

Cha mẹ ít học, con tư duy kém

Những đứa trẻ được sinh ra bởi cha mẹ có trình độ học vấn thấp có nguy cơ bị rối loạn khả năng tập trung trí óc cao hơn những trẻ khác.

Các nhà khoa học tại bệnh viện Mayo (Mỹ) đã phân tích thông tin từ giấy khai sinh của tất cả trẻ em sinh tại hạt Olmsted, bang Minnesota trong thời gian từ năm 1976 tới 1982. Sau đó họ tìm những em bị chứng rối loạn khả năng tập trung thông qua hồ sơ học tập của các em tại các trường học.

Nhóm nghiên cứu nhận thấy các em bị rối loạn khả năng tập trung trí óc nặng có cha mẹ chỉ đi học 12 năm hoặc ít hơn.

Các chuyên gia không tìm thấy mối liên hệ nào giữa chứng rối loạn khả năng tập trung trí óc với thể trạng người mẹ khi mang thai, tình trạng thiếu cân của trẻ hay sinh đôi.

Phần câu hỏi hướng dẫn:

1-Những nhà khoa học đã dùng những tài liệu nào để nghiên cứu khả năng học tập của những học sinh?

2-Họ đã tìm ra nguyên nhân nào làm cho học sinh bị sự rối loạn khả năng tập trung trong lúc học tập?

3-Theo em nghĩ gì về sự kết luận đó? Có những gì chứng minh rằng nếu cha mẹ không có trình độ học vấn cao thì dẫn đến sự rối loạn cho con cái như vậy?

4-Có sự liên quan nào giữa sự phát triển của đứa bé và thời gian đứa bé đang mang thai trong người mẹ không?

Bạn có là người suy nghĩ tích cực?

Những người có lối suy nghĩ "tiêu cực" thường tập trung vào mặt không tốt của vấn đề và dễ dẫn đến stress, sức khỏe kém và cuộc sống trôi qua khá nặng nề...

Vì vậy, bạn hãy "tập" cho mình lối suy nghĩ tích cực khi nhìn nhận mọi vấn đề, và để thực hiện điều này, bạn hãy thử làm theo những lời khuyên sau:

1. Xem lại ngôn từ của bạn. Loại bỏ những nguyên nhân dẫn đến suy nghĩ tiêu cực và thói quen "diễn văn". Trục xuất đi những từ như "không thể", "sẽ không" và "không được" trong từ vựng của bạn.

Từ "không nên" có thể làm mất hết năng lượng nếu bạn sử dụng nó để tự trừng phạt hay đổ lỗi cho chính mình, vì thế hãy quên nó đi. Những suy nghĩ tiêu cực có thể làm tối sầm sự phán xét của bạn. Hãy thôi bình phẩm về người khác. Hãy tích cực hơn trong tất cả sự tương tác của bạn.

2. Không vã mồ hôi hột cho những chuyện nhỏ nhặt: Hằng ngày chúng ta phải đối mặt với rất nhiều điều không như mong đợi, như: kẹt xe, công việc bị trì hoãn, những vấn đề trong quan hệ con người... Hãy tự hỏi chính mình rằng vấn đề bạn đang gặp hôm nay có phải là rủi ro trong một tháng hay không! Quá nhiều lo lắng có thể là nguyên nhân để bạn trở thành một người tiêu cực một cách "chanh chua" hoặc không sẵn lòng để làm việc. Đừng để những những chuyện tầm phào kiểm soát bạn.

3. Hy vọng cho những điều tốt nhất. Đừng chờ đợi những điều tồi tệ nhất. Trở thành một người có suy nghĩ tích cực nghĩa là hãy chuẩn bị để sửa chữa lại những sai sót nhưng không để cho nỗi sợ hãi của sự thất bại đánh gục bạn. Hãy nhiệt tình, tích cực - bạn sẽ ngạc nhiên đến bất ngờ với những gì đến trong công việc của bạn. Một bề ngoài luôn chiến thắng. Hãy tạo ra một hình ảnh hoàn hảo của sự hiền hòa, thư thái khi đến bất cứ đâu...

4. Tập trung vào mặt tốt. Người đồng nghiệp đáng ghét của bạn có nhiều thói quen dễ làm bạn bực mình, nhưng anh ta luôn hoàn thành công việc đúng giờ và tôn trọng bạn. Khi có suy nghĩ tích cực, nghĩa là, những lúc bạn sắp nổi đóa trước những thói quen khó ưa kia, bạn hãy nghĩ về những điểm tốt của anh ta mà kiềm chế sự nóng giận của mình, cũng như biết chấp nhận anh ta hơn...

5. Giữ sự tập trung. Sử dụng những lời khẳng định để tăng thêm lòng tự trọng và năng lượng tích cực của bạn. Khi bị mất tập trung, bạn sẽ bị giới hạn trong nhiều thứ.

6. Hãy lạc quan lên! Hướng năng lượng của bạn vào trong những bạn đang đeo đuổi. Nghĩ về cuộc sống như một cuộc phiêu lưu và tập trung sức lực vào những

gì bạn làm, ngay cả khi bạn không thích nó. Sự nhiệt tình dễ truyền từ người này sang người khác. Bạn sẽ thấy rằng sự rung cảm tích cực của bạn sẽ kích thích những khác và họ sẽ tiếp thêm sinh lực cho bạn.

7. Giúp đỡ người khác. Trở thành một người "cố vấn" khi ai đó cần đến những lời khuyên và kinh nghiệm thực tế mà bạn có. Bằng cách cố vũ người khác, bạn sẽ tăng thêm niềm tự tin cho chính mình.

8. Có một ngày trọn vẹn: Khoảng thời gian nào đó, bạn rơi vào khủng hoảng khi đối diện với quá nhiều nỗi buồn, bạn hãy xem đó là những cua quẹo nhỏ trong cuộc đời. Hãy tập trung vào bức tranh lớn trong cuộc đời và chấp nhận rằng tương lai sẽ tốt hơn.

9- Tin tưởng vào sự phán xét của chính mình. Một người có tư tưởng tích cực sẽ làm mọi thứ trở nên tốt hơn thông qua những quyết định của mình. Đánh giá những sự chọn lựa của bạn, có một quyết định chính xác và thực hiện tức thì. Đừng bao giờ để những suy nghĩ tiêu cực lay chuyển bạn. Đừng nghi ngờ bản thân, đừng thay đổi sự chọn lựa hay đổ lỗi cho chính mình nếu những điều gì đó không đúng theo dự định. Học từ những lỗi lầm mà không phải sa lầy trong sự dằn vặt.

"Hãy trở thành một người có suy nghĩ tích cực. Những điều đáng buồn hiện tại thật sự ra không đáng gì... Bạn hãy tập trung tâm nhìn của mình để tìm thấy những điều có thể - luôn luôn nhìn thấy chúng, bởi vì chúng luôn luôn hiện diện" - Norman Vincent Peale.

Bích Dậu
Báo Tuổi Trẻ - Askmen

Phần câu hỏi hướng dẫn:

- 1-Những người có tư tưởng tiêu cực là những người có suy nghĩ như thế nào?
- 2-Những người có tư tưởng tích cực là những người có suy nghĩ như thế nào?
- 3-Hậu quả của sự suy nghĩ tiêu cực như thế nào?
- 4-Những dấu hiệu nào cho ta biết là ta có những tư tưởng tích cực?
- 5-Trong bài nêu ra 9 điều cần nghĩ đến để có tư tưởng tích cực, riêng em em có những điều nào khác mà điều đó cũng chứng minh cho tư tưởng tích cực không?
- 6-Làm thế nào để em có thể tập được tư tưởng tích cực trong cuộc sống?

Sáu điểm yếu của sinh viên Việt Nam

Thụ động, không tự tìm lấy cơ hội, tâm lý thích làm thầy, khả năng làm việc theo nhóm yếu, trình độ tiếng Anh hạn chế và tư duy học tập lạc hậu – đó là 6 yếu điểm của sinh viên Việt Nam trong theo cách đánh giá của một sinh viên cao học.

Nguyễn Đông Triều đã tự rút ra những điểm yếu ấy để thay đổi cách học của chính mình và chia sẻ với mọi người.

Sự thụ động

Sự thụ động ấy biểu hiện rõ ràng nhất trong việc lựa chọn trường ĐH cho riêng mình: hầu như các bạn chưa có một ý thức rõ ràng về những sở thích, cá tính của bản thân để lựa chọn cho mình một ngôi trường ĐH.

Khi hỏi một bạn học sinh Trường THPT chuyên Lê Hồng Phong đang chuẩn bị làm hồ sơ, tôi đã rất bức xúc khi được bạn Anh Thơ, học sinh lớp 12A1, cho biết rằng em chọn trường theo yêu cầu của bố mẹ em, chứ em chưa biết gì cả.

Và sự thụ động ấy đã vô tình theo suốt các bạn sinh viên (SV) trong mấy năm trời học ĐH. Lên giảng đường khởi cần học bài vì đã có sẵn các giáo sư giảng bài rồi - như lời nhận xét của bạn Thùy Trang, SV năm 3, một SV giỏi của Trường ĐH Kinh tế TP HCM.

Không tự mình tìm cơ hội

“Các bạn SV chỉ thích những gì có sẵn mang đến cho mình mà quên mất một điều rằng cơ hội là do mình tự đi tìm, tự tạo ra chứ không phải do người khác mang lại”. Đây là nhận xét của một nhân viên phát triển sản phẩm của cà phê Trung Nguyên.

Và anh cũng nói thêm: “Các bạn đừng hỏi chúng tôi những câu hỏi đại loại như là: “Nếu em có 300 triệu đồng trong tay liệu em đã có thể mở công ty được chưa? Mở công ty hay làm bất cứ việc gì là quyền của bạn nếu bạn thích, bạn phải động não và làm nó chứ không phải là hỏi chúng tôi. Chúng tôi không hơn gì các bạn đâu, đơn giản chúng tôi chỉ là những người đi trước các bạn có chút ít kinh nghiệm và hãy để chúng tôi chia sẻ nó cho các bạn”.

Chỉ thích làm thầy chứ không thích làm thợ

Đó dường như là tâm lý chung của người VN. Bạn Đức Trụ, SV năm 4 Khoa Quản lý Công nghiệp Trường ĐH Bách khoa, đã nói rằng: “Mình học quản lý, nên sau này ra trường mình sẽ làm quản lý chứ nhất định không chịu làm nhân viên đâu”.

Đó là một suy nghĩ tốt nếu như thật sự bạn là người có năng lực, nhưng nếu như ngược lại nó sẽ rất nguy hiểm. Đó là suy nghĩ hoàn toàn sai lầm, bởi lẽ hầu như SV mới ra trường đều chưa có kinh nghiệm và việc đào tạo khiến SV có tư tưởng muốn làm chủ chứ không muốn làm thợ.

Một bộ phận không nhỏ SV VN có tư tưởng càng có nhiều bằng cấp càng tốt. Họ cho rằng nhiều bằng cấp sẽ làm cho các doanh nghiệp “choáng” và cơ hội thăng chức của mình sẽ cao hơn.

