

PHOENIX HO

CỨ ĐÌ

để LỐI
thành
ĐƯỜNG

Cảm hứng và bí quyết
hướng nghiệp cho bạn trẻ Việt Nam



First News®



NHÀ XUẤT BẢN THẾ GIỚI



TRÊN HÀNH TRÌNH TÌM KIẾM CON - NGƯỜI - TÔI - MUỐN - TRỞ - THÀNH

Cứ đi - để lối thành đường” là những thao thức, những trải nghiệm sống động, là những chia sẻ chân tình, tâm huyết của một người chọn nghề tư vấn hướng nghiệp như là tình yêu, như là lẽ sống của đời mình.

Cuốn sách gồm 4 phần chính: (1) Hướng nghiệp là một hành trình; (2) Nối liền hai thế hệ; (3) Hướng nghiệp và tâm an; (4) Những nghĩ suy. Ngoài ra, còn có phần phụ lục phân tích về tác dụng hai mặt của phương pháp trắc nghiệm, được minh họa bằng những ca tư vấn cụ thể trong thực tiễn; những chỉ dẫn cần thiết về các bước chọn ngành và chọn trường; về mục tiêu nghề nghiệp và đặt thành câu hỏi: Di dân có nên là mục tiêu nghề nghiệp?

Qua lối viết mang màu sắc “đối thoại”, qua ý kiến phản hồi của các đối tượng được tư vấn, cùng những lời tự sự của chính tác giả được viết như trải lòng, người đọc có thể cảm nhận rất rõ: tác giả là người nhiệt thành, tâm huyết, tự tin, am hiểu tâm lý đối tượng, có tâm và có tầm nhìn về chuyện hướng nghiệp. Độc giả cũng có thể dễ dàng cảm nhận được “tình yêu tiếng Việt” rất đáng trân trọng qua cách viết của một người vốn quen tư duy bằng Anh ngữ. Chính vì thế, đọc “Cứ đi - để lối thành đường”, độc giả có thể

thu nhận nhiều nhận xét bổ ích, có dịp suy nghĩ thêm về nhiều vấn đề thú vị được gợi nêu từ kinh nghiệm tư vấn hướng nghiệp cụ thể của tác giả, chẳng hạn như những ám ảnh về “giấc mơ của cha”, những khác biệt về tâm lý, về bối cảnh hướng nghiệp giữa các thế hệ mà tác giả mong muốn đóng vai trò hòa giải, kết nối bằng “nhịp cầu tư vấn hướng nghiệp”. Nhưng có lẽ điều khiến cho cuốn sách có sức hấp dẫn riêng và có khả năng truyền cảm hứng cho người đọc, trước hết nằm ở chính thái độ dẫn thân nhiệt thành, ở cách xem công việc tư vấn hướng nghiệp như lẽ sống hay niềm vui sống của tác giả. Đó là sức hấp dẫn, là nét đẹp của một con chim lửa tự đốt mình lên để không chỉ hồi sinh, không chỉ tỏa sáng cho chính mình, mà còn tỏa sáng và sưởi ấm cho những người đang dẫn bước trên hành trình khám phá những năng lực, những khát vọng tiềm ẩn của bản thân.

Trong hành trình đó, tác giả tỏ ra rất tự tin khi đồng hành cùng với những bạn trẻ được chị tư vấn. Chị tự tin không phải vì cho rằng mình đã sở hữu được “kho đáp án có sẵn” cho những băn khoăn liên quan đến việc chọn ngành, chọn nghề; cũng không phải vì chị đã rèn được “chiếc chìa khóa vạn năng” cho vấn đề hướng nghiệp, mà vì trong sâu thẳm, chị đã nhận ra: hướng nghiệp là một hành trình tìm kiếm, chọn lựa không ngừng, không phải chỉ chọn lựa một lần, và cũng không có chọn lựa duy nhất đúng. Từ góc độ tâm lý cá nhân, chị đề cao, khuyến khích những chọn lựa phù hợp với nguyện vọng, hứng thú, năng lực, khí chất, tính cách, giúp phát triển nhân cách, giúp mỗi người tự phát hiện được con người mình muốn trở thành, con người biết thích ứng và biết thỏa mãn khi thấy tâm an.

Chị tự biết mình không phải là người gieo hạt vì mỗi người phải tự gieo hạt giống nhân cách mà mình muốn trở thành, nhưng chị tự thấy mình có sứ mệnh hỗ trợ cho các bạn trẻ cách chọn hạt giống.

Dõi theo mạch suy tư mang cảm hứng khơi nguồn cho một “dòng chảy thiện” của Phoenix Ho, tôi rất đồng cảm với những ngữ đoạn vừa mang âm điệu của một người tư vấn lại vừa như lời tự nhủ dành cho bản thân mình:

“Cuộc sống không phải lúc nào cũng như ý ta muốn. Sự công bằng không hiện diện ở mọi nơi, mọi lúc. Tình yêu thương ta nhận được không phải lúc nào cũng thật sự là tình yêu thương, hoặc không phải lúc nào cũng lành mạnh cho ta. Điều tốt nhất, đó là cả cuộc đời này sẽ chẳng ai có thể bắt ta không thể là ta, không ai bẻ gãy được đôi cánh ước mơ, nghị lực, giá trị sống và bản thể của ta.

Và nếu có những lúc ta phải rơi xuống vực thẳm, hãy kiên nhẫn liếm láp vết thương để từ từ đứng dậy tìm lối ra. Và nếu có những lúc ta phải mất hết tất cả, thì hãy bình tĩnh vì ta vẫn còn bản thân để tiếp tục cất bước. Như chim phụng hoàng lao vào đồng lửa để hồi sinh rực rỡ, ta luôn có thể hồi sinh từ những nghịch cảnh trong cuộc sống. Vì ta mãi mãi còn có chính mình.”

Hình như qua cuốn sách của mình, Phoenix Ho còn ngấm chia sẻ một thông điệp khác: Tôi đã sống như cách tôi nghĩ, và tôi đã nghĩ theo cách tôi sống. Và hơn thế, tôi đã thấy tâm an.

Thế còn bạn?

Nhà báo NGUYỄN THANH BÌNH

LỜI TÁC GIẢ

Công việc mỗi ngày của tôi trong hơn sáu năm qua tại Trường Đại học RMIT Việt Nam là giúp cho các bạn sinh viên tìm ra được ngành học phù hợp khi còn ở trong trường và công việc phù hợp sau khi đã rời trường. Ngoài trách nhiệm tư vấn hướng nghiệp cá nhân cho các em, tôi còn hỗ trợ các công việc khác liên quan đến hướng nghiệp như xây dựng chương trình giáo dục hướng nghiệp và đứng lớp các khóa hướng nghiệp, tổ chức sự kiện Hội chợ Nghề nghiệp, tập huấn cho các bạn đồng nghiệp trong và ngoài phòng Hướng nghiệp (phòng Tuyển sinh, phòng Tư vấn sinh viên, bộ Tư vấn khoa,...) các kỹ năng và kiến thức hướng nghiệp, hợp tác với Bộ Giáo dục và Đào tạo và các Sở Giáo dục và Đào tạo trong công tác tập huấn nâng cao năng lực hướng nghiệp cho các thầy cô dạy trường trung học, và nhiều công việc khác.

Bên cạnh công việc tại Trường Đại học RMIT, tôi may mắn được hợp tác với tổ chức VVOB Việt Nam^(*) trong chương trình hướng nghiệp 2011-2015. Với vai trò nhà tư vấn hỗ trợ kỹ thuật, tôi đã tham gia xây dựng các tài liệu hướng nghiệp và tập huấn nâng cao năng lực cho cán bộ quản lý, giáo viên của hai Sở Giáo dục và Đào tạo Quảng Nam và Nghệ An và một số khóa tập huấn giảng viên nòng cốt cấp quốc gia mà VVOB Việt Nam phối hợp với Cục Nhà giáo và Cán bộ quản lý cơ sở giáo dục, và Vụ Giáo dục Trung học. Ngoài ra, tôi cũng tham gia viết tài liệu và tập huấn cho phần Cha mẹ giúp con hướng nghiệp mà VVOB Việt Nam và Hội Liên hiệp Phụ nữ (LHPN) Việt Nam đã sử dụng triển khai trong

14 tỉnh thuộc chương trình 5 triệu bà mẹ nuôi dạy con tốt. Theo báo cáo tổng kết chương trình hướng nghiệp 2011- 2015 của VVOB Việt Nam đến nay, các cán bộ, giáo viên, thành viên Hội LHPN Việt Nam - những người tham gia tập huấn và tham khảo tài liệu của chương trình đã có nhiều đổi mới trong việc tổ chức các hoạt động hướng nghiệp với phụ huynh và học sinh với kết quả đáng khích lệ. Có rất nhiều phản hồi cho rằng kết quả chọn hướng học và chọn nghề của học sinh trung học không còn bị cha mẹ ép buộc, các em đã chủ động tìm hiểu và tham khảo thông tin để đưa ra các quyết định chọn hướng học, chọn nghề phù hợp với các em.

() VVOB là tên tắt của Tổ chức Hợp tác Phát triển và Hỗ trợ Kỹ thuật vùng Fla-măng, Vương quốc Bỉ, một tổ chức phi lợi nhuận nhằm đóng góp vào việc nâng cao chất lượng giáo dục, hỗ trợ kỹ thuật trong các dự án và chương trình ở các nước đang phát triển.*

Nhờ vào trách nhiệm khá đa dạng cũng như sự hỗ trợ và hợp tác rất tích cực từ cấp trên trực tiếp và đồng nghiệp trong và ngoài trường RMIT, tôi may mắn học được rất nhiều kinh nghiệm lâm sàng trong công việc tư vấn hướng nghiệp với nhiều đối tượng khác nhau, bao gồm sinh viên đại học, học sinh trung học, thầy cô giáo trung học, cha mẹ học sinh, lãnh đạo và quản lý giáo dục các cấp, cán bộ Hội LHPN,... Càng làm trong lĩnh vực hướng nghiệp, tôi càng thấy nhu cầu dành cho công tác giáo dục và tư vấn hướng nghiệp là đúng đắn, nó cũng cho thấy hiệu quả thông qua phản hồi từ các bạn trẻ và gia đình họ, cùng với sự phản hồi từ các doanh nghiệp đang có nhu cầu tuyển dụng. Ở thời điểm này, tôi quyết định bắt đầu một chiến lược mới trong công tác hướng nghiệp mà mình theo đuổi bấy lâu nay.

Thứ nhất, tôi và các bạn mình đã thành công trong việc xúc tiến việc thành lập Chi hội Phát triển Nhân lực Hướng nghiệp. Bất cứ

một ngành nghề chuyên nghiệp nào sẽ khó mà phát triển lâu dài nếu không có một hội chuyên nghiệp đứng giữa làm công việc kết nối, giao lưu và phát triển chuyên môn. Hiện tại chúng tôi đã được cấp giấy phép, và hy vọng một ngày không xa, chúng tôi có thể thông qua hội chuyên nghiệp để kết nối tất cả những ai quan tâm đến lĩnh vực này trong nước cũng như giao lưu và học hỏi với các hội chuyên nghiệp hướng nghiệp thế giới.

Thứ hai, tôi vừa nhận lời hợp tác với công ty DeltaViet Education để tổ chức một khóa trực tuyến trên trang mạng <http://kyna.vn/> về hướng nghiệp cho học sinh cấp 3, nhằm giúp các em và cha mẹ trong việc chọn ngành học và nghề tương lai. Khóa tên là Hướng nghiệp – Các bước căn bản cho học sinh cấp 3. Tôi nghĩ đây là một phương pháp giáo dục hướng nghiệp vừa phù hợp ngân sách của các em và gia đình, vừa tiết kiệm thời gian và tài nguyên, mà lại đến được với rất nhiều người có nhu cầu được tư vấn hướng nghiệp. Khóa đã được công ty DeltaViet Education đẩy mạnh tiến độ nhằm xuất hiện trong tháng 3 này để kịp thời gian để các em và gia đình chuẩn bị cho kỳ thi tốt nghiệp lớp 12 năm 2016, cũng là lúc các em cùng gia đình phải đưa ra quyết định nghề nghiệp rất quan trọng trước ngưỡng cửa vào đời.

Thứ ba là cuốn sách mà bạn đang cầm trong tay. Đã từ rất lâu tôi muốn viết những tâm tư, nguyện vọng, trải nghiệm, cảm xúc, thất bại và thành công của mình, của các bạn trẻ mà tôi đã và đang gặp xoay quanh câu chuyện hướng nghiệp. Tôi muốn viết để chia sẻ với các bậc cha mẹ, những nhà quản lý giáo dục, các anh chị đang làm bên phía tuyển dụng của doanh nghiệp, mong rằng cuốn sách sẽ giúp họ hiểu hơn về những gì các bạn trẻ đang phải trải qua trong cuộc sống hàng ngày, liên quan đến định hướng nghề nghiệp.

Xin lưu ý là cuốn sách này sẽ không giúp các em và cha mẹ tìm ra

được câu trả lời cho việc chọn ngành chọn nghề phù hợp. Điều đó sẽ được đáp ứng trong khóa trực tuyến mà tôi nhắc đến ở trên, tại địa chỉ <http://edu.kyna.vn/huong-nghiep-gv-phoenix-ho>. Cuốn sách cũng sẽ không giúp cho thầy cô hay các anh chị đang làm công tác tư vấn những kỹ năng về tư vấn hướng nghiệp. Tôi đã viết và xuất bản chín cuốn sách chuyên môn về đề tài này. Tất cả sách ấy đều có thể được tải xuống miễn phí ở trang chủ của VVOB Việt Nam tại đây: <http://www.vvob.be/vietnam/vi/tai-nguyen>.

Nếu có câu hỏi, thắc mắc, hay nhu cầu trao đổi về hướng nghiệp, hãy liên hệ với tôi tại địa chỉ email cá nhân hophunghoang@gmail.com.

Tôi chân thành cảm ơn sự quan tâm của các bạn. Và tôi mong rằng mọi người cảm nhận niềm hạnh phúc từ cuốn sách này nhiều như tôi đã có khi viết nó.

Phần 1

HƯỚNG NGHIỆP LÀ MỘT CUỘC HÀNH TRÌNH

Tôi luôn nhắc nhở các em và các bậc cha mẹ rằng hướng nghiệp là một cuộc hành trình, tức là những gì các em hiểu và quyết định ở thời điểm hiện tại có thể sẽ khác đi rất nhiều so với thời điểm một năm sau đó. Nếu không thấy được đặc điểm này của hướng nghiệp, các em sẽ bối rối hoang mang vì sự thay đổi của bản thân trong khi cha mẹ trách móc con cái không “kiên định” với quyết định của chúng.

Có hai lý do cho đặc điểm trên. Thứ nhất, thế giới nghề nghiệp thay đổi với tốc độ chóng mặt; theo thống kê trong ngành, gần một nửa số lượng nghề nghiệp hiện tại có thể sẽ biến mất ở 10 năm sau. Cũng theo quá trình vận động, đến thời điểm đó, sẽ có rất nhiều nghề nghiệp mới được tạo ra mà 10 năm trước đó không ai trong chúng ta biết được rằng chúng sẽ xuất hiện.

Thứ hai, các em bây giờ có nhiều chọn lựa hơn các thế hệ trước rất nhiều. Và vì có nhiều chọn lựa, các em sẽ có nhiều cơ hội học hỏi, trải nghiệm và muốn thử nghiệm ở nhiều ngành nghề khác nhau.

Điều quan trọng nhất không phải là cố gắng không thay đổi. Điều quan trọng nhất chính là tìm ra điểm bất biến trong thế giới mau

thay đổi này: đó là hiểu rõ bản thân. Ở bất cứ thời điểm nào, chỉ cần một người hiểu rõ điểm mạnh của mình, biết được điều gì quan trọng nhất với bản thân, sau đó hiểu rõ những ảnh hưởng tích cực quanh mình, tìm hiểu kỹ đặc điểm của thị trường lao động rồi lên kế hoạch phát triển đối với nghề nghiệp phù hợp với mình nhất là được.

Và khi đã ra quyết định, thì phải sẵn sàng chịu trách nhiệm với tất cả kết quả, kể cả thất bại. Để rồi nhìn nhận lại bản thân, một lần nữa bắt đầu quy trình hướng nghiệp mới vì thật sự ra điểm tới không quan trọng bằng quá trình. Kết quả cuối cùng của quyết định nghề nghiệp tốt đó là sự bình an trong tâm hồn^(*).

() Về sự bình an trong tâm hồn, tác giả sẽ trình bày sâu hơn về vấn đề này ở Phần 3 – Hướng nghiệp & Tâm an.*

Em chọn ngành gì?

Sẽ có những ngày như hôm nay, khi tôi đùa với bạn đồng nghiệp rằng “there is no full moon this week”^(*), vì các ca tư vấn hướng nghiệp tôi gặp trong tuần phần lớn là nhẹ nhàng, đòi hỏi ít thời gian, và sinh viên rời phòng với nét mặt hớn hởi vì họ đã tìm ra câu trả lời cho vấn đề của mình.

() There is no full moon this week có nghĩa là tuần này trăng không hề tròn. Trong ngành tâm lý có nhiều người tin rằng hôm nào trăng rằm thì các bệnh nhân tâm lý sẽ bị nặng hơn ngày thường. Do đó, chuyên viên tư vấn thường hay đùa với nhau rằng “Hôm nay trăng tròn à?” mỗi khi gặp ca khó.*

Tuần này, câu hỏi tôi thường gặp nhất là “Làm sao em biết được ngành học em chọn phù hợp với em hử cô?”. Và câu hỏi mà tôi sẽ hỏi ngược lại họ luôn là “Vì sao trước đây em chọn nó và vì sao bây giờ em lại lo rằng nó không phù hợp với mình?”. Câu chuyện

tiếp theo đó của mỗi người không hoàn toàn giống nhau, nhưng thường có những điểm chung sau:

- Các em và gia đình chọn ngành dựa trên giả định rằng mỗi ngành học sẽ dẫn đến một nghề nghiệp nhất định. Ví dụ: sinh viên tốt nghiệp ngành Kế toán sẽ làm nhân viên kế toán hay kiểm toán; sinh viên tốt nghiệp ngành Quản trị sẽ làm công việc quản lý doanh nghiệp; v.v...

- Các em và gia đình quyết định dựa trên mức độ an toàn hay sự hấp dẫn của một nghề nghiệp nào đó ở thời điểm hiện tại. Ví dụ: lĩnh vực kế toán hiện nay có vẻ ổn định và cần nhiều nhân lực; lĩnh vực tài chính hơi có vẻ phiêu lưu và không cần nhiều nhân lực như cách đây 3 năm; lĩnh vực truyền thông nghe tên có vẻ là lạ, do đó hơi phiêu lưu mạo hiểm khi chọn nó; v.v...

Để giúp các em quyết định, tôi thường cùng các em phân tích một bản mô tả công việc đang được đăng trên các trang tuyển dụng, sau đó các em tự đưa ra được kết luận:

- Bản mô tả công việc chủ yếu đòi hỏi những kỹ năng mà ứng cử viên cần có chứ không phải tên ngành mà sinh viên đã được đào tạo. Ví dụ, kỹ năng viết, nói, đọc, và nghe tiếng Anh thông thạo, kỹ năng tổ chức một sự kiện tầm trung, kỹ năng lên kế hoạch và theo dõi những chi tiết trong kế hoạch ấy,...

- Trong bản mô tả công việc, ngoài những kỹ năng chuyên môn mà một sinh viên rèn luyện được trong chương trình học, họ còn bị đòi hỏi rất nhiều các kỹ năng mà sinh viên không được đào tạo trong lớp. Ví dụ, kỹ năng làm việc với áp lực liên tục, kỹ năng thích ứng với môi trường thay đổi nhanh,...

Tiếp theo, tôi trình bày với các em hiện trạng của thị trường tuyển dụng:

- Có rất nhiều công việc mới được tạo ra mỗi ngày. Ngược lại, cũng có rất nhiều công việc biến mất mỗi ngày.
- Không có ai có khả năng dự đoán chính xác được nhu cầu tuyển dụng trong tương lai vì điều này phụ thuộc rất nhiều vào các yếu tố của kinh tế toàn cầu, kinh tế vùng, kinh tế quốc gia, tình hình chính trị, những quyết định chiến lược về kinh tế và chính trị ở cấp quốc gia, v.v...
- Điều duy nhất người lao động (các em trong tương lai) có thể nắm chắc là những kỹ năng mà mình rèn luyện, cùng với mạng lưới chuyên nghiệp^(*) mà mình xây dựng được trong suốt thời gian còn ngồi trên ghế nhà trường.

() “Mạng lưới chuyên nghiệp” mô tả những người làm việc ở trong hay ngoài ngành nhưng biết đến bạn, biết đến khả năng, sở thích, phong cách làm việc,... của bạn. Càng nhiều người biết đến bạn ở khía cạnh chuyên nghiệp thì cơ hội bạn tìm kiếm công việc làm phù hợp sẽ càng cao. Vì vậy, bắt đầu từ những năm tháng sinh viên, mỗi người phải bắt đầu xây dựng mạng lưới chuyên nghiệp của mình bằng cách tham gia các hoạt động ngoại khóa, đi làm thêm, tham dự các cuộc thi, v.v...*

Vì lý do đó, trước khi quyết định chọn ngành học, sinh viên nên tìm hiểu thật kỹ ngành học mà bạn quan tâm, đọc cẩn thận thông tin mô tả học phần của từng môn, nếu có thể thì dự thính một lớp, hoặc trò chuyện với các anh chị lớp trên đang học ngành ấy. Sinh viên nên quyết định dựa trên các yếu tố sau:

- Em thấy hứng thú với những kỹ năng mà em sẽ được đào tạo trong ngành ấy;
- Em tự tin sẽ có khả năng phát triển tốt những kỹ năng ấy;

- Em có thể học tập trong thời gian dài (3, 4 năm) mà không chán ngành ấy.

Sau đó, khi đã chọn ngành học, suốt thời gian học, em phải luôn tự hỏi những kỹ năng nào mình nổi trội nhất, quan sát trong thị trường tuyển dụng xem các công việc nào sẽ cần những kỹ năng mình có và sẽ học được, đánh giá xem mình còn thiếu những kỹ năng nào, và tìm hiểu các hoạt động ngoài giờ học nào sẽ giúp mình bổ túc những kỹ năng ấy.

Nói ngắn gọn, một ngành học ở trường không quyết định ta sẽ làm công việc gì. Thay vào đó, những kỹ năng ta học được trong và ngoài chương trình học, từ mạng lưới chuyên nghiệp mà ta xây dựng được suốt thời gian học, và tình trạng của thị trường tuyển dụng lúc ta ra trường sẽ quyết định ta làm công việc nào trong tương lai.

Chúc các em vững vàng trong quyết định của mình, và đừng quên rằng kết quả không quan trọng bằng quá trình. Hãy sống thật tốt mỗi ngày trong hiện tại, tương lai sẽ không đáng sợ lắm đâu.

Nghề chọn mình hay Mình chọn nghề?

Gần đây, tôi thường được nghe các em nhắc đến thành ngữ “nghề chọn mình chứ mình không chọn nghề” khi họ tâm sự về quá trình tìm hiểu ngành nghề để chuẩn bị cho lối đi của riêng mình. Họ kể rằng những anh chị đi trước có người cho họ câu nói ấy, như lời khuyên ngắn gọn rằng thôi đừng lo đừng nghĩ suy nhiều nữa, chọn lựa làm chi vì sau này nghề nó chọn mình chứ mình có chọn được nó đâu.

Khi được hỏi cảm xúc của các bạn trẻ lúc nghe lời khuyên trên, họ chia sẻ rằng rất nản lòng, buồn, và lo lắng. Các bạn trẻ băn khoăn

rằng nếu như câu nói ấy đúng, vậy thì những quyết định chọn ngành học, chọn việc làm rồi sẽ ra sao, và liệu chúng còn có ý nghĩa gì không? Chẳng lẽ cứ chọn đại và để đến đâu thì hay đến đó.

Theo tôi, quan điểm “Nghề chọn mình chứ mình không chọn nghề” dựa trên những giả định sau:

- Nghề nghiệp không thay đổi, và mỗi người chỉ có một nghề “đúng” với họ suốt cả đời họ;
- Rất hiếm khi (hay gần như không có) ai có toàn quyền kiểm soát được việc chọn lựa nghề nghiệp họ yêu thích và phù hợp với họ.

Trên thực tế, khi quan sát thị trường tuyển dụng tại Việt Nam, trong khu vực, và thế giới ở thời điểm hiện tại. Chúng ta sẽ thấy rằng:

- Nghề nghiệp là một cuộc hành trình, gồm những công việc nối tiếp nhau, và với rất nhiều người thì họ chỉ biết được công việc phù hợp với mình sau nhiều trải nghiệm, học hỏi, vấp ngã, và chạm,... Trong rất nhiều trường hợp, khởi điểm của họ trong ngành học rất khác với kết quả cuối cùng là nghề nghiệp mà họ thích. Ví dụ, một người học ngành Kinh tế - Ngân hàng nhưng sau nhiều năm làm việc trong các lĩnh vực khác nhau, vị trí khác nhau, cuối cùng lại thấy mình thích hợp trong công việc Quản lý bộ phận Chăm sóc Khách hàng. Có lẽ vì vậy mà có câu nói trên chăng!?
- Khi một người tìm hiểu để chọn lựa nghề nghiệp, họ sẽ bị ảnh hưởng bởi nhiều yếu tố như hoàn cảnh gia đình, mong đợi của cha mẹ, các trào lưu của xã hội, nền kinh tế của quốc gia,... Do đó, sẽ rất đúng ở trường hợp này để nói rằng họ không có quyền kiểm soát được việc chọn lựa nghề nghiệp họ yêu thích và phù

hợp với họ. Ví dụ, họ yêu thích học ngành y nhưng điều kiện kinh tế gia đình không cho phép.

Từ hai điểm trên, tôi nghĩ mình nên nhìn về việc lựa chọn nghề nghiệp như thế này:

- Không có lựa chọn nào đúng 100%; thay vào đó, chỉ có lựa chọn phù hợp nhất với bản thân mỗi người ở thời điểm nào đó trong cuộc sống. Vì vậy, sau khi đã trải nghiệm, đã thử sức, nếu ta thấy ta không phù hợp, thì chẳng có mất mát gì để ta đi tìm một công việc phù hợp hơn. Sẽ rất vô lý để ép bản thân phải có một đáp án vĩnh viễn cho một câu hỏi rất khó trả lời.

- Mỗi ngày có nhiều công việc mới được tạo ra, với nhiều tên gọi khác nhau, tùy vào nhu cầu của người tuyển dụng. Vì vậy, thay vì tập trung vào “tên nghề”, ta hãy chú tâm đến những kỹ năng mà công việc ấy đòi hỏi, rồi nối chúng với những kỹ năng ta có sẵn. Nếu ta có hơn 70% sự phù hợp, thì ta có thể nộp đơn thử vị trí đó rồi.

- Trước khi đi tìm việc làm mới, hãy cho mình một giai đoạn tĩnh để ngẫm nghĩ, phân tích, nhìn lại bản thân, đánh giá những kỹ năng mình có, hiểu rõ những đòi hỏi của mình về môi trường làm việc, về phong cách lãnh đạo mà mình ưa, về tính cách của sếp và đồng nghiệp mình thích. Sau khi hiểu rồi, hãy bắt đầu đi tìm vị trí mới phù hợp với mình. Đừng chạy trốn khỏi một công việc khủng khiếp để vội vàng lao vào một công việc khủng khiếp không kém chỉ vì nỗi sợ không có việc làm. Giai đoạn tĩnh này sẽ mang lại cho bạn rất nhiều lợi ích, nhiều hơn so với việc bạn vội vã rải đơn xin việc đến bất cứ nơi nào đang tuyển dụng.

- Trong thời gian còn ở ghế nhà trường, trong chương trình đào tạo nghề, cao đẳng, hay đại học, đừng chỉ chăm chăm vào việc học. Hãy bỏ thời gian tham gia các hoạt động ngoại khóa – cả ở

trong lẫn bên ngoài trường, các công việc thiện nguyện, làm thêm để trợ giúp kinh tế gia đình và cũng để có thêm kinh nghiệm, mỗi quen biết. Khi tham gia, đừng chỉ tham gia để có cái tên trên đơn tìm việc sau này, mà hãy tham gia vì sở thích, vì động lực học hỏi, vì niềm đam mê muốn cho đi. Chỉ khi làm vậy, bạn mới hiểu rõ về mình hơn, xây dựng một mạng lưới chuyên nghiệp tốt, để chuẩn bị cho công việc sau này.

Để kết thúc bài chia sẻ này, tôi nghĩ rằng câu nói “nghề chọn mình chứ không phải mình chọn nghề” chẳng đúng cũng chẳng sai, nó hoàn toàn tùy thuộc vào hoàn cảnh riêng của mỗi người, và cách chúng ta diễn giải, cách chúng ta hiểu nó. Bất cứ lúc nào nghe được một quan điểm khác, hãy thách thức ý tưởng ấy, hãy phân tích xem chúng đến từ đâu, đúng trong trường hợp nào, và có cần thiết để chúng làm ta nản lòng hay không.

Có lẽ bạn sẽ bớt lo lắng hơn khi biết rằng chọn lựa nghề nghiệp là một cuộc hành trình dài đằng đằng, có người mất cả đời cũng chưa tìm ra, bản thân tôi thì mất 12 năm dài. Điều quan trọng nhất không phải là kết quả, mà là quá trình khi chúng ta đi tìm nó. Và đôi khi sẽ hay hơn khi mình không thêm “tìm”, cứ sống thôi và từ từ nó sẽ đến.

CHU DU THIÊN HẠ ĐỂ HỌC YÊU MÌNH

(Bài viết của Lead 2012 - Nhóm LIKE)

Xin phép copy lại bài của nhóm LIKE để làm kỷ niệm một chuyến training khá ấn tượng của tôi ở Hà Nội. Vì quá bận nên tôi chưa suy ngẫm và viết ra những cảm xúc ngày ấy. Lưu lại ở đây để nhớ những gương mặt dễ thương, những cá tính là lạ khác nhau, những câu phát biểu rất thông minh, và nhiều thứ khác. Chân thành cảm ơn các bạn Lead 2012, cảm ơn các bạn Lead 2011, cảm ơn Hiệu, Thảo, các em trong ban tổ chức, và cảm ơn cuộc đời.

[Phoenix]

Chị Phoenix Hồ để lại cho tôi (và chắc là nhiều người khác) có lẽ là quá nhiều ấn tượng. Có lẽ là cái tên gọi lên cảm tưởng về một loài chim cao quý xinh đẹp, chúa tể các loài chim, hay là đôi giày bệt năng động, hay là gương mặt cười, hay là giọng miền Nam dễ thương, hay là cách chị hòa trộn chuyện tình yêu vào chuyện công việc, hay là nhiều cái khác. Nhưng có lẽ có một thứ trong buổi học hướng nghiệp ngày hôm nay của chị mà sẽ ít người quên, dù là sau ngày hôm nay, sau khóa học này, thậm chí là rất lâu về sau nữa. Đó là tiếng chuông, nói đúng hơn là tiếng mõ mà chị dùng để tập hợp mọi người. Âm thanh đó có vẻ không quá lớn, không quá thanh, không quá vang nên thường bị lẫn vào trong tiếng nói chuyện râm ran, thường không đạt hiệu quả thu hút sự chú ý của mọi người, thường phải vang lên rất lâu rất lâu và phải có sự trợ giúp của nhiều tiếng gọi khác mới kéo được một đám người nửa trẻ con nửa người lớn ra khỏi hào hứng nói chuyện, chia sẻ, thể hiện mình. Lúc mọi người có thể nghe rõ ràng nhất tiếng gõ ấy, chính là khi mọi người đang ngồi trên ghế của mình, tay đặt (có lẽ là) trên giấy và bút của mình, nhắm mắt lại.

Trong một ngày, có rất nhiều lần chúng tôi nhắm mắt lại, đi theo tiếng gõ nhẹ nhàng, bước trở lại quá khứ, hoặc bước vào một vùng không gian mơ hồ nào đó, buông lỏng mọi cảnh giác, lắng nghe cái bản ngã yếu ớt, manh mún, nhen nhúm bên trong thì thào những lời chưa bao giờ dứt, mà đôi khi lại quá nhỏ, khiến chúng ta nghe không ra. Cũng như tiếng gõ kia, khi ta mãi mê nói và nói, khi ta vật lộn với cuộc sống, ta không chú ý tới cái tiếng nói như gió thoảng bên tai, cái tiếng nói như buồn ngủ, như kiệt sức, như người dân châu Phi (tại sao lại có châu Phi, là vì bức tranh của chị làm tôi nghĩ tới châu Phi), lúc nào cũng mờ mờ, không rõ, lúc nào cũng uể oải và mệt mỏi, song lại đang vật lộn

khổ sở nhất, kiên trì nhất trong quá trình tìm kiếm sự tồn tại của bản thân. Song chỉ cần nhắm mắt tĩnh lặng, lại nghe thấy nó rõ ràng, rành mạch như tiếng chuông từ trong lòng. Cái nhắm mắt hư vô ấy, giống như một cách kỳ diệu đưa tâm hồn đi chu du qua bao nơi, trải nghiệm bao cảm xúc, để cuối cùng ta thấu triệt mình thực ra là ai, mình muốn gì, và mình có thể làm gì. Chắc nhiều người sẽ nghĩ đến những câu thơ từ rất xưa “Nếu nhắm mắt trong vườn lộng gió. Sẽ được nghe nhiều tiếng chim hay. Tiếng lích chích chim sâu trong lá. Con chìa vôi vừa hót vừa bay....”.

Có rất nhiều rất nhiều những chi tiết trong bài giảng của chị tôi đã quên, thậm chí có những thứ quên ngay sau khi chị vừa chuyển sang nói phần khác. Cái này không phải do bài giảng chưa hay, hay cách truyền đạt chưa thấu đáo, mà do tôi thường lơ đãng và không chú tâm đến những thứ trước mắt. Nhưng có một thứ khiến tôi nhớ mãi, đó là cách chị hướng chúng tôi vào lựa chọn. Không phải là nên thế này và không nên thế kia. Không phải là đúng và sai, tốt và xấu, mà là làm theo mong muốn thật sự của bản thân mình. Muốn làm sao thì hãy làm như vậy. Nhắm mắt lại, tự hỏi mình, và tự lắng nghe chính mình: rằng mình thích màu xanh hay màu đỏ, thích viết hay đọc. Nhắm mắt bước xuống từng bậc thang. Khi cánh cửa của tâm hồn đột nhiên đóng lại, bạn có thấy chơi vơi, lấp lửng, giống như ngay bước tiếp theo đây mình sẽ hẫng chân, rơi xuống một khoảng không vô định? Chúng tôi đã học được cách tin tưởng người bên cạnh mình, tin tưởng dù không rõ căn cứ, bước chân theo từng lời hướng dẫn của người ta, và cũng học cảm nhận sự tin tưởng của người khác qua bàn tay nắm chặt. Có người dường như không hoàn toàn vui vì sự tin tưởng đó, nhưng tôi tin rằng, niềm tin vào con người không bao giờ hại ta. Nó làm tôi nhớ đến một câu nói từ rất lâu: “Nhặt kiếm lên và đi vào rừng thăm”. Phải, mặc dù không biết trước mắt là gì, không rõ bước tiếp theo sẽ đi đến đâu, nhưng vấn đề là phải đi thì mới đến, phải có dũng khí tiến lên phía trước mới biết

kết cục có phải là hoa hồng hay không?

Hãy nhắm mắt lại, lắng nghe tiếng nói từ đáy lòng, và khi nghe thấy rồi, thì dừng cảm đi theo nó. Bởi ai đó từng nói: “Nghịch thủy hành chu, bất tiến tất thoái” – sinh ra và lớn lên trong thời đại phát triển như vũ bão, cũng giống như đi thuyền ngược nước, tiến lên không rõ là về đâu, song nếu không dần bước chỉ có thể thoái lui mà thôi.

“Tôi là tác giả cuốn sách đời tôi”

Tôi quan sát thấy một đặc điểm mà khá nhiều bạn trẻ mắc phải trong vấn đề hướng nghiệp - đó là họ chưa hiểu rằng hướng nghiệp là một quy trình. Và quy trình này tốn thời gian, sức lực, suy ngẫm, trải nghiệm, hiểu biết, can đảm và trách nhiệm. Quy trình này thường bắt đầu bằng những câu hỏi về bản thân như là mình có khả năng gì, có sở thích gì, sau đó là về nghề nghiệp, nghề nào phù hợp với mình đây, nghề nào sẽ được đón nhận nhiều trong tương lai; cuối cùng là các bước quyết định và hành động, mình theo cha mẹ hay theo mình, mình học ở đâu, học cái gì, học như thế nào.

Quy trình hướng nghiệp bắt đầu từ những câu hỏi, và kết thúc với những quyết định dựa trên thông tin mà mỗi người đã tìm hiểu được. Theo kinh nghiệm của tôi, những trường hợp cần trợ giúp dài hơi nhất trong tư vấn hướng nghiệp luôn có các đặc điểm chung: theo quyết định của người khác, để quyền quyết định cho người khác, đẩy việc chịu trách nhiệm (khi không thành công) cho người khác, và sợ việc đưa ra quyết định. Thường thì các em chỉ dám quyết định khi được cha/mẹ hay cả hai người hỗ trợ cho quyết định ấy, và nếu đã quyết định thì lại muốn thấy kết quả ngay lập tức. Các em chưa hiểu được rằng phát triển hướng nghiệp là một quá trình, và trong suốt quá trình ấy trải nghiệm qua những thăng trầm, thành công, thất bại là một điều không

thể thiếu để dẫn đến thành công trong việc tìm kiếm được nghề nghiệp phù hợp với bản thân.

...

Thật ra, sai lầm là một điều tất yếu trong cuộc sống, và nó mang đến những bài học vô giá. Nhưng sai lầm cũng có nghĩa rằng mỗi người phải trả giá theo cách nào đó, và để vượt qua nó, cần có thời gian và ý chí. Để nói câu “Đó chỉ là sai lầm, và tôi sẽ vượt qua nó” thì luôn dễ dàng hơn rất nhiều so với việc thực hành câu nói ấy. Hãy kiên nhẫn với bản thân, hãy tìm hiểu gốc rễ của vấn đề, tìm ra cách giải quyết một cách thấu đáo, và cuối cùng hãy đặt ra một kế hoạch dài hơi với các bước rõ ràng để thực hiện kế hoạch ấy.

Tôi hiểu trong văn hóa của người Việt, giá trị gia đình rất quan trọng. Sự hỗ trợ của cha mẹ về tinh thần và vật chất, sự đòi hỏi phải nghe lời từ cha mẹ, thói quen nghe theo những hướng dẫn của người lớn hơn mình, tất cả là một phần quan trọng trong đời sống các bạn trẻ tại Việt Nam. Nhưng tôi nghĩ, đến một lúc nào đó, khi việc nghe theo hướng dẫn của cha mẹ cho thấy những kết quả không tích cực, thì các bạn nên bắt đầu “chiến dịch” giành lấy quyền chủ động làm chủ cuộc sống của mình, vạch hướng đi cho bản thân, hay nói cách khác, hãy nghĩ rằng “Tôi là tác giả cuốn sách đời tôi”.

Tôi rất thích câu nói của tác giả J. K. Rowling, rằng đến một ngày nào đó thì việc đổ lỗi cho cha mẹ chúng ta cũng nên hết hạn sử dụng^(*). Vì đi theo cách nào thì cuối cùng, chúng ta cũng là những người phải sống cuộc đời của chính mình, còn cha mẹ, dù muốn dù không, cũng chỉ có thể là những người quan sát chúng ta sống đời mình mà thôi. Cha mẹ đâu thể sống thay, hạnh phúc thay, đau thay, làm thay chúng ta được. Để có được sự tôn trọng từ cha mẹ, tốt nhất là chúng ta từ từ cho thấy rằng chúng ta xứng đáng với sự tôn trọng ấy. Hãy chọn những cuộc chiến để đấu tranh:

thay vì đòi điện thoại mắc tiền, xe đẹp, có lẽ nên đầu tranh để được tham gia các khóa học hữu ích hay những hoạt động cộng đồng, những hoạt động quốc tế có thể giúp chúng ta trưởng thành và thu thêm nhiều kiến thức, kỹ năng; hãy nhìn lại xem mình đã tham gia các trách nhiệm trong gia đình như thế nào, từ việc trong nhà nhỏ, đến đại gia đình, rồi ra ngoài xã hội; hãy tập biết rõ bản thân muốn gì, vì sao muốn như vậy, và tập giải thích và đề nghị sự chấp nhận của cha mẹ cho cách nghĩ của mình - không phải khẳng khẳng rằng mình đúng, họ sai, mà chỉ đơn giản là “con có cách nhìn khác” mà thôi; hãy tập cho đi song song với nhận về; hãy tỏ lòng trân trọng những công sức cha mẹ đổ vào vun xới cho gia đình, cho mình, và đừng e ngại bày tỏ tình yêu mình dành cho cha mẹ.

(*) *Nguyên bản tiếng Anh: There is an expiry date on blaming your parents for steering you in the wrong direction.*

Quan trọng nhất, đừng sống như lục bình trôi, đến đâu hay đến đó. Hãy bắt đầu viết cuốn sách của đời mình sao cho sau này, khi già đi và nhìn lại, các em sẽ thích mỗi trang sách, và hãnh diện về mỗi chặng đường đời cho dù chúng có vui hay buồn, thất bại hay thành công.

Và các em hoàn toàn có thể bắt đầu làm điều đó ngay từ bây giờ, thật đấy.

Viết về khả năng ra quyết định

Trong ngành tư vấn hướng nghiệp, vai trò của nghiên cứu rất quan trọng. Muốn được tin tưởng và có tiếng nói, phải có nghiên cứu làm điểm tựa đằng sau phát biểu của mình. Cũng trong ngành này, người làm công tác nghiên cứu lấy đề tài nghiên cứu từ những người đang hành nghề, như tôi chẳng hạn. Lý do là vì chúng tôi cọ xát với công việc và con người trong công tác hàng

ngày, do đó chúng tôi có cơ hội nắm bắt và hiểu những vấn đề mới nhất sớm nhất. Từ những quan sát của chúng tôi, người nghiên cứu sẽ đặt giả thiết rồi đi tìm chứng cứ xác nhận hay phản biện. Sau đó, kết quả nghiên cứu ra đời, và những người hành nghề sẽ dựa vào các kết quả để làm công việc tư vấn tốt hơn, hiệu quả hơn.

Sáu tháng gần đây tôi cứ loay hoay với câu hỏi sau: “Nhóm sinh viên mà tôi đang gặp gỡ và hỗ trợ hiện tại ở Đại học RMIT Việt Nam (sinh ra ở những năm 1995-1999) có đặc điểm gì chung?”. Tôi vẫn nhận ra các em khác những anh chị sinh trước mình vài năm một cách rõ rệt, ví dụ như các em không còn bị cha mẹ ép buộc nhiều (như các lứa trước đây) phải học theo một ngành nào đó, để sau này làm một công việc nào đó. Ví dụ như tính cách các em thoải mái hơn, hoạt bát hơn, vô tư hơn (so với các lứa trước đây). Nhưng những quan sát đó vẫn chưa đủ cho vị trí tư vấn hướng nghiệp của tôi. Tôi cứ có cảm giác như điều tôi tìm kiếm vẫn còn lẫn lộn đâu đó, có lẽ vì các em có ít chất liệu để tâm sự hơn, những câu hỏi các em đặt cũng ít trúc trắc hơn. Cũng có thể các em cho tôi cảm giác những vấn đề các em gặp phải khá nhàn nhạt, bàng bạc, vì hình như các em cũng chưa hiểu vấn đề của mình là gì nữa.

Chỉ đến hai tuần gần đây tôi mới nhìn thấy được sợi chỉ xuyên suốt các vấn đề hướng nghiệp của nhóm sinh viên này, đó là khả năng ra quyết định. Các em cực kỳ sợ phải chọn lựa và ra quyết định nghề nghiệp, như học ở đâu, học ngành gì, học nhiều hay ít, có làm thêm hay tham gia hoạt động xã hội không. Có em còn tâm sự thà rằng em bị cha mẹ ép phải học ngành gì còn dễ chịu hơn là cho em quyền tự do quyết định. Bởi vì khi phải ra quyết định, em cảm thấy bị áp lực và thấy sợ hãi.

- Giả thiết đầu tiên của tôi là nhóm bạn trẻ này từ nhỏ đến lớn đã

quen với việc được sắp xếp bởi gia đình và nhà trường. Cuộc sống của các em từ năm lớp 1 cho đến năm lớp 12 giống như một chương trình được thiết lập sẵn. Các em học ở trường, khi về nhà học thêm để chuẩn bị cho những kỳ thi vượt cấp. Trong trường, ngoài các môn văn hóa, các em không có nhiều cơ hội tham gia những hoạt động khác như nhạc, họa, thể thao, hội học sinh, hoạt động xã hội, v.v... và v.v... Toàn bộ sức lực và sự chú ý của các em, được nửa khuyến khích nửa ép buộc từ phía gia đình và nhà trường, đổ vào việc học văn hóa. Do đó, các em ít có cơ hội phải ra quyết định cho đời sống hàng ngày, vì phần lớn đã được sắp xếp và quyết giùm em rồi.

- Giả thiết thứ hai của tôi là cha mẹ của nhóm bạn trẻ này là thế hệ sinh ra ở cuối những năm 50 đến đầu những năm 70. Thế hệ này tuy trưởng thành trong thời kỳ hậu chiến nhưng bắt đầu phát triển sự nghiệp ở những năm đất nước Việt Nam mới mở cửa với thế giới bên ngoài sau một thời gian dài bế quan tỏa cảng (sau 1985). Vì vậy họ vừa có những đặc điểm của thế hệ trước đó, là coi trọng sự an toàn và ổn định trong nghề nghiệp, lại vừa cởi mở hơn, cho phép con cái chọn lựa các ngành học mới. Thêm nữa, vì rất bận rộn mưu sinh, họ gần như rất ít có thời gian gần gũi, theo dõi sự phát triển về tinh thần của con, mà tập trung vào việc kiếm tiền để cải thiện đời sống kinh tế của gia đình. Đối với họ, cho con cái được những giá trị về vật chất rất quan trọng, và đôi khi vì vậy họ quên đi rằng sự nuôi dưỡng về giá trị tinh thần cũng quan trọng không kém cho các em.

