

## KĨ NĂNG SỐNG CỦA THIẾU NIÊN THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

TRẦN THỊ THU MAI\*, NGUYỄN HỮU LONG\*\*

### TÓM TẮT

*Huấn luyện kĩ năng sống cho thiếu niên (học sinh trung học cơ sở) là một việc làm hết sức ý nghĩa, nhằm giúp các em trang bị những kĩ năng cơ bản để ứng phó với các tình huống khó khăn thường xảy ra trong cuộc sống. Bài báo đề cập đến những vấn đề như: quan niệm về kĩ năng sống, xây dựng danh mục kĩ năng sống; đồng thời nêu những nguyên nhân ảnh hưởng đến việc rèn luyện kĩ năng sống của học sinh trung học cơ sở Thành phố Hồ Chí Minh (THCS TPHCM).*

**Từ khóa:** kĩ năng sống, danh mục kĩ năng sống, kĩ năng sống của thiếu niên (học sinh THCS).

### ABSTRACT

#### *Ho Chi Minh City of teenager's life skill*

*Training teenager's life skill (secondary school student's life skill) is one of the meaningful activities that help them equip basic skills to cope with frequently difficult situations in real life. Life skill conception of Ho Chi Minh City of secondary school students, construction of life skill lists for secondary school students, student's life skill self-assessment and reasons that affect life skill practice of Ho Chi Minh City of secondary school students, are mentioned in the article.*

**Keywords:** life skill, lists of life skill, teenager's life skill (secondary school student's life skill).

### 1. Đặt vấn đề

Trong những năm gần đây, tình trạng thiếu niên (học sinh THCS) phạm pháp ngày càng gia tăng và mức độ nghiêm trọng của nó đã đến mức báo động. Học sinh dễ rơi vào những tệ nạn xã hội và góp phần ảnh hưởng xấu đến môi trường học đường. Có nhiều nguyên nhân dẫn đến tình trạng này. Một trong những nguyên nhân chính đó là học sinh ngày nay rất thiếu các kĩ năng sống cần thiết. Trang bị kĩ năng sống cho các em

học sinh THCS là một việc làm cần thiết và cũng là một nhiệm vụ hết sức khó khăn. Nhưng nếu hình thành và phát triển tốt kĩ năng sống cho thiếu niên thì sẽ giúp các em cơ hội tiếp cận những vấn đề của cuộc sống, giúp các em lĩnh hội tri thức để thiết lập các hành vi phù hợp.

Kĩ năng sống giúp cho học sinh biến kiến thức thành hành động cụ thể, thành những thói quen lành mạnh, góp phần thúc đẩy sự phát triển cá nhân và xã hội; ngăn ngừa các vấn đề về tệ nạn xã hội, bạo lực học đường; bảo vệ sức khỏe và quyền con người. Học sinh có kĩ năng sống cao sẽ thực hiện được những hành vi mang tính xã hội tích cực, góp phần

\* TS, Trường Đại học Sư phạm TPHCM

\*\* ThS, Trường Cao đẳng Sư phạm Trung ương TPHCM

xây dựng các mối quan hệ xã hội tốt đẹp, xây dựng môi trường học đường thân thiện và là điều kiện thiết yếu để đảm bảo quá trình giáo dục phát triển một cách toàn diện và hiệu quả. Thực tiễn đã chứng minh rằng nếu thiếu niên có kỹ năng sống thì mọi hành vi luôn được kiểm soát bởi chính khả năng tự ý thức và quy trình xử lý tình huống được điều chỉnh bởi kinh nghiệm cá nhân một cách hiệu quả.

## 2. Thực trạng kỹ năng sống của học sinh THCS TPHCM

Để tìm hiểu thực trạng kỹ năng sống của học sinh THCS TPHCM, chúng tôi

nghiên cứu quan niệm của học sinh THCS TPHCM về kỹ năng sống, xác định danh mục kỹ năng sống có tầm quan trọng đối với lứa tuổi này, tự đánh giá mức độ thể hiện kỹ năng sống và nguyên nhân ảnh hưởng đến việc rèn luyện kỹ năng sống của học sinh THCS TPHCM. Nghiên cứu được thực hiện với 155 học sinh Trường THCS Đoàn Thị Điểm, Quận 3; 145 học sinh Trường THCS Tân Kiên, huyện Bình Chánh; 50 chuyên gia, giáo viên huấn luyện kỹ năng sống và giáo viên tại các trường THCS TPHCM [2]. Kết quả nghiên cứu được thống kê ở bảng 1 sau đây:

*Bảng 1. Quan niệm của học sinh về kỹ năng sống*

Quan niệm kỹ năng sống	Kết quả		Điểm trung bình %
	Nam %	Nữ %	
Kỹ năng ứng phó với những tình huống khó khăn trong cuộc sống (Kỹ năng a)	11,5	9,3	10,4
Kỹ năng ứng xử trong giao tiếp với các mối quan hệ xung quanh (Kỹ năng b)	21,6	14,9	18,0
Kỹ năng để học tập và làm việc tốt hơn (Kỹ năng c)	6,5	14,3	10,4
Tất cả các kỹ năng a,b,c	60,4	61,5	61,0

Bảng 1 cho thấy đa số học sinh bước đầu đã có những quan niệm khá chính xác về kỹ năng sống. Phần lớn các em đồng ý với quan niệm *kỹ năng sống là những hành vi mà con người thể hiện để ứng phó với những tình huống diễn ra trong đời sống dựa trên những phẩm chất tâm lý cơ bản của nhân cách và kinh nghiệm của cá nhân*. Vì thế, khi lựa chọn đáp án, phần đông các em đều lựa chọn kỹ năng sống là kỹ năng tổng hợp của mỗi cá nhân.

Thực hiện việc nghiên cứu nhằm tìm hiểu các kỹ năng sống phù hợp với học sinh THCS, chúng tôi đã thu nhận được 50 ý kiến từ các chuyên gia, giáo viên huấn luyện kỹ năng sống và giáo viên tại các trường THCS ở TPHCM. Hầu hết ý kiến đều cho rằng đối với lứa tuổi này thì những kỹ năng sống được liệt kê trong bảng 2 dưới đây là có tầm quan trọng:

**Bảng 2. Kết quả danh mục kỹ năng sống có tầm quan trọng cho học sinh THCS**  
 (Mức độ đánh giá: 1 điểm: không quan trọng; 2 điểm: ít quan trọng;  
 3 điểm: bình thường; 4 điểm: quan trọng; 5 điểm: rất quan trọng)

Kỹ năng	Mức độ										Thứ bậc
	1		2		3		4		5		
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	
Kỹ năng giao tiếp và ứng xử với các mối quan hệ	1	2,2	4	8,8	6	13,3	5	11,1	29	64,4	1
Kỹ năng hợp tác và chia sẻ	3	6,6	8	17,7	9	20,0	2	4,4	27	60,0	2
Kỹ năng điều chỉnh và quản lý cảm xúc	0	0	6	13,3	3	6,6	7	15,5	24	53,3	3
Kỹ năng đối đầu với những khó khăn trong cuộc sống	6	13,3	8	17,7	3	6,6	2	4,4	24	53,3	4
Kỹ năng xác lập mục tiêu cuộc đời	2	4,4	4	8,8	5	11,1	11		23	51,1	5
Kỹ năng thể hiện sự tự tin trước đám đông	3	6,6	10	22,2	6	13,3	6	13,3	23	51,1	6
Kỹ năng tự nhận thức bản thân	2	4,4	8	17,7	5	11,1	10	22,2	20	44,4	7
Kỹ năng tự phục vụ bản thân	5	11,1	5	11,1	7	15,5	8	17,7	20	44,4	8
Kỹ năng tự đánh giá người khác	2	4,4	10	22,2	8	17,7	7	15,5	19	42,2	9
Kỹ năng quản lý thời gian hiệu quả	4	8,8	3	6,6	4	8,8	16		18	40,0	10

Bảng 2 cho thấy trong 10 kỹ năng được đánh giá là cần thiết phải trang bị cho học sinh THCS, có 3 kỹ năng được đánh giá cao nhất là: kỹ năng giao tiếp ứng xử (75,5%), kỹ năng hợp tác và chia sẻ (64,4%), kỹ năng quản lý cảm xúc (60,3%). Điều này phù hợp với tình hình

thực tế tại các trường. Hiện nay, trong mục tiêu và chương trình giáo dục, chúng ta chỉ mới chú trọng việc dạy chữ mà chưa chú trọng việc dạy làm người. Nội dung chương trình của các môn học tập trung quá nhiều cho phần kiến thức, đòi hỏi giáo viên phải dành nhiều thời gian

để chuyển tải. Vì vậy, việc yêu cầu giáo viên lồng ghép nội dung dạy làm người vào môn học sẽ trở thành quá tải và hết sức khó khăn.