Một cuộc thăm dò về năng lực của kỹ sư và công nhân đưa ra một kết quả hoàn toàn bất ngờ và không như mong đợi: Hiệu quả công việc của các công nhân có tay nghề cao cao hơn các kỹ sư trong cùng một đợt tuyển dụng của công ty (theo báo điện tử - Thời báo Kinh tế Sài Gòn). Kết luận này đã làm chấn động cả giới SV và cũng cho cả doanh nghiệp.

Khả năng làm việc nhóm chưa cao

Một trong những trường ĐH áp dụng phương thức làm việc nhóm khá thành công đó là Khoa Quản lý Công nghiệp Trường ĐH Bách khoa TPHCM. Hầu như tất cả các môn học SV đều có bài tập nhóm của mình và kết quả của SV sẽ được ghi nhận vào việc thuyết trình nhóm ở cuối môn học.

Thế nhưng, theo kết quả điều tra để phục vụ cho bài viết này thì khoảng 35% SV Khoa Quản lý Công nghiệp than rằng làm bài tập nhóm mất nhiều thời gian quá, nhóm mà có 6 người thì trung bình chỉ có 3 đến 4 người làm mà thôi, những người khác thì quen thói ỷ lại. Chính vì vậy mà việc làm cho xong, làm để đối phó là điều không thể tránh khỏi ở SV.

Trình độ Anh văn cũng là một hạn chế

Có rất nhiều SV mới ra trường rất giỏi, có năng lực nhưng họ lại không thể tiếp cận được với các chương trình đào tạo của các doanh nghiệp vì họ không thể giao tiếp bằng tiếng Anh, đó là một hạn chế của SV VN.

“Phải công nhận một điều rằng: SV VN có khả năng viết và hiểu tiếng Anh rất tốt, nhưng lại không thể nói được” - như lời nhận xét của thầy Từ Việt Hùng - giảng viên dạy tiếng Anh Khoa Công nghệ Thông tin - Trường ĐH Dân lập Hồng Bàng.

SV VN chưa thể nói tiếng Anh tốt, bởi một lẽ đơn giản họ sợ bị sai, bị người khác cười. Mà nếu như bạn là một SV giỏi, có năng lực nhưng bạn lại không thể thể hiện cho người khác biết được khả năng thực sự của bạn (rằng bạn giỏi như thế nào) thì có lẽ bạn sẽ khó thành công.

Thay đổi tư duy về học tập trong mỗi SV

SV chúng ta cần chủ động hơn trong việc học tập, hãy có một tầm nhìn rộng trong việc xác định cho mình một phương pháp học tập có khoa học. Học để “làm việc” chứ không phải học để “thi”. Lâu nay chúng ta đang phải đối đầu với cơ chế thi cử từ khi bước vào lớp 1 cho đến khi tốt nghiệp ĐH.

Chúng ta cái gì cũng biết nhưng không biết làm cái gì. Chủ động hơn trong học tập, tự rèn luyện cho mình khả năng tiếp cận với khoa học công nghệ. Chọn ngành học phù hợp với sở thích và khả năng của mình.

Thiết nghĩ việc thay đổi trong suy nghĩ về một định hướng trong việc học tập là điều mà mỗi SV hiện nay cần có để có thể tự hoàn thiện chính mình.

Nguyễn Đông Triều
Báo Người lao động

Phần câu hỏi hướng dẫn:

- 1-Thụ động nghĩa là gì em hãy cho một vài thí dụ để chứng minh sự thụ động?
- 2- Trong bài nêu ra là những người chúng ta phải tự mình đi tìm cơ hội, theo em sự tìm cơ hội là làm như thế nào?
- 3-Tại sao tư tưởng thích làm thầy chứ không thích làm thợ là một tư tưởng không tốt và không đúng?
- 4-Khả năng làm việc nhóm là khả năng hợp tác với những người khác, làm thế nào để rèn luyện sự hợp tác làm việc?
- 5-Thay đổi tư duy học tập như thế nào cho đúng?

Chúng ta gạt bỏ nỗi sợ như thế nào?

Các nhà khoa học tuyên bố đã định vị được vùng não giúp con người gạt bỏ nỗi sợ hãi ám ảnh của mình. Đó chính là vùng mà chúng ta dùng để cảm nhận sự sợ hãi trong lần chạm trán đầu tiên.

Nhóm nghiên cứu thuộc Đại học New York đã phát hiện ra hạch hạnh là vùng não có nhiệm vụ loại bỏ nỗi sợ. Vùng này từng được tìm thấy trên động vật, nhưng không phải trên người.

Trước nay, đã có nhiều nghiên cứu tập trung vào việc vì sao chúng ta sợ, và bằng cách nào điều trị nó, nhưng rất ít công trình tìm hiểu xem nỗi sợ hãi biến mất tự nhiên như thế nào. Chẳng hạn, người ta không rõ vì sao trẻ em sợ bóng tối khi còn nhỏ, nhưng lại mất dần cảm giác này khi trưởng thành.

Tiến sĩ Elizabeth Phelps và cộng sự đã sử dụng kỹ thuật cộng hưởng từ để nghiên cứu hoạt động của não khi nỗi sợ hãi "rút lui". Trước hết, họ "dạy" cho các tình nguyện viên phản xạ có điều kiện, bằng cách đưa ra một bức ảnh hình vuông màu, đồng thời gây cho người thí nghiệm một sốc điện nhẹ. Điều này tạo ra một nỗi sợ "có điều kiện", tương tự như nỗi sợ hãi ám ảnh: cứ mỗi khi nhìn thấy vuông màu này, những người tham gia sẽ hơi lo lắng.

Tiếp đó, nhóm nghiên cứu đảo ngược sự sợ hãi, bằng cách cho bức ảnh màu xuất hiện trước mỗi lần sốc điện, nhưng với các sốc nhỏ dần nhỏ dần cho đến khi không còn sốc xuất hiện kèm theo bức ảnh nữa.

Khi quan sát ảnh chụp não những người thí nghiệm, nhóm nghiên cứu nhận thấy hạch hạnh loé sáng khi não học được nỗi sợ hãi, đúng như dự đoán rút ra từ các nghiên cứu trước.

Song, điều đáng nói là vùng não này cũng hoạt động khi người thí nghiệm "gạt bỏ" được nỗi sợ, kết hợp với một vùng não khác được gọi là bụng giữa vỏ não trước trán.

Phát hiện ủng hộ những quan sát trước đây trên động vật và mở ra hy vọng có thể điều trị tốt hơn cho những người mắc chứng ám ảnh sợ hãi.

Thuận An
Vnexpress - BBC

Phần câu hỏi hướng dẫn:

- 1- Vùng não có nhiệm vụ loại bỏ sự sợ hãi tên là gì?
- 2- Trước đây em có khái niệm hoặc suy nghĩ như thế nào về sự sợ hãi?
- 3- Người ta đã dùng phương pháp gì để tìm ra vùng não hạnh hạnh?
- 4- Sự phát hiện ra vùng não hạnh hạnh trên con người giúp chúng ta điều gì?
- 5- Theo kinh nghiệm bản thân em, em làm thế nào để đối phó lại với sự sợ hãi.

Hạnh phúc = Giàu có?

Theo nghiên cứu của các nhà kinh tế và các chuyên gia về gia đình thì tiền bạc, tài sản và những yếu tố tài chính khác chỉ đem lại cho con người khoảng 15% hạnh phúc, phần còn lại bắt nguồn từ những nhân tố khác như thái độ sống, khả năng làm chủ cuộc sống và những mối quan hệ xung quanh...

Trong khi chúng ta đang ngày càng trở nên giàu có hơn về mặt tiền bạc so với các thế hệ đi trước thì dường như mức độ hạnh phúc của chúng ta lại không tăng lên được bao nhiêu. Các nghiên cứu về hạnh phúc cho thấy, một khi những nhu cầu cơ bản như ăn, ở đã được thỏa mãn thì số tài sản “dữ dội” này chẳng đem lại cho con người thêm bao nhiêu hạnh phúc.

“Tiền bạc không bảo đảm đem lại hạnh phúc cho con người. Sự khác biệt giữa một người kiếm được 30.000 USD/năm so với một người kiếm được 300.000 USD/năm là rất nhỏ. Nhiều người rất ngạc nhiên về điều này”. Timothy Sharp, sáng lập viên của Viện Hạnh phúc, nói.

Các nhà kinh tế học nghiên cứu về hành vi của con người cũng cho rằng nguyên nhân khiến con người giàu hơn nhưng lại không cảm thấy hạnh phúc hơn là họ luôn so sánh mình với người giàu có hơn về mặt vật chất.

“Nếu muốn hạnh phúc bạn chỉ cần làm một điều đơn giản là so sánh bản thân mình với người nghèo hơn bạn, đi xe xấu hơn hay ở nhà nhỏ hơn. Vậy mà trên thực tế, đa số mọi người đều làm ngược lại và đây là một trong những nguyên nhân khiến họ cảm thấy thất vọng và lo lắng trong cuộc sống”, Sharp nói.

Theo nghiên cứu của giáo sư Robert Frank ở Trường Đại học Cornell (Mỹ), đa số người Mỹ đã chọn việc làm có thu nhập 100.000 USD/năm nếu những người khác cùng trình độ có thu nhập 85.000 USD/năm. Số ít hơn đã chọn việc làm có thu nhập 110.000 USD/năm nếu những người khác có thu nhập 200.000 USD/năm.

Phần câu hỏi hướng dẫn:

- 1-Tiền bạc đem lại cho con người được bao nhiêu phần trăm trong sự hạnh phúc?
- 2-Những yếu tố gì đem lại hạnh phúc cho con người nhiều hơn?
- 3-Sự suy nghĩ như thế nào đã làm cho con người không thấy hạnh phúc mặc dầu họ có được một cuộc sống vật chất rất đầy đủ?
- 4-Theo em cuộc sống như thế nào gọi là một cuộc sống có hạnh phúc?

Sức mạnh của tự kỷ ám thị

Các cô gái tóc vàng hoe tin rằng mình thông thái chả kém ai. Nhưng những câu chuyện cười giả tưởng về sự ngốc nghếch của họ cũng khiến họ mất tự tin vào trí tuệ của mình. Các nhà tâm lý Đức nhận ra điều đó trong một nghiên cứu mới đây.

Khoảng 80 phụ nữ có màu tóc khác nhau được tham gia một loạt các cuộc trắc nghiệm tinh thần về khả năng làm việc nhanh chóng và chính xác.

Trước khi bắt đầu test, một nửa trong số người tham gia được đọc những câu chuyện cười về "tóc vàng hoe ngốc nghếch", chẳng hạn: *Tại sao các cô nàng tóc vàng mở nắp hộp sữa chua ngay tại siêu thị? Vì trên mặt hộp có dòng chữ "Mở tại đây"*.

"Không có cô gái tóc vàng nào nghĩ mình ngu ngốc" - Jens Foerster, một nhà tâm lý xã hội tại Đại học quốc gia Bremen ở miền bắc Đức, cho biết - "Nhưng khi bị ám ảnh bởi các công thức tiêu cực mà xã hội áp đặt về mình, những cô gái tóc vàng trong nghiên cứu lại thực hiện test chậm hẳn".

Foerster giải thích hiện tượng này là do khi người ta bị "đe dọa" rằng họ không thể thực hiện tốt nhiệm vụ, họ sẽ làm việc chậm lại song cẩn thận hơn, để tránh mắc nhiều sai sót.

