

## THỬ NGHIỆM MỘT SỐ CHỦ ĐỀ GIÁO DỤC KỸ NĂNG SỐNG CHO HỌC SINH TRUNG HỌC PHỔ THÔNG

Nguyễn Thanh Bình\*

### 1. Đặt vấn đề

Giáo dục kỹ năng sống (KNS) cho người học đang trở thành một nhiệm vụ quan trọng đối với giáo dục các nước, bởi vì điều này đã được đặt ra trong Chương trình hành động Dakar (Diễn đàn GD cho mọi người - Senegan 2000). Giáo dục phải mang lại cho mọi người không chỉ kiến thức mà cả KNS để sống trong xã hội dựa vào năng lực (Competence-based societies). Kỹ năng sống có ý nghĩa lớn đối với chất lượng cuộc sống cá nhân và sự phát triển bền vững của xã hội. Vì vậy, nhu cầu vận dụng kỹ năng sống một cách trực tiếp, hay gián tiếp được nhấn mạnh trong nhiều khuyến nghị mang tính quốc tế. Ở Việt nam trong đổi mới giáo dục đã định những năng lực cần phải trang bị cho người học hôm nay và người lao động tương lai trong thời kì CNH, HĐH, kinh tế tri thức và sự bùng nổ của KH-CN là:

*"Năng lực hợp tác, có khả năng giao tiếp, năng lực chuyển đổi nghề nghiệp theo yêu cầu mới của thị trường lao động, năng lực quản lí, năng lực phát hiện và giải quyết vấn đề; tôn trọng và nghiêm túc tuân theo pháp luật; quan tâm và giải quyết các vấn đề bức xúc mang tính toàn cầu; có tư duy phê phán, có khả năng thích ứng với những thay đổi trong cuộc sống."*<sup>†</sup> Các khả năng giao tiếp, năng lực hợp tác, năng lực quản lý, phát hiện và giải quyết vấn đề, có tư duy phê phán có khả năng thích ứng với những thay đổi của cuộc sống ...được đề cập ở trên chính là những dạng cụ thể của KNS

### 2. Cơ sở khoa học để xác định những KNS cần cho học sinh Trung học Phổ thông

#### 2.1. Cơ sở thực tiễn

Theo kết quả điều tra nhu cầu của đề tài có 11 KNS các em cho rằng rất cần (trong đó có "Biết giao tiếp"); và 14 KNS cần được giáo dục cho lứa tuổi học sinh Trung học Phổ thông (HSTHPT) (trong đó có "Biết đương đầu với căng

\* PGS.TS. – Trường ĐHSPT Hà Nội

<sup>†</sup>Bộ Giáo dục và đào tạo (2006), Hỏi đáp về phân ban Trung học phổ thông. NXB Giáo dục.tr.5

thẳng/ cảm xúc”; “Biết giải quyết mâu thuẫn tránh bạo lực”; “Biết chọn nghề phù hợp”; “Biết xác định giá trị của/cho bản thân”).

## **2.2. Đặc điểm tâm, sinh lý lứa tuổi học sinh Trung học Phổ thông**

**2.2.1.** Đặc điểm nổi bật nhất là sự phát triển tự ý thức. Bên cạnh sự phát triển của tự ý thức và tự đánh giá, tính tự trọng của HSTHPT cũng phát triển mạnh. Vì thế, rất cần xây dựng chủ đề tự xác định giá trị cho các em.

**2.2.2.** Ý thức chọn nghề của HSTHPT trở nên cấp bách bởi việc chọn nghề có liên quan đến toàn bộ kế hoạch tương lai của các em. Theo điều tra của ĐH quốc gia Thành phố Hồ Chí Minh gần đây có hơn 40% học sinh chọn nghề theo cảm tính mà không dựa trên sự phù hợp giữa tố chất của bản thân với nghề định lựa chọn. Vì vậy cần phải có chủ đề giáo dục KN lựa chọn nghề cho HS.

