

Unit 1 – Active Parenting

Unit 1 – Nuôi Dạy Con Có Hiệu Quả

**Developed by Mary Ann Burke, Ed.D.
Director, Categorical and Special Projects
Kerrie Wood, MSW Social Work Trainee
Ana Pantoja, BA Social Work Trainee**

**Desarrollado por Mary Ann Burke, Ed.D.
Directora de Programas Categóricos y Proyectos Especiales
Kerrie Wood, MSW Trabajadora Social en Entrenamiento
Ana Pantoja, BA Trabajadora Social en Entrenamiento**



Unit 1 – The Active Parent

Unit 1 – Cha Mẹ Năng Động

Effective Parent Leadership Includes:

- Proactively anticipating and preventing problems;
- Developing mutually respectful relationships;
- Enforcing fair discipline;
- Maintaining effective communication;
- Using productive problem solving methods; and
- Encouraging the participation and success of everyone involved.

Sự điều dặt có hiệu quả của phụ huynh bao gồm:

- Chủ động tiên đoán và ngăn ngừa các vấn đề có thể xảy ra;
- Làm cho mối quan hệ tôn trọng nhau ngày càng tốt đẹp hơn ;
- Bắt phải tuân theo kỷ luật hợp lý;
- Duy trì việc trò chuyện với nhau có kết quả;
- Áp dụng các phương pháp đem lại hiệu quả để giải quyết vấn đề; và
- Khuyến khích sự tham dự và thành công của mọi người có liên quan.

Values & Qualities to Develop In Teens

Các Giá Trị & Phẩm Chất Để Tuổi Teens Phát Triển

- Courage
- Responsibility
- Cooperation
- Respect
- Self-esteem
- 21st Century workplace skills
- Can đảm
- Trách nhiệm
- Hợp tác
- Tôn trọng
- Lòng tự trọng
- Những kỹ năng ở nơi làm việc trong thế kỷ 21



Styles of Parenting

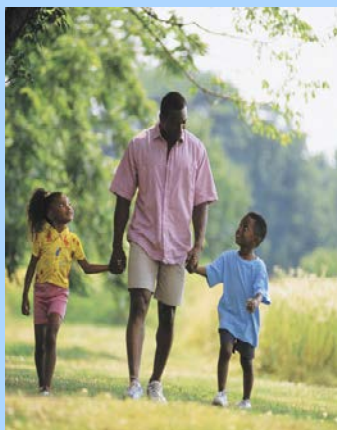
Phong Cách Làm Cha Mẹ

- The Autocratic Style:
The Dictator
- The Permissive Style:
The Doormat
- The Authoritative Style:
The Active Parent
- Phong Cách Độc Đoán :
Nhà Độc Tài
- Phong Cách Không Bắt Buộc:
Tắm Thảm Chùi Chân (để ở cửa)
- Phong Cách Có Thảm Quyền:
Cha Mẹ Năng Động

Active Parenting Strategies

Phương Pháp Nuôi Dạy Con Có Hiệu Quả

- Mutual Respect
- Participation
- Problem Solving
- Family Enrichment
- Communication
- Encouragement
- Tôn trọng lẫn nhau
- Cùng tham gia
- Giải quyết vấn đề
- Làm cho gia đình tốt thêm
- Trò chuyện
- Khích lệ



Unit 2 – Winning Cooperation

Phần 2 – Đạt Được Sự Hợp Tác

**Developed by Mary Ann Burke, Ed.D.
Director, Categorical and Special Projects
Kerrie Wood, MSW Social Work Trainee
Ana Pantoja, BA Social Work Trainee**

**Desarrollado por Mary Ann Burke, Ed.D.
Directora de Programas Categóricos y Proyectos Especiales
Kerrie Wood, MSW Trabajadora Social en Entrenamiento
Ana Pantoja, BA Trabajadora Social en Entrenamiento**

