

**Kỹ năng tự nhận thức của học sinh lớp 2 huyện Đất Đỏ, tỉnh Bà Rịa – Vũng Tàu****Trần Thị Lan¹, Đinh Thị Hồng Vân², Phạm Thị Diệp³**¹*Trường Tiểu học Long Tân, huyện Đất Đỏ, tỉnh Bà Rịa – Vũng Tàu*²*Trường Đại học Sư phạm, Đại học Huế*³*Trường Đại học Nguyễn Tất Thành*

THÔNG TIN BÀI BÁO

*Quá trình xử lý:**Ngày nhận bài: 16/9/2023**Ngày nhận bản chỉnh sửa: 26/9/2023**Ngày nhận đăng: 15/10/2023**Ngày xuất bản: 20/12/2025**Từ khóa:**Cảm xúc**Học sinh lớp 2**Kỹ năng tự nhận thức*

TÓM TẮT

Kỹ năng tự nhận thức là kỹ năng sống nền tảng, giúp học sinh hiểu rõ bản thân, từ đó phát huy điểm mạnh để thành công trong cuộc sống. Kết quả khảo sát trên 282 học sinh tiểu học huyện Đất Đỏ, tỉnh Bà Rịa – Vũng Tàu cho thấy khá nhiều học sinh lớp 2 còn hạn chế về kỹ năng tự nhận thức, đặc biệt là ở tự nhận thức về cảm xúc và phát huy điểm mạnh của bản thân. Chương trình phát triển kỹ năng tự nhận thức cho học sinh tiểu học cần chú trọng đến những hạn chế này, từ đó, đề xuất các biện pháp nâng cao kỹ năng tự nhận thức cho học sinh lớp 2.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Tự nhận thức là một trong những kỹ năng sống quan trọng đối với học sinh tiểu học. Tự nhận thức thường được quan niệm là một biểu hiện của tự ý thức (bao gồm tự nhận thức, tự đánh giá, tự tỏ thái độ, tự khẳng định mình và tự giáo dục). Theo đó, “chủ thể tự nhận thức về bản thân mình từ bên ngoài đến nội dung tâm hồn, đến vị thế và các quan hệ xã hội; trên cơ sở đó tự nhận xét, tự đánh giá” (Nguyễn Công Uẩn và cộng sự, 2003).

Theo quan điểm của Goleman (1998), tự nhận thức là thành tố cơ bản đầu tiên trong trí tuệ cảm xúc, là một mặt biểu hiện của năng lực cảm xúc trong mô hình năng lực cảm xúc 4 thành phần (Goleman’s Four-Cluster Emotional Competency Model) gồm tự nhận thức, tự quản lý, nhận thức xã hội, quản lý quan hệ (Goleman, 1998). Tự nhận thức bao gồm tự nhận thức cảm xúc, tự đánh giá chính xác bản thân và thể hiện sự tự tin. Theo đó, tự nhận thức được hiểu là những nhận biết của cá nhân về cảm xúc, các đặc điểm riêng của bản thân; những điểm mạnh, điểm yếu, vai trò, vị trí và định hướng cuộc sống của bản thân; tất cả được biểu hiện ở sự tự tin và quả quyết của bản thân trong thực tiễn cuộc sống.

Các nhà tâm lý học đã chứng minh được rằng tự ý thức xuất hiện từ lúc trẻ lên ba. Tự ý thức mình là một con người riêng biệt, khác với những người xung quanh được xem là một dấu mốc quan trọng trong sự phát triển của trẻ, là dấu hiệu đầu tiên của quá trình hình thành nhân cách (Nguyễn Ánh Tuyết và Nguyễn Thị Như Mai, 2011). Việc giáo dục kỹ năng tự nhận thức cho trẻ em vì thế có ý nghĩa quan trọng.

Trong thời gian vừa qua, đã có khá nhiều nghiên cứu về kỹ năng tự nhận thức của học sinh, tuy nhiên, chủ yếu trên đối tượng học sinh THCS, THPT, ít các nghiên cứu trên học sinh tiểu học (Nguyễn Thị Hiền, 2013; Nguyễn Chính Thành, 2019; Nguyễn Phước Cát Tường và Đinh Thị Hồng Vân, 2015; Nguyễn Phước Cát Tường và Đinh Thị Hồng Vân, 2016), Xuất phát từ khoảng trống này mà nghiên cứu nhằm đánh giá thực trạng kỹ năng tự nhận thức của học sinh lớp 2 ở địa bàn huyện Đất Đỏ, tỉnh Bà Rịa – Vũng Tàu.

