các buổi sinh hoạt của bạn nên chúng tôi giới thiệu một số các hoạt động mẫu để bạn có thể bắt đầu và cho bạn một vài ý tưởng. Các hoạt động này đã được thực hiện thành công bởi các hướng dẫn viên khác của chương trình “Không Ai Hoàn Hảo”. Khi bạn có thêm kinh nghiệm ở vai trò hướng dẫn, hãy ghi chú lại những hoạt động mới hoặc hữu ích mà bạn đã phát hiện ra.

Một số lời khuyên cho hướng dẫn viên trong các hoạt động khởi đầu

- Lên kế hoạch cho các hoạt động khởi đầu của buổi sinh hoạt một cách cẩn thận. Ghi ra cụ thể những chi tiết bạn định làm và khi nào làm điều đó
- Đừng sử dụng các hoạt động khởi đầu nào đó nếu bạn không cảm thấy thoải mái khi dùng chúng. Nếu bạn không thấy thoải mái khi sử dụng chúng thì những thành viên trong nhóm bạn cũng sẽ không cảm thấy thoải mái trong hoạt động đó, giống bạn
- Chọn các hoạt động phá băng hoặc khởi động dựa trên thể mạnh của các thành viên trong nhóm. Tránh những hoạt động bộc lộ yếu điểm của họ. Ví dụ, một hoạt động yêu cầu phải viết lách sẽ không phù hợp với cha mẹ có trình độ đọc viết thấp. Tuy nhiên, họ có thể sẽ hoạt động tốt hơn khi vẽ tranh hoặc khi kể chuyện

Lập kế hoạch cho các hoạt động phá băng, trò chơi về tên và các hoạt động khởi động

### Các hoạt động phá băng

Việc đến sinh hoạt trong một nhóm mà bạn không biết ai hoặc chỉ biết một số ít người trong nhóm đó có thể là một trải nghiệm không mấy dễ chịu cho bất cứ ai.

- Bạn có thể tự hỏi không biết nên kỳ vọng điều gì từ nhóm
- Bạn có thể nhìn xung quanh mình xem ai có vẻ thân thiện hoặc nhìn xem có ai có điểm chung gì với mình không
- Bạn có thể cảm thấy ngại ngùng khi nói trước một nhóm toàn người lạ
- Bạn có thể cảm thấy cẩn thận trọng về những điều bạn muốn kể cho những



người này về bạn hoặc con của bạn

- Bạn có thể cảm thấy lo lắng về ý nghĩa của việc tham gia vào nhóm và những gì những người này có thể biết về bạn

Trong tình huống như vậy, điều gì giúp bạn cảm thấy thoải mái hơn? Điều gì khiến bạn cảm thấy được chào đón và kết nối với những người khác trong nhóm?

Các hoạt động phá băng sẽ tạo cơ hội cho người tham gia trong nhóm mới thành lập bắt đầu cảm thấy thoải mái và kết nối hơn với nhau. Do vậy trò chơi phá băng cần phải vui vẻ, tất cả mọi người đều tham gia và không yêu cầu bất cứ cá nhân nào phải nói một mình trước nhóm.

Hoạt động phá băng là hoạt động đầu tiên mà nhóm của bạn sẽ làm việc cùng nhau. Trong buổi đầu tiên, ngay sau khi mọi người tự giới thiệu bản thân mình, bạn có thể bắt đầu trò chơi phá băng bằng cách nói những điều như là, “Nhóm mình hãy bắt đầu tìm hiểu về nhau bằng ... (mô tả hoạt động ngắn gọn).” Đừng gọi những gì bạn đang làm là “hoạt động phá băng”. Hầu hết mọi người không biết điều này có ý nghĩa gì, và từ “phá băng” nghe có vẻ hơi nặng nề.

Một hoạt động phá băng hiệu quả sẽ có một số đặc điểm sau:

### **1. Có cân nhắc đến đặc điểm của nhóm.**

Bạn biết gì về nhóm của mình? Các thành viên đều rất trẻ? Họ cùng nhóm dân tộc với nhau, nhưng bạn thì không? Họ đã biết nhau trước khi tham gia nhóm chưa hay họ không quen nhau?