Define Who Owns the Problem

Định Rõ Ai Là Người Chịu Trách Nhiệm Vấn Đề Xảy Ra

- Parent Owned
 - Provide discipline
- Shared
 - Provide discipline & support
- Teen Owned
 - Provide support
- Phụ Huynh Chịu Trách Nhiệm
 - Quy định kỷ luật
- Chia sẻ
 - Quy định kỷ luật & hỗ trợ
- Teen Chịu Trách Nhiệm
 - Đóng góp sự hỗ trợ

Communication Considerations

Quan Tâm Nói Chuyện Với Nhau

1. Your words
 2. Your tone of voice
 3. Your body language, including hand gestures, how close you stand, and facial expressions
1. Lời nói của quý vị
 2. Âm điệu giọng nói của quý vị
 3. Ngôn ngữ không diễn đạt bằng lời, bao gồm điệu bộ tay, khoảng cách đứng giữa quý vị và con gần như thế nào, và những nét biểu lộ trên khuôn mặt



Communication Blocks Include:

Những Cản Ngăn Khi Nói Chuyện Với Nhau:

- Commanding
- Giving advice
- Placating
- Interrogating
- Distracting
- Psychologizing
- Judging
- Being sarcastic
- Moralizing
- Being a Know-It-All
- Focusing on mistakes
- Negative expectations
- Perfectionism
- Ra lệnh
- Đưa ra lời khuyên
- Xoa dịu
- Tra hỏi
- Làm bối rối
- Lý luận về mặt tâm lý
- Phê bình chỉ trích
- Chế nhạo mỉa mai
- Giảng đạo đức
- Tỏ ra là người cái gì cũng biết
- Chú trọng vào những sai lầm
- Những kỳ vọng tiêu cực
- Chủ nghĩa cầu toàn

Active Communication

Giao Tiếp Có Hiệu Quả

1. Listen actively.

1. Chú tâm lắng nghe.

2. Listen for feelings.

2. Lắng nghe bằng tình cảm.

3. Look for alternatives and evaluate consequences.

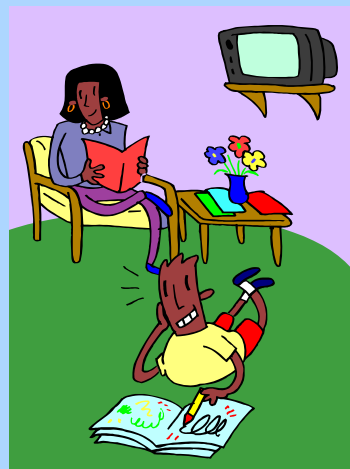
3. Tìm những biện pháp thay thế và đánh giá hậu quả.

4. Offer encouragement.

4. Nói những lời khích lệ.

5. Follow up later.

5. Tiếp tục để ý.



Unit 3 – Responsibility & Discipline

Unit 3 – Trách Nhiệm & Kỷ Luật

**Developed by Mary Ann Burke, Ed.D.
Director, Categorical and Special Projects
Kerrie Wood, MSW Social Work Trainee
Ana Pantoja, BA Social Work Trainee**

**Desarrollado por Mary Ann Burke, Ed.D.
Directora de Programas Categóricos y Proyectos Especiales
Kerrie Wood, MSW Trabajadora Social en Entrenamiento
Ana Pantoja, BA Trabajadora Social en Entrenamiento**

Responsibility Means

Trách Nhiệm Có Nghĩa Là

- Accepting your obligations.
 - Knowing the difference between right and wrong, and doing the right thing as the situation calls for it.
 - Accepting accountability for your actions.
- Chấp nhận bổn phận.
 - Biết sự khác nhau giữa đúng và sai, và làm đúng những gì như tình huống đòi hỏi phải làm như vậy
 - Chịu trách nhiệm hành vi của quý vị.