Dựa trên các quan điểm của các tác giả Goleman (1995), Nguyễn Phước Cát Tường, Đinh Thị Hồng Vân, Phan Minh Tiến (2016), Nguyễn Khánh Hà (2016), nghiên cứu xác định các thành phần của kỹ năng tự nhận thức của học sinh lớp 2 bao những kỹ năng sau:

- Nhận thức về đặc điểm bản thân: được đặc trưng bởi các nhận định như: chỉ ra được những đặc điểm riêng, khác biệt về vẻ bên ngoài của em so với các bạn; biết các thông tin cá nhân về bản thân (tên, tuổi, địa chỉ nhà,...); biết sở thích và ước mơ của bản thân

- Nhận thức về cảm xúc: được đặc trưng bởi các biểu hiện như: biết được mình vui, buồn hay tức giận...; biết vì sao em vui, buồn hay tức giận...; biết làm thế nào để mình trở nên vui hơn...

- Nhận thức về các mối quan hệ xã hội: thể hiện thông qua: kể tên những người bạn thân trong lớp; biết được những việc làm mà các bạn trong lớp đã giúp đỡ; biết những người dạy bảo và chăm sóc; biết những việc làm mà những người thân đã làm cho mình...

- Phát huy thế mạnh của bản thân: thể hiện ở việc biết được những điểm mạnh, điểm hạn chế của bản thân để từ đó phát huy điểm mạnh và khắc phục các hạn chế; đồng thời sử dụng điểm mạnh của mình để đạt các mục tiêu trong cuộc sống.

2. KHÁCH THỂ VÀ PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Nghiên cứu tiến hành khảo sát 282 học sinh lớp 2 các trường tiểu học 5 trường tiểu học ở ở huyện Đất Đỏ, đó là: Trường Tiểu học Long Tân (xã Long Tân), Trường Tiểu học Nguyễn Thị Hoa (Thị trấn Đất Đỏ), Trường Tiểu học Võ Thị Sáu (Trị trấn Đất Đỏ), Trường Tiểu học Láng Dài (xã Láng Dài), Trường Tiểu học Phước Hải 1 (Trị trấn Phước Hải).

Nghiên cứu sử dụng phương pháp điều tra bằng bảng hỏi để thu thập các thông tin. Bảng hỏi bao gồm 18 nhận định. Mỗi nhận định có 3 phương án trả lời, bao gồm: 1: Không đúng với em; 2: Đúng với em một phần; 3: Hoàn toàn đúng với em. Dữ liệu được phân tích và xử lý bằng phần mềm SPSS 26.0 với các đại lượng thống kê mô tả: phần trăm, điểm trung bình (ĐTB), độ lệch chuẩn (ĐLC).

3. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

3.1. Thực trạng tự nhận thức về đặc điểm bản thân của học sinh lớp 2

Tự nhận thức thể hiện trước hết ở việc nhận biết các đặc điểm bản thân và đánh giá được tính cách, năng lực của bản thân. 6 nhận định đã được thiết kế để đánh giá nội dung này. Kết quả khảo sát được trình bày ở bảng 1.

Bảng 1. Thực trạng tự nhận thức đặc điểm bản thân của học sinh lớp 2

TT	Nhận định	Phần trăm (%)			ĐTB	ĐLC
		1	2	3		
1	Em chỉ ra được những đặc điểm riêng, khác biệt về vẻ bên ngoài của em so với các bạn.	11.7	64.5	23.8	2.12	0.584
2	Em biết các thông tin cá nhân về bản thân (tên, tuổi, địa chỉ nhà,...)	3.2	68.1	28.7	2.26	0.505
3	Em biết em có sở thích gì	9.9	61	29.1	2.19	0.596
4	Em biết ước mơ sau này của mình là gì	22	63.8	14.2	1.92	0.597
5	Em biết em giỏi điều gì.	17.7	59.2	23	2.05	0.638
6	Em biết những điểm hạn chế của em.	33.3	55.3	11.3	1.78	0.632
Chung					2.05	0.324

