

GIÁO DỤC KỸ NĂNG SỐNG CHO SINH VIÊN HIỆN NAY

○ TS. TRẦN THỊ MINH HẰNG*

Ngày nay, xã hội hiện đại đang có những thay đổi về các mặt kinh tế, văn hóa và lối sống với tốc độ nhanh chóng. Sinh viên (SV) là lứa tuổi đang hình thành nhân cách nghề nghiệp, chuẩn bị hành trang để bước vào một xã hội với vô vàn khó khăn và phức tạp. Vì vậy, để thành công trong nghề nghiệp và cuộc sống, SV phải được trang bị các kỹ năng sống (KNS), để thích ứng với cuộc sống, vượt qua «*chướng ngại vật*» trong cuộc đời để sống tốt.

1. KNS và các KNS của SV

1) *Khái niệm KNS.* Hiện nay, có nhiều định nghĩa khác nhau về KNS: - Theo UNESCO: KNS là năng lực cá nhân giúp cho việc thực hiện đầy đủ chức năng và tham gia vào cuộc sống hàng ngày; - Theo UNICEF: KNS là những hành vi cụ thể, thể hiện khả năng chuyển đổi kiến thức và thái độ thành hành vi thích ứng trong cuộc sống; - Tổ chức WHO coi KNS là năng lực tâm lý - xã hội thể hiện khả năng ứng phó một cách có hiệu quả với những yêu cầu và thách thức của xã hội; - Một số nhà tâm lý - xã hội học cũng có quan điểm tương đồng với WHO, cho rằng: KNS là những kỹ năng (KN) tâm lý xã hội liên quan đến những tri thức, giá trị và thái độ, được thể hiện bằng những hành vi giúp cá nhân giải quyết có hiệu quả các yêu cầu, thách thức đặt ra của cuộc sống và thích nghi với cuộc sống. Và quan niệm của Nguyễn Quang Uẩn cũng đã phần nào khái quát rõ nét hơn về KNS: «*KNS là một tổ hợp phức tạp của một hệ thống các KN nói lên năng lực sống của con người, giúp con người thực hiện các công việc và tham gia vào cuộc sống hàng ngày đạt kết quả, trong những điều kiện xác định của cuộc sống*» (Tạp chí Tâm lý học, 6/2008).

Như vậy, KNS của con người vừa mang tính xã hội vừa mang tính cá nhân. KNS mang tính xã hội vì phải thích ứng với những việc xảy ra trong xã hội hiện đại và được xã hội chấp nhận. KNS thay đổi tùy theo từng thời điểm lịch sử,

từng vùng miền; trong cùng một xã hội, cùng thời điểm lịch sử, cùng một môi trường nghề nghiệp nhưng ở mỗi cá nhân khác nhau thì mức độ thích ứng khác nhau, có người phát triển, có người không phát triển...

2) *Các KNS cần giáo dục cho SV.* Có nhiều cách chia các KNS cơ bản cần trang bị cho SV, chẳng hạn: - *KN tự đánh giá*, giúp SV đánh giá đúng về bản thân, phân tích được những điểm mạnh, điểm yếu, biết mình là ai và đang làm gì... để lựa chọn cho mình những giá trị phù hợp nhằm hoàn thiện bản thân; - *KN xác lập mục đích sống* giúp SV xây dựng được những hình ảnh tốt đẹp về tương lai, từ đó, định hướng, vươn tới cho cuộc sống và nghề nghiệp của bản thân; - *KN xác định giá trị* giúp SV xác định được những giá trị của cuộc sống, những giá trị chung của xã hội và những giá trị riêng cho bản thân, khi đó định hướng, chi phối hành động và quan hệ của họ; - *KN giao tiếp* giúp SV xây dựng được các mối quan hệ để giải quyết những vấn đề trong học tập và trong cuộc sống, giải quyết các tình huống đặt ra một cách hiệu quả, giúp SV hòa nhập tốt trong các mối quan hệ xã hội, tạo điều kiện cho họ học tập lẫn nhau và tích lũy kinh nghiệm sống; - *KN ra quyết định và giải quyết vấn đề* là một trong những KN quan trọng giúp SV thành công trong cuộc sống và trong nghề nghiệp, ra quyết định đúng sẽ giúp SV có cơ hội và ngược lại, sẽ ảnh hưởng đến cuộc sống và đường đời của họ. Đây là KN tổng hợp, đòi hỏi SV phải có thể giới quan khoa học, có kinh nghiệm xã hội, biết phân tích bản thân trong các mối quan hệ với thế giới xung quanh để tạo cho mình thành công nhất; - *KN ứng phó với khó khăn* giúp SV định hướng và tìm ra phương án để biến những khó khăn thành không khó khăn và thành công; - *KN vượt qua áp lực* giúp SV vượt qua những khó khăn, căng thẳng trong cuộc sống.