Effective Discipline Teaches Responsibility

Kỷ Luật Có Hiệu Quả Dạy Được Tinh Thần Trách Nhiệm

- Teach your teens
- Encourage improvement
- Use the least assertive method that works
- Explain the reason
- Motivate by caring
- Keep focus on the problem
- Invite teen's participation
- Stay respectful
- Giáo dục con tuổi thiếu niên
- Khuyến khích sự tiến bộ
- Sử dụng phương pháp ít quyết đoán nhất nhưng có kết quả
- Giải thích lý do
- Thúc đẩy bằng cách quan tâm
- Chú trọng vào vấn đề
- Lôi cuốn con cùng tham gia
- Thường tôn trọng nhau

How to Send an “I” message

Làm Cách Nào Để Gửi “I” Message

- | | |
|--|--|
| 1. Name the behavior you want to change. | 1. Nói rõ hành vi nào quý vị muốn con thay đổi. |
| 2. Say how you feel about the situation. | 2. Nói quý vị cảm thấy như thế nào về tình huống đó. |
| 3. State your reason. | 3. Nói rõ lý do của quý vị. |
| 4. Say what you want done. | 4. Nói rõ quý vị muốn chuyện gì phải được hoàn tất. |

Logical Consequences

Hậu Quả Hợp Lý

- Ask your teen to help decide the consequence.
- Form the consequence into a choice (either/or choice).
- Make sure the consequence is logically connected to misbehavior.
- Give choices you can live with.
- Keep vocal tone firm and calm.
- One time choice then enforce consequence.
- Expect testing.
- Allow teen to try again after experiencing consequence.
- Hỏi con quý vị giúp quyết định những hậu quả.
- Đưa hậu quả thành một sự lựa chọn (chọn hoặc cái này/ hoặc cái kia).
- Hãy chắc chắn hậu quả liên quan một cách hợp lý đến hành vi xấu.
- Đưa những lựa chọn có thể chịu đựng.
- Giữ âm giọng kiên quyết và điềm tĩnh.
- Cho lựa chọn một lần, sau đó bắt phải tuân theo
- Chờ đợi kiểm tra thử thách.
- Cho phép con gắng làm một lần nữa sau khi con chịu đựng hậu quả





How to Act On Anger



Hành Động Như Thế Nào Theo Cơ Giận

- Act to change the situation.
 - Do something different.
- Reduce the importance of the goal.
 - Put it in perspective.
 - THINK something different.
- Change you goals.
 - Find alternatives.
 - Again, think something different.
- Hành động để thay đổi tình huống.
 - Làm một điều gì đó khác.
- Làm giảm sự quan trọng của mục tiêu.
 - Đặt vấn đề vào triển vọng.
 - NGHĨ một điều gì đó khác hẳn.
- Thay đổi mục tiêu.
 - Tìm phương pháp thay thế.
 - Một lần nữa, nghĩ điều gì khác.

Unit 4 – Building Courage, Redirecting Misbehavior

Unit 4 – Tạo Tính Can Đảm, Chuyển Hướng Hành Vi Sai Trái

**Developed by Mary Ann Burke, Ed.D.
Director, Categorical and Special Projects
Kerrie Wood, MSW Social Work Trainee
Ana Pantoja, BA Social Work Trainee**

**Desarrollado por Mary Ann Burke, Ed.D.
Directora de Programas Categóricos y Proyectos Especiales
Kerrie Wood, MSW Trabajadora Social en Entrenamiento
Ana Pantoja, BA Trabajadora Social en Entrenamiento**



Teens with High Self-Esteem:

Thiếu Niên Có Lòng Tự Trọng Cao:

- Tackle hard problems at school, even if it increases chance of making mistakes.
- Do what is right even if they lose friends in the process.
- Cooperate with parents even when they don't always get their way.
- Find positive ways to achieve independence and challenge.
- Tìm cách giải quyết các vấn đề khó khăn ở trường ngay cả khi cơ hội phạm sai lầm tăng thêm
- Làm những gì đúng dù mất bạn bè trong quá trình thực hiện
- Hợp tác với cha mẹ ngay cả khi cha mẹ luôn luôn không có phương cách của họ.
- Tìm những cách tích cực để đạt được tính độc lập và thử thách.

