**CHỦ ĐỀ 2. XÂY DỰNG QUAN ĐIỂM SỐNG**

**1**. **Tìm hiểu về quan điểm sống của bản thân**

Quan điểm sống là cách nhìn nhận, suy nghĩ, đánh giá về bản thân, về các mối quan hệ, về việc học tập, về lao động nghề nghiệp; về tự nhiên, cộng đồng xã hội,… và các sự vật, tự nhiên hiện tượng khác trong cuộc sống được thể hiện qua các phát ngôn, cách ứng xử trong cuộc sống.

**=>** Quan điểm sống thể hiện mối quan hệ giữa cách mà chúng ta suy nghĩ với hành vi, ứng xử của chính mình.

\* ***Chỉ ra một số quan điểm sống mà em đánh giá cao và những biểu hiện của quan điểm sống đó***

***Gợi ý***: “Có công mài sắt có ngày nên kim” là kim chỉ nam trong cuộc sống của tôi nên tôi luôn:

*+ Không ngừng cố gắng*

*+ Sẵn sàng đón nhận thử thách không than phiền.*

*+ Chăm chỉ, nghị lực, theo đuổi mục tiêu.*

*+ Tập trung cao độ trong công việc trong thời gian quy định.*

**2**. **Xác định đặc điểm tính cách của bản thân**

\* ***Những từ thể hiện nét tính cách của em theo các mối quan hệ phù hợp***

+ Mối quan hệ với người khác: cởi mở, tinh tế,…

+ Mối quan hệ với công việc: chăm chỉ, thiếu cẩn thận,….

+ Mối quan hệ với bản thân: lạc quan, vui vẻ,….

+ Mối quan hệ với tài sản: tiết kiệm, lãng phí,….

**3. Tìm hiểu cách tư duy phản biện**

\* ***Một số biểu hiện của người có tư duy phản biện***

+ Trao đổi dễ dàng với người có quan điểm khác với mình.

+ Kiểm chứng thông tin từ nhiều nguồn khác nhau.

+ Thường đặt nhiều câu hỏi

+ Luôn học hỏi cái mới và tìm hiểu sâu vấn đề.

+ Không báo thù

+ Tìm hiểu các phương án khác nhau cho vấn đề.

- Các bước thực hiện tư duy phản biện:

1. Tự đặt các câu hỏi để xác định thông tin và nhận định khách quan về vấn đề.

2. Suy nghĩ thấu đáo, xác minh thông tin trước khi chấp nhận ý kiến của người khác.

3. Trả lời câu hỏi, trình bày quan điểm dựa trên bằng chứng, minh chứng hợp lí.

**4. Rèn luyện tư duy phản biện thông qua tranh biện**

\* ***Các bước thực hiện tranh biện và xác định các biểu hiện của tư duy phản biện***

- Bước 1. Tìm hiểu chủ đề tranh biện

- Bước 2. Xây dựng luận điểm, lựa chọn dẫn chứng

- Bước 3. Xây dựng chiến lược tranh biện

- Bước 4. Thuyết trình

- Bước 5. Phân tích câu hỏi chất vấn, lật ngược văn để, phản biện vấn đề

- Bước 6. Trả lời cầu hỏi chất vấn

**5. Điều chỉnh tư duy theo hướng tích cực cho bản thân**

\* ***Điều chỉnh tư duy trở nên tích cực trong các tình huống***

*+ Quan sát và nhận ra mặt tích cực, mặt tốt của tính cách cá nhân, của quan hệ hay của sự vật, hiện tượng: Sử dụng trực quan để nhìn nhận sự vật, hiện tượng, tìm hiểu bản chất, các mối quan hệ của sự vật, hiện tượng trước khi đưa ra nhận định.*

*+ Khoan dung với cái chưa tốt, nhìn ra khả năng sử dụng chúng theo hướng tích cực: Áp dụng những gì trực quan mang lại để đánh giá cả mặt tích cực và tiêu cực, qua đó, mong muốn nhìn nhận sự tiêu cực chỉ là những cái chưa tốt, chưa hoàn thiện, không phủ định mà sửa đổi, tiến bộ, phát triển hơn.*

*+ Nghĩ đến kết quả tốt đẹp, sự thay đổi tích cực từ những hành động, việc làm nhỏ nhất và trân trọng điều đó: Cải thiện tư đuy tích cực từ những điều nhỏ nhất, luôn rèn luyện và thay đổi.*

**6**. **Phát huy điểm mạnh, khắc phục điểm yếu của bản thân**

\* ***Trao đổi về cách phát huy điểm mạnh, khắc phục điểm yếu của bản thân***

- Tập thay đổi từ những hành vi cụ thể, nhỏ nhất.

- Duy trì thói quen tích cực, loại bỏ thói quen xấu.

- Tự nhủ bản thân luôn cố gắng sau mỗi thất bại.

- Tự thưởng cho bản thân sau mỗi thành công nhờ phát huy điểm mạnh, khắc phục điểm yếu…

**7. Thể hiện quan điểm sống tích cực**

**\* *Thể hiện quan điểm sống của em trong các mối quan hệ bằng hành vi và việc làm cụ thể***

+ Với bản thân: phải nỗ lực, phấn đấu, rèn luyện những phẩm chất tốt đẹp.

+ Với người khác: Phải trung thực, biết yêu thương, giúp đỡ.

+ Với công việc: Luôn hết mình, cố gắng, quyết tâm hoàn thành nhiệm vụ

+ Với tài sản: Biết giữ gìn, bảo quản.