

GIÁO DỤC KỸ NĂNG SỐNG CHO TRẺ 5–6 TUỔI THÔNG QUA HOẠT ĐỘNG TRẢI NGHIỆM: CẬP NHẬT QUAN ĐIỂM VÀ THỰC TIỄN QUỐC TẾ

Lê Nữ Thái Thụy¹

Tóm tắt: Giáo dục kỹ năng sống là một nội dung quan trọng trong chương trình giáo dục mầm non, góp phần hình thành nhân cách và phát triển toàn diện cho trẻ. Trong bối cảnh đổi mới giáo dục hiện nay, việc tổ chức các hoạt động trải nghiệm mang tính thực tiễn, gắn với cuộc sống hằng ngày được xem là một phương pháp hiệu quả để hình thành và phát triển kỹ năng sống cho trẻ mẫu giáo, đặc biệt là nhóm tuổi 5 – 6. Bài báo này trình bày tổng quan các quan điểm mới về kỹ năng sống và giáo dục kỹ năng sống cho trẻ 5–6 tuổi, nhấn mạnh vai trò của hoạt động trải nghiệm trong việc phát triển kỹ năng sống ở trẻ mầm non. Thông qua việc phân tích các nghiên cứu quốc tế và các chương trình giáo dục kỹ năng sống hiện đại, bài viết đề xuất một số định hướng và khuyến nghị cho việc thiết kế và triển khai chương trình giáo dục kỹ năng sống phù hợp với đặc điểm phát triển của trẻ 5–6 tuổi.

Từ khóa: kỹ năng sống, giáo dục mầm non, hoạt động trải nghiệm, phát triển toàn diện, trẻ 5–6 tuổi.

1. MỞ ĐẦU

Giáo dục kỹ năng sống cho trẻ mầm non đã và đang trở thành một trong những định hướng ưu tiên của ngành giáo dục Việt Nam, được thể hiện rõ trong các văn bản pháp lý như Chương trình Giáo dục mầm non (Ban hành kèm theo Thông tư số 28/2016/TT-BGDĐT, được hợp nhất tại Văn bản số 01/VBHN-BGDĐT ngày 13/4/2021). Theo đó, kỹ năng sống là một trong những mục tiêu quan trọng nhằm góp phần phát triển toàn diện nhân cách trẻ, thông qua các hoạt động giáo dục trong và ngoài lớp học, trong đó có hoạt động trải nghiệm.

Về phương diện khoa học, kỹ năng sống được hiểu là tập hợp các năng lực cần thiết để cá nhân ứng phó hiệu quả với các yêu cầu và thách thức của cuộc sống hàng ngày (WHO, 1997). Các nghiên cứu của Dewey (1938), Kolb (1984), Greenberg et al. (1995) và các tổ chức như CASEL, DfES (Anh) đều nhấn mạnh vai trò của hoạt động trải nghiệm trong việc phát triển năng lực cảm xúc-xã hội cho trẻ em, đặc biệt trong giai đoạn đầu đời. Hoạt động trải nghiệm giúp trẻ “học qua làm” và hình thành kỹ năng một cách tự nhiên thông qua việc tham gia tích cực vào các tình huống thực tế, từ đó phát triển khả năng giao tiếp, tư duy, hợp tác và thích nghi với môi trường xã hội đa dạng.

¹ Trường Mầm non Vương quốc tí hon

Tuy nhiên, tại Việt Nam, việc tổ chức hoạt động trải nghiệm trong các cơ sở mầm non hiện nay vẫn còn tồn tại nhiều bất cập. Theo khảo sát của Nguyễn Ánh Tuyết (2018), chỉ khoảng 38% giáo viên tại TP. Hồ Chí Minh cho biết họ thường xuyên tổ chức các hoạt động trải nghiệm có mục tiêu rõ ràng; nhiều người gặp khó khăn trong thiết kế nội dung phù hợp với đặc điểm phát triển của trẻ 5–6 tuổi. Nghiên cứu của Lê Thị Thanh Mai (2022) cũng cho thấy hơn 50% cơ sở mầm non chưa tích hợp đầy đủ giáo dục kỹ năng sống vào các hoạt động thường nhật. Điều này phản ánh thực trạng tổ chức hoạt động trải nghiệm vẫn còn hình thức, thiếu chiều sâu và chưa thật sự hiệu quả trong việc phát triển kỹ năng sống cho trẻ.

Trong bối cảnh toàn cầu hóa và sự biến đổi nhanh chóng của xã hội hiện đại, trẻ em phải đối diện với nhiều thách thức về mặt tâm lý, xã hội và công nghệ. Đặc biệt, giai đoạn 5–6 tuổi được xem là thời kỳ then chốt để hình thành nền tảng nhân cách, năng lực giao tiếp và kỹ năng thích ứng của trẻ. Chính vì vậy, việc nghiên cứu mối quan hệ giữa hoạt động trải nghiệm và giáo dục kỹ năng sống không chỉ mang ý nghĩa lý luận, mà còn có giá trị thực tiễn cao, góp phần nâng cao chất lượng giáo dục mầm non trong giai đoạn hiện nay và định hướng phát triển chương trình giáo dục phù hợp với yêu cầu đổi mới giáo dục toàn diện.