- Giả thiết thứ ba của tôi là cha mẹ của nhóm bạn trẻ này, vì cực khổ trong thời kỳ trưởng thành, phải giúp gia đình ra đời buôn chải sớm để mưu sinh, nên đối với con cái của họ, họ ngoài đòi hỏi trách nhiệm học giỏi ra, thì ít có những đòi hỏi khác như làm việc nhà, giúp kinh tế gia đình, phụ cha mẹ trong những lo âu cũng như gánh nặng khác. Họ lo lắng hết tất cả, và khi về nhà, chỉ

mong con cái được bình an, bảo bọc, hạnh phúc. Chỉ cần học giỏi và vâng lời, còn lại mọi cái họ không đòi hỏi nhiều.

Dựa trên ba giả thiết trên, tôi kết luận rằng nhóm bạn trẻ mà tôi đang hỗ trợ, vì thiếu cơ hội ra quyết định, làm lỗi, học từ lỗi lầm, cũng như thiếu cơ hội trải nghiệm, tiếp xúc với cuộc đời ngoài lăng kính học tập, tạo cho các em thành thói quen rằng tất cả quyết định quan trọng đều đã được làm sẵn cho mình. Kết quả là khi bước chân vào ngưỡng cửa trường đại học, nơi mà bỗng dưng các em thành người lớn, phải làm tất cả mọi quyết định từ nhỏ đến lớn như học bao nhiêu môn, học ngành gì, nếu không hợp thì đổi ngành gì, kết bạn với ai, tham gia nhóm hoạt động nào. Bên cạnh đó, các em có rất nhiều sự tự do như có thể không vào lớp vì không ai điểm danh, bắt đầu những mối quan hệ sâu hơn bạn bè vì ít bị kiểm soát hơn, tự quản lý thời khóa biểu vì giờ học không như dưới trung học, v.v...

Các bạn trẻ trong nhóm này vừa thích vừa sợ những thay đổi này, vì chưa biết cách cư xử sao cho tốt nhất.

Điều họ lo lắng nhất là những lỗi lầm có thể xảy ra vì quyết định của bản thân. Họ thường dựa vào những lời khuyên của bạn bè, cũng là những người chưa rõ ràng lắm về bản thân, để ra quyết định. Họ làm vậy vì khi có một ai đó giúp mình quyết định, họ vẫn thấy an tâm hơn.

Từ những quan sát trên, tôi nghĩ rằng để hỗ trợ cho nhóm sinh viên ở lứa tuổi này, điều quan trọng là:

1. Hướng dẫn cho các em những kỹ năng liên quan đến việc lập quyết định như kỹ năng suy nghĩ tư duy, kỹ năng suy nghĩ chiến lược, và kỹ năng phân tích vấn đề.
2. Khuyến khích các em tìm hiểu những giá trị quan trọng nhất

đối với bản thân, vì khi biết rõ điều gì quan trọng nhất với mình các em sẽ dễ dàng ra quyết định hơn.

3. Cho các em thấy rằng lỗi lầm là một phần tất yếu của cuộc sống và sự phát triển. Khi đã suy nghĩ kỹ, đã phân tích xong, hãy quyết định theo giá trị của mình. Rồi nếu quyết định ấy không phù hợp lắm cho bản thân, thì hãy học hỏi từ kinh nghiệm ấy, để lần sau ra quyết định tốt hơn.

Ghi chú của tác giả: Đây chỉ là những quan sát đầu tiên, và tôi nghĩ chắc phải mất vài năm nữa tôi mới biết những giả thiết của mình có chính xác hay không. Những tháng ngày gần đây, các em thuộc thế hệ sinh ra trong những năm 1988-1992 quay lại tâm sự, trò chuyện, chia sẻ tâm tư và cuộc hành trình của họ. Những gì các em kể tôi nghe chứng thực các giả thiết trước đây của tôi khá chính xác. Mong rằng một ngày không xa tôi có thể bắt đầu làm nghiên cứu về đề tài hướng nghiệp cho giới trẻ Việt Nam. Còn bây giờ, tôi chỉ có thể đưa ra những kết luận dựa vào quan sát và trực giác của một người hành nghề, điều mà cá nhân tôi cho rằng không thua nghiên cứu số liệu là bao.

Đoản khúc về Giáo dục và Việc làm

Một - GIÁO DỤC LÀ ĐẦU TƯ DÀI HẠN

Việc làm sau khi ra trường

Gần đây báo chí trong và ngoài nước hay nhắc đến những thống kê của các trường đại học về khả năng tìm được việc làm trong vòng ba tháng ngay sau khi sinh viên tốt nghiệp, kết thúc quá trình học tập ở trường họ. Đây đang dần là một trong những tiêu chí quan trọng được dùng để đánh giá chất lượng đào tạo của một trường đại học. Tôi nghĩ nó là một trong những công cụ tốt, nhưng cũng không thể không xét đến việc, nếu công cụ này bị

dùng sai, thì sẽ đi ngược lại với tầm nhìn của giáo dục hướng nghiệp mất.

Nó có thể được dùng sai như thế nào? Các trường đại học sẽ đưa nhau lập ra các chương trình thực tập hay tìm việc cho sinh viên để đặt các em vào các vị trí công việc ngay sau khi ra trường. Như vậy, thống kê trong vòng 3 tháng sẽ rất tốt, có thể đạt được đến 100%. Nhưng câu hỏi quan trọng nhất ở đây, theo cái nhìn của một người làm tư vấn hướng nghiệp, đó là “Các em có tồn tại được trong công việc ấy lâu dài hay không? Làm cách nào để giúp các em phát triển, học hỏi, yêu thích, và tự quản lý sự phát triển nghề nghiệp của mình sau công việc đầu tiên?”. Nếu chỉ vì con số, thì chúng ta không hề cần nhắc về mặt giáo dục cho sinh viên mình nữa. Chúng ta không còn muốn giúp các em trở thành những công dân tự tin, tự lập, mà chỉ quan tâm sao cho các em có một công việc ngắn hạn, chuyện xảy ra sau đó thì không quan tâm.

Mục tiêu của giáo dục luôn luôn và nên là sự phát triển đường dài - phát triển một con người đến mức có thể tự lập, có đủ khả năng tự lo cho bản thân, tự tìm ra lối đi, tự có quyết định phù hợp nhất với mình. Khi cá nhân phát triển tốt, gia đình sẽ ổn, xã hội sẽ lành mạnh hơn nhiều.

Tiền lương và học phí

Cha mẹ, học trò, và rất nhiều người khác nghĩ rằng số tiền lương mà một sinh viên mới ra trường nhận được phải tỷ lệ thuận với học phí mà các em và gia đình đã bỏ ra cho chương trình đại học. Nhưng trong thực tế, không cần biết bạn học ở trường, bạn trả học phí cao như thế nào, khi bạn đã tìm kiếm các cơ hội việc làm tại Việt Nam, ở trong các vị trí ban đầu dành cho sinh viên mới ra trường, thì bạn phải chấp nhận mức lương của công ty nêu ra. Chất lượng làm việc của một nhân viên phải được chứng minh và

công nhận qua sự thể hiện hàng ngày, chứ không phải do tên trường, tên ngành học, hay số tiền bạn đã đóng học phí. Hãy chứng minh bản thân qua những hành động hàng ngày, trong một thời gian dài hơn 6 tháng, bạn nhé, trước khi đòi hỏi được người khác công nhận và đánh giá cao.

Giáo dục luôn là đầu tư đường dài. Các em dù đã tốt nghiệp ở đâu cũng phải đi qua đoạn đường đầu tiên của phát triển nghề nghiệp, nghĩa là bắt đầu từ con số 0 ở một doanh nghiệp/công ty nào đó. Sau một thời gian làm việc, chất lượng của chương trình đại học mà các em đã học sẽ có tác dụng. Đây là lúc các em có thể áp dụng kiến thức, kỹ năng, và chạy nước rút. Chỉ khi ấy, các em có thể nhảy công ty, nhảy mức lương và từ từ thăng tiến. Đó mới là lúc người ta có thể thấy được chất lượng giáo dục đại học quan trọng như thế nào.

Bản thân tôi và rất nhiều bạn bè học ở Mỹ đã phải mất gần 10 năm mới trả xong nợ học phí cho chính phủ. Đừng bao giờ nghĩ rằng chúng ta sẽ lấy lại “vốn” đã bỏ vào học phí đại học chỉ trong vài năm đi làm sau khi mới ra trường. Vì khi đã đi làm, bạn sẽ có những chi tiêu khác, phát triển khác, dự định khác, như học lên thạc sĩ, như học thêm nghề này nghề kia, như bắt đầu kinh doanh, v.v... Nên cha mẹ và các em ơi, nếu đã cho con đi học, thì hãy coi như đó là món quà và sự đầu tư cho con trong tương lai, và đừng mong lấy lại trong vòng vài tháng hay vài năm ngắn ngủi, vì điều đó gần như là không thể.

Hai - TÂM QUAN TRỌNG CỦA ĐỨC TÍNH KHIÊM TỐN

Sáu năm qua, trong suốt thời gian tư vấn hướng nghiệp tại Việt Nam, tôi ngạc nhiên nhận ra rằng những cựu sinh viên gặp khó khăn nhất sau khi đi làm, tìm đến tôi để được hỗ trợ, không phải là các em có điểm trung bình thấp, mà ngược lại, là những sinh viên có điểm trung bình khá cao và khá nổi bật trong thời gian đi

học. Lý do là vì những mong đợi của họ dành cho môi trường làm việc rất không thực tế.

Ở ghế nhà trường, các em học rất nhiều lý thuyết, được trao cơ hội làm những bài tập hứng thú, có cơ hội thực hành trong các câu lạc bộ trong và ngoài trường ở những vị trí quan trọng. Do đó, các em quen nắm vai trò lãnh đạo, quen được tôn trọng và lắng nghe, quen được ra ý kiến và được nắm quyền chủ động. Kết quả là, khi vào một doanh nghiệp lớn, phải bắt đầu từ vị trí thấp nhất, các em không chịu nổi những công việc nhỏ nhỏ căn bản hàng ngày, không chịu được hệ thống nặng nề chần chừ của công ty, không chịu được những anh/ chị lớn tuổi hơn, ừ lì không thích thay đổi, v.v... và v.v... Và kết quả là các em bỏ việc trong vòng 3 tháng, nhảy qua nơi khác, lại bỏ việc trong vòng 3 tháng, cứ thế và cứ thế,...

Các em quên rằng, khi bước vào một nơi mới, các em cần phải quan sát, học hỏi, khiêm tốn, có thái độ làm việc tốt. Nếu không thể làm việc nhỏ, làm sao có thể làm việc lớn sau này. Nếu chưa hiểu rõ hệ thống, làm sao các em có thể thay đổi nó. Nếu chưa xây dựng được quan hệ với đồng nghiệp, ai sẽ lắng nghe ý kiến của các em đây. Nếu chưa hiểu những khó khăn mà mọi người đang gánh chịu, thì làm sao biết được ý kiến em có thực tế hay không. Sẽ bức bối biết bao khi mọi người cần sự hỗ trợ của em, em lại không làm mà đi nghĩ những kế hoạch cao lớn trên trời dưới biển không thực tế chút nào.

Nếu các em kiên nhẫn, ở lâu chút, hiểu nhiều chút, chịu khó chút, từ từ sẽ có được niềm tin của mọi người xung quanh, hiểu hệ thống, sẽ tìm ra cách làm việc hiệu quả. Nếu khi ấy các em vẫn cảm thấy không phù hợp, thấy nơi này không đáng để đầu tư và phát triển, thì ít ra khi ấy em có thể ra đi một cách vui vẻ, giữ quan hệ với nơi làm việc cũ, cũng như biết được mình thích gì,

làm ở đâu, nơi nào tốt hơn cho mình. Lúc ấy, sự rời đi của các em là để phát triển, để chuyển biến, chứ không phải là để bỏ chạy.

Rất ít ai bỏ qua được giai đoạn này, những năm đầu sau đại học, dù em có là người học giỏi nhất trường hay không. Chỉ khi trải qua nó, học từ nó, mới có thể vững vàng hướng về phía trước.

Vì vậy, hãy khiêm tốn, lắng nghe và học hỏi. Khiêm tốn không có nghĩa là tự ti, mà ngược lại, khiêm tốn chỉ có thể xuất hiện khi một người có đủ tự tin để dám nói với bản thân và với người khác, rằng: “Tôi còn biết ít, tôi muốn học thêm. Tôi đã giỏi, nhưng vẫn muốn học hỏi từ người khác”.

Ba - LỜI NHẮN GỬI

Sinh viên ơi, các em lớn lên ở một thế hệ rất khác với tôi và những người đi trước. Các em được bao quanh bởi công nghệ thông tin, nên chuyện gì xảy ra cũng nhanh cũng gọn. Các em không thích đợi khi internet không kết nối liền. Các em chưa phải đi bộ 5 km cho một quán cà phê mình ưa thích. Các em không cần đợi thật lâu cho một chiếc áo mình muốn mua. Do đó, đợi chờ không phải là từ quan trọng.

Thêm nữa, các em tiếp xúc với mạng xã hội hàng ngày, và được thông tin từ bạn bè, người quen rất nhanh. Do đó, các em đánh mất thói quen tìm hiểu thông tin một cách kỹ lưỡng hơn, có chiều sâu hơn. Các em dễ bị ảnh hưởng từ những cảm xúc tiêu cực của người khác, để rồi hay vội vàng ra quyết định.

Tôi chỉ mong các em đọc ghi chú này để hiểu rằng, những thành công và giá trị nào trong cuộc sống cũng cần thời gian và sự trải nghiệm. Đừng đòi hỏi kết quả trước khi bỏ ra công lao. Trước khi bỏ học để tìm kiếm sự nghiệp như Bill Gates hay Steve Jobs, hãy tìm hiểu thật kỹ bao nhiêu người làm như họ mà thành công? Và

họ phải có những tố chất gì, sống trong hoàn cảnh nào để được thành công như vậy? Trước khi đòi hỏi đãi ngộ và sự thông cảm từ đồng nghiệp ở công ty, hãy tự hỏi mình đã đầu tư vào mối quan hệ chỗ làm, đầu tư vào công việc như thế nào.

Nhưng tôi chưa bao giờ ngừng tin tưởng vào các em, chưa bao giờ ngừng ngưỡng mộ sự nhiệt tình, mạnh mẽ, sức sống của các em, chưa bao giờ ngừng yêu thương các em.

Tôi tin, các em sẽ tìm ra con đường của mình.

Có lẽ cũng phải “hù” các em một chút

Không biết có phải càng lớn tuổi càng khó tính hay không, mà sao dạo này tôi hay lo đứng lo ngồi cho sinh viên của mình (trong RMIT) và không phải của mình (ngoài RMIT) lắm. Bản thân tôi không thích phê bình hay xoáy vào những điểm còn yếu của thế hệ trẻ hơn vì tôi quan điểm rằng chê bai không giúp được gì các em mà chỉ làm họ nản lòng, thoái chí. Nhưng những quan sát gần đây làm tôi lo quá, nên quyết định gióng một tiếng chuông chia sẻ với các em những lo âu của mình. Mong rằng sự “hù dọa” này giúp các em chút nào trong việc chuẩn bị cho tương lai mình một cách thực tế hơn.

ẢO TƯỢNG LÀM GIÀU

Tôi tin chắc ai chịu khó đọc tin tức hay lướt web đều đồng ý rằng gần đây những khóa học về làm giàu tại Việt Nam khá thịnh hành. Đi kèm là những thông tin, câu chuyện trên báo đài về sự thành công của nhà khởi nghiệp trẻ này, nhà khởi nghiệp trẻ khác, v.v...

Điều đáng tiếc là nếu dễ dàng tin vào những khóa học ấy, hoặc muốn lập tức theo gương các bạn trẻ với những câu chuyện khởi

nghiệp ấy, các em dễ sa lầy vào những mong muốn gắn với ảo tưởng, xa rời thực tế, dễ rồi dễ nản lòng thoái chí đến nỗi không chịu sống một đời sống thực tế sau này.

Đằng sau những câu chuyện thành công nổi bật tại Việt Nam luôn thấp thoáng bóng dáng một gia đình vững chãi từ tài chính, kiến thức, kinh nghiệm, cho đến mạng lưới chuyên nghiệp. Hãy làm cuộc nghiên cứu bỏ túi đi, các em sẽ thấy những câu chuyện trên báo đài chỉ nói lên phần nổi của sự thành công, mà không hề nói đến những yếu tố quan trọng nhất giúp các bạn trẻ ấy: đó là gia đình của họ. Gia đình đầu tư cho con cái từ những ngày còn bé, trong việc học, trong việc đào tạo, chuẩn bị cho các em rất nhiều thứ cần thiết cho con đường khởi nghiệp của họ. Đừng bao giờ nghĩ rằng “người ấy tự thành công một mình, không cần gia đình họ”. Đó là câu nói ngây thơ vì không có gia đình hỗ trợ trong giáo dục từ nhỏ, chỉ tiêu hàng ngày trong thời gian mới ra đời, cho đến mạng lưới quan hệ sau này, sự thành công trong kinh doanh của một bạn trẻ tại một nơi mà tất cả đều dựa vào sự quen biết như Việt Nam là điều không tưởng.

Vậy nên, hãy ngừng đọc báo, ngừng share facebook những mẩu chuyện ấy với các lời comments chanh chua hay cảm phục. Thay vào đó, hãy nhìn quanh mình để tìm những câu chuyện thành công gắn với hiện trạng của mình nhất, học hỏi từ họ, tìm tòi những yếu tố nào giúp họ đến được ngày hôm nay. Các em sẽ thấy một công thức khá đơn giản: chịu khó làm việc (chịu khó làm chứ không phải chịu khó tưởng tượng đâu nhé), luôn học hỏi, khiêm tốn, thực tế, đi chậm, lựa cơm gạo nếp, không ảo tưởng. Đó có thể đơn giản là một người con trai từ ngoại tỉnh về thành phố học, tốt nghiệp, lặn lội đi làm chừng 7, 8 năm trong một công ty nhỏ, bên ngoài làm thêm công việc phục vụ quán cà phê, để từ từ thuê mặt bằng mở một quán nhỏ lề đường với thu nhập đủ nuôi mình và gia đình nhưng vẫn không nghỉ công việc

toàn phần ở công ty nhỏ kia. Đó có thể là một người con gái vượt khó ráng tốt nghiệp lớp 12 bằng bổ túc văn hóa, thi trầy trật vào được một chương trình đại học của một đại học loại khá, vừa đi dạy thêm vừa đi học để tự lo cho bản thân, chầm chậm chịu khó trau dồi kiến thức, kỹ năng, để rồi khi ra trường từ từ tìm được một công việc toàn phần ở công ty hạng trung, nhưng không bỏ công việc dạy thêm hàng đêm để thêm thu nhập. Hai câu chuyện này so ra khá “tầm thường” với những câu chuyện kia, nhưng nếu so sánh hiện tại của họ với mức khởi đầu, tôi cho rằng câu chuyện thành công của họ đáng được để ý không kém.

Vì vậy, tôi nghĩ các em hãy ngừng đọc những câu chuyện của người khác mà hãy bắt đầu viết câu chuyện của bản thân mình, từng chương từng chương một.

ẢO TƯỢNG VỀ SỰ PHÁT TRIỂN CỦA NỀN KINH TẾ VIỆT NAM

Quả thật là Việt Nam đang phát triển rất nhanh, đầu tư nước ngoài ào ạt vào rất nhiều. Quả thật là nhu cầu lao động tại Việt Nam luôn cao, nhân tài luôn được cần trong những năm gần đây và sắp tới. Nhưng điều này không xảy ra mãi mãi, chưa nói rằng nó có thể chấm dứt bất cứ lúc nào.

Hãy đọc bản báo cáo của Ngân hàng thế giới 2014 về thị trường nhân lực Việt Nam để giựt mình nhìn lại mình. Nếu chúng ta không đáp ứng được thị trường đầu tư nước ngoài về vấn đề nhân lực, họ sẽ không ở đây lâu đâu. Chúng ta không phải là quốc gia duy nhất có đủ điều kiện phù hợp với nhu cầu nhân công rẻ của họ.

Nếu họ vẫn ở, hãy nhìn vào những hiệp nghị mà chính phủ Việt Nam liên tục ký gần đây, từ TPP đến Asean, thì sẽ hiểu người lao động Việt sẽ bị cạnh tranh ngay trên sân nhà. Câu hỏi là, chúng ta có cạnh tranh nổi không nếu không chuẩn bị từ bây giờ?

Còn nữa, các nước mà sinh viên Việt Nam chọn du học đang dần siết chặt luật lao động của họ. Nước Anh đã ngưng việc cho sinh viên tốt nghiệp cử nhân ở lại làm, mà buộc họ phải quay về nước ngay sau khi tốt nghiệp. Những nước khác cũng sẽ từ từ theo sau. Điều này có nghĩa là gì: sinh viên du học nước ngoài sẽ quay về cạnh tranh trên thị trường lao động nội địa. Vậy thì nếu em đang là sinh viên trong nước, em nên thực sự bắt đầu tự hỏi: “Tôi phải làm gì để chuẩn bị khi ra trường có đủ sức cạnh tranh tìm được một việc làm tốt cho bản thân?”.

GIA ĐÌNH

Tôi vẫn thường tự hỏi vì sao cha mẹ Việt Nam luôn khó những thứ không cần thiết và dễ những thứ không nên dễ. Ví dụ, họ thật khó khăn trong việc không cho con đi chơi, đi làm thêm, đi gặp bạn bè, tham gia hoạt động ngoại khóa. Họ chỉ muốn con họ ở nhà, ngay dưới ánh mắt của họ, hay ngồi trong lớp học thêm, cho họ yên tâm. Ngược lại, họ thật dễ dàng trong việc cho phép con không làm việc nhà, không yêu cầu con chịu trách nhiệm cho những quyết định của đơn giản hàng ngày, cho phép con mua những vật dụng đắt tiền. Họ la mắng làm con xấu hổ, nhưng ít khi phạt bằng hành động thực tế.

Tôi nghĩ, thay vì “quản” con và “chỉ” cho con nên làm gì từng bước, từng bước, cha mẹ hãy tập cho con biết tự xác định mục tiêu, biết ra quyết định dựa trên những gì trong tâm với của mình, biết chịu trách nhiệm với quyết định của mình, biết giải quyết vấn đề của riêng mình. Đừng làm giùm con, quyết định giùm con, hay sống giùm con nữa nếu không muốn nó mãi mãi không trưởng thành.

Nói thật, tôi luôn thấy chướng mắt khi nhìn cha mẹ dẫn con đi nộp đơn vào trường đại học, viết đơn cho con, hỏi câu hỏi giùm con, liên lạc thầy cô thay con. Có lẽ 10 năm trước, khi con 8 tuổi,

cha mẹ nên từ từ cho con tự làm những thứ nhỏ nhỏ, thì 10 năm sau, khi con 18 tuổi, cha mẹ chỉ cần lắng nghe thông tin từ con, nghe con báo cáo, hỏi con lý do vì sao, rồi hỗ trợ tài chính với những giới hạn mà cả hai điều hiểu. Như vậy sẽ tốt hơn nhiều.

KẾT

Ôi, tôi viết bài này trong hai nỗi sợ, “Sợ mình bị ném đá” và “Sợ mình không được các em thương nữa”. Nhưng tôi xin đính chính, tôi không ngừng yêu quý các em. Tôi chỉ muốn các em thực tế hơn, cố gắng hơn, bớt ảo tưởng hơn, có trách nhiệm hơn, và thôi đừng ngây thơ dựa dẫm vào người khác nữa khi đã 18 tuổi rồi.

Các em ơi, hãy bước vào đời với chân cứng đá mềm, hãy bắt đầu sống và viết câu chuyện của mình đi nhé.

Có những lúc mình nên buông tay trước

Khi viết những dòng này, hiện lên trong trí tôi là hình ảnh một gương mặt còn khá nhiều nét trẻ con, làn da trắng, đôi mắt đen long lanh, và nụ cười nửa e thẹn nửa phá phách.

Đó là một buổi tư vấn khá dài, nhưng không kém phần thú vị. Câu chuyện của em theo các câu hỏi từ từ mở ra, với nhiều thông tin làm chính bản thân em ngạc nhiên: “Ồ, hồi trước tới giờ em không nghĩ theo cách này cô ạ”. Và cảm xúc em càng về cuối càng nhẹ nhàng hơn: “Ừa, vậy là sếp em cũng kiên nhẫn và quan tâm đến em vậy hả cô! Em cứ tưởng... cứ tưởng... sếp muốn đuổi em sớm đó chứ”.

Theo tôi, một chuyên viên tư vấn hướng nghiệp, thì em đang ở trong một vị trí hoàn toàn không phù hợp với những khả năng thiên phú của em. Em có khả năng ở một lĩnh vực hoàn toàn khác, và đã có nhiều thành quả rất tốt trong lĩnh vực ấy. Nhưng

em lại chọn công việc hiện tại. Kết quả là em thường phải cố gắng rất nhiều chỉ để hoàn thành công việc được giao ở mức tạm chấp nhận được. Em mất tự tin. Sếp bức. Đồng nghiệp bị ảnh hưởng. Nhưng ở mặt khác, mọi người đều yêu quý em, thích có sự hiện diện của em trong văn phòng. Đó có lẽ là lý do chính khiến em vẫn còn làm việc tại vị trí này.

Em hoàn toàn đồng ý với phân tích trên, nhưng điều làm tôi ngạc nhiên là phát hiện đó không làm em quan tâm bằng việc nhận ra rằng sếp em không hề ghét em như em tưởng. Bên cạnh những khoảnh khắc bức bối của sếp khi em làm lỗi, sếp đã cố gắng rất nhiều để giúp em trong cương vị hiện tại, kiên nhẫn với những lỗi chuyên môn của em, và luôn tìm cách hỗ trợ hay khen ngợi em khi có thể. Việc hiểu ra những điều đó đã nhắc nhở lòng em gánh nặng bao ngày nay, giúp em có quyết định và chuẩn bị tốt hơn cho cuộc hành trình sắp tới.

Em không phải là người trẻ duy nhất tôi gặp có những quyết định nghề nghiệp hoàn toàn dựa trên cảm tính. Họ rời bỏ hay tiếp tục làm ở một vị trí công việc chỉ vì họ rất quý tình cảm đồng nghiệp, đặc biệt là sợi dây liên hệ với sếp trực tiếp. Xin đừng hiểu lầm, ở đây không có chuyện “tình cảm éo le” như trong các phim tình cảm chúng ta hay thấy trên ti-vi đâu nhé. Ở đây hoàn toàn là tình cảm thuần túy giữa người và người, đặc biệt nếu họ có xuất thân từ cùng một trường đại học, có cùng nền tảng văn hóa, có cách suy nghĩ và cách làm việc khá giống nhau.

Trong trường hợp trên, chắc người sếp của bạn trẻ nọ cũng nhức đầu lắm vì khả năng chuyên môn trong công việc của nhân viên mình. Nhưng, bạn ấy cũng là người trẻ, cũng tôn trọng tình cảm giữa mình và nhân viên, cũng coi trọng sự hòa hợp trong văn phòng, nên ráng gồng mình chịu đựng, có khi còn làm việc thay cho em ấy để khỏi bị lỗi.

Ở những trường hợp trên, tôi thẳng thắn chia sẻ cùng các em: “Có lẽ đã đến lúc mình nên buông tay, bước đi em ạ”. Rồi bỏ một công việc không có nghĩa là mình phản bội lại đồng nghiệp của mình, không đồng nghĩa với việc mình bỏ rơi họ, không còn là bạn bè họ, càng không có nghĩa là mình là kẻ thua cuộc đâu em. Rồi đi một vị trí không phù hợp mình đúng lúc, kèm với sự hiểu biết về bản thân, sẽ giúp mình tìm ra một vị trí thích hợp hơn ở nơi khác, giúp mình phát huy điểm mạnh, đồng thời vẫn giữ được mối quan hệ tốt với đồng nghiệp và sếp cũ. Nếu ở quá lâu, mình từ từ cũng sẽ bị đào thải, nhưng lại theo cách mà cả hai bên đều rất buồn.

Tương tự như vậy, nếu đang ở trong vị trí cấp trên của ai đó, và gặp trường hợp như trên, hãy giúp nhân viên của bạn nhận ra điểm mạnh thật sự nằm ở đâu. Nếu có vị trí phù hợp với điểm mạnh của em ấy trong công ty thì có thể giúp em ấy chuyển vào vị trí ấy. Nếu không có, thì hãy thẳng thắn phân tích và cho em ấy cơ hội tìm nơi làm việc khác. Đó mới thật là quan tâm và yêu thương họ. Vì khi giữ họ ở vị trí không phù hợp, bạn chỉ làm cho họ ngày càng mất tự tin, bị khủng hoảng, mà hiệu quả trong đội bạn càng ngày càng xuống thấp.

Tôi mong chờ một ngày nọ, cô bé dễ thương trên sẽ quay về chia sẻ với tôi một câu chuyện hoàn toàn khác - câu chuyện em đã tìm được vị trí thích hợp với mình. Ở thời điểm hiện tại, tôi tin rằng em đang từng bước đi về phía ấy.

Dưới đây là những lá thư cùng những lời tự sự từ các sinh viên hay cựu sinh viên mà tôi đã gặp và tư vấn vào những năm trước. Với sự cho phép của các em ấy, tôi chia sẻ lời tâm sự về những trải nghiệm của họ ở phần này như món quà cho lớp đàn em trẻ hơn với lời nhắn: “Có thể ở lúc hiện tại em đang rối tung rối mù, không biết nên đi về đâu, không biết phải quyết định gì. Nhưng

một ngày nào đó mọi việc sẽ ổn. Hãy sống trọn từng giây phút, và khi cần thì ngừng lại, suy ngẫm, so sánh mình với bản thân một năm trước đây, rồi đứng lên đi tiếp, các em nhé”. Rất nhiều khi, người ta thường nghĩ đến thành công như một kết quả tròn trịa, đẹp đẽ. Nhưng nếu ngẫm nghĩ kỹ lại, thì thành công là những gặt hái nhỏ bé hằng ngày, là trải nghiệm hơn là đích đến.

MỘT CHẶNG ĐƯỜNG

Phoenix thương, Em tự thấy mình tìm thấy chút đỉnh định hướng trong cuộc sống, nên viết cho chị nè.

Trước tiên, em tóm tắt quá trình từ lúc thôi việc ở công ty headhunter^(*) tới giờ nhé. Em nghỉ việc được một tháng thì ba mẹ thuyết phục quay lại làm công việc bán hàng cho công ty gia đình, lúc này đang khó khăn. Đây là lần quay lại thứ ba, nên em đã biết: (1) không thích công việc; (2) ba mẹ là sếp, không thể về nhà là quãng việc ngoài cửa; (3) cô độc trong công ty vì nhân viên giữ kẽ với mình và ngược lại. Biết vậy nhưng em vẫn đồng ý vì: 1) không nỡ từ chối hai cụ; (2) nhìn ba mẹ vui chắc mình ráng được; (3) buôn bán, quảng giao không phải thế mạnh của mình, nhưng là kỹ năng thì có thể học được mà. Trong một năm qua có lúc bỗng lúc trầm, nhưng nhìn khái quát thì em thấy mình là gánh nặng hơn là sự giúp đỡ. Em định nghỉ mấy lần, nhưng nghĩ mình nuông chiều bản thân quá, lại nghĩ tới sự thất vọng của ba, nên em ở lại. Thật ra sự hữu ích của em với công ty chỉ là tự đánh lừa bản thân, thứ công ty cần là doanh số thì em không tạo ra được, làm kế hoạch phát triển đầu tư em cũng chịu. Em mệt mỏi với việc làm ba mẹ và bản thân mình thất vọng, với việc không độc lập tài chính và với việc chán ghét bản thân. Tuy nhiên, em không muốn lặp lại việc thay quyết định sai lầm này bằng một quyết định nóng vội khác, nên em đang trong giai đoạn “tĩnh” trước khi tìm công việc mới.

() Headhunter: từ dùng để chỉ các công ty làm trung gian tìm người cho công tác tuyển dụng nhân sự, cũng như hỗ trợ tìm việc cho người có nhu cầu tìm việc.*

Em rút ra những điều này:

(1) Em không còn kỳ vọng vào một công việc hoàn hảo thỏa mãn tất tần tật đam mê, điểm mạnh, tài chính, giá trị sống,... Nếu tìm được thì coi như may mắn, không thì em chỉ cần đáp ứng được tài chính ổn định, không làm những việc liên quan đến những điểm chưa phải là điểm mạnh của em. Phần còn lại, em gom qua sở thích, hoạt động ngoại khóa.

(2) Công việc có môi trường lành mạnh có thể giúp đỡ người khác; không trực tiếp chịu trách nhiệm tiền bạc; lương không cần cao nhưng ổn định, bảo hiểm; nghỉ thứ Bảy, Chủ nhật và có nghỉ phép.

(3) Thành thật với bản thân là quan trọng ngang với hiểu bản thân.

(4) You won't always get what you WANT but if you try sometimes you'll get what you NEED^(*). Đã biết câu này từ lâu nhưng bây giờ em mới thấm chút đỉnh. Từ tri tới hành thiệt không đơn giản ha chị. Em vào headhunter vì muốn một bước chuyển trong sự nghiệp, rốt cuộc cái em được là biết loại việc không hợp, và bất ngờ hơn là có được những người bạn tốt. Đồng nghiệp thường là bè, tìm được bạn trong văn phòng thiệt đáng quý.

() Câu này có nghĩa là: Bạn thường không đạt được cái bạn muốn, những đôi khi, nếu chịu cố gắng thì bạn sẽ có được cái bạn cần.*

Em vui vì lần này có thể bình tĩnh và từ tốn phân tích sự việc,

nhìn nhận công và tội của bản thân. Em mới nghĩ ra tới đây... à, từ từ nghĩ tiếp. Có gì Phoenix góp ý giúp em ha, không thì “lắng nghe” như vậy là quý rồi.

Cảm ơn chị.

CÂU CHUYỆN CỦA TRÂM

Cũng như bao sinh viên khác, năm 2010 tôi rời Đà Lạt đến Sài Gòn bắt đầu những năm tháng đầu tiên của quãng đời đại học, đạt được học bổng toàn phần ở trường RMIT là một vinh hạnh cho tôi nhưng cũng kèm theo vô vàn thử thách. Tôi cảm thấy chênh vênh vì cảm thấy mình quá bé nhỏ giữa Sài Gòn, cảm thấy lạc lõng vì nghĩ rằng mình là đứa duy nhất có gia đình khó khăn trong môi trường nhiều bạn có điều kiện khá giả hơn rất nhiều.

Gia đình tôi chỉ có ba người, ba, mẹ và tôi, mẹ tôi đã nghỉ hưu, ba đang làm công nhân viên cho một công ty cổ phần. Tổng thu nhập lúc đó của gia đình không quá năm triệu, và với số tiền đó, ba mẹ đã tần tặn, làm thêm các công việc khác để đảm bảo cuộc sống cho tôi ở Sài Gòn. Và vì vậy, tôi xác định mình phải cố gắng thật nhiều. Nhưng những lựa chọn và mục tiêu luôn làm tôi lạc lối và cảm thấy bối rối. Tôi đang học không vì bất cứ mục tiêu nào, không vì lý do gì, không biết mình học để làm gì. Và những lúc lạc lối đó, tôi đều mong muốn tìm được người có thể lắng nghe những băn khoăn của mình và giúp tôi tìm ra con đường và mục tiêu phù hợp.

Trong một lần tình cờ, tôi nhìn thấy thông tin giới thiệu chương trình “Xây Dựng Sự Nghiệp: Tôi là ai?” (“Career Builder: Who I am?”) trên bảng thông báo của trường, tôi quyết định tham gia hội thảo. Thời điểm đó, tôi chưa biết về Phoenix.

Trong suốt quá trình tham gia hội thảo, giọng nói dịu dàng, cách

truyền tải thuyết phục và những lời khuyên hết sức tâm lý của người diễn giả đã làm tôi vô cùng ấn tượng. Tôi về nhà và nhớ mãi câu nói của người diễn giả ấy: “Em hãy tự hỏi mình câu hỏi ‘Tôi là ai?’, đó phải là chính con người em, là em, không phải địa vị, ngoại hình hay khả năng; rồi em sẽ tự tìm thấy con đường của chính mình”.

Và tôi bắt đầu tự hỏi mình “Tôi là ai?”. Nhưng cũng như những người trẻ khác, tôi chưa có nhiều kinh nghiệm sống, chưa đủ trải nghiệm để có thể hiểu được chính mình. Được sự gợi ý của người bạn và được biết người diễn giả đang làm việc tại phòng tư vấn hướng nghiệp của trường, tôi tìm đến phòng này, qua mô tả của tôi, người quản lý phòng đưa tôi đi gặp người diễn giả ấy. Và đó là lần đầu tiên tôi trò chuyện cùng Phoenix. Khác với những gì tôi hình dung, Phoenix không nói nhiều trong buổi trò chuyện đầu tiên đó, Phoenix lắng nghe câu chuyện của tôi, Phoenix phân tích những vấn đề tôi gặp phải, và cho dù tôi biết là tôi trình bày vấn đề theo hướng lòng vòng vì căng thẳng và Phoenix khá bận rộn nhưng chị vẫn kiên nhẫn và chăm chú lắng nghe tôi. Rồi Phoenix chia sẻ về tuổi trẻ của Phoenix, về câu chuyện của những sinh viên khác, tôi như thấy chính mình trong từng câu chuyện.

Những câu chuyện đã truyền cho tôi niềm cảm hứng. Dần dần buổi nói chuyện trở nên gần gũi, Phoenix khuyên tôi nên lắng nghe tiếng nói bên trong (inner voice), lắng nghe chính bản thân mình và tránh tình trạng hoảng loạn, tôi cần học cách tự tin vào bản thân, và tôn trọng sự khác biệt. Chị cũng gợi ý tôi nên tham gia nhiều hoạt động, tiếp xúc với nhiều người hơn để hiểu hơn về bản thân.

Tôi về nhà, tìm đọc những quyển sách và tài liệu Phoenix gợi ý (như “7 Aha! Khởi sáng tinh thần và giải tỏa stress” của Mike George, một số video clip của Thầy Thích Nhất Hạnh) để tìm bình

yên nội tâm (inner peace). Tôi cũng bắt đầu tham gia nhiều hoạt động hơn, tiêu biểu, tôi tham gia lớp học kỹ năng mềm Awake Your Power, tham gia tổ chức cuộc thi Thử Thách Marketing, và các hoạt động tình nguyện khác. Đúng như lời Phoenix, càng tham gia nhiều, cống hiến và tiếp xúc với các bạn sinh viên khác tôi càng hiểu rõ chính mình. Tôi nhận thấy mình có điểm mạnh ở khả năng tìm kiếm thông tin, tương tác, lắng nghe và hỗ trợ con người. Tôi xác định mục tiêu cuộc sống của tôi lúc đó là giúp đỡ những bạn sinh viên có cùng những lo lắng và trạng thái lạc lối như tôi đã trải qua. Và vì lý do đó, tôi quyết định tham gia tổ chức sinh viên AIESEC và ứng cử vị trí Phó Chủ tịch cho ủy ban tại RMIT. Trong suốt thời gian làm việc tại tổ chức AIESEC, với công việc chính là hỗ trợ các bạn sinh viên tại RMIT tìm công việc thực tập tại nước ngoài, tôi có dịp được tiếp xúc, hiểu rõ những khó khăn mà các bạn gặp phải và tôi dùng phương pháp mà Phoenix đã giúp tôi để hỗ trợ các bạn. Bên cạnh đó, hiểu rõ giá trị của những lời khuyên của Phoenix, tôi giới thiệu Phoenix cho các bạn sinh viên để các bạn có thể tìm ra con đường cho chính mình. Cũng trong thời gian đó, tôi bắt đầu nhận ra ước mơ của mình là thành lập một trường học dành cho trẻ em không có điều kiện đến trường, và tôi bắt đầu mơ tưởng con đường đến ước mơ của mình. Tôi muốn tìm một học bổng du học để có thể mở mang trí thức và tầm mắt, tiếp cận với nền giáo dục tiên tiến để đưa vào ngôi trường của mình. Nhưng trước hết, với sự tư vấn của Phoenix, tôi nhận ra rằng một nền tảng kinh nghiệm nhất định để hiểu rõ về bản thân, học hỏi thêm kiến thức, kinh nghiệm thực tế là vô cùng cần thiết, và vì thế tôi quyết định tìm kiếm một công việc sau khi ra trường để hoàn thiện bản thân.

Năm 2012, tôi bước vào học kỳ cuối cùng kèm theo những khủng hoảng tiền tốt nghiệp. Tôi sợ rằng mình sẽ không tìm được việc trong nền kinh tế đang khủng hoảng, tôi lo lắng công việc không phù hợp với mình, và một lần nữa, tôi tìm đến Phoenix. Phoenix

và tôi lại cùng ngồi với nhau, chị vẽ cho tôi bản đồ sự nghiệp (career map), chị hướng dẫn tôi tìm ra điểm mạnh và điểm yếu của bản thân và những công việc mà tôi có thể phù hợp. Chị cũng hỗ trợ tôi cách viết CV và đơn xin việc sao cho hiệu quả và nhấn mạnh vào cá tính bản thân.

Với sự hỗ trợ của Phoenix, tôi đã tìm được công việc mà tôi cho là trong mơ tại thời điểm đó, một công việc với môi trường tốt, chuyên nghiệp của một tập đoàn đa quốc gia. Tôi đã học hỏi được rất nhiều, từ đồng nghiệp, từ quản lý. Nhưng tôi lại quên mất một yếu tố tiên quyết - sự phù hợp của tôi với tính chất công việc và môi trường. Và tôi lại rơi vào trạng thái hoảng loạn. Tôi cảm thấy công việc không phù hợp với bản thân và tôi không phù hợp với công việc. Tôi không còn tự tin vào bản thân, tôi ép mình phải làm tốt tất cả mọi việc, ngay cả công việc tôi cảm thấy bản năng và giá trị của tôi không phù hợp, tôi buộc tôi phải làm hài lòng tất cả mọi người, ngay cả người tôi không hòa hợp. Tôi tìm kiếm sự hoàn hảo và tôi ép mình phải hoàn hảo trong mọi thứ, và việc đó làm tôi vô cùng căng thẳng. Mỗi buổi sáng thức dậy, tôi đều cảm thấy không có sức lực, tôi không thể tìm được cảm hứng làm việc. Tôi nhận thấy mình không tìm được cân bằng trong cuộc sống.

Tôi nhận ra rằng tôi đã rất thích ngành học của mình – entrepreneurship (ngành khởi nghiệp) vì nó phù hợp với tôi, vì cơ bản đó là tôi, với phóng khoáng trong khuôn khổ, nề nếp trong sáng tạo, với thả mình vào rủi ro để quản lý chính rủi ro đó, với chịu trách nhiệm cùng lúc với nhận thành quả. Tôi sợ bị bó buộc vào một nguyên tắc nhất định, sợ mình bị biến thành một con vít trong một cỗ máy. Và quan trọng nhất là đây không phải con đường có thể dẫn tôi đến ước mơ của mình. Tôi quyết định thay đổi công việc.

Nhưng những quyết định lớn thường không dễ dàng, đặc biệt khi

đó là công việc đầu tiên của tôi. Tôi đấu tranh nội tâm rất nhiều, giữa cái đầu và trái tim. Mặc dù ba mẹ tôi ủng hộ mọi quyết định của tôi, nhưng tôi biết cả hai sẽ rất lo lắng cho tôi. Các quản lý ở công ty cố gắng nói chuyện với tôi, thuyết phục tôi, và họ thực sự rất tốt khi đưa ra những cách thức giúp tôi vượt qua khủng hoảng. Nhưng tôi biết tôi không thể phát huy hết tất cả khả năng của mình và điểm mạnh của mình nếu cứ tiếp tục, bởi tôi không cảm thấy hạnh phúc. Tôi phải lựa chọn giữa tiền bạc, địa vị, những bài học với hạnh phúc và sự phù hợp. Nhưng tôi sợ quyết định của mình là sai lầm, tôi sợ đánh đổi, tôi sợ cảm giác bỏ cuộc. Và trong lúc hoảng loạn đó, tôi gọi điện cho Phoenix, chị hướng dẫn tôi cách tĩnh tâm, một lần nữa lắng nghe tiếng nói bên trong, chị nói với tôi rằng, không có quyết định nào là đúng hoặc sai, và tôi nên học cách hiểu bản thân, chấp nhận bản thân. Phoenix khuyến khích và khuyên tôi nên đặt niềm tin vào bản thân. Chị cũng chia sẻ rằng tìm được cân bằng giữa cuộc sống và công việc là vô cùng quan trọng để có được hiệu suất công việc tốt nhất. Cuối cùng, tôi đã quyết định chuyển công việc. Ở công việc lần sau, trước khi quyết định nộp đơn cho bất kỳ công ty nào, tôi đều nghiên cứu kỹ công việc, môi trường làm việc và tính chất công việc, dựa vào khả năng, thế mạnh, sở thích và giá trị của bản thân.

Hiện tại tôi đang làm việc tại Mazars – công ty chuyên về dịch vụ tài chính. Công việc hiện tại của tôi là cùng với quản lý xây dựng và điều hành phòng marketing. Vì là công việc mang tính khởi đầu (start-up) một phòng ban, công việc hoàn toàn phù hợp với ngành học của tôi và ước mơ, tính cách, giá trị. Tôi đã tìm được cảm giác mỗi sáng đều cảm thấy hứng thú khi làm việc, chủ động tìm nguồn lực và kết quả công việc đạt được khá đáng kể. Tôi tìm được niềm tin nơi công việc, và mọi người tin tưởng vào năng lực và hiệu quả công việc. Tôi đã tìm thấy cân bằng và hạnh phúc trong cuộc sống. Tôi có đủ thời gian để phục vụ những sở thích,

đam mê khác và những dự định cho ước mơ của tôi. Và tôi luôn muốn cảm ơn ba mẹ, gia đình, thầy cô, bạn bè và những người thân yêu, đặc biệt là Phoenix, nhà tư vấn, người chị, người bạn đồng hành đã luôn bên cạnh tôi trong những lúc khó khăn và hạnh phúc của cuộc sống.

