

# GIÁO DỤC KỸ NĂNG SỐNG CHO HỌC SINH, SINH VIÊN TRƯỜNG CAO ĐẲNG ĐIỆN BIÊN – BIỆN PHÁP MỀM ĐỂ QUẢN LÝ NGƯỜI HỌC

Nguyễn Thế Thành  
Trường Cao đẳng Điện Biên

**Tóm tắt:** Giáo dục kỹ năng sống là một quá trình với những hoạt động giáo dục cụ thể nhằm tổ chức, điều khiển để học sinh, sinh viên biết cách chuyển dịch kiến thức và thái độ thành hành động thực tế một cách tích cực, mang tính xây dựng. Giáo dục kỹ năng sống cho học sinh, sinh viên là giáo dục cho các em có cách sống tích cực trong xã hội hiện đại, hình thành cho các em các hành vi theo hướng tích cực phù hợp với mục tiêu phát triển toàn diện nhân cách người học.

**Từ khóa:** Giáo dục, kỹ năng sống, học sinh, sinh viên, trường Cao đẳng Điện Biên.

## LIFE SKILLS EDUCATION FOR STUDENTS OF DIEN BIEN COLLEGE - SOFT MEASURES TO MANAGE LEARNERS

Nguyen The Thanh  
Dien Bien College

**Abstract:** Life skills education is a process with specific educational activities aimed at organizing and directing students and students how to translate knowledge and attitudes into realistic, active, construct. Education of living skills for pupils and students is to educate them to have an active lifestyle in modern society, to form for them, to act in a positive way in accordance with the goal of comprehensive development. personality learners.

**Keywords:** Education, life skills, students, Dien Bien College.

Nhận bài: 22/08/2025

Phản biện: 22/09/2025

Duyệt đăng: 27/09/2025

### I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Năm học 2008-2009 với chủ trương xây dựng “Trường học thân thiện - học sinh tích cực”, nội dung giáo dục kỹ năng sống (KNS) trong trường học lần đầu tiên được Bộ Giáo dục và Đào tạo đưa ra. Tuy nhiên, ở một số trường cao đẳng, đại học việc giáo dục kỹ năng sống cho học sinh, sinh viên (HSSV) chưa được quan tâm, chưa có các phương pháp giáo dục hữu hiệu. HSSV thiếu hiểu biết về thực tế cuộc sống, chưa được dạy kỹ năng sống, trước nhiều vấn đề tâm lý xã hội phức tạp, các em bị lôi cuốn vào lối sống thực dụng, không đủ bản lĩnh nói “không” với cái xấu.

Đối với trường Cao đẳng Điện Biên là một trường nằm trên địa bàn vùng núi, là tỉnh nghèo, trình độ dân trí thấp so với các tỉnh miền núi khác, một số HSSV của Trường trong những năm qua do thiếu hiểu biết về những kỹ năng sống cơ bản nên có nhiều HSSV đã mắc phải những sai phạm đáng tiếc như: mắc vào các tệ nạn xã hội, đánh nhau, đặc biệt còn có sinh viên đã tìm đến cái chết khi không biết cách giải quyết vấn đề vướng mắc trong cuộc sống của mình. Với các lý do trên và qua khảo sát thực trạng kỹ năng sống trong HSSV của Nhà trường, tác giả đề xuất một số biện pháp giáo dục kỹ năng sống cho HSSV trường Cao đẳng Điện Biên, nhằm hướng đến giáo dục toàn diện cho HSSV.

### II. NỘI DUNG NGHIÊN CỨU

#### 2.1. Thực trạng kỹ năng sống của HSSV trường Cao đẳng Điện Biên

Kết quả sau khi khảo sát 100 HSSV bằng cách chọn mẫu, thuộc các khoa: Kế toán doanh nghiệp, Công nghệ thông tin, Tin học văn phòng, Kỹ thuật xây dựng, Lâm sinh của trường về một số kỹ năng sống cơ bản, được đánh giá như sau:

*Một là, kỹ năng xác định mục tiêu phù hợp:* Trong thời gian đi học, nhìn chung HSSV đều tập trung cho việc học tập, rèn luyện kỹ năng nghề và tăng cường học ngoại ngữ, một số em đi làm thêm để vừa tích lũy kinh nghiệm vừa tăng thu nhập để cải thiện đời sống. Điều này hoàn toàn phù hợp với điều kiện kinh tế gia đình vùng nông thôn, vùng núi, vùng sâu, vùng xa và nhu cầu của HSSV đang sống ở địa bàn thành phố. Việc xác định mục tiêu của HSSV dựa trên cơ sở vững chắc và có tính thuyết phục cao đó là khả năng của bản thân là chính và sử dụng hài hòa hai yếu tố xã hội và gia đình. Qua khảo sát cho thấy vai trò của giáo viên trong việc xác định mục tiêu trước mắt và mục tiêu lâu dài cho HSSV còn khiêm tốn.

*Hai là, kỹ năng tự nhận thức, tự khẳng định mình:* Nhìn chung HSSV Trường Cao đẳng Điện Biên biết rất rõ điều mình mong muốn và điều mình không mong muốn (chiếm tỉ lệ 62% và 82%), nhưng có 74% đối tượng được điều tra

không biết và biết không rõ về điểm mạnh của bản thân. Điều đáng lo lắng có 48% HSSV không biết hoặc biết không rõ những yêu cầu của xã hội đối với bản thân mình. Tuy nhiên, 100% HSSV biết được những khiếm khuyết của bản thân để cố gắng tự hoàn thiện mình. Trong đó có 54% HSSV biết rất rõ về những điểm yếu cần khắc phục của bản thân. Kết quả qua khảo sát cho thấy 76/100 HSSV nhận mình “rụt rè, nhút nhát” là điểm yếu cần loại bỏ nơi bản thân. Có tới 30% HSSV được hỏi thờ ơ trước những biến động xã hội. 60% HSSV khi gặp khó khăn thì kêu ca, phàn nàn, sống thích hưởng thụ, ham rong chơi. Điều này phản ánh những truyền thống của cha ông không được thế hệ trẻ phát huy.

*Ba là, kỹ năng kiên định, làm chủ bản thân:* Tỷ lệ HSSV chọn kỹ năng kiên quyết từ chối nhiều hơn tỉ lệ sinh viên chọn phương án thương lượng để từ chối. Thông thường nam sinh viên cứng rắn hơn còn nữ sinh viên thì dễ mềm lòng hơn.

*Bốn là, kỹ năng giao tiếp:* Giao tiếp là một nhu cầu rất quan trọng trong đời sống của HSSV. Nhìn chung kỹ năng giao tiếp của HSSV trường Cao đẳng Điện Biên còn rất nhiều hạn chế thể hiện ở chỗ: Cur xử tôn trọng và ngang hàng, dùng cả lời nói và điệu bộ. Khi giao tiếp để hiệu quả thì nhìn thẳng vào mắt người đối diện một cách tự tin song không nhìn chăm chăm. Bên cạnh đó khi tiếp xúc với người khác, HSSV còn một số hạn chế như: Ngắt lời người khác khi họ đang nói, nói nhiều hơn nghe, sử dụng một số cử chỉ chưa hợp lý như chỉ tay về phía đối tượng, vừa nói vừa cười... đặc biệt còn nói trống không.

*Năm là, kỹ năng ra quyết định và xử lý vấn đề:* Kết quả khảo sát cho thấy 36% HSSV đã lựa chọn cách quyết định đúng đắn, còn nhiều HSSV đưa ra quyết định khi mình chưa suy nghĩ thấu đáo. Chỉ có 22% sinh viên biết tranh thủ hỏi ý kiến người khác trước khi đưa ra quyết định chính thức. Chính vì vậy, trong những năm qua đã có một số HSSV suy nghĩ tiêu cực khi gặp những vướng mắc trong cuộc sống.

*Sáu là, kỹ năng giải quyết mâu thuẫn:* Có nhiều cách giải quyết mâu thuẫn với bạn bè, 56% HSSV lựa chọn cách vài ngày sau rồi mới giải quyết mâu thuẫn với bạn bè, 40% sinh viên lựa chọn giải pháp không tích cực như làm lì không nói. Tuy nhiên, vẫn còn tỉ lệ 5% học sinh, sinh viên lựa chọn hình thức cãi nhau, đánh nhau, không nhìn

mặt nhau, điều đó nói lên vốn kiến thức về giải quyết mâu thuẫn của một số em còn thiếu cần phải trau dồi và học hỏi.