2. NỘI DUNG NGHIÊN CỨU

2.1. Khái niệm kỹ năng sống

Kỹ năng sống là một thành tố quan trọng cấu thành nhân cách con người hiện đại, đóng vai trò nền tảng trong việc hình thành năng lực cá nhân và sự thích nghi hiệu quả với môi trường xã hội đang ngày càng biến đổi. Trong bối cảnh toàn cầu hóa và nền kinh tế tri thức phát triển mạnh mẽ, con người – đặc biệt là thế hệ trẻ – cần không chỉ có kiến thức chuyên môn mà còn phải được trang bị các kỹ năng để đối diện và giải quyết các vấn đề phát sinh trong cuộc sống thường nhật. Chính vì vậy, kỹ năng sống ngày càng được quan tâm nghiên cứu và đưa vào giáo dục như một nội dung thiết yếu nhằm phát triển toàn diện con người.

Tổ chức Y tế Thế giới (WHO) là một trong những cơ quan đầu tiên đề cập tới khái niệm kỹ năng sống trong tài liệu “Hiến chương Ottawa về tăng cường sức khỏe” (1986), với cách hiểu ban đầu là các “kỹ năng cá nhân” nhằm hỗ trợ cá nhân và xã hội thông qua việc cung cấp thông tin, giáo dục sức khỏe và nâng cao khả năng ra quyết định có trách nhiệm. Khái niệm này được mở rộng vào năm 1997, theo đó kỹ năng sống được hiểu là những năng lực thích nghi và hành vi tích cực giúp con người đáp ứng hiệu quả với các yêu cầu và thử thách của cuộc sống hàng ngày. Đến năm 1999, WHO xác định cụ thể năm nhóm kỹ năng sống cơ bản bao gồm: ra quyết định và giải quyết vấn đề; tư duy sáng tạo và

tư duy phê phán; kỹ năng giao tiếp và thiết lập mối quan hệ; ý thức về bản thân và sự đồng cảm; và khả năng đối phó với cảm xúc và căng thẳng. Đây chính là những nền tảng tâm lý – xã hội thiết yếu giúp cá nhân phát triển lành mạnh cả về thể chất lẫn tinh thần.

Tiếp nối những nghiên cứu của WHO, Quỹ Nhi đồng Liên Hợp Quốc (UNICEF) từ những năm 1990 đã tích cực triển khai các chương trình giáo dục kỹ năng sống, điển hình là “Giáo dục các giá trị sống” với mục tiêu xây dựng các phẩm chất cá nhân và xã hội cho thế hệ trẻ. Theo UNICEF (2012), kỹ năng sống được định nghĩa là “một nhóm các kỹ năng tâm lý xã hội và cá nhân giúp mọi người đưa ra quyết định, giao tiếp hiệu quả, phát triển khả năng ứng phó và tự quản lý nhằm sống lành mạnh và hiệu quả”. Quan niệm này khẳng định vai trò toàn diện của kỹ năng sống trong việc hình thành năng lực hành động và tinh thần chủ động thích nghi, vượt qua những khó khăn, mâu thuẫn trong đời sống.

Ngoài ra, nhiều tổ chức giáo dục và nghiên cứu khác cũng góp phần làm rõ nội hàm của khái niệm kỹ năng sống. Tổ chức CASEL (Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning) của Hoa Kỳ phân chia kỹ năng sống thành năm nhóm năng lực cảm xúc – xã hội cốt lõi: nhận thức bản thân, quản lý bản thân, nhận thức xã hội, kỹ năng quan hệ và ra quyết định có trách nhiệm. Những nhóm năng lực này không chỉ phù hợp với đặc điểm phát triển của trẻ mà còn là nền tảng cho việc xây dựng chương trình giáo dục kỹ năng sống trong nhà trường.

Trên bình diện quốc tế, giáo dục kỹ năng sống đã được công nhận như một mục tiêu giáo dục toàn cầu. Tuyên bố Dakar của UNESCO (2000) khẳng định mỗi quốc gia cần đảm bảo cho người học được tiếp cận chương trình giáo dục kỹ năng sống phù hợp. Đồng thời, kỹ năng sống cũng trở thành tiêu chí đánh giá chất lượng giáo dục ở tầm quốc gia và quốc tế. Nhiều chương trình giáo dục kỹ năng sống đã chứng minh được hiệu quả trong phòng ngừa các hành vi nguy cơ ở trẻ và thanh thiếu niên, như phòng chống ma túy, mang thai ngoài ý muốn, bạo lực học đường, cũng như trong việc phát triển trí tuệ cảm xúc, năng lực ứng xử xã hội và tinh thần trách nhiệm cá nhân.