Khi lựa chọn hoạt động phá băng, cần cân nhắc đến những thông tin bạn đã có về những người tham gia nhóm và tôn trọng giá trị của họ. Một số hoạt động có thể vui với nhóm này nhưng lại có vẻ ngớ ngẩn hoặc xấu hổ với nhóm khác.

Ví dụ:

- Nếu các thành viên trong nhóm của bạn còn rất trẻ, hãy lên kế hoạch để họ nói với nhau về những điều bạn biết là họ sẽ hứng thú - ví dụ như các bài nhạc thịnh hành, các bộ phim mới đây, chương trình truyền hình, thể thao v.v
- Nếu nhóm của bạn có cùng các đặc điểm dân tộc hoặc văn hoá, hãy đảm bảo rằng các hoạt động trong kế hoạch của bạn thể hiện sự tôn trọng đối với các tín ngưỡng văn hoá của họ

### **2. Yêu cầu thành viên nhóm di chuyển và cho họ một chủ đề để thảo luận.**

Một hoạt động phá băng hiệu quả có hai đặc điểm: thứ nhất, cho mọi người một chủ đề để thảo luận, thứ hai, yêu cầu mọi người di chuyển vòng quanh. Có rất nhiều cách để làm điều này:

- Tìm một người có con có độ tuổi gần giống con bạn nhất

- Tìm một người đã di chuyển đúng bằng số lần mà bạn đã di chuyển
- Tìm một người có câu hỏi họ đang làm gì ở đây
- Tìm một người đi bộ đến đây
- Tìm một người lớn lên trong gia đình mà có số anh chị em giống như trong gia đình của bạn
- Tìm một người được sinh ra ở đây
- Tìm một người thích các ngôi sao ca nhạc như Hồng Nhung, Lam Trường v.v.
- Tìm một người cũng là người hâm mộ của nhóm nhạc mà bạn thích
- Tìm một người đã xem (một bộ phim nào đó mà mọi người đang quan tâm)
- Tìm một người cùng có chương trình truyền hình yêu thích giống bạn

### **3. Tạo cơ hội cho người tham gia trao đổi chuyện trò.**

Hãy dành nhiều thời gian để mọi người nói chuyện. Có thể sẽ mất một lúc để cho các thành viên nhóm bắt đầu cảm thấy thoải mái và tạo kết nối với một người khác. Đây chính là mục tiêu chính của hoạt động này.

Thông thường mọi người cần ít nhất 30 phút để bắt đầu cảm thấy thoải mái như ở nhà. Bạn có thể cần đến vài hoạt động phá băng để giúp mọi người tiếp tục nói chuyện và di chuyển vòng quanh trong thời gian này.

### **4. Không gây căng thẳng cho người thực hiện (hướng dẫn viên).**

Việc chọn hoạt động phá băng mà cả hướng dẫn viên lẫn thành viên trong nhóm cảm thấy thoải mái và vui thú là vô cùng quan trọng.

#### **HOẠT ĐỘNG PHÁ BĂNG MẪU**

Phỏng vấn và giới thiệu

Yêu cầu thành viên nhóm làm việc theo cặp và phỏng vấn nhau, dùng các câu hỏi như là:

- Tên của bạn là gì?
- Bạn có mấy đứa con?
- Tên của các bé là gì?
- Các bé năm nay bao nhiêu tuổi?

Mỗi thành viên sẽ giới thiệu về người mà họ phỏng vấn. Ví dụ:

*“Tôi xin giới thiệu H’Yên. Cô ấy có 3 đứa con: A Thành - 5 tuổi, H’Thương - 3 tuổi và H’Liêng mới được 6 tháng tuổi.*

Bingo

Làm các thẻ “bingo” trước buổi sinh hoạt. Bạn có thể đặt các câu hỏi dựa trên những thông tin bạn đã thu thập được về thành viên nhóm từ buổi gặp đầu tiên.

	Bạn thích	Tên của người khác có cùng sở thích với bạn	Ký tên
Mùa yêu thích trong năm			
Màu yêu thích			
Chương trình truyền hình yêu thích			
Món ăn yêu thích			
Bộ phim yêu thích			
Hoạt động yêu thích			

Yêu cầu cha mẹ trong nhóm mỗi người lấy một tấm thẻ và liệt kê ra những thứ mà họ thích.

