

VAI TRÒ CỦA HOẠT ĐỘNG TRẢI NGHIỆM TRONG PHÁT TRIỂN NĂNG LỰC CẢM XÚC - XÃ HỘI CHO HỌC SINH LỚP 4

Chu Hiếu Thảo, Nguyễn Thị Ngọc Ánh
Khoa Sư phạm, Trường Đại học Hạ Long

Tóm tắt: Bài viết phân tích vai trò của Hoạt động trải nghiệm trong phát triển năng lực cảm xúc - xã hội cho học sinh lớp 4 thông qua phân tích và tổng hợp tài liệu lý luận, dựa trên khung CASEL và định hướng của Chương trình giáo dục phổ thông 2018. Kết quả phân tích làm rõ bốn vai trò: tạo cơ hội nhận biết bản thân và điều chỉnh cảm xúc; phát triển khả năng thấu hiểu, giao tiếp và hợp tác; rèn luyện lựa chọn hành vi và ra quyết định có trách nhiệm; củng cố, vận dụng năng lực thông qua chia sẻ, tự đánh giá và rút kinh nghiệm. Bài viết đồng thời xác định các điều kiện phát huy những vai trò này, gồm mục tiêu và nhiệm vụ phù hợp, sự hỗ trợ của giáo viên, môi trường an toàn về tâm lý, cơ hội tham gia bình đẳng và sự kết nối giữa trải nghiệm, đánh giá với vận dụng. Những luận điểm trên góp phần định hướng tổ chức Hoạt động trải nghiệm nhằm phát triển năng lực cảm xúc - xã hội cho học sinh lớp 4.

Từ khóa: năng lực cảm xúc - xã hội (SEL), học sinh lớp 4, hoạt động trải nghiệm, CASEL

THE ROLE OF EXPERIENTIAL ACTIVITIES IN DEVELOPING SOCIAL-EMOTIONAL COMPETENCE FOR 4TH-GRADE STUDENTS

Abstract: This article analyzes the role of experiential activities in developing social-emotional competence for 4th-grade students by synthesizing theoretical literature based on the CASEL framework and the guidelines of the 2018 General Education Curriculum. The analysis highlights four key roles: creating opportunities for self-awareness and emotional regulation; developing empathy, communication, and collaboration skills; fostering responsible decision-making and behavioral choices; and reinforcing and applying competencies through sharing, self-assessment, and reflection. The article also identifies conditions necessary to maximize these roles, including appropriate objectives and tasks, teacher support, a psychologically safe environment, equal participation opportunities, and the integration of experience, assessment, and application. These insights contribute to guiding the organization of experiential activities aimed at developing social-emotional competence for 4th-grade students.

Keywords: social-emotional competence (SEL), 4th-grade students, experiential activities, CASEL

Nhận bài: 07/09/2026

Phản biện: 07/10/2026

Duyệt đăng: 10/10/2026

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Phát triển phẩm chất và năng lực người học là định hướng xuyên suốt của đổi mới giáo dục phổ thông Việt Nam, được thể hiện trong Nghị quyết số 29-NQ/TW và Chương trình giáo dục phổ thông 2018. Trong đó, năng lực cảm xúc - xã hội có ý nghĩa đối với khả năng nhận thức và quản lý bản thân, thấu hiểu người khác, xây dựng các mối quan hệ tích cực và ra quyết định có trách nhiệm. Đối với học sinh lớp 4, sự phát triển nhận thức bản thân và nhu cầu giao tiếp, hợp tác đặt ra yêu cầu tạo cơ hội thực hành những năng lực này trong các tình huống gần gũi.

Elias và cộng sự (1997), CASEL (2013, 2020) đã làm rõ cơ sở và các thành tố cốt lõi của năng lực cảm xúc - xã hội. Durlak và cộng sự (2011), Taylor và cộng sự (2017) cung cấp bằng chứng về tác động tích cực của giáo dục cảm xúc - xã hội đối với học tập và hành vi của học sinh. Các tài liệu của OECD (2021), WHO (2021), UNICEF (2022) và những nghiên cứu của Huỳnh Văn Sơn, Nguyễn Công Khanh, Trần Thành Nam cũng nhấn mạnh sự cần thiết của việc phát triển các năng lực liên quan đến cảm xúc và ứng xử xã hội. Đồng thời,

Dewey (1938), Kolb (1984), Jones và cộng sự (2012), Nguyễn Đức Quang và cộng sự (2019) gợi mở cơ sở giáo dục thông qua sự tham gia, tương tác và học hỏi từ trải nghiệm.

