

THE MIDDLE SCHOOL
STUDENT'S GUIDE
TO ACADEMIC
Success

**BÍ QUYẾT,
HỌC GIỎI**

**PHƯƠNG PHÁP
HỌC TẬP
CHỦ ĐỘNG ĐỂ
THÀNH CÔNG**

**DÀNH CHO
HỌC SINH
CẤP II-III**



**NHÀ XUẤT BẢN TỔNG HỢP
THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH**

BLAKE NEMELKA & BO NEMELKA

PHẠM MÂY MÂY dịch

BLAKE NEMELKA & BO NEMELKA

Phạm Mây Mây dịch

BÍ QUYẾT HỌC GIỎI

FIRST NEWS

Chịu trách nhiệm xuất bản:

Giám đốc - Tổng Biên tập

ĐINH THỊ THANH THỦY

Biên tập: Cao Bá Định

Sửa bản in: Bích Thủy

Trình bày: Nguyễn Hùng

Bìa: Phương Thảo

NHÀ XUẤT BẢN TỔNG HỢP THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

62 Nguyễn Thị Minh Khai - Q.1 - TP. HCM

ĐT: (028)38225340 - 38296764 - 38247225

Fax: 84.28.38222726

Email: tonghop@nxbhcm.com.vn

Website: www.nxbhcm.com.vn

Sách điện tử: www.sachweb.vn

NHÀ SÁCH TỔNG HỢP 1

62 Nguyễn Thị Minh Khai, Q.1, TP. HCM

ĐT: (028) 38 256 804

NHÀ SÁCH TỔNG HỢP 2

86 - 88 Nguyễn Tất Thành, Q.4. TP. HCM

ĐT: (028) 39 433 868

GIAN HÀNG M01 - ĐƯỜNG SÁCH TP. HCM

Đường Nguyễn Văn Bình, Quận 1, TP. HCM

Thực hiện liên kết:

CÔNG TY TNHH VĂN HÓA SÁNG TẠO TRÍ VIỆT (First News)

Địa chỉ: 11H Nguyễn Thị Minh Khai, Q. 1, TP. HCM

Số lượng 2.000 cuốn, khổ 14,5 x 20,5 cm tại Công ty TNHH MTV In Báo Nhân Dân TP.HCM (D20/532P, Ấp 4, Xã Phong Phú, H. Bình Chánh, TP. HCM). XNĐKXB số 1142-2020/CXBIPH/15-74/THTP HCM ngày 03/04/2020 - QĐXB số 235/QĐ-THTP HCM-2020 ngày 14/04/2020. ISBN: 978-604-58-4607-0. In xong và nộp lưu chiểu quý II/2020.

Mục lục

Lời nói đầu

Lời nhắn gửi học sinh

Lời nhắn gửi Phụ huynh/Người hướng dẫn

Mẫu đối thoại 1: Mục tiêu

Mẫu đối thoại 2: Lập kế hoạch và chuẩn bị

Mẫu đối thoại 3: Quản lý thời gian

Mẫu đối thoại 4: Điểm trung bình

Mẫu đối thoại 5: Các hoạt động ngoại khóa và hoạt động phục vụ học tập

Mẫu đối thoại 6: Phục vụ cộng đồng

Mẫu đối thoại 7: Kỳ thi tuyển sinh đại học

Mẫu đối thoại 8: Kinh nghiệm thực tập và làm việc

Mẫu đối thoại 9: Quản lý tiền bạc và nguồn học bổng

Mẫu đối thoại 10: Phỏng vấn

Mẫu đối thoại 11: Chia sẻ kinh nghiệm

Tổng kết

Về tác giả

LỜI NÓI ĐẦU

T HÀNH CÔNG. Đó hẳn là một từ các em rất hay nghe.

Thầy cô giáo, bố mẹ và những huấn luyện viên có lẽ đã nhấn mạnh rất nhiều lần về tầm quan trọng của việc học ở trường và những gì các em đang làm trong cuộc sống hiện tại để đạt được “thành công” trong tương lai. Và tôi cá là tôi biết các em nghĩ gì mỗi khi các em tự trấn an: “Thì sao nào? Điểm số của con bây giờ đâu có quan trọng. Điểm cấp ba mới đáng nói”. Hoặc “Ai quan tâm tới mấy cái câu lạc bộ ngu xuẩn đó chứ?”, hay “Những gì con làm bây giờ thì liên quan gì đến ‘thành công’ sau này? Con mới đang học cấp hai thôi mà, làm gì mà rồi lên vậy”.

Tin tôi đi, tôi hiểu. Thế giới ngày nay áp lực hơn nhiều, và dường như nó ngày càng đè nặng lên chúng ta, mỗi thời áp lực xuất hiện mỗi sớm hơn. Có thể các em đang nghĩ: “Lẽ nào con không là một đứa trẻ thôi được sao?”.

Các em nói đúng! Các em vẫn còn trẻ và còn nhiều thời gian để tìm hiểu mình sẽ làm gì với cuộc sống sau này. Thế nhưng bố mẹ, thầy cô giáo và huấn luyện viên của các em đã từng như các em bây giờ, và có thể họ có đủ lý lẽ vững chắc cho việc này.

Hãy nghe tôi nói một lúc thôi. Giả dụ trong tương lai em muốn trở thành bác sĩ. Trước khi đạt được điều đó, có rất nhiều mục tiêu nhỏ khác em phải hoàn thành, chẳng hạn như thi đậu vào trường y, hay thậm chí là đạt điểm cao môn Sinh ở trường phổ thông.

Thế nhưng - có một điểm rất thú vị ở đây là - mỗi thành công này lại được tạo nên từ những thành công còn nhỏ hơn nữa, và đó là những điều có lẽ em nên bắt đầu thực hiện ngay từ bây giờ. Chẳng hạn như tạo thói

quen học tập tốt để đạt được điểm cao môn Sinh, hay thậm chí chỉ là cầm cuốn sách này lên thôi.

Khi em bước những bước đầu tiên về phía những thành công nhỏ, em đã bắt đầu thiết lập cho mình những thói quen để thành công, và một khi đã có các thói quen này, những bước lớn hơn sẽ không còn quá lớn hay quá đáng sợ nữa. Thay vào đó, nó sẽ trở nên thú vị, bởi vì các em đã hoàn toàn sẵn sàng chào đón nó rồi.

Tóm lại, chẳng bao giờ là quá sớm để bắt đầu xây dựng những thói quen này và bắt đầu suy nghĩ về ngành học cũng như nghề nghiệp tương lai của mình. Các em chỉ cần phải bắt đầu thôi. Bắt đầu với mục tiêu đã định trước.

Cuốn sách này sẽ giúp các em thực hiện điều đó - một cách hứng thú - bởi lẽ Blake và Bo Nemelka (vâng, họ là hai anh em song sinh) hiểu được cảm giác của một học sinh cấp hai. Họ thực sự hiểu. Họ cũng từng trải qua những nỗi lo lắng và thử thách mà các em đang gặp phải. Thế nhưng họ cũng hiểu rằng việc phải luôn vượt qua những lo lắng và thử thách đó - chứ không chỉ vượt qua một lần - không những sẽ giúp họ trở thành những học sinh cấp hai ưu tú, mà về lâu về dài còn trở thành những cá nhân thành công nữa. Và họ đã làm được điều đó! Blake tốt nghiệp thạc sĩ quản lý giáo dục từ trường Đại học Vanderbilt, trong khi Bo nhận được tấm bằng thạc sĩ quản lý chăm sóc sức khỏe của Đại học Yale. Và vì họ hiểu tâm lý những học sinh cấp hai, nên họ biết rằng các em không hề muốn bị nhấn chìm trong một đống danh sách bài tập chán phèo. Họ sẵn lòng kéo các em tham gia vào cuộc hành trình như của họ và khiến các em hào hứng với mỗi bước đi của mình. Họ sẽ kể cho các em những ví dụ thực tế về những đứa trẻ giống như các em, đưa ra các bài tập giúp các em áp dụng những phương pháp của họ sao cho phù hợp với mục tiêu, sở thích và mức độ thành công em mong muốn.

Mỗi chủ đề trong cuốn sách này được trình bày như một mẫu đối thoại, một cuộc trò chuyện giữa các em và tác giả, hoặc giữa các em và phụ huynh hay người hướng dẫn để giúp các em áp dụng những gì học được

vào đời sống của mình. Thế nhưng các em nên nhớ, một cuộc trò chuyện cần có sự trao đổi qua lại từ cả hai phía, và những lời khuyên và hướng dẫn trong cuốn sách này chỉ có hiệu quả nếu các em chủ động áp dụng nó. Nghe có vẻ tốn công tốn sức quá nhỉ? Chắc chắn rồi, thế nhưng việc học sẽ rất vui đấy. Hãy xem những mẫu đối thoại này như điểm khởi đầu của các em, là hành trang cho tất cả những trải nghiệm thú vị sau này, và các em có thể bắt đầu mừng rỡ ra những thứ thú vị đó ngay từ bây giờ rồi đấy!

Giờ thì hãy bắt đầu, bắt đầu trò chuyện và bắt đầu tạo động lực nào. Tương lai là của các em, và các em có thể biến nó thành tuyệt vời - thậm chí là bắt đầu trở nên tuyệt vời từ khi các em còn ngồi ở trường cấp hai.

Sean Covey

CHÂM NGÔN ĐỂ SUY NGẪM

"Nếu dám mơ ước, bạn sẽ làm được."

- WALT DISNEY

NHÀ SẢN XUẤT PHIM, HỌA SĨ TRANH BIỂM HỌA, HỌA SĨ
HOẠT HÌNH, DIỄN VIÊN LỒNG TIẾNG VÀ DOANH NHÂN
NGƯỜI MỸ

LỜI NHẮN GỬI HỌC SINH

Nếu người đang cầm cuốn sách này trên tay còn là học sinh, các em thật tuyệt vời! Các em đã đi bước đầu tiên, và có lẽ cũng là bước quan trọng nhất, trên con đường đến thành công. Bằng việc đọc cuốn sách này, các em đã thể hiện mình đang muốn tìm một con đường để đạt được thành công ở trường học và khi vào đời.

Chúng tôi muốn giúp các em.

Rất hiếm người thích quãng thời gian học cấp hai. Đó là một quãng thời gian khó khăn. Các em phải làm quen với một ngôi trường rộng lớn hơn nhiều. Bạn bè bắt đầu cư xử kỳ lạ. Các tử đồ cá nhân không bao giờ chịu hợp tác và mở ra kịp thời khi các em cần đến chúng. Thầy cô dạy tiếng Anh dí các em chạy ngộp thở. Các em không theo kịp môn Toán. Và đó chỉ mới là những thứ xảy ra từ bên ngoài xung quanh em. Chúng tôi biết các em có thể còn bối rối với những gì đang xảy ra bên trong cơ thể mình nữa. Thật là những năm tháng đau khổ mà.

Chúng tôi hiểu mà. Chúng tôi nhớ hết.

Các em không biết chúng tôi. Thế nhưng vì chúng tôi là “người lớn” và là người viết cuốn sách này, nên có thể các em cho rằng chúng tôi cố lỗ sĩ lắm rồi. Không phải đâu. Tin chúng tôi đi. Chúng tôi vẫn còn nhớ thời học cấp hai. Và quan trọng hơn hết, chúng tôi vẫn còn nhớ những bước tiến của mình và bạn bè cùng lứa trên con đường đạt tới thành công. Đó là tất cả những gì chúng tôi muốn nói đến trong cuốn sách này.

Cuốn sách này là dành cho các em. Thế nhưng đây không phải là cuốn sách các em nên đọc một mình. Các em sẽ cần có ai đó giúp đỡ để áp dụng nó, đặc biệt là khi có một số phần trong cuốn sách yêu cầu các em thực hiện và hoàn thành những hoạt động cần đến người giám sát.

Hãy nhờ một người các em tin tưởng cùng đọc cuốn sách này và giúp đỡ các em, đặc biệt là với những mục hoạt động trong này. Chúng tôi tạm gọi những người trợ giúp các em trong suốt cuốn sách này là phụ huynh/người hướng dẫn. Họ ở khắp nơi xung quanh các em - trong gia đình, ở trường học, và trong cộng đồng. Hãy chọn ra một ai đó và cùng nhau bắt đầu cuộc hành trình này!

Chúng ta hãy bắt đầu - với các mục hoạt động. Chúng tôi biết các mục hoạt động nghe có vẻ giống như ám chỉ bài tập về nhà. Có thể nó trông cũng giống bài tập về nhà đôi chút.

Thế nhưng đó là những bài tập *tuyệt vời*.

Là những bài tập *để đời*.

Từ khóa ở đây là sự nỗ lực. Thành công cần nỗ lực. Và chúng tôi muốn các em thực hành một cách nghiêm túc - chúng tôi muốn các em đào sâu và khám phá xem mình đang ở đâu, từ đó vạch ra mục tiêu và kế hoạch cho tương lai.

Chúng tôi mong rằng các hoạt động này sẽ đặt ra những thử thách cho các em, nhưng chúng tôi không muốn các em thất vọng hay bỏ cuộc. Các em sẽ làm được!

Các mục hoạt động nằm ở cuối mỗi chương hay cuối mỗi “Mẫu đối thoại.” Trong cuốn sách này chúng ta có 11 Mẫu đối thoại. Chúng tôi gọi mỗi chương là một Mẫu đối thoại bởi chúng tôi muốn các em tham gia đối thoại với phụ huynh/người hướng dẫn của mình. Để giúp các em thực hành những gì đã học, chúng tôi có để kèm trang bài tập ở cuối mỗi Mẫu đối thoại. Chúng tôi sẽ cho các em biết điều gì đã giúp chúng tôi và bạn bè thành công, và rồi các em sẽ quyết định mình có thể làm gì để cải thiện và phát triển bản thân. Đây không phải là quá trình một chiều.

Nếu chỉ có chúng tôi nói và chia sẻ, rồi các em đặt sách xuống và bỏ đi, quá trình này sẽ thất bại. Chúng tôi muốn các em tham gia hết mình.

Chúng tôi đã chọn lựa chủ đề cho các Mẫu đối thoại rất kỹ càng, với sự giúp đỡ của những học sinh, phụ huynh, người hướng dẫn và các chuyên gia giáo dục. Chúng tôi tin rằng 11 Mẫu đối thoại này sẽ giúp các em ngay trong hiện tại, trong tương lai gần, và cả trong tương lai xa.

Nói về tương lai của các em, các Mẫu đối thoại được chia thành hai phần:

NHỮNG ĐIỀU CẦN THỰC HIỆN NGAY

và

NHỮNG ĐIỀU CẦN BẮT ĐẦU NGHĨ ĐẾN

Phần đầu tiên là những điều các em có thể làm ngay bây giờ - ngay ngày hôm nay!

Phần thứ hai bao gồm những điều quan trọng sẽ xảy đến trong tương lai. Đó là những điều có lẽ không cần thực hiện ngay lúc này nhưng các em vẫn cần suy nghĩ về nó và chuẩn bị cho nó để đạt được thành công về sau.

Khi đọc 11 Mẫu đối thoại này, các em sẽ thấy mỗi chương được cấu tạo thành bốn phần:

LẮNG NGHE xem chủ đề Mẫu đối thoại là gì và suy nghĩ xem tại sao nó lại quan trọng.

HỌC HỎI từ những ví dụ của người khác mà chúng tôi chia sẻ với các em.

SUY NGẪM về câu trả lời của mình đối với những câu hỏi gợi suy nghĩ.

HÀNH ĐỘNG bằng cách hoàn thành những mục hoạt động được đưa ra.

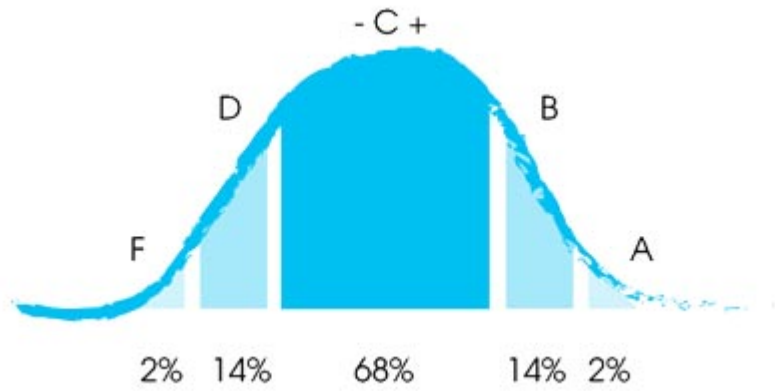
Cấp hai không phải là quãng thời gian các em phải chịu đựng hay phải vượt qua. Nó có thể - và thực sự nên là - một trong những quãng thời gian quan trọng nhất trong cuộc đời các em. Qua cuốn sách này, các em sẽ có thể bắt đầu xây dựng một nền móng vững chắc cho thành công sau này của mình.

Thực sự chỉ có các em mới có thể định nghĩa được thành công của riêng mình, nhưng chúng tôi chọn bắt đầu với thành công trong học tập. Thành công trong học tập là chìa khóa mở ra con đường để thành công lâu dài trong cuộc đời. Chắc chắn là sẽ có rất nhiều con đường thành công khác, và thậm chí cả nhiều định nghĩa khác về thành công. Thế nhưng chúng tôi chọn viết về con đường này bởi vì nó gần như là một con đường chắc chắn. Nếu các em thành công nơi học đường, các em sẽ có nhiều lựa chọn hơn khi ra trường. Và nhiều lựa chọn hơn cũng mở ra nhiều cơ hội hơn.

Bây giờ, chúng tôi biết các em muốn thành công trong học tập. Chúng tôi biết các em đang rất cố gắng. Làm thế nào chúng tôi biết được điều đó? Bởi vì như chúng tôi đã nói, các em sẽ không bắt đầu đọc cuốn sách này nếu không muốn trở nên thành công. Vậy nên chúng tôi biết các em muốn điều đó. Thế nhưng có bao giờ các em có cảm giác mình không thể tiến lên phía trước không? Có khi nào các em cảm thấy mình chỉ thường thường thôi không?

Cảm giác này xảy ra là do mọi người vẫn cho rằng thành công trong học tập có nghĩa là đạt điểm A^(*) hay điểm cao, trong khi chỉ một vài học sinh đạt được vài điểm A, hầu hết học sinh còn lại chỉ đạt điểm C trung bình. Dưới đây là biểu đồ thể hiện điểm số của học sinh cấp hai nhìn chung.

() Điểm trung bình GPA (Grade Point Average) được sử dụng phổ biến ở Mỹ, với 4 là thang điểm cao nhất. Với thang điểm này thì A = 4 điểm, B = 3 điểm, C = 2 điểm, D = 1 điểm, và F = 0 điểm.*



Biểu đồ này thấp về bên trái, cao lên ở giữa, và thấp về bên phải, cho thấy có 16% số học sinh có điểm trung bình là F và D, 68% ở giữa có điểm trung bình là C, và 16% khác có điểm trung bình B và A.

Nếu các em cảm thấy mình đang mắc kẹt ở giữa, đừng lo lắng! Có rất nhiều bạn khác đồng cảnh ngộ với các em. Thế nhưng chúng tôi muốn giúp các em bứt phá khỏi vị trí trung bình này.

Chúng tôi biết rằng điểm số không phải là thước đo chính xác cho thành công trong học tập. Vậy nên chúng tôi đã liệt kê một danh sách những điều các em nên suy nghĩ về chúng. Dưới đây là 11 Mẫu đối thoại giữa chúng tôi với các em và với phụ huynh/người hướng dẫn của các em để giúp các em đạt được thành công.

11 Mẫu đối thoại:

1. MỤC TIÊU

2. LẬP KẾ HOẠCH VÀ CHUẨN BỊ

3. QUẢN LÝ THỜI GIAN

4. ĐIỂM TRUNG BÌNH

5. CÁC HOẠT ĐỘNG NGOẠI KHÓA VÀ HOẠT ĐỘNG PHỤC VỤ HỌC TẬP

6. PHỤC VỤ CỘNG ĐỒNG

7. KỲ THI TUYỂN SINH ĐẠI HỌC

8. KINH NGHIỆM THỰC TẬP VÀ LÀM VIỆC

9. QUẢN LÝ TIỀN BẠC VÀ NGUỒN HỌC BỔNG

10. PHÒNG VẤN

11. CHIA SẺ KINH NGHIỆM

Các em đã sẵn sàng chưa? Hãy lật sang trang kế tiếp nào!

CHÂM NGÔN ĐỂ SUY NGẪM

"Có những người mà bạn có thể khuyên bảo đến khản cả cổ nhưng họ sẽ không bao giờ hiểu hay thay đổi. Nhưng sẽ có những lúc nào đó, bạn tình cờ gặp được ai đó hăng hái muốn nghe, hăng hái muốn học, và sẵn sàng thử cái mới. Đó là những người chúng ta cần tìm đến. Là phụ huynh, người lớn, thầy cô giáo, và hàng xóm láng giềng, chúng ta có trách nhiệm nhận ra điều đó."

- TYLER PERRY

DIỄN VIÊN, NHÀ LÀM PHIM, NGƯỜI VIẾT KỊCH, TÁC GIẢ VÀ
NHÀ SOẠN NHẠC NGƯỜI MỸ

LỜI NHẮN GỬI PHỤ HUYNH/NGƯỜI HƯỚNG DẪN

Nếu người đang đọc cuốn sách này là phụ huynh/người hướng dẫn của học sinh, cảm ơn các bạn! Các bạn rất quan tâm đến thành công trong học tập và cuộc sống của học sinh, và rõ ràng bạn đang đi tìm cách trợ giúp hiệu quả. Chúng tôi tin rằng cuốn sách này sẽ là kim chỉ nam giúp bạn làm điều đó.

Tới lúc này, chúng ta nên thành thật với nhau. Đa số học sinh cấp hai sẽ không đọc cuốn sách này một mình; do đó, chúng tôi muốn đề nghị các bạn đọc những chương sách này, nắm rõ nội dung, và giám sát học sinh của mình hoàn thành những hoạt động ở cuối mỗi mẫu đối thoại.

Nếu các bạn buộc các em đọc cuốn sách này, nó sẽ không mang lại hiệu quả. Các bạn cần hiểu điều đó. Giải pháp của chúng tôi cho vấn đề này là giúp các bạn lôi cuốn học sinh của mình, và hỗ trợ bạn trình bày cuốn sách theo cách nào có thể truyền cảm hứng mong muốn thành công trong học tập cho các em nhiều nhất. Chúng tôi không thể làm điều này thay bạn, bởi vì bạn là người hiểu rõ học sinh của mình nhất, nhưng chúng tôi tin bạn sẽ biết cách áp dụng nội dung của cuốn sách này một cách hiệu quả nhất. Để giúp bạn hỗ trợ học sinh của mình, chúng tôi đã đính kèm trang bài tập vào cuối các mẫu đối thoại.

Trong khi bạn thực hành, hãy nhớ lời của William Arthur Ward:

Giáo viên bình thường kể lễ.

Giáo viên khá giải thích.

Giáo viên giỏi minh họa.

Giáo viên vĩ đại truyền cảm hứng.

Để đạt đến kết quả tốt nhất, đừng chỉ nói suông. Nếu bạn kết hợp được những nguyên tắc này, nếu bạn có thể lấy chính bản thân mình làm ví dụ để truyền cảm hứng để học sinh làm tốt hơn - bởi các em thấy rằng những nguyên tắc này từng hiệu quả với bạn - thì bạn đã góp phần tạo nên một cuộc sống tốt đẹp hơn.

Thật không may là tư tưởng “cần cả một ngôi làng để nuôi dạy một đứa trẻ” vẫn luôn đúng. Đơn cử như trường hợp của chúng tôi, sự nghiệp học hành của chúng tôi đã và đang nhận được rất nhiều sự giúp đỡ từ vợ con, phụ huynh, cha dượng và mẹ kế, anh chị em, gia đình nhà vợ, bạn bè, bà con họ hàng, ông bà, những nhà lãnh đạo tinh thần, thầy cô giáo, nhà tư vấn, huấn luyện viên,... Tất cả họ tạo nên “ngôi làng” của chúng tôi.

Khi tham gia một chương trình hướng đạo sinh, chúng ta cần đạt một vài kỹ năng nhất định để nhận được chuyên hiệu - một biểu tượng chứng minh hướng đạo sinh đã học và thực hành được kỹ năng cụ thể nào đó. Mỗi lớp chuyên môn sẽ có một người được đào tạo về chuyên ngành đó để đứng lớp. Các bậc phụ huynh/người hướng dẫn có thể học hỏi mô hình này bằng cách kết nối học sinh với những người giỏi hơn chúng trong các lĩnh vực khác nhau. Các bạn sẽ thấy cảm kích và ngạc nhiên với những tài năng xuất hiện trong gia đình và cộng đồng của mình, và thậm chí là qua mạng khi các bạn hợp tác cùng nhau để giúp đỡ học sinh của mình.

Để đạt đến thành công cần cả một quá trình. Nhằm giúp bạn hiểu rõ hơn quá trình này, chúng tôi đã xây dựng một Mô hình Trách nhiệm Học sinh nhằm mô phỏng tiến độ tiềm năng của học sinh khi các em được giám sát để áp dụng những yếu tố/nguyên tắc trong cuốn sách này.



Chúng tôi sẽ giải thích thêm về mô hình này, nhưng đừng bao giờ quên rằng học sinh của bạn có thể đạt đến thành công! Bạn phải tin điều này thì các em mới có thể tin được.

Mô hình Trách nhiệm Học sinh được xây dựng dựa trên bốn nguyên lý chính:

KHAO KHÁT

Em *muốn* thành công trong học tập, nhờ sự cổ vũ của một người nào đó em rất tin tưởng.

Hãy thử tưởng tượng có người cho em một quả táo rất ngon do người đó tự trồng, và khuyến khích em gieo hạt táo và tự trồng những quả táo ngon lành cho chính mình.

HÀNH ĐỘNG

Em tìm hiểu và thử áp dụng 11 mẫu đối thoại.

Em gieo hạt táo và cung cấp cho chúng nước, ánh mặt trời và chất dinh dưỡng. Sau khi thực hiện những công việc này, em bắt đầu thấy một cái cây mọc lên - đó là bằng chứng ngắn hạn cho thấy những gì em làm là có hiệu quả.

KIÊN TRÌ

Em kiên trì thực hiện theo 11 mẫu đối thoại trong một thời gian dài.

Em kiên nhẫn và siêng năng chăm chút mầm cây trở thành cây lớn trong một khoảng thời gian dài với lòng tin rằng những hành động kiên trì của em sẽ mang đến kết quả là những trái táo ngon lành.

THÀNH CÔNG

Em đạt được khao khát ban đầu của mình và chia sẻ kinh nghiệm để giúp các bạn khác cũng đạt đến tiềm năng của họ.

Cây táo của em đã kết những trái táo thơm ngon để em hái xuống, thưởng thức và chia sẻ với những người bạn em cho là sẽ có thể trồng được những quả táo ngon cho chính họ.

Chúng tôi đã vẽ mũi tên quanh mỗi nguyên lý để biểu đạt một quá trình liên tục của việc:

- Tạo ra khao khát
- Khuyến khích hành động
- Cổ vũ lòng kiên trì
- Tưởng thưởng thành quả theo thời gian

Chỉ cần tuân theo bốn nguyên lý chính này và đảm bảo học sinh của bạn học hỏi và áp dụng các yếu tố mà trong cuốn sách này gọi là mẫu đối thoại, cả bạn và học sinh của bạn đều sẽ thành công, và chúng tôi chân

thành mong muốn rằng bạn sẽ giúp những người khác cũng thành công như mình.

Cảm ơn các bạn đã ủng hộ. Không phải lúc nào học sinh cũng thể hiện được năng lực của mình, mà các em cần có sự ủng hộ của phụ huynh/người hướng dẫn. Học sinh cần những phụ huynh/người hướng dẫn kề bên mình và kiên trì giúp đỡ các em. Chúng tôi mong rằng bạn sẽ hoàn thành vai trò đầy trách nhiệm này!

Từ đây trở đi, chúng tôi sẽ trò chuyện trực tiếp với học sinh, bởi cuốn sách này là dành cho các em. Hãy bắt đầu các mẫu đối thoại nào...