**2.2.3.** Các mối quan hệ giao tiếp của học sinh THPT ngày càng được mở rộng về phạm vi và đặc biệt được phát triển về mặt chất lượng. Tuy nhiên, kinh nghiệm và giao tiếp của các em còn hạn chế. Nên cần có chủ đề KN giao tiếp để giúp các em biết giao tiếp có hiệu quả với người khác.

**2.2.4.** Ở lứa tuổi này, đời sống tình cảm, xúc cảm của học sinh rất phong phú, đa dạng, đồng thời áp lực trong quan hệ giới tính, trong học tập để đạt được mục tiêu cùng với rất nhiều yếu tố khác trong đời sống gia đình, các mối quan hệ trong nhà trường và cộng đồng có thể gây căng thẳng cho các em. Nên cần có chủ đề giáo dục kỹ năng ứng phó với xúc cảm, căng thẳng cho HSTHPT.

**2.2.5.** Do thiếu kinh nghiệm và KNS, do suy nghĩ còn nông cạn nên các em có thể có những hành vi bạo lực với người khác khi có mâu thuẫn, xung đột. Một thực tế đang tồn tại khá phổ biến các hiện tượng HS THPT giải quyết mâu thuẫn với nhau bằng bạo lực, thậm chí các em nữ cũng tham gia. Vì vậy, cần giúp các em thay đổi nhận thức, thái độ và hành vi để giải quyết mâu thuẫn một cách tích cực, mang tính xây dựng.

## **3. Thử nghiệm các chủ đề giáo dục kỹ năng sống**

### **3.1. Mục tiêu**

- Thử nghiệm nhằm thẩm định tính bổ ích, tính phù hợp của các chủ đề giáo dục KNS đã thiết kế.

- Khảo sát sự thay đổi của người tham gia (về các phương diện kiến thức,

thái độ và kỹ năng) sau khi được tiếp cận với nội dung các chủ đề giáo dục KNS.

- Thăm dò khả năng lan tỏa của những KNS này trong đời sống nhà trường;
- Thăm dò những điều kiện đảm bảo cho tổ chức các chủ đề GDKNS có hiệu quả;
- Xác định biện pháp củng cố kết quả thử nghiệm để sự thay đổi về cách ứng xử ( thể hiện ở 3 phương diện: kiến thức, thái độ và kỹ năng) của HS theo hướng tích cực và mang tính xây dựng trở nên bền vững.

**3.2. Nội dung thử nghiệm** là 5 chủ đề “Kỹ năng xác định giá trị”; “Kỹ năng giao tiếp”; “Kỹ năng lựa chọn nghề”; “Kỹ năng đương đầu với cảm xúc, căng thẳng”; “Kỹ năng giải quyết mâu thuẫn một cách tích cực”.

### 3.3. Quá trình thử nghiệm

➤ Đề tài tiến hành thử nghiệm ở trường THPT Yên Mô A, tỉnh Ninh Bình.

- Đối tượng tham gia thử nghiệm là cán bộ lớp của 2 khối 10, 11, Số lượng tham gia thử nghiệm mỗi chủ đề từ 24 đến 30 HS vì lí do sau:

- Điểm phân biệt giữa chương trình giáo dục KNS với các chương trình khác là: Các chương trình GD khác thường cung cấp thông tin trong thời gian ngắn cho một số lớn người tham dự, thì chương trình KNS cần được tiến hành trong các nhóm nhỏ với thời gian dài để động viên người tham gia chấp nhận những hành vi mới, tiếp tục củng cố những kỹ năng mới.

- Cán bộ lớp sẽ tạo ra tác động lan tỏa sau thử nghiệm. Nếu các em tiếp tục tổ chức các chủ đề giáo dục KNS ở lớp mình (sử dụng phương pháp trẻ với trẻ) thì sẽ có hiệu quả hơn GV tổ chức, vì các em dễ chia sẻ với bạn đồng tuổi hơn.

➤ Thử nghiệm được tiến hành trong đầu học kì II năm học 2007-2008:

- Mỗi chủ đề được triển khai thử nghiệm trong 2 tiết vào các ngày nghỉ cuối tuần do nhóm nghiên cứu trực tiếp tổ chức các chủ đề giáo dục KNS cho HS.