"Nghiên cứu chứng tỏ ngay cả những định kiến vô căn cứ mà ai cũng biết là không đúng cũng có thể ảnh hưởng đến niềm tin của cá nhân về năng lực của người đó", Foerster nói.

Phần câu hỏi hướng dẫn:

- 1-Người ta đã thử nghiệm sự làm bài thi của các cô gái tóc vàng như thế nào?
- 2-Tại sao kết quả là các cô gái tóc vàng làm bài thi chậm?
- 3-Bài báo cho ta bài học như thế nào đối với riêng bản thân của mình?

Đạo chồng nghĩa vợ, giận rồi lại thương

Cuộc sống gia đình không phải lúc nào cũng xuôi chèo mát mái như bạn mong đợi. Vấn đề của các gia đình không phải chỉ là giải quyết cho xong những bất đồng, mà chính là chúng ta thấy được gì qua những mâu thuẫn. Tìm được căn nguyên của vấn đề mới giúp ta có được biện pháp triệt để.

1. Hãy biết lắng nghe

Có những cặp vợ chồng thường xuyên cãi nhau vì những nguyên nhân hết sức nhỏ nhặt. Những căng thẳng này có thể sẽ diễn ra trong một thời gian dài khiến hai vợ chồng không thể tập trung trong công việc.

Các chuyên gia cho rằng: Trong những cuộc tranh luận hai vợ chồng nên bình tĩnh để lắng nghe ý kiến của nhau, không nên nóng nảy, tự phụ. Ai cũng có lúc đúng, lúc sai, điều quan trọng là biết lắng nghe và sửa chữa.

2. Vai trò của người chồng

Con người thường không thích thừa nhận những sai lầm của mình, đặc biệt là phụ nữ. Vậy người chồng hãy thể hiện sự mềm mỏng của một người đàn ông, xóa bỏ những hờn dỗi của bản thân để cố gắng lắng nghe, thấu hiểu và thông cảm với vợ hơn. Khi đã biết chắc chắn rằng mình được hiểu, người phụ nữ cũng sẽ trở nên dịu dàng và dễ bảo hơn rất nhiều.

3. Từ chối mọi thỏa hiệp

Cuộc sống vợ chồng không cho phép chúng ta có những thỏa hiệp theo kiểu giải pháp tình thế. Chúng ta phải biết cách để giải quyết tận gốc rễ mọi mâu thuẫn. Nếu như giữa hai vợ chồng có những căng thẳng thì cả hai bên nên ngồi nói chuyện trực tiếp và thẳng thắn với nhau, thay vì cứ cố tỏ ra không có gì trước mặt con cái. Nếu không làm được như thế, chắc chắn sẽ đến lúc các bạn mệt mỏi đến mức không thể chịu được.

4. Hãy luôn nhớ về những điểm tốt của nhau

Cả hai đến với nhau xuất phát từ tình yêu, từ sự hòa hợp; nhưng khi những mâu thuẫn nảy sinh thì lý do đầu tiên chính là sự “không hợp”. Điều này có vẻ rất dễ hiểu, bởi khi chiến tranh bắt đầu thì người ta chỉ nhìn thấy điểm xấu của nhau mà thôi. Sau khi được các nhà tư vấn “hâm nóng” kỷ niệm, các bạn sẽ lại thấy tình cảm trở lại, lại nhìn thấy những ưu điểm của đối phương mà bấy lâu nay vì những bức bối cá nhân mà các bạn đã vô tình quên đi mất.

5. Tự tìm cho mình những “cổ vấn tình yêu”

Có một sự thực là: cho dù bạn nhiều hay ít tuổi thì bạn luôn cần đến những người đứng ngoài để cố vấn cho tình cảm của mình. Việc tìm kiếm người cố vấn cho gia đình của mình không đơn thuần chỉ là việc chờ đợi sự giúp đỡ của người đó khi cần thiết, mà cái chính là để thảo luận về một mẫu gia đình lý tưởng. Các bạn nên cùng với người cố vấn thảo luận về một mô hình gia đình mong muốn và cả hai vợ chồng hãy cố hết sức để đưa mô hình đó trở thành hiện thực.

6. Hãy trở thành chủ nhân của gia đình mình

Bạn luôn phải nhận ra rằng mình là chủ nhân của gia đình mình, là chủ thể của mối quan hệ trong gia đình; cho nên mối quan hệ của bạn với người bạn đời là cực kỳ quan trọng. Và các bạn phải học cách để hoàn thiện mối quan hệ đó trên nền tảng của tình yêu. Mối quan hệ thuận hòa trong cuộc sống vợ chồng sẽ khiến tinh thần và thể lực của bạn cực kỳ khỏe mạnh. Và dần dần các bạn sẽ thấy người vợ (hay chồng) là không thể thiếu trong cuộc sống của bạn.

Theo Thế giới phụ nữ

Phần câu hỏi hướng dẫn:

1-Điều đầu tiên trong việc giải quyết những xung đột trong gia đình, bài viết khuyên người đọc là nên lắng nghe nhau trong khi cãi vã, sự lắng nghe có ích lợi gì trong việc giải quyết?

2-Vai trò của người chồng là phải làm như thế nào?

3-Làm thế nào để tìm ra được nguyên nhân chính của sự xung đột vấn đề?

4-Tại sao chúng ta không nên cố tìm ra những cái xấu của nhau?

5-Tìm người cố vấn gia đình cho mình nghĩa là nên làm gì?

6-Làm thế nào để tìm mọi hòa hợp giữa hai bên?

Bí quyết học nói tiếng Anh

Tiếng Anh là một công cụ không thể thiếu trên con đường hội nhập và phát triển. Tuy nhiên, có một thực tế đáng buồn đang xảy ra ở nước ta đó là, nhiều người đã bỏ ra khá nhiều thời gian học tiếng Anh mà vẫn không thể giao tiếp, trao đổi bằng tiếng Anh được.

Chúng ta có thể nêu lên vô vàn nguyên nhân nhưng ít ai để ý đến một điểm rất quan trọng, gần như là then chốt của vấn đề: Quan điểm dạy và học tiếng Anh đúng đắn, phù hợp. Mời bạn tìm hiểu các quan điểm sau đây:

1. Xác định mục đích

Trước tiên chúng ta hãy xác định mục đích của việc học tiếng Anh. Dù với bất kỳ mục đích trước mắt nào đi nữa chúng ta cũng nên nhớ đến mục đích dài lâu, đó chính là yêu cầu thực tế trong đời sống, việc làm. Trong việc học tiếng Anh, cũng như trong bất cứ việc gì, việc xác định mục đích rất quan trọng và phải được thực hiện trước tiên.

2. Giao tiếp và văn phạm

Trong giao tiếp chúng ta có thể xem khả năng truyền thông là mục đích chính và văn phạm chỉ đóng vai trò hỗ trợ cho mục đích này. Quá chú ý đến văn phạm sẽ cản trở phản xạ ngôn ngữ, khiến chúng ta ngại nói tiếng Anh, sợ sai khi nói.

Chúng ta hãy chú tâm vào việc giao tiếp; các cấu trúc văn phạm sẽ được dễ dàng ghi nhớ khi học qua một loạt các ngữ cảnh, hơn là chỉ chú tâm học theo các quy tắc. Dần dần, chúng ta sẽ thấy các lỗi văn phạm càng lúc càng ít đi.

3. Sự lưu loát và độ chính xác

Khi thực tập nói tiếng Anh, chúng ta cần phải kết hợp và ý thức được hai loại bài tập: các bài tập rèn luyện khả năng diễn đạt lưu loát (phân vai, đối thoại, trao đổi nhóm...) và các bài tập rèn luyện sự chính xác.

Các bài tập rèn luyện sự lưu loát khuyến khích học viên diễn đạt tự nhiên và không phải để ý đến những tiểu tiết không cần thiết. Các bài tập rèn luyện sự chính xác sẽ đồng thời làm cho học viên quan sát được cách diễn đạt và văn phong của tiếng Anh.

4. Suy nghĩ bằng tiếng Anh

Một trong những sai lầm nghiêm trọng thường gặp là chúng ta có khuynh hướng "dịch" (từ tiếng mẹ đẻ sang tiếng Anh) trước khi nói. Việc này ngay lập tức tạo ra một rào cản ngôn ngữ.

Ví dụ, khi chúng ta muốn bỏ một cuộc hẹn, chúng ta sẽ nghĩ trong đầu câu: "Tôi muốn hủy cuộc hẹn đó". Sau đó chúng ta dịch câu đó sang tiếng Anh. Chúng ta sẽ gặp vấn đề vì chúng ta có thể không nhớ, hoặc không biết các từ "cancel" và "appointment" để hình thành câu "I would like to cancel the appointment".

Nếu chúng ta nghĩ bằng tiếng Anh, chứ không phải là dịch trước khi nói, chúng ta sẽ không gặp phải vấn đề này, vì có nhiều cách diễn đạt tình huống này bằng tiếng Anh, ví dụ: "I'm sorry. I'm not free tomorrow" hay "I'm afraid I can't come tomorrow", v.v...

5. Nghe và hiểu

Chúng ta cần phải nghe một khoảng thời gian (nhANH hay chậm tùy theo mỗi người). Và vì thế, việc luyện nghe rất quan trọng: Hãy nghe bất cứ khi nào, bất cứ ở đâu. Chúng ta có thể nhớ hàng trăm câu trong đầu, nhưng nếu chúng ta không nghe được thì tất cả đều vô nghĩa, giống như một khách du lịch cầm quyển sách học tiếng, hỏi đường và không thể đến nơi được vì không thể hiểu người chỉ đường nói gì.

Khi khả năng hiểu tiếng Anh của chúng ta tiến bộ thì cách tự nhiên, chúng ta cũng sẽ thấy tự tin và tiến bộ trong khả năng nói.

6. Chủ động: Trách nhiệm thuộc về chính chúng ta

Học giao tiếp tiếng Anh không phải là việc tiếp thu một kiến thức, mà là việc thực hành và thể hiện (performance). Chúng ta phải thực sự nhận lấy "trách nhiệm học" này, không thể ngả lưng ra ghế, nghe giảng viên nói và hy vọng sẽ giao tiếp tốt được. Chúng ta phải chủ động, thành quả của chúng ta sẽ là những gì chúng ta đã bỏ ra. Kỹ năng tốt là sản phẩm của thực hành và sự nỗ lực.

7. Giảng viên

Để giao tiếp tốt, chúng ta sẽ phải chịu trách nhiệm cho các kiến thức sơ đẳng. Giảng viên, vì vậy, không phải mất thời giờ cho các công việc nhàm chán như viết lên bảng các từ vựng hay dạng chia của một động từ bất quy tắc, mà thay vào đó là tập trung sáng tạo làm cho lớp học sinh động, tạo điều kiện và cơ hội cho chúng ta thực hành giao tiếp nhiều nhất.

Theo Kiến thức Ngày nay

Phần câu hỏi hướng dẫn:

1-Tại sao chúng ta cần xác định rõ việc mục đích học tiếng anh của chúng ta cho kỹ? Và mục đích đó là gì?

