

ĐẠI HỌC QUỐC GIA HÀ NỘI
TRƯỜNG ĐẠI HỌC KHOA HỌC XÃ HỘI VÀ NHÂN VĂN

TRẦN THỊ PHƯƠNG THẢO

CẢM XÚC CỦA NGƯỜI MẸ
LẦN ĐẦU SINH CON

LUẬN VĂN THẠC SĨ TÂM LÝ HỌC

Hà Nội – 2010

ĐẠI HỌC QUỐC GIA HÀ NỘI
TRƯỜNG ĐẠI HỌC KHOA HỌC XÃ HỘI VÀ NHÂN VĂN

TRẦN THỊ PHƯƠNG THẢO

CẢM XÚC CỦA NGƯỜI MẸ
LẦN ĐẦU SINH CON

Chuyên ngành : Tâm lý học

Mã số : 60 31 80

LUẬN VĂN THẠC SĨ TÂM LÝ HỌC

Người hướng dẫn khoa học: TS. Trương Thị Khánh Hà

Hà Nội – 2010

MỤC LỤC

MỞ ĐẦU.....	1
1. Lý do chọn đề tài.....	1
2. Mục đích nghiên cứu.....	2
3. Đối tượng nghiên cứu.....	2
4. Nhiệm vụ nghiên cứu	2
5. Khách thể nghiên cứu.....	2
6. Phạm vi nghiên cứu.....	2
7. Giả thuyết nghiên cứu	3
8. Phương pháp nghiên cứu	3
CHƯƠNG 1. CƠ SỞ LÝ LUẬN CỦA ĐỀ TÀI	4
1. Tổng quan các nghiên cứu về cảm xúc	4
1.1. Những nghiên cứu về cảm xúc trên thế giới.....	4
1.2. Những nghiên cứu về cảm xúc trong nước	7
2. Các khái niệm cơ bản	11
2.1. Cảm xúc	11
2.1.1. Khái niệm.....	11
2.1.2. Cơ sở sinh lý của cảm xúc	12
2.1.3. Biểu hiện của cảm xúc.....	14
2.1.4. Cấu trúc của cảm xúc.....	20
2.1.5. Vai trò của cảm xúc	21
2.1.6. Các loại cảm xúc	23
2.2. Cảm xúc của người mẹ lần đầu sinh con.....	27
2.2.1. Quan hệ gắn bó mẹ con	27
2.2.2. Vai trò cảm xúc của người mẹ đối với con	31
2.2.3. Một số cảm xúc của người mẹ lần đầu sinh con.....	35
2.3. Những cảm nhận cảm xúc của người mẹ trong một số tình huống nuôi dạy con.....	39

CHƯƠNG 2. TỔ CHỨC VÀ PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU	41
1. Tổ chức nghiên cứu.....	41
2. Phương pháp nghiên cứu	42
CHƯƠNG 3. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU THỰC TIỄN	48
1. Những cảm nhận cảm xúc của người mẹ lần đầu sinh con.....	48
1.1. Cảm xúc hạnh phúc	48
1.2. Cảm xúc buồn	56
1.3. Cảm xúc vui:	64
1.4. Sự căng thẳng.....	68
1.5. Cảm xúc lo lắng.....	76
1.6. Cảm xúc của người mẹ trong mối quan hệ với chồng, mẹ chồng:.....	83
2. Những yếu tố ảnh hưởng đến cảm xúc của người mẹ lần đầu sinh con. ...	92
2.1. Sự chuẩn bị sẵn sàng về mặt tâm lý của cha mẹ đối với sự ra đời của đứa trẻ.....	92
2.2. Sự quan tâm chia sẻ của người chồng trong thời kỳ thai nghén:	94
2.3. Đặc điểm tâm sinh lý của đứa trẻ.....	95
2.4. Kiến thức, kinh nghiệm nuôi dạy con của người mẹ trẻ.....	96
2.5. Sự thống nhất của vợ và chồng trong vấn đề nuôi dạy con	98
2.6. Sự thống nhất về cách nuôi dạy cháu của mẹ chồng, con dâu	100
KẾT LUẬN VÀ KIẾN NGHỊ.....	104
<i>Tài liệu tham khảo</i>	108
PHỤ LỤC.....	111

DANH MỤC BẢNG BIỂU

Biểu đồ 1. Thể hiện cảm xúc của người mẹ lần đầu tiên đón đứa con sau 9 tháng thai nghén	49
Biểu đồ 2. Thể hiện cảm xúc của người mẹ khi lần đầu tiên con gọi tiếng “mẹ”	53
Biểu đồ 3. Thể hiện cảm xúc của người mẹ khi con quấy khóc thường xuyên	57
Biểu đồ 4. Thể hiện cảm xúc của người mẹ khi bà nội không cùng quan điểm trong cách nuôi dạy cháu	62
Biểu đồ 5. Thể hiện cảm xúc của người mẹ trong những lúc mệt mỏi, căng thẳng vì công việc	71
Biểu đồ 6. Thể hiện cảm xúc của người mẹ trong mối quan hệ với mẹ chồng sau khi có con	87
Bảng 1. Cảm xúc của người mẹ khi nhận thấy con có những dấu hiệu bất thường về trí tuệ	60
Bảng 2. Cảm xúc của người mẹ khi lần đầu tiên chứng kiến bước phát triển của con mình	64
Bảng 3. Cảm xúc của người mẹ trong khoảng thời gian hai mẹ con chơi với nhau	63
Bảng 4. Điều khiến các bà mẹ căng thẳng nhất hiện nay	74
Bảng 5. Cảm xúc của người mẹ trong lúc con ốm đau	77
Bảng 6. Cảm xúc của người mẹ khi con biếng ăn	80
Bảng 7. Mức độ thay đổi mối quan hệ với mẹ chồng sau khi có con	89
Bảng 8. Mức độ xích xích mẹ chồng – nàng dâu sau khi có cháu	90

MỞ ĐẦU

1. Lý do chọn đề tài

Một trong những thiên chức quan trọng của người phụ nữ là làm vợ và làm mẹ. Khi bắt đầu làm vợ, người phụ nữ có những cảm xúc khác so với khi chưa có gia đình. Nhưng sự thay đổi trong đời sống tình cảm của người phụ nữ diễn ra mạnh mẽ nhất có lẽ là sau khi sinh con đầu lòng.

Bác sĩ Đỗ Hồng Ngọc có viết: Mỗi đứa con là một khám phá mới, một ngạc nhiên mới cho ta. Nhưng dù sao với đứa con đầu lòng chúng ta cũng ngỡ ngàng nhiều hơn, vụng về nhiều hơn mà lo lắng cũng nhiều hơn... bởi là lần đầu “bỗng dưng” chúng ta làm cha mẹ, chúng ta bị xáo trộn cả nếp sống, nếp nghĩ, chúng ta phải đối phó với những việc vặt vãnh hàng ngày: săn sóc, tắm rửa, vệ sinh, ăn mặc, bú mớm... rồi là những đêm quên ngủ, những ngày quên ăn, ... [20, tr.1]

Lần đầu tiên sinh con, người mẹ có những cảm xúc vui buồn lẫn lộn, những ngỡ ngàng lo lắng, hạnh phúc xen lẫn căng thẳng, mệt mỏi. Từ khi sinh con, người phụ nữ dành nhiều thời gian cho đứa con bé nhỏ của mình. Việc đứa con ra đời ảnh hưởng không ít đến các mối quan hệ tình cảm với chồng, với ông bà, anh chị em, bạn bè. Hiểu được những thay đổi cảm xúc ở người phụ nữ lần đầu sinh con là điều hết sức quan trọng và cần thiết, vì đời sống tình cảm của người mẹ có vai trò quan trọng đối với sự phát triển tâm lý của đứa con và đối với bầu không khí chung cho cả gia đình.

Vì lý do như trên, chúng tôi lựa chọn đề tài nghiên cứu của mình là: “Cảm xúc của người mẹ lần đầu sinh con”. Với mong muốn giúp người phụ nữ hiểu rõ hơn cảm xúc của mình sau khi sinh con, để có thể điều chỉnh những cảm xúc tiêu cực, góp phần cải thiện bầu không khí tâm lý chung của gia đình.

2. Mục đích nghiên cứu

Tìm hiểu những cảm xúc của người mẹ lần đầu sinh con và những yếu tố ảnh hưởng nhằm đưa ra một số kiến nghị giúp người mẹ và các thành viên trong gia đình hiểu rõ hơn về những cảm xúc phức tạp của người mẹ trong một số tình huống chăm sóc, nuôi dạy con.

3. Đối tượng nghiên cứu

Những cảm nhận của người mẹ lần đầu sinh con về cảm xúc của mình trong một số tình huống chăm sóc, nuôi dạy con cái và trong mối quan hệ với chồng, mẹ chồng.

4. Nhiệm vụ nghiên cứu

3.1. Nghiên cứu các tài liệu liên quan đến cảm xúc, cảm xúc của người mẹ lần đầu sinh con. Làm rõ các khái niệm cơ bản liên quan đến vấn đề nghiên cứu và thiết kế công cụ nghiên cứu thực tiễn.

3.2. Khảo sát thực trạng cảm xúc của người mẹ lần đầu sinh con trong một số tình huống cụ thể.

3.3. Tìm hiểu một số yếu tố ảnh hưởng đến những cảm xúc của người mẹ lần đầu sinh con.

3.4. Kết luận và kiến nghị.

5. Khách thể nghiên cứu

60 phụ nữ có con từ 1,5 tuổi đến 2 tuổi. Trong đó, có 30 phụ nữ sống chung với bố mẹ chồng, 30 phụ nữ sống riêng.

6. Phạm vi nghiên cứu

Trong điều kiện và thời gian cho phép chúng tôi giới hạn nghiên cứu của mình trong phạm vi sau:

5.1. Về địa bàn nghiên cứu: một số quận trên địa bàn Hà Nội

5.2. Về nội dung: Những cảm nhận cảm xúc của người mẹ sau khi sinh con đầu lòng trong một số tình huống liên quan đến việc chăm sóc, nuôi dạy con cái và trong mối quan hệ với chồng, mẹ chồng.

5.3. Về khách thể: Ban đầu, chúng tôi dự định tìm hiểu cảm nhận của 60 người mẹ trẻ, 60 ông bố và 30 bà nội về cảm xúc của người mẹ trong một số tình huống chăm sóc và nuôi dạy con từ 1,5 đến 2 tuổi. Tuy nhiên, quá trình khảo sát ý kiến của các ông bố và bà nội không đạt kết quả. Do đó, nghiên cứu chỉ giữ lại kết quả khảo sát của 60 người mẹ trẻ.

7. Giả thuyết nghiên cứu

Những người mẹ lần đầu sinh con có các cảm xúc đa dạng, phức tạp đan xen lẫn nhau trong những tình huống chăm sóc, nuôi dạy con cái. Mối quan hệ với chồng, mẹ chồng có ảnh hưởng lớn tới cảm xúc của người mẹ trẻ.

8. Phương pháp nghiên cứu

8.1. Phương pháp nghiên cứu tài liệu

8.2. Phương pháp nghiên cứu bằng bảng hỏi

8.3. Phương pháp phỏng vấn sâu

8.5. Phương pháp trưng cầu ý kiến bằng hoàn thiện câu

8.6. Phương pháp thống kê toán học

CHƯƠNG 1. CƠ SỞ LÝ LUẬN CỦA ĐỀ TÀI

1. Tổng quan các nghiên cứu về cảm xúc

1.1. Những nghiên cứu về cảm xúc trên thế giới

Vào những năm 30 của thế kỷ XX, Vygotski đã nhận xét: lĩnh vực xúc cảm – tình cảm và mối liên hệ gắn bó của nó với tưởng tượng vẫn còn là vấn đề bí hiểm đối với tâm lý học hiện đại. Bị chi phối bởi quan niệm cho rằng, trí tuệ là yếu tố duy nhất quy định sự thành bại trong cuộc đời mỗi người, do đó không ít các nhà khoa học đã đổ xô vào các công trình nghiên cứu trí tuệ, còn lĩnh vực xúc cảm – tình cảm thì dường như rất ít được chú ý tới, thậm chí còn bị gạt ra khỏi đối tượng nghiên cứu của tâm lý học. [dẫn theo 24, tr.6]

Cuối thế kỷ XX, nhiều tác giả Phương Tây rất quan tâm tới đời sống cảm xúc của con người. Trong cuốn “Trí tuệ cảm xúc” ngoài việc nhấn mạnh “những cảm xúc của chúng ta giúp chúng ta đương đầu với những cảnh ngộ và nhiệm vụ quá quan trọng để có thể trao riêng cho trí tuệ...Chúng ta đã cường điệu giá trị và tầm quan trọng của lý trí thuần túy được đo bằng IQ trong đời sống con người” [4, tr.24], thì D. Goleman cũng đã đề cập tới sự giáo dục trí tuệ cảm xúc, nói đến vai trò quan trọng của giáo dục cảm xúc cho trẻ em.

Các nhà triết học Phương Tây Spencer, Wundt, Rubinstein, Anokhin, Leonchiev, Ximonov, v.v...đã có nhiều công trình khoa học chứng minh nguồn gốc cảm xúc của con người bắt nguồn từ nhận thức. Nhìn thấy mẹ đưa trẻ vui, xa mẹ đưa trẻ buồn; Nhìn thấy bác sĩ với kim tiêm đưa trẻ sợ hãi, nhìn thấy đồ chơi mới đưa trẻ ngạc nhiên...Đây là thuyết nhận thức về cảm xúc.

Từ những năm 90 thế kỷ XX tới nay, tâm lý học Mỹ đã có những bước tiến khá xa trong nghiên cứu cảm xúc của con người, nhất là những thành tựu

trong nghiên cứu trí tuệ cảm xúc. Nhiều nghiên cứu đã chỉ ra mối quan hệ giữa vô thức và ý thức trong đời sống tình cảm con người bằng những lý giải khoa học hết sức thuyết phục.

Nhà tâm lý học Mỹ, Carroll E. Izard đã nghiên cứu về vai trò của cảm xúc cũng như các yếu tố cấu thành cảm xúc của con người. Ông nhấn mạnh đến vai trò của cảm xúc với tư cách là những nhân tố điều chỉnh hành vi, các mối quan hệ xã hội, các quá trình tâm lý,... Đặc biệt, tác giả nhấn mạnh đến chức năng tích cực, thích nghi của các cảm xúc.

Trên cơ sở một loạt công trình nghiên cứu của E. Izard về vấn đề tương quan của hai phức hợp cảm xúc như cảm nhận chủ quan và biểu hiện bên ngoài, ông nhấn mạnh sự biểu cảm cảm xúc như là thành phần quan trọng nhất của các cảm xúc.

Theo nghiên cứu của Osofsky, 1984, phụ nữ thường có thay đổi về lối sống sau khi đưa con đầu lòng ra đời, ưu tiên các vai trò làm mẹ và gia đình của mình. Ở nhiều đôi vợ chồng sau khi đưa con ra đời, các vấn đề tình dục nảy sinh, xung đột phát sinh, số lần giao tiếp và thời gian cho những lợi ích chung giảm đi.

Ở các nước Phương Tây, nhiều tác giả đã nghiên cứu về diễn biến tâm lý cảm xúc của sản phụ, hiện tượng trầm nhược hậu sản, diễn biến tâm lý cảm xúc và sự thích nghi của sản phụ trong thai nghén. [2, tr.4]

Có khá nhiều nghiên cứu về chứng trầm cảm, buồn sau sinh, rối loạn cảm xúc, loạn thần sau sinh của người phụ nữ sau khi sinh con. Loạn thần sau sinh là một nhóm các rối loạn tâm thần xảy ra trong thời kỳ sinh đẻ. Hippocrates thường được công nhận là người đầu tiên nhận biết các rối loạn tâm thần sau sinh, nhưng mãi đến những năm 1800 mới bắt đầu xuất hiện các thông báo lâm sàng về “bệnh điên sau sinh” (puerperal insanity) trên các tài liệu y khoa ở Đức và Pháp. Năm 1818, Jean Esquirol lần đầu tiên đưa ra các số liệu có

tính chất thuyết phục qua 92 trường hợp loạn thần sau sinh được nghiên cứu tại Salpetriere trong thời kỳ Chiến tranh của Napoleon. Tuy nhiên, người có công nhiều nhất trong lĩnh vực này là Victor Louis Marce, một bác sĩ người Pháp; ông ta đã mô tả nhiều trường hợp rối loạn tâm thần sau sinh, bước đầu xây dựng được cơ sở về những khái niệm phù hợp với hiện đại và đưa ra nhận định những thay đổi sinh lý trong thời kỳ sinh đẻ có liên quan đến khí sắc của bà mẹ (Theo tài liệu của Bệnh viện Tâm thần trung ương II)

Trong vòng vài thập niên gần đây, với những tiến bộ y học và công nghệ hiện đại, người ta có thể quan sát và theo dõi tiềm năng của thai nhi, khả năng sở trường của sơ sinh, ứng xử trong tương tác mẹ con và có thể phát hiện các đặc điểm và rối nhiễu trong quan hệ mẹ con sớm.

Trong cuốn “Những vấn đề của các bậc làm cha mẹ”, B.M. Spock đã đề cập đến mối quan hệ giữa cha mẹ và con cái xét trên nhiều phương diện: xúc cảm, tình cảm của cha mẹ và con cái, thái độ của cha mẹ về các vấn đề thuộc đời sống tình cảm của con cái và cả thái độ của con cái đối với cha mẹ.

G.Heuyer thì cho rằng, nhân cách, cách cư xử cũng như cách biểu hiện cảm xúc của của bà mẹ đối với con trẻ trong giai đoạn đầu đời có ảnh hưởng quyết định đến đời sống tâm lý của trẻ trong tương lai. Bên cạnh đó, tác giả còn nhấn mạnh rằng cách cư xử của bà mẹ còn phụ thuộc rất nhiều vào những quan hệ khác trong gia đình. [27, tr.62]

Isabelle Fillozat trong cuốn “Thế giới cảm xúc của trẻ thơ” nói rõ, những cảm xúc của con người không phải có sẵn ngay từ khi mới sinh ra. Cảm xúc được hình thành, được củng cố qua chế độ sinh hoạt ổn định hàng ngày thông qua cơ chế nhập tâm, bắt chước. Chính quá trình chăm sóc, nuôi dưỡng, cách thức biểu hiện cảm xúc của những người chăm sóc, đặc biệt là người mẹ sẽ tạo thành cho trẻ những cảm xúc đặc thù ở con người. Tình cảm yêu thương, thù hận, thiện cảm, không thiện cảm, tình cảm đạo được cũng được hình

thành theo năm tháng phù hợp với sự phát triển lứa tuổi ở trẻ. Người lớn, mà đặc biệt là người mẹ cần phải chú ý đến cách thức biểu hiện cảm xúc của chính mình với con và giáo dục cảm xúc cho trẻ ngay từ khi còn nhỏ.

Năm 1935, Spitz và Wolf đã nghiên cứu trên 130 trẻ ở hai điều kiện sống khác nhau: một nhóm không có tình yêu thương của mẹ, một nhóm có tình cảm của mẹ và đưa ra kết luận: Những đứa trẻ không nhận được tình yêu thương của mẹ dễ bị rối nhiễu tâm lý, tâm thể phát triển không tốt. Theo Spitz, chính cảm giác an toàn nhờ đôi tay bà mẹ tạo ra khi trẻ tập đi và tình cảm ấm áp qua giọng nói của người mẹ gọi con làm cho đứa trẻ ham tập đi. Nếu thiếu những yếu tố đó ngay trẻ 2, 3 tuổi không tập đi thành công. [27, tr.76, 77]

Nhiều nghiên cứu khác cũng cho thấy rằng, sự chăm sóc của mẹ thôi chưa đủ mà chính tình cảm của người mẹ có tầm quan trọng hàng đầu đối với sự phát triển về cả sinh lý và tâm lý của đứa trẻ trong tương lai. [27, tr.77]

Trên đây, chúng tôi điểm qua một số nghiên cứu về cảm xúc và kết quả đạt được trong nghiên cứu của các tác giả.

Từ các kết quả nghiên cứu nêu trên, có thể thấy tình yêu thương, sự âu yếm của người mẹ dành cho con trong những năm tháng đầu tiên có vai trò quan trọng. Bên cạnh đó, các công trình nghiên cứu cũng nói rõ trong những năm đầu đời của trẻ thì cách bà mẹ biểu hiện cảm xúc của mình đóng vai trò trực tiếp đến sự phát triển đời sống xúc cảm – tình cảm sau này của trẻ.

1.2. Những nghiên cứu về cảm xúc trong nước

Từ năm 1993 tới nay Vũ Thị Chín đã biên soạn và dịch một số tài liệu về tâm lý sản phụ và sơ sinh như: Bước đầu tìm hiểu tâm lý sản phụ và quan hệ mẹ con sớm; Quan hệ mẹ con và giữa trẻ cùng trang lứa; Những quan hệ đầu tiên của trẻ trong gia đình; v.v... Trong đó, tác giả đưa ra những thay đổi

tâm lý của sản phụ sau sinh, vai trò của người mẹ đối với sự phát triển toàn diện của trẻ.

Từ cuối 1994, BS Phạm Bích Nhung cùng các cộng tác viên của Bệnh viện đã tham gia thực hiện chuyên đề nghiên cứu: Tâm lý phụ sản và quan hệ sớm mẹ con của Trung tâm nghiên cứu trẻ em. Nội dung nghiên cứu đã phần lớn phác họa được những nét lớn về chân dung tâm lý của sản phụ từ khi bắt đầu mang thai tới khi sinh và ngày đầu sau đẻ và nuôi con. Kết quả của nghiên cứu cho thấy, về tâm lý trong cuộc đẻ và sinh con đó là sự mất chủ động gần như biến phụ sản thành một đối tượng hoàn toàn thụ động đưa người phụ nữ trở về với thời kỳ lo hãi thời thơ ấu đầy non nớt và chưa làm chủ được mình.

Trong cuốn: “Năng lực cảm xúc của cha mẹ và số phận của con”, Nguyễn Hạc Đạm Thu và Nguyễn Thị Châu Giang đã nghiên cứu một số trường hợp cụ thể và đã theo dõi trong thời gian rất dài để rút ra những kết luận bổ ích trong việc nuôi dạy con cái. Các tác giả tìm hiểu những đứa trẻ trong gia đình luôn có cách ứng xử, giáo dục con cái theo cách tiêu cực như: thường xuyên cáu gắt, mắng con cái, tức giận,... Qua quá trình theo dõi tác giả nhận thấy những trẻ này thường trở nên bi quan, nghi ngờ, sống khép nép, hư hỏng, bất cần đời... Hai tác giả đã rút ra một kết luận: khả năng làm chủ cảm xúc của cha mẹ ảnh hưởng lớn tới sự phát triển tâm lý nhân cách của con cái sau này.

Trong bài viết “Ý thức và vô thức trong lĩnh vực xúc cảm – tình cảm con người”, tác giả Lê Khanh đã chỉ ra mối quan hệ giữa vô thức và ý thức trong đời sống xúc cảm – tình cảm con người. Tác giả đưa ra một kết luận liên quan đến giáo dục đời sống tình cảm con cái từ tuổi ấu thơ trong cuộc sống gia đình “Chính từ trong cái nôi gia đình, ngay từ lúc lọt lòng mẹ, đứa trẻ đã nhận được sự giáo dục xúc cảm đầu tiên thông qua cử chỉ âu yếm hay dửng dưng;

yêu thương, trù mến hay độc ác, tàn nhẫn... của những người trực tiếp chăm sóc, đặc biệt là người mẹ” . Tác giả cũng cho rằng, nhiều công trình nghiên cứu đã khẳng định cách đối xử trực tiếp của cha mẹ đối với con cái, cũng như cách bố và mẹ thể hiện tình cảm với nhau trước mặt chúng có những hậu quả sâu xa và lâu bền đối với đời sống xúc cảm- tình cảm của chúng. [24, tr.11]

Năm 2003, Ngô Công Hoàn nghiên cứu vấn đề: “Xúc cảm và giáo dục xúc cảm đối với trẻ em lứa tuổi mầm non”. Tác giả đã đề cập đến khái niệm cảm xúc xét dưới những góc độ khác nhau, các loại cảm xúc của con người và nội dung giáo dục cảm xúc cho trẻ ở lứa tuổi mầm non. Tác giả cũng đưa ra kết luận: cha mẹ cần quan tâm đến việc chăm sóc giáo dục cảm xúc cho trẻ từ 1 đến 3 tuổi. Các phản ứng hành vi cảm xúc, biểu cảm của cha mẹ là yếu tố quan trọng để trẻ bắt chước một cách vô thức. [9, tr.16]

Theo tiến sĩ Nguyễn Ánh Tuyết trong cuốn “Mẹ và con” cũng chỉ ra rằng trong mối quan hệ gắn bó mẹ con, cả hai đều phải phát ra tín hiệu cho nhau. Nhưng trong giai đoạn đầu đời, người mẹ đóng vai trò vô cùng quan trọng cho sự phát triển bình thường của trẻ. Người mẹ chăm sóc, nuôi dưỡng trẻ hàng ngày bằng một tình yêu thương một cách tự nhiên vô thức của người mẹ giúp cho quá trình xã hội hóa của trẻ là nhịp cầu cho trẻ bước vào khám phá thế giới và xã hội loài người.

Trong cuốn “Phát triển tâm lý trong năm đầu” của Bác sĩ Nguyễn Khắc Viện đã bàn về quan hệ gắn bó mẹ con và vai trò cảm xúc của người mẹ trong mối quan hệ gắn bó mẹ con. Từ lúc lọt lòng , trẻ em đã có những ứng xử làm cho mẹ quan tâm và chăm sóc: mút, bám vú, khóc, mỉm cười, tìm theo. Tùy theo mức độ em bé đòi hỏi và người mẹ đáp ứng, sẽ tạo ra một môi gắn bó tốt xấu, đậm nhạt khác nhau. Và từ 6 tháng trở đi, hình thành một hệ thống dần dần chi phối toàn bộ quan hệ mẹ con, chi phối sự phát triển của trẻ mạnh mẽ về nhiều mặt. Đây không chỉ có tác động của mẹ lên con, mà là một sự tác

động qua lại mẹ - con, ảnh hưởng đến cả tâm lý của hai bên. Trong tâm lý người mẹ chăm nuôi con cũng có những biến đổi quan trọng, hai bên phản ứng qua lại nhau, tạo ra những kiểu hình phản ứng khác nhau.

Trong bài viết “Tại sao trẻ hư và cảm xúc, phản ứng của người lớn” của Đỗ Ngọc Khanh cũng nói tới cách ứng xử, cách phản ứng của cha mẹ sẽ để lại hậu quả cho con trẻ. Khi cha mẹ gặp trường hợp con hư thì bố mẹ có cảm xúc nào và phải xử lý ra sao đưa con trở nên ngoan ngoãn hơn.

Có khá nhiều nghiên cứu về hiện tượng trầm cảm, bệnh buồn, rối nhiễu tâm lý sau sinh. Theo một nghiên cứu tại Bệnh viện Hùng Vương, TP. Hồ Chí Minh tỉ lệ bệnh nhân có dấu hiệu trầm cảm sau sinh là 41%, còn theo báo cáo mới hơn tại Bệnh Viện Từ Dũ con số này chỉ là 12,5% trong đó 5,3% là trầm cảm thực sự. Trầm cảm sau sinh ảnh hưởng nghiêm trọng đến sức khỏe bà mẹ, đặc biệt là sự phát triển trí tuệ, cảm xúc và thể chất của đứa trẻ. Trong báo cáo của mình, bác sĩ Nguyễn Thị Như Ngọc – Phó giám đốc Bệnh viện cho biết: Các yếu tố nguy cơ của trầm cảm sau sinh bao gồm: Mổ lấy thai, không được sự hỗ trợ của chồng hoặc người thân trong gia đình, tình trạng nghèo nàn, cuộc sống căng thẳng, mẹ chết từ lúc nhỏ...

Còn theo Bác sĩ Nguyễn Thị Ngọc Phương – nguyên Giám đốc bệnh viện Từ Dũ cho biết: “Sinh con, người phụ nữ trở nên hạnh phúc hơn bao giờ hết nhưng cùng với niềm vui vô bờ là sự mệt mỏi, căng thẳng và lo lắng hoặc có những dấu hiệu tâm lý bất thường như: Khóc không lý do, cáu gắt, khó suy nghĩ, bồn chồn, lo lắng... Khi đó, mẹ sẽ không đủ sức khỏe và tâm trạng để chăm sóc và vui cùng con”.

Như vậy, trong nước có khá nhiều nghiên cứu về tâm lý sản phụ sau sinh và quan hệ gắn bó mẹ con trong những năm tháng đầu đời của đứa trẻ. Trong đó, các tác giả đều nói tới vai trò quan trọng của người mẹ trong quá

trình chăm sóc, cũng như cách biểu hiện, giáo dục cảm xúc cho con là vô cùng quan trọng cho sự phát triển toàn diện trong tương lai của đứa trẻ.

2. Các khái niệm cơ bản

2.1. Cảm xúc

2.1.1. Khái niệm

Theo Từ điển Tâm lý học, Nguyễn Khắc Viện chủ biên [30, tr.43] cảm xúc gồm hai mặt như sau:

- Những phản ứng sinh lý thần kinh thực vật, như tim đập nhanh, toát mồ hôi, nội tiết tăng hay giảm, cơ bắp co thắt, hoặc run rẩy, rối loạn tiêu hóa.
- Những phản ứng tâm lý, qua những thái độ lời nói, hành vi và cảm giác dễ chịu, khó chịu, vui sướng, buồn, khổ ...

Theo Nguyễn Huy Tú, cảm xúc là những rung động khác nhau của con người nảy sinh do sự thỏa mãn hay không thỏa mãn những nhu cầu nào đó, do sự phù hợp hay không phù hợp của các biến cố hoàn cảnh, cũng như trạng thái bên trong cơ thể với mong muốn, hứng thú khuynh hướng, niềm tin và thói quen của chúng ta [22, tr.177].

Theo Nguyễn Quan Uẩn, xúc cảm – tình cảm là những rung cảm thể hiện thái độ của cá nhân đối với các sự vật, hiện tượng có liên quan đến nhu cầu, động cơ của mình. [29]

Theo Vũ Dũng, những khía cạnh nội dung của cảm xúc được phản ánh ở hiện tượng và hoàn cảnh có giá trị đặc biệt đối với chủ thể. [3]

Theo Carroll E. Izard thì cảm xúc được hiểu là một hiện tượng tâm lý phức tạp, thể hiện qua ba yếu tố đặc trưng sau:

- + Cảm nhận hay ý thức về cảm xúc.
- + Các quá trình diễn ra trong hệ thần kinh, hệ nội tiết, hô hấp tiến hóa và hệ khác của cơ thể.

+ Các phức hợp biểu cảm cảm xúc có thể quan sát được, đặc biệt là những phức hợp phản ánh trên bộ mặt. [1]

Daniel Goleman hiểu cảm xúc vừa là một tình cảm vừa là các ý nghĩ, các trạng thái tâm lý và sinh lý đặc biệt, vừa là thang bậc của các xu hướng hoạt động do nó gây ra. [4]

Qua một số khái niệm trên, chúng tôi lựa chọn khái niệm cảm xúc cho nghiên cứu của mình như sau

Cảm xúc là những rung cảm thể hiện thái độ của con người đối với các sự vật, hiện tượng có liên quan đến sự thỏa mãn hay không thỏa mãn nhu cầu của họ.

Cảm xúc là một hiện tượng tâm lý phức tạp, thể hiện trên ba phương diện:

- + *Cảm nhận hay ý thức về cảm xúc.*
- + *Các quá trình diễn ra trong hệ thần kinh, hệ nội tiết, hô hấp tiến hóa và hệ khác của cơ thể.*
- + *Các phức hợp biểu cảm cảm xúc có thể quan sát được, đặc biệt là những phức hợp phản ánh trên bộ mặt.*

Trong đề tài này, chúng tôi chỉ tìm hiểu cảm xúc của các bà mẹ thông qua cảm nhận chủ quan của họ về cảm xúc của mình trong một số tình huống nuôi dạy, chăm sóc con cái.

2.1.2. Cơ sở sinh lý của cảm xúc

Cơ sở sinh lý thần kinh của cảm xúc là hoạt động của các bộ phận trên vỏ não và dưới vỏ não. Phần cổ xưa nhất của não đầu là thân não, bắt đầu đốt xương sống trên cùng rồi đến dưới vỏ. Thân não lúc đầu còn rất đơn giản và sau dần thân não ngày càng phát triển và cùng với nó là cảm xúc cũng ngày càng phức tạp hơn. Trong thân não có một bộ phận là “hạnh nhân” là nơi trú ngụ trí nhớ cảm xúc và một bộ phận “cá ngựa” là nơi lưu giữ trí nhớ cụ thể về

bối cảnh của các sự kiện thô nguyên. Ví dụ, một người đã trải qua một tai nạn giao thông thì trong một hoàn cảnh cụ thể nào đó, cá ngựa có thể giúp người đó nhớ được nơi xảy ra tai nạn, còn hạnh nhân lại giúp làm xuất hiện lại ở anh ta cảm xúc ngậm ngùi, thương xót cho người xấu số.

Khi một cấu trúc tế bào mới phát triển bao quanh thân não xuất hiện gọi là hệ limbic (hệ thống rìa). Như vậy, điều khiển cảm xúc có 3 thành phần tham gia vào đó là cá ngựa, hạnh nhân và hệ thống rìa.

Khi các lớp tế bào vỏ não tăng lên rất nhanh thì các điểm kết nối giữa các neuron cũng tăng, điều đó cũng có nghĩa mức độ đời sống tình cảm – xúc cảm ngày càng phát triển và phức tạp hơn. Một trong những biểu hiện của sự phát triển mạnh mẽ đó là sự gắn bó mẹ con và hiện đang được các nhà tâm lý học tiếp tục nghiên cứu.

Đẻ con người bộ não phát triển cực nhanh, cực mạnh thì các lớp vỏ não ở con người tăng lên rất nhiều so với các lớp tế bào vỏ não ở con vật. Số lượng điểm kết nối giữa các neuron tăng lên nhiều lần so với động vật có vú. Các kiểu kết nối giữa các tế bào thần kinh cũng tăng lên rất nhanh, do đó mà lĩnh vực xúc cảm – tình cảm con người cực kỳ phức tạp.

Hạnh nhân và cá ngựa là nơi điều khiển những xúc cảm của con vật. Đó là những xúc cảm vô thức, chúng được lưu giữ lại trong hạnh nhân để những xúc cảm đó không mất đi. Những công trình nghiên cứu đã chỉ ra rằng, hạnh nhân càng được kích thích, hưng phấn càng mạnh thì hiệu quả in vào trí nhớ càng lớn. Vì vậy, ký ức về những sự kiện khủng khiếp hoặc hạnh phúc cực điểm là không thể xóa nhòa.

Tuy hạnh nhân và cá ngựa cất giữ những loại thông tin khác nhau nhưng chúng đều phối hợp chặt chẽ với nhau trong khi hoạt động.

Nếu hạnh nhân làm xuất hiện những xúc cảm một cách vô thức thì hành động diễn ra chỉ dựa vào những xúc cảm này mà không dựa vào suy nghĩ.

Trong khi đó đại bộ phận những thông điệp được gửi tới các phần khác nhau của vỏ não và được phân tích tại nơi này. Vai trò của các vòng mạch khác nhau trên vỏ não nói chung và của thùy trán nói riêng làm cho các xúc cảm trở nên có ý thức, lúc này hành động được thúc đẩy bởi những xúc cảm có ý thức. [24, tr.9]

Như vậy, đời sống tình cảm của con người là kết quả của sự phối hợp hoạt động giữa vỏ não nói chung và thùy não trán trước nói riêng với vùng rìa, hạnh nhân và cá ngựa. Đời sống tình cảm là kết quả của sự phối hợp giữa ý thức và vô thức.

2.1.3. Biểu hiện của cảm xúc

Để người khác nhận biết được cảm xúc của mình thì bản thân cá nhân cũng có cách biểu hiện cảm xúc qua một kênh nào đó: có thể qua ánh mắt, nét mặt, hành vi, cử chỉ, lời nói, ...

Chúng ta tìm hiểu:

a. Sự biểu cảm bằng nét mặt

Năm 1872, Darwin cho rằng sự biểu cảm bằng nét mặt đã xuất hiện trong quá trình tiến hóa. Trong quá trình này, những tín hiệu biểu cảm cảm xúc bằng nét mặt đã bắt đầu thực hiện chức năng thông tin. Những biểu hiện nét mặt đóng vai trò quan trọng trong giao tiếp bằng thị giác. Hinde và Rowell đã mô tả những phức hợp khác nhau của sự biểu cảm bằng nét mặt của con khỉ trong việc thể hiện sự đe dọa, sự bất ổn, sự sợ hãi, sự thanh bình.

Các công trình nghiên cứu sự tiến hóa của sự biểu cảm bằng nét mặt đã dẫn tới những kết luận sau:

1. Các cơ chế thần kinh – cơ của bộ mặt cần thiết để thực hiện những biểu hiện cơ bản của các biểu cảm bằng nét mặt tạo nên tính liên tục từ những con linh trưởng bậc cao đến con người.

2. Sự biểu hiện của bộ mặt con người rất giống với những phản ứng của những động vật mà lúc đầu đã thực hiện những chức năng có liên quan đến việc được chăm sóc hay bị thương tổn.