Theo ý kiến đánh giá của học sinh, những kỹ năng được cho là rất cần thiết được thống kê ở bảng 3 sau đây:

**Bảng 3.** Kết quả danh mục kỹ năng sống được học sinh đánh giá  
(Mức độ đánh giá: 1 điểm: không quan trọng; 2 điểm: ít quan trọng;  
3 điểm: bình thường; 4 điểm: quan trọng; 5 điểm: rất quan trọng)

Kỹ năng	Kết quả - điểm số TB		Trung bình	Thứ bậc
	Nam	Nữ		
Kỹ năng giao tiếp và ứng xử với các mối quan hệ	4,06	4,09	4,08	2
Kỹ năng hợp tác và chia sẻ	3,78	3,77	3,78	5
Kỹ năng điều chỉnh và quản lý cảm xúc	3,47	3,61	3,54	8
Kỹ năng đối đầu với những khó khăn trong cuộc sống	4,50	4,13	4,32	1
Kỹ năng xác lập mục tiêu cuộc đời	4,07	3,99	4,01	3
Kỹ năng thể hiện sự tự tin trước đám đông	3,85	3,55	3,70	7
Kỹ năng tự nhận thức bản thân	4,11	3,81	3,96	4
Kỹ năng tự phục vụ bản thân	3,76	3,66	3,71	6
Kỹ năng tự đánh giá người khác	2,24	2,37	2,31	10
Kỹ năng quản lý thời gian hiệu quả	3,42	3,66	3,53	9

Bảng 3 cho thấy, trong 10 kỹ năng sống được khảo sát, có 5 kỹ năng được học sinh đánh giá rất cần thiết, đó là: kỹ năng đối đầu với những khó khăn trong cuộc sống, kỹ năng giao tiếp và ứng xử với các mối quan hệ, kỹ năng xác lập mục tiêu cuộc đời, kỹ năng tự nhận thức và kỹ năng hợp tác và chia sẻ. Đối chiếu với kết quả thăm dò ý kiến của các chuyên gia, giáo viên huấn luyện kỹ năng sống và giáo viên tại các trường THCS ở TPHCM, chúng tôi thấy rằng đây cũng là các kỹ năng được đánh giá rất cao [2, 52-

53]. Tuy nhiên, đối với học sinh, kỹ năng quản lý cảm xúc không được các em đánh giá cao, nhưng kỹ năng tự nhận thức bản thân thì được các em đánh giá là khá quan trọng đối với bản thân.

Chúng tôi đã khảo sát mức độ tự đánh giá kỹ năng sống của học sinh trong 10 kỹ năng sống có tầm quan trọng nêu trên. Kết quả khảo sát đó sẽ là căn cứ để so sánh khả năng tự đánh giá với khả năng thực tế của các em. Sự so sánh được trình bày trong bảng 4 dưới đây:

**Bảng 4. Tự đánh giá kỹ năng sống của học sinh**

Tiêu chí so sánh	Tự đánh giá kỹ năng sống của bản thân			
	Thấp	Trung bình	Tốt	Rất tốt
Nam	1,4	34,5	43,9	20,1
Nữ	1,2	25,5	49,1	24,2
Tổng %	1,3	29,7	46,7	22,3

Bảng 4 cho thấy đa phần học sinh đều cho mình có kỹ năng sống ở mức trung bình – mức chấp nhận được (29,7%) cho đến mức độ tốt (46,7%) là khá cao, trong khi mức độ thấp chỉ là 1,3%, còn rất tốt là 22,3%.

Để kiểm chứng độ chính xác khả năng tự đánh giá kỹ năng sống của học sinh,

chúng tôi đã sử dụng 20 tình huống giả định của 4 kỹ năng – đây là những tình huống thường gặp của học sinh trong cuộc sống (loạt vấn đề do học sinh tự nêu ra ở bước nghiên cứu này). Kết quả khảo sát thể hiện ở bảng 5 sau đây:

**Bảng 5. Kết quả nghiên cứu kỹ năng sống của học sinh**

Kỹ năng		Mức độ nhận thức			Thứ bậc
		Thấp	Trung bình	Cao	
Kỹ năng tự nhận thức bản thân	Tổng	12	117	171	2
	%	4,0	39,0	57,0	
Kỹ năng ứng xử trong giao tiếp	Tổng	5	151	144	1
	%	1,7	50,3	48	
Kỹ năng chia sẻ và hợp tác	Tổng	16	137	147	4
	%	5,3	45,7	49,0	
Kỹ năng phân biệt hành vi hợp lý và chưa hợp lý	Tổng	14	118	168	3
	%	4,7	39,3	56,0	

Bảng 5 cho thấy kỹ năng sống của học sinh nhìn chung ở mức độ trung bình. Trong 4 kỹ năng được đưa vào nghiên cứu thì kỹ năng ứng xử trong giao tiếp có kết quả cao nhất, kế đến là kỹ năng tự nhận thức bản thân, kỹ năng chia sẻ và hợp tác ở mức thấp nhất. Nhìn chung, kết quả này đã cho thấy được sự tương quan giữa khả năng tự đánh giá của học sinh về kỹ năng sống và kết quả đo lường 4 kỹ

năng của nghiên cứu. Tuy nhiên, thực trạng học sinh thiếu các kỹ năng hợp tác và chia sẻ với người khác là vấn đề mà các nhà giáo dục và các tổ chức đoàn thể trong trường cần phải quan tâm, cụ thể là cần đẩy mạnh việc tổ chức các sân chơi mang tính giao lưu, trao đổi; các hoạt động mang tính cộng đồng nhằm giúp các em biết yêu thương, đoàn kết và tăng tinh thần làm việc tập thể trong bản thân

của mỗi học sinh. Nếu thực hiện tốt các hoạt động nói trên thì có thể giúp học sinh tránh được những xung đột học đường không cần thiết.

Kết quả khảo sát mức độ đánh giá của các chuyên gia, giáo viên huấn luyện

kỹ năng sống, giáo viên tại các trường THCS ở TPHCM và học sinh về nhóm nguyên nhân ngoài nhà trường (từ phía xã hội và gia đình) làm ảnh hưởng đến việc rèn luyện kỹ năng sống của học sinh được thống kê ở bảng 6 dưới đây:

**Bảng 6.** Nguyên nhân từ phía xã hội và gia đình

Nguyên nhân	Tỉ lệ	Mức độ đánh giá				
		Không quan trọng	Ít quan trọng	Bình thường	Quan trọng	Rất quan trọng
Dành thời gian để học	Tổng	98	44	37	47	74
	%	<b>32,7</b>	14,7	12,3	15,7	24,7
Nhiều thú vui hơn là đi quan tâm kỹ năng sống	Tổng	25	42	58	73	102
	%	8,3	14,0	19,3	24,3	<b>34,0</b>
Không hòa hợp trong giao tiếp với người lớn	Tổng	45	28	73	70	84
	%	15,0	9,3	24,3	23,3	<b>28,0</b>
Có thể tự tìm hiểu thông tin về kỹ năng sống trên mạng	Tổng	38	58	64	59	81
	%	12,7	19,3	21,3	19,7	<b>27,0</b>

Bảng 6 cho thấy, “dành nhiều thời gian để học” không phải là nguyên nhân chính dẫn đến tình trạng học sinh thiếu kỹ năng sống, mà chủ yếu là do 3 nguyên nhân sau: trò vui ở ngoài quá nhiều (34,0%), không hòa hợp với người lớn (28,0%) và tự tìm hiểu (27,0%). Qua đó chúng ta thấy rằng, việc xã hội có quá nhiều thú vui giải trí như: trò chơi trực

tuyến, mạng xã hội, mua sắm,... đã làm ảnh hưởng không nhỏ đến việc hình thành kỹ năng sống cho học sinh.

Bên cạnh các nguyên nhân từ phía xã hội và gia đình, thì nhà trường cũng là nhân tố ảnh hưởng không nhỏ đến việc rèn luyện kỹ năng sống cho học sinh. Điều này thể hiện ở bảng 7 sau đây:

**Bảng 7.** Nguyên nhân từ phía nhà trường

Nguyên nhân	Tỉ lệ	Mức độ đánh giá				
		Không quan trọng	Ít quan trọng	Bình thường	Quan trọng	Rất quan trọng
Chưa có chương trình rèn luyện	Tổng	73	33	60	77	57
	%	24,3	11,0	20,0	<b>25,7</b>	19,0