Yêu cầu cha mẹ trong nhóm tìm người có cùng sở thích với họ và ký tên của họ sang ô bên cạnh. Tiếp tục cho đến khi tất cả các dòng đều được điền đủ. Thay vì sử dụng những thứ họ thích, bạn có thể sử dụng các loại tiêu chí khác - ví dụ như có cùng số con với bạn; dưới 21 tuổi; có bấm khuyên tai; đã xem chương trình truyền hình hoặc bộ phim cụ thể nào đó; đã đi bơi trong năm nay v.v.

### Hình mẫu lý tưởng

Đi vòng quanh nhóm theo vòng tròn và yêu cầu cha mẹ nói tên của mình và tên con của họ.

Chia nhóm cha mẹ thành nhóm nhỏ khoảng 3 người.

Cho mỗi nhóm một tờ giấy có ghi chữ CHA MẸ viết ở cột bên trái. Yêu cầu mỗi thành viên trong nhóm viết tất cả những từ hoặc câu ngắn bắt đầu với chữ cái ở cột bên tay trái khi họ nghĩ đến việc làm cha mẹ

Ví dụ:

**C** *chăm sóc, chuẩn bị, cho, cung cấp, cảm thông*

**H** *hạnh phúc, hoà hợp, hát ru*

**A**

**M**

**E**

Mỗi nhóm sẽ treo tờ giấy của mình lên và để cho các nhóm khác cùng xem. Bạn có thể từ đó liên hệ giữa những điều thành viên trong nhóm của bạn đã viết về việc làm cha mẹ và nội dung/mục đích của chương trình.

### **Các điểm chung**

Chia nhóm thành những nhóm nhỏ gồm 3 đến 4 cha mẹ, phát cho mỗi nhóm một tờ giấy to.

Yêu cầu họ liệt kê ra 10 điểm chung giữa các thành viên trong nhóm. Ví dụ như họ thích gì, không thích gì, số con hoặc tuổi của con họ, họ sinh ra ở đâu v.v.

Mỗi khi thành viên nhóm phát hiện ra một đặc điểm mà chỉ một người có ("Đã có ai trong nhóm thử trò nhảy dây chưa?" "Có ai khác cũng thích bắp cải không?"), họ sẽ viết chúng vào một góc của tờ giấy.

Bên cạnh việc tìm hiểu những điểm chung của mọi người trong nhóm, các thành viên cũng sẽ biết được có một số điểm chỉ họ mới có mà thôi.

### **Các trò chơi về tên**

Các trò chơi về tên có chút khác biệt với các hoạt động phá băng. Hoạt động phá băng yêu cầu mọi người di chuyển vòng quanh để tạo cảm giác thoải mái cho các thành viên nhóm, còn các trò chơi về tên sẽ giúp thành viên nhóm biết tên của người khác. Các trò chơi về tên sẽ có hiệu quả tốt sau khi các thành viên trong nhóm đã cùng nhau chơi các hoạt động vui vẻ, cảm thấy thoải mái hơn và có thể cảm thấy muốn hứng thú hơn trong việc biết tên người khác.

### **Các hoạt động giám sát**

Giám sát được thực hiện vào cuối mỗi buổi sinh hoạt. Giám sát là một cách nhanh chóng giúp bạn kiểm tra xem nhóm có tiến triển như thế nào, các thành viên nhóm cảm thấy như thế nào và họ đã học được gì từ nhóm.

## CÁC HOẠT ĐỘNG GIÁM SÁT MẪU

### **Báo cáo thời tiết**

Yêu cầu các thành viên miêu tả cảm giác của họ dưới hình thức báo cáo thời tiết. Ví dụ:

- “Nhiều mây, đôi lúc có nắng”
- “Ấm áp, đôi lúc có sương mù che phủ”

### **Mô tả bản thân**

Chọn một trong những hạng mục sau và yêu cầu người tham gia miêu tả họ theo hạng mục đó:

- Một đồ đạc nào đó trong nhà
- Một bài hát
- Một nhạc cụ
- Một loài vật

### **Hãy kể cho chúng tôi ...**

Hoạt động này có thể được thực hiện thông qua nói hoặc viết, sau đó đọc to lên.