3. Một số biểu hiện của nét mặt rất giống với những phản ứng phản xạ đối với những kích thích không mang tính xã hội.

4. Ít nhất cũng có một số biểu hiện của bộ mặt có nguồn gốc từ những phản ứng trong sự giao tiếp của các động vật. Đó là quan điểm được nói đến trong các tác phẩm của Darwin.

5. Một số biểu hiện của bộ mặt có thể là hệ quả của những hành động không chủ định được quy định bởi cấu trúc của hệ thần kinh. [1, tr.92 – 93]

Nếu vẽ mặt biểu cảm của con người là sự tiếp tục về loài của những biểu hiện vốn có của tổ tiên con người thì sự chọn lọc tiến hóa phải đóng vai trò quan trọng trong sự phân hóa các cảm xúc. Nhiều nghiên cứu đã chứng minh sự tồn tại của các phức hợp hành vi phổ biến đã được định trước về mặt di truyền, chúng biểu hiện một số cảm xúc nền tảng.

Có thể nói mọi liên hệ xã hội của con người đều được dựa trên những cảm xúc, còn các cảm xúc được biểu lộ ra về cơ bản nhờ những biểu hiện của bộ mặt.

Tầm quan trọng của sự biểu cảm bằng nét mặt so với sự ra hiệu bằng điệu bộ trong giao tiếp cảm xúc ngày càng tăng lên theo sự phát triển của loài cũng như trong quá trình phát triển của cá nhân. Những cảm xúc biểu cảm bằng nét mặt là những đặc tính thống nhất, không phụ thuộc vào tư thế, sự vận động và môi trường xung quanh ở những mức độ nhất định.

Sự biểu hiện cảm xúc bằng nét mặt đối với mối quan hệ mẹ - con:

Từ lâu trước khi đứa trẻ bắt đầu phát âm được từ riêng biệt, sự biểu hiện nét mặt của nó đã có khả năng chuyển đạt thông tin. Những biểu hiện của nét mặt của đứa trẻ chúng ta biết rằng nó đang vui mừng hay buồn rầu, tức giận

hay sợ hãi, ngạc nhiên hay luống cuống. Nếu chúng ta không đọc được biểu hiện nét mặt của đứa trẻ thì chúng ta không thể hiểu được những thông tin quan trọng nhất của trẻ, không thể hiểu được thiện cảm của con và do đó không thể bày tỏ được thiện cảm của mình.

Ở tuần tuổi thứ ba, đứa trẻ bắt đầu đáp lại cái nhìn chăm chú của người nhìn nó (Walf, 1969). Trẻ sơ sinh thích nhìn bộ mặt hay sự biểu hiện sơ lược của bộ mặt hơn bất cứ kích thích nào khác (Fantz, 1963). Còn bộ mặt với những biểu hiện tự nhiên được đứa trẻ chăm chú nhìn trong thời gian dài (Fantz, 1966).

Nhiều nhà khoa học xem sự quyến luyến của người mẹ và đứa trẻ như là cơ sở quan trọng đối với sự phát triển xã hội và tâm lý của trẻ, còn tất cả những gì tạo nên sự gắn bó, quyến luyến đều có mối liên hệ chặt chẽ với các cảm xúc. J.Bowlby đã viết: “Không có hành vi nào đi kèm với tình cảm mạnh hơn là sự quyến luyến của mẹ - con. Đứa trẻ cảm thấy yên tâm trong suốt thời gian có sự hiện diện của người mẹ yêu dấu. Nếu đứa trẻ bị mất mát tình cảm này thì sẽ gây nên sự đau khổ cho nó. [1, tr.99]

Khi đứa trẻ nhận ra được mẹ mình trong số nhiều người khác nó luôn nhìn mẹ và sẽ khóc khi mẹ rời khỏi nó. Khi trẻ đến khoảng 6 tháng tuổi không chỉ khóc mà trẻ còn nhold theo mẹ và phản ứng mạnh mẽ khi mẹ trở lại nó mỉm cười, đưa hai tay xòe ra và phát ra những âm thanh vui sướng.

Đến tháng thứ 9, tất cả những hành động này được điều chỉnh hơn và đứa trẻ biết áp sát người vào mẹ khi sợ hãi hay khi buồn bã.

Sự quyến luyến xuất hiện trên cơ sở giao tiếp cảm xúc nhờ thính giác, thị giác, xúc giác. Các loại cảm giác này có vai trò rõ rệt trong việc tri giác các dấu hiệu biểu hiện cảm xúc. Tuy nhiên, các tác giả cũng không phủ nhận vai trò của những yếu tố bẩm sinh và giáo dục. Họ thừa nhận bản chất bản năng của sự quyến luyến giữa mẹ và con như Bowlby đã nhận định. Nếu thuật ngữ

“bản năng” chỉ những đặc điểm sinh học ít biến đổi theo tiến trình phát triển dưới ảnh hưởng của những biến đổi của môi trường thì những biểu hiện của những cảm xúc nền tảng là bản năng.

Như vậy, kiểu dạy dỗ có thể tốt hơn nếu tính đến những khuynh hướng bẩm sinh và sự phát triển tự giác, đó là những yếu tố cùng phát triển theo sự trưởng thành của đứa trẻ. Đứa trẻ càng lớn, những biểu hiện cảm xúc trên nét mặt càng rõ nét, giúp chúng phát triển các quan hệ cảm xúc với bạn bè và những người xung quanh, các quan hệ đặc trưng trong đời sống xã hội và mang tính người. Khi cha mẹ thông qua sự biểu hiện cảm xúc trên nét mặt của con trẻ thì bạn sẽ đưa ra phản ứng hoặc thái độ đáp lại đúng đắn như là sự đồng cảm với con, cũng là sự thể hiện mình hiểu con.

b. Biểu hiện cảm xúc và cảm giác tiếp xúc

Các giác quan của con người còn là một bí mật mà cho đến nay các nhà khoa học vẫn đang tiếp tục tìm kiếm lời giải đáp cho nó. Qua nhiều nghiên cứu cho thấy: các giác quan của con người đều liên quan chặt chẽ với cảm xúc. Có lời nhận xét rằng: “Năm giác quan là năm sợi dây vô hình, trong thực tế đã nối kết lại với nhau một cuộc sống hiện hữu có ý nghĩa và cũng cho ta một sức mạnh vô biên cùng một cuộc đời toàn mỹ”. [15, tr.129]

Năm giác quan có ý nghĩa hết sức đặc biệt với cuộc sống của mỗi cá nhân, niềm vui, nỗi buồn, hạnh phúc, đau khổ, sự hưng phấn...đều có sự tham gia của các giác quan. Nếu như, thị giác với những cái nhìn chăm chăm, âu yếm, trêu mến thì sẽ tạo nên mối xúc cảm “dạt dào”. Còn thính giác, ví dụ: âm nhạc, theo một công trình nghiên cứu của viện nghiên cứu tính dục con người ở SanFran-Sisco, cũng làm sinh sản các chất kích thích trong đầu óc của mọi người. Âm thanh có thể làm cho người ta vui thích hơn, yêu thương nhau hơn hoặc có thể làm cho buồn hơn.

Với khứu giác, mùi hương cũng là yếu tố quan trọng trong tình yêu, trong cuộc sống. Đứa con nhận ra mẹ qua mùi của cơ thể, mùi hương quen thuộc của mẹ khiến đứa trẻ vui lên khi thấy mùi quen thuộc ấy [15, tr.126].

Tất cả các giác quan của con người đều mang đến cho chúng ta cảm xúc, nhưng nhiều nghiên cứu đã khẳng định rằng trong các giác quan thì xúc giác sẽ đem lại cho con người nhiều cảm xúc nhất và tạo ra mối quan hệ thân thiết. Với mối quan hệ mẹ - con thì xúc giác càng trở nên quan trọng chính sự tiếp xúc da thịt tạo nên mối quan hệ mẹ con sớm, tạo nên sự gắn bó mẹ con. Theo như BS.Vũ Thị Chín: “Từ những tiếp xúc da kề da, hơi hám quyện vào nhau, bà mẹ mô tả một cảm giác thỏa mãn đầy đủ: nhìn thấy, sờ thấy con, đột nhiên khiến các mong ước của bà mẹ trở thành hiện thực, khiến quên đi mọi đau đớn khổ sở, tháo gỡ hết những lo hãi về cơ thể đứa không không lạnh lặn” [2, tr.14].

Công trình nghiên cứu của Harlow, 1971, đã đưa tới kết luận rằng sự tiếp xúc hay liên hệ thân xác là nhu cầu sinh học có tính tổng hợp đối với các cảm xúc quyền luyến và tình yêu.

Montague, 1972, nhận định rằng chính sự đụng chạm biểu hiện cảm xúc đáp lại.

Cảm giác tiếp xúc có vai trò quan trọng trong giao tiếp cảm xúc và kiểm tra cảm xúc. Những ấn tượng cảm giác xuất phát từ đụng chạm thân xác là những phức hợp bền vững theo quá trình tiến hóa. Ở một số loài, các kiểu tiếp xúc khác nhau thực hiện những chức năng sinh học và xã hội khác nhau.

Sự tiếp xúc cũng như biểu hiện của nét mặt là đối tượng của các chuẩn mực xã hội và của các hệ thống kiêng kỵ. Cảm giác tiếp xúc rất phức tạp, Gellard, 1972, đã tìm hiểu những đặc điểm sau của sự tiếp xúc: sức ép tiếp xúc, sức ép dưới da, ấm nóng, lạnh lẽo, nóng bức, sức ép cơ...

Sự tiếp xúc với mặt mang tính dịu dàng hay thô bạo luôn để lại những ấn tượng cảm xúc rất lớn. Đa số động vật có vú thường liếm vào da những đứa con vừa mới sinh ra, liếm sạch lông của chúng. Sự kích thích như thế có tầm quan trọng sống còn, vì ở một vài loài, hệ thống niệu sinh dục không hoạt động nếu không có sự kích thích da.

Những công trình nghiên cứu động vật chứng tỏ rằng, sự liếm, sự xoa vuốt và sự âu yếm có tác động tăng cường sức khỏe của các động vật đã trưởng thành.

Montague đã đi tới kết luận rằng, có một trình tự tiến hóa từ sự liếm ở động vật có vú bậc thấp, chải bằng răng ở những con linh trưởng bậc thấp, gãi bằng tay ở những con khỉ và khỉ hình người bậc cao đến xoa vuốt ở con người. Montague cho rằng, viễn cảnh tiến hóa chứng tỏ tầm quan trọng của kích thích da với trẻ em. Ông viết: “Chúng ta hoàn toàn có cơ sở để gọi nó là bộ phận cơ bản và nền tảng của xúc động và là yếu tố quan trọng trong sự phát triển sức khỏe của mỗi cơ thể”. [1, tr.103]

c. Biểu hiện cảm xúc và hưng phấn sinh lý

Một loạt các nghiên cứu đã phát hiện ra mối liên hệ ngược giữa hưng phấn sinh lý bên trong và sự biểu hiện cảm xúc bên ngoài trong những điều kiện kích thích khác nhau.

Nếu biểu hiện bên ngoài của cảm xúc bị kiềm chế thì sự biểu hiện sinh lý của nó lại được tăng cường. Ngược lại nếu có thể biểu hiện cảm xúc ra bên ngoài thì hoạt động bên trong bị giảm đi.

Năm 1970, Lanzetta, Kleck nhận định rằng, trong quá trình xã hội hóa con người đã từng phải trả giá cho sự biểu hiện các xúc động của mình, vì vậy đã học được cách kiềm chế những xúc động ấy. Họ đã trải qua sự xung đột giữa khát vọng thể hiện và sự cần thiết phải kiềm chế sự biểu cảm trong những tình huống cảm xúc. Mức hưng phấn sinh lý cá nhân của họ là tổng số

những hưng phấn diễn ra theo tình huống kích thích và do xung đột. Những trải nghiệm này giúp họ tri giác chính xác hơn biểu hiện xúc động của những người khác.

Buck, 1974, phân tích rộng hơn về mối tương quan giữa những phản ứng sinh lý và tính biểu cảm bên ngoài của hành vi. Ông cho rằng khi con người kiềm chế biểu hiện bên ngoài của các cảm xúc, thì lại bị stress và chính stress này làm tăng cường các phản ứng sinh lý. Ông cũng thấy rằng phụ nữ biểu hiện tình cảm tốt hơn nam giới. Ngoài ra ông và đồng nghiệp thấy rằng những đặc điểm “e thẹn”, “sợ người lạ”, “bình tĩnh và thận trọng”, “hướng vào nội tâm”, “sẵn sàng công tác”, “tự kiểm tra cảm xúc” có mối tương quan nghịch với tính biểu cảm của hành vi.

Các tác giả cũng nhận ra rằng những đặc điểm cá nhân như “thường biểu thị sự thù địch”, “có nhiều bạn bè”, “biểu hiện những tình cảm của mình một cách cởi mở”, “thẳng thắn biểu hiện sự kình địch của mình” ... có tương quan thuận với tính biểu cảm của hành vi. [1, tr.106]

2.1.4. Cấu trúc của cảm xúc

Khi bàn về cấu trúc cảm xúc, một số nhà nghiên cứu khẳng định rằng loài người trải qua hai kiểu hoặc hai trình độ cảm xúc: Một có nền tảng về mặt sinh học nên có tính bản năng và phổ biến, một do con người học được nhờ những tác động của xã hội.

Theo D. Kemper (1987), chỉ có 4 cảm xúc được di truyền qua con đường sinh học là sợ hãi, giận dữ, buồn rầu, thỏa mãn. Ông tin rằng mỗi người đều trải qua 4 cảm xúc này bởi con người bị quy định về mặt sinh học để thực hiện điều đó. Bên cạnh đó, một số nhà nghiên cứu khác như Ekman và Davision (1994) không đồng ý với ý kiến cho rằng một số cảm xúc là nền tảng, còn một số khác là được hình thành. Phần lớn, các nhà nghiên cứu tin rằng một phần hoặc tất cả cảm xúc được hình thành nên dưới ảnh hưởng đáng

kẻ của xã hội. Con người học được: khi nào và đối với cái gì thì cảm thấy sai trái hoặc kiêu ngạo; khi nào thì cảm thấy biết ơn, ngượng ngịu hoặc phần nộ. Có một sự nhất trí cao độ giữa các nhà khoa học là không nên phân chia rạch ròi những cảm xúc nền tảng với những cảm xúc học được trong quá trình sống.

C.E.Izard đưa ra thuyết các cảm xúc phân hóa và cho rằng cảm xúc có cấu trúc tầng bậc gồm những cảm xúc nền tảng và những cảm xúc phức hợp.

Cấp bậc thứ nhất bao gồm 10 cảm xúc nền tảng là (1) Hạnh phúc, (2) Vui sướng, (3) Ngạc nhiên, (4) Đau khổ, (5) Căm giận, (6) Ghê tởm, (7) Khinh bỉ, (8) Khiếp sợ, (9) Xấu hổ, (10) Tội lỗi. Cấp bậc thứ hai là các phức hợp cảm xúc được tạo nên từ những tổ hợp của các cảm xúc nền tảng.

Trong nghiên cứu này, chúng tôi chỉ tìm hiểu một số cảm xúc nổi trội của các bà mẹ liên quan đến một số tình huống chăm sóc, nuôi dạy con: Hạnh phúc, vui, lo lắng, buồn, căng thẳng.

2.1.5. Vai trò của cảm xúc

Trong cuộc sống của cá nhân đều phải trải qua các cảm xúc: vui, buồn, yêu, ghét, sung sướng, hạnh phúc, mừng, giận, hổ thẹn, sợ hãi, hồi hộp, ngạc nhiên v.v...nhiều người cho rằng khi con người xuất hiện những cảm xúc tiêu cực sẽ là điều không hay. Theo kết quả nghiên cứu của nhà tâm lý học Mỹ D.Goleman, nhờ những hoóc-môn tiết ra từ não mà các cảm xúc tác động lên cơ thể theo các cách khác nhau và gây nên những phản ứng phù hợp.

Sợ hãi có thể làm cho cơ thể hầu như bị tê liệt, tim thót lại, thở giảm đi. Cũng có thể máu dồn vào các cơ cử động nhất là hai cẳng chân khiến cá nhân chạy thực mạng để tránh xa nơi nguy hiểm, mặt tái đi [15, tr.6]. Như vậy, trong trường hợp này sợ hãi sẽ giúp con người tránh được nguy hiểm, mặc dù các cơ quan hoạt động không được như bình thường.

Giận giữ làm máu dồn vào các bàn tay khiến cá nhân dễ có hành động vơ ngay một vật gì đó làm vũ khí hoặc đánh vào kẻ gây sự và hoóc-môn được tiết ra nhiều là adre-na-lin để giải phóng năng lượng cần thiết cho hành động mạnh. Do đó, sự giận giữ quá mức có thể dẫn đến mất khôn, việc không làm chủ được mình trong những cơn giận giữ sẽ có những hậu quả không thể lường trước được. Sự giận giữ của cha mẹ có thể khiến đứa trẻ phải gánh chịu nhiều hậu quả không mong muốn. Chính vì vậy, cha mẹ luôn luôn phải là những người biết kiềm chế cảm xúc của mình để tạo cho con sự tin tưởng, yêu thương.

Buồn rầu là cơ chế để giúp cho cá nhân chịu đựng một sự mất mát, đau đớn hoặc một thất vọng nào đó. Nhưng nỗi buồn sâu sắc và kéo dài có thể dẫn đến trầm cảm, làm chậm quá trình chuyển hóa, mất ngủ, chán ăn, mất khả năng chú ý, thu mình lại, đơn độc, không muốn tiếp xúc với ai khác.

Đối với người mẹ lần đầu sinh con, trong những tình huống như: con ốm đau, chậm phát triển trí tuệ hay thể lực, chậm phát triển ngôn ngữ, hoặc những trường hợp đặc biệt hơn như: con bệnh tật nặng, bị bệnh đao v.v... người mẹ sẽ rất buồn rầu. Tất cả mọi hoạt động gần như bị ngưng trệ, ngay cả việc chăm sóc con, người mẹ cũng không thể thực hiện bình thường được. Nếu rơi vào những trường hợp đó, người mẹ rất cần có sự giúp đỡ của người thân, bạn bè, bác sĩ và những chuyên gia khác.

Hạnh phúc làm tăng hoạt động của vùng thùy trán phía trước bên trái có khả năng ức chế những tình cảm tiêu cực, làm chậm lại hoạt động của trung tâm gây sợ, tạo thuận lợi cho việc tăng năng lượng cho cơ thể. Tuy nhiên, nó không gây phản ứng sinh lý riêng biệt ngoại trừ làm hòa dịu, yên tâm khiến cho cơ thể phục hồi nhanh những hệ quả sinh học do những bức bối gây nên. Cá nhân hoàn thành mau lẹ và phần khởi làm mọi nhiệm vụ đưa đến và tự đề ra cho mình nhiều mục tiêu để thực hiện. Trong quá trình chăm sóc con khi

thấy con khỏe mạnh, chập chững những bước đi đầu tiên, những dấu hiệu cho thấy sự phát triển tốt v.v... đó là niềm hạnh phúc lớn lao của người mẹ. Niềm hạnh phúc đó giúp cho người mẹ luôn hướng tới sự chăm sóc người con và giữ mối quan hệ với mọi người xung quanh tốt nhất. Niềm hạnh phúc đó còn giúp cho người vượt qua được những khó khăn sẽ gặp trước mắt.

2.1.6. Các loại cảm xúc

Sự phân loại cảm xúc có rất nhiều quan điểm, vì vậy có nhiều cách phân chia khác nhau. Người ta có thể chia ra làm xúc cảm tiêu cực (buồn, tức giận, giận giữ v.v...), xúc cảm tích cực (vui, hạnh phúc, sung sướng v.v...); hoặc có thể chia ra làm cảm xúc cấp thấp (liên quan đến sự thỏa mãn những nhu cầu vật chất, nhu cầu sinh hoạt hàng ngày của con người), cảm xúc cấp cao (liên quan đến sự thỏa mãn nhu cầu tinh thần của con người; hoặc 10 cảm xúc theo quan điểm của Izard trong cuốn "Những cảm xúc người": Hứng thú, hồi hộp, vui sướng, ngạc nhiên, đau khổ đau xót, căm giận, ghê tởm, khinh bỉ, khiếp sợ, xấu hổ, tội lỗi sẽ có cùng cách biểu ... Tuy nhiên, chúng tôi tiếp cận các cảm xúc cơ bản của con người theo quan điểm của Ekman, với 6 cảm xúc cơ bản là *Vui sướng, Đau buồn, Tức giận, Ngạc nhiên, Kinh tởm và Lo sợ* [33, tr. 409]. Nhưng việc đi sâu phân tích các cảm xúc này cũng có sử dụng kết hợp nhiều nghiên cứu của các tác giả khác và một số nhận định cá nhân nữa.

Vui sướng (happy)

Đây là trạng thái cảm xúc rất cơ bản của con người, là cảm xúc đạt được mong muốn tối đa, mặc dù không bắt buộc và thường xuyên. Nó là sản phẩm phụ của các sự kiện và điều kiện hơn là kết quả của khát vọng trực tiếp để có được nó. Trạng thái tích cực của vui sướng được đặc trưng bởi tình cảm về sự tin tưởng, về giá trị của riêng mình và cảm giác về cái mà chúng ta yêu thích. [1, tr.108]

Sự vui sướng được đặc trưng bằng hoạt động tăng lên của trung tâm não nhằm ức chế những tình cảm tiêu cực làm năng lượng hiện có tăng lên, cũng như làm cho hoạt động của trung tâm gây lo lắng bị chậm lại. Trạng thái này đem lại cho cơ thể một sự thư giãn, thỏa mái. Cá nhân thực hiện vội vàng và phấn khởi hơn những nhiệm vụ đặt ra cho mình, đồng thời đặt ra nhiều nhiệm vụ khác nhau hơn. Tuy nhiên sự sung sướng quá độ có thể khiến người ta trở nên thiếu sáng suốt, có các hành động quá khích..

Một số thuật ngữ liên quan: sảng khoái, sung sướng, vui vẻ, nhẹ nhõm, bằng lòng, hạnh phúc, hoan hỉ, ngây ngất...

Đau buồn (Sad)

Đây là cảm xúc trái ngược với vui sướng. Đó là khi con người trải nghiệm cảm giác mất mát, đau đớn, nản lòng, khổ sở, cảm thấy cô độc, không được tiếp xúc với người khác, tự thương thân [1, tr.109]. Sự đau buồn gây ra sự suy sút năng lượng và thiếu hứng khởi đối với mọi hoạt động của cuộc sống, đặc biệt là vui chơi giải trí. Khi con người buồn thì họ dễ bị tổn thương, chán nản và thường có xu hướng suy nghĩ về sự việc theo những chiều hướng tiêu cực nhiều hơn, thiếu sáng suốt và rơi vào tình thế bị động trong một cái vòng luẩn quẩn do chính mình tạo nên mà họ không thoát ra được. Ở mức độ sâu sắc, trầm trọng, nó gần với sự suy sụp, "kiệt quệ", làm chậm quá trình trao đổi chất của cơ thể. Nếu sự đau buồn kéo dài sẽ có thể dẫn đến một số bệnh lý liên quan đến rối nhiễu, lo lắng... điển hình nhất là bệnh trầm cảm.

Một số thuật ngữ liên quan: phiền muộn, sầu não, ủ rũ, thất vọng, đau khổ.

Tức giận (Angry).

Đây là cảm xúc nền tảng mà việc kiểm soát hay sự biểu hiện của nó phải được chú ý đặc biệt trong quá trình xã hội hóa. Biểu hiện bề ngoài của

tức giận rất dễ nhận ra như "đỏ mặt tía tai"... Năng lượng được huy động nhanh làm trương cơ và có thể tạo ra sức mạnh, tình cảm dữ dội hay tự tin. Mặc dù tức giận có vai trò quan trọng trong quá trình tiến hóa, nhưng ở người hiện đại, chức năng của nó không lớn. [1, tr.110] Sự tức giận làm máu dồn tới bàn tay, khiến cho người ta dễ cầm lấy một thứ vũ khí hay đánh kẻ thù và những hormone như adrenalin tiết ra rất mạnh, để giải thoát năng lượng cần thiết cho một hoạt động quyết liệt.

Một số thuật ngữ liên quan: phần nộ, thù địch, cău gắt, căm uất..

Ngạc nhiên (Suprised).

Khác với các trạng thái cảm xúc khác, ngạc nhiên luôn là cảm xúc ngắn ngủi nảy sinh nhờ sự tăng đột ngột của kích thích thần kinh do sự xuất hiện bất ngờ nào đó. Về sắc thái biểu cảm trên khuôn mặt, sự ngạc nhiên làm cho lông mày nhướn lên, khiến cho tầm nhìn mở rộng ra và lượng ánh sáng lọt tới võng mạc tăng lên. Do đó, các cá nhân nắm bắt được nhiều thông tin hơn về một sự kiện bất ngờ. Điều này cho phép đánh giá hoàn cảnh đúng hơn và nghĩ được kế hoạch hành động tốt hơn có thể, trong những tình huống như thế con người thường hành động một cách thiếu lý tính đôi khi là đại dột và nông nổi. [1, tr.109]

Một số thuật ngữ liên quan: kinh ngạc, ngỡ ngác, bất ngờ..

Kinh tởm (Nauseating)

Có thể gắn liền với cảm giác khó chịu, tức giận. Cảm xúc kinh tởm có thể khiến người ta có hành động tấn công, phản ứng dữ dội hoặc bỏ chạy, lẩn trốn (Flight or Fight- Chiến hay là Biến- Tả hay là Tẩu). Cảm xúc kinh tởm cũng có thể gây ra các ám ảnh sợ. Các đối tượng gây ra cảm xúc này có thể mang các yếu tố vật lý, sinh học thuần túy như mùi khó chịu, hôi thối, sự bẩn

thiu, mất vệ sinh, những cảnh tượng xấu...cho đến yếu tố xã hội như sự chết chóc, cái ác, những thói xấu của con người...

Một số thuật ngữ liên quan: Ghê tởm, chán ghét, phát ngáy..

Lo sợ (Afraid).

Đây là phản ứng cảm xúc khi có những tín hiệu báo nguy hiểm từ môi trường bên ngoài nhưng cũng có thể chỉ do chủ quan của con người. Để ứng phó, con người cũng có các phương án hành động như đối với sự kinh tởm (đương đầu hay lẩn tránh). Sự sợ hãi đưa máu tới các cơ quan chỉ huy vận động của cơ thể, như cơ bắp chân, chuẩn bị để bỏ chạy và làm mất tái đi do máu bị dồn đến nơi khác. Đồng thời thân thể bị tê liệt trong một khoảnh khắc nhất định. Điều này có tác dụng để cho cá nhân có thời gian quyết định xem có nên lẩn tránh đi hay không. Những trung tâm cảm xúc của bộ não tiết ra ồ ạt các hormone đặt thân thể vào trạng thái báo động, và cơ thể sẵn sàng hành động, chú ý vào mối đe dọa trước mắt. Đó là thái độ lý tưởng để quyết định xem phản ứng nào là thích hợp nhất. Khi chúng lo sợ trở thành bệnh lý thì đó là các rối loạn lo âu, lo hãi, hoảng hốt.

Một số thuật ngữ liên quan: ghê sợ, e sợ, sợ sệt, lo lắng..

Phân chia một cách đơn giản thì cảm xúc được chia thành những cảm xúc tích cực và những cảm xúc tiêu cực. Sự phân loại khá chung chung này đối với các cảm xúc, xét về toàn bộ là đúng đắn và có ích, nhưng những khái niệm tính tích cực và tính tiêu cực vận dụng vào các cảm xúc cần phải được chính xác hóa nhất định. Những cảm xúc như căm giận, khiếp sợ, xấu hổ không thể xếp một cách cứng nhắc vào loại những cảm xúc tiêu cực hay những cảm xúc xấu.

Như vậy, cảm xúc là một vấn đề lý thú nhưng rất phức tạp trong tâm lý học. Có rất nhiều quan điểm xung quanh định nghĩa cảm xúc và việc phân

chia các cảm xúc cơ bản của con người. Tuy nhiên, tựu chung lại chúng ta có thể hiểu một cách phổ thông, đơn giản rằng cảm xúc là những rung động của cá nhân, có kèm theo các phản ứng về sinh lý và hành vi. Các cảm xúc như vui, buồn, tức giận, lo sợ... là những trạng thái tinh thần cơ bản của con người. Chúng có ảnh hưởng rất lớn trong đời sống tình cảm của con người và nó có sự tác động theo hai chiều hướng cả tích cực và tiêu cực. Vấn đề cảm xúc ngày càng được quan tâm không chỉ trong giới nghiên cứu mà tất cả mọi người. Tâm hồn mỗi người có thể ví như "*một cây đàn muôn điệu*" với những cung bậc khác nhau của cảm xúc.

2.2. Cảm xúc của người mẹ lần đầu sinh con

2.2.1. Quan hệ gắn bó mẹ con

Lý thuyết gắn bó được Bowlby xây dựng từ 1958 và được hoàn thiện, bổ sung dần với những công bố của Bowlby vào những năm 1969, 1973, 1978, 1980.

Theo Bowlby, gắn bó là một hệ sơ cấp đặc trưng, có nghĩa là hiện diện ngay từ khi sinh với những đặc điểm riêng của loài. Chính vì vậy giữa em bé và mẹ (hoặc người thay thế) có thể thiết lập với nhau những mối liên hệ chọn lọc và ưu tiên một cách tự nhiên.

Bằng thuật ngữ ứng xử gắn bó, Bowlby chỉ mọi ứng xử của sơ sinh có hậu quả và chức năng dẫn tới và duy trì sự gần gũi và sự tiếp xúc với bà mẹ, hoặc người thay thế. Đó là những biểu lộ bẩm sinh như: tiếng kêu khóc, nụ cười, bú, bám vú, ỉa... vì thế tiếng khóc của trẻ sơ sinh có khả năng khơi gợi sự tiến lại gần của bà mẹ để bế con lên. Sự gần gũi tạo nên như thế cung cấp cơ hội cho một ứng xử xã hội và đồng thời là một phần thưởng. Nó giúp cho trẻ nhận dạng ra mẹ nó một cách có chọn lọc. Trong quá trình em bé nhận dạng ra mẹ ngày càng rõ hơn, nó càng thể hiện nhiều sợ hãi và lo âu hơn đối

với những người lạ. Theo Bowlby (1973), đó là kết quả của một sự thành thực kép: Sự gia tăng các khả năng tri giác của em bé, giúp nó dò tìm ra tính chất mới mẻ hoặc xa lạ của một đồ vật hoặc một con người; sự gia tăng với tuổi của nỗi sợ hãi đối với người lạ.

Trong thuyết gắn bó của mình Bowlby đã chịu ảnh hưởng mạnh mẽ của thuyết dấu ấn của các nhà tập tính khách quan. Ông đã không ngần ngại khi đưa ra nhận định trong mối quan hệ gắn bó giữa trẻ và mẹ có sự ứng xử có chọn lọc và những ứng xử nhờ đó trẻ khởi động và duy trì sự gần gũi và tiếp xúc với mẹ. Vì vậy, muốn hình thành được sự gần gũi và tiếp xúc cần thiết cho sự sống của trẻ, người lớn cần phải đáp ứng mau lẹ và một cách phù hợp với các ứng xử gắn bó của trẻ có giá trị như những tín hiệu đặc thù.

Sự gắn bó của em bé với mẹ hoặc người thay thế được dựa trên một bảng những sở trường tri giác hiện hữu khi sinh. Chúng ta có thể sử dụng những công cụ cần thiết hỗ trợ cho tương tác và giao tiếp. Song song với việc em bé biểu lộ những sở trường đối đáp với những kích thích đặc trưng cho con người, đặc biệt là kích thích từ người mẹ. Người mẹ quan tâm tới những biểu lộ tự nhiên và những trả lời của con. Do đó bà mẹ mau chóng phát hiện ra mình có thể khởi động và lái các đáp ứng của con bằng lời nói và các ứng xử mà trẻ có thể hiểu được. Đồng thời bà mẹ đọc những ứng xử của con như thể hiểu được các dấu hiệu, những cái chỉ cho thấy sự thích thú hoặc khó chịu, sự sáng khoái hoặc khốn khổ, và cả những dấu hiệu trẻ dành riêng cho mẹ. Giữa mẹ và con lúc đó không chỉ là đối tác hiểu rõ nhau nhất mà hòa vào nhau như hai là một.

Các nghiên cứu đã chỉ ra, tình yêu cũng như cách thức biểu hiện tình cảm của người mẹ qua những xúc cảm cụ thể sẽ ảnh hưởng rất lớn đến sự phát triển toàn diện của trẻ về sau. Tình thương yêu mẹ - con là một sự trao

đôi giữa mẹ và con. Tuy nhiên việc trao đổi đó lại chỉ do một mình bà mẹ khởi động và định hướng. Chính tình cảm của người mẹ điều chỉnh trên thực tế tính chất và chất lượng của tình yêu người mẹ dành cho con và tình yêu con đáp lại mẹ. [27, tr.71]. Một cơ sở khoa học vững chắc rằng tình cảm yêu thương, cách biểu hiện cảm xúc của người mẹ ảnh hưởng mãnh liệt đến sự phát triển sinh học của trẻ cũng như tình cảm sau này của trẻ. Những bà mẹ không trực tiếp chăm sóc con mình hàng ngày mà trao con mình cho người khác chăm sóc để lao theo sở thích, công việc xã hội của mình một cách thái quá. Đứa trẻ này sẽ rơi vào “sự thiếu hụt tình cảm” và nó sẽ khó có sự phát triển toàn diện.

Sự gắn bó mẹ con phải được phối hợp từ hai yếu tố: chăm sóc thể chất và sự yên ổn tình cảm. Eric Erickson trong khi phát triển học thuyết về 8 giai đoạn khủng hoảng lứa tuổi trong đời người đã chỉ ra rằng giai đoạn từ 0 – 1 tuổi vô cùng quan trọng trong quá trình gắn bó mẹ - con. Nếu trẻ thiếu sự gắn bó với mẹ (hoặc người chăm sóc) khi vào tuổi trưởng thành chúng bị rối loạn ứng xử. [11, tr.103]

Người mẹ trực tiếp chăm sóc con cái thường xuyên tạo nên sự gắn bó về vật chất và sự ổn định về tâm lý cho đứa trẻ. Ngay từ khi mang thai người mẹ với tâm trạng sẵn sàng chào đón đứa bé ra đời với tình yêu thương và lòng khao khát sẽ tạo điều kiện cho đứa trẻ phát triển toàn diện ngay từ đầu. Về sau, mối quan hệ mẹ - con dần được thiết lập một cách chặt chẽ và cả những quan hệ khác trong gia đình cũng tạo nên mối quan hệ nhất định với đứa trẻ. Tình cảm của người mẹ luôn luôn đồng hành cùng với sự phát triển trí tuệ, thể chất, cảm xúc của trẻ. Vì vậy nhân cách của bà mẹ, cách xử sự đối với con có ảnh hưởng quyết định đến đời sống tâm lý của đứa con trong tương lai. Ngay từ lúc lọt lòng, người mẹ đã cảm nhận được mối quan hệ gắn bó mẹ - con. Những ngày tiếp sau, người mẹ dần dần quen với cơ thể, da thịt, hơi ấm, tiếng

khóc...của con. Và đứa trẻ cũng dần quen với hơi hám, mùi sữa, cơ thể mẹ...từ rất sớm. Trong những năm đầu đời của trẻ sự chăm sóc, tình yêu của mẹ là vô cùng quan trọng để tạo nên sự gắn bó mẹ - con cũng như sự phát triển toàn diện cho trẻ. Khi trẻ được một hai tuổi thì sự gắn bó giữa mẹ và con càng thể hiện rõ hơn nhất là những ngày tháng trẻ tập nói và tập đi. Mẹ là nguồn cổ vũ động viên và đem đến cho trẻ những lời khen khích lệ trẻ, tạo niềm vui cho trẻ. Các nghiên cứu chỉ ra, các thành viên trong gia đình cũng đóng vai trò quan trọng cho sự phát triển của trẻ. Mỗi quan hệ mẹ - con còn bị chi phối bởi các mối quan hệ khác trong gia đình như quan hệ vợ - chồng, quan hệ giữa người mẹ với bố mẹ chồng, anh em...Nhà Phân tâm học D.W. Winnicott đã nói: “Một đứa trẻ không tồn tại một mình mà nó chủ yếu là một bên của mối quan hệ mẹ - con, quan hệ này là phức tạp. Mối gắn bó mẹ - con được hình thành từ vô số mối liên hệ được nuôi dưỡng bằng tiếp xúc thể chất và tình cảm bằng các cuộc gặp gỡ huyễn tượng với các thành viên khác trong gia đình”. [13, tr.139,140]

Qua những điều nói trên, chúng tôi thấy rằng quan hệ mẹ con là sự gắn bó thân thiết về mặt thể chất và tâm lý, trên cơ sở tình yêu thương bao dung của người mẹ, đứa trẻ cảm nhận được sự an toàn để phát triển cân bằng về mặt tâm – sinh lý và xã hội. Quan hệ mẹ con xuất hiện từ rất sớm đáp ứng nhu cầu an toàn cho trẻ và đảm bảo sự phát triển cân bằng cả về thể chất và tâm lý của trẻ. Quan hệ này là tình cảm ruột thịt được thể hiện bằng sự chăm sóc và sự chấp nhận từ phía người mẹ. Người mẹ chấp nhận hay không chấp nhận giới tính của con; chấp nhận tính cách và hình thức bên ngoài của đứa trẻ. Sự chấp nhận này sẽ ảnh hưởng rất nhiều đến cách chăm sóc hàng ngày, cách cư xử của người mẹ thờ ơ hay là tận tụy, yêu thương hay lạnh lùng..