Turning Discouragement Into Encouragement

Chuyển Sự Chán Nản Qua Khích Lệ

- Build encouragement
- Show confidence
- Value your teen as-is
- Stimulate independence
- Tạo tính cam đảm
- Bài tỏ sự tin cậy
- Con như thế nào đánh giá như thế
- Kích thích tính độc lập

The Five Goals of Teen Behavior

Năm Mục Tiêu Là Động Cơ Thúc Đẩy Hành Vi Của Tuổi Thiếu Niên

1. Belonging

2. Power

3. Protection

4. Withdrawal

5. Challenge



1. Thuộc về

2. Quyền hạn

3. Che chở

4. Có thời gian một mình

5. Thử thách

Guidelines for Problem-Prevention Talks

Những Hướng Dẫn Cách Nói Chuyện Để Ngăn Ngừa Vấn Đề Có Thể Xảy Ra

- Identify potential problem and risks;
- Share thoughts and feelings;
- Generate guidelines for behavior ;
- Decide on logical consequences for violating the guidelines; and
- Follow up later.
- Nhận ra vấn đề tiềm ẩn và những rủi ro;
- Chia sẻ suy nghĩ và cảm tưởng;
- Vạch ra những hướng dẫn về hành vi;
- Quyết định những hậu quả hợp lý đối với việc vi phạm các hướng dẫn; và
- Theo dõi sau.



Unit 5 – Drugs, Sexuality and Violence: Reducing the Risks, Part 1

Unit 5 – Ma Túy, Tình Dục và Bạo Động: Giảm Những Rủi Ro, Phần 1

**Developed by Mary Ann Burke, Ed.D.
Director, Categorical and Special Projects
Kerrie Wood, MSW Social Work Trainee
Ana Pantoja, BA Social Work Trainee**

**Desarrollado por Mary Ann Burke, Ed.D.
Directora de Programas Categóricos y Proyectos Especiales
Kerrie Wood, MSW Trabajadora Social en Entrenamiento
Ana Pantoja, BA Trabajadora Social en Entrenamiento**

Prevention Strategies

Phương Cách Ngăn Ngừa

1. Be a positive role model and teacher of values.
 2. Educate your teens about the risks.
 3. Filter OUT negative behaviors and IN positive ones.
 4. Establish clear guidelines for behavior.
1. Hãy là một người gương mẫu và là một giáo viên có đạo đức.
 2. Giáo dục con tuổi teen về những rủi ro.
 3. Chọn lọc bỏ những hành vi xấu và khuyến khích những hành vi tốt.
 4. Thiết lập những hướng dẫn rõ ràng về hành vi.

Strategy 1 – Be a Positive Role Model and Teacher of Values

Phương Cách 1 – Hãy Là Một Người Gương Mẫu và Là Một Giáo Viên Có Đạo Đức

- What you do is a stronger indicator of your values than what you say.
 - Values aren't taught, they are caught.
 - Skills for talking about values:
 - Show respect;
 - Avoid communication blocks;
 - Listen for feelings;
 - Encourage your teen when they express a value you approve of ; and
 - Talk about values and beliefs, not just the facts.
- Những gì quý vị làm là một kim chỉ nam thuộc về giá trị mạnh hơn những gì quý vị nói.
 - Các giá trị không được dạy mà do hiểu được.
 - Các kỹ năng nói về những giá trị:
 - Biểu hiện sự tôn trọng;
 - Tránh các rào cản trong khi trò chuyện;
 - Lắng nghe bằng cảm nhận của mình;
 - Hãy khuyến khích con tuổi teen khi con biểu lộ một giá trị nào đó mà quý vị chấp thuận; và
 - Hãy nói về những giá trị và niềm tin, không phải chỉ nói về những sự việc.