Tại Việt Nam, khái niệm kỹ năng sống được giới thiệu một cách có hệ thống từ năm 1996, thông qua chương trình “Giáo dục kỹ năng sống để bảo vệ sức khỏe và phòng chống HIV/AIDS cho thanh thiếu niên trong và ngoài nhà trường” do UNICEF phối hợp với Bộ Giáo dục và Đào tạo thực hiện. Theo đó, kỹ năng sống được hiểu là những kỹ năng tâm lý – xã hội cơ bản giúp cá nhân ứng phó hiệu quả với các tình huống của cuộc sống hàng ngày, góp phần nâng cao sức khỏe tinh thần và chất lượng cuộc sống. Các kỹ năng cốt lõi như tự nhận thức, giao tiếp, xác định giá trị, kiên định, đặt mục tiêu... được xem là nền tảng quan trọng trong quá trình hình thành nhân cách.

Trong lĩnh vực giáo dục mầm non, kỹ năng sống ngày càng được xem là một trong những nội dung giáo dục thiết yếu, cần được chú trọng và lồng ghép một cách linh hoạt,

phù hợp với đặc điểm tâm sinh lý của trẻ. Quan điểm giáo dục hiện đại cho rằng, phát triển toàn diện cho trẻ không chỉ bao gồm phát triển về thể chất và trí tuệ mà còn cần chú trọng phát triển tình cảm, xã hội và hành vi ứng xử, trong đó kỹ năng sống đóng vai trò cốt lõi. Việc rèn luyện kỹ năng sống cho trẻ 5–6 tuổi không chỉ giúp các em thích nghi tốt với môi trường học tập mới khi bước vào lớp 1 mà còn hình thành nền tảng vững chắc cho sự phát triển nhân cách trong tương lai.

Bộ Giáo dục và Đào tạo đã tích hợp nội dung kỹ năng sống vào “Bộ chuẩn phát triển trẻ năm tuổi” (2009), trong đó nhấn mạnh các năng lực thuộc lĩnh vực phát triển tình cảm và quan hệ xã hội như: tự nhận thức, thể hiện cảm xúc, giao tiếp, hợp tác, tôn trọng người khác và ứng xử phù hợp trong các tình huống xã hội. Những năng lực này chính là biểu hiện cụ thể của kỹ năng sống cần có ở trẻ mẫu giáo lớn, nhằm chuẩn bị cho giai đoạn chuyển tiếp lên tiểu học. Ngoài ra, một số nghiên cứu trong nước cũng đã bước đầu làm rõ nội hàm khái niệm kỹ năng sống cho trẻ mầm non, đồng thời phân loại kỹ năng theo nhóm và đưa ra các hướng dẫn cụ thể về cách tổ chức hoạt động giáo dục kỹ năng sống tại gia đình và trong nhà trường.

Diễn hình, nghiên cứu của Lê Bích Ngọc (2009) đã xác định bảy nhóm kỹ năng sống cần thiết cho trẻ 5–6 tuổi và đưa ra những chỉ dẫn thực tiễn cho cha mẹ trong việc hướng dẫn trẻ thông qua các hoạt động sinh hoạt hàng ngày, trò chơi và trải nghiệm. Tuy nhiên, các nghiên cứu về kỹ năng sống cho trẻ mầm non nhìn chung còn hạn chế về chiều sâu, đặc biệt là về phương pháp tổ chức các hoạt động giáo dục kỹ năng sống phù hợp với lứa tuổi. Trong bối cảnh đó, việc nghiên cứu và xây dựng mô hình tổ chức hoạt động trải nghiệm nhằm giáo dục kỹ năng sống cho trẻ mẫu giáo lớn trở nên cần thiết, đáp ứng yêu cầu đổi mới giáo dục lấy trẻ làm trung tâm và góp phần phát triển năng lực toàn diện cho trẻ em trong những năm đầu đời.

Tóm lại, kỹ năng sống là một khái niệm mang tính đa chiều, bao gồm các năng lực tâm lý – xã hội giúp cá nhân thích nghi, tương tác hiệu quả với môi trường sống, từ đó phát triển toàn diện về trí tuệ, cảm xúc và hành vi. Việc giáo dục kỹ năng sống, đặc biệt cho trẻ em trong độ tuổi mầm non và tiểu học, là một trong những chiến lược quan trọng để hình thành nền tảng nhân cách, nâng cao khả năng học tập suốt đời và thích ứng với xã hội hiện đại.

2.2. Vai trò của hoạt động trải nghiệm trong giáo dục kỹ năng sống

Trong bối cảnh đổi mới giáo dục hiện nay, hoạt động trải nghiệm được xem là một phương thức hiệu quả để giáo dục kỹ năng sống, đặc biệt đối với trẻ em trong độ tuổi mầm non. Theo quan điểm giáo dục lấy người học làm trung tâm, trẻ em không chỉ tiếp nhận tri thức một cách thụ động mà cần được tạo cơ hội để “học qua làm”, “học qua chơi”

và “học qua trải nghiệm” (Dewey, 1938). Hoạt động trải nghiệm mang đến môi trường học tập thực tiễn, sinh động, nơi trẻ được tham gia vào các tình huống gần gũi với cuộc sống, từ đó phát triển những kỹ năng thiết yếu như giao tiếp, hợp tác, giải quyết vấn đề, tự phục vụ, chia sẻ và tự kiểm soát cảm xúc (UNICEF, 2012; WHO, 1997). Đây là những năng lực nền tảng của kỹ năng sống, không thể hình thành chỉ qua truyền đạt lý thuyết mà cần được rèn luyện trong quá trình thực hành, phản hồi và điều chỉnh hành vi (Nasheeda et al., 2009).