Người mẹ luôn cung cấp tình yêu thương vô điều kiện đối với con mình. Từ đó, trẻ cảm thấy được chấp nhận và trong quá trình phát triển trẻ học được cách biết tự chấp nhận mình.

2.2.2. Vai trò cảm xúc của người mẹ đối với con

Những công trình nghiên cứu đầu tiên của Darwin (1872, 1877) và những công trình nghiên cứu hiện đại của Izard (1971) chứng minh rằng những cảm xúc nền tảng: Hứng thú hồi hộp, vui sướng, ngạc nhiên, đau khổ, căm giận, ghê tởm, khinh bỉ, khiếp sợ, xấu hổ, tội lỗi có cùng cách biểu hiện và đặc điểm kinh nghiệm ở những xã hội rất khác nhau. Một số công trình nghiên cứu khác chỉ ra rằng những cảm xúc nền tảng được đảm bảo bởi những chương trình thần kinh bẩm sinh.

Tuy nhiên mỗi người đều có thể học được cách kiềm chế hay biến đổi những biểu hiện cảm xúc có tính bẩm sinh của mình. Những người thuộc tầng lớp xã hội khác nhau hay ở các nền văn hóa khác nhau học được cách biểu cảm bằng nét mặt khác nhau. Cảm xúc bẩm sinh người ta có thể học được cách biểu hiện qua con đường giáo dục.

Giáo dục cảm xúc giúp con người hiểu được cảm xúc đúng tình huống, hoàn cảnh phù hợp và cũng giúp con người ta biết cách kiềm chế cảm xúc khi cần thiết. Cảm xúc là kết quả của giáo dục, vì vậy, bậc làm cha làm mẹ hãy giáo dục cảm xúc cho con cái của mình phát triển tình cảm một cách tốt nhất. Hơn nữa, tự rèn luyện cảm xúc cho chính bản thân và cho con cái.

Trong cuộc sống của mỗi cá nhân đều tạo ra cho mình rất nhiều mối quan hệ khác nhau trong xã hội. Nhưng để nói mối quan hệ đầu tiên và quan trọng nhất đó là mối quan hệ giữa người mẹ và đứa con của mình. Thực ra, mối quan hệ này trước đây chúng ta chưa quan tâm đến nhiều và không tìm hiểu rõ nó sẽ ảnh hưởng như thế nào tới sự phát triển nhân cách, tâm lý của đứa trẻ sau này cũng như thay đổi tâm lý của người mẹ trong mối quan hệ mẹ

con. Mãi đến giữa những năm 60 của thế kỷ XX, các nhà tâm lý học đã đi sâu tìm hiểu mối quan hệ đặc biệt này và sử dụng thuật ngữ “sự gắn bó” để diễn tả nó. Sự gắn bó mẹ con đặc trưng bởi sự gắn kết mạnh mẽ, cảm xúc nồng ấm và sự giao lưu tình cảm sâu sắc của mẹ và con.

Nhà tâm lý học Ainsworth, 1983, đã coi những cách thức cư xử biểu hiện sự gần gũi với người khác của trẻ và mẹ là những yếu tố hành vi của sự gắn bó, bao gồm: hành vi mang tính dấu hiệu (khóc, cười, nói); hành vi mang tính định hướng (nhìn); hành vi lôi cuốn sự chú ý của người khác (dõi theo, đến gần) và cả các hành vi tích cực để có được sự tiếp xúc cơ thể (thử leo trèo, ôm ấp, hôn hít, ghì chặt, siết chặt, nắm lấy). Sự gắn bó có được là từ cả hai phía (trẻ và mẹ), gắn liền với các cảm xúc và sự giao lưu tình cảm yêu thương gần gũi.

Ainsworth cho rằng thiếu các cách thức cư xử nói trên thì những mối quan hệ cảm xúc khó có thể được hình thành. Ví dụ: làm sao có thể nói về tình cảm gắn bó gần gũi ở những đứa trẻ có biểu hiện thường xuyên lảng tránh khi người mẹ muốn tiếp xúc với chúng; hoặc ở những trẻ không cười, không có biểu hiện thích thú khi người mẹ xuất hiện. Rõ ràng, người mẹ (người chăm sóc) cần phải tích cực, chủ động hơn trong khi tiếp xúc với trẻ để làm tăng thêm sự gắn bó. Những hành động ban đầu ở trẻ cần được đáp lại bằng những phản ứng phù hợp từ phía người lớn như: truyện trò, mỉm cười và gần gũi trẻ. Những cách cư xử của người lớn cũng lại gây ra những phản ứng nào đó ở trẻ. Nếu cha mẹ và những người gần gũi với trẻ luôn có những biểu hiện cảm xúc phù hợp thì họ có thể giúp cho trẻ học điều khiển những cảm xúc của mình và mối quan hệ giữa trẻ và cha mẹ là mối quan hệ của sự tin tưởng và an toàn.

Nhà tâm lý học Bowlby, 1973, đã khẳng định rằng, ngay từ khi vừa mới sinh ra, trẻ đã có các cách thức cư xử cho phép gần gũi với mọi người và trẻ luôn ở trong trạng thái sẵn sàng đáp lại những tín hiệu giao tiếp của người lớn. Theo Bowlby thì những cách thức cư xử như thế được hình thành ở con người và những loài động vật khác trong quá trình tiến hoá, trong quá trình sống, quá trình trưởng thành và trong di truyền.

Bowlby khẳng định rằng sự gắn bó được hình thành dựa trên những cách thức cư xử được lập trình sẵn của trẻ và của những người quan tâm đến trẻ, sau đó chúng được củng cố bằng các hoạt động, các biểu hiện bên ngoài nhằm thoả mãn nhu cầu của trẻ. Do đó, di truyền và môi trường có ảnh hưởng đến sự phát triển và duy trì sự gắn bó giữa trẻ và người lớn. Theo Bowlby, sự gắn bó của trẻ với người đầu tiên quan tâm đến trẻ được hình thành dưới dạng mô hình giải phẫu bên trong hoặc dưới dạng hệ thống vào cuối năm đầu sau khi sinh. Trẻ sử dụng mô hình này để cố gắng đoán trước và giải thích cách cư xử của mẹ và điều khiển các phản ứng của riêng mình. Ngay sau khi mô hình giải phẫu sinh lý bên trong được hình thành, trẻ vẫn tiếp tục duy trì, củng cố mô hình đó ngay cả khi các cư xử của những người quan tâm đến trẻ thay đổi. Ví dụ, nếu mẹ bị ốm một thời gian dài và không quan tâm chăm sóc trẻ được trong khi ốm, thì sau khi bình phục, khi người mẹ tiếp tục quan tâm đến trẻ thì trẻ vẫn chấp nhận việc mẹ ít quan tâm đến mình nhưng với trạng thái không thoải mái. Điều đó dẫn đến việc các bà mẹ cảm thấy khó khăn hơn trong việc thể hiện sự gần gũi của mình với trẻ sau một thời gian xa cách (Bretherton, 1992).

Cuối cùng các nhà tâm lý học Bowlby và Ainsworth đi đến khẳng định rằng, kiểu quan hệ giữa cha mẹ và trẻ được hình thành trong quá trình phát triển sự gắn bó hai năm đầu đời sẽ tạo cơ sở cho sự hình thành những mối quan hệ về sau này.

Các nhà tâm lý học trong suốt thời gian dài đã cho rằng sự gắn bó của trẻ với người lớn chỉ xuất hiện khi người lớn thoả mãn những nhu cầu của trẻ. Người ta cho rằng trẻ học được cách gắn gũi với người lớn bằng việc người lớn thoả mãn những nhu cầu sinh học của trẻ, ví dụ như cho trẻ ăn (Sears, 1963). Tuy nhiên các cuộc nghiên cứu thực nghiệm chỉ ra rằng việc quan tâm đáp ứng nhu cầu của trẻ chỉ là một trong nhiều nguyên nhân tạo ra sự gắn bó ban đầu ở trẻ.

Gia đình là nơi đứa trẻ nhận được sự giáo dục cảm xúc đầu tiên. Thời thơ ấu trẻ học được những bài học xúc cảm quan trọng nhất và những bài học ấy đôi khi quyết định tiến trình cả cuộc đời của một con người. Sự giáo dục xúc cảm của bố mẹ không chỉ qua những gì bố mẹ nói và làm đối với con cái mà còn bằng tấm gương của bố mẹ trong quan hệ xúc cảm đối với nhau. Bố mẹ cần chỉ cho con thấy là có nhiều cách để phản ứng; dạy và giúp con chế ngự cảm xúc và tìm được cách giải quyết vấn đề theo lối tích cực. Bố mẹ có ảnh hưởng đến sự am hiểu xúc cảm bắt đầu từ lúc trẻ nằm trong nôi. Theo nghiên cứu của Ekman, 1972; Izard, 1971 thì sự giao tiếp cảm xúc và sự quyền luyện của người mẹ và đứa trẻ sẽ ảnh hưởng tới sự phát triển tâm lý của trẻ sau này. Nhiều nhà khoa học xem sự quyền luyện của người mẹ và đứa trẻ như là cơ sở quan trọng đối với sự phát triển xã hội và tâm lý của đứa trẻ. Còn tất cả những gì tạo nên sự gắn bó, quyền luyện đều có mối liên hệ chặt chẽ với cảm xúc.

Cảm xúc là nơi biểu hiện của tình cảm, xúc cảm của người mẹ có vai trò rất quan trọng với đứa trẻ nhất là những năm tháng đầu đời sự biểu hiện cảm xúc của người mẹ tạo nên sự gắn bó mẹ con, ảnh hưởng lớn tới sự phát triển nhân cách tâm lý của đứa trẻ sau này. Người mẹ gây ra cảm xúc cho đứa trẻ từ lúc lọt lòng lặp lại liên tục và đa dạng các cảm xúc yêu thương và dần dần hình thành tình cảm mẹ con. Các bậc cha mẹ không để cảm xúc chi phối cách

dạy con như: khi tức thì quát tháo, khi vui thì ngọt ngào từ đó sẽ tạo cho trẻ sự nghi ngờ. Muốn cho cảm xúc của một đứa trẻ hình thành và phát triển một cách tốt đẹp thì bố mẹ cần làm chủ được chính cảm xúc của mình để điều khiển cảm xúc của mình, dẫn dắt cảm xúc của chính mình và của đứa trẻ. Giáo dục cảm xúc có tác dụng và cần thiết đến suốt cuộc đời của một con người.

Sự gắn bó mẹ con là mối liên hệ cảm xúc nào đó giữa cha mẹ và con cái. Nó chứa đựng các yếu tố như tình cảm gần gũi và yêu thương. Sự gắn bó tác động theo hai hướng: trong ý tưởng cha mẹ gắn bó mạnh mẽ hơn với đứa con mình, và con cái với cha mẹ. Mối liên hệ qua lại đó giữa cha mẹ và con cái bắt đầu khi sinh đẻ và tiếp tục sâu sắc và có sự thay đổi trong suốt lứa tuổi hài nhi của trẻ [32, tr.197]

Tóm lại, cảm xúc của người mẹ là thành tố không thể thiếu trong sự phát triển tâm lý nhân cách của đứa trẻ.

2.2.3. Một số cảm xúc của người mẹ lần đầu sinh con

Khi bắt đầu mang thai người phụ nữ có những thay đổi về sinh lý cũng như về tâm lý. Thời kỳ thai nghén được coi như là bước ngoặt của quá trình phát triển tâm lý của người phụ nữ. Trong thời kỳ này, người phụ nữ trở nên rất nhạy cảm

Sự thay đổi tâm lý nói chung và cảm xúc nói riêng của người phụ nữ từ khi mang thai cho đến khi sinh đẻ đã có những bước ngoặt rất lớn. Có những phụ nữ thay đổi hẳn tâm tính, đến nỗi những người xung quanh có cảm nhận rằng, sau khi sinh xong cô ấy trở thành một người hoàn toàn khác.

Theo kết quả nghiên cứu của BS. Vũ Thị Chín thì sau khi sinh xong, ở nhiều bà mẹ quan sát thấy thời kỳ trầm nhược, một trạng thái u buồn sau đẻ. Đó là một biểu hiện bình thường ngắn từ 2 đến 48 giờ [2, tr.13]. Nguyên nhân dẫn đến tình trạng này dưới góc độ sinh lý là do nồng độ các hooc môn

như estrogen, progesteron, prolactin và cortison quá cao hoặc quá thấp sau đẻ, hoặc nồng độ thay đổi quá nhanh hay không đủ mạnh giống như các rối loạn tính khí trong thời kỳ mãn kinh. Còn dưới góc độ tâm lý, nhiều tác giả cho thấy có mối liên quan giữa u buồn trầm nhược với những sự kiện gây rối nhiễu trong cuộc sống. Theo Sandler và W.Loffe, sau khi sinh, bà mẹ cảm thấy mất tâm trạng cảm xúc dễ chịu, sung sướng luôn được gắn với đứa con trong bụng của thời kỳ thai nghén, thay vào đó là cảm giác mệt mỏi, chán nản, thậm chí thất vọng đồng thời lo lắng trước trách nhiệm mới.

Trạng thái trầm nhược nói trên là rất bình thường sau khi sinh, nhưng trầm cảm kéo dài, do nhiều nguyên nhân khác nhau (con quá quấy, khóc đêm triền miên do bị rối loạn giấc ngủ, bệnh tật không mong đợi, xung đột về cách nuôi dạy con với chồng hoặc với mẹ chồng, v.v...) có thể dẫn đến stress.

Sau cuộc sinh nở đầy vất vả, đau đớn đan xen sự lo lắng, hồi hộp, bồi hồi, đầu óc trống rỗng, sợ hãi, đôi khi có cảm giác không phải là mình nữa thì phần lớn khi người ta giao đứa bé mới lọt lòng cho mẹ nó nhìn rồi một ít thời gian sau đó, đặt nó nằm sát cạnh mẹ, thì bà mẹ không còn nghĩ nó là trai hay gái nữa. Các bà mẹ chỉ thấy dấy lên trong lòng một niềm hạnh phúc vô cùng, sự xúc động mới mẻ dường như choáng váng vì sự tiếp xúc đầu tiên đó. Và cái cảm xúc ấy thật kỳ diệu khó tả, đó là niềm hạnh phúc vô bờ bến không chỉ với bản thân người mẹ mà cả với người cha, với gia đình. [17]

Tuy nhiên có một số người mẹ do tuổi đời quá trẻ hoặc có con ngoài ý muốn do quan hệ trước hôn nhân, ngoại tình...thì cảm xúc lần đầu tiên đón con đan xen giữa sự không muốn có nó và cảm giác hạnh phúc mừng lung không rõ.

Theo quy luật của sự phát triển bình thường của một đứa trẻ “Ba tháng biết lẫy, bảy tháng biết bò, chín tháng lò dò biết đi”, qua từng thời kỳ đó là

những điểm đánh dấu sự phát triển của con người mẹ luôn có niềm vui, hạnh phúc.

Sau khi ở nhà hộ sinh trở về nhà trong tuần đầu tiên người phụ nữ thường có cảm giác đơn độc, cảm thấy như là bị giam cầm và chán nản. Nhưng cảm giác này sẽ nhanh chóng qua mau khi người phụ nữ có sự giúp đỡ có mọi người và quen dần với chức năng mới của mình.

Sau những cảm giác hạnh phúc vô bờ với lần đầu tiên được nhìn thấy con, được ôm ấp con thì những ngày sau đó là công việc hàng ngày dành cho con và phải tự xoay sở lấy mọi công việc như cho bú, thay tã, khóc, ốm, ... khiến cho người mẹ cảm thấy mệt mỏi. Có những lúc khi nhập vai mới chưa có kinh nghiệm nhiều khiến cho người mẹ rơi vào tình trạng lúng túng, lo lắng và căng thẳng khi con gặp các vấn đề như: sốt, ho, quấy khóc đêm, lười ăn...

Những thay đổi lớn trong sinh hoạt khiến người mẹ mới chóng cả mặt, mệt mỏi, thờ ơ với mọi chuyện “Căn hộ của bạn mau chóng trở thành một xưởng giặt: nào giặt, nào phơi, nào là, và cứ như thế liên tục. Đúng lúc ấy đứa bé “bật ra” lại khóc toáng lên, thế là bạn phải vút hết đáy để chạy vào với nó, đem nó vào buồng tắm, rồi lau, rồi quần tã... chóng cả mặt” [25, tr.312]

Người phụ nữ trẻ mau chóng cảm thấy mệt rã rời, lúc nào cũng buồn ngủ, có khi thần thờ, đứng đưng với mọi chuyện. Sự quan tâm, cảm xúc với mọi thành viên trong gia đình đặc biệt là đối với chồng đã giảm đi rất nhiều vì lúc này người mẹ gần như dành hết thời gian để chăm sóc con. Bạn trở về nhà trong một bối cảnh hoàn toàn mới mẻ và phải bắt tay vào một công việc nghiêm túc là học cách chăm sóc con bạn và dạy dỗ con như thế nào.

Lúc này người phụ nữ phải thực hiện vai trò của người mẹ thực sự, xuất hiện vai trò mới và mối quan hệ mới khi bé ra đời. Người mẹ phải thay đổi lối sống, cách sinh hoạt, sở thích, thói quen hàng ngày của mình, thay đổi cách

sắp xếp công việc, thay đổi cách chi tiêu cho bản thân và cho gia đình...chính những điều đó khiến bà mẹ rối bời, lúng túng trong vai trò mới của mình.

Trong quá trình chăm sóc con có những vấn đề đến với người mẹ như: con khóc trong thời gian dài, không chịu bú, ...những xúc cảm tiêu cực xuất hiện: lo lắng, căng thẳng, cáu giận, thất vọng.

Phần lớn, phụ nữ sau khi sinh nhu cầu tình dục giảm đi rất nhiều: cơ thể bạn thay đổi, đau sau khi sinh; tuyến sữa đang hoạt động; mệt mỏi do phải chăm lo cho con; căng thẳng khi con ốm đau, quấy khóc; không thống nhất với chồng về cách chăm sóc con; ...

Trong phạm vi nghiên cứu này, chúng tôi tìm hiểu cảm xúc của người mẹ trong những tình huống thường gặp trong quá trình nuôi và dạy con:

- + Khi lần đầu tiên được đón con của mình
- + Khi con ốm, không khỏe mạnh
- + Khi con có những dấu hiệu bất thường về phát triển trí tuệ
- + Khi lần đầu tiên chứng kiến những bước phát triển của con mình
- + Khi con lần đầu tiên gọi được tiếng “mẹ”
- + Khi con biếng ăn
- + Khi con quấy khóc thường xuyên
- + Quan điểm của chồng hoặc ông, bà nội trong cách nuôi và dạy con, cháu
- + Quan hệ vợ - chồng sau khi có con
- + Quan hệ giữa mẹ chồng, con dâu sau khi có cháu
- + Khi người mẹ mệt mỏi, căng thẳng vì công việc
- + Khi cơ thể người mẹ mệt, ốm đau
- + Khi chơi đùa với con

Có nhiều yếu tố ảnh hưởng đến cảm xúc của người mẹ lần đầu sinh con. Trong đó phải kể đến những yếu tố sau:

- + Sự quan tâm của chồng trong thời kỳ thai nghén

- + Sự chuẩn bị sẵn sàng về mặt tâm lý của cha mẹ đối với sự ra đời của đứa trẻ
- + Kiến thức nuôi và dạy con của người mẹ trẻ
- + Đặc điểm tâm sinh lý của đứa trẻ
- + Sự thống nhất của vợ và chồng về vấn đề nuôi dạy con
- + Sự thống nhất về cách nuôi dạy cháu của mẹ chồng, con dâu.
- + Kinh tế, hoàn cảnh gia đình, phong tục tập quán v.v...

2.3. Những cảm nhận cảm xúc của người mẹ trong một số tình huống nuôi dạy con

Qua khảo sát ban đầu và phỏng vấn sâu, chúng tôi được biết các bà mẹ trẻ thường có những cảm xúc hạnh phúc, buồn, vui, lo lắng, căng thẳng trong những tình huống tiêu biểu sau:

2.3.1. Cảm xúc hạnh phúc

- Lần đầu tiên đón đứa con của mình
- Lần đầu tiên chứng kiến những bước phát triển đầu tiên của con
- Lần đầu tiên nghe con gọi tiếng “mẹ”
- Khoảng thời gian hai mẹ con chơi với nhau

3.4.2 Cảm xúc buồn

- Lúc con quấy khóc thường xuyên
- Con ốm đau
- Chồng không thống nhất trong cách nuôi dạy con cái
- Khi con có những dấu hiệu bất thường về sự phát triển trí tuệ.
- Bà nội không thống nhất trong cách nuôi dạy cháu

3.4.3. Cảm xúc vui

- Lần đầu chứng kiến những bước phát triển đầu tiên của con
- Khoảng thời gian hai mẹ con chơi đùa với nhau
- Lần đầu tiên nghe con gọi tiếng “mẹ”

3.4.4. Sự căng thẳng

- Lúc con ốm đau
- Khi con quấy khóc thường xuyên
- Khi người phụ nữ mệt mỏi, căng thẳng do công việc
- Chồng không chia sẻ trong việc chăm sóc nuôi dạy con
- Bà nội không cùng quan điểm nuôi dạy cháu

3.4.5. Cảm xúc lo lắng

- Những khi con ốm
- Con có dấu hiệu bất thường về phát triển trí tuệ
- Con quấy khóc thường xuyên
- Con biếng ăn

3.4.6. Cảm xúc của người mẹ trong mối quan hệ với chồng và mẹ chồng

- Mối quan hệ vợ - chồng sau khi có con
- Mối quan hệ giữa mẹ chồng – con dâu sau khi có cháu

Trên cơ sở kết quả khảo sát bước 1. Chúng tôi xây dựng bảng hỏi và bảng phỏng vấn sâu theo những cảm xúc và những tình huống nêu trên.

CHƯƠNG 2. TỔ CHỨC VÀ PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

1. Tổ chức nghiên cứu

1.1. Đặc điểm của khách thể nghiên cứu

- Khách thể đều trong độ tuổi trưởng thành từ 20 đến 38 tuổi
- Lần đầu sinh con nên họ còn thiếu kỹ năng, kinh nghiệm thực tế nuôi dạy con.
- Họ luôn mong muốn được chia sẻ về kiến thức, kinh nghiệm, kỹ năng để nuôi dạy con tốt nhất.
- Không đồng nhất về mặt trình độ.
- Điều sống trên địa bàn Hà Nội.
- Là những phụ nữ có con trong độ tuổi từ 1,5 đến 2 tuổi. Chúng tôi chọn trẻ em lứa tuổi này vì các bà mẹ có nhiều trải nghiệm cảm xúc, đồng thời ở trẻ cũng có những dấu mốc đánh dấu sự phát triển của mình về cả thể chất, ngôn ngữ, trí tuệ.

Với những đặc điểm trên của khách thể trong quá trình tiến hành điều tra, chúng tôi có những thuận lợi và khó khăn nhất định, cụ thể:

+ Thuận lợi:

Do lần đầu sinh con có nhiều bỡ ngỡ, lo lắng, có nhiều thay đổi về tâm lý nên các bà mẹ luôn mong muốn được chia sẻ những cảm xúc của mình đặc biệt là kinh nghiệm để nuôi dạy con phát triển toàn diện.

+ Khó khăn:

Thứ nhất: Trong quá trình tiếp xúc và khảo sát ý kiến của những người chồng và mẹ chồng chúng tôi đã gặp rất nhiều khó khăn.

Thứ hai: Tuy các bà mẹ luôn mong được chia sẻ cảm xúc của mình nhưng không phải ai cũng sẵn lòng chia sẻ một cách chân thành những cảm xúc của mình, đặc biệt khi đề cập đến mối quan hệ với chồng, mẹ chồng.

Thứ ba: Khảo sát được tiến hành trong các cuộc gặp gỡ với từng đối tượng nên mất khá nhiều thời gian.

2.2. Tiến trình thực hiện

Đề tài được triển khai nghiên cứu từ tháng 1 năm 2009 đến tháng 10 năm 2010 với các bước thực hiện cụ thể như sau:

- Tháng 1/2009 đến tháng 2/2009 chúng tôi tiến hành xây dựng đề cương nghiên cứu. Đồng thời liên hệ thực tế ở một số quận: Ba Đình, Thanh Xuân, Thanh Trì – Hà Nội.

- Tháng 3/2009 đến tháng 5/2009 nghiên cứu tài liệu có liên quan để xây dựng cơ sở lý luận.

- Tháng 5 đến tháng 6/ 2009 bổ sung, hoàn thiện cơ sở lý luận, hoàn thiện đề cương chi tiết.

- Tháng 7/2009 đến tháng 11/2009 lựa chọn công cụ nghiên cứu, viết xong phần mở đầu, chương 1: Cơ sở lý luận, chương 2: Tổ chức và phương pháp nghiên cứu.

- Tháng 12/2009 đến tháng 5/2010 thiết kế và hoàn thiện công cụ nghiên cứu và tiến hành nghiên cứu trên khách thể (điều tra bằng bảng hỏi, phỏng vấn sâu, trưng cầu ý kiến bằng hoàn thiện câu).

- Tháng 6/2010 đến tháng 10/2010 xử lý số liệu nghiên cứu, viết chương 3: kết quả nghiên cứu và phần kết luận, kiến nghị, hoàn thiện và nộp luận văn.

2. Phương pháp nghiên cứu

Để giải quyết được nhiệm vụ nghiên cứu của đề tài, chúng tôi đã sử dụng các phương pháp nghiên cứu chủ yếu sau đây:

2.1. Phương pháp nghiên cứu tài liệu

Nội dung của phương pháp này là từ các tài liệu thu được về đối tượng nghiên cứu được nhà nghiên cứu xem xét, chúng tôi tiến hành phân tích, khái quát hóa, rút ra các kết luận cần thiết về đặc điểm tâm lý của đối tượng nghiên cứu.

Sử dụng phương pháp này nhằm nghiên cứu các tài liệu, văn bản có liên quan để xây dựng cơ sở lý luận cho đề tài. Từ đó định hướng cho việc xây dựng bảng hỏi và bảng hỏi bán cấu trúc phục vụ cho phương pháp phỏng vấn sâu cá nhân.

Trong công trình cứu, chúng tôi sử dụng phương pháp này để thu thập, xem xét phân tích, khái quát hóa, rút ra những kết luận về những nội dung có liên quan đến đề tài nghiên cứu của chúng tôi, cụ thể là những tài liệu văn bản về cảm xúc, người mẹ sinh con lần đầu, đặc điểm tâm lý phụ nữ sinh con đầu lòng....

2.2. Phương pháp điều tra bằng bảng hỏi

- Mục đích: Tìm hiểu cảm xúc của người mẹ lần đầu sinh con và một số yếu tố ảnh hưởng đến cảm xúc của người mẹ lần đầu sinh con.

- Chúng tôi tiến hành tìm hiểu cảm xúc của các bà mẹ thông qua một số tình huống cụ thể trong quá trình nuôi dạy con cái như:

Lần đầu tiên được đón con

Lần đầu tiên được chứng kiến những bước phát triển của con

Khi con ốm đau

Khi con biếng ăn

Khoảng thời gian hai mẹ con chơi đùa với nhau

Con có những dấu hiệu bất thường về sự phát triển trí tuệ

Trong mối quan hệ với mẹ chồng, với chồng....

- Trình tự tiến hành:

+ Giai đoạn xây dựng bảng hỏi:

Để xây dựng bảng hỏi và tìm hiểu được một cách tốt nhất cảm xúc của người mẹ, chúng tôi xin ý kiến của giáo viên hướng dẫn, đọc tài liệu liên quan đến cảm xúc, phụ nữ. Đồng thời chúng tôi tiến hành đi thực tế tới Bệnh viện phụ sản Hà Nội, Bệnh viện Nhi Trung Ương, Bệnh Viện C, một số khu tập thể ở trên quận Ba Đình, Thanh Xuân, Thanh Trì trong phạm vi nghiên cứu của đề tài. Trên cơ sở các ý kiến, các thông tin thu được từ các nguồn khác nhau, chúng tôi đã tiến hành xây dựng bảng hỏi để tìm hiểu cảm xúc của người mẹ lần đầu sinh con và các yếu tố ảnh hưởng đến cảm xúc đó.

+ Giai đoạn khảo sát thử:

Mục đích: Nhằm chỉnh sửa những sai sót khi đặt câu hỏi, loại bỏ những câu hỏi khó hiểu, khó trả lời, chỉnh sửa cách dùng từ chưa đạt...trong bảng hỏi cho phù hợp với khách thể nghiên cứu là những phụ nữ sinh con đầu lòng.

Số khách thể: Số khách thể khảo sát thử là 10 phụ nữ ở 3 quận trong phạm vi nghiên cứu của đề tài.

Sau khi số liệu đã được tập hợp, kết quả xử lý cho thấy bức tranh chung về cảm xúc của người mẹ lần đầu sinh con.

Sau khi chỉnh sửa, bảng hỏi được dùng để điều tra chính thức trên 60 khách thể đang sinh sống tại 3 quận ở Hà Nội.

+ Điều tra chính thức

Tiến hành điều tra tại: Ba Đình, Thanh Trì, Thanh Xuân. Chúng tôi gặp từng đối tượng phổ biến cho họ biết mục đích nghiên cứu, yêu cầu của việc nghiên cứu, đưa cho họ bảng hỏi tự họ tích những đáp án đúng với cảm nhận của mình hoặc ý kiến khác.

Sau khi khách thể trả lời xong tiến hành thu phiếu điều tra. Tổng số thu về là 60 phiếu.

Để tính GTTB cho một số nội dung trong bảng hỏi, chúng tôi đã đưa ra cách mã hóa các mức độ điểm số như sau:

Nội dung 4: Khi lần đầu tiên được chứng kiến những bước phát triển của con mình (khi con biết lẫy, biết bò, biết đi), chị cảm thấy như thế nào?

Nội dung 6: Trong những khoảng hai mẹ con cùng nhau chơi đùa, chị cảm thấy như thế nào?

Nội dung 8: Khi chị nhận thấy con mình có những “dấu hiệu bất thường” về phát triển trí tuệ ví dụ: đến 12 tháng con chị không nói được một từ nào hoặc chưa nhận biết được người thân trong gia đình, thì chị:

Nội dung 3: Những lúc con chị ốm đau, chị thường cảm thấy như thế nào?

Nội dung 7: Là một người mẹ lúc nào chị cũng mong muốn mình được khỏe mạnh để chăm con, nhưng có những lúc chị cũng ốm đau, khi đó chị thường:

+ 4 điểm – cho các mức độ: Thực sự hạnh phúc, tôi rất căng thẳng, tôi lo lắng vô cùng, mệt mỏi và căng thẳng.

+ 3 điểm – cho các mức độ: Tôi thấy lo lắng cho con thực sự, cảm thấy rất vui, cảm thấy lo lắng cho con và buồn, buồn và mệt mỏi.

+ 2 điểm – cho các mức độ: Tôi thấy hơn lo lắng, cảm thấy vui, lo lắng cho con, buồn và lo lắng.

+ 1 điểm – cho các mức độ: Bình thường

Nội dung 11: Người mẹ nào cũng mong muốn con mình ăn tốt để có sức khỏe tốt, nhưng cũng có khi con chị biếng ăn. Những lúc như vậy chị cảm thấy:

+ 5 điểm – cho mức độ: Buồn bực cả ngày

+ 4 điểm – cho mức độ: Cảm thấy bất lực và dễ cáu gắt

+ 3 điểm – cho mức độ: Bực bội và lo lắng

+ 2 điểm – cho mức độ: Bực mình với con

+ 1 điểm – cho mức độ: Bình thường

Nội dung 20: Sau khi có con chị và mẹ chồng chị có hay xảy ra xích mích không?

+ 4 điểm – cho mức độ: Thường xuyên, thậm chí còn căng thẳng

+ 3 điểm – cho mức độ: thỉnh thoảng

+ 2 điểm – cho mức độ: Có nhưng hiếm khi

+ 1 điểm – cho mức độ: Không bao giờ

2.3. Phương pháp phỏng vấn sâu

Mục đích: Nhằm tìm hiểu sâu hơn cảm xúc của người mẹ, tìm hiểu sâu hơn yếu tố ảnh hưởng đến cảm xúc đó.

Khách thể: Chúng tôi tiến hành trên 6 khách thể trong đó 3 khách thể sống chung với bố mẹ chồng, 3 khách thể sống riêng.

Nội dung phỏng vấn: Theo bảng hỏi bán cấu trúc chúng tôi đã chuẩn bị sẵn, nhằm tìm hiểu thêm các vấn đề mà phương pháp nghiên cứu bảng hỏi và các phương pháp nghiên cứu khác chưa thể giải quyết được.

Cơ bản chúng tôi tập trung vào các tình huống trong quá trình nuôi dạy con, cách giải quyết khi điều không mong muốn xảy ra. Và cảm nhận chủ quan của bản thân về sự thay đổi tính tình sau khi có con.

2.4. Trắc nghiệm hoàn thiện câu

Mục đích: Tìm hiểu thêm thông tin về cảm xúc của người mẹ lần đầu sinh con và nguyên nhân dẫn đến mâu thuẫn trong mối quan hệ với mẹ chồng, với chồng sau khi trong gia đình xuất hiện một thành viên mới.

Khách thể: Chúng tôi tiến hành trên 60 khách thể trên 3 địa bàn ở Hà Nội trong phạm vi nghiên cứu của đề tài.

Nội dung bảng trắc nghiệm hoàn thiện câu: Bảng trắc nghiệm bao gồm 24 câu xoay quanh 4 vấn đề cơ bản: Trong mối quan hệ với mẹ chồng; Trong

mối quan hệ với chồng; Những điều lo lắng, buồn phiền, hạnh phúc, sung sướng, lo lắng nhất từ khi có con; Bản thân thay đổi như thế nào sau khi có con đầu lòng.

Bước đầu chúng tôi cũng tiến hành khảo sát thử trên 10 khách thể với mục đích chỉnh sửa sai sót trong quá trình xây dựng trắc nghiệm.

Chúng tôi tiến hành sau khi đã thu đủ phiếu bảng hỏi bởi: Cùng một lúc khách thể khó thực hiện hai bảng gây sự mệt mỏi, chán nản. Hơn nữa, trắc nghiệm hoàn thiện câu hoàn toàn là những câu nói mở khách thể cần có thời gian suy nghĩ.

2.5. Phương pháp xử lý số liệu bằng thống kê toán học

Chúng tôi tính toán suất xuất hiện của các phương án trả lời, tính giá trị trung bình cho mỗi phương án trả lời, từ đó đưa ra những đánh giá nhận xét và mối tương quan giữa các yếu tố ảnh hưởng đến cảm xúc của người mẹ có con đầu tiên.

CHƯƠNG 3. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU THỰC TIỄN

1. Những cảm nhận cảm xúc của người mẹ lần đầu sinh con

1.1. Cảm xúc hạnh phúc

Trong giai đoạn đầu đời từ 0 đến 2 tuổi, sự gắn bó mẹ con thông qua rất nhiều hình thức khác nhau: sự chăm sóc nuôi dưỡng hàng ngày, sự tiếp xúc da, vui chơi với con...đó cũng chính là những tình huống người mẹ luôn gặp trong khi nuôi con. Trong những tình huống khác nhau luôn tạo nên những cung bậc cảm xúc cũng hết sức khác nhau. Cảm xúc đó ảnh hưởng rất lớn đến bản thân người mẹ và con – có thể nó thúc đẩy người mẹ sẵn sàng vượt qua những trở ngại để cho con có sự phát triển tối ưu nhất, nhưng cảm xúc đó cũng có khi lại là cản trở mà không vượt qua được, dĩ nhiên người con phải gánh chịu hậu quả này.