MỘT CHẶNG ĐƯỜNG KHÁC

Dưới đây là một chia sẻ khác của một sinh viên khác về chặng đường mà em đã trải qua trong quá trình tư vấn hướng nghiệp cùng tôi. Với sự cho phép của N., tôi chia sẻ lá thư của em ở đây, như một lời nhắc nhở cho bản thân về sự muôn màu muôn vẻ của công việc tôi đang làm. Những lời chân tình của N. cũng sẽ nhắc tôi mỗi ngày rằng mỗi sinh viên đều có nét đặc trưng của họ, hãy kiên nhẫn đồng hành với họ, từ từ họ sẽ tìm ra câu trả lời của riêng mình. Thú thật là lúc học bài học này trong chương trình thạc sĩ tư vấn hướng nghiệp, tôi hiểu nhưng cũng chưa tin lắm đâu. Để rồi ngày qua ngày, tháng qua tháng, tôi nhận ra đó là bài học quý báu nhất từ chương trình ấy.

Người bạn trẻ này quả thật rất đặc biệt. Tôi nhớ lần gặp đầu, em nói rất nhiều và lan man, từ đề tài này qua đề tài khác, với những câu hỏi khá hóc búa. Trong các lần gặp sau, có một đôi lần tôi thấy khó chịu, không phải khó chịu với em, mà khó chịu với những phản ứng em mang lại trong tôi. Khi đã nhận ra sự khó chịu thực chất là mong muốn sửa cách nhìn em, mong muốn cho em câu trả lời, mong muốn em ngừng một thói quen nào đó lại,... tôi làm công việc lắng nghe và hướng dẫn em tốt hơn. Tức là không làm gì nhiều ngoài việc lắng nghe, hỏi em vài câu quan trọng, hướng dẫn em vài bài tập về nhà, và khuyên em nên gặp đồng nghiệp bên phòng tâm lý.

Cám ơn sự hiện diện của em trong những tháng ngày qua. Cám ơn những nỗ lực em bỏ ra trong suốt quá trình ấy. Em nói cám ơn

tôi, nhưng em không biết rằng người làm nên sự thay đổi trong em là bản thân mình. Còn tôi, chỉ là chất xúc tác em gặp đúng thời điểm mà thôi. Tôi thường chia sẻ với sinh viên rằng trong tư vấn hướng nghiệp, các em càng đầu tư nhiều thì sẽ càng thu hoạch cao. Và N. là một minh chứng tốt cho điều đó.

Chúc các bạn đọc và thích lá thư này như bản thân tôi.

[Phoenix]

Hi cô! Em cảm ơn cô nhiều lắm Phoenix. Lúc em viết tin nhắn cho Phoenix em đã có ý định tranh luận trắng đen với người đó rồi. Nhưng mà giờ em thấy không cần thiết phải vậy nữa vì có nói cũng vậy thôi, không thay đổi được gì. Đó là trải nghiệm từ chính cuộc đời của họ rồi. Trong lúc chờ tin trả lời từ Phoenix, thì em chạy xe đi đâu đó, rồi chọn phương án tạm thời là im lặng. Nhưng mà sau khi đọc tin nhắn của Phoenix, em thấy nếu hạn chế gặp họ được thì cũng nên làm. Còn nếu trong trường hợp không thể né thì chỉ có cách nghĩ là giá trị sống họ chọn khác em để có lý do có thể tôn trọng vui vẻ hợp tác với họ thôi. Em nghĩ vậy đó cô. Em cảm ơn cô nhiều nha.

Em để ý thấy trong lúc cô tư vấn cho em hoặc kể cả là bây giờ khi em đã hoàn tất việc tư vấn hướng nghiệp, em thấy khi em hỏi cô hình như là sau đó em cũng có câu trả lời luôn. Đôi khi em chỉ cần một người như vậy thôi đó cô. Một người có thể lắng nghe em. Nghe cái em nói để lắng lòng lại với những gì em không thể nói hoặc không biết diễn tả thế nào. Một người không bỏ sót một câu hỏi nào của người hỏi. Người hỏi sẽ luôn có câu trả lời cho dù nó có chậm nhưng sẽ luôn có. Lúc viết tin nhắn cho cô thì em có thấy status của cô là tin nhắn của cô giờ quá đầy. Em nghĩ chắc tin nhắn của em coi như lạc theo gió luôn, hic. Nghĩ như vậy nhưng em vẫn có niềm tin vào cô. Vì khi tư vấn cho em, khi em mail cho cô về những thắc mắc trong lúc hướng nghiệp, thì cô

luôn trả lời dài ngắn tùy câu. Em nhớ có khi chỉ là một cái mặt cười mà cô gởi lại khi em cảm ơn cô vào ngày hôm sau. Điều này đối với cô có thể nhỏ thôi hoặc đó là thói quen của cô nhưng chính điều nhỏ này làm cho em cảm thấy được quan tâm.

Em muốn nói với cô mấy lời này sau khi được cô tư vấn rồi nhưng mà thấy rất ngại, cái này cô thông cảm vì đây cũng là một phần của nếp sống nhà em. Khi mà mẹ em mặc dù rất thương yêu em nhưng luôn tìm cách tránh né thể hiện tình cảm ra vì rất ngại. Em biết những lần gặp em cô hay hỏi em xài dầu gội gì thơm vậy N., hay em mặc đồ này đẹp nè N. Em biết cô hỏi như vậy đều có lý do, em nghĩ chắc cô muốn giúp em có cảm giác tự tin từ những điều nhỏ nhặt có thể làm được với bản thân em ngay lúc đó. Biết là vậy nhưng mà em chỉ có thể đáp lại cô bằng lời cảm ơn nhất gừng rồi tìm cách lảng qua bài tập hướng nghiệp cô giao thôi. Mặc dù rất biết ơn cô nhưng mà không hiểu sao lúc đó nói mấy lời này ra với cô khó quá.

Nhưng mà giờ cũng không gặp cô nhiều nên em nói chú giữ trong lòng chịu không nổi cô ơi, hihi... Với lại em cũng muốn thay đổi vì sau này em cũng muốn con em cảm nhận được tình yêu thương của em qua lời nói. Nên em tập luôn. Sau này có con em cũng muốn dạy con theo phương pháp mới, lúc đó lại làm phiền cô chia sẻ kinh nghiệm với vài cuốn sách hay hay ha cô. Nếu em nhớ không lầm thì cô từng nói làm mẹ là một trải nghiệm thú vị, học làm mẹ là học cả đời.

Tuy cô chuyên về tư vấn hướng nghiệp, nhưng những lúc cô nói tí xiu qua tư vấn tâm lý thật sự có ý nghĩa với em lắm cô. Em nhớ cô từng nói là nên chuẩn bị trước cho cái sắp xảy ra, đừng chờ lúc cần rồi mới chuẩn bị hay hiểu đơn giản là uống trước khi khát thật. Cái này có lúc em làm được lúc không nhưng em rất biết ơn là mình biết cái lý thuyết này. Còn cái bệnh mà nếu cô không nói

thì em không nghĩ là mình mắc phải đó là đọc quá nhiều mà quên sống. Em thấy vui khi đọc mấy cuốn sách về đề tài phát triển bản thân. Mở sách - đọc sách - em cảm thấy mình được sống trong đó. Đóng sách - hết được sống trong đó – hết vui. Toa thuốc cô kê cho em là sống đi đừng đọc nữa, tiếp xúc nhiều với thiên nhiên, leo núi và tập viết nhật ký. Nói thật với cô là núi em chưa leo, thiên nhiên xung quanh trường mình hơi vắng, nhưng mà em làm được cái đầu tiên đó cô - Em đang sống dù có chậm nhưng em cảm thấy bình an, hài lòng, biết ơn cái mình đang có. Cô biết không, cảm xúc hiện giờ của em là em cảm thấy sợ một số thứ vì nó hơi lạ với em, nhưng em chấp nhận là em đang sợ. Và em biết nỗi sợ này là do em phải làm những việc mà em chưa làm bao giờ, những việc mà em không giỏi. Em vẫn nhớ mail cuối cô trả lời em là cô tin rằng sau này em sẽ thành công. Em cảm thấy rất vui, những lúc niềm tin lung lay vì những trải nghiệm chưa thành công em lại nghĩ đến câu nói này. Nhiều lúc em ví nó như lời tiên tri vậy đó cô, hihi. Giờ thì em tin vào sức mạnh lời nói lắm cô. Vì đôi khi một lời nói có thể thay đổi cuộc đời một người.

Em biết ơn việc cuộc sống cho em được gặp cô, mặc dù lúc này em cũng chưa biết lý do thật sự tại sao cuộc sống lại không cho em gặp cô sớm hơn mà lại là vào những năm gần đây. Em nghĩ nếu sớm hơn thì tốt biết mấy đó cô. Em sẽ đi nhanh hơn. Em cũng sẽ ít gặp lung lay mâu thuẫn giữa cái em tin là đúng với cái mà mọi người nghĩ là đúng và buộc em phải nghe theo, giữa cái em biết là em muốn làm với cái mà mọi người nghĩ em phải làm để tốt cho em. Thật sự phải đợi rất lâu em mới được gặp cô và những người cùng giá trị với em đó cô. Nhưng cũng may ha cô, cuối cùng thì người ta cần gặp cũng gặp dù có hơi muộn, cô ha.

Một lần nữa cảm ơn cô nhiều lắm, Phoenix!

Những lá thư về bước ngoặt

Đây là một câu chuyện khá đặc biệt từ một cựu sinh viên đặc biệt không kém. Sau khi em gửi tôi lá thư này, cuộc đời em gặp một vài biến cố đã thay đổi toàn bộ kế hoạch của em. Em không thể du học như dự định, có nghĩa là ước mơ ấp ủ rất lâu sắp thành hiện thực tan thành mây khói. Cuộc sống sóng gió tưởng chừng có thể lật úp em lại, chìm em vào dòng xoáy của nó, nhưng không - em vững vàng đối phó với những khó khăn ấy một cách tích cực, và trong cuộc hành trình đó tìm ra người bạn đời tri âm cũng như một hướng đi nghề nghiệp khác hoàn toàn phù hợp với bản thân.

Câu chuyện của em là một minh chứng sống cho niềm tin của tôi trong tư vấn hướng nghiệp, “Khi một bạn trẻ hiểu rõ bản thân và giá trị của họ, sẵn sàng có quyết định và chịu trách nhiệm với quyết định của họ, thì dù cuộc đời có đẩy họ đến nơi nào đi nữa, họ cũng sẽ vững vàng lèo lái con thuyền định mệnh và tìm ra một hướng đi mang lại hạnh phúc cho bản thân”.

[Phoenix]

MỘT BỨC THƯ

Dear Phoenix,

Lần đầu tiên em hỏi chị về nghề tư vấn hướng nghiệp mà chị đang làm, là vào tháng 9 năm 2010. Một năm bốn tháng sau đó, em lại viết cho chị lần thứ hai, hỏi về cơ hội việc làm tại RMIT, vị trí Digital Communication Officer. Cả hai lần, em đều viết trong tâm thái hỗn loạn và giằng co, dù lần sau có ít hơn lần trước một chút. Giờ đây, đúng một năm sau email trước, em viết cho chị, một cách mãn nguyện, để thông báo về hành trình mới của mình.

Em đã nộp đơn vào chương trình chứng chỉ chuyên ngành Tâm lý tại Victoria University of Wellington. Hiện em đang nộp đơn

xin visa, và nếu không có gì bất trắc, em sẽ nhập học vào tháng 3 này. Em hy vọng chương trình sẽ cho em một nền tảng kiến thức vững chắc, và giúp em hiểu được làm cách nào để giúp người khác, đặc biệt là những bạn trẻ - cũng như chị đang làm đây. Nếu em làm tốt, thậm chí em còn có thể có được học bổng để học lên cao hơn.

Em đã ngẫm nghĩ rất nhiều về con đường mình đã đi trong ba năm vừa qua, và em muốn chia sẻ vài dòng với chị.

Em nhận ra mình chưa từng sống cho bản thân.

Em học trường mà mẹ em khuyên nên học. Em chọn ngành Thương mại thay vì Thiết kế, cũng vì mẹ em khuyên vậy. Em dễ dàng bị ảnh hưởng bởi môi trường chung quanh mình, từ truyền thông (ví dụ như một câu chuyện về một người thành đạt nào đó), cho đến bạn bè chung quanh – những người có những khát vọng khác xa em, hay những hội nhóm em thường giao du, hay thậm chí bởi chính những quyển sách em chọn từ những ngày đầu còn non nớt. Em nuôi dưỡng cuộc đời mình bằng những giấc mơ của người khác, bởi vì... chẹp, như vậy dễ hơn nhiều so với việc ngồi lại, nhìn sâu vào chính bên trong con người mình.

Em đã tự huyễn hoặc mình, rằng mình muốn lập một doanh nghiệp và kiếm tiền. Và việc em học những môn này không tệ chút nào đã khiến em cảm thấy thoải mái nhắm mắt đi tiếp, mặc dù chẳng có thứ nào làm em cảm thấy phấn khích cả. Giờ đây khi nhìn lại rõ ràng hơn, em mới thấy khi đó, mình chỉ thích thú việc học được những kiến thức mới, hơn là thực sự muốn làm và áp dụng chúng. Có thể nói, chính những lựa chọn ban đầu của em, dù có nhỏ đến đâu, đã gộp lại và ngăn cản em thấu hiểu bản thân mình. Vậy nên em cho rằng, nếu một người bắt đầu thực sự tìm hiểu bản thân càng sớm chừng nào, thì càng dễ “ngộ” ra chừng nấy.

Còn thêm vấn đề liên quan đến chuyện yêu đương nữa. Em thường cân nhắc đến bạn gái mỗi khi có quyết định quan trọng. Em đã không du học vì em không muốn rời xa họ. Em chọn những việc làm sao cho nở mặt nở mày với gia đình họ và bạn bè chung của cả hai, nhưng không phải cho em. Kết cục là em chẳng đi đến đâu cả.

Em trôi dạt như một khúc gỗ mục (như từng nói với chị).

Chị biết không, gần đây em nhận ra rằng: để chấp nhận bản thân, người ta cần phải có lòng can đảm rất lớn. Can đảm để không thuận theo số đông, để đối mặt với sự thật phũ phàng và những điểm yếu của mình. Can đảm để vượt qua những ý tưởng hay ý kiến của người khác luôn ảnh hưởng lên mình, hay thậm chí để... làm những người mình yêu thương thất vọng.

Em đoán một trong những lý do giúp những người hướng ngoại thường tiến nhanh trong cuộc sống hơn, là vì họ ít nhạy cảm với môi trường và con người chung quanh hơn, và họ không suy nghĩ quá mức. Những người hướng nội thường bị níu lại bởi nhiều yếu tố liên tục “dội bom” dồn dập chung quanh. Đó là một cuộc chiến khó khăn, giữa họ và mọi điều chung quanh.

Và thứ khó khăn nhất trong cuộc chiến này, chính là việc nó diễn ra một cách rất mơ hồ và chậm rãi. Làm sao người ta có thể chiến đấu, khi không nhận thức được rằng nó đang diễn ra? Nó diễn ra khi ta đang ở trong vòng an toàn, thoải mái và dễ chịu. Vì vậy mà mặc dù ta có cảm thấy rằng có gì đó không ổn, ta vẫn không đứng lên. Nó giống như bị chết ngạt từ từ vì ngộ độc CO₂ vậy. Ta cảm thấy buồn ngủ, ta quyết định ngả lưng một chút, để rồi không bao giờ dậy nữa.

Cũng giống vậy. Em đã làm việc ba năm trong ngành Digital Marketing, là ngành em cũng có chút hứng thú và nghĩ rằng

mình có thể làm tốt. Em đã muốn biến đây thành sự nghiệp của mình luôn. Em làm tốt, chuyển việc một lần, và leo lên đến vị trí chuyên gia ở một công ty tốt, với một mức lương tốt. Em đã có thể ngừng chiến đấu tại đây, và nằm ngủ một giấc.

Nhưng sau khi em cắt đứt với mối quan hệ đầy sóng gió trước, lần đầu tiên trong đời, em cảm thấy mình có thể quyết định bất cứ thứ gì mà không bị ảnh hưởng bởi bất kỳ ai. Em cảm thấy mình hoàn toàn tự chủ cuộc đời. Và em tỉnh dậy.

Em nhận ra rằng dù mình đang làm tốt công việc hiện tại, nhưng em chưa bao giờ có cảm giác viên mãn, hay tự hào về những gì mình làm. Những gì công ty đang làm, đối với em, là vô nghĩa. Lợi nhuận (dĩ nhiên) được đặt lên trước con người. Thậm chí ngay cả khi họ quan tâm đến con người, thì cũng vì mục đích quảng bá hình ảnh, thay vì thực sự vì lòng hảo tâm.

Em nhận ra mình cảm thấy hạnh phúc nhất mỗi khi ngồi xuống lắng nghe người khác, và giúp họ nhẹ nhõm khi tự có câu trả lời (sau một vài “buổi” như vậy với đồng nghiệp). Khi đó em biết mình muốn giúp người khác, một cách trực tiếp, một kèm một, giúp họ suy nghĩ thông suốt, và có thái độ tích cực hơn.

Em quyết định đổi nghề.

Em đã từng bước làm mọi thứ cần thiết để chuẩn bị cho thời khắc này. Điều tuyệt nhất trong quá trình đó, là em đạt được 8.0 IELTS. Đây là một động lực lớn. Em vừa nộp đơn nghỉ việc hôm kia. Và em biết cho dù tình huống xấu nhất là em không đi được, em cũng sẽ bắt đầu lại, tại một tổ chức phi chính phủ, hay một tổ chức giáo dục. Được làm việc, tiếp xúc với thế hệ trẻ hơn, và giúp họ vượt qua những khó khăn mà chính em đã phải trải qua, đem lại cho em niềm vui khôn tả.

Điều cuối cùng mà em nhận ra, đó là ngày nay, “đam mê” được đánh giá quá cao một cách không cần thiết. “Hãy theo đuổi đam mê”, hay “Hãy làm những gì bạn thích” nhan nhản khắp nơi. Em may mắn được sáng mắt khi vô tình đọc được một bài viết nọ trên Harvard Business Review. Bài viết nói rằng ta không nên theo đuổi đam mê. Thay vào đó, hãy nhìn ra ngoài, tìm lấy những vấn đề mà xã hội đang gặp, chọn lấy một cái mà mình thích, và tìm cách giải quyết nó. Đây sẽ là lời khuyên em sẽ luôn dành cho con mình.

Vậy đó. Em vui vì mình có thời gian ngồi lại, suy nghĩ và viết cho chị những dòng này. Thư hơi dài, mong chị thông cảm. Em chỉ muốn viết chi tiết hơn, để chị biết thêm về tâm lý những người như em, từ đó sẽ giúp các bạn trẻ hiệu quả hơn sau này.

Chúc chị và Gấu mọi điều tốt đẹp nhất.

MỘT BỨC THƯ KHÁC

Em vẫn còn đang đi tìm “I’m Feeling Lucky”, nhưng không phải nhờ Google gì đâu.

Phoenix à, Chị dạo này thế nào? Em muốn viết cho chị từ lâu lắm rồi, mà cứ lúc nào ngồi viết là lại có cái gì đó chen ngang ngắt quãng, và cũng vì em có nhiều điều muốn kể chị nghe quá, không biết nên “gom” hết lại như thế nào.

Khóa học Thạc sĩ về Xây dựng thương hiệu của em đã xong được hơn nửa chương trình rồi đó. Em không biết nói sao để chị cảm nhận được, nhưng em thật sự yêu lắm lắm luôn từng chút, từng xiu một những điều em đang được trải nghiệm ở đây. Em đã được học thêm rất nhiều về phát triển thương hiệu, không phải chỉ từ các bài giảng trên lớp và các thầy, mà còn từ các anh chị đang làm trong ngành hướng dẫn, các chuyên gia, các diễn giả, học từ

những lần em được đến tham quan các công ty và cùng họ lên ý tưởng cho chính các dự án khách hàng họ đang làm. Em nghĩ nếu em lựa chọn học lĩnh vực nào đó khác, chắc em sẽ không thấy hào hứng thế này đâu. Cảm giác được làm điều mình say mê, thấy rất tuyệt vời, rất thích và bình an Phoenix ạ. Thế nên em thấy... niềm đam mê chưa bao giờ là cái gì đó viễn vông, hay bị thổi phồng lên như nhiều người nói. Vấn đề chỉ nằm ở việc một người có đủ dũng cảm để theo đuổi đam mê đến cùng hay không thôi. Em chắc là Phoenix còn nhớ trong lần đầu chị em mình gặp nhau và nói chuyện, em lúc đó thiếu tự tin nhường nào.

“Em nghĩ việc học hiện giờ của em đang khá là tốt, làm việc với những ý tưởng về kế hoạch kinh doanh... nhưng em phải công nhận là không có gì làm em thấy háo hức và tràn đầy cảm hứng như thiết kế đồ họa, mặc dù đây là mảng mà em đã từ bỏ để quyết định theo học một ngành an toàn hơn.... theo cách nghĩ của bố mẹ em. Em phải làm gì bây giờ?”.

Em hay tự nghi ngờ bản thân, nên trước giờ em có xu hướng sẽ làm những gì mà số đông mọi người xung quanh em cho là đúng.

Em nghĩ là ngoại trừ những đứa bạn thân cũng đang cùng cảnh mất định hướng nghề nghiệp, sẽ chẳng ai khác hiểu được nỗi lo của em. Em không chia sẻ được điều này với gia đình, một phần vì em không muốn mọi người lo lắng theo, phần khác vì em nghĩ mọi người cũng không sao giúp em được. Trong mắt gia đình họ hàng, em luôn là một người “biết mình muốn gì và biết mình cần làm gì để đạt được điều đó”. Sự thật là em có rất nhiều suy nghĩ bất an và thiếu tự tin vào bản thân, và vì thế em thường do dự không quyết đoán.

Thế rồi một ngày em đến tham gia lớp học hướng nghiệp của Phoenix và hai chị em mình có thời gian chia sẻ thêm với nhau. Nghĩ lại em vẫn thấy lạ, lúc đó mặc dù chỉ mới biết Phoenix và trò

chuyện có vài lần nhưng những điều chị nói dường như có tác động rất mạnh đến em. Có lẽ em tìm thấy trong câu chuyện về hành trình những năm về trước của chị có nhiều điểm tương đồng, rồi thì Phoenix với em có cùng một nhóm tính cách, vì thế nên những gì Phoenix nói với em không còn đơn thuần là những lời khuyên. Và điều đáng nhớ nhất là, lần đầu tiên trong đời em được nghe một người nói rằng em cứ là chính em đi, em không cần phải giống mọi người, không cần phải luôn luôn cố gắng hợp với đám đông, và điều đó là hoàn toàn bình thường, không có gì là “khiếm khuyết” cả. Chỉ một câu nói của chị thôi nhưng đã giúp em hóa giải được rất nhiều vấn đề tơ vò trước giờ của em đó. Em cảm thấy tự tin hơn, thôi không tự dò xét bản thân nữa, em tập trung nhìn nhận những điều là điểm mạnh của mình thay vì cứ day nghiêng những nhược điểm (như chị vẫn hay khuyên chúng em) và theo đuổi những gì bản thân em tin tưởng. Từ đó đến nay, đó đã trở thành cách em dựa vào để đưa ra các quyết định trong cuộc sống của mình.

Mặc dù hiện giờ em còn xa lắm mới đến được những nấc thang cao nhất trong sự nghiệp, nhưng em tự thấy em cũng đã đi được một đoạn đường khá khá rồi nhỉ? Nếu so với em của ngày đó, có phần tầm tối và mất phương hướng, em đã thấy con đường trước mắt mình. Em đã đi hơi lòng vòng một chút rồi mới đến được nơi hai con đường (chiến lược và thiết kế) chập vào làm một; nhưng cũng không sao ha, điều tuyệt nhất là em đã dám bước tới và trải nghiệm, thay vì cứ đứng yên ở vạch xuất phát và tìm cách tưởng tượng ra những việc trong tương lai một cách mơ hồ. Em đã dám gạt nỗi sợ hãi qua một bên (thực ra là nó vẫn lờn vờn quanh em đó, chỉ là không còn bực nữa), theo đuổi điều em thích dù điều đó khá rủi ro và thách thức, nhưng cho đến giờ em chưa bao giờ thấy hối tiếc vì đã làm vậy.

“I’m Feeling Lucky”, nhưng không phải nhờ Google đâu mà chính

là nhờ Phoenix đó. Cảm ơn chị đã luôn tiếp thêm cho em sự dũng cảm để tin vào bản thân mình và theo đuổi đam mê nhé.

Chị nhớ những lần em đi gặp sinh viên của chị, vì các bạn đó cũng gặp phải vướng mắc về định hướng ngành học như em ngày nào không? Em hy vọng những lần đó em đã giúp được ít nhiều. Nếu có những lần tới đây, em sẽ chia sẻ với các em ấy câu nói này của Steve Jobs.

“Đôi khi cuộc đời sẽ giáng một viên gạch vào đầu bạn. Đừng mất niềm tin. Tôi hiểu thứ duy nhất khiến tôi vững vàng chính là niềm đam mê. Bạn phải tìm ra bạn yêu cái gì. Nó đúng cho công việc và cho cả những người thân yêu của bạn. Công việc chiếm phần lớn cuộc đời và cách duy nhất để thực sự hài lòng là làm những gì bạn tin nó sẽ trở nên tuyệt vời. Và cách duy nhất có công việc tuyệt vời là yêu những gì bạn làm. Nếu chưa nhận ra, hãy tiếp tục tìm kiếm. Đừng dừng lại. Như mọi mối quan hệ trong cuộc đời, nó sẽ trở nên ngày càng tốt đẹp hơn qua từng năm. Hãy tiếp tục tìm kiếm, đừng dừng lại”...

Yêu chị.

Viết về nghề nghiệp của tôi

Một - Ý NGHĨA

Tôi còn nhớ ngày mình 25 tuổi, trong tôi luôn nung nấu một ước mơ rằng mình sẽ làm được việc gì đó để sự hiện diện của mình trên thế gian này không vô nghĩa. Hiện tại tôi đang làm được việc ấy. Trong công việc hàng ngày, từ những việc nhỏ như thu thập con số, nhập dữ liệu về sinh viên, cho đến việc chuyên môn là tư vấn sinh viên trong hướng nghiệp, đến các trách nhiệm thuộc về chiến lược như họp hành với các bạn đồng nghiệp ở phòng ban khác, tôi đều hình dung được những ảnh hưởng nhất định của

mình đến người khác. Và tôi rất thích điều đó.

Tôi còn nhớ một trong những bài tập chúng tôi làm trong chương trình đào tạo Thạc sĩ ngành Tư vấn Hướng nghiệp là hãy tưởng tượng ngày mình qua đời, khi người còn sống đến thăm mình, họ sẽ nói gì về mình, họ sẽ nhớ những điều gì về mình. Lúc chúng tôi thảo luận về bài tập ấy, tôi có nói rằng trong văn hóa người Việt, có lẽ không nên dùng nó vì ai cũng sợ nói về cái chết. Nhưng sau những năm làm việc tại Việt Nam, tôi lại thấm thía bài tập ấy, và nó gợi tôi nhớ đến câu nói: “Cọp chết để da, người chết để tiếng”. Dĩ nhiên, mục tiêu của cuộc đời tôi không phải gây dựng những tiếng tăm tốt. Nhưng bài tập ấy giúp tôi nhận ra điều mình muốn để lại nhất cho cuộc đời này là gì. Và từ từ tôi nhận ra, đó là việc chia sẻ những kiến thức mình hiểu rõ một cách dễ hiểu nhất, sao cho nó mang lại thật nhiều bổ ích cho người được nhận. Chỉ đơn giản vậy thôi.

Hai - TỰ TIN

Khi nói về các lĩnh vực khác như thời trang, thức ăn, khoa học,... tôi sẽ im lặng lắng nghe vì bản thân tôi biết rất ít. Nhưng chỉ cần nói tới đề tài hướng nghiệp thì tôi sẽ không bao giờ hoảng sợ để nhận bất cứ một câu hỏi hóc búa nào từ bất cứ ai. Lý do là vì tôi hiểu rất rõ và rất sâu trong lĩnh vực chuyên môn của mình. Tôi không dám bảo đảm rằng cái gì mình cũng biết, nhưng tôi sẽ biết cách tìm ra câu trả lời cho những vấn đề mình chưa biết, và tôi sẽ không ngần ngại thừa nhận những thiếu sót của mình. Tôi thích học hỏi liên tục để cập nhật thông tin và trau dồi kỹ năng của bản thân. Và càng học tôi càng khiêm tốn vì sự giỏi giang của những người khác, nhưng không giảm bớt sự tự tin của bản thân. Tôi rất thích cảm giác này.

Ba - YÊU THÍCH

Mỗi khi nói về đề tài “đam mê trong công việc”, các bạn đồng nghiệp thường hay nửa thật nửa đùa, vừa liếc qua bàn làm việc của tôi vừa nói với nhau rằng không phải ai cũng cần đam mê trong nghề nghiệp, và không phải ai cũng may mắn tìm thấy nó. Nhưng tôi biết họ đều đồng ý và tôn trọng niềm yêu thích của tôi với công việc tư vấn hướng nghiệp. Tôi cũng tin rằng bằng cách nào đó, lòng nhiệt huyết của tôi mang lại ảnh hưởng tích cực với họ khi chúng tôi hợp tác với nhau. Tôi nghĩ rằng số người tìm được niềm đam mê trong nghề nghiệp giống như tôi chắc không nhiều lắm nếu tính ra số phần trăm trên tổng dân số. Tôi cũng không có quan điểm rằng phải tìm được nó mới có hạnh phúc. Nhưng tôi vẫn mong con số này tăng lên với thời gian; bởi vì lượng thời gian mỗi người dành cho công việc khá là nhiều, và nếu họ tìm được nghề nghiệp họ yêu, thì họ sẽ hạnh phúc biết bao.

Bốn - KIÊN TRÌ

Tôi nhớ đến những năm tháng trẻ tuổi khi mình làm các công việc lật vật, phụ tá, hỗ trợ, tưởng chừng như vô nghĩa, nhưng tất cả những trải nghiệm đó giúp tôi rất nhiều trong công việc hiện tại. Trong những giai đoạn ấy, tôi học được bài học rằng đừng nản chí, đừng tự coi khinh mình, đừng nghĩ rằng mình chẳng bằng ai, rằng mình không quan trọng chút nào. Thỉnh thoảng tôi có so sánh mình với người khác, nhưng sau đó tôi lại thắng bằng trở lại bằng cách tự hỏi mình, tôi muốn điều gì nhất trong cuộc sống, điều gì làm tôi hạnh phúc nhất đây. Và rồi tôi kết luận rằng ở mỗi giai đoạn của cuộc đời, miễn sao mình làm thật tốt vai trò của mình, một cách chuyên nghiệp, khiêm tốn, học hỏi và luôn tập trung, những điều còn lại (như có ai cảm phục mình không, lương mình cao bao nhiêu so với bạn bè, công ty mình có nhiều người ngưỡng mộ không,...) không quan trọng lắm. Quá trình chuẩn bị của tôi khá dài, và có thể nói đầy chông gai, nhưng tôi

nghĩ nếu không có quãng thời gian ấy, chắc tôi không thể làm tốt công việc hiện tại. Quả ngọt không đến một cách tự nhiên; chúng cần thời gian, cần phân bón, cần sự đầu tư, cần sự chăm sóc. Sự thành công trong nghề nghiệp cũng vậy; không có con đường tắt nào cả.

Kết - MỖI NGƯỜI CÓ MỘT CON ĐƯỜNG

Sinh viên thường hay hỏi tôi: “Nếu Phoenix là em, Phoenix sẽ quyết định ra sao”. Tôi nghĩ không ai mà không sợ việc phải ra quyết định, và không ai thích nghĩ về những kết quả xấu nhất có thể xảy ra đối với quyết định ấy, của chính mình. Nhưng cuộc sống là vậy mà.

Nếu ta có thể biết được hết những chuyện sẽ xảy ra, cuộc sống sẽ ra sao nhỉ? Tôi nghĩ rằng điều quan trọng nhất là nên phân tích thật kỹ những lợi - hại của mỗi quyết định, hiểu rằng không có câu trả lời nào trọn vẹn như ý mình, và sẵn sàng đón nhận hậu quả xấu nhất nếu chúng xảy ra. Nhưng, dù chúng xảy ra, thì nó cũng là quyết định của mình, một phần của cuộc đời mình, là yếu tố tạo nên sự riêng biệt của mình. Chúng ta đều có con đường riêng của mình, hãy mạnh dạn khám phá nó, sống vui với nó, và đừng chăm chăm hối hận về quá khứ vì - ngày hôm nay sẽ là quá khứ của ngày mai.

Phần 2

NỐI LIỀN HAI THẾ HỆ

Từ những ngày đầu năm 2009, lúc mới về Việt Nam, làm công tác hướng nghiệp tới bây giờ, bài học quan trọng nhất tôi rút ra được là: Quyết định hướng nghiệp nào có sự đồng thuận giữa các thành viên trong gia đình sẽ là quyết định hướng nghiệp tốt nhất. Không biết bao nhiêu lần tôi quan sát được các bạn trẻ đã chọn cho bản thân một ngành rất phù hợp với sở thích và khả năng, nhưng kết quả là họ không vui vẻ, thiếu tự tin, và gặp rất nhiều khó khăn trong quá trình học sau đó, nếu như cha mẹ không ủng hộ quyết định của họ. Có những trường hợp khi cha mẹ bắt đầu hiểu, đồng ý, và ủng hộ con đường con mình chọn, thì sau đó cha mẹ sẽ trở thành nguồn động lực lớn lao, đồng minh mạnh mẽ nhất mỗi khi con cái bối rối, sợ hãi vì chọn lựa của bản thân.

Vì vậy, tôi dành phần thứ hai của cuốn sách để chia sẻ về vai trò của gia đình trong tư vấn hướng nghiệp. Tôi mong rằng sau khi đọc phần này, các bậc cha mẹ sẽ suy nghĩ kỹ hơn về cách dùng ảnh hưởng của mình sao cho tích cực nhất, để giúp các em chọn ngành nghề dựa trên cơ sở khoa học hơn là trên kinh nghiệm cá nhân của cha mẹ (mà rất nhiều khi không còn phù hợp với thời đại nữa), hay là dựa trên những nỗi lo sợ (xuất phát từ vấn đề tâm lý của một thế hệ trưởng thành sau chiến tranh). Tôi cũng mong các bạn trẻ hiểu rằng người cuối cùng chịu trách nhiệm cho chất lượng cuộc đời các bạn, vẫn là chính các bạn; và để có được niềm

tin từ cha mẹ, các bạn phải chứng minh rất nhiều qua những hành động hàng ngày của bản thân.

Em đang đi về đâu?

Hai tuần này tôi nhận được nhiều email, tin nhắn từ Facebook, và lời tâm sự từ sinh viên và cựu sinh viên trong cũng như ngoài trường RMIT với cùng một đề tài: “Phoenix ơi, thú thật là em không biết mình đang đi về đâu nữa. Em nản quá à”. Cũng trong hai tuần này tôi nhận được nhiều lời than, nhận xét, lo lắng từ các phụ huynh, bạn bè và đồng nghiệp về “tụi nhỏ bây giờ”, tất cả đều đến chung một ý: “Sao mà tụi nó không kiên nhẫn, dễ bỏ cuộc, đòi hỏi nhiều vậy không biết!”.

Dĩ nhiên rằng cha mẹ luôn luôn than phiền về thế hệ trẻ hơn, và hay mở miệng nói câu: “Ngày xưa thời ba mẹ đó nhen...”, mà không biết rằng khi nghe câu đó con mình đã đóng lỗ tai lại, gật gù đầu ra vẻ lắng nghe, nhưng hồn thì chạy đi đâu rồi, có lẽ đang nghĩ trước về những gì sẽ viết trên trang Facebook cá nhân, có thể sẽ mở đầu như sau: “Ông bà già lại vừa lải nhải với mình hôm nay, ai dà!”.

Trong công việc tư vấn hướng nghiệp, tôi thường coi mình là cây cầu nối thay vì là người giải quyết vấn đề. Ví dụ như tôi thích nối giữa phụ huynh và các em, nối giữa các công ty và sinh viên mới ra trường, nối giữa các thầy cô và những học trò cá biệt, v.v... Vì tôi nghĩ rằng bất cứ sự khác biệt nào xuất hiện cũng đi kèm theo lý do của chúng, phần lớn do những thay đổi trong môi trường xã hội, nền kinh tế, ảnh hưởng của thế giới, phong tục tập quán, cách suy nghĩ và niềm tin, v.v... Và nếu có thể cho cả hai phía thấy rằng sự khác biệt không đến từ họ, nhưng đến từ những yếu tố khác, thì mâu thuẫn dễ dàng được cởi bỏ hơn.

Sau những năm làm việc tại Việt Nam trong lĩnh vực hướng

nghiệp, tôi nhận thấy các bạn trẻ ở đây có những đặc điểm sau:

- Họ rất đáng yêu, hăng say làm việc và học tập, lăn xả vào nhiều hoạt động, thích dần thân và thử nghiệm, biết để ý đến những người bất hạnh hơn, quan tâm nhiều đến các vấn đề về môi trường và xã hội.

- Họ cũng rất dễ nản lòng, dễ bỏ cuộc nếu không được như ý, rất đòi hỏi sự thông cảm từ phía người đối diện, và rất nhiều khi thiếu kiến thức thực tế về cách cư xử giữa người với người trong môi trường chuyên nghiệp (như trong việc thiện nguyện, trong môi trường công việc, v.v...).

Những đặc điểm trên, cũng không khác mấy với thế hệ trẻ hiện tại trên thế giới, có lẽ là kết quả của việc được cha mẹ và cộng đồng yêu thương, bảo vệ, hướng dẫn, bắt nghe lời, ít cho phép thử nghiệm và làm sai, và ít cho phép chịu trách nhiệm từ việc nhỏ như lau dọn nhà cửa đến việc lớn như tự mình đến xin lỗi và sửa những lỗi lầm của mình khi mình gây ra. Trong rất nhiều trường hợp, thường là người lớn (cha mẹ) giải quyết những lỗi lầm của các em, rồi sau đó la mắng và muốn các em không bao giờ lặp lại lỗi lầm nữa, thay vì cho các em hiểu rằng đó là những trải nghiệm mà bất cứ ai cũng phải trải qua để học hỏi thêm về cuộc sống.

Dĩ nhiên, những nhận xét trên là sự khái quát và không đúng cho tất cả, nhưng tôi nghĩ đúng trong rất nhiều trường hợp, ít ra là theo tôi thấy trong suốt những năm qua. Vậy nên, khi làm việc và tư vấn cho các bạn trẻ, mục tiêu đầu tiên của tôi luôn là đặt vấn đề để các em nghĩ về câu hỏi:

“Em có biết mình là ai chưa, em có biết mình thích gì, giỏi gì, và điều gì quan trọng nhất trong cuộc đời mình không?”

Chỉ đến khi câu trả lời trên được trả lời một phần nào đó (không cần tất cả) thì tôi mới cùng các em đi những bước kế tiếp của việc tìm hiểu nghề nghiệp quanh ta, cơ hội nghề nghiệp, trường học và ngành học,... Và dĩ nhiên đây là một cuộc hành trình dài lặp đi lặp lại, gần như không có điểm kết thúc, nhưng điều hay nhất là, một khi đã bắt đầu cuộc hành trình này với một câu hỏi và định hướng rõ ràng cho bản thân, các em sẽ gặp nhiều thích thú, tìm ra động lực sống cho bản thân, và sẽ hạnh phúc hơn.

Đoản khúc về tình yêu vô điều kiện

Càng làm lâu trong ngành tư vấn hướng nghiệp, tôi càng thấy mình có duyên với những ca tư vấn có yếu tố gia đình. Khi còn trẻ, tôi có định kiến rất nặng nề về cha mẹ người Việt. Tôi nghĩ rằng họ hay ép buộc con cái theo ý họ, làm con cái mệt vì tình yêu quá bảo bọc của họ. Nhưng khi làm việc tại Asian American Recovery Services^(*) tại San Jose, tôi có cơ hội làm việc với cả hai thế hệ, các em học sinh ở cấp trung học cơ sở và cha mẹ của họ, tôi được thấy một bức tranh hoàn toàn mới về cha mẹ Việt Nam, và điều này giúp tôi rất nhiều trong vị trí tư vấn hướng nghiệp hiện tại.

() Asian American Recovery Services: Trung tâm chuyên hỗ trợ cho cộng đồng người Mỹ gốc Á trong việc điều trị, cai nghiện, và phòng nghiện.*

Khi về Đại học RMIT Việt Nam công tác, mỗi lúc đồng nghiệp nước ngoài thốt ra những lời phê bình cha mẹ người Việt, tôi sẽ kiên nhẫn lắng nghe và giải thích cho họ theo một cái nhìn khác, và thông thường sau khi nghe tôi trình bày, họ sẽ đồng ý với tôi rằng áp dụng những trải nghiệm của một người nước ngoài lên mối quan hệ gia đình tại Việt Nam là không phù hợp. Tôi thường hay trình bày với họ như sau.

Một - QUÁ KHỨ

Thế hệ cha mẹ hiện tại phần lớn trưởng thành vào giai đoạn sau năm 1975, là thời điểm kinh tế cực kỳ khó khăn. Ở thời kỳ ấy, kiếm được ký gạo, thuốc vải cho bản thân và gia đình là điều quan trọng nhất. Ở thời điểm ấy, theo đuổi ước mơ là điều hoang tưởng, có khi mang đến kết quả rất xấu không những cho bản thân mà còn cho cả gia đình. Do đó, giá trị tiên quyết về nghề nghiệp mà thế hệ này có là: một công việc an toàn và ổn định. Đó là lý do cha mẹ thường khuyến khích con cái học kinh tế, ngân hàng, hay những ngành nghề có vẻ hứa hẹn sự ổn định, dựa vào kinh nghiệm của bản thân cha mẹ.

Hai - MỘT THẾ HỆ ĐÃ QUA VÀ DƯ CHẤN CỦA QUÁ KHỨ

Thế hệ cha mẹ hiện tại vì đã quá cực khổ về vật chất trong thời kỳ trưởng thành, nên họ làm tất cả những gì có thể để con mình không phải chịu cảnh thiếu thốn (như họ nữa). Họ sẵn sàng làm 14 tiếng một ngày, 7 ngày một tuần, để con cái họ có thức ăn ngon, quần áo đẹp, cơ hội học tập tốt. Họ cho con những gì họ đã thiếu. Và họ rất ít kể cho con nghe về những trải nghiệm “đau thương” họ đã trải qua. Thay vào đó, họ chỉ muốn con “học cho tốt” để đền đáp công khó của họ. Do đó, vô hình trung, thế hệ trẻ tuy được hưởng những thành quả của cha mẹ cũng như chịu những áp lực về mong đợi từ cha mẹ nhưng lại không được cho biết lý do tâm lý đằng sau. Điều đó tạo ra những hệ lụy không tốt khác.

Ba - MỘT THẾ HỆ MỚI

Thế hệ các bạn trẻ ngày nay thích ăn McDonald's và uống Starbucks, là những món đến từ nước ngoài, hiểu biết về thế giới bên ngoài Việt Nam cũng khá nhiều nhờ vào Facebook và Internet, vì vậy khác với thế hệ cha mẹ, giá trị nghề nghiệp đối

với các bạn bao gồm ước muốn được thông cảm và lắng nghe, được làm công việc mang lại ý nghĩa trong cuộc sống, được làm gì đó cho xã hội và những người xung quanh, được nhận biết và trân trọng cho những công sức họ bỏ ra, được yêu thương và có cảm giác gắn bó tại nơi làm việc.

Bốn - VĂN HÓA VÀ TRUYỀN THỐNG

Văn hóa người Việt không khuyến khích sự chia sẻ ý tưởng, bộc lộ tình cảm giữa cha mẹ và con cái. Tình yêu của cha mẹ được biểu lộ qua những hành động chăm sóc hơn thay vì biểu thị cảm xúc. Và ngay cả trong việc đặt câu hỏi biểu thị sự quan tâm, cha mẹ thường có khuynh hướng hỏi về việc ăn uống, tiền bạc, như “Con ăn chưa?”, “Có tiền đóng học phí chưa?” (những câu hỏi liên quan đến trải nghiệm ngày xưa của cha mẹ về sự thiếu thốn vật chất) thay vì những câu hỏi về cảm xúc, như “Hôm nay con cảm thấy ra sao? Nhìn con có vẻ buồn lắm”.

Trong việc tiếp nhận những tín hiệu từ con cái, cha mẹ thường mong con cái biểu lộ tình cảm qua việc vâng lời, học giỏi, và mang niềm hãnh diện về cho gia đình qua những thành quả học tập (như “Con của tôi học trường điểm, lớp chuyên đó ghen!”). Do đó, thế hệ trẻ nghĩ rằng nếu mình không học giỏi, không làm ra nhiều tiền, không mang lại sự hãnh diện cho ba mẹ, là mình không làm tốt phận sự của người con, không làm cho cha mẹ hạnh phúc. Vì vậy, nhiều khi con cái ít dám chia sẻ những băn khoăn, trăn trở mà họ biết là sẽ rất lạ lùng, khiến cha mẹ thấy khó hiểu và không nhẫn nại để lắng nghe được. Con cái thường chọn cách chia sẻ tâm sự trên Facebook, hoặc giữ trong lòng, phản ứng qua hành động... và những cách này chỉ làm khoảng cách giữa hai thế hệ càng xa hơn.

Năm - BẮC CẦU CHO HAI THẾ HỆ

Trong suốt 6 năm làm việc tại RMIT, trừ một trường hợp mà cha mẹ không chịu gặp tôi, còn lại tất cả những trường hợp khác, khi gặp tôi rồi thì kết quả đều rất tốt. Có những khi quá trình tư vấn mất đến hơn một năm, có khi chỉ mất vài tuần, và tôi học được những bài học sau.