Trong Chương trình giáo dục phổ thông 2018, Hoạt động trải nghiệm tạo cơ hội để học sinh tham gia thực tiễn, giao tiếp, hợp tác và rút kinh nghiệm. Tuy nhiên, cần làm rõ cách thức những trải nghiệm này hỗ trợ phát triển từng thành tố năng lực cảm xúc - xã hội ở học sinh lớp 4. Trên cơ sở phân tích và tổng hợp tài liệu, bài viết làm rõ vai trò của Hoạt động trải nghiệm và những điều kiện phát huy vai trò đó, góp phần định hướng tổ chức hoạt động phù hợp trong giáo dục tiểu học.

II. NỘI DUNG NGHIÊN CỨU

2.1. Cơ sở lý luận về phát triển năng lực cảm xúc - xã hội thông qua Hoạt động trải nghiệm

2.1.1. Năng lực cảm xúc - xã hội và biểu hiện ở học sinh lớp 4

Theo Elias và cộng sự (1997), giáo dục cảm xúc - xã hội hướng đến việc giúp người học nhận biết và quản lý cảm xúc, quan tâm đến người khác, xây dựng các mối quan hệ tích cực và đưa ra những

quyết định có trách nhiệm. CASEL (2013, 2020) cụ thể hóa nội dung này thành năm nhóm năng lực cốt lõi: tự nhận thức, tự quản lí, nhận thức xã hội, kĩ năng quan hệ và ra quyết định có trách nhiệm. OECD (2018) nhấn mạnh các năng lực thể hiện qua suy nghĩ, cảm xúc và hành vi, giúp cá nhân đạt mục tiêu, hợp tác và quản lí cảm xúc trong những bối cảnh khác nhau. Ở Việt Nam, Huỳnh Văn Sơn (2019) tiếp cận năng lực cảm xúc – xã hội từ việc vận dụng kiến thức, kĩ năng và thái độ để nhận thức, quản lí bản thân, đồng cảm, duy trì các mối quan hệ và ra quyết định có trách nhiệm.

Kế thừa các quan điểm trên, bài viết quan niệm năng lực cảm xúc - xã hội của học sinh lớp 4 là khả năng huy động kiến thức, kĩ năng và thái độ

để nhận thức, điều chỉnh cảm xúc và hành vi của bản thân; thấu hiểu người khác; xây dựng các mối quan hệ tích cực và lựa chọn cách ứng xử có trách nhiệm trong học tập, sinh hoạt và các hoạt động giáo dục.

Khung CASEL được sử dụng làm căn cứ xác định cấu trúc và biểu hiện của năng lực này. Năm thành tố có mối quan hệ hỗ trợ lẫn nhau: hiểu bản thân góp phần điều chỉnh cảm xúc và hành vi; thấu hiểu người khác hỗ trợ giao tiếp, hợp tác; việc ra quyết định có trách nhiệm đòi hỏi sự kết hợp giữa nhận thức bản thân, nhận thức xã hội và cân nhắc hậu quả của hành động (CASEL, 2020). Trên cơ sở đó, bài viết cụ thể hóa các biểu hiện ở học sinh lớp 4 như sau:

Thành tố	Biểu hiện
Tự nhận thức	Nhận biết cảm xúc; nhận biết điểm mạnh, hạn chế; tự tin thể hiện bản thân; tự đánh giá bản thân
Tự quản lí	Kiểm soát cảm xúc; tự giác thực hiện nhiệm vụ; kiên trì trước khó khăn; điều chỉnh hành vi
Nhận thức xã hội	Lắng nghe và thấu hiểu; đồng cảm và chia sẻ; tôn trọng sự khác biệt; có trách nhiệm với tập thể
Kĩ năng quan hệ xã hội	Giao tiếp phù hợp; hợp tác; hỗ trợ người khác; giải quyết mâu thuẫn theo hướng tích cực
Ra quyết định có trách nhiệm	Phân biệt đúng - sai; cân nhắc hậu quả; lựa chọn cách ứng xử phù hợp; biết chịu trách nhiệm

Nguồn: Tác giả cụ thể hóa trên cơ sở khung CASEL (2020).