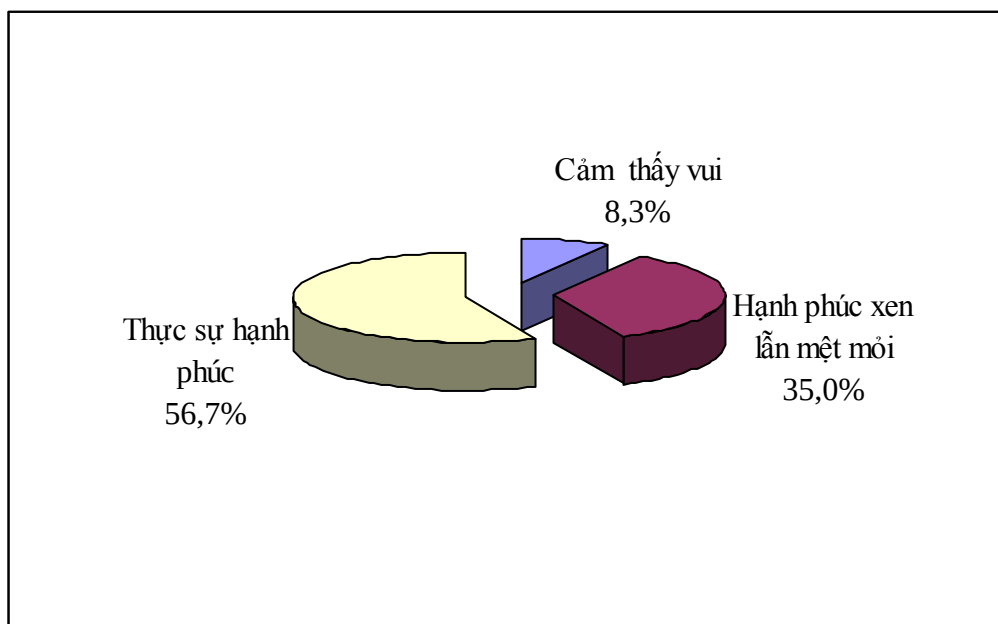
Lần đầu tiên đón đưa con chào đời sau 9 tháng thai nghén

Hạnh phúc không chỉ là một trong những cảm xúc nền tảng, cơ bản nhất của con người mà nó còn là một trong những cảm xúc chủ đạo, nổi trội nhất trong những phức hợp cảm xúc khác nhau của người mẹ trẻ lần đầu sinh con. Cảm xúc hạnh phúc ấy được thể hiện cụ thể ở những tình huống nuôi con khác nhau với những mức độ biểu hiện khác nhau. Song rõ nét nhất, nổi bật nhất đó chính là cảm xúc hạnh phúc được đón đưa con chào đời sau chín tháng mang nặng đẻ đau.

Kết quả nghiên cứu cho thấy rằng: Sự mệt mỏi, căng thẳng, lo lắng, đôi khi cả sự sợ hãi gần như tan biến khi người mẹ được trực tiếp bế con trên tay, lúc đó một cảm xúc dâng trào lên trong lòng người mẹ. Có những bà mẹ họ không thể đặt tên cho cảm xúc ấy là gì nữa, họ chỉ cảm thấy một niềm hạnh phúc vô bờ khi được làm mẹ.

Cảm xúc hạnh phúc khi lần đầu tiên đón con được biểu hiện qua biểu đồ sau đây:

Biểu đồ 1: Thể hiện cảm xúc của người mẹ lần đầu tiên đón đưa con sau 9 tháng thai nghén



Qua biểu đồ trên cho thấy, các bà mẹ cảm thấy thực sự hạnh phúc khi lần đầu tiên được đón đưa con của mình (56,7%); 35,0% hạnh phúc đan xen mệt mỏi; 8,3% cảm thấy vui.

Giá trị trung bình của 3 phương án trả lời $\bar{X} = 3,48$ khi chúng tôi đặt câu hỏi: “ Cảm xúc của bạn trong lần đầu tiên khi đón nhận đưa con chào đời?”, độ lệch chuẩn là 0,6. Điều đó cho thấy, cảm xúc của khách thể khi trả lời câu hỏi này tập trung vào trong ngưỡng “ Hạnh phúc xen lẫn mệt mỏi” và “ Tôi thực sự hạnh phúc”

Như vậy, các bà mẹ đều cảm thấy hạnh phúc khi được đón con.

Trong quá trình phỏng vấn sâu, chúng tôi được chị H – Quận Ba Đình chia sẻ: “ Cho đến bây giờ tôi vẫn nhớ như in cái hình ảnh khi bác sĩ đến trao cho tôi đứa con, cứ thế là tôi khóc mà không ngừng lại được. Tôi khóc vì sung

sướng và hạnh phúc khi nhìn thấy đứa con khỏe mạnh, cân nặng, chiều cao hơn cả mức trung bình, tôi sung sướng lắm! Có lẽ trong cuộc đời tôi chưa bao giờ có một cảm giác kỳ lạ đến vậy, hạnh phúc và sung sướng đến vậy”.

Tuy nhiên, trong những người mẹ được chúng tôi trò chuyện không phải bà mẹ nào cũng cảm nhận được sự hạnh phúc thực sự khi lần đầu tiên ôm ấp con “*Thực ra điều này rất khó tả, lúc đó tôi chỉ cảm thấy mình đã hoàn thành nhiệm vụ mang thai một cách tốt đẹp không có vấn đề gì xảy ra sau chín tháng 10 ngày. Thực sự lúc này tôi chưa cảm nhận được sự hạnh phúc mà chỉ sau đó 1 thời gian khoảng 1 tháng gì đó gắn bó với con, trực tiếp chăm sóc, âu yếm con tôi mới cảm nhận được sự hạnh phúc khi được làm mẹ là như thế nào?*” (Chị M – Quận Thanh Trì)

Bên cạnh đó, có những bà mẹ đặc biệt không dễ dàng mang thai như những bà mẹ khác. Chính sự khác biệt này cũng tạo ra một cảm xúc mãnh liệt khi họ được đón nhận con mình từ tay bác sĩ với những lý do khác nhau mà ngay sau khi kết hôn họ không thể có con ngay được. Có cặp vợ chồng phải sau 6 năm, 7 năm mới có con mà phải dùng đến phương pháp thụ thai hiện đại là thụ thai trong ống nghiệm mới có con. Trong những trường hợp này, vợ chồng mà trực tiếp là người mẹ luôn trong tình trạng lo sợ, luôn mong muốn con mình được sinh đủ tháng, khỏe mạnh và họ không con nghĩ là trai hay gái gì nữa.

Chính vì vậy, khi đón con sinh ra đủ tháng, khỏe mạnh như bao đứa trẻ bình thường khác thì niềm hạnh phúc cả bà mẹ như được nhân đôi sau bao nhiêu sự lo lắng, hồi hộp, chờ đợi....niềm hạnh phúc được làm mẹ sau bao nhiêu năm chờ đợi, hay vọng, chữa chạy ... dâng trào lên rất mãnh liệt và trong cuộc đời họ chưa bao giờ có niềm hạnh phúc ấy.

Cảm xúc hạnh phúc xóa tan đi những mệt mỏi, lo âu, đau đớn sau một cuộc sinh đẻ không dễ dàng gì. Đây là sự mở đầu cho sự gắn bó mẹ con,

người mẹ dần sẽ quen với hơi ấm, đặc điểm cơ thể của con, dỗ dành mỗi khi con khóc, buồn khi con không được khỏe...người con cũng dần quen với hơi ấm, tiếng nói, sự vỗ về, mùi cơ thể của mẹ.

Lần đầu tiên chứng kiến những bước phát triển của con mình (khi con biết lẫy, biết bò, biết đi)

Mỗi người mẹ có cảm xúc đặc biệt khi nhìn thấy con mình ngoài đời thực. Trong quá trình nuôi con, dạy con khôn lớn lên từng ngày đứa trẻ sẽ có những mốc đánh dấu sự phát triển bình thường có mình “3 tháng biết lẫy, 7 tháng biết bò, 9 tháng lò dò biết đi”.

Để tìm hiểu vấn đề này, chúng tôi đặt câu hỏi: “Khi lần đầu tiên chứng kiến những bước phát triển của con mình chị cảm thấy như thế nào?”

Kết quả, chúng tôi thu được: Cảm xúc hạnh phúc chiếm 48,3% trong 60 khách thể được khảo sát.

Trong quá trình trò chuyện, khi được hỏi về vấn đề này có những chia sẻ khác nhau. Chị Ng – Quận Thanh Xuân nói: “*Tuy con tôi sinh ra đủ tháng, cân cũng bình thường nhưng không hiểu sao cháu rất lười ăn nên còi. Lớn chậm hơn rất nhiều so với nhiều trẻ khác khiến tôi không khỏi lo lắng. Mỗi lần cháu có biểu hiện sự phát triển là tôi hạnh phúc lắm. Tôi chăm cho cháu ngày đêm, chỉ mong muốn một điều duy nhất là cháu được khỏe mạnh, phát triển bình thường như bao đứa trẻ khác. Bình thường trẻ đến 7 tháng là biết bò rồi, nhưng con tôi mãi đến gần 9 tháng mới biết bò. Tôi mong từng ngày, từng ngày cháu biết bò. Rồi đến lúc này tôi cũng được nhìn thấy con biết bò tôi hạnh phúc lắm! Những cảm giác lo lắng, mong đợi con biết bò như bao trẻ khác như tan biến mất”*.

Một trẻ khỏe mạnh, phát triển bình thường theo mong muốn của người làm cha, làm mẹ thì cảm xúc của họ khi chứng kiến những dấu mốc phát triển đó cũng rất khác so với người mẹ có con không được khỏe mạnh

lắm, phát triển chậm hơn so với trẻ khác. Trong kết quả của bảng hoàn thiện câu cho thấy, trong những ý kiến khác nhau về mong muốn của người mẹ đối với con, có tới 14% ý kiến “luôn mong con phát triển khỏe mạnh toàn diện” . Dĩ nhiên, phần lớn các bà mẹ khi thấy con như vậy cũng đều có cảm nhận chung là bồi hồi, hạnh phúc “ *Tôi sung sướng lắm vì thấy con lớn hàng ngày và khi thấy con làm được điều đó là thông báo hết cho anh em, họ hàng, bạn bè biết. Tôi đi khoe bất cứ ai về sự phát triển đó của con. Tôi thường theo dõi con từng li, từng tý nên khi thấy con làm được điều gì, biết được điều gì là sung sướng lắm! Vì đó là dấu hiệu của một sự phát triển bình thường. Nếu đến tuổi mà không làm được như trẻ khác thì lo lắng vô cùng*”.

Khi con khỏe mạnh, phát triển tốt người mẹ hạnh phúc, vui vẻ. Còn khi con ốm đau, phát triển chậm thì thấy buồn, lo lắng...chính những cảm xúc ấy cứ lặp đi lặp lại tạo nên sự gắn bó, tạo nên tình cảm sâu sắc của người mẹ dành cho người con.

Lần đầu tiên gọi tiếng “mẹ”

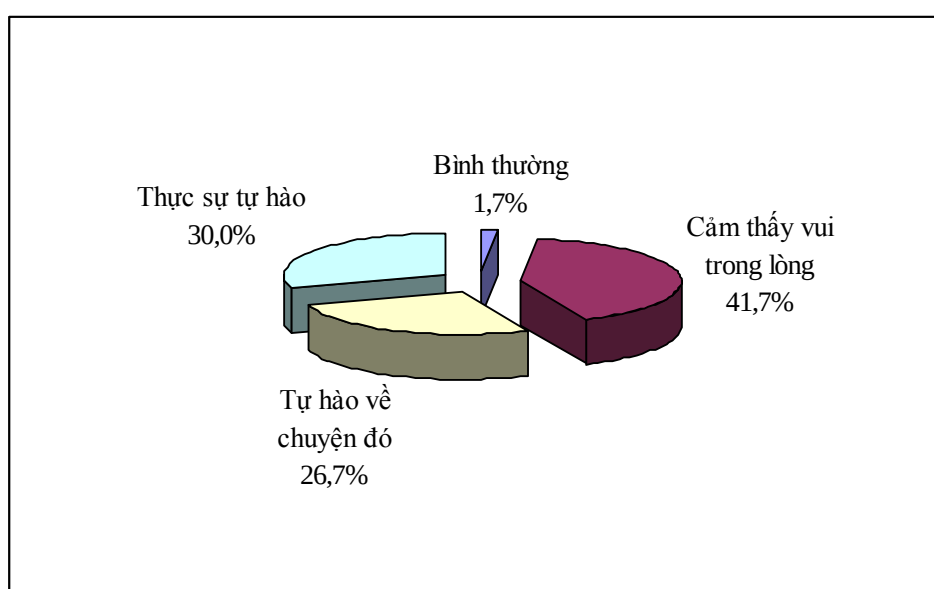
Trong quá trình chăm sóc con, người mẹ không những được trải nghiệm nhiều cảm xúc khác nhau khi được nhìn bước phát triển của con mình về mặt cơ thể, bên cạnh đó người mẹ còn có được cảm xúc của mình khi chứng kiến sự phát triển ngôn ngữ của con mình. Đặc biệt là lần đầu tiên con gọi được tiếng thân yêu “mẹ” .

Kết quả cho thấy, có 30% là cảm thấy thực sự tự hào về điều này và tự hào về chuyện đó chiếm 26,7%. Cảm xúc này chiếm khá nhiều vì khi gọi được tiếng “mẹ” hay “ mimi, mama, meme” không đơn giản là tiếng gọi mà đó là sự đánh dấu ngôn ngữ của con phát triển bình thường. Ngoài điều mong con khỏe mạnh, không có khiếm khuyết gì về mặt cơ thể thì sự phát triển ngôn ngữ cũng luôn được người mẹ cũng các thành viên trong gia đình rất

quan tâm, coi trọng điều đó. Mỗi người một cảm nhận, một lý giải khác nhau cho sự phát triển đó của con mình.

Đánh dấu bước phát triển đầu tiên của con về trí tuệ chính là dấu hiệu của sự phát triển ngôn ngữ. Một đứa trẻ sớm phát triển ngôn ngữ hay ngôn ngữ phong phú đứa trẻ đó thể hiện sự phát triển trí tuệ của mình là rất tốt. Chính lý do đó khi được nghe con gọi tiếng “mẹ” các bà mẹ trẻ có những cảm xúc hết sức khác nhau.

Biểu đồ 2: Thể hiện cảm xúc của người mẹ khi con lần đầu tiên gọi tiếng “mẹ”



“ Hàng ngày tôi luôn mong đợi một ngày nào đó con mình gọi được tiếng “mẹ”, không biết khi nghe con gọi đó như thế nào nhỉ. Rồi con trai tôi đến tháng thứ 9 cũng biết gọi tiếng “mẹ” khi nghe thấy con gọi thực sự tôi cảm thấy ghen ngào, ứa nước mắt vì hạnh phúc và niềm tự hào về con trai mình. Lúc đó tôi càng ý thức hơn trách nhiệm của người mẹ đối với con, thấy được ý nghĩa lớn lao của người mẹ đối với cuộc đời con” (Chị M – Quận Ba Đình)

Người mẹ ý thức hơn thiên chức của mình, bên cạnh đó cũng có những lý giải khác “Tôi cảm thấy hạnh phúc vô cùng vì con tôi phát triển ngôn ngữ bình thường. Điều đó cũng chứng tỏ cháu không có vấn đề gì bất thường về ngôn ngữ cả”. Có bà mẹ cảm xúc này mãnh liệt “Tôi thấy không có điều gì tuyệt vời hơn thế, lần đầu tiên nghe con gọi tiếng “mẹ” một cảm giác kỳ lạ và hạnh phúc dâng trào lên trong tôi.”

Cho dù có những ý kiến khác nhau về cảm nhận khi lần đầu tiên nghe con gọi tiếng “mẹ”, nhưng gần như họ đều cảm nhận được sự hạnh phúc, tự hào về điều đó.

Những khoảng thời gian 2 mẹ con cùng nhau chơi đùa

Thiên chức làm mẹ: chăm sóc, nuôi dưỡng, dạy dỗ con cái là tất yếu. Song trong quá trình chăm sóc, nuôi dạy đó thì một yếu tố không thể thiếu để tạo nên mối quan hệ gắn bó mẹ con, để phát triển tình cảm, cảm xúc, trí tuệ, lối ứng xử...cho con thì vui chơi với con cũng vô cùng quan trọng. Có không ít bà mẹ không coi trọng việc đó nhiều lắm! Họ đâu biết thông qua vui chơi, chơi đùa với con giúp trẻ phát triển toàn diện, cha mẹ hiểu con cái hơn và con biết nghe lời hơn. Trong khoảng thời gian hai mẹ con chơi đùa với nhau cũng tạo nên mức độ cảm xúc khác nhau ở mỗi bà mẹ. Trong số 60 khách thể được hỏi chỉ có 18,3% là cảm thấy thực sự hạnh phúc, số còn lại ở mức độ cảm xúc khác như: cảm thấy vui, thoải mái, quên đi mọi mệt mỏi, lo toan cuộc sống bận rộn hàng ngày

Như vậy qua những điều phân tích trên, chúng tôi thấy rằng cảm xúc hạnh phúc nảy sinh và biểu hiện ở rất nhiều tình huống khác nhau trong quá trình chăm sóc và nuôi dạy con cái. Trong mỗi tình huống nuôi dạy con khác nhau thì cảm xúc hạnh phúc ấy lại được biểu hiện ở những mức độ khác nhau do sự nhận cảm cũng như sự suy nghĩ và cách nuôi dạy con của mỗi người mẹ. Trong giới hạn của nghiên cứu, chúng tôi chỉ đưa ra một số tình huống như:

Khi lần đầu tiên đón con; Khi lần đầu tiên được chứng kiến những bước phát triển của con mình; Trong những khoảng thời gian hai mẹ con cùng chơi với nhau. Mỗi tình huống cho những con số khác nhau về cảm xúc hạnh phúc, 3 tình huống nêu trên thì tình huống đầu tiên cảm thấy “hạnh phúc” nhiều nhất vì: sau 9 tháng 10 ngày mang thai người mẹ luôn chờ đợi, mong muốn con mình sinh ra được khỏe mạnh. Hơn nữa, đây là lần đầu tiên mình được làm mẹ, được đón con, được ngắm nhìn con bằng xương bằng thịt. Tiếp theo đó là chứng kiến những bước phát triển đầu tiên của con (biết lẫy, biết bò, biết đi) và cuối cùng là chơi cùng con cảm nhận về sự hạnh phúc chiếm tỉ lệ thấp nhất.

Để tìm hiểu thêm về cảm xúc hạnh phúc của người mẹ lần đầu sinh con chúng tôi có đưa ra câu hỏi: “ Điều gì khiến bạn hạnh phúc nhất hiện nay?”. Kết quả thu được như sau: Vợ chồng thương yêu giúp đỡ lẫn nhau (23,7%); Con cái ngoan, khỏe mạnh, thông minh (22,0%); Dù bận nhưng công việc của bạn vẫn phát triển thuận lợi(10,2%); Gia đình nhỏ của bạn rất hạnh phúc(44,1%). Qua đó cho thấy điều mà khiến các bà mẹ hạnh phúc nhất hiện nay đó là gia đình của mình hạnh phúc.

Chúng tôi đã trao đổi trò chuyện với khách thể: “ Điều gì làm bạn hạnh phúc nhất” có những ý kiến khác nhau. Có bà mẹ nói rằng điều làm tôi hạnh phúc nhất đó là “Con khỏe mạnh không ốm đau”. Trong khi đó có mẹ lại chia sẻ “ *Điều làm tôi hạnh phúc là được làm mẹ, con là vàng là ngọc, là tất cả của tôi. Cứ nghĩ đến con là tôi có thể cố gắng vượt qua tất cả mọi khó khăn trước mắt. Con là động lực, là sự phấn đấu trong công việc, con là cuộc sống của mình*” .

Khi đưa con ra đời thì mọi sự quan tâm, niềm vui, hạnh phúc gần như gắn với đứa con của hầu hết các bà mẹ. Vì qua kết quả của phiếu trưng cầu ý kiến bằng hoàn thiện câu cho thấy, khi nói về cảm xúc của người mẹ khi nghĩ

về con mình như sau: Hạnh phúc (38,3%); Tự hào và hạnh phúc khi có con(21,7%) “ tôi rất hạnh phúc khi có con, tôi tự hào vì đã sinh ra con mình, tôi thấy cháu thật ngộ nghĩnh và thông minh. Các câu trả lời chủ yếu tập trung vào 2 nội dung nêu trên. Còn lại là những câu trả lời hết sức tản mạn khi được hỏi cảm xúc của mình khi nghĩ về con. Có người vừa cảm thấy hạnh phúc vừa cảm thấy lo lắng, bất an; Có bà mẹ thấy thật là tuyệt vời; con tôi rất đáng yêu...

Người mẹ trong cuộc sống cũng như trong quá trình chăm sóc, dạy dỗ con cũng gặp không ít khó khăn, cản trở. Để hiểu hơn mong muốn của người mẹ chúng tôi đã đặt ra mệnh đề: “ Tôi có thể rất hạnh phúc nếu như” có rất nhiều mong muốn khác nhau để mình thực sự được hạnh phúc hơn trong cuộc sống, đối với con cái. Trong những ý kiến được đưa ra “Gia đình luôn luôn hạnh phúc, con cái khỏe mạnh” chiếm số đông nhất(12,7% - trên 55 người đưa ra ý kiến). Ngoài ra, còn rất nhiều mong muốn khác nhau: Có người mẹ do điều kiện kinh tế hiện tại thiếu thốn nên mong rằng “có điều kiện cho con hơn hiện tại để con không thiệt thòi hơn bạn cùng trang lứa” là hạnh phúc hơn rồi. “Gia đình quây quần bên nhau hàng ngày”; “Luôn đủ sức khỏe để chăm chồng, chăm con”; “ Con luôn khỏe mạnh, chồng về nhà đúng giờ”; “ Mẹ chồng hiền mình hơn”; “ Tất cả mọi người đều chung một quan điểm”; “Con ngoan, chồng giúp đỡ mình nhiều hơn nữa”; “Chồng con đều khỏe mạnh vui vẻ”; “Mẹ chồng tôn trọng tôi hơn trong việc nuôi dạy con”....Hiểu được những ước nguyện thực sự để người mẹ được hạnh phúc hơn, bản thân cũng như mọi thành viên trong gia đình cùng chia sẻ, quan tâm, tạo điều kiện hơn để phần nào bù đắp được những điều còn thiếu trong cuộc sống hiện tại.

1.2. Cảm xúc buồn

Khi được chơi đùa, nghe con gọi tiếng “mẹ”, lần đầu tiên được đón con người mẹ được trải nghiệm cảm xúc hạnh phúc, sung sướng. Nhưng trong quá

trình chăm con chắc chắn người mẹ sẽ gặp những tình huống con quấy khóc, lười ăn, con có thể có những dấu hiệu bất thường về phát triển trí tuệ; chồng không chia sẻ công việc nuôi con với mình; ông bà nội, ngoại không cùng quan điểm nuôi, dạy con với mình. Khi gặp những tình huống này cảm xúc bao trùm lên người mẹ là sự buồn phiền, mệt mỏi, lo lắng thậm chí còn rất căng thẳng.

Cảm xúc buồn được biểu hiện qua một số tình huống:

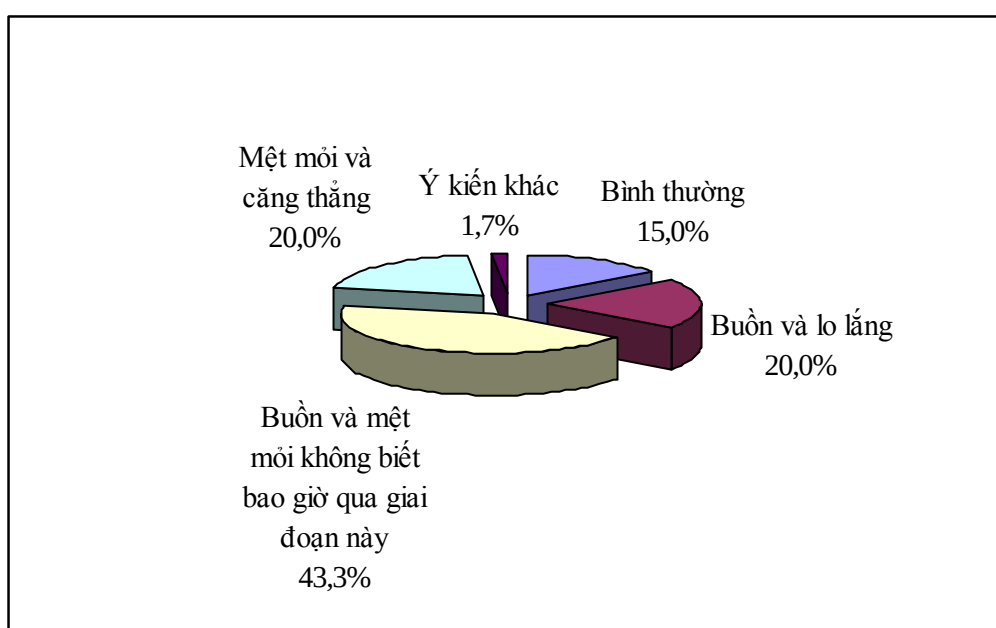
Con quấy khóc thường xuyên

Người thân trong gia đình, người mẹ luôn mong con mình khỏe mạnh, ngoan. Nhưng không phải đứa trẻ nào sinh ra cũng dễ nuôi, cũng ngoan, thậm chí có những đứa trẻ sinh ra đã hay quấy khóc, khó nuôi. Có những trẻ khóc đêm, quấy đêm hơn ba tháng thậm chí hơn thế mà trong y học cổ truyền gọi là “khóc dạ đề”.

Để tìm hiểu vấn đề này, chúng tôi đặt ra câu hỏi: “Trong trường hợp con quấy khóc thường xuyên chị cảm thấy như thế nào?”.

Kết quả thu được như sau:

Biểu đồ 3: Thể hiện cảm xúc của người mẹ khi con quấy khóc thường xuyên



Biểu đồ trên cho thấy, khi con quấy khóc thường xuyên khiến cho các bà mẹ “buồn và lo lắng” (20%); “ Buồn và mệt mỏi, không biết bao giờ cho qua giai đoạn này” (43,3%)

Theo kết quả của bảng hoàn thiện câu cho thấy, con quấy khóc nhiều là nỗi buồn nhất của bà mẹ, điều này chứng tỏ con không được ngoan như những đứa trẻ khác sẽ tạo nên sự buồn phiền rất lớn đối với người phụ nữ lần đầu sinh con. Trong tình huống nuôi con này các bà chia sẻ “Khi con quấy khóc thường xuyên buồn phiền, thường hay cáu giận và quát bất cứ một ai kể cả chồng tôi, bố mẹ tôi bất biết hậu quả như thế nào.”

Trong khi đó chị N – Quận Thanh Xuân lại chia sẻ: *“Những lúc như vậy tôi cảm thấy rất mệt mỏi, chỉ mong sao nhanh chóng qua giai đoạn này cho đỡ mệt. Nhiều lúc tôi còn thấy chán nản việc nuôi con. Có đôi lúc tôi còn bực bội với con, chồng, người khác trong gia đình. Tôi bực nhất là những lúc như thế này không ai bế được con tôi, nó cứ bám lấy tôi ai bế vẫn cứ khóc”*. Chị M – Quận Ba Đình tâm sự: *“Do con tôi hơi đặc biệt so với đứa trẻ khác là nó hay khóc đêm – các cụ gọi là khóc “dạ đề” đúng 3 tháng 10 ngày. Thời gian này tôi thấy mình mệt mỏi, căng thẳng lo lắng vô cùng, buồn phiền suốt ngày. Đôi khi tôi còn thấy chán chường, bế tắc chỉ muốn đi đâu đó một thời gian cho hết giai đoạn này”*.

Dù mỗi người một tâm trạng, cảm xúc khác nhau nhưng cách giải quyết trong tình huống này thì khá giống nhau: theo những gì chúng tôi thu được từ phỏng vấn sâu. Khi được hỏi “ Khi chị gặp tình huống này chị thường giải quyết ra sao”. Câu trả lời phần lớn các bà mẹ hỏi kinh nghiệm của người lớn mà cụ thể ở đây là bà nội, bà ngoại để tìm cách tháo gỡ. Tìm đến bác sĩ để hỏi nguyên nhân tại sao con mình lại hay quấy khóc như vậy để bác sĩ đưa ra lời khuyên tốt nhất cho con, cho mẹ. Tuy nhiên có người thì có cách giải quyết

khác như: Nhẫn nhịn, cố chịu đựng rồi nó sẽ qua; nhờ chồng giúp đỡ trong lúc này rồi nó sẽ hết quấy trong thời gian ngắn nữa.

Khi con ốm đau

Cảm xúc buồn không chỉ xuất hiện trong tình huống trên, còn trong rất nhiều trường hợp khác: lúc con ốm đau khiến các bà mẹ buồn rất nhiều. Để tìm hiểu nội dung này, chúng tôi đưa ra mệnh đề: “Buồn nhất là khi con.....”. Kết quả cho thấy, con “ ốm đau” chiếm tới 47,4% trong số khách thể mà chúng tôi tiến hành nghiên cứu. Qua đó cho thấy mối quan tâm lớn nhất của các bà mẹ khi có con đó là sức khỏe của con. Khi không được khỏe mạnh sẽ là nỗi buồn lớn nhất. Khi nói về điều này chị Th – Quận Ba Đình nói: *“Khi thấy con ốm đau tôi thấy thương con lắm! lo lắng và buồn vô cùng. Cứ nhìn thấy con là tôi lại khóc, nhiều lúc khóc không kiềm chế được. Nhiều lúc chán, tôi ăn không ngon ngủ không yên, xót xa và thương con vô cùng. Những lúc này tôi ước sao tôi có thể ốm thay con thì hay biết bao. Con ốm ngày nào là tôi buồn và chán ngày ấy không làm được biệc gì ra việc gì kể cả công việc cơ quan lẫn công việc ở trong nhà trong đầu tôi chỉ là hình ảnh của con ốm đau mà không cảm được nước mắt”*. Cũng là nỗi buồn khi con ốm đau nhưng chị H – Quận Thanh Trì lại khác: *“Lúc con ốm đau tôi buồn và lo lắng. Nhưng tôi vốn là người dễ dàng vượt qua những lúc khó khăn nên tôi vẫn đủ tỉnh táo, bình tĩnh để chăm sóc con đến nơi đến chốn để con nhanh chóng khỏe trở lại. Hơn nữa ông bà nội, chồng tôi cũng rất yêu cháu, quan tâm tới hai mẹ con nhiều lắm. Nên khi con ốm tôi được ông bà đặc biệt là chồng luôn chia sẻ trông nom giúp khi tôi mệt, tôi rất yên tâm về chồng tôi.”*. Khi bản thân người mẹ là người cứng cỏi cộng thêm vào đó là sự tận tâm, chia sẻ của người thân trong gia đình nhất là chồng sẽ giúp các bà khi rơi vào trường hợp này sẽ dễ dàng vượt qua.

Còn cách giải quyết phần đa các bà mẹ tìm đến bác sĩ để được khám, tư vấn cho uống thuốc và chế độ dinh dưỡng hợp lý để con khỏe trở lại.

Khi nhận thấy con mình có những dấu hiệu bất thường về phát triển trí tuệ (12 tháng chưa biết nói, chưa nhận biết được người thân..)

Để tìm hiểu nội dung này, chúng tôi đưa ra câu hỏi: “Khi chị nhận thấy con mình có những dấu hiệu bất thường về phát triển trí tuệ (12 tháng mà chưa nói được từ nào, chưa nhận biết được người thân...) chị cảm thấy?”

Bảng 1: Cảm xúc của người mẹ khi nhận thấy con có những dấu hiệu bất thường về phát triển trí tuệ

STT	Nội dung	SL
1	Tôi cảm thấy bình thường có thể nó chậm hơn đứa khác thôi	10
2	Tôi cảm thấy lo lắng cho con	20
3	Tôi cảm thấy lo lắng cho con và buồn	15
4	Tôi thấy lo lắng vô cùng khi thấy con như vậy	14
GTTB	2,56	

Kết quả trên cho thấy, khi con có những dấu hiệu bất thường về phát triển trí tuệ các bà mẹ đều cảm thấy lo lắng cho con và buồn.

Mỗi người một quan điểm, cách nhìn nhận khác nhau: có những bà mẹ “cảm thấy bình thường, có thể nó chậm hơn đứa khác thôi” (16,7%); có bà mẹ lại lo lắng quá mức có thể mất ăn mất ngủ khi thấy có những dấu hiệu phát triển bất thường ở con.

Khi chồng không thống nhất trong cách nuôi dạy con

Xung quanh đứa con có rất nhiều điều người mẹ phải quan tâm, trong rất nhiều tình huống khi con gặp phải khiến người mẹ rất buồn. Nhưng bên cạnh đó sự quan tâm, chung tay cùng nuôi dạy con cái của người thân trong gia đình đặc biệt là chồng nếu không được thỏa mãn cũng hiện lên trong lòng người mẹ một cảm xúc buồn. Người chồng thường thiên về chuyện lo “cơm

áo gạo tiền”, lo kinh tế cho gia đình nên không để ý nhiều đến chuyện chăm sóc con nhiều lắm! Có người phụ nữ thông cảm với điều đó, nhưng có người họ lại cảm thấy khá căng thẳng khi phải đối mặt với vấn đề này. Buồn, lo lắng, căng thẳng, mệt mỏi, sự thông cảm...đều ảnh hưởng rất lớn đến quan hệ vợ chồng, đối với con. Nên người mẹ phải tự mình biết điều tiết cảm xúc hợp lý trong những tình huống cụ thể, để luôn tạo nên một không khí gia đình tốt nhất cho sự phát triển toàn diện của con nhỏ, mối quan hệ vợ chồng không đi theo chiều hướng tiêu cực.

Kết quả cho thấy, chỉ có 13,3% họ “thấy rất buồn”. Nhưng điều đó cũng nói lên các bà mẹ sau khi sinh con cũng luôn mong người chồng biết chia sẻ hơn trong việc nuôi dạy con.

Theo kết quả, chúng tôi thu được phiếu trưng cầu ý kiến bằng hoàn thiện câu khi đưa ra vấn đề này “trong việc nuôi dạy con chồng tôi.....”có rất nhiều cách chia sẻ với vợ trong việc nuôi dạy con. Có ông chồng “luôn tham khảo ý kiến mọi người”; còn biết chia sẻ và quan tâm thực sự chỉ có 6,7%. Còn lại “ luôn giúp đỡ tôi khi tôi cần” (26,7%); “cùng tôi chăm sóc con”(11,7%); còn lại chăm con bằng cách là “giúp đỡ tôi về mặt tiền bạc”; “luôn chịu khó tích cực”; “lo lắng và vất vả hơn trước”; “có trách nhiệm hơn trước đây”.

Trái lại có những ông chồng lại gần như “không quan tâm” (8,3%); “ít chăm sóc con vì ít khi ở nhà” (8,3%); “để tôi tự quyết định hết” (8,3%); “Chưa biết cách chăm con”; “ tôi và chồng tôi không thống nhất trong cách nuôi dạy con”.....

Qua những ý kiến trên, người chồng có khi cũng quan tâm tới việc nuôi dạy con cái, nhưng chưa có cách biểu hiện thực sự. Dĩ nhiên, bên cạnh đó thì có những người chồng lại quá thờ ơ với chuyện này. Dù người vợ có thông cảm cho chồng nhưng trong thâm tâm họ luôn mong muốn chồng quan tâm và biết cách chăm sóc con nhiều hơn nữa để phần nào đỡ đần cho vợ, con cái được thấy được tình yêu ấm áp mà người cha dành cho con.

Bà nội không thống nhất trong cách nuôi dạy con

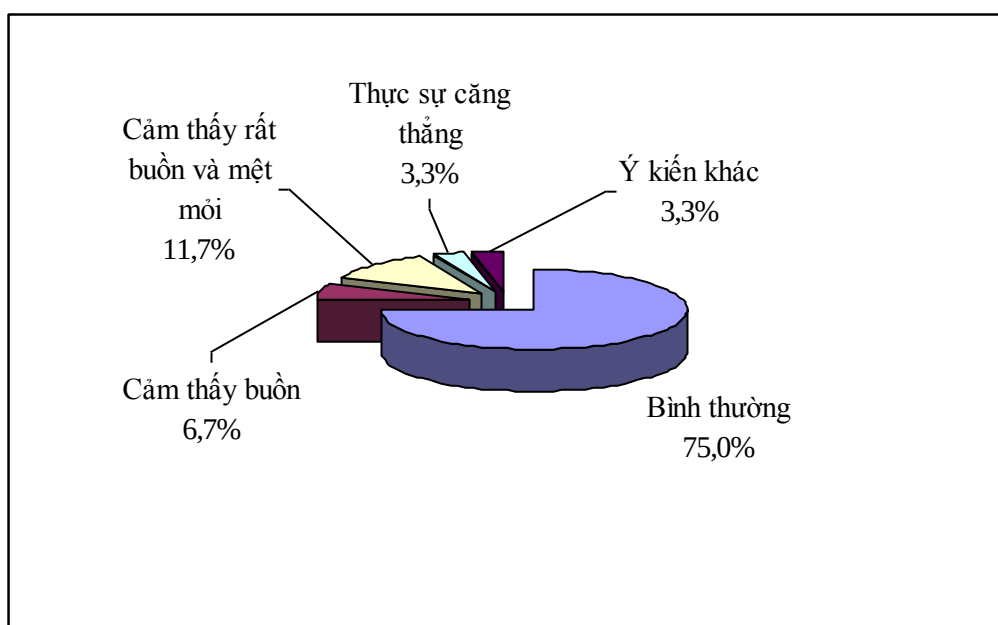
Người gần gũi nhất là chồng, mong muốn chồng luôn chia sẻ, thống nhất trong cách nuôi dạy con cái. Bên cạnh, còn có ông bà nội hoặc ngoại sống cùng cũng ảnh hưởng không nhỏ đến cảm xúc của người mẹ nếu giữa 2 thế hệ không có sự thống nhất với nhau trong vấn đề này.

Thực chất, giữa hai vợ chồng – ông bà không mâu thuẫn nhau mà chỉ do 2 hệ thống quan điểm nuôi con khác nhau của 2 thế hệ. Khi 2 thế hệ không nhất quán dẫn đến những phiền muộn, lo lắng, sự bất an không yên tâm ở nhau. Ở đây, do hạn chế về thời gian nên chúng tôi không xem xét được cách nuôi của người mẹ hay của ông bà khoa học. Người nghiên cứu chỉ đứng trên góc độ người mẹ khi không được sự đồng nhất của ông bà, nội – ngoại thì họ có những cảm xúc nào.