- Để thấy được sự thay đổi của HS tham gia sau thử nghiệm ở mỗi chủ đề đều có đo đầu và đo cuối.

## 4. Đánh giá thử nghiệm

- Do hạn chế về điều kiện thời gian thử nghiệm cho nên đề tài đánh giá sự thay đổi ứng xử của HS ở 3 phương diện: kiến thức, thái độ, còn hành vi chỉ có

thể thăm dò ở thì tương lai.

### 5. Kết quả và phân tích

<i>Chủ đề thử nghiệm</i>	<i>Tính hữu ích</i>			<i>Tính phù hợp</i>		
	Có	Không	Không T. lời	Có	Không	Không T.lời
Kĩ năng xác định giá trị	28/28	0	0	0	26/29	3
Kĩ năng giao tiếp	20/26	0	6	0	23/26	3
Đương đầu với căng thẳng	22/24	0	2	0	24/28	4
Kĩ năng giải quyết mâu thuẫn	21/29	0	8	1	21/24	1
Kĩ năng lựa chọn nghề	24/24	0	0	0	22/24	2

Như vậy hầu hết HS cho rằng các chủ đề giáo dục KNS đã thiết kế là bổ ích, và đa số HS tham gia khẳng định nội dung của các chủ đề không cần điều chỉnh. Sự thay đổi sự thay đổi của người tham gia:

#### 5.1. Kỹ năng lựa chọn nghề

*Những thay đổi chung:* Ý tưởng về nghề sẽ chọn được hình thành rõ ràng hơn (22/24); Biết được những tố chất mà nghề bản thân chọn cần có (22/24); Biết được những cơ sở mà khi chọn nghề cần tính đến (10/24).

- Đa số HS đã nhận thức được rõ ràng hơn về nghề tương lai mà mình định lựa chọn trên cơ sở biết được những tố chất cần có đối với nghề mình định lựa chọn.

- Số HS biết những căn cứ phải tính đến khi chọn nghề sau thực nghiệm chưa nhiều.

➤ *Thay đổi nhận thức về các tố chất cần có đối với nghề định chọn:* Nêu thêm được 2 tố chất mới (6/24); Nêu thêm được 3 tố chất mới: 5/24; Nêu thêm được 4 tố chất mới (5/24); Nêu thêm được 5 tố chất mới (7/224).

- Tất cả đều hiểu thêm những tố chất mới mà nghề mình định chọn và không còn HS không rõ về tố chất cần có ở nghề mình định chọn.

➤ *Những cơ sở để chọn nghề cho tương lai*

Thay đổi nhận thức về những điều cần tính đến khi chọn nghề: Ước mơ/sở

thích (giảm 7), Có khả năng/năng lực thực hiện nghề (tăng 8); Phù hợp với điều kiện/ hoàn cảnh bản thân (giảm 4); Phù hợp nhu cầu XH/Cống hiến cho xã hội (tăng 9), Không còn ý kiến về những cản cứ không mang tính quyết định như: ý kiến của cha mẹ; nghề được ưa thích và phổ biến; Còn nghề có thu nhập cao (không đổi).

Như vậy, trước thử nghiệm đa số HS dự định chọn nghề dựa vào sở thích, có số lượng đáng kể các em còn dựa vào các yếu tố không mang tính quyết định đối với sự thành công trong nghề nghiệp tương lai của mình. Còn sau thử nghiệm số lượng HS chọn nghề theo sở thích giảm đáng kể, trong khi đó số HS chọn nghề dựa vào khả năng và phù hợp với nhu cầu của xã hội tăng đáng kể. Đồng thời số HS dựa vào những cơ sở không mấy quan trọng hầu như không còn.

