

KĨ NĂNG SỐNG VÀ GIÁO DỤC KĨ NĂNG SỐNG CHO TRẺ MẦM NON

Vũ Thúy Hoàn

Trường Đại học Thủ đô Hà Nội

Tóm tắt: *Kỹ năng sống là sự vận dụng kiến thức, kinh nghiệm để thực hiện hành động có hiệu quả trong những điều kiện xác định. Kỹ năng sống có vai trò quan trọng với cá nhân và cả xã hội. Có nhiều cách phân loại kỹ năng sống khác nhau. Giáo dục kỹ năng sống cho trẻ mầm non là quá trình tổ chức các hoạt động giáo dục nhằm hình thành, phát triển năng lực tâm lý - xã hội cho trẻ (hình thành hành vi tích cực; thay đổi hành vi, thói quen tiêu cực) bằng cách trang bị cho trẻ kiến thức, giá trị, thái độ và các kỹ năng thích hợp, từ đó trẻ có thể thực hiện các hành động một cách có hiệu quả trong những điều kiện xác định.*

Từ khóa: *Kỹ năng sống, giáo dục kỹ năng sống, trẻ mầm non*

Nhận bài ngày 10.3.2020; gửi phản biện, chỉnh sửa, duyệt đăng ngày 25.3.2020

Liên hệ tác giả: Vũ Thúy Hoàn; Email: vthoan@daihocthudo.edu.vn

1. MỞ ĐẦU

Kỹ năng sống và giáo dục kỹ năng sống cho trẻ mầm non là vấn đề được nhiều cha mẹ và các giáo viên mầm non hiện nay quan tâm. Trường mầm non và gia đình là môi trường giúp trẻ rèn luyện tốt nhất, giáo viên mầm non và cha mẹ là những người hướng dẫn tốt nhất các kỹ năng sống cho trẻ. Để được như vậy, trước hết giáo viên mầm non và cha mẹ cần phải nhận thức rõ vấn đề kỹ năng sống, vai trò cũng như các nội dung, nguyên tắc cần được đảm bảo khi thực hiện các hoạt động giáo dục kỹ năng sống cho trẻ.

2. NỘI DUNG

2.1. Kỹ năng sống

Hiện nay, có nhiều quan niệm khác nhau về kỹ năng. Song nhìn chung, việc cho rằng kỹ năng là sự vận dụng kiến thức, kinh nghiệm để thực hiện hành động có hiệu quả trong những điều kiện xác định là cách hiểu được nhiều nhà nghiên cứu đồng thuận, nhất trí.

Tương tự như kỹ năng, khái niệm kỹ năng sống cũng có nhiều cách hiểu khác nhau. Theo Tổ chức Văn hóa, Khoa học và Giáo dục của Liên Hiệp Quốc (UNESCO): Kỹ năng sống là năng lực cá nhân để thực hiện đầy đủ các chức năng và tham gia vào cuộc sống hàng ngày [1]. Theo Tổ chức Y tế thế giới (WHO): Kỹ năng sống là những kỹ năng tâm lý -

xã hội và kỹ năng giao tiếp được vận dụng trong các tình huống hằng ngày để tương tác có hiệu quả với người khác và giải quyết có hiệu quả những vấn đề, những tình huống của cuộc sống hằng ngày [1].

Kỹ năng sống vừa mang tính cá nhân vừa mang tính xã hội. Kỹ năng sống mang tính cá nhân vì đó là năng lực của cá nhân. Kỹ năng sống còn mang tính xã hội vì trong mỗi một giai đoạn phát triển của lịch sử xã hội, ở mỗi vùng miền lại đòi hỏi mỗi cá nhân có những kỹ năng sống thích hợp. Chẳng hạn, kỹ năng sống của mỗi cá nhân trong thời bao cấp khác với kỹ năng sống của các cá nhân trong cơ chế thị trường, trong giai đoạn hội nhập; kỹ năng sống của người sống ở miền núi khác với kỹ năng sống của người sống ở vùng biển, kỹ năng sống của người sống ở nông thôn khác với kỹ năng sống của người sống ở thành phố...