Tìm hiểu nội dung này, chúng tôi đã đặt ra câu hỏi: “ Khi bà nội không cùng quan điểm trong cách nuôi dạy con, chị cảm thấy như thế nào?”

Kết quả thu được như sau:

Biểu đồ 4: Thể hiện cảm xúc của người mẹ khi bà nội không cùng quan điểm trong cách nuôi dạy con



Qua sơ đồ trên, cho thấy: “tôi cảm thấy buồn” (6,7%); “Tôi cảm thấy rất buồn và mệt mỏi” (11,7%); “tôi nghĩ điều đó là khó tránh khỏi nên tôi coi là bình thường” (75%). Thực tế hiện nay, vợ chồng trẻ có cách nhìn nhận rất khác về chế độ dinh dưỡng, cách cho ăn, giờ giấc ngủ, cách dạy...

Trong quá trình chăm sóc, dạy con thì khó có thể tránh khỏi những quan điểm trái ngược giữa hai thế hệ. Trong những lúc như vậy, mỗi bà mẹ có cách làm của riêng mình. Kết quả từ phiếu hoàn thiện câu thu được: cách xử lý nhiều nhất “im lặng và làm theo cách của mình” (17,2%); “Làm theo cách của tôi” (10,3%); “Giải thích cho bà hiểu đúng vấn đề” (25,9%); còn lại tản mạn những cách làm rất khác nhau: “tiếp thu ý kiến của bà mặc dù hơi khó chịu”; “thẳng thắn trình bày suy nghĩ của mình”; “tâm sự với mẹ để tìm ra cách giải quyết tốt nhất”; “tôn trọng ý kiến của bà”; “tỏ thái độ bực mình”; “cần nhẫn với chồng”...

“Điều gì khiến bạn buồn nhất hiện nay?” Có 57 đối tượng chọn phương án có sẵn: “Con thường xuyên ốm đau, biếng ăn” (31,6%); “Cơ thể mệt mỏi, áp lực công việc không chăm con chu đáo” (33,3%); “Chồng và gia đình không quan tâm” (3,5%); “bạn và chồng không thống nhất quan điểm với nhau” (8,8%); “Bạn và mẹ chồng không thống nhất với nhau” (17,5%). Nỗi buồn tập trung nhiều nhất ở các bà mẹ vấn đề ở chuyện con ốm đau, biếng ăn.

Tóm lại, khi không được thỏa mãn trong những tình huống chăm con có những điều không may xảy ra: con ốm, quấy khóc, chồng không chia sẻ với mình, bà nội không thống nhất trong việc nuôi con, con có những dấu hiệu bất thường về phát triển trí tuệ, về cơ thể sẽ xuất hiện cảm xúc buồn. Và cảm xúc buồn có nhiều nhất khi con ốm đau. Mặc dù, không phải tất cả các bà mẹ đều xuất hiện cảm xúc này vì có khi xuất hiện những mạnh mẽ hơn, đôi khi cũng bình thường. Dù con số không phải là toàn bộ nhưng cảm xúc này bao trùm lên người mẹ cũng sẽ ảnh hưởng tới sự chăm sóc con mình một cách tốt nhất.

Các mẹ biết kiềm chế cảm xúc của chính mình để tạo nên sự cân bằng cho mình từ đó tạo nên mối quan hệ hài hòa đối với mọi thành viên trong gia đình. Đặc biệt là “thiên thần nhỏ bé của mình” được mẹ chăm sóc tốt nhất bởi người mẹ không bị cảm xúc tiêu cực chi phối.

1.3. Cảm xúc vui:

Cảm xúc này sẽ nảy sinh trong rất nhiều tình huống khác nhau trong quá trình nuôi dạy con.

Lần đầu tiên chứng kiến những bước phát triển của con mình

Nhằm tìm hiểu vấn đề này, chúng tôi đưa ra câu hỏi: “ Lần đầu tiên được chứng kiến những bước phát triển của con mình (con biết bò, biết đi, biết ngồi..., chị cảm thấy?

Sau khi xử lý số liệu, chúng tôi thu được kết quả như sau:

Bảng 2: Cảm xúc của người mẹ khi lần đầu tiên chứng kiến bước phát triển của con mình

STT	Nội dung	SL
1	Cảm thấy bình thường, không mấy ngạc nhiên	
2	Cảm thấy vui	2
3	Cảm thấy rất vui	29
4	Thực sự hạnh phúc	29
GTTB	3,45	

Chúng tôi, cho thang điểm câu hỏi này là 1, 2, 3, 4 kết quả thu được điểm trung bình là 3,45. Như vậy, khách thể nghiên được khảo sát ở ngưỡng “Cảm thấy rất vui” và “ thực sự hạnh phúc”. Chăm con ngày đêm, lo cho con từng ly từng tý bằng tình yêu của mình mẹ luôn mong muốn con mình khỏe mạnh, phát triển bình thường như những quy luật phát triển của một đứa trẻ. Khi được nhìn thấy hình ảnh con mình bằng thực biết bò, biết đi chứ không

còn là trong sách vở, trong khoa học, trong tưởng tượng nữa mà đây là sự thực. Điều này đã làm cho các bà mẹ không khỏi vui mừng, hạnh phúc bởi sự phát triển đó của con mình.

Chúng tôi đã tiến hành trao đổi – phỏng vấn trò chuyện với một số bà mẹ về vấn đề này. Phần lớn các bà mẹ mà chúng tôi hỏi đều thấy vui và hạnh phúc, nhưng cách biểu hiện, chia sẻ lại khác nhau. Chị H nói: *“Lúc con tôi mới sinh nó bé tí ti tôi mong hàng ngày con lớn thật nhanh, mong từng ngày từng ngày đến lúc con biết lẫy, rồi biết bò, biết đi. Tôi tính hay tưởng tượng nên cứ hay nghĩ không biết lúc con mình làm được những điều đó thì trông như thế nào nhỉ? Chắc nhìn thích lắm! Rồi ngày đó cũng đến, trời ơi! Khi nhìn thấy con biết làm vậy vui và sung sướng vô cùng. Vừa vui bao nhiêu lại yên tâm bấy nhiêu vì, điều đó chứng tỏ con mình phát triển rất tốt, phát triển đúng quy luật của nó”. Trong khi đó chị H – Quận Thanh Trì tâm sự: “ Do con tôi nó yếu từ lúc mới sinh ra lại cộng thêm là rất lười ăn, tôi xót xa thương con lắm! Chỉ mong con lớn từng ngày, từng ngày. Chính lý do này, nên khi thấy con làm được điều gì là tôi vui vô cùng. Nói đến đây thì chị tự hiểu là khi nhìn thấy con biết lẫy, biết bò, biết đi là tôi vui nhường nào. Lúc nhìn thấy con vậy vui đến nỗi cứ nghẹn ngào ở trong cổ họng, rồi nước mắt cứ ứa ra, rồi đứng tần ngần không nói nổi lên câu nữa. Lúc đó, chỉ biết ôm con vào trong lòng mà âu yếm con thật nhiều thôi!”. Trẻ phát triển bình thường là niềm vui vô bờ của bậc làm cha làm mẹ và không mong muốn gì hơn điều đó. Khi được hỏi: “ Điều gì khiến bạn sợ nhất hiện nay?” có 18,4% chọn phương án: “con không phát triển bình thường như những đứa trẻ khác”.*

Trong những khoảng thời gian hai mẹ con cùng chơi với nhau

Ngoài việc cho con ăn uống, tắm, thay tã lót, quần áo, nấu cho con, việc cơ quan, gia đình...sẽ có khoảng thời gian hai mẹ con chơi đùa cùng nhau.

Khi chúng tôi hỏi: “Trong những khoảng thời gian hai mẹ con cùng chơi với nhau, chị cảm thấy như thế nào?”. Kết quả chúng tôi có:

Bảng 3: Cảm xúc của người mẹ trong khoảng thời gian hai mẹ con chơi với nhau

STT	Nội dung	SL
1	Bình thường	0
2	Tôi cảm thấy vui	5
3	Tôi cảm thấy rất vui và quên đi những lo toan cuộc sống	44
4	Tôi cảm thấy thực sự hạnh phúc	11
ĐTB	3,1	

Kết quả trên, cho thấy rằng GTTB = 3,1 điều đó có nghĩa là khi được chơi đùa với con các bà mẹ “cảm thấy rất vui và quên đi những lo toan cuộc sống”

Cảm xúc này xuất hiện sẽ là động lực thúc đẩy giúp các bà mẹ sẵn sàng vượt qua những rào cản trong cuộc sống hàng ngày có thể gặp phải, cũng như trong công việc xã hội của mình. Vì tình cảm lớn dành cho con nên khi thấy con chơi đùa với mình chắc chắn người mẹ sẽ rất vui và nó sẽ tạo nên một sức mạnh kỳ diệu giúp người mẹ làm tất cả những gì mình có để chăm con một cách tốt nhất.

Lần đầu tiên được nghe thấy con gọi tiếng “mẹ”

Theo như chúng tôi khảo sát, không chỉ khi chơi với con người mẹ mới xuất hiện cảm xúc vui mà ngay cả khi “ Lần đầu tiên được nghe thấy con gọi tiếng mẹ” có tới “ 41,7% “tôi cảm thấy vui trong lòng” . Nghe từ “mẹ” thật thiêng liêng, tự hào, tự ý thức trách nhiệm của người mẹ. Ngoài ý nghĩa đó ra,

khi con biểu hiện một sự phát triển ngôn ngữ bình thường của một “tài sản vô giá” của cha mẹ.

Để tìm hiểu thêm thông tin về vấn đề này, trong phiếu trưng cầu ý kiến bằng hoàn thiện câu, chúng tôi đưa ra nội dung “từ khi có con tôi trở nên....”. Thực tế, cho thấy từ khi có con người mẹ có rất nhiều thay đổi trong cuộc sống của mình: thay đổi thói quen, cách sinh hoạt, tính nết, suy nghĩ...trên 60 phụ nữ được khảo sát có 8,3% trở nên “vui vẻ, hạnh phúc hơn”; Vui vẻ nhiều căng thẳng cũng nhiều; “Vui và lo lắng nhiều”; “Chín chắn hơn, bận rộn hơn, vui vẻ hơn” (10%). Đứa bé ra đời sự mong đợi của cha mẹ, người thân, bạn bè. Bản thân người mẹ tràn ngập những cảm xúc khác nhau, những suy nghĩ khác nhau. Dĩ nhiên bên cạnh số ít trên thấy vui hơn thì số còn lại cũng có những thay đổi như: chín chắn hơn, bận rộn hơn, hay lo lắng, nghĩ vẫn vơ....

Người mẹ là người trực tiếp chăm sóc, nuôi dạy con hàng ngày nên họ cũng có nhiều trải nghiệm hơn người chồng hay người thân trong gia đình. Bên cạnh niềm vui của người mẹ khi có sự hiện diện của đứa con, mẹ chồng khi trở thành bà nội cũng có niềm vui không kém. Theo kết quả điều tra, chúng tôi thu được từ bảng hoàn thiện câu có 42% mẹ chồng từ khi có cháu trở nên “Vui vẻ hơn”. Có một thành mới xuất hiện trong gia đình không chỉ người mẹ có được niềm vui đó mà gần gũi hơn nữa là bà nội cũng rất vui. Tâm lý của ông bà khi con trai đã lập gia đình họ luôn mong muốn mau sinh cháu. Đó như niềm vui lớn nhất đối với người lớn tuổi, không còn tham gia nhiều công tác xã hội mà phần lớn ở nhà, chăm lo cho con cháu, luôn mong có cháu bên mình.

Người chồng khi trở thành “bố” cũng có niềm vui không kém, “từ khi có con, chồng tôi trở nên....” Rất nhiều câu trả lời: “Vui hơn” (11,6%). Dĩ nhiên, khi có con bên cạnh niềm vui là trách nhiệm của người làm cha.

Tựu lại, một thành viên hiện diện là niềm vui của cả gia đình. Bản thân người mẹ trong quá trình chăm sóc con có những tình huống đến với người mẹ sẽ được trải nghiệm những cảm xúc vui buồn khác nhau. Trong những tình huống chúng tôi đề cập tới trong đề tài này thì cảm xúc “vui” xuất hiện nhiều nhất “trong khoảng thời gian hai mẹ con chơi đùa với nhau”.

1.4. Sự căng thẳng

Theo kết quả tài liệu chúng tôi tìm hiểu, có một số bà mẹ sau khi sinh rơi vào trạng thái “trầm uất sau sinh”, “trầm cảm sau sinh”. Có người dễ dàng vượt qua được giai đoạn này, nhưng có người lại phải mất thời gian rất dài và khó khăn để trở về với cuộc sống bình thường. Trong quá trình nuôi con đôi khi có những áp lực từ phía khách quan, chủ quan khiến các bà mẹ trở nên mệt mỏi, căng thẳng. Áp lực: do con thường xuyên ốm đau, phát triển không như trẻ khác, công việc của bản thân quá nhiều, những mâu thuẫn trong gia đình...rất dễ tạo nên sự căng thẳng, mệt mỏi cho bà mẹ. Khi rơi vào trạng thái này, không phải ai cũng dễ dàng lấy lại cân bằng. Nếu không có cách giải quyết tốt nhất, để tình trạng này kéo dài dẫn đến người mẹ không đủ tinh tảo chăm sóc con, chăm sóc gia đình nữa.

Trong khi nghiên cứu thực tiễn trên 60 khách thể, một số tình huống dễ tạo nên cảm xúc căng thẳng, mệt mỏi cho bà mẹ. Song, tự bản thân hoặc nhờ sự giúp đỡ của người khác, hầu hết các bà mẹ đều “thoát” khỏi cảm xúc này.

Lúc con ốm đau

Do sức đề kháng của từng trẻ, có trẻ ít khi ốm, trong khi đó có trẻ lại thường xuyên, ốm có khi ốm rất nặng. Có bà mẹ còn nói rằng “*con tôi hay ốm lắm! tháng có 30 ngày thì ốm 29 ngày*”. Con không được khỏe, vui cười như mọi ngày, bậc làm cha làm mẹ không khỏi lo lắng cho con. Họ lo lắng, nhưng vẫn đủ bình tĩnh để chăm con nhanh chóng khỏe trở lại. Nhưng lại có những bà mẹ cứ mỗi lần con ốm là cảm thấy căng thẳng, không biết làm việc gì nữa.

Ngày bình thường chăm sóc con chu đáo, cẩn thận bao nhiêu khi con ốm lại lóng ngóng, không biết phải làm gì.

Kết quả điều tra cho thấy, mỗi lần con ốm đau có tới 30% các bà mẹ trẻ rơi vào cảm xúc “tôi rất căng thẳng”. Con số này cho thấy khi con ốm các bà mẹ rất dễ rơi vào trạng thái “căng thẳng” công việc cứ rối tung hết lên, tư duy không tốt.

Khi chia sẻ về vấn đề này chị M nói: *“Bình thường thì không sao, nhưng mỗi khi con ốm là tôi cảm thấy căng thẳng, mệt mỏi và lo lắng cho con vô cùng. Nhiều khi tôi như đũa mất hồn đầu cứ quanh quẩn con và con, không biết làm việc gì ngoài việc nghĩ con bị ốm, bao giờ cho nó khỏe. Con tôi nên tôi hiểu cơ thể cháu hơn ai hết, mỗi lần ốm là mãi mới khỏi, cháu còn ốm ngày nào là tôi thấy căng thẳng ngày ấy. Đôi khi không biết phải làm như thế nào mọi thứ như rối tung lên”*.

Mỗi bà mẹ một cảm xúc khác khi con không được khỏe mạnh, song cách giải quyết tình huống này phần đa các bà mẹ tìm đến bác sĩ để khám và cho con uống thuốc. Riêng chị M mà chúng tôi nói trên không tự đưa con đi bác sĩ vì chị sợ đến khám bác sĩ nói gì sợ quên. Nên nhờ chồng, ông bà, bạn bè thân đưa đi khám, khi về nhà cố gắng theo dõi sự thay đổi cơ thể của con.

Qua đó, người mẹ không biết tự tiết chế cảm xúc của mình sẽ ảnh hưởng đến sự chăm sóc con khi con cần nhất là lúc ốm đau. Hơn nữa, người thân trong gia đình chia sẻ, giúp đỡ nhiều hơn để người mẹ cảm nhận được tình yêu thương, sự quan tâm của gia đình dành cho mình, cho con. Điều này giúp người mẹ dễ dàng vượt qua được sự căng thẳng, mệt mỏi này.

Khi được hỏi “ Điều gì làm bạn mệt mỏi nhất hiện nay?” có 35% mệt mỏi do con không được khỏe . Chứng tỏ, con ốm là sự quan tâm rất lớn của các bà mẹ.

Để tìm hiểu thêm, chúng tôi đưa ra mệnh đề “Tôi nghĩ rằng điều làm tôi căng thẳng nhất đó là...”, chúng tôi đã nhận được rất nhiều ý kiến khác nhau: “con hay ốm” (16,7%); “Công việc bận con lại ốm đau” (7,6%); “Sức khỏe của con không tốt” (5%). Vì đây là sự quan tâm lớn, nên khi được hỏi “Nếu được, tôi mong muốn con tôi...”; “Giá như con tôi...” các ý kiến tập trung nhiều nhất là con “khỏe mạnh”: “Luôn khỏe mạnh phát triển toàn diện” (14%); “yêu thương mọi người, khỏe mạnh, ngoan ngoãn, thông minh” (15,8%); “Luôn ngoan ngoãn, khỏe mạnh” (31,6%); “Ng ngoan, khỏe mạnh, thông minh” (14%); “Luôn khỏe mạnh không bị ốm đau”

Lúc mệt mỏi, căng thẳng vì công việc, chị thường cư xử với con như thế nào

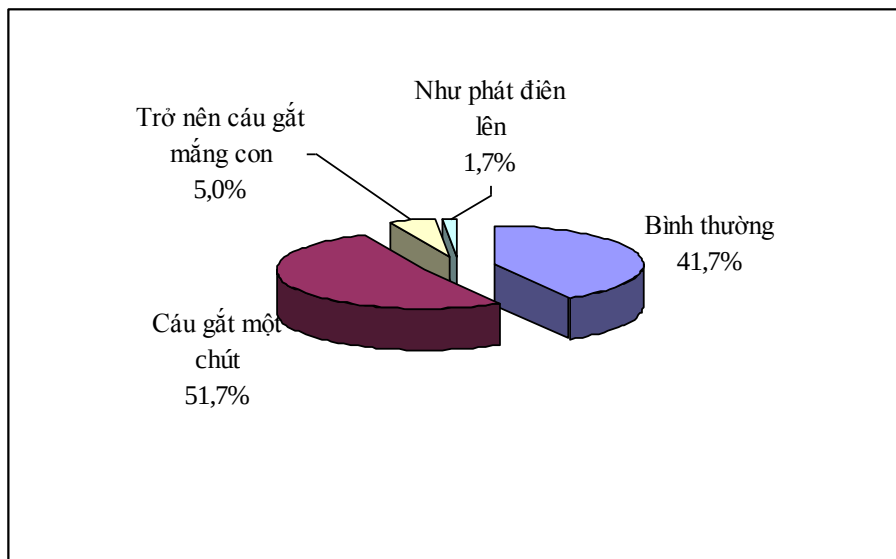
Thời đại hiện nay, người phụ nữ ngoài thiên chức làm vợ, làm mẹ họ còn phải tham gia công việc xã hội “Giỏi việc nước, đảm việc nhà”. Công việc cơ quan, không phải lúc nào cũng được suôn sẻ, thuận lợi như mong muốn. Có những lúc cũng gặp trắc trở, khó khăn, công việc nhiều. Điều đó khiến cho người phụ mệt mỏi, căng thẳng.

Trong thực tế cho thấy, nhiều phụ nữ rất tự tin, lạc quan với cuộc sống, công việc ngoài gia đình nên khi rơi vào tình trạng này họ dễ dàng vượt qua, đối với con vẫn hết sức bình thường.

Để tìm hiểu khía cạnh này, chúng tôi đặt ra câu hỏi: “Những lúc chị mệt mỏi, căng thẳng vì công việc, chị thường cư xử với con như thế nào?”

Kết quả, chúng tôi thu được như sau:

Biểu đồ 5: Thể hiện cảm xúc của người mẹ trong những lúc mệt mỏi, căng thẳng vì công việc



Sơ đồ trên cho thấy, có tới 41,7% các bà mẹ khi bị áp lực công việc họ vẫn bình thường với con như mọi ngày, họ biết cân bằng giữa công việc – con cái, gia đình. Nhưng bên cạnh đó chiếm tới hơn 50% “cáu gắt với con hơn một chút”; “trở nên cáu gắt, mắng con” (5%); “Tôi như phát điên lên”(1,7%). Qua đó, người phụ nữ nên cố gắng kiềm chế cảm xúc của mình trong tình huống này để không ảnh hưởng đến việc chăm sóc con của mình.

Tuy nhiên, đây không phải là vấn đề nhỏ của các bà mẹ vì khi được hỏi: “Điều gì khiến bạn buồn nhất hiện nay?” có 31,7% do “cơ thể mệt mỏi, áp lực công việc, không chăm con chu đáo”. Dù điều này làm bà mẹ buồn nhất hiện nay nhưng điều đó không có nghĩa sẽ làm ảnh hưởng đến không khí gia đình.

Khi phải chịu áp lực về công việc đã khiến cho bà mẹ mệt mỏi, căng thẳng trong lúc này con lại quấy khóc, ốm đau...các bà mẹ thường dễ cáu gắt hơn. Chúng tôi tiến hành trò chuyện được những chia sẻ hết sức khác nhau, chị M trong trường hợp này tâm sự: “Tôi thấy bé tắc như phát điên lên gần

như không chịu đựng nổi, tôi mắng con, cáu gắt khi chồng làm gì không hài lòng...”

Chị Ng *“Lúc đó rất bức mình, không biết làm gì, nảy sinh cáu gắt, cần nhằn”*

Chị Th *“tôi thường cáu gắt, khó chịu với con. Đi làm về mệt con lại quấy vừa thương con vừa khó chịu, cáu gắt chỉ mong ai giúp đỡ lúc này”*

Cùng có tâm trạng bức mình, cáu gắt, mệt mỏi nhưng cách xử lý tình huống này thì khá phong phú: Có mẹ thì cố kìm nén, suy nghĩ lại, cần chồng chia sẻ giúp đỡ nhiều hơn bình thường; hoặc có cách giải quyết khác: Chấp nhận vậy, cố gồng mình lên để trông con cho hoàn thành nhiệm vụ lúc này. Đôi khi cố gắng nhờ ông bà chăm con hộ mình; Chị Ng nhờ chồng, ai đó cho con ăn là được. Nếu không nhờ được lúc đó dừng lại không cho con ăn nữa, để một lúc sau bình tĩnh lại cho con ăn tiếp. Chị M *“tôi cố gắng tự tìm cách cân bằng cho mình, tôi thường để con ở nhà cho ông bà trông, tôi đi ra ngoài đi dạo đâu đó một lúc rồi quay về”*.

Trường hợp con chị quấy khóc thường xuyên

Thực tế, khi con thường xuyên quấy khóc khiến mẹ rất lo lắng, buồn phiền, thậm chí còn mệt mỏi, căng thẳng. Trong những thể mà chúng tôi khảo sát có 20% các bà mẹ “mệt mỏi và căng thẳng”. Tuy con số không phải quá lớn, nhưng cũng thấy một điều gặp trong trường hợp này các bà mẹ cũng rất dễ rơi vào trạng thái mệt mỏi, căng thẳng. Nếu không có cách “thoát” một cách hợp lý bản thân người mẹ sẽ khó chịu, chăm con khó mà chu đáo được, hơn nữa sẽ ảnh hưởng đến không khí chung của gia đình mình.

Chúng tôi gặp gỡ một bà mẹ có con khóc “dạ đề” tâm sự: *“Con tôi hơi đặc biệt so với đứa trẻ khác, nó khóc đêm đúng 3 tháng 10 ngày. Tôi cũng không lý giải được tại sao cứ khoảng 22h bắt đầu nó khóc, hôm nào cũng như hôm nào. Thực sự thời gian này tôi thấy mình mệt mỏi, căng thẳng vô*

cùng. Tôi thấy bế tắc, chán chường muốn buông xuôi tất cả”. Lần đầu tiên có con kinh nghiệm còn thiếu, hơn lúc nào hết những lúc như vậy người mẹ cần có sự quan tâm, chia sẻ, giúp đỡ rất nhiều từ người thân, đặc biệt là người am hiểu về vấn đề này.

Kết quả cho thấy, phần đa các bà mẹ đều sẵn sàng đương đầu với chuyện này. Ngược lại vấn đề này lại trở thành nỗi đau khổ nhất của 25% bà mẹ mà chúng tôi khảo sát. Nó sẽ ảnh hưởng không nhỏ đến cuộc sống sinh hoạt hàng ngày, đời sống tinh thần, công việc của người mẹ.

Chồng không chia sẻ trong việc nuôi dạy con

Người chồng là trụ cột trong gia đình, đôi khi họ không để ý đến việc “vật vãn” trong gia đình. Đối với việc chăm sóc con cũng vậy, thực tế, có những người đàn ông hiện nay vẫn còn quan niệm việc gia đình chăm con của vợ chứ không phải của mình. Song, số này chiếm phần rất ít. Dù họ không quan niệm việc này của riêng ai, bản thân họ không biết biểu hiện như thế nào, cũng không biết cách chia sẻ công việc nuôi dạy con. Khi chồng không chia sẻ với vợ việc nuôi con, mỗi người mẹ có những cảm nhận hết sức khác nhau.

Có người hiểu được đặc điểm này của đàn ông nói chung nên họ coi chuyện đó “bình thường, thông cảm cho chồng”; “bình thường, nhưng lại cố lôi kéo chồng cùng tham gia; bên cạnh đó khi không được chia sẻ người vợ “thấy buồn” rồi “bực bội hay phàn nàn”; Đặc biệt hơn cả có tới 16,7% bà mẹ chọn đáp án có sẵn do chúng tôi đưa ra cảm thấy “căng thẳng, mệt mỏi vô cùng” khi rơi vào tình huống này. Điều này sẽ dễ tạo nên những mâu thuẫn, tranh cãi của hai vợ chồng tạo nên không khí gia đình căng thẳng. Để hiểu rõ hơn, trong trắc nghiệm chúng tôi đưa ra: “Trong việc nuôi con chồng tôi....” Tản mạn những ý kiến khác nhau: “chồng ít chăm con vì ít khi ở nhà” (8,3%); “Chưa biết cách chăm con” (6,7%); “Để tự tôi quyết định hết”; “không quan

tâm”; “tôi và chồng không thống nhất trong cách nuôi con”. Đứng trên cách nhìn nhận của các bà mẹ các ông chồng vẫn chưa quan tâm đến chuyện chăm con nhiều. Các công trình nghiên cứu sau, chúng tôi sẽ tìm hiểu sâu hơn vấn đề này đứng cả trên cảm nhận của người mẹ, đứng trên phương diện của người làm bố nhìn nhận về việc này.

Bà nội không cùng quan điểm trong cách nuôi dạy con

Tìm hiểu nội dung này, chúng tôi đặt câu hỏi: “Khi bà nội không cùng quan điểm trong cách nuôi dạy con, chị cảm thấy?”

Kết quả cho thấy, các bà mẹ rơi vào cảm xúc “căng thẳng thực sự” chỉ chiếm 3,3%. Theo điều tra của chúng tôi, nguyên nhân dẫn đến cảm xúc này đều xuất phát từ cách chăm sóc, nuôi dạy cháu không thống nhất với nhau.

Để hiểu thêm sự căng thẳng của người mẹ dưới khía cạnh khác, chúng tôi đưa ra câu hỏi: “Điều gì làm chị căng thẳng nhất hiện nay?”. Sau khi xử lý, kết quả chúng tôi thu được như sau:

Bảng 4: Điều khiến các bà mẹ căng thẳng nhất hiện nay

STT	Nội dung	SL	TS	TS thực
1	Không có ai giúp đỡ bạn trong việc chăm con	18	8,3	8,5
2	Không được tự do quyết định về các vấn đề nuôi dạy con	19	13,3	13,6
3	Không khí gia đình căng thẳng	2	11,7	11,9
4	Không có thời gian học và làm việc	5	16,7	16,9
5	Không được ngủ đầy đủ	10	13,3	13,6
6	Con bạn không được khỏe	3	35,0	35,6
Tổng		59	98,3	100,0
	Ý kiến khác	1	1,7	
Tổng		60		

Nhìn vào bảng số liệu trên cho thấy, điều khiến các bà mẹ căng thẳng nhất hiện nay chính là sức khỏe của con (35%); rồi tiếp đó “không có thời gian học tập và làm việc” vì khi có con rất nhiều công việc nảy sinh ngoài việc mua sắm cho con, ở nhà chăm con từng bữa cơm, lúc con đi vệ sinh...chiếm rất nhiều thời gian. Do đó, các bà mẹ không biết sắp xếp công việc khéo léo sẽ không có thời gian học tập hay làm việc riêng của mình. Vì vậy đòi hỏi sự khéo léo, nhanh nhẹn, năng động của từng người, phụ thuộc vào hoàn cảnh của mỗi bà mẹ.

Khi được hỏi “Điều gì làm bạn căng thẳng nhất?” Chị Th – Quận Ba Đình chia sẻ: *“Khi con ốm đau, không khỏe, đôi khi tôi có cảm giác sợ hãi do tính tôi hay suy nghĩ tiêu cực. Cứ lúc nào con làm sao nhất là khi ốm đau tôi lại suy nghĩ đến điều xấu nhất có thể xảy ra với con mình”*; Còn chị Ng – Quận Thanh Xuân nói: *“Tôi căng thẳng nhất khi con biếng ăn, ốm sốt dài ngày không tìm ra nguyên nhân. Tôi phải dành nhiều thời gian cho con, không đủ thời gian cho công việc”*. Con khỏe mạnh là mối quan tâm hàng đầu của các bà mẹ, con khỏe mạnh khiến cho các mẹ rất vui vẻ, dễ dàng chăm lo chu đáo cho con, cho chồng, gia đình lớn, công việc của mình. Ngược lại, sức khỏe con không tốt các bà mẹ phải dành khá nhiều thời gian cho con nên các công việc khác không được chu đáo, thậm chí có lúc chính chuyện con ốm đau dẫn đến những xung đột, tranh cãi, căng thẳng giữa hai vợ chồng. Theo điều tra cho biết, có rất nhiều cặp vợ chồng lúc con khỏe mạnh rất bình thường, hạnh phúc nhưng hễ con ốm là cãi nhau, mâu thuẫn, ...

Ngoài vấn đề ốm đau làm các bà mẹ căng thẳng, vấn đề khác cũng tạo ra cảm xúc này. Chúng tôi đã đưa ra mệnh đề “Tôi nghĩ rằng điều làm tôi căng thẳng nhất đó là...”. Kết quả thu được, “công việc bận con lại ốm” (7,4%); “Kinh tế eo hẹp” cũng khiến nhiều gia đình trẻ phải suy nghĩ, trước

đây chỉ có hai vợ chồng chi tiêu cũng dễ hơn. Con chào đời nhiều khoản phải chi thêm nên kinh tế được đặt lên hàng đầu. Ý kiến khác nói rằng điều làm tôi căng thẳng nhất là “việc nuôi dạy con thế nào cho thật tốt (7,4%); “mẹ chồng và tôi không thống nhất trong việc nuôi cháu”; “Sự bất đồng quan điểm giữa hai vợ chồng trong việc nuôi con” (13%); “công việc quá nhiều không chăm được con chu đáo”; “vợ chồng mâu thuẫn, cãi nhau”; “Chồng quá bận rộn”. Mỗi gia đình có hoàn cảnh riêng, có một thành viên ra đời còn thêm nhiều mối quan tâm khác. Mỗi bà mẹ có căng thẳng riêng, tự họ hiểu mình nhất, hiểu hoàn cảnh để tháo gỡ cho chính mình không để trạng thái này kéo dài sẽ không tốt cho sức khỏe, tâm lý.

Để tìm hiểu cách giải quyết của các bà mẹ khi gặp phải cảm xúc “căng thẳng” trong bản hoàn thiện câu, chúng tôi đưa ra mệnh đề “những khi căng thẳng tôi hay...” có rất nhiều cách: đưa con đi chơi; nói chuyện với con; nghĩ về con để vượt qua khó khăn (11,9%); chơi đùa với con (11,9%); viết những cảm xúc của mình ra giấy; than thở với chồng; ngồi một mình suy nghĩ; càu càu vô cớ (22%); nghe nhạc, đọc sách; đi dạo đâu đó; đi mua sắm; chịu đựng một mình; chia sẻ với mẹ chồng; nấu ăn....dù cách nào mục đích cuối cùng mà các mẹ mong muốn mình thoát khỏi cảm xúc “căng thẳng” để trở về với cuộc sống đời thường.

1.5. Cảm xúc lo lắng

Lần đầu sinh con nhiều ngỡ ngàng, trong những tình huống khác nhau người mẹ sẽ tự mình được trải nghiệm những cảm xúc khác nhau ở những tầng bậc cao thấp, mạnh mẽ hay nhẹ nhàng đến. Có lúc vui, lúc buồn, lúc hạnh phúc có khi mệt mỏi, căng thẳng rồi lo lắng mỗi khi con ốm đau, quấy khóc, biếng ăn, con không phát triển tốt như trẻ khác.

Những lúc con ốm đau

Để tìm hiểu nội dung này, chúng tôi đã đặt ra câu hỏi: “Những lúc con chị ốm đau, chị cảm thấy như thế nào?”

Kết quả, chúng tôi thu được như sau:

Bảng 5: Cảm xúc của người mẹ khi con ốm đau

TT	Nội dung	SL
1	Bình thường, trẻ ốm không tránh được	3
2	Tôi thấy hơi lo lắng	12
3	Tôi thấy lo lắng thực sự	25
4	Những lúc con ốm tôi rất căng thẳng	18
GTTB	3,0	

Bảng số liệu trên cho thấy, GTTB = 3,0 nói lên, các bà mẹ khi con ốm đau đều cảm thấy lo lắng thực sự.

Khi tìm hiểu sâu hơn, chúng tôi có trao đổi với một số bà mẹ “Chị thường thấy như thế nào khi con không được khỏe mạnh”. Chị Ng than thở: “Con tôi hay ốm, chỉ cần nghĩ tới lúc con ốm tôi đã sợ, lo lắng trước rồi. Chứ đừng nói gì lúc con ốm thật tôi lo lắng vô cùng, lo lắng không biết bao giờ con mới khỏi, cho ăn uống nó lại hay chớ, uống thuốc có giữ được không? Bao nhiêu câu hỏi cứ quanh quẩn trong đầu. Lúc nào cũng nghĩ về con ăn không ngon ngủ không yên, thương con, xót xa, lo lắng làm sao để con khỏe mạnh trở lại”. Bậc làm cha làm mẹ lo lắng, trăn trở, muộn phiền khi con ốm đau, chăm cho con ngày đêm chỉ mong muốn một điều duy nhất con nhanh khỏe để lại được “ngắm nhìn nụ cười hồn nhiên đáng yêu của con.”

Cùng cảm xúc này chị H nói: “Cháu nhà tôi trộm vía ít ốm, cũng biết trẻ ốm chuyện khó tránh, song, không hiểu tại sao cứ mỗi lúc con chẳng may ốm

thì tôi lo lắng lắm! Lo không biết con có bị bệnh gì? Có nặng không? Dễ chữa không? Chỉ mong con nhanh khỏe”

Trong bảng hoàn thiện câu, chúng tôi có đưa ra mệnh đề “tôi lo lắng nhất cho con khi” y kiến tập trung nhiều nhất là: “con ốm” (66,7%); “Con bị bệnh nặng” (6,7%); “lười ăn và ốm” (11,7%). Con ốm sự lo lắng nhất của các bậc làm cha làm mẹ, khi được đưa ra vấn đề “giả như con tôi...” trong số khách thể được khảo sát có 24% “luôn khỏe mạnh không bị ốm đau”. Chính lý do đó, con khỏe mạnh luôn là niềm vui, hạnh phúc, sung sướng của mẹ. “Sung sướng nhất khi con tôi...” Có 12,1% “Khỏe mạnh, hiểu nhanh, ngoan”; 17% “phát triển khỏe mạnh”; 6,9% “khỏe mạnh, ngoan ngoãn”.

Lo lắng cho con nhiều, mong con nhanh chóng khỏi bệnh các bà mẹ cũng tìm đủ biện pháp để chữa cho con mau khỏi. Theo khảo sát, đa số bà mẹ hỏi kinh nghiệm những người xung quanh về việc chăm sóc trẻ lúc ốm. Tìm đến bác sĩ để khám tìm ra nguyên nhân để mua thuốc cho con uống. Bên cạnh đó, cũng có người tìm hiểu thông tin trên mạng về những dấu hiệu như con của mình thuộc vào bệnh nào rồi tự ra hàng mua thuốc cho con uống, cố gắng cho con ăn uống đầy đủ. Nếu trường hợp cho uống thuốc rồi mà vẫn thấy không có tiến triển gì sẽ đưa đi khám lại hoặc đưa tới bệnh viện để kịp thời chữa cho con. Thực tế, việc tìm hiểu thông tin rất cần thiết cho cả quá trình chăm con, đặc biệt lúc sức khỏe con không tốt. Nhưng việc tự mua thuốc cho con uống theo thông tin mình thu thập, xử lý được không nên. Nếu uống không đúng thuốc trẻ không những không khỏi, có khi bệnh còn nặng thêm, thậm chí còn rất nguy hiểm cho cơ thể, tính mạng của trẻ em. Các bà mẹ lo lắng cho con, mong con khỏi ốm nhưng hãy tìm đến chuyên gia để được lời khuyên đúng nhất.