Strategy 2 – Educate your Teens About the Risks of Drugs, Sexuality, and Violence

Phương Cách 2 – Giáo Dục Con Tuổi Thiếu Niên Về Rủi Ro của Ma Túy, Tình Dục và Bạo Động

- When engaging in talks about these subjects keep these points in mind:
 - Be prepared;
 - Don't get hooked into an argument;
 - Invite your teens input; and
 - Come from caring, not authority.
- Khi tham gia cuộc nói chuyện về những vấn đề này, phải nhớ những điểm sau đây:
 - Phải chuẩn bị trước;
 - Đừng bị dính vào một cuộc tranh luận;
 - Mời gọi con góp ý; và
 - Nói với con tu tâm long quan tâm, chớ không phải tu uy quyền.



Strategy 3 – Filter OUT Negative Behaviors and IN Positive Ones

Phương Cách 3 – Loại Ra Những Hành Vi Xấu và Khuyến Khích Những Hành Vi Tốt

- Ways to Filter OUT negative influences:
 - Become familiar with the media teens use: facebook, youtube, formspring, etc.
 - Use and learn parental controls on multiple medias to help regulate what teen can access: T.V's, computers, internet, cell phone, etc.
 - Know their friends and who they hang out with.
 - Set reasonable curfews and check in with them periodically.
- Phương cách loại ra những ảnh hưởng xấu:
 - Làm quen với phương tiện truyền thông mà con tuổi teens sử dụng: facebook, youtube, formspring, v.v...
 - Hãy sử dụng và học cách điều khiển về truyền thông dành cho phụ huynh để giúp kiểm soát những gì con quý vi có thể vào được: T.V's, computers, internet, cell phone, etc.
 - Biết các bạn của con và biết con mình chơi với những ai.
 - Lập giờ giới nghiêm hợp lý và kiểm soát có định kỳ.

Strategy 3 – Filter OUT Negative Behaviors and IN Positive Ones

Phương Cách 3 – Loại Ra Những Hành Vi Xấu và Khuyến Khích Những Hành Vi Tốt

- Ways to filter IN positive influences:
 - Positive adult influences
 - Media
 - Summer camps or other programs away from home
- A loving spiritual education
- A good academic environment
- Positive peers
- Nhung cach chon loc de tiep nhan nhung anh huong tot:
 - Nhung anh huong tot tu nguoi lon.
 - Truyen thong sach bao
 - Cac cuoc cam trai mua he hoac nhung chuong trinh khac xa nha .
- Giao duc tinh than co tinh yeu thuong.
- Moi truong hoc hanh tot.
- Nhung ban dong hoc tot.

Strategy 4 – Establish Clear Guidelines for Behavior

Phương Cách 4 – Thiết Lập Những Hướng Dẫn Rõ Ràng Về Hành Vi

- Five steps of the problem prevention talk:
 - Identify potential problems or risks;
 - Share your thoughts and feelings about the problem and acknowledge your teen’s thoughts and feelings;
 - Generate guidelines through brainstorming and negotiating;
 - Decide on logical consequences for violating the guidelines; and
 - Follow-up to ensure that guidelines were followed and to enforce consequences.
- Năm bước của cuộc nói chuyện ngăn ngừa vấn đề có thể xảy ra:
 - Nhận định những vấn đề tiềm ẩn hoặc những rủi ro;
 - Chia sẻ suy nghĩ và cảm xúc của quý vị về vấn đề xảy ra và công nhận suy nghĩ và cảm xúc của con quý vị;
 - Vạch ra các hướng dẫn xuyên qua suy nghĩ và điều đình;
 - Quyết định những hậu quả hợp lý cho việc vi phạm các hướng dẫn; và
 - Theo dõi để bảo đảm những hướng dẫn được thực hiện và để làm cho các hiệu quả có hiệu lực.

