

Nguyễn Minh Anh – Nguyễn Thị Chung

Kĩ năng sống Hoàn thiện chính mình



NHÀ XUẤT BẢN GIÁO DỤC VIỆT NAM



Kĩ năng sống *Rèn luyện bản thân*

Nguyễn Minh Anh – Nguyễn Thị Chung

Bộ sách Kĩ năng sống

HOÀN THIỆN CHÍNH MÌNH





BAN TỔ CHỨC BIÊN SOẠN :

NGUYỄN HOÀI CHƯỜNG

TRẦN TRỌNG KHIẾM

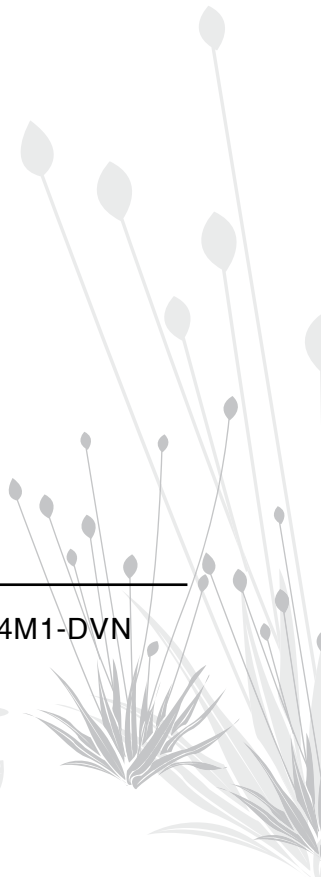
TRẦN THANH LIÊM

NGUYỄN THỊ ANH PHƯƠNG

Công ty cổ phần Dịch vụ xuất bản giáo dục Gia Định –
Nhà xuất bản Giáo dục Việt Nam giữ quyền công bố tác phẩm.

83 - 2011/CXB/17- 32/GD

Mã số : 8I744M1-DVN



LỜI NÓI ĐẦU

Các em học sinh thân mến!

Các em sẽ trở thành những chủ nhân tương lai của đất nước. Vì vậy, các em cần được phát huy trí tuệ và kĩ năng về nhiều mặt. Để làm được điều đó, từ những kiến thức đã học, các em cần xác định đúng đắn giá trị sống và rèn luyện những kĩ năng sống phù hợp. Giá trị sống đúng đắn, kĩ năng sống phù hợp sẽ giúp các em đưa ra những quyết định sáng suốt, phát triển khả năng suy nghĩ độc lập, kĩ năng giải quyết vấn đề cũng như khả năng sáng tạo và giúp các em có lối sống lành mạnh hơn.

Bộ sách KĨ NĂNG SỐNG cung cấp cho các em những kiến thức cơ bản về kĩ năng sống, giúp các em hoàn thiện nhân cách và định hướng cho cuộc sống và sự nghiệp của các em trong tương lai. Nội dung bộ sách gắn kết kĩ năng sống với những tình huống thực tiễn giúp các em cảm thấy lí thú hơn trong việc tìm hiểu, khám phá và giải quyết những vấn đề trong cuộc sống thường ngày.

Bộ sách gồm sáu tập với những chủ đề chính :

Bạn là ai ?

Rèn luyện bản thân

Những bệnh – tật ở tuổi học trò và cách phòng tránh

Sơ cấp cứu và an toàn

Một số kĩ năng cần thiết

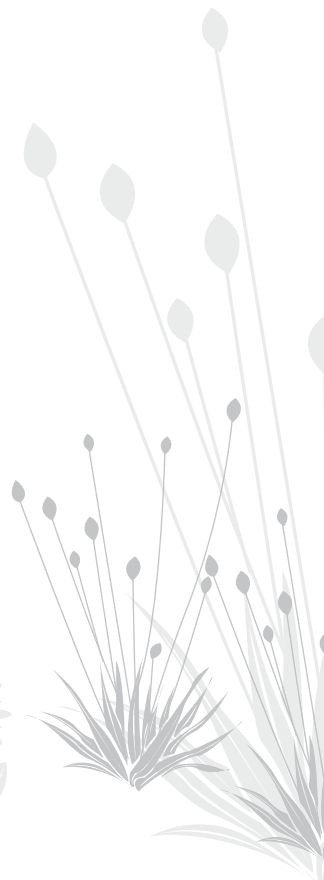
Hoàn thiện chính mình

Chúng tôi hi vọng rằng qua bộ sách KĨ NĂNG SỐNG, các em sẽ tích lũy được nhiều kiến thức bổ ích, rèn luyện và định hướng cho mình những mục tiêu tốt đẹp trong cuộc sống và sự nghiệp tương lai.