Con có những dấu hiệu bất thường về phát triển trí tuệ

Ngoài việc quan tâm, chăm lo về cơ thể con được khỏe mạnh, ngày nay, các bà được đọc rất nhiều kiến thức về chăm con tốt không chỉ về cơ thể mà về cả trí tuệ, tâm lý...phát triển một cách toàn diện. Được tìm hiểu thông tin trên mạng, báo, sách, đài phát thanh, truyền hình, chuyên gia...về sự phát triển trí tuệ thông thường của một đứa trẻ đến tháng 12 trẻ phải phát âm được một từ đơn giản nhất “meme”, “bà bà”, “ba ba”, “mama”, rồi trẻ có khả năng nhận biết được người gần gũi mình hàng ngày (người quen), người ít khi tiếp xúc (không quen biết).

Thông qua khảo sát cho thấy, cách nhìn nhận vấn đề mỗi bà mẹ khác nhau, có bà mẹ cho rằng “bình thường, có thể nó chậm hơn đứa khác thôi” (16,7%); “tôi cảm thấy lo cho con” (33,3%); “Tôi cảm thấy lo lắng cho con và buồn” (25%); “Tôi lo lắng vô cùng khi thấy con như vậy” (23,3%). Điều này chứng tỏ, mong con phát triển toàn diện cả về cơ thể và trí tuệ.

Không chỉ lo lắng, đôi khi sự phát triển không tốt của con còn là nỗi sợ hãi của các bà mẹ. Khi chúng tôi hỏi “ Điều gì khiến bạn sợ nhất hiện nay?” có tới 15% “con không phát triển bình thường như các đứa trẻ khác” trong số 49 khách thể thông tin về điều này. Con số này, không quá lớn nhưng nó cũng ảnh hưởng rất lớn đến tâm lý của người mẹ, sinh hoạt hàng ngày, chăm sóc con không được chu đáo như bình thường.

Trường hợp con quấy khóc thường xuyên

Cùng một tình huống có thể xuất hiện nhiều cảm xúc khác nhau, cũng có thể nhiều tình huống lại có chung một cảm xúc. Con quấy khóc, theo kết quả nghiên cứu của chúng tôi, xuất hiện nhiều tầng bậc cảm xúc ở nhiều bà mẹ.

Khi tìm hiểu vấn đề này, kết quả cho thấy có một số khách thể tin tưởng “khi con tôi lớn lên, dần nó sẽ ngoan”. Vì vậy, họ cảm thấy con quấy khóc chuyện “bình thường” – sẵn sàng đương đầu với vấn đề này của con. Còn lại 20% “buồn và lo lắng”; . Khi tìm hiểu lý do khiến các mẹ lo lắng khi con

quấy khóc: nguyên nhân chủ yếu là không tìm ra nguyên nhân tại sao con lại quấy khóc lâu như vậy. Họ cũng tìm đến bác sĩ, hỏi ý kiến người trên có kinh nghiệm hơn trong chuyện này, nhưng gần như không có kết quả khả quan.

Con biếng ăn

Trẻ trong giai đoạn 2 tuổi đầu, điều mà người mẹ luôn quan tâm đó là chuyện ăn uống của con để đảm bảo cho con có một sức khỏe tốt nhất. Cho ăn chế độ dinh dưỡng ra sao, thời gian ăn hợp lý, ... để con có thời gian vui chơi, ngủ nghỉ hợp lý tốt cho sự phát triển cơ thể cũng như trí tuệ của trẻ. Theo tài liệu nghiên cứu, thì trẻ được ăn uống đầy đủ, hợp lý cũng tạo nên một nhân tố đóng góp cho sự phát triển toàn diện ở trẻ.

Chúng tôi đã đặt ra câu hỏi: “Người mẹ nào cũng mong muốn con mình ăn tốt để có một sức khỏe tốt, nhưng cũng có khi con chệch biếng ăn. Những lúc như vậy chị cảm thấy?”

Kết quả thu được như sau:

Bảng 6: Cảm xúc của người mẹ khi con biếng ăn

TT	Nội dung	SL
1	Coi đó là chuyện bình thường	13
2	Bực mình với con	6
3	Bực bội và lo lắng	25
4	Cảm thấy bất lực, dễ cáu gắt	8
5	Buồn bực cả ngày	3
ĐTB	2,95	

Chúng tôi tiến hành cho thang điểm của câu hỏi này từ 1 đến 5, kết quả điểm trung bình đạt được: 2,59. Như vậy, các bà mẹ khi con biếng ăn xuất hiện cảm xúc “bực bội và lo lắng”. Xuất phát từ tình yêu dành cho con mà chuyện con biếng ăn lại trở thành nỗi buồn nhất hiện nay của các bà mà

(30%). Thậm chí, một số bà mẹ con biếng ăn trở thành điều đau khổ nhất (25%) hiện nay.

Để tìm hiểu sâu hơn vấn đề này, trong bảng hoàn thiện câu chúng tôi đã đưa ra mệnh đề: “Tôi lo lắng nhất cho con khi...”. Chúng tôi nhận được ý kiến của khách thể tập trung chủ yếu là “khi con ốm” (66,7%); “con bị bệnh nặng”; “lười ăn và ốm” (11,7%); “ Quấy và khóc mà chưa tìm được nguyên nhân”; “biếng ăn và chậm lớn”; “ khi phải đi công tác không được ở gần con”; “ khi con bắt đầu đi nhà trẻ”. Như vậy, con biếng ăn, ốm đau luôn được coi là vấn đề quan trọng trong tiến trình chăm sóc trẻ của các bà mẹ.

Xoay quanh nội dung này, chúng tôi có hỏi các bà mẹ “Sau khi có con điều gì khiến bạn lo lắng nhất?” ngoài kết quả chúng tôi thu được từ phiếu trưng cầu ý kiến: “hai vợ chồng chưa có kinh nghiệm nuôi dạy con” (67,8%); “Gia đình bạn khó khăn về kinh tế” (10,2%); “Bạn không có người giúp đỡ những công việc hàng ngày”(10,2%); “Mẹ chồng bạn khó tính, không hài lòng về cách nuôi dạy con” (8,5%). Để tìm hiểu cặn kẽ, tỉ mỉ, cụ thể hơn về điều này chúng tôi đã trò chuyện với các bà mẹ. Có rất nhiều sự lo lắng từ người mẹ đối với con, chị H chia sẻ: *“Điều tôi lo nhất không phải chuyện sức khỏe của con, chính sự chiều chuộng thái quá của ông bà khiến tôi không khỏi lo lắng. Vì là “con đầu cháu sớm” nên ông bà nội chiều cháu vô cùng, tôi biết do ông bà yêu cháu quá nên mới thế. Nhưng dù sao khi chiều quá sau này sinh hư làm sao tôi không lo lắng được chứ. Nhiều lúc tôi mắng con vì tội đánh người khác, hoặc bạn bè cùng trang lứa. Lúc này, cháu chạy ngay đến ông bà bênh vực cho. Ông bà lại nói tôi không mắng nó nữa. Một gia đình mà người lớn không thống nhất cách dạy trẻ tôi e hậu quả khó lường. Tôi lo lắm!”*

Chị Th vẫn còn thiếu về kinh tế nên vấn đề chị lo cho con ngoài vấn đề sức khỏe thì kinh tế chị cũng quan tâm rất nhiều: “Điều tôi lo lắng nhất là làm sao nuôi con được khỏe mạnh, rồi lo kinh tế được đầy đủ để cho con được sung sướng, bằng bạn bằng bè. Nếu con không khỏe mạnh thì sợ lắm! thương con lắm! Rồi cố gắng tiết kiệm tiền cho con sau này còn học hành.”

Chị H chia sẻ : “ Tôi may mắn được chồng chia sẻ việc nuôi con, mẹ chồng yêu thương, chồng cũng kiếm ra tiền, con thì khỏe mạnh để nuôi nên không phải lo về mấy chuyện đó. Nhưng trong tôi vẫn lo lắng làm sao nuôi dạy con cho tốt nhất. Có lẽ,, hiện nay, do quá đầy đủ may mắn hơn người khác nên cả nhà cũng chiều nên có lúc cháu cũng hư, nói không nghe lời. Nên nhiều lúc tôi suy nghĩ, trăn trở mình làm sao nuôi dạy con tốt nhất. Còn chị M đặc điểm con không được khỏe mạnh như trẻ khác do sinh thiếu tháng nên “điều tôi lo lắng nhất là sức khỏe của con được đặt lên hàng đầu, con ăn được, ngủ được, chơi ngoan là hạnh phúc rồi. Vì con tôi hơi yếu so với trẻ khác, tôi lại mổ nên ít sữa, con hay ốm.”

Đó là những chia sẻ chân thành chúng tôi nhận được từ các bà mẹ. Qua đó nói lên, mỗi bà mẹ có nỗi niềm lo lắng riêng, nỗi lo này không chỉ về mặt sức khỏe, chuyện ăn uống của con mà bên cạnh đó còn lo lắng ở những khía cạnh, phương diện khác như: việc nuôi dạy con ngoan ngoãn biết nghe lời, lo vấn đề kinh tế được các bà mẹ đặt ra.

Cảm xúc lo lắng xuất hiện ở một số tình huống: Con biếng ăn, ốm đau, có những dấu hiệu bất thường về phát triển trí tuệ, con thường xuyên quấy khóc mà chúng tôi đưa ra. Trong thực tế, còn rất nhiều nỗi lo lắng khác xung quanh đứa con, nhưng do hạn chế về thời gian nên chúng tôi không tiến hành nghiên cứu hết được. Trong những trường hợp nêu trên con “ốm đau”, “biếng ăn” khiến cho các bà mẹ lo lắng nhiều nhất so với 2 tình huống còn lại.

1.6. Cảm xúc của người mẹ trong mối quan hệ với chồng, mẹ chồng:

Người phụ nữ lần đầu sinh con thay đổi rất nhiều “từ khi có con tôi trở nên...”, các bà mẹ trở nên “chín chắn hơn” (18,3%); “bận rộn hơn” (16,7%); “Mệt nhưng hạnh phúc” (16,7%); “kiên nhẫn hơn” (11,7%); “hay lo lắng”; “hay cáu gắt, mệt mỏi”; “yêu gia đình, bố mẹ, những người xung quanh. Bản thân thay đổi rất nhiều, mối quan hệ với mọi người cũng khác đi.

Đứa con ra đời sau những ngày chờ đợi, mong mỏi của cả gia đình sẽ là niềm vui lớn không chỉ với bản thân người mẹ, đó cũng là niềm vui của người thân trong gia đình. Con cái là “cầu nối” tình cảm mọi người với nhau, giúp mọi người gần gũi nhau hơn, ngược lại sự xung đột, mâu thuẫn, bất hòa trong gia đình cũng xuất phát từ khi đứa con chào đời. Khi có con mối quan hệ vợ chồng cũng có rất nhiều thay đổi có thể theo chiều hướng tích cực hoặc tiêu cực. Vợ chồng hạnh phúc trở thành điểm tựa cho con an lòng, vui vẻ, tập trung học tập sau này, vợ chồng xung khắc là một trong những nguyên nhân khiến con cái bơ vơ. Người phụ nữ được thiên phú cho quyền làm mẹ, nhưng bên cạnh đó còn có thiên chức của một người làm vợ. Vì vậy, để cân bằng mối quan hệ giữa con và chồng là một nghệ thuật.

Theo tài liệu mà chúng tôi thu thập được, phần lớn sau khi có con, mối quan hệ vợ chồng gần như thay đổi, có ít cặp vợ chồng vẫn giữ được mối quan hệ như trước đây. Bởi đứa con ra đời có thể tạo nên sự hạnh phúc, niềm vui hơn, hai vợ chồng có chung mối quan tâm là con. Con lúc này niềm vui chung của bố mẹ. Song, một mặt người vợ trước đây bao nhiêu tình cảm, sự quan tâm chăm sóc đều dành hết cho chồng. Nhưng khi có con thì tình cảm bị san sẻ, thời gian, sự yêu thương quan tâm, chiều chuộng cũng bị san sẻ. Thậm chí, có bà mẹ khi có con gần như không quan tâm gì đến chồng nữa, thời gian, tâm trí, tình cảm dành hết cho con. Có những người chồng khi bị rơi vào tình cảnh như vậy trở nên hụt hẫng, có đôi lúc thấy “ghen” với con vì

tình cảm con đã chiếm hết. Hiểu và thông cảm cho vợ thì tình cảm vợ chồng không bị rạn nứt, chia rẽ, xa cách. Còn nếu không hiểu hay thông cảm người chồng trở nên chán chường, xa lạ với vợ con, gia đình, không quan tâm đến mọi thứ trong nhà nữa.

Kết quả cho thấy, sau khi có con mối quan hệ vợ chồng đã có rất nhiều thay đổi: “Xấu đi nhiều” (1,7%); “Xấu đi một chút” (10,0%); “Vẫn như thế” (28,3%); “Tốt hơn một chút” (28,3%); “Tốt hơn nhiều” (31,7%); Theo kết quả này khi con ra đời gần như sẽ tạo nên tình cảm gắn kết hơn giữa hai vợ chồng, con “cầu nối” tình cảm của bố mẹ. Chị H – *“ Từ lúc có con chồng tôi chính chu hơn để làm gương cho con sau này, vợ chồng có con hạnh phúc lắm! dù có lúc phải lo lắng nhiều hơn, bận rộn hơn. Mình được ông xã cũng hay đọc kiến thức về nuôi dạy con nên hay chia sẻ với vợ về việc chăm sóc con về sức khỏe, trí tuệ tâm lý mình yên tâm và tự hào về chồng lắm! Nhiều lúc còn bảo anh “người chồng, người bố nhân dân”.*

Con số trên chỉ ra có 28,3% vẫn như thế, nhưng thực tế chỉ ra họ không rõ sự thay đổi đó như thế nào. Nên họ thấy vẫn thế, song, trong những trường hợp cụ thể thì mẫu thuẫn của họ nhiều hơn trước nhưng không phải thường xuyên. Như trường hợp của chị M – Quận Ba Đình *“Đối với tôi từ khi có con mối quan hệ không thay đổi gì nhiều vì chồng hay đi công tác xa nên sinh hoạt của chồng tôi vẫn thế. Nhưng tôi nhận thấy một điều mâu thuẫn vợ chồng nhiều hơn trước, rồi các vấn đề khác liên quan tới con”.* Lý do chính dẫn đến những mâu thuẫn nảy sinh giữa hai vợ chồng người vợ dành thời gian cho con nhiều hơn nhất là lúc con ốm không được khỏe người mẹ gần như dành toàn bộ thời gian, tâm trí cho con. Các cặp vợ chồng sau khi có con không thay đổi thực sự con số này rất ít (7%) – theo kết quả trắc nghiệm mà chúng tôi thu được.

Tuy nhiên bên cạnh những cặp vợ chồng yêu thương nhau hơn, hạnh phúc, hiểu nhau hơn, nhiều niềm vui hơn cũng có không ít cặp vợ chồng mối quan hệ này lại đi theo chiều hướng khác. Chị Ng tâm sự *“Từ khi có con tôi dành nhiều thời gian cho con hơn. Trong khi đó chồng tôi lại không thông cảm cho tôi nên mối quan hệ vợ chồng có nhiều va chạm, đôi lúc cãi vã nhau về việc chồng phải quan tâm hơn”* đến con của mình. Nói chung thời gian hai vợ chồng dành cho nhau ít đi không được như trước nữa”. Nguyên nhân dẫn đến sự thay đổi này theo chị Ng do thời gian con chiếm quá nhiều không để ý được chồng như trước. Người chồng thì vô tâm, không quan tâm chú ý đến sự vất vả của vợ, rồi cũng không hề để ý đến cảm xúc của vợ *“Tình cảm của tôi thay đổi khá nhiều sau khi có con, hay cáu giận, dễ xúc động, hay nghĩ vẩn vơ thậm chí có đêm nằm nghĩ nhiều không ngủ được, tủi thân vì một mình chăm con, chồng tôi rất hiếm khi hỏi thăm 2 mẹ con”*

Trong khi đó chị Th khi đặt ra vấn đề này *“Mối quan hệ thay đổi theo chiều hướng xấu đi, mâu thuẫn nhiều hơn xưa. Lúc bình thường con khỏe mạnh thì không sao, nhưng những lúc con ốm đau thể hiện rất rõ rệt”*. Nguyên nhân dẫn đến thay đổi mối quan hệ giữa chị và chồng chủ yếu lúc con ốm đau hay mắng nhau, trách móc, mâu thuẫn. Vì con ốm nhiều việc hơn bình thường, chồng lại không làm giúp trở nên cáu gắt nhau liên tục. Hơn nữa, từ lúc có con những bà mẹ như chị Th tất cả tình cảm, sự quan tâm chăm sóc dành cho con hết.

Nhìn chung, ít nhiều mối quan hệ vợ chồng sau khi có con có thay đổi. Trong những trường hợp cụ thể, nếu người chồng biết đồng cảm, chia sẻ, hiểu cho vợ thì mâu thuẫn sẽ hạn chế xảy ra. Còn người chồng, lúc nào cũng đòi hỏi vợ vẫn quan tâm đến mình như trước kia nên rất dễ xảy ra xung đột, bất hòa, cãi vã nhau vì yêu cầu không được đáp ứng.

Dĩ nhiên bên cạnh những lý do khiến cho mối quan hệ hai vợ chồng tốt hơn, hay xấu đi còn rất nhiều nguyên do khác. Khách thể đưa ra những nguyên nhân rất rõ tại sao sau khi “thiên thần nhỏ bé” xuất hiện vợ chồng hạnh phúc hơn: “Con khỏe mạnh, bụ bẫm, lớn nhanh chồng tôi rất hạnh phúc”; “Mẹ chồng tôi thông cảm với tôi hơn nên chồng tôi cũng vui lên nhiều”; “Niềm hạnh phúc khi được làm cha làm mẹ”; “Chúng tôi có mối quan tâm chung chính là “vàng 10” của vợ chồng tôi.”

Còn những cặp vợ chồng mối quan hệ xấu đi một chút, xấu đi nhiều với nguyên do: “Bạn chăm con nên tôi ít quan tâm đến chồng hơn”; “Vấn đề cơm áo, gạo tiền, công việc”; “Bất đồng quan điểm trong việc nuôi dạy con cái”; “Khi con khóc, kinh tế thiếu thốn”; “Giữa tôi và mẹ chồng không có tiếng nói chung”; “Dồn hết thời gian và tình cảm cho con”; “Khi con ốm đau vợ chồng hay cãi vã mâu thuẫn”. Lý do chính khi hai vợ chồng không được như trước do sau khi có con người vợ thường dành thời gian cho con nhiều hơn.

Để hiểu cặn kẽ hơn mối quan hệ này chúng tôi đưa ra mệnh đề “Sau khi có con tôi có cảm giác cuộc sống vợ chồng tôi....” Các câu trả lời thể hiện khá rõ sự thay đổi khi có một thành viên mới ra đời. Trong 60 đối tượng được nghiên cứu, có 3 người e ngại đưa ra ý kiến, còn lại các ý kiến tập trung vào: yêu nhau và có trách nhiệm hơn; hạnh phúc hơn; hạnh phúc kèm theo sự lo lắng; nhiều lúc hạnh phúc, nhiều lúc nặng nề; ít lãng mạn hơn; có nhiều thay đổi; nhiều điều phải lo lắng; gần bó hơn; xa cách hơn vì hầu hết thời gian tôi dành cho con; thay đổi, nhạt nhẽo hơn. Qua những câu trả lời cho thấy một điều sau khi hai vợ chồng có con, mối quan hệ gần như thay đổi, hai vợ chồng có nhiều lo lắng hơn trước đây, có trách nhiệm hơn với gia đình, người vợ thường dành thời gian cho con hơn. Trong niềm hạnh phúc khi “con yêu” xuất hiện những mâu thuẫn nhiều hơn.

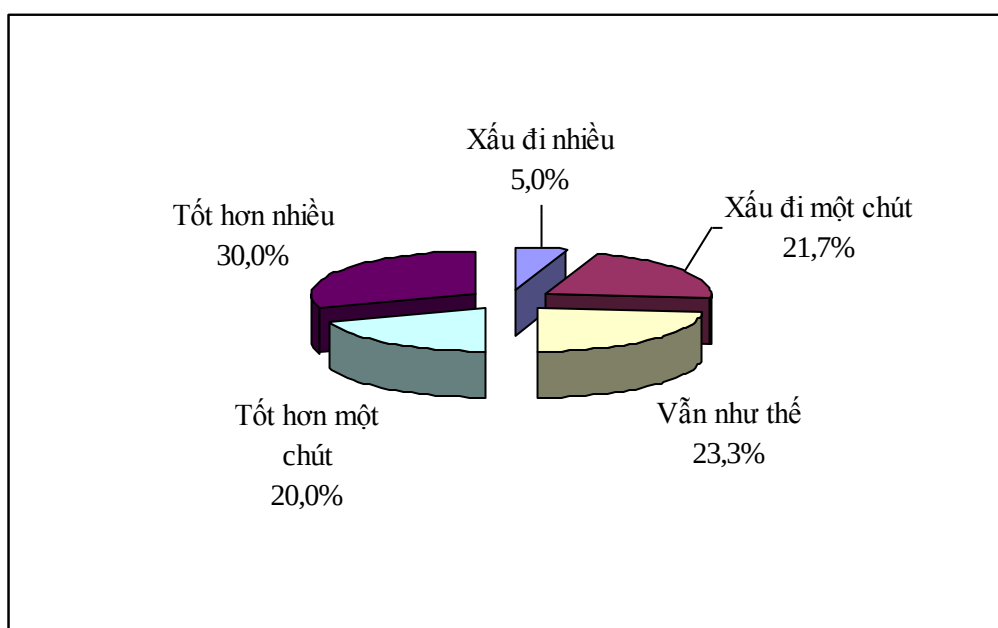
Mối quan hệ mẹ chồng – con dâu của bạn có sự thay đổi như thế nào?

“Thiên thần” của gia đình chào đời bên cạnh niềm vui còn “điểm nút” tạo ra sự thay đổi trong quan hệ vợ chồng, quan hệ với bà nội người sống cùng. Khi có con trong ra đình nảy sinh thêm nhiều vấn đề, nếu được thống nhất thì không sao, nhưng không thống nhất thì mâu thuẫn bắt đầu xảy ra.

Con dâu – mẹ chồng sau khi có cháu mối quan hệ cũng thay đổi.

Khi xử lý số liệu về mối quan hệ của người mẹ trẻ với mẹ chồng sau khi có con, chúng tôi thu được kết quả sau:

Biểu đồ 6: Thể hiện cảm xúc của người mẹ trong mối quan hệ với mẹ chồng sau khi có con



Qua sơ đồ trên cho thấy, mối quan hệ này “tốt hơn nhiều” (30%); “Tốt hơn một chút” (20%); “Vẫn như thế” (23,3%); “xấu đi một chút” (21,7%); “xấu đi nhiều” (5%); cũng như kết quả trắc nghiệm mà chúng tôi có “Khi có con tôi có cảm giác mẹ chồng tôi và tôi...”, có 13 người còn e ngại khi nói ra điều này. Còn lại mối quan hệ nhiều chiều: Gần gũi hơn – 25%, không hài lòng về nhau – 13%, nhiều mâu thuẫn hơn trước – 13%, vẫn bình thường, hòa hợp đôi chút, đồng cảm và hiểu tôi hơn, không gần gũi như trước, vui vẻ hơn

tước đây. Mỗi quan hệ có thể tốt hơn với lý do “*Trước đây tôi – mẹ chồng rất ít khi nói chuyện với nhau, tôi vốn ít nói nên mỗi khi gần mẹ chồng chẳng biết nói chuyện gì để lấp khoảng trống cả. Nói chung, trước kia tôi và mẹ không gần gũi lắm! Nhưng từ khi có con, được bà bảo ban, giúp đỡ rất nhiều, mà bà rất tôn trọng cách chăm con của tôi. Nên tôi thấy bà thật tuyệt vời. Từ khi có cháu tôi – bà có chung một chủ đề để nói chuyện, mối quan tâm chung của hai mẹ con cũng là cháu thôi, mặc dù có lúc vẫn xảy ra mâu thuẫn. Lâu dần, nói chuyện con rồi sang những chuyện khác có nhiều chuyện chia sẻ khác. Nên tôi – mẹ chồng ngày càng gần gũi, thân thiện hơn, tôi cũng vui lắm!*” (Chị M chia sẻ)

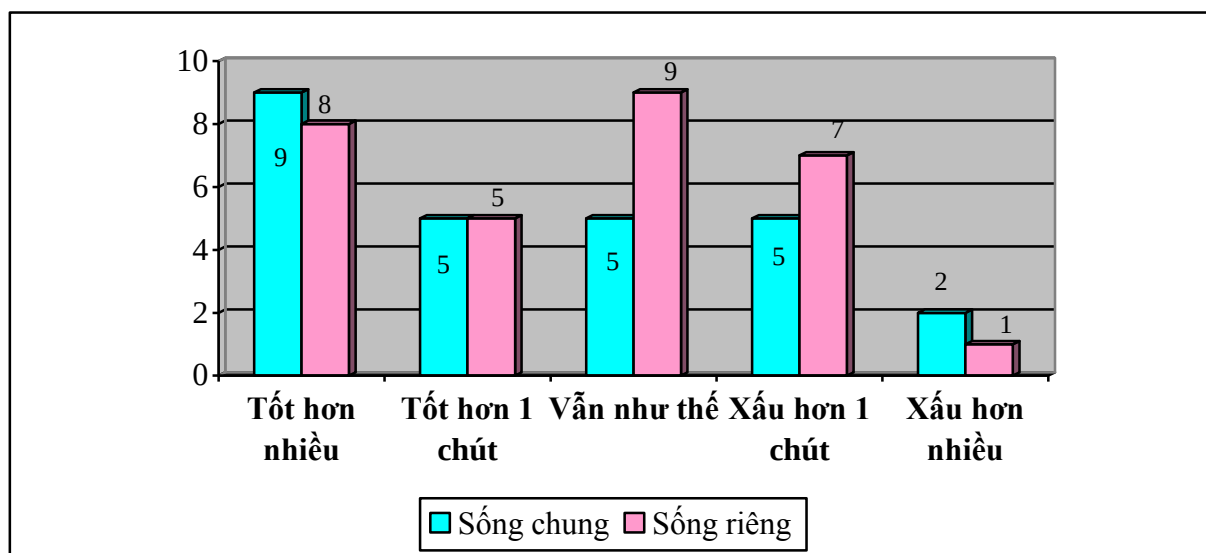
Trong trường hợp “xấu đi một chút” hoặc “xấu đi nhiều” có nhiều vấn đề để tìm hiểu, nhiều cuộc tranh cãi, căng thẳng giữa hai mẹ con xảy ra. Khi không cùng cách nuôi dạy con cháu, mẹ chồng làm một kiểu, con dâu một phách dễ tạo nên sự ức chế, không hài lòng từ cả hai phía. Chị Th “*Tôi và mẹ chồng không thống nhất trong cách nuôi dạy con, mâu thuẫn từ cách nấu ăn, cho ăn, chăm sóc, dạy dỗ...tôi thấy khó chịu lắm, không thỏa mái, nhưng kệ con tôi tôi làm theo cách của tôi. Chính vì việc không thông nhất về cách nuôi dạy con cái nên mối quan hệ giữa tôi – mẹ chồng cũng giảm đi so với trước kia. Bà không hài lòng về tôi, tôi cũng không hài lòng về bà. Bề ngoài bà đành chấp nhận cách của tôi nhưng bên trong thì không chấp nhận. Có lúc đi làm tôi bảo bà ở nhà làm thế này cho cháu bà “ừ” nhưng ở nhà bà lại không làm theo. Tôi tự điều hòa bằng cách “nhịn” để cố gắng không xảy ra mâu thuẫn. Nhưng thực sự trong lòng không được thỏa mái khó chịu vì không nói ra được. Tôi luôn có cảm giác không yên tâm khi giao con cho bà”. Trong cùng một gia đình và trong mọi vấn đề, đặc biệt khi liên quan đến “con nhỏ” không có sự thống nhất dẫn đến những mâu thuẫn, xung khắc nhỏ, thậm chí có thể trở nên căng thẳng. Đứng ở khía cạnh người mẹ, đây sẽ là sự trăn trở,*

lo nghĩ không yên khi không được ở nhà trực tiếp chăm con. Ảnh hưởng tới công việc, mối quan với chồng, mẹ chồng, con cái.

Người mẹ trẻ vốn còn thiếu những kinh nghiệm thực tế, dù đã trang bị rất kỹ càng về kiến thức chăm con. Nên khi gặp hoàn cảnh này các bà mẹ hãy tự biết dung hòa để không tạo ra áp lực cho chính bản thân mình, cũng như người thân xung quanh mình.

Bảng 7. Mức độ thay đổi mối quan hệ với mẹ chồng sau khi có con

Hoàn cảnh sống	Mức độ thay đổi									
	Tốt hơn nhiều		Tốt hơn một chút		Vẫn như thế		Xấu đi một chút		Xấu đi nhiều	
	Số phiếu	Tỷ lệ	Số phiếu	Tỷ lệ	Số phiếu	Tỷ lệ	Số phiếu	Tỷ lệ	Số phiếu	Tỷ lệ
Sống riêng	8	13,8	5	8,6	9	15,5	7	12,1	1	1,7
Sống chung	9	15,5	5	8,6	5	8,6	5	8,6	2	3,4



Qua biểu đồ trên cho thấy, hoàn cảnh sống chung với bố mẹ chồng hay sống riêng cũng ảnh hưởng tới mối quan hệ này. Sống chung dễ tạo ra mối

thân tình, hiểu nhau, thông cảm, dễ chia sẻ hơn, nhưng cũng có thể tạo ra nhiều xích mích, xung khắc hơn. Vì ở chung dễ va chạm chuyện này, chuyện kia. Còn ở riêng ít gặp nhau, ít va chạm.

Theo khảo sát của chúng tôi trên 60 khách thể: 30 sống riêng, 28 sống chung với bố mẹ chồng thì mối quan hệ này tốt lên hay xấu đi không phụ thuộc nhiều vào hoàn cảnh sống mà chủ yếu phụ thuộc vào cách cư xử của từng người mẹ trẻ: Nếu họ biết thông cảm, hiểu cho mẹ - tất cả những gì mẹ làm cũng xuất phát từ tình yêu thương của người bà dành cho cháu mà thôi thì chắc chắn, sẽ hạn chế rất nhiều to tiếng, tranh luận, không hài lòng về nhau; Ngược lại, cố chấp, hiếu thắng sẽ tạo ra những mâu thuẫn lớn, xung khắc giữa hai mẹ con, không khí gia đình căng thẳng. Các bà mẹ chắc chắn điều mình làm đúng hãy lựa thời điểm tốt để trò chuyện, chia sẻ với bà để bà hiểu ra.

Nhưng thực tế khi chúng tôi phỏng vấn sâu một số người, ở chung hay ở riêng ảnh hưởng khá lớn đến mối quan hệ này. Chị Ng cho biết: *“Tôi nghĩ rằng ở riêng dễ đối xử đúng mực hơn với bố mẹ chồng, còn ở chung dễ xảy ra điều này điều kia lắm! Tuy ở chung cũng có những thuận lợi nhất định”*

Xích mích - điều khó tránh khỏi trong mối quan hệ với mọi người xung quanh, ở đây chúng tôi đề cập tới trong mối quan hệ giữa mẹ chồng – con dâu. Chúng tôi, khảo sát mức độ xích mích này như thế nào.

Kết quả thu được như sau:

Bảng 8: Mức độ xích mích giữa mẹ chồng – nàng dâu sau khi có cháu

TT	Nội dung	SL
1	Không bao giờ	13
2	Có nhưng hiếm khi	22
3	Thỉnh thoảng	19
4	Thường xuyên, thậm chí còn căng thẳng	5
GTTB	2,27	

Bảng số liệu trên cho thấy, GTTB = 2,27 có nghĩa là sự xích mích của các bà mẹ ở ngưỡng “có nhưng hiếm khi” và “thỉnh thoảng”. Sự xích mích giữa mẹ chồng – con dâu khó tránh khỏi trong cuộc sống hàng ngày, đặc biệt trong cách chăm con cháu. Bởi hai người ở hai môi trường giáo dục, văn hóa gia đình khác nhau, ở hai thế hệ khác nhau.

Để xem xét hoàn cảnh sống có ảnh hưởng đến mức độ xích mích giữa hai mẹ con, chúng tôi đã tính toán được số liệu sau:

Hoàn cảnh sống	Không bao giờ		Có nhưng hiếm khi		Thỉnh thoảng		Thường xuyên thậm chí còn căng thẳng	
	SP	TL	SP	TL	SP	TL	SP	TL
Sống riêng	8	14,0	11	19,3	7	12,3	3	5,3
Sống chung	5	8,8	11	19,3	10	15,7	2	3,4

Qua bảng số liệu cho thấy, hoàn cảnh sống cũng không ảnh hưởng gì nhiều đến sự xích mích. Chỉ ở mức độ “thỉnh thoảng” sống chung xảy ra nhiều hơn.

Khi tìm hiểu nguyên nhân dẫn đến mâu thuẫn, xích mích giữa hai mẹ con của các khách thể cho thấy, nguyên nhân chủ yếu dẫn đến xung khắc: “không cùng quan điểm chăm sóc và dạy cháu” (39,3%/56); “Do liên quan đến vấn đề dinh dưỡng của cháu” (5,3%/56); “Do bất đồng trong quan điểm lối sống”. Như vậy, mâu thuẫn được tạo ra cơ bản liên quan đến cách chăm sóc con, cháu chưa tìm được tiếng nói chung giữa hai thế hệ của những quan điểm khác nhau về cách chăm sóc trẻ nhỏ. Còn lại, có nhiều nguyên nhân nữa dẫn đến mỗi bất hòa này: tính cách hai người khác nhau; khi con bị ốm; bà quá

tiết kiệm; không hiểu nhau; do công việc quá nhiều người phụ nữ không hoàn thành được việc nhà; bản thân thiếu kinh nghiệm trong việc chăm trẻ; các sinh hoạt hàng ngày...

Có một thành viên mới xuất hiện, mối quan hệ giữa mẹ chồng – con dâu cũng có thay đổi. Hay xảy ra những xung đột hơn trước kia, song mọi xung đột sau khi có cháu chủ yếu xoay quanh vấn đề của trẻ nhỏ. Dù có những thay đổi nhất định, mâu thuẫn cũng xuất hiện nhiều hơn. Nhưng từ khi có cháu ngoài việc mẹ chồng trở nên: khó tính, đố kỵ hơn; bận rộn hơn điều quan tâm hơn cả các bà nội khi có cháu trong nhà trở nên “vui vẻ hơn” (42%/57 khách thể); gần gũi hơn, biết thông cảm chia sẻ hơn với con so với trước kia. Dù ở hai thế hệ, có những cách nhìn nhận khác về cách nuôi trẻ nhỏ, theo kết quả nghiên cứu của các nhà tâm lý học trẻ nhỏ được sống cùng ông bà luôn được ông bà để lại những bài học giáo dục, đạo đức truyền thống vô giá mà người khác không thể làm được.

2. Những yếu tố ảnh hưởng đến cảm xúc của người mẹ lần đầu sinh con.

Có con – một bước ngoặt lớn đối với phụ nữ, tâm lý họ thay đổi rất nhiều. Họ được tự mình trải nghiệm những cảm xúc lúc mạnh mẽ rõ rệt, lúc thoáng qua mơ hồ không rõ. Cảm xúc ấy còn chịu ảnh hưởng bởi những nhân tố khác nhau. Sẽ có rất nhiều yếu tố ảnh hưởng đến cảm xúc của người mẹ: kinh tế, văn hóa vùng miền, tính lạc quan yêu đời, cảm nhận sự hạnh phúc...nhưng trong giới hạn của đề tài, chúng tôi chỉ xem xét một số yếu tố sau:

2.1. Sự chuẩn bị sẵn sàng về mặt tâm lý của cha mẹ đối với sự ra đời của đứa trẻ

Trong giới hạn của đề tài, chúng tôi chỉ tiến hành nghiên cứu trên những bà mẹ trong “giá thú”. Khi họ kết hôn, theo tìm hiểu của chúng tôi các bà mẹ có kế hoạch rõ ràng cho việc mang thai của mình, chỉ số ít ngoài kế hoạch. Bắt đầu khi có thai họ đã chuẩn bị cho sự phát triển tốt nhất cho con từ

trong bụng mẹ, chế độ ăn uống, nghe nhạc, chế độ làm việc, ngủ nghỉ hợp lý. Họ luôn sẵn sàng đón đứa con chào đời bằng tình yêu thương, sự mong đợi và mọi thứ đã sẵn sàng. Trên thực tế, đa số các bà mẹ khi sắp sinh khoảng trước 1 tháng họ đều trang bị cho con mọi thứ đầy đủ: quần áo, tã lót, sữa, giày dép, thuốc... rất kỹ lưỡng cho “thiên thần” của cha mẹ khi con chào đời. Chính sự chuẩn bị kỹ càng về tâm lý cũng như về vật chất thể hiện rất rõ khi người mẹ lần đầu tiên đón con vào trong lòng ấm áp của người mẹ họ đều cảm nhận thấy “thực sự hạnh phúc” (56,7%).

