

Nhà đào tạo NLP, ThS. Đinh Ngọc Đình

# NÓI SAO ĐỂ TRẺ MỞ LÒNG

NLP HỘI THOẠI GIÚP CHA MẸ  
SỬA 14 LỖI GIAO TIẾP KHIẾN YÊU THƯƠNG ĐI LẠC



NHÀ XUẤT BẢN  
THẾ GIỚI



## NÓI SAO ĐỂ TRẺ MỎ LÒNG

Bản quyền © ThS. Đinh Ngọc Dinh, 2026

Không phần nào trong xuất bản phẩm này được phép sao chép hay phát hành dưới bất kỳ hình thức hoặc phương tiện nào mà không có sự cho phép trước bằng văn bản của tác giả. Chúng tôi luôn mong muốn nhận được những ý kiến đóng góp của quý vị độc giả để sách ngày càng hoàn thiện hơn.

Alpha Books không bán sách, chúng tôi bán những kinh nghiệm và kiến thức kinh doanh, quản trị hàng đầu thế giới.

**Alpha Books - Better Knowledge, Better Success**

NHÀ XUẤT BẢN THẾ GIỚI

Trụ sở chính: Số 59 Thọ Nhuộm, phường Cửa Nam, thành phố Hà Nội

Tel: 0084.24.38253841

Chi nhánh: Số 7. Nguyễn Thị Minh Khai, phường Sài Gòn, thành phố Hồ Chí Minh

Tel: 0084.28.38220102

Email: thegioi@thegioipublishers.vn

Chịu trách nhiệm xuất bản

GIÁM ĐỐC - TỔNG BIÊN TẬP

PHẠM TRẦN LONG

Biên tập: Bùi Thế Khoa

Sửa bản in: Mỹ Đức - Hải Yến

Thiết kế bìa: Trang Fu

Trình bày: Vũ Lê Thư

ĐƠN VỊ LIÊN KẾT XUẤT BẢN

Công ty Cổ phần Sách Alpha

In 2.000 bản, khổ 14 x 20,5 cm tại Công ty Cổ phần In và Thương mại Quốc Duy

Địa chỉ: Số 9, ngách 130/1, ngõ 130 phố Đốc Ngũ, phường Ngọc Hà, TP. Hà Nội.

Xưởng SX: Trụ Cầu N25, Đường Tân Xuân, phường Đông Ngạc, TP. Hà Nội.

Số xác nhận ĐKXB: 5522-2025/CXBIPH/04-267/ThG cấp ngày 23/12/2025.

Quyết định xuất bản số: 1827/QĐ-ThG cấp ngày 31 tháng 12 năm 2025.

In xong và nộp lưu chiểu năm 2026. Mã ISBN: 978-632-02-0481-6

# Mục lục

|  |     |
|--|-----|
| Lời cảm ơn.....  | 6   |
| Lời nói đầu: Khi yêu thương... đi lạc.....                                     | 9   |
| Mở đầu: Khi yêu thương đi lạc trong lời nói.....                               | 13  |
| Chương 1 Lỗi 1: Gán nhãn – dán mác nhân cách.....                              | 33  |
| Chương 2 Lỗi 2: Ra lệnh – đe dọa – ép buộc.....                                | 54  |
| Chương 3 Lỗi 3: So sánh con với người khác.....                                | 73  |
| Chương 4 Lỗi 4: Trấn áp cảm xúc của con.....                                   | 91  |
| Chương 5 Lỗi 5: Diễn giải sai ý định –<br>quy kết con cố tình.....             | 110 |
| Chương 6 Lỗi 6: Nói mơ hồ – tối nghĩa – vòng vo.....                           | 131 |
| Chương 7 Lỗi 7: gieo niềm tin tiêu cực – ám thị<br>nguy hiểm.....              | 150 |
| Chương 8 Lỗi 8: Phủ định giá trị nỗ lực của con.....                           | 170 |
| Chương 9 Lỗi 9: Khuyên răn khi con đang cảm xúc cao...                         | 190 |
| Chương 10 Lỗi 10: Tập trung lỗi – bỏ qua điểm mạnh.....                        | 210 |
| Chương 11 Lỗi 11: Hỏi dồn – tra khảo.....                                      | 227 |
| Chương 12 Lỗi 12: Phản ứng theo cảm xúc cá nhân.....                           | 244 |
| Chương 13 Lỗi 13: Chuyển chủ đề đột ngột –<br>không hoàn tất mạch cảm xúc..... | 262 |

|           |   |     |
|-----------|---|-----|
| Chương 14 | Lỗi 14: Nghĩ hộ - trả lời thay con.....                 | 279 |
| Lời kết   | Khi cha mẹ trở thành người mà con<br>có thể tìm về..... | 297 |
| Phụ lục 1 | Bộ công cụ 14 lỗi - 14 chuyển hóa nhanh.....            | 299 |
| Phụ lục 2 | NLP (lập trình ngôn ngữ tư duy) là gì? .....            | 302 |
| Phụ lục 3 | Giao tiếp tỉnh thức là gì?.....                         | 305 |
| Phụ lục 4 | NLP hội thoại là gì?.....                               | 307 |
| Phụ lục 5 | Các cấp độ logic của Robert Dilts .....                 | 310 |
|           | Tài liệu tham khảo.....                                 | 315 |