CHÂM NGÔN ĐỂ SUY NGẪM

"Dù có tài năng thế nào đi nữa, nhưng nếu một đứa trẻ lớn lên mà bên cạnh không có một tấm gương về con người nó muốn phấn đấu trở thành - cho dù đó là luật sư, nhà khoa học, nghệ sĩ, hay nhà lãnh đạo của bất kỳ lĩnh vực gì - thì mục tiêu của nó vẫn sẽ còn mơ hồ. Những tấm gương trong sách vở hay trên bản tin thời sự, cho dù có được nhiều người kính trọng hay có khả năng truyền cảm hứng thế nào, nói cho cùng cũng là quá

xa vời với đời thực, chứ đừng nói tới chuyện tạo ra được ảnh hưởng. Thế nhưng một tấm gương bằng xương bằng thịt không chỉ truyền cảm hứng, mà hơn thế nữa, chính sự tồn tại của những người đó là minh chứng cho những điều khả dĩ mà một đứa trẻ từng nghi ngờ, khiến chúng phải thốt lên: Đúng vậy, người như mình cũng làm được."

- SONIA SOTOMAYOR

**THẨM PHÁN TÒA ÁN TỐI CAO HOA KỲ, THẨM PHÁN GỐC
LATIN ĐẦU TIÊN, VÀ CŨNG LÀ THẨM PHÁN NỮ THỨ BA
TRONG LỊCH SỬ HOA KỲ**

Mẫu đối thoại 1

MỤC TIÊU

L **ẮNG NGHE.** Chúng tôi không mong đợi các em quyết định làm gì với cả cuộc đời sau này của mình ngay từ ngày hôm nay. Đó không phải là mục đích của mẫu đối thoại này. Trong thực tế, các mục tiêu trong đời thay đổi thường xuyên đến nỗi yêu cầu như thế sẽ là không thực tế.

Chúng tôi muốn trò chuyện với em về việc chuẩn bị những mục tiêu cấp bách hơn trong thời gian:

- 6 tháng
- 1 năm
- 3 năm
- 5 năm

Các em thậm chí còn có thể đặt mục tiêu cho một ngày hay một tuần. Rất nhiều người có những mục tiêu như thế, nhưng thay vì gọi đó là “mục tiêu”, họ chỉ đơn giản gọi nó là “danh sách công việc”.

Vậy nên hãy thử nghĩ xem.

- Hiện giờ em đang ở đâu?
- Em muốn đi đến đâu?
- Cần làm gì để đến được đó?

Em biết không, mục tiêu chính là hệ thống định vị GPS riêng của các em đấy. Bản thân chúng tôi nếu phải rời nhà đến một nơi xa lạ nào đó mà không có thứ công cụ tuyệt vời ấy trong xe và trong điện thoại để dẫn đường thì chúng tôi cũng sẽ hơi lo lắng đấy.

Mục tiêu cũng đóng vai trò tương tự. Nó giúp em đi đúng đường. Một khi em đã biết mình muốn đi tới đâu, mục tiêu chính là thứ giữ cho em đi đúng hướng.

Vậy làm thế nào em biết em muốn đi đâu? Nếu em có thể nhìn thấy trước tương lai của mình thì điều gì sẽ làm em cảm thấy phấn khích? Quên ý tưởng là mình sẽ thắng giải độc đắc cuộc đời đi nha. Hãy xem lại nào.

Điều gì sẽ khiến các em hạnh phúc? Điều gì sẽ khiến các em tự hào về tương lai của mình?

Hoặc hãy cứ nghĩ về bản thân mình lúc này.

- Em thích làm gì?
- Em có thích môn thể thao nào không?
- Em có thích tham gia một trò chơi cụ thể nào không?
- Em có phải là một vũ công?
- Em có phải một người ưa viết lách?
- Em có phải là người thích đọc sách? (Tất nhiên là không tính lúc này nhé!)

Nếu em có thể bỏ thêm thời gian để làm một việc, việc đó sẽ là gì?

Em nghĩ ra chưa? Hy vọng là rồi, bởi vì chúng ta sẽ đi bước tiếp theo. Trước khi chúng ta tiếp tục, có một khái niệm cực kỳ quan trọng em cần

biết. Đừng lo lắng; nó không xa lạ gì đâu. Có khi em từng nghe qua rồi. Em cần phải ghi lại những mục tiêu của mình!

Mục tiêu giúp em đi đúng đường.

Một khi em đã biết mình muốn đi tới đâu, mục tiêu sẽ giữ cho em không đi chệch ra khỏi con đường em đã chọn.

Một trong những người hướng dẫn làm việc khá thân cận với chúng tôi, tiến sĩ Stephen R. Covey, nói rằng mục tiêu vẫn chưa hẳn là thứ em thật lòng muốn nếu em chưa viết ra giấy và chưa có những kế hoạch khả thi để đạt được nó.

“Thôi để ra mục tiêu đi”, ông viết. “Mục tiêu chỉ là mơ mộng hão huyền nếu em không có một kế hoạch cụ thể để đạt được nó.”

Tiến sĩ Covey gọi đây là “Tập trung vào mục tiêu từ khi bắt đầu”. Trong cuốn sách 7 thói quen của người thành đạt, đó là thói quen thứ hai. Nếu em bắt đầu với mục tiêu đã định trước, em sẽ có thời gian để tạo dựng trong tâm trí mình hình ảnh về nơi em muốn đến hay con người em muốn trở thành. Sau đó, trong khi lên kế hoạch, em sẽ xem xét lại những lựa chọn và quyết định của mình với hình ảnh các em đã xây dựng trong tâm trí này. Nó có phải là một phần trong kế hoạch của em để đạt được mục tiêu không? Nó có giúp em đến được nơi em muốn đến không?

Việc viết xuống những mục tiêu của mình là rất quan trọng, bởi điều đó phản ánh khát vọng trong lòng em. Khi em viết xuống một mục tiêu, tâm trí em sẽ dễ dàng ghi nhớ nó hơn, bởi mục tiêu cần được nuôi dưỡng bởi cả suy nghĩ lẫn hành động.

Thậm chí khoa học cũng ủng hộ nguyên lý này. Ngay cả khi em không thích khoa học thì có thể em vẫn thấy điều này khá thú vị đấy.

Giáo sư Ed Vogel của trường Đại học Oregon từng nghiên cứu về phản ứng của não bộ khi chúng ta đặt mục tiêu. Ông đã sử dụng rất nhiều thiết bị công nghệ cao để vẽ bản đồ bộ não một cách cơ bản.

Ông so sánh một bộ não hoạt động hiệu quả với một tòa nhà có người bảo vệ to con đứng gác cửa - người có nhiệm vụ kiểm tra xem ai được đi vào và ai phải đứng ngoài tòa nhà.

Nếu có mục tiêu, em sẽ có thể báo cho bộ não biết cái gì được đi vào và cái gì phải bị tống ra ngay lập tức. Khi em viết xuống mục tiêu của mình, bộ não của em sẽ ghi nhận mục tiêu và hiểu rằng điều đó rất quan trọng.

Giáo sư Vogel nhận thấy rằng một khi mục tiêu của em được thiết lập, một phần trong bộ não gọi là nhân cầu nhát sẽ đóng vai trò ông bảo vệ to con đứng gác cửa. Với một mục tiêu xác định rõ ràng, bộ não của em sẽ hợp tác cùng em để tống những thứ có thể làm em xao lãng ra ngoài. Nghe hay thật phải không?

Vậy hãy viết mục tiêu của mình xuống, càng chi tiết càng tốt. Thực sự thì chúng tôi sẽ chấp nhận bất cứ mục tiêu gì em có thể nghĩ ra. Đây không phải là bài tập lấy điểm! Vậy nên nếu tất cả những gì em nghĩ đến chỉ là “vào đại học” thôi, chúng tôi cũng sẽ chấp nhận. Đương nhiên là cách viết kiểu như “đạt một trường đại học trong top 20 trước năm 19 tuổi” vẫn tốt hơn, bởi đó là một mục tiêu rõ ràng hơn, thế nhưng chúng ta có thể bắt đầu từ đâu cũng được.

Em sẽ cần có vài mục tiêu trong học tập. Ví dụ như:

- Đạt điểm cao ở trường cấp ba
- Đạt điểm cao trong kỳ thi tuyển vào đại học
- Đổ vào một trường đại học tốt

Tất cả những điều trên đều là những mục tiêu học tập em cần cân nhắc, thế nhưng em cũng cần nghĩ đến những thứ khác nữa.

- Em có muốn học một nhạc cụ hay tập một môn thể thao nào không?
- Em có thích thành lập một đội nhóm nào không?

- Em có thích tham gia sự kiện ở trường học hay ở cộng đồng nơi em ở không?
- Em có muốn tiết kiệm ít tiền để mua thứ gì đặc biệt không?

Nếu câu trả lời của em là “có” cho bất kỳ câu hỏi nào ở trên, vậy hãy lập mục tiêu đi. Nghĩ xem làm cách nào để đạt được những mục tiêu đó. Nhập điểm đến vào hệ thống định vị GPS của em.

Ở đầu cuốn sách, chúng ta đã nói đến tầm quan trọng của phụ huynh hoặc người hướng dẫn trong quá trình này. Nhắc lại một chút, phụ huynh hay người hướng dẫn ở đây là người em cảm thấy có thể thoải mái chia sẻ về cuộc sống, kế hoạch, và đặc biệt là mục tiêu của mình.

Sự giúp đỡ của phụ huynh/người hướng dẫn trong quá trình này mang lại rất nhiều lợi ích:

- Đầu tiên, họ có thể nhận ra những tiềm năng của em mà chính em cũng không biết mình có, và có thể giúp em đặt ra mục tiêu cao hơn mục tiêu mà em nghĩ mình có thể đạt được.
- Thứ hai, họ sẽ cổ vũ em đạt đến mục tiêu của mình. Em cần có ai đó bên cạnh để đảm bảo mình không bỏ cuộc, đặc biệt là vào những lúc em cảm thấy suy sụp. Điều này là rất quan trọng!
- Và cuối cùng nhưng không kém phần quan trọng, họ có những kỹ năng và kinh nghiệm cụ thể để hướng dẫn em trên con đường tới thành công.

Ngoài phụ huynh, có thể em còn có nhiều người hướng dẫn, thế nhưng điều quan trọng là phải có phụ huynh/người hướng dẫn cụ thể cho từng mục tiêu. Đưa họ xem danh sách mục tiêu của em và gặp gỡ họ thường xuyên để xem xét tiến độ của mình.

Hãy nói cho phụ huynh/người hướng dẫn biết lý do tại sao em chọn họ. Chúng tôi biết họ sẽ rất vui lòng giúp đỡ em, và sẽ cẩn thận giám sát em hoàn thành những mục tiêu em đặt ra. Cho dù đó là ai đi nữa, hãy đảm

bảo em luôn có ít nhất một phụ huynh/người hướng dẫn để trao đổi mỗi tuần. Thêm vào đó, hãy đảm bảo phụ huynh/người hướng dẫn đó thực sự thật lòng khi nhận xét tiến độ của em.

Chúng tôi hy vọng em cũng sẽ kêu gọi bạn bè mình tham gia tiến trình này. Giờ em đã đủ lớn để hiểu được giá trị và lợi ích của tình bạn. Ngay cả bây giờ, một số người có ảnh hưởng nhất trong cuộc đời chúng tôi vẫn là những người bạn chúng tôi chơi cùng từ hồi cấp hai. Chúng tôi đã học tập cùng nhau qua những năm tháng đó và giúp đỡ nhau trên suốt chặng đường. Chúng tôi tin các em cũng sẽ làm vậy.

Có bạn bè tốt sẽ giúp em trở thành một con người tốt hơn. Bạn tốt sẽ luôn ở bên cạnh em - từng bước một theo đúng nghĩa đen - bởi họ đang đồng hành cùng em. Vậy nên hãy cẩn thận khi chọn bạn bè và con đường cho mình.

Chúng tôi rất thích câu này trong cuốn 7 thói quen của bạn trẻ thành đạt của Sean Covey:

Nếu bạn chọn thả trôi theo dòng nước, bạn sẽ đến đúng chỗ dòng nước chảy đến, và có lúc nó sẽ chảy thẳng xuống đồi rồi rơi vào vũng bùn. Bạn sẽ làm đúng những gì những người khác đang làm, cho dù đó có thể không phải là mục tiêu của bạn. Người ta nói con đường dẫn tới nơi bất định thực ra chính là cuộc đời bất định. Bạn phải quyết định xem đường hướng nào mới là hợp với mình. Không bao giờ là quá sớm cả.

Chúng tôi biết em muốn có những thứ tốt hơn là một vũng bùn. Vậy nên hãy sẵn sàng kén cá chọn canh, muốn điều tốt nhất cho cuộc đời và tương lai mình. Và nếu điều đó có nghĩa là em phải đi ngược dòng chảy thì cũng được thôi.

HỌC HỎI. Ở trường cấp hai, chúng tôi kết bạn với Theo. Theo chiến đấu với bệnh béo phì trong suốt thời thơ ấu và kéo dài đến tận cấp hai. Cân nặng của cậu ấy chưa bao giờ tăng đến độ phải nằm một chỗ, thế

nhưng chúng tôi biết rằng cậu ấy vẫn không hài lòng với vẻ ngoài của mình. Cho dù còn rất nhỏ tuổi, cân nặng đó đã gây tác động xấu đến cả thể chất và tâm lý của cậu ấy rồi.

Một ngày hè nọ, mọi thứ thay đổi. Chúng tôi không rõ lắm chuyện gì đã xảy ra, nhưng Theo bắt đầu đặt mục tiêu giảm cân. Cậu ấy đã phát mệt với vẻ ngoài của mình và phát ngán với những cảm giác chán nản bên trong, nên thay vì tìm hiểu những chế độ ăn kiêng khắc nghiệt hay chế độ tập luyện giảm cân nhanh, cậu ấy đặt mục tiêu chạy bộ mỗi ngày.

Ngày đầu tiên rời khỏi nhà, cậu ấy chạy bộ đến trạm xe buýt gần nhất. Vụ này khiến cậu ấy suýt ngất, thế nhưng đó là mục tiêu của cậu ấy, và cậu đã làm được! Trước đó cậu chưa bao giờ chạy hết con phố cả, và việc chạy ngoài trời, trước mặt hàng xóm láng giềng, cần một sự can đảm khủng khiếp.

Với sự giúp đỡ của phụ huynh/người hướng dẫn của mình, Theo chạy đến trạm xe buýt mỗi ngày cho tới khi cảm thấy sẵn sàng để chạy đoạn đường xa hơn. Trong vòng một năm, Theo đã loại bỏ hết số cân thừa và trở thành một trong những đứa trẻ khỏe mạnh nhất trường.

Theo thậm chí còn được tham gia một ban nhạc diễu hành, cũng như trở thành một trong những vận động viên chạy việt dã giỏi nhất trường cấp ba của chúng tôi. Nếu như hồi lớp tám có người nói với chúng tôi rằng Theo sẽ trở thành một trong những vận động viên thể thao giỏi nhất trường, hẳn chúng tôi chẳng tin đâu. Sự quyết tâm của Theo rất đáng khen ngợi, và cậu ấy cũng là bằng chứng cho thấy các bạn trẻ có thể đặt ra và đạt được những mục tiêu lớn.

Câu chuyện của Theo là một câu chuyện đầy cảm hứng, và đó là một trong những ví dụ về những học sinh khao khát thay đổi và đạt được sự thay đổi đó bằng cách đặt ra mục tiêu và làm việc chăm chỉ. Chúng tôi từng chứng kiến thành viên trong gia đình và nhiều bạn bè khác vượt qua bệnh tật, đạt điểm cao trong lớp và trong các kỳ thi, xây dựng công ty

lớn, và giúp đỡ mọi người qua nhiều năm phục vụ cộng đồng và tham gia các tổ chức quân sự, và đó mới chỉ là một vài ví dụ mà thôi.

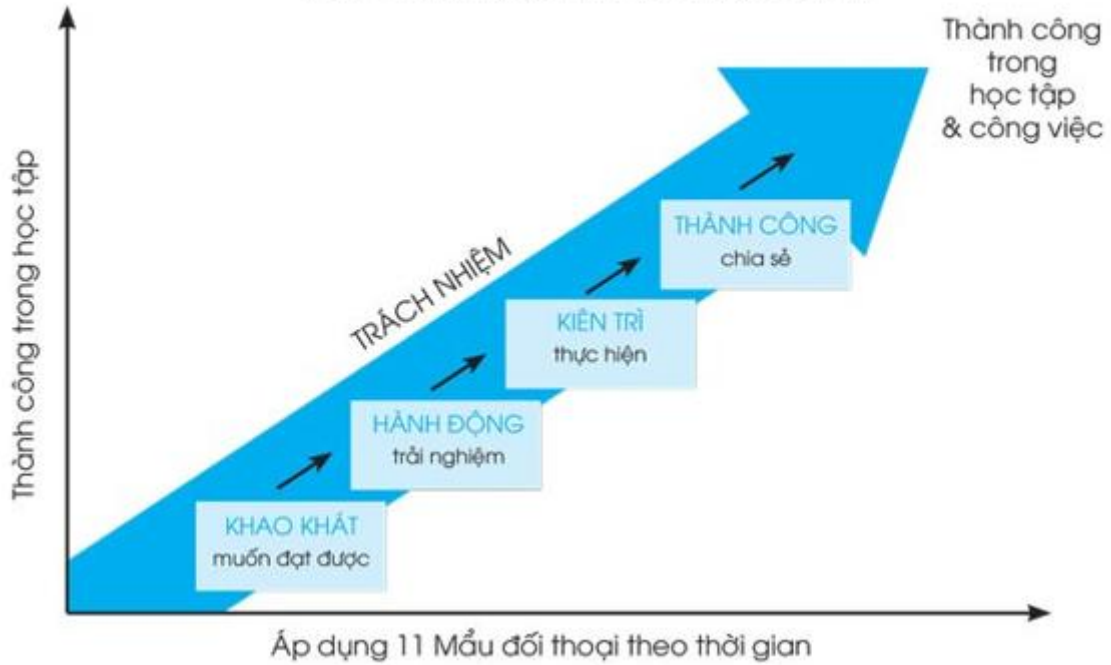
Với tất cả những nguồn lực ta nhận được từ những nghiên cứu và công nghệ hiện đại, giờ đây ta rất ít nghe thấy cụm từ “bất khả thi.” Cho dù mục tiêu của em là gì, giờ cũng là lúc bắt đầu thực hiện mục tiêu đó, với sự trợ giúp của phụ huynh/người hướng dẫn.

Đừng chờ tới khi em bị buộc phải nghĩ về tương lai của mình chỉ vì tuần sau em phải nộp đơn ứng tuyển vào đại học. Mọi thứ sẽ ở vào đúng chỗ của nó nếu em bắt đầu ngay từ bây giờ. Hãy thử tưởng tượng xem những cơ hội vào được trường đại học tốt mở ra trước mắt em nhiều như thế nào nếu em đã đặt sẵn mục tiêu và thực hiện các bước cần thiết để thành công từ nhiều năm trước rồi.

SUY NGẪM. Hãy dành thời gian suy nghĩ về những câu hỏi sau đây. Sau đó, với sự giúp đỡ của phụ huynh/người hướng dẫn, hãy điền câu trả lời của mình vào khoảng trống chừa sẵn.

Khi suy nghĩ về những câu hỏi trong Mẫu đối thoại này và những Mẫu đối thoại tiếp theo, em hãy tham khảo mô hình trách nhiệm học sinh bên dưới. Hãy tìm cách xác định các mong muốn của mình, liệt kê các hành động cụ thể để đạt được các mong muốn đó, cũng như cách thức duy trì tiến trình của mình, rồi chia sẻ kinh nghiệm với mọi người. Như các mũi tên cho thấy, đây là những bước nối tiếp nhau!

MÔ HÌNH TRÁCH NHIỆM HỌC SINH



Những điều quan trọng nhất em muốn đạt được trong cuộc sống là gì?

Em muốn cải thiện điều gì trong cuộc sống của mình? Em có thể làm gì ngay từ ngày hôm nay để bắt đầu việc cải thiện đó?

Em muốn thấy mình ở vị trí nào trong vòng sáu tháng tới? Một năm tới? Ba năm hay năm năm tới?

Em cần gặp phụ huynh/người hướng dẫn của mình bao lâu một lần để cùng họ xem xét lại mục tiêu của em?

VÍ DỤ

Em có thể dùng trang này để tham khảo khi điền Bảng Mục tiêu Hành động ở trang tiếp theo.

SÁU MỤC TIÊU LỚN TRONG ĐỜI	PHỤ HUYNH/ NGƯỜI HƯỚNG DẪN
1. Học tập: <i>Tốt nghiệp đại học.</i>	<i>Cô Kinzer - giáo viên tiếng Anh</i>
2. Ở nhà: <i>Gia đình hạnh phúc.</i>	<i>Bố mẹ</i>
3. Công việc: <i>Theo đuổi công việc mình yêu thích.</i>	<i>Đi Swendy - doanh nhân</i>
4. Sức khỏe: <i>Sống lành mạnh.</i>	<i>Jess - bạn chạy bộ</i>
5. Giúp đỡ: <i>Giúp đỡ người khác mỗi ngày.</i>	<i>Maureen - lãnh đạo tôn giáo</i>
6. Niềm vui: <i>Tận hưởng cuộc sống!</i>	<i>Sam - bạn thân</i>

HÀNH ĐỘNG. Sau khi đã cân nhắc những điều quan trọng nhất trong đời mình, em hãy viết xuống 6 mục tiêu lớn của em và những người sẽ giúp em đạt được từng mục tiêu. Việc có mục tiêu lớn rõ ràng sẽ định hướng cho em trong suốt nhiều năm tới. Hãy sao chép thêm một bản mục tiêu hành động này để gửi cho phụ huynh/người hướng dẫn của em.

SÁU MỤC TIÊU LỚN TRONG ĐỜI	PHỤ HUYNH/ NGƯỜI HƯỚNG DẪN
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	
6.	

CHÂM NGÔN ĐỂ SUY NGẪM

"Một cách nữa để có sự chuẩn bị tốt là suy nghĩ theo hướng tiêu cực. Đúng, tôi là một kẻ lạc quan. Thế nhưng khi chuẩn bị ra một quyết định, tôi thường nghĩ tới tình huống xấu nhất. Tôi gọi đó là 'nhân tố bị sói ăn thịt'. Nếu tôi làm một điều gì đó, điều tồi tệ nhất có thể xảy ra là gì? Liệu tôi có bị sói ăn thịt không? Con người chỉ có thể lạc quan nếu có sẵn kế hoạch dự phòng cho trường hợp tồi tệ nhất. Có rất nhiều thứ tôi không cần lo lắng tới, bởi tôi đã có sẵn kế hoạch trong trường hợp nó xảy ra rồi."

- RANDY PAUSCH

GIÁO SƯ NGÀNH KHOA HỌC MÁY TÍNH, TƯƠNG TÁC GIỮA
CON NGƯỜI VÀ MÁY TÍNH, VÀ NGÀNH THIẾT KẾ CỦA
TRƯỜNG ĐẠI HỌC CARNEGIE MELLON (CMU) Ở PITTSBURGH,
PENNSYLVANIA, MỸ

Mẫu đối thoại 2

LẬP KẾ HOẠCH VÀ CHUẨN BỊ

L **ẮNG NGHE.** Sau khi đã đặt ra mục tiêu, em cần một khoảng thời gian cân nhắc để thiết lập những bước đi cần thiết nhằm đạt được mục tiêu đó, cũng như chuẩn bị tinh thần để đối mặt với bất kỳ điều gì có thể xảy ra trong khi thực hiện kế hoạch.

Hãy bắt đầu cùng lập kế hoạch nào.

Chúng tôi sẽ nói thêm về việc lập kế hoạch hằng ngày trong một Mẫu đối thoại khác về việc quản lý thời gian. Còn bây giờ hãy chỉ nói về việc lập kế hoạch và chuẩn bị có thể giúp em đạt đến mục tiêu của mình như thế nào.

Một phương pháp lên kế hoạch và chuẩn bị hiệu quả là chia khoảng thời gian tương lai của mình thành từng kỳ sáu tháng một.

Việc biết mình muốn làm gì vào hôm nay, ngày mai, tuần sau và tháng sau là rất quan trọng, thế nhưng em sẽ chỉ có thể lên kế hoạch và chuẩn bị thành công khi xem xét từng cụm vài tháng một và đặt ra những cột mốc có tính thực tế.

Đối với chúng tôi, những cột mốc có ý nghĩa là vào đầu năm mới và đầu năm học mới. Đây là những thời điểm rất tốt để suy nghĩ xem điều gì sẽ xảy đến với em trong nửa năm tiếp theo, đặc biệt là những gì liên quan đến thành công trong học tập.

- Em có kế hoạch gì cho 6 tháng tới?
- Em có ý tưởng gì chưa?

Nếu vẫn chưa, chúng tôi muốn gợi ý cho em một cách để nghĩ ra ý tưởng.

Cơ bản là thế này: **Dành thời gian để nghĩ về nó.**

Về phần mình, chúng tôi suy nghĩ tốt nhất vào sáng sớm.

Hy vọng là mỗi buổi sáng em không phải cuống cuồng lên từ lúc chuông đồng hồ reng cho đến khi chuông vào lớp reng. Bởi vì nếu em dậy sớm hơn một chút, khi mọi thứ xung quanh còn tĩnh lặng, em sẽ có thời gian tận dụng một nguồn lực lớn: thiền định. Một chìa khóa quan trọng dẫn đến thành công trong học tập là dành thời gian để tự nhìn lại mình và suy ngẫm.

Quá trình thiền định hay tự nhìn lại ở mỗi người đều khác nhau, và mặc dù chúng tôi thực hành thiền định vào buổi sáng, các em có thể thiền vào bất cứ thời điểm nào trong ngày. Một số người bắt đầu ngày mới bằng cách yên lặng đọc sách hay viết lách. Số khác suy nghĩ hiệu quả nhất khi đang chơi thể thao sau giờ học hay trong lúc tắm rửa vào buổi tối.

Việc em tĩnh lặng suy ngẫm để lập kế hoạch cho từng ngày theo cách nào không quan trọng; điều quan trọng là em muốn thực hiện và thực hiện thường xuyên.

Tại sao vậy?

Bởi vì cuộc sống rất ồn ào. Em thường chìm trong “tiếng ồn” từ những hoạt động hằng ngày, những âm thanh xáo động bên ngoài từ ti-vi hay những thiết bị truyền thanh tương tự, những thông điệp có hại từ truyền thông, và thậm chí là có những người bạn còn cố khiến em xao lãng và thất bại. Nhưng nếu dành thời gian để suy ngẫm trong yên lặng, em có thể tập trung vào điều gì thực sự quan trọng với mình. Em sẽ có thể tập trung vào mục tiêu của mình. Em sẽ lập được kế hoạch để đạt được những mục tiêu đó.

Quá trình suy ngẫm này không phải là điều mà các em chỉ thực hiện mỗi tuần một lần là được. Trong cuốn *7 thói quen của người thành đạt*, Thói quen thứ 7: Rèn giũa bản thân, tiến sĩ Covey đã giải thích rằng ta cần phải thiền định hằng ngày. Tại sao? Bởi vì bữa ăn ngày hôm qua sẽ không giải quyết được cơn đói ngày hôm nay. Em cần phải liên tục nhìn lại, liên tục thiền định, và liên tục lập kế hoạch.

Mỗi người sẽ có những cách thư giãn và suy ngẫm khác nhau; thế nhưng hãy cho phép chúng tôi chia sẻ vài mẹo vặt chúng tôi tin là sẽ có ích cho các em.