Con ra đời được các bà mẹ chuẩn bị về mặt tâm lý trước, không phải quá bất ngờ. Ngay từ khi mang thai họ luôn cố gắng giữ tâm lý thoải mái, vui vẻ để sau này con không bị ảnh hưởng. Theo kết quả nghiên cứu của các nhà khoa học, họ chứng minh rằng nếu trong quá trình mang thai mà người mẹ không được thoải mái, hay cáu gắt, u sầu, ...sau này trẻ sẽ bị ảnh hưởng không nhỏ.

Lần đầu tiên đón con là cả một quá trình chuẩn bị về tâm lý, sức khỏe, kinh tế, điều kiện khác đối với cha mẹ. Có sự chuẩn bị tốt về mặt tâm lý, kiến thức khi đưa con ra đời họ sẽ dễ dàng vượt qua những cảm xúc tiêu cực, đối diện với nó. Nếu không có sự chuẩn bị trước, người mẹ sẽ dễ rơi vào sự bất ngờ, bối rối trong một tình huống cụ thể nào đó. Thậm chí, có người mẹ trẻ dẫn tới sự trầm cảm, trầm uất sau sinh – trường hợp này không phải là nhiều, song cũng nói lên một điều không chuẩn bị tâm lý trước dễ rơi vào những điều không mong muốn xảy ra.

Dù đã có cả một quá trình chuẩn bị, nhưng đến lúc sinh con họ vẫn không tránh khỏi lo lắng, bồn chồn, mình sinh con có dễ dàng như mọi người không? Con có được khỏe không. Những cảm xúc này chợt đến do bà mẹ quá hồi hộp, lo lắng không kiềm chế, cân bằng được cảm xúc của mình.

Khi hỏi về sự chuẩn bị tâm lý này, chị M cho biết: *“Từ lúc mang thai tôi đã đọc rất nhiều sách về kiến thức nuôi con, cũng lường trước những gì sẽ đến với mình. Hỏi ông bà, bạn bè đã có con trước biết trước được là nuôi con sẽ rất vất vả, đứa ngoan còn đỡ chứ đứa mà quấy, lười ăn, hay ốm thì khỏi nói. Mình hiểu điều đó, nhưng sinh con ra vẫn không khỏi ngỡ ngàng, lo lắng. Lúc mang thai bị nghén đã thấy mệt lắm rồi, rồi lúc sinh đau đớn, vất vả, không có gì mệt hơn thế. Song, thực sự, nuôi con vất vả hơn nhiều so với mang thai, so với những gì mình biết, mình suy nghĩ trước đây.”*

Thông qua tài liệu, trang web mà chúng tôi thu được thấy rằng: đa số các bà mẹ sinh con, rồi nuôi con đều có chung suy nghĩ như chị M

Tóm lại, sự chuẩn bị sẵn sàng về mặt tâm lý ảnh hưởng rất lớn tới cảm xúc của người mẹ trong lần đầu đón con, trong từng tình huống mà người mẹ sẽ phải trải qua.

2.2. Sự quan tâm chia sẻ của người chồng trong thời kỳ thai nghén:

Khi mang thai cơ thể phụ nữ thay đổi rất nhiều, tâm lý cũng thay đổi. Thời kỳ này, người phụ nữ rất nhạy cảm, dễ tủi thân, giận hờn. Lúc này, họ cần sự quan tâm đặc biệt của người chồng. Sự quan tâm chia sẻ của người chồng tạo cho phụ nữ mang thai một tâm lý thoải mái, yên tâm cho sự phát triển tốt nhất đứa con trong bụng của hai vợ chồng. Nhiều người vợ khi mang thai, được người chồng rất chiều chuộng, quan tâm, tìm hiểu xem cho vợ ăn gì, cho “thiên thần” trong bụng nghe nhạc gì để con có sự phát triển toàn diện về mọi mặt cả về cơ thể, trí não. Thông thường, khi mang thai cơ thể phụ nữ rất dễ mệt mỏi, khó chịu, tâm lý dễ tủi thân. Trong quá trình mang thai, nuôi con người phụ nữ không thể tự mình làm tất cả mọi thứ mà cần có sự chia sẻ giúp đỡ rất lớn từ người chồng. Bà mẹ hãy chủ động trao đổi với chồng về

những kiến thức xung quanh việc mang thai, nuôi con. Để chồng hiểu được sự vất vả, khó nhọc của mình anh ấy sẵn sàng chia sẻ khi mình có khó khăn.

Người chồng chia sẻ với vợ trong thời kỳ thai nghén cũng như sự chuẩn bị tâm lý vững vàng, tiếp thêm sức mạnh cho vợ sẵn sàng chào đón “con thân yêu” của hai vợ chồng. Thực tế cho thấy, khi người phụ nữ mang thai được chồng chia sẻ nhiều thì sau khi có con họ ít gặp phải cảm xúc căng thẳng quá, lo lắng thái quá, không bị rơi vào trạng thái sợ hãi, tức giận, Sự quan tâm chia sẻ này chỉ là bước đầu, nhưng nó vô cùng quan trọng cho tâm lý người mẹ sau này.

2.3. Đặc điểm tâm sinh lý của đứa trẻ

Mỗi trẻ sinh ra đều có những đặc điểm cơ thể riêng, chính yếu tố này cũng ảnh hưởng tới cảm xúc của người mẹ. Người mẹ hay lo lắng, căng thẳng, buồn sâu, mệt mỏi... phụ thuộc vào đứa trẻ yếu hay khỏe, có hay ốm sốt, dễ ngủ, khó ngủ, hay chớ ... Hiện thực cho thấy, có những đứa trẻ ốm yếu nên hay quấy khóc, lười ăn, khó ngủ. Có những trẻ ăn tốt nhưng lại khó ngủ, mỗi lần ngủ bố mẹ phải ru mãi mới ngủ. Chính những đặc điểm này của từng trẻ mà bà mẹ trở nên hay lo âu, căng thẳng mệt mỏi. Cơ thể con không được khỏe, người mẹ lúc nào cũng lo lắng cho con, buồn phiền về chuyện này. Đôi khi con ốm yếu, lười ăn luôn “ngay ngắn” không yên tâm về con, khi cơ thể trẻ không được tốt hay quấy khóc thường xuyên khiến người mẹ cũng dễ trở nên cáu gắt, chán nản.

Khi nói về vấn đề này chị Ng chia sẻ: “ *Đặc điểm của con tôi hay chớ lẩm! ăn xong rồi mà tôi vẫn chưa yên. Có hôm cháu vừa ăn xong lại trớ ra hết, lúc nào tôi cũng lo, nhiều lúc còn thấy căng thẳng về chuyện này. Con tôi dễ chớ vô cùng, ngày nào mà không thấy chớ vừa vui mừng, vừa như một chuyện lạ. Trước khi ăn, nấu cho cháu mà trong đầu cứ mung lung không biết ăn xong có giữ được không? Một tháng mua hàng 7 – 8 hộp sữa trong đó trù*

đi gần 4 hộp. Buồn lắm chị à, giả như con tôi ăn uống đỡ trớ thì hạnh phúc biết bao”.

Ngược lại, trẻ khỏe mạnh, sức đề kháng tốt, ít khi ốm đau, dễ ăn dễ ngủ chắc chắn mẹ không phải quá buồn phiền, căng thẳng mệt mỏi khi con ốm đau. Tâm trạng người mẹ luôn vui vẻ, thoải mái, yên tâm về con. Mỗi khi con ốm đau, người mẹ có khả năng bình tĩnh, tinh táo chăm sóc con chu đáo như mọi ngày.

Thực tế, có những đôi vợ chồng hay cãi nhau, mâu thuẫn chỉ vì con hay ốm đau. Cứ lúc bình thường thì hạnh phúc, vui vẻ, cứ khi con ốm tranh cãi, mắng nhau, tại thế này, tại thế kia, đổ lỗi cho chồng, cho vợ, ông bà đổ lỗi tại con dâu, con dâu đổ tại ông bà. Bao nhiêu bất đồng, xung đột cũng từ trong tình huống con ốm đau này. Cơ thể trẻ khỏe mạnh, ngủ ngoan gia đình cũng giảm đi bớt rất nhiều tranh cãi, mắng mỏ nhau.

Tóm lại, đặc điểm cơ thể trẻ ra sao cũng tạo nên những cảm xúc vui, buồn, hạnh phúc, lạc quan, lo âu, căng thẳng, mệt mỏi...ở người mẹ.

Tựu chung, có nhiều nguyên nhân ảnh hưởng tới cảm xúc của người mẹ. Trên đây là những nguyên chính, ngoài ra chúng tôi thiết nghĩ nhân cách lạc quan yêu đời, kinh tế, cảm nhận hạnh phúc...cũng một phần ảnh hưởng đến cảm xúc của người mẹ lần đầu sinh con.

2.4. Kiến thức, kinh nghiệm nuôi dạy con của người mẹ trẻ

Đây sẽ là nhân tố ảnh hưởng rất nhiều đến cảm xúc của người mẹ trong quá trình nuôi dạy con. Nếu người phụ nữ tự trang bị cho mình những kiến thức nuôi con tốt nhất bằng cách tìm đọc thông tin trên các phương tiện thông tin đại chúng, đọc sách, chia sẻ của thế hệ trước, bạn bè...chắc chắn khi “nhập cuộc” thực sự họ sẽ rất tự tin với cách của mình. Dĩ nhiên, cảm xúc của họ trong những tình huống cụ thể: con ốm, sốt, lười ăn, quấy khóc...không quá

căng thẳng hay sợ hãi khi thấy con như vậy. Họ lo lắng cho con bằng tình yêu của người mẹ, dễ dàng vượt qua được chuyện này không mấy khó khăn.

Song, mỗi đứa trẻ có những đặc điểm cơ thể khác nhau, đôi khi áp dụng cứng nhắc những gì trong sách chỉ dạy cũng không phải biện pháp hữu hiệu. Lúc này cần đến kinh nghiệm của một người nuôi dạy trẻ thực sự. Về kiến thức, theo chúng tôi tìm hiểu thì ngày nay người phụ nữ luôn chủ động trong mọi công việc ngay cả trong việc chăm sóc, nuôi con nên họ có đủ kiến thức, hiểu biết về chăm trẻ nhỏ. Nhưng bên cạnh đó, kinh nghiệm chưa được trải qua khiến các bà mẹ không khỏi ngỡ ngàng, lo lắng, căng thẳng khi con gặp phải vấn đề mà trong sách hoặc chia sẻ từ người thân không nói đến. Khi chúng tôi đặt ra câu hỏi “Sau khi có con, điều gì khiến bạn lo lắng nhất?” thì điều khiến cho các bà mẹ lo lắng nhất “hai vợ chồng chưa có kinh nghiệm nuôi dạy con” (66,7%). Con số này cho thấy, kinh nghiệm nuôi dạy trẻ của bà mẹ lần đầu sinh con là vấn đề được đặt lên hàng đầu. Người mẹ luôn băn khoăn không biết nuôi con sao cho tốt? Ăn uống như thế nào cho hợp lý...? Vô vàn những câu hỏi đặt ra cho các bà mẹ còn thiếu kinh nghiệm trong việc nuôi dạy trẻ, có người còn lóng ngóng ngay cả việc cho ăn bú, ăn, thay tã lót, cho con tắm...kiến thức đã được đọc nhưng đến thực tế thì không phải bà mẹ nào cũng làm thành thạo, tự tin những chuyện đó.

Trong công trình nghiên cứu này, chúng tôi chưa có điều kiện nghiên cứu ở những bà mẹ sinh con lần hai. Nhưng thực tế chỉ ra rằng, trong những tình huống như con ốm, sốt, mọc răng, trẻ có vấn đề về đường ruột, biếng ăn...do có kinh nghiệm nuôi con từ trước nên các bà mẹ này họ gần như ít rơi vào trạng thái căng thẳng, mệt mỏi hay quá lo lắng. Còn những bà mẹ lần đầu sinh con, do chưa thu thập đủ kiến thức, chưa kinh qua những việc như vậy nên khi gặp phải cảm xúc buồn, lo lắng, căng thẳng dễ “tràn ngợp” vào người mẹ, thậm chí mất cân bằng về tâm lý.

2.5. Sự thống nhất của vợ và chồng trong vấn đề nuôi dạy con

Mâu thuẫn xảy ra khi ai cũng cho rằng cách của mình đúng, người kia sai, đều nhất quyết làm theo cách của mình. Theo chuyên gia tâm lý Trần Hồng Hà, Phó giám đốc Trung tâm tư vấn tình yêu - hôn nhân - gia đình thuộc Hội Liên hiệp Thanh niên Việt Nam, mâu thuẫn trong cách dạy con là một trong những lý do dễ gây xung đột giữa hai vợ chồng nhất. Bà Hà cho biết, đáng lẽ, ngay từ khi mới kết hôn, sinh con, các đôi cần trò chuyện với nhau về cách nuôi dạy trẻ để cùng có ý kiến thống nhất về việc này. Thế nhưng, thực tế, hầu như rất ít người làm thế, chỉ khi có những bất đồng về cách chăm sóc, dạy dỗ trẻ, các cặp mới bắt đầu để ý đến việc này. Mâu thuẫn xuất hiện khi ai cũng cho rằng cách của mình đúng, chỉ trích người kia. Chuyên gia tâm lý Hồng Hà cho rằng, khi vợ chồng bất hòa vì con cái, đau khổ sẽ tăng gấp đôi bởi không chỉ hai người buồn phiền, mệt mỏi mà còn ảnh hưởng đến cả sự phát triển tâm lý, tính cách của trẻ.

Khi hai vợ chồng không thống nhất trong cách nuôi dạy con trẻ, tranh cãi nhau về vấn đề này sẽ tạo ra những căng thẳng trong gia đình, người mẹ buồn phiền.

Khi căng thẳng, buồn phiền dễ cáu gắt, mắng con, không khí gia đình nặng nề. Khi mâu thuẫn này trở nên thành vấn đề lớn thì “sự bất đồng quan điểm giữa bạn và chồng” (8,3%) trở thành nỗi buồn lớn nhất hiện nay. Hoặc tạo ra sự căng thẳng nhất cho bà mẹ, khi chúng tôi hỏi “Tôi nghĩ rằng điều làm tôi căng thẳng nhất đó là...” có 13% do sự bất đồng quan điểm giữa hai vợ chồng trong việc nuôi con. Hơn nữa, người mẹ cũng không khỏi lo lắng, sợ hãi chuyện gia đình, bố mẹ mẫu thuẫn con phải gánh chịu (13,3%). Khi mâu thuẫn giữa hai vợ chồng về cách nuôi dạy con, nhiều chị cũng cố gắng tìm cách giải quyết để gia đình không nặng nề. Chị H – Quận Thanh Trì cho

biết: “ Vợ chồng mình cũng ít mâu thuẫn về chuyện này, nhưng cũng có đôi lúc có bất đồng về nuôi dạy con, nhưng đợi lúc nào chồng vui về chuyện khác như: thành công trong công việc thì mình thủ thỉ với chồng phân tích đúng sai, để hai vợ chồng cùng đi đến thống nhất.” Bên cạnh đó, có người vợ luôn được thỏa mái trong chuyện này vì chồng để cho tự quyết định chuyện nuôi con như thế nào hoặc hoàn toàn ủng hộ cách nuôi con của vợ. Khi gặp vấn đề không đồng điệu, tìm được tiếng nói chung trong việc nuôi con, các bà mẹ có rất nhiều cách để giải quyết điều này. Có người thì cương quyết, có người làm theo chồng, bàn bạc với chồng. Theo kết quả trắc nghiệm chúng tôi thu được: có 3 khách thể né tránh không đề cập tới vấn đề này, còn lại 57 khách thể chia sẻ “khi mà chồng tôi không thống nhất trong cách nuôi con tôi thường.....” họ tranh luận với chồng; bực tức (10,5%); phớt lờ nhưng mình lại tự nghĩ lại liệu mình có sai không?; bàn luận để tìm ra quan điểm chung để thống nhất (14%); Làm theo cách của tôi (15,8%); phân tích cho chồng hiểu và ủng hộ mình (15,8%); nghe theo ý kiến của chồng; tìm sách báo đọc thêm sau đó mới quyết định; ngồi nghe rồi rút ra kinh nghiệm để hoàn thiện hơn; kể với mẹ để tìm ra hướng giải quyết.

Dù cách giải quyết như thế nào, khi hai vợ chồng không chung quan điểm nuôi dạy con tạo nên cảm xúc căng thẳng, mệt mỏi, buồn chán cho người mẹ. Ảnh hưởng tới mối quan hệ của vợ chồng tốt lên hoặc xấu đi. Thực tế, các cặp vợ chồng bất đồng quan điểm nuôi dạy con không nhiều chỉ chiếm số ít. Nên đa số các bà mẹ được chồng ủng hộ tạo cho họ tâm lý thỏa mái, yên tâm nuôi dạy con cái.

Trường hợp người đàn ông không chia sẻ với vợ trong việc nuôi dạy con cái, vợ thích nuôi thế nào thì nuôi không quan tâm chỉ lo kinh tế, cơm áo, mua sắm trong gia đình khiến cho các bà mẹ không khỏi phiền lòng, chán nản. Thậm chí có người khi “không được chồng chia sẻ trong việc chăm con”

(13,3%) trở thành điều đau khổ nhất. Thậm chí còn tạo ra cho người phụ nữ sự căng thẳng, mệt mỏi (16,7%).

Con cái là trách nhiệm chung của bậc làm cha làm mẹ, nên khi không được chia sẻ trong việc chăm sóc, nuôi dưỡng, giáo dục con cái các bà mẹ hay tủi thân, mong có được một lời động viên chia sẻ từ chồng nỗi vất vả chăm con. Chị N tâm sự: *“Có con là niềm vui hạnh phúc của người mẹ. Mình sinh con rất khó khăn, đau đớn vô cùng. Sau khi sinh con ra, rất mong được chồng yêu thương chăm sóc hơn nhưng không được như vậy nên rất buồn. Mình thường chán ăn, không ngủ đủ nên rất mệt mỏi. Thêm vào đó mối quan hệ mẹ chồng không được tốt nên mình rất căng thẳng, chán nản. Con thì hay ốm vặt, lười ăn nhiều lúc không biết làm thế nào dù đã cố gắng hết sức, bỏ cả việc để chăm con”*. Song, bên cạnh chị N rất nhiều người vợ lại được nhận sự chia sẻ, quan tâm, chiều chuộng của chồng hơn cả trước đây nên họ cảm thấy thực sự hạnh phúc, mối quan hệ vợ chồng tốt hơn nhiều. Từ khi có con chồng trở nên biết quan tâm đến gia đình hơn, sống có trách nhiệm với mọi người, chăm chỉ hơn, chững chạc hơn...

Mọi cảm xúc tích cực hay tiêu cực xuất hiện bị chi phối bởi sự thống nhất, chia sẻ của người chồng trong việc nuôi dạy con cái rất nhiều.

2.6. Sự thống nhất về cách nuôi dạy cháu của mẹ chồng, con dâu

Trong cùng một gia đình, có thể cùng chung sống hoặc không nhưng về phương pháp nuôi dạy trẻ cần có sự thống nhất. Hai vợ chồng cùng quan điểm, ông bà nội ngoại, người gần gũi với trẻ phải cùng chung cách nuôi dạy con, cháu. Thực tế, có gia đình rất đồng nhất một cách nuôi dạy, song có gia đình mỗi người một “phách”, ai trông thì làm theo cách của mình. Điều này không chỉ tạo một không khí gia đình không hòa hợp, căng thẳng. Quan trọng hơn cả đưa trẻ khi thấy người thế này, người thế kia, ông mắng bà bênh, mẹ

bảo “được” bỏ lại bảo “không được” đứa trẻ sau này sẽ sinh “nghi ngờ” mọi thứ, không biết đâu đúng đâu sai, sự tin tưởng không được hình thành ở đứa trẻ - rất nguy hiểm cho nhân cách trẻ thơ.

Vì vậy, vợ chồng phải thống nhất một con đường nuôi dạy con khôn lớn, bên cạnh đó bà nội đóng vai trò rất lớn. Hiện nay, ở Việt Nam trẻ được sinh ra phần lớn là bà nội trông, chỉ số ít đặc biệt bà ngoại mới trông. Dĩ nhiên, có gia đình thuê bảo mẫu trông nom. Bà nội vẫn đóng vai trò quan trọng, nên khi mẹ chồng – con dâu không có sự thống nhất dẫn đến những bất hòa, xích mích giữa hai mẹ con. Có những bà mẹ trẻ khi bà nội bắt làm theo cách của bà dẫn đến ức chế, căng thẳng, mệt mỏi, buồn phiền, dễ cáu gắt với con trẻ. Theo kết quả mà chúng tôi có, các bà mẹ hiểu được mẹ chồng và mình ở hai thế hệ khác nhau nên coi chuyện này “bình thường khó tránh khỏi” (75%); Còn lại các chị cảm thấy buồn, mệt mỏi, căng thẳng. Nhưng thực tế, trong quá trình chúng tôi đi phỏng vấn sâu thấy rằng, phần đa các chị hiểu được bà, chỉ vì yêu cháu, ở thế hệ khác cách nuôi khác nên khó tránh khỏi nên chuyện đó “bình thường”. Hiểu rõ, nhưng khi va chạm thực sự gần như các bà mẹ tỏ ra không “hài lòng” hoặc ầm ức, cáu gắt vô cớ, cố gắng giải thích để bà ủng hộ mình, có chị còn chuyển ra ngoài ở khi bà can thiệp quá sâu vào chuyện nuôi con của mình.

Chị Th chia sẻ: *“mẹ tôi thì chăm cháu lắm! yêu cháu vô cùng, tôi nhận rõ điều này. Nhưng thực sự cách nuôi con giữa tôi – mẹ chồng quá khác nhau nên hay không hài lòng về nhau. Tôi cũng hay đọc sách, thông tin về chăm sóc con nhiều lắm! Cách của bà quá cổ hủ, nên tôi không hài lòng, đi đâu mà ở nhà bà trông tôi không yên tâm chút nào. Cho đến bây giờ tôi vẫn nhớ có thời kỳ tôi căng thẳng vô cùng về chuyện này, bà bắt tôi làm theo ý bà tôi không làm theo bà nói tôi suốt ngày. Tôi mệt mỏi, chán chường, thấy tội cho con thời gian ấy bé con bị tôi quát mắng, tức giận vô cớ mà cháu thì ngoan*

lắm có mấy khi quấy đâu. Nhiều lúc vì ảm ức với mẹ mà mắng con “té tát” để xả điều gì đó bức xúc, mắng xong tôi lại ôm con vào lòng mà khóc vì thương con, con ngây thơ có biết gì đâu. Nghĩ lại tôi vẫn hồi hộp cái chuyện mẹ tôi bắt tôi làm theo cách của bà. Bây giờ cháu gần 2 tuổi rồi ngoan ngoãn, khỏe mạnh, bụ bẫm nên bà cũng không can thiệp nữa”. Nếu chỉ không thống nhất những điều nhỏ nhặt, hoặc thỉnh thoảng thì sẽ không ảnh hưởng lớn đến quan hệ mẹ con, không khí gia đình, song nếu can thiệp quá sâu gần như các bà mẹ trở nên căng thẳng, mệt mỏi.

Hơn nữa các chị còn có tâm trạng bất an khi xa con chị Ng chia sẻ “*Hai mẹ con tôi không cùng quan điểm nuôi con, tôi thấy khó chịu, nhiều lúc thấy bức tức vì mẹ chồng cho rằng mình không biết cách chăm con*”.

Song, khi hai mẹ con thống nhất nhau tạo nên sự gần gũi, yêu thương, quan tâm nhau hơn, người mẹ yên tâm, vui vẻ như trường hợp của chị M “*Tôi thấy mình rất may mắn khi được ông bà nội chia sẻ, giúp đỡ, đồng nhất trong chuyện chăm con từ cách cho ăn, tắm, đi ngủ, dạy dỗ như thế nào...Trước đây, tôi rất lo lắng không biết sinh con ra rồi ông bà có thống nhất với mình không vì tôi nghe kể chuyện mâu thuẫn trong cách nuôi dạy con rất nhiều của mấy chị xung quanh. Hơn nữa, bố mẹ chồng lại là người Hà Nội gốc còn tôi một cô gái tỉnh lẻ về làm dâu không biết có “ăn nhập” với bố mẹ mình. Được bố mẹ ủng hộ, giúp đỡ nên tôi cảm thấy rất vui, yên tâm những khi phải đi làm không được bên cạnh con*”.

Theo cảm nhận từ các bà mẹ cho thấy “trong cách nuôi dạy cháu, mẹ chồng tôi...” Kết quả nhận được: “nghiêm khắc và khoa học” (6,8%); “rất có kinh nghiệm” (10,2%); “rất hài lòng về con dâu”; “ủng hộ cách nuôi dạy của tôi” (10,2%); “bà thích tôi làm theo ý của bà”; “rất cổ hủ” (8,5%); “không ủng hộ tôi, bất đồng quan điểm” (18,6%); “hay đưa ra lời khuyên” (8,5%); “rất tôn

trọng ý kiến của tôi” (8,5%). Như vậy, trong cách nuôi dạy cháu cũng có nhiều chiều trái nhau có khi ủng hộ, có khi bắt làm theo.

Qua một số tâm sự, chúng tôi thấy rằng sự thống nhất trong cách nuôi dạy con cháu giữa mẹ chồng – con dâu ảnh hưởng rất lớn đến cảm xúc của người mẹ. Nếu không thống nhất dễ trở thành điều căng thẳng nhất: “Mẹ chồng và tôi không thống nhất trong việc nuôi cháu” (16,7%). Khi được ủng hộ, thống nhất sẽ tạo nên sự yên tâm, vui vẻ của người mẹ.

Khi gặp vấn đề này, kết quả cho thấy thông thường các chị giải quyết bằng cách: “im lặng và làm theo cách của mình” (27,5%); “giải thích cho bà hiểu đúng vấn đề” (25,9%); còn lại rất nhiều cách giải quyết khác nhau như: nhờ chồng giúp đỡ; đàm phán với mẹ để tìm ra điểm chung; tôn trọng ý kiến của bà, tỏ thái độ bực mình;

Tựu chung, có nhiều nguyên nhân ảnh hưởng tới cảm xúc của người mẹ. Trên đây là những nguyên nhân chính, ngoài ra chúng tôi thiết nghĩ nhân cách lạc quan yêu đời, kinh tế, cảm nhận hạnh phúc...cũng một phần ảnh hưởng đến cảm xúc của người mẹ lần đầu sinh con.

KẾT LUẬN VÀ KIẾN NGHỊ

1. Kết luận

Về lý luận: Cảm xúc được biểu hiện qua 3 yếu tố đặc trưng: Cảm nhận hay ý thức về cảm xúc; Các quá trình diễn ra trong hệ thần kinh, hệ nội tiết, hô hấp tiến hóa và hệ khác của cơ thể; Các phức hợp biểu cảm có thể quan sát được, đặc biệt là những phức hợp phản ánh trên bộ mặt. Các nghiên cứu chỉ ra, sau khi sinh con người mẹ có rất nhiều thay đổi về mặt tâm lý nói chung và cảm xúc nói riêng. Sau khi sinh con quan hệ gắn bó mẹ con được hình thành dần trong quá trình chăm sóc cả về thể chất và tình yêu thương của người mẹ dành cho đứa con.

Kết quả nghiên cứu thực tiễn cho thấy, các bà mẹ thường cảm thấy hạnh phúc, vui sướng trong những tình huống: lần đầu tiên được đón con, khi được chơi đùa với con, lần đầu tiên được chứng kiến bước phát triển của con. Nhưng cảm xúc hạnh phúc được biểu hiện nhiều nhất khi lần đầu tiên đón con sau chín tháng 10 ngày thai nghén. Cảm xúc buồn, lo lắng, căng thẳng xuất hiện trong những tình huống: khi con ốm đau, khi con có những dấu hiệu bất thường về phát triển trí tuệ, con biếng ăn, con quấy khóc thường xuyên, khi chồng và bà nội không thống nhất trong cách nuôi dạy con cái. Song, điều khiến các bà mẹ buồn phiền và lo lắng, căng thẳng nhất là khi con ốm đau không được khỏe.

Trong nhiều tình huống, người mẹ có những trạng thái cảm xúc đan xen phức tạp hoặc có những cảm xúc trái ngược nhau xuất hiện cùng một lúc.

Mối quan hệ với chồng có thể thay đổi theo hai chiều hướng: Vợ - chồng trở nên hạnh phúc hơn vì có chung mối quan tâm là đứa con; vợ - chồng trở nên nhạt nhẽo, xa lạ hơn vì người vợ ít quan tâm đến chồng hơn. Phần lớn các cặp vợ chồng đều cảm nhận thấy hạnh phúc, gắn bó, yêu thương nhau hơn sau khi có con. Tuy nhiên, mâu thuẫn cũng nảy sinh nhiều hơn so

với trước khi sinh con. Đặc biệt là trong những lúc con ốm đau, biếng ăn, quấy khóc thường xuyên... Trong những tình huống này, hai vợ chồng thường hay cãi vã, đổ lỗi cho nhau.

Mối quan hệ với mẹ chồng cũng có những thay đổi nhất định: quan hệ mẹ chồng – con dâu trở nên tốt hơn do khi có cháu. Họ trở nên thân thiết, chia sẻ, đồng cảm và hiểu nhau hơn. Mối quan hệ có thể trở nên xấu đi do không thống nhất trong quan điểm nuôi dạy con, cháu giữa hai thế hệ.

Những mâu thuẫn nảy sinh giữa mẹ chồng – con dâu phần lớn đều xuất phát từ quan điểm nuôi dạy con, cháu không thống nhất. Có một số bà mẹ trở nên khá căng thẳng, điều này ảnh hưởng đến cảm xúc của người mẹ và việc chăm sóc con hàng ngày, nó cũng ảnh hưởng không nhỏ đến mối quan hệ tình cảm giữa hai vợ chồng và tình cảm với mẹ chồng.

Kết quả nghiên cứu còn chỉ ra, có nhiều yếu tố ảnh hưởng đến cảm xúc của người mẹ lần đầu sinh con: tâm thế chuẩn bị sẵn sàng cho sự ra đời của đứa con; sự quan tâm chia sẻ của người chồng trong thời kỳ thai nghén; đặc điểm tâm sinh lý của đứa trẻ; kiến thức, kinh nghiệm nuôi con của người mẹ trẻ; sự thống nhất giữa hai vợ chồng trong cách nuôi dạy con; sự thống nhất giữa mẹ chồng và con dâu trong cách nuôi dạy cháu. Trong quá trình nuôi dạy con thì các nhân tố trên đều ảnh hưởng trực tiếp đến cảm xúc của người mẹ trẻ. Nhưng sự thống nhất giữa hai vợ chồng về cách nuôi dạy con cái có ảnh hưởng lớn nhất.

2. Kiến nghị

2.1. Đối với những người mẹ trẻ:

- Trước khi sinh con người mẹ cần tìm hiểu kiến thức nuôi dạy con từ khi lọt lòng trên các phương tiện khác nhau để có những kiến thức khoa học về việc nuôi dạy con cái và xử lý các mối quan hệ với các thành viên trong gia

đình. Bên cạnh đó cần trao đổi tìm hiểu thêm kinh nghiệm kỹ năng nuôi con của những người đã sinh con sau đó chọn lọc những gì phù hợp nhất.

- Nếu đứa con không được khỏe mạnh như những trẻ khác, các bà mẹ hãy bình tĩnh và nhờ đến sự giúp đỡ của chồng, bà nội hoặc bà ngoại.

- Luôn biết lắng nghe những kinh nghiệm của thế hệ đi trước, nhất là đối với chồng, mẹ chồng (trong trường hợp ở chung) biết dung hòa quan điểm của hai thế hệ để đi đến thống nhất không để tình trạng: bà nội làm một kiểu, con một kiểu, chồng một kiểu, điều đó ảnh hưởng tiêu cực đến trẻ nhỏ.

- Khi căng thẳng, mệt mỏi, người mẹ hiểu rằng, không được trút căng thẳng đó lên con của mình, sẽ không tốt cho trẻ, hoặc lên chồng điều đó sẽ ảnh hưởng đến mối quan hệ vợ chồng. Những lúc như vậy, hãy chia sẻ với người thân nhất của mình để có những hướng giải quyết tốt nhất.

- Mặc dù, phần lớn người mẹ trẻ luôn mong sự chia sẻ của chồng, đó là mong muốn chính đáng nhưng người mẹ cũng nên hiểu người chồng họ còn phải lo toan về kinh tế, áp lực công việc... Vì vậy, không nên đòi hỏi quá nhiều ở chồng.

- Chuẩn bị tâm lý sẵn sàng cho việc mang thai và sinh con.

2.2. Đối với chồng:

- Biết cách chia sẻ, quan tâm tới vợ từ khi mang thai đến lúc sinh nở, hãy có mặt những lúc vợ cần đó là nguồn động viên, an ủi lớn nhất của người phụ nữ.

- Người chồng nên quan tâm hơn đến cảm xúc của vợ, biết lắng nghe và chia sẻ những cảm xúc đó, nhất là khi vợ buồn, lo lắng, căng thẳng, mệt mỏi.

- Những khi hai vợ chồng không thống nhất trong cách nuôi dạy con cái, người chồng hãy biết đưa những quan điểm chung, tìm hiểu thêm thông tin sau đó đi đến thống nhất, tránh những cuộc cãi vã không cần thiết.

- Khi có con người phụ nữ phải dành nhiều thời gian cho con, cho gia đình và không việc, không thể dành nhiều thời gian cho chồng như trước kia. Vì thế, các ông chồng nên hiểu và thông cảm cho vợ mình.

2.3. Đối với mẹ chồng

- Biết thông cảm, chia sẻ, hiểu và quan tâm hơn đến con dâu
- Khi gặp trẻ có cơ thể không được khỏe mạnh, bà nội hãy cùng con chăm sóc cháu một cách tốt nhất.
- Không nên tạo quá nhiều áp lực cho các con nhất là trong việc nuôi dạy con cháu. Khi chưa thực sự hài lòng hãy góp ý chân thành, truyền đạt kinh nghiệm.
- Giữa hai thế hệ có những cách nuôi trẻ khác nhau, nên bà nội cũng cần cập nhật những kiến thức mới để cùng con chăm sóc cháu một cách tốt nhất.

2.4. Đối với xã hội

Cần tổ chức thường xuyên và mở rộng hơn nữa những trung tâm tư vấn kiến thức, kinh nghiệm, kỹ năng nuôi con để các bà mẹ tự tin sau khi sinh con.

Tài liệu tham khảo

1. Carroll E. Izard, 1992 - *Những cảm xúc người*, Nhà xuất bản giáo dục
2. Vũ Thị Chín, 2005 – *Mẹ và con: Bước đầu tìm hiểu tâm lý sản phụ và quan hệ mẹ con sớm*, Nhà xuất bản văn hóa thông tin
3. Vũ Dũng, 2000 - *Từ điển tâm lý học*, Nhà xuất bản Khoa học xã hội.
4. Daniel Goleman, 2000- *Trí tuệ xúc cảm*, Nhà xuất bản Khoa học xã hội, Hà Nội.
5. Hubert Montagner (Vũ Thị Chín dịch), 2002 – *Quan hệ mẹ con và giữa trẻ cùng trang lứa từ 0 – 3 tuổi*, Nhà xuất bản Văn hóa thông tin.
6. Nguyễn Văn Đồng, 2004 – *Tâm lý học phát triển*, NXB chính trị Quốc gia HN
7. Isabelle Fillionzzat, 2002 – *Thế giới cảm xúc của trẻ thơ*, Nhà xuất bản phụ nữ, Hà Nội.
8. Nikki Bradford (Phạm Huy Hiến Hào dịch), 2002 - *Tư vấn về sức khỏe sinh sản phụ nữ*, Nhà xuất bản Phụ nữ.
9. Ngô Công Hoàn, 2005 – *Những biểu hiện xúc cảm và những biện pháp giáo dục xúc cảm cho trẻ từ 1- 3 tuổi*, tóm tắt báo cáo tổng kết đề tài cấp bộ.
10. Ngô Công Hoàn, 2003 - *Xúc cảm và giáo dục xúc cảm đối với trẻ em lứa tuổi mầm non*, *Tạp chí Tâm lý học* - số 4
11. Trần Thị Minh Đức, 2008 – *Các thực nghiệm trong tâm lý học xã hội*, Nhà xuất bản Đại học quốc gia Hà Nội.
12. Phương Huyền, 1996 - *Cẩm nang phụ nữ trẻ*, Nhà xuất bản Phụ nữ.
13. Martin Lebrun (Nguyễn Văn Sự dịch), 2003 – *Khi cha mẹ chia tay*, Nhà xuất bản phụ nữ.