Nói tóm lại, kỹ năng sống không đơn giản chỉ là nhận thức mà cao hơn nữa, con người còn biết tích cực vận dụng những kiến thức đã học vào xử lý các tình huống thực tiễn có hiệu quả, qua đó giúp con người sống vui vẻ, có ý nghĩa hơn. Vì vậy, có thể coi kỹ năng sống là việc con người giải quyết có hiệu quả các vấn đề nảy sinh trong cuộc sống hằng ngày, giúp họ sống an toàn, khỏe mạnh trên cơ sở vận dụng những tri thức, thái độ, vốn sống, vốn kinh nghiệm đã có trong điều kiện nhất định.

Tuy nhiên, để cụ thể hơn, hiện nay, kỹ năng sống được hiểu trên cả hai bình diện: kỹ năng sinh tồn và kỹ năng tâm lý - xã hội. Bởi lẽ, đây là hai mặt không thể tách rời, đều quan trọng đối với sự tồn tại và phát triển của con người. Trong đó:

+ Theo bình diện sinh tồn, kỹ năng sống được hiểu là: Sự vận dụng mọi hiểu biết, kinh nghiệm vào các hành động khác nhau để có thể tồn tại, phát triển được trong đời sống; thích nghi được với sự thay đổi của hoàn cảnh sống.

+ Theo bình diện tâm lý - xã hội, kỹ năng sống được hiểu là sự vận dụng hiểu biết, kinh nghiệm vào thực hiện hành động nhằm hình thành năng lực tâm lý - xã hội, đáp ứng được những yêu cầu và thách thức của cuộc sống.

2.2. Vai trò của kỹ năng sống

Kỹ năng sống là một phần quan trọng của cuộc sống cá nhân trong xã hội hiện đại. Nói như Lewis L. Dunmington: "Ít nghĩa của cuộc sống không phải ở chỗ nó đem đến cho ta điều gì mà ở chỗ ta có thái độ đối với nó ra sao, không phải ở chỗ điều gì xảy ra với ta, mà ở chỗ ta phản ứng với những điều đó như thế nào" [3]. Nhìn chung, kỹ năng sống có một số vai trò cơ bản sau:

Đối với mỗi cá nhân, kỹ năng sống giúp cá nhân thực hiện những quyền cơ bản của con người (quyền được sống, được tự do, mưu cầu hạnh phúc; thể hiện và khẳng định các giá trị của bản thân...); Phát triển tâm lý, nhân cách một cách thuận lợi; Sống an toàn, khỏe mạnh (thể chất, tinh thần), hạnh phúc trong cộng đồng. Đối với xã hội, kỹ năng sống góp phần tạo nên xã hội lành mạnh, hòa bình; Thúc đẩy sự phát triển bền vững.

Nói cách khác, kỹ năng sống góp phần thúc đẩy cá nhân và xã hội, ngăn ngừa được các vấn đề tiêu cực này sinh trong xã hội, bảo vệ sức khỏe và quyền con người. Các cá nhân thiếu kỹ năng sống là một nguyên nhân này sinh nhiều vấn đề lệch chuẩn. Người có kỹ năng sống sẽ biết cách bảo vệ mình trước những yếu tố bất lợi của cuộc sống, biết xây dựng các mối quan hệ tốt đẹp, nhân văn và từ đó góp phần làm giảm tệ nạn xã hội, làm cho xã hội phát triển, văn minh.

2.3. Phân loại kỹ năng sống

Theo Tổ chức Y tế thế giới (WHO), kỹ năng sống bao gồm ba nhóm khác nhau: *Nhóm kỹ năng nhận thức*: Bao gồm tư duy phê phán, tư duy phân tích, khả năng sáng tạo, giải quyết vấn đề, nhận thức hậu quả, ra quyết định, tự nhận thức, đặt mục tiêu. [1]... *Nhóm kỹ năng đương đầu với xúc cảm*: Ý thức trách nhiệm, cam kết, kiểm chế căng thẳng, kiểm soát được xúc cảm, tự quản lí, tự giám sát và tự điều chỉnh. *Nhóm kỹ năng xã hội hay kỹ năng tương tác*: Bao gồm giao tiếp, tính quyết đoán, thương thuyết, từ chối, hợp tác, sự thông cảm chia sẻ, khả năng nhận thấy sự thiện cảm của người khác.