Các biểu hiện trên định hướng việc nhận diện năng lực cảm xúc - xã hội và lựa chọn nhiệm vụ trải nghiệm phù hợp với học sinh lớp 4. Khi sử dụng để đánh giá, cần xem xét hành vi trong nhiều tình huống và quá trình tham gia hoạt động, thay vì dựa vào một biểu hiện riêng lẻ.

2.1.2. Hoạt động trải nghiệm và khả năng hỗ trợ phát triển năng lực cảm xúc - xã hội

Từ góc độ giáo dục, Dewey (1938) nhấn mạnh việc học thông qua sự tương tác giữa người học với môi trường và kinh nghiệm thực tiễn. Kolb (1984) làm rõ quá trình chuyển hóa kinh nghiệm thông qua trải nghiệm, suy ngẫm, hình thành nhận thức và vận dụng. Theo Chương trình giáo dục phổ thông 2018, Hoạt động trải nghiệm là hoạt động giáo dục do nhà giáo dục định hướng, thiết kế và hướng dẫn, tạo cơ hội để học sinh tiếp cận thực tế, huy động kiến thức, kĩ năng và kinh nghiệm thực hiện nhiệm vụ, qua đó phát triển phẩm chất và năng lực (Bộ Giáo dục và Đào tạo, 2018).

Trong phạm vi bài viết, Hoạt động trải nghiệm lớp 4 được hiểu là hoạt động giáo dục có mục đích, tạo cơ hội cho học sinh trực tiếp tham gia những nhiệm vụ gần gũi với đời sống nhà trường, gia đình và cộng đồng; thông qua thực hành, tương tác, chia sẻ và rút kinh nghiệm để phát triển phẩm chất, năng lực. Khả năng hỗ trợ phát triển năng lực cảm xúc – xã hội của hoạt động này được thể hiện qua những đặc trưng sau:

Thứ nhất, gắn với tình huống thực tiễn và sự tham gia trực tiếp. Khi thực hiện nhiệm vụ, học sinh có thể trải qua niềm vui, sự lo lắng, thất vọng hoặc bất đồng với bạn. Những tình huống đó cung cấp chất liệu để các em nhận biết cảm xúc, hiểu nguyên nhân và thực hành cách điều chỉnh hành vi dưới sự hướng dẫn của giáo viên (Dewey, 1938; Kolb, 1984).

Thứ hai, phát huy tính chủ động của học sinh. Việc được nêu ý kiến, lựa chọn cách thực hiện và đảm nhận nhiệm vụ tạo cơ hội để học sinh nhận ra

khả năng của bản thân, rèn luyện sự tự giác, kiên trì và trách nhiệm đối với lựa chọn của mình (Bộ Giáo dục và Đào tạo, 2018).

Thứ ba, đề cao tương tác và hợp tác. Các nhiệm vụ chung yêu cầu học sinh lắng nghe, trao đổi, phân công, hỗ trợ và giải quyết khác biệt. Qua đó, các em có cơ hội thấu hiểu quan điểm của người khác, thực hành giao tiếp và xây dựng quan hệ tích cực. Đây là những nội dung gắn trực tiếp với năng lực nhận thức xã hội và kỹ năng quan hệ trong khung CASEL (Bộ Giáo dục và Đào tạo, 2018; CASEL, 2020).

Thứ tư, kết nối trải nghiệm với chia sẻ, tự đánh giá và vận dụng. Sau hoạt động, học sinh được hướng dẫn nhìn lại cảm xúc, cách ứng xử và kết quả tham gia; nhận ra điều cần điều chỉnh và vận dụng vào tình huống tiếp theo. Quá trình này giúp chuyển những điều đã trải qua thành kinh nghiệm có ý nghĩa đối với sự phát triển năng lực (Kolb, 1984).