Cách giải tỏa Stress của HSSV qua xung đột, 40% học sinh, sinh viên giải tỏa trạng thái căng thẳng bằng sự chia sẻ với bạn bè. Đa phần các em chọn phương án nghe nhạc, xem tivi với tỉ lệ 70% trở lên. Một số ít HSSV sử dụng biện pháp mang tính chất tình thế, 32% HSSV sử dụng “công cụ khóc”. Có sự khác biệt về cách lựa chọn giải trừ căng thẳng giữa HSSV các khoa là do đặc thù của các khoa, do sự khác biệt về giới tính. Khi căng thẳng nội tâm, HSSV thường tìm cách chia sẻ với bạn bè, nghe nhạc xem tivi hoặc thông qua những hoạt động mang tính giải trí như: Thể thao, đi quán uống cà phê, ăn chè... Tuy nhiên, còn 2% HSSV chọn phương án giải tỏa căng thẳng là ngồi trong phòng một mình không tiếp xúc với ai và 5% HSSV chọn phương án gây sự với người khác, cãi nhau, đánh nhau. Điều này thể hiện qua việc có HSSV đã nghĩ quẩn và kết thúc cuộc đời của mình hoặc gây sự với người khác làm mất đi tình cảm bạn bè, thậm chí đánh nhau ảnh hưởng xấu đến bản thân, gia đình và xã hội.

*Bảy là, kỹ năng tìm kiếm sự giúp đỡ:* Có 38% HSSV khi gặp khó khăn về vật chất không tìm đến sự giúp đỡ của người khác mà tự mình lo liệu. Có 52% số sinh viên khi gặp khó khăn trong quan hệ với giáo viên không tìm đến sự giúp đỡ của người khác. Quan hệ thầy trò vừa là quan hệ xã hội thuần túy vừa mang tính chất nghiệp vụ cao. Do đó, tìm được người tư vấn không phải là dễ. Mặt khác, giữa thầy và trò là một khoảng cách rất xa, vốn ngôn từ giao tiếp của các em còn hạn chế, nên HSSV rất khó chủ động trong việc tiếp xúc với thầy cô giáo để giải quyết những khó khăn trong quan hệ.

## **2.2. Một số biện pháp giáo dục kỹ năng sống cho học sinh, sinh viên trường Cao đẳng Điện Biên**

### *2.2.1. Nâng cao nhận thức về kỹ năng sống và sự cần thiết phải giáo dục kỹ năng sống cho HSSV*

Thông qua ngày hội sách giới thiệu quảng bá cho các em biết các cuốn sách về Kỹ năng sống (KNS). Hiện nay, có rất nhiều sách nói về kỹ năng sống cũng như việc rèn luyện kỹ năng sống. Trong những cuốn sách đó tầm quan trọng của những kỹ năng sống luôn được đưa ra cùng cách áp dụng vào thực tế cuộc sống.

Thông qua những buổi hội thảo có nội dung định hướng nghề nghiệp và cơ hội tuyển dụng có sự tham gia của các doanh nghiệp hoặc cơ quan tuyển dụng, các bạn HSSV được giao lưu trực tiếp với các doanh nghiệp, nhà tuyển dụng sẽ là cơ hội để các em nhận ra tầm quan trọng của kỹ năng sống trong môi trường làm việc sau này.

#### *2.2.2. Định hướng xây dựng chủ đề giáo dục kỹ năng sống cho HSSV thông qua giờ sinh hoạt lớp, sinh hoạt chi Đoàn*

Định hướng xây dựng chủ đề giáo dục, với các nội dung hoạt động giáo dục thông qua giờ sinh hoạt lớp, sinh hoạt đoàn về bản chất là tích hợp nội dung giáo dục KNS cho HSSV. Do đó, không chỉ có ý nghĩa với việc thực hiện tốt các nội dung giáo dục KNS mà còn có tác dụng trong việc tạo sức hấp dẫn cho HSSV trong các hoạt động này.