Theo cách phân loại của UNESCO, kỹ năng sống là sự thể hiện những vấn đề cụ thể khác nhau trong đời sống xã hội [1]. Mỗi vấn đề lại hàm chứa bên trong nó những kỹ năng để giải quyết giúp con người luôn tự tin và chủ động trong xã hội. Đó là các vấn đề được xã hội quan tâm như: Vệ sinh, vệ sinh thực phẩm, sức khỏe, dinh dưỡng, các vấn đề giới tính, sức khỏe, gia đình và cộng đồng....

Với mục đích giúp người học có những kỹ năng ứng phó với các vấn đề của cuộc sống và tự hoàn thiện mình, UNICEF đưa ra cách phân loại kỹ năng sống theo các mối quan hệ như sau [1]: Kỹ năng nhận biết và sống với chính mình gồm có: Kỹ năng tự nhận thức, lòng tự trọng, sự kiên định, đương đầu với cảm xúc, đương đầu với những căng thẳng trong cuộc sống; Kỹ năng nhận biết và sống với người khác bao gồm: Kỹ năng quan hệ tương tác liên nhân cách, sự cảm thông, đứng vững trước áp lực tiêu cực của bạn bè hoặc của người khác. Kỹ năng thương lượng và giao tiếp có hiệu quả.

Kỹ năng ra quyết định một cách hiệu quả bao gồm: các kỹ năng tư duy phê phán, tư duy sáng tạo và đưa ra cách giải quyết vấn đề trong xã hội.

Như vậy, việc phân loại các nhóm kỹ năng sống mà các Tổ chức trên thế giới đưa ra chỉ mang tính tương đối. Tùy thuộc vào những khía cạnh xem xét, hoặc những góc độ nhìn nhận mà một kỹ năng sống có thể được xếp vào các nhóm kỹ năng sống mang tên gọi khác nhau. Đồng thời, tùy vào đặc điểm tâm lí, điều kiện giáo dục mà chúng ta lựa chọn các nội dung giáo dục kỹ năng sống phù hợp để áp dụng hiệu quả nhất cho người học.

Tuy nhiên, dù phân loại theo cách nào thì một số kỹ năng sống thường được coi là kỹ năng sống cốt lõi như: Kỹ năng tự nhận thức; Kỹ năng giao tiếp; Kỹ năng xác định giá trị; Kỹ năng xác định mục tiêu; Kỹ năng ra quyết định và giải quyết vấn đề; Kỹ năng xử lí căng thẳng; Kỹ năng tư duy tích cực.

2.4. Giáo dục kỹ năng sống cho trẻ mầm non

Mỗi quốc gia khác nhau có những quan niệm khác nhau về giáo dục kỹ năng sống. Ở một số nước, kỹ năng sống được hướng vào giáo dục vệ sinh, dinh dưỡng và phòng bệnh. Ở một số nước khác, giáo dục kỹ năng sống được hướng vào giáo dục hành vi, cách ứng xử, giáo dục an toàn giao thông bảo vệ môi trường hay giáo dục lòng yêu hoà bình. Kỹ năng sống thường gắn với một bối cảnh để người ta có thể hiểu và thực hành một cách cụ thể. Nó thường gắn liền với một nội dung giáo dục nhất định.

Giáo dục kỹ năng sống là giáo dục cách sống tích cực trong xã hội hiện đại do yêu cầu xã hội đặt ra, có liên quan đến việc làm, sức khỏe, các vấn đề xung đột, bạo lực cá nhân, của cộng đồng và xã hội. Từ đó, có thể thấy, giáo dục kỹ năng sống cho trẻ là quá trình hình thành, rèn luyện hoặc thay đổi các hành vi theo hướng tích cực, phù hợp với mục đích phát triển toàn diện nhân cách con người, con người có tri thức, giá trị, thái độ, kỹ năng phù hợp đáp ứng với yêu cầu cuộc sống hiện đại.

Như vậy, giáo dục kỹ năng sống ngoài việc nói cho trẻ biết thế nào là đúng, thế nào là sai, còn là việc giúp trẻ tự lựa chọn, đưa ra hướng giải quyết và ứng phó với các tình huống trong thực tế cuộc sống. Vì vậy giáo dục kỹ năng sống cần hết sức gần gũi với cuộc sống hàng ngày của trẻ. Giáo dục kỹ năng sống nhấn mạnh việc trẻ phải ý thức về giá trị bản thân, biết quý trọng bản thân. Đó chính là nền tảng cho sự phát triển của nhân cách lành mạnh và tự tin. Giáo dục kỹ năng sống cho trẻ là hướng tới sự tự phát huy năng lực, khả năng của chính trẻ, trẻ nhận thức thông qua hoạt động, thông qua việc trải nghiệm của bản thân, với một tinh thần thoải mái. Giáo dục kỹ năng sống hướng đến việc hình thành tư duy tích cực, cảm xúc tích cực, thái độ tích cực và đặc biệt phải tác động vào nhận thức để hình thành tri thức, kiến thức về cuộc sống, từ đó mới có hành vi tích cực.