Hoạt động trải nghiệm đóng vai trò quan trọng trong việc phát triển kỹ năng sống cho trẻ mầm non. Theo Dewey (1938), học tập thông qua trải nghiệm giúp trẻ hiểu sâu sắc hơn về thế giới xung quanh và phát triển các kỹ năng xã hội cần thiết. Các nghiên cứu gần đây cũng khẳng định rằng hoạt động trải nghiệm giúp trẻ phát triển tư duy phản biện, khả năng giải quyết vấn đề và kỹ năng giao tiếp (Kolb, 1984).

Đối với trẻ 5–6 tuổi, hoạt động trải nghiệm đóng vai trò như một cầu nối giữa môi trường gia đình và nhà trường, giúp trẻ làm quen với thế giới xung quanh và chuẩn bị tâm thế tích cực cho giai đoạn chuyển tiếp vào lớp Một. Thông qua các hoạt động trải nghiệm như làm vườn, tham quan, đóng vai, chăm sóc cây cối, phục vụ bữa ăn, làm việc nhóm hay tham gia các trò chơi xã hội, trẻ không chỉ tiếp cận với các kỹ năng sống một cách tự nhiên mà còn hình thành những giá trị như trách nhiệm, tôn trọng, kiên trì và hợp tác (Lê Bích Ngọc, 2009; Bộ GD&ĐT). Việc tích hợp kỹ năng sống trong hoạt động trải nghiệm giúp trẻ phát triển toàn diện về mặt nhận thức, tình cảm – xã hội và hành vi, tạo nền tảng vững chắc cho sự phát triển nhân cách sau này (Nguyễn Thị Phương Thảo & cs, 2011).

Bên cạnh đó, hoạt động trải nghiệm còn tạo điều kiện để giáo viên quan sát, đánh giá và điều chỉnh phương pháp giáo dục phù hợp với từng cá nhân trẻ. Qua đó, giáo viên có thể kịp thời hỗ trợ trẻ phát triển những kỹ năng còn yếu và khuyến khích sự tự tin, chủ động trong việc học hỏi. Đây là cơ sở quan trọng để xây dựng môi trường giáo dục thân thiện, tích cực, góp phần nâng cao chất lượng giáo dục kỹ năng sống trong các cơ sở mầm non (Nguyễn Ánh Tuyết, 2018; Nguyễn Thanh Bình, 2013).

Một số hoạt động trải nghiệm tiêu biểu có thể tổ chức cho trẻ 5–6 tuổi như: (1) Trồng rau tại góc thiên nhiên – giúp trẻ rèn luyện sự kiên nhẫn, tinh thần trách nhiệm và kỹ năng chăm sóc; (2) Tham quan siêu thị – giúp trẻ phát triển kỹ năng giao tiếp, xử lý tình huống, nhận diện hàng hóa; (3) Tự phục vụ bữa ăn – tăng tính tự lập và kỹ năng cá nhân; (4) Đóng vai bán hàng – phát triển ngôn ngữ, khả năng đàm phán, giải quyết vấn đề. Các hoạt động này cần được lựa chọn dựa trên tiêu chí: phù hợp với lứa tuổi, có tính giáo dục rõ ràng, an toàn và có khả năng lồng ghép kỹ năng sống một cách tự nhiên.

2.3. Các chương trình giáo dục kỹ năng sống hiện đại

Các chương trình giáo dục kỹ năng sống hiện đại đã phát triển mạnh mẽ trong những năm gần đây, phản ánh nhu cầu ngày càng tăng về việc trang bị cho học sinh, sinh viên và trẻ em những kỹ năng thiết yếu để thành công trong xã hội hiện đại. Các chương trình này không chỉ giới hạn trong việc truyền đạt kiến thức, mà còn tập trung vào phát triển các năng lực xã hội, cảm xúc, và cá nhân để giúp người học đối phó với các thách thức của cuộc sống, từ đó tạo nền tảng cho sự phát triển bền vững của cá nhân và cộng đồng.