Chúc các em luôn thành công !

Nhóm tác giả





Phần 1

HÃY ƯỚC MƠ

1. Ước mơ là gì ?

***“...Ước mơ không phải là cái gì sẵn có,
cũng không phải là cái gì không thể có.
Ước mơ giống như con đường chưa có,
nhưng con người sẽ khai phá và vượt qua...”***

Lỗ Tấn

Một nhóm bạn vừa tan học, vừa đi vừa đùa giỡn với nhau thật vui vẻ. Bỗng một cô bé thốt lên :

- Ôi, ước gì lúc nào cũng được gặp nhau “tám” như thế này. Năm sau tụi mình chia tay nhau rồi.
- Ủ, sao mà nhanh quá ! Ai có mong muốn gì thì nói ngay nha, sau này không có cơ hội đâu đó.
- Tui nói trước ! Tui chỉ có một điều ước nho nhỏ là tụi mình sẽ mãi giữ được liên lạc với nhau.
- Còn tui thì ước tụi mình vượt qua kì thi sắp tới, vô được trường cấp ba mình muốn. Hết.
- Tường Vy tui thì cần tới ba điều ước lận. Một là làm sao sau này có thật nhiều tiền để lúc nào thích là bao mấy bồ đi ăn hàng thoải mái. Hai là sau này sẽ làm cô giáo để có thể dạy con của mấy bồ để....để....”



– Để “đi” con tui này chứ gì ! Biết quá mà. Vậy mà cũng mơ làm cô giáo.

– Thôi đi mấy bồ ơi, có thần đèn ở đây cũng chẳng giúp gì được đâu. Ước mơ của mấy bồ thay đổi thấy chóng mặt. Hôm trước tui còn nghe là sau này bồ muốn làm ca sĩ mà, sao giờ đổi sang cô giáo hiền lành thế ! – Một giọng nam cất lên.

– Ha ha ha, cô giáo thì chỉ có một mình nhỏ My làm được thôi. Đừng có mà tranh giành với nó. Từ hồi biết nó tới giờ, lúc nào nó cũng chỉ có một điệp khúc “Mong ước của My là sau này làm cô giáo.”. Mà nhìn đi, nhỏ My ăn nói rõ ràng, chỉ bài đầu ra đó thì mới có thể dạy con nít được. Chớ đưa trẻ con cho nhỏ Tường Vy thì tui nó bỏ chạy sớm.

– Ờ há. Thôi, tui không giành nữa đâu. Mà sao kì ha ! Khi thấy ca sĩ được nhiều người hâm mộ thì tui lại muốn làm ca sĩ. Rồi có khi muốn trở thành người thông thái như anh họ tui. Ổng cái gì cũng biết hết, giống như “tử điển bách khoa” vậy đó. Rồi có lúc lại muốn làm tiếp viên hàng không nữa chứ. Trời ơi, sao mà “thích đủ thứ” vậy nè !

– Mà tui nhớ có lần, bồ còn ước được làm bà bán bánh tráng trộn để ăn bánh tráng trộn suốt ngày nữa chớ. Mặc cười !...

Cuộc nói chuyện mỗi lúc một rôm rả vì ai cũng giành nhau kể về ước mơ của mình. Có những ước mơ thật ngộ nghĩnh, nhưng có những ước mơ thật nghiêm túc. Có những ước mơ bất chợt nhưng có những ước mơ đeo đẳng từ nhỏ tới giờ. Rồi bỗng có người cắc có hỏi :