MẸO 1: DẬY SỚM! Bắt đầu ngày mới bằng cách suy ngẫm và thiền định là một cách tuyệt vời để đạt đến mục tiêu của mình bởi cả tâm trí và cơ thể của các em đều đã tỉnh táo và sẵn sàng. Chúng tôi có thể dùng thật nhiều thời gian để chỉ các em xem hàng trăm bài báo về cách thức này và hiệu quả của nó đối với thành công của em, thế nhưng nếu thực sự tự mình trải nghiệm, em sẽ biết tại sao nó lại hiệu quả đến thế. Hãy bắt đầu ngay hôm nay. Đi ngủ đúng giờ vào và đặt báo thức lúc 6 giờ sáng. Sau khi thức dậy, dùng một tiếng đồng hồ tiếp theo để thực hiện các hoạt động bao gồm tập thể dục, tắm rửa, đọc sách và viết lách, hoặc thêm vào những hoạt động khác nữa nếu em có đủ thời gian. Sau khi hoàn thành tất cả những hoạt động đó, em có thể kết thúc quá trình chuẩn bị cho ngày mới và đến trường. Chúng tôi biết có thể em đang nghĩ, “Nghe hay đấy, nhưng mà mình không làm đâu!”. Vâng, chúng tôi chỉ đề nghị em thử, và chúng tôi hứa rằng em sẽ dần thích những giờ sáng sớm này hơn bất cứ quãng thời gian nào khác trong ngày nhờ độ hiệu quả em đạt được.

MẸO 2: TẬP THÓI QUEN NGHĨ VỀ CẢ NGÀY CỦA MÌNH TRONG KHI CHUẨN BỊ VÀO BUỔI SÁNG.

Em cần chuẩn bị cho những việc gì? Em sẽ gặp những ai? Em có đang quên mất cái gì không, và liệu có cơ hội nào em chưa nghĩ tới không?

Cuộc sống rất ồn ào.

Em thường chìm trong tiếng ồn từ những hoạt động hằng ngày, những âm thanh xáo động bên ngoài từ ti-vi hay những thiết bị truyền thanh tương tự, những thông điệp có hại từ truyền thông, và thậm chí là có những người bạn còn cố khiến em xao lãng và thất bại.

Nhưng nếu dành thời gian để suy ngẫm trong yên lặng, em có thể tập trung vào điều gì thực sự quan trọng với mình.

Em sẽ có thể tập trung vào mục tiêu của mình.

Em sẽ lập được kế hoạch để đạt được những mục tiêu đó.

MẸO 3: HÃY ĐẢM BẢO EM LÊN KẾ HOẠCH VÀ DÀNH ĐỦ THỜI GIAN ĐỂ LÀM HẾT BÀI TẬP VỀ NHÀ.

Kiểm tra lại thời gian biểu của mình xem. Em cần bao nhiêu thời gian để hoàn thành tốt bài tập về nhà?

MẸO 4: DÙNG NHỮNG CÔNG CỤ HỖ TRỢ GIÚP EM LẬP THỜI GIAN BIỂU.

Em có thể mua một cuốn sổ làm việc cá nhân, có thể dùng ứng dụng lập kế hoạch trong điện thoại, hoặc mua một cuốn lịch. Em cũng có thể lập thời gian biểu trên máy tính. Cứ chọn bất cứ phương pháp nào thuận tiện nhất cho mình. Và em biết không, em còn rất trẻ, thế có nghĩa là em có rất nhiều thời gian để thử nhiều phương pháp khác nhau. Chúng tôi chỉ đơn giản khuyên em nên có một thứ gì đó để ghi xuống những kỳ hạn quan trọng cũng như danh sách công việc của mình. Sẽ có nhiều thứ em nghĩ ra mà em cần nhớ. Cứ ghi xuống. Ví dụ, nếu biết hôm nay mình sẽ phải thuyết trình trong tiết Sử, và trong khi thực hiện các hoạt động buổi sáng, em nảy ra ý tưởng mở một đoạn băng nào đó trong lúc thuyết trình, nhớ ghi lại. Đó sẽ là lời nhắc nhở rõ rệt để em thực sự nghĩ đến việc phải thực hiện ý tưởng đó. Cũng như với mục tiêu, em có thể sẽ quên mất những ý tưởng đột xuất của mình nếu như không viết chúng xuống. Để

làm việc hiệu quả hết mức có thể, một danh sách việc cần làm được cập nhật thường xuyên là điều cần thiết, và tin chúng tôi đi, đa phần những ý tưởng hay nhất của em sẽ nảy ra vào lúc sáng sớm.

MẸO 5: ĐIỀU CUỐI CÙNG CHÚNG TÔI MONG EM CÂN NHẮC LÀ CẦN PHẢI TÌM HIỂU KỸ THÔNG TIN TRONG LÚC LẬP KẾ HOẠCH VÀ CHUẨN BỊ.

Có quá nhiều người quyết định chuẩn bị làm một điều gì đó mà không hiểu tường tận lựa chọn của mình. Ví dụ, khi đến thời điểm đăng ký thi đại học, có rất nhiều bạn bè của chúng tôi chỉ đơn giản nộp đơn vào những trường đại học gần nhà nhất, hoặc những trường có thành viên gia đình họ từng theo học. Một số người thậm chí còn không nghĩ tới chuyện vào đại học sau khi tốt nghiệp cấp ba, bởi chẳng có ai khuyến khích họ đi học cả, có thể là vì chính phụ huynh/người hướng dẫn của họ cũng không đi học đại học. Đó chỉ là một ví dụ thôi, nhưng chúng tôi cũng muốn đề cập tới nhiều trường hợp khác, như là chọn môn học nào ở trường, làm việc ở đâu, hay nên tham gia hoạt động nào. Điều quan trọng là thế này: Em cần tìm hiểu! Bỏ ra một tiếng để cân nhắc lựa chọn của mình và lập danh sách điểm lợi, điểm hại. Việc lên kế hoạch và chuẩn bị cho tương lai là quá quan trọng nên em không thể chỉ dựa vào phản ứng tức thời. Hãy nhớ là phụ huynh/người hướng dẫn của em có thể và nên giúp đỡ em trong việc tìm hiểu thông tin. Cứ nhờ họ giúp.

HỌC HỎI. Học sinh tiêu biểu của lớp chúng tôi thời cấp ba (trong số hơn 800 học sinh năm cuối) là Bryce, và cậu ấy cũng là một người bạn thân của chúng tôi. Từ hồi lớp bảy, Bryce đã luôn đạt được điểm trung bình tuyệt đối là 4.0.

Cậu ấy là một cá nhân xuất sắc trong lớp chúng tôi, người luôn hiểu rõ ý nghĩa của việc lên kế hoạch và chuẩn bị. Bryce cũng tốt nghiệp cấp ba với số điểm rất cao, ngoài ra cậu còn nhận được học bổng để vào bất kỳ trường đại học nào cậu ấy muốn mà không cần phải trả học phí. Chúng tôi nhớ là hầu như không có lần nào Bryce đến lớp mà không làm bài tập hay chưa đọc trước bài học.

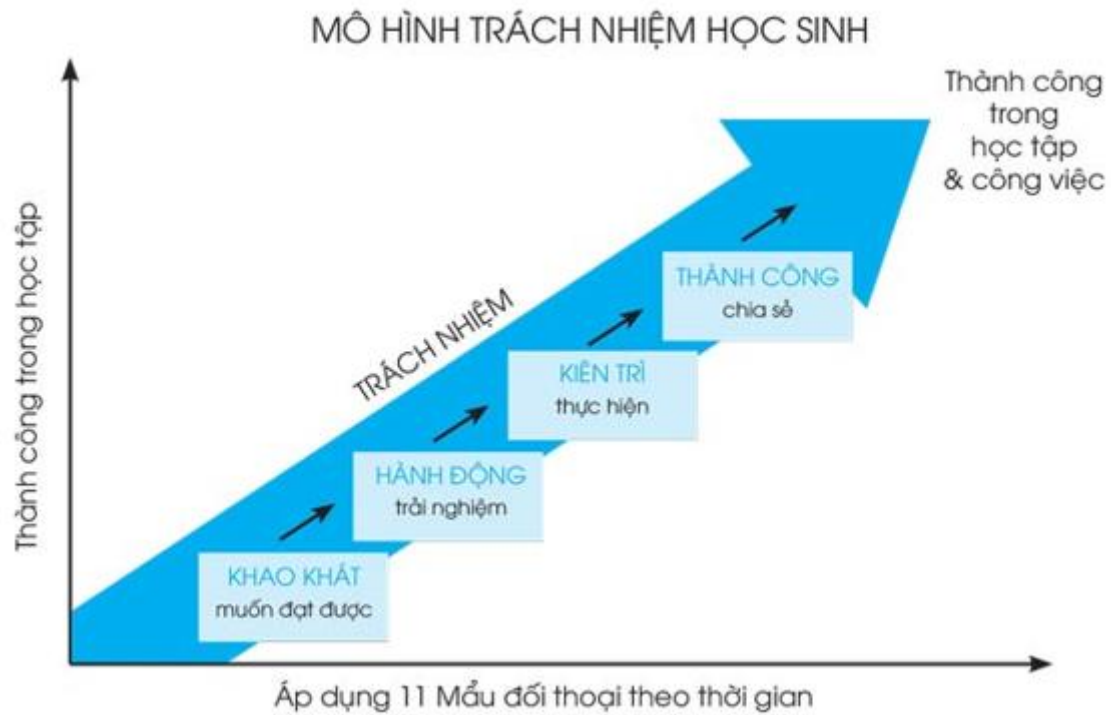
Bryce vẫn thường hơi dè dặt. Cậu ấy không phải loại học sinh “biết tuốt” thường xuyên giơ tay phát biểu, cho dù cậu vẫn đặt câu hỏi khi cần. Bryce chỉ đơn giản là hiểu tầm quan trọng của việc chuẩn bị và lên kế hoạch mỗi ngày. Cậu ấy đã xây dựng điều này thành một thói quen hằng ngày và luôn suy ngẫm trước mọi thứ.

Vào năm lớp bảy, Bryce biết rằng sự chăm chỉ của cậu ấy sẽ mang lại lợi ích lâu dài, và cậu bắt tay vào viết hồ sơ cá nhân cho mình ngay từ lúc đó. Cậu ấy tìm hiểu về các thầy cô và môn học trong trường để tìm đúng những lớp phù hợp với năng khiếu và nguyện vọng của mình. Chúng tôi vẫn thường bắt gặp Bryce đọc sách và suy ngẫm, và qua nét chăm chú trên gương mặt cậu ấy, chúng tôi có thể thấy được cậu ấy hoàn toàn tập trung.

Cậu ấy quá chăm chỉ chẳng? À, có một chút, thế nhưng như thế không có nghĩa là cậu ấy không có những sở thích, thú vui hay bạn bè đâu nhé.

Sẽ luôn có đủ thời gian để làm mọi thứ nếu em chăm chỉ và không trì hoãn. Chúng tôi đã học được rất nhiều điều từ Bryce về cách dành thời gian cho một mục tiêu nào đó và lập kế hoạch để đạt được nó. Bryce còn giúp chúng tôi hiểu rõ hơn thế nào là một người thông minh và hiểu biết toàn diện. Đúng là một số người sinh ra đã thông minh hơn người, nhưng em cũng có thể tự rèn luyện để trở nên thông minh với việc lập kế hoạch và chuẩn bị đúng cách.

SUY NGẪM. Dành thời gian suy nghĩ những câu hỏi sau đây. Sau đó, với sự giúp đỡ của phụ huynh/người hướng dẫn, hãy điền câu trả lời của mình vào chỗ trống cho sẵn.



Em cần lên kế hoạch và chuẩn bị những gì cho sáu tháng tới?

Điều gì có thể giúp em suy ngẫm và thiền định?

Những công cụ hỗ trợ nào có thể giúp em lên kế hoạch tốt hơn? Em có thể dùng những công cụ đó như thế nào để theo dõi tiến độ thực hiện mục tiêu của mình?

Phụ huynh/người hướng dẫn có thể giúp em đạt được mục tiêu như thế nào?

VÍ DỤ

Em có thể dùng trang này để tham khảo khi điền Bảng Kế hoạch và Chuẩn bị ở trang tiếp theo.

SÁU MỤC TIÊU LỚN TRONG ĐỜI	PHỤ HUYNH/ NGƯỜI HƯỚNG DẪN
1. Học tập: Tốt nghiệp đại học.	Làm bài tập về nhà mỗi ngày. Đạt điểm trung bình 4.0 trong học kỳ này. Đến thăm khuôn viên một trường đại học cùng phụ huynh/người hướng dẫn.
2. Ở nhà: Gia đình hạnh phúc.	Mỗi ngày dành thời gian nhiều hơn với gia đình. Phụ giúp làm việc nhà. Viết nhật ký mỗi tuần.
3. Công việc: Theo đuổi công việc mình yêu thích.	Đến thăm chỗ làm của hai người để hiểu về công việc của họ. Xem lại tài chính của mình mỗi tuần. Đọc hết một cuốn sách hay.
4. Sức khỏe: Sống lành mạnh.	Tập thể dục ba lần mỗi tuần. Không ăn quá nhiều đồ ngọt. Dành thời gian thiền định/suy ngẫm hằng ngày. Ngủ ít nhất 7 tiếng mỗi đêm.
5. Giúp đỡ: Giúp đỡ người khác mỗi ngày.	Tham gia hoạt động tình nguyện tại địa phương ít nhất mỗi tuần một lần. Kết bạn mới ở trường. Giúp bạn làm bài tập.
6. Niềm vui: Tận hưởng cuộc sống!	Phá kỷ lục cũ trong trò chơi yêu thích. Tham gia một câu lạc bộ ở trường. Chơi môn thể thao/nhạc cụ/hoạt động ưa thích mỗi tuần.

HÀNH ĐỘNG. Sau khi đã suy nghĩ về 6 mục tiêu cuộc đời đã liệt kê ở mẫu đối thoại trước, em hãy bắt tay vào lập kế hoạch chi tiết để đạt được những mục tiêu đó trong sáu tháng tới và liên tục lặp lại quy trình này.

SÁU MỤC TIÊU LỚN TRONG ĐỜI	PHỤ HUYNH/ NGƯỜI HƯỚNG DẪN
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	

CHÂM NGÔN ĐỂ SUY NGẪM

"Kiên quyết đừng để mình rảnh rỗi.

Những người luôn phàn nàn mình thiếu thời gian thường là những người lãng phí thời gian nhất. Bạn sẽ ngạc nhiên khi thấy mình làm được nhiều thế nào nếu luôn tay làm việc."

- THOMAS JEFFERSON

CHA ĐẸ CỦA NƯỚC MỸ, TÁC GIẢ CHÍNH CỦA TUYÊN NGÔN
ĐỘC LẬP VÀ LÀ TỔNG THỐNG THỨ BA CỦA HOA KỲ

Mẫu đối thoại 3

QUẢN LÝ THỜI GIAN

L **ẮNG NGHE.** Chúng tôi thực sự tin rằng quản lý thời gian là một trong những yếu tố quan trọng nhất để đạt đến thành công.

Tất cả chúng ta đều có 24 giờ mỗi ngày. Trên thực tế, mỗi người đều có một khoảng thời gian như nhau trong một ngày. Cách ta sử dụng thời gian hoàn toàn phụ thuộc chúng ta.

Sử dụng thời gian hiệu quả là cả một kỹ năng. Nhưng đừng lo, em hoàn toàn có thể có được kỹ năng này – tất nhiên là nếu trước giờ em chưa có được kỹ năng đó.

Có lẽ em cũng từng nghe thấy nhiều người, đặc biệt là người lớn, than thở rằng họ “chẳng bao giờ có đủ thời gian cả”. Chúng tôi còn từng nghe người ta nói ước gì họ sống vào thời xưa khi mọi thứ còn đơn giản và mọi người đều có nhiều THỜI GIAN hơn.

Nhưng sự thật là thế này. Như chúng tôi đã đề cập, tất cả chúng ta đều có cùng lượng thời gian như nhau. Điều khiến mọi thứ trở nên phức tạp hơn là ngày nay chúng ta có quá nhiều lựa chọn trong việc dùng thời gian đó để làm gì.

Vậy nên hãy thôi tự nhủ là mình “chẳng có thời gian” đi, bởi điều đó không đúng đâu. Em đang có quá nhiều lựa chọn không cần thiết và chúng đang tranh nhau giành giật lấy thời gian của em mà thôi.

Chân lý ở đây: Cách em sử dụng thời gian của mình cho thấy em thực sự coi trọng điều gì.

Hãy cùng phân tích nhé. Mỗi ngày em có 24 giờ. Phần lớn thời gian đó em cần phải ngủ - điều đó có tầm quan trọng thiết yếu - và một khoảng thời gian lớn nữa để học hành ở trường. Thế nhưng ngoài lượng thời gian đó ra, vẫn còn dư một khoảng thời gian nữa để em có thể sử dụng thật hiệu quả, và nếu em chọn sử dụng thời gian một cách khôn ngoan, em sẽ có được một kỹ năng sử dụng cả đời nhằm đảm bảo cho em thành công lâu dài về sau.

Hãy cứ dùng những thiết bị công nghệ và nguồn lực hỗ trợ tuyệt vời mà em có.

Sử dụng nó để học hành cho hiệu quả, cả bây giờ và suốt những năm cấp ba nữa.

Nếu em vẫn chưa thành thạo kỹ năng này, chúng tôi rất sẵn sàng chia sẻ với em những điều đã giúp chúng tôi thành công.

Ghi lại thời gian biểu của mình. Em có thể ghi bằng nhiều cách, nhưng hai cách phổ biến nhất là viết tay bản kế hoạch hoặc dùng chương trình lịch điện tử trên điện thoại và/hoặc máy vi tính của em. Cứ chọn cách phù hợp với mình nhất.

Trong những năm cấp hai, thời gian của em có thể không chỉ là của riêng em. Ngay cả khi em không nghĩ như vậy, cuộc sống của em vẫn rất bận rộn. Chúng tôi biết em có cả một chuỗi hoạt động thường lệ vào mỗi buổi sáng (bởi vì ở mẫu đối thoại trước chúng tôi đã khuyến khích em làm thế), em phải đi học đủ tiết mỗi ngày, em còn làm bài tập về nhà, em phải tham gia hoạt động sau khi tan trường, em phải ăn uống, em còn có bạn bè, cả những sở thích - và có thể em còn nhiều hoạt động khác nữa. Em cần phải bắt đầu ghi hết những thứ này vào lịch để sắp xếp chúng cho hợp lý.

Ví dụ, vào đầu năm học mới, em sẽ nhận được một danh sách các yêu cầu và bài tập/câu hỏi/bài kiểm tra gọi chung là giáo trình môn học. Em

đã bao giờ mang tờ giáo trình đó về nhà và ghi chú tất cả những kỳ hạn trên giáo trình vào thời gian biểu của mình chưa? Tại sao lại chưa?

Em cần phải biết hạn chót của mọi thứ em cần phải làm để không bị động trước nó. Nếu thầy giáo môn Khoa học giao cho em một bài tập cuối kỳ, hạn chót là bốn tháng nữa, thì cứ ghi nó vào thời gian biểu của mình, và nếu em dùng lịch điện tử thì hãy cài nhắc nhở mỗi tháng. Em thậm chí còn có thể cài nhắc nhở sau mỗi buổi học để chuông báo lên “Làm dự án khoa học”. Bằng cách này, em sẽ tự do tâm trí để học tập dễ dàng hơn trong lớp, bởi em biết mình đã chuẩn bị những bước cần thiết rồi.

Tương tự, việc lên lịch làm bài tập về nhà cũng rất quan trọng, bởi em có thể có tới ba bài kiểm tra trong cùng một tuần mà không nhận ra cho đến khi nước đến chân mới nhảy, chỉ vì quên không ghi lại. Nếu đã lên lịch từ trước, em sẽ nhận ra tuần đó rất bận rộn và chuẩn bị sẵn cho nó.

Lập một thời gian biểu chi tiết và kỹ lưỡng mất rất nhiều thời gian, đặc biệt là khi em mới làm quen với việc này.

Đừng lo lắng.

Một khi đã quen, em sẽ thấy việc lập kế hoạch rất thú vị, bởi em thấy mình đang làm việc ngày càng hiệu quả hơn. Lịch làm việc ngày càng được lấp đầy, em sẽ càng thấy rõ được mình cần phải cải thiện những lĩnh vực nào trong cuộc sống.

Hãy cứ dùng những thiết bị công nghệ và nguồn lực hỗ trợ tuyệt vời mà em có. Sử dụng nó để học hành cho hiệu quả, cả bây giờ và suốt những năm cấp ba nữa.

Đừng quên thư giãn nhé! Em hoàn toàn có quyền chủ động lên kế hoạch để nghỉ ngơi. Em sẽ thấy vui hơn nếu có sự cân đối hợp lý giữa những việc em phải làm với những việc em muốn làm. Nếu vài tháng tới có một buổi hòa nhạc hay bộ phim em đã mua sẵn vé, cứ điền vào thời gian biểu. Em sẽ thấy mình thực sự trông đợi những sự kiện như vậy.

Đừng dẫn quá sâu vào những hoạt động tốn thời gian. Khi đã quen với lịch làm việc, em sẽ nhận ra thực sự mình có nhiều thời gian hơn mình nghĩ. Có lẽ vấn đề phổ biến nhất mà học sinh gặp phải ngày nay là quá lạm dụng các tiện ích công nghệ như trò chơi điện tử hay mạng truyền thông xã hội. Sẽ có lúc em cần phải bỏ hết những thứ gây xao lãng ấy và tập trung vào những nhiệm vụ quan trọng trước mắt. Chẳng có gì khiến học sinh thất bại nhiều hơn những thứ vô bổ dễ gây nghiện này cả. Nếu em không thể tự mình làm điều này, hãy nhờ phụ huynh/người hướng dẫn can thiệp và giúp mình đặt ra giới hạn phù hợp.

Có người nói chúng ta không cần phải lên kế hoạch cho từng phút một trong ngày. Chúng tôi đồng ý.

Tất nhiên là tất cả chúng ta đều muốn có nhiều thời gian rảnh, thế nhưng thời gian biểu chi tiết vẫn sẽ giúp các em thấy trước những thời điểm mình có thể thư giãn.

Ta có thể chèn những hoạt động tùy hứng mang lại cho ta niềm vui vào thời gian biểu - thực tế là chúng ta còn có thể lên lịch thời gian rảnh nữa! Càng có tổ chức, em sẽ càng kiểm soát thời gian của mình tốt hơn.

Hãy phân tích một ngày của mình nhé:

- Lúc nào thì mình ở trường?
- Lúc nào mình cần học bài?
- Lúc nào mình cần làm việc nhà?
- Khi nào mình đi chơi được?

Em không cần phải là nô lệ của thời gian biểu. Em còn trẻ mà! Thời gian biểu là để giúp đỡ em, không phải gây thêm trở ngại cho em.

Để chúng tôi kể cho em một ví dụ. Chúng tôi có một anh bạn, đứa con gái lớn của anh ấy rất thông minh. Giáo viên rất thích dạy cô bé ấy; các huấn luyện viên thích huấn luyện cô bé ấy; bạn bè thích chơi với cô bé

ấy. Cô bé cứ như thể tóa ra hào quang vậy. Em hiểu điều đó mà đúng không?

Thế nhưng cô bé cảm thấy bị ngột ngạt. Cô ấy biết mình cần phải luyện piano, hoàn thành bài tập về nhà, làm việc nhà, tập đá bóng, đọc sách đủ thời gian dự định, giúp người già qua đường, và nướng bánh cho hàng xóm.

Quá nhiều! Cho dù với ai cũng là quá nhiều.

Không biết phải làm tất cả những thứ đó như thế nào để vẫn đảm bảo được chất lượng công việc, thế là bạn ấy bắt đầu ngồi lì trong phòng khách chơi game.

Bố mẹ bạn ấy cảm thấy rất thất vọng. Có chuyện gì xảy ra vậy?

Và rồi họ nhớ lại khi cô bé còn học lớp một, thầy giáo giao nhiệm vụ cho bạn ấy đọc 100 cuốn sách trong vòng 5 tháng.

Khi phân tích ra, họ thấy đó là một mục tiêu khả thi. Thế nhưng con gái họ chỉ cần nghe con số 100 thôi cũng đủ nản. Cô bé không thể đọc nổi chừng đó sách. Hôm đó, cô bé khóc suốt quãng đường từ trường về nhà. Cô bé gằn như bỏ cuộc!

Bố mẹ cô bé đã chia công việc ra thành từng phần nhỏ và cho cô bé thấy cô có thể dễ dàng đạt được mục tiêu này trong vòng 25 tuần. Khi việc được chia nhỏ ra, cô bé bắt đầu thấy mình có thể làm được. Cô bé không có cảm giác bị ngột thở nữa.

Khi bạn ấy lớn hơn, họ cũng lặp lại điều đó - phân tách công việc, chỉ cho bạn ấy thấy rằng bạn ấy có thể đạt được mục tiêu của mình.

Và họ đã làm thế. Họ giúp bạn ấy phân chia ngày làm việc. Giúp bạn ấy lên kế hoạch thời gian để làm những thứ bạn ấy muốn làm, và cho bạn ấy thấy rằng mình vẫn còn rất nhiều thời gian RÀNH.

*Em không cần phải là nô lệ của thời gian biểu. Em còn trẻ mà!
Thời gian biểu là để giúp đỡ em, không phải gây thêm trở ngại
cho em.*

Và như thế, thời gian biểu đã giúp đỡ bạn ấy, chứ không phải gây thêm trở ngại cho bạn ấy. Tại sao vậy? Bởi vì nhờ nó mà bạn ấy thấy không cần phải lo lắng nữa.

Tạo thói quen quản lý tốt thời gian là rất khó khăn. Khi em ngồi họp và có ai đó thông báo một hoạt động nào đó, em cần phải tập cho mình thói quen lôi thời gian biểu ra và điền hoạt động đó vào ngay lập tức.

Đừng chần chừ. Sau đó em sẽ không nhớ đâu.

Em cũng sẽ thấy người khác bắt đầu tôn trọng mình hơn, bởi em nhớ được các hoạt động và ngày tháng quan trọng của họ, và họ biết em sẽ đến dự sự kiện, hoặc ít nhất từ chối sớm nếu không thể tham dự. Chẳng có gì làm người ta khó chịu hơn những người không chịu lập kế hoạch hay quên bẵng mất những sự kiện quan trọng.

Đừng trì hoãn. Đừng lên kế hoạch rằng em sẽ quản lý thời gian tốt hơn vào một ngày nào đó trong tương lai. Hãy bắt đầu ngay hôm nay.

HỌC HỎI. Jada từng là bạn cùng lớp của chúng tôi trước đây, và là người hiểu rõ ý nghĩa của việc quản lý thời gian. Trong khoảng 4 tháng học cùng lớp với Jada, chúng tôi đã được chứng kiến tận mắt kỹ năng quản lý của cô ấy.

Mùa hè trước khi vào học, giáo viên giao cho chúng tôi rất nhiều sách phải đọc và tiểu luận phải nộp vào ngày đầu tiên đi học. Số lượng tiểu luận không hề nhỏ. Có đến 15 cuốn sách và bài tiểu luận! Ngoài ra, chúng tôi còn có trung bình 400 trang sách phải đọc mỗi tuần và hơn 10 trang tiểu luận phải viết trong suốt cả học kỳ.