## MỜI BẠN QUÉT MÃ QR

Để bắt đầu trọn vẹn hành trình “Khi yêu thương tìm được đường về”

### **Bạn sẽ được (miễn phí):**

- Nghe trọn vẹn cuốn sách dạng audio.
- Học khóa video đồng hành, giúp bạn hiểu sâu và ứng dụng nội dung sách để hơn trong giao tiếp hằng ngày với con.
- Tham gia cộng đồng cha mẹ “Nói sao để trẻ mở lòng” – nơi bạn có thể gặp gỡ, chia sẻ và đặt câu hỏi trực tiếp cùng tác giả.

Chỉ cần vài phút đăng ký – cho một hành trình yêu thương dài lâu.



### **SUN NLP TRAINING AND COACHING**

Địa chỉ: 34 Nguyễn Công Triều,  
phường An Khê, TP. Đà Nẵng

Điện thoại: 0989.156.159

Email: [sunnlpnline@gmail.com](mailto:sunnlpnline@gmail.com)

Website: [sunnlp.com](http://sunnlp.com)

Facebook: [SUN NLP Academy](https://www.facebook.com/SUN.NLP.Academy)

Dành tặng tất cả những đứa trẻ, những tâm hồn trong trẻo, xứng đáng được lớn lên trong sự thấu hiểu và yêu thương đúng cách.

Và dành tặng những cha mẹ đã, đang và sẽ can đảm học lại cách nói, cách lắng nghe, cách yêu thương... để thế hệ sau có cơ hội sống trọn vẹn hơn chúng ta ngày hôm qua.

## Lời cảm ơn

**T**rong hành trình nhiều năm đồng hành cùng NLP và giáo dục tích cực, tôi may mắn được học hỏi, trực tiếp hoặc qua sách vở, từ nhiều người thầy đã truyền cảm hứng và đặt nền tảng cho tư duy của mình. Tôi xin gửi lời tri ân đến John Grinder, Richard Bandler, Virginia Satir, Tad James, Robert Dilts, Joseph O'Connor, Sebastien Leblon, Nguyễn Xuân Hương, cùng những người thầy khác. Những tư tưởng của họ đã góp phần hình thành nền tảng để tôi xây dựng nên hệ thống ngôn ngữ NLP hội thoại và Giao tiếp tỉnh thức hôm nay.

Tôi xin bày tỏ lòng biết ơn sâu sắc tới các học viên trong những lớp NLP và NLP dành cho cha mẹ. Mỗi câu chuyện, mỗi tình huống các anh chị mang đến lớp học đã giúp tôi nhìn rõ hơn những vấn đề trong phát triển con người, trong các mối quan hệ nói chung và hành trình nuôi dạy con nói riêng. Chính từ đó, những kiến thức NLP trở nên sống động, gần gũi và có khả năng ứng dụng thực tế. Nếu không có sự chia sẻ và đồng hành của các anh chị, cuốn sách này khó có thể hình thành.

Tôi cũng xin cảm ơn các cháu nhỏ – những người đã trao cho tôi nguồn động lực mạnh mẽ nhất để theo đuổi con đường này. Mỗi đứa trẻ đều xứng đáng được lớn lên trong sự thấu hiểu, được yêu thương bằng ngôn ngữ

đúng. Niềm tin ấy là điều thôi thúc tôi kiên trì hoàn thiện từng trang sách.

Tôi biết ơn các đồng nghiệp và đội ngũ SUN NLP Training & Coaching, những người đã luôn hỗ trợ, góp ý bản thảo qua nhiều vòng chỉnh sửa và đồng hành cùng tôi trong các chương trình đào tạo.

Đặc biệt, tôi xin gửi lời tri ân đến vợ tôi, Nguyễn Thị Thanh Bình, người đã dành nhiều thời gian, công sức và tình yêu để hỗ trợ tôi trong suốt quá trình hoàn thành cuốn sách. Những góp ý cẩn trọng và tinh tế của vợ tôi đã giúp bản thảo trở nên mạch lạc và chính xác hơn.

Cuối cùng, tôi xin chân thành cảm ơn Alpha Books và đội ngũ biên tập Nguyễn Hương và Hải Yến vì sự tận tâm trong quá trình biên tập và xuất bản.

Xin cảm ơn tất cả, vì đã cùng tôi trên hành trình giúp yêu thương quay về đúng nơi nó thuộc về.

## Khi yêu thương... đi lạc

Tôi vẫn nhớ, sau một buổi học dành cho các cha mẹ về “NLP hội thoại và Giao tiếp tỉnh thức”, một người mẹ đến gần tôi, mắt đỏ hoe, nói trong nghẹn ngào: “Anh Dinh ơi, tôi thương con lắm. Nhưng sao càng nói, con càng xa cách. Tôi không hiểu mình sai ở đâu nữa...”