Chương trình giáo dục kỹ năng sống của Tổ chức Y tế Thế giới (WHO): WHO là một trong những tổ chức quốc tế tiên phong trong việc xây dựng các chương trình giáo dục kỹ năng sống, đặc biệt là trong các trường học. Theo WHO (1997), kỹ năng sống là các năng lực giúp cá nhân đối phó với các tình huống căng thẳng trong cuộc sống và xây dựng các mối quan hệ lành mạnh. Chương trình giáo dục kỹ năng sống của WHO tập trung vào 5 lĩnh vực cơ bản: ra quyết định và giải quyết vấn đề, tư duy sáng tạo và phê phán, thông tin và kỹ năng giao tiếp, ý thức về bản thân và sự đồng cảm, và đối phó với cảm xúc và căng thẳng (WHO, 1999). Các chương trình này được thiết kế để nâng cao năng lực cá nhân, giúp người học có thể đối phó với các tình huống phức tạp trong cuộc sống hàng ngày.

Chương trình giáo dục kỹ năng sống của UNICEF: Chương trình giáo dục kỹ năng sống của UNICEF nhấn mạnh vào việc phát triển các kỹ năng cá nhân và xã hội, giúp trẻ em và thanh thiếu niên có khả năng đưa ra quyết định đúng đắn, giải quyết các vấn đề xã hội, và xây dựng các mối quan hệ tích cực (UNICEF, 2012). Một trong những điểm nổi bật của chương trình này là việc tích hợp kỹ năng sống vào các hoạt động học tập và vui chơi trong môi trường học đường, nhằm tạo ra cơ hội học tập thực tiễn cho trẻ em và thanh thiếu niên. Các kỹ năng cơ bản bao gồm giao tiếp, làm việc nhóm, quản lý cảm xúc, và giải quyết mâu thuẫn

Chương trình giáo dục kỹ năng sống tại Việt Nam: giáo dục kỹ năng sống đã trở thành một phần quan trọng trong các chương trình giáo dục mầm non và phổ thông. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2009) đã tích hợp các kỹ năng sống trong Bộ chuẩn phát triển trẻ 5 tuổi, đặc biệt trong các lĩnh vực phát triển tình cảm và quan hệ xã hội. Các kỹ năng sống này bao gồm khả năng tự nhận thức, khả năng làm việc nhóm, khả năng hợp tác, và khả năng kiểm soát cảm xúc (Bộ Giáo dục và Đào tạo, 2009). Ngoài ra, nhiều chương trình giáo dục kỹ năng sống cũng đã được triển khai tại các trường phổ thông, nhằm giúp học sinh đối phó với các vấn đề trong cuộc sống học đường như bạo lực học đường, lạm dụng thuốc lá, rượu bia, và sức khỏe tình dục.

Chương trình giáo dục kỹ năng sống tại các quốc gia phát triển: Tại các quốc gia phát triển như Hoa Kỳ, Anh, và các nước Bắc Âu, giáo dục kỹ năng sống đã được tích

hợp vào hệ thống giáo dục từ lâu. Các chương trình này chú trọng vào việc phát triển toàn diện cả về mặt trí tuệ, cảm xúc và xã hội của học sinh. Một ví dụ nổi bật là chương trình giáo dục kỹ năng sống của CASEL (Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning) tại Hoa Kỳ, tập trung vào các kỹ năng như nhận thức bản thân, nhận thức xã hội, quản lý cảm xúc, kỹ năng quan hệ và kỹ năng ra quyết định (CASEL, 2015). Các chương trình này không chỉ giúp học sinh phát triển các kỹ năng cá nhân mà còn tạo điều kiện để các em phát triển các kỹ năng xã hội thiết yếu như giao tiếp, làm việc nhóm, và giải quyết mâu thuẫn.

Chương trình giáo dục kỹ năng sống của Quỹ Nhi đồng Liên Hợp Quốc (UNICEF): đã được triển khai rộng rãi tại nhiều quốc gia nhằm nâng cao khả năng của trẻ em trong việc đối phó với các thử thách của cuộc sống. Chương trình này không chỉ dạy trẻ các kỹ năng xã hội như làm việc nhóm và giao tiếp mà còn giúp trẻ phát triển khả năng tự nhận thức và quản lý cảm xúc. Chương trình này thường xuyên được cập nhật để phù hợp với các yêu cầu thay đổi của xã hội và các thách thức mới mà trẻ em phải đối mặt trong thế giới hiện đại (UNICEF, 2012).

Bảng so sánh một số mô hình giáo dục kỹ năng sống quốc tế

Mô hình	Tổ chức	Đặc điểm chính	Kỹ năng tiêu biểu
WHO Life Skills Education	Tổ chức Y tế Thế giới (WHO)	Tập trung vào 5 lĩnh vực năng lực cốt lõi giúp cá nhân đối phó tình huống căng thẳng	Ra quyết định, tư duy phê phán, giao tiếp, đồng cảm, kiểm soát cảm xúc
Life Skills Education Program	Quỹ Nhi đồng Liên Hợp Quốc (UNICEF)	Tích hợp kỹ năng sống vào học tập và vui chơi, định hướng phát triển cá nhân-xã hội	Giao tiếp, làm việc nhóm, quản lý cảm xúc, giải quyết mâu thuẫn
Social and Emotional Learning (SEL)	CASEL (Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning – Hoa Kỳ)	Phát triển toàn diện năng lực cảm xúc-xã hội thông qua 5 nhóm năng lực SEL	Nhận thức bản thân, nhận thức xã hội, quản lý cảm xúc, quan hệ xã hội, ra quyết định

