

Cha mẹ làm gì, khi con trẻ bước vào yêu đương sớm?

ISSN: 2734-9195

10:05 30/08/2025

Khi con hiểu rằng giới luật không phải để trói buộc, mà để bảo hộ chính mình, con sẽ có khả năng tự gìn giữ thân tâm và trách nhiệm trong mối quan hệ.

Tác giả: **Lê Thị Hiệp** - Trường CĐSP Trung ương

Trong cuộc sống hiện đại ngày nay, xu hướng bước vào tình yêu sớm đã, đang khá phổ biến trên thế giới, ở nước ta cũng không phải là ngoại lệ. Nhiều trẻ em mới chỉ 13 đến 16 tuổi đã yêu. Chuyện yêu đương khi con người ta đến tuổi trưởng thành thì không có gì đáng nói, đằng này vẫn còn đang lứa tuổi học trò con trẻ có tình yêu sẽ là những trở ngại lớn cho chất lượng, quá trình học tập. Đó còn chưa nói tới rất nhiều những hệ lụy khác cũng xuất phát từ tình yêu khi mà sự suy nghĩ, cách giải quyết sự việc, tình huống của các em còn non trẻ, bỗng bật nên dễ dẫn tới sai lầm...

Một chị bạn tôi than thở rằng cậu con trai mới bước vào lớp 9 đã "có vấn đề" khi lưu giữ rất nhiều hình ảnh của 1 cô bạn gái cùng lớp trong điện thoại, máy tính bảng; chưa kể cũng có vô số tấm ảnh được in ra và cất giữ trong cặp sách. Rồi nữa, cu cậu tập tành làm thơ, hát nghêu ngao mấy bài tình ca kiểu hiện đại (như rap, rock...).

Đến cuối năm lớp 10, cu cậu đã nói dối đi học phụ đạo nhưng thật ra là đi xem phim, cà phê cùng bạn gái. Chị bạn kể: Hai vợ chồng tôi lúng túng không biết phải thế nào?

Ban đầu khi biết con nói dối, chồng tôi đã mắng cho 1 trận, dọa cắt tiền cho tiêu vặt hàng ngày, dọa chuyển trường..., nhưng được 1 thời gian mọi chuyện lại tái diễn. Đến khi 2 đứa nhỏ tự... chia tay (cũng chẳng rõ vì sao) vợ chồng tôi mới yên tâm được đôi chút. Đến năm lớp 12, thay vì tập trung cho việc học để thi tốt nghiệp thì con trai tôi lại... yêu thêm lần nữa. Chồng tôi thì giận đùng đùng, đòi kỷ luật sắt. Tôi thì chỉ biết lo lắng, hỏi thăm bạn bè xem ai gặp cảnh như tôi. Hóa ra thời nay không ít trẻ như vậy, và dường như bọn trẻ bước vào yêu đương sớm là trào lưu, là mốt... Mỗi người bày một cách nhưng thú thật tôi

vẫn rất lúng túng. Thành bé đã né tránh bố nó, may là còn chưa né tránh tôi. Phải làm cách gì đây...?

Thực ra thì không riêng gì con trai của bạn tôi như kể trên, mà đúng là bây giờ trẻ yêu sớm là rất nhiều, nó không như vài thập kỷ trở về trước khi tới ngưỡng 17, 18 tuổi mà các em nam- nữ vẫn còn ngượng ngùng khi đứng cạnh nhau, hay nắm tay nhau, nói chi tới yêu đương xác thịt. Vậy các bậc **cha mẹ** phải làm sao, giải quyết thế nào khi con trẻ bước vào yêu đương sớm?



Hình ảnh minh họa

Tâm lý học & nguy cơ của việc yêu sớm

Tuổi mới lớn thường non nớt, bông bột và thiếu kỹ năng xử lý cảm xúc. Vì vậy, khi bước vào yêu quá sớm, các em dễ gặp nhiều hệ lụy: sa sút việc học, áp lực tâm lý, thậm chí là những sai lầm trong hành vi tình dục.

Trước thực trạng này, không ít phụ huynh đã phản ứng bằng cách cấm đoán hoặc kiểm soát gắt gao: đọc trộm nhật ký, lục điện thoại, theo dõi con... Nhưng càng làm vậy, trẻ càng khép kín, giữ bí mật và xa cách với cha mẹ.

Các chuyên gia tâm lý khẳng định: tình yêu tuổi học trò là một trải nghiệm cảm xúc tự nhiên, không thể phủ nhận hay coi thường. Điều quan trọng không phải là ngăn cản, mà là định hướng và đồng hành. Khi được cha mẹ lắng nghe và thấu hiểu, trẻ sẽ dần học cách:

Tôn trọng bản thân: biết giới hạn và giữ gìn chính mình.

Tôn trọng người khác: không áp đặt, không lợi dụng.

Chịu trách nhiệm với lựa chọn: hiểu rằng yêu đi kèm trách nhiệm, không chỉ là cảm xúc nhất thời.

Hiểu Phật học: Không cấm đoán, mà quán chiếu và đồng hành

Trong giáo lý Phật giáo luôn nhấn mạnh con đường Trung đạo và sự thực tập chính niệm. Đối diện với việc con trẻ yêu sớm, cha mẹ không nên chọn thái cực cực đoan – cấm đoán, áp đặt, cũng không nên buông thả, mặc kệ – mà cần tiếp cận bằng lắng nghe và thấu hiểu, để đồng hành cùng con trên hành trình trưởng thành.