Các anh chị yêu thương con cái một cách vô điều kiện. Họ làm việc cực khổ, thức khuya dậy sớm, để dành tiền cho con một tương lai tốt hơn. Họ chẳng giữ lại gì cho mình, mà chỉ chăm chăm lo cho con cái mà thôi. Những kỳ vọng họ đặt ra cho con cái, không phải để thỏa mãn bản thân họ, mà chỉ là để đạt được mục tiêu cuối cùng: “Con mình sẽ không khổ như mình”. Tôi đã gặp các anh chị buôn bán ở chợ, một chữ tiếng Anh bẻ đôi không biết, nhưng tôi thật lòng tôn trọng họ, ngưỡng mộ nhân cách của họ. Nhờ họ, tôi chưa bao giờ đồng ý với những định kiến bên ngoài về sinh viên RMIT là “con nhà giàu, ham chơi, lười học” mà một thời gian rộ lên qua báo đài.

Các em thương cha mẹ vô cùng, và sẵn lòng cố gắng làm cho cha mẹ vui lòng dẫu đi ngược lại với ước muốn bản thân.

Khi bị mâu thuẫn, các em cố gắng chịu đựng thay vì cho cha mẹ biết, vì sợ cha mẹ buồn lòng. Do đó, đôi khi phải rất lâu sau, thường là do kết quả học tập rất tệ, cha mẹ mới biết con của mình không hạnh phúc với quyết định học tập đã chọn.

Hai thế hệ cần một cầu nối, cần một người hiểu quan điểm và vấn đề của cả hai thế hệ, đủ kiến thức chuyên môn để trình bày thực trạng của thời đại hiện tại, đủ sự thông cảm để không xét đoán thế hệ nào, để nối hai bên với nhau và giúp cho cả gia đình có một quyết định sáng suốt mà mang lại hạnh phúc cho tất cả thành viên trong ấy.

Tôi chưa bao giờ ép cha mẹ hay các em phải ra quyết định khi họ

chưa sẵn sàng. Tôi thường phân tích về thị trường tuyển dụng, dùng lý thuyết hướng nghiệp để trình bày cho hai bên hiểu rằng một quyết định nghề nghiệp đúng đắn thì sẽ như thế nào. Có khi, tôi chia sẻ những kinh nghiệm về tâm lý trong nuôi dạy con, tâm lý gia đình, tâm lý cá nhân để hai thế hệ hiểu nhau hơn. Tôi chưa bao giờ cho họ cảm giác họ đang bị đánh giá, bị coi thường, tôi tôn trọng tất cả những quyết định của họ vì tôi biết: tất cả đều cần thời gian, và miễn là mỗi người hiểu họ đang làm gì, thì mọi chuyện sẽ ổn.

Tuần trước tôi gặp người mẹ của một em sinh viên, và chị ấy hối hận rằng đã không quyết định sáng suốt sớm hơn. Tôi lại nói với chị rằng ở thời điểm ấy, chị đã có đủ thông tin đâu, nên quyết định lúc ấy là phù hợp vào thời điểm ấy. Bây giờ khác, chị có nhiều thông tin hơn, em ấy đã trải nghiệm nhiều hơn, nên quyết định bây giờ đã khác. Tôi không ngần ngại chia sẻ với chị sự ngưỡng mộ của mình về khả năng kinh doanh của chị, chị đã bươn chải lo cho gia đình, mà vẫn dành ra thời gian trò chuyện và tâm sự gần gũi với các con. Chị là ví dụ điển hình của rất nhiều bậc cha mẹ khác mà tôi được biết, từ chú xe ôm đầu đường tôi hay đi, đến chị bảo mẫu của con tôi ở nhà, tất cả đều sống và làm việc vì hạnh phúc gia đình.

Kết - HY VỌNG VỀ SỰ THẤU HIỂU

Tôi mong chờ mười mười năm nữa, khi thế hệ sinh viên hiện nay thành cha mẹ, để xem xem họ sẽ đối xử với con cái như thế nào. Có thể sẽ ngược lại với những gì cha mẹ họ đối với họ hiện tại. Tôi đã thấy được phần nào của bức tranh khi nghe họ kể về dự tính sau này khi làm cha làm mẹ, họ sẽ cố gắng lắng nghe con, để ý cảm xúc của con. Kết quả của điều này có thể sẽ là việc chiều con quá mức và không dạy cho con những trách nhiệm mà một đứa bé cần phải có. Làm cha mẹ luôn là như vậy, như quả lắc đồng hồ

đi từ thái cực này qua thái cực khác. Có lẽ như các thầy cô đã dạy tôi ngày xưa: “Trước khi làm mẹ tốt, em nên hiểu rõ tâm lý bản thân, để khi em phải đưa ra quyết định trong vai trò người mẹ, em hiểu rõ những quyết định ấy được dựa trên giá trị nào, thay vì chỉ quyết định theo phản xạ của cảm xúc mình”.

Mong rằng cứ thêm một ngày qua thì gia đình và mỗi người chúng ta sẽ hạnh phúc và bình an hơn.

Thư gửi các bạn trẻ: Niềm tin phải được thiết lập từ từ

Biết bao lần ngồi ở phòng tư vấn, lắng nghe những bức xúc của các bạn trẻ về những mâu thuẫn với gia đình, đặc biệt là với cha hay với mẹ, tôi nhớ lại bản thân những ngày còn nhỏ, khi vẫn phải phụ thuộc tài chính vào gia đình, khi mỗi hành động hay quyết định nào cũng phải để ý đến cái nhìn và sự chấp nhận của cha mẹ. Tôi cũng nhớ đến những lý thuyết tâm lý về gia đình mình đã học, những trải nghiệm trong hai năm làm việc và lắng nghe tâm sự của các bậc cha mẹ người Việt tại Mỹ. Từ những điều ấy, tôi muốn chia sẻ với các bạn trẻ đôi điều.

QUYỀN LỢI ĐI CHUNG VỚI TRÁCH NHIỆM

Trước khi than phiền về những trách nhiệm mà bạn có trong gia đình, hay những mong đợi mà bạn phải đạt được để làm cha mẹ hài lòng, bạn hãy ngồi xuống tự đánh giá trọn vẹn những quyền lợi bạn đang nhận được như một người con. Để giúp cho việc đánh giá này, bạn hãy nhìn xung quanh và tự so sánh mình với những người con khác. Ví dụ nhỏ thôi, trách nhiệm của bạn là phải học thật tốt để có thể thi vào trường đại học tốt, không được đi chơi khuya, cuối tuần phải về thăm ông bà nội ngoại; thì quyền lợi có thể là ít khi hay gần như không hề phải làm việc nhà, cơm ăn ngày ba bữa luôn có người nhắc nhở và lo sẵn, đi về có người đưa đón, và không thiếu bất cứ dụng cụ học tập hay tiền đóng

học phí mỗi khi cần.

Để dễ hiểu hơn, hãy so sánh bản thân với một người con trong hoàn cảnh gia đình kinh tế khó khăn, mẹ đi phụ bán ở quán cơm bình dân, cha là cha dượng, công việc lúc có lúc không, nhà ở rất nhỏ và nóng nực lúc trời nắng, lạnh lúc trời mưa. Trách nhiệm của người bạn trẻ này là tự lo thân cho thật tốt, từ ăn uống cho đến học hành, học phí thường phải đóng trễ, dụng cụ học tập thì chẳng bao giờ đầy đủ; quyền lợi của bạn ấy là được đi sớm về tối, học không giỏi cũng không sao; và được tự quyết định rất nhiều chuyện của bản thân.

Sau khi đã tự đánh giá những trách nhiệm và quyền lợi của mình, nếu bạn không thích một trách nhiệm nào đó, thì tự hỏi rằng bạn có sẵn lòng từ bỏ một quyền lợi nào đó hay không. Nếu có, thì bạn hãy từ từ suy nghĩ và tìm cách thuyết phục cha mẹ cho bản thân mình không nhận quyền lợi ấy nữa, và sau đó trách nhiệm tương ứng cũng sẽ biến mất theo. Để thuyết phục như thế nào thì tôi sẽ viết ở phần dưới. Tại đây, tôi chỉ cho ví dụ cụ thể. Nếu bạn không thích trách nhiệm phải về sớm trước một giờ nào đó, vì điều này làm cho bạn thiếu tự do trong các sinh hoạt ngoại khóa tại trường, bạn suy nghĩ và thấy trách nhiệm này thật sự đi liền với hai quyền lợi: một là bạn luôn được đưa đón bởi người nhà hay xe ôm quen vì lý do bạn chạy xe không tốt lắm, và hai là bạn luôn có vẻ là người nhút nhát cần được gia đình bảo bọc. Khi đã thấy được nguyên nhân, bạn từ từ thuyết phục cha mẹ để mình tự chạy xe, chứng tỏ sự tự lập và khả năng tự bảo vệ mình, dần dần trách nhiệm phải về nhà sớm sẽ biến mất.

NIỀM TIN PHẢI ĐƯỢC THIẾT LẬP TỪ TỪ

Tựa đề cho phần này, tôi dịch ra từ câu tiếng Anh: “Trust – you have to earn”. Câu này hàm ý rằng trong vai trò người con, để đạt được niềm tin của cha mẹ mình, thì bạn phải từ từ chứng tỏ bản

thân qua hành động, và từ từ đạt được niềm tin của cha mẹ. Chỉ khi cha mẹ tin tưởng vào khả năng của bạn, họ mới dám buông tay để bạn có sự tự chủ nhiều hơn. Lý do là vì họ yêu thương bạn và sợ bạn sẽ gây ra những lỗi lầm quá nghiêm trọng, đến mức không thể sửa chữa được.

Đầu tiên, bạn phải tự đánh giá xem đối với cha mẹ, những giá trị nào là quan trọng nhất trong gia đình nhỏ của bạn. Sau đó, bạn tự hỏi xem bên cạnh những giá trị vốn đã được cha mẹ thiết lập, bản thân bạn còn muốn thêm giá trị nào hay không. Khi đã biết rõ điều cha mẹ mong và điều bạn muốn, bạn hãy tìm một chiến lược giúp cho bạn vừa thỏa mãn mong muốn của cha mẹ, mà cũng từ từ trong hành động, đòi hỏi cha mẹ thỏa mãn ước muốn của mình. Trong vai trò người con, rất quan trọng khi bạn biết những đòi hỏi cha mẹ dành cho bạn, nhưng bạn cũng cần biết những đòi hỏi mình muốn ở họ. Khi biết rõ, sẽ dễ hơn khi biểu thị bằng hành động và từ từ “giúp” cho cha mẹ mình cách làm cha mẹ. Thật ra, làm cha mẹ là một quá trình học hỏi, chẳng có môn học nào từ lớp 1 đến lớp 12 dạy một người làm cha làm mẹ cả, và cũng chẳng có đòi hỏi nào bắt một người trước khi làm cha mẹ phải thi đậu môn “Học làm cha mẹ”. Vì vậy, trong vai trò làm con, bạn cũng phải giúp cho cha mẹ rất nhiều để họ làm cha mẹ tốt.

Hãy xem xét ví dụ sau đây: cha mẹ bạn coi trọng thành quả học tập của bạn. Đối với họ, việc bạn học giỏi và đạt thành tích tốt rất quan trọng. Về phần bạn, bạn thích có sự tự chủ trong cuộc sống. Bạn thích được tự lập hơn, ra quyết định nhiều hơn. Trong trường hợp này, bạn hãy thỏa mãn cha mẹ bằng cách học hết sức mình. Trong việc học, bạn hãy cho thấy sự tự chủ khi làm bài, chủ động khi tìm hiểu các lớp học thêm và chỉ tham gia những lớp bạn nghĩ rằng cần thiết cho mình, hãy tìm hiểu những thông tin bên trong và bên ngoài trường để làm trách nhiệm người học trò của mình tốt nhất. Khi bạn làm tốt trách nhiệm này, bạn

đang từ từ chứng minh cho cha mẹ thấy sự chủ động và tự lập của bạn trong học tập. Từ đó, sự tôn trọng và tin tưởng của họ sẽ tăng theo thời gian, bạn lớn lên và cha mẹ sẽ cho bạn quyền quyết định với nhiều việc hơn, trước là những quyết định liên quan đến học tập, sau là những quyết định liên quan đến đời sống cá nhân.

Niềm tin (mà cha mẹ dành cho bạn) – bạn phải từ từ mới tích lũy được. Và trước khi đạt được điều ấy, bạn phải vững vàng, biết mình muốn gì, biết cha mẹ cần gì. Hiểu rõ trách nhiệm của mình, hoàn thành tốt trước khi đòi hỏi những quyền lợi mà bạn muốn. Nếu bạn làm tốt những bước này, bạn sẽ vững vàng cả trong đời sống gia đình lẫn vai trò chuyên nghiệp trong môi trường làm việc sau này.

NGHỊCH LÝ

Mỗi khi nghe bạn trẻ nào đó tâm sự về mong muốn được ra ngoài sống tự lập, câu hỏi đầu tiên của tôi là: “Em đã tìm hiểu xem việc sống một mình sẽ tốn bao nhiêu tiền một tháng chưa? Em dự định thuê phòng của nhà khác hay thuê hẳn nguyên căn hộ? Em có việc làm chưa?”. Những câu trả lời sau đó cho thấy ước muốn được tự do của em không đi kèm với trách nhiệm phải tự kiếm tiền để lo cho mình. Điều đó thật nghịch lý phải không các bạn trẻ?

Thật ra, cha mẹ nào (chú ý: đây là nói đến những bậc cha mẹ ở trong những hoàn cảnh gia đình bình thường, không có vấn đề nghiêm trọng về bệnh tâm lý) cũng yêu thương con vô điều kiện. Vô điều kiện ở đây có nghĩa là dù con có làm gì sai trái đi nữa, con sẽ trở thành người như thế nào đi nữa, cha mẹ sẽ không bao giờ ngừng yêu thương lo lắng cho con. Tình yêu vô điều kiện không có nghĩa là cha mẹ sẽ chấp nhận bất cứ hành động và đòi hỏi nào không hợp lý của con. Vì vậy, khi cha mẹ không làm theo ý bạn,

đừng nghĩ rằng họ không yêu thương bạn. Thay vào đó, hãy bình tĩnh suy xét những đòi hỏi của họ, những ước muốn của mình, và từ từ tìm ra phương pháp dung hòa và giải quyết từ từ những mâu thuẫn ấy.

Các bạn càng bắt đầu những bước này sớm chừng nào, sẽ tốt cho các bạn chừng ấy. Hãy nhìn quanh mình, quan sát những người bạn trẻ nào đang có cách sống mà bạn ngưỡng mộ, rồi tìm hiểu xem họ đã làm như thế nào để được như vậy. Có đôi khi trong lúc tìm hiểu, bạn sẽ thấy rằng những gì họ đang có đi kèm rất nhiều với những trách nhiệm mà chưa chắc bạn yêu thích đâu.

Hãy nhớ, mình không thể có tất cả mọi thứ, hãy chọn lựa, và bằng lòng với chọn lựa của mình.

Thư gửi các bậc cha mẹ: Ngày con ra trường

Khi niềm vui của ngày lễ tốt nghiệp qua đi, sự tự hào khi nhìn con sải bước lên sân khấu nhận bằng tốt nghiệp đã lắng xuống, thì nỗi lo lắng lại trỗi lên trong lòng các bậc cha mẹ. Mỗi ngày nhìn con thức khuya, dậy trễ, bỏ phần lớn thời gian trên máy vi tính, âm ừ không trả lời rõ ràng mỗi khi cha mẹ hỏi: “Kiếm việc làm sao rồi con? Có nơi nào gọi con đi phỏng vấn chưa?”. Vài tuần trôi qua, khi cảnh trên vẫn tiếp diễn, và con vẫn chưa kiếm được việc làm, những câu hỏi sẽ đổi thành: “Bỏ bao nhiêu tiền cho con học mà bây giờ vẫn chưa kiếm được việc làm? Hay để ba mẹ hỏi cô/chú/ bác kiếm việc giùm con nhé?”. Vài tháng trôi qua, áp lực lớn hơn khi bạn bè và người thân hỏi: “Cháu nó tìm được việc làm chưa? Cũng ra trường lâu rồi hả?”, để khi về nhà, cuộc trò chuyện với con sẽ trở thành một cuộc tranh cãi lớn, mà con giận dữ vào phòng đóng cửa hay xách xe ra khỏi nhà, còn mình thì tức tối vì sự bất hiểu của nó, về việc nó không hiểu tấm lòng cha mẹ.

Anh chị ơi, ngày tốt nghiệp đánh dấu sự kết thúc quá trình học

hỏi, để bắt đầu một chặng đường mới của các bạn trẻ. Và để chuẩn bị cho chặng đường ấy, các em cần sự hỗ trợ đúng đắn, sự mong đợi vừa phải, niềm cảm thông, và đặc biệt là rất nhiều thời gian. Thông thường, một bạn trẻ mới ra trường trung bình cần 3 tháng để tìm việc làm phù hợp, điều này có nghĩa là có khi họ tìm được công việc ngay tháng đầu tiên, cũng có lúc phải 6 tháng sau mới được lời mời ở một công ty nào đó. Trong thời gian này, gia đình đóng vai trò rất quan trọng trong việc hỗ trợ các bạn trẻ. Dựa vào kinh nghiệm tư vấn hướng nghiệp hơn 5 năm tại Việt Nam, tôi viết ra những điều mình nghĩ gia đình có thể làm để giúp các bạn, mong rằng những mách bảo này hữu dụng với gia đình của anh chị.

HIỂU

Sự thật là thị trường tuyển dụng hiện tại ở Việt Nam khác với thời điểm cách đây 10 năm, cũng hoàn toàn khác với thời mà các anh chị đi tìm việc làm. Các doanh nghiệp bây giờ tuyển nhân viên dựa vào các tiêu chí:

1. Người ứng tuyển có yêu thích công việc họ nộp đơn vào không.
2. Người ứng tuyển có thật sự thích công ty họ đang nộp đơn vào không.
3. Người ứng tuyển có những kỹ năng cần thiết để làm công việc tốt không. Nếu họ chưa đủ kỹ năng, họ có tiềm năng học hỏi nhanh chóng những kỹ năng ấy hay không. Với rất nhiều công ty tuyển dụng theo đường dài, tiềm năng quan trọng hơn kỹ năng sẵn có rất nhiều. Công ty thà tuyển nhân viên chưa đủ kinh nghiệm và kỹ năng, nhưng có tố chất và sẵn sàng học hỏi hơn là người đã có thể làm việc nhưng không mấy yêu thích công việc.

Vì những lý do trên, các em khi đi tìm công việc làm phù hợp,

phải mất thời gian tìm hiểu doanh nghiệp, công việc, tìm hiểu xem bản thân có phù hợp với công việc ấy và doanh nghiệp ấy không, rồi hãy nộp đơn vào. Cho nên, anh chị nên cho các em thời gian để tìm việc. Hãy xem đây là đầu tư đường dài. Thà rằng các em tìm được việc phù hợp, thích thú và phát triển trong vị trí này, hơn là vội vàng có việc chỉ để mang tiếng có việc, rồi sau khi vào làm thì luôn phải khổ sở vì cảm giác không phù hợp, không làm nổi, tệ hơn là mang mặc cảm “mình chỉ là đứa ngồi nhảm chỗ”, v.v... Cuối cùng, sự gấp gáp này làm mất thời gian và năng lượng, tiêu tốn tiền bạc và tài nguyên của gia đình hơn nhiều so với việc cho các em khoảng 3 – 6 tháng để bình tĩnh tìm việc theo chiến lược đúng đắn.

ĐỘNG VIÊN

Thời điểm này bản thân các em đã rất lo lắng về khả năng không kiếm được việc làm, hoặc kiếm được nhưng việc lại không tốt, công ty không phù hợp, v.v... Do đó, anh chị hãy động viên tinh thần cho con, giúp con bớt lo, hướng suy nghĩ của con về phía tích cực, và an ủi rằng cha mẹ đã hỗ trợ con mấy năm qua rồi, nuôi thêm 6 tháng nữa cũng đâu có sao.

ĐÒI HỎI

Điều đó không có nghĩa là anh chị buông lỏng cho con muốn làm gì thì làm. Hãy ngồi xuống và làm một hợp đồng ngắn hạn với con trong thời gian 3 – 6 tháng tìm việc này. Trong hợp đồng ấy, hãy nói rõ anh chị muốn con làm gì để chứng tỏ mình xứng đáng nhận được hỗ trợ tài chính trong thời gian kiếm việc. Một vài đòi hỏi mà cha mẹ nên có là:

- Tập thể dục: trong một ngày của các em phải có ít nhất 30 phút vận động, ra khỏi phòng, tránh xa máy vi tính, Ipad, Iphone. Nói chung là phải vận động cho ra mồ hôi. Các em muốn làm điều ấy

lúc nào cũng được, nhưng phải làm. Tập thể dục hàng ngày giúp cơ thể khỏe mạnh, đầu óc tỉnh táo.

- Tìm hiểu bản thân: trong một ngày các em phải dành ra ít nhất 30 phút để nhìn lại xem mình có những kiến thức nào, kỹ năng chuyên môn và kỹ năng mềm nào, có những kinh nghiệm trong và ngoài lớp học nào. Nếu làm việc này tốt, các em sẽ biết được mình là ai, và có khả năng tìm chỗ đứng nào trong thị trường tuyển dụng.

- Tìm hiểu thị trường tuyển dụng: trong một ngày các em phải dành ra ít nhất 90 phút để tìm hiểu thị trường tuyển dụng. Các em có thể làm điều này bằng cách vào mạng đọc thông tin của các công ty, ra ngoài dự các buổi networking của các công ty, đi cà phê trò chuyện với các anh chị đã ra trường trước, v.v... và v.v... Kiểm được công việc phù hợp không có nghĩa là các em nộp đơn xin việc như phát truyền đơn, cứ ở đâu có tuyển dụng là nộp, mà phải tìm hiểu thị trường rõ ràng, để biết mình thích hợp với môi trường công việc nào, doanh nghiệp nào và vị trí nào. Lúc đó, việc các em nộp đơn vào nơi đang tuyển dụng sẽ có hiệu quả hơn nhiều so với khi chỉ nộp đại vào bất cứ đâu đang có vị trí mở.

- Rèn luyện kiến thức để được tuyển dụng: trong một ngày các em phải dành ra ít nhất 60 phút để ôn những kiến thức chuyên môn. Điều này có thể thực hiện bằng cách lên thư viện trường đọc sách, tham dự một hai lớp ngắn hạn chuyên ngành, đọc báo chuyên ngành, đọc tài liệu trên mạng. Các em phải liên tục ôn tiếng Anh bằng cách luyện viết, luyện đọc, luyện nói hàng ngày; và không chỉ có tiếng Anh không thôi mà sự rèn luyện bền bỉ này còn cần cho việc học bất cứ ngoại ngữ nào khác, cho cả việc học thêm các môn năng khiếu (nghệ thuật, thể thao, nữ công gia chánh,...).

- Kiểm việc: trong một ngày các em dành ra ít nhất là 60 phút và

nhiều nhất là 120 phút để tìm việc làm.

Các em dùng thời gian này để viết lại CV (đơn tìm việc), sửa cho phù hợp với vị trí mình đang nộp đơn, và gửi đơn. Các em không nên chỉ nộp đơn qua các cơ quan tuyển dụng trực tuyến như vietnamworks.com hay kiemviec.com, mà nên tìm hiểu cả về bộ phận nhân sự của doanh nghiệp mình thích, tìm thông tin của trưởng phòng tuyển dụng trên LinkedIn, có thể gửi đơn thẳng đến họ. Cơ hội được đọc sẽ cao hơn khi gửi thẳng đến bộ phận nhân sự và nhân viên tuyển dụng của công ty. Tuyệt đối không bỏ hơn 120 phút mỗi ngày làm việc này. Kiếm việc làm là một công việc đòi hỏi chiến lược và thời gian. Cố gắng quá trong một ngày không giúp gì cho các em cả.

- Nghỉ ngơi: trong một ngày các em phải có ít nhất 2 tiếng đồng hồ **KHÔNG LÀM GÌ CẢ**, chỉ có nghỉ ngơi, đi bộ lang thang, trò chuyện cùng bạn bè, hay thư giãn nghe nhạc, v.v... Điều này giúp các em giải tỏa những năng lượng dư thừa – tiêu cực, giảm stress và tái nạp năng lượng tích cực.

- Làm việc nhà: trong một ngày các em phải có ít nhất 1 tiếng giúp việc nhà, hoặc lau nhà, rửa chén, hay nấu ăn, sửa chữa nhà, giặt và xếp đồ, lau phòng tắm, chăm sóc cây cảnh,... Các em phải thực hiện trách nhiệm của một thành viên của gia đình, đối với gia đình của chính mình.

KIỂM TRA

Sau khi đã có hợp đồng, anh chị yêu cầu con in hợp đồng ra, và mỗi ngày đánh dấu vào bản hợp đồng để trên tủ lạnh, hay bàn làm việc, rằng con đã hoàn tất các việc trên hay chưa. Nếu có việc nào chưa hoàn tất thì con tự hỏi xem ngày mai làm sao để hoàn tất nó. Anh chị tuyệt đối không hỏi gì về kết quả của việc tìm việc làm, như là “Đã có chỗ nào mời phỏng vấn chưa con?” hay là “Con

nộp đơn mấy công ty rồi?”, mà chỉ kiểm tra xem con đã hoàn thành các việc trên hay chưa mà thôi.

Lý do: tìm việc là một quá trình đòi hỏi thời gian, nghiên cứu, và có chiến lược tốt. Do đó, rất khó có kết quả nhanh chóng. Sự điềm đạm bình tĩnh của cha mẹ sẽ là hỗ trợ lớn nhất cho các bạn trẻ trong thời gian này.

KHÔNG NÊN

Trong thời gian này, anh chị tuyệt đối không nên làm những việc sau:

1. Tìm việc giúp các em. Ở ngưỡng cửa cuộc đời, nếu như bị sắp xếp tìm việc giúp, sự tự tin của các em sẽ tuột dốc, và khi vào công ty sẽ luôn mặc cảm trước người khác. Anh chị có thể giúp giới thiệu những vị trí, nhưng các em phải là người chủ động tìm hiểu, khảo sát, và nếu phù hợp thì tự động nộp đơn.

2. So sánh các em với con người ta. Sẽ rất khó để không so sánh. Nhưng hãy đặt mình vào vị trí các em. Các anh chị có thích khi con so sánh mình với cha mẹ bạn bè không, có vui không khi con nói cha mẹ mình không làm nhiều tiền bằng cha mẹ bạn, không đẹp bằng cha mẹ bạn, không hiểu con bằng cha mẹ bạn? Hãy tưởng tượng điều đó xảy ra, và đừng so sánh các em với ai hết.

3. Thúc giục các em phải có việc trong vòng 1, 2 tháng. Nếu các em làm hết những điều trong bản hợp đồng mà vẫn chưa tìm được việc, thì hãy kiên nhẫn. Trong đa số trường hợp thì đó là do thị trường tuyển dụng đang chậm lại chứ không phải do các em vô dụng. Hãy đòi hỏi các em làm theo bản hợp đồng, ngoài ra đừng thúc giục gì hết.

Thị trường lao động luôn luôn thay đổi, nhưng tôi tin những điều

trên sẽ còn đúng trong một thời gian khá dài. Chúc anh chị và các em bình an trong giai đoạn tìm việc rất mệt mỏi này.

Kết thúc và khởi đầu

Ngày tốt nghiệp. Người người trang phục đẹp đẽ, tươi cười hạnh phúc, tay nắm tay chụp hình, chúc mừng nhau rộn rã như pháo ngày xuân.

Tôi nghĩ trong ngày này, người hạnh phúc nhất không phải là sinh viên mà là cha mẹ của các em. Ngồi dự lễ, ắt hẳn không ít bậc cha mẹ lén đưa tay chùi những giọt nước mắt hạnh phúc khi con mình lên nhận bằng tốt nghiệp. Các em – đã thật sự rời khỏi vòng tay chở che của gia đình, bắt đầu phải bước chân vào đời, tự lực cánh sinh, tìm cho mình một hướng đi riêng, một cuộc đời khác.

KẾT THÚC

Theo cách nghĩ truyền thống của thế hệ đi trước, ngày tốt nghiệp đánh dấu sự trưởng thành về kiến thức. Người sinh viên ngày nào giờ đây không còn được phép rong chơi, tìm tòi, học hành nữa, mà phải bắt đầu nghiêm túc đi tìm một công việc phù hợp, kiếm tiền, đóng góp cho gia đình về tài chính nếu có thể, từ từ lập sự nghiệp, rồi sau đó lập gia đình, có con, v.v... và v.v...

Trong mắt cha mẹ, lý do duy nhất để các em có thể hoãn lại những trách nhiệm truyền thống trên là tiếp tục học cao hơn, như chương trình Cao học hay lấy học vị Tiến sĩ chẳng hạn. Vì vậy, theo cách nghĩ của cha mẹ, các em chỉ có hai con đường: một là tìm việc làm, và hai là đi học tiếp. Không còn con đường thứ ba.

KHỞI ĐẦU

Nhưng với thế hệ trẻ hiện tại, và tình hình xã hội cũng như thị trường tuyển dụng hiện tại, đi làm hay đi học thêm có lẽ không

còn là chọn lựa duy nhất hay đầu tiên của các em nữa. Tốt nghiệp đánh dấu một bước ngoặt trong cuộc đời của các em, nhưng không có nghĩa là nó tự động mở ra cho các em sự tự tin, lòng thích thú, hay sự chuẩn bị để bước chân vào thị trường tuyển dụng ngay lập tức. Tất cả những điều đó tùy thuộc vào nhiều yếu tố khác nhau: giáo dục từ lớp 1 đến lớp 12; môi trường giáo dục, môi trường xã hội ở nơi các em sinh sống; những ảnh hưởng của toàn cầu hóa, sự khác biệt giữa Việt Nam và quốc tế, khác biệt các vùng miền tại Việt Nam, sự phát triển của thị trường lao động trong và ngoài nước, thực tế tâm lý của giới trẻ thời nay v.v... và v.v... Vì vậy, với thế hệ hiện tại, kiếm tiền không còn là sự thôi thúc số một như ở thế hệ cha mẹ trước đây.

Ngày nay, tốt nghiệp đại học mở ra một cuộc hành trình mới về tìm hiểu bản thân và thế giới xung quanh. Những câu hỏi như tôi là ai, tôi thích gì, tôi muốn làm gì trong khoảng thời gian mỗi ngày không ngừng xoay quanh trong đầu các em. Con đường được cha mẹ vạch sẵn sẽ không phải là lựa chọn hợp lý, cũng chẳng hấp dẫn lắm vì các em đã có riêng cho mình những hệ giá trị sống gần như hoàn toàn khác so với cha mẹ. Vì lý do đó, mong muốn được lấy gap time (hay gap year) để đi làm ở nước ngoài, đảm nhiệm những công việc lương không cao lắm, đi thực tập hay làm tình nguyện viên ở các dự án phát triển trong vùng hay thế giới với số tiền chỉ đủ chi dùng hàng ngày cho bản thân, hay đơn giản chỉ là nghỉ ngơi một thời gian để suy ngẫm, tìm hiểu, quan sát, và sau đó ra quyết định xem đâu mới là những điều các em mong muốn và cần đến.

BỐI RỐI

Sau niềm vui và những nụ cười của ngày tốt nghiệp sẽ là nỗi căng thẳng, áp lực, lo lắng của cả cha mẹ lẫn con cái. Thế hệ cha mẹ sợ rằng con mình không tìm được việc làm phù hợp, hay tệ hơn nữa,

làm biếng không chịu đi làm, và tìm mọi cách để “trợ giúp” con cái, có khi dùng đến cả những mối quan hệ cá nhân hay tiền bạc. Thế hệ con cái mệt mỏi vì mỗi ngày phải trả lời chùng ấy câu hỏi từ cha mẹ, như “Con đã nộp đơn chưa? Bao nhiêu công ty rồi? Có ai trả lời không?”,... trong khi lòng dạ các em thì rối bòng bong với những ý nguyện và câu hỏi không biết tỏ cùng ai.

ĐỀ NGHỊ

Trong cương vị của một người làm công tác tư vấn hướng nghiệp tại Việt Nam lâu năm, tôi đề nghị như sau:

1. Với cha mẹ và gia đình: Hãy ngồi xuống với con em của mình để tìm hiểu mục tiêu và bước kế tiếp của bạn ấy. Hãy cho con biết mong đợi của mình, nhưng cũng lắng nghe điều con muốn. Hãy cùng nhau lập ra kế hoạch nào tốt đẹp cho cả hai bên. Xin hãy nhớ rằng, mục tiêu và kế hoạch có thể nhiều hơn mức 2 chọn lựa, không chỉ có đi làm hay học tiếp, mà bao gồm: thực tập, tình nguyện viên, đi làm việc lương ít ở nước ngoài,... Mục tiêu cần đạt được ở những hoạt động đó là: hiểu rõ bản thân, thêm kinh nghiệm, tìm hiểu thị trường, thêm kỹ năng,...

Và cũng xin để ý rằng, trong năm thì khoảng thời gian gần Tết Âm lịch là lúc thị trường tuyển dụng gần như đóng băng, nên nếu các em không tìm ra vị trí vừa ý, đừng quá lo lắng hay tạo áp lực cho bản thân hay cho các em.

2. Với các em: Nên hỏi bản thân xem các em muốn làm gì, vì sao, và can đảm chia sẻ với cha mẹ. Đây không còn là lúc các em “dựa dẫm” và mong muốn cha mẹ “quyết định giùm mình” nữa. Ở thời điểm này, nếu các em không đủ can đảm chịu trách nhiệm cho hành động và ý muốn của mình, thì sẽ khó để các em tự làm chủ cuộc đời của mình sau này. Đừng hoang mang, đừng chờ đợi phép màu xảy ra từ ngoại cảnh. Mà hãy tìm câu trả lời từ trong

nội tâm mình. Hãy tự hỏi, dẫn thân, hành động, quyết định và học hỏi từ trải nghiệm ấy. Và suốt thời gian ấy, cố gắng chia sẻ với cha mẹ, hãy viết cho họ, trò chuyện cùng họ, nếu buồn thì khóc với họ, cho họ biết các em khác họ thế nào. Có thể họ sẽ chưa hiểu ngay lập tức, nhưng từ từ họ sẽ hiểu thôi.

HÀNH TRÌNH

Tôi chúc các em mạnh mẽ và bình an trong cuộc hành trình mới. Càng được tiếp xúc cùng các em, tôi càng có nhiều hy vọng hơn cho cộng đồng và thế giới vì thế hệ các em quan tâm nhiều hơn đến cộng đồng ở diện rộng. Nhưng để thực hiện được ước mơ đẹp đẽ ấy, các em phải hành động nhiều hơn và quả quyết hơn trong cuộc sống hàng ngày. Một, hai, ba,... hãy vững bước vào cuộc hành trình mới, các em nhé!

Tôi có nhiều điều ước

Tôi ước là ông, bà, cha, mẹ, cô, chú, dì, cậu,... của sinh viên tôi đừng khuyến khích hay tạo áp lực, khiến các em đi theo học ngành kinh doanh khi khả năng và sở thích của các em hoàn toàn phù hợp ở một ngành khác hẳn.

Tôi ước là họ chịu khó tìm tòi đọc, nghiên cứu về thị trường tuyển dụng, về các ngành đào tạo, về hướng ng- hiệp sâu hơn, kỹ hơn, thay vì chỉ dựa vào kinh nghiệm bản thân, vào những gì họ đã trải qua trong quá khứ, với những nỗi lo từ thời trưởng thành vẫn còn bám víu vào tâm trí của họ hiện tại, khi họ hướng nghiệp cho thế hệ trẻ.

Tôi ước là họ nhận ra rằng con cháu họ thuộc về thế hệ tương lai, chứ không là sự nối dài của bản ngã họ. Rằng các em ấy lớn lên, trưởng thành trong một môi trường mới, hấp thụ và thấm nhuần những giá trị sống của một xã hội khác so với họ ngày xưa. Để họ

nhận ra rằng những kinh nghiệm họ truyền thụ cho các em tuy quý báu, nhưng chỉ nên dừng ở mức tham khảo chứ không phải là nguồn tài liệu chính cho các em dựa vào để ra quyết định.

Tôi ước họ nghiêm túc với các em ở phương diện cho các em tập ra quyết định sớm hơn, buộc các em từ từ chịu trách nhiệm ngay từ khi tuổi còn nhỏ, để các em dần học được khả năng tìm hiểu thông tin, hiểu bản thân, phân tích vấn đề, và ra quyết định sao cho phù hợp với bản thân và gia đình nhất.

Tôi ước họ hãy đặt ra những mong đợi cho các em dựa trên các giá trị nội tại đẹp đẽ (như có trách nhiệm, tôn trọng, hiểu về bản thân, yêu thương, hòa bình, có ý thức xây dựng cộng đồng, luôn luôn học hỏi,...) chứ không chỉ tập trung vào các giá trị hướng về bên ngoài (như phải giỏi nhất trong lớp, phải vào trường điểm, phải đạt IELTS 6.5, phải được thầy cô khen ngợi,...).

Tôi ước họ hãy kiềm chế nỗi sợ của họ, hãy ngừng trải những tấm nệm phòng hờ khi con ngã xuống, hãy ngừng làm đủ mọi cách để con không vấp ngã. Thay vào đó, tôi ước họ hãy ở bên cạnh, chỉ cho con thấy những con đường khác nhau, tôn trọng quyết định của con, im lặng khi con ngã, mỉm cười khuyến khích con đứng dậy, khi cần thì lấy băng dính dán lên vết thương cho con, và khen ngợi những thành quả nho nhỏ, thực tế của con.

Tôi ước, tôi còn nhiều điều ước lắm, và nhất là tôi ước họ đọc được những dòng này của tôi.

Giấc mơ của cha

Trong số những sinh viên đã được tôi tư vấn, có thể nói em là người ít nói và ít cười nhất, điều đó tạo khá nhiều khó khăn cho tôi trong việc giúp đỡ em vì chỉ khi em tâm sự nhiều, tôi mới hiểu được vấn đề thật mà em đang gặp phải để rồi hướng dẫn, tư vấn

em.

Phải mất khá nhiều thời gian để tôi tìm hiểu được câu chuyện của em. Thông minh, thành tích học tập giỏi, em là niềm tự hào của cha. Từ nhỏ đến lớn em luôn nghe theo sự hướng dẫn của cha trong việc học hành, mãi đến những ngày gần đây em không thể học được nữa, mất ngủ, cáu gắt, và càng lúc càng thu mình. Cũng như những trường hợp tương tự có liên quan đến sức khỏe tâm lý, tôi gửi em qua đồng nghiệp bên phòng tư vấn tâm lý để họ giúp em trong vấn đề tâm lý. Phần tôi, tôi vẫn tiếp tục cùng em trong cuộc hành trình tư vấn hướng nghiệp. Dần dần, em nhận ra từ trước đến nay em sống vì cha, học vì cha, và hoàn thành giấc mơ cũng là của cha. Về phần em, em chưa bao giờ dám nói sở thích thực sự của mình vì sợ cha thất vọng, giận dữ, hoặc tệ hơn nữa là cấm đoán em đeo đuổi sở thích ấy. Kết quả là vì không thể nói thật với cha, em phản ứng bằng cách thu mình lại, suy nghĩ tiêu cực, không có động lực để học tập, và khi kết quả học tập xấu lại tiếp tục suy nghĩ tiêu cực, tự trách mình,...

Tôi cho em vài bài tập tìm hiểu thị trường tuyển dụng và thị trường đào tạo, cùng em đi qua những chọn lựa có thể làm, và cuối cùng chúng tôi khoanh vùng lại hai hướng chọn lựa sau:

Hướng 1:

- Em không theo con đường cha chọn nữa mà theo ước mơ của riêng mình. Điều này có nghĩa em sẽ phải tìm việc làm để tự trả tiền học, có thể sẽ phải dọn ra khỏi nhà để sống theo ý mình.

-> Viễn cảnh làm em sợ nhất khi theo quyết định này là cha sẽ đau lòng, giận và có thể sẽ không bao giờ nhận em làm con nữa. Chỉ nghĩ đến điều này thôi cũng đủ làm em không thở được, nước mắt chảy ra không ngừng.

Hướng 2:

- Em vẫn theo con đường cha chọn, học ngành cha muốn. Bên cạnh đó âm thầm làm điều mình muốn làm bằng cách học thêm ở ngoài, tham gia những hoạt động ngoại khóa liên quan đến ngành mình thích. Sau khi ra trường, kiếm được tiền, tự lập, em sẽ từ từ độc lập hơn trong suy nghĩ, cuộc sống, và từ từ sống theo ý mình.

-> Viễn cảnh làm em khó chịu là cảm giác sống hai mặt, một trước mặt cha và một với bản thân. Mỗi lần cha giao em một công việc, trò chuyện với em về tương lai, em phải kiềm chế hết sức để không cãi lại, không phản đối. Và có thể, mỗi khi ở một mình, em sẽ dần vật vờ tự thấy mình giả dối, ngột thở, khó chịu với sự hèn nhát của bản thân.

Trong buổi tư vấn, em giận dữ nói em muốn đi theo hướng đầu tiên, em không muốn sống giả dối vì quá mệt mỏi. Nhưng trong buổi gặp tiếp theo, em bình tĩnh hơn, và nhẹ nhàng chia sẻ rằng đã chọn cách thứ hai. Theo em, lý do ấy an toàn cho em và cả những người thân yêu của mình. Đối với em, tình cảm gắn bó giữa em và cha rất quan trọng, và dù vẫn rất mệt mỏi mỗi khi cùng làm việc và trò chuyện với cha về giấc mơ của cha, em vẫn quyết định chịu đựng điều đó. Em mong là từ từ khi em mạnh mẽ hơn, rõ ràng hơn, tự chủ hơn, em sẽ tìm ra cách giải thích cho cha hiểu về giấc mơ của em, sống thực hơn với em, mà vẫn giữ được tình cảm giữa hai cha con.

Em rời phòng tư vấn với nụ cười nhẹ nhõm. Đây chỉ là khởi đầu của cuộc hành trình dài và nhiều khó khăn. Nhưng vì em đã bắt đầu, và vì đây là quyết định của em, tôi tin với sự hỗ trợ của các phòng tư vấn trong trường, nụ cười ấy của em sẽ thường trực trên môi.

Hai thế hệ

Trong suốt những năm qua khi làm việc với cả hai thế hệ, những người trẻ và cha mẹ của họ, tôi nghe không ít lời phê phán từ các đồng nghiệp trong và ngoài ngành giáo dục, người Việt cũng như nước ngoài: “Sao cha mẹ người Việt thích ép buộc con mình vậy nhỉ? Sao họ không cho chúng nó tự do chọn lựa cuộc đời mình? Như vậy đâu phải là yêu thương?”. Đã có một thời gian ngắn tôi cũng nghĩ như họ, nhưng từ từ tôi học được rằng việc “đổ thừa” cho thế hệ cha mẹ thì không giải quyết được vấn đề, vì gốc rễ của các mâu thuẫn phát sinh từ những thay đổi trong hoàn cảnh xã hội, môi trường sống, văn hóa, ngôn ngữ, nền giáo dục, và rất nhiều yếu tố khác.

Tôi còn nhớ trong một lớp học tôi dạy ở San Jose, khi các cha mẹ chân tình tâm sự những lo lắng của họ về việc giáo dục con cái, thì hai vị khách mời trẻ của tôi, những người đã từng thốt lên câu “I hate my parents”^(*) trong những lần tư vấn trước đó, lúc bấy giờ đã khóc vì cảm động. Họ nói rằng chưa bao giờ họ hiểu được những khó khăn mà thế hệ cha mẹ họ đã phải trải qua trong việc nuôi dạy con ở nước Mỹ. Họ chưa bao giờ cảm nhận được tình thương và những nỗi đau khổ của cha mẹ cho đến khi có dịp nghe những tâm tình hôm ấy. Và điều đó làm tôi nhận ra, giữa hai thế hệ đang thiếu một cây cầu nối. Nếu họ có dịp lắng nghe nhau tốt hơn, để hiểu được nhau rõ ràng hơn, thì hẳn mọi chuyện sẽ khác đi biết bao nhiêu. Từ khoảnh khắc ấy, tôi ước nguyện có thể trở thành cây cầu nối giữa hai thế hệ, giữa cha mẹ và con cái, bất cứ khi nào tôi có thể.

^(*) Trong tiếng Việt, có nghĩa là: Em ghét cha mẹ.

Trâm, một người bạn và cũng là sếp cũ của tôi, có lần nửa thật nửa đùa nói: “Trâm nghĩ tất cả cha mẹ của chúng mình đều bị PTSD, tạm dịch là bệnh rối loạn stress sau chiến tranh. Này nhé,

họ luôn sợ một điều gì xấu sẽ xảy ra với gia đình. Họ luôn nghĩ đến những khả năng tệ nhất. Họ luôn lo lắng về cái gì đó”. Tôi không nghĩ mình có đủ kiến thức chuyên môn để nói rằng Trâm đúng hoàn toàn, nhưng rõ ràng thế hệ cha mẹ của tôi và các em đã đi qua một cuộc chiến dài đằng đằng, và trưởng thành trong thời kỳ hậu chiến khi mà cơm ăn áo mặc là nỗi lo hàng ngày, khi mà ước mơ và sở thích riêng là thứ yếu và việc tồn tại qua ngày là điều quan trọng nhất. Những lúc ấy, một lỗi lầm nhỏ có thể làm người ta mất đi cơ hội hiếm có, hay có khi còn nguy hiểm đến tính mạng bản thân và gia đình. Do đó, những ý tưởng “Cứ làm những điều mình thích; đi theo tiếng gọi của trái tim; không cần phải lo nhiều đến tiền bạc; cứ làm lỗi đi rồi sẽ học được nhiều” trong mắt các bậc cha mẹ là những câu nói “viển vông, thiếu thực tế, gần như điên rồ”, vì những trải nghiệm sống của họ ngược lại hoàn toàn với các tư tưởng ấy.