* Học viện Quản lý giáo dục

Áp lực có thể được tạo ra từ bên ngoài cá nhân, cũng có thể từ chính bản thân cá nhân, mỗi SV cùng lúc có thể phải chịu nhiều áp lực, vì vậy, cần có KN vượt qua các áp lực trong cuộc sống để tạo sự cân bằng cho bản thân; - *KN quản lí thời gian* giúp SV hoạch định được thời gian của mình với những mục tiêu và nhiệm vụ cụ thể, biết làm chủ thời gian khoa học và hợp lí; - *KN tìm kiếm sự hỗ trợ*, giúp SV tìm được sự trợ giúp cho bản thân lúc khó khăn, bế tắc trong cuộc sống, trong học tập cả về vật chất và tinh thần.

2. Thực trạng KNS của SV hiện nay

Bước chân vào trường đại học, SV được sống và học tập trong môi trường mới, với nhiều bề ngỗ và lúng túng từ sinh hoạt cá nhân đến hoạt động học tập và các mối quan hệ khác. Trong học tập ở đại học, nhiều SV chưa có phương pháp học tập thích hợp, có SV rất chịu khó học tập nhưng kết quả chưa cao và luôn không thoả mãn với bản thân. Hoạt động học tập ở đại học khác với học tập ở phổ thông nên KN thích ứng ở SV còn hạn chế, nếu SV không có KN như: quản lí thời gian, tự học, tự đặt mục tiêu... thì khó thực hiện hoạt động học tập đạt kết quả tốt.

Mặt khác, môi trường sống của SV cũng khác ở phổ thông: hầu hết SV phải tự lập, sống xa gia đình, tự bố trí công việc, chi tiêu và giải quyết các công việc liên quan đến bản thân. Trong khi đó, xã hội phức tạp mà họ lại luôn phải đối mặt với nó, nếu SV không có KN tự nhận thức, tự đánh giá và tự điều chỉnh bản thân, thì việc đi vào những mặt tiêu cực trong xã hội là không thể tránh được. Đã có những SV trước đây là học sinh ngoan, học tập tốt ở trường phổ thông, khi bước vào giảng đường đại học trở thành con người tội lỗi, mắc những tệ nạn xã hội...

Ví dụ, về KN chào hỏi thầy cô của SV. Hiện nay, tiếng chào thầy cô của SV đang thưa dần đi, có những SV vừa học thầy trên giảng đường, nhưng khi gặp thầy ở ngoài đường sẵn sàng coi như không quen biết. Điều này làm tổn thương đến lòng tự trọng của người thầy và làm xã hội thấy phản cảm. Việc chào hỏi thầy cô không phải là vấn đề khắt khe đối với SV, nhưng đó là KN thể hiện tình thầy trò và cũng là truyền thống tôn sư trọng đạo của người Việt Nam ta.

Một số ít SV thể hiện thiếu KN quản lí thời gian, dẫn đến tình trạng lãng phí thời gian vào những hoạt động không thiết thực cho bản thân. KN này là quan trọng đối với tất cả mọi người và đặc biệt quan trọng đối với SV - những người đang học để làm chủ cuộc sống của bản thân và để sống có

ích hơn... Một số khác lại không có KN đặt mục tiêu cho cuộc sống, dẫn đến lãng phí cuộc đời. Với áp lực của việc học tập, áp lực của tài chính và nhiều những mối quan hệ phức tạp mà SV tỏ ra lúng túng, khó khăn không có biện pháp tháo gỡ. Nhiều SV tỏ ra bất mãn, không biết sống để làm gì, không biết được cuộc đời sẽ đi về đâu, dẫn đến tình trạng bi quan chán nản, bế tắc mà nảy sinh những hành vi tiêu cực không đáng có.

