

BỘ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO
TRƯỜNG ĐẠI HỌC MỞ THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

ĐỀ CƯƠNG MÔN HỌC TRỰC TUYẾN

I. THÔNG TIN VỀ MÔN HỌC

- Tên môn học: **Chuyên đề Nhận diện bản thân**
- Số tín chỉ: 1 TH
- Khoa/Ban phụ trách: Khoa Quản trị kinh doanh
- Thời gian: 03 tuần trực tuyến + 08 tiết trực tiếp
- Địa điểm lớp học:
 - Học trực tiếp: tại cơ sở học tập của Trường Đại học Mở TP.HCM
 - Học trực tuyến: Cổng đào tạo trực tuyến www.lms.elo.edu.vn

II. MÔ TẢ MÔN HỌC

2.1. Mô tả tổng quát

Môn học này nằm trong chuỗi môn học kỹ năng làm việc hiệu quả (06 phần). Môn học sẽ cung cấp các công cụ hỗ trợ người học có thể khám phá tính cách của bản thân, phân tích được những điểm mạnh, điểm yếu, quan niệm, giá trị sống và cảm xúc của bản thân. Qua đó, học viên có thể hình thành được bức tranh cuộc đời của mình giúp điều chỉnh lại cuộc sống và công việc phù hợp với bản thân hơn.

2.2. Mục tiêu môn học

2.2.1. Mục tiêu chung:

Sau khi học xong môn học này sinh viên sẽ:

- Xác định được tầm quan trọng khi khám phá đặc điểm tính cách của bản thân.
- Xác định được những điểm mạnh và điểm yếu của bản thân qua hai góc nhìn chủ quan (tự bản thân nhìn nhận) và khách quan (bạn bè nhận xét).
- Nhận diện được sự ảnh hưởng của cảm xúc đối với bản thân thông qua chỉ số cảm xúc - EQ (Emotional Quotient).

2.2.2. Mục tiêu cụ thể:

a. Kiến thức:

- Phân biệt được các nhóm tính cách chính trong công cụ MBTI.
- Trình bày được vai trò của bản thân trong hoạt động nhóm qua các trò chơi và kết quả trắc nghiệm BELBIN.

b. Kỹ năng:

- Áp dụng được bộ kiểm tra tính cách MBTI
- Sử dụng được trắc nghiệm BELBIN trong việc xây dựng nhóm làm việc
- Lập được lộ trình phát triển sự nghiệp dựa trên tính cách cá nhân.

c. Thái độ:

- Ý thức được tầm quan trọng của việc nhận diện tính cách bản thân trong việc lựa chọn nghề nghiệp phù hợp.

III. NỘI DUNG MÔN HỌC

| STT | Tên chương | Mục, tiểu mục |
|-----|--|---|
| 1 | Chương 1: Nhận diện tính cách | <ul style="list-style-type: none"> - Tại sao phải khám phá bản thân - Tầm quan trọng khi khám phá bản thân - Trắc nghiệm MBTI (Myers Briggs Type Indicator) |
| 2 | Chương 2: Khám phá bản thân trong mối quan hệ với người khác | <ul style="list-style-type: none"> - Ô cửa Johari - Trắc nghiệm BELBIN |
| 3 | Chương 3: Nhận diện cảm xúc cá nhân | <ul style="list-style-type: none"> - Chỉ số cảm xúc EQ - Bốn mức độ của EQ - Công thức EPM khi phê bình - Công thức 4A khi nhận lời phê bình - Kiểm soát sự căng thẳng |

IV. CÁC YÊU CẦU CỦA MÔN HỌC

Môn học này được triển khai với 3 chương và học theo thứ tự từ chương 1 đến chương 3. Sinh viên tham gia môn học này theo 2 hình thức trực tiếp và trực tuyến. Phương thức học trực tuyến được thực hiện bằng cách đăng nhập vào hệ

thống học trực tuyến của Trường Đại học Mở Thành phố Hồ Chí Minh (lms.elo.edu.vn) và hoàn thành các hoạt động học tập theo quy định.