Cha mẹ chúng ta không biết rằng vì họ yêu thương bảo bọc chúng ta nhiều, và vì chúng ta may mắn trưởng thành trong thời bình, chúng ta không có khái niệm “sợ đói, sợ khát, sợ không có tiền phải ra ở ngoài đường”. Cha mẹ chúng ta không biết rằng đối với thế hệ chúng ta, “cơ hội theo đuổi ước mơ nghề nghiệp, xây dựng một trái đất xanh hơn, phát triển một cộng đồng đẹp”, thì quan trọng hơn “một công việc vững chắc, nơi mà chúng ta lãnh lương đều đều mỗi tháng và không bao giờ bị mất việc”. Cha mẹ chúng ta không biết rằng chúng ta thuộc hẳn về một thế hệ khác, có những giá trị, sở thích và quan điểm sống khác, do chịu ảnh hưởng toàn cầu và rất khác biệt với họ, khác biệt đến độ có khi khiến cha mẹ phải nghĩ: “Chúng nó có phải con mình đẻ ra không nhỉ?”.

Và chúng ta cũng vậy, chúng ta cũng không hiểu gì về những bất hạnh, khổ đau, bao đắng cay nước mắt mà thế hệ đi trước đã trải qua để chúng ta có được một thời thơ ấu an lành, hạnh phúc. Cha

tôi chưa bao giờ kể tôi nghe về quá khứ của ông; tôi biết được bằng cách nhặt nhanh từ những chuyến thăm quê nội, dưới trăng nghe cô chú kể chuyện xưa. Cha tôi, như bao người cha khác, thích con cái lớn lên trong màu xanh yên bình.

Và có bao giờ chúng ta tự hỏi: “Mình đã hiểu cha mẹ chưa? Mình đã làm gì để hiểu họ thêm chưa?”. Câu trả lời có lẽ là: Chưa từng.

Theo quan sát, kinh nghiệm và kiến thức của mình, tôi cho rằng điều kiện tiên quyết để nhịp cầu cảm thông được thiết lập giữa hai thế hệ là:

- Hiểu rõ quan điểm của cha mẹ mình, biết đặt mình vào vị trí của họ và thử xem mình sẽ nghĩ gì. Vì chỉ khi đã hiểu rõ cách nghĩ của cha mẹ, các bạn trẻ mới biết cách thuyết phục và trò chuyện cùng cha mẹ.

Còn điều kiện quan trọng để thuyết phục cha mẹ là:

- Các bạn trẻ phải biết rất rõ mình đang làm gì, vì sao làm như vậy, mục tiêu trước mắt và lâu dài là gì. Các bạn có biết mình đang đi về đâu hay không, có hiểu những kết quả từ hành động và kế hoạch của mình, và có luôn sẵn sàng chịu trách nhiệm với những kết quả ấy hay không?

Hơn thế nữa, các bạn trẻ phải hiểu rằng:

- Niềm tin phải được thiết lập từ từ. Ví dụ, năm 10 tuổi bạn tự rửa chén, 12 tuổi tự đạp xe đi học, 14 tuổi tự nấu ăn, 16 tuổi tham gia hoạt động xã hội, 18 tuổi giúp đỡ những việc trong nhà mà không cần bị ép. Khi các bạn có thể chứng minh sự tự lập của mình trong những việc nhỏ hàng ngày, giữ lời hứa đi về đúng giờ, làm việc có trách nhiệm, thì những việc lớn sẽ dễ dàng được phụ huynh tin tưởng.

- Nếu các bạn hiện tại ở tuổi 20 mà vẫn chưa biết chăm sóc bản thân, cứ nói “con muốn sống tự lập” nhưng chưa hề nấu bữa cơm nào cho gia đình, hay khẳng định “con tự kiếm tiền” nhưng vẫn muốn mẹ chở mình đi làm vì tiện đường và không muốn tốn xăng, v.v... thì khó mà thuyết phục được người xung quanh về khả năng của mình.

Và cuối cùng là:

- Chia sẻ với cha mẹ càng nhiều càng tốt. Làm sao cho họ hiểu mình càng nhiều càng tốt. Mời họ lên trường, tham gia hoạt động. Mời bạn bè đến nhà, email kể chuyện cho họ nghe. Tôi còn nhớ có lần đi xem sinh viên chơi đàn ở câu lạc bộ Rock, thấy một người phụ nữ trung niên nhăn mặt đau khổ vì tiếng ồn của quán, nhưng vẫn hãnh diện nhìn lên sân khấu say sưa xem con trai chơi trống. Hãy nhớ rằng mưa dầm thấm đất. Từ từ họ sẽ hiểu rằng họ khác bạn biết bao.

Tôi hiểu rõ rằng, tất cả những lời mách nước trên sẽ không hiệu quả nếu cha mẹ không yêu thương con cái. Nếu bạn nghĩ cha mẹ không yêu thương bạn, thì tôi không thể giúp được rồi. Mà, có cha mẹ nào không thương con cái không nhỉ? Theo kinh nghiệm của mình (ở những trường hợp cha mẹ không có vấn đề tâm lý hay vấn đề bạo hành gia đình), tôi nhận thấy miễn là cha mẹ biết rằng con cái họ hạnh phúc hơn nếu đi theo con đường chúng chọn, họ sẽ cho phép. Và nếu họ có ép buộc hay hướng bạn đi theo nẻo nào đó thì lý do chính là vì họ sợ bạn sẽ sai lầm, sẽ không hạnh phúc.

Có đôi khi phải mất thật nhiều thời gian để thuyết phục cha mẹ rằng họ không đúng, rằng họ sai hoàn toàn, nhất là khi bạn là con cả. Nhưng bạn biết không, khi ấy, người đau khổ nhất không phải là bạn đâu, mà là cha mẹ đó. Cho nên, hãy đấu tranh, bằng cách riêng của bạn, để tìm ra con đường đúng đắn nhất cho cả gia

đình, để kết quả cuối cùng là bạn hạnh phúc - và khi đó cha mẹ sẽ hạnh phúc. (Nhiều bạn trẻ nói với tôi rằng: “Em làm vậy để cha mẹ em vui” mà không biết rằng cha mẹ chỉ vui thật sự khi đã có thể an lòng về con cái).

Phần 3

HƯỚNG NGHIỆP & TÂM AN

Tôi gọi phần này là “Hướng nghiệp và Tâm an”. Tôi xin giải thích lý do tại đây.

Chúng ta thường tách nghề nghiệp ra khỏi đời sống cá nhân, nhưng sự thực thì không phải vậy. Mỗi người chúng ta đảm nhận rất nhiều vai trò khác nhau trong cuộc đời mình, tùy theo từng loại mối quan hệ, chẳng hạn tôi giữ vai trò nhân viên trong mối quan hệ với cấp trên, nhưng lại là cấp trên đối với các bạn dưới quyền (và trong một chừng mực nào đó, có những hoàn cảnh mà tôi và các bạn cấp dưới, với cả cấp trên sẽ cần có cách cư xử trong tư cách là đồng nghiệp của nhau, vừa thân thiện vừa tôn trọng nhau). Tương tự, trong gia đình, tôi giữ vai trò người mẹ với Gấu, là vợ với người bạn đời của tôi, nhưng tôi cũng là con gái của bố mẹ tôi, là con dâu của bố mẹ chồng, là cháu gái của cô/dì/chú/bác cả hai họ,... Mỗi chúng ta, cùng lúc sẽ phải đảm nhiệm rất nhiều vai trò trong cuộc sống, đòi hỏi chúng ta, ít nhất, luôn cần đến những thay đổi thích hợp cho từng tình huống, trong từng loại mối quan hệ. Và sự bình an trong vai trò một người đang định vị bản thân, đang định hướng sự phát triển nghề nghiệp sẽ có ảnh hưởng rất nhiều đến những vai trò khác trong cuộc sống của một người, dẫn đến ảnh hưởng chất lượng của đời sống cá nhân của họ.

Ví dụ, một người đàn ông bị mất việc vì công ty giảm nhân lực,

trong suốt thời gian tìm vị trí mới thông thường bị áp lực rất nặng về tinh thần vì anh là trụ cột của gia đình. Tương tự như vậy, một bạn trẻ khi chọn ngành học trái với khả năng và sở thích tự nhiên, do đó không đạt kết quả tốt trong quá trình học, sẽ dễ dàng mất tự tin, thu mình lại, ít tiếp xúc và ít kết bạn tại trường. Kết quả này không chỉ ảnh hưởng trong phạm vi việc học tập, mà sẽ ảnh hưởng đến cách em yêu thương, cách em thực hiện vai trò người làm con/cháu trong gia đình, cách tương tác với người thân, cách ra quyết định trong những lĩnh vực khác của cuộc sống.

Những lý thuyết hướng nghiệp và nghiên cứu trong ngành này đều nói đến sự tương quan chặt chẽ giữa phát triển nghề nghiệp và sức khỏe tâm lý của mỗi người. Sau bảy năm làm công việc tư vấn hướng nghiệp, với nhiều kinh nghiệm lâm sàng, tôi nhận thấy điều quan trọng nhất trong tư vấn hướng nghiệp không phải là giúp các bạn trẻ tìm ra câu trả lời đúng. Điều quan trọng nhất là giúp họ tìm ra được chọn lựa có thể cho họ nhiều bình an nhất trong tâm hồn. Vì thật ra, người cuối cùng phải sống với quyết định hướng nghiệp là bản thân họ, do đó khi họ vui vẻ, bình an với quyết định ấy thì cuộc hành trình mới tốt đẹp được. Để rồi sau đó, khi cần thay đổi, những bước chuyển biến, sửa chữa sai lầm sẽ nhẹ nhàng hơn, và họ sẽ có được sự bình tâm, mạnh mẽ khi đứng dậy sau thất bại và tiếp tục hành trình.

Em mệt quá cô ơi . . .

Đã bao lần tôi được gặp các sinh viên vì những vấn đề liên quan đến sức khỏe tâm lý mà không thể phát triển nghề nghiệp như mong muốn. Điều làm tôi đau lòng nhất là bản thân các em cũng như những người thương yêu thường không nghĩ rằng vấn đề là ở chỗ sức khỏe tâm lý, mà do bản thân các em lười biếng, thiếu quyết tâm, không cố gắng đủ. Sự thật hoàn toàn ngược lại. Vấn đề

tâm lý nặng nề có thể khiến một người trở nên trì trệ đến độ họ không tài nào làm được việc gì khác ngoài việc chống cự với căn bệnh. Tôi viết những dòng dưới đây thay lời muốn nói của các em, với mong ước rằng gia đình, cộng đồng, và xã hội hiểu và hỗ trợ các em nhiều hơn.

Riêng tặng những dòng này đến LTT, chúc em can đảm và bình an.

Gửi cô,

Cô biết không, có những buổi sáng thức dậy, em thấy cơ thể mệt nhoài, không muốn làm một điều gì hết. Những ý nghĩ tối tăm và tiêu cực liên tục chiếm lĩnh trí óc em, ngăn cản em rời giường. Những lúc ấy, em gần như phải lê mình đến phòng tắm, ra phòng ngủ, ép bản thân làm những công việc hàng ngày. Em biết mình phải học tốt, nhưng mỗi lần mở sách em lại sợ hãi mình sẽ thi rớt. Các bạn em cũng lo, nhưng họ không sợ kiểu như em. Lạ lắm cô à, em thường có cảm giác hai chân mình bị quẩn trong đầm lầy, rút thế nào cũng không ra, cố thế nào cũng không tiến bước được. Em mệt lắm cô ơi.

Cô biết không, em ráng nhiều lắm, trong mỗi phút mỗi giây của cuộc sống em đều cố gắng thật nhiều. Em biết rằng mình phải làm gì đó; em hiểu rằng mình không thể tiếp tục như hiện tại. Công việc bình thường mọi người làm chỉ mất một, thì em phải gồng đến mười lần mới hoàn thành. Trí óc em hiểu hết, nhưng sao cảm xúc em không đi theo. Và rồi kết quả là em không làm ai hài lòng cả. Em đau lòng khi người thân thất vọng vì em; mỗi khi nhìn vào mắt họ, nghe giọng họ nói, em lại tự trách mình thật nhiều. Em mệt quá cô ơi.

...

Cô ơi, trò chuyện với cô xong, em từ từ quan sát và hiểu rõ vấn đề của mình hơn. Em thấy mình có những lúc vui thật vui, rồi sau đó buồn thật buồn, gần như không thể điều khiển được cảm xúc bản thân. Em thấy mình hay lo lắng về nhiều vấn đề, và rồi vì quá lo lắng, em không dám bước cả bước đi đầu tiên. Trước khi gặp cô, em cứ tưởng do mình lười, do mình dở, do mình chưa cố gắng hết sức. Nhưng bây giờ em mới hiểu những gì em đang trải qua cũng là một dạng bệnh lý. Em thích câu chuyện về bệnh tiểu đường mà cô chia sẻ với em. Rằng thời gian đầu người ta có thể chữa bệnh bằng ăn kiêng, tập thể dục để điều chỉnh lượng insulin trong máu, nhưng khi bệnh phát triển đến một lúc nào đó thì mình phải dùng thuốc, và phải dùng thuốc cả đời. Thì ra, hay buồn hay lo hay sợ một cách vô lý cũng là một loại bệnh. Thì ra bệnh lý này do những chất trong não tiết ra, chứ không do EM, không phải do EM, đúng không cô? Em sẽ nghe cô khuyên, đi gặp bác sĩ tâm lý và tâm thần, sẽ dùng thuốc nếu cần, sẽ trị liệu. Em sẽ chấp nhận đây là bệnh, chứ không phải do bản chất em, không phải do cá tính em hay do con người em. Em mừng lắm, cô ơi.

Cô ơi, người yêu lại buồn em rồi. Đã bao nhiêu năm bên nhau, em biết anh thương và lo cho em, nhưng sao em có cảm giác không được anh thông cảm vậy cô? Em đâu có muốn bị bệnh này đâu. Em đâu có muốn trở thành một người thất bại. Em muốn vui vẻ, mạnh mẽ, tự lập như bao người khác. Em muốn biết rõ mình thích gì, cần gì, phải làm gì để đạt được điều mình muốn chứ không lúng lờ mất phương hướng như hiện tại. Em biết anh lo cho em, nhưng anh trách em vì sao không nghe anh. Anh nói chỉ cần em làm theo những gì anh khuyên, mọi chuyện sẽ ổn. Anh bảo em không cần trị liệu, không cần bác sĩ, chỉ cần cố gắng là được rồi. Nhưng em đã cố nhiều lắm, em đã ráng nhiều lắm, mà có thành công đâu cô. Em khóc và khóc mãi cô ơi.

...

Cô nè, em đã thú thật hết với mẹ về tình trạng của em. Em kể mẹ nghe về cuộc gặp giữa cô và em, về trận cãi nhau giữa người yêu và em (thật ra là anh nói còn em khóc mà thôi), và về nhiều thứ nữa. Em mừng lắm vì mẹ hiểu em. Mẹ nói mẹ sẽ ủng hộ em hết mình, em cần gì thì cứ làm. Em đi trị liệu hay dùng thuốc mẹ cũng hỗ trợ. Mẹ nói sẽ mãi thương em dù có sao đi nữa. Mẹ khuyên em hãy chữa bệnh cho tốt trước khi lập gia đình, vì em nên là em, độc lập, mạnh mẽ, thì mới có thể làm một người vợ người mẹ tốt được. Mẹ tuyệt vời quá phải không cô.

Cô nè, em vẫn còn buồn vì người yêu chưa hiểu em, nhưng em vẫn quyết tâm sẽ gặp tư vấn tâm lý như cô gợi ý, sẽ gặp bác sĩ và dùng thuốc nếu cần thiết. Em muốn có thể từ từ vượt qua vấn đề này và tìm ra bản thân em. Em vẫn còn yếu ớt, nhưng em biết mình muốn làm gì. Cám ơn cô đã lắng nghe em. Em sẽ giữ liên lạc với cô. Em hy vọng sẽ sớm có thể gặp cô để bàn về quyết định nghề nghiệp trong tương lai.

Viết về nỗi sợ

Trong số các bạn trẻ tôi gặp hai tuần qua có năm người rất khác nhau từ tuổi đời, giới tính, ngành học cho đến kinh nghiệm làm việc, nhưng họ giống nhau đến lạ lùng ở một điểm: Họ sợ.

“SỢ CHƯA ĐỦ GIỎI!”

Họ sợ mình chưa đủ giỏi, hay sẽ không đủ giỏi trong một lĩnh vực nào đó. Rồi họ sợ bản thân sẽ thất bại nếu dấn thân vào một vị trí mới, một ngã rẽ khác với hiện tại. Sợ đến độ họ bị đông cứng, không cam lòng với hiện tại nhưng không dám bước lên một bước nữa.

“SỢ CHƯA ĐỦ TỐT!”

Họ sợ mình chưa đủ tốt, hay sẽ không đủ tốt với người xung quanh. Họ sẵn lòng tha thứ lầm lỗi của một người thân thương, của cả người xa lạ, nhưng lại khắc nghiệt với bản thân đến từng chi tiết nhỏ nhất. Và vì vậy, dù mệt mỏi, dù bận lòng, họ không nói cho ai biết cảm xúc và nhu cầu riêng tư, mà chỉ ép mình đến mức chịu đựng tận cùng.

“EM PHẢI LÀM GÌ ĐÂY?”

Họ ngồi trước mặt tôi, trẻ trung, xinh đẹp, bất cần, lạnh lùng, thân thiết, và giấu dưới lớp vỏ ấy là nỗi sợ vô bờ. Để rồi khi tôi nhẹ nhàng hỏi những câu chân thành mà chạm đúng vào tâm tư họ, nước mắt họ hoặc rơm rớm, hoặc chảy dài, cũng có người nuốt nước mắt vào trong. Họ nói cho tôi nghe về nỗi-sợ-chưa-từng-kể ấy, và họ hỏi tôi: “Em phải làm gì đây?”.

CÁCH ĐỂ SỐNG-CÙNG-NỖI-SỢ

Làm cách nào để giải quyết nỗi sợ hãi của bản thân ư? Tôi chỉ có thể nhìn vào mắt các bạn và thật lòng nói: “Chị cũng đã từng sợ, vẫn đang sợ, và còn sẽ có những khoảnh khắc sợ như thế”.

Vì thế, các bạn trẻ của tôi ơi, tôi sẽ không khuyên các bạn đừng sợ nữa, vì điều đó gần như là không thể. Tôi cũng sẽ không khuyên các bạn hãy mạnh mẽ hơn, vì các bạn đã mạnh mẽ lắm rồi. Tôi chỉ đơn giản muốn các bạn ngừng lại, hãy vòng tay ôm lấy chính mình, nhìn vào nỗi sợ của mình, vỗ về nó, lắng nghe nó, để yêu thương mình hơn. Tôi mong các bạn hãy ngừng việc bắt mình phải tốt hơn, giỏi hơn, ngừng ép mình phải sống vì người xung quanh – hãy ngừng những việc ấy lại, chỉ chốc lát thôi.

Vì điều đầu tiên và quan trọng nhất là nhận ra nỗi sợ của mình, rồi từ từ hiểu được gốc rễ của cảm xúc ấy, nó đến từ đâu, nó được nuôi dưỡng như thế nào. Và khi đã thấu hiểu trọn vẹn về nó rồi,

mình sẽ biết cách chấp nhận nó, biết sống chung với nó để-mình-hạnh-phúc-hơn.

Các bạn trẻ của tôi ơi, cuộc hành trình này sẽ dài đằng đẵng, nhưng tôi vững tin vào các bạn, và tôi tin vào bản thân tôi nữa. Hãy cùng nhau trải nghiệm đoạn đường này, để một ngày nhìn lại, các bạn sẽ vững vàng nắm tay người khác, để dạy cho họ cách-sống-cùng-nỗi-sợ, bạn nhé.

Thói quen tiên quyết cho người bình an^(*)

() Xin phép mượn chữ “thói quen” của Stephen Covey, tác giả cuốn sách 7 thói quen để thành đạt cho bài viết này.*

NHỮNG NIỀM ĐAU

1. Ngồi trò chuyện cùng em, tim tôi đau nhói vì gương mặt phờ phạc, đôi vai trĩu nặng và ánh mắt mệt mỏi của em. Còn đâu người em gái luôn tươi cười, tràn đầy năng lượng, không bao giờ ngừng học hỏi ngày xưa. Em ngồi đó, tâm sự về nỗi sợ đang mỗi ngày hành hạ em, đang dần tấn công sức khỏe em, và có thể gây ảnh hưởng đến khả năng làm việc hàng ngày của em nếu không ngăn chặn kịp thời.

Bức tranh em phác thảo có sự hiện diện của áp lực từ gia đình trong việc luôn đứng đầu lớp những ngày còn nhỏ, luôn phải vượt qua người xung quanh, luôn cố gắng không ngừng nghỉ. Câu chuyện em kể không có lời khiển trách hay đổ lỗi cho ai khác ngoài cho bản thân em. Lắng nghe em, tôi thấy bóng dáng một bé gái cô đơn, hãi sợ, suốt những năm tháng tuổi thơ luôn cố gắng làm người lớn vui lòng bằng kết quả học tập hay sự ngoan ngoãn vâng lời của mình. Hình ảnh ấy mới xót xa làm sao.

2. Em bước vào phòng, với mái tóc cắt ngắn mạnh mẽ, cá tính, nụ

cười tươi và tự tin hơn lần gặp trước. Bài trắc nghiệm giúp em chứng thực những khả năng mình có, nhưng vẫn không đem lại niềm tự tin mà một người sau khi làm trắc nghiệm thường có. Tôi biết em-vẫn- chưa-hài-lòng với bản thân.

Tôi hỏi, em trả lời, và từ từ cuộc đối thoại cho thấy thói quen hay so sánh bản thân với bạn cùng lớp, thói quen tập trung vào môn học mình học chưa tốt thay vì tập trung vào môn mình nổi bật,... đã khiến em không nhìn nhận được những khả năng mình có. Chúng khiến em chỉ thấy những gì mình chưa làm được, để rồi mất tự tin và bị đánh lạc hướng trong quá trình đi tìm nghề nghiệp phù hợp.

3. Đọc bài chia sẻ những cảm nhận về vở kịch “Bang Bang, You are Dead” trên Facebook của RMIT Vietnam Drama Club, trong tâm trí tôi hiện ra hình ảnh của người bạn trẻ ấy, về niềm đam mê sáng tạo, và những câu chuyện em kể về hoạt động ngoại khóa của em. Em đang từng bước từng bước tiến gần bản thân hơn, nhưng thỉnh thoảng, trong tiềm thức lại dấy ra sự nghi ngờ bản thân, lời chê bai, đoán chắc thất bại, để rồi phải mất bao sức lực và ý chí em mới lại tiếp tục đứng lên và đi tiếp được.

CĂN NGUYÊN

Trong những cuộc chuyện trò, lần khuất đâu đó là lời so sánh của cha mẹ với “con người ta”, là những câu hỏi “Có bao nhiêu người khác cũng được điểm 10?” khi các em khoe thành tích của mình với người nhà, là áp lực phải hơn người, phải xuất sắc, phải thế này thế kia, cộng với sự bảo bọc và thiếu cơ hội trải nghiệm, áp lực không bao giờ được mắc lỗi, v.v... và v.v...

Để rồi kết quả là các em khư khư trong lòng nỗi lo sợ thất bại, gián tiếp gây ra sự thiếu tự tin, khiến các em chỉ quen tập trung vào điểm yếu mà hoàn toàn bỏ quên những ưu điểm của mình.

THÓI QUEN TIỀN QUYẾT CHO NGƯỜI BÌNH AN

Trong từng buổi gặp, tôi dùng kỹ năng đặt câu hỏi để đào bới và tìm kiếm lý do cho những vấn đề của các em. “Em có nhớ bắt đầu từ lúc nào mình không muốn thử nghiệm và sợ mắc lỗi không?”, “Vì sao không được nổi giận hả em? Từ đâu em có ý tưởng rằng nổi giận là xấu?”, “Mà sao này giờ em toàn nói về những khuyết điểm của mình vậy? Em có thật nhiều ưu điểm trong những lĩnh vực khác mà, phải không? Ví dụ như...”.

Tôi rất vui khi thấy ánh mắt các em sáng lên lúc được hỏi: “Này em, vậy chứ em thích một cuộc sống luôn có mục tiêu để chiến thắng, luôn đạt được một điều gì đó để hãnh diện với người xung quanh, hay chỉ đơn giản là hạnh phúc khi mỗi ngày trôi qua mình biết mình đang làm gì, đang đi về đâu, là bình dị buổi trò chuyện với người bạn thân, hay ngồi quán cà phê mình thích với quyển truyện thú vị?”.

Không có câu trả lời đúng hay sai; không có sự xét đoán tốt hay xấu. Mục tiêu cuối cùng của tôi là giúp các em tạo được thói quen mới, thói quen trò chuyện với bản thân mỗi lúc vui buồn, để hiểu được căn nguyên những ý nghĩ và hành động của bản thân. Để những quyết định của các em không phải là xuất phát từ cảm giác có lỗi, hay vì áp lực từ bên ngoài, mà các em quyết định là do ý muốn của bản thân. Có như vậy, khi ra quyết định, em đã hiểu rõ những kết quả có thể xảy ra, và đã sẵn lòng chịu trách nhiệm cho những kết quả đó. Và tôi tin rằng đây là bước đầu tiên dẫn em đến sự bình an.

NÉT ĐẸP CỦA SỰ SO SÁNH - HOẶC KHÔNG SO SÁNH

Trong lúc tư vấn, nếu tôi cảm thấy khó thở, ngực khó chịu, thì 99% đó là dấu hiệu của một ca khó (1% còn lại là do... đói bụng), vì lúc ấy tôi không chỉ đang trò chuyện và lắng nghe một người

trước mặt mình, mà tôi đang phải chiến đấu với hơn chục người khác nữa, những người đang ảnh hưởng đến bạn trẻ trước mặt tôi. Dù đang tâm sự với tôi, ý tưởng của em vẫn bị nhiễu loạn bởi trăm ngàn ý kiến mà nhiều người khác áp đặt lên. Dù đang lắng nghe tôi, em vẫn bị phân tâm vì còn phải lắng nghe cùng lúc nhiều ý kiến khác mà gia đình, bạn bè, người quen, những thông tin trên Facebook, trên các phương tiện truyền thông,... Và dường như tất cả những ý kiến, cộng với điều tôi nói, đang tạo nên một trận chiến khủng khiếp trong tâm trí các em.

Trong một lần đối diện với một ca như vậy, sau 30 phút trò chuyện, tôi quyết định thách thức bạn trẻ này:

- Vì sao em không so sánh với những người dở hơn em, mà chỉ nhìn vào những người giỏi hơn em?

- Vì nếu chỉ nhìn vào những người dở hơn em, em không tiến bộ được.

- Vậy thì khi em so sánh với những người giỏi hơn em, em có thật sự tiến bộ không, hay sẽ lo lắng đến độ chỉ có thể đứng yên một chỗ?

- A... lo lắng ạ... Em không làm gì được ạ.

- Nếu so sánh với người dở hơn thì mình không tiến bộ, nếu so sánh với người giỏi hơn thì mình sẽ nản, vậy phải làm sao hở em?

Rồi tôi kể cho em nghe bài học mà tôi được Jamie Howe, một cô bạn thân, dạy cho vào năm tôi 24 tuổi, đó là “Comparison is never a healthy thing to do, Phoenix”^(*). Cô nhìn vào mắt tôi, nghiêm giọng nói câu ấy khi tôi tự so sánh mình với Jamie. Jamie là một trong những bạn trẻ mà ngày ấy, mỗi khi nhìn vào, tôi thường hay tự nhủ sao hồi mình bằng tuổi nó, mình chẳng được

như nó nhỉ, từ quan điểm sống, hiểu đời, sự mạnh mẽ và vững tin vào giá trị đạo đức, đến khả năng chuyên môn, v.v... Để rồi sau lần nói chuyện ấy, tôi đã không bao giờ so sánh mình với bất cứ ai nữa. Thay vào đó, tôi nhìn lại những bước đường đã qua, nhìn nhận điểm yếu nhưng không quên thưởng thức những tiến bộ của mình – Để mình không ảo tưởng về bản thân, cũng không đè bẹp mình xuống. Tôi học cách sống thật với mình.

() Câu này có nghĩa là: So sánh chưa bao giờ là hành động tốt cho sức khỏe (tinh thần) cả, Phoenix à.*

- Trước cô, chưa từng có ai nói với em đừng so sánh mình với người khác cả. Em thích lắm. Em sẽ làm như vậy với em gái em, với con cái của em sau này. – Bạn trẻ ấy đã đáp lời tôi như vậy.

Một ca khó của tôi là vậy đó, đôi khi chỉ cần một nút gỡ đơn giản, ở đúng thời điểm, sẽ cho người đối diện tất cả những gì người ấy cần để giải quyết vấn đề của họ. Ngày hôm ấy, sau cuộc trò chuyện, tôi tin người bạn trẻ ấy sẽ tìm ra con đường cần đi, sẽ vượt lên nỗi sợ hãi, và sẽ hạnh phúc thật nhiều. Cũng như tôi đã thấy từ ánh mắt con trai tôi niềm vui khi tôi không so sánh con với bạn con, mà khuyên con nhìn lại bản thân mình với những gì đã xảy ra trước đây, xem con có được những tiến bộ gì. Cũng như lúc con kể về bạn này bạn kia dở hơn mình, tôi hỏi con rằng các bạn so với đầu năm học có giỏi hơn không. Cũng như khi con có thể tự nhiên nói rằng con không giỏi môn gì đó bằng bạn gái này, nhưng con đã “tried my best, mommy ơ”^(*). Như thứ Bảy vừa rồi, con leo được tới đỉnh núi, 16 mét của bức tường ở chỗ leo núi nhân tạo, và lặp đi lặp lại: “I made it. I made it”^(**) một cách hưng phấn mà không hề làm hai bạn cùng học thấy ngại ngùng, vì mommy và con nói với hai bạn ấy rằng: “Wow, Tim và Khoai hay quá, leo lần đầu tới mét thứ 5, lần thứ 2 tới mét thứ 7 luôn”.

(*) *Câu này có nghĩa là: Con đã cố gắng rất nhiều, mommy ơi.*

(**) *Câu này có nghĩa là: Con làm được rồi. Con leo được lên đỉnh núi rồi.*

So sánh với bản thân mình thay vì với người khác luôn là phương pháp khoa học nhất, tôi tin vậy.

NÉT ĐẸP CỦA SỰ MỎNG MANH

Không ít lần trong lúc tư vấn, sinh viên của tôi bật khóc: “Em thấy mình dễ bị tổn thương lắm, Phoenix à, và em ghét điều ấy”. Các em nói về việc tự trách bản thân vì quá nhạy cảm trước lời nói và hành động của người khác bất kể họ có cố ý hay không. Các em tự giận mình khi dễ dàng bị đau đớn, dù hiểu rằng đó là phần tất yếu của cuộc sống. Những khoảnh khắc ấy, tim tôi nhói đau vì chúng gợi nhớ lại những cảm xúc tương tự khi tôi mới bước vào đời. Tôi gọi cảm xúc ấy là sự mỏng manh của tâm hồn, nó hiện diện trong mỗi người cho đến ngày chúng ta rời bỏ cuộc sống. Sự mỏng manh ấy không bớt đi theo năm tháng, nhưng may mắn là với kinh nghiệm sống và sự trưởng thành, nỗi đau có thể trở nên dễ chịu hơn.

Tôi thường chia sẻ với sinh viên rằng mỗi món quà mà cuộc sống dành cho ta đều đến cùng một gánh nặng nào đó. Và khả năng thấu hiểu, cảm thông cho nỗi lòng, cho suy nghĩ của người khác thường đi chung với việc các em nhạy cảm và dễ dàng bị tổn thương. Điều quan trọng là cùng với việc học cách phát triển khả năng thông cảm, các em cũng cần xây dựng khả năng chịu đựng để bảo vệ sự mỏng manh trong tâm hồn. Rút từ kinh nghiệm cá nhân, tôi học được những cách sau:

1. Hãy lùi lại một bước và cố gắng nhìn sự vật một cách khác đi. Điều này giúp tôi rất nhiều trong việc tạo khoảng cách cá nhân

giữa mình và vấn đề ấy.

2. Khi có thể tạo khoảng cách giữa mình và vấn đề, tôi sẽ nhìn vấn đề khách quan hơn thay vì cảm thấy mình đang bị người đối diện tấn công cá nhân.

3. Tôi cũng luyện tập để tránh xa sự nài ép bản thân phải trở thành người được mọi người xung quanh công nhận, quý mến. Nhờ vậy mà nếu như có chuyện gì không tốt xảy ra, tôi ít khi mang cảm giác là có lẽ mình đang bị đồng nghiệp ghét bỏ. Khi tôi không quá cố gắng tìm kiếm, tình bạn sẽ đến tự nhiên. Cho dù không thành bạn, thì sự tôn trọng tối thiểu trong công việc cũng xuất hiện. Tôi học được bài học này sau nhiều năm đi làm, rằng không phải ai cũng có thể trở thành bạn mình.

Nhưng dù vậy, vẫn có những khoảnh khắc mà luồng xúc cảm mạnh mẽ của sự tổn thương do người xung quanh gây ra đột ngột bủa vây tôi. Những lúc ấy tôi nhớ lại nỗi đau thời trẻ dại, lúc kinh nghiệm sống còn non nớt, và chúng nhắc nhở tôi tiếp tục học hỏi vì cuộc sống là một hành trình không bao giờ chấm dứt với trải nghiệm, cố gắng, học hỏi và tích lũy những trái ngọt. Nếu cảm thấy đau lòng quá, thì cứ để cảm xúc trào dâng, hãy trân trọng chúng, và sau đó lùi lại để bình tĩnh tìm cách chuyển đổi nỗi đau ấy thành một trải nghiệm tích cực cho bản thân.

NỤ CƯỜI CỦA EM...

Điều làm tôi hạnh phúc nhất trong vai trò tư vấn là khi thấy được nụ cười như nụ cười của em buổi chiều hôm ấy. Nó rạng rỡ, hạnh phúc, làm sáng bừng cả khuôn mặt, xóa tan hết mọi ngạp ngừng, nghi ngờ, lo lắng như lần đầu gặp gỡ. Đó là lúc tôi biết chắc sinh viên của tôi đã qua được ngưỡng cửa quan trọng nhất – em đã biết và đã có thể chấp nhận bản thân.

Tôi cho rằng đó là ngưỡng cửa quan trọng nhất vì nếu không biết và không chấp nhận mình, em khó mà đối diện với những khó khăn của một người trẻ thuộc thế hệ 8X, 9X ở Việt Nam. Mâu thuẫn gia đình xuất phát từ những mong đợi vừa có lý vừa vô lý từ cha mẹ và những người thân khác, sự mệt mỏi và lạc lối do tình hình kinh tế toàn cầu, những thông tin có khi ngược hẳn nhau từ truyền thông, Internet, những người đi trước,... cùng với sự ảnh hưởng của nhiều yếu tố khác như tình yêu, tình bạn, sự phát triển giới tính, v.v...

Tôi có niềm tin mạnh mẽ rằng tất cả sinh viên của tôi đều biết rõ họ muốn gì, chỉ là câu trả lời ấy vẫn còn ẩn sâu trong trái tim và trí óc họ mà thôi. Cứ từ từ thôi, không cần phải vội vã, rồi dần dà sự trải nghiệm cuộc sống sẽ cho họ câu trả lời họ cần. Công việc chính của tôi là ở bên cạnh họ, hỏi họ những câu hỏi cần thiết, khi cần thì nắm tay họ vì những gì họ đang trải qua đã trở nên nặng lòng và khó khăn quá, hay đưa bờ vai cho họ dựa vào nếu họ muốn, mỉm cười và khóc cùng họ, và luôn luôn cho họ niềm tin rằng họ sẽ ổn thôi. Dĩ nhiên là họ sẽ ổn mà, chắc chắn là như vậy.

Trở lại với nụ cười của em, buổi chiều hôm ấy, trời buồn buồn vì mưa liên tục, nhưng khi em nở nụ cười chào tạm biệt, cả văn phòng sáng bừng, và trái tim tôi cũng vậy. Tôi ước mong rằng tất cả sinh viên tôi, một lúc nào đó trong cuộc đời các em, sẽ có được nụ cười như vậy, rồi tự tin bước vào đời và làm những điều các em muốn làm với tấm lòng tràn đầy nhiệt huyết.

Cám ơn em và nụ cười của em.

Hồi sinh

MỘT

Em nói về sự tuyệt vọng khi kinh doanh thất bại. Em tự trách

mình thiếu kiến thức, không đủ trải nghiệm, làm ảnh hưởng đến người yêu thương em nhất. Em lại kể về những bài học từ sự thất bại này, đùa rằng bản thân nó là một bằng MBA (bằng Thạc sĩ luận đó) của trường đời. Em kể về những bước kế tiếp em đã làm, tìm việc, phỏng vấn, được nhận vào đảm đương một vị trí khá phù hợp với khả năng và kế hoạch hướng nghiệp đường dài của em.

Em hồi sinh, như chim lửa tự đốt cháy mình để hồi sinh từ đồng tro tàn.

HAI

Em nói về nỗi mệt mỏi khi làm việc ở một vị trí hiện tại hoàn toàn không phù hợp với sở thích dù em làm công việc ấy rất tốt và có lương khá cao. Em ngập ngừng chia sẻ những ý kiến của đồng nghiệp về sự thiếu trách nhiệm, về việc em thường trốn khỏi văn phòng một lúc vì em thấy ngộp thở với công việc hàng ngày. Em tươi cười kể về công việc em yêu thích nhất trước đây, lúc mà em được thỏa sức làm điều mình thích, phát triển bản thân mỗi ngày, và thấy tự tin thoải mái như cá gặp nước.

Em đã nhận ra điều em cần, và em sẵn sàng để bắt đầu một cuộc hành trình mới.

BA

Em chia sẻ nỗi buồn về sự cô đơn trong cuộc sống hàng ngày, khi em một mình bươn chải, tìm hiểu, chống chọi để vượt qua nghịch cảnh mà vươn đến phía trước. Em đau vì vào lúc em chuẩn bị tung cánh bay lên, có người lấy kéo cắt đôi cánh của em, muốn em quanh quẩn trong sân làm gà nhà. Để rồi em quyết định thỏa hiệp để sống sót trong hiện tại, nhưng em vẫn không từ bỏ ước mơ của mình.

Em bắt đầu hiểu cách vượt qua khó khăn một cách khôn ngoan, và từ từ nuôi dưỡng sức mạnh của mình để một ngày đạt được điều em muốn.

KẾT

Cuộc sống không phải lúc nào cũng như ý ta muốn. Sự công bằng không hiện diện ở mọi nơi, mọi lúc. Tình yêu thương ta nhận được không phải lúc nào cũng thật sự là tình yêu thương, hoặc không phải lúc nào cũng lành mạnh cho ta. Điều tốt nhất, đó là cả cuộc đời này sẽ chẳng ai có thể bắt ta không thể là ta, không ai bẻ gãy được đôi cánh ước mơ, nghị lực, giá trị sống và bản thể của ta.

Và nếu có những lúc ta phải rơi xuống vực thẳm, hãy kiên nhẫn liếm láp vết thương để từ từ đứng dậy tìm lối ra. Và nếu có những lúc ta phải mất hết tất cả, thì hãy bình tĩnh vì ta vẫn còn bản thân để tiếp tục cất bước. Như chim phụng hoàng lao vào đồng lửa để hồi sinh rực rỡ, ta luôn có thể hồi sinh từ những nghịch cảnh trong cuộc sống. Vì ta mãi mãi còn có chính mình.

“Em đã về đến nhà”

Được tin em xuống tóc, đi theo tiếng gọi tâm linh của đời sống tu hành, tôi không ngạc nhiên mấy. Em mảnh khảnh mà vững chãi, dịu dàng mà kiên định, luôn cho tôi hình ảnh một cô gái trẻ lững thững giữa phố chợ đông đúc, không thuộc về đời sống ấy nhưng lại chẳng rời đi.

Sáng nay được thư em kể, khi phải tóc em không khóc như đã tưởng, mà vỡ òa nụ cười hạnh phúc vì cảm giác đã được về đến nhà. Từng câu chữ ấy thấm vào lòng tôi, mừng vì em đã tìm ra tiếng gọi của riêng mình.

“Em đã về đến nhà”. Có lẽ chỉ những ai đã từng trải nghiệm cảm

giác lạc lõng tại nơi mình sống, giữa những người yêu thương, vẫn nói cười tương tác mà trong lòng luôn trống vắng mới hiểu được niềm hạnh phúc “Em đã về đến nhà” là ra sao.

Hình như em đã trần trở rất lâu. Hình như em đã mệt mỏi rất nhiều. Và hình như em đã thử nghiệm nhiều lối đi khác nhau trước khi quyết định “về nhà”. Nên tôi mừng vì em đã tìm thấy, tôi bình an vì em đã nhận ra, và mong sao những dự định, ước mơ cao đẹp của em sẽ từ từ trở thành hiện thực.

Cám ơn em vì không lánh đời khi bước vào đời sống tu hành, mà lại chia sẻ những trải nghiệm cho bạn bè xung quanh. Mong rằng cuộc hành trình của em sẽ giúp cho thế hệ trẻ hơn nhận ra rằng, tiếng gọi nghề nghiệp không chỉ gói gọn trong lựa chọn đi làm - nhận lương mà thôi, mà còn bao gồm vai trò làm mẹ - làm cha, vai trò làm vợ - làm chồng, vai trò làm con - làm cháu, vai trò làm bạn bè,... và dĩ nhiên cũng không thiếu vai trò của những lãnh đạo trong đời sống tâm linh.

Đoản khúc về niềm đam mê

Một - CÂU CHUYỆN CỦA TÔI

Rất nhiều sinh viên sau khi gặp tôi thì rất ngưỡng mộ niềm đam mê tôi dành cho nghề nghiệp của mình, và các em thường hỏi: “Phoenix ơi, làm sao em tìm được một công việc và yêu nó như cách Phoenix yêu nghề vậy?”, hay “Phoenix ơi, em muốn học để sau này làm việc giống như Phoenix, cô chỉ cho em với!”.

Bản thân tôi thì thích nghe các em hỏi câu này hơn: “Phoenix ơi, kể em nghe về hành trình giúp Phoenix tìm ra công việc hiện tại, được không?”. Lúc ấy, tôi sẽ trả lời như sau:

- Sai lầm:

Hành trình tìm kiếm nghề nghiệp của tôi rất dài và bao gồm sai lầm nối tiếp sai lầm. Thậm chí tôi còn nghĩ rằng tôi là người đã trải qua tất cả những sai lầm mà một người trẻ tuổi có thể mắc phải trong việc chọn ngành học và công việc. Nay nhé, tôi chọn ngành cử nhân đầu tiên vì thích giống ba, chọn ngành cử nhân thứ hai vì nghĩ nó giúp mình kiếm việc làm sau này và vì cái tên nó nghe hay hay. Sau đó, tôi chọn chương trình thạc sĩ đầu tiên vì tôi nghĩ mình thích giáo dục, nhưng chưa hề tìm hiểu chút xíu nào. Để đến khi đi làm tôi mới biết rằng mình không hề có những tố chất cần có để thành công trong vị trí quản lý giáo dục, dù tôi đã học rất tốt. Mãi đến năm 30 tuổi, sau rất nhiều trải nghiệm, học hỏi, sai lầm, tôi cuối cùng quyết định học chương trình thạc sĩ tư vấn hướng nghiệp. Lần này, tôi đã nghiên cứu và tìm hiểu kỹ càng, và giây phút đầu tiên tôi bước vào lớp, tôi biết rằng mình sinh ra để học và làm công việc này.

• May mắn:

Tôi nghĩ rằng mình đã gặp rất nhiều may mắn trong suốt cuộc hành trình này. Nhưng tôi cũng nghĩ rằng những may mắn ấy không tự nhiên xảy ra, mà chúng đã được tôi gieo hạt, chăm sóc và mãi những năm gần đây tôi mới thấy những trái ngọt từ chúng. Từ năm 16 tuổi tôi đã đi làm, và cho đến năm 30 tuổi, tôi đã làm qua hơn 10 công việc ở các lĩnh vực khác nhau, từ công nhân hăng điện tử, đến nhân viên xếp quần áo trong cửa hàng Macy's, từ xưởng ngôn viên đài phát thanh đến phụ tá văn phòng, từ nhân viên giao dịch ngân hàng đến nhân viên tiếp điện thoại, v.v... và v.v... Kết quả là những vị trí ở các ngành khác nhau cho tôi kiến thức về nghề nghiệp khá rộng. Bên cạnh đó, tôi tham gia bất cứ hoạt động nào tôi thích nếu thời gian cho phép. Tôi sinh hoạt trong Đoàn Thiếu nhi Thánh thể, tham gia Câu lạc bộ Kịch nghệ, diễn văn nghệ Hội chợ xuân, tham gia thi viết thơ và văn, viết truyện trên mạng,... Nhờ vậy, tôi từ từ hiểu và phát

triển điểm mạnh của mình, những đặc điểm giúp tôi thật nhiều trong vị trí hiện tại.

- Giá trị sống:

Tôi luôn chịu trách nhiệm cho những quyết định của mình. Mỗi khi nhận ra mình làm sai - đi lệch hướng, tôi sẵn sàng đối diện với điều ấy, phân tích tình huống, và chuẩn bị cho những bước kế tiếp. Suốt cuộc hành trình, tôi mù mờ về đích đến cuối cùng, nhưng luôn rõ ràng mỗi khắc mỗi giây điều mình muốn làm cho hiện tại: tiền bạc không quan trọng nhất, công việc lương thấp không sao nhưng môi trường làm việc phải lành mạnh, cho tôi cơ hội học hỏi và giúp đỡ người khác. Ở thời điểm mượn tiền chính phủ Mỹ để học bằng thạc sĩ thứ hai, bạn bè tôi đa số đã có xe mới, chuẩn bị mua nhà, nhưng tôi chưa bao giờ vì vậy mà hạ thấp bản thân, hay tránh xa họ. Tôi không so sánh với người xung quanh, thay vào đó tôi so sánh với bản thân mình của một năm trước đó, dựa trên những tiêu chuẩn của riêng mình.