Ghi chú: $1 \leq \text{ĐTB} \leq 3$

Dữ liệu ở bảng 1 cho thấy các nhận định được đánh giá chủ yếu ở mức “Đúng với em một phần”, với ĐTB trong khoảng 1.79 đến 2.26. Điều này có nghĩa học sinh lớp 2 vẫn đang gặp còn nhiều khó khăn trong tự đánh giá về đặc điểm bản thân. Trong tương quan chung, học sinh có xu hướng nhận biết đặc điểm bên ngoài, thông tin cá nhân cũng như sở thích của mình hơn nhận biết điểm mạnh và điểm hạn chế của mình. Những đặc điểm bên trong như nhận diện điểm mạnh, điểm hạn chế đòi hỏi trẻ phải đối chiếu với bạn bè xung quanh hoặc với yêu cầu của người lớn hoặc nhiệm vụ thực hiện với khả năng của bản thân. Điều này khá phức tạp và đòi hỏi tư duy phê phán phát triển thì học sinh tiểu học mới có khả năng nhận diện chính xác. Do đó, nhiều trẻ gặp khó khăn. Tỷ lệ học sinh lựa chọn phương án “Không đúng với em” ở các nhận định: “Em biết em giỏi điều gì” và “Em biết những điểm hạn chế của em” khá cao (lần lượt là 17.7% và 33.3%). Thậm chí, ngay khi các em tự nhận xét về điểm mạnh, điểm hạn chế của mình cũng thường chịu ảnh hưởng lớn bởi nhận xét của người lớn về các em (Bùi Văn Huệ, 2005).

Biểu hiện có ĐTB cao nhất là: “Em biết các thông tin cá nhân về bản thân (tên, tuổi, địa chỉ nhà,...)” (ĐTB=2.26). Với học sinh đầu cấp tiểu học, việc nhận biết những thông tin cá nhân không chỉ giúp các em ý thức về bản thân mà còn giúp các em tìm kiếm được sự hỗ trợ khi cần thiết.

Dữ liệu khảo sát cũng chỉ ra rằng học sinh lớp 2 nhận diện những điểm hạn chế khó khăn hơn với điểm mạnh. Đây là điểm khác biệt so với học sinh THCS. Học sinh THCS thường tập trung vào một khía cạnh nhất định, đặc biệt là điểm hạn chế mà ít khi nhìn tổng quát bản thân (Lê Văn Hồng và cộng sự., 1999). Việc nhận diện những điểm mạnh giúp cho các em tự tin hơn vào bản thân. Chính vì vậy, học sinh tiểu học là lứa tuổi hồn nhiên, vô tư (Bùi Văn Huệ, 2005).

Từ thực trạng khảo sát, các chương trình giáo dục kỹ năng tự nhận thức nên hướng tới rèn luyện cho trẻ nhận biết các đặc điểm bản thân, đặc biệt cần hướng dẫn trẻ cách nhận diện những đặc điểm bên trong như điểm mạnh, điểm hạn chế.

3.2. Thực trạng tự nhận thức về cảm xúc của học sinh lớp 2

Ở lứa tuổi học sinh tiểu học, học sinh đã bắt đầu nhận biết được những cảm xúc cơ bản và lý do dẫn đến các cảm xúc. Trong nghiên cứu này, tự nhận thức về cảm xúc của học sinh được khảo sát bằng 3 nhận định và kết quả thể hiện trong bảng 2.

Bảng 2. Thực trạng tự nhận thức về cảm xúc của học sinh lớp 2

TT	Nhận định	Phần trăm (%)			ĐTB	ĐLC
		1	2	3		
1	Em biết mình vui, buồn hay tức giận	38.3	51.8	9.9	1.72	0.635
2	Em biết vì sao em vui, buồn hay tức giận	40.8	49.6	9.6	1.69	0.638
3	Em biết làm thế nào để mình trở nên vui hơn	22.7	63.1	14.2	1.91	0.602
Chung					1.77	0.331

Ghi chú: $1 \leq \text{ĐTB} \leq 3$

Dữ liệu ở bảng 2 cho thấy ĐTB chung của tự nhận thức về cảm xúc không cao (1.77), thấp hơn so với tự nhận thức về đặc điểm bản thân. Phần lớn học sinh lựa chọn các phương án “Không đúng với với em” và “Đúng với em một phần”. Trong tương quan chung, biểu hiện có phần nhỉnh hơn là “Em biết làm thế nào để mình trở nên vui hơn”. Kết quả này một lần nữa cho thấy tính hồn nhiên, vô tư ở lứa tuổi này.

Học sinh tiểu học còn gặp khó khăn trong nhận diện các cảm xúc và lý do dẫn đến cảm xúc. Những nội dung này không khó đối với học sinh. Tuy nhiên, nếu ít được giáo dục, học sinh sẽ không có thói quen nhận diện mà để cho cảm xúc tự trôi đi hoặc phản ứng một cách bản năng. Với những cảm xúc mạnh, học sinh có thể không biết cách ứng xử phù hợp và khó kiểm soát các hành vi. Nghiên cứu của Phan Ngọc Thảo (2022) cũng chỉ ra học sinh lớp 2 gặp khó khăn nhiều ở việc “có thể giữ bình tĩnh khi giận hay lo sợ” (Phan Ngọc Thảo, 2022)

Thực trạng trên đòi hỏi chương trình phát triển kỹ năng tự nhận thức cho học sinh tiểu học cần chú trọng đến việc giúp trẻ tự nhận thức cảm xúc thông qua nhiều hình thức và phương pháp khác nhau, từ đó hình thành cho học sinh ý thức nhận diện về cảm xúc. Đây chính là bước đầu tiên trong quản lý cảm xúc.