Trên đây là một số biểu hiện thiếu KNS trong SV. Những hiện tượng này không phải là nhiều, nhưng khi xảy ra lại có tác động không nhỏ đến SV. SV còn rất thiếu KNS, trong đó có cả KN nghề nghiệp để trở thành người chủ đất nước. Vì vậy, việc giáo dục KNS cho con người không phải chỉ được quan tâm ở bậc học phổ thông mà ở các trường đại học càng cần được quan tâm hơn.

3. Một số biện pháp giáo dục KNS cho SV

Giáo dục KNS cho SV trong xã hội hiện đại là hình thành ở họ hệ thống hành vi lành mạnh; thay đổi những hành vi, thay đổi những thói quen không phù hợp của họ; trên cơ sở trang bị cho SV những kiến thức, thái độ và KN thích hợp. Nghĩa là, giúp SV chuyển dịch kiến thức (cái mà SV biết) và thái độ, giá trị (cái mà SV có nhu cầu, tin tưởng và mong muốn có được) thành hành động thực tế (làm gì và làm bằng cách nào). Như vậy, mục đích của việc giáo dục KNS cho SV là làm thay đổi hành vi thói quen của SV từ thụ động, tiêu cực chuyển thành những hành vi tích cực, sáng tạo, mang tính xây dựng và có hiệu quả để góp phần nâng cao chất lượng sống cho SV. Dưới đây là một số biện pháp giáo dục KNS cho SV:

- Tăng cường tổ chức các buổi đối thoại, trao đổi với SV về KNS với việc hình thành và phát triển nhân cách. Qua đó, nâng cao nhận thức cho SV về KNS, đồng thời giúp tự đánh giá bản thân.

- Giảng viên cần tích cực đổi mới phương pháp dạy học, gắn việc dạy tri thức khoa học với việc uốn nắn hành vi thể hiện KNS cho SV. Đặc biệt, gắn với những trạng thái xúc cảm tích cực, tránh trạng thái vô cảm trong hành vi của SV. Cùng thực hiện tốt *phong trào «Xây dựng trường học thân thiện, SV tích cực»*, xây dựng văn hoá học đường từ mỗi SV để mỗi trường đại học thực sự là một môi trường văn hoá lành mạnh.

- Thường xuyên tổ chức các buổi rèn luyện KNS cho SV thông qua các câu lạc bộ «KNS», mời các chuyên gia về hướng dẫn hình thành KNS cho SV. Thực hiện nghiêm túc việc đánh giá xếp loại rèn luyện của SV, khuyến khích và tuyên

(Xem tiếp trang 26)

qua đó phát triển các KN phân tích, tổng hợp, đánh giá, nhận xét... ở các em.

5. Kỹ năng ra quyết định

Các trò chơi *Thả đĩa ba ba*, *Bịt mắt bắt dê*, *Chi chi chành chành...* đều diễn ra rất sôi nổi, song bao giờ cũng có điểm cao trào và điểm thất nút. Nếu người làm quản trò không nắm bắt được thời cơ, không ra được một quyết định đúng đắn và chính xác thì phải làm «đĩa», phải «bịt mắt»... trong suốt cuộc chơi. Chính vì thế, trò chơi rèn cho HS khả năng nắm bắt thời cơ, phán đoán tình huống một cách chính xác, có KN ra quyết định một cách đúng lúc để giành chiến thắng trong cuộc chơi.

Cuộc sống của trẻ không thể thiếu những trò chơi; vui chơi cùng với nhu cầu dinh dưỡng, bảo vệ sức khỏe là hết sức cần thiết cho sự phát triển toàn diện của trẻ; thiếu vui chơi, trẻ không thể phát triển tốt được.... TCDG không đơn thuần là một trò chơi của trẻ con mà còn chứa đựng cả một nền văn hóa dân tộc Việt Nam độc đáo và giàu bản sắc. TCDG không chỉ nâng cánh cho

tâm hồn trẻ, giúp trẻ phát triển khả năng tư duy, sáng tạo, rèn luyện GDKNS mà còn giúp các em hiểu về tình bạn, tình yêu gia đình, tình yêu quê hương, đất nước.