14. Miriam Stoppard – Nguyễn Triệu Vũ (dịch), 2004 - *Lần đầu sinh con*, Nhà xuất bản Phụ nữ.
15. Hoàng Thanh Minh, 2000 – *Giác quan và cảm xúc*, Nhà xuất bản trẻ
16. Adele Faber, Elaine Mazlish, 2001 - *Hãy lắng nghe và hiểu con bạn*, NXB Phụ nữ.
17. Nguyễn Hạc Đạm Thư, Nguyễn Thị Châu Giang, *Năng lực làm chủ cảm xúc của cha mẹ và số phận của con*, NXB phụ nữ - TTNCTE
18. Phan Trọng Ngọ, 2003 – Các lý thuyết phát triển tâm lý người, Nhà xuất bản Đại học Sư phạm Hà nội.
19. Phan Trọng Ngọ, 1998 - *Tuyển tập Vurgôtxki*, Nhà xuất bản Giáo dục.
20. Đỗ Hồng Ngọc – *Viết cho các bà mẹ sinh con đầu lòng*, Nhà xuất bản tổng hợp thành phố Hồ Chí Minh
21. B.M. Spock, 1986 – *Những vấn đề của các bậc làm cha mẹ*, Nhà xuất bản phụ nữ.
22. Nguyễn Huy Tú, 2000 – Xúc cảm và tình cảm, Đề cương bài giảng Tâm lý học đại cương – Hội đồng bộ môn TLH – Giáo dục học – Tiểu ban TLH, Hà Nội.
23. Đỗ Ngọc Khanh, 2008 - *Tại sao trẻ hư và cảm xúc, phản ứng của người lớn*, Tạp chí Tâm lý học, 129, 11- 70.
24. Lê Khanh, 2007 – *Ý thức và vô thức trong lĩnh vực xúc cảm – tình cảm con người*, Tạp chí Tâm lý học số 10
25. BS Tam Vũ – Huyền Ly (dịch), 2004 - *Bách khoa phụ nữ trẻ*, Tái bản Nhà xuất bản Phụ nữ.
26. Nguyễn Khắc Viện, 2002 – *Phát triển tâm lý trong năm đầu*, Nhà xuất bản thanh niên
27. Nguyễn Khắc Viện, 2002 - *Bàn về tâm lý học gia đình*, Nhà xuất bản thế giới

28. Hoàng Phê, 1994 - *Từ điển tiếng việt*, Nhà xuất bản khoa học xã hội.
29. Nguyễn Quang Uẩn - *Tâm lý học đại cương*, Nhà bản Đại học Quốc gia Hà Nội
30. BS. Nguyễn Khắc Viện, 2001- *Từ điển Tâm lý học*, NXB Văn hoá thông tin.
31. S.I.Rubinstein: *Giáo dục và sự phát triển xúc cảm*, NXB Giáo dục.
32. Grace J. Craig, Don Baucum, Matxcova, 2009 - *Tâm lý học phát triển* (người dịch TS Hoàng Mộc Lan và cs), Khoa Tâm lý học, ĐHKHXH&NV (ĐHQG Hà Nội), Hà Nội.
33. Robert S.Feldman, 2003 – *Những vấn đề trọng yếu trong tâm lý học*, NXB Thống kê

PHỤ LỤC

ĐẠI HỌC QUỐC GIA HÀ NỘI
TRƯỜNG ĐẠI HỌC KHOA HỌC XÃ HỘI VÀ NHÂN VĂN
KHOA TÂM LÝ HỌC

PHIẾU TRƯNG CẦU Ý KIẾN

Các chị thân mến!

Chúng tôi là học viên khoa tâm lý học, trường Đại học Khoa học Xã hội & Nhân văn. Hiện nay, chúng tôi đang tiến hành nghiên cứu cảm xúc của những người mẹ lần đầu sinh con. Những câu trả lời của chị chỉ nhằm nghiên cứu cảm xúc và giúp các bà mẹ lần đầu sinh con hiểu rõ hơn cảm xúc của mình. Chúng tôi rất mong sự cộng tác nhiệt tình của chị.

Xin chân thành cảm ơn!

Xin chị vui lòng khoanh tròn (hoặc đánh dấu) vào lựa chọn phù hợp nhất với cảm nhận của mình hoặc cho biết những ý kiến khác.

Câu 1: Cảm xúc của chị khi lần đầu tiên đón nhận đứa con chào đời sau chín tháng thai nghén?

1. Tôi cảm thấy bình thường
2. Tôi cảm thấy vui
3. Hạnh phúc xen lẫn mệt mỏi
4. Thực sự hạnh phúc
5. Ý kiến khác:.....

Câu 2: Sau khi có con, điều gì khiến chị lo lắng nhất?

1. Hai vợ chồng chưa có kinh nghiệm nuôi dạy con
2. Gia đình chị khó khăn về kinh tế
3. Chị không có người giúp đỡ những công việc hàng ngày
4. Mẹ chồng chị khó tính, không hài lòng về cách nuôi dạy con của chị
5. Ý kiến khác:.....

Câu 3: Những lúc con chị ốm đau, không được khỏe mạnh, chị thường cảm thấy như thế nào?

1. Bình thường thôi, trẻ con ôm là chuyện bình thường.
2. Tôi thấy hơi lo lắng
3. Tôi thấy lo lắng thực sự
4. Những lúc con ôm tôi rất căng thẳng
5. Ý kiến khác:

Câu 4: Khi lần đầu tiên được chứng kiến những bước phát triển của con mình (khi con biết lẫy, biết bò, biết đi), chị cảm thấy thế nào?

1. Cảm thấy bình thường, không mấy ngạc nhiên.
2. Cảm thấy vui
3. Cảm thấy rất vui
4. Thực sự hạnh phúc
5. Ý kiến khác:.....

Câu 5: Những lúc chị mệt mỏi, căng thẳng vì công việc, chị thường cư xử với con như thế nào?

1. Tôi vẫn bình thường với con như mọi ngày
2. Tôi cáu gắt với con hơn một chút.
3. Tôi trở nên hay cáu gắt, mắng con.
4. Tôi như phát điên lên
5. Ý kiến khác:

Câu 6: Trong những khoảng thời gian hai mẹ con cùng nhau chơi đùa chị cảm thấy như thế nào?

1. Bình thường
2. Tôi cảm thấy vui
3. Tôi cảm thấy rất vui và quên đi những lo toan của cuộc sống.
4. Tôi cảm thấy thực sự hạnh phúc.
5. Ý kiến khác:.....

Câu 7: Là một người mẹ lúc nào chị cũng mong muốn mình được khỏe mạnh để chăm con, nhưng có lúc chị cũng ốm, khi đó chị thường:

1. Tôi vẫn bình thường với con như mọi ngày.
2. Tôi mệt mỏi.

3. Đôi lúc tôi sẽ cáu gắt với con
4. Tôi thường xuyên quát mắng, tức giận con
5. Ý kiến khác:

Câu 8: Khi chị nhận thấy con mình có những “dấu hiệu bất thường” về phát triển trí tuệ, ví dụ: đến 12 tháng mà con chị không nói được một từ nào hoặc chưa nhận biết được người thân trong gia đình, thì chị:

1. Tôi cảm thấy bình thường, có thể là do nó chậm hơn đứa khác thôi.
2. Tôi thấy lo lắng cho con
3. Tôi thấy lo lắng cho con và buồn.
4. Tôi lo lắng vô cùng khi thấy con như vậy.
5. Ý kiến khác:

Câu 9: Lần đầu tiên được nghe thấy con gọi tiếng “mẹ” chị cảm thấy:

1. Tôi thấy đó là chuyện bình thường
2. Tôi cảm thấy vui trong lòng.
3. Tôi tự hào về điều đó
4. Tôi thực sự tự hào
5. Ý kiến khác:

Câu 10: Nếu trong trường hợp con chị quấy khóc thường xuyên, tâm trạng chị sẽ ra sao?

1. Bình thường, khi con tôi lớn dần lên nó sẽ ngoan thôi
2. Buồn và lo lắng
3. Tôi cảm thấy buồn, mệt mỏi và không biết bao giờ cho qua giai đoạn này
4. Mệt mỏi và căng thẳng
5. Ý kiến khác:.....

Câu 11: Người mẹ nào cũng mong muốn con mình ăn tốt để có một sức khỏe tốt, nhưng cũng có khi con chị biếng ăn. Những lúc như vậy chị cảm thấy:

1. Coi đó là chuyện bình thường, cứ để khi nào đói thì ăn
2. Bực mình với con
3. Bực bội và lo lắng
4. Cảm thấy bất lực và dễ cáu gắt
5. Buồn bực cả ngày
6. Ý kiến khác:.....

Câu 12: Điều gì làm chị mệt mỏi nhất hiện nay?

1. Không có ai giúp đỡ chị trong việc chăm sóc con.
2. Không được tự do trong các quyết định liên quan đến nuôi dạy con
3. Không khí gia đình căng thẳng
4. Không có thời gian học và làm việc
5. Không được ngủ đầy đủ
6. Con chị không được khỏe
7. Ý kiến khác:

Câu 13: Điều gì khiến chị buồn nhất hiện nay?

1. Con chị thường xuyên ốm đau, biếng ăn
2. Cơ thể chị thường xuyên mệt mỏi, áp lực công việc nên chị không chăm sóc con được chu đáo.
3. Chồng và gia đình nhà chồng không quan tâm, chia sẻ với chị trong việc chăm con.
4. Chị và chồng không thống nhất quan điểm với nhau trong việc nuôi dạy con.
5. Chị và mẹ chồng không thống nhất quan điểm với nhau trong việc nuôi dạy con.
6. Ý kiến khác:

Câu 14: Điều gì khiến chị sợ hãi nhất hiện nay?

1. Sức khỏe của con chị quá yếu
2. Con không phát triển bình thường so với các trẻ khác cả về mặt sức khỏe và trí tuệ
3. Gia đình mâu thuẫn, con là người phải gánh chịu tất cả những bất hạnh đó
4. Ý kiến khác:

Câu 15: Điều gì khiến chị hạnh phúc nhất hiện nay?

1. Vợ chồng yêu thương, giúp đỡ lẫn nhau.
2. Con cái ngoan, khỏe mạnh, thông minh.
3. Dù bận con nhỏ nhưng công việc của chị vẫn thuận lợi, phát triển.
4. Gia đình nhỏ của chị rất hạnh phúc.
4. Ý kiến khác:

Câu 16: Điều gì khiến chị đau khổ nhất hiện nay?

1. Con quấy khóc, biếng ăn
2. Chị và chồng chị không hiểu nhau
3. Không được chồng chia sẻ trong việc chăm sóc con
4. Quan hệ giữa chị và mẹ chồng ngày càng khiến chị thêm căng thẳng, mệt mỏi.
5. Ý kiến khác:

Câu 17: *Mối quan hệ vợ - chồng chị có thay đổi gì từ khi đưa con chào đời?*

1. Xấu đi nhiều
2. Xấu đi một chút
3. Vẫn như thế
4. Tốt hơn một chút
5. Tốt hơn nhiều

Tại sao?

Câu 18: *Chị thường cảm thấy như thế nào khi chồng chị không chia sẻ với chị trong việc nuôi, dạy con?*

1. Tôi cảm thấy bình thường và sẵn sàng thông cảm cho chồng
2. Tôi thấy rất buồn
3. Tôi thấy bất bình và cố gắng “lôi kéo” chồng cùng tham gia các công việc với tôi.
4. Tôi rất bức bối và thường hay phàn nàn vì anh ấy không chịu làm việc nhà
5. Tôi cảm thấy căng thẳng và mệt mỏi vô cùng vì việc gì cũng đến tay tôi
6. Ý kiến khác:.....

Câu 19: *Mối quan hệ “mẹ chồng – con dâu” của chị có thay đổi gì từ khi xuất hiện thành viên mới là đưa con chào đời.*

1. Tốt hơn nhiều
2. Tốt hơn một chút
3. Vẫn như thế
4. Xấu đi một chút
5. Xấu đi nhiều

Tại sao?

Câu 20: Sau khi có con chị và mẹ chồng chị có hay xảy ra xích mích không?

1. Không bao giờ
2. Có nhưng hiếm khi (hình như 1 hay 2 lần gì đó)
3. thỉnh thoảng
4. Thường xuyên, thậm chí còn căng thẳng

Câu 21: Khi bà nội không cùng quan điểm trong cách nuôi dạy con cái chị cảm thấy:

1. Tôi nghĩ điều đó khó tránh khỏi nên tôi coi đó là chuyện bình thường
2. Tôi cảm thấy buồn
3. Tôi cảm thấy rất buồn và mệt mỏi
4. Tôi thực sự căng thẳng
5. Ý kiến khác:

Câu 22: Hiện nay, chị mong muốn điều gì?

1. Đối với con

.....
.....

2. Đối với bản thân

.....
.....

3. Đối với chồng

.....
.....

4. Đối với mẹ chồng

.....
.....

Xin chị hãy cho biết một số thông tin về bản thân:

- Tuổi:

- Trình độ học vấn: Trung học ☐ Cao đẳng ☐ Đại học ☐
Sau Đại học ☐ Khác ☐

- Hai vợ chồng chị sống riêng hay sống chung cùng bố mẹ

1. Sống riêng
2. Sống cùng bố mẹ chồng
3. Sống cùng bố mẹ vợ

Xin chân thành cảm ơn sự cộng tác của chị!

BẢNG PHỎNG VẤN SÂU DÀNH CHO NGƯỜI MẸ LẦN ĐẦU SINH CON

(0-2 tuổi)

Câu 1: *Chị cảm thấy như thế nào khi lần đầu tiên được đón đứa con của mình?*

Câu 2: *Chị thường thấy như thế nào khi con không được khỏe mạnh?*

Khi đó chị thường xử lý ra sao?

Câu 3: *Khi lần đầu tiên được chứng kiến những bước phát triển của con mình (khi con biết lẫy, biết bò, biết đi), chị cảm thấy thế nào?*

Câu 4: *Sau khi có con mối quan hệ vợ chồng chị thay đổi như thế nào?*

Theo chị nguyên nhân nào dẫn đến sự thay đổi đó?

Câu 6: *Chị cảm thấy như thế nào khi lần đầu tiên nghe con gọi tiếng “mẹ”?*

Câu 7: *Có con là một niềm vui, nhưng trong khi đó mẹ chồng chị và chị lại không thống nhất trong cách nuôi con thì chị cảm thấy như thế nào?*

Điều đó có ảnh hưởng nhiều đến mối quan hệ giữa chị và mẹ chị như thế nào?

Tại sao?

Câu 9: *Chị cảm thấy như thế nào những lúc chị mệt mỏi, căng thẳng vì công việc trong khi đó con lại quấy khóc, lười ăn...?*

Lúc đó chị có cách xử lý riêng của mình?

Câu 10: *Nếu trong trường hợp con chị quấy khóc thường xuyên tâm trạng chị lúc đó như thế nào và cách giải quyết của chị?*

Câu 11: *Khi chồng chị không ủng hộ cách nuôi con của mình chị cảm thấy như thế nào*

Cách giải quyết của chị?

Câu 12: *Chị nhận thấy tính tình của mình thay đổi như thế nào khi sinh con (hay cáu giận, chột vui chột buồn, dễ xúc động, thờ ơ vô cảm v.v....)?*

Tính tình chị thường thay đổi trong những trường hợp nào?

Theo chị, nguyên nhân của sự thay đổi đó?

Câu 13: *Sau khi có con điều gì khiến chị lo lắng nhất?*

Lý do?

Câu 14: *Điều gì làm chị căng thẳng nhất hiện nay?*

Lý do?

Câu 15: *Điều gì làm chị hạnh phúc nhất?*

Câu 16: *Điều gì khiến chị sung sướng nhất hiện nay?*

Câu 17: *Điều gì khiến chị tức giận nhất hiện nay?*

Trắc nghiệm hoàn thiện câu

1. Từ khi có con tôi trở nên.....
.....
2. Tôi lo lắng nhất cho con khi.....
.....
3. Trong việc nuôi con chồng tôi
.....
4. Khi có cháu mẹ chồng chị trở nên.....
.....
5. Tôi nghĩ rằng điều làm tôi căng thẳng nhất đó là.....
.....
6. Khi có con tôi có cảm giác mẹ chồng tôi và tôi.....
.....
7. Nếu được, tôi mong con tôi.....
.....
8. Tôi có cảm tưởng rằng trong tương lai.....
.....
9. Giá như con tôi.....
.....
10. Trong cách nuôi dạy cháu, mẹ chồng tôi
.....

11. Sau khi có con, mối quan hệ giữa 2 vợ chồng tôi.....

.....

12. Tôi đau khổ nhất khi con.....

.....

13. Nguyên nhân dẫn đến mâu thuẫn giữa tôi và mẹ chồng là.....

.....

14. Từ khi có con, chồng tôi.....

.....

15. Tôi có thể rất hạnh phúc nếu như.....

.....

16. Tôi luôn mong mẹ chồng.....

.....

17. Nguyên nhân dẫn đến sự thay đổi mối quan hệ của hai vợ chồng tôi sau khi có con là.....

.....

18. Khi mẹ tôi không thống nhất trong cách nuôi con, tôi hay.....

.....

19. Buồn nhất là khi con.....

.....

20. Sau khi có con tôi có cảm giác cuộc sống vợ chồng tôi.....

.....

21. Những khi căng thẳng tôi hay.....

.....

22. Khi mà chồng tôi không thống nhất trong cách nuôi con tôi thường.....

.....

23. Sung sướng nhất khi con tôi.....

.....

24. Cảm xúc của tôi khi nghĩ về con mình.....

.....

Kết quả xử lý số liệu bằng SPSS

Cam xuc cua chi lan dau tien khi don nhan dua con chao doi

		Fr equency	P ercent	Valid Percent	Cum ulative Percent
Valid	Toi cam thay vui	5	8,3	8,3	8,3
	Hanh phuc xen lan met moi	21	35,0	35,0	43,3
	Thuc su hanh phuc	34	56,7	56,7	100,0
	Total	60	100,0	100,0	

Sau khi co con, dieu gi khien chi lo lang nhac?

		Frequenc y	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Hai vo chong chua co kinh nghiem nuoi day con	40	66,7	67,8	67,8
	Gia dinh chi co kho khan ve kinh te	6	10,0	10,2	78,0
	Chi khong co nguoi giup do nhung cong viec hang ngay	6	10,0	10,2	88,1
	Me chong chi kho tinh, khong hai long ve cach noi day con	5	8,3	8,5	96,6
	Y kien khac	2	3,3	3,4	100,0
	Total	59	98,3	100,0	
Missing	99,00	1	1,7		
Total		60	100,0		

Nhung luc con chi om dau, khong duoc khoe manh, chi thuong cam thay nhu the nao?

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Binh thuong thoi, tre con om la chuyen thuong	3	5,0	5,2	5,2
	Toi thay hoi lo lang	12	20,0	20,7	25,9

	Toi thay lo lang thuc su	25	41,7	43,1	69,0
	Nhung luc con om, toi rat cang thang	18	30,0	31,0	100,0
	Total	58	96,7	100,0	
Missing	99,00	2	3,3		
Total		60	100,0		

Khi lan dau tien duoc chung kien nhung buoc phat trien cua con minh, chi cam thay the nao?

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Cam thay vui	2	3,3	3,3	3,3
	Cam thay rat vui	29	48,3	48,3	51,7
	Thuc su hanh phuc	29	48,3	48,3	100,0
	Total	60	100,0	100,0	

Nhung luc chi met moi, cang thang vi cong viec, chi thuong cu xu voi con nhu the nao?

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Toi van binh thuong voi con nhu moi ngay	25	41,7	41,7	41,7
	Toi cau gat voi con hon mot chut	31	51,7	51,7	93,3
	Toi tro nen cau gat, mang con	3	5,0	5,0	98,3
	Toi nhu phat dien len	1	1,7	1,7	100,0
	Total	60	100,0	100,0	

Trong nhung khoang thoi gian hai me con cung choi voi nhau, chi cam thay nhu the nao?

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Toi cam thay vui	5	8,3	8,3	8,3
	Toi cam thay rat vui va quen di nhung lo toan cuoc song	44	73,3	73,3	81,7
	Toi cam thay thuc su hanh phuc	11	18,3	18,3	100,0
	Total	60	100,0	100,0	

**Là một người mẹ, lúc nào chỉ cũng mong muốn được khỏe mạnh để chăm sóc con,
nhưng lúc chỉ ốm, khi do chỉ thương?**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Toi van binh thuong voi con nhu moi ngay	16	26,7	26,7	26,7
	Toi met moi	25	41,7	41,7	68,3
	Doi luc toi se cau gat voi con	17	28,3	28,3	96,7
	Y kien khac	2	3,3	3,3	100,0
	Total	60	100,0	100,0	

Khi chỉ nhận thấy con mình có những dấu hiệu bất thường về phát triển trí tuệ (12 tháng mà chưa nói được từ nào, chưa nhận được biết được người thân...), chỉ cảm thấy?

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Toi cam thay binh thuong, co the no cham hon dua khac thoi	10	16,7	16,9	16,9
	Toi cam thay lo lang cho con	20	33,3	33,9	50,8
	Toi cam thay lo lang cho con va buon	15	25,0	25,4	76,3
	Toi lo lang vo cung khi thay con nhu vay	14	23,3	23,7	100,0
	Total	59	98,3	100,0	
Missing	99,00	1	1,7		
Total		60	100,0		

Lần đầu tiên được nghe thấy con gọi tiếng Mẹ, chỉ cảm thấy?

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Toi cam thay do la chuyen binh thuong	1	1,7	1,7	1,7
	Toi cam thay vui trong long	25	41,7	41,7	43,3
	Toi tu hao ve chuyen do	16	26,7	26,7	70,0
	Toi thuc su tu hao	18	30,0	30,0	100,0
	Total	60	100,0	100,0	

Neu trong truong hop con chi quay chi quay khoc thuong xuyen, tam trang chi ra sao?

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Binh thuong, khi con toi lon len, dan no se ngoan	9	15,0	15,3	15,3
	Buon va lo lang	12	20,0	20,3	35,6
	Buon va met moi, khong biet bao gio moi qua gd nay	26	43,3	44,1	79,7
	Met moi va cang thang	12	20,0	20,3	100,0
	Total	59	98,3	100,0	
Missing	99,00	1	1,7		
Total		60	100,0		

Nguai me nao cung mong muon con minh an tot de co mot suc khoe tot, nhưng cung co khi con bieng an.Nhung luc do chi cam thay?

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Coi do la chuyen binh thuong, cu de khi nao doi thi an	13	21,7	21,7	21,7
	Buc minh voi con	6	10,0	10,0	31,7
	Buc boi va lo lang	25	41,7	41,7	73,3
	Cam thay bat luc va de cau gat	8	13,3	13,3	86,7
	Buon buc ca ngay	3	5,0	5,0	91,7
	Y kien khac	5	8,3	8,3	100,0
	Total	60	100,0	100,0	

Điều gì làm chi mệt mỏi nhất hiện nay?

		Fr equency	P ercent	Valid Percent	Cum ulative Percent
Valid	Không có ai giúp đỡ chi trong việc chăm con	5	8,3	8,5	8,5
	Kg được tu do quyết các vấn đề về nuôi dạy con	8	13,3	13,6	22,0
	Không khi gia đình căng thẳng	7	11,7	11,9	33,9
	Không có thời gian học và làm việc	10	16,7	16,9	50,8
	Không được ngủ đầy đủ	8	13,3	13,6	64,4
	Con chi không được khỏe	21	35,0	35,6	100,0
	Total	59	98,3	100,0	
Missing	99,00	1	1,7		
Total		60	100,0		

Điều gì khiến chi buồn nhất hiện nay?

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Con thương xuyên ốm đau, biếng ăn	18	30,0	31,6	31,6
	Có thể mệt mỏi, áp lực công việc, không chăm con chu đáo	19	31,7	33,3	64,9
	Chồng và gia đình chồng không quan tâm	2	3,3	3,5	68,4
	Chi và chồng không thông nhất quan điểm với nhau	5	8,3	8,8	77,2
	Chi và mẹ chồng không thông nhất	10	16,7	17,5	94,7

	voi nhau				
	Y kien khac	3	5,0	5,3	100,0
	Total	57	95,0	100,0	
Missing	99,00	3	5,0		
Total		60	100,0		

Dieu gi khien chi so nhat hien nay?

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Suc khoe cua con chi qua yeu	20	33,3	40,8	40,8
	Con khong phat trien binh thuong nhu cac tre khac	9	15,0	18,4	59,2
	Gia dinh mau thuan, con la nguoi phai ganh chiu	8	13,3	16,3	75,5
	Y kien khac	12	20,0	24,5	100,0
	Total	49	81,7	100,0	
Missing	99,00	11	18,3		
Total		60	100,0		

Dieu gi khien chi hanh phuc nhat hien nay?

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Vo chong thuong yeu, giup do lan nhau	14	23,3	23,7	23,7
	Con cai ngoan, khoe manh, thong minh	13	21,7	22,0	45,8
	Du chi nhung CV cua chi van phat trien thuan loi	6	10,0	10,2	55,9
	Gia dinh nho cua chi rat hanh phuc	26	43,3	44,1	100,0
	Total	59	98,3	100,0	
Missing	99,00	1	1,7		
Total		60	100,0		

Điều gì khiến chị đau khổ nhất hiện nay?

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Con khóc, quay, biếng ăn	15	25,0	34,1	34,1
	Chi và chồng không hiểu nhau	8	13,3	18,2	52,3
	Không được chia sẻ trong việc chăm con	8	13,3	18,2	70,5
	Quan hệ giữa chị và mẹ chồng căng thẳng, mệt mỏi	13	21,7	29,5	100,0
	Total	44	73,3	100,0	
Missing	99,00	16	26,7		
Total		60	100,0		

Mối quan hệ giữa vợ chồng chị có thay đổi gì kể từ khi đưa con chào đời?

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Xấu đi nhiều	1	1,7	1,7	1,7
	Xấu đi một chút	6	10,0	10,0	11,7
	Vẫn như thế	17	28,3	28,3	40,0
	Tốt hơn một chút	17	28,3	28,3	68,3
	Tốt hơn nhiều	19	31,7	31,7	100,0
	Total	60	100,0	100,0	

Chị thương cảm thấy như thế nào khi chồng chị không chia sẻ với chị trong việc nuôi dạy con

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tôi cảm thấy bình thường và thông cảm cho chồng	15	25,0	25,9	25,9
	Tôi thấy rất buồn	8	13,3	13,8	39,7
	Tôi thấy bất bình và cố gắng lôi kéo chồng cùng tham gia	21	35,0	36,2	75,9

	Toi buc boi va hay phan nan	4	6,7	6,9	82,8
	Toi cang thang va met moi vo cung	10	16,7	17,2	100,0
	Total	58	96,7	100,0	
Missing	99,00	2	3,3		
Total		60	100,0		

Moi quan he me chong_con dau cua chi co thay doi gi

ke tu khi xuất hiện thành viên mới là đưa con chào đời?

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tot hon nhieu	18	30,0	30,0	30,0
	Tot hon mot chut	12	20,0	20,0	50,0
	Van nhu the	14	23,3	23,3	73,3
	Xau di mot chut	13	21,7	21,7	95,0
	Xau di nhieu	3	5,0	5,0	100,0
	Total	60	100,0	100,0	

Sau khi co con, chi va me chong chi co hay xay ra xich mich khong?

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Khong bao gio	13	21,7	22,0	22,0
	Co nhung hiem khi	22	36,7	37,3	59,3
	Thinh thoang	19	31,7	32,2	91,5
	Thuong xuyen, tham chi con cang thang	5	8,3	8,5	100,0
	Total	59	98,3	100,0	
Missing	99,00	1	1,7		
Total		60	100,0		

Khi ba noi khong cung quan diem trong cach nuoi day con, chi cam thay?

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Toi nghi dieu do la kho tranh khoi nen coi la BT	45	75,0	77,6	77,6
	Toi cam thay buon	4	6,7	6,9	84,5
	Toi can thay rat buon va	7	11,7	12,1	96,6

	met moi				
	Toi thuc su cang thang	2	3,3	3,4	100,0
	Total	58	96,7	100,0	
Missing	99,00	2	3,3		
Total		60	100,0		

Do tuoi cua khach the nghien cuu

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	20,00	1	1,7	1,9	1,9
	21,00	1	1,7	1,9	3,7
	22,00	3	5,0	5,6	9,3
	23,00	2	3,3	3,7	13,0
	24,00	3	5,0	5,6	18,5
	25,00	3	5,0	5,6	24,1
	26,00	3	5,0	5,6	29,6
	27,00	8	13,3	14,8	44,4
	28,00	11	18,3	20,4	64,8
	29,00	6	10,0	11,1	75,9
	30,00	5	8,3	9,3	85,2
	31,00	3	5,0	5,6	90,7
	32,00	2	3,3	3,7	94,4
	36,00	1	1,7	1,9	96,3
	37,00	1	1,7	1,9	98,1
	38,00	1	1,7	1,9	100,0
	Total	54	90,0	100,0	
Missing	99,00	6	10,0		
Total		60	100,0		

Độ tuổi trung bình của khách thể

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Do tuoi cua khach the nghien cuu	54	20,00	38,00	27,6667	3,60817
Valid N (listwise)	54				

Trình độ học vấn của khách thể?

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Trung học	16	26,7	27,1	27,1
	Cao đẳng	6	10,0	10,2	37,3
	Đại học	22	36,7	37,3	74,6
	Sau đại học	9	15,0	15,3	89,8
	Khác	6	10,0	10,2	100,0
	Total	59	98,3	100,0	
Missing	99,00	1	1,7		
Total		60	100,0		

Hai vợ chồng sống chung hay sống riêng cùng bố mẹ?

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sống riêng	30	50,0	51,7	51,7
	Sống cùng bố mẹ chồng	26	43,3	44,8	96,6
	Sống cùng bố mẹ vợ	2	3,3	3,4	100,0
	Total	58	96,7	100,0	
Missing	99,00	2	3,3		
Total		60	100,0		

Các câu cần tính toán	Tổng số	Giá trị nhỏ nhất	Giá trị lớn nhất	Giá trị trung bình	Độ lệch chuẩn
Cam xúc của chỉ lan đầu tiên khi đón nhận đứa con chào đời	60	2,00	4,00	3,4833	,65073
Nhưng lúc con chỉ ôm đầu, không được khỏe mạnh, chỉ thương cảm thay như thế nào?	58	1,00	4,00	3,0000	,85840
Khi lan đầu tiên được chung kiến nhưng bước phát triển của con mình, chỉ cảm thấy thế nào?	60	2,00	4,00	3,4500	,56524
Nhưng lúc chỉ mệt mỏi, căng thẳng vì công việc, chỉ thương cu xu với con như thế nào?	60	1,00	4,00	1,6667	,65527

Trong những khoảng thời gian hai mẹ con cùng chơi với nhau, chị cảm thấy như thế nào?	60	2,00	4,00	3,1000	,51090
Khi chị nhận thấy con mình có những dấu hiệu bất thường về phát triển trí tuệ (12 tháng mà chưa nói được từ nào, chưa nhận được biết được người thân...), chị cảm thấy?	59	1,00	4,00	2,5593	1,03842
Nếu trong trường hợp con chỉ quay chỉ quay khóc thương xuyên, tâm trạng chị ra sao?	59	1,00	4,00	2,6949	,96943
Người mẹ nào cũng mong muốn con mình an toàn để có một sức khỏe tốt, nhưng cũng có khi con biếng ăn. Nhưng lúc đó chị cảm thấy?	60	1,00	6,00	2,9500	1,44298
Sau khi có con, chị và mẹ chồng chị có hay xảy ra xích mích không?	59	1,00	4,00	2,2712	,90650
Khi bà (nội, ngoại) không cùng quan điểm trong cách nuôi dạy con, chị cảm thấy?	58	1,00	4,00	1,4138	,83843

Mối quan hệ mẹ chồng_con dâu của chị có thay đổi gì kể từ khi xuất hiện thành viên mới là đứa con chào đời? *

Hai vợ chồng sống chung hay sống riêng cùng bố mẹ?

Crosstabulation

			Hai vợ chồng sống chung hay sống riêng cùng bố mẹ?			total
			Sống riêng	Sống cùng bố mẹ chồng	Sống cùng bố mẹ vợ	
Mối quan hệ mẹ chồng_con dâu của chị có thay đổi gì kể từ khi xuất hiện thành viên mới là đứa con chào đời?	Tốt hơn nhiều	Count	8	9	0	7

		% within Mọi quan hệ mẹ chồng_con dâu của chị có thay đổi gì kể từ khi xuất hiện thành viên mới là đứa con chào đời?	47,1%	52,9%	,0%	00,0%
		% within Hai vợ chồng sống chung hay sống riêng cùng bố mẹ?	26,7%	34,6%	,0%	9,3%
		% of Total	13,8%	15,5%	,0%	9,3%
	Tốt hơn một chút	Count	5	5	1	1
		% within Mọi quan hệ mẹ chồng_con dâu của chị có thay đổi gì kể từ khi xuất hiện thành viên mới là đứa con chào đời?	45,5%	45,5%	9,1%	00,0%
		% within Hai vợ chồng sống chung hay sống riêng cùng bố mẹ?	16,7%	19,2%	50,0%	9,0%
		% of Total	8,6%	8,6%	1,7%	9,0%
	Vẫn như thế	Count	9	5	0	4
		% within Mọi quan hệ mẹ chồng_con dâu của chị có thay đổi gì kể từ khi xuất hiện thành viên mới là đứa con chào đời?	64,3%	35,7%	,0%	00,0%
		% within Hai vợ chồng sống chung hay sống riêng cùng bố mẹ?	30,0%	19,2%	,0%	4,1%
		% of Total	15,5%	8,6%	,0%	4,1%
	Xấu đi một chút	Count	7	5	1	3
		% within Mọi quan hệ mẹ chồng_con dâu của chị có thay đổi gì kể từ khi xuất hiện thành viên mới là đứa con chào đời?	53,8%	38,5%	7,7%	00,0%
		% within Hai vợ chồng sống chung hay sống riêng cùng bố mẹ?	23,3%	19,2%	50,0%	2,4%
		% of Total	12,1%	8,6%	1,7%	2,4%

	Xau đi nhiều	Count	1	2	0	
		% within Mọi quan hệ mẹ chồng_con dâu của chị có thay đổi gì kể từ khi xuất hiện thành viên mới là đứa con chào đời?	33,3%	66,7%	,0%	00,0%
		% within Hai vợ chồng sống chung hay song riêng cùng bố mẹ?	3,3%	7,7%	,0%	,2%
		% of Total	1,7%	3,4%	,0%	,2%
Total		Count	30	26	2	8
		% within Mọi quan hệ mẹ chồng_con dâu của chị có thay đổi gì kể từ khi xuất hiện thành viên mới là đứa con chào đời?	51,7%	44,8%	3,4%	00,0%
		% within Hai vợ chồng sống chung hay song riêng cùng bố mẹ?	100,0%	100,0%	100,0%	00,0%
		% of Total	51,7%	44,8%	3,4%	00,0%

Sau khi có con, chị và mẹ chồng chị có hay xảy ra xích mích không? * Hai vợ chồng sống chung hay song riêng cùng bố mẹ?

Crosstabulation

			Hai vợ chồng sống chung hay song riêng cùng bố mẹ?			Total
			Song riêng	Song cùng bố mẹ chồng	Song cùng bố mẹ vợ	
Sau khi có con, chị và mẹ chồng chị có hay xảy ra xích mích không?	Không bao giờ	Count	8	4	1	13
		% within Sau khi có con, chị và mẹ chồng chị có hay xảy ra xích mích không?	61,5%	30,8%	7,7%	100,0%
		% within Hai vợ chồng sống chung hay song riêng cùng bố mẹ?	27,6%	15,4%	50,0%	22,8%
		% of Total	14,0%	7,0%	1,8%	22,8%
	Có nhưng hiếm khi	Count	11	10	1	22

		% within Sau khi co con, chi va me chong chi co hay xay ra xich mich khong?	50,0%	45,5%	4,5%	100,0%
		% within Hai vo chong song chung hay song rieng cung bo me?	37,9%	38,5%	50,0%	38,6%
		% of Total	19,3%	17,5%	1,8%	38,6%
	Thinh thoang	Count	7	10	0	17
		% within Sau khi co con, chi va me chong chi co hay xay ra xich mich khong?	41,2%	58,8%	,0%	100,0%
		% within Hai vo chong song chung hay song rieng cung bo me?	24,1%	38,5%	,0%	29,8%
		% of Total	12,3%	17,5%	,0%	29,8%
	Thuong xuyen, tham chi con cang thang	Count	3	2	0	5
		% within Sau khi co con, chi va me chong chi co hay xay ra xich mich khong?	60,0%	40,0%	,0%	100,0%
		% within Hai vo chong song chung hay song rieng cung bo me?	10,3%	7,7%	,0%	8,8%
		% of Total	5,3%	3,5%	,0%	8,8%
Total		Count	29	26	2	57
		% within Sau khi co con, chi va me chong chi co hay xay ra xich mich khong?	50,9%	45,6%	3,5%	100,0%
		% within Hai vo chong song chung hay song rieng cung bo me?	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
		% of Total	50,9%	45,6%	3,5%	100,0%

Thank you for evaluating AnyBizSoft PDF Merger! To remove this page, please register your program!

[Go to Purchase Now>>](#)



AnyBizSoft

PDF Merger



- ✓ Merge multiple PDF files into one
- ✓ Select page range of PDF to merge
- ✓ Select specific page(s) to merge
- ✓ Extract page(s) from different PDF files and merge into one