## 5.2. Kỹ năng xác định giá trị

### ➤ Những thay đổi chung sau thử nghiệm

*Thay đổi về nhận thức, thái độ và kỹ năng xác định giá trị:* 28/30; Thay đổi về thái độ đối với vấn đề giá trị đối với con người trong cuộc sống: 30/30; Nắm được các bước/cách hình thành kỹ năng: 28/30; Xác định cho mình những giá trị sống tích cực: 28/30.

### ➤ Về quan niệm giá trị đối với mỗi con người

Thay đổi quan niệm về giá trị của mỗi con người: Là điều có lợi (giảm 1); Là điều quan trọng (tăng 7); Là điều có ý nghĩa (tăng 6); Là điều mà bản thân họ tin tưởng (tăng 5); Là phẩm chất mà họ có (tăng 1); Là tài sản mà họ có (giảm 6); Là vị trí xã hội/địa vị mà họ có (giảm 2); Là trình độ học vấn mà họ có (tăng 3); Là các mối quan hệ xã hội rộng mà họ có (tăng 1); Là uy quyền/ uy lực mà họ có (giảm 2).

Như vậy, sau thử nghiệm số HS có những quan niệm giá trị đối với mỗi con người là “Điều quan trọng”, là “Điều có ý nghĩa”, là “Điều được tin tưởng”, là “Phẩm chất mà họ có” tăng lên rõ rệt sau thử nghiệm. Đồng thời số HS có quan niệm giá trị là những điều mang tính hình thức, chưa thực sự đích thực như “Tài sản mà họ có” là “vị trí xã hội mà họ có”, là “uy quyền mà họ có”, là “điều có lợi cho họ” đều giảm.

### ➤ Những điều gì chi phối hành động/hành vi

*Thay đổi về định hướng hành vi của người tham gia:* Làm/hành động theo định hướng có lợi cho mình (giảm 5); Làm/ hành động theo định hướng có ý nghĩa đối với mình (tăng 10); Làm/ hành động theo niềm tin của mình (tăng 6); Hành động theo định hướng giữ danh dự/uy tín cho mình (tăng 6); Hành động theo định hướng làm cho mình oai hơn (giảm 4); Làm/hành động theo ý muốn của người khác: không thay đổi.

- Như vậy, số lượng HS hành động theo định hướng «có nghĩa», «niềm tin», «giữ uy tín, danh dự»...tăng, còn số HS hành động vì «có lợi» đối với bản thân, làm cho «oai hơn» giảm. Nhưng bên cạnh đó, số HS hành động theo ý muốn của người khác không thay đổi sau thực nghiệm.

### 5.3 Kỹ năng giao tiếp

*Trước thử nghiệm* chỉ có một nửa số HS là dễ hòa hợp với người khác; Bình tĩnh, lịch sự khi giao tiếp; Chân thành trong giao tiếp; Hướng về phía người giao tiếp, quan tâm đối với điều đang nói; Biết an ủi động viên, chia sẻ; Biết cách khích lệ người giao tiếp với mình. Trong khi đó “tự tin trong giao tiếp”. Sử dụng cả ngôn ngữ không dùng lời”. Đặt mình vào vị trí của người giao tiếp để thấu hiểu”; “Kiềm chế được bản thân khi người ta nổi cáu với mình”. Khi có bất đồng với người khác chủ động giải thích, hòa giải”, “Chấp thuận yêu cầu hợp lý của người khác”, “Đặt câu hỏi cho người giao tiếp với mình” có rất ít HS đôi khi thực hiện được.

*Sau thử nghiệm* tất cả những kỹ năng giao tiếp đều được hầu hết HS đánh giá là rất cần và cần, chỉ có 1 HS cho rằng không cần “Kiềm chế được bản thân khi người ta nổi cáu với mình” và “Chấp thuận yêu cầu hợp lý của người khác”; và 2 HS cho rằng không cần “phân tích cái lợi và bất lợi để thuyết phục người giao tiếp”.

### 5.4 Kỹ năng giải quyết mâu thuẫn một cách tích cực

*Trước thử nghiệm*

- Tỷ lệ HS thường xuyên có những biểu hiện cách ứng xử tích cực khi giải quyết mâu thuẫn luôn cao hơn nhiều tỷ lệ HS hầu như chưa có những biểu hiện này. Nhìn chung HS đã giải quyết mâu thuẫn mang tính xây dựng. Các em tham gia tập huấn đều là cán bộ lớp nên thực tế này có thể hiểu được.