Đồng dao và những TCDG là một phần của bản sắc văn hóa dân tộc, vì thế cần được gìn giữ, bảo tồn và phát huy, không chỉ trong giảng dạy ở nhà trường mà nên tổ chức cho các em được tiếp cận, vui chơi các TCDG trong các ngày lễ hội, qua đó rèn luyện, GDKNS cho thiếu niên, nhi đồng, góp phần hình thành và phát triển nhân cách ở buổi ban đầu cho các em. □

Tài liệu tham khảo

1. Phan Đăng Nhật. "Lời đồng dao trong trò chơi cổ truyền của trẻ em". Tạp chí *Giáo dục mầm non*, số 3/1992; tr 13 -15.
2. Vũ Ngọc Khánh. "Mấy điều ghi nhận về đồng dao Việt Nam". Tạp chí *Văn học*, số 4/1974; tr 1-9.
3. Nguyễn Thị Hương - Lê Công Phượng. *Giáo dục sống khỏe mạnh và kỹ năng sống trong dạy học Tự nhiên - Xã hội ở tiểu học*. Dự án phát triển giáo viên tiểu học. H 2007.

Giáo dục kỹ năng sống...

(Tiếp theo trang 19)

dương những SV có KNS tốt, ngược lại, phê bình nghiêm khắc SV có KNS không phù hợp với tiêu chuẩn, chuẩn mực hành vi đạo đức của xã hội và của nhà trường.

- Tăng cường những hoạt động giao lưu, gắn SV với các tổ chức xã hội và các cơ quan ngoài nhà trường để SV có điều kiện tự thể nghiệm bản thân và tự rút ra kinh nghiệm nếu muốn thành công trong cuộc sống. Tăng cường các hoạt động đoàn thể (Đoàn TNCS Hồ Chí Minh, hội SV). Tạo môi trường để SV được thể nghiệm bản thân và sinh hoạt cùng nhau góp phần tăng thêm sự gắn kết giữa SV với xã hội.

KNS và việc giáo dục KNS cho SV đã và đang được xã hội quan tâm. SV là những chủ nhân tương lai của đất nước - là nguồn nhân lực có chất lượng cao, muốn vậy, SV phải biết lao động có hiệu quả và phải biết sống và sống tốt (phải có KNS). Việc hình thành KNS cho SV phải được chú trọng song song với việc hình thành kỹ năng nghề trong tương lai. Trách nhiệm này phần lớn thuộc về đội ngũ cán bộ quản lý, giảng viên và các tổ chức đoàn thể trong các trường hiện nay. □

Tài liệu tham khảo

1. Bộ GD-ĐT. *Chỉ thị của Bộ trưởng về nhiệm vụ năm học 2006-2007; 2007-2008; 2008-2009; 2009-2010*.
2. Nguyễn Thanh Bình. *Giáo trình chuyên đề Giáo dục kỹ năng sống*. NXB Đại học sư phạm Hà Nội, 2009.

Điều kiện tâm lý...

(Tiếp theo trang 21)

cũng cần hết sức chú trọng để bảo đảm cho ĐCNN của SV hình thành có kết quả hơn.

Tóm lại, ĐCNN của SV là sự cụ thể hóa nhu cầu của họ thông qua việc xác định đối tượng và phương thức thỏa mãn nó trong quá trình lĩnh hội và thực hành nghề nghiệp. Để hình thành ĐCNN cho SV, đòi hỏi phải có đủ các điều kiện cần thiết, nhất là các điều kiện tâm lý - sự phạm cơ bản nêu trên. Đó cũng chính là cơ sở để có thể đề xuất các giải pháp nhằm hình thành có kết quả ĐCNN cho SV trong giai đoạn hiện nay. □

Tài liệu tham khảo

1. Phạm Tất Dong. *Nghề nghiệp tương lai*. NXB Phụ nữ, H. 1978.
2. Đảng Cộng sản Việt Nam. *Văn kiện Đại hội đại biểu toàn quốc lần thứ XI*. NXB Chính trị quốc gia, H. 2005.
3. A.N.Leonchiev. *Hoạt động, ý thức, nhân cách*. NXB Giáo dục, H. 1989.