#### *2.2.3. Nâng cao năng lực cho giảng viên về giáo dục kỹ năng sống, đặc biệt là đội ngũ giảng viên chủ nhiệm*

Trang bị cho giảng viên những kiến thức cơ bản về kỹ năng sống nói chung và các kỹ năng cụ thể nói riêng. Giáo dục các kỹ năng đó thông qua dạy học, đặc biệt là bồi dưỡng cho giảng viên các kỹ năng cơ bản để tích hợp nội dung giáo dục kỹ năng sống thông qua dạy học. Kỹ năng xác định mục tiêu, nội dung giáo dục kỹ năng sống thông qua các bài học. Kỹ năng thiết kế bài học theo hướng tích hợp nội dung giáo dục kỹ năng sống nói chung và kỹ năng giao tiếp, tự nhận thức, kiên định, kỹ năng làm việc nhóm, kỹ năng giải quyết vấn đề, xử lý tình huống... nói riêng. Kỹ năng tổ chức dạy học theo hướng tiếp cận giáo dục kỹ năng sống, kỹ năng kiểm tra, đánh giá, kỹ năng sống đã đạt được ở HSSV trong quá trình dạy học.

#### *2.2.4. Thống nhất giữa các lực lượng trong việc giáo dục kỹ năng sống*

Gia đình là tế bào của xã hội, là cái nôi nuôi dưỡng con người, là môi trường quan trọng giáo dục nếp sống và hình thành nhân cách. Bác Hồ năm 1963, đã nêu: “Gia đình, nhà trường và xã hội là phương châm, phương tiện và phương pháp giáo dục, nếu không kết hợp được thì không đạt được kết quả”. Vì thế, các bậc cha mẹ phải có phương pháp giáo dục phù hợp với con em mình, có thái độ nghiêm khắc nhưng phải tôn trọng nhân cách của con và phải làm gương cho con về mọi mặt. Giảng viên cần chủ động phối hợp chặt chẽ với gia đình và địa phương để quản lý tốt quá trình học tập, rèn luyện của HSSV.

Thống nhất phối hợp với chính quyền, với các đoàn thể chính trị - xã hội ở địa phương trong công tác giáo dục kỹ năng sống: Theo K. Marx: “Hoàn cảnh đã sáng tạo ra con người, trong chừng mực mà con người đã sáng tạo ra hoàn cảnh”. Trong việc giáo dục cho HSSV có sự tác động, ảnh hưởng của điều kiện, hoàn cảnh xã hội. Chính vì thế, cần gắn chặt từng bước việc học tập, sinh hoạt, giáo dục, rèn luyện KNS cho HSSV với thực tiễn cải tạo xã hội, xây dựng môi trường. Cần phải có sự thống nhất trong phối hợp giáo dục HSSV giữa nhà trường - gia đình - xã hội để tránh xảy ra mâu thuẫn, lệch lạc. Đó cũng là một con đường để giáo dục, phát triển nhân cách cho HSSV.

#### *2.2.5. Lập kế hoạch, tổ chức bài học có tích hợp nội dung giáo dục kỹ năng sống*

Giảng viên phải nắm vững nội dung tri thức cơ bản của bài học và nội dung giáo dục KNS nói chung, đồng thời giảng viên phải có năng lực lập kế hoạch và tổ chức bài học tích hợp nội dung giáo dục KNS. Việc tích hợp nội dung giáo dục KNS phải được tiến hành một cách mềm dẻo, tự nhiên, tránh gò ép và khiên cưỡng làm cho bài học trở nên cứng nhắc. Môi trường học tập phải cởi mở, thân thiện nhằm thu hút HSSV tích cực tham gia rèn luyện. Giảng viên cần có những biện pháp linh hoạt, sáng tạo để thu hút HSSV tích cực tham gia thực hành KNS. Trong quá trình dạy học giảng viên cần giúp HSSV nhận thức về vai trò, lợi ích của việc rèn luyện KNS đối với cá nhân và đối với xã hội, giúp các em xác định rõ mục tiêu, nội dung rèn luyện và nắm được những quy tắc cần thiết để thực hành KNS một cách hiệu quả.