Mô hình	Tổ chức	Đặc điểm chính	Kỹ năng tiêu biểu
SEAL	DfES (Anh)	Chương trình tích hợp học tập cảm xúc-xã hội trong trường học	Tự điều chỉnh, hợp tác, nhận thức bản thân, đồng cảm
PATHS	Greenberg et al. (Hoa Kỳ)	Tăng cường năng lực cảm xúc và xã hội ở học sinh tiểu học và mầm non	Quản lý cảm xúc, giải quyết vấn đề, thể hiện cảm xúc tích cực

Các chương trình giáo dục kỹ năng sống hiện đại đã chứng minh vai trò quan trọng trong việc trang bị cho học sinh, sinh viên và trẻ em những kỹ năng thiết yếu để đối phó với các thách thức của cuộc sống. Từ các chương trình toàn cầu của WHO và UNICEF đến các chương trình cụ thể ở từng quốc gia, giáo dục kỹ năng sống đã trở thành một phần không thể thiếu trong hệ thống giáo dục hiện đại. Tại Việt Nam, việc tích hợp giáo dục kỹ năng sống vào các chương trình giáo dục mầm non và phổ thông là một bước tiến quan trọng, giúp trẻ em và thanh thiếu niên phát triển toàn diện và chuẩn bị tốt hơn cho tương lai.

2.4. Phương pháp nghiên cứu

Trong nghiên cứu này, tác giả sử dụng ba nhóm phương pháp chính. *Nhóm phương pháp nghiên cứu lý luận* gồm: phân tích – tổng hợp tài liệu để xây dựng cơ sở lý luận về giáo dục kỹ năng sống và hoạt động trải nghiệm cho trẻ 5–6 tuổi; so sánh – đối chiếu nhằm nhận diện điểm tương đồng và khác biệt giữa các quan điểm trong nước và quốc tế, từ đó chọn lọc mô hình phù hợp với thực tiễn; hệ thống hóa lý luận để xây dựng khung lý thuyết cho đề tài, xác định các thành tố kỹ năng sống và mối quan hệ với hoạt động trải nghiệm. *Nhóm phương pháp thực tiễn* bao gồm: khảo sát bằng bảng hỏi để thu thập ý kiến từ giáo viên, cán bộ quản lý, phụ huynh và trẻ; phỏng vấn sâu nhằm làm rõ kết quả khảo sát và khai thác thêm thông tin; quan sát sư phạm tại các cơ sở mầm non để ghi nhận cách tổ chức hoạt động trải nghiệm; nghiên cứu sản phẩm của giáo viên và trẻ nhằm đánh giá kết quả đạt được; thực nghiệm sư phạm để kiểm chứng hiệu quả quy trình tổ chức hoạt động trải nghiệm với hai vòng thử nghiệm và đối chứng. Cuối cùng, *nhóm phương pháp xử lý dữ liệu* bao gồm phân tích định tính các dữ liệu phỏng vấn, quan sát, sản phẩm hoạt động; và xử lý định lượng bằng phần mềm thống kê nhằm kiểm định giả thuyết và đánh giá ảnh hưởng của hoạt động trải nghiệm đến sự phát triển kỹ năng sống ở trẻ mẫu giáo 5 – 6 tuổi.

2.5. Kết quả và thảo luận

2.5.1. Cập nhật quan điểm về kỹ năng sống cho trẻ 5–6 tuổi

Các nghiên cứu hiện đại nhấn mạnh rằng kỹ năng sống không chỉ bao gồm các kỹ năng xã hội mà còn bao gồm cả kỹ năng tự nhận thức, quản lý cảm xúc và tư duy phản biện. Việc phát triển những kỹ năng này ở trẻ 5–6 tuổi giúp trẻ chuẩn bị tốt hơn cho quá trình học tập và hòa nhập xã hội sau này.

2.5.2. Hiệu quả của hoạt động trải nghiệm trong giáo dục kỹ năng sống

Hoạt động trải nghiệm giúp trẻ học hỏi thông qua việc tham gia trực tiếp vào các tình huống thực tế, từ đó phát triển kỹ năng giải quyết vấn đề, tư duy sáng tạo và khả năng hợp tác. Các chương trình giáo dục tích hợp hoạt động trải nghiệm đã chứng minh hiệu quả trong việc nâng cao kỹ năng sống cho trẻ em.

2.5.3. Thực nghiệm

Nhằm kiểm chứng hiệu quả của việc giáo dục kỹ năng sống thông qua tổ chức hoạt động trải nghiệm, nhóm nghiên cứu đã tiến hành thực nghiệm sư phạm tại 4 trường mầm non (2 công lập, 2 tư thục) trên địa bàn TP. Hồ Chí Minh. Tổng số trẻ tham gia là 120 trẻ mẫu giáo lớn (5–6 tuổi), được chia thành hai nhóm: nhóm thực nghiệm (60 trẻ) và nhóm đối chứng (60 trẻ). Việc chia nhóm đảm bảo tính đồng đều về độ tuổi, giới tính và điều kiện phát triển ban đầu.