Hãy kể cho chúng tôi ...

- Một điều bạn đã nhận biết vào ngày hôm nay
- Bạn đã hiểu gì từ buổi hôm nay
- Một điều bạn sẽ làm khác đi trong tuần sắp tới đây

### **Chân dung nhóm**

Hoạt động này có thể được sử dụng vào khoảng giữa chương trình để kiểm tra tiến độ của nhóm, cảm giác của các thành viên về nhóm như thế nào.

Hãy vẽ một khung tranh lớn lên giấy. Cung cấp bút màu và yêu cầu cha mẹ trong nhóm thay phiên vẽ bản thân họ vào bức tranh. Bạn có thể yêu cầu các thành viên nhóm nói một chút về màu sắc họ đã chọn và vị trí họ đặt bản thân mình ở trong bức tranh.

## SỬ DỤNG CÁC TÀI LIỆU CỦA CHƯƠNG TRÌNH “KHÔNG AI HOÀN HẢO”

Các tài liệu của chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” là trụ cột vững chắc cho các buổi sinh hoạt của bạn, trong đó có những thông tin quan trọng của chương trình “Không Ai Hoàn Hảo”.

Đặc biệt, bộ sách cho cha mẹ là tài liệu bao gồm các thông tin hữu ích và dễ áp dụng vào thực tế nhất cho cha mẹ.

Các cách sử dụng sách cho cha mẹ

Bởi vì sách cho cha mẹ là cốt lõi của chương trình, bạn cần phải cho cha mẹ trong nhóm xem và sử dụng bộ sách thường xuyên trong các buổi sinh hoạt.

***“Càng được thực hành sử dụng sách nhiều trong các buổi sinh hoạt thì cha mẹ càng cảm thấy thoải mái hơn khi tự sử dụng sách tại nhà.” - Hướng dẫn viên***

Sách dành cho cha mẹ của chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” được viết dựa trên sự tham khảo ý kiến với nhiều cha mẹ cùng các chuyên gia trong lĩnh vực sức khỏe, sự phát triển và an toàn của trẻ con.





# PHẦN 10:

## CÁC MẪU BIỂU

- THÔNG TIN VỀ CHA MẸ
- MẪU A: KẾ HOẠCH BUỔI SINH HOẠT
- MẪU B: KẾ HOẠCH BUỔI SINH HOẠT
- NHẬT KÝ BUỔI SINH HOẠT

## TỜ THÔNG TIN VỀ CHA MẸ

Ngày/tháng ..... Địa điểm .....

Hướng dẫn viên (thông tin liên hệ) .....

TT	Tên, Địa chỉ, Số điện thoại	Đã nắm được thông tin chương trình, thời gian, ngày và địa địa điểm sinh hoạt	Tuổi của trẻ	Ghi chú về các buổi sinh hoạt đã tham gia			

## KẾ HOẠCH CHƯƠNG TRÌNH “KHÔNG AI HOÀN HẢO”

<b>BUỔI # 1</b>	<b>BUỔI # 2</b>	<b>BUỔI # 3</b>
Các chủ đề	Các chủ đề	Các chủ đề
Các ý tưởng	Các ý tưởng	Các ý tưởng
<b>BUỔI # 4</b>	<b>BUỔI # 5</b>	<b>BUỔI # 6</b>
Các chủ đề	Các chủ đề	Các chủ đề
Các ý tưởng	Các ý tưởng	Các ý tưởng
<b>BUỔI # 7</b>	<b>BUỔI # 8</b>	<b>BUỔI # 9</b>
Các chủ đề	Các chủ đề	Các chủ đề
Các ý tưởng	Các ý tưởng	Các ý tưởng

## MẪU A: KẾ HOẠCH BUỔI SINH HOẠT

Buổi # \_\_\_\_\_ của \_\_\_\_\_

Ngày: \_\_\_\_\_

Mục tiêu học

Các cha mẹ sẽ có cơ hội để:

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

Thời gian	Chủ đề	Các hoạt động	Cuốn nào trong bộ Sách "Không Ai Hoàn Hảo"	Thiết bị Tài liệu/ nguồn lực Ghi nhớ

## MẪU B: KẾ HOẠCH BUỔI SINH HOẠT

Buổi sinh hoạt/Chủ đề # \_\_\_\_\_ Ngày/Giờ: # \_\_\_\_\_

Thời gian	Hoạt động	Tài liệu/Nguồn lực/ Sách cha mẹ
_____ đến _____		
_____ đến _____		
_____ đến _____		
_____ đến _____		

### Mục tiêu của buổi sinh hoạt:

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

## NHẬT KÝ BUỔI SINH HOẠT

Thực hiện bởi: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Buổi # \_\_\_\_\_ của \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Chủ đề:.....