Unit 6 – Drugs, Sexuality and Violence: Reducing the Risks, Part 2

Unit 6 – Ma Túy, Tình Dục và Bạo Động: Giảm Những Rủi Ro, Phần 2

**Developed by Mary Ann Burke, Ed.D.
Director, Categorical and Special Projects
Kerrie Wood, MSW Social Work Trainee
Ana Pantoja, BA Social Work Trainee**

**Desarrollado por Mary Ann Burke, Ed.D.
Directora de Programas Categóricos y Proyectos Especiales
Kerrie Wood, MSW Trabajadora Social en Entrenamiento
Ana Pantoja, BA Trabajadora Social en Entrenamiento**

Ten Prevention Strategies

(continued from Unit 5)

Mười Phương Pháp Ngăn Ngừa

(Unit 5 tiếp theo)

- | | |
|--|---|
| 5. Monitor and supervise teen behavior. | 5. Theo dõi và giám sát hành vi của con tuổi teen. |
| 6. Work with other parents. | 6. Làm việc với các phụ huynh khác. |
| 7. Provide healthy opportunities for challenge. | 7. Cho những cơ hội lành mạnh để thách thức. |
| 8. Consult with your teen about how to resist peer pressure. | 8. Hội ý với con về việc chống lại áp lực của bạn bè. |
| 9. Identify and confront high-risk behavior. | 9. Nhận diện và đối đầu với hành vi có tính rủi ro cao. |
| 10. Calmly manage a crisis should one occur. | 10. Bình tĩnh giải quyết cơn khủng hoảng nếu xảy ra |

Strategy 5 – Monitor and Supervise Teen Behavior

Phương Cách 5 – Theo Dõi và Giám Sát Hành Vi của con tuổi Teen

- Positive parental involvement is key.
- Here are some guidelines:
 - Provide things for your teen to do.
 - Know where your teen is and who they are with.
 - Set and enforce curfews.
- Sự tham gia tích cực của cha mẹ là một chìa khóa.
- Sau đây là một vài hướng dẫn:
 - Đưa việc cho con tuổi teen làm.
 - Phải biết con tuổi teen ở đâu và con đang ở với ai.
 - Thiết lập và bắt phải tuân theo giờ giới nghiêm.

Strategy 6 – Work with Other Parents

Phương Cách 6 – Làm Việc với Phụ Huynh Khác

- Often called Parent Networks.
- Thường gọi Mạng Lưới dành cho Cha Mẹ.
- Communicate regularly and hold the same unacceptability for teens using drugs and alcohol.
- Thường xuyên trò chuyện và lúc nào cũng giữ thái độ không thể chấp nhận việc con tuổi teen sử dụng ma túy và rượu cồn.

Strategy 7 – Provide Healthy Opportunities for Challenge

Phương Cách 7 – Cho Những Cơ Hội Lành Mạnh Để Thách thức

- Challenge is the basic goal of behavior for teens
- Help teens find healthy challenging physical activities such as mountain biking, rock climbing, sports, etc., or mental such as chess, dance groups, community service work, debate groups, etc. Both are ideal to challenge your teen.
- Thử thách là mục tiêu căn bản về hành vi cho con tuổi teen.
- Giúp con tuổi teen tìm được những hoạt động lành mạnh mang tính thách thức cho cơ thể như đạp xe leo núi, leo núi đá, các môn thể thao ... hoặc những hoạt động lành mạnh cho tinh thần như tham gia đánh cờ, nhóm khiêu vũ, phục vụ cộng đồng, nhóm tranh luận.. Cả hai mặt này thật là lý tưởng để thách thức con tuổi teen.