Như vậy, Hoạt động trải nghiệm tạo ra những cơ hội phù hợp để học sinh lớp 4 thực hành và củng cố năng lực cảm xúc - xã hội. Khả năng này cần được hiện thực hóa bằng mục tiêu rõ ràng, nhiệm vụ phù hợp và sự hỗ trợ của giáo viên trong quá trình tham gia, chia sẻ và vận dụng sau trải nghiệm.

2.2. Đặc điểm học sinh lớp 4 và yêu cầu phát triển năng lực cảm xúc - xã hội

Ở học sinh lớp 4, nhận thức về bản thân ngày càng rõ hơn; các em quan tâm đến điểm mạnh, hạn chế và cách người khác đánh giá mình (Harter, 2012). Vì vậy, cần tạo cơ hội để học sinh chia sẻ cảm xúc, tự đánh giá và nhận ra sự tiến bộ của bản thân, tránh so sánh gây áp lực.

Khả năng điều chỉnh cảm xúc và hành vi đã phát triển nhưng chưa ổn định khi gặp khó khăn, thất bại hoặc bất đồng. Hoạt động giáo dục cần giúp học sinh thực hành cách bình tĩnh, diễn đạt nhu cầu và lựa chọn cách ứng xử phù hợp thông qua những tình huống vừa sức.

Nhu cầu được công nhận và sự gắn bó với bạn bè ngày càng có ý nghĩa (Harter, 2012), đòi hỏi môi trường an toàn về tâm lý, bảo đảm mỗi học sinh được lắng nghe và tham gia. Các nhiệm vụ nhóm nên tạo cơ hội hợp tác, luân phiên vai trò và hỗ trợ lẫn nhau.

Học sinh đã có khả năng trao đổi, phối hợp nhưng kinh nghiệm giải quyết bất đồng và cân

nhắc hậu quả còn cần được củng cố. Do đó, cần tổ chức các tình huống gần gũi, hướng dẫn học sinh lắng nghe, lựa chọn hành động và rút kinh nghiệm, phù hợp với định hướng phát triển năng lực của Chương trình giáo dục phổ thông 2018 (Bộ Giáo dục và Đào tạo, 2018).

2.3. Vai trò của Hoạt động trải nghiệm trong phát triển năng lực cảm xúc - xã hội cho học sinh lớp 4

Hoạt động trải nghiệm tạo cơ hội để học sinh lớp 4 thực hành năng lực cảm xúc - xã hội trong những nhiệm vụ gần gũi với đời sống. Vai trò này được thể hiện thông qua sự tham gia trực tiếp, tương tác với người khác và học hỏi từ kinh nghiệm dưới sự hướng dẫn của giáo viên.

2.3.1. Tạo cơ hội nhận biết bản thân và thực hành điều chỉnh cảm xúc

Khi tham gia Hoạt động trải nghiệm, học sinh có thể trải qua niềm vui, lo lắng, thất vọng hoặc tự hào trước kết quả thực hiện nhiệm vụ. Những cảm xúc gắn với tình huống cụ thể giúp các em nhận biết trạng thái của bản thân, hiểu nguyên nhân và ảnh hưởng của cảm xúc đến hành vi. Đây là cơ sở để phát triển khả năng tự nhận thức và tự quản lý (CASEL, 2020).

Chẳng hạn, khi chưa hoàn thành nhiệm vụ hoặc không được nhóm lựa chọn ý kiến, học sinh được hướng dẫn gọi tên cảm xúc, bình tĩnh và diễn đạt mong muốn bằng lời nói phù hợp. Quá trình thực hành giúp các em từng bước điều chỉnh phản ứng và kiên trì thực hiện nhiệm vụ. Theo quan điểm học tập qua trải nghiệm, kinh nghiệm trực tiếp cần được kết nối với suy ngẫm để trở thành cơ sở cho việc học và điều chỉnh hành động (Dewey, 1938; Kolb, 1984).

2.3.2. Phát triển khả năng thấu hiểu người khác, giao tiếp và hợp tác

Các nhiệm vụ trải nghiệm chung tạo điều kiện để học sinh tiếp xúc với những cảm xúc, nhu cầu và quan điểm khác nhau. Khi lắng nghe, trao đổi và phối hợp, các em có cơ hội hiểu cách nhìn của bạn, tôn trọng sự khác biệt và điều chỉnh cách giao tiếp. Những hành động này gắn trực tiếp với năng lực nhận thức xã hội và kỹ năng quan hệ (CASEL, 2020).