4.1. Quy định về việc thực hiện hoạt động học tập trực tuyến

- Sinh viên phải tham gia đầy đủ và theo thứ tự các chương của môn học. Môn học có tất cả 3 chương được học trực tuyến trong 3 tuần, theo hướng dẫn của Lịch trình học tập.
- Các hoạt động học tập của mỗi chương về cơ bản bao gồm:
 - *Xem bài giảng*: slides, tài liệu học tập của từng chủ đề trong chương, trả lời các câu hỏi hệ thống kiến thức sau mỗi video (nếu có)
 - *Tham gia diễn đàn thảo luận nội dung môn học*: theo những chủ đề của môn học đã được Giảng viên hoặc Giáo vụ đưa lên diễn đàn.
 - *Các hoạt động khác*:
 - Dựa vào mục tiêu chương để tự tạo ra các câu hỏi ôn tập và dùng kiến thức đã học để tự trả lời để trau dồi kiến thức.
 - Tìm hiểu thêm thông tin trên mạng để mở rộng kiến thức theo yêu cầu của từng chương.
- **Mỗi tuần sinh** viên cần dành 3-5 giờ để hoàn thành các công việc trên.

4.2. Quy định về thực hiện lịch trình học tập **trực tuyến**

- Mỗi chương kéo dài 1 tuần.
- Có thời hạn cuối cho hoạt động diễn đàn.
- Các hoạt động học tập của các Chương được mở từ đầu học kỳ.

4.3. Quy định về thực hiện hoạt động học tập trực tiếp

- Thời lượng tổ chức thực hành trực tiếp: 8 tiết = 2 buổi
- Nội dung thực hành: Theo yêu cầu trực tiếp của giảng viên.
- Sinh viên bắt buộc phải tham gia thực hành các hoạt động học tập trực tiếp của môn học và hoàn thành bài tập đạt yêu cầu theo sự giám sát và hướng dẫn trực tiếp của giảng viên.
- Thời khóa biểu học trực tiếp được triển khai cho sinh viên từ đầu học kỳ.

V. TIÊU CHÍ ĐÁNH GIÁ VÀ CHẤM ĐIỂM

| Hoạt động học tập | Tỉ lệ |
|---|--------------|
| Tham gia diễn đàn Thảo luận nội dung môn học | 10% |
| Tham gia thực hành 2 buổi trên lớp và hoàn thành bài tập của giảng viên | 90% |
| Tổng cộng: | 100% |

VI. YÊU CẦU ĐỐI VỚI SINH VIÊN

6.1. Tham gia thảo luận trên diễn đàn

7.1.1. Trong môn học có 2 loại diễn đàn:

1. Diễn đàn thảo luận nội dung môn học: là nơi dành cho Giảng viên và Giáo vụ tạo các chủ đề thảo luận cho môn học (bắt buộc và có tính điểm). Sinh viên tham gia thảo luận các chủ đề theo thời gian mà giảng viên quy định. Sinh viên phải có thái độ trao đổi, tranh luận tích cực và xây dựng.
2. Diễn đàn thảo luận chung: là nơi để sinh viên tạo các chủ đề thảo luận và đưa ra những thắc mắc liên quan đến môn học. Sinh viên lưu ý sử dụng từ ngữ và văn phong lịch sự và tôn trọng.

7.1.2. Quy định về cách tính điểm diễn đàn:

Là công việc bắt buộc để sinh viên có điều kiện trao đổi, làm rõ những vấn đề chưa hiểu hay mở rộng kiến thức. Sinh viên có những hoạt động thảo luận, phản hồi hoặc các chủ đề mới liên quan đến nội dung môn học được giảng viên cho điểm đánh giá theo từng hoạt động để tích lũy điểm giữa kỳ.