2-Sự giao tiếp và văn phạm trong tiếng anh, điều nào quan trọng hơn? tại sao?

3-Sự luyện tập sự nói chuyện lưu loát đòi hỏi những điều gì? sự luyện tập sự chính xác trong lúc nói tiếng anh đòi hỏi những điều gì?

4-Khi nói tiếng anh thì chúng ta nên suy nghĩ như thế nào?

5-Khả năng nghe và hiểu tiếng anh, hay một ngoại ngữ khác có tầm quan trọng nào trong việc học ngoại ngữ?

6-Tại sao sự chủ động trong việc giao tiếp là một điều quan trọng trong việc học?

7-Người giảng viên phải giảng dạy như thế nào để cho học sinh mau thực hiện phân giao tiếp?

Muốn trở thành học sinh giỏi

Hắn các bạn đã nghe nói anh A, cô X là thần đồng về toán hay về khoa ngoại ngữ. Chắc các bạn tặc lưỡi: "Người sao mà tài!" Và các bạn ước mơ: "Bao giờ tôi mới được như thế?"

Bạn! Xin kể với bạn một câu chuyện...

Chuyện như thế này:

- Có một cô bé học tập bình thường, nhưng nỗi khát khao của cô là làm sao học thật giỏi. Cô bé muốn có được thầy giáo khen, các bạn trọng vọng nhưng cô không thể tiến lên được dù cô đã tỏ ra cố gắng.

Lần kia có một bà tiên hiện ra với cô và cho cô chọn một trong ba điều ước:

- **Thứ nhất: Cô được sang giàu nhất nước.**

- **Thứ hai: Cô được một sắc đẹp không ai sánh bằng.**

- **Thứ ba: Cô sẽ trở thành học sinh giỏi nhất.**

Ba điều ước mà điều nào cũng tuyệt vời đối với cô. Nhưng cô chỉ được phép chọn một mà thôi.

Cô bé cần môi suy nghĩ:

- Điều một: Giàu thì hiện tại gia đình cô cũng thuộc loại trung lưu dù là chưa phải giàu nhất nước. Nhưng mà cũng tạm được.

- Điều hai: Đẹp, hiện tại cô cũng không đến nỗi xấu xí lắm. Mà đẹp với cô không cần.

- **Điều ba: Đây là nỗi khát vọng, niềm ước ao của cô trông đợi bấy lâu nay.**

Cô đáp: Xin cho được nguyện vọng thứ ba.

Lập tức bà tiên mỉm cười với cô rồi đáp:

- Điều đó thì con sẽ được toại nguyện. Nhưng con ơi, muốn được điều kiện đó thì con phải làm tiếp cho từng phần việc này. Có điều chẳng biết con có đủ sức không?

Cô bé hăm hở:

- Con sẽ làm hết sức con, miễn sao con trở thành **người học giỏi**.

Bà tiên chậm rãi phán, giọng trầm và nghiêm nghị:

- Muốn học giỏi cần phải thật hiện máy điều sau đây:

1. Phải nỗ lực học tập.

2. Phải trì chí.

3. Phải tổ chức học tập liên tục một cách khoa học.

Hãy làm đi, đó là "phép màu" ta trao cho con đó.

Bà tiên biến mất. Cô bé đã biết cô phải làm gì để đạt được khát vọng của mình.

Nỗi thắc mắc của cô đã được giải đáp. Giờ đây cô bé chỉ căn cứ vào "phép màu", vào lời hướng dẫn của bà tiên.

Mười lăm năm sau...

Cô gái đã lớn và đã trưởng thành. Cô hài lòng về những điều cô đã thực thi trong mười lăm năm qua.

Giờ đây nếu có "bà tiên" hiện ra một lần nữa hẳn bà sẽ mỉm cười, vuốt nhẹ tóc ôc hoặc hôn cô mà chúc mừng chiến thắng của cô. Cô thành công là nhờ "tam pháp bảo" mà bà tiên đã trao tặng ngày nào.

Bạn có lẽ đã ước mơ trở thành người học trò giỏi? Câu chuyện vừa rồi tôi kể cho bạn nghe là một chìa khóa mở lối chân trời mơ ước của bạn đó.

Nào, bạn và tôi, chúng ta cùng dần bước. tôi sẽ dìu bạn từng bước một, đừng sợ ngã nếu như bạn quyết tâm trở thành người học giỏi thật sự.

(Hạnh Hương - Phương pháp học Tiếng Anh - NXB tổng hợp Đồng

Bí quyết học giỏi của các thủ khoa

Đằng sau ánh hào quang của danh hiệu thủ khoa là biết bao mồ hôi khổ luyện.

Một cuộc gặp gỡ khá thú vị, một bàn tròn mini mà ở đó Lê Vũ Lâm (thủ khoa ĐH Bách khoa TP.HCM, khối A), La Lễ Phúc (thủ khoa ĐH Y dược TP.HCM, khối B), Phan Thanh Hà (điểm cao nhất khối D1, ĐH Sư phạm TP.HCM) và Lê Thư Phương Quỳnh (điểm cao nhất khối C, ĐH KHXH&NV TP.HCM) cùng trò chuyện về cách học và đường đi đến ngôi vị quán quân các trường ĐH của mình...

Tẩy chay học vẹt!

“Muốn học giỏi phải có “chiêu” học tập riêng của mỗi người ” - Lê Vũ Lâm khẳng định. Với những môn khoa học tự nhiên, bí quyết để học tốt của Lâm và Phúc là: “Phải làm nhiều bài tập và tự giải theo cách của mình để tìm ra các dạng bài... Không đầu hàng trước các bài khó. Giải chưa được thì tìm bạn tranh cãi, nếu vẫn bí mới hỏi thầy cô. Như vậy nhớ rất lâu...”.

Hệ thống các kiến thức đã học là việc cần thiết vì các bài học thường liên quan với nhau. Bất kỳ môn nào nếu lý thuyết được hiểu đến nơi đến chốn sẽ giải quyết bài tập nhanh.

“Cây văn” Phương Quỳnh từ khi vào cấp III đã “cự tuyệt” với văn mẫu. Quỳnh tìm sách của các giảng viên ĐH, đọc và tìm những suy nghĩ của chính mình, luyện cách diễn đạt ý. Với môn sử, địa, Quỳnh đọc qua một lượt để hiểu, ghi lại những ý chính; sau đó tìm thêm sách đọc, so sánh, bổ sung số liệu.

Còn theo Hà, để học tiếng Anh giỏi phải nắm vững ngữ pháp, giải bài tập nhiều. Cách học từ vựng dễ nhớ nhất là nên học theo ngữ cảnh, học từng từ dù dễ thuộc

nhưng lại rất mau quên.

Tất cả đều kịch liệt phản đối chuyện học vẹt và cho rằng đó chỉ là cách đối phó với những bài kiểm tra. Muốn thi ĐH cần phải có kiến thức thật sự của mình, phải chịu khó và quyết tâm.

Khắc phục môn học còn yếu

Bạn nghĩ thủ khoa đâu dễ gì bị bí, nhất là với những môn trong khối thi của mình? Thế mà có đấy. Với Hà: “Môn văn hơi yếu nên thường phải bắt đầu bằng những đoạn viết ngắn. Khi thấy ổn thì viết tiếp những đoạn dài hơn”.

Phúc lại luyện môn sinh học theo kiểu “mưa dầm thấm lâu”, học từng chi tiết nhỏ, nhớ những ý chính rồi học đi học lại nhiều lần cả bài cũ lẫn bài mới... và “thế là nhớ bài thôi”. “Mình hơi ớn khi đụng những sơ đồ, lược đồ của môn địa. Vì vậy, cách duy nhất là mở tập hình vẽ bản đồ, nhìn thật kỹ để ghi vào bộ nhớ những hình ảnh đó” - Quỳnh kê.

Vào năm lớp 12, biết mình còn yếu các môn xã hội, Lâm chỉ “học bình thường” các môn yêu thích và đầu tư thời gian cho các môn xã hội. Để tăng thêm vốn Anh ngữ, Lâm mua các phần mềm Anh văn, sách song ngữ về tự học...

Không thích việc “thầy đọc trò chép”

Dù Hà và Phúc “chạy sô” ở các trung tâm luyện thi, Lâm ôn cấp tốc trong một tháng và Quỳnh tự ôn, nhưng mỗi người đều tự tìm cho mình một phương pháp học riêng. Bạn bè trong lớp ưu ái tặng Lâm và Nhân (thủ khoa ĐH Sư phạm, bạn học cùng nhóm) danh hiệu “kình địch”, nhưng cả hai lại thích “học nhóm để cùng thi xem ai làm bài nhanh hơn, ai có cách giải hay hơn...”.

Chẳng ai trong số họ học và luyện thi theo bộ đề: “Bộ đề có vẻ không còn hợp thời khi mà mỗi trường không tự ra đề riêng mà thi theo đề chung của bộ”. Thay vào đó, ngoài sách giáo khoa, mỗi người tự tìm cho mình những cuốn sách tham khảo phù hợp của những tác giả mình yêu thích.

Quan niệm “thầy đọc trò chép” ở phổ thông bị các bạn đánh bật. Hà và Lâm khẳng định chắc nịch: “Tự ghi chép trong quá trình nghe giảng rất có hiệu quả!”. Quỳnh cho rằng: “Nếu nghe giảng rồi tự ghi lại ý chính, mình đã học bài được hai lần. Còn những ý nảy ra lúc đó, mình ghi chú bằng bút chì bên cạnh”.

Phúc nói: “Ba môn toán, hóa, sinh mình học không bao giờ biết chán”. Vậy nhưng kết quả cuối năm học của chàng trai này ở các môn học khác chưa bao giờ làm phiền lòng thầy cô. Phúc cười: “Mình học tập trung có mức độ!”.

Chọn ngành học... kỹ như chọn người yêu!

Hà, Quỳnh và Phúc đều ít nhiều chịu ảnh hưởng từ gia đình, thầy cô khi chọn ngành học, trường thi. Trong khi đó cậu thủ khoa ĐH Bách khoa chỉ quyết định sẽ thi vào khoa công nghệ thông tin sau khi... trăn trở: “Mình thích học theo lối tư duy, mà công nghệ thông tin rất cần khả năng tư duy nên mình chọn”.

Phúc cho rằng “phải tự định hướng nghề nghiệp tương lai trước, ít nhất là khi bước vào cấp III, như vậy mới xác định được lối đi cho đời mình chứ”.

Và không ai trong số họ phủ nhận một thực tế “định hướng nghề nghiệp là cần thiết, nhưng hiện nay vấn đề này hầu như không hề thấy ở cấp học phổ thông...”.

Phần câu hỏi hướng dẫn:

1-Học vẹt là học như thế nào?

2-Em hãy nói lên một vài phương pháp học mà các học sinh giỏi đã nêu lên trong bài?

3-Em hãy nêu lên một vài kinh nghiệm học tập của em ở các môn như toán, tiếng thụy điển và tiếng anh?

4-Nếu có những môn học yếu thì em phải làm gì để nâng cao trình độ của môn đó?

5-Tại sao phương pháp thầy đọc trò chép các học sinh đó không thích?

6-Việc chọn ngành học rất quan trọng, em phải suy nghĩ những điều gì trong việc chọn ngành học?