Ví dụ, trong hoạt động xây dựng góc xanh của lớp, học sinh cần thống nhất ý tưởng, phân công công việc và hỗ trợ thành viên gặp khó khăn. Với sự hướng dẫn của giáo viên, những khác biệt về ý

kiến trở thành cơ hội thực hành lắng nghe, thương lượng và giải quyết bất đồng. Qua đó, nhiệm vụ tập thể góp phần phát triển khả năng hợp tác và xây dựng quan hệ tích cực, phù hợp với định hướng tổ chức Hoạt động trải nghiệm trong Chương trình giáo dục phổ thông 2018 (Bộ Giáo dục và Đào tạo, 2018).

2.3.3. Rèn luyện khả năng lựa chọn hành vi và ra quyết định có trách nhiệm

Hoạt động trải nghiệm đặt học sinh trước những lựa chọn liên quan đến bản thân, người khác và tập thể. Khi được hướng dẫn xác định vấn đề, xem xét phương án và cân nhắc hậu quả, các em có cơ hội hình thành cách ra quyết định dựa trên sự an toàn, tôn trọng và trách nhiệm (CASEL, 2020).

Chẳng hạn, trước tình huống một bạn chưa được tham gia nhiệm vụ nhóm, học sinh cần cân nhắc cách phân công lại để mọi thành viên đều có cơ hội đóng góp. Việc thực hiện lựa chọn và nhìn nhận kết quả giúp các em hiểu mối liên hệ giữa quyết định với tác động đối với người khác. Nhờ đó, những yêu cầu về trách nhiệm được cụ thể hóa thành hành động trong đời sống lớp học (Bộ Giáo dục và Đào tạo, 2018).

2.3.4. Củng cố và vận dụng năng lực thông qua chia sẻ, tự đánh giá và rút kinh nghiệm

Chia sẻ và tự đánh giá sau hoạt động giúp học sinh nhìn lại cảm xúc, cách ứng xử và kết quả tham gia. Theo Kolb (1984), việc suy ngẫm về kinh nghiệm và vận dụng điều đã học vào tình huống tiếp theo là những khâu quan trọng của quá trình học tập qua trải nghiệm. Vì vậy, giáo viên cần hướng dẫn học sinh nhận ra hành động phù hợp, điều cần cải thiện và cách thực hiện trong lần sau.

Các câu hỏi như “Em đã cảm thấy thế nào?”, “Cách ứng xử của em ảnh hưởng đến bạn ra sao?” và “Lần sau em sẽ làm gì?” giúp học sinh kết nối trải nghiệm với bài học cụ thể. Khi tiếp tục vận dụng trong học tập và sinh hoạt, các em có cơ hội củng cố khả năng điều chỉnh cảm xúc, hợp tác và lựa chọn hành vi có trách nhiệm. Vai trò của Hoạt động trải nghiệm vì thế được phát huy qua sự nối tiếp giữa tham gia, rút kinh nghiệm và thực hành trong những bối cảnh khác nhau.

2.4. Điều kiện phát huy vai trò của Hoạt động trải nghiệm trong phát triển năng lực cảm xúc - xã hội

Để phát huy những vai trò trên, việc tổ chức Hoạt động trải nghiệm cần bảo đảm các điều kiện sau:

Thứ nhất, mục tiêu và nhiệm vụ phù hợp với học sinh. Mục tiêu phát triển năng lực cảm xúc - xã hội cần được cụ thể hóa thành những biểu hiện có thể quan sát; nhiệm vụ gần gũi, vừa sức và tạo cơ hội để mỗi học sinh thực hành điều chỉnh cảm xúc, hợp tác và lựa chọn hành vi có trách nhiệm (Bộ Giáo dục và Đào tạo, 2018).