#### *2.2.6. Xây dựng và sử dụng bài tập thực hành giáo dục kỹ năng sống trong quá trình dạy học, trong tổ chức hoạt động rèn luyện kỹ năng sống cho HSSV*

Xây dựng và sử dụng bài tập thực hành KNS trong quá trình dạy học, trong tổ chức hoạt động để rèn luyện KNS cho HSSV. Bài tập thực hành kỹ năng sống là loại bài tập do giảng viên xây dựng nhằm tạo môi trường, tạo cơ hội cho các em trải nghiệm, thể hiện thái độ, quan điểm và hành vi ứng xử của mình trước các vấn đề của cuộc sống đặt ra. Trong mối quan hệ của các em với gia đình, xã hội. Trong quá trình giải quyết các nhiệm vụ của bài tập thực hành HSSV phải giải quyết các tình huống ứng xử trong nhà trường, xã hội và đôi khi là những quyết định đối với bản thân. Trong quá trình sử dụng bài tập thực hành

giảng viên có thể rèn cho HSSV các kỹ năng giao tiếp, kỹ năng ứng xử, kỹ năng xử lý tình huống, kỹ năng xác định mục tiêu, kỹ năng giải quyết vấn đề, kỹ năng làm việc nhóm, kỹ năng tự nhận thức, kỹ năng kiên định...

*2.2.7. Sử dụng các phương pháp dạy học, phương pháp giáo dục, phương pháp kiểm tra đánh giá phù hợp với vùng miền theo hướng tăng cường giáo dục KNS cho HSSV*

Những kỹ năng sống đã được xác định để tích hợp giáo dục thông qua dạy học và các hoạt động giáo dục muốn đạt được hiệu quả cao thì người giảng viên cần sử dụng các phương pháp dạy học, giáo dục theo hướng tăng cường giáo dục kỹ năng sống cho HSSV một cách phù hợp với thực tiễn như: lựa chọn, vận dụng, phối hợp các phương pháp dạy học phù hợp với mục tiêu, nội dung bài học, đồng thời xác định đặc thù giáo dục kỹ năng sống cho HSSV vùng núi, vùng sâu, vùng xa.

*2.2.8. Xây dựng môi trường thuận lợi để giáo dục KNS cho HSSV*

Nhằm tạo môi trường thống nhất, đồng thuận giữa nhà trường, gia đình và xã hội trong giáo dục KNS cho HSSV. Phát huy sức mạnh tổng hợp của các lực lượng trong quá trình giáo dục KNS cho HSSV nhằm giúp cho các em phát triển nhân cách toàn diện.

### **III. KẾT LUẬN**

Các giải pháp giáo dục KNS cho HSSV mà tác giả đề xuất có cơ sở khoa học, đảm bảo tính khả thi và phù hợp với đặc điểm tâm, sinh lý người học. Các giải pháp giáo dục KNS nói trên có mối quan hệ mật thiết với nhau, nó bổ sung kết quả cho nhau và là điều kiện của nhau cùng thực hiện tốt mục tiêu giáo dục KNS cho HSSV. Khi HSSV có kỹ năng sống tích cực, phù hợp sẽ có sức đề kháng để tránh xa những cám dỗ và tệ nạn xã hội. Do đó, việc cùng phối hợp giữa các lực lượng giáo dục trong việc giáo dục kỹ năng sống cho HSSV chính là biện pháp mềm dẻo để quản lý và định hướng giá trị sống tích cực cho người học.

### **TÀI LIỆU THAM KHẢO**

1. Nguyễn Văn Hộ (2004), Giáo dục học tập I, tập II, NXB Giáo dục, Hà Nội.
2. Nguyễn Thị Hương (2009), Giáo dục sống khỏe mạnh và kỹ năng sống trong dạy học tự nhiên và xã hội ở Tiểu học, NXB Giáo dục, Hà Nội.
3. Nguyễn Thị Oanh (2005), Giáo dục kỹ năng sống cho tuổi vị thành niên, NXB Trẻ, Hà Nội.