

## Giáo dục con trẻ biết nhường nhịn, cảm thông và chia sẻ

ISSN: 2734-9195 10:35 26/06/2025

Muốn trẻ biết nhường nhịn, người lớn trước hết phải là tấm gương sống động. Trẻ học từ hành vi, không phải từ những lời nói suông.

Tác giả: **Lê Thị Kết** - Đông Anh, Hà Nội

Trong nếp sống hối hả của xã hội hiện đại, nhiều bậc cha mẹ có thể dễ dàng quan tâm đến chuyện con ăn gì, học ở đâu, chơi gì... mà quên đi điều quan trọng nhất: gieo vào tâm hồn non trẻ những hạt giống đạo đức. Nhường nhịn, cảm thông và chia sẻ là những giá trị tưởng chừng đơn giản nhưng lại là nền tảng quan trọng để xây dựng một nhân cách thiện lành.

Tôi có người hàng xóm là một cặp vợ chồng trẻ, có con trai 3 tuổi. Cậu bé rất dễ thương, hoạt bát, nhưng mỗi lần chơi với bạn bè lại khư khư giữ đồ chơi, không cho ai động vào. Thậm chí khi được người lớn "thử lòng" xin miếng bánh hay món đồ chơi nhỏ, bé cũng rụt tay lại. Dường như trong thế giới của bé, mọi thứ yêu thích đều mang nhãn "của con" và không thể bị chia sẻ.

Gia đình từ ông bà đến bố mẹ là những người hào phóng, nhưng lại loay hoay trong việc dạy bé biết chia sẻ, nhường nhịn.

### Hiểu tâm lý để giáo dục lòng từ

Sự cố chấp, giữ của của trẻ nhỏ thực ra là phản ánh sự phát triển bình thường của tự ý thức, khi trẻ bắt đầu phân biệt "của mình" và "của người khác". Hơn nữa, nhiều trẻ cũng từng trải qua những kinh nghiệm không dễ chịu: bị bạn giữ đồ chơi không trả, bị anh chị giành mất món yêu thích, hoặc bị ép nhường món đồ thân quen cho người khác.

Những trải nghiệm ấy khiến trẻ hình thành cơ chế tự vệ: giữ chặt những gì thuộc về mình như một cách khẳng định quyền sở hữu.

Điều đáng nói, trong nhiều trường hợp, người lớn lại "dạy con" theo cách ngược đời: trêu chọc, bắt nhường, ép chia, thậm chí cười cợt khi trẻ phản kháng. Câu

nói tưởng như vô hại: “Cho bác miếng xem nào, sao keo thế?” lại trở thành một dạng bắt nạt cảm xúc. Dần dần, trẻ hình thành tâm lý cảnh giác, khép kín và ít có lòng chia sẻ.

Kinh Tương Ưng, SN 56.11: “Điều gì mình không thích, chớ nên đem điều ấy đến với người khác”. Nếu ta không thích bị giật mất món đồ yêu thích, trẻ cũng thế. Đó là sự tôn trọng cảm xúc cơ bản.

### **Gieo hạt giống từ bi bắt đầu từ tấm gương cha mẹ**

Muốn trẻ biết nhường nhịn, người lớn trước hết phải là tấm gương sống động. Trẻ học từ hành vi, không phải từ những lời nói suông. Khi cha mẹ biết chia sẻ phần ăn, nhường chỗ ngồi, giúp đỡ người yếu hơn... trẻ sẽ học điều đó bằng cả trực giác và cảm nhận. Thiền sư Thích Nhất Hạnh từng nói: “Chúng ta không dạy con bằng lời, mà dạy bằng chính sự sống hàng ngày của mình.”

Cha mẹ cũng nên cho trẻ chơi với bạn đồng trang lứa, học cách chia sẻ đồ chơi, đổi sách, mời nhau đồ ăn. Trước mỗi buổi chơi, hãy cùng con chọn một vài món con có thể cho bạn mượn. Nếu con có “vật bất ly thân” không thể cho ai, cũng hãy tôn trọng giới hạn ấy – điều đó giúp con cảm thấy an toàn, từ đó sẵn lòng mở rộng lòng mình.

Ngoài ra, kể cho trẻ nghe những câu chuyện cổ tích, ngụ ngôn, hay chính các câu chuyện Phật giáo về hạnh bố thí, như trong Kinh Bốn Sanh (Jataka), nơi các tiền thân của đức Phật từng xả bỏ cả thân mạng để cứu người khác. Đây là cách gieo vào tâm hồn trẻ mầm từ bi và tinh thần vô ngã một cách nhẹ nhàng mà sâu sắc.



Hình ảnh chỉ mang tính chất minh họa (sưu tầm).

### **Nuôi dưỡng lòng cảm thông - trao cơ hội hành trì**

Một phương pháp rất hiệu quả là cho trẻ tham gia các hoạt động từ thiện phù hợp lứa tuổi: góp sách cũ, soạn áo ấm gửi vùng cao, tặng đồ chơi đã qua sử dụng... Chính việc được “cho đi” sẽ dạy con bài học sâu sắc về sự biết ơn và kết nối. Khi con học được niềm vui từ sự sẻ chia, tâm con sẽ tự khởi lên lòng từ và sự bình an nội tại.

Cuối cùng, hãy nuôi dưỡng sự hiện diện có chính niệm trong cha mẹ. Khi hiểu con là một chúng sinh đang lớn lên với đầy đủ tập khí, cha mẹ sẽ có thêm từ bi để không dán nhãn con là “ích kỷ”, “kẹt xỉ”, mà nhìn con như một búp măng cần ánh sáng để trưởng thành.

Không có đứa trẻ nào sinh ra đã sẵn lòng chia sẻ - nhưng mọi đứa trẻ đều có thể trở thành người biết thương yêu nếu được gieo trồng đúng cách.

Giáo dục về nhường nhịn, cảm thông và chia sẻ không phải là dạy con “cho ai cũng được” hay “phải tử tế mọi lúc mọi nơi”, mà là giúp trẻ nhận ra niềm vui trong việc đem lại hạnh phúc cho người khác, đồng thời biết bảo vệ ranh giới của chính mình. Đó là một hành trình dài, cần sự kiên nhẫn, hiểu biết và tình yêu thương của cha mẹ. Khi lòng từ được vun bồi từ tuổi thơ, lớn lên con sẽ là người biết sống vì người, mà vẫn vững vàng trong chính mình.

Tác giả: **Lê Thị Kết** - Đông Anh, Hà Nội.