Nói tóm lại, giáo dục kỹ năng sống cho trẻ mầm non là quá trình tổ chức các hoạt động chăm sóc và giáo dục nhằm hình thành, phát triển năng lực tâm lý - xã hội cho trẻ (hình thành hành vi tích cực, thay đổi hành vi, thói quen tiêu cực) bằng cách trang bị cho trẻ cả kiến thức, giá trị, thái độ và các kỹ năng thích hợp, từ đó trẻ có thể thực hiện các hành động một cách có hiệu quả trong những điều kiện xác định.

Kỹ năng sống của trẻ mầm non không tự nhiên mà có, chúng được hình thành và phát triển theo một quá trình như quá trình hình thành một kỹ năng bất kỳ, trong những điều kiện xác định, bao gồm các bước: Quan sát, bắt chước/tập, và thực hành thường xuyên. Tiêu chuẩn để xác định sự hình thành kỹ năng được thể hiện ở sự hiểu biết, tinh đúng đắn, sự thành thạo, linh hoạt.

2.5. Vai trò và mục tiêu, nhiệm vụ của giáo dục kỹ năng sống đối với sự phát triển nhân cách trẻ mầm non

Giáo dục kỹ năng sống cho trẻ mầm non là quá trình tác động sư phạm có mục đích, có nội dung, có kế hoạch, có biện pháp của giáo viên nhằm tạo cho trẻ môi trường hoạt động tích cực, chủ động, qua đó hình thành và phát triển ở trẻ những kỹ năng sống cần thiết, phù hợp với độ tuổi, giúp trẻ tự tin bước vào lớp Một.

Giáo dục kỹ năng sống có vai trò quan trọng trong việc phát triển nhân cách trẻ:

- *Giúp phát triển về mặt thể chất cho trẻ:* Giáo dục kỹ năng sống giúp cho trẻ được an toàn, khỏe mạnh, khéo léo, bền bỉ, có khả năng thích ứng được với những thay đổi của điều kiện sống.

- *Giúp phát triển về mặt tình cảm - xã hội cho trẻ:* Giáo dục kỹ năng sống giúp cho trẻ biết kiểm soát cảm xúc, biết thể hiện tình yêu thương, sự chia sẻ, đồng cảm với những người xung quanh.

- *Giúp phát triển về ngôn ngữ:* Giáo dục kỹ năng sống giúp cho trẻ mạnh dạn, tự tin, tự trọng và tôn trọng người khác, có khả năng giao tiếp tốt, trẻ biết lắng nghe, nói năng lịch sự, hòa nhã và cởi mở.

- *Giúp phát triển về nhận thức và sẵn sàng vào lớp Một:* Giáo dục kỹ năng sống giúp cho trẻ ham hiểu biết, sáng tạo, có những kỹ năng thích ứng với hoạt động học tập ở lớp Một như: sẵn sàng hòa nhập, nỗ lực vượt qua khó khăn để hoàn thành nhiệm vụ, có trách nhiệm với bản thân, với công việc với các mối quan hệ xã hội...

Mục tiêu, nhiệm vụ giáo dục kỹ năng sống cho trẻ mầm non là nhằm hình thành và bồi dưỡng cho trẻ năng lực tâm lý - xã hội để có thể đáp ứng được những yêu cầu của cuộc sống; Hình thành những hành vi (thói quen) tích cực, điều chỉnh (loại bỏ) những hành vi (thói quen) tiêu cực để trẻ phát triển hài hòa, toàn diện về tâm lý, nhân cách.