Dù sao bạn cũng phải tự vươn lên

Dù sao bạn cũng phải tự vươn lên. Chắc nhiều bạn có cảm giác rằng không làm sao có thể học giỏi được, dù các bạn có cảm tưởng là bạn đã rất cố gắng. Tôi nói bạn có "cảm tưởng" vì kỳ thực thì bạn đâu có cố gắng đủ. Mà bạn chỉ "cảm nhận" như vậy thôi. Nếu quả thực bạn có cố gắng thì chắc chắn bạn cũng có nhiều tiến bộ trong quá trình



Tại sao bạn chưa chịu vươn lên?

1. *Khó khăn và lợi ích:*

Thật là giản dị khi các nhà tâm lý đều khuyên bạn "Đừng phí thời giờ hỏi ý kiến bạn bè hoặc ngồi yên trong bóng tối mà nghĩ ngợi mông lung".

Bạn hãy bắt tay vào việc đi khi đã có một quyết định.

Giáo sư Van Duoen bảo rằng :

"Người ta sẽ thành công khi người ta tìm lại lòng tự tin, hết lo lắng vì đã trông rõ đường hướng mình đi".

- Bạn đã có một lối đi.

- Bạn đã có hướng tiến.

Và bạn đã có một lý tưởng để vươn tới. Tại sao bạn không nắm bắt lấy còn chờ đợi gì ?

Biết rằng lý tưởng đã có sẵn nhưng khó vươn tới

Cái lối mà bạn thấy trước mắt sao quá gập ghềnh.

Cái hướng mà bạn phải tiến quả còn nhiều trắc trở.

Vì lẽ đó bạn chần chừ chưa thể mạnh dạn dần bước ư ?

- Nhưng muốn có được tổ ấm thì con chim phải vất vả tha từng cọng rác để kết tổ.

- Muốn không đói nghèo, người nông dân phải gieo trồng, cấy gặt. Họ lao động trong lao khổ nhưng ngày gặt hái lại vang giọng cười rân rân.

- Bạn nỗ lực miệt mài đến phờ người để mùa thi đến kết quả sẽ là phần thưởng trả lại công lao mà bạn đã miệt mài. Ngược lại những kẻ rong chơi bỏ bê việc học sẽ héo úa, buồn đau và mang nỗi ân hận dai dẳng.

Mục tiêu chung của việc học bao giờ cũng có khó khăn nhưng thường đi kèm với lợi ích.

Nếu bạn không thừa nhận định luật này làm sao bạn có thể vươn lên đỉnh cao của con đường học vấn. Muốn nắm lại vấn đề, tôi nhấn mạnh, có nghĩa là chúng tôi ước mong sao bạn hãy tập trung tư tưởng đọc tiếp những phần này. Đọc và thực hành nó. Hãy cố gắng thử xem, ít nhất là bạn thử nghe tôi một lần. Đọc thật chậm bạn nhé.

Và đây là các giải pháp sẽ giúp bạn:

2- Các giải pháp:

a- Tích cực trong các giờ học ở lớp:

- Như các chương trước đã nói rồi, giờ nhắc lại:

Đừng chán nản việc học, xin bạn chịu khó một chút đi.

Tôi khuyên bạn: Hãy tích cực nghe giảng chuyên chú tiếp thu bằng cả nhiệt tình và sự cố gắng của bạn. Học - và học. Chăng phải vào lớp cho chiếu lệ, để mang danh học sinh lớp 11 - 12, một sinh viên khoa này khoa nọ...

Bạn, nếu bạn không nhiệt tình làm hết bổn phận cho hiện tại, trong hiện tại, là bạn đừng hy vọng xây dựng điều gì ở tương lai dù một điều nhỏ nhất, vì cái hiện tại bạn không nắm bắt, không thực hiện thì sao bạn có thể mong mỗi một tương

Có ai không gieo trồng mà mong ngày gặt hái không ?

Ngày trước đọc một quyển triết tôi nhớ được câu thơ này. (Tôi quên tác giả, xin lỗi bạn). Câu thơ lòng ý triết quá hay. Tôi đọc và áp dụng ngay vào thực tế của đời sống.

Tôi xin gởi bạn nếu như bạn cùng quan điểm với tôi, thì tôi lại có thêm những con người hòa đồng tư tưởng. Và chúng ta có cùng một quan điểm sống để rèn luyện học tập và làm việc. Một lần nữa bạn đừng thắc mắc là thơ ai. Hoặc bạn đã biết câu thơ này của ai thì càng hay!

Bài thơ như sau :

"Đừng tìm về quá khứ

Đừng tưởng tới tương lai

Quá khứ đã không còn.

Trông lai thì chưa tới.

Hãy quán chiếu sự sống

Trong giờ phút hiện tại.

Phải tịnh tiến hôm nay

Kẻo ngày mai không kịp"

Không biết bạn có cùng quan điểm và đồng ý với tôi rằng bài thơ trên có ý nghĩa không?

Còn tôi, những năm sống nhiều với bão táp cuộc đời bủa vây, những khó khăn trong học tập v.v... thì bài thơ trên đã động viên tôi rất nhiều. Đã đánh thức và đã "quán chiếu sự sống" trong tôi để hôm nay tôi còn có được những cảm nghĩ, những tư tưởng này trao gửi bạn..

Nói tích cực trong các giờ lên lớp tức là nghe và trả lời thật sinh động. Hỏi và đáp thật sôi nổi. Bạn đang học mà, phải không? Hãy bằng mọi cách nắm chắc kiến thức sau mỗi giờ học đó.

b- Tích cực học nhóm:

- Những gì nhà trường tổ chức trong việc học xin bạn nên tuân hành.

Hãy hòa mình với tập thể.

Học nhóm sẽ giúp bạn nhiều điều lợi. Trong các bạn thuộc nhóm học tập của bạn, nhất định sẽ có bạn xuất sắc môn này hoặc môn kia, đó là lợi điểm của bạn.

- Học với bạn đồng trang lứa bạn sẽ không á ngại bằng học với thầy cô. Các bạn có toàn quyền "mổ xẻ" những phần bài khó hiểu và giúp nhau cùng hiểu. Mỗi người mỗi cách mà tổng thể bao giờ cũng độc đáo hơn đơn lẻ. Nên bạn đừng xem thường hình thức tổ chức học tập này. Hãy tham gia tích cực đi. Bạn sẽ thấy bạn mau tiến bộ một cách rõ rệt .

c- Học ở sách vở :



Sách vở là những người bạn trung thành. Là người bạn tốt, hữu ích cho bạn nếu như bạn biết chọn sách hay để học.

Sách vở cũng ảnh hưởng sâu xa đến ký ức, nó cấu tạo bầu khí huyết và tinh thần giúp bạn nhiều bổ ích mà bạn có khi không tưởng tượng ra.

Nhưng bạn cũng nên cố tránh những tác phẩm có tính cách gây mất sự thăng bằng của bạn về tình cảm và lý trí.

Nên đọc những loại sách có nội dung rèn đức óc can đảm, tinh thần nghị lực, tăng chí khí, rèn nhân cách.

Nói chung bạn nên xa lánh loại sách chỉ nói toàn chuyện ảo tưởng. Văn chương dù cho tuyệt tác thế nào mặc kệ, vì chính nó có thể ru ngủ bạn đi vào mộng mơ.

Bạn phải cần vật lộn với đời sống thực tế. Bởi cuộc đời đâu đẹp như thơ. Cuộc đời là trường đời, là trường học.

Tôi không có ý kiến phản đối hoàn toàn bạn đừng đọc tiểu thuyết.

Kỳ thực tiểu thuyết là những bối cảnh thực tế của cuộc sống mặc dù có pha trộn văn chương thêm thắt sắc màu tô hồng hay bôi đen tùy tác giả.

Nhưng bạn nên chất lọc cả tên tác giả trước khi muốn đọc một tiểu thuyết.

Vì tiểu thuyết lắm khi cũng cần bởi có nó và chính nó pha trộn sắc màu trong cuộc sống. Cũng như một ly nước mía giữa buổi trưa hè gay gắt nắng.

Nước mía chẳng bổ béo gì cho lắm nhưng tiếp tục vượt thêm đoạn đường dài.

Viết tiểu thuyết không phải tác giả nào cũng giống nhau cả đâu. Bạn hãy thận trọng. Có những tác giả viết lên những quyển tiểu thuyết có tính cách giáo dục cao nhằm hướng thiện. Qua đó có những gương tốt giúp bạn học hỏi. Hoặc có khi là cảnh tỉnh cho ai đó . . .

Nhưng dù sao tiểu thuyết chẳng phải là loại sách gối đầu giường cho lứa tuổi như bạn. Bởi tiểu thuyết bao giờ cũng mang tính chất ít nhiều đa tình, đa cảm.

Tôi khuyên bạn hãy hái những bông hồng giữa đám gai nhọn.

Mục đích là làm thế nào để bạn hướng về việc học tập. Học sao cho giỏi, thật giỏi. Mọi yếu tố nhằm, kể cả cung cấp, cho bạn một mục đích duy nhất, là "học giỏi".

d- Học kèm nơi các thầy cô

Thực tế vẫn có người bỏ tiền ra mua bằng cấp cho con. Không trực tiếp thì cũng gián tiếp.

Việc tôi muốn nói với bạn, trước nhất với các bậc làm cha mẹ là hãy hướng con mình đi trên con đường chân chính. Hãy sống thực và giúp con cái bạn sống thực.



Cái mảnh bằng mà con bạn đỗ đạt được phải có giá trị tương đương với cái vốn kiến thức mà nó sẵn có.

Đừng nên tạo những loại bằng cấp rỗng. Đó là hình thức hại con em. Người ta nói thương đôi khi cũng có hại chính vì lẽ này.

Tại sao bạn không dùng tiền để con cái bạn đi học kèm thêm các môn mà bạn biết con bạn còn kém cõi.

Bạn có điều kiện làm ra tiền, bạn bỏ ra tạo thêm kiến thức cho con đó là bạn làm tròn trách nhiệm kẻ làm cha mẹ, đó là của cải để lại cho con về sau.

Nhưng bạn sẽ suy nghĩ thế nào mỗi khi chờ mùa thi rồi luôn cúi xin xỏ chạy vạy cho con. Hiện tượng tiêu cực này chưa thể chấm dứt khi con người, chưa cảm nhận được điều tai hại của nó.

Thật đáng tiếc và đáng buồn thay khi vẫn còn câu "có tiền mua tiên cũng được".

Nhưng bạn ơi ! Muốn "mua tiên" thì mua, đó là quyền bạn. Nhưng đừng "mua bằng cấp" tai hại biết bao nhiêu. Chẳng phải chỉ một cá nhân mà thôi đâu mà ảnh hưởng tới cả nhân quần xã hội.

Vì bằng cấp là cơ sở chứng minh cho quá trình và năng lực học tập của con người. Dựa vào đó xã hội sẽ sử dụng người đó vào những công việc phù hợp.

- Học cours

Có nhiều đề tài được quay ra cours. Các môn bài ở trường bạn đã học qua hoặc các bài bạn đi học vào các giờ thầy cô dạy kèm. Bạn nên vận dụng vào các cours

Ở đó có nhiều đề tài hay, sâu hơn. Giúp bạn nắm lại kiến thức chặt chẽ hơn.