- Trong số các biểu hiện thể hiện cách giải quyết mâu thuẫn một cách tích cực thì việc “*Chủ động hỏi người có mâu thuẫn với mình có thời gian ngồi nói chuyện về mâu thuẫn không*” và “*Nói với người có mâu thuẫn xúc cảm của mình*” là những việc HS ít thực hiện hơn cả.

- Mặc dù là cán bộ lớp nhưng chưa đến ¼ HS luôn “*Biết dàn hòa mọi người khi có sự tranh cãi, xích mích*”.

*Sau thử nghiệm:* Tất cả những kĩ năng giải quyết mâu thuẫn một cách tích cực đều được hầu hết HS đánh giá là rất cần và cần, chỉ có 4 HS không biết “*Biết dàn hòa mọi người khi có sự tranh cãi, xích mích*” và 2 HS không biết “*Chủ động hỏi người có mâu thuẫn với mình có thời gian để ngồi nói chuyện về mâu thuẫn đó không*” có cần không. Kết quả này cho thấy một vài HS mặc dù là cán bộ lớp nhưng cũng không dễ gì thay đổi nhận thức và thái độ đối với những vấn đề cần sự chủ động giải quyết của người cán bộ lớp.

### **5.5. Kĩ năng đương đầu với cảm xúc, căng thẳng**

- Trước thử nghiệm còn số lượng đáng kể HS lựa chọn những cách ứng xử tiêu cực trong tình huống căng thẳng (stress) như: Tự hành hạ mình (4/24), Bỏ đi khỏi nhà; và Hút thuốc lá (3/24); Uống rượu; và Đập phá đồ đạc (1). Nhưng sau thử nghiệm chỉ còn 2 HS vẫn lựa chọn hút thuốc lá khi căng thẳng. Đặc biệt số lượng các em lựa chọn những cách ứng phó tích cực như: Tìm kiếm sự giúp đỡ của người thân (tăng từ 15 lên 20); Nhờ thầy cô giúp đỡ (tăng từ 4 lên 12), Tâm sự với bạn thân (tăng từ 16 lên 22), Tìm kiếm sự giúp đỡ qua dịch vụ tham vấn, tư vấn (tăng từ 1 lên 9); Còn khóc (giảm từ 9 xuống 4).

- Một số thay đổi nhận thức của HS về các khía cạnh của trí tuệ xúc cảm sau thực nghiệm: Cần nhận thức được cảm xúc của bản thân (tăng 13); Có cần làm chủ cảm xúc của mình không (tăng 2); Cần biết ứng phó tích cực với căng thẳng (tăng 13); Khi căng thẳng cần tìm kiếm sự giúp đỡ (tăng 13); Cần phòng ngừa các tình huống căng thẳng (tăng 5).

### **5.6. Tác động lan tỏa của thực nghiệm**

100% HS cam kết sẽ tổ chức các chủ đề này ở lớp để các bạn trong lớp có cơ hội tiếp cận những KNS này. Hiệu trưởng nhà trường chỉ đạo Đoàn thanh niên lập kế hoạch triển khai mở rộng trong nhà trường

### **5.7. Những điều kiện đảm bảo cho việc tổ chức các chủ đề giáo dục KNS có hiệu quả**

Các lớp học hiện nay ở trường THPT có sĩ số quá lớn so với nhóm để tập huấn KNS. Vì vậy cần tách lớp thành 2 nhóm thì tổ chức mới có hiệu quả.

- Kỹ năng sống giúp phát triển kỹ năng tư duy phê phán nên cần tạo cơ hội người tham gia có nhiều cơ hội lựa chọn khi giải quyết những tình huống khó khăn.