- Gia đình:

Làm con út thật sướng, còn thích hơn nữa khi trên tôi có ba người anh và hai người chị. Áp lực và mong đợi của ba mẹ tôi, tôi nghĩ, có giảm theo từng đứa con. Đến phiên tôi thì tôi được tự do làm tất cả những điều mình thích, đi những nơi mình muốn mà không bị can thiệp nhiều. Các anh chị tôi khá cứng chiều tôi về mặt tinh thần, luôn ủng hộ các quyết định của tôi dù trong lòng có bất đồng ý kiến. Tôi lại hay viết thư, viết email để tâm sự cho ba mẹ và anh chị về cuộc sống của mình, dần dần họ hiểu tôi hơn, thông cảm cho ước mơ của tôi, dù tôi biết nhiều lúc họ lo lắng lắm. Tình yêu gia đình luôn là tổ ấm, là bộ phóng giúp tôi bay cao, xa, và cũng là điểm tựa cho những chuyến “về nhà” của tôi.

Hai - CÂU CHUYỆN CỦA CÁC EM

Tôi thường trả lời câu hỏi của sinh viên bằng một câu hỏi khác, hay bằng những mẫu chuyện tương tự như trên. Từ những câu hỏi suy ngẫm và các mẫu chuyện chia sẻ, tôi muốn các em nhận ra rằng.

- Duy nhất:

Mỗi một em là một người đặc biệt, không trùng lặp với ai. Vì vậy, câu chuyện nghề nghiệp của các em cũng sẽ là độc nhất vô nhị. Do đó, các em đừng so sánh với người xung quanh. Nếu cần thì hãy nhìn và quan sát họ để học hỏi, nhưng đừng so sánh. Thay vào đó, hãy nhìn lại chặng đường mình đã đi, đánh giá xem mình đã tiến bộ hơn so với 1 năm trước, so với 6 tháng trước ở những điểm nào. Từ đó định hướng cho những bước kế tiếp.

- Kiên trì:

Hành trình đi tìm nghề nghiệp kéo dài cả cuộc đời mỗi người chúng ta. Vì vậy, em hãy kiên trì. Sẽ giúp cho tinh thần em nhiều lắm, nếu đừng chăm chăm đến đích cuối cùng, mà hãy tập trung vào hiện tại, sống thật vui, học thật tốt. Hiện tại sẽ là quá khứ của ngày mai, do đó nếu em sống tốt hôm nay, mai em chẳng nhìn lại một cách nuối tiếc nữa, và cứ như vậy em sẽ tự tin thoải mái tiến về tương lai của mình. Trong mỗi khoảnh khắc, hãy tạo ra sự may mắn cho chính mình bằng cách làm cho cuộc sống phong phú hơn trong những hoạt động ngoại khóa. Hãy kết bạn một cách chân thành, hãy tìm đến những người chung sở thích và giá trị sống với mình. Họ sẽ là những người bạn trong cả cuộc đời, hỗ trợ và chia sẻ với em rất nhiều trong tương lai.

- Hiểu:

Hiểu được bản thân mình, hiểu vì sao mình quyết định như vậy, vì đâu mình có chọn lựa ấy là những điều rất quan trọng. Sẽ

không có quyết định hoàn toàn đúng, nhưng nếu em biết rõ vì sao, và có thể giải thích với người thân yêu lý do đó, vậy là đủ rồi. Hiểu bản thân để bớt cầu toàn, để giảm áp lực cho bản thân, và giúp người khác hiểu là họ cần giảm áp lực với em. Hiểu bản thân là để sống nhẹ nhàng, tự tin, độc lập và có trách nhiệm với chính mình.

Ba - LỜI CUỐI

Bạn tôi nói: “Không phải ai cũng cần niềm đam mê trong công việc”. Và tôi đồng ý. Mỗi người quan tâm một điều khác nhau. Ví dụ như một sinh viên nữ tôi đã gặp và viết note tặng em, em tâm sự rằng em chỉ muốn có một công việc bình thường để có thì giờ chăm sóc chồng và con sau này. Em muốn khi con em về nhà, chúng có em bên cạnh cùng ăn cơm, kể chuyện, làm bài tập chung. Tôi đã gặp những người ngừng sự phát triển nghề nghiệp để chăm sóc cha, mẹ khi các cụ bước vào những năm cuối đời. Tôi cũng gặp những người chỉ thích công việc của mình vừa đủ mà thôi, và họ không hề buồn bã vì điều đó. Và còn có nhiều chọn lựa khác nữa.

Nếu các em giống tôi và một nhóm thiểu số khác, thích tìm ra niềm đam mê trong công việc, tôi tin các em sẽ tìm thấy vào một ngày nào đó. Nếu các em giống những người bạn khác của tôi, tôi chúc các em bình an, hạnh phúc trong hành trình mà các em đã chọn lựa. Dù quyết định là gì, thì nó chẳng quan trọng với ai bằng với chính bản thân em.

Phần 4

NHỮNG NGHĨ SUY

Bạn bè, sinh viên, và cả người lạ mới gặp lần đầu đều nửa đùa nửa thật bảo: “Thật tốt khi Phoenix yêu công việc mình đến vậy. Nếu chuyên viên tư vấn hướng nghiệp mà không thích nghề nghiệp họ đang làm thì chẳng tốt cho người được tư vấn chút nào”.

Vâng, tôi may mắn nằm trong thiểu số những người tìm ra công việc mà mình yêu thích mỗi ngày, và kiếm sống được bằng công việc đó. Mỗi ngày thức dậy, tôi mong đến nơi làm việc, háo hức bởi những câu chuyện mà sinh viên sẽ kể tôi nghe. Mỗi chiều ra về, tôi để lại sau lưng những câu chuyện ấy, với niềm tin rằng các em sẽ ổn bởi tôi đã đồng hành cùng họ và cho họ những dụng cụ tìm ra câu trả lời cho chính mình. Nhưng cũng có lúc tôi bối rối, lo lắng, hoảng sợ, không biết mình thật sự có giúp cho họ như mình luôn nghĩ. Có khi tôi không biết hiệu quả của công việc tôi làm được đến đâu. Và thường những lúc ấy tôi luôn nhận được những lá thư tâm sự từ các em cựu sinh viên, cho tôi lời xác nhận rằng tôi đang đi đúng hướng, mọi chuyện sẽ ổn thôi, dù có khi là sau một khoảng thời gian rất dài. Nhờ các em, tôi lấy lại niềm tin và động lực để tiếp tục cuộc hành trình mà tôi nghĩ là “nghề” của mình.

Trong phần này, tôi chia sẻ những khoảnh khắc vui buồn trong nghề, để các em và quý cha mẹ hiểu thêm về nghề tư vấn hướng

ngiệp. Tôi mong sao trong tương lai gần sẽ có thêm nhiều bạn trẻ tiếp bước tôi trong công việc đầy ý nghĩa này.

Dòng chảy thiện

NGHĨ

Càng có dịp tiếp xúc với sinh viên tại Việt Nam qua những lớp học hay buổi hội thảo, tôi càng tin rằng đất nước này rồi sẽ phát triển tốt về mọi mặt, từ kinh tế, văn hóa ứng xử, đến tâm hồn. Nhìn vào nụ cười tươi rói của các bạn, lắng nghe những băn khoăn và chia sẻ từ tận sâu trái tim, quan sát cách các bạn tương tác và nâng đỡ nhau, tôi cảm thấy những việc mình làm thuộc về một dòng chảy ngày càng mạnh và sâu: dòng chảy thiện.

CẢM

Đã hơn 48 tiếng sau lúc chia tay các bạn trẻ, vậy mà lòng tôi vẫn lâng lâng như say. Niềm hứng khởi này có được là nhờ dòng lửa mà các bạn trẻ truyền sang, nhờ niềm tin rằng họ sẽ thay đổi một cách tích cực nhất, và nhờ niềm hạnh phúc khi được là một phần trong số các tác nhân gây nên sự thay đổi ấy. Cảm xúc này làm tôi nhớ đến hồi mới biết yêu, khi cứ mong chờ cuộc điện thoại từ người mình mong nhớ, thấy băng khuôn những lúc hẹn nhau dịp cuối tuần. Chỉ khác là lúc này cảm xúc trong tôi trong trẻo và nhẹ nhàng, có lẽ do không còn sợ hãi sự mất mát, hay lo lắng sẽ bị người đối diện đánh giá nữa, cũng không còn gợn chút ham muốn sở hữu nào. Được cho đi và nhận lại từ những người chung sở thích, chí hướng và chung giá trị, đã cho tôi một cảm giác an bình biết bao.

TIN

Tôi tin vào sứ mệnh của mình. Tôi tin rằng những ước mơ rồi sẽ

thành hiện thực nếu các bạn trẻ biết mình là ai, có đủ can đảm, đủ tự tin, cũng như đủ sáng suốt để từng bước thực hiện ước mơ ấy, với thái độ không vụ lợi cùng một tấm lòng đầy nhiệt huyết. Tôi tin vào dòng chảy thiện, rằng nó mỗi ngày sẽ một mạnh hơn, sâu sắc hơn và đủ sức tác động tích cực đến vũ trụ này.

CHÚC

Tôi xin chúc các bạn may mắn trong cuộc hành trình phía trước, và đừng quên rằng may mắn không rơi từ trời xuống, mà được tạo bởi chính mỗi người. Tôi chúc các bạn có sức mạnh nội tâm để không dễ nản lòng, sức mạnh tâm trí để tìm tòi học hỏi, sức mạnh tâm hồn để không bị vẩn đục. Các bạn mãi mãi ở lại trong trái tim tôi.

Đoản khúc về “mùa thu hoạch”

Một - CHỌN ĐƯỢC LỐI ĐI

Hôm nay em đến trường làm giấy tờ, sẵn ghé ngang phòng thăm tôi. Cô bé ngông nghênh ngày xưa, luôn giấu kín tình cảm sau bề ngoài cứng cỏi, đôi mắt to tròn và phong cách thời trang khá tomboy. Ngày ấy em thích tranh luận, thích hỏi tôi những câu hỏi hóc búa, thích bày tỏ cảm xúc một cách mạnh mẽ, không kiềm chế. Ngày ấy em như ngọn núi lửa phun trào, sẵn sàng cuốn trôi bất cứ những ai cản trở lối đi của mình. Em bây giờ điềm đạm, vững vàng. Sự tự tin toát ra từ ánh mắt đến lời nói.

Mọi chuyện với em hiện đều rất ổn, gia đình hạnh phúc, sức khỏe tốt, được nhận vào một chương trình khá đỉnh tại một công ty khá nổi tiếng. Em chỉ băn khoăn chút xíu về một nửa của mình ở đâu đó ngoài kia, em chưa gặp được. Em cũng suy nghĩ không biết quyết định sống theo lý trí nhiều hơn cảm tính ở thời điểm hiện tại có làm cho em đánh mất bản thân không.

Chúng tôi nói về những lần tư vấn đầu tiên, về cảm xúc của em ngày ấy, về những trải nghiệm và bài học em rút ra được, về quá trình em trưởng thành hơn trong ba năm qua ở môi trường đại học. Suốt buổi trò chuyện, trong tôi dâng lên niềm hãnh diện về em, về những thành quả em đạt được. Tôi luôn theo dõi những bước chân em, và tôi biết rất rõ trong suốt thời gian sinh viên, em luôn chủ động đi tìm kiếm cơ hội. Em học hết sức mình, chơi cũng hết sức mình. Em tham gia câu lạc bộ, kết bạn, và dù có những lúc mâu thuẫn với bạn bè lên cao, em chưa bao giờ bỏ cuộc, mà luôn học hỏi từ những khoảnh khắc khó khăn ấy.

Em, và những sinh viên khác mà tôi được gặp, cho tôi niềm tin rằng công việc mà tôi và các bạn đồng nghiệp trong ngành giáo dục đang làm thật ý nghĩa. Em như hạt giống mà chúng tôi gieo vào đất lành, qua mưa nắng mà trưởng thành rồi được thu hoạch. Không những vậy, em mang lại những ảnh hưởng tích cực cho thế hệ trẻ hơn em, thay đổi cái nhìn của các bạn ấy, hướng dẫn và nuôi dưỡng những giá trị đẹp để những mùa thu hoạch ngày càng viên mãn hơn.

Hai - VƯỢT QUA QUÁ KHỨ

Trong đầu tôi lại hiện lên hình ảnh một cô gái trẻ khác, xinh đẹp, dịu dàng, mong manh như nụ hoa mới nở. Phải sau mấy lần gặp em mới chia sẻ nhiều hơn những khó khăn trong cuộc sống của mình. Và câu chuyện của em đã mang lại trong tôi nỗi giận dữ, cả mong muốn phải làm gì đó thật mạnh tay với những người đã làm tổn thương em. Chúng tôi cùng nhau lên kế hoạch để giúp em vượt qua những vết thương quá khứ, và chuẩn bị cho cuộc hành trình tương lai.

Mỗi bước chân về phía trước của em nặng như đá tảng vì trong em luôn tràn ngập nỗi sợ. Nhưng em can đảm và quyết tâm chọn con đường tốt đẹp nhất cho mình, để một ngày có thể hãnh diện

đứng trên đôi chân mình, có cuộc sống của riêng mình. Dù chưa thấy rõ được kết quả cuối con đường, em vẫn quyết tâm từ từ từng bước theo con đường mình đã chọn.

Ở giai đoạn này, tôi và các bạn đồng nghiệp ở bên cạnh em, giúp em có thêm động lực. Và chúng tôi luôn tin rằng một ngày không xa, em sẽ như những bạn trẻ khác, như câu chuyện trên đây, có thể quay lại kể chúng tôi nghe rằng: “Em ổn lắm rồi cô ơi”.

Gắng lên em nhé, vì để đến được mùa thu hoạch, thì phải trải qua những giai đoạn chết đi, nẩy mầm, đối mặt với gió sương, mưa bão, sâu bệnh. Để rồi một ngày khi em mạnh mẽ, vững vàng, đơm hoa kết quả, những công khó ấy nhìn lại sẽ rất xứng đáng.

Đoản khúc về “kỹ năng sẵn việc”

HÃY CÓ CÁI NHÌN THOÁNG

Có những sinh viên mà tôi không tài nào quên được gương mặt của họ, Ngân là một trong những người ấy. Em thân thiện, vui tính, và khi nói chuyện thì cho người đối diện cảm giác em có thể bay lên bất cứ lúc nào vì năng lượng tràn đầy, nụ cười tươi rói, thỉnh thoảng nheo mắt rất duyên. Ngân kể tôi nghe hành trình học cao đẳng rồi liên thông lên học cử nhân ngành Kinh tế và Tài chính, để rồi bắt đầu sự nghiệp trong một công ty truyền thông ở vị trí Điều phối viên dự án. Không những vậy em còn dạy tiếng Anh trong giờ rảnh, và đang nghĩ đến việc tiếp bước tôi trong công việc tư vấn hướng nghiệp.

Ngân chia sẻ lúc tuyển dụng, công ty chẳng để ý em đã học ngành gì, học trường nào ra, nhưng rất coi trọng việc trong quá trình học em đã gom góp được những kỹ năng nào, khi phỏng vấn cá tính em bộc lộ ra sao, thái độ trong thời gian thử việc có phù hợp với đòi hỏi của công ty hay không. Nếu chăm chăm đi

tìm những công việc chỉ “dành cho ngành Kinh tế - Tài chính” thì chắc em đã chẳng ở công việc hiện tại, là vị trí em thích và học hỏi được rất nhiều.

CHỦ ĐỘNG

Một câu chuyện khác là về Thành, em tham gia Ngày hội việc làm, được tiếp xúc với một công ty em thích để hỏi về vị trí Thực tập viên cho phòng Nhân sự. Em được phỏng vấn tại chỗ và trao đổi thông tin cá nhân. Tuần sau, người phỏng vấn em báo rằng công ty đã tuyển được người khác, nhưng chị ấy rất thích thái độ khi phỏng vấn của em, nên đã chuyển CV của em cho công ty bạn nằm trong cùng tòa nhà. Thế là em được phỏng vấn và vào làm ở công ty ấy. Em email cảm ơn tôi đã khuyến khích em, nhưng thật ra em là người tạo nên sự may mắn ấy. Em chủ động đến Ngày hội việc làm, chủ động trò chuyện và tạo ấn tượng tốt, vì vậy khi công ty đã tìm được người, nhân viên ấy sẵn sàng giới thiệu em cho công ty bên cạnh.

May mắn chỉ xảy ra với người chủ động tạo ra nó. Cũng gần giống như câu chuyện của Thành, Thảo mừng rỡ báo tin em đã được nhận vào một vị trí tại Ngân hàng Standard Chartered nhờ một thông tin tuyển dụng do cựu sinh viên đăng trên trang Facebook của tôi. Nhưng nếu em không email lên phòng Hướng nghiệp nhờ hỗ trợ, không kết nối vào Facebook của tôi, không thử nộp đơn vào vị trí ấy, không thi đậu qua các vòng tuyển, không tạo ấn tượng tốt với người tuyển dụng, thì làm sao em có vị trí hôm nay. Tôi hạnh phúc nhìn em tươi cười, khoe những gì đã học được trong tháng ngắn ngủi qua, và niềm hãnh diện về nơi làm việc hiện rõ trên nét mặt. Em có biết rằng nơi ấy đã tìm ra được em, với thời gian cũng lâu như em đã đi tìm ra công việc mà mình yêu thích hay không?

XÂY DỰNG MẠNG LƯỚI

Nếu nhìn toàn cảnh, các bạn sinh viên mới ra trường sẽ thấy rằng các công ty cũng cần nguồn nhân lực nhiều như các em cần công việc vậy. Vì vậy, để tăng khả năng được tuyển dụng, trước tiên các em cần phải mở rộng mạng lưới chuyên nghiệp của mình. Càng nhiều người biết đến khả năng của các em, cơ hội tìm được vị trí phù hợp lại càng cao. Hay nói cách khác, em càng biết nhiều người đang đi làm, thì khả năng em thấy được các thông tin tuyển dụng càng cao.

Nhưng việc xây dựng mạng lưới này không xảy ra ngày một ngày hai, mà nó cần thời gian và công sức. Hãy tham gia các hoạt động bên ngoài lớp học, dù rất mất thời gian, dù gặp phải những bực dọc không đâu, có khi còn tạo xì-căng-đan khó chịu nữa. Nhưng đó là lúc các em học được cách tương tác, giao tiếp, giải quyết vấn đề, kiểm soát cảm xúc và xây dựng kỹ năng chuyên nghiệp của mình. Khi tham gia các hoạt động ngoại khóa hay làm tình nguyện viên trong các công tác xã hội, khi giúp cha mẹ làm những việc vặt trong công ty gia đình hay đi làm bồi bàn bán thời gian, các em đang bước những bước chân đầu tiên ra thế giới chuyên nghiệp, từ từ tập khoác lên chiếc áo của người trưởng thành. Con đường ấy không có lối tắt, nên cứ bắt đầu sớm, vấp ngã sớm, rồi đứng lên, đi tiếp và từ từ mọi chuyện sẽ ổn.

HÃY CHO RỒI SẼ NHẬN

Trong rất nhiều sự kiện networking, có lúc tôi gần như phải dắt tay các em sinh viên của mình đến giới thiệu với đại diện công ty, giúp các em trò chuyện và kết nối, để rồi sau đó có em thắc mắc: “Nhưng họ đâu có tuyển dụng vị trí em thích đâu; họ đâu có phải là ngành em đang tìm đâu”.

Bài học đầu tiên của kỹ năng tìm việc là hãy chân thành trong việc kết nối với người khác. Hãy đối xử với người trước mặt mình như một người bạn mới mà mình muốn làm quen một cách chân

thành nhất. Hãy lắng nghe câu chuyện của họ, tương tác với họ, tìm hiểu về họ. Ai cũng có một câu chuyện rất hay, nếu chúng ta chịu tìm hiểu. Lúc ấy, hãy quên đi mục tiêu tìm việc của mình. Hãy cho họ sự chú tâm của mình, và nhận lại những chia sẻ của họ.

Có thể người trước mặt mình sẽ giúp mình tìm được một vị trí phù hợp, cũng có thể sẽ không. Điều quan trọng không phải là họ có hữu dụng cho mình hay không. Điều quan trọng nhất là mình sẽ từ từ tìm ra được phương pháp thể hiện bản thân mình ở một môi trường chuyên nghiệp một cách thoải mái, tự nhiên nhất. Và lúc ấy, mình sẽ tỏa sáng, bằng không thì cũng thể hiện được rằng mình có đủ tố chất, đủ năng lực và có được khả năng tương tác cho một vị trí phù hợp với mình.

KẾT

Mỗi một người đã đi làm sẽ chia sẻ với các em một kinh nghiệm khác nhau về kỹ năng tìm kiếm việc làm. Riêng tôi, đây là những gì tôi quan sát, thu góp được qua kinh nghiệm bản thân và những câu chuyện của các sinh viên của mình. Tôi mong rằng tất cả các em sẽ tìm được công việc mình yêu thích, và hạnh phúc với nó như tôi đang hạnh phúc với công việc của mình. Ráng lên các em nhé.

Vừa nhắm mắt vừa mở cửa sổ (*)

() Xin phép mượn một tựa sách của tác giả Nguyễn Ngọc Thuần.*

Trong những giai đoạn kinh tế giảm phát, tôi thường nghe sinh viên lo lắng: “Em học Kinh tế và Tài chính, mà tình hình kinh tế như thế này làm sao em kiếm được việc làm như ý?”. Sinh viên mà tôi gặp, cũng như rất nhiều người khác, thường đóng khung và đặt tên cho những ngành học và những công việc theo mỗi

tương quan như thế. Học Prof Com thì làm PR; học Marketing thì vào bộ phận marketing; học Finance thì vào ngân hàng, v.v... và v.v...

Nhưng trên thực tế, thị trường tuyển dụng bây giờ đòi hỏi các bạn phải như tựa sách mà tôi mượn của tác giả Nguyễn Ngọc Thuần, hãy “vừa nhắm mắt vừa mở cửa sổ”. Hãy quên đi những bức tường xung quanh bạn, mở cửa sổ ra, và nhắm mắt lại, rồi bạn sẽ cảm nhận được nhiều thú trong khu vườn ngoài kia. Thay vì nghĩ về tên ngành học của mình, bạn hãy tập trung vào những kiến thức và kỹ năng mà bạn đã rèn luyện được trong và ngoài lớp học. Thay vì nghĩ về tên của công việc, hãy nhìn vào bản mô tả công việc. Hãy nối những vốn quý tri thức và kinh nghiệm của mình với sự đòi hỏi của người tuyển dụng bằng cách đó, thay vì nối những cái tên vô nghĩa với nhau.

Và nếu làm được như thế, một cử nhân marketing với đam mê và năng khiếu trong ngành thời trang có thể đầu quân vào vị trí Merchandiser của chuỗi cửa hàng lớn như Parkson. Tương tự như vậy, cử nhân Kinh tế - Tài chính nên bắt đầu từ vị trí bán hàng trong ngành hợp với sở thích của họ bởi vì đó là nơi bắt đầu tốt nhất để hiểu được hoạt động kinh doanh của một doanh nghiệp, hiểu sâu và vận dụng những lý thuyết tài chính từ trong ghế nhà trường vào môi trường kinh doanh thực tiễn.

Bằng cấp của một trường đại học không tự động cho bạn một công việc như ý. Nó chỉ là nền móng để từ đó bạn xây dựng ngôi nhà sự nghiệp của mình. Và để xây được những viên gạch đầu tiên, bạn cần phải thoát khỏi những bức tường vô hình được dựng lên bằng tên gọi và định kiến về nghề nghiệp hay ngành học.

Nhắm mắt lại, mở cửa sổ ra, và tự tin dẫn thân vào cuộc hành trình mới này, bạn nhé.

Viết về sự biến động

Khi em hỏi rằng điều gì làm tôi thấy hài lòng nhất trong nghề nghiệp của mình, thì câu trả lời của tôi là: “Tôi thích nghề nghiệp hiện tại của tôi nhất vì nó dạy tôi hai bài học quan trọng. Một là cách làm mẹ. Và hai là cách làm người lao động”. Trong trường hợp của riêng tôi, khi sống tốt hai vai trò ấy, tôi đạt được sự an nhiên mà mình luôn mong muốn từ những ngày còn rất trẻ.

Hôm nay tôi kể em nghe những trải nghiệm trong vai trò người lao động. Em nhớ không, có một lần em than rằng: “Phoenix ơi, life is not fair”. Lúc ấy, tôi đã thẳng thừng trả lời lại rằng: “Thì đúng rồi em, cuộc đời có bao giờ công bằng đâu nè”. Nói vậy không có nghĩa rằng tôi chấp nhận và sẵn lòng đón nhận những bất công quanh mình. Ý thật của tôi là: “Ừ, cuộc đời bất công vậy đó. Vấn đề là mình cần làm gì trong những trường hợp đó. Và mình sẽ làm gì, hả em?”.

Khi mới ra trường, em thấy uất ức bởi công sức và tiền bạc bao năm qua giống như bị bỏ phí vì mãi mà không kiếm được công việc vừa ý. Người ta học tốn ít tiền hơn, khả năng chưa chắc giỏi hơn, nhưng lại có việc làm phù hợp. Trong khi đó, em và bạn bè phải dạy thêm tiếng Anh, làm việc trái ngành, để khi tối về lên Facebook viết vài cái status cho đỡ bức dọc.

Khi đã đi làm và đã quen thuộc với công việc, em lại thấy bị cư xử bất công khi vị trí của mình đột ngột bị loại bỏ, khi em thấy đồng nghiệp mình được xếp cứng hơn không phải vì tài năng của họ mà vì lý do khác, khi em bỏ thật nhiều công sức vào công ty để rồi khi người lãnh đạo mới về, họ thay đổi tầm nhìn, chiến lược, văn hóa và nhiều thứ mà em rất không đồng ý. Em sẽ cảm thấy bản thân bị đối xử thật tệ khi những thay đổi đến ào ạt trong công sở của mình, khi mình đã tưởng rằng quen thuộc và yên tâm với vị trí hiện tại, thì bất ngờ những đòi hỏi mới, có thể rất vô lý trong

mắt em, ô ạt đồ về.

Thật ra thì, không phải chỉ em mới phải đối mặt với những thách thức này. Thị trường tuyển dụng toàn cầu đang đi qua giai đoạn được đặt tên là “chaos time” (tức giai đoạn hỗn mang), nghĩa là kế hoạch nghề nghiệp của mỗi người lao động hoàn toàn không thể đoán trước được. Cuộc hành trình nghề nghiệp bây giờ không bằng phẳng, thẳng tắp. Thay vào đó, nó sẽ cong queo với những lối rẽ bất ngờ, khi lên dốc, lúc xuống hố, khi qua sông, lúc vượt núi. Và vì chúng ta không đoán được chuyện gì sẽ xảy ra, chúng ta chỉ có thể dựa vào một thứ - đó là bản thân mình.

Sẽ tốt cho em hơn, và cho tinh thần của em hơn, nếu trong chốc lát em có thể dừng lại, tĩnh tâm, quan sát mọi thứ xung quanh mình bằng cái nhìn chiến lược và bao quát. Em sẽ nhận ra những điều không may mắn em gặp không phải là sự cố ý tấn công mà cuộc đời này dành cho em. Khi không còn nhìn nó một cách cá nhân nữa, cảm xúc em sẽ thăng bằng hơn, trí não sẽ làm việc tốt hơn, và nhờ vậy em sẽ có cách giải quyết tích cực dẫn đến kết quả khả quan.

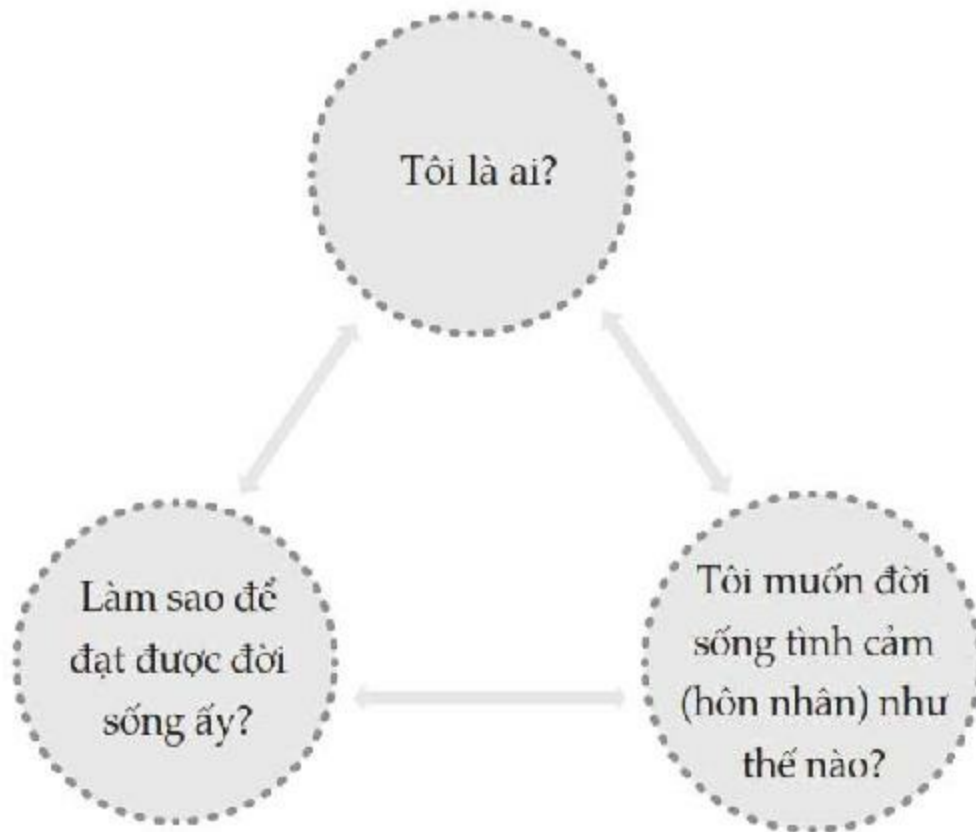
Ví dụ như là, thay vì ngồi đó than phiền và hối hận vì đã bỏ tiền ra học vô ích, em tìm gặp những anh chị đi trước, lắng nghe kinh nghiệm của họ về phương pháp tiếp cận thị trường tuyển dụng. Em không ngần ngại bắt đầu ở những vị trí được trả lương thấp, chưa sử dụng hết khả năng mình, môi trường làm việc chưa hoàn hảo lắm. Em làm tất cả những điều này với một chiến lược rõ ràng, để học hỏi kinh nghiệm, để làm rộng hơn mạng lưới chuyên nghiệp, và để hiểu bản thân hơn. Từ từ, em sẽ chuyển đến những vị trí tốt hơn, nơi em được đánh giá và sử dụng đúng khả năng, nơi em thấy vui vẻ, tự tin trong công việc của mình.

Ví dụ như là, trước khi những thay đổi trong công sở bắt đầu, em bắt được những tín hiệu về chúng từ các dấu hiệu như thuyên

chuyển nhân sự, nổi bất an hay thiếu động lực của sếp trực tiếp hay đồng nghiệp. Và khi chúng xảy ra, em hiểu được lý do đằng sau nó, và đã chuẩn bị tinh thần để: (a) đón nhận nó, dùng nó như cơ hội để phát triển bản thân; hay (b) không chấp nhận nó, bỏ đi nơi khác với một cơ hội tốt hơn. Dù quyết định thế nào đi nữa, với tâm thế sẵn sàng, sự ý thức về lý do của sự thay đổi và những ảnh hưởng của nó sẽ giúp sức khỏe tinh thần em tốt hơn, cho em một thái độ tích cực, mà nhờ đó nơi làm việc mới sẽ thích và muốn mời em trở thành một thành viên của họ.

Tình yêu - biết tìm nơi đâu?

Như đã nói, tôi không chuyên bên tư vấn tình cảm, nên khi thỉnh thoảng được hỏi: “Chị có gợi ý những cách nào để mình tìm được người đó không ạ?” trong những giờ tư vấn, tôi liền nghĩ đến cuộc hành trình đi tìm nghề nghiệp. Tôi thử viết ra đây xem các em có thể sử dụng những lời gợi ý của tôi không nhé.



Từ mô hình này, tôi và em sẽ cùng tìm hiểu xem “Em là ai?”, vì trước khi mình biết được người yêu mình sẽ như thế nào, mình phải hiểu và biết mình có thể trở thành một người yêu ra sao đã chứ. Ở đây, em sẽ phải suy ngẫm xem mình có những sở thích gì, mình giỏi và không giỏi những gì, có cá tính ra sao, và có những giá trị sống nào quan trọng nhất. Điều kiện đầu tiên trong cuộc hành trình này sẽ là em biết được em là ai, em có thể yêu thương và trân trọng bản thân mình chưa, em biết những giới hạn nào mình sẽ không bao giờ thỏa hiệp hay không. Vì em ơi, làm sao có thể yêu thương được người khác nếu chưa biết yêu thương mình? Và em ơi, nếu em dùng tình cảm của người khác để lấp đầy khoảng trống trong mình, hay để dựa dẫm những lúc buồn bã, yếu đuối, thì điều ấy sẽ tồn tại bao lâu? Người nào sẽ thích đóng vai trò như vậy trong cuộc đời đây?

Tiếp theo đó, tôi sẽ cùng em làm những bài tập để hiểu rõ xem em thích một đời sống hôn nhân (tình cảm/ không hôn nhân) như thế nào. Em thích một cuộc sống khi mà em cùng người ấy bay nhảy, du lịch, làm những việc em thích mà không cần vật chất nhiều, hay em thích một đời sống nơi mà các thế hệ sống trong cùng một mái nhà, những ngày giỗ chạp em và người ấy cùng làm tiệc, đãi khách, hay em thích một đời sống đầy đủ vật chất, khi em đi làm thật nhiều để kiếm tiền, còn người ấy ở nhà lo lắng gia đình, chăm sóc con cái và miếng ăn giấc ngủ của em. Có thể ở mỗi giai đoạn của cuộc đời, em thích một kiểu khác nhau. Nhưng điều quan trọng là em phải thực tế, phải biết rõ mình muốn gì, và sẵn sàng chấp nhận rằng khi đã chọn một, những hướng còn lại khó có thể thành hiện thực. Ví dụ, nếu muốn người bạn đồng hành hoàn toàn vì mình và con, thì đừng nửa đường đòi hỏi một người mạnh mẽ, xông xáo ngoài xã hội, cái gì cũng biết, cái gì cũng giỏi. Vì nếu em làm vậy, em hãy tự hỏi bản thân rằng mình đã làm gì để xứng đáng với một người như vậy. Và những ước muốn của mình có thực tế hay không. Điều nguy hiểm nhất của cuộc đời là cái gì cũng muốn, mà không biết vì sao mình muốn vậy, cũng như không hiểu rằng chưa chắc bản thân mình đã xứng đáng hay có đủ sức để đạt được ước muốn ấy.

Cuối cùng, chúng ta sẽ bàn luận xem làm sao để gặp được người ấy. Thật ra, bước cuối này không khó khăn đâu khi em đã hiểu rõ hai vòng tròn đầu. Đầu tiên, em nên cho mọi người, càng nhiều càng tốt, trong mạng lưới của em biết về ước muốn của em. Em không ngại ngần chia sẻ với người khác đời sống tình cảm mà mình luôn thích có. Tiếp theo, em nên tham gia những hoạt động mà em thích và có thể làm tốt, vì nơi đó em sẽ có nhiều khả năng gặp được người giống mình. Trong những hoạt động ấy, hãy âm thầm quan sát đối tượng tiềm năng. Và nếu chưa thấy được những biểu hiện ngay từ đầu, hãy từ từ kết bạn, tìm hiểu, cho họ cơ hội hiểu mình. Lúc ấy, chuyện gì cần xảy ra sẽ xảy ra. Nếu

người ấy đã có đối tượng, thì hãy mừng cho họ, nhưng cứ để ý họ nhé. Nếu vì lý do gì đó mà họ trở lại cảnh độc thân, thì đừng ngại cho họ biết mình đã để ý họ lâu lắm rồi.

Đi tìm tình yêu không khác với đi tìm nghề nghiệp lắm đâu, vì đó là một cuộc hành trình dài với những trải nghiệm mà khi chưa trải qua mình sẽ không biết được có hợp với mình không. Quan trọng là phải theo sát những giá trị đạo đức cần có như không tìm hiểu vài người một lúc, không bắt cá hai, ba, bốn tay, v.v... Hãy can đảm lên, sẽ không sao đâu nếu mình thích một người mà họ không thích lại, phải không? Hãy nói và kết quả xấu nhất là họ từ chối, nhưng còn hơn là cứ âm thầm giữ mãi trong lòng và hối tiếc những năm về sau khi biết được người ấy cũng có ý với mình. Hãy sống tự nhiên và trung thực với bản thân mình, với họ, hãy cùng nhau làm những việc ý nghĩa với nhau để rồi cuối cùng nếu không thể nắm tay nhau đến cuối đời, chúng ta cùng thành bạn. Người ấy sẽ là cha/mẹ đỡ đầu của những đứa con của mình. Người ấy và vợ/chồng người ấy sẽ là bạn bè của gia đình mình. Cho dù đã quen nhau và rồi nửa đường, em nhận ra hai bên không phù hợp với nhau nữa, hãy nhẹ nhàng nhưng thật thà với người ấy, đừng níu kéo chỉ làm khổ nhau, mất thời gian của cả hai bên và thậm chí sẽ không thể thành bạn sau này.

Đó là những gì tôi có thể viết để trả lời câu hỏi của em về tình yêu. Hãy nhớ rằng tôi viết từ hướng nhìn của một tư vấn hướng nghiệp, nên em hãy đọc, suy ngẫm, phân tích, và thích thì hãy thử. Tôi đã thực hiện, và đã thành công. Tôi chúc em tìm được một nửa của mình, em nhé. Lúc ấy, tin tôi đi, em sẽ hạnh phúc lắm.

Lại viết về tình yêu

MỘT

Tôi thích đưa tình yêu vào tư vấn hướng nghiệp, đơn giản là vì mỗi khi nhắc đến tình yêu, sinh viên tôi sẽ hiểu vấn đề hướng nghiệp nhanh hơn bình thường.

Ví dụ nhé, khi giải thích cho các em về việc nên chọn công việc phù hợp với mình, nếu sau vài phút mà các em còn ngơ ngác, tôi sẽ hỏi:

- Chị hỏi em nhen, nếu như trong tình yêu mà em phải thay đổi bản thân nhiều, từ cách ăn mặc đến trò chuyện, sở thích đến thói quen hàng ngày, để phù hợp với người em yêu, em sẽ thay đổi như vậy được bao lâu, mấy tuần, mấy tháng, mấy năm? Em có nghĩ mình sẽ hạnh phúc không?

- Dạ không.

- Tương tự như vậy, có rất nhiều công việc phù hợp với khả năng tự nhiên của em, với sở thích và cá tính em, tại sao em không chọn, mà lại đâm đầu vào một vị trí mà nếu muốn làm nó em phải học thêm vài lớp, phải đổi cá tính, phải này phải kia. Một lăm phải không em?

Nói vậy là các em hiểu ngay à. Vậy đó, tình yêu là dụng cụ rất kỳ diệu trong tư vấn hướng nghiệp.

HAI

Có lần một sinh viên học MBA, đẹp trai, thông minh, vui tính, ngồi tâm sự với tôi:

- Em thấy lạ lắm chị. Trong tình cảm em rất tự tin, luôn biết mình cần gì muốn gì. Trong khi trong nghề nghiệp em cứ chạy lung tung cả lên, thay đổi hoài, mà đến giờ vẫn chưa hiểu mình phải làm gì nữa.

- Kể chị nghe về tình yêu của em đi.

Vậy là em ấy ngồi say sưa kể về người vợ của mình, lúc yêu ra sao, tìm hiểu thế nào, quyết định kết hôn, đời sống gia đình hiện tại hiểu nhau ra sao, v.v... và v.v... Khi em ngừng, tôi lại hỏi:

- Em có thể áp dụng cách em yêu vào cách em làm việc được không?

Thấy em ấy ngớ ra, tôi thêm:

- Ví dụ như việc em luôn hiểu em thích người vợ em có những giá trị gì, nhìn bề ngoài ra sao, tính tình thế nào, quan điểm sống và quan điểm xây dựng gia đình thế nào. Em luôn biết bản thân em sẽ là người chồng, người cha thế nào. Em thích một gia đình của em ra sao, v.v... Em có thể áp dụng sự hiểu biết đó vào cách em tìm kiếm nghề nghiệp được không? Chẳng hạn như em thích một công việc cho em những giá trị gì, sử dụng những khả năng nào của em, phát triển đường dài ra sao, v.v...

Kết thúc buổi trò chuyện ấy, em cười thoải mái. Dù em vẫn chưa hoàn toàn biết rõ hướng đi của mình trong nghề nghiệp, nhưng ít ra đã hiểu rằng em có thể áp dụng một số trải nghiệm từ tình yêu vào việc định hướng nghề nghiệp.

BA

Mãi đến năm 34 tuổi tôi mới biết vấn đề của mình trong tình cảm cá nhân. Tôi ngồi suy ngẫm lại và quyết định sẽ yêu như cách mình đã phát triển nghề nghiệp của mình. Nghĩa là: người ấy phải chia sẻ giá trị sống và quan điểm sống của mình, mình phải hạnh phúc khi mình ở với người ấy, mình phải được chăm sóc nhiều như mình chăm sóc người ấy, mình phải thử trước khi sợ hãi sẽ không thành công, mình phải đầu tư vào tình cảm nhiều

như khi mình học hỏi trong nghề nghiệp, và nhiều điều khác nữa.

Và nhờ vậy, tôi gặp được một nửa của mình. Nếu dùng thang đánh giá của xã hội thì người khác sẽ thấy chúng tôi là một cặp không được lý tưởng lắm, nhưng nếu dùng những giá trị của bản thân thì chúng tôi lại thấy mình sinh ra để thuộc về nhau. Và minh chứng rõ ràng nhất là con trai tôi hạnh phúc hơn nhiều khi chúng tôi ở bên nhau.

KẾT

Tôi chọn lĩnh vực tư vấn hướng nghiệp vì tôi tin mình được trời cho những năng khiếu phù hợp với lĩnh vực này. Nhờ hướng nghiệp mà tôi sống hạnh phúc hơn, thăng bằng hơn, và bình an hơn. Vì vậy, khi ngồi với sinh viên, tôi thường hay đưa đề tài tình yêu vào câu chuyện hướng nghiệp, để nếu họ phát triển được một mặt, họ có thể dùng mặt ấy để hoàn thiện phần còn lại. Nói thêm là tôi luôn gửi các em sinh viên nào cần tư vấn tâm lý hay tình yêu qua đồng nghiệp của mình. Tôi chỉ dùng tình yêu chút chút thôi cho hướng nghiệp thêm hương vị, nên các em đọc bài này xong đừng hiểu lầm là tôi cũng tư vấn tình yêu ghen.

Viết về tình yêu nữa nhé

Nhiều khi tôi nghĩ một ngày nào đó, lúc về hưu chẳng hạn, tôi sẽ học thêm để có thể vừa làm tư vấn hướng nghiệp vừa làm tư vấn tình yêu. Lý do là càng ngày tôi càng thấy hai lĩnh vực ấy gần như không thể tách rời khỏi nhau. Một người nếu hạnh phúc trong tình cảm thì sẽ yên tâm phát triển sự nghiệp, và ngược lại, nếu họ yêu thích công việc họ làm thì họ sẽ mang niềm hạnh phúc đó về nhà trong vai trò người cha, người chồng, người mẹ, người vợ...

Gần đây tôi gặp nhiều ca tư vấn mà trong đó sinh viên vừa không

thích ngành mình học vừa bơ vơ trong tình cảm, những lúc ấy tôi cảm thấy nhói lòng. Thông thường tôi và họ sẽ lập ra một chiến lược đường dài, trong đó bao gồm những sửa chữa và tạo ra những bước nhỏ với kết quả khả quan ngắn hạn, với hy vọng chúng sẽ là điểm tựa cho những phát triển tiếp theo. Từ kinh nghiệm bản thân, tôi nghiệm ra rằng khi mình vững vàng ở một lĩnh vực nào đó, ví dụ như tình cảm người thân, hay công việc, hay đam mê thể thao, hay bình an trong tình yêu đôi lứa, thì sẽ dễ dàng cho mình tựa vào lĩnh vực đó mà bước về phía trước, để từ từ làm tốt hơn những mặt khác trong cuộc đời.

Cuộc sống có bao giờ hoàn hảo đâu! Và mỗi ngày ta phải đối mặt với biết bao nhiêu điều khó khăn, bất ý. Nhưng cuộc đời cũng công bình lắm, nó không bắt mình không có gì bao giờ. Điều quan trọng nhất là mình có chịu nhận ra điều mình có hay không, hay chỉ chăm chăm theo đuổi cái mình muốn, mình chưa được, mà vượt tay buông lỏng những điều đáng quý, mình đã có chắc trong tay.

Tôi thường hay nhìn vào mắt sinh viên, nhẹ nhàng hỏi, lắng nghe, để từ từ hướng dẫn họ tìm ra viên ngọc quý trong tâm hồn họ, tìm ra điều làm cho họ hạnh phúc, nhẹ nhàng, mà nhiều khi vì những ước muốn, mệt mỏi, đuổi chạy - họ để viên ngọc ấy mờ đi. Tôi tin rằng mỗi người đều làm chủ một kho tàng trong trái tim mình, và tôi mong họ sẽ ngừng lại, thở chậm, sống chậm, yêu chậm, làm việc chậm, để khám phá ra kho tàng ấy.

Khi họ biết yêu mình, biết quý bản thân, tất cả mọi thứ sẽ ổn. Tôi tin vậy.

Hãy bắt đầu từ ngày hôm nay

Sinh nhật qua mấy ngày rồi, nhưng mãi sáng nay bản thân tôi mới chợt nhận ra: “À, mình 39 tuổi rồi đó nhen”.