.....

\_\_\_\_\_

Cảm nhận chung về buổi sinh hoạt:.....

.....

\_\_\_\_\_

Điều gì diễn ra tốt đẹp?.....

.....

\_\_\_\_\_

Điều gì tôi sẽ làm khác đi trong lần tới:.....

.....

\_\_\_\_\_

Điều tôi học được khi ở vai trò người hướng dẫn:.....

.....

\_\_\_\_\_

Việc chưa hoàn thành cần tiếp tục làm trong buổi sinh hoạt tới:.....

.....

## **HÃY CHO CHÚNG TÔI BIẾT CẢM NGHĨ CỦA ANH/CHỊ VỀ CHƯƠNG TRÌNH “KHÔNG AI HOÀN HẢO”.**

Các ý kiến của anh/chị sẽ giúp chúng tôi cải thiện chương trình tốt hơn!

---

---

Buổi sinh hoạt nào hoặc ý tưởng nào từ chương trình “Không Ai Hoàn Hảo” hữu ích nhất đối với anh/chị?

---

---

Sau khi tham gia chương trình “Không Ai Hoàn Hảo”, anh/chị đã thấy, làm hoặc suy nghĩ khác gì so với trước?

---

---

Công cụ hoặc điều gì mới mà anh/chị sử dụng trong việc làm cha mẹ là gì?

---

---

Có điều gì không hữu ích với anh/chị?

---

---

Chúng tôi cần biết hoặc làm gì để giúp cải thiện chương trình tốt hơn?

---

---

Anh chị sẽ nói gì với bạn bè về chương trình “Không Ai Hoàn Hảo”?

---

---



BỘ LAO ĐỘNG THƯƠNG BINH  
VÀ XÃ HỘI



Public Health  
Agency of Canada

# CHỨNG NHẬN

Ông/Bà: .....

*Đã tham gia Chương trình Làm cha mẹ vì sự phát triển toàn diện trẻ em Việt Nam*

Từ: ..... đến .....

Tại: .....

Ông/Bà: .....

Hướng dẫn viên "Chương trình Làm cha mẹ  
vì sự phát triển toàn diện trẻ em Việt Nam"

Ông/Bà: .....

Phó giám đốc  
Sở Lao động Thương binh và Xã hội  
Tỉnh/thành phố:





BỘ LAO ĐỘNG THƯƠNG BINH  
VÀ XÃ HỘI



Public Health  
Agency of Canada

# CHỨNG NHẬN

Ông/Bà: .....

*Đã tham gia Chương trình Làm cha mẹ vì sự phát triển toàn diện trẻ em Việt Nam*

*Từ: ..... đến .....*

*Tại: .....*

Ông/Bà: .....

*Hướng dẫn viên "Chương trình Làm cha mẹ  
vì sự phát triển toàn diện trẻ em Việt Nam"*



UNICEF Việt Nam, Tòa nhà Xanh Chung Một LHQ,

**ĐC:** 304 Kim Mã, Quận Ba Đình, Hà Nội - Việt Nam

**Tel:** +84 (024) 3.850.0100

**Fax:** +84 (024) 3.726.5520

**Email:** hanoi.registry@unicef.org

**Đồng hành cùng chúng tôi:**

 [unicef.org/vietnam/vi](https://www.unicef.org/vietnam/vi)

 [/unicef\\_vietnam](https://www.instagram.com/unicef_vietnam)

 [/unicefvietnam](https://www.facebook.com/unicefvietnam)

 [/UNICEF\\_vietnam](https://twitter.com/UNICEF_vietnam)



**CỤC TRẺ EM,  
BỘ LAO ĐỘNG - THƯƠNG BINH VÀ XÃ HỘI**

**Địa chỉ:** 35 Trần Phú, Ba Đình, Hà Nội

**Điện thoại:** (+8424) 37475629; (+8424) 37478426

**Fax:** (+8424) 37478719

**Email:** phongchamsoc treem@gmail.com

**Website:** treem.gov.vn



BỘ LAO ĐỘNG THƯƠNG BINH  
VÀ XÃ HỘI



Public Health  
Agency of Canada

# CHỨNG NHẬN/CERTIFY

Ông/Bà (Mr./Ms.): .....