Nội dung thực nghiệm được thiết kế gồm 6 hoạt động trải nghiệm mang tính tích hợp, cụ thể: (1) Trồng cây và chăm sóc góc thiên nhiên; (2) Tự phục vụ bữa ăn; (3) Tham quan siêu thị mini và trải nghiệm mua hàng; (4) Đóng vai bán hàng; (5) Làm đồ chơi tái chế; (6) Chơi nhóm giải quyết tình huống. Các hoạt động này hướng đến phát triển một số kỹ năng sống cốt lõi gồm: kỹ năng giao tiếp, kỹ năng hợp tác, kỹ năng tự phục vụ và kỹ năng giải quyết vấn đề.

Chỉ báo đánh giá được xây dựng trên cơ sở khung kỹ năng sống phù hợp với lứa tuổi mầm non, gồm 3 nhóm: (1) Nhận thức: khả năng hiểu được tình huống, vai trò và mục tiêu của hoạt động; (2) Hành vi: mức độ tham gia tích cực, tự chủ trong xử lý nhiệm vụ; (3) Thái độ: tinh thần hợp tác, sự chia sẻ và tự tin khi thể hiện bản thân.

Kết quả định lượng cho thấy, nhóm trẻ tham gia chương trình hoạt động trải nghiệm có sự tiến bộ rõ rệt ở cả ba khía cạnh nhận thức, hành vi và thái độ so với nhóm đối chứng. Cụ thể, điểm trung bình kỹ năng sống tổng hợp của nhóm thực nghiệm sau can thiệp đạt 8.4/10, so với 6.9/10 của nhóm đối chứng. Kiểm định T cho thấy sự khác biệt này có ý nghĩa thống kê ở mức $p < 0.05$.

2.5.4. Đề xuất cho giáo dục kỹ năng sống tại Việt Nam

Để nâng cao hiệu quả giáo dục kỹ năng sống cho trẻ mầm non, trước hết cần tích hợp nội dung này một cách linh hoạt vào chương trình giảng dạy thông qua các hoạt động học tập và vui chơi hằng ngày. Trẻ có thể rèn luyện kỹ năng sống thông qua trò chơi, hoạt động nhóm, và các tình huống giáo dục về giao tiếp, chia sẻ, hợp tác, cũng như học cách tự chăm sóc bản thân.

Bên cạnh đó, việc đào tạo và bồi dưỡng đội ngũ giáo viên đóng vai trò then chốt. Giáo viên cần được trang bị kiến thức và kỹ năng chuyên sâu về giáo dục kỹ năng sống để có thể lựa chọn phương pháp giảng dạy phù hợp, tổ chức hiệu quả các hoạt động trong lớp học, hoạt động ngoại khóa và tương tác với trẻ một cách tích cực.

Giáo dục kỹ năng sống cần được chú trọng ngay từ bậc học mầm non – giai đoạn đặt nền tảng cho sự hình thành nhân cách và năng lực xã hội của trẻ. Việc giúp trẻ phát triển nhận thức bản thân, kỹ năng giao tiếp, hợp tác với bạn bè từ sớm sẽ tạo tiền đề vững chắc cho giai đoạn tiểu học, nơi các kỹ năng như quản lý cảm xúc và giải quyết vấn đề cần được tiếp tục phát triển.

Một yếu tố quan trọng khác là sự tham gia tích cực của gia đình và cộng đồng. Việc xây dựng một môi trường học tập mở rộng, trong đó cha mẹ và các thành viên cộng đồng cùng phối hợp tổ chức các hoạt động ngoại khóa, sẽ tạo thêm cơ hội cho trẻ thực hành và củng cố kỹ năng sống trong các tình huống thực tế.

Trong bối cảnh công nghệ phát triển nhanh chóng, việc ứng dụng công nghệ thông tin vào giáo dục kỹ năng sống cũng cần được đẩy mạnh. Các ứng dụng học tập, trò chơi tương tác và video giáo dục là những công cụ hữu ích giúp trẻ học và rèn luyện kỹ năng sống một cách linh hoạt, thuận tiện và phù hợp với đặc điểm phát triển của thể hệ trẻ hiện nay.

Ngoài ra, việc xây dựng các chương trình giáo dục kỹ năng sống cần theo định hướng toàn diện và bền vững, đảm bảo bao quát cả kỹ năng cá nhân, xã hội, và những vấn đề mang tính cộng đồng như bảo vệ môi trường và chăm sóc sức khỏe tinh thần. Cuối cùng, cần có cơ chế đánh giá và cập nhật chương trình định kỳ, nhằm bảo đảm tính hiệu quả, tính thích nghi và sự phù hợp với sự thay đổi của xã hội cũng như nhu cầu thực tế của người học.