2.6. Nguyên tắc giáo dục kỹ năng sống cho trẻ mầm non

Việc giáo dục kỹ năng sống cho trẻ mầm non cũng như các nội dung giáo dục kỹ năng khác, cần dựa trên một số nguyên tắc cơ bản:

- Nguyên tắc hoạt động - trải nghiệm: Đây là nguyên tắc quan trọng nhất, cần phải được đảm bảo, bởi nguyên tắc này phù hợp với đặc điểm tâm lý của trẻ mầm non với kiểu tư duy đang là thể mạnh của trẻ là tư duy trực quan hành động. Khi tổ chức các hoạt động giáo dục kỹ năng sống, giáo viên cần tổ chức thông qua các hoạt động cụ thể, không chỉ giúp trẻ hiểu mà còn được trải nghiệm các kỹ năng có được trên thực tế. Trẻ cần được thử, tập, thực hành các kỹ năng sống bằng hoạt động của chính mình (vận động, giao tiếp, ngôn ngữ, nhận thức...) giúp trẻ nhớ và hiểu hơn về các kỹ năng đã được hình thành.

- Nguyên tắc tương tác: Để có được kỹ năng sống, trẻ cần được giao tiếp với những người gần gũi xung quanh (bạn bè, ông bà, bố, mẹ, anh chị em, họ hàng...), hành động với đồ vật, đồ chơi trong những hoạt động giáo dục phù hợp, hình thức, tình huống sinh hoạt đa dạng của cuộc sống hiện thực trong trường mầm non và gia đình

- Nguyên tắc vừa sức: Mọi kỹ năng và cách thức tổ chức phải được căn cứ trên đặc điểm riêng của lứa tuổi, của từng trẻ, phù hợp với khả năng và nhận thức, vận động của mỗi trẻ.

- Nguyên tắc phát triển: Khi tổ chức cần đảm bảo cho các nội dung và phương pháp, hình thức thực hiện từ dễ đến khó, tăng dần theo khả năng của trẻ nhằm giúp trẻ liên tục hình thành các kỹ năng sống mới phù hợp với lứa tuổi.

Ngoài ra, nhà giáo dục còn cần lưu ý đến các nguyên tắc thay đổi hành vi như bồi dưỡng nhận thức, luyện tập (củng cố), đủ thời gian, các điều kiện xã hội khác...

3. KẾT LUẬN

Kỹ năng sống có vai trò quan trọng đối với sự phát triển nhân cách của mỗi cá nhân. Kỹ năng sống nói chung và vấn đề giáo dục kỹ năng sống cho trẻ mầm non nói riêng cần được chú trọng hơn nữa trong chương trình chăm sóc giáo dục trẻ. Khi thực hiện, để có hiệu quả, giáo viên và các bậc phụ huynh cần phải nhận thức đúng về vấn đề kỹ năng sống, các nội dung cũng như vai trò và cách thức hình thành kỹ năng sống cho trẻ, từ đó góp phần nâng cao chất lượng chăm sóc giáo dục trẻ hiện nay.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ Giáo dục và Đào tạo - UNESCO (2005), Tài liệu hướng dẫn các bậc cha mẹ chăm sóc, giáo dục trẻ mầm non, dành cho các trung tâm học tập cộng đồng, Hà Nội.
2. Dalie Tilman & Diana Hsu (2009), *Những giá trị sống dành cho trẻ 3-7 tuổi*, Nxb. Trẻ.
3. PGS.TS. Nguyễn Thị Mỹ Lộc, TS. Đinh Thị Kim Thoa, ThS. Phan Thị Thảo Hương (2011), *Giáo dục giá trị sống và kỹ năng sống cho trẻ mầm non, tài liệu dạy cho giáo viên mầm non*, Nxb. Đại học Quốc gia Hà Nội.
4. Lê Bích Ngọc (2015), *Giáo dục kỹ năng sống cho trẻ mẫu giáo*, Nxb. Giáo dục Việt Nam.

TEACHING LIFE SKILLS FOR PRESCHOOL CHILDREN

Abstract: *Life skills are abilities for using knowledge and experience to deal effectively with certain situations. It also plays a very important role in both individual and society. Life skills are classified into different skills. By providing proper guidance, knowledge, value, behavior and a variety of skills, teaching life skills for preschoolers which focuses on organizing educational activities is expected to encourage and develop psychological and social abilities for children such as practicing positivity; eliminating negative behavior and habits, etc. This method enables children to handle certain conditions effectively.*

Key words: *Life skills, life skills education, life skills education for preschool children.*