Bạn đừng bỏ qua cách học này. Cách này là cách tự luyện đặc biệt.

Bạn học với một tinh thần tự giác học để đạt đến mức độ giỏi, khá như bạn đã mong muốn.

Phải có tinh thần hăm hở vươn lên, vươn lên không ngừng. Chăm học cũng là một nguồn sinh thú phải không bạn ? Nếu bạn thực sự biết nếm cảm, thực sự lao động miệt mài trong học tập, bạn sẽ thấy sung sướng khi đạt được thành quả tốt.

Có một người bạn nói với tôi rằng : "Tôi mừng muốn điên lên sau khi giải được một bài toán khó, mà tôi không biết sao tôi luôn thích giải các bài toán khó như vậy. tôi tìm thấy nguồn vui thực sự trong cách học tập của tôi".

Có khi nào bạn trùng lặp với ý tưởng của bạn tôi không? Trong đời tôi quý người bạn ấy. Nhờ vậy, tôi cũng tiến từng bước một trên đà học vấn. Có điều tôi và chị khác nhau ! Kể văn, người toán vậy mà bổ sung cho nhau, cũng được lắm. Bạn nên tìm đôi bạn như tôi để có sự hỗ trợ, đồng cảm với nhau.

e- Tư học, tự tình tài, nghiên cứu

Muốn học giỏi không phải bạn chỉ học ở trong chương trình học lên lớp, trong sách giáo khoa, học những giờ đi học kèm cặp của các cours bài. Mà bạn cần phải vận dụng nhiều qua sách báo, tự nghiên cứu và tìm tòi những phương pháp mới lạ của những cách giải toán khác.

Thỉnh thoảng bạn lại thấy báo chí đưa ra những "thần đồng" đáng nể với những mức độ siêu phàm. '

Bạn cũng có thể được như họ nếu bạn chịu khó kiên tâm.

Tại sao nhà nữ bác học Marie Curie là một phụ nữ, thuộc giới "quần hồng" mà siêu việt vậy ?



Còn bạn. Không được như thế chưa hẳn đầu óc bạn yếu kém hay dốt nát mà là bạn thiếu lòng kiên tâm say mê, trì chí và chưa có khát vọng đạt tới mục đích cao nhất.

Tôi tin bạn cũng có thể trở thành nhà bác học tài danh nếu bạn chịu khó nuôi mục đích bằng ý chí và nghị lực của mình.

Vì cái gì đã khiến Marie Curie làm được? Nếu bạn muốn hãy tự đi theo con đường người nữ bác học vĩ đại ấy đã đi qua. Bạn có lợi điểm vì đã có Marie Curie dọn lối.

Nào bạn hãy đi. Biết đâu bạn sẽ trở nên một người hơn cả Marie Curie cũng nên.

Hãy bắt đầu, thời cơ đang chờ đợi bạn.

(Hạnh Hương - Phương pháp học Tiếng Anh - NXB tổng hợp Đồng

Đối mặt với sự sợ hãi

Sợ hãi không từ chối một ai, từ già, trẻ, gái, trai đều có thể bị nó chi phối. Về mặt sinh học, tâm lý sợ hãi có khả năng làm suy giảm chức năng của hệ miễn dịch, gây mất ngủ, kém ăn, nổi mụn nhọt hoặc có khối u (kể cả những khối u ác tính).



Ngoài ra, người có tâm lý luôn sợ hãi còn rất mẫn cảm với những thay đổi của thời tiết và khí hậu nên cũng dễ mắc phải các bệnh về cảm cúm, nhiễm trùng và một số bệnh truyền nhiễm khác. Đặc biệt, khi sợ hãi, cơ thể thường giải phóng các chất có hại, như: epinephrine (adrenaline), norepinephrine và cortisol khiến con người rất dễ mắc phải các chứng bệnh nan y như tim mạch, ung thư, suy yếu não...

Về mặt tâm lý, sợ hãi còn kéo theo nhiều hậu quả tinh thần nghiêm trọng khác mang tính dây chuyền: thất vọng, chán nản, lo âu, trầm cảm, thậm chí là mắc phải chứng tâm thần phân liệt. Nên nhớ, nỗi sợ hãi càng kéo dài thì nguy cơ sức khỏe thể chất và tinh thần bị ảnh hưởng càng lớn.

Tuy nhiên, bất cứ cái gì cũng có mặt tích cực và mặt tiêu cực của nó, mà tâm lý sợ hãi cũng không phải là một trường hợp ngoại lệ. Thật ra, sợ hãi cũng được xem như là một cơ chế tự vệ rất tốt, qua đó nó giúp con người có tinh thần cảnh giác và sống một cách cẩn thận hơn. Nên không vì sợ hãi, con người sẽ sống rất liêu lĩnh. Ở một chừng mực nào đó, về mặt đạo đức, sợ hãi cũng có ý nghĩa giống như tâm lý xấu hổ. Có biết xấu hổ thì con người mới sống có đạo đức.

Theo các nhà tâm lý phương Tây, sợ hãi đã ăn sâu vào tiềm thức con người ngay từ khi mới lọt lòng mẹ. Vì vậy, có thể nói, sợ hãi chính là bản năng không thể không có của con người. Trong khi đó, các trào lưu tư tưởng phương Đông (mà nhất là trong triết học Phật giáo) thì lại cho rằng tâm lý sợ hãi thật ra không có thật mà chỉ là ảo tưởng của các giác quan.

Tuy nhiên, dù đứng ở góc độ công nhận sợ hãi là có thật hay không thì hầu như tất cả các nhà tâm lý đều đồng ý với nhau rằng, con người không nên sợ tâm lý sợ hãi cũng như không nên cố gắng lãng tránh nó.

Trên thực tế, sợ hãi giống như một "con ma" rất khó trị, chúng ta càng trốn chạy thì nó càng đeo bám. Vì vậy, cách tốt nhất chống lại sự sợ hãi là chúng ta nên chủ động và mạnh dạn "nhìn ngắ", mổ xẻ nó trong bất cứ thời điểm nào mà nó xuất hiện. Điều này cũng giống như việc chúng ta ngồi thiền, tức là muốn hiểu và giải quyết triệt để bất kỳ một hiện tượng nào đó (bao gồm cả sợ hãi), trước tiên chúng ta phải "nhìn" sâu vào bản chất, vào nguyên nhân xuất hiện và vào cơ chế, diễn biến phát triển của nó, có như vậy, chúng ta mới có đủ sáng suốt để giải quyết nó, hoặc thậm chí, tự nó sẽ biến mất ngay khi chúng ta "mổ xẻ" bản chất nó đến "cùng tận" (vì nó không có thật theo triết lý phương Đông).

Tóm lại để giải quyết sợ hãi, cách duy nhất có hiệu quả là con người nên mạnh dạn đối mặt với nó. Khi đó, chúng ta không những chỉ "hạ gục" được nó mà còn có thể học hỏi và rút ra được nhiều kinh nghiệm quý báu cho bản thân.

Danh Nguyễn

Theo *DNSGCT* – *Người lao động*

Câu hỏi gợi ý:

- 1- Em hãy nói lên sự nguy hiểm của tâm lý sợ hãi?
- 2- Tại sao con người lâm vào tâm lý sợ hãi?
- 3- Tâm lý sợ hãi có mặt lợi như thế nào?
- 4- Theo triết lý của đạo phật thì tâm lý sợ hãi là gì?
- 5- Nếu muốn chiến thắng được tâm lý sợ hãi thì con người của chúng ta phải làm gì?

Vì sao phụ nữ không thích các “cậu ấm”?



Phái nữ luôn thích nghe bạn trai nói về mẹ với sự thương yêu và trân trọng vì những chàng trai có tình cảm tốt đẹp với mẹ mình luôn tỏ ra thấu hiểu và biết thông cảm với phụ nữ hơn. Tuy nhiên, một chàng trai kể quá nhiều về mẹ mình chắc chắn sẽ để lại trong suy nghĩ của bạn gái hình ảnh một “cậu ấm”. Sau đây là những lý do tại sao phụ nữ không thích những “cậu ấm”, và cách giải quyết để các chàng trai có thể làm vui lòng cả mẹ và người yêu mình.

Phụ nữ luôn cảm thấy mệt mỏi trước các "cậu ấm"

Phụ nữ và đàn ông có khác nhau?

Cũng giống như nam giới đôi lúc hay mơ màng nghĩ tới những cô y tá hay những nàng hầu gái người Pháp dịu dàng, các cô gái cũng hay ảo mộng về những anh chàng lính cứu hoả hay cảnh sát, những người luôn mang hình ảnh của sức mạnh, quyền lực và đậm chất nam tính.

Nếu như một anh chàng lính cứu hoả đầy quyền rũ phải hỏi ý kiến mẹ nên mặc bộ quần áo nào trước khi hẹn hò với bạn gái, thì chắc chắn anh ta đã đánh mất nét cuốn hút, hấp dẫn của mình. Thường thì phụ nữ chỉ thích tuýp đàn ông mạnh mẽ, không chịu ảnh hưởng hay dễ bị

tác động bởi bất cứ người nào. Vấn đề là, những “cục cưng của má” lại luôn làm theo mọi yêu cầu của mẹ, kể cả những yêu cầu phi lý nhất. Và điều đó làm phát sinh mọi rắc rối.

Nếu một chàng trai thực hiện mọi yêu cầu của mẹ, điều đó có nghĩa là anh ta sẽ không quyết định bất kỳ điều gì với bạn đời của mình mà không có sự chấp thuận của mẹ. Vì thế sẽ thật khó để đưa ra những quyết định chung khi đã trở thành vợ chồng, và hiếm khi nào mà người phụ nữ lại chịu để cho một người thứ ba can thiệp vào mối quan hệ vợ chồng riêng tư của mình.

Nếu chỉ mới 12 tuổi, thì việc bạn trai không thể ra ngoài đi chơi cùng vì mẹ không cho phép còn chấp nhận được, bởi vì dù sao cậu ta vẫn chỉ còn là một chú nhóc. Nhưng khi cậu bé đã trưởng thành một người đàn ông mà vẫn có mẹ vẫn kiểm soát cuộc sống của mình, thì hầu như không phụ nữ nào chấp nhận điều đó.

Phụ nữ luôn muốn mình là số một

Khi đã trở thành vợ chồng thì không người phụ nữ nào lại chịu đứng ở vị trí số 2 trong cuộc sống người bạn đời của mình.

Người đàn ông vẫn có thể quan tâm tới mẹ mình trong ngày sinh nhật, ngày 8-3, hay những dịp lễ tết khác, nhưng nếu họ luôn đặt mẹ lên vị trí hàng đầu, trên cả bạn gái mình, thì cho dù chẳng vì cớ gì, các cô gái cũng thấy bị tổn thương, tức giận và cuối cùng là nói lời chia tay. Lý do khiến phụ nữ không cho những “cậu ấm” một cơ hội là vì họ không muốn phải đối đầu với người phụ nữ đã sinh thành ra anh ta.