Câu nói ấy khiến tôi lặng người. Bởi tôi hiểu rằng, người mẹ ấy không sai ở tình thương, chỉ là tình thương ấy được diễn đạt chưa đúng cách.

Chúng ta, những người làm cha, làm mẹ, đều mong con hạnh phúc, tự tin và biết yêu thương. Nhưng đôi khi, tình yêu ấy lại đi lạc trong những câu nói hằng ngày:

“Mẹ nói bao lần rồi mà con vẫn không nghe.”

“Con làm mẹ thất vọng quá!”

“Thôi, chuyện nhỏ thôi mà, đừng khóc nữa!”

Cha mẹ không cố ý làm con tổn thương. Chỉ là chúng ta chưa nhận ra rằng: Ngôn ngữ, thứ tưởng chỉ để diễn đạt, lại có ảnh hưởng sâu sắc đến thế giới bên trong của con.

Từng lời nói của cha mẹ dần trở thành tiếng nói nội tâm của con, có thể nuôi dưỡng hoặc làm tổn thương con, kết nối hoặc tạo ra khoảng cách giữa con và chúng ta.

## **Ngôn ngữ – Cánh cửa dẫn vào thế giới bên trong**

Tôi đến với NLP ( lập trình ngôn ngữ tư duy)<sup>1</sup> cách đây nhiều năm và nhận ra một điều quan trọng: Khi chúng ta thay đổi ngôn ngữ, cách chúng ta suy nghĩ cũng thay đổi. Khi tư duy đổi khác, cảm xúc và hành vi cũng theo đó mà khác đi.

Với cha mẹ, điều ấy có nghĩa là khi cha mẹ ý thức hơn về lời nói của mình, nói đúng cách, đúng thời điểm và với trạng thái phù hợp, thì con có xu hướng mở lòng, hợp tác và tiếp nhận điều đúng một cách tự nhiên hơn, thay vì bằng la mắng.

Từ góc nhìn NLP, mỗi “lỗi giao tiếp” không đơn thuần là sai mà là một tín hiệu cho thấy có điều gì đó sâu hơn cần được lắng nghe và thấu hiểu. Sau mỗi câu nói khiến con tổn thương thường ẩn một ý định tốt đẹp, sự quan tâm và tình yêu, nhưng đã được diễn đạt chưa phù hợp. Khi cha mẹ nhận ra và điều chỉnh lại cách diễn đạt ấy, chúng ta sẽ dần tìm lại lối về cho yêu thương.

### **14 lỗi giao tiếp – 14 tấm gương soi lại chính mình**

Cuốn sách này ra đời sau nhiều năm đồng hành cùng hàng trăm cha mẹ trong các lớp NLP và quá trình chuyển hóa giao tiếp gia đình.

Tôi nhận ra rằng, dù khác nhau về nghề nghiệp, trình độ hay hoàn cảnh, nhiều cha mẹ đều vấp phải những lỗi

---

1. Bạn đọc đọc *Phụ lục 2* để hiểu thêm về NLP.

rất giống nhau: Những “kịch bản ngôn ngữ” được sao chép từ thế hệ trước và lặp lại trong vô thức. Cho dù “Mẹ chỉ muốn tốt cho con”, “Bố chỉ muốn con nên người”, nhưng khi nói ra không đúng cách, câu nói của cha mẹ lại dễ biến tình yêu thành áp lực.

Vì vậy, tôi gọi 14 lỗi được trình bày trong 14 chương của cuốn sách này là “14 ngã rẽ của yêu thương”. Mỗi chương không nhằm phán xét mà là một tấm gương để cha mẹ soi lại chính mình, và mở ra một con đường trở lại với con.

Trong từng chương sách, cha mẹ sẽ thấy:

- Mỗi lỗi được giải mã từ góc nhìn NLP: Ý định tốt, cách dùng ngôn ngữ, trạng thái cảm xúc và những niềm tin nền tảng.
- Mỗi lỗi đều có hướng chuyển hóa cụ thể, giúp cha mẹ điều chỉnh từng câu nói và hành vi trong đời sống hằng ngày.

### **Một lời mời từ trái tim**

Cuốn sách này không phải để đọc một lần rồi gấp lại. Hãy đọc chậm, như đang trò chuyện với chính mình, và thử thực hành từng ngày, từng câu.

Khi bạn thay đổi cách nói, con bạn cũng sẽ thay đổi cách nghe.

Khi bạn biết lắng nghe, con có thể nói với bạn bằng cả trái tim.

Đó chính là khoảnh khắc yêu thương bắt đầu tìm được đường về.

**THS. ĐÌNH NGỌC DINH**

*Nhà đào tạo NLP – Người đồng hành cùng cha mẹ trong hành trình chữa lành và kết nối bằng ngôn ngữ*