Một người anh hay bảo tôi rằng: “Em, tuổi tác chỉ là một con số”. Đây là anh an ủi tôi, nhưng thật chưa bao giờ tôi sợ mình già đi. Ngược lại, tôi thích những năm tháng sau này hơn lúc ở tuổi 17, 20, thậm chí là 25. Đọc lại nhật ký những ngày ấy, thỉnh thoảng ngồi nhớ lại những khoảnh khắc xưa, tôi thấy thương cô bé nhút nhát, thiếu tự tin trầm trọng, trong ngoài không đồng nhất, luôn sợ hãi và bị ảnh hưởng bởi thế giới chung quanh của những ngày ấy. Tôi nghĩ đó là lý do chính khiến tôi yêu công việc hiện tại của mình, nơi mà tôi có thể đồng hành cùng các bạn trẻ trong giai đoạn khó khăn nhất của cuộc đời, để họ vượt qua giai đoạn ấy nhẹ nhàng hơn tôi, và để họ mau tìm thấy niềm hạnh phúc và bình yên sớm hơn tôi.

Sáng nay thức giấc, điều đầu tiên tôi nghĩ đến là: “Cuộc sống luôn mãi biến động, với rất nhiều điều không vừa ý. Và ta gần như không có quyền hay khả năng để điều khiển những gì đang xảy ra quanh ta, với ta. Điều may mắn là ta luôn luôn có một trăm phần trăm khả năng điều khiển được cách ta sống, điều ta nghĩ, và lối ta đi. Chính những điều này sẽ quyết định chất lượng cuộc sống của ta, hạnh phúc của ta”. Sau đó tôi tự nhủ, hôm nay mình sẽ viết một bài note (trên Facebook) với tựa đề “Hãy bắt đầu từ ngày hôm nay” cho các em.

Đừng đợi đến ngày mai, vài tháng nữa, năm sau, hay vài năm nữa để làm điều mình cần làm và muốn làm hôm nay. Hãy bắt đầu từ ngày hôm nay những bước nhỏ nhất, đặt xuống viên gạch đầu tiên cho công cuộc xây dựng cuộc sống mình muốn có.

Các em có thể bắt đầu kiểm soát ngân sách, tập chi tiêu hợp lý với số tiền mình có, luôn có một khoản để dành nho nhỏ, mà không đợi đến khi ta phải đi làm thật sự, hoặc công việc lương cao hơn, hoặc lập gia đình,... vì nếu ta không bắt đầu ngày hôm nay, ngày mai sẽ chẳng bao giờ đủ.

Hoặc có thể bắt đầu định hướng nghề nghiệp tương lai, bằng cách học thêm một kỹ năng gì đấy, hay thực tập trong một nghề nào đó (mà không tự nhủ rằng làm công nhân là đủ rồi, hay vị trí hiện tại là ổn định rồi,... vì nếu ta không tiến lên, ta chắc chắn sẽ đi lùi lại trong môi trường cạnh tranh khốc liệt hiện tại).

Các em cũng có thể bắt đầu trở thành người bạn với những phẩm chất mà em vẫn muốn bạn mình phải có, bằng cách để ý cách bản thân cư xử, trò chuyện, giữ liên lạc với người xung quanh. Để rồi từ từ nhận ra mình thích có ai làm bạn, hiểu cách giữ gìn tình cảm ấy,... vì nếu ta không bắt đầu từ hôm nay, sẽ có ngày ta nhận ra mình cô đơn biết bao trong thế giới này dù rằng ta có đến 1.000 bạn trên Facebook.

Tôi còn nhớ trong một buổi thiền, bạn tôi chia sẻ một nghiên cứu có kết quả rằng con người chúng ta tiêu hơn 80% thời gian và năng lượng để hối tiếc những gì đã xảy ra trong quá khứ và lo lắng những gì sẽ xảy đến trong tương lai, và chỉ còn lại chưa tới 20% để sống cho hiện tại. Nếu ta lật ngược chỉ số ấy lại, sống hôm nay thật tốt, thì ngày mai khi nhìn lại quá khứ, chắc chắn ta sẽ ít hối tiếc hơn, và khi ngày mai đến, vì hôm qua ta đã chuẩn bị nhiều, mọi chuyện sẽ tự nhiên ổn thôi.

Thời gian gần đây tôi có dịp gặp một số bạn trẻ, họ đẹp, thông minh, họ toát ra sự cuốn hút. Tôi ngưỡng mộ họ thật nhiều. Thế rồi họ bắt đầu chia sẻ những nỗi lo với tôi, tôi lắng nghe họ, tôi ao ước biết bao, tôi muốn cho họ biết rằng họ đặc biệt lắm, rằng họ xứng đáng được bình an hạnh phúc. Tôi mong rằng họ sẽ đọc được bài viết này và “Hãy bắt đầu từ ngày hôm nay”.

Những hạt ngọc trong đời

Ngày con nhỏ, tôi thích nhất là đọc truyện cổ tích, vì nó cho tôi cơ hội được sống trong thế giới tưởng tượng của mình, nơi mà mọi

chuyện đều có thể xảy ra. Tôi còn nhớ cảm giác hưng phấn khi đọc chuyện Alibaba và 40 tên cướp, đến khúc “Vùng ơi, hãy mở ra”, sau cánh cửa là châu báu, vàng ngọc sáng rực mắt cậu bé nhà nghèo. Tôi nghĩ phải chỉ mình cũng được chạm vào những viên ngọc ấy, chắc chúng đẹp lắm, lung linh lắm.

Sau này lớn lên, vào đại học, tôi vẫn còn khá mơ mộng. Người yêu hồi ấy phê bình tôi không thực tế, sống quá sách vở, và vì vậy làm khổ bản thân cùng người xung quanh. Có một thời gian tôi thử tin vào lời góp ý ấy, rồi xa sách vở, ngừng hẳn thói quen và đam mê đọc sách, để có thể thực tế hơn. Và rồi tôi nhận ra những ước mơ tốt đẹp chẳng có lỗi gì hết, điều quan trọng là tôi phải biết tôi muốn sống như thế nào mà thôi.

Hiện tại, khi tôi đã hiểu được mình muốn gì trong cuộc sống, biết cách dung hòa giữa mộng mơ và thực tiễn, tôi lại từ từ tìm ra những viên ngọc quý giữa cuộc đời này. Những viên ngọc mà hồi đọc truyện cổ tích, tôi cứ mong được sở hữu chúng. Những viên ngọc ấy, giờ hiện ra qua hình hài của tình bạn giữa tôi và những người tôi yêu quý, trân trọng, và muốn giữ liên lạc mãi. Chúng được hun đúc qua thời gian, qua trải nghiệm, qua những chia sẻ, những cho và nhận. Chúng hoàn toàn không vụ lợi, mang lại niềm vui cho cả hai, không đòi hỏi hay luật lệ gì cả. Chúng tự nhiên như sương buổi sớm, ánh nắng ban mai, ngọn gió chiều trên phố.

Một điều khá lạ là những viên ngọc quý - tình bạn tôi tìm được - dường như luôn bắt đầu từ công việc. Trong quá trình cộng tác để đạt một mục tiêu nào đó, chúng tôi có cơ hội hiểu nhau, đánh giá nhau, tìm ra sở thích, khả năng, và giá trị sống của nhau, và từ từ tin tưởng nhau đến độ một ngày có thể gọi nhau bằng bạn, có thể chia sẻ cõi mở mà không sợ bị đánh giá, có thể hỗ trợ nhau hết mình mà không đòi hỏi lợi ích gì.

Ngoài khung cửa sổ phòng làm việc của tôi xanh ngát màu cây, bầu trời sẫm lại chuẩn bị cho cơn mưa có thể sẽ không đến trong chiều nay, còn lòng tôi thì nhẹ nhàng, thanh thản, hạnh phúc lạ lùng. Cảm ơn cuộc đời, và cảm ơn những hạt ngọc đã, đang, và sẽ hiện diện cùng tôi.

PHỤ LỤC

Trong phần phụ lục này tôi chia sẻ một ít kiến thức chuyên môn về tư vấn hướng nghiệp. Cho những độc giả thích biết thêm về lĩnh vực này, xin xem lại hướng dẫn tìm tài liệu trong phần lời nói đầu.

Viết về trải nghiệm

Điều may mắn nhất tôi nhận được trong những ngày chập chững vào ngành tư vấn hướng nghiệp là đã được những thầy cô rất giỏi trong các lĩnh vực, tâm lý, tư vấn, và hướng nghiệp đào tạo. Nhờ họ, tôi được tiếp thu một nền tảng kiến thức vững vàng. Dưới sự hướng dẫn của họ, tôi cân bằng giữa khả năng thấu cảm, lắng nghe, tư vấn và khả năng tư duy, suy nghĩ logic, để làm sao có thể giúp cho người được tư vấn một cách hiệu quả nhất. Nhờ họ, tôi hiểu tầm quan trọng của nghiên cứu và số liệu trong ngành, về việc luôn luôn phải đặt những câu hỏi hóc búa cho bản thân, về việc không nên dễ dãi tin ngay bất cứ điều gì được viết ra hay được nói ra mà không có những học thuyết và nghiên cứu tốt ở đằng sau các kết luận ấy.

Từ những ngày đầu làm công việc tư vấn, tôi luôn tâm đắc với quan điểm sau về tư vấn:

Mỗi người đều có khả năng giải quyết vấn đề của họ, dù khó khăn đến mấy đi nữa. Nếu họ được hỗ trợ đúng lúc, với những dụng cụ tốt và kỹ thuật tư vấn tốt, mỗi người sẽ từ từ tìm ra câu trả lời cho câu hỏi của họ.

Dựa trên quan điểm này, tôi nghĩ rằng người tư vấn giống như cây gậy dẫn đường trong những lúc người được tư vấn yếu đuối, bơ vơ, hoảng loạn. Và, trắc nghiệm là một trong những công cụ mà người tư vấn dùng để đạt mục tiêu giúp người được tư vấn hiểu rõ hơn về vấn đề của họ mà thôi, không hơn và không kém. Trắc nghiệm, không phải là câu trả lời.

HỮU DỤNG CỦA TRẮC NGHIỆM

Trắc nghiệm, nếu được dùng hiệu quả, sẽ dẫn đến những kết quả rất tốt. Trong hướng nghiệp, thường thì nó cho người được tư vấn một câu trả lời nhanh và gọn về bản thân của họ. Nhưng nó chỉ ngừng ở đó mà thôi. Người tư vấn tốt sẽ là người giúp cho người được tư vấn biết cách sử dụng kết quả trắc nghiệm như thế nào trong quá trình phát triển nghề nghiệp phù hợp. Trắc nghiệm, một mình nó, sẽ không giúp cho người ta được điều gì. Vì những kết quả của nó cho có thể rất chung chung, không định hướng, đôi khi còn làm người đã làm trắc nghiệm bối rối và loạn hơn.

Sau bài này, tôi có trình bày cụ thể về hai ca tư vấn để giúp các bạn hiểu thêm về tư vấn hướng nghiệp.

MẶT HẠI CỦA TRẮC NGHIỆM

Trong hướng nghiệp, trắc nghiệm có hại khi người sử dụng nghĩ rằng nó sẽ cho mình câu trả lời cuối cùng cho những băn khoăn về hướng nghiệp. Nghĩa là, người sử dụng tin theo kết quả trắc nghiệm để chọn ngành nghề mà không thực hiện những bước quan trọng khác như tìm hiểu thực tế của thị trường đào tạo hay thị trường tuyển dụng, không tìm hiểu thêm về bản thân và những gì quan trọng nhất với họ trong nghề nghiệp.

Thêm nữa, không phải bài trắc nghiệm nào cũng được soạn ra

dựa trên bề dày nghiên cứu sâu và tính phổ quát. Thiếu những căn cứ khoa học, một bài trắc nghiệm sẽ không đủ tính chất hợp lệ để được sử dụng trong chuyên ngành.

NÊN DÙNG TRẮC NGHIỆM NÀO?

Vì xuất thân từ giáo dục và phi lợi nhuận, tôi luôn thích trắc nghiệm nào đơn giản, miễn phí, phù hợp với người Việt, và có bề dày lịch sử. Trong hướng nghiệp, trắc nghiệm đầu tiên tôi luôn dùng là trắc nghiệm theo mật mã Holland (hay còn gọi là trắc nghiệm về sở thích và khả năng theo lý thuyết Holland) vì nó thỏa mãn được những điều kiện trên.

Yếu tố thứ hai khiến tôi thích một trắc nghiệm là nó phải cho người sử dụng cơ hội tự đánh giá. Ví dụ như trắc nghiệm về cá tính MBTI, tôi thích sử dụng học thuyết này để giúp người được tư vấn tự quyết định xem họ thuộc cá tính nào, và lý do vì sao họ nghĩ vậy. Tôi không cần họ làm bài trắc nghiệm, nhất là ở Việt Nam, vì bài trắc nghiệm chính thống của MBTI sẽ tốn tiền để làm, mà nếu muốn làm cũng chỉ làm bằng bản tiếng Anh vì MBTI chưa được chuyển ngữ qua tiếng Việt^(*).

() Chắc độc giả sẽ nói rằng có thể lên mạng tìm các bản trắc nghiệm MBTI tiếng Anh và tiếng Việt miễn phí dễ dàng. Xin thưa, đó không phải là bản chính thống của công ty giữ bản quyền của MBTI (CPP Inc.). Các câu hỏi trong bài trắc nghiệm chính thống khá đơn giản, nhưng lại là đúc kết của một quá trình nghiên cứu. Vì vậy, chuyển qua một ngôn ngữ khác không đơn giản chỉ là phiên dịch, mà còn phải có nghiên cứu sâu để làm sao chuyển ngữ cho phù hợp với tâm lý và văn hóa của người sử dụng ngôn ngữ ấy. Khi MBTI được chuyển qua tiếng Hoa, công ty CPP đã mất một thời gian dài để hoàn thành việc này. Tôi không phản bác sử dụng bản miễn phí trên mạng, nhưng tôi khuyên độc giả chỉ nên dùng để tham khảo, chứ đừng đặt hết niềm tin vào kết quả trắc nghiệm.*

TRẮC NGHIỆM: TỬ VI & VÂN TAY

Trong những năm có dịp làm việc với các thầy cô ở các tỉnh, tôi được biết đến vai trò của lá số tử vi trong hướng nghiệp. Có một số nơi đã và đang sử dụng việc chấm lá số tử vi cho các em học sinh để giúp định hướng nghề nghiệp. Điều quan trọng là ở nơi tôi biết đang sử dụng tử vi chỉ sử dụng nó như một công cụ, song song với việc tư vấn hướng nghiệp. Họ không hoàn toàn chỉ dựa vào tử vi mà bỏ quên vai trò quan trọng của giáo dục hướng nghiệp.

Một số quý cha mẹ hỏi tôi về việc tôi nghĩ gì về trắc nghiệm dựa trên vân tay, là một trắc nghiệm khá nổi tiếng tại Việt Nam gần đây. Như đã nói ở trên, tôi chưa thể đánh giá trắc nghiệm này vì chưa hiểu rõ về bề dày nghiên cứu của học thuyết này. Bản thân tôi, do thói quen được tạo ra từ khi theo học chương trình thạc sĩ tư vấn, luôn đắn đo trước khi tin dùng bất cứ một trắc nghiệm nào. Tôi phải hiểu và đọc những nghiên cứu đăng sau một trắc nghiệm, thử và thấy phù hợp với sinh viên mình trước khi đánh giá cao công cụ ấy. Tôi nghĩ nếu quý cha mẹ có tiền để thử, và muốn dùng nó như một công cụ để tham khảo, thì chắc không sao. Điều quan trọng là đừng nghĩ rằng đó là câu trả lời cuối cùng cho con mình. Vì hướng nghiệp là một quá trình đầy những thay đổi tùy theo trải nghiệm của mỗi người.

CUỘC HÀNH TRÌNH LIÊN LỮ

Lời cuối gửi đến các bậc cha mẹ và các em, tôi xin chia sẻ chân tình rằng ở thời đại hiện tại, hướng nghiệp là một cuộc hành trình không bao giờ ngừng. Các em có thể hiện tại chọn một ngành học, rồi sau khi học, lại thấy thích một ngành hoàn toàn khác hẳn. Điều đó không có nghĩa là các em “không kiên định”, “hay thay đổi”,... Xin đừng áp đặt những kinh nghiệm hướng

nghiệp mà các bậc cha mẹ đã có lên con mình. Lý do là vì thị trường tuyển dụng hiện tại có rất nhiều những cơ hội mà trước đây chưa hề có, thị trường đào tạo hiện nay cũng có quá nhiều chọn lựa mà trước đây không có.

Do đó, thay vì bắt các em phải có câu trả lời cho câu hỏi hướng nghiệp hiện tại, sẽ hiệu quả hơn nhiều nếu cha mẹ, gia đình và xã hội cho phép các em có một chọn lựa chưa chắc chắn một trăm phần trăm, sẵn sàng chấp nhận khi các em chọn sai, và ở bên cạnh giúp các em định hướng cho giai đoạn tiếp sau. Dĩ nhiên suốt thời gian này, cha mẹ cũng phải bắt các em chịu trách nhiệm bằng cách làm bài tập để tự tìm hiểu, ra quyết định để tự nhận trách nhiệm, suốt thời gian học thì đi làm thêm hay tham gia các hoạt động ngoại khóa để chuẩn bị cho hành trình đi làm sau này.

Ca tư vấn 1: Em nên thi vào đâu?

Tặng các anh chị giáo viên mà Phoenix may mắn được gặp những năm qua. Bài này được viết nhờ ý tưởng của Nguyễn Thu Giang. Đặc biệt cảm ơn một em học sinh lớp 12 đã cho phép cô chia sẻ câu chuyện của em đến mọi người. Cô không để tên em, ngay cả chữ viết tắt ở đây, để bảo mật. Chúc em một cuộc hành trình đầy ý nghĩa sắp tới.

Người được tư vấn: Học sinh lớp 12

Đề nghị của em: “Cô ơi, cô tư vấn về môn thi thứ 4 trong kỳ thi THPT quốc gia cho con với.”

Email 1 từ Tư vấn viên:

Mục tiêu là để tìm hiểu thêm về sở thích, khả năng, học lực của học sinh.

Con ơi, Trước khi giúp con, cho cô hỏi:

- Con đã làm trắc nghiệm Holland chưa (6 nhóm sở thích); nếu làm rồi thì cho cô xin kết quả nhé.
- Con tự thấy học lực của mình thuộc loại nào: giỏi, khá, trung bình, yếu; tính cách con có tự tin không?
- Ngoài học văn hóa, con thấy mình có nổi trội trong lĩnh vực nào khác hay không? Con có sở thích nào mấy năm rồi chưa thay đổi không?
- Con có ước mơ gì trong cuộc sống? Con muốn sau này làm gì? Muốn 10 năm nữa cuộc đời con sẽ ra sao?

Trả lời từ Học sinh:

- Dạ kết quả trắc nghiệm Holland con có tổng điểm cao nhất thuộc nhóm R (Realistic): Có khả năng về kỹ thuật, công nghệ, hệ thống, muốn làm việc với máy móc thiết bị, động vật, cây cối, thích làm các công việc ngoài trời. Cao thứ hai là nhóm I (Investigate): Có khả năng về quan sát khám phá, phân tích đánh giá và giải quyết các vấn đề.
- Học lực của con là loại trung bình khá, trung bình các môn của con là 6,9. Con thường không tự tin lắm vào bản thân.
- Ngoài học văn hóa con thấy thích các vị thuốc Nam, con có thể chữa các chấn thương nhẹ khi học môn thể dục cho các bạn trong lớp. Con rất thích động vật, trong nhà con có nuôi cá cảnh, chim cảnh, chó beagle, gà đá. Ngoài ra con cũng thích các phản ứng hóa học nữa.
- Con muốn trở thành dược sĩ điều chế thuốc. Con muốn 10 năm nữa có một công việc ổn định, một gia đình bé nhỏ hạnh phúc với

vợ, con cái và với ba má con.

Kết luận của tư vấn viên tại thời điểm này:

Thông tin Học sinh cung cấp cho thấy Học sinh có sở thích và khả năng trong hai nhóm Kỹ thuật và Nghiên cứu. Thêm vào đó, việc em ấy thích các vị thuốc Nam và đã chữa các chấn thương nhẹ cho các bạn cho thấy em ấy đã trải nghiệm và có năng lực trong hướng này. Em muốn làm dược sĩ điều chế thuốc, nhưng giấc mơ này khó có thể thực hiện được qua con đường đại học vì học lực của em chỉ ở mức trung bình khá. Điều đó không có nghĩa em không thực hiện được ước mơ ấy. Thay vào đó, cần phải tìm hiểu thêm để tìm ra một hướng đi phù hợp với riêng em. Việc em biết rõ trong 10 năm nữa mình muốn có một cuộc sống như thế nào cho thấy em là người sống có định hướng, biết mình muốn gì trong cuộc sống. Đây là yếu tố quan trọng trong quá trình tư vấn hướng nghiệp cho các em.

Email 2 từ Tư vấn viên:

Mục tiêu là để:

- (a) xem thử tư vấn viên đã hiểu rõ ý của Học sinh hay chưa.
- (b) tìm hiểu thêm thông tin từ Học sinh về hoàn cảnh gia đình.
- (c) giao bài tập cho Học sinh để em tự tìm hiểu thêm thông tin với mục đích là trong quá trình tìm hiểu, Học sinh sẽ tự tìm ra câu trả lời cho bản thân. Bài tập là tìm hiểu các ngành đào tạo hệ cao đẳng và trung cấp.

Chào con, Tốt quá. Hiện tại chúng ta biết được vài điều:

1. Con rất rõ con thích gì và có khả năng tự nhiên gì để phát triển tiếp

2. Con thích làm công việc của một người dược sĩ điều chế thuốc

Những câu hỏi tiếp theo mà cô sẽ hỏi là:

1. Khả năng tài chính gia đình con ra sao? Có khả năng cho con học xa không? Hay tốt nhất là nên học gần?

2. Từ đâu con học được cách dùng thuốc Nam để chữa các chấn thương nhẹ của các bạn? Ai dạy con? Con đi học ở đâu?

3. Cô đề nghị con xem kỹ những trang dưới đây. Khi xem, con tập trung vào các ngành mà con nghĩ là phù hợp với con nhất. Con đừng chỉ chú ý tới dược sĩ điều chế thuốc, mà để ý cả những ngành tương tự, giống giống luôn nhé.

http://thongtintuyensinh.vn/Thong-tin-tuyen-sinh_C206_D4565.htm#.VSOQHXYXOtDk

và http://thongtintuyensinh.vn/Thong-tin-tuyen-sinh_C205_D4545.htm#.VSOQOIXOtDk

và http://thongtintuyensinh.vn/Thong-tin-tuyen-sinh_C183_D4546.htm#.VSOQSYXOtDk

4. Khi đã xem xong ở trên, con ghi ra 3 ngành ở 3 nơi mà con nghĩ sẽ phù hợp với gia cảnh, sức học, sức thi, sở thích và khả năng của con.

5. Cô cũng đề nghị con tìm hiểu những cơ sở thuốc Nam/ Bắc/ Đông y trong khu vực con sống xem có nơi nào đào tạo người học nghề hay không. Nếu có, con hỏi xem sẽ mất bao lâu và bao nhiêu tiền để học. Cô đề nghị con học cả trong trường lẫn ở ngoài, như vậy sẽ nâng cao kỹ năng của con. Và khi con học xong, dù bằng cấp có cao – thấp ra sao, nhưng những kiến thức, kỹ năng khá sâu và đa dạng, cùng kinh nghiệm thực tế sẽ giúp con có việc làm rất

tốt.

Làm xong, con email cho cô nhé.

Trả lời từ Học sinh:

Dạ khả năng tài chính của gia đình con tạm ổn, ba má con có để dành được chút ít, đủ để con học đến lúc con có thể vừa học vừa làm rồi tự chu cấp cho bản thân.

Cách dùng thuốc Nam con có biết chút ít vì cũng hay qua nhà thuốc gần nhà chơi và giúp chủ tiệm thuốc, còn cách chữa các chấn thương nhẹ của các bạn thì con tham khảo thêm trên trang ykhoa.net, hiện con đang theo học ở trường THPT XX^(*).

() Những thông tin cụ thể này, tác giả xin được phép xóa để bảo mật.*

Sau khi tham khảo các page cô giới thiệu thì con thấy mình có thể theo ngành công nghệ sinh học trình độ trung cấp chuyên nghiệp, cao đẳng được với ngành kiểm tra và phân tích hóa chất trình độ cao đẳng nghề.

Hiện tại thì con đang giúp cho một nhà thuốc Nam gần nhà và con sẽ tìm hiểu thêm về các nhà thuốc Bắc, Đông y như cô gợi ý.

Kết luận của Tư vấn viên tại thời điểm này:

Học sinh trả lời mail rất nhanh cho thấy một phong cách làm việc có trách nhiệm. Em chịu khó tìm hiểu, đọc và làm bài tập theo hướng dẫn cho thấy Học sinh có khả năng chủ động học hỏi. Việc em đã theo giúp cho một nhà thuốc Nam gần nhà lại càng chứng minh hai đức tính “có trách nhiệm” và “có tính chủ động cao” của em. Trả lời của em trên đây cho thấy em đã tự tìm ra câu trả lời cho riêng bản thân. Vì vậy, ca tư vấn này có thể được đóng tại thời điểm này.

Bản thân tư vấn viên tin rằng em sẽ làm tốt việc học chuyên môn ở trong trường, và cả học thêm những kỹ năng khác liên quan đến nghề ở bên ngoài để nâng cao khả năng được tuyển dụng sau này. Trong quá trình học và thực tập, nếu em làm tốt, mạng lưới chuyên nghiệp em xây dựng được sẽ giúp em tìm ra một vị trí rất đặc biệt của riêng em sau khi em đã hoàn thành chương trình đào tạo. Và tư vấn viên tin rằng em sẽ đủ sức tự lập về tài chính rất nhanh sau đó.

Email 3 từ Tư vấn viên:

Mục tiêu là để kết ca tư vấn. Ở đây tư vấn viên cũng xin phép em chia sẻ câu chuyện em với những người khác.

Tốt lắm con ạ, Cô rất thích giải pháp này của con. Con cứ đi hướng hiện tại nhé. Khi nào có thắc mắc nữa, con cứ email cho cô.

Cô muốn xin phép con được chia sẻ ca của con (những câu hỏi của cô, câu trả lời của con, định hướng,...) lên Facebook của cô để cho các thầy cô khác học cách tư vấn của cô. Cô sẽ giữ kín tên con, tên trường và nơi con ở, như vậy sẽ không ai ngoài con và cô biết. Có được không con? Facebook của cô là www.facebook.com/phoenix.ho.925

Kết luận cuối cùng:

Trong vị trí tư vấn hướng nghiệp, điều quan trọng nhất đó là việc đặt ra những câu hỏi để gợi hướng đi cho các em, dùng kiến thức và kinh nghiệm của mình để giao bài tập cho các em. Hãy bắt đầu từ việc giúp các em hiểu bản thân mình, và từ những hiểu biết đó, bắt đầu sự định hướng tương lai. Hãy nhớ rằng một người có vị trí việc làm, có kiếm được tiền để nuôi bản thân hay không là tùy vào 3 yếu tố: kỹ năng chuyên môn và kỹ năng mềm, mạng lưới chuyên nghiệp, và nhu cầu tuyển dụng của thị trường lao

động. Nếu Học sinh được đào tạo đúng ngành, kỹ năng chuyên môn của em sẽ tốt, nếu em chịu khó chủ động học hỏi thêm và tham gia các hoạt động ngoại khóa (bên ngoài lớp học) thì kỹ năng mềm, kỹ năng chuyên môn và mạng lưới chuyên nghiệp của em sẽ được phát triển tốt. Nhu cầu tuyển dụng là điều mà không ai nắm bắt được, do đó chúng ta chỉ để ý, theo dõi các biến động của nó chứ không nên dùng nó làm kim chỉ nam cho quyết định hướng nghiệp.

Trường hợp của Học sinh ở trên, hai yếu tố đầu Tư vấn viên tin tưởng em sẽ làm tốt. Yếu tố thứ 3, nếu chỉ nhìn vào ngành em học, thì việc ra trường tìm được nơi tuyển em vào làm điều chế được là điều khá khó. Nhưng nếu nhìn rộng ra, thì ta sẽ thấy những điều sau:

- Em sẽ có một bằng cấp chính quy, điều này ở Việt Nam luôn cần thiết.
- Em được đào tạo trong chuyên ngành - Em lại học thêm và được đào tạo trong ngành thuốc Nam, nơi mà những trải nghiệm thực tiễn rất quan trọng - Em sẽ có kiến thức tổng hợp của cả hai bên, của nước ngoài và của Việt Nam, và những kinh nghiệm thực tế.
- Trong thời gian học ở trong lẫn ngoài trường, em từ từ xây dựng được mạng lưới chuyên nghiệp (những người biết khả năng em, tin tưởng em và trở thành khách hàng tiềm năng của em)

Tất cả những điều trên cho thấy: khi hoàn thành chương trình đào tạo, em có thể tìm ra vị trí của riêng mình, nơi mà nhóm kỹ năng trên đều được đòi hỏi.

Lưu ý:

Khi tư vấn, đừng quá chú tâm vào tên công việc mà các em sẽ làm

sau khi hoàn thành chương trình tốt nghiệp. Thay vào đó, hãy để ý nhóm kỹ năng mà các em sẽ luyện tập và phát triển được. Chúng sẽ là yếu tố giúp các em tìm được chỗ đứng trong xã hội sau này.

Ca tư vấn 2: Phải học Đại học thì mới thành công, có đúng vậy không?

Cám ơn em học sinh lớp 12 đã cho phép cô chia sẻ câu chuyện của em đến mọi người. Cô không để tên em, ngay cả chữ viết tắt ở đây vì lý do bảo mật. Chúc em một cuộc hành trình đầy ý nghĩa sắp tới.

Người được tư vấn: Học sinh lớp 12

Thời lượng: Ca bắt đầu từ ngày 14 tháng 4 và kết thúc vào 11 tháng 5, với 14 email trao đổi giữa Học sinh và Tư vấn viên

Những thắc mắc trọng tâm của Học sinh: “Thành công có phải chỉ đến từ con đường đại học hay không? Và có phải nhất thiết học tốt mới có được việc làm tốt không vậy cô?”

Điểm lưu ý: Khi đọc những trao đổi email giữa Phoenix và em học sinh, thầy cô và các bạn sẽ thấy nó rất khác với trong ca tư vấn 1 ở độ dài, cách dùng từ ngữ, và cách diễn đạt cảm xúc. Tôi cố ý giữ nguyên văn không cắt xén để người đọc thấy được cá tính của em học sinh. Xin lưu ý là khi viết cho em học sinh này, cách hành văn của tôi cũng hơi khác với mục tiêu giúp em ấy thoải mái hơn khi tâm sự.

Câu hỏi từ Học sinh:

Con chào cô Phoenix, con là một học sinh ở trường THPT ABC. Con có một số câu hỏi là: thành công có phải chỉ đến từ con đường đại học hay không? Và có phải nhất thiết học tốt mới có

được việc làm tốt không vậy cô? Tại theo con thấy thì học lực của con chỉ ở mức trung bình khá mà ở nhà con thì cứ nói rằng con nên thi vào sư phạm. Nhưng ngành đó vừa không phải là sở thích của con và con cũng không phải thuộc dạng khá giỏi để thi vào ngành đó. Sở thích của con là học vào những ngành có liên quan tới máy móc và thiết bị sinh hóa, nhưng theo cô thì với lực học trung bình khá thì con có thể thi vào những trường nào có những ngành mà con thích không vậy cô? Con cảm ơn cô :)

Email 1 từ Tư vấn viên:

Mục tiêu là để tìm hiểu thêm về giá trị nghề nghiệp của Học sinh, cũng như sở thích, khả năng, lực học của em.

Chào con, Rất vui nhận được thư con. Trước khi cô trả lời thêm cho con, con đọc bài này cô đã viết cho một bạn lớp 12 cũng vừa email cho cô xong. Đọc xong rồi hãy đọc tiếp thư cô nhé.

<https://www.facebook.com/notes/phoenix-ho/ca-t%C6%B0-v%E1%BA%A5n-1-em-n%C3%AAn-thi-v%C3%A0o-%C4%91%C3%A2u/820660081321656>

Bây giờ cô mời con ngồi xem lại vài thứ con nhé.

1. Định nghĩa thành công của con là gì? Theo nhiều người sẽ là làm việc ở công ty lớn, được nhiều người biết, có rất nhiều tiền, có quyền chức cao. Còn con, theo con thì thành công là gì? Cô nghĩ là người khác nghĩ sao không quan trọng; con phải biết mình nghĩ sao mới là quan trọng nhất.

Con trả lời cho cô câu hỏi trên, rồi mình bàn tiếp chuyện này nhen.

Cô sẽ hỏi con lại những câu hỏi mà cô đã hỏi bạn bên kia. Đó là:

2. Con đã thử nghiệm gì liên quan tới máy móc và thiết bị sinh hóa chưa? Làm sao con biết mình thích lĩnh vực này vậy?

3. Ngoài giờ học, con đã tham gia hoạt động gì để hiểu thêm về khả năng của mình chưa?

4. Từ nhỏ đến lớn, có điều gì mà khi con làm, con cảm thấy rất tự tin không?

Trả lời cho cô, rồi cô tiếp tục nhen.

Trả lời từ Học sinh:

Dạ con đã đọc phần link mà cô cho con xem. Theo con thì thành công chính là lúc mà mình học tập và làm những việc mà mình yêu thích khiến mình vui, hạnh phúc mỗi ngày là được, mặc dù công việc đó là nhỏ bé cũng được, và thành công là lúc mà mình được những người thân xung quanh mình luôn ủng hộ trên con đường sự nghiệp mà mình đã chọn, không cần phải là vào một công ty lớn cũng không phải được nhiều người biết đến mới là thành công. Chưa chắc những người làm trong công ty lớn và được nhiều người biết là thành công, con nghĩ là như vậy.

Ở trường con chỉ có làm thí nghiệm về cây trồng, ví dụ như là chiết sắc tố hay là trồng cây để nêu ra hiện tượng của cây, và vào những giờ thực hành hóa thì con luôn là người xung phong để làm các thí nghiệm hóa học. Nhưng con chưa tiếp xúc trực tiếp với máy móc đó mà con chỉ tìm hiểu trên mạng và con chỉ được nhìn thấy các bác sĩ sử dụng nó khi mà con đi khám bệnh cùng ba và con thấy rất thú vị nên đã hỏi liền bác sĩ, tại tính con hay tò mò lắm nên thấy vật gì là lạ ngồ ngộ là con hỏi và không cảm thấy chán khi hỏi về những vấn đề đó. Con biết con thích lĩnh vực này là theo cảm tính, mình cảm thấy là như vậy và con nghĩ là mình không thử thì sao biết được mình thích hay không thích.

Ngoài giờ học, con hay thử các thí nghiệm mà mình thấy trên mạng vì con không nghĩ nó không có thực tế nên thử xem có đúng như vậy không. Và con chỉ làm những thứ đó vào cuối tuần thôi. Từ nhỏ đến lớn điều con cảm thấy tự tin là lúc ở giờ hóa con hay phát biểu mặc dù nhiều lúc con có những phát biểu ngớ ngẩn nhưng con không có tự ti với bản thân mình. Và con cảm thấy tự tin khi mà bạn con có chuyện buồn hay là các bạn thân của con giận nhau thì con hay chia sẻ làm hòa giải cho các bạn và hay kể, làm những hành động khiến cho bạn mình cảm thấy rất vui. Điều đó khiến con tự tin và vui khi bạn mình được giải tỏa tâm trạng. Con xin hết :)

Email 2 từ Tư vấn viên:

Mục tiêu là để giúp Học sinh tìm hiểu sâu hơn sở thích, khả năng, học lực của bản thân em cũng như chia sẻ với em vài ý kiến của Tư vấn viên về hướng nghiệp.

Chào con,

Cô rất thích đọc email của con, thích lắm luôn. Cô trả lời con dưới đây theo từng ý trong thư con ghen.

“Thành công là lúc mà mình được những người thân xung quanh mình luôn ủng hộ trên con đường sự nghiệp mà mình đã chọn.”

Điều này không phải khi nào cũng sẽ làm được ngay. Có nhiều khi mình phải hiểu mình trước, chọn lựa trước, và chỉ khi mình cho mọi người thấy chọn lựa của mình có kết quả tốt, mình mới được người xung quanh hỗ trợ, đặc biệt là gia đình, con ạ. Do đó, hãy tìm hiểu bản thân thật kỹ, và khi đã có quyết định, hãy thử nghiệm. Nếu thất bại, đừng mất lòng tin vào mình, mà hãy quay lại tìm hiểu bản thân, tìm lại quyết định và thử nghiệm tiếp, cho đến khi nào mình tìm ra chọn lựa phù hợp với mình. Khi ấy, khi

mình đã ủng hộ chính mình, thì người thương yêu mình sẽ hiểu con ạ. Có điều, theo quan sát và trải nghiệm mà cô có, cha mẹ phần lớn luôn ủng hộ con mình, miễn là con biết được con đang làm gì.

“Chưa chắc những người làm trong công ty lớn và được nhiều người biết là thành công, con nghĩ là như vậy.”

Con nghĩ rất chính xác. Có rất nhiều sinh viên của cô sau khi thử làm việc tại công ty lớn, họ ra kết luận rằng họ không hạnh phúc như họ tưởng. Điều đó không có nghĩa là công ty lớn là không tốt còn công ty nhỏ mới tốt. Điều đó có nghĩa là hãy tìm chọn lựa phù hợp với bản thân mình nhất. Chỉ khi đó, mình mới thoải mái, tự tin, và từ từ tìm ra vị trí của riêng mình.

“Ở trường con chỉ có làm thí nghiệm về cây trồng, ví dụ như là chiết sắc tố hay là trồng cây để nêu ra hiện tượng của cây, và vào những giờ thực hành hóa thì con luôn là người xung phong để làm các thí nghiệm hóa học.”

Cho cô hỏi thêm, khi con làm thí nghiệm về cây trồng, và khi con xung phong để làm các thí nghiệm hóa học, thì:

- Cảm giác lúc ấy của con ra sao?
- Kết quả sau khi thử nghiệm thường là như thế nào?
- Mức độ tự tin của con khi làm những việc này là ở mức nào?

“Tại tính con hay tò mò lắm nên thấy vật gì là lạ ngồ ngộ là con hỏi và không cảm thấy chán khi hỏi về những vấn đề đó.”

Cho cô hỏi thêm nhen:

- Khi con tò mò và hỏi, phản ứng của người được hỏi như thế nào?

- Sau khi hỏi, nếu con không thỏa mãn được sự tò mò của mình, con có làm gì để tìm hiểu thêm về nó không, ví dụ như lên mạng tìm thông tin, ..?

“Ngoài giờ học, con hay thử các thí nghiệm mà mình thấy trên mạng vì con ko nghĩ nó ko có thực tế nên thử xem có đúng như vậy không và con chỉ làm những thứ đó vào cuối tuần thôi.”

- Khi con thử các thí nghiệm con thấy trên mạng, kết quả như thế nào?

- Con có chia sẻ những thí nghiệm và kết quả (quá trình con làm) cho ai không? Ví dụ như trò chuyện với bạn, lên Facebook ghi lại, v.v.....

- Khi đã làm xong những thí nghiệm ấy, thường con cảm thấy thế nào?

“Điều đó khiến con tự tin và vui khi bạn mình được giải tỏa tâm trạng. “

- Khi con hòa giải, thông thường con sẽ làm gì?

- Kết quả của những lần con lắng nghe và hòa giải cho bạn thường là thế nào?

Mong thư con. Chúc con một ngày học thật vui.

Trả lời từ Học sinh:

Dạ con rất là vui khi nghe cô nói thích email của con, hihi :)), và con cảm ơn cô đã giúp con tự tìm ra câu trả lời mà mình đã đặt ra khiến con cảm thấy mình nên tự tin với bản thân mình hơn :).

Và con xin trả lời cô các câu hỏi ở trên là:

- Lúc mà con làm các thí nghiệm cây trồng và xung phong làm các thí nghiệm thì con cảm thấy rất là vui và thích thú vì từ đó mình có thể giải thích được các cơ sở lý thuyết mà mình đã được học là tương tự như nhau, mặc dù hiện tượng hơi khác một chút do cách chăm sóc cây trồng của con không được tốt và các dụng dịch dùng để thí nghiệm đã bị để ngoài không khí quá lâu nên không thể dẫn tới kết quả chính xác được. Và lúc mà làm được các thí nghiệm đó thì sự tự tin của con cũng ở mức vừa tầm chứ không phải là cao quá giống như là ta đây làm được thí nghiệm rồi thế này thế nọ, con không có như vậy. Lúc mà làm được, mấy bạn chỉ chọc con là “Ồ bạn ghê nhe”, còn con chỉ biết cười và cười thôi.

- Khi mà con hỏi bác sĩ về các máy móc đó thì bác sĩ cũng có một chút ngạc nhiên, cũng vui vẻ trả lời cho con về những điều con hỏi. Nếu mà bác sĩ trả lời không thỏa mãn nhu cầu tò mò của con thì con chỉ biết ngậm ngùi đi ra vì còn biết bao bệnh nhân chờ sau con, và sau đó con có lên mạng tìm hiểu, không phải đi sâu vào nó mà chỉ nhìn kiểu dáng và nguyên lý làm việc của nó và các kiểu mới cải tiến của nó mà thôi :).

- Khi làm xong các thí nghiệm trên mạng thì kết quả chỉ có một phần nhỏ mà thôi và con nghĩ chắc là mình đã làm sai gì đó rồi nhưng chỉ ngồi làm cái đó thôi cũng đã rất vui rồi. Con lỡ cầm đồ của mama đi thí nghiệm bị hư thì bị la cho một trận và tối ngủ nghĩ đi nghĩ lại rồi cười hihi. Con ít khi chia sẻ những cái đó lên facebook hay cho các bạn con biết về mỗi lần mình làm, trừ những đứa con chơi thân thôi.

- Khi hòa giải cho bạn con thì con hay nhắn tin nói là bạn bè thì đừng giận lâu mà hòa đi, có gì đi ăn rồi là hòa luôn. Có khi hai đứa giận nhau, con làm trung gian để truyền liên lạc giữa hai người và con phải năn nỉ hòa mới chịu hòa, sau đó con là người dắt đi ăn

và từ lúc đó lại làm hòa với nhau. Có nhiều lúc thì đứa này lại giận đứa kia nhưng không nói cho đứa kia biết mà con lại là người biết thì con sẽ nói chuyện và khuyên bạn bỏ qua và quên chuyện này đi rồi mọi chuyện sẽ ổn hơn, dù sao cũng là bạn lâu năm chắc là nó chỉ bực chuyện gì thôi nên mới làm vậy khiến bạn giận. Thế là bạn hiểu và hôm sau sẽ hòa.

Con cảm ơn cô :)

Email 3 từ Tư vấn viên:

Mục tiêu là tóm tắt lại những hiểu biết của Tư vấn viên về Học sinh. Sau đó Tư vấn viên đặt ra những câu hỏi suy ngẫm để giúp cho Học sinh bắt đầu nói những sở thích và khả năng của mình với các ngành học em đang nghĩ đến.

Chào con,

Thường cô phải mất mấy ngày mới trả lời thư của học sinh ngoài trường, nhưng hôm nay cô rảnh hơn, nên cô trả lời con liền nhen.

“Dạ con rất là vui khi nghe cô nói thích email của con hihi :), và con cảm ơn cô đã giúp con tự tìm ra câu trả lời mà mình đã đặt ra khiến con cảm thấy mình nên tự tin với bản thân mình hơn :).”

Đúng rồi, con nên tự tin hơn mà :).

Những chia sẻ ở email vừa rồi của con cho thấy những đặc điểm sau:

1. Con rất ham học và tìm hiểu sâu những gì mình thích 2. Con rất thích áp dụng những lý thuyết vào thực tiễn 3. Con có cá tính khá hòa đồng, dễ chịu, và khiêm tốn 4. Bạn bè con khá tin tưởng con; con không hay nói xấu người khác, và thích nhìn những mặt

tốt của họ; con thích bạn bè xung quanh mình không có mâu thuẫn và thích họ luôn vui vẻ với nhau.

Ở thời điểm này, cô nghĩ rằng cô đã hiểu đủ về con để hỗ trợ cho câu hỏi ban đầu của con. Câu hỏi ấy là “Thành công có phải chỉ đến từ con đường đại học hay không? Và có phải nhất thiết học tốt mới có được việc làm tốt không vậy cô?”.

Qua những trao đổi giữa cô và con mấy hôm nay, thì con đã có câu trả lời cho câu hỏi 1 rồi đúng không, đó là đối với con thì thành công không phải chỉ đến từ con đường đại học. Cho câu hỏi 2, câu trả lời của cô sẽ là: con phải học tốt “ngành phù hợp với khả năng tự nhiên của con” thì con mới có thể từ từ xây dựng những “kỹ năng cần thiết cho công việc tương lai” và từ đó tìm được một vị trí tốt trong xã hội. Điều này rất khác với con phải học rất giỏi trong lớp 12 thì mới có công việc tốt. (Dĩ nhiên phải ráng ra trường chứ con ha :)).

Trong email đầu, con có nói như vậy nữa nè: “Dạ tại theo con thấy thì học lực của con chỉ ở mức trung bình khá và ở nhà con thì cứ nói rằng con nên thi vào sư phạm. Nhưng ngành đó vừa không phải là sở thích của con và con cũng không phải thuộc dạng khá giỏi để thi vào ngành đó. Sở thích của con là học vào những ngành có liên quan tới máy móc và thiết bị sinh hóa, nhưng theo cô thì với lực học trung bình khá thì con có thể thi vào những trường nào có những ngành mà con thích không vậy cô?”.

Ở thời điểm này, con có câu trả lời cho bản khoản trên chưa? Để giúp con, cô hỏi thêm nè:

- Nếu vào sư phạm, con có tự tin thi vào được không? Và bên trong sư phạm, có lĩnh vực nào phù hợp với sở thích và khả năng của con không (như dạy Hóa/Sinh cho học sinh cấp 2,...)?

- Với học lực trung bình khá, và với sở thích và khả năng tự nhiên liên quan đến máy móc và thiết bị sinh hóa, con có thể tìm những chương trình phù hợp ở trung cấp, trung cấp nghề, cao đẳng, cao đẳng nghề để thi vào hay không? Con nhớ tìm hiểu theo những bước cô để trong cẩm nang nhé.