Khi có quá nhiều sự hiện diện của bà mẹ chồng trong cuộc sống riêng của 2 vợ chồng, người phụ nữ có thể cảm thấy mình không làm tốt vai trò chăm sóc chồng, bởi vì anh ta luôn phải có một người phụ nữ khác chăm sóc bên cạnh. Họ không muốn bị so sánh rằng họ nấu ăn không ngon hay làm mọi việc không tốt như mẹ chồng mình.

Các chàng trai, nếu như mẹ bạn vẫn phải giặt quần áo, dọn phòng và nấu nướng phục vụ bạn mọi bữa ăn thì hãy dè chừng, có thể các cô gái đang xa dần bạn đấy.

Là một nửa chứ không phải là nô lệ

Thế kỷ 20, ngày càng nhiều các cặp vợ chồng chia sẻ với nhau công việc nội trợ, như giặt quần áo, nấu ăn, dọn dẹp nhà cửa. Mặc dù chẳng phụ nữ nào muốn chồng mình trở thành “ông nội trợ”, nhưng họ luôn mong được chồng giúp đỡ trong công việc gia đình. Vấn đề ở chỗ, những “cục cưng của má” thì luôn có mẹ làm mọi việc, từ việc nấu nướng cho đến giặt giũ quần áo. Chỉ khi những anh chàng này đủ giàu có để thuê người ở hay đầu bếp, còn không anh ta sẽ trở thành trò cười khi không biết san sẻ công việc gia đình với nửa của mình.

Có thể đúng khi ta trách những bà mẹ chiều con, làm đủ mọi thứ mà con yêu cầu, thế nhưng thật không may, hậu quả không chỉ có thế: chẳng có cô gái nào lại thích hẹn hò với anh chàng mà thậm chí không thể tự chăm sóc chính bản thân mình.

Những “cậu ấm” đã quá quen với sự chiều chuộng đến nỗi mà chẳng bao giờ họ thấy mình sai cả. Cho dù là mẹ không còn kêu ca về chuyện ăn mặc, cư xử, nhưng điều đó cũng không có nghĩa là bạn đã hoàn hảo và không cần chú ý tới cung cách cư xử cũng như không cần hoàn thiện mình nữa. Ví dụ, có thể mẹ bạn muốn bạn nghỉ ngơi sau bữa tối trong khi bà dọn dẹp bát đĩa, thế nhưng sẽ chẳng có cô gái nào lại hào hứng làm việc này một mình như thế cả.

Không giữ bí mật

Một điểm khác nữa mà phụ nữ không thích ở những chàng trai quá yêu mẹ là, đôi khi những chàng trai này tiết lộ cho mẹ mình cả những điều thầm kín nhất. Thông thường, phụ nữ luôn nghĩ các chàng trai sẽ cảm thấy khó nói với mẹ những điều thầm kín, tế nhị, vì thế khi một cô gái phát hiện ra bạn trai mình đã kể với mẹ những vấn đề tế nhị của mình, cô ấy sẽ cảm thấy như bị phản bội.

Một cô bạn một lần nhận được một món quà của mẹ chồng - một phiếu mua hàng tại cửa hàng quần áo lót. Cô rất xúc động cho đến khi bà mẹ chồng thêm vào "... nhưng nhớ đừng mua đồ cotton trần, John không thích đâu".

Cô ấy thấy ngượng quá khi biết rằng chồng mình đã kể với mẹ cả những chuyện nhỏ nhặt tế nhị như thế, và cảm thấy tự ái khi anh chồng đã không nói thẳng điều ấy với mình. Bạn có thể không nói với mẹ những chuyện kiểu như về quần áo con của bạn gái, thế nhưng vẫn nên chia sẻ vài điều với mẹ mình.

Tất nhiên đừng bao giờ bắt một người đàn ông phải chọn lựa một bên là người phụ nữ đã sinh thành và nuôi nấng mình, một bên là người sẽ chung sống với mình suốt đời.

Nếu như bạn đã trót có biểu hiện của một "cậu ấm" kiểu thế này thì sao? May mắn cho bạn, vẫn có cách giúp bạn biểu hiện tình yêu và lòng kính trọng với cả người bạn đời lẫn mẹ của mình.

Hãy học cách nói "không" với mẹ

Điều đầu tiên một chàng trai phải làm để tránh bị biến thành "cậu ấm" là hãy học cách cư xử với mẹ như một người đàn ông trưởng thành thực thụ. Nếu như đã bị gọi là "cục cưng của má" rồi, thì tốt nhất là hãy học cách nói "không" với một số yêu cầu của mẹ.

Có thể với bạn, mẹ là một vị thánh, nhưng điều đó không có nghĩa là lúc nào bà cũng đúng. Mẹ bạn luôn biết rằng bạn yêu mẹ đến chừng nào và sẽ làm bất cứ thứ gì vì mẹ, và đó chính là vấn đề. Mẹ bạn biết rằng bạn không thể nói 'không' với mẹ.

Vì thế, dù chỉ một lần, cho dù mẹ bạn có khóc lóc hay dùng "tối hậu thư" tác động tới tình cảm của bạn thế nào đi chăng nữa, hãy để cho mẹ biết bạn gái bạn đối tốt với bạn như thế nào, và cô ấy quan trọng với bạn ra sao trong suốt quãng thời gian còn lại của cuộc đời bạn.

Hãy quan tâm tới bạn gái

Đây là điều quan trọng nhất giúp bạn duy trì mối quan hệ tốt với bạn gái mình: cứ mỗi lần vì mẹ mà bạn phải hoãn lại cuộc hẹn với bạn gái, phải đảm bảo rằng bạn sẽ không để sự việc này xảy ra lần sau (tất nhiên là nếu bạn có lần sau).

Đừng bao giờ để bạn gái mình cảm thấy cô ấy chỉ là người thứ 2, và mẹ bạn mới là người có tiếng nói cuối cùng. Nếu cô ấy chứng kiến cảnh bạn phải phục tùng những yêu cầu đôi lúc khá vô lý của mẹ, phải cho cô ấy thấy bạn cũng biết nói không với những lời yêu cầu ấy.

Đừng trở thành “cậu ấm”

Nếu bạn là một “cậu ấm”, chắc chắn mẹ bạn sẽ nghĩ rằng sẽ chẳng có người phụ nữ nào đối tốt với bạn như bà cả. Vì thế khi mẹ bạn nói: mẹ sẽ không bao giờ làm tổn thương con, mà chỉ có vợ con thôi, thì hãy nhớ rằng nếu trong cuộc đời, bạn có hai người phụ nữ để yêu thương và kính trọng, thì người bạn đời sẽ luôn dành cho bạn sự chăm sóc tận tình chu đáo nhất, và mẹ bạn sẽ chẳng bao giờ quên làm cho bạn những món ăn ngon nhất đâu.

Thùy Vân
Tintucvietnam.com

Câu hỏi gợi ý:

- 1-Tâm lý khác nhau giữa người phụ nữ và đàn ông như thế nào?
- 2-Nguyên nhân gì đã làm cho người phụ nữ không thích người con trai chỉ nghe lời mẹ mình và không có sự quyết định độc lập?
- 3-Là một người chồng trong xã hội tây phương này cần phải chia sẻ những gì với người vợ của mình?
- 4-Tại sao người phụ nữ không thích chồng mình kể những chuyện thầm kín cho người mẹ nghe?
- 5-Người con trai phải thay đổi thái độ của mình như thế nào để giữ gìn tình cảm của mình đối với người bạn gái?
- 6-Nếu là người đàn ông thì nên đối xử như thế nào để trọn vẹn đối với cả mẹ và vợ?

8 chỉ dẫn cho đường đến thành công.

1. Suy nghĩ tích cực trong mọi tình huống. Bạn sẽ luôn chiến thắng mọi thử thách và khó khăn trong công việc. “Hãy nhìn thấy chiếc ly còn đầy một nửa. Đừng nhìn thấy nó vơi đi một nửa”.

2. Khả năng làm việc theo nhóm. Đây là một trong những yếu tố mà nhà tuyển dụng quan tâm nhất, nó không chỉ chứng tỏ khả năng hòa đồng của bạn mà còn bộc lộ khả năng giải quyết nhanh mọi vấn đề khi xuất hiện mâu thuẫn trong nhóm.

3. Giao tiếp hiệu quả. Để đạt được điều này, chú ý những chi tiết sau:

- Ánh mắt.
- Không tỏ ra bồn chồn.
- Tránh những động tác gây mất thiện cảm với người đối diện.
- Không nói vòng vo mà đi thẳng vào vấn đề.

- Phát âm chính xác.
- Biết lắng nghe.

4. *Tự tin.* Đây là yếu tố cần thiết để tạo ấn tượng tốt với mọi người. Tuy nhiên, phải chắc chắn là bạn có đủ kiến thức và khả năng để có thể tự tin.

5. *Sáng tạo và tưởng tượng.* Bất kỳ nghề nghiệp nào cũng cần đến 2 phẩm chất này. Nó sẽ làm bạn khác biệt với đồng nghiệp.

6. *Biết công nhận và học hỏi từ những lời phê bình.* Điều này chứng tỏ rằng bạn luôn sẵn lòng trau dồi thêm. Bạn cũng cần phải biết cách phê bình người khác. Tìm hiểu cá tính của người khác, để nếu có phê bình hay chê bai cũng không làm mất lòng nhau.

7. *Theo đuổi đến cùng* những ý tưởng dù nó có vẻ điên rồ.

8. *Nhìn xa trông rộng.* Phẩm chất này giúp bạn nhìn thấy được những yếu tố dẫn đến thành công cũng như những khó khăn sắp phải đương đầu. Từ đó, bạn sẽ tìm được biện pháp giải quyết kịp thời.

Theo Thanh Niên

Phản câu hỏi gợi ý:

1-Người viết muốn nói với chúng ta điều gì trong câu: "Hãy nhìn thấy cái ly còn đầy một nửa. Đừng nhìn thấy nó vơi đi một nửa" ?

2-Khả năng làm việc theo nhóm có những điểm gì quan trọng?

3-Trong cuộc sống hay công việc làm, khả năng giao tiếp rất quan trọng, em hãy nêu những điểm cần chú ý khi giao tiếp với người khác?

4- Chúng ta làm gì để nâng cao khả năng giao tiếp của chúng ta?

5-Sự tự tin rất quan trọng cho cá nhân, làm thế nào để chúng ta nâng cao sự tự tin của mình?

6-Sáng tạo và tưởng tượng là gì?

7-Sự phê bình có lợi như thế nào? Làm thế nào mà ta có thể phê bình người khác mà không làm mất lòng đến họ?

8-Sự theo đuổi đến cùng những ý tưởng nói lên tính chất gì của con người?

9-Làm thế nào để chúng ta có được sự nhìn xa hiểu rộng?

20 biểu hiện của nhân tài.

Vô số sếp than phiền rằng nhân tài thường lặn đầu mất trong khi quanh mình chỉ toàn phường “giá áo túi cơm”. Nhưng sự thật nằm ở chỗ nhiều khi, các sếp đã để nhân tài dứt áo ra đi chỉ vì không tìm ra cái khác người ở họ.

1. Có tật có tài: Không thể phủ nhận điều này, dù lắm khi nó làm nhiều người - đặc biệt là các sếp rất khó chịu.

Theo thống kê của tạp chí Challenges - Pháp - thì hơn 80% tổng giám đốc ở Pháp đều ít nhất đôi ba lần phàn nàn về những cố tật của nhân tài trong công ty, chẳng hạn thích đi làm trễ, hút thuốc ở những nơi có tấm bảng "Cấm hút thuốc", hoặc biến bàn làm việc thành kho... phế liệu tổng hợp.