Thứ hai, giáo viên hướng dẫn và hỗ trợ kịp thời. Giáo viên cần quan sát quá trình tham gia, gợi mở cách nhận biết cảm xúc, lắng nghe và xử lý bất đồng; đồng thời dành cơ hội để học sinh tự lựa chọn, thực hiện và chịu trách nhiệm với hành động của mình (CASEL, 2020).

Thứ ba, môi trường an toàn về tâm lý và cơ hội tham gia bình đẳng. Học sinh cần được tôn trọng, được bày tỏ cảm xúc và thử nghiệm cách ứng xử mà không bị chế giễu. Việc phân công, luân phiên vai trò và hỗ trợ phù hợp giúp mọi thành viên có cơ hội đóng góp, xây dựng quan hệ tích cực (CASEL, 2020).

Thứ tư, kết hợp trải nghiệm với đánh giá và vận dụng. Sau hoạt động, cần hướng dẫn học sinh chia sẻ, tự đánh giá và xác định điều cần điều chỉnh. Sự phối hợp giữa giáo viên và gia đình tạo thêm cơ hội vận dụng trong đời sống; thời gian, không gian và học liệu phù hợp giúp duy trì quá trình thực hành này (Kolb, 1984; Bộ Giáo dục và Đào tạo, 2018).

III. KẾT LUẬN

Qua phân tích lý luận, bài viết làm rõ bốn vai trò của Hoạt động trải nghiệm trong phát triển năng lực cảm xúc - xã hội cho học sinh lớp 4: tạo cơ hội nhận biết bản thân và điều chỉnh cảm xúc; phát triển khả năng thấu hiểu, giao tiếp và hợp tác; rèn luyện lựa chọn hành vi có trách nhiệm; củng cố và vận dụng năng lực thông qua chia sẻ, tự đánh giá và rút kinh nghiệm. Những vai trò này được phát huy khi hoạt động có mục tiêu rõ ràng, nhiệm vụ phù hợp, sự hướng dẫn của giáo viên và môi trường an toàn về tâm lý.

Kết quả phân tích góp phần định hướng thiết kế và tổ chức Hoạt động trải nghiệm gắn với những biểu hiện năng lực cụ thể của học sinh lớp 4. Tuy nhiên, các nhận định của bài viết dựa trên nghiên cứu lý luận; cần tiếp tục khảo sát và thực nghiệm để kiểm chứng trong thực tiễn giáo dục.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

Ban Chấp hành Trung ương Đảng. (2013). Nghị quyết số 29-NQ/TW ngày 04/11/2013 về đổi mới căn bản, toàn diện giáo dục và đào tạo, đáp ứng yêu cầu công nghiệp hóa, hiện đại hóa trong điều kiện kinh tế thị trường định hướng xã hội chủ nghĩa và hội nhập quốc tế.

Bộ Giáo dục và Đào tạo. (2018). Chương trình giáo dục phổ thông - Chương trình tổng thể. Ban hành kèm theo Thông tư số 32/2018/TT-BGDĐT ngày 26/12/2018.

Hoàng Phê (Chủ biên). (2003). Từ điển tiếng Việt. NXB Đà Nẵng.

Huỳnh Văn Sơn. (2014). Giáo dục kỹ năng sống cho học sinh phổ thông. NXB Giáo dục Việt Nam.

Nguyễn Công Khanh. (2014). Kiểm tra, đánh giá trong giáo dục theo tiếp cận năng lực. NXB Đại học Quốc gia Hà Nội.

Nguyễn Đức Quang (Tổng chủ biên) và cộng sự. (2019). Hoạt động trải nghiệm lớp 4. NXB Giáo dục Việt Nam.

Trần Thành Nam. (2020). Sức khỏe tâm thần học đường. NXB Đại học Quốc gia Hà Nội.

UNICEF Việt Nam. (2022). Khung năng lực cảm xúc – xã hội dành cho trẻ em và thanh thiếu niên Việt Nam.

CASEL. (2013). The 2013 CASEL guide: Effective social and emotional learning programs – Preschool and elementary school edition. Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning.

CASEL. (2020). CASEL's SEL framework: What are the core competence areas and where are they promoted? Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning.

Denham, S. A. (1998). Emotional development in young children. Guilford Press.

Dewey, J. (2012). Experience and education. Free Press. (Original work published 1938)