Đó là một chương trình học cực nặng và thực sự buộc chúng tôi phải quản lý thời gian thật tốt. Thế nhưng trong lúc rất nhiều bạn học khác

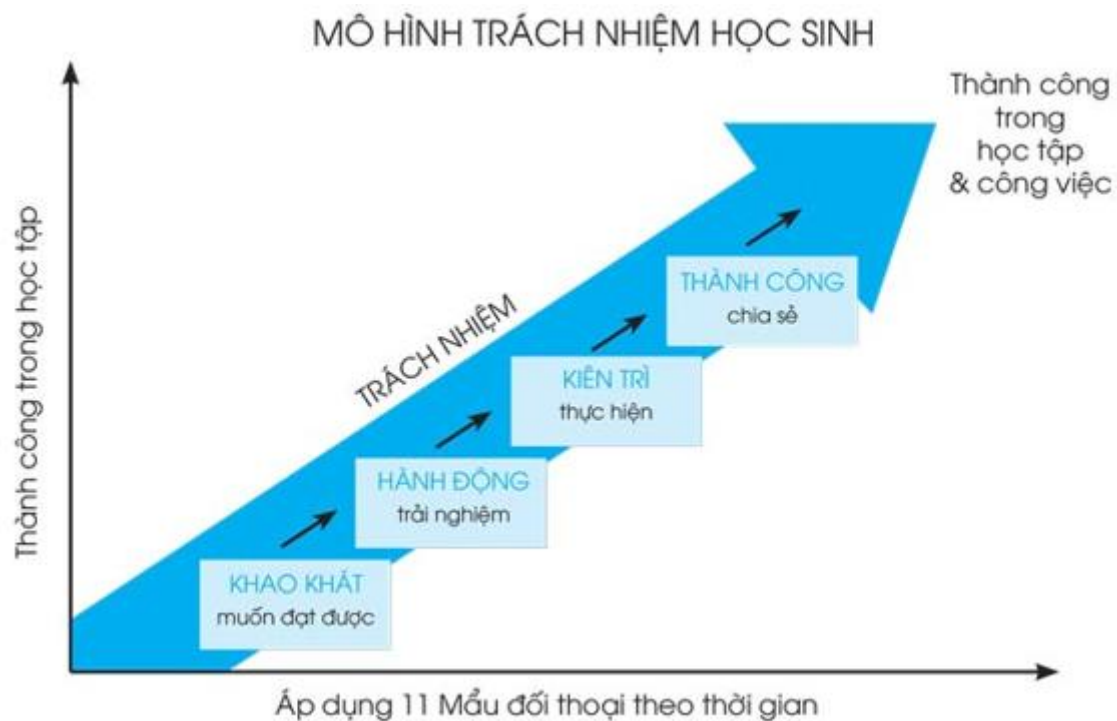
chịu áp lực kinh khủng, Jada vẫn luôn bình tĩnh, tự chủ và dẫn đầu lớp.

Chúng tôi còn nhớ, một ngày nọ, chúng tôi đang ngồi cạnh Jada. Cô ấy có hơi bị Disney ám ảnh. Rất nhiều đồ dùng học tập của cô ấy có hình Disney. Bên cạnh máy tính bỏ túi Chuột Mickey, Jada còn có một bảng kế hoạch, một tập giấy ghi chú và rất nhiều nhãn dính màu sắc khác nhau. Cô ấy thực sự có một hệ thống đồ vật cá nhân mang phong cách riêng tạo nên dấu ấn cho mình, và thế là đủ.

Khi nghe giáo viên giao bài tập về nhà, Jada liền bắt tay ngay vào việc lên kế hoạch. Mỗi môn học đều được đánh dấu một màu riêng, bài tập về nhà được tô màu sáng và được lên thời gian hoàn thành cụ thể, tùy thuộc vào lượng bài được giao. Chẳng có gì đáng ngạc nhiên khi Jada luôn chuẩn bị sẵn sàng trước mỗi tiết học và được giáo viên khen ngợi hết lời, bởi cô ấy đã lên lịch đủ thời gian để hoàn thành nhiệm vụ. Việc học đối với cô ấy là niềm vui, và trong lớp, danh tiếng của cô ấy tốt đến nỗi khi có học sinh nào đó không trả lời được một câu hỏi, họ sẽ nói, “Em không biết, thầy hỏi Jada đi!”.

Một phẩm chất đáng khâm phục nữa của Jada là tinh thần trách nhiệm của cô ấy. Cô ấy luôn có mặt trong mỗi tiết học và sự kiện xã hội, và cũng luôn nhớ những dịp đặc biệt. Ví dụ, cô ấy nhớ ngày sinh của chúng tôi, cho dù chúng tôi chỉ nhắc tới một lần trong một buổi trò chuyện. Hẳn là cô ấy đã nhanh chóng ghi những thông tin đó vào lịch. Đó là kiểu kỹ năng quản lý thời gian để tạo nên một học sinh thành công và một con người được kính trọng.

SUY NGẪM. Dành thời gian ngẫm nghĩ về những câu hỏi sau đây. Sau đó, với sự giúp đỡ của phụ huynh/người hướng dẫn, hãy điền câu trả lời của mình vào khoảng trống cho sẵn.



Những điều quan trọng nhất em muốn đạt được trong cuộc sống là gì?

Em muốn cải thiện điều gì trong cuộc sống của mình? Em có thể làm gì ngay từ ngày hôm nay để bắt đầu việc cải thiện đó?

Em muốn thấy mình ở vị trí nào trong vòng sáu tháng tới? Một năm tới? Ba năm hay năm năm tới?

Em cần gặp phụ huynh/người hướng dẫn của mình bao lâu một lần để cùng họ xem xét lại mục tiêu của em?

VÍ DỤ

Em có thể dùng trang này để tham khảo khi điền Bảng Quản lý Thời gian ở trang tiếp theo.

	Thứ Hai	Thứ Ba	Thứ Tư	Thứ Năm	Thứ Sáu	Thứ Bảy	Chủ Nhật
6:00 – 7:00	Thức dậy, tập thể dục, tắm rửa, chuẩn bị	Thức dậy, tập thể dục, tắm rửa, chuẩn bị	Thức dậy, tập thể dục, tắm rửa, chuẩn bị	Thức dậy, tập thể dục, tắm rửa, chuẩn bị	Thức dậy, tập thể dục, tắm rửa, chuẩn bị		
7:00 – 8:00							
8:00 – 9:00	Bài tập tới hạn: dự án Sinh học, bài tập Toán 1, tập bản nhạc	Bài tập tới hạn: bản nháp tiểu luận tiếng Anh và thiết kế kỹ yếu	Bài tập tới hạn: bài tập Toán 2	Bài tập tới hạn: phần giới thiệu cuối cùng hong tiểu luận tiếng Anh, thi đọc lái trong tiết Nhạc hôm nay	Đi học		
9:00 – 10:00						Cất cỏ, dọn phòng	Phục vụ cộng đồng
10:00 – 11:00							
11:00 – 12:00							
12:00 – 13:00							
13:00 – 14:00							
14:00 – 15:00							
15:00 – 16:00	Chơi thể thao	Câu lạc bộ kịch	Chơi thể thao	Câu lạc bộ kịch	Chơi thể thao		
16:00 – 17:00		Bài tập về nhà		Bài tập về nhà			
17:00 – 18:00	Ăn tối với gia đình	Ăn tối với gia đình	Ăn tối với gia đình	Ăn tối với gia đình	Ăn tối với gia đình		Ăn tối với gia đình
18:00 – 19:00	Bài tập về nhà	Piano	Bài tập về nhà	Xem ti-vi	Bài tập về nhà		
19:00 – 20:00	Sinh hoạt cùng gia đình	Xem ti-vi	Đi chơi với bạn bè	Hoạt động cộng đồng	Tĩnh nguyện	Chơi bóng rổ với bạn	
20:00 – 21:00							Viết nhật ký
21:00 – 22:00	Đọc sách và ngủ	Đọc sách và ngủ	Đọc sách và ngủ	Đọc sách và ngủ			Đọc sách và ngủ
22:00 – 23:00					Đọc sách và ngủ		

HÀNH ĐỘNG. Trong phần này, các em cần dành thời gian lập kế hoạch chi tiết cho cả tuần. Hãy nghĩ đến tất cả những việc em *nhất thiết* phải hoàn thành và những việc em muốn hoàn thành. Xem đi xem lại thời gian biểu này trong cả ngày và ra quyết định dựa vào những gì đã lên kế hoạch. Chúng tôi khuyến khích em tập thói quen lên kế hoạch mỗi tuần.

	Thứ Hai	Thứ Ba	Thứ Tư	Thứ Năm	Thứ Sáu	Thứ Bảy	Chủ Nhật
6:00 – 7:00							
7:00 – 8:00							
8:00 – 9:00							
9:00 – 10:00							
10:00 – 11:00							
11:00 – 12:00							
12:00 – 13:00							
13:00 – 14:00							
14:00 – 15:00							
15:00 – 16:00							
16:00 – 17:00							
17:00 – 18:00							
18:00 – 19:00							
19:00 – 20:00							
20:00 – 21:00							
21:00 – 22:00							
22:00 – 23:00							

CHÂM NGÔN ĐỂ SUY NGẪM

"Chúng ta được dạy hãy đổ lỗi cho phụ huynh, cho anh chị em, cho trường lớp, cho thầy cô giáo chứ không bao giờ cho rằng đó là lỗi của mình. Chẳng bao giờ là do lỗi của ta cả. Thế nhưng đó luôn luôn là lỗi của ta, bởi nếu ta muốn mọi thứ thay đổi, ta chính là người cần thay đổi."

- KATHARINE HEPBURN

NỮ DIỄN VIÊN NGƯỜI MỸ

Mẫu đối thoại 4

ĐIỂM TRUNG BÌNH

L **ẮNG NGHE.** Rất có thể chỉ vài năm trước điểm của em vẫn còn ở dạng số. Bảng điểm của em bao gồm những “con điểm” 1, 2, 3, 4. Em không rõ lắm ý nghĩa của những con số này, hay thậm chí khó có thể đem chúng đi so sánh một cách khách quan với bạn bè.

Giờ thì em hiểu rồi. Bây giờ điểm của em đã trở về dạng A, B, C, và đáng sợ hơn nữa, nó sắp trở thành điểm “chính thức,” tức là được dùng để tính điểm trung bình chung của em. Trường đại học sẽ nhìn vào đó để xét tuyển. Em sẽ được xếp hạng dựa vào điểm số trung bình chung đó.

Cuốn sách này đọc đáo ở chỗ chúng tôi đang chuẩn bị để giúp em nghĩ về việc học đại học từ khi còn nhỏ tuổi - thậm chí trước cả khi em bước vào trường cấp ba. Một trong những nguyên nhân chính khiến chúng tôi làm thế là để em có được sự khởi đầu đúng hướng về mặt điểm số. Như đã nói, trường đại học sẽ bắt đầu xét điểm từ đầu cấp ba; tuy nhiên, đạt điểm tốt từ trước những năm cấp ba vẫn rất quan trọng, bởi em sẽ bắt đầu hình thành thói quen học tập từ đó.

Chúng tôi thường xuyên gặp học sinh lớp 11, 12 với điểm trung bình thấp, và chẳng ai có thể khắc phục được chuyện đó vào thời điểm trễ nải như vậy. Em không thể quay lại quá khứ và thay đổi điểm số của mình khi đã vào năm cuối phổ thông, và điểm số là rất quan trọng khi xét tuyển đại học.

Rất nhiều trường đại học ở Mỹ đang cố lập ra một hệ thống để đánh giá trình độ các em dựa vào nhiều phương diện khác bên cạnh điểm số. Họ

gọi đó là tuyển sinh toàn diện, và chúng tôi ủng hộ xu hướng này. Phương pháp này đánh giá cả điểm trong lớp, điểm thi, thái độ học tập, khả năng vượt khó, v.v. Tuy nhiên hầu hết các trường đại học công lập và tư thục vẫn tuyển sinh theo chỉ số điểm, tức là cả điểm học tập và điểm thi của em.

Chỉ số điểm này được tính theo kiểu bảng điểm như trong trò Bản tàu vậy. Trong trò chơi đó, em sẽ nói với đối thủ “B5”, và đối thủ của em sẽ tra hàng “B” và cột “5” để kiểm tra xem em có bắn trúng tàu của họ không.

Trong trường hợp học sinh có điểm trung bình là 3,8 và điểm ACT^(*) là 28; đại diện trường đại học sẽ tra theo hàng điểm trung bình từ 4,0 đến 3,8 và cột điểm ACT từ 36 đến 28, và con số ở ô giao nhau sẽ là chỉ số điểm của em. Điểm trung bình và điểm kiểm tra ACT càng cao, chỉ số điểm càng cao. Trong rất nhiều trường hợp, các trường đại học xét tuyển sinh viên hay xét học bổng đều toàn dựa trên chỉ số điểm.

() Bài thi tuyển sinh đại học được chấp nhận rộng rãi nhất ở Hoa Kỳ. Bài thi này kiểm tra 4 kỹ năng chính: Tiếng Anh, Toán, Đọc hiểu và Khoa học. Phần thi viết tự chọn bao gồm lập đề cương và viết luận.*

Chúng tôi vẫn thường nghe nói rằng điểm số không phải là tất cả và có một số sinh viên luôn dễ dàng đạt được điểm A.

Tất nhiên, điểm số không phải là tất cả.

Một con số không thể nói lên tất cả về em. Chúng tôi mong rằng em có nhiều mục tiêu trong đời hơn là chỉ đạt điểm cao, thế nhưng để vào được đại học, điểm trung bình đã được chứng minh là một căn cứ chính xác để phán đoán thành công học tập sau này của em.

Em phải phấn đấu để đạt điểm cao, nhưng cũng nên đảm bảo em sẽ dành thời gian cho các hoạt động bên ngoài nữa.

Về phần những người “dễ dàng đạt được điểm A” - chúng tôi không tin điều đó. Chúng tôi vẫn luôn thấy những người học hành chăm chỉ nhất đạt được điểm cao nhất. Đôi khi cũng có một học sinh đặc biệt thông minh làm chúng tôi bất ngờ, thế nhưng kể cả khi thông minh như vậy, họ cũng biết việc học hành chăm chỉ là rất quan trọng.

Có một điều may mắn là em không cần phải là người thông minh nhất lớp để đạt được điểm trung bình cao. Em chỉ cần là người chăm chỉ nhất thôi.

Hãy nhớ rằng mỗi người chúng ta đều gặp phải những khó khăn riêng trong học tập, và với những trường hợp tương đối nghiêm trọng, chúng tôi mong nhà trường và phụ huynh/người hướng dẫn sẽ luôn giúp đỡ các em. Trường đại học cũng có những nguồn lực hỗ trợ sinh viên, và luôn lưu tâm đến những khó khăn trong đời sống học tập của những học sinh đặc biệt trong quá trình xét tuyển; thế nhưng đối với học sinh thông thường, điểm học tập và điểm thi là những yếu tố cốt lõi mà hội đồng tuyển sinh quan tâm.

Tất nhiên, việc học là một phần quan trọng trong những việc liên quan đến trường lớp. Hoàn thành cấp ba, điểm số của em sẽ giúp em vào đại học, và điểm số ở trường đại học sẽ giúp em tiếp tục việc học, hoặc cũng có thể giúp em kiếm được công việc tốt nữa (đặc biệt là khi em có nhiều đối thủ cạnh tranh - điểm số sẽ trở thành một công cụ hỗ trợ đắc lực giúp em vượt qua họ), thế nhưng sẽ có một ngày, em được yêu cầu thể hiện những gì mình có. Có thể em được điểm A môn Sử, nhưng em có thực sự kể được về Thế chiến II một cách tường tận không?

Albert Einstein từng nói, “Bất kỳ kẻ ngốc nào cũng có thể ‘biết’. Điều quan trọng ở đây là phải hiểu”.

Và, có một điều quan trọng chúng tôi cần nói thêm, em phải có khả năng áp dụng những thứ em biết và hiểu vào thực tiễn.

Chúng tôi nhận thấy rằng việc học quan trọng hơn rất nhiều so với có điểm trung bình cao, thế nhưng để vào được trường đại học mình muốn

và có được công việc mình yêu thích, em phải đặc biệt quan tâm đến việc đạt được điểm cao. Điều này không phải quá khó khăn.

Em có thể làm một số điều sau đây để đạt điểm cao, và em có thể bắt đầu ngay từ hôm nay.

MẸO 1: HOÀN THÀNH VÀ NỘP BÀI TẬP ĐÚNG HẠN.

Toàn bộ bài tập! Cho dù em nghĩ một bài tập nào đó không có ích gì cho em, em cũng phải có cái gì đó để nộp. Thầy cô sẽ giúp đỡ em nhiều hơn nếu em không ngừng cố gắng học tập trong lớp và hoàn thành hết các bài tập.

MẸO 2: NẾU CÓ THỂ, TÌM HIỂU NHỮNG THẦY CÔ CÓ KIỂU GIẢNG DẠY PHÙ HỢP VỚI CÁCH HỌC CỦA EM.

Cứ hỏi thăm những học sinh khác ở trường về những thầy cô họ từng học. Em có thích những thầy cô hay tổ chức hoạt động nhóm và thuyết trình bằng hình ảnh không, hay là thích những người giảng bài để em ghi chép hơn? Chúng tôi biết rằng ở cấp hai và cấp ba, em có rất ít lựa chọn. Có khi một môn học chỉ có mỗi một giáo viên và em không được lựa chọn gì cả, thế nhưng vẫn có những lúc em được quyền chọn; khi đó hãy đảm bảo em đã tìm hiểu kỹ càng.

MẸO 3: NHƯ CHÚNG TÔI ĐÃ NÓI TRONG NHỮNG CHƯƠNG TRƯỚC, NHỚ LÊN LỊCH CHO THỜI GIAN LÀM BÀI VỀ NHÀ MỖI NGÀY.

Nếu em chưa làm việc này lúc lập thời gian biểu hàng tuần như chúng tôi đã hướng dẫn ở Mẫu đối thoại 3, em nên mở lại trang đó và làm ngay. Nhớ chừa cho mình đủ thời gian. Em có thể bắt đầu với 2 tiếng mỗi ngày, và nếu em hoàn thành sớm thì càng tốt, thế nhưng hầu như em sẽ luôn cần khoảng 2 tiếng để làm bài tập và đọc bài trước cho ngày hôm sau. Thực tế là chúng tôi từng có những bài tập mất hơn 2 tiếng mới làm xong; vậy nên mỗi tuần hãy sẵn sàng điều chỉnh thời gian biểu của mình cho phù hợp với thời khóa biểu.

MẸO 4: ĐỪNG SỢ NHỮNG MÔN HỌC “KHÓ NHẪN.”

Chúng tôi vẫn nhớ cụm từ “những môn học khó nhằn”. Em biết những thầy cô nào dễ cho điểm A và những ai sẽ thử thách khả năng của mình. Đó là một tình trạng khó xử. Em muốn được thử thách, nhưng em cũng muốn đạt điểm trung bình cao! Lời khuyên của chúng tôi là thế này: hãy chọn những môn học thử thách khả năng của em. Những môn học dễ xơi có thể sẽ mang đến cho em điểm trung bình cao, nhưng về lâu về dài sẽ khiến em phải hối hận. Những trường đại học có tỷ lệ chọi cao nhất sẽ nhìn vào học bạ của em và đánh giá điểm trung bình dựa trên những môn học em chọn; vậy nên đừng ngại thử thách chính mình. Đúng là em sẽ khó đạt điểm trung bình cao hơn, nhưng em sẽ học được nhiều hơn, nên hãy cứ tin tưởng vào chính khả năng của mình. Nếu cần thiết, hãy nhờ gia đình, bạn bè, những học sinh khác hay giáo viên dạy kèm giúp đỡ.

Đạt điểm tốt không chỉ mang đến điểm trung bình cao, nó còn giúp em giành được lòng tin của những người xung quanh em nữa.

Em có thể coi lòng tin như tài khoản ngân hàng. Đến tuổi này, em hẳn đã có chút ít kinh nghiệm về tài khoản ngân hàng rồi. Em luôn muốn gửi vào nhiều hơn rút ra, đúng không nào? Nếu không thì những điều tồi tệ sẽ xảy ra. Như là phí tổn chẳng hạn. Phí tổn cực lớn.

Dù không nhận ra, nhưng em vẫn có một tài khoản lòng tin nơi bố mẹ. Khi hứa hẹn làm một điều gì đó và thực sự làm điều đó, em đang gửi tiền vào tài khoản lòng tin. Nếu em giữ lời, nếu em học hành chăm chỉ và mang điểm cao về nhà, em đang gửi thêm vào tài khoản lòng tin của mình. Và khi những khoản gửi này lớn dần, em sẽ thấy bố mẹ càng ngày càng tin tưởng em hơn.

Ngược lại, nếu em thô lỗ, nếu em tỏ ra bất kính, em nói dối và không giữ lời, em đang rút bớt lòng tin ra. Em sẽ phải trả phí. Tất nhiên khoản phí

này sẽ không là tiền bạc. Nhưng nó có thể xuất hiện dưới dạng giờ giới nghiêm sớm hơn hay mất đi những quyền lợi mình đáng có.

Chuyện phụ huynh/người hướng dẫn hỏi thăm em là rất bình thường, thế nhưng khi em vào cấp ba, cứ thử đạt điểm A và B liên tục suốt một năm xem, em sẽ thấy lòng tin của họ dành cho em nhiều đến đâu. Điểm tốt sẽ mang đến cho em sự tự do đáng kể với phụ huynh/người hướng dẫn, bởi vì họ tin em.

Điều cuối cùng chúng tôi muốn nhắc tới trong phần này là tầm quan trọng của sự trung thực. Trong đời không có gì đáng để em dùng danh dự người trung thực của mình để đánh đổi, kể cả là điểm cao ở tuổi các em. Gian lận trong học tập luôn luôn là sai trái; tuy nhiên, chúng tôi hiểu độ cám dỗ của nó. Là anh em sinh đôi y hệt nhau, đã vài lần chúng tôi muốn chép bài của nhau, hay thậm chí là đổi quần áo cho nhau để đi thi giùm nhau! Không ai thoát khỏi sức cám dỗ của việc gian lận cả, và có những lúc em sẽ thực hiện nó trót lọt và dễ dàng.

Nhiều năm trước, có một thầy trưởng khoa ở trường Đại học Vanderbilt, tên là Madison Sarratt, từng nói với sinh viên:

Hôm nay tôi sẽ cho các em hai bài kiểm tra, một bài về lượng giác và một bài về tính trung thực. Tôi hy vọng các em sẽ qua cả hai bài thi này, thế nhưng nếu bắt buộc phải bỏ một bài, tôi sẽ bỏ lượng giác, bởi trên thế giới này có rất nhiều [người] tốt không thể đỗ bài kiểm tra lượng giác, thế nhưng không có ai tốt mà lại không đậu bài kiểm tra trung thực cả.

Đừng ngại bảo vệ lẽ phải. Nếu thấy có ai đó gian lận, em có trách nhiệm báo cáo lại một cách phù hợp. Gian lận chẳng tốt cho ai cả.

HỌC HỎI. Kelsey học cùng khóa với chúng tôi suốt những năm cấp hai và cấp ba. Kelsey khá nổi tiếng theo cách riêng. Cô ấy xinh xắn, yêu gia đình, yêu cộng đồng, yêu trường lớp và thích vẽ tranh. Cô ấy là một học sinh giỏi toàn diện và luôn có mục tiêu rõ ràng. Điểm của Kelsey cũng

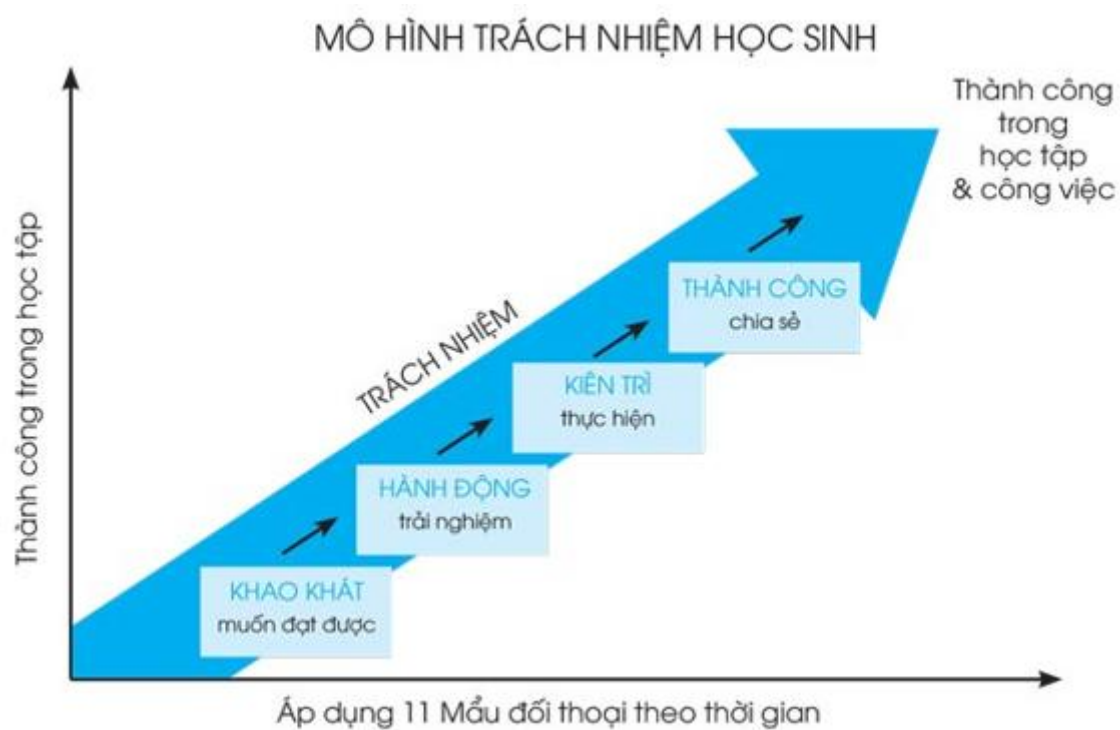
rất cao nữa. Cô ấy rất thân thiết với thầy cô và luôn chú trọng việc hoàn thành bài tập trước khi làm bất kỳ điều gì khác.

Rất nhiều lần, chúng tôi từng gọi cho Kelsey để lên một kế hoạch nào đó, và cô ấy trả lời, “Phải sáu giờ rưỡi tối mới làm bài tập và ăn tối xong, nên chúng ta hẹn nhau bảy giờ nhé?”. Ấn tượng hơn là chúng tôi biết được cô ấy nói thế không phải vì bố mẹ cô ấy bảo phải làm vậy. Cô ấy hiểu rằng bố mẹ ủng hộ cô ấy đi chơi với bạn bè vì họ đã thấy rõ cô đã bỏ nhiều thời gian cho bài tập và gia đình trước đó rồi.

Suốt những năm cấp ba, Kelsey liên tục đạt điểm cao, thế nên cô cũng hay giúp đỡ bạn bè. Cô ấy là một tấm gương tốt. Khi học xong cấp ba, Kelsey biết mình sẽ dễ dàng vào được đại học. Cô ấy nộp đơn vào một vài học viện và tất cả đều chấp thuận đơn nhập học cũng như xét duyệt học bổng cho cô ấy. Cô ấy đã được tưởng thưởng xứng đáng nhờ sự chăm chỉ của mình.

Câu chuyện của Kelsey thật phi thường, thế nhưng không để ý em sẽ không biết được đâu. Cô ấy chưa bao giờ là trung tâm sự chú ý, mà cô ấy cũng chẳng muốn như thế. Từ khi còn nhỏ, có thể là từ hồi lớp bảy, Kelsey biết rằng để có thật nhiều lựa chọn, cô ấy cần có những con điểm nhất định. Câu chuyện của Kelsey nghe thì đơn giản, thế nhưng điều đó không có nghĩa cô ấy không gặp những trở ngại. Thực tế là để duy trì điểm trung bình cao, cô ấy đã phải bỏ ra rất nhiều đêm căng thẳng để giải một bài toán khó, để hoàn thành một bản báo cáo hay một dự án. Và còn cả những vụ cãi vã trong gia đình cũng như với bạn bè mà tất cả chúng ta đều phải trải qua nữa. Có nhiều lúc cô ấy đã phải bật khóc, và phụ huynh/người hướng dẫn của cô ấy đã phải can thiệp giúp đỡ, thế nhưng cuối cùng, lòng quyết tâm và sự trung thực đã giúp Kelsey trở thành con người thành công như hôm nay.

SUY NGÃM. Dành thời gian suy nghĩ về những câu hỏi sau đây. Sau đó, với sự giúp đỡ của phụ huynh/người hướng dẫn, hãy điền câu trả lời của mình vào khoảng trống cho sẵn.



Em có thể duy trì điểm trung bình cao hơn 3,5 được không? Em cần những gì để đạt đến mục tiêu đó?

Em làm bài tập vào khoảng thời gian nào và ở nơi nào là hiệu quả nhất?

Những khóa học nào em quan tâm nhất?