Strategy 8 – Consult with Your Teen About How to Resist Peer Pressure

Phương Cách 8 – Hội Ý với Con tuổi Teen Về Việc Làm Sao Chống Lại Áp Lực Của Bạn Bè

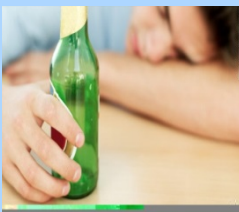
- Resisting peer pressure takes three main things:
 - Knowing your rights
 - The courage to do what's right
 - A good comeback line
- Chống lại áp lực của bạn bè đòi hỏi ba điểm chính:
 - Biết mình có quyền của mình .
 - Can đảm làm những gì đúng.
 - Một vạch đường trở lại có lợi.



Strategy 9 – Identify and Confront High-Risk Behavior

Estrategia 9 – Nhận Diện và Đối Đầu với Hành Vi Có Tính Rủi Ro Cao

- Stages of Drug Use:
 - Experimentation
 - Social use
 - Seeking
 - Habitual use
- Confronting your teen:
 - Deal with your anger, resentment and guilt FIRST.
 - Do not try and confront teen while they are under the influence.
 - Key is to be firm, calm and caring.
 - Use solid communication with logical consequences.
 - Less talk, more action.
 - Take suicidal threats seriously.
- Những giai đoạn việc sử dụng ma túy:
 - Thử nghiệm
 - Sử dụng vì xã giao
 - Đi tìm kiếm
 - Nghiện nặng
- Đối đầu với con tuổi teen:
 - Đối phó với sự tức giận, phẫn uất, và sự hổ thẹn của quý vị **TRƯỚC TIÊN**.
 - Đừng cố gắng và đừng đối đầu với con khi con đang bị ảnh hưởng của ma túy, rượu.
 - Điểm then chốt là kiên quyết, bình tĩnh và biểu lộ sự quan tâm.
 - Nói chuyện một cách thuần nhất về những hậu quả hợp lý.
 - Nói ít hơn, hành động nhiều hơn.
 - Hãy coi những lời đe dọa tự tử không phải là những lời đùa giỡn.



Strategy 9 – Identify and Confront High-Risk Behavior (continued)

Phương Cách 9 – Nhận Diện và Đối Đầu với Hành Vi Có Tính Rủi Ro Nguy Hiểm Cao (tiếp theo)

- Youth Gangs, signs to look for in your teen:
 - Graffiti on belongings
 - Tattoos, scars, or burns
 - Friends wearing same colors or symbols
 - Secretive behavior
 - Change of friends
 - Use of drugs/alcohol
 - Anti-authority attitude
 - Unexplained expensive items or large sums of money
 - Staying out late
- Băng đảng tuổi thanh niên, những dấu hiệu nhận thấy ở con tuổi teen:
 - Hình /chữ liên quan đến băng đảng.
 - Hình xăm trên da, sẹo, hoặc phỏng.
 - Bạn bè mặc cùng màu sắc hoặc những ký hiệu giống nhau.
 - Có những hành vi giấu diếm.
 - Thay đổi bạn.
 - Sử dụng ma túy / rượu .
 - Có thái độ chống lại quyền uy.
 - Có những món mặc tiền hoặc số tiền lớn nhưng không giải thích được.
 - Đi chơi khuya.

Strategy 10 – Calmly Manage A Crisis, Should One Occur

Phương Cách 10 – Bình Tĩnh Giải Quyết Cơ Khủng Hoảng Nếu Xảy Ra

- Whether a crisis is a drug overdose, suicide attempt, pregnancy, teen committed a crime or was a victim **STAY CALM.**
- Don't blow up or give up, there are resources available to help handle all these situations.
- Manage your feelings.
- Cho dù có hay không việc sử dụng ma túy quá liều lượng, toan tự tử, mang thai, con tuổi teen phạm tội ác hoặc là một nạn nhân **HÃY BÌNH TĨNH.**
- Đừng quở trách hoặc đầu hàng, có nhiều nơi có thể giúp giải quyết tất cả tình cảnh này.
- Kiểm chế xúc động của quý vị.