3. KẾT LUẬN

Giáo dục kỹ năng sống cho trẻ 5–6 tuổi thông qua hoạt động trải nghiệm là một phương pháp giáo dục hiệu quả, giúp trẻ phát triển toàn diện cả về thể chất, trí tuệ, cảm xúc và xã hội. Các hoạt động trải nghiệm mang tính thực tiễn không chỉ giúp trẻ học hỏi các kỹ năng sống cần thiết mà còn tạo ra cơ hội cho trẻ thực hành, phản ánh và điều chỉnh hành vi trong các tình huống thực tế. Bài viết đã hệ thống hóa các quan điểm lý luận và

mô hình giáo dục kỹ năng sống hiện đại, đồng thời làm rõ vai trò của hoạt động trải nghiệm trong việc phát triển kỹ năng sống cho trẻ mẫu giáo 5–6 tuổi. Về lý luận, nghiên cứu đã xác định rõ mối liên hệ giữa hoạt động trải nghiệm và các nhóm kỹ năng sống cốt lõi, đưa ra tiêu chí lựa chọn và phân loại hoạt động phù hợp với trẻ. Về thực tiễn, kết quả khảo sát và thực nghiệm khẳng định hiệu quả của việc tích hợp kỹ năng sống vào hoạt động trải nghiệm tại cơ sở mầm non. Các đề xuất về đào tạo giáo viên, thiết kế chương trình và phối hợp với phụ huynh có giá trị tham khảo cho việc triển khai giáo dục kỹ năng sống một cách bền vững trong thực tiễn giáo dục mầm non Việt Nam.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Dewey, J. (1938), *Experience and education*, Macmillan.
2. Department for Education and Skills (DfES) (2005), *Social and emotional aspects of learning (SEAL) programme*, Department for Education and Skills.
3. Greenberg, M. T., Kusché, C. A., Cook, E. T., & Quamma, J. P. (1995), *Promoting emotional competence in school-aged children: The effects of the PATHS curriculum*, *Development and Psychopathology*, 7(1), pp.117–136. <https://doi.org/10.1017/S0954579400006369>
4. Kolb, D. A. (1984), *Experiential learning: Experience as the source of learning and development*, Prentice Hall.
5. Nasheeda, A., Abdullah, H., Krauss, S. E., & Sahari, M. (2009), *A critical review of the life skills education for youth*. *Journal of Social Sciences*, 5(4), pp.265–275. <https://doi.org/10.3844/jssp.2009.265.275>
6. UNICEF (2012), *Global evaluation of life skills education programs*, UNICEF.
7. World Health Organization (1997), *Life skills education for children and adolescents in schools (WHO/MNH/PSF/93.7A)*, World Health Organization.
8. Bộ GDĐT. (2021), Chương trình giáo dục mầm non (Văn bản hợp nhất Số: 01/VBHN-BGDĐT thông tư Ban hành Chương trình giáo dục Mầm non ngày 13 tháng 4 năm 2021 về việc hợp nhất nội dung Chương trình giáo dục mầm non theo Thông tư 51 và Chương trình giáo dục mầm non theo Thông tư 28).
9. Lê Bích Ngọc (2009), *Giáo dục kỹ năng sống cho trẻ từ 5–6 tuổi*, Tạp chí Giáo dục, (223), tr.24–26.
10. Nguyễn Ánh Tuyết (2018), *Tổ chức hoạt động trải nghiệm trong trường mầm non nhằm phát triển kỹ năng sống cho trẻ mẫu giáo lớn*, Tạp chí Khoa học Giáo dục.
11. Nguyễn Thanh Bình (2013), *Đưa giáo dục kỹ năng sống vào đào tạo giáo viên*, Tạp chí Giáo dục, (312), 42–44.
12. Nguyễn Thị Phương Thảo, Lưu Thu Thủy, & cs. (2011), *Giáo dục kỹ năng sống trong các môn học ở tiểu học*, Nhà xuất bản Giáo dục Việt Nam.

LIFE SKILLS EDUCATION FOR 5-6-YEAR-OLDS THROUGH EXPERIENCE-BASED ACTIVITIES: AN UPDATE OF INTERNATIONAL PERSPECTIVES AND PRACTICES*Le Nu Thai Thuy*

Abstract: *Life skills education is an essential component of the preschool education curriculum, contributing to the formation of character and the overall development of children. In the context of current educational reform, organizing practical, experience-based activities linked to daily life is considered an effective method for fostering and developing life skills for preschool children, especially those aged 5-6. This article provides an overview of new perspectives on life skills and life skills education for 5-6-year-olds, emphasizing the role of experience-based activities in promoting life skills in preschool children. Through analyzing international studies and modern life skills education programs, the article proposes some directions and recommendations for designing and implementing life skills education programs that are appropriate for the developmental characteristics of 5-6-year-old children.*

Keywords: *Life skills, preschool education, experience-based activities, holistic development, 5-6-year-olds.*

(Ngày Tòa soạn nhận được bài: 20-9-2025; ngày phản biện đánh giá: 08-10-2025; ngày chấp nhận đăng: 29-10-2025)