6.2. Các hoạt động trực tiếp của môn học

- Các hoạt động trực tiếp của môn học được thực hiện theo hình thức thực hành trực tiếp theo yêu cầu và với sự giám sát của giảng viên.
- Địa điểm thi được tổ chức tại các cơ sở của Trường Đại học Mở Thành phố Hồ Chí Minh (Sinh viên xem lịch thi đã được công bố vào đầu học kỳ).

VII. TÀI LIỆU HỌC TẬP

Tài liệu học tập đa phương tiện: Tài liệu học tập, bài tập ...

Tài liệu tham khảo:

- Adam Khoo và Stuart Tan, “Làm chủ tư duy thay đổi vận mệnh”, NXB Phụ nữ, 2016
- Adamm Khoo, “Chiến thắng trò chơi cuộc sống”, NXB Phụ nữ, 2016
- Alphabooks, “Chọn nghề theo tính cách”, NXB Thanh niên, 2015
- Dale Carnegie, “Đắc Nhân Tâm”, NXB Tổng hợp TP.HCM, 2015
- Nguyễn Hiến Lê, “Tương lai nằm trong tay ta”, NXB Văn hóa thông tin, 2015
- Thông tin thu thập được trên báo chí, websites hoặc bất cứ tài liệu chính thống có nguồn gốc đáng tin cậy liên quan đến chủ đề.

VIII. CÁC NGUỒN TÀI NGUYÊN KHÁC

- Sinh viên được sử dụng thư viện của Trường, bao gồm việc đọc sách, mượn sách và download các ebook theo quy định của thư viện.
- Sinh viên được hướng dẫn sử dụng Cổng đào tạo trực tuyến của Trường Đại học Mở Thành phố Hồ Chí Minh.

IX. CÁCH THÔNG TIN LIÊN LẠC TRONG SUỐT KHÓA HỌC

9.1. Thông báo

Thông báo mới sẽ được đăng trên trang mạng của khóa học với mục đích nhắc nhở sinh viên các hạn chót nộp bài, hoặc các vấn đề quan trọng khác của lớp.

9.2. Thư điện tử

Sinh viên và giảng viên sẽ dùng email được trường cấp để liên lạc. Giảng viên sẽ trả lời cho sinh viên trong vòng 24 tiếng sau khi nhận được email. Trong trường hợp giảng viên đi công tác ở nơi hạn chế về internet hoặc không thể trả lời email như thường lệ sẽ thông báo cho sinh viên biết trước. Để tiết kiệm thời gian, khuyến khích sinh viên đặt câu hỏi trên diễn đàn những vấn đề liên quan đến môn học.

X. LỊCH TRÌNH HỌC TẬP TRỰC TUYẾN + TRỰC TIẾP

Thời lượng: 3 tuần trực tuyến + 8 tiết trực tiếp (2 buổi)

| Tuần | Phương thức | Nội dung học tập | Các hoạt động học tập | Tiến độ | |
|------|-------------|------------------|-----------------------|---------|----------|
| | | | | Bắt đầu | Kết thúc |

| | | | | | |
|-----------------------------------|------------|---|--|---|--------------------|
| Tuần 1 | Trực tuyến | Chương 1: Phân tích năng lực của bản thân | Xem tài liệu học tập Thảo luận (diễn đàn) | Thứ hai tuần 1 | Chủ nhật tuần 3 |
| Tuần 2 | Trực tuyến | Chương 2: Lập kế hoạch cho phát triển nghề nghiệp | Xem tài liệu học tập Thảo luận (diễn đàn) | | |
| Tuần 3 | Trực tuyến | Chương 3: Kế hoạch phát triển năng lực bản thân | Xem tài liệu học tập Thảo luận (diễn đàn) | | |
| | | Bài tập trắc nghiệm kiểm tra tính cách | Làm bài tập dạng trắc nghiệm, không tính điểm tích lũy quá trình | | |
| Thời gian theo lịch trình học tập | Trực tiếp | Hoàn thành các hoạt động trực tiếp và bài tập theo yêu cầu của giảng viên | | Thời lượng học trực tiếp: 08 tiết = 2 buổi | |