- Làm thế nào để con biết được một ngành nào đó, ở một trường nào đó, thực sự phù hợp với con, thực sự đào tạo chất lượng tốt, thực sự cho con đủ sức thi vào, thích thú học, và học được nhiều trong thời gian đào tạo? Có cách nào để con tìm hiểu không?

- Trong suốt thời gian học, có cách nào cho con học thêm và thực hành thêm những kiến thức mình ở ngoài lớp học không?

Mẫu trao đổi phụ giữa Tư vấn viên – Học sinh:

Cám ơn cô hi :)

P/s: Cô ơi, con nói nhỏ với cô một điều này nè. Hôm bữa cô đến tư vấn ở trường con, có mấy bạn khen cô là mặc dù chuẩn bị bước qua tuổi 40 nhưng nhìn cô trẻ và đẹp so với mấy cô cùng tuổi với cô á (con cũng nghĩ vậy) hihi. Con không cần phải reply lại lời này đâu tại mấy bạn lớp con hay nói con là “tép nhảy”, nên là cô lơ cũng được hihi =]].

Cô thích được khen lắm. Cám ơn con và các bạn. À, mà “tép nhảy” có nghĩa là gì vậy con?

Chúc con vui.

Cô Phoenix

Trả lời từ Học sinh:

Dạ con cám ơn cô đã trả lời thư của con sớm, con rất vui. Con thực

sự rất ngưỡng mộ cô, vì trong khi chỉ nói chuyện qua email mà cô có thể hiểu được về con người con như vậy :). Con rất cảm ơn cô về cách định hướng cho con về những thứ mà con thích, thực sự muốn học. Lúc đầu con còn băn khoăn về ngành mà con muốn học nhưng giờ con đã hiểu ngành con muốn học là về xét nghiệm y khoa. Nhưng cô cho con hỏi thêm là có phải ngành này chỉ đào tạo ở bậc đại học không cô. Do là con có tham khảo trong cuốn thông tin tuyển sinh của năm nay thì ngành xét nghiệm chỉ nằm trong các trường đại học y khoa mà thôi :(.

Và con xin trả lời cho cô các câu hỏi trên là:

- Nếu vào sư phạm thì con có đủ tự tin để vào đó và con sẽ đi theo sư phạm tiểu học vì con thích trẻ em nhỏ hơn vì mấy em ngây thơ và rất là dễ thương, hi. Nhưng có điều tính con hay nóng nảy cho nên cũng có hơi sợ vì mình sẽ làm không tốt với vai trò là một giáo viên tiểu học.

- Với học lực như con và khả năng thích các môn tự nhiên và máy móc thiết bị thì con đã tìm hiểu về ngành xét nghiệm y khoa, nó khiến con thích thú. Nhưng như con đã nói với cô ở trên thì con không biết được ngành đó sẽ được đào tạo ở những trường cao đẳng hay trung cấp nào.

- Để biết một ngành hay một trường gì đó có phù hợp với mình hay không thì con hay suy xét lại bản thân xem mình có thích nó không, có muốn học ngành đó để sau này có thể kiếm được một việc làm nuôi sống được chính bản thân mình không, và khi làm công việc đó mình cảm thấy thoải mái và yêu nghề đó hay không. Và việc chọn trường thì phải xem trường đó có phù hợp với điều kiện kinh tế gia đình hay không, điều kiện khí hậu có thoải mái và mát mẻ như ở nơi con ở hiện tại không, có cơ sở vật chất điều kiện giảng dạy như thế nào,... Để biết trường đó có đào tạo tốt hay không thì mình có thể hỏi các anh chị đã học ở đó và xem thử họ

thành công như thế nào :). Đối với con thì thời gian đào tạo là không giới hạn, 3 - 4 năm cũng được, không quan trọng. Cái quan trọng là sau khi học được ngành mà mình yêu thích có được công việc hay không, và có yêu thích là được rồi :).

- Ngoài giờ học ở trường, con có rất có ít thời gian thí nghiệm, lâu lâu con lại làm vào buổi chiều chủ nhật vì hầu như con phải đầu tư vào việc học văn hóa để chuẩn bị cho kỳ thi tốt nghiệp THPT sắp tới.

Dạ, nhưng mà cô ơi, cô cho con hỏi thêm nhe cô. Ngoài các môn tự nhiên ra con còn thích học thêm môn Anh nữa, cô giáo dạy thêm môn Anh có hỏi là nếu con thi thêm ngành nữa mà có liên quan tới khối A1 thì con sẽ thi ngành nào. Chắc con lại phải suy xét thêm khối này nữa. Theo cô thì con có nên bỏ thêm thời gian để suy nghĩ về vấn đề này không? Theo con thì không :).

À còn “tép nhảy” có nghĩa là con nói chuyện huyên thuyên và không ngừng nghỉ và chuyển đổi chủ đề rất nhanh, con nói rất nhiều và đôi lúc hay nói chuyện tào lao không liên quan gì cả, hihi :)).

Con chúc cô Phoenix mãi tươi trẻ và đẹp cô nhé.

Email 4 từ Tư vấn viên:

Mục tiêu là tiếp tục giúp Học sinh tìm hiểu thông tin về ngành học em sẽ theo một cách khoa học để cuối cùng em có thể quyết định chọn nghề nghiệp của riêng mình. Rất quan trọng là Học sinh phải tự tìm hiểu thông tin, Tư vấn viên chỉ cho gợi ý, không cho câu trả lời.

“Dạ con cảm ơn cô đã trả lời thư của con sớm, con rất vui. Con thực sự rất ngưỡng mộ cô, vì trong khi chỉ nói chuyện qua email

mà cô có thể hiểu được về con người con như vậy :).”

Cô rất vui khi con thấy được sự thông cảm của cô.

“Nhưng cô cho con hỏi thêm là có phải ngành này chỉ đào tạo ở bậc đại học không cô. Do là con có tham khảo trong cuốn thông tin tuyển sinh của năm nay thì ngành xét nghiệm chỉ nằm trong các trường đại học y khoa mà thôi :(“

Vậy con tìm như vậy nè: - Các trường đại học Y Dược thường hay có hệ trung cấp và cao đẳng liên thông lên đại học. Con thử xem thông tin ở trang mạng của trường đại học Y nào mà con thích, xem những chương trình ở hệ cao đẳng và trung cấp liên thông lên đại học, có chương trình nào phù hợp với con không? Nhớ rằng đừng để ý tên gọi của ngành, mà để ý xem trong mỗi ngành con sẽ học những môn gì, được đào tạo những kỹ năng nào. Nếu những kỹ năng đó phù hợp với sở thích và khả năng về xét nghiệm ý khoa, thì con học theo hướng đó. Như vậy khi học xong, con sẽ được học liên thông. Con hiểu ý cô không?

“Nhưng như con đã nói với cô ở trên thì con không biết được ngành đó sẽ được đào tạo ở những trường cao đẳng hay trung cấp nào.”

Con xem gợi ý của cô ở trên. Nếu gợi ý đó không có gì phù hợp với con, thì con vào link http://thongtintuyensinh.vn/Thong-tin-tuyen-sinh_C205_D4545.htm#.VTRdXIWRPFQ trong đó có phần “Khối ngành Khoa học sức khỏe”, con xem bên trong từng ngành, đọc những học phần, xem cái nào phù hợp với con nhất. Con hãy nhớ rằng, mình không khẳng định đi tìm “tên gọi của ngành”. Thay vào đó con phải nhìn thoáng ra, nhìn rộng ra, để có tầm nhìn chiến lược. Bây giờ chưa được như mình muốn, thì mình phải làm sao để chuẩn bị sao cho vài năm nữa mình sẽ làm được điều mình muốn. Con hiểu không?

“Dạ, nhưng mà cô ơi, cô cho con hỏi thêm nhe cô. Con thì ngoài các môn tự nhiên ra con còn thích học thêm môn Anh nữa, cô giáo dạy thêm môn Anh có hỏi là nếu con thi thêm ngành nữa mà có liên quan tới khối A1 thì con sẽ thi ngành nào. Chắc con lại phải suy xét thêm khối này nữa. Theo cô thì con có nên bỏ thêm thời gian để suy nghĩ về vấn đề này không? Theo con thì không :).”

Học ngành nào thì việc có khả năng ngoại ngữ, biết thêm Anh văn cũng đều tốt con à. Cô nghĩ rằng con hãy khoan nghĩ thêm một ngành nữa, mà tập trung vào các gợi ý cô đưa ra ở trên. Con nghĩ thoáng là tốt, nhưng đừng bị loạn. Thoáng mà vẫn phải tập trung vào sở thích và khả năng chính của mình. Sau này, dù con học bất cứ ngành nào, cứ học thêm Anh văn sẽ tốt và lợi cho con.

Con đọc kỹ email này, và lần này đừng trả lời cô quá nhanh. Làm những nhiệm vụ cô giao, suy nghĩ kỹ rồi hãy email tiếp. Cô muốn con tập sự kiên nhẫn, tập nhẫn nại, tập làm việc từ từ, khi có kết quả rồi tính tiếp nhé.

Cô Phoenix

Trả lời từ Học sinh:

Dạ con chào cô,

Dạ con cảm ơn cô và con đã tìm hiểu thử các trường có đào tạo khối ngành liên quan nhưng con lại không hiểu kỹ năng mà cô muốn nói tới là cách họ đào tạo ngành mà mình muốn học hay sao vậy cô? Và các trường đại học y có đào tạo hệ cao đẳng để liên thông là trường Đại học Y ở Huế, trường Đại học Kỹ thuật Y học Đà Nẵng. Hai trường này con nghĩ nó cũng vừa tầm với con, và nó không lấy điểm quá cao như các trường ở Sài Gòn.

Và con cũng có xem thêm các khối ngành khoa học sức khỏe mà cô gợi cho con, sau khi đọc xong tất cả các ngành đó thì con chọn ra ngành mà mình đọc có nhiều điểm làm mình thích, hợp với mình là ngành kỹ thuật y học dự phòng. Nhưng cô ơi, cô cho con hỏi là nếu bị gia đình cấm cản mình thực hiện ước mơ của mình và ép mình học vào ngành này ngành nọ vì ba mẹ đã tính sẵn con đường tương lai của mình phải như vậy rồi, thì cô có cách nào để thuyết phục được họ ủng hộ ý kiến và quan điểm của mình không cô. Tại vì con có ngồi và nói chuyện với ba mẹ về những ngành này. Lúc đầu ba mẹ có ủng hộ ý kiến của con xong rồi có cô kia là bà con xa lắc xa lơ có vào nhà con chơi và nói chuyện, cô khuyên ba mẹ con nên nói con nên thi vào sư phạm và cô sẽ đưa con vào làm việc tại trường của cô ngay sau khi con ra trường vì cô đó làm phó hiệu trưởng. Điều đó khiến con không thích và không vui nhưng vì ba mẹ muốn lo cho tương lai của con nên con cũng phải đành chấp nhận... :(.

Con chúc cô ngày mới vui vẻ :)

Email 5 từ Tư vấn viên:

Mục tiêu là buộc Học sinh đối diện với trách nhiệm của một người trẻ trước ngưỡng cửa vào đời, buộc Học sinh quyết định và chịu trách nhiệm với quyết định ấy thay vì dễ dàng nghe theo người khác (dù là gia đình) để rồi sau này có thể đổ thừa “Tại...” cho họ.

Chào con, cảm ơn con đã đợi cô thật lâu. Cô hôm nay mới có thời gian trả lời thư con.

“Dạ con cảm ơn cô và con đã tìm hiểu thử các trường có đào tạo khối ngành liên quan nhưng con lại không hiểu kỹ năng mà cô muốn nói tới là cách họ đào tạo ngành mà mình muốn học hay sao vậy cô?”

Là khi con đọc chương trình các ngành, thấy nội dung đào tạo, con tự hỏi xem con có khả năng học nội dung đó hay không.

“Tại vì con có ngồi và nói chuyện với ba mẹ về những ngành này. Lúc đầu ba mẹ có ủng hộ ý kiến của con xong rồi có cô kia là bà con xa lắc xa lơ có vào nhà con chơi và nói chuyện, cô khuyên ba mẹ con nên nói con nên thi vào sư phạm và cô sẽ đưa con vào làm việc tại trường của cô ngay sau khi con ra trường vì cô đó làm phó hiệu trưởng. Điều đó khiến con không thích và không vui nhưng vì ba mẹ muốn lo cho tương lai của con nên con cũng phải đành chấp nhận... :(. ”

Cho cô hỏi:

- Con chấp nhận theo ba mẹ vì con không dám tin vào chọn lựa của mình là đúng, con sợ rằng nếu mình chọn sai, sau này sẽ phải chịu trách nhiệm, xấu hổ với mọi người phải không? Có phải con thấy rằng nghe người khác, rồi nếu chọn lựa đó sai, thì áp lực dù sao cũng nhẹ nhàng hơn, vì sau này con có thể nói “Tại hồi xưa ba mẹ ép con mà”?

- Cuộc đời mình, sẽ có những lúc mình cần can đảm quyết định. Và nếu quyết định sai, mình học từ nó, nếu quyết định đúng, mình hạnh phúc vì nó. Xét cho cùng, chẳng ai sống giùm đời mình cả, con à.

- Người bà con xa lắc xa lơ, và ba mẹ con, chỉ mong con có việc làm tốt. Nhưng liệu họ có bảo đảm rằng: (a) con sẽ học tốt ngành sư phạm, (b) khi con ra trường, người bà con ấy vẫn làm phó hiệu trưởng và đưa con vào được, (c) khi con ra trường, con sẽ tốt nghiệp với số điểm tốt để đi dạy? Họ có dám nói: “Cứ học đi, nếu không học được ba mẹ chịu trách nhiệm?”.

Cô không khuyên con phải làm gì. Cô chỉ có thể hỏi những câu

hỏi trên; khi con quyết định, con vẫn luôn là người chịu trách nhiệm với hành động mình và tương lai của mình, con nhé.

Chúc con mạnh mẽ và bình an.

Trả lời từ Học sinh:

Dạ con cảm ơn cô Phoenix, con biết cô phải chuẩn bị cho ngày ra mắt cuốn sách “Mẹ dắt con đi” đúng không cô :)))? Tại con có thấy cô đăng trên facebook nên con cũng hiểu mà cô, hihi :)).

Con cảm ơn cô, con đã hiểu cái kỹ năng đào tạo mà cô nói tới. Và con nghĩ có lẽ cô nói đúng, tại con không đủ can đảm đối diện với sự lựa chọn của mình, con sợ mình sẽ xấu hổ với mọi người, con sợ những điều không tốt sẽ xảy ra. Và con cũng đã nghĩ đến vấn đề là liệu đến lúc con ra trường thì cô bà con đó có còn làm hiệu phó hay không. Con cũng đặt câu hỏi này với ba trong lúc nói chuyện về việc học thì ba lại nói là con lo xa quá nên con không muốn đề cập đến vấn đề này mỗi khi nói chuyện với ba. Và hình như ba con cũng không chắc về câu nói “Cứ học đi, nếu học không được thì ba mẹ chịu trách nhiệm”.

A, giờ con đã hiểu ra rồi cô ơi, con cảm ơn cô đã cho con những gợi ý này. Con đã hiểu tại sao mình chỉ nghe theo lời một người bà con xa ấy mà lại không dũng cảm và tự quyết định sự lựa chọn của mình. Có thể là nó đi đúng, có thể là nó đi sai, nhưng nếu sai thì con có thể chọn lại mà, đúng không cô! Và con đã hiểu thành công không phải là một sớm một chiều mà mình có được nó, mình phải thử mới biết được có phải không cô! Con cũng sẽ không cãi ba mẹ con rằng con sẽ không thi theo sư phạm, mà con sẽ cố gắng khuyên ba mẹ là con thích ngành này nhiều hơn, con cũng thi và nộp đơn vào sư phạm nhưng con không học mà con xin phép ba mẹ cho con học ngành này, cái ngành mà sau này khi lớn hơn thì con sẽ không cảm thấy hối hận khi chọn nó.

Con thật sự cảm ơn cô nhiều lắm cô Phoenix ơi :*, con chúc cô ngày mới vui vẻ và con chúc mừng cô về cuốn sách của cô mới được xuất bản, hy vọng đó là cuốn sách best-seller. Con cũng đợi khi nào sách có ở chỗ con mà mua một cuốn về đọc, hihi :))).

Email 6 từ Tư vấn viên:

Kết thúc ca và xin phép chia sẻ.

Cám ơn con đã chia sẻ với cô thật nhiều. Cô xin phép chia sẻ những email trao đổi của cô và con vào một note cho cha mẹ, thầy cô và các bạn trẻ khác đọc. Cô nghĩ càng gần ngày thi, cha mẹ càng lo lắng. Câu chuyện của con, hy vọng sẽ giúp nhiều người can đảm hơn.

Cô dự định sẽ ghi lại những email của con và cô, nhưng lấy tên con, tên trường và tỉnh ra để khỏi ai đoán được con là ai. Như vậy sẽ bảo vệ thông tin cá nhân của con. Khi con cho phép, cô sẽ viết nhé.

Cám ơn con.

Trả lời từ Học sinh:

Dạ con cảm ơn cô, con rất vui và hạnh phúc khi nhận ra là những câu hỏi mà con đặt ra cho cô từ email đầu tiên thì người trả lời câu hỏi đó lại là chính con, con cảm ơn cô đã giúp con đưa ra những gợi ý để con có thể giải đáp được những thắc mắc cho riêng con, con cảm thấy rất rất vui vì mình đã tự định hướng được lối đi riêng cho mình, giúp con can đảm hơn và quyết đoán hơn :). Và con rất vui khi cô share email của con và cô. It is free :) đúng không cô. Con cảm ơn cô nhiều :).

Kết luận cuối cùng:

Đây là một ca khá thú vị. Học sinh thích trò chuyện, chia sẻ, có thể bày tỏ cảm xúc một cách dễ dàng. Học sinh trả lời email khá nhanh, và rất trung thực với bản thân. Ở thời điểm đã tìm ra câu trả lời, Học sinh lại phân vân vì ảnh hưởng của gia đình và xã hội. Đây là điều thường thấy trong kinh nghiệm tư vấn hướng nghiệp cho học sinh Việt Nam của tôi. Thời gian gần đây, tôi thường hay bắt buộc các bạn trẻ đối diện với câu hỏi: “Vậy chứ em muốn làm gì? Vì sao em sợ quyết định? Vì sao em nghe người khác?”. Không phải để phê bình hay chê bai các em đâu, mà là cho các em cơ hội nhìn lại lý do vì sao mình làm điều mình làm, nghĩ điều mình nghĩ. Sau đó, Học sinh quyết định thế nào, tôi cũng ủng hộ các em, dù là quyết định đó có thể không tốt lắm. Vì cuối cùng, miễn là các em sẵn sàng chịu trách nhiệm, và biết vì sao mình quyết định như vậy, là đủ rồi. Những gì “đúng và tốt” với Tư vấn viên không quan trọng, vì chỉ cần đúng và phù hợp với các em là đủ.

Cuối cùng, điều mà Tư vấn viên nên làm là cho các em cơ hội tự làm bài tập, tự tìm hiểu thông tin, tự tìm ra những câu trả lời cho họ qua các gợi ý của mình. Như vậy, các em sẽ tự tin hơn nhiều và quen với việc quyết định dựa trên sự tìm tòi nghiên cứu một cách khoa học hơn là nghe người này, nghe người kia.

Các bước chọn ngành và chọn trường (*)

() Các link trong này tôi dùng vì thấy có hiệu quả, thông tin tốt, chứ không có sự liên hệ cá nhân hay lợi ích quảng cáo nào. Các em dùng bài này làm tham khảo, và nhớ gặp giáo viên chủ nhiệm hay thầy/cô hiệu phó lo về hướng nghiệp để xin tư vấn thêm nhé.*

Các em lớp 12 thân mến, Tháng 4 thường là hạn chót để nộp đơn cho kỳ thi tuyển cao đẳng và đại học hàng năm. Mỗi năm vào thời điểm này, rất nhiều em gửi thư riêng cho cô hỏi về việc chọn ngành và chọn nghề, mà cô không có giờ để trả lời riêng cho từng bạn. Nên cô viết bài này với hy vọng giúp các em trong quyết

định lần này. Hãy nhớ rằng điều quan trọng nhất là tìm hiểu kỹ, nhưng đừng để quá nhiều thông tin làm các em bị bối rối, hoang mang rồi không quyết định được. Hãy nhớ rằng các em là người phải sống với quyết định của mình mỗi ngày. Các em là người sẽ học ngành mình chọn, tới trường mình chọn, do đó, hãy đọc thật kỹ bài viết của cô, làm theo từng bước, và quyết định với sự rõ ràng, có mục tiêu, và nhớ thảo luận với cha mẹ - không phải để theo ý cha mẹ cho khỏe, mà để cha mẹ hiểu quá trình suy xét của các em cho đến lúc ra quyết định. Cuối cùng, nếu chọn lựa không được 100% như mình muốn thì cũng không sao cả các em nhé. Vì hướng nghiệp là một cuộc hành trình mà rất nhiều lúc em chỉ biết được phía trước nếu tập trung cao độ vào thời điểm hiện tại. Hãy làm thật tốt những việc em có thể làm ở thời điểm hiện tại, rồi tương lai sẽ ổn thôi các em nhé.

BƯỚC 1: TÌM HIỂU BẢN THÂN

a. Sở thích và khả năng

Hiểu rõ sở thích và khả năng liên quan đến nghề nghiệp của mình. Làm trắc nghiệm sau đây để biết mình thuộc nhóm nào. Nhớ là phải làm từng bước nhé. Có gì không hiểu, các em có thể liên hệ với cô hay các tư vấn viên hướng nghiệp mà em tin tưởng và ở cạnh các em. Link trắc nghiệm ở đây:

<https://drive.google.com/file/d/0B5cWe-gFf2cs8Q1hTVjAzTFIjNNFk/view?usp=sharing>

Sau khi đã làm trắc nghiệm rồi, các em nhìn vào phần “Kết quả” ở trang 3 để biết mình thuộc nhóm nào (1 hay 2 nhóm cao điểm nhất), sau đó đối chiếu xem thử mình thích ngành nghề nào nhé. Có khi mình có cả hai nhóm, thì sẽ có ngành phù hợp với cả hai nhóm đặc điểm. Các em đọc tiếp ở phần sau của bài này, cô sẽ chỉ cách tìm hiểu thêm.

b. Học lực

Các em học trường điểm hay trường thường, thuộc loại xuất sắc, giỏi, khá, trung bình, hay yếu? Phải biết rõ mình đang ở mức nào. Đây không phải là lúc xấu hổ. Học yếu chẳng có gì xấu hổ cả. Nhưng học yếu mà cứ giấu đi, không đối diện với bản thân, rồi chọn đại một trường có tên tuổi thi cho oai thì sẽ tốn tiền và thời gian của mình, cha mẹ và xã hội. Hãy nhớ, em học yếu văn hóa không có nghĩa là em không có khả năng gì cả. Vậy, hãy tự đối diện với mình xem trình độ học của mình tới đâu. Đây là điểm quan trọng trong việc chọn trường thi.

c. Yếu tố gia đình, xã hội, kinh tế

Gia đình em có cho em quyền quyết định hay không? Ai là người có nhiều ảnh hưởng em nhất trong nhà? Kinh tế gia đình em cho phép em học tới đâu, ở nơi nào? Em phải rõ những điều này để có quyết định phù hợp. Đôi khi, ngành em chọn chỉ là ngành em thích thứ 2, nhưng vì đó là ngành cha mẹ muốn em theo nên khi chọn nó em sẽ dễ chịu hơn (gia đình yên tĩnh, bình an không áp lực). Vậy thì em sẽ làm gì với ngành mà em yêu thích và thấy phù hợp nhất? Hoàn toàn bỏ nó đi chẳng?

Thật ra, không học được cái mình thích cũng không sao, vì trong lúc ở đại học, ngoài giờ học em có thể tham gia các hoạt động ngoài giờ, làm từ thiện, làm thêm, tham gia câu lạc bộ, v.v... để theo đuổi thứ mình thích. Như vậy, em sẽ tăng thêm kỹ năng, kiến thức, và cũng tạo thêm nhiều mối quan hệ cho cơ hội việc làm sau này.

BƯỚC 2: TÌM HIỂU THỊ TRƯỜNG ĐÀO TẠO

Bây giờ em đã biết em nhóm gì rồi, học lực ra sao rồi, hoàn cảnh bản thân rồi, vậy em phải tìm hiểu thị trường đào tạo. Đầu tiên là

ngành, sau đó là trường.

a. Ngành đào tạo:

Thông thường ngành đào tạo sẽ có sự liên hệ rất chặt chẽ với nhóm sở thích và khả năng (trắc nghiệm ở trên đây, bước 1). Sau khi đã có kết quả trắc nghiệm, khi đọc các tên ngành, sau đó đọc các môn học trong ngành, thông thường các em sẽ “cảm” được mình hợp với ngành nào (hay nhóm ngành nào hơn). Đây là bước đầu. Nhưng “cảm” không chưa đủ, các em phải dùng thêm “lý trí” để chắc chắn rằng quyết định của mình có khoa học và dựa trên sự tìm hiểu, nghiên cứu nhé.

Các em vào trang <http://www.thongtintuyensinh.vn/Default.htm> - vào phần chương trình đào tạo: http://www.thongtintuyensinh.vn/Chuong-trinh-dao-tao_C43.htm

* Ở đây, nếu các em tự tin thi vào đại học (nhóm học lực giỏi và xuất sắc), các em xem các ngành đào tạo của đại học: http://www.thongtintuyensinh.vn/Thong-tin-tuyen-sinh_C182_D4005.htm#.VOwgUYXOtDk

Kéo chuột xuống, đọc thật kỹ danh sách, rồi chọn ra 3 tên ngành mình thích. Sau đó đọc kỹ chi tiết về các ngành, các môn học trong các ngành ấy đối chiếu với bản thân, tự hỏi xem “Mình có thích học ngành này không - đủ thích để học 3 năm tới, học mỗi ngày - hay không?”, rồi hỏi tiếp “Mình có khả năng để học tốt ngành này không?”. Sau đó, chọn ra 1 hoặc 2 ngành.

* Với những em muốn thi vào cao đẳng (nhóm khá ở trên), các em xem các ngành đào tạo của cao đẳng:

<http://thongtintuyensinh.vn/Thong-tin-tuyen->

sinh_C205_D4545.htm#.VOwgMIXOtDk

Kéo chuột xuống, đọc thật kỹ danh sách, rồi chọn ra 3 tên ngành mình thích. Sau đó đọc kỹ chi tiết về các ngành, các môn học trong các ngành ấy đối chiếu với bản thân, tự hỏi xem “Mình có thích học ngành này không - đủ thích để học 3 năm tới mỗi ngày hay không?”, rồi hỏi “Mình có khả năng để học tốt ngành này không”. Sau đó chọn ra 1 hoặc 2 ngành.

* Với các em còn lại, nên suy nghĩ đến các trường cao đẳng nghề, trung cấp chuyên nghiệp, trung cấp nghề hay chương trình nghề ở ngoài. Các em vào các link tương ứng nhé. Tương tự như trên, các em đọc thật kỹ danh sách, rồi chọn ra 3 tên ngành mình thích. Sau đó đọc kỹ chi tiết về các ngành, các môn học trong các ngành ấy đối chiếu với bản thân, tự hỏi xem “Mình có thích học ngành này không - đủ thích để học 3 năm tới mỗi ngày hay không?”, rồi hỏi “Mình có khả năng để học tốt ngành này không”. Sau đó chọn ra 1 ngành.

b. Trường đào tạo:

Khi đã chọn được 1 hay 2 ngành vừa ý, các em bắt đầu chọn trường. Phần này thì đòi hỏi các em phải hiểu biết bản thân mình, xem:

- Thích học gần hay xa nhà;
- Tình trạng kinh tế cho phép học ở đâu;
- Học lực cho phép thi vào đâu. Nên nhớ rằng các em không đủ sức thi vào đại học vẫn có thể học ngành tương tự ở cao đẳng hay trường nghề.

Chọn trường thì vào các link sau:
http://www.thongtintuyensinh.vn/Dai-hoc_C46.htm

http://www.thongtintuyensinh.vn/Cao-dang_C47.htm
http://www.thongtintuyensinh.vn/CD-nghe_C49.htm
http://www.thongtintuyensinh.vn/Trung-cap_C48.htm
http://www.thongtintuyensinh.vn/TC-nghe_C242.htm

Nhớ xem thật kỹ thông tin từng trường các em nhé; quan trọng là chất lượng giảng dạy đấy.

Lưu ý, các em đừng nên chọn một nơi vì đó là “đại học” nhé. Có rất nhiều trường cao đẳng đào tạo chất lượng rất tốt (ví dụ, Cao Thắng hay Sư phạm Kỹ thuật), cũng như có các trường nghề bên ngoài đào tạo nhân viên ra trường được đánh giá cao (ví dụ, Saigon Tourist). Cũng vậy, không phải trường đại học nào cũng tốt hơn trường cao đẳng. Cũng không phải trường tốt thì ngành đào tạo nào cũng chất lượng. Có trường chỉ nổi bật về đào tạo ở một hay hai ngành thôi. Để biết được chất lượng, các em chịu khó vào google để tìm diễn đàn trường ấy, đọc xem sinh viên đang học nói gì về trường. Thường sinh viên rất thật thà trong các diễn đàn. Mà cũng phải cẩn thận là không tin hết các em nhé. Đọc để tham khảo thôi vì mạng xã hội thì không đúng 100% đâu. Các em đọc các bài báo về trường, hay xem phim về trường, nếu được thì hãy tự đến thăm trường luôn. Hãy thật cẩn thận khi tìm hiểu trường, cứ như tìm hiểu bạn bè vậy đó. Bên ngoài hay tên tuổi không nói lên nhiều đâu các em; thực lực đôi khi nằm rất sâu bên trong và cần các em đi thực tế mới có thể hiểu rõ.

BƯỚC 3: TÌM HIỂU THỊ TRƯỜNG LAO ĐỘNG (VIỆC LÀM)

Thị trường tuyển dụng tại Việt Nam cần người lao động ở các trình độ khác nhau, lĩnh vực khác nhau, tay nghề khác nhau. Các em vào trang dự báo nhân lực:

http://dubaonhanluchcmc.gov.vn/article/48/DU-BAO-NHU-CAU-NHAN-LUC.aspx#neo_content đọc để tăng kiến thức cơ bản

về thị trường tuyển dụng trong nước.

Đọc kỹ, các em sẽ thấy nhiều công ty cần tay nghề giỏi, không cần phải là bằng đại học hay cao đẳng, nhưng cần kỹ năng chuyên môn giỏi, tay nghề giỏi, nếu có ngoại ngữ thì dễ thăng tiến. Do đó, hãy tự hỏi bản thân: “Mình muốn học đại học vì không biết phải làm gì, hay vì mình có mục tiêu?”. Không cần biết em học ở đâu, miễn em có mục tiêu thì em sẽ có nhiều khả năng thành công hơn.

Để có được việc làm sau khi tốt nghiệp một chương trình đào tạo, các em phải rất năng động trong lúc học. Không chỉ học từ thầy cô trong lớp, mà còn học từ bạn bè và xã hội ngoài lớp học nữa. Phải tham gia công tác đoàn thể, từ thiện, thể thao, câu lạc bộ. Ít chơi game và giảm thời gian dùng facebook lại, mà ra ngoài giao lưu và tham gia hoạt động xã hội nhé. Đó là cách tốt nhất để chuẩn bị cho khả năng được tuyển dụng sau này các em nhé.

Để tìm hiểu thêm xem bản thân mình có thực sự thích ngành nào không, cách tốt nhất là gặp người đang học hay làm nghề ấy để tìm hiểu.

Có một cách khác, là đọc thông tin. Ví dụ, nếu thích ngành kinh tế tài chính thì đọc báo <http://nhipcaudautu.vn/>; nếu đọc mà thấy buồn ngủ thì phải xem lại là mình thích ngành này thật không hay do bị ai chi phối. Nếu thích ngành xã hội và thiết kế mà sợ không kiếm ra tiền thì vào trang www.vietnamworks.com và tìm hiểu xem các ngành xã hội và thiết kế, khi ra trường thì làm việc ở lĩnh vực nào. Các em sẽ rất ngạc nhiên khi thấy các ngành này không nghèo đâu nhé.

LỜI KẾT

Nói chung, các em đừng chạy theo học các ngành “hot” mà nên

học ngành nào phù hợp với bản thân từ sở thích, khả năng, hoàn cảnh gia đình, đến nhu cầu xã hội. Vì nhiều thứ có thể thay đổi, nhưng khả năng và sở thích của bản thân, nếu biết rõ thì các em sẽ vững vàng, và dù nhu cầu của thị trường tuyển dụng có đổi thì mình vẫn có thể uyển chuyển để đáp ứng với nhu cầu mới sau này - với điều kiện ta phải giỏi chuyên môn một ngành nào đó. Và học một ngành vì người khác muốn mình học, vì ngành đó nổi tiếng, hay vì lý do khác, thì sẽ chẳng cách nào giúp ta học giỏi được trong ngành ấy.

Hướng nghiệp mất thật nhiều thời gian và sự chuẩn bị. Nếu các em đang ở hai tỉnh Quảng Nam và Nghệ An, thì các thầy cô ở sở, phòng, và trường phần lớn đã được tập huấn về hướng nghiệp. Các em hỏi thêm thầy cô nhé. Nếu các em ở nơi khác, thì ráng đọc từng bước những gì cô đã trình bày và làm theo.

Chúc các em vui và bình an.

Di dân có nên là mục tiêu nghề nghiệp?

Một trong những câu hỏi tôi thường gặp từ các bạn trẻ và cha mẹ của họ là: Làm cách nào để trở thành công dân Úc/ Mỹ (hay các nước khác) thông qua con đường đại học?

Mỗi khi gặp câu hỏi trên, tôi có hai phản ứng. Phản ứng đầu tiên là của một người đã trải qua kinh nghiệm của một di dân từ khi 14 tuổi. Đi Mỹ theo diện đoàn tụ gia đình, được giáo dục và trưởng thành trong cộng đồng người Việt tại Mỹ, tôi hiểu rất rõ mong muốn di dân của người khác. Đặc biệt với cha tôi và bạn bè ở thế hệ ông, “đi” là cách duy nhất để tồn tại. Và tôi tôn trọng mong muốn đó. Tôi cũng rất biết ơn cơ hội mình có được để lớn lên trong một môi trường như ở Mỹ hay các nước phát triển khác. Vì vậy, tôi chưa bao giờ đánh giá hay ngăn cản khi các bạn trẻ và gia đình muốn tìm cơ hội để sống, làm việc, và ở lại trong một

quốc gia khác.

Bên cạnh đó, trong vai trò của một chuyên viên tư vấn hướng nghiệp, tôi lại rất lo lắng cho các bạn trẻ và gia đình của họ khi đi dân trở thành mục tiêu nghề nghiệp. Tôi nghĩ rằng, khi chọn hướng đi này, các em và gia đình phải hiểu những vất vả, khó khăn và cái giá phải trả cho chọn lựa ấy.

Trước khi đi sâu vào việc trở thành công dân một quốc gia khác qua con đường du học sinh, hãy nhìn lại những phương pháp khác. Đầu tiên, nhanh chóng và dễ dàng nhất là qua hôn nhân với công dân của nước ấy (chúng ta sẽ không nói đến những hệ lụy của phương pháp này ở bài này). Thứ hai là qua diện bảo lãnh nhờ có người thân trong gia đình đã là công dân ở đất nước mà mình muốn đến. Thứ ba là qua visa làm việc (work visa); bởi vì đất nước nào cũng có những vị trí công việc mà họ không có đủ người làm (từ những vị trí lao động tay chân hay lao động nghề cho đến công việc chuyên môn đòi hỏi bằng cấp rất cao và chuyên sâu) cho nên chúng ta có thể đến đây để trám vào những chỗ trống việc làm. Và phương pháp cuối cùng mà tôi muốn đề cập ở bài dưới đây, là qua con đường du học, con đường vừa liên quan đến chuyên môn hướng nghiệp của tôi, vừa mang những khó khăn cho các bạn trẻ và cha mẹ mà tôi lo rằng có đôi khi, các bạn chưa lường trước được.

THIẾU THÔNG TIN CHÍNH XÁC

Luật về visa liên quan đến du học thay đổi liên tục ở các quốc gia. Ngay cả người bản xứ, nếu thiếu kiến thức về luật, cũng khó mà hiểu được những thay đổi này, chứ đừng nói đến người dân ở Việt Nam chưa có đủ khả năng ngôn ngữ hay chưa nắm vững kiến thức luật của quốc gia ấy. Vì vậy, các em và gia đình thường dựa vào các trung tâm tư vấn du học hay văn phòng luật dành cho di dân (trong và ngoài nước). Và, có lẽ ai có hiểu biết về hai lĩnh vực

này, đều sẽ đồng ý với tôi rằng: “Thạch Sanh thì ít, Lý Thông lại nhiều”.

Văn phòng tư vấn du học phải mang lại lợi nhuận cho cơ sở kinh doanh, do đó sẽ tự nhiên thôi khi lợi ích của khách hàng sẽ không là mối quan tâm hàng đầu của họ. Ví dụ như giữa hai trường đại học, họ có thể khuyên khách hàng chọn đại học này thay vì đại học kia vì một trường trả tiền hoa hồng cao hơn trường kia. Dĩ nhiên không phải văn phòng tư vấn nào cũng sẽ làm như trên, nhưng hiện trạng, phần lớn là vậy. Vì lý do đó, tôi thường hay khuyên các em và gia đình nên chọn văn phòng tư vấn du học uy tín, hoặc tốt nhất là các văn phòng thuộc chính phủ hoặc các tổ chức giáo dục phi lợi nhuận, vì họ sẽ cho thông tin trung lập hơn.

Các văn phòng luật dành cho di dân lại còn hỗn loạn hơn nữa. Tôi đã nghe không ít câu chuyện buồn từ bạn bè, gia đình, người quen và sinh viên về phong cách hành nghề không chuyên nghiệp lẫn thiếu đạo đức nghề nghiệp của các văn phòng này. Họ nhận tiền từ khách hàng và ngâm hồ sơ không làm gì cả, hoặc làm sai thủ tục – tất cả là chuyện bình thường. Dĩ nhiên vẫn có những văn phòng có uy tín, nhưng vấn đề là làm sao các bạn trẻ và gia đình của họ biết nơi đâu để chọn mặt gửi vàng bây giờ.

Kết quả là rất nhiều quyết định chọn trường, chọn ngành, làm hồ sơ để ở lại nước sở tại đã không có được kết quả tốt đẹp.

CHƯA RÕ RÀNG VỀ MỤC TIÊU NGHỀ NGHIỆP

Các bạn trẻ và gia đình thường muốn kết hợp 2 trong 1, nghĩa là vừa phát triển về nghề nghiệp, vừa có cơ hội định cư ở một quốc gia mà họ thích. Nhưng để đạt được cả hai điều trên là một điều không dễ dàng.

Theo tôi, nếu như mục tiêu của một người là định cư nước ngoài,

thì họ nên có một kế hoạch riêng cho mục tiêu đó. Và phải hiểu những mất mát về cơ hội (tức opportunity costs - chi phí cơ hội) luôn đi cùng với mục tiêu ấy. Không nên nhập nhằng việc du học để phát triển kỹ năng, kiến thức, tăng cơ hội nghề nghiệp với mục tiêu định cư ở nơi bạn sẽ học vì những lý do sau:

1. Quyết định học một ngành nào đó, vì tin rằng ngành ấy sẽ cho bạn một công việc giúp bạn có visa làm việc ở nước bạn đang học, sẽ nguy hiểm vì:

(a) Bạn làm sao biết được khi bạn ra trường, nước ấy còn cần công việc/ngành nghề mà bạn đang học hay không, và vì vậy luật visa có còn như cũ hay không;

(b) Nếu bạn không có năng khiếu tự nhiên, thiếu tố chất thích hợp và không có sở thích để học tốt ngành ấy, thì dù có được tấm bằng, bạn làm sao cạnh tranh được với những người khác có cùng bằng cấp nhưng lại giỏi hơn mình. Đã “mang chuông đi đánh xứ người” thì phải đảm bảo rằng mình rất giỏi trong ngành mình học, và thậm chí là phải tạo được dấu ấn đặc biệt để một công ty ở nước ấy sẵn lòng trả tiền, sẵn lòng chấp nhận những thủ tục pháp lý rắc rối để giữ mình lại.

Do đó, quyết định học một ngành nào vẫn phải dựa trên sự hiểu biết về bản thân, phải biết rõ tôi giỏi gì và thích gì, tôi có thể học ngành nào tốt.

2. Việc bằng mọi giá phải ở lại một quốc gia nào đó, rồi khi không ở lại được, phải quay về Việt Nam, sẽ khiến các bạn phải chịu một cú sốc văn hóa khá lớn. Các bạn chưa chuẩn bị tốt cho kiến thức về thị trường tuyển dụng tại Việt Nam, các bạn không có những mối quan hệ chuyên nghiệp mà các sinh viên ra trường trong nước có, các bạn thường có những mong đợi không hợp lý về mức lương, vị trí công việc, và dễ dàng so sánh đời sống lúc du học và

đời sống lúc quay về, dẫn đến sự nản lòng thoái chí và rồi dễ dàng bỏ cuộc. Ở trường hợp này, câu nói “nhìn lên không bằng ai, và nhìn xuống không ai bằng mình” rất chính xác.

KẾT

Tôi không viết bài này để chỉ trích những ai muốn đi du học, và sau đó ở lại định cư ở một quốc gia khác. Tôi nghĩ đó là quyền tự do của mỗi người. Tôi chỉ nghĩ rằng khi các bạn nghĩ về con đường này, nên tách bạch giữa sự phát triển nghề nghiệp qua việc du học với khả năng định cư ở nước ấy. Như vậy thì các bạn sẽ có những quyết định và chọn lựa khoa học và tốt hơn, xét trên chặng đường dài hơn, cho mình và cho cả gia đình.

LỜI TRI ÂN DÀNH CHO TÁC GIẢ

– Đặng Quốc Hoàn

Ms. Phoenix Ho

Trong một chiều loay hoay với công việc, mệt mỏi, tôi chợt tìm lại được những dòng mà chị đã từng viết, không phải cho riêng tôi, mà cho tất cả những bạn trẻ đang loay hoay, đang chênh vênh như tôi.

Lần đầu tôi gặp chị là khi tôi tham gia một chương trình cho sinh viên ở Hà Nội. Chị rất lạ, ít nhất là với tôi. Chị là người đầu tiên nói với tôi về sự khác biệt giữa sự nghiệp và công việc, chị là người đầu tiên tác động để tôi củng cố những cố gắng theo đuổi đam mê của mình.

Giản dị, chân thành và đầy thân thiện là những gì mà tôi tin rằng dù bạn là ai, bạn cũng sẽ cảm thấy khi tiếp xúc với chị. Sau chương trình đó, tôi có một lần may mắn ngồi cùng bàn ăn với chị trong một lần chị đi công tác tại Hà Nội. Mỗi lần tiếp xúc, dù ít dù nhiều, dù chưa một lần chúng tôi thực sự nói chuyện về vấn đề của tôi nhưng sau mỗi lần đó, tôi “ngộ” ra được nhiều điều.

Giờ, tôi đang chuẩn bị cho một dự án của riêng tôi từ chính những trải nghiệm của tôi, và có một điều chắc chắn rằng chị là một trong những người tác động mạnh mẽ nhất đến tôi khi tôi

nảy ra ý tưởng này.

Hôm nay, tôi viết điều này, bởi tôi muốn cảm ơn chị, một người lặng lẽ đi qua cuộc đời tôi nhưng những gì chị để lại cho tôi chắc chắn không hề “lặng lẽ”.

Ms. Phoenix Ho, em cảm ơn chị rất nhiều! Và nói thật là em rất GHEN TỊ với các bạn sinh viên RMIT của chị - những bạn thường xuyên nhận được sự quan tâm thế này của chị:

“Em kể tôi nghe về những giọt nước mắt xấu hổ, uất ức của những ngày đầu chập chững vào đời. Em nhớ những tháng ngày sinh viên vô tư lự, nơi mà các mâu thuẫn giữa các thành viên nhóm có vẻ to lớn ngày xưa giờ như hạt cát so với môi trường làm việc hiện tại. Em tâm sự về nỗi sợ hãi của một giấc mơ không bao giờ thành hiện thực.

Em nói như tự nhủ với mình: ‘Không còn chọn lựa nào nữa phải không cô? Phải cố thôi cô nhỉ?’. Và tôi gật đầu nhè nhẹ, ngầm đồng ý. Em làm tôi nhớ đến chú chim non những ngày đầu tập bay, từng chút từng chút một, mỗi ngày một khoảng cách xa hơn, cho đến khi đôi cánh vững vàng vươn đến trời cao. Em cũng làm tôi nhớ đến chú nhộng trong kén trước khi hóa thân thành bướm. Phải kiên nhẫn thôi em ạ, từ từ thích nghi, từ từ lớn mạnh, từ từ hóa thân để trở thành người mình muốn thành.

Thế hệ chúng tôi hay phê bình các em thiếu kiên nhẫn, quá mơ mộng, không thực tế, hay đòi hỏi. Thế hệ chúng tôi cũng ghi nhận sự chân thành, tinh thần không vụ lợi, niềm nhiệt huyết, và càng ghi nhận sự tận tụy nơi các em khi các em tìm ra con đường của mình.

Vậy điều khó khăn nhất là chặng đường từ khi bắt đầu đến lúc các em tìm ra lối rẽ của riêng mình. Trước khi được là chính

mình, thì phải hòa mình vào môi trường, phải học hỏi từ xung quanh, lớn mạnh từ từ. Khi đã quen, đã hiểu, đã vững vàng, lúc ấy chẳng ai có thể cản trở được sự tỏa sáng của em, sức mạnh của em, khả năng của em cả. Trust - it has to be earned. Vậy thì hãy dùng thời gian và sự kiên trì của mình để chứng minh mình là ai, em nhé.

Ms. Phoenix Ho^(*)”

(Bài được đăng trên facebook của bạn Đặng Quốc Hoàn:
<https://www.facebook.com/photo.php?fbid=666078093431815&set=t.100000118764274&type=3&theater>)

^(*) *Trích từ Facbook của tác giả Phoenix Ho.*