

Nguyễn Minh Anh

Kĩ năng sống Rèn luyện bản thân



NHÀ XUẤT BẢN GIÁO DỤC VIỆT NAM



Nguyễn Minh Anh

Bộ sách Kĩ năng sống

RÈN LUYỆN BẢN THÂN





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/16- 32/GD

Mã số : 81743M1-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

KHÁM PHÁ NGHỀ NGHIỆP : BẮT ĐẦU TỪ ĐÂY !

1. Thế giới nghề nghiệp : Kể hoài không hết !

Chúng ta cùng nghe một câu chuyện về nghề nghiệp nhé !

Chuyện xảy ra ở một trường trung học nọ.

Một hôm, thầy giáo yêu cầu học sinh lập danh mục những nghề nghiệp cần thiết cho việc dựng một chương trình truyền hình. Thầy hỏi :

– Ai là người quan trọng nhất trong chương trình truyền hình ?

Cả lớp nhao nhao :

– Thừa thầy, là đạo diễn !

– Là xướng ngôn viên ạ !

Thầy giáo gợi ý :

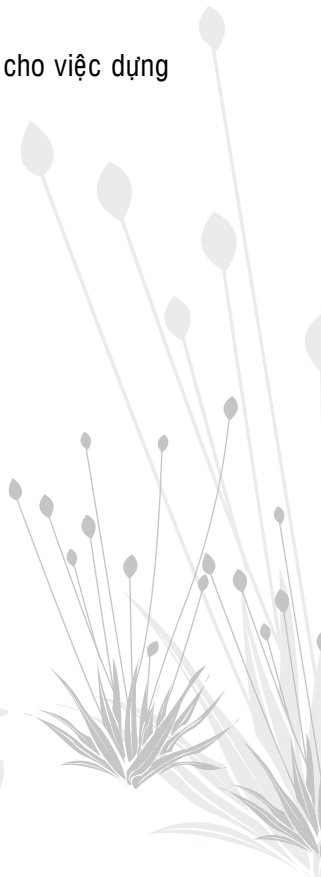
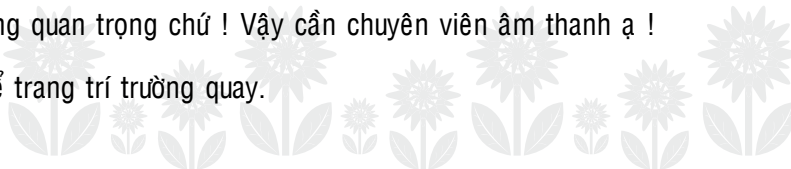
– Thế thôi à ? Một chương trình truyền hình phải có nhiều người tham gia lắm !

Tất cả lại tranh nhau :

– Cần có người quay phim để ghi hình.

– Âm thanh cũng quan trọng chú ! Vậy cần chuyên viên âm thanh ạ !

– Cần họa sĩ để trang trí trường quay.



- Em nghĩ là cần phóng viên thầy ạ.
- Em thấy cần người trực điện thoại, để phóng viên có thể liên lạc với đài.
- Khoan đã, em nghĩ cần người thiết kế trang phục.
- Chắc chắn phải cần người soạn nhạc và nhạc công !
- Nhạc công à ? Đâu phải chương trình nào họ cũng tham gia !
- Nhưng thầy có nói cụ thể chương trình nào đâu !

Thầy giáo hỏi tiếp :

- Vậy nếu nói về chương trình kịch hay phim thì mình cần những ai ?

Câu hỏi lại được sự hưởng ứng rất nhiệt tình của học sinh :

- Em nghĩ trước hết cần phải có một người viết kịch bản ; sau đó là cần đạo diễn.
 - Thưa thầy, tiếp theo, cần phải có diễn viên ạ !
 - Theo em thì chắc chắn phải cần kĩ thuật viên để xử lí phim sau khi quay xong !
 - Cần cả chuyên viên về hiệu ứng đặc biệt nữa ! Em xem phim khoa học viễn tưởng thấy hiệu ứng đặc biệt quan trọng lắm !
 - Em nghĩ cần người làm quảng cáo để quảng cáo phim hay kịch của mình sau khi quay xong.
- Như vậy mới có người coi.
- Còn cả những người tạo mẫu tóc, những người trang điểm, sửa chữa máy móc nữa !