*Đã hoàn thành khóa Tập huấn cho Hướng dẫn viên Chương trình Làm cha mẹ  
vì sự phát triển toàn diện trẻ em Việt Nam*

*Has completed the Training of Facilitators of the Viet Nam Holistic Early Childhood Development  
Parenting Programme*

*Từ/From: 10 - 14/09/2018*

*Tại/In: Hà Nội*

**LÊ HỒNG LOAN**

*Trưởng Chương trình Bảo vệ Trẻ em  
Chief, Child Protection Programme  
UNICEF Việt Nam*

**ĐẶNG NAM**

*Cục trưởng, Cục Trẻ em  
Bộ Lao động, Thương binh và Xã hội  
Director, Department of Children's Affairs  
Ministry of Labour, Invalids and Social Affairs*

**CARMEN PATERSON-PAYNE**

*Giảng viên Chương trình Làm Cha mẹ "Không Ai  
Hoàn Hảo" Canada  
Master Trainer of the Nobody's Perfect Parenting  
Programme, Canada*



BỘ LAO ĐỘNG THƯƠNG BINH  
VÀ XÃ HỘI



Public Health  
Agency of Canada

# CHỨNG NHẬN / CERTIFY

Ông/Bà (Mr./Ms.): .....

*Đã hoàn thành khóa Tập huấn cho Hướng dẫn viên Chương trình Làm cha mẹ  
vì sự phát triển toàn diện trẻ em Việt Nam*

*Has completed the Training of Facilitators of the Viet Nam Holistic Early Childhood Development  
Parenting Programme*

*Từ/From: 10 - 14/09/2018*

*Tại/In: Hà Nội*

**LÊ HỒNG LOAN**

*Trưởng Chương trình Bảo vệ Trẻ em  
Chief, Child Protection Programme  
UNICEF Việt Nam*

**ĐẶNG NAM**

*Cục trưởng, Cục Trẻ em  
Bộ Lao động, Thương binh và Xã hội  
Director, Department of Children's Affairs  
Ministry of Labour, Invalids and Social Affairs*

**CARMEN PATERSON-PAYNE**

*Giảng viên Chương trình Làm Cha mẹ "Không Ai  
Hoàn Hảo" Canada  
Master Trainer of the Nobody's Perfect Parenting  
Programme, Canada*



BỘ LAO ĐỘNG THƯƠNG BINH  
VÀ XÃ HỘI



Public Health  
Agency of Canada

# CHỨNG NHẬN / CERTIFY

Ông/Bà (Mr./Ms.): .....

*Đã hoàn thành khóa Tập huấn cho Hướng dẫn viên Chương trình Làm cha mẹ  
vì sự phát triển toàn diện trẻ em Việt Nam*

*Has completed the Training of Facilitators of the Viet Nam Holistic Early Childhood Development  
Parenting Programme*

*Từ/From: 17 - 21/9/2018*

*Tại/In: Hà Nội*

**LÊ HỒNG LOAN**

*Trưởng Chương trình Bảo vệ Trẻ em  
Chief, Child Protection Programme  
UNICEF Việt Nam*

**VŨ THỊ KIM HOA**

*Phó Cục trưởng, Cục Trẻ em  
Bộ Lao động, Thương binh và Xã hội  
Deputy Director, Department of Children's Affairs  
Ministry of Labour, Invalids and Social Affairs*

**CARMEN PATERSON-PAYNE**

*Giảng viên Chương trình Làm Cha mẹ "Không Ai  
Hoàn Hảo" Canada  
Master Trainer of the Nobody's Perfect Parenting  
Programme, Canada*