Lịch học nhiều	Tổng	78	43	69	38	72
	%	<b>26,0</b>	14,3	23,0	12,7	24,9
Chưa có bộ chuẩn kiến thức	Tổng	22	48	67	73	90
	%	7,3	16,0	22,3	24,3	<b>30,0</b>
Chưa có thầy cô chuyên trách	Tổng	63	66	61	62	48
	%	21,0	<b>22,0</b>	20,3	20,7	16,0

Bảng 7 cho thấy, trong các nguyên nhân gây ảnh hưởng từ phía nhà trường đến việc rèn luyện kỹ năng sống cho học sinh thì nguyên nhân: “chưa có bộ chuẩn về kỹ năng sống” được quan tâm nhiều nhất (30% cho là rất quan trọng), và 2 nguyên nhân “thiếu chương trình rèn luyện kỹ năng sống” và “thiếu đội ngũ thầy cô chuyên trách giảng dạy môn học này” cũng là những nguyên nhân được chú ý.

Vì vậy, với những nguyên nhân được đánh giá là rất quan trọng và quan trọng ảnh hưởng đến việc rèn luyện kỹ năng sống cho học sinh THCS nêu trên, ngành giáo dục nên đẩy mạnh việc đào tạo những giáo viên chuyên biệt hay kiêm nhiệm giảng dạy kỹ năng sống, tâm lý học đường,... trong chương trình giảng dạy ngoài giờ lên lớp để học sinh có cơ hội trang bị những kiến thức về cuộc sống một cách tốt nhất. Bên cạnh đó, việc nghiên cứu để tìm ra hệ thống danh mục các kỹ năng sống phù hợp với lứa tuổi thiếu niên để đưa vào chương trình rèn luyện kỹ năng sống cũng là điều cần được quan tâm.

### 3. Kết luận

Với thực trạng giảng dạy kỹ năng sống hiện nay, đa phần là do các trung

tâm, công ti tư nhân tổ chức và huấn luyện nên ít nhiều đã tạo ra những bất cập trong việc xác định nội dung, khung chương trình huấn luyện, biện pháp,... Để giúp học sinh có kỹ năng sống tốt hơn, chúng ta cần lưu ý đến việc xác định mức độ phù hợp của các kỹ năng sống dành riêng cho từng độ tuổi, xác định danh mục các kỹ năng sống và phân chia thời gian trong chương trình đào tạo; cần quan tâm đến một số kỹ năng sống như: kỹ năng ứng xử trong học đường, kỹ năng quản lý cảm xúc, kỹ năng lập kế hoạch, kỹ năng phân biệt những hành vi phù hợp và những hành vi chưa phù hợp, kỹ năng giao tiếp ứng xử, kỹ năng hợp tác...

Những người làm công tác giáo dục cần lồng ghép việc dạy làm người trong tất cả các môn học, thiết kế những môn chuyên biệt để dạy làm người. Môn học kỹ năng sống cũng là một trong những môn dạy làm người rất hiệu quả. Vì thế, cần phải đầu tư cho đội ngũ chuyên nghiên cứu về tâm lý học đường, về giá trị sống, kỹ năng sống để thiết kế chương trình, bài giảng; xây dựng đội ngũ chuyên trách để tham gia giảng dạy, tư vấn cho học sinh về các vấn đề liên quan đến cuộc sống của các em.

*(Xem tiếp trang 30)*

**TÀI LIỆU THAM KHẢO**

1. Nguyễn Thanh Bình (2007), *Giáo trình Giáo dục kỹ năng sống*, Nxb Đại học Sư phạm TPHCM.
2. Nguyễn Hữu Long (2010), *Kỹ năng sống học sinh trung học cơ sở Thành phố Hồ Chí Minh*, Luận văn Thạc sĩ Tâm lý học, Đại học Sư phạm TPHCM.
3. Nhiều tác giả (2004), *Giáo dục vì cuộc sống sáng tạo*, (dịch từ *Education for Creative living*), Nxb Đại học Tổng hợp.
4. Huỳnh Văn Sơn (2009), *Nhập môn kỹ năng sống*, Nxb Giáo dục.
5. Nguyễn Quang Uẩn (2008), “Khái niệm kỹ năng sống xét theo góc độ Tâm lý học”, *Tạp chí Tâm lý học*, số 6, tr.1-5.

(Ngày Tòa soạn nhận được bài: 29-11-2011; ngày chấp nhận đăng: 03-3-2012)