Nếu biết đấu tranh và cả chịu đựng với những tật này, các sếp có thể giữ chân những kho vàng thật sự, dù đó là những nhân vật không giống con giáp nào.

2. Ghét xu nịnh: Đây chính là một trong những ưu điểm nổi bật của nhân tài, do họ có "chỉ số tự trọng" cao, cộng thêm lòng kiêu hãnh đôi khi theo kiểu "mục hạ vô nhân". Món cocktail này khiến nhân tài khinh ghét kẻ xu nịnh hoặc giả dối, đòi hỏi mọi sự phải rõ ràng, vì danh môn chính phái không thể chung sống với bàng môn tả đạo.

3. Ghét bè phái: Theo nhà tâm lý học Saint-Ader Satano (Pháp) thì nhân tài đích thực không theo phe cánh nào cả, dù tình thế trong công ty bắt buộc toàn bộ nhân sự phải "một chọn Tần, hai chọn Sở". Do tính khí độc lập cao nên nhân tài bị xem là kẻ thích chơi trội, ít hoà đồng và kiêu căng.

Một môi trường đầy xung đột sẽ huỷ diệt nhân tài không thương tiếc. Do vậy, những sếp thông minh thường "tề gia" trước, sau đó mới "tam cổ thảo lư".

4. Thích nói và làm ngược số đông: Thờ ơ là một trong những kẻ thù lớn của nhân tài, vì họ khinh bỉ nó. Tâm lý của nhân tài là hay bảo thủ và không a dua theo thiên hạ, thích đi ngược lại số đông. Nhưng trong khi đi theo con đường riêng như vậy, nhân tài thường tìm ra những đáp án tuyệt chiêu cho những bài toán hóc búa mà người thường không tìm nổi.

Theo ông Allan Depoe - giám đốc nhân sự công ty Defrost (Anh) - thì trong khi nhân tài phát biểu, các sếp nên... lắng nghe.

5. Khắt khe: Sự khắt khe của một nhân tài thể hiện ngay với chính bản thân họ, đừng nói gì với người khác. Trong khi "người phàm" dễ bằng lòng với thành quả lao động của họ thì nhân tài cày đi xới lại cách giải quyết của chính mình, có khi vứt bỏ công trình nghiên cứu cả mấy năm ròng.

6. Mâu thuẫn nội tại: Theo giáo sư tâm lý học Alessandro Copigno (Ý) thì nhân tài thường dẫn vật với chính mình vì hay phạm phải

những sai lầm trong hành xử. Chính sự mâu thuẫn của toà án lương tâm làm nhân tài bị stress trầm trọng, tự nguyện rửa và sau đó lại... tái phạm.

7. Ghét kẻ bất tài và gặp may: Đây lại là một biểu hiện rõ nét nhất của nhân tài, vì với họ, không có chỗ cho sự may mắn, và kết quả chỉ đến với những ai có óc sáng tạo và IQ cao. Nếu trong công ty có những kẻ “sống lâu lên lão làng” mà lại “chảnh” thì nhân tài thường là gáo nước lạnh đầu tiên.

8. Ghét sự gò bó: Kỷ luật lao động với nhiều nhân tài là nhục hình thực sự, vì nó giết mòn tư duy khác người của họ. Nhân tài hay bị người khác hiểu lầm là chơi trội, nhưng cái sự đi trễ về sớm của họ có khi hơn chán vạn lần thái độ “miệt mài” của những người tầm thường.

Bà Catherine Howard - giám đốc điều hành công ty Gasp Café của Bỉ - cho rằng gò bó nhân tài là huỷ diệt doanh số công ty. Tuy nhiên, cái gì cũng có giới hạn: nếu ngông nghênh quá, nhân tài dễ bị xem là lập dị.

9. Càng bận rộn càng thích: Trong khi nhân gian sợ công việc như sợ cọp thì với nhân tài, đó là một môi trường để tung hoành. Càng bị công việc thử thách, nhân tài càng thích thú và càng muốn đương đầu.

10. Thẳng tính: Nhân tài hay nói không uyển ngôn nhã ngữ gì cả. Chính vì vậy nhân tài ít bạn, bị mọi người cho là lếu láo, kỳ thực đó chỉ là “trung ngôn nghịch nhĩ”. Nếu chỉ ưa những nhân viên luôn mồm vâng dạ thì sếp sẽ không bao giờ có cơ hội tận dụng nhân tài.

11. Cầu toàn: Thoạt trông, nhân tài là gánh nặng của công ty, là ngòi nổ cho mọi xung đột do thích đòi hỏi mọi sự công bằng và hợp lý. Kỳ thực, một nhân tài luôn đấu tranh cho công lý và lẽ phải, không chấp nhận sai sót và sự cầu thả. Nhiều nhân tài luôn thay đổi công ty do không tìm được “minh chúa”, do bị dồn vào bước đường cùng của lòng đố kỵ và của những âm mưu đê tiện.

12. Thiếu kiên nhẫn: Nghịch lý này - tiếc thay - lại xảy ra thường xuyên với những nhân tài thực thụ.

13. Lơ đễnh: Ông David Green - giám đốc nhân sự của công ty A&B của Mỹ - cho biết: “Trong những buổi phỏng vấn tìm nhân tài, chúng tôi thật sự quan tâm những nhân vật đáng trí. Một lần, một anh chàng đang trả lời phỏng vấn thì lôi phất ra một cây bút chì và vẽ chân dung tôi theo kiểu hí hoạ, không kiêng nể chút nào. Tôi nghĩ anh ta bị điên. May thay, khi vào công ty, anh ta đã chứng tỏ mình là vừa sáng kiến”.

Các nhà tâm lý học đều thừa nhận rằng những nhân tài thường có vẻ lơ đãng bề ngoài, nhưng bên trong là cả một hoả diệm sơn sùng sục. Họ luôn làm việc gấp năm gấp mười so với người thường và luôn cho ra những ý tưởng kinh người.

14. Tham công tiếc việc: Đây là thói xấu vì “quý hồ tinh bất quý hồ đa”, nhưng đối với một nhân tài thực sự thì đó chỉ là lừa thử vàng. Trong khi những đồng nghiệp khác lao động theo trường phái “sáng cấp ô đi, tối vác về” thì nhân tài hùng hục đánh vật với đủ loại suy nghĩ, ý tưởng. Chính vì vậy, trông họ lúc nào cũng cau có, bực dọc.

15. Thích cô độc: Những nhân vật khác người này ghét tiếng ồn, những câu chuyện phiếm vô bổ và ồn ào của những kẻ thiếu lịch sự. Những cuộc liên hoan hay họp mặt của toàn công ty - với nhân tài - là địa ngục trần gian thực sự.

Trong lúc cuộc vui lên đỉnh điểm, họ lặng lẽ rút lui vì cái tâm trạng “ta đại ta tìm nơi vắng vẻ, người không người kiếm chốn lao xao”. Những cuộc vui nhố nhăng và những câu nói vô ý thức làm nhân tài rất “dị ứng”, họ sẵn sàng đánh giá cả một con người qua một câu nói hay một hành động nhỏ. Thành thử, nhân tài luôn bị đánh giá là hẹp lượng, không “thoáng”.

16. Bị công việc ám ảnh: Trong khi những nhân viên bình thường chỉ làm cho xong việc và mau chóng về nhà thì nhân tài lặng lẽ ngồi lại, âm thầm tìm cách giải quyết công việc theo cái gu rất riêng. Anh ta chả cần ai hay biết việc này, thậm chí còn cầu trời cho sắp đùng hay biết, để... đừng mang tiếng “lấy điểm”. Một số nhân tài tại nước Nhật thường bị hội chứng Karoshi (đột tử do làm việc quá sức) là thế.

17. Đòi thù lao tương xứng: Đây không phải là sự mè nheo vụn vặt của những kẻ lý tài và tham lam, mà là thái độ tự đánh giá hết sức sòng phẳng về mình và về người của nhân tài. Anh ta - trong những buổi phỏng vấn - đi thẳng vào vấn đề lương bổng và đề nghị những mức tiền chóng mặt.

Những vị sếp thông minh không đời nào nhếch mép hay trợn mắt, mà phải xem đó là dấu hiệu của một thiên tài. Tất nhiên, cần phát hiện những kẻ... vĩ công.

18. Ít chứng tỏ: Nhân tài có chân tài thực học không cần phô trương kiến thức hay nói nhiều. Họ chỉ im lặng trong những phiên họp âm ỉ, ngay trong lúc những cái đầu rỗng tuếch thi nhau gào lên với sếp. Sáng kiến của nhân tài thường là loại đầy uy lực.

19. Tự trọng: Nhân tài thường không chịu được cái tông kẻ cả của người khác, đặc biệt của những kẻ vô tích sự mà nỏ mồm. Nhân tài không có thói quen thu vén cá nhân, không “nấu cháo điện thoại”, không dùng thẻ taxi chùa của công ty, không dùng một tờ giấy vào việc riêng. Anh ta thật sự đau khổ nếu lỡ phạm sai lầm, trong khi những kẻ “mặt nạc đóm dầy” thường tỉnh khô tái phạm.

20. Bất cần kinh nghiệm: Những ông sếp giỏi và có khiếu tìm người thường không dựa vào kinh nghiệm của nhân tài, dù họ đang lao vào một lĩnh vực hoàn toàn mới mẻ. Rất nhiều người nghĩ rằng phải có kinh nghiệm mới nên cơm nên cháo, nhưng thực tế chứng minh nhiều nhân tài tỏ ra được việc hơn hẳn những kẻ đầy kinh nghiệm “rỗng”.

Và nhiệm vụ của những ông sếp là phát hiện ra nhân tài, vì nhân tài thường ở ẩn...

Theo Kiến Thức Ngày Nay

Câu hỏi gợi ý:

- 1- Em hãy giải thích cụm từ: "Phường giá áo túi cơm" nghĩa là gì?
- 2- Những cái tật của những người tài trong công ty là những tật nào?
- 3- Em hãy giải thích xu nịnh là gì?

- 4- Những nhân tài thường bị người ta chê vì những cá tính nào?
- 5- Tại sao nhân tài lại có tính hay đi ngược lại số đông?
- 6- Sự khắc khe với bản thân có những kết quả nào tốt và kết quả nào không tốt?
- 7- Tại sao những nhân tài thường có sự mâu thuẫn nội tại?
- 8- Tại sao sự gò bó làm giảm đi khả năng làm việc của con người?
- 9- Tại sao con người của chúng ta cần phải bận rộn với công việc hoặc học hành ở mức độ nào đó, còn không thì sao?
- 10- Cầu toàn là gì?
- 11- Có phải nhân tài thiếu kiên nhẫn không?
- 12- Những nhân tài thường ít chứng tỏ tài năng của mình tại sao?
- 13- Sự tự trọng nghĩa là gì?
- 14- Trong cuộc sống làm việc rất cần kinh nghiệm, tại sao những sếp giỏi khi thuê người không cần người đó phải có kinh nghiệm?