Ái ngữ & lắng nghe sâu: Khi phát hiện con có tình cảm tuổi học trò, thay vì mắng mỏ hay chế giễu, cha mẹ hãy tìm cơ hội trò chuyện bằng ái ngữ.

Kinh Thiện Sinh (Sigālovāda Sutta) dạy cha mẹ phải *“chỉ dạy điều thiện, ngăn ngừa điều ác, hướng con đi đúng đường”*. Sự hướng dẫn ấy chỉ có giá trị khi được thực hiện bằng thái độ ôn hòa, không bạo lực, để con không khép kín mà sẵn sàng chia sẻ.

Tôn trọng cảm xúc: Theo tinh thần Phật pháp, mọi cảm xúc đều là những pháp sinh diệt, đến rồi đi như mây bay. Tình yêu tuổi học trò cũng vậy: vừa trong sáng, vừa dễ mong manh. Cha mẹ không phủ nhận, cũng không thờ phồng, mà hướng con quán chiếu để nhận diện và học hỏi từ trải nghiệm. Thái độ này giúp con hiểu rằng cảm xúc không sai, nhưng cần được soi sáng bởi trí tuệ để không rơi vào cực đoan.

Giới hạn lành mạnh: Phật giáo dạy giữ giới để hộ trì thân tâm. Với con trẻ, cha mẹ có thể cùng con thiết lập những *“ranh giới an toàn”*: đi chơi về đúng giờ, tôn trọng sự riêng tư, nói không với quan hệ tình dục sớm, biết từ chối áp lực bạn bè. Khi con hiểu rằng giới luật không phải để trói buộc, mà để bảo hộ chính mình, con sẽ có khả năng tự gìn giữ thân tâm và trách nhiệm trong mối quan hệ.

Ứng dụng Phật học như vậy không chỉ giúp cha mẹ có cách tiếp cận mềm mại và trí tuệ, mà còn giúp trẻ thấy rằng tình yêu không phải điều cấm kỵ, mà là một trải nghiệm cần có giới, định, tuệ để trở thành bài học trưởng thành.

Đứng trước việc con bước vào tình yêu sớm, cha mẹ không chỉ cần sự nghiêm khắc, mà còn cần trí tuệ và từ bi để đồng hành.

Một số gợi ý thiết thực

Kết nối với con: Thay vì cấm đoán hay giám sát lén lút, cha mẹ có thể mời bạn trai/bạn gái của con về nhà ăn cơm, cùng trò chuyện. Một bữa cơm thân tình giúp con cảm nhận được sự tôn trọng và chân thành của cha mẹ, từ đó cởi mở hơn trong chia sẻ.

Chia sẻ cảm nhận thay vì áp đặt: Sau khi quan sát và tiếp xúc, cha mẹ hãy nói cho con biết cảm nhận của mình, nhưng với thái độ trung lập, bình tĩnh. Chính niệm trong lời nói giúp cuộc trò chuyện không rơi vào căng thẳng, mà mở ra cơ hội để con suy ngẫm.

Giáo dục giới tính sớm: Đây không phải là “vẽ đường cho hươu chạy”, mà là dạy con biết giữ giới hạn, biết cách tự bảo vệ bản thân và tôn trọng người khác. Cha mẹ hãy chỉ cho con cách nói “không” trước áp lực, và hiểu rõ hệ quả của quan hệ tình dục sớm.

Dạy con chịu trách nhiệm: Giúp con nhận ra rằng mọi lựa chọn đều kéo theo hệ quả. Nếu lơ là học tập hay để xảy ra mang thai ngoài ý muốn, con sẽ phải đối diện với những khó khăn ảnh hưởng lâu dài đến tương lai. Đây là cách gieo cho con chính kiến về nhân - quả trong đời sống.

Nuôi dưỡng nhân cách: Quan trọng hơn hết, cha mẹ hãy gieo vào con hạt giống từ bi, biết ơn, và trách nhiệm. Như lời dạy trong Kinh Tăng Chi: *“Tài sản lớn nhất cha mẹ có thể trao cho con là tâm hiền thiện, miệng chân thật và trí biết quán chiếu.”*

Đó chính là di sản tinh thần vượt thời gian, giúp con đứng vững giữa sóng gió tình cảm và cuộc đời.

Tình yêu tuổi học trò là một phần tự nhiên của quá trình trưởng thành, giống như một hạt giống mới nảy mầm, mong manh, dễ bị gió lay nhưng cũng chứa đựng nhiều tiềm năng. Điều quan trọng không phải là cha mẹ cố gắng nhổ bỏ hạt giống ấy, mà là biết chăm sóc, định hướng và hộ trì để nó lớn lên đúng cách.

Cha mẹ hãy đồng hành cùng con, khuyến khích điều thiện và ngăn ngừa điều bất thiện, thì việc yêu sớm không phải là tai họa, mà có thể trở thành bài học trưởng thành đầu đời cho con. Nếu cha mẹ gieo vào tâm con hạt giống của hiểu biết và từ bi, thì dù bước vào tình yêu sớm, con vẫn có thể học cách yêu một cách lành mạnh, trách nhiệm và nhân văn. Và chính nhờ vậy, tình yêu tuổi học trò không còn là mối lo âu, mà trở thành cơ hội để con biết thế nào là yêu thương đúng đắn và từng bước trưởng thành vững chãi giữa cuộc đời.

Tác giả: **Lê Thị Hiệp** - Trường CDSP Trung ương