Family Council Meetings

Những Cuộc Họp Gia Đình

- Basics
 - Who should attend?
 - Anyone involved in everyday decisions affecting the family
 - What if a member doesn't want to attend?
 - Hold meetings anyway they will miss out on helping make important family decisions
 - Agree on time and place
 - First meeting should be short
 - Address one issue and plan fun stuff to do right after
- Cơ bản
 - Ai cần có mặt?
 - Bất cứ ai đã tham gia vào các quyết định hàng ngày có ảnh hưởng đến gia đình.
 - Nếu một người không muốn có mặt thì sao?
 - Dù sao đi nữa vẫn tổ chức cuộc họp, người vắng mặt sẽ thấy họ bỏ lỡ cơ hội giúp quyết định những vấn đề quan trọng trong gia đình.
 - Đồng ý về thời gian và địa điểm.
 - Buổi họp đầu tiên nên ngắn gọn.
 - Nói về một vấn đề và dự tính những chuyện vui vui để làm ngay sau đó.

Family Council Meetings

(Continued)

Những Cuộc Họp Gia Đình

(Tiếp theo)

- Create an overall agenda
 - Compliments
 - Compliment or say thank you to a member who contributed to a positive event in the past week.
 - Reading minutes
 - Read notes from last meeting.
 - Old business/new business
 - Chores and allowances
 - Treat or family activity
- Lập ra một chương trình từ đầu đến cuối
 - Phần ngợi khen
 - Khen ngợi hoặc nói lời cảm ơn đến thành viên đã góp phần vào một sự kiện có hiệu quả tốt trong tuần qua.
 - Đọc những lời ghi chép
 - Đọc lời ghi chép trong kỳ họp trước.
 - Nói về việc đã làm / việc sẽ làm
 - Việc lặt vặt trong nhà và tiền bỏ túi
 - Khoản đãi hoặc sinh hoạt gia đình

Letting Go Poem

Bài Thơ Hãy Buông Ra

- Boats in the harbor are safe near shore
Far from the unknown sea
But just as boats were made for more,
It's the same with you and me.

Those who would anchor their teens with a stone
In hopes of preventing a wreck,
Find that their fears are never undone
and the stone ends up weighting both necks.

So I give to you a port called home.
Where your ship was built so strong,
and if you need to harbor here,
You know that you belong.

And I give you the maps you'll need
That you may set the course
For places that I'll never see,
So go without remorse.

Tilting your sails into the wind
With hope, and vision and courage----
I kiss you once, then touch your chin
and wish you bon voyage!

Michael H. Popkin

- Tàu thuyền tại cảng thật an toàn khi được neo gần bờ
Vi xa những vùng biển mình chưa từng biết đến
Nhưng như những con thuyền được tạo để lướt sóng
Con và ba mẹ cũng như thế.

Những ai giữ chặt con tuổi teen của mình vào một hòn đá
Với niềm hy vọng sẽ ngăn ngừa được sự hư hỏng,
Họ sẽ thấy rằng sự sợ hãi của họ vẫn còn đó
và kết quả là hòn đá sẽ đè nặng lên cổ cả hai.

Vi vậy ba mẹ cho con một bến cảng được gọi là gia đình.
Nơi mà chiếc tàu của con được cấu tạo thật vững chắc,
và nếu con cần neo chiếc tàu của con ẩn náu nơi đây,
Con hãy biết con mãi mãi là con của gia đình mình.

Và ba mẹ vạch cho con những con đường mà con cần
Con có thể tạo lập một hướng đi
Về những nơi mà ba mẹ chưa bao giờ nhìn thấy,
Vi thế con hãy bước tới mà đừng hối tiếc.

Hãy nghiêng thuyền buồm của con về phía gió thổi
Với niềm hy vọng, và tầm nhìn và lòng can đảm--
Ba mẹ xin hôn con một lần, rồi nựng cằm của con
và chúc con chuyến du lịch xa bằng đường biển thật vui vẻ!

Michael H. Popkin