Em gặp phụ huynh/người hướng dẫn để xem lại điểm số và thói quen học tập của mình bao lâu một lần? Liệu trường em có cung cấp công cụ hỗ trợ trên mạng nào giúp quá trình này dễ dàng hơn không?

VÍ DỤ

Em có thể dùng trang này để tham khảo khi điền Bảng Theo dõi Điểm trung bình ở trang tiếp theo.

	Quý 1		Quý 2		Quý 3		Quý 4	
	ĐTB	ĐTB TỔNG	ĐTB	ĐTB TỔNG	ĐTB	ĐTB TỔNG	ĐTB	ĐTB TỔNG
Lớp 6	3,7	3,7	3,8	3,75	3,9	3,8	4,0	3,85
Lớp 7	3,8	3,8	4,0	3,9	3,7	3,83	3,6	3,78
Lớp 8								
Lớp 9								
Lớp 10								
Lớp 11								
Lớp 12								

HÀNH ĐỘNG. Điểm trung bình là cực kỳ quan trọng để thành công trong học tập, vậy nên em cần phải thường xuyên theo dõi nó. Cứ mỗi ba tháng một lần, em nên ghi lại điểm trung bình hiện tại của mình và điểm trung bình tổng kết (trung bình chung của tất cả điểm trung bình). Hãy nhớ, dù tốt hay xấu, điểm trung bình tổng kết của em đều phải được tính

dựa trên toàn bộ số điểm trong khoảng thời gian học cấp ba của em, và cũng sẽ là số điểm trường đại học dùng để đánh giá em.

	Quý 1		Quý 2		Quý 3		Quý 4	
	ĐTB	ĐTB TỔNG	ĐTB	ĐTB TỔNG	ĐTB	ĐTB TỔNG	ĐTB	ĐTB TỔNG
Lớp 6								
Lớp 7								
Lớp 8								
Lớp 9								
Lớp 10								
Lớp 11								
Lớp 12								

CHÂM NGÔN ĐỂ SUY NGẪM

"Khi ở tuổi thiếu niên, tôi bắt đầu làm quen với trường lớp nhờ tìm ra hoạt động ngoại khóa tôi ưa thích: âm nhạc và sân khấu.

- MORGAN FREEMAN

NGƯỜI KỂ CHUYỆN, DIỄN VIÊN, ĐẠO DIỄN NGƯỜI MỸ

Mẫu đối thoại 5

CÁC HOẠT ĐỘNG NGOẠI KHÓA VÀ HOẠT ĐỘNG PHỤC VỤ HỌC TẬP

L **ẮNG NGHE.** Khi còn học cấp hai, chúng tôi được nhấn mạnh về tầm quan trọng của việc tham gia các hoạt động ngoại khóa, nhưng chẳng ai nhắc gì tới những hoạt động phục vụ học tập cả. Vậy đâu là điểm khác nhau giữa hai hoạt động trên?

Gần đây, chúng tôi được mời tham gia nghiên cứu hoạt động của các sinh viên trong nhóm của một người nguyên là giáo sư từng giảng dạy tại đại học trước đây của chúng tôi. Chúng tôi kết luận rằng sinh viên thực hiện các hoạt động ngoại khóa nằm ngoài chuyên ngành học của mình vì sở thích và muốn được hòa nhập. Có lẽ em muốn học kinh doanh, thể nhưng lại thích chơi thể thao và ca hát, vậy là em thử tham gia đội quần vợt và gia nhập dàn đồng ca thành phố.

Hoạt động phục vụ học tập là những hoạt động có liên quan trực tiếp đến chuyên ngành mà em học - là một phần trong ngành học của em. Ví dụ, nếu em đang học kinh doanh và gia nhập câu lạc bộ kinh doanh, thì đó là hoạt động phục vụ học tập.

Khi chuẩn bị cho tương lai, việc tham gia toàn diện vào các hoạt động ngoại khóa và hoạt động phục vụ học tập là rất quan trọng.

Theo chúng tôi, các hoạt động ngoại khóa và hoạt động phục vụ học tập là cơ hội giúp em thu thập những kinh nghiệm quý giá trong nhiều

phương diện quan trọng của một cuộc sống hạnh phúc, bao gồm quan hệ xã hội, tâm linh và sức khỏe thể chất. Hãy dành ra nhiều thời gian và công sức hơn để quan tâm đến những hoạt động này trong lịch trình hằng ngày, hằng tuần của mình.

Chúng tôi biết rằng sẽ có nhiều cơ hội mới mở ra trước mắt em khi em khám phá những câu lạc bộ và cộng đồng mới. Nếu nó nằm ngoài “vùng quen thuộc của em”, càng tốt! Đừng bao giờ e ngại một thứ gì đó chỉ vì nó mới lạ. Cho dù em có e ngại đi nữa, cũng đừng để nó ngăn em thử.

Hãy đảm bảo em có giao tiếp với mọi người ở môi trường thực bên ngoài. Và nhớ dành thời gian cho bản thân, thiền định và tập thể dục nữa. Việc tham gia nhiều loại câu lạc bộ, thú vui và những hoạt động khác sẽ khiến em trở nên khác biệt và mang dấu ấn của riêng em. Khi em nộp đơn vào đại học, ai cũng sẽ có điểm trung bình, thế nhưng không phải ai cũng từng tham gia câu lạc bộ cờ vua.

Một bản lý lịch toàn diện, bao gồm nhiều hoạt động ngoại khóa và hoạt động phục vụ học tập là rất quan trọng, bởi trường đại học và các ông chủ sau này rất muốn người của mình là người có nhiều trải nghiệm; tuy nhiên, hãy đảm bảo là em cảm thấy vui vẻ khi tham gia những hoạt động đó nhé. Em hoàn toàn có thể vừa vui chơi, vừa tích lũy kinh nghiệm cùng một lúc.

Hãy ra ngoài tìm kiếm xem điều gì thu hút em và điều gì em thực sự muốn tìm hiểu sâu hơn. Bằng cách này, em vẫn sẽ tích lũy được kinh nghiệm, thế nhưng sự vui thích sẽ thúc đẩy em học tập nhiều hơn, và em sẽ thu được nhiều lợi ích hơn từ khoảng thời gian em bỏ ra.

Còn nữa, đừng đăng ký quá nhiều hoạt động mà em không dành đủ thời gian cho nó. Người ta rất dễ phân biệt một học sinh đăng ký vào hàng trăm câu lạc bộ và chỉ đến dự được một hai buổi sinh hoạt mỗi năm với một học sinh bỏ công sức vào một hoặc hai câu lạc bộ và tích cực tham gia hằng tuần, thậm chí là hằng ngày. Nếu em đăng ký tham gia vì những lý do không chính đáng, có thể em sẽ có một danh sách khá đẹp để điền

vào đơn xin nhập học, nhưng em sẽ không dành đủ thời gian để thu được bất kỳ kinh nghiệm gì.

Thêm nữa, việc tham gia tích cực sẽ mang đến cho em nhiều cơ hội để trở thành người lãnh đạo. Đa số câu lạc bộ nói chung hay câu lạc bộ thể thao đều cần những nhà lãnh đạo giỏi lôi cuốn những người khác tham gia tích cực cùng mình.

Hãy để ý tìm những cơ hội này, và nếu không có, hãy tự tạo ra cơ hội cho mình.

Hãy trở thành nhà lãnh đạo trong lĩnh vực em yêu thích, và nếu vẫn chưa có câu lạc bộ chính thức nào cho lĩnh vực đó, hãy tự mình sáng lập. Em sẽ không chỉ học được những kỹ năng bổ ích cho cả cuộc đời sau này, mà còn có thể nhận được “học bổng lãnh đạo” từ một vài trường đại học nữa.

Và đừng hiểu sai ý chúng tôi - tất nhiên em cũng phải vui nữa! Một số thứ “vô bổ” chúng tôi từng yêu thích hồi cấp hai là xem phim và chơi trò chơi điện tử. Em đã bao giờ bỏ cả một buổi chiều/buổi tối để xem hết tất cả các tập của một bộ phim nhiều kỳ hay chỉ để lên cấp trong một trò chơi điện tử chưa? Hoặc có thể em bỏ quá nhiều thời gian quan tâm về mạng xã hội? Cho dù vướng vào trò gì đi nữa, em cũng biết rõ mình nghiện thứ gì và cần kiểm soát thứ gì, và nếu em không biết, phụ huynh/người hướng dẫn của em có thể sẽ liệt kê được vài thứ đấy! Em có thể vui chơi và thu lợi ích cùng một lúc - hai thứ này không triệt tiêu lẫn nhau! Chúng tôi có rất nhiều kỷ niệm khi cùng nhau chơi thể thao, đi chơi với bạn bè, thậm chí là tìm ra những cách thú vị hơn để học và làm bài tập.

Đừng bao giờ e ngại một thứ gì đó chỉ vì nó mới lạ. Cho dù em có e ngại đi nữa, cũng đừng để nó ngăn em thử.

HỌC HỎI. Trong suốt năm đầu đại học, chúng tôi từng có cơ hội gặp gỡ nhiều sinh viên từng tham gia tích cực vào các hoạt động ngoại khóa

và hoạt động phục vụ học tập suốt những năm cấp hai và cấp ba. Trong số đó có một người là bạn thân của chúng tôi, tên là Brandon. Bất cứ ai biết Brandon hồi học đại học - thực sự là có rất nhiều người biết cậu ấy - đều rõ cậu ấy là một người bạn trung thành và một sinh viên lãnh đạo xuất sắc.

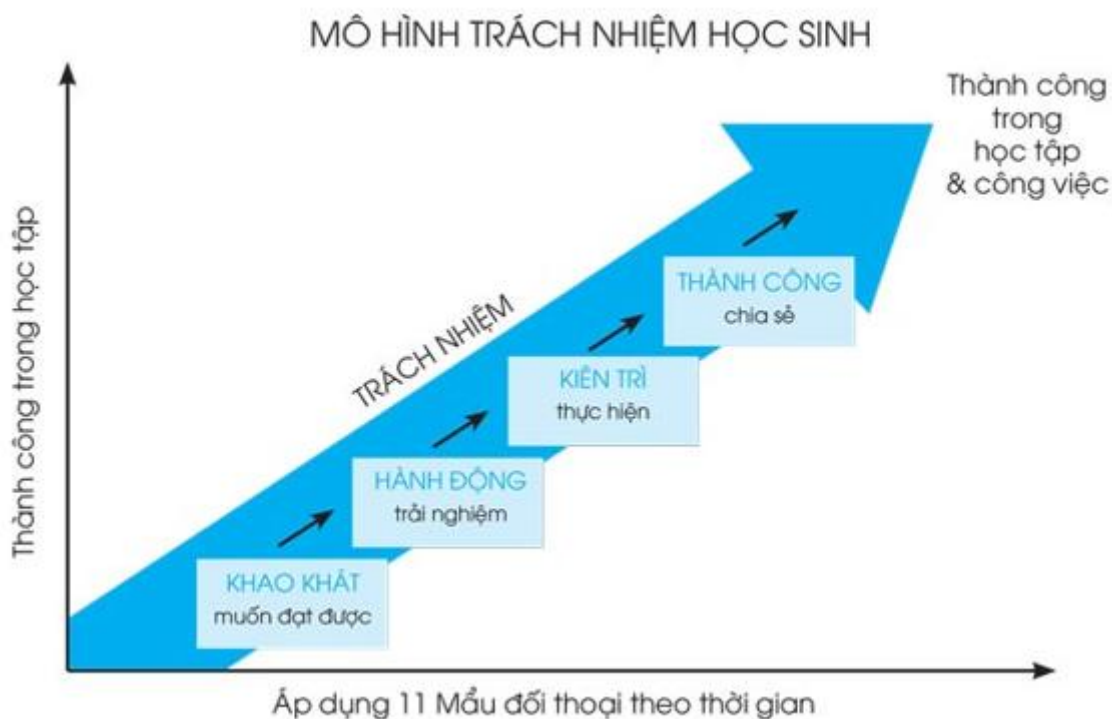
Suốt những năm cấp hai và cấp ba, Brandon đều tham gia hội sinh viên, tổ chức sự kiện, các câu lạc bộ quảng cáo, cùng nhiều câu lạc bộ sở thích cá nhân khác. Cậu ấy có rất nhiều bạn và có cuộc sống xã hội cực kỳ bận rộn. Những trải nghiệm này đã giúp Brandon nộp đơn và nhận được một học bổng đại học danh tiếng dành cho những học sinh tích cực và năng động. Nói một cách đơn giản, Brandon đã tự trả được toàn bộ tiền học cử nhân của mình chỉ bằng cách làm những gì cậu ấy thích - tham gia tích cực vào những hoạt động và sự kiện trong trường học, cũng như khuyến khích những người khác cùng tham gia.

Chúng tôi đã thích thú quan sát Brandon suốt những năm đại học, bởi động lực và đam mê của cậu ấy dành cho quảng cáo, thiết kế web và bán hàng đã lớn dần trong quá trình học tập, còn những kỹ năng xã hội và lãnh đạo thì phát triển ngoài lớp học, qua học bổng và những hội nhóm sinh viên khác.

Điều thú vị nhất ở Brandon là sự tham gia tích cực ấy không chấm dứt khi cậu ấy đã được tưởng thưởng xứng đáng, mà cậu ấy vẫn tiếp tục tham gia các hoạt động đó suốt những năm đại học, thậm chí cho đến khi đã trở thành nhà tuyển sinh đại học. Và sự tích cực ấy đã khiến cậu trở thành một chuyên gia thành công và đáng kính trọng, được mọi người rất yêu mến. Cho đến tận bây giờ, Brandon vẫn tìm kiếm cơ hội để phát triển nghề nghiệp bản thân. Những thói quen hình thành từ khi còn trẻ thậm chí ngày càng bền vững hơn qua thời gian, và đã biến Brandon trở thành một trong những con người thành công và đáng quý trọng nhất chúng tôi được biết.

SUY NGẪM. Dành thời gian suy ngẫm những câu hỏi sau đây. Sau đó, với sự giúp đỡ của phụ huynh/người hướng dẫn, hãy điền câu trả lời của

mình vào khoảng trống cho sẵn.



Em có hứng thú với những hoạt động ngoại khóa nào? Em thích những hoạt động phục vụ học tập nào?

Em có sở thích nào không? Liệu có câu lạc bộ/đội nhóm nào liên quan đến sở thích đó mà em có thể tham gia không?

Em đã biết mình muốn học gì ở đại học và suy nghĩ về nghề nghiệp tương lai của mình chưa? Liệu có câu lạc bộ/đội nhóm nào liên quan đến

lĩnh vực đó không?

Hãy dành thời gian thảo luận với phụ huynh/người hướng dẫn của em về những hoạt động phí thời gian cảm dỗ em nhiều nhất. Những hoạt động nào em có thể làm để thay thế chúng?

VÍ DỤ

Em có thể dùng trang này để tham khảo khi điền Bảng Hoạt động ngoại khóa và Hoạt động phục vụ học tập ở trang tiếp theo.

HOẠT ĐỘNG NGOẠI KHÓA

	Mô tả	Tên/Thông tin liên lạc	Thời gian họp mặt
Hoạt động 1	<i>Thành viên đội thể thao của trường</i>	<i>Huấn luyện viên Matthews. Số điện thoại: (xxx) xxx-xxxx</i>	<i>Thứ Hai, Tư, Sáu từ 3-5 giờ chiều</i>
Hoạt động 2	<i>Học piano mỗi tuần</i>	<i>Lori. Số điện thoại: (xxx) xxx-xxxx</i>	<i>Mỗi thứ Ba, 6:30 chiều</i>

HOẠT ĐỘNG PHỤC VỤ HỌC TẬP

	Mô tả	Tên/Thông tin liên lạc	Thời gian họp mặt
Hoạt động 1	<i>Luyện tập để trở thành một diễn viên</i>	<i>Thầy Johnson mjohnson@email.edu</i>	<i>Thứ Ba, Xăm, từ 3-4 giờ chiều</i>
Hoạt động 2	<i>Học phụ đạo cho những môn học khó</i>	<i>Cô Kinzer skinzer@email.edu</i>	<i>Bất cứ lúc nào trong giờ học hoặc hẹn trước.</i>

HÀNH ĐỘNG. Mẫu có sẵn trong phần này yêu cầu em điền 2 hoạt động ngoại khóa và 2 hoạt động phục vụ học tập phù hợp với sở thích của em. Những hoạt động này có thể bao gồm các câu lạc bộ, sở thích, tổ chức chuyên môn, v.v. Hãy dành chút thời gian điền những hoạt động em đang tham gia và/hoặc muốn tham gia. Viết một đoạn ngắn để miêu tả hoạt động đó, tên và thông tin liên lạc của người quản lý, và danh sách thời gian họp mặt để điền vào thời gian biểu hàng tuần.

HOẠT ĐỘNG NGOẠI KHÓA

	Mô tả	Tên/Thông tin liên lạc	Thời gian họp mặt
Hoạt động 1			
Hoạt động 2			

HOẠT ĐỘNG PHỤC VỤ HỌC TẬP

	Mô tả	Tên/Thông tin liên lạc	Thời gian họp mặt
Hoạt động 1			
Hoạt động 2			

CHÂM NGÔN ĐỂ SUY NGẪM

“"Câu hỏi dai dẳng và cấp thiết nhất trong đời là 'Bạn đang làm gì để giúp đỡ người khác?'"

- TIẾN SĨ MARTIN LUTHER KING JR.

MỤC SƯ, NHÀ HOẠT ĐỘNG XÃ HỘI,

NHÀ HOẠT ĐỘNG DÂN QUYỀN NGƯỜI MỸ,

LÃNH ĐẠO PHONG TRÀO DÂN CHỦ CỦA NGƯỜI MỸ GỐC PHI

Mẫu đối thoại 6

PHỤC VỤ CỘNG ĐỒNG

L **ẮNG NGHE.** Vài thập kỷ trước, trong cuộc thảm sát Holocaust hồi Thế chiến thứ II, một trong những người hùng trong lòng chúng tôi, Viktor Frankl, bị giam giữ và bỏ đói. Ông là một nô lệ lao động trong trại tập trung.

Em phải biết rằng Frankl rất tài hoa. Ông từng học cả thần kinh học và tâm thần học ở Vienna, Áo. Thế nhưng đối với đám người giam giữ ông, điều đó không quan trọng bằng việc ông là người Do Thái.

Thế nhưng thay vì than thân trách phận, Frankl đã vận dụng những quan sát và trải nghiệm của mình để viết nên quyển sách *Đi tìm lẽ sống*, một cuốn sách đã thay đổi số phận hàng triệu con người.

Khi đang còn ở trại tập trung, ông nhận thấy rằng có những người không chỉ đang cố gắng sống sót, mà họ còn sống rất tốt. Những người này không chấp nhận đánh mất bản thân - không chấp nhận đánh mất linh hồn mình - chỉ vì tình cảnh khốc liệt xung quanh. Họ vẫn yêu thương người khác. Họ vẫn phục vụ người khác. Ông đã viết lại những gì mà ông quan sát thấy. Đám người Đức Quốc xã tìm ra các bản ghi chép của ông và đốt hết. Vậy là ông phải bắt đầu ghi chép lại từ đầu, và ông viết trong đó rằng tất cả chúng ta đều cần những dự án có ý nghĩa, cần phục vụ cộng đồng, và cần thay đổi cuộc sống quanh ta để cuộc sống của ta có ý nghĩa hơn.

Khi đối chiếu điều này với những trải nghiệm của riêng mình, chúng tôi nhận ra rằng phục vụ cộng đồng đã đóng vai trò quan trọng theo hai cách:

- Thứ nhất, những gì người khác làm cho chúng tôi với vai trò phụ huynh/người hướng dẫn cũng là phục vụ.
- Thứ hai, phục vụ cộng đồng là chìa khóa để hiểu rõ vai trò thực sự của người lãnh đạo, và vì thế cũng là một phần quan trọng mà các trường đại học và cao đẳng muốn thấy trong hồ sơ của em.

Hãy để chúng tôi nói rõ hơn những điểm này.

Ở trường đại học, có một khái niệm được gọi là tư duy nhóm, nhân quả hay thiên định. Cho dù em gọi đó là gì đi nữa, thì “suy nghĩ tích cực” hay “gieo nhân nào gặt quả nấy” và “cầu gì được nấy” vẫn có tác động rất lớn.

Chúng tôi tin tưởng vững chắc rằng em phải nhận ra những gì người khác làm cho em và thể hiện lòng biết ơn xứng đáng, và cùng lúc đó, phải tìm cách để làm gì đó cho những người xung quanh mình. Trả ơn bằng cách cho đi. Hãy dùng những tài năng mình có và tìm cách giúp đỡ mọi người.

Một giảng viên của chúng tôi hồi đại học, và có lẽ cũng là một trong những người hướng dẫn có sức ảnh hưởng lớn nhất đến cuộc đời chúng tôi là thầy Lynne. Trong một buổi học với thầy Lynne, chúng tôi tham gia một hoạt động mà chúng tôi gọi là viết một bản Tuyên ngôn Nhiệm vụ Cá nhân.

Nếu em dành thời gian để hoàn thành bản Tuyên ngôn Nhiệm vụ Cá nhân, em sẽ thấy đó thực sự là một hoạt động tự vấn tâm hồn và suy xét nội tâm sâu sắc, bởi bản tuyên ngôn này đóng vai trò như một lời tuyên bố hay một loạt lời tuyên bố định nghĩa nhiệm vụ của đời em.

Một bản tuyên ngôn nhiệm vụ sẽ thể hiện được con người em muốn trở thành, điều em muốn làm, và những phẩm chất giúp em đạt đến mục tiêu đó. Đó là khẩu hiệu của riêng em.

Lấy ví dụ, đây có thể là một phần trong Tuyên ngôn Nhiệm vụ Cá nhân của em:

- Tôi tốt bụng và tôn trọng những người quanh tôi bằng cách công nhận giá trị và tài năng của từng người.
- Hành động của tôi phù hợp với niềm tin của tôi.
- Tôi không yêu cầu người khác thay đổi để mình được hạnh phúc; tôi muốn chính mình thay đổi như mình cần.

Khi em lớn lên, bản Tuyên ngôn Nhiệm vụ Cá nhân cũng sẽ đi cùng em. Sean Covey đã viết trong cuốn sách *7 thói quen của bạn trẻ thành đạt*:

Bản Tuyên ngôn Nhiệm vụ Cá nhân giống như một cái cây cắm rễ thật sâu vậy. Nó chắc chắn và chẳng chạy đi đâu cả, thế nhưng nó cũng đang sống và lớn dần từng ngày. Đứng vững như một cái cây với bộ rễ cắm sâu xuống đất sẽ giúp em vượt qua tất cả những bão tố trong cuộc đời. Có thể em đã nhận ra, cuộc sống này chẳng lúc nào yên ổn cả. Cứ thử nghĩ mà xem. Con người rất hay thay đổi. Bạn trai em phút trước còn yêu em thắm thiết, phút sau đã rời bỏ em. Hôm trước em còn là bạn thân của ai đó, hôm sau họ đã nói xấu sau lưng em... Cho dù mọi thứ xung quanh em đều thay đổi, bản Tuyên ngôn Nhiệm vụ Cá nhân sẽ là cái cây cắm rễ sâu đến mức không bao giờ chuyển dời. Em có thể đối phó với mọi thay đổi nếu có một cột trụ vững vàng để vịn vào.

Trong lớp, chúng tôi bắt đầu việc viết Bản Tuyên ngôn Nhiệm vụ Cá nhân bằng cách thảo luận ý nghĩa thực sự của tinh thần lãnh đạo. Trong suốt cuộc thảo luận, nhiều sinh viên đã đưa ra những phẩm chất đúng đắn và cần phải có của một nhà lãnh đạo - khả năng truyền cảm hứng, hoàn thành công việc, dẫn dắt, v.v., thế nhưng cuộc thảo luận nhanh chóng đi đến kết luận rằng phục vụ cộng đồng là một thành tố có tính quyết định của tinh thần lãnh đạo.

Khi thầy Lynne chia sẻ Tuyên ngôn Nhiệm vụ Cá nhân của mình, chúng tôi đều cảm nhận được sức mạnh của nó. Bản tuyên ngôn chân thành, thẳng thắn, và đầy vị tha. Tuyên ngôn của thầy Lynne đại khái như thế này:

Tôi sẽ dành trọn đời mình để giúp mọi người đạt đến tiềm năng của họ.

Một tuyên ngôn phục vụ và lãnh đạo mới tuyệt vời làm sao! Nếu em có thể hiểu khái niệm này ngay từ bây giờ, khi còn nhỏ tuổi, thì em thực sự sẽ có một cuộc sống thành công về sau này.

Phục vụ cộng đồng là rất quan trọng, và những cách phục vụ như chúng tôi đã đề cập tới là quan trọng nhất. Tuy nhiên, có thể em sẽ cần phải tìm hiểu nhiều cơ hội phục vụ cộng đồng khác nhau để làm nổi bật bản lý lịch và đơn xin nhập học của mình, thậm chí là để tốt nghiệp, bởi có những trường đòi hỏi một số giờ phục vụ cộng đồng nhất định.

Khi đã sẵn sàng nộp đơn vào đại học, em sẽ thấy quy trình ứng tuyển gần như luôn luôn yêu cầu em viết vài bài tiểu luận. Quá trình phục vụ cộng đồng của em sẽ đóng góp vào việc giúp em viết nên những bài luận hay, bởi qua những hoạt động đó em đã học được rất nhiều về bản thân mình.

Khi viết đơn xin nhập học, chúng tôi đã từng nghĩ mình chỉ cần liệt kê những gì có liên quan đến phục vụ cộng đồng là được rồi, cho dù mình có trực tiếp tham gia hay không.

Lấy ví dụ, bố chúng tôi từng được thay tim, và vì thế, câu chuyện của ông được dùng để quảng bá rất nhiều ở Utah, đặc biệt là bởi vì thời điểm đó Hoa hậu Utah cũng đang tuyên truyền hiến nội tạng. Chúng tôi được dự vài sự kiện, và thậm chí còn có cơ hội lên phát biểu một lần. Chúng tôi hoàn toàn có thể viết mình đã từng là diễn giả chính trong buổi tuyên truyền hiến tạng. Thế nhưng sự trung thực là rất quan trọng. Nếu em nói mình từng trợ giúp trong một sự kiện, thì điều đó hoàn toàn khác với việc nói rằng em đã từng là diễn giả trong buổi tuyên truyền hiến tạng.

Nếu em muốn ủng hộ một lý tưởng nào đó, ví dụ như việc hiến tạng như nêu trên chẳng hạn, thì hãy ra ngoài và bắt đầu dẫn thân. Hãy trở thành nhà lãnh đạo ở trường, tổ chức các chiến dịch và gây quỹ. Việc thực sự khao khát được giúp đỡ một kiểu người, nhóm người hay lý tưởng nào đó chính là động lực quan trọng nhất để em thực sự phục vụ cộng đồng.

Cũng tương tự như các hoạt động ngoại khóa và hoạt động phục vụ học tập, hãy nhớ vui vẻ khi phục vụ cộng đồng em nhé. Giúp đỡ người khác sẽ mang đến cho em những trải nghiệm thú vị nhất trong đời, và một lợi ích phụ quan trọng là em cũng đang thu nhập kinh nghiệm sống nữa.

Các nhà đại diện tuyển sinh đại học hiểu ý nghĩa của việc phục vụ cộng đồng đúng nghĩa. Cam kết thời gian và khao khát giúp đỡ người khác sẽ là điểm sáng trong hồ sơ của em, vậy nên hãy nhớ tập trung vào những việc đó thay vì một vài sự kiện em chỉ hỗ trợ được một lần. Nếu cần tìm giúp các tổ chức phục vụ cộng đồng, hãy nhờ phụ huynh/người hướng dẫn của em. Em sẽ phải ngạc nhiên trước số lượng cơ hội em có ở trường, trong cộng đồng, hay thậm chí là ở cấp độ quốc gia và quốc tế.