- Cần khai thác triệt để những trải nghiệm trong cuộc sống của các em, đồng thời khuyến khích các em thay đổi giá trị, thái độ và cách ứng xử nào mang tính tiêu cực để chấp nhận những giá trị, thái độ, cách ứng xử mới mang tính xây dựng và tích cực.

- Các chương trình giáo dục KNS cần dựa vào phương pháp “trẻ với trẻ” tạo cơ sở thuận lợi cho sự thay đổi hành vi vì các em dễ chia sẻ và chấp nhận hành vi mẫu của bạn hơn.

### **5.8. Biện pháp củng cố kết quả thử nghiệm để sự thay đổi về cách ứng xử của HS theo hướng tích cực và mang tính xây dựng trở nên bền vững**

- Tổ chức hoạt động giáo dục KNS cho HS cần chú trọng vào năng lực thực hiện/ giải quyết vấn đề thông qua vận dụng kỹ năng và kiến thức mới vào các tình huống thực của cuộc sống. Do đó nhà trường, GV cần khuyến khích và có cơ chế giám sát việc vận dụng và thay đổi hành vi của HS.

- Không chỉ trong nhà trường, mà cần chú trọng cộng tác với cộng đồng một cách toàn diện để tạo ra môi trường khuyến khích sự vận dụng những cách ứng xử tích cực, làm thay đổi các thói quen hành vi/ứng xử tiêu cực để tạo ra môi trường cùng khuyến khích sự thay đổi đó đối với mọi cá nhân.

## **6. Kết luận**

Mặc dù thử nghiệm chỉ triển khai được 1 vòng và trên nhóm đối tượng nhỏ nhưng cũng có thể cho thấy tính hữu ích, tính phù hợp và sự thay đổi về nhận thức, thái độ, định hướng hành vi của HS. Đồng thời quá trình triển khai thử nghiệm cũng cho phép rút ra một vài kinh nghiệm về điều kiện tổ chức hoạt động giáo dục KNS và biện pháp củng cố những thay đổi nhận thức, thái độ, hành vi của HS theo hướng tích cực.



## TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1]. Bộ Giáo dục và đào tạo (2006), *Hỏi đáp về phân ban Trung học phổ thông*. NXB Giáo dục, Hà Nội.
- [2]. Bộ Giáo dục và đào tạo (2006), *Xây dựng và thử nghiệm một số chủ đề giáo dục những kỹ năng sống cơ bản cho học sinh THPT*. Đề tài mã số: B2007-17-57.

### Tóm tắt

#### **Thử nghiệm một số chủ đề giáo dục kỹ năng sống cho học sinh THPT**

Giáo dục KNS trở thành vấn đề được quan tâm trên cả phạm vi quốc tế và ở nước ta. Dựa và đặc điểm tâm lý lứa tuổi HSTHPT và nhu cầu HS đã thiết kế và thử nghiệm 5 chủ đề xác định giá trị, giao tiếp, đương đầu với căng thẳng, giải quyết mâu thuẫn một cách tích cực và lựa chọn nghề. Các chủ đề này được thử nghiệm với gần ba chục HS là đội ngũ cán bộ lớp khối 10 và 11 của trường THPT Yên Mô A tỉnh Ninh Bình. Kết quả thử nghiệm đã cho khẳng định bổ ích, tính phù hợp của các chủ đề đã thiết kế. Đồng thời kết quả thử nghiệm cũng cho thấy có sự thay đổi rõ về kiến thức, thái độ và định hướng hành vi của những HS tham gia .

### Abstract

#### **Experimenting some life skill training topics for high school students**

Life skill education has got attention internationally and locally. Basing on students' needs and psychological characteristics, the author designs 5 topics on life skills education: "Communication skills", "Skills to identify values", "Skills to cope with emotions and stress", "Skills to solve conflicts in an active way" and "Skills to choose careers". Conducted experiments with the 5 topics involve nearly 30 students who are class leaders of grades 10 and 11 in Yen Mo Upper Secondary School (Ninh Binh Province). The results have showed the benefits and relevance of the topics designed and obvious changes in the knowledge, attitude and behaviour of the students involved in experiments.