HỌC HỎI. Chúng tôi muốn kể em nghe về David, chú của chúng tôi. Chú ấy là một bác sĩ dành cả đời mình để phục vụ cộng đồng. Khi chú David còn học cấp hai và cấp ba, chú vẫn luôn là người tốt bụng khi là người đầu tiên sẵn sàng giúp đỡ bạn bè, gia đình, hay bất kỳ ai khác đang gặp khó khăn.

Năm 19 tuổi, chú David quyết định tạm dừng cuộc sống gia đình và học tập thường nhật để tham gia tình nguyện nhân đạo trong suốt hai năm. Chú trải qua hai năm đó ở Philippines để giúp đỡ mọi người. Là nhân viên tình nguyện, chú không được phép sử dụng điện thoại, truy cập Internet, hay thậm chí là xem ti-vi.

Khi chú David trở về từ Philippines, chú quyết định tiếp tục việc học và dự định vào học trường y. Chú muốn được vào học trường quân y do Không quân Mỹ tài trợ. Chú David học hành rất chăm chỉ để được trở

thành bác sĩ cấp cứu trong lúc phục vụ như một đại úy không quân và một người đàn ông phải chăm lo cho gia đình.

Chú David thực sự là một tấm gương tốt, phục vụ cộng đồng với vai trò tình nguyện viên, tham gia quân đội, làm bác sĩ, và là người đàn ông của gia đình. Chú cứu sống người khác mỗi ngày. Chú David có được cuộc sống hạnh phúc nhờ chính sự phục vụ của mình.

Em có thể tưởng tượng được thế giới của chúng ta sẽ ra sao nếu tất cả chúng ta đều noi gương những người như chú David không?

Chú David đã rất thông minh khi đặt ra những mục tiêu cho mình - tận dụng việc tham gia quân đội để trang trải cho việc học. Đừng đánh giá thấp những điều sẽ đến với em khi em coi trọng người khác hơn chính bản thân mình.

SUY NGẪM. Dành thời gian suy nghĩ những câu hỏi sau đây. Sau đó, với sự giúp đỡ của phụ huynh/người hướng dẫn, hãy điền câu trả lời của mình vào khoảng trống cho sẵn.



Em có muốn phục vụ một hay một nhóm người cụ thể nào không?

Em muốn tham gia hay thành lập những câu lạc bộ hay tổ chức nào liên quan đến phục vụ cộng đồng không?

Em ưu tiên việc phục vụ cộng đồng như thế nào?

Hãy dành thời gian thảo luận với phụ huynh/người hướng dẫn của em xem những loại hoạt động nào đang ngăn em giúp đỡ người khác. Em có thể giải quyết việc này như thế nào?

VÍ DỤ

Em có thể dùng trang này để tham khảo khi điền Bảng Hoạt động phục vụ cộng đồng ở trang tiếp theo.

TUYÊN NGÔN NHIỆM VỤ CÁ NHÂN CỦA TÔI

Hãy viết Tuyên ngôn Nhiệm vụ Cá nhân của em và để nó ở một chỗ em có thể tiện đọc mỗi ngày.

Mỗi ngày trong đời, tôi sẽ chọn cách sống truyền cảm hứng để giúp mọi người đạt đến tiềm năng của họ.

HÀNH ĐỘNG. Giờ là lúc để em viết xuống bản Tuyên ngôn Nhiệm vụ Cá nhân của mình. Hãy nghĩ kỹ về những gì em viết. Chúng tôi khuyên em để nó ở chỗ nào em có thể đọc mỗi ngày và cân nhắc những gì đã viết.

TUYÊN NGÔN NHIỆM VỤ CÁ NHÂN CỦA TÔI

Hãy viết Tuyên ngôn Nhiệm vụ Cá nhân của em và để nó ở một chỗ em có thể tiện đọc mỗi ngày.

Những điều cần bắt đầu nghĩ đến

Hãy chuyển tiếp ở đây.

Mặc dù chúng tôi viết cuốn sách này cho học sinh cấp hai, nhưng chúng tôi thực sự không biết em bao nhiêu tuổi.

Có phải em chỉ mới bắt đầu học lớp 6? Hay là lớn hơn một chút rồi?

Chúng tôi không biết.

Cho dù em bao nhiêu tuổi, hãy cứ đọc tiếp. Tuy nhiên, hãy nhớ rằng nếu em đang học cấp hai, một số Mẫu đối thoại tiếp sau đây sẽ không trực tiếp tác động tới em ngay bây giờ, nhưng em vẫn cần nghĩ về chúng. Em cần chuẩn bị thật tốt, để khi những điều đó xảy đến, em đã sẵn sàng. Và em sẽ thành công.

Nếu em lớn hơn một chút, những Mẫu đối thoại tiếp theo chính xác là dành cho em. Hãy theo dõi 5 Mẫu đối thoại tiếp theo và bắt đầu thiết lập cho mình con đường đến thành công nào!

CHÂM NGÔN ĐỂ SUY NGẪM

"Cái giá của thành công là sự chăm chỉ, chăm chú vào công việc đang làm, và sự quyết tâm rằng cho dù thắng hay thua, ta cũng đã cố gắng hết sức mình."

- VINCE LOMBARDI

CẦU THỦ, HUẤN LUYỆN VIÊN BÓNG BẦU DỰC, ỦY VIÊN BAN
CHẤP HÀNH LIÊN ĐOÀN BÓNG BẦU DỰC QUỐC GIA, MỸ

Mẫu đối thoại 7

KỶ THI TUYỂN SINH ĐẠI HỌC

L **ẮNG NGHE.** Em đã bao giờ nghe câu nói “Luôn có hai mặt của một vấn đề” chưa? Chúng tôi thấy các kỳ thi tuyển sinh đại học cũng giống như vậy.

Đa số học sinh đều tin rằng họ học tài thi phận. Có suy nghĩ này là do con người chúng ta hay lo lắng và bồn chồn khi chịu áp lực phải thuộc lòng một điều gì đó. Các kỳ thi có thể là cách đánh giá sai lầm bởi có những người thực sự biết câu trả lời, nhưng do quá căng thẳng nên họ lại quên mất.

Mặt còn lại của câu chuyện: thi cử là một cách rất tốt để thể hiện kiến thức. Nếu đã chuẩn bị và học thật kỹ, em sẽ có thể thoát khỏi chuyện học tài thi phận. Điểm trung bình của học sinh có thể thể hiện khả năng làm bài tập và học hành chăm chỉ trong khoảng thời gian dài, thế nhưng bài thi lại thực sự cho thấy những kiến thức em có được ngay tại một thời điểm.

Chúng ta có thể nói tới nói lui về vấn đề này, nhưng thực sự là em cần phải biết cách làm bài thi cho tốt, bởi nó không chỉ ảnh hưởng đến điểm trung bình của em, mà còn ảnh hưởng đến việc em có thể vào được trường đại học như thế nào cũng như khoản học bổng mà các trường sẽ dành cho em.

Thông thường, mỗi bài thi đều có cấu trúc thích hợp nhằm đánh giá trình độ kiến thức của em ở các môn như tiếng Anh, Toán, Lý, Hóa, v.v. tùy em chọn chuyên ngành nào.

Sai lầm lớn nhất em có thể mắc phải ở những kỳ thi tuyển sinh đại học là không chuẩn bị từ sớm. Theo chúng tôi, em nên lập kế hoạch ngay từ bây giờ để có sự định hướng và chuẩn bị tốt nhất. Có công mài sắt có ngày nên kim. Nếu em muốn học hát, tất nhiên em sẽ không chờ đến tận đêm biểu diễn mới bắt đầu tập luyện, đúng không nào? Thi cử cũng là một kỹ năng cần phải được rèn luyện.

Cứ luyện tập đi.

Cố gắng lên.

Đừng bỏ cuộc.

Hãy tập trung ôn luyện thật chăm chỉ để chuẩn bị cho kỳ thi quan trọng này. Hãy nhớ giữ đúng lời hứa với bản thân mình.

Đúng, đó chỉ là một lời hứa của riêng mình em mà thôi. Có khi là chỉ mình em và mong là có thêm phụ huynh/người hướng dẫn của em nữa, ngoài ra chẳng ai biết về nó cả, thế nhưng đó vẫn có thể là lời hứa quan trọng nhất. Tiến sĩ Stephen R. Covey gọi việc hoàn thành những lời hứa với bản thân là những “Chiến thắng cá nhân”. Nếu em hứa với chính mình một điều gì đó và giữ lời, đó là một Chiến thắng cá nhân. Em đang tạo nên uy tín cho mình; em đang hiểu được rằng mình là một người có khả năng theo đuổi và đạt được những mục tiêu cá nhân; em đang chuẩn bị cho một tương lai tươi sáng.

Việc sắp xếp thời gian chuẩn bị cho kỳ thi tuyển sinh đại học cũng quan trọng như điểm trung bình vậy; nếu có buổi tối nào em không cần phải làm bài tập, hãy dùng thời gian đó để ôn thi.

Rất có thể quá trình ôn luyện trước sẽ giúp em cải thiện những môn học trong lớp của mình. Thực sự thì nếu có chiến lược đúng đắn, em sẽ có thể kết hợp những chủ đề trong bài thi với những gì em học được trong lớp.

Ví dụ, nếu em đang ngồi trong lớp Hình học và học cách tính diện tích của các loại hình khác nhau, thì em hãy biết rằng đây có thể là phần toán trong đề thi của kỳ tuyển sinh đại học.

HỌC HỎI. Bây giờ tôi muốn kể cho em nghe câu chuyện về anh Blake. Tôi muốn dùng kinh nghiệm của anh Blake trong phần này của cuốn sách vì những gì anh ấy đã trải qua với kỳ thi tuyển sinh đại học.

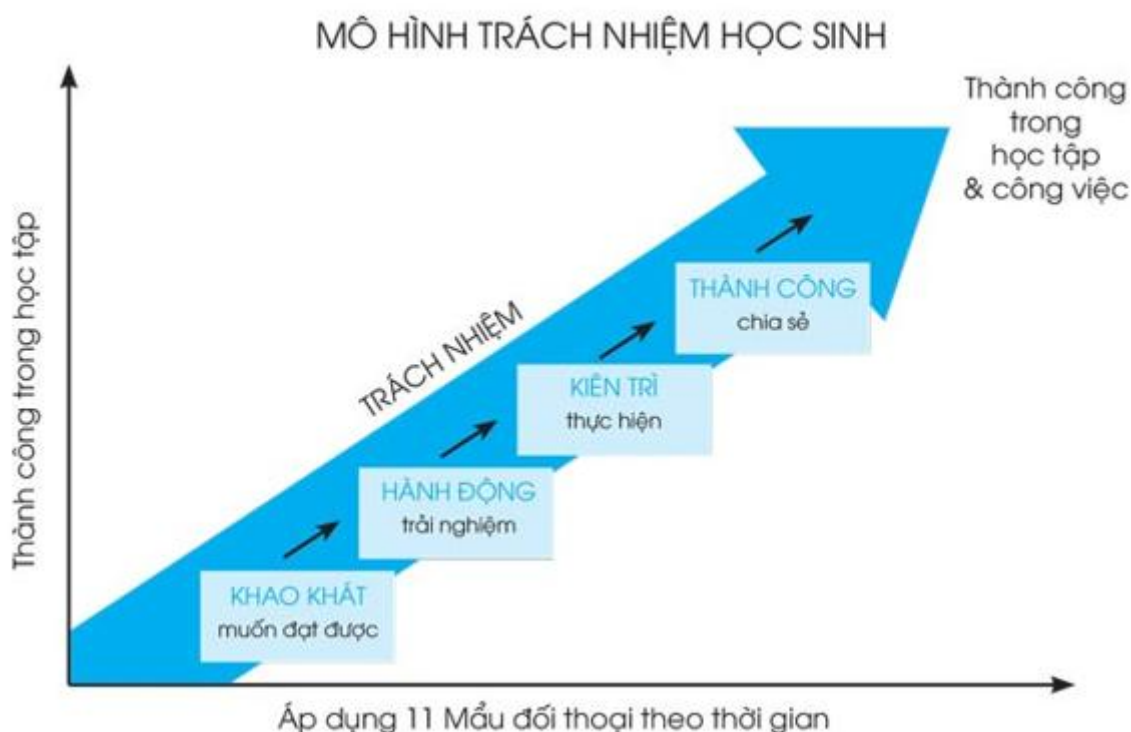
Em nên lập kế hoạch ngay bây giờ để chuẩn bị cho kỳ thi tuyển sinh đại học. Có công mài sắt có ngày nên kim. Nếu em muốn học hát, tất nhiên em sẽ không chờ đến tận đêm biểu diễn mới chuẩn bị, đúng không nào? Thi cử cũng là một kỹ năng cần phải được rèn luyện.

Anh Blake và tôi đều biết chúng tôi muốn vào Đại học Bang Utah (USU). Nó đủ xa nhà để chúng tôi được tự lập, nhưng vẫn đủ gần để chạy xe về nhà khi cần. Cả hai chúng tôi đều thích quần vợt và đều có cơ hội chơi cho đội của trường USU. Đây là một trải nghiệm tuyệt vời, thế nhưng việc này cũng không mang lại cho chúng tôi đủ tiền để đóng học phí cho bốn năm đại học. Để gom đủ tiền học phí, chúng tôi đã tìm hiểu những chương trình học bổng khác và tìm thấy một chương trình học bổng dành cho kỹ năng lãnh đạo phù hợp với khả năng của mình. Để đủ tiêu chuẩn nộp hồ sơ cho chương trình học bổng này, điểm trung bình năm học đó của chúng tôi phải trên 3,5.

Vậy là chúng tôi xác định mình cần tập trung học để đạt được điểm trung bình trên 3,5. Tôi đã vô cùng ấn tượng khi chứng kiến những gì mà anh Blake đã nỗ lực thực hiện để đạt được mục tiêu này. Anh ấy tự khóa mình trong phòng và chú tâm học liên tục nhiều tuần liền. Cuối cùng anh ấy cũng đạt được mục tiêu, và khoản học bổng ấy bao gồm cả tiền học phí và sinh hoạt phí cho anh ấy suốt bốn năm. Chúng tôi không thể diễn tả hết sự biết ơn của mình đối với những chương trình học bổng như thế bằng lời, bởi đó là con đường đã giúp chúng tôi học cao hơn.

Có thể em cũng gặp tình huống tương tự như vậy. Nếu như thế, hãy noi gương anh Blake và giành lấy điểm số em cần.

SUY NGẪM. Dành thời gian suy nghĩ những câu hỏi sau đây. Sau đó, với sự giúp đỡ của phụ huynh/người hướng dẫn, hãy điền câu trả lời của mình vào khoảng trống cho sẵn.



Em cần điểm số như thế nào để nhận được học bổng ở những trường đại học gần nhà hay trường đại học em muốn theo học?

Em có thể dành thời gian hàng ngày để chuẩn bị trước cho kỳ thi tuyển sinh đại học vào lúc nào?

Điều gì ngăn cản em đạt điểm cao hơn 90% trong kỳ thi tuyển sinh đại học?

Phụ huynh/người hướng dẫn giúp gì được cho em khi em ôn thi?

Em có thể hỏi kinh nghiệm thi tuyển sinh đại học từ ai?

CHÂM NGÔN ĐỂ SUY NGẪM

"Nguồn kiến thức duy nhất chính là kinh nghiệm."

- ALBERT EINSTEIN

NHÀ VẬT LÝ LÝ THUYẾT NGƯỜI ĐỨC

Mẫu đối thoại 8

KINH NGHIỆM THỰC TẬP VÀ LÀM VIỆC

L **ẮNG NGHE.** Từ khi còn rất trẻ, Abraham Lincoln từng thử rất nhiều nghề khác nhau. Cha của ông là nông dân. Nhưng rõ ràng, con đường đó không dành cho ông. Đơn giản là ông không thích.

Vậy là ông thử làm trưởng bưu cục, rồi làm cán bộ trắc địa. Có một khoảng thời gian ông trở thành nhà lập pháp của bang. Thậm chí ông còn cộng tác mở cửa hàng nữa.

Khi ông làm việc ở cửa hàng, một khách hàng cố bán cho Lincoln một cái thùng gỗ. Lincoln không cần thêm cái thùng gỗ nào nữa, thế nhưng vì tốt bụng, ông vẫn mua. Sau đó ông đổ hết đồ trong thùng ra và tìm thấy một bộ sách luật ở dưới đáy thùng. Lincoln là chủ một cửa hàng trong một khu vực chỉ có khoảng 15 ngôi nhà. Ông có rất nhiều thời gian rảnh. Vậy là ông đọc hết chỗ sách đó. Ngốn hết chúng. Và tìm thấy hướng đi mới cho đời mình.

Chọn nghề không dễ chút nào. Cũng như Lincoln, em có thể sẽ phải thử nhiều con đường cho đến khi tìm thấy một nghề hợp với mình. Điều quan trọng là em không chỉ đặt mục tiêu tìm được một công việc nào đó, mà còn có được một vị trí trong ngành nghề mình yêu thích.

Mẫu đối thoại về kinh nghiệm thực tập và làm việc này là một mảnh ghép cực kỳ quan trọng. Để có được một sự nghiệp tốt, em phải có kinh

nghiệm thực tập và làm việc. Kinh nghiệm đó sẽ giúp em mở ra những cánh cửa cần mở và gặp đúng người cần gặp.

Có thể ngay lúc này em cảm thấy mình có rất ít cơ hội. Và xét ở nhiều phương diện, cảm giác đó của em là đúng. Thứ nhất, em chưa đủ tuổi làm việc. Ngoài ra, em cũng chưa đủ tuổi lái xe, thế nên em sẽ chỉ tận dụng được những cơ hội gần nhà.

Tuy nhiên, đừng vội bỏ qua những chia sẻ sau đây của chúng tôi. Vẫn có rất nhiều điều em có thể làm ngay bây giờ.

- Hỏi thăm thông tin từ những người trong trường. Có thể họ biết một chương trình nào đó mà em có thể dự khán công việc.
- Trường có thể giới thiệu cho em một người nào đó đang làm công việc em mơ ước.
- Em có thể quan sát nơi làm việc để biết một ngày làm việc đối với công việc đó thực sự là như thế nào. Có thể nó sẽ củng cố ước muốn của em, cũng có thể nó sẽ khiến em đổi ý.

Điều này là vô giá. Chúng tôi có một người bạn trẻ tuổi hiện đang học lớp 12. Chỉ vài năm trước thôi, nếu em hỏi bạn ấy muốn làm gì khi lớn lên, bạn ấy sẽ trả lời đầy tự tin: “Làm bác sĩ!”. Bạn ấy rất thông minh. Rất, rất thông minh, và trở thành bác sĩ là điều mọi đứa trẻ thông minh đều muốn, phải không?

May thay, không phải mọi thứ luôn luôn là như thế. Người bạn trẻ này của chúng tôi có cơ hội dự khán một chương trình chăm sóc sức khỏe cộng đồng và ngay lập tức đổi hướng đi. Đoán xem bạn ấy khám phá ra điều gì nào? Bạn ấy ngất xỉu khi nhìn thấy máu, cho dù không phải máu của mình. Đã tới lúc tìm hướng đi mới rồi.

Vậy nên em hãy cứ tìm hiểu đi. Và hãy nhớ rằng làm việc chính thức và thực tập có rất nhiều điểm khác nhau.

Làm việc chính thức là làm việc được trả tiền, và thường thì em sẽ phải tiếp tục làm công việc đó cho đến khi xin nghỉ hoặc bị sa thải. Còn thực tập lại là một trải nghiệm gần giống làm việc, được quy định sẵn một khoảng thời gian nhất định như 3 tháng, 6 tháng, hoặc tùy theo thỏa thuận. Thực tập có thể có lương hoặc không lương tùy theo thỏa thuận.

Thật lòng mà nói thì chẳng mấy khi em thực tập mà có lương cả. Thật đáng tiếc khi em không được trả lương cho công việc của mình. Nhưng nhìn chung thì người ta thường thích thuê thực tập sinh hơn vì không phải trả tiền! Và đến khi em tìm một công việc chính thức, em đã có sẵn kinh nghiệm làm việc ghi trên lý lịch rồi. Thực tập không lương có thể về ngắn hạn sẽ không giúp em kiếm được tiền, thế nhưng về lâu về dài, em sẽ thấy việc này hoàn toàn có lợi.

Chọn nghề không dễ chút nào.

Cũng như Lincoln, em có thể sẽ phải thử nhiều con đường cho đến khi tìm thấy một nghề hợp với mình.

Điều quan trọng là em không chỉ đặt mục tiêu tìm được một công việc nào đó, mà còn có được một vị trí trong ngành nghề mình yêu thích.

Việc làm việc và thực tập khi còn là học sinh đang ngày càng trở nên phổ biến. Mặc dù có người cho rằng điều này không tốt bởi em nên tập trung vào việc học, nhưng chúng tôi tin rằng em có thể làm cả hai. Em nên tìm kiếm những trải nghiệm như thế bởi nó mang đến cho em nhiều lợi ích quan trọng, trong đó bao gồm kinh nghiệm quý giá em nhận được nhờ làm việc cạnh dân chuyên nghiệp, khoản thu nhập phụ thêm em có thể được nhận, và cả những việc có thể sẽ không ai chỉ dạy em như đạo đức nghề nghiệp chẳng hạn.

Như chúng tôi đã đề cập, có những trường thậm chí còn bao gồm chương trình thực tập trong giáo trình học. Hãy thử hỏi thêm thông tin này và xem mình tìm hiểu được những gì. Có thể qua nhà trường em sẽ được

tham dự một chương trình như thế. Ban hỗ trợ sinh viên sẽ hỏi xem em có hứng thú với điều gì và giúp em tìm chỗ thực tập.

Nếu em tìm việc qua nhà trường, rất có khả năng em sẽ không được trả lương. Thế nhưng bài học giá trị nhất chúng tôi giúp em hiểu trong mẫu đối thoại này là việc tự nguyện tham gia một chương trình thực tập không lương có thể sẽ là điều mang tính chiến lược và có lợi nhất em có thể làm. Nó sẽ mang đến cho em cơ hội tìm hiểu xem mình thích làm gì và làm tốt những việc gì. Trải nghiệm này chắc chắn sẽ là một điểm sáng trong lý lịch của em. Và hy vọng là em sẽ gặp được những người đang làm công việc mà em mơ ước nữa. Em có thể hỏi xem họ đã làm điều đó như thế nào. Em có thể xin lời khuyên từ họ. Đừng tự giới hạn mình khi chỉ nhắm tới những cơ hội được trả lương hay những chương trình thực tập “chính thức”.

Ví dụ, giả sử em muốn trở thành nhà thiết kế đồ họa, nhưng em vẫn chưa có những bằng cấp cần thiết để xin được công việc đó vì vẫn còn đang đi học. Có thể khi em đến gõ cửa các cửa hàng hay công ty gần nhà, em sẽ dễ dàng tìm được vài công việc khác vốn sẽ mang lại cho em ít tiền. Nhưng chuyện gì sẽ xảy ra nếu em bước vào công ty thiết kế lớn nhất thành phố và tình nguyện tham gia nhóm của họ? Gần như lần nào chúng tôi thử làm vậy, chúng tôi cũng thành công, bởi chẳng có ai bị thiệt cả - công ty đó được thêm một nhân viên miễn phí, và em sẽ thu được những kinh nghiệm liên quan đến ngành nghề mình chọn. Thêm vào đó, em cũng sẽ bước đầu thiết lập được những mối quan hệ có ích cho em sau này, chẳng hạn như khi em cần thư giới thiệu xin nhập học hay khi xin việc. Rõ ràng đôi bên đều có lợi.

Em cần bắt đầu như thế nào?

- Bước đầu tốt nhất để được thực tập và thu được kinh nghiệm làm việc là hẹn gặp trực tiếp người sẽ hướng dẫn mình. Hãy đảm bảo em lên lịch hẹn từ trước và bước vào với vẻ ngoài chuyên nghiệp, lý lịch sẵn sàng và thái độ tích cực. Chuyện em còn trẻ và sẵn sàng làm việc không lương không có nghĩa là em không cần phải gây ấn tượng - em sắp làm việc với

những dự án quan trọng; và rất nhiều trường hợp, nếu làm tốt, thực tập không lương sẽ trở thành có lương, thậm chí là trở thành công việc chính thức.

- Nếu không thể gặp trực tiếp vì lịch làm việc của người hướng dẫn mình quá bận rộn, hãy viết một bức e-mail chuyên nghiệp. Viết ngắn gọn và đề cập thẳng vấn đề. Nhớ đính kèm lý lịch của em và khen ngợi những thành công của công ty - dù sao thì em hẳn cũng rất khâm phục họ, nếu không em đã không muốn làm việc với họ, đúng không?
- Tìm hiểu kỹ càng về công ty để có thể nói chuyện thật khôn ngoan về công ty đó. Sự quan tâm của em đối với công việc của họ có thể sẽ khiến họ chú ý đến em.
- Hãy đề ra mong muốn của mình một cách chân thành và trao đổi với họ xem em có thể làm gì để đóng góp vào sự thành công của công ty.
- Đề nghị nói chuyện điện thoại hoặc gặp trực tiếp thêm lần nữa để trao đổi thêm về cơ hội này. Đây là quy trình chúng tôi đã áp dụng để có được những kinh nghiệm làm việc ghi trên lý lịch của mình. Nó cực kỳ hiệu quả.

Chúng tôi nhiều lần có cơ hội vừa thực tập không lương vừa làm việc bình thường. Chúng tôi từng dự khán cùng các chuyên gia trong lĩnh vực kinh doanh, dự khán tại các bệnh viện và các công ty luật, và cùng lúc đó cũng kiếm thêm chút tiền bằng cách dạy quần vợt, làm trọng tài bóng rổ, cứu hộ bể bơi, bồi bàn, v.v.

Có thể em cũng đang làm như vậy. Và nếu vậy thì đừng lo - em có thể làm được.

Tất cả những công việc này đều sẽ dạy cho em một điều gì đó. Chúng tôi đã học được cách làm việc với trẻ nhỏ, hướng dẫn người khác những kỹ năng mới, và phục vụ mọi người - những phẩm chất rất có ích cho đời sống hằng ngày. Hãy nhớ, như chúng tôi đã đề cập ở phần trước, hãy ghi

lại tất cả những trải nghiệm này, cả khi thực tập không lương và khi làm việc có lương.

Nếu việc tích lũy kinh nghiệm thực tập và làm việc có vẻ đang gây ảnh hưởng tới thành công trong học tập của em, thì đã đến lúc lùi một chút rồi. Tâm điểm của em phải là trường lớp. Trải nghiệm là rất tốt và cần thiết, thế nhưng vẫn không đáng để em hy sinh điểm số của mình.

Hãy đảm bảo em luôn tận dụng mọi sự giúp đỡ có thể khi tìm nơi thực tập hay làm việc. Gia đình và bạn bè là điểm khởi đầu tốt. Thêm vào đó, trường học và cộng đồng của em có rất nhiều chương trình hỗ trợ mọi người, nhất là những người trẻ tuổi, để họ có được những cơ hội tốt.

Hãy chú ý đến những cơ hội em có thể mang đến cho người khác. Có thể em có một người chú làm chủ một công ty em không mấy quan tâm, thế nhưng có thể bạn bè em quan tâm, hoặc em biết một ai đó đang tìm việc và có thể quan tâm đến công ty của chú em. Em sẽ không bao giờ biết mình có thể thay đổi cuộc đời một người như thế nào chỉ bằng cách giúp họ tìm nơi thực tập và làm việc đâu. Và như chúng tôi đã nói ở trên, gieo nhân nào gặt quả nấy.

Việc giữ vẻ ngoài và hành động chuyên nghiệp trong mọi tình huống là rất quan trọng. Nhiều công ty sẽ tìm hiểu em trên mạng; nếu em chưa bao giờ quan tâm nhiều về hình ảnh bản thân mình trên mạng, chúng tôi khuyên em nên bắt đầu quan tâm. Hãy thử xem em sẽ tìm hiểu được những gì về mình nếu đứng ở vai trò người đi tuyển dụng.

Liệu em có tìm được bức ảnh kém chuyên nghiệp nào của mình trên mạng không?

Còn cách em viết lách trên mạng và cách thể hiện bản thân thì sao?

Khi tìm việc ở một nơi nào đó, về cơ bản em đang khiến người ta chú ý tới mình, và họ sẽ thấy tên em và tìm hiểu về em, và thời nay chuyện này rất dễ làm. Họ cũng sẽ hỏi thăm người khác về em nữa, vậy nên em cần

phải luôn tử tế và chuyên nghiệp trong cách thể hiện mình, cả trên mạng lẫn ngoài đời.

HỌC HỎI. Sam là anh họ của chúng tôi, và từ khi anh ấy còn rất nhỏ, có lẽ là trước cả những năm cấp hai, anh ấy đã nghĩ ra nhiều ý tưởng để kiếm thêm tiền rồi. Mọi thứ bắt đầu với câu lạc bộ mà chúng tôi lập ra từ thời niên thiếu BB&S (Bo, Blake và Sam). Từ việc dọn sân hàng ngày cho đến rửa thuyền cho người khác, chúng tôi làm tất. Phong cách làm việc này vẫn luôn đi theo Sam trong suốt những năm cấp hai và cấp ba. Anh ấy làm rất nhiều nghề để nuôi sống bản thân như chạy bàn, bán bánh mì, hay trông trẻ. Anh ấy cũng làm việc cho hai trạm rửa xe và một công ty máy trợ thính nữa.

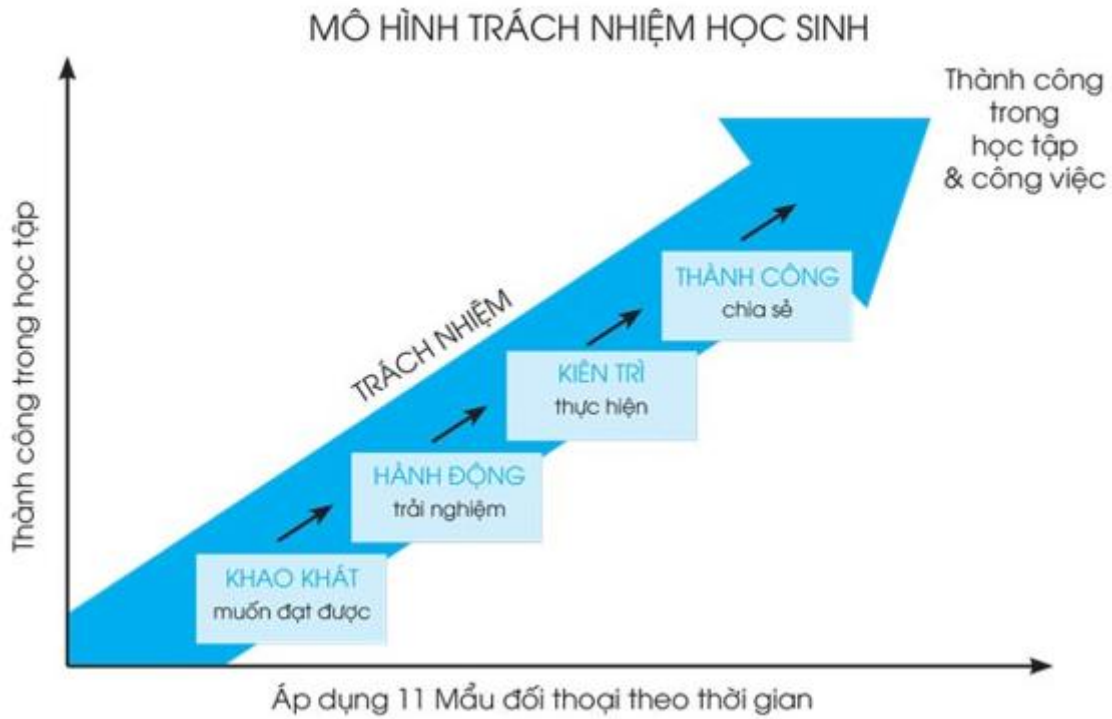
Khi tìm chỗ thực tập, Sam rất muốn được làm việc cho một đội thể thao chuyên nghiệp, đặc biệt là đội bóng rổ Utah Jazz. Sam luôn hâm mộ đội Jazz, và một ngày nọ, anh ấy cuối cùng đã tìm được cơ hội làm việc với đội. Gia đình Sam vừa chuyển đến một chỗ ở mới, và một người hàng xóm gần đó có làm việc với câu lạc bộ Jazz. Sam đã tỏ ra chuyên nghiệp và chân thành khi chia sẻ về ước muốn được làm việc với đội Jazz ngay từ đầu, thậm chí còn tình nguyện dự khán công việc của người hàng xóm đó. Mọi quan hệ của họ lớn dần thành tình bạn, và Sam đã có rất nhiều trải nghiệm ý nghĩa với đội bóng và ban quản lý câu lạc bộ.

Sau khi tốt nghiệp phổ thông, Sam nhận được rất nhiều thư mời cho công việc và thực tập tương lai từ những người làm việc với đội bóng. Sam quyết định học lên cao hơn, và hiện tại anh đang học đại học để theo đuổi sự nghiệp mình chọn. Anh ấy muốn trở thành một luật sư.

Song song với việc học, Sam cũng làm việc và thực tập bán thời gian. Chúng tôi tin chắc rằng sau khi ra trường, tấm bằng tốt nghiệp cùng tất cả kinh nghiệm làm việc và thực tập phong phú của Sam sẽ là hành trang giúp anh ấy có được một sự nghiệp tuyệt vời.

SUY NGÃM. Dành thời gian suy nghĩ những câu hỏi sau đây. Sau đó, với sự giúp đỡ của phụ huynh/người hướng dẫn, hãy điền câu trả lời của

mình vào khoảng trống cho sẵn.



Nghề nghiệp lý tưởng của em là gì?

Em muốn có những kinh nghiệm thực tập và làm việc như thế nào? Em biết ai có thể giúp em tìm nơi thực tập hay làm việc không?

Em có thể dành ra bao nhiêu giờ mỗi tuần để làm việc/thực tập?

Trong gia đình, bạn bè và/hoặc hàng xóm của em, liệu có ai có thể giúp em tìm nơi làm việc hay thực tập không?

VÍ DỤ

Em có thể dùng trang này để tham khảo khi điền Bảng Thực tập & Làm việc ở trang tiếp theo.

MẪU LÝ LỊCH

Học vấn	<i>Trường Trung học Phổ thông Riverton Riverton, Utah ĐTB 3,9</i>
Kinh nghiệm chuyên môn	<i>1. Giúp chủ dạy quần vợt vào mùa hè. 2. Làm việc cho công ty gia đình vào cuối tuần, từ 2010 tới 2014. 3. Thực tập ở nhà trẻ của hàng xóm, cô Swendy, từ tháng 6 đến tháng 12.2013.</i>
Lãnh đạo và Phục vụ cộng đồng	<i>Đội trưởng đội thể thao - lớp 9 Tham gia tình nguyện tại trung tâm bảo vệ động vật - một tuần một lần Phục vụ cộng đồng</i>
Huy chương và Giải thưởng	<i>Cầu thủ bóng đá tiến bộ nhất Giải nhì độc tấu piano</i>
Các tổ chức chuyên môn	<i>Hội học sinh danh dự quốc gia - ĐTB > 3,75 từ lớp 7 đến lớp 9</i>
Người đề cử	<i>Swendy, cha xứ, giáo viên tiếng Anh...</i>

HÀNH ĐỘNG. Khi đã có thêm kinh nghiệm và tìm kiếm cơ hội việc làm tương lai, em phải luôn chú ý tới những hoạt động có thể ghi vào lý lịch của mình. Trong khi tích lũy kinh nghiệm thực tập, dự khán công việc và làm việc chính thức, em nên viết hết xuống bảng mẫu mà chúng tôi cho dưới đây. Chúng tôi đã chia bảng mẫu này thành nhiều phần để em suy nghĩ kỹ hơn về tất cả những gì mình cần để có một bản lý lịch đẹp. Đây là một danh sách sẽ còn được tiếp tục bổ sung, và cần được cập nhật thường xuyên.

MẪU LÝ LỊCH

Học vấn	
Kinh nghiệm chuyên môn	
Lãnh đạo và Phục vụ cộng đồng	
Huy chương và Giải thưởng	
Các tổ chức chuyên môn	
Người đề cử	

CHÂM NGÔN ĐỂ SUY NGẪM

"Mẹ tôi chơi quần vợt sáu tiếng mỗi ngày và dùng học bổng quần vợt để vào đại học, bởi đó là cách duy nhất bà có thể đến trường. Vậy nên họ [bố mẹ tôi] đã khắc sâu trong tôi tư tưởng rằng bạn phải bỏ công sức để đạt được những thứ bạn muốn trong đời, và không bao giờ được than vãn."

- DAKOTA FANNING

NỮ DIỄN VIÊN NGƯỜI MỸ

Mẫu đối thoại 9

QUẢN LÝ TIỀN BẠC VÀ NGUỒN HỌC BỔNG

LẮNG NGHE. Trừ khi em là người mà chúng tôi vừa nhìn thấy trên chương trình *Shark Tank*^(*), còn không thì chúng tôi biết em rất túng tiền. Cực kỳ túng tiền. Túng đến nỗi phải mượn tiền mẹ mới đủ mua đồ ăn vặt.

() Chương trình truyền hình thực tế Mỹ, người chơi là các doanh nhân khởi nghiệp thuyết trình trước các nhà đầu tư (Shark).*

Quản lý tiền bạc là việc cần làm với tất cả mọi người. Mục đích của việc này là để em không phải lo lắng chuyện tiền bạc nữa.

Bí quyết ở đây là lập ngân sách, cho dù em chỉ có 25 đô-la bà cho để bỏ vào ngân sách đó. Chúng tôi rất thích câu nói của John C. Maxwell: “Ngân sách cho bạn biết tiền của bạn đã được dùng làm gì, thay vì bối rối không biết nó chạy đi đâu rồi”.

Số tiền 25 đô-la đó em được bà cho vào sinh nhật năm ngoái - em đã bao giờ tự hỏi nó chạy đi đâu và tại sao lại hết nhanh như thế chưa? Điều này không thay đổi khi em lớn lên. Điều này không đơn giản chỉ thay đổi vì em có việc làm và kiếm được nhiều tiền hơn. Nó chỉ khiến em mất càng nhiều tiền hơn mà thôi.

Nếu em xây dựng kỹ năng quản lý tiền bạc ngay từ bây giờ, có lẽ em sẽ tránh được rất nhiều áp lực tiền bạc trong tương lai, thứ áp lực thường đeo đẳng lấy người trưởng thành.

Chỉ có 3 nguyên tắc chúng tôi muốn các em hiểu để nắm được việc quản lý tiền bạc, đó là:

- Đừng chi nhiều hơn những gì mình kiếm được.
- Hãy đảm bảo em có một khoản tiết kiệm cố định.
- Sẵn sàng cho đi.

Chúng tôi biết rất nhiều người đã áp dụng thành công phương pháp gọi là “hệ thống phong bì” để quản lý ngân sách. Với việc quản lý ngân sách theo hệ thống phong bì, em có thể dành riêng ra vài chiếc phong bì dựa theo nhu cầu của mình:

- Tiền tiết kiệm
- Tiền chi tiêu, chẳng hạn như cho quần áo và giải trí
- Tiền quyên góp và cho đi

Em có thể trao đổi với phụ huynh/người hướng dẫn về cách quản lý ngân sách và quyết định chia số tiền em có thành các mức phần trăm phù hợp để cho vào từng phong bì.

Điểm mạnh của phương pháp phong bì là một khi em đã dùng tiền rồi, số tiền ấy không bao giờ quay trở lại. Phương pháp phong bì dạy cho em rằng em phải cẩn thận khi mua sắm và loại bỏ khả năng em chi nhiều hơn số tiền em có hay dựa dẫm vào thẻ tín dụng. Thế nhưng nếu em đã sẵn sàng cho bước tiếp theo, hãy dành thời gian mở tài khoản tiết kiệm, đồng thời hãy tìm cơ hội đóng góp cho cộng đồng mình, hoặc thậm chí là cho những lý tưởng đáng giá trên thế giới.

Khi em viết giấy vay nợ, khoản tiền đó có thể cũng giống như tiền trong trò chơi Cờ tỷ phú vậy - gần như không thật bởi nó cứ thế xuất hiện sau khi quy trình vay nợ hoàn tất.

Cứ như có phép màu vậy!

*Nhưng chúng tôi cam đoan với em là trả hết nợ khó hơn làm
phép nhiều.*

Như chúng tôi đã đề cập trước đó, em nên tìm cơ hội thực tập không lương; tuy nhiên em cũng cần thêm một công việc hay một cách nào khác giúp em kiếm tiền, đặc biệt là khi em lớn hơn.

Đây là tình trạng của hầu hết các gia đình, trong đó có cả gia đình chúng tôi, vào những năm chúng tôi học cấp hai và cấp ba. Chúng tôi đoán phụ huynh/người hướng dẫn của em không có nhiều tiền lắm để cho em, và cho dù có, họ cũng không nên cho không, bởi em cần phải học cách kiếm được số tiền đó.

Cho dù em đang gặp khó khăn về tài chính, em vẫn có thể tìm cách quay trở lại thế cân bằng bằng cách làm việc chăm chỉ và quản lý tiền bạc hiệu quả. Vậy nên cho dù em bỏ bao nhiêu thời gian vào việc kiếm tiền, việc quản lý tiền bạc và lập kế hoạch cho tương lai vẫn là rất quan trọng.

Cho dù em chọn con đường nào để học cao hơn sau khi tốt nghiệp phổ thông (đại học, trường dạy nghề, quân sự, các khóa học có cấp chứng nhận, v.v.), thì em sẽ vẫn tốn tiền... rất nhiều tiền. Và có thể em đã biết, em có ba lựa chọn để trả học phí:

- Học bổng
- Tiền mặt
- Vay nợ

Một trong những mục tiêu chính của quyển sách này là chúng tôi muốn nói chuyện với em khi mà em còn đủ trẻ tuổi để khả năng giành được học bổng vẫn còn là một mục tiêu khả thi. Những học sinh có điểm trung bình cao, điểm thi cao, tham gia nhiều hoạt động ngoại khóa cũng như hoạt động phục vụ học tập, đã có kinh nghiệm làm việc và thực tập sẽ được nhà trường trả tiền cho việc học thay vì phải trả tiền học cho nhà

trường. Các trường đại học gần như còn cạnh tranh nhau để có được những ứng viên hàng đầu nữa.

Ứng viên đó có thể và nên là em.

Em cần nhớ rằng có thể trường đại học này không cấp cho em học bổng, nhưng trường khác sẽ cấp. Hãy cân nhắc các lựa chọn của mình một cách khôn ngoan khi trao đổi với phụ huynh/người hướng dẫn. Vì mỗi người đều có quan điểm riêng về việc vay học phí, nên điều tốt nhất chúng tôi có thể làm ở đây đơn giản là chia sẻ ý kiến của mình, và lời khuyên này cũng chỉ có giá trị ở một mức độ nào đó đối với em. Em phải cân nhắc nhiều con đường khác trước khi nghĩ đến chuyện vay nợ. Những con đường đó là:

- Nguồn học bổng
- Hỗ trợ từ gia đình
- Việc làm
- Trợ cấp

Nếu gia đình không thể giúp được em, các khoản tiền em nhận được từ học bổng cũng không đủ cho em chi trả mọi khoản phí (học phí, lệ phí, phí sinh hoạt, v.v.), em không thể làm việc nhiều giờ để gom đủ tiền học, em cũng không đủ điều kiện nhận trợ cấp, vậy thì tất nhiên là em nên vay nợ rồi. Việc học của em, nếu học hành cẩn thận, chắc chắn sẽ mang đến cho em một công việc tốt có khả năng trả được nợ, với điều kiện em phải bỏ công sức cho nó.

Tuy nhiên, em cần phải quyết định xem chi trả bao nhiêu để đi học đại học là xứng đáng. Nếu em tốt nghiệp với một khoản nợ khổng lồ, có thể nó sẽ hạn chế những cơ hội của em sau này. Vì khoản nợ học phí, có thể em sẽ phải tìm một công việc lương cao thay vì một công việc em thích. Thêm vào đó, nếu em có ý định học lên tiếp và lấy một tấm bằng cao hơn, em sẽ muốn hạn chế khoản nợ cho việc học cử nhân của mình.

Tổng kết lại, em cần cân nhắc một số yếu tố dưới đây, hoặc có thể là nhiều yếu tố khác nữa:

- Độ phù hợp của bản thân với trường
- Danh tiếng của trường
- Địa điểm
- Chất lượng giáo dục
- Chi phí sinh hoạt

Nếu vào thời điểm này em đã nỗ lực đủ để vào được một trường đại học danh tiếng, thì một khoản nợ hợp lý sẽ là một khoản đầu tư xứng đáng. Có thể ngay bây giờ em chưa thấy mình đủ khả năng, nhưng lý do chúng tôi muốn nói chuyện với em về vấn đề này ngay từ bây giờ là để em nhận thức được tiềm năng của mình đủ sớm để đạt được nó.

Cả hai chúng tôi đều đã chứng minh được điều này trong cuộc đời mình. Chúng tôi quyết định học vài môn ở trường cao đẳng cộng đồng và sau đó vào học trường đại học công lập của bang để hoàn tất bằng cử nhân, bởi về mặt tài chính thế là có lợi nhất.

Thế nhưng, cũng giống như em, tới một thời điểm nọ, chúng tôi nhận ra rằng mình có đủ khả năng để suy nghĩ đến và thậm chí có thể vào học những chương trình học danh tiếng. Em cần hiểu rằng nếu em nhắm đến kiểu mục tiêu này chỉ vì để được đánh giá cao thì em đã hiểu sai ý chúng tôi rồi. Mục đích là để em có thể thúc đẩy mình và được tưởng thưởng xứng đáng cho nỗ lực em bỏ ra. Nếu em học hành nghiêm túc ở trường cấp hai, cấp ba và hội tụ đủ những năng lực mà chúng tôi đã nêu, thì em sẽ có thêm nhiều cơ hội, và em không bao giờ phải thấy hổ thẹn vì đã theo đuổi điều đó!

Điều cuối cùng chúng tôi muốn nói là sẽ có lúc em phải hy sinh một số nhu cầu của mình. Chúng tôi đã thấy rất nhiều tấm gương như vậy quanh

mình. Khi những người khác có laptop, rất nhiều bạn bè của chúng tôi vẫn dùng máy tính thư viện. Khi những người khác có xe riêng, nhiều người vẫn dùng phương tiện giao thông công cộng. Khi vài người bạn đi ăn bên ngoài, những người khác lại chọn ăn trong căn-tin trường hoặc về nhà ăn trưa.

Đó chỉ là những hy sinh nhỏ hằng ngày, nhưng lại có tác dụng về lâu về dài - nó không chỉ có lợi cho túi tiền của em, mà còn tốt cho chính em trong tương lai nữa. Khi em viết giấy vay nợ, khoản tiền đó có thể cũng giống như tiền trong Cờ tỷ phú vậy - gần như không có thật bởi nó cứ thế xuất hiện sau khi quy trình vay nợ hoàn tất. Cứ như có phép màu vậy! Thế nhưng chúng tôi cam đoan với em là việc trả hết nợ khó hơn làm phép nhiều.

HỌC HỎI. Trong Mẫu đối thoại này, tôi muốn kể cho em nghe một câu chuyện về Blake và gia đình cậu ấy.

Tôi chưa bao giờ gặp ai tuân thủ hệ thống phong bì chặt chẽ như Blake và vợ, chị Staci. Đặc biệt, chị Staci đã sáng tạo để hệ thống này phát huy hết khả năng có thể.

Tôi nhớ có lần mình từng đến chơi nhà họ và thấy một hộp hồ sơ theo mã màu, có dán nhãn kỹ càng, nhìn như chiếc đàn xếp đặt trên kệ bếp. Tôi hỏi chị Staci, “Cái gì vậy?”. Chị ấy trả lời, “Hệ thống phong bì của bọn chị”.

Tôi rất ngạc nhiên. Như chúng tôi đã giải thích ở trên, hệ thống phong bì là một phương pháp dùng để quản lý nhu cầu và mong muốn của mình. Blake và Staci thực sự rút khoản tiền mình có thể chi trong tháng ra và chỉ dùng khoản ấy mà thôi. Nó giúp họ chi tiêu ít hơn khoản thu vào và buộc họ phải tiết kiệm cho tương lai.

Một lý do khác tôi thích đưa Blake và Staci làm ví dụ cho Mẫu đối thoại này là họ có tổng cộng bốn bằng cử nhân, một bằng điều dưỡng, một bằng thạc sĩ, và đang trong quá trình lấy bằng tiến sĩ.

Nghe kinh nhi?

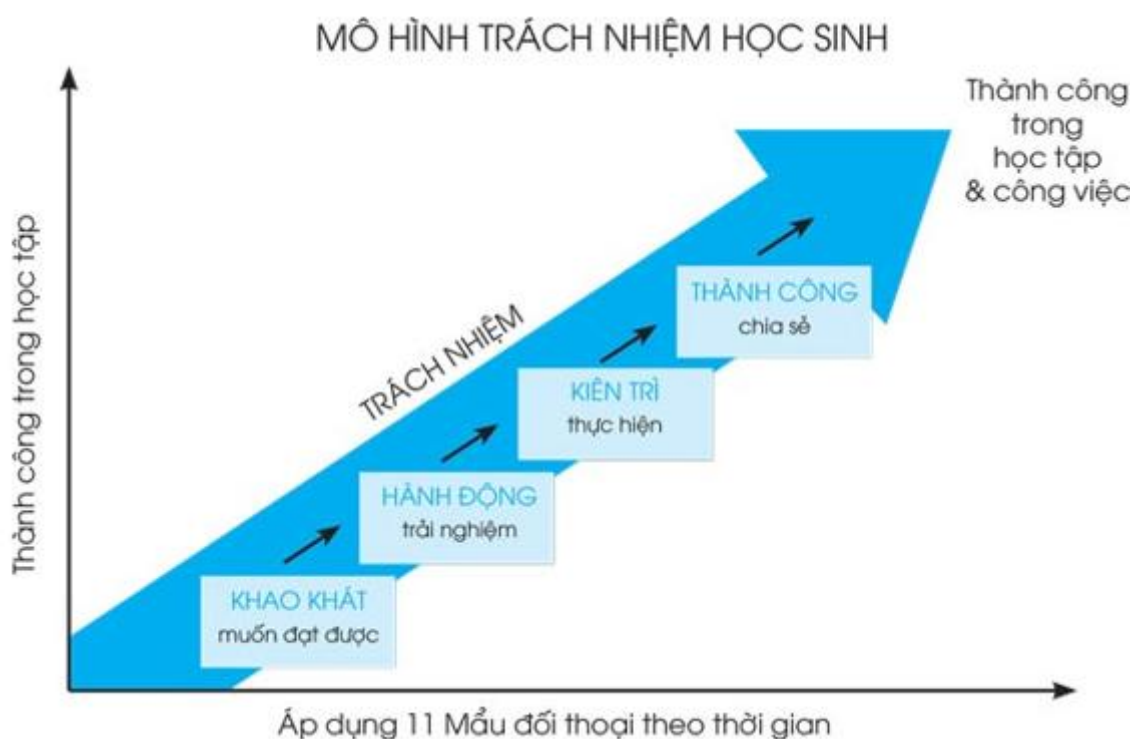
Và đó vẫn chưa phải là điều đáng khâm phục nhất. Bốn bằng cử nhân của họ đều được chi trả bằng tiền học bổng, bằng điều dưỡng và thạc sĩ được trả một nửa bằng tiền học bổng và một nửa bằng cách trợ giảng, và bằng tiến sĩ họ sắp nhận được chi trả hoàn toàn qua công việc của Blake ở trường đại học.

Cho dù khi còn đi học họ vẫn được hỗ trợ về tài chính, nhưng Blake và Staci vẫn đi làm thêm.

Họ đã cùng nhau tìm hiểu mọi trường lớp để đảm bảo mình chọn được trường lớp vừa ý và có thể chi trả học phí. Họ là những ví dụ xuất sắc về một gia đình nơi mà các thành viên luôn hỗ trợ lẫn nhau.

Có thể em đã nhận ra, Blake và Staci **YÊU** việc học và đã nỗ lực hết mình để được học hành.

CÂN NHẮC. Dành thời gian suy nghĩ những câu hỏi sau đây. Sau đó, với sự giúp đỡ của phụ huynh/người hướng dẫn, hãy điền câu trả lời của mình vào khoảng trống cho sẵn.



Đối với em, tiền bạc quan trọng đến thế nào? Em nghĩ mình sẽ hài lòng với mức sống nào trong tương lai, và em sẽ chi trả cho nó đến đâu?

Hệ thống quản lý ngân sách nào em có thể thiết lập ngay từ bây giờ?

Khi em kiếm được nhiều tiền hơn, việc quản lý ngân sách của em sẽ thay đổi ra sao?

Em coi ai là tấm gương thành công về tài chính? Em có thể học được những gì về quản lý tiền bạc từ tấm gương đó?

VÍ DỤ

Em có thể dùng trang này để tham khảo khi điền Bảng Quản lý tiền bạc và Học bổng ở trang tiếp theo.

BÁO CÁO THU NHẬP CÁ NHÂN HÀNG THÁNG

THU NHẬP	
SỐ TIỀN	MIÊU TẢ
\$40,00	Tiền tiêu vặt
\$10,00	Tiền học quân vặt
\$5,00	Tiền lễ
\$60,00	Quà cáp
Tổng cộng: \$115,00	

CHI TIÊU	
SỐ TIỀN	MIÊU TẢ
\$2,25	Ăn vặt
\$8,00	Xem phim
\$5,25	Thức ăn nhanh
\$35,96	Nghe nhạc mới
\$63,54	Tiết kiệm
Tổng cộng: \$115,00	

HÀNH ĐỘNG. Việc thường xuyên kiểm tra số tiền thu vào (thu nhập) và số tiền bỏ ra (chi tiêu) sẽ giúp em đánh giá tốt hơn tình trạng tài chính trong hiện tại và tương lai của mình. Em hoàn toàn có thể xây dựng thói quen quản lý tài chính ngay từ bây giờ, và nó sẽ mang lại lợi ích lâu dài về tài chính cho em suốt những năm về sau.

THU NHẬP	
SỐ TIỀN	MIÊU TẢ
Tổng cộng:	

CHI TIÊU	
SỐ TIỀN	MIÊU TẢ
Tổng cộng:	

CHÂM NGÔN ĐỂ SUY NGẪM

"Vận may ưu ái kẻ biết chuẩn bị."

- TIẾN SĨ LOUIS PASTEUR

NHÀ HÓA HỌC VÀ VI SINH HỌC NGƯỜI PHÁP, NỔI TIẾNG VỚI KHÁM PHÁ VỀ VẮC-XIN, SỰ LÊN MEN CỦA VI TRÙNG, VÀ PHƯƠNG PHÁP TIỆT TRÙNG

Mẫu đối thoại 10

PHỎNG VẤN

L **ẮNG NGHE.** Cho dù để thực tập, xin học bổng, hay xin việc, các buổi phỏng vấn đều đáng sợ, nhưng chúng lại cần thiết. Phỏng vấn là kỹ năng có thể trau dồi - càng luyện tập em càng giỏi hơn.

Có hai kiểu phỏng vấn. Kiểu phỏng vấn phổ biến nhất mà tất cả chúng ta hay gặp là kiểu phỏng vấn diễn ra trong một tình huống khá căng thẳng, ở đó người được phỏng vấn cố gắng thuyết phục một hay một nhóm người tuyển dụng rằng mình đã sẵn sàng và đủ khả năng hoàn thành công việc được giao. Với kiểu phỏng vấn này, chúng tôi mách cho em vài mẹo vặt cơ bản:

MẸO 1: TÌM HIỂU TRƯỚC VỀ TỔ CHỨC ĐÓ THẬT KỸ. Bỏ thời gian ra xem trang web của họ. Họ thảo luận về những gì? Họ làm những gì? Họ phục vụ ai?

MẸO 2: ĂN MẶC PHÙ HỢP VÀ CHUYÊN NGHIỆP. Cho dù công ty đó có phong cách ăn mặc thoải mái, thì tốt hơn hết em vẫn nên ăn mặc chuyên nghiệp hơn mức em cho là cần thiết.

MẸO 3: CHUẨN BỊ SẴN SÀNG RỒI HÃY ĐẾN. Mang theo sổ tay và bút/bút chì để ghi chú lại những thông tin quan trọng có thể được nhắc đến trong cuộc phỏng vấn. Điều này sẽ thể hiện rằng em thực sự hứng thú và chuẩn bị kỹ càng cho buổi phỏng vấn.

MẸO 4: TỎ RA TỰ TIN VÀ THÂN THIỆT. Nhớ mỉm cười! Các tổ chức thích tuyển những người tự tin, tốt bụng và vui vẻ mà họ nghĩ họ có

thể dễ dàng làm việc cùng.

MẸO 5: GỌI NHỮNG NGƯỜI PHÒNG VẤN EM BẰNG TÊN CỦA HỌ. Rất có thể em sẽ cần biết tên họ từ trước khi cuộc phỏng vấn bắt đầu, bởi người tiếp tân sẽ hỏi em có hẹn với ai! Vậy nên hãy tìm hiểu tên họ từ trước. Và nếu cuộc phỏng vấn là qua điện thoại, hãy hỏi xem liệu có còn ai khác đang dự buổi phỏng vấn nữa không. Như thế em sẽ sẵn sàng hơn.

MẸO 6: TRÁNH TRẢ LỜI DÀI DÒNG. Hãy trả lời ngắn gọn và vào thẳng vấn đề - nhớ tập trả lời trước. Nhưng cũng đừng quá ngắn! Hãy trả lời câu hỏi một cách đầy đủ nhất có thể mà không bị lan man.

MẸO 7: Trước khi phỏng vấn, **SUY NGHĨ VÀ CHỌN RA VÀI THÀNH TÍCH VÀ KINH NGHIỆM** em có thể trả lời nếu được hỏi.

MẸO 8: Mỗi buổi phỏng vấn thường được kết thúc với câu hỏi: “Em có thắc mắc gì dành cho chúng tôi không?” **HÃY CHUẨN BỊ SẴN MỘT HAI CÂU.** Nếu không, em sẽ trông có vẻ thiếu quan tâm đến họ và công ty họ.

MẸO 9: GHI NHẬN CÔNG SỨC CỦA NGƯỜI KHÁC bằng cách cảm ơn những người đã giúp đỡ mình cho quá trình phỏng vấn - phụ huynh/người hướng dẫn, trợ lý giám đốc, người phỏng vấn, v.v. Em nên gửi thiệp cảm ơn đến người đã phỏng vấn mình. Sử dụng thiệp nghe có vẻ hơi quê mùa, thế nhưng ý tưởng này vẫn rất đáng được hoan nghênh.

Những mẹo vặt trên chưa phải là tất cả những gì em cần biết để có một cuộc phỏng vấn thành công. Rất nhiều người từng viết nguyên cuốn sách về chủ đề này; thế nhưng, chúng tôi vẫn nghĩ em cần nắm một vài điểm cơ bản ngay từ khi còn nhỏ. Hãy nhớ rằng ở trường em và trong cộng đồng có rất nhiều chuyên gia có thể giúp em chuẩn bị tốt cho một buổi phỏng vấn.

Cảnh báo: Sẽ có lúc em nhận được quá nhiều ý kiến về cách thể hiện bản thân trong một buổi phỏng vấn, có thể em sẽ bị choáng ngợp và đánh mất bản thân. Lúc đó em cần quyết định xem lời khuyên nào là thích hợp với mình nhất và cần phải cư xử ra sao cho phù hợp, bởi em sẽ cảm thấy dễ chịu hơn nếu được nói ra những suy nghĩ của mình. Việc tỏ ra tự nhiên và thân thiện sẽ khiến em mỉm cười nhiều hơn và thấy thoải mái hơn. Hãy là chính mình, và thành thật khi trả lời câu hỏi. Nếu cần thêm thời gian để suy nghĩ về câu trả lời, hãy xin người phỏng vấn thêm một ít phút suy nghĩ. Một câu trả lời chậm nhưng được cân nhắc kỹ càng sẽ tốt hơn nhiều so với cứ nói thẳng điều đầu tiên em nảy ra trong đầu. Tương tự, nếu được hỏi về một kỹ năng em chưa có, hãy trung thực, nhưng cũng nhớ nói rằng em sẵn sàng làm bất cứ điều gì cần thiết để có được kỹ năng đó.

Một kiểu phỏng vấn khác là khi em tìm đến một người cụ thể em muốn gặp để tìm hiểu về công việc mà người đó đang làm hoặc để xin cơ hội thực tập. Lấy ví dụ, nếu em muốn làm việc cho một công ty luật trong tương lai, việc hiểu rõ công việc của một luật sư và kết nối được với một luật sư tại công ty luật gần nhà là rất quan trọng. Em có thể làm điều này bằng cách lên trang web, hỏi thăm mọi người, hay gọi thẳng tới một công ty như thế. Em có thể khá ngại, thế nhưng hầu như mọi chuyên gia chúng tôi biết đều rất sẵn sàng giúp đỡ các học sinh trẻ tuổi.

Khi tham dự phỏng vấn, em hãy giới thiệu về bản thân mình một cách khéo léo với các chuyên gia, đồng thời thể hiện ham muốn học hỏi của mình. Đừng kéo dài cuộc trò chuyện quá 20 phút, và đợi xem sau đó mọi việc tiến triển thế nào. Hãy nhớ thể hiện lòng cảm kích cho khoảng thời gian họ dành cho em.

Tỏ ra tự tin và thân thiện.

Nhớ mỉm cười!

*Các tổ chức thích tuyển những người tự tin, tốt bụng và vui vẻ
mà họ nghĩ họ sẽ có thể dễ dàng làm việc cùng.*

Kiểu phỏng vấn này gọi là phỏng vấn lấy thông tin. Chúng tôi khuyến khích em thực hành thường xuyên. Em có thể phỏng vấn chủ doanh nghiệp, cựu học sinh trường đại học em muốn vào học, các thành viên gia đình, hàng xóm, v.v. Đa số mọi người sẽ rất thích khi thấy em muốn nói chuyện với họ về những gì họ đã đạt được và học hỏi kinh nghiệm của họ. Họ sẽ cảm thấy được đánh giá cao, bởi em chân thành tôn trọng công việc họ đang làm.

Hãy nhớ, phỏng vấn là cả một kỹ năng. Càng phỏng vấn nhiều, em sẽ càng trở nên khá hơn. Hãy bắt đầu luyện tập ngay từ bây giờ bằng cách tăng lượng thời gian trò chuyện trực tiếp với những người xung quanh. Công nghệ đang khiến kỹ năng sống quan trọng này bị thui chột, và chúng tôi lo ngại rằng các em nhỏ sẽ không thể trở thành một người giao tiếp tốt được. Chúng tôi biết em có thể dùng công nghệ để khiến thế giới trở nên tốt hơn, nhưng đừng bao giờ quên giá trị của việc nhìn vào mắt ai đó và trò chuyện một cách có ý nghĩa.

HỌC HỎI. Chúng tôi muốn kể cho em nghe chuyện của Louis, người mà Blake từng phỏng vấn để cấp học bổng. Khi Louis đến phỏng vấn, cậu ấy đã là một gương mặt quen thuộc rồi. Cậu ấy từng nói chuyện với nhiều sinh viên khác trên mạng và thể hiện rõ mình thực sự quan tâm đến chương trình này.

Việc đó đã tạo nên một ấn tượng ban đầu rất tốt. Thêm vào đó, khi Blake nhận được lý lịch của Louis, anh ấy biết ngay rằng nó rất chi tiết và được viết cực kỳ kỹ lưỡng.

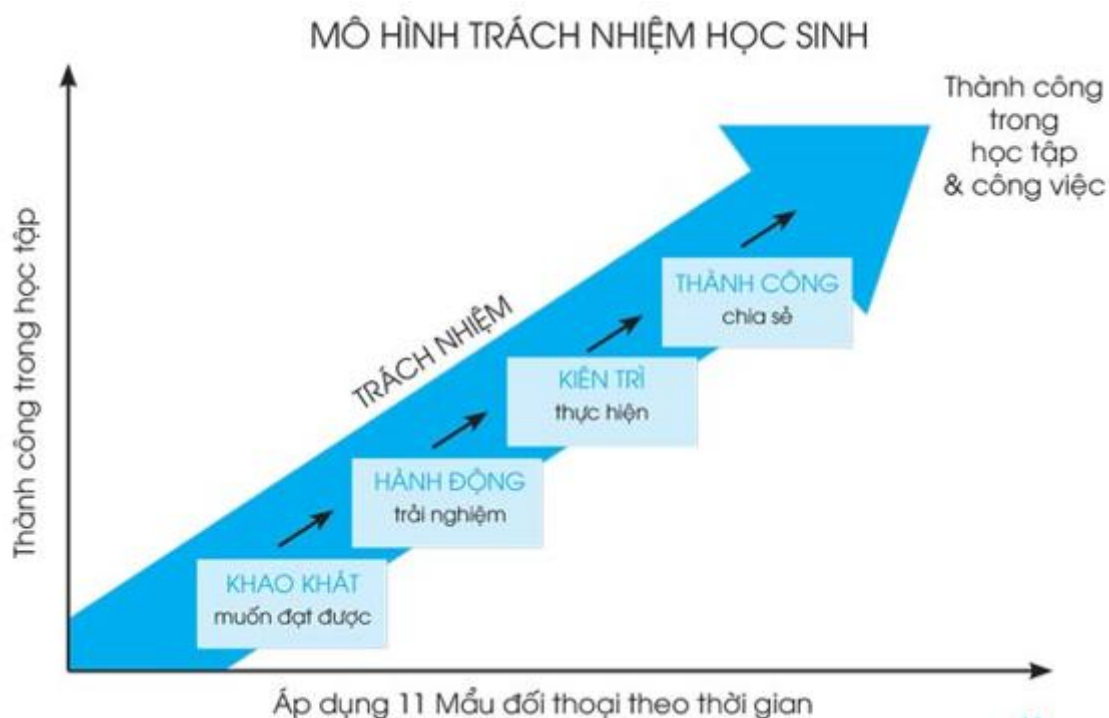
Louis bước vào buổi phỏng vấn với nụ cười tươi, bện com-lê, và tự giới thiệu về bản thân mình. Khi Louis ngồi xuống, cậu ấy trông chẳng có vẻ gì là căng thẳng cả. Cậu ấy rất nhập tâm trong buổi phỏng vấn, và Blake có thể nhận thấy điều này qua cách cậu ngồi và cách cậu chăm chú lắng nghe câu hỏi.

Cậu ấy đã chuẩn bị sẵn cho mỗi câu hỏi và đưa ra những câu trả lời ngắn gọn và vào thẳng vấn đề, nhấn mạnh những kinh nghiệm và khả năng

của mình một cách đầy tự tin. Louis không ngại thể hiện sự hài hước của mình và tỏ ra thoải mái, nhưng cậu ấy vẫn giữ được vẻ chuyên nghiệp.

Khi được hỏi một câu hỏi khó, Louis xin Blake vài giây để suy nghĩ câu trả lời. Sau đó cậu ấy lôi ra một tập hồ sơ, lật vài tờ ghi chú, và trả lời câu hỏi một cách hoàn chỉnh. Khi Blake hỏi Louis có câu hỏi gì không, cậu ấy đưa ra những gì mình đã tìm hiểu được về chương trình học bổng và hỏi những câu đã chuẩn bị trước. Sau buổi phỏng vấn, ai cũng có thể thấy Louis chính là ứng cử viên xứng đáng để nhận học bổng này.

CÂN NHẮC. Dành thời gian cân nhắc những câu hỏi sau đây. Sau đó, với sự giúp đỡ của phụ huynh/người hướng dẫn, hãy điền câu trả lời của mình vào khoảng trống cho sẵn.



Em muốn phỏng vấn những ai để lấy thông tin?

Em có những nguồn lực nào hỗ trợ cho việc phỏng vấn?

Em có thể luyện tập phỏng vấn xin việc lúc nào và với ai?

Phụ huynh/người hướng dẫn có thể giúp em luyện tập phỏng vấn bằng cách nào?

VÍ DỤ

Em có thể dùng trang này để tham khảo khi điền Bảng Chuẩn bị Phỏng vấn ở trang tiếp theo.

CHUẨN BỊ PHỎNG VẤN

Mô tả công việc	Thực tập - Nhà hát Cộng đồng Riverton Thuê một thực tập sinh bán thời gian để trợ giúp vở kịch "Pháp sư xứ Oz" và "Con rồng hồng nhạt"
Tên người phỏng vấn	Rosa Mueller, Giám đốc David Odette, Quản lý sân khấu
Tìm hiểu thông tin	Nhà hát Riverton từng diễn vở "Oliver" và "Bóng ma rạp hát Opera" vào năm ngoái. Rosa Mueller đã là Giám đốc được 3 năm. David Odette là người mới của Nhà hát năm nay. Hầu hết các vở đều đã bán hết vé; thế nhưng số người xem đang giảm dần và ngân sách eo hẹp theo như những người tôi đã trò chuyện trong những vở trước.
Yêu cầu (cần và đủ)	Cần - thời gian rảnh sau giờ học, có mặt trong đa số các buổi tập và tất cả các buổi diễn. Đủ - từng hoạt động và yêu thích lĩnh vực sân khấu, ca nhạc, khiêu vũ.
So sánh điểm mạnh của bản thân với yêu cầu công việc	Cần - rảnh vào mùa hè và mỗi buổi diễn; kỹ năng lên kế hoạch tốt. Đủ - là thành viên câu lạc bộ kịch ở trường, đang học piano; ở trong môi trường có nhiều bạn trẻ, có lợi thế cho việc quảng cáo các vở diễn và bán vé.
Điểm yếu của bản thân nếu được hỏi tới	Tôi còn hơi trẻ và thiếu kinh nghiệm, thế nhưng tôi có tiềm năng và khao khát đóng góp trong ít nhất một vài năm.
Kinh nghiệm liên quan	Tôi từng diễn trong hai vở kịch ở trường, trong đó có một vở tôi đóng vai chính; tôi đang tham gia câu lạc bộ kịch và học lớp kịch ở trường; nói về lần tôi phải hát mà không có micro, và lần tôi quên mất lời kịch và phải ứng biến đột xuất mà không ai nhận ra.
Câu hỏi	Ba điều cốt yếu một thực tập sinh có thể làm để đóng góp là gì? Công ty có thể làm gì để giúp thực tập sinh học hỏi thêm về nghề diễn xuất?
Người cần cảm ơn	Rosa - người phỏng vấn / David - người phỏng vấn / Mike - trợ lý

HÀNH ĐỘNG. Khi em bắt đầu tham dự các cuộc phỏng vấn thực sự, sẽ tốt hơn nếu em chuẩn bị trước. Em có thể điền vào bảng dưới đây để chuẩn bị cho mỗi buổi phỏng vấn. Hãy dùng những ghi chú này để giúp em trả lời câu hỏi trong buổi phỏng vấn một cách hiệu quả. Nhớ cảm ơn người phỏng vấn và những người khác đã hẹn em đến buổi phỏng vấn.

CHUẨN BỊ PHỎNG VẤN

Mô tả công việc	
Tên người phỏng vấn	
Tim hiểu thông tin	
Yêu cầu (cần và đủ)	
So sánh điểm mạnh của bản thân với yêu cầu công việc	
Điểm yếu của bản thân nếu được hỏi tới	
Kinh nghiệm liên quan	
Câu hỏi	
Người cần cảm ơn	

CHÂM NGÔN ĐỂ SUY NGẪM

"Ta không thể dạy cho người khác bất kỳ điều gì; ta chỉ có thể giúp họ tìm thấy nó trong chính con người họ mà thôi."

- GALILEO GALILEI

NHÀ TRIẾT HỌC, THIÊN VĂN, VẬT LÝ, TOÁN HỌC VÀ KỸ SƯ
NGƯỜI Ý

Mẫu đối thoại 11

CHIA SẺ KINH NGHIỆM

L **ẮNG NGHE.** Chúng ta đã đến với mẫu đối thoại cuối cùng, và theo chúng tôi, đây cũng là mẫu đối thoại quan trọng nhất. Suốt cuốn sách này, chúng tôi đã nói rằng việc chia sẻ kinh nghiệm và không ngừng cho đi là những yếu tố cần thiết dẫn đến thành công. Mục đích của 10 mẫu đối thoại trước nhằm đề cao nhu cầu hành động góp phần đưa đến thành công trong học tập, như em đã thấy trong Mô hình Trách nhiệm Học sinh.

Những thứ em đọc được trong cuốn sách này sẽ chẳng mang lại lợi ích gì cho em, trừ khi em áp dụng nó vào cuộc sống của mình. Có lẽ em đã nghe mãi câu này rồi: Vào tai này ra tai kia. Nếu muốn thành thực kỹ năng này, em phải chia sẻ.

Bằng cách nào? Em hãy chỉ lại cho người khác.

Tiến sĩ Stephen R. Covey gọi đây là “Phương pháp dạy ba người”. Ông nói:

Một trong những điều quan trọng nhất em có thể làm là chia sẻ ý tưởng của mình với người khác: với gia đình, bạn bè và những người hoạt động cùng mình. Đừng chỉ kể lại những gì em đã học được, mà phải nói về những điều bản thân em rút ra được từ đó, kể cả những ý tưởng em muốn áp dụng. Bởi đó là lúc em thực sự học. Việc học thực sự nằm trong việc giảng dạy và chia sẻ... Hãy chia sẻ với họ điều gì có ích cho em và điều gì không... Hãy đặt ra mục tiêu cải thiện từng lĩnh vực cụ thể... Xem lại những gì em đã cam kết với chính mình.

Khi cảm thấy mình đã tương đối thành công trong một Mẫu đối thoại nhất định, hãy chia sẻ những gì em học được và giúp đỡ những người xung quanh - có thể là một bạn học hay em nhỏ trong nhà.

Chúng tôi biết em sẽ có rất nhiều cơ hội để giúp người khác đạt đến tiềm năng của họ. Đừng bỏ qua những cơ hội đó. Những hành động tốt dù nhỏ hay lớn và thời gian công sức em bỏ ra để hướng dẫn người khác đều sẽ giúp em rất nhiều.

Hãy nói về những người đã giúp em được như bây giờ nào! Thành công trong học tập rất cần sự giúp đỡ từ người khác, và em cần phải nhận ra khi nào mình đang được trợ giúp.

Hãy cảm ơn họ! Hãy viết thiệp hay thư tay để cảm ơn họ. Đừng bao giờ coi thường sức mạnh của nó! Nghe có vẻ như đó chỉ là một hành động đơn giản - mà cũng đúng là đơn giản thật - thế nhưng với người nhận, hành động này của em có ý nghĩa rất lớn.

Lấy ví dụ, giả sử em được dì giúp chuẩn bị một dự án hội chợ khoa học. Chúng tôi tin chắc dì em không tính tiền khoảng thời gian đó, bởi dì yêu em và muốn giúp đỡ em. Điều này thật hoàn hảo, vì là học sinh, em không có tiền để trả cho sự giúp đỡ đó; thế nhưng tất cả những gì em cần chỉ là một tấm thiệp cảm ơn viết tay. Dì em sẽ cảm thấy được trân trọng, và dì cũng sẽ trân trọng sự tử tế của em.

Khi viết thiệp cảm ơn, hãy viết thật rành mạch và sâu sắc. Nhớ gửi bằng đường bưu điện hoặc đưa tận tay người nhận. Thường thì không ai nghĩ là mình sẽ được cảm ơn như thế này, vậy nên hành động đó của em sẽ khiến họ vô cùng ngạc nhiên và có khi họ còn cảm động nữa.

Chúng tôi biết em rất bận, nên chúng tôi sẽ chỉ em một mẹo vặt này. Chuẩn bị sẵn thiệp cảm ơn và tem thư cho những dịp như vậy. Để sẵn nó trong ngăn kéo. Nếu không em sẽ quên. Tin chúng tôi đi. Chúng tôi biết rõ lắm.

Một cách khác để cảm ơn khi có ai đó giúp đỡ em là tặng họ một món quà. Để có một món quà ý nghĩa, nhớ để ý tới những chi tiết về họ. Ví dụ, nếu thầy của em viết cho em một lá thư giới thiệu và tình cờ em biết thầy thích câu cá, có lẽ một món quà liên quan đến việc câu cá sẽ là phù hợp để thể hiện sự cảm kích của em. Món quà nên đơn giản và có ý nghĩa, và không vượt quá túi tiền của em. Người ta thường không mong đợi nhận được quà, thế nên cho dù em tặng gì, đó vẫn sẽ là một điều ngạc nhiên thích thú đối với họ.

Những thứ em đọc được trong cuốn sách này sẽ chẳng mang lại lợi ích gì cho em, trừ khi em biết ứng dụng nó vào cuộc sống của mình.

Có lẽ em đã nghe mãi câu này rồi: Vào tai này ra tai kia.

Nếu em muốn thành thạo kỹ năng này, em phải chia sẻ.

Bằng cách nào?

Em hãy chỉ lại cho người khác.

Ngoài ra, em cũng có thể công khai cảm ơn những người đã giúp đỡ mình. Chúng tôi tin rằng em có kỹ năng khá tốt về mạng xã hội. Hãy tận dụng nó! Thể hiện lòng biết ơn của mình trên Facebook, Twitter, Instagram, hay bất cứ trang nào khác mà chúng tôi già quá rồi không nghĩ ra.

Cuối cùng, việc dành thời gian lắng nghe người khác cũng là một cách cho đi hữu hiệu. Hãy làm theo từng bước ở mỗi Mẫu đối thoại trong cuốn sách này - lắng nghe, học hỏi, suy ngẫm và hành động. Việc cho đi cũng bao gồm chia sẻ cảm nghĩ và những gì em học được từ những trải nghiệm của mình. Thành công lớn nhất trong học tập không phải là tự em đạt được thành công. Thành công lớn nhất trong học tập là khi em truyền cảm hứng và giúp đỡ người khác đạt đến tiềm năng của họ, và cách hiệu quả nhất để làm điều này là suy ngẫm lại chính con đường tới thành công trong học tập của mình.

HỌC HỎI. Đây là Mẫu đối thoại duy nhất chúng tôi không đưa ra cho em ví dụ về một người đã cho đi bằng cách chia sẻ kinh nghiệm của mình. Chúng tôi muốn làm một thí nghiệm nhỏ. Ai đã cho em cuốn sách này? Hãy thành thật nào... chúng tôi biết rất có thể không phải em hào hứng đi mua cuốn sách này về. Hãy viết lời cảm ơn cho người đã đưa em cuốn sách này và xem xem mối quan hệ giữa em và họ sẽ thay đổi thế nào. Em sẽ không hối hận đâu. Thay vì chờ chúng tôi viết một câu chuyện cho em đọc, em hãy tự viết ra câu chuyện của mình.

SUY NGẪM. Dành thời gian suy nghĩ những câu hỏi sau đây. Sau đó, với sự giúp đỡ của phụ huynh/người hướng dẫn, hãy điền câu trả lời của mình vào khoảng trống cho sẵn.



Em nghĩ mình có thể tỏ lòng biết ơn người khác như thế nào?

Có ai em cần tỏ lòng biết ơn nhưng em chưa làm không?

Em sẽ chỉ lại cho ai những nội dung trong cuốn sách này? Em muốn chia sẻ điều gì với người đó?

Trao đổi với phụ huynh/người hướng dẫn về ý nghĩa của thành công trong học tập đối với em.

VÍ DỤ

Em có thể dùng trang này để tham khảo khi điền Bảng Chia sẻ Kinh nghiệm ở trang tiếp theo.

CHIA SẺ KINH NGHIỆM BẢN THÂN

Tên	Chức vụ	Thông tin liên lạc	Hành động	Ghi chú
<i>Rosa Mueller</i>	<i>Giám đốc, Nhà hát Cộng đồng Riverton</i>	<i>123 Thespian, Riverton, UT 84065</i>	<i>Thiệp cảm ơn cho buổi phỏng vấn</i>	<i>Rosa muốn thực tập sinh phải đam mê công việc sân khấu</i>
<i>Sam</i>	<i>Bạn thân</i>	<i>Hàng xóm</i>	<i>Giúp Sam làm bài tập toán</i>	<i>Mua cho Sam một chiếc máy tính</i>
<i>Cô Kinzer</i>	<i>Tư vấn viên, Hội Học sinh Danh dự Quốc gia</i>	<i>Phòng 141, 12300 đường 2700, Riverton, UT 84065</i>	<i>Quà cảm ơn vì đã viết thư giới thiệu</i>	<i>Cô ấy thích ghim cài áo</i>
<i>Mẹ</i>	<i>Mẹ</i>	<i>Ở nhà</i>	<i>Thiệp sinh nhật</i>	<i>Sinh nhật mẹ vào thứ Sáu</i>

HÀNH ĐỘNG. Hãy luôn cố gắng ghi nhận tất cả công sức của những người đã giúp em trên con đường đạt đến thành công trong học tập, đồng thời tìm cơ hội giúp đỡ những người khác. Ghi lại chi tiết cách em thể hiện lòng biết ơn của mình đến những người đã hỗ trợ em (viết thiệp, gửi quà, gọi điện thoại, đến thăm, v.v.).

CHIA SẺ KINH NGHIỆM BẢN THÂN

Tên	Chức vụ	Thông tin liên lạc	Hành động	Ghi chú

TỔNG KẾT

Cảm ơn em đã dành thời gian đọc *Bí Quyết Học Giỏi*. Khi chúng tôi trình bày 11 Mẫu đối thoại này cho các học sinh và những phụ huynh/người hướng dẫn khác, phần thưởng chúng tôi nhận được chính là nhận thấy sự phấn khởi từ họ. Một ngọn đèn trước kia chưa sáng giờ đã bật lên. Chúng tôi tin rằng em cũng đang hào hứng muốn được thành công trong học tập. Chúng tôi biết có thể em sẽ thấy hơi choáng ngợp, nhưng cảm giác này là hoàn toàn bình thường, và nó vẫn còn tốt hơn nhiều so với những cảm giác sau này em sẽ có nếu không bắt đầu chuẩn bị ngay từ bây giờ. Đừng bỏ cuộc!

Đừng bỏ cuộc; hãy tiếp tục cố gắng. Chúng tôi biết em có khả năng làm được những điều phi thường. Và khi em làm được điều đó - hoặc nếu không được đi chăng nữa, hãy nhớ cảm ơn những người đã giúp đỡ em trên suốt chặng đường này.

VỀ TÁC GIẢ

Blake và Bo **Nemelka** lớn lên ở Utah, nơi họ tốt nghiệp trường Trung học Cơ sở South Hills và Trung học Phổ thông Riverton. Họ tiếp tục cùng nhau học tiếp tại Trường Đại học Bang Utah, nơi họ được chọn làm sinh viên đại diện và chơi cho đội quần vợt của trường. Cả hai anh em đều nghỉ học 2 năm để tham gia các hoạt động thiện nguyện. Blake đi tình nguyện ở Lima, Peru, còn Bo đi Merida, Mexico.



Khi trở về, Blake và Bo tiếp tục việc học tại Đại học Bang Utah, đồng thời đi thực tập ở chỗ Tiến sĩ Stephen R. Covey. Cả hai đều được chọn vào chương trình Huntsman Scholars, và tốt nghiệp Trường Kinh doanh Jon M. Huntsman với bằng cử nhân danh dự. Sau đó Blake vào học Đại học Vanderbilt, nơi anh tốt nghiệp thạc sĩ về quản lý giáo dục, và Bo vào Đại học Yale, nơi anh tốt nghiệp chương trình thạc sĩ quản lý sức khỏe. Blake và Bo đều đã có gia đình và đang sống hạnh phúc cùng vợ và những đứa con. Hai anh em vẫn đang tiếp tục theo đuổi tình yêu dành cho học tập của mình trong cả cuộc sống cá nhân lẫn trong công việc.