3.3. Thực trạng tự nhận thức về quan hệ xã hội của học sinh lớp 2

Đến lứa tuổi học sinh tiểu học, quan hệ xã hội của học sinh bắt đầu mở rộng hơn. Học sinh biết thêm nhiều bạn mới và cô thầy mới. Tự nhận thức về quan hệ xã hội thể hiện ở việc học sinh biết những người các em yêu thích, hay chơi, những ai hay giúp đỡ, chăm sóc các em. Kết quả khảo sát về nội dung này được thể hiện ở bảng 3 dưới đây.

Bảng 3. Thực trạng tự nhận thức về quan hệ xã hội của học sinh lớp 2

TT	Nhận định	Phần trăm (%)			ĐTB	ĐLC
		1	2	3		
1	Em có thể kể tên những người em yêu thích	7.4	75.9	16.7	2.09	0.483
2	Em kể tên những người bạn thân trong lớp	18.4	61.3	20.2	2.02	0.623
3	Em biết được những việc làm mà các bạn trong lớp đã giúp đỡ em	16.7	61	22.3	2.06	0.623
4	Em biết những người dạy bảo và chăm sóc em	5	64.2	30.9	2.26	0.541
5	Em biết những việc làm mà những người thân đã làm cho em	23.8	59.9	16.3	1.93	0.630
Chung					2.07	0.327

Ghi chú: $1 \leq \text{ĐTB} \leq 3$

Dữ liệu ở bảng 3 cho thấy tự nhận thức về quan hệ xã hội của học sinh còn hạn chế với ĐTB chung là 2.07. Phương án nhận được sự lựa chọn nhiều nhất của học sinh là “Đúng với em một phần”. Biểu hiện khá nhất ở học sinh là “Em biết những người dạy bảo và chăm sóc em” với ĐTB là 2.26. Những người thường dạy bảo

và chăm sóc các em là ông bố, bố mẹ, thầy cô. Đây là những người thường xuyên tiếp xúc với các em nên các em dễ dàng nhận biết.

Dữ liệu cũng chỉ ra rằng còn có khá nhiều học sinh chưa “kể tên được những người bạn thân trong lớp”. Với học sinh lớp 2, các mối quan hệ bạn bè chưa phân biệt nhiều tính thân sơ; thậm chí khi các em có xu hướng thích chơi với một số bạn bè trong lớp, nhưng các em cũng không nhận diện được đó là bạn thân. Do đó, các em còn khó khăn, lúng túng khi kể tên các bạn thân. Một trong những đặc trưng về mặt tâm lý của học sinh tiểu học là tri giác còn mang tính đại thể, chung chung, ít khi đi vào chi tiết (Bùi Văn Huệ, 2005). Điều này cũng chi phối đến quá trình tự nhận thức của các em là khó “biết được những việc làm mà các bạn trong lớp đã giúp đỡ em” và “biết những việc làm mà những người thân đã làm cho em”. Chương trình giáo dục kỹ năng tự nhận thức cho học sinh lớp 2 cần chú ý đến những hạn chế này để nâng cao khả năng tự nhận thức cho học sinh.

3.4. Thực trạng phát huy điểm mạnh của bản thân của học sinh lớp 2

“Phát huy điểm mạnh của bản thân” là một trong những biểu hiện của tự nhận thức, thể hiện sự tự tin của học sinh trong việc thực hiện các hành động dựa trên những điểm mạnh, điểm ưu thế của bản thân. Phát huy điểm mạnh của bản thân là chìa khóa dẫn đến thành công trong cuộc sống và hoạt động nghề nghiệp của các em trong tương lai. Chính vì vậy, cần nghiên cứu về phát huy điểm mạnh của học sinh lớp 2 (xem bảng 4).

Bảng 4. Thực trạng phát huy điểm mạnh của bản thân của học sinh lớp 2

TT	Nhận định	Phần trăm (%)			ĐTB	ĐLC
		1	2	3		
1	Em biết cách khắc phục các điểm hạn chế của mình	40.1	53.5	6.4	1.66	0.594
2	Em xác định được khả năng của mình trong các hoạt động hàng ngày	33.3	56	10.6	1.77	0.624
3	Em xác định được những việc cần làm mỗi ngày trong học tập và sinh hoạt	15.6	66.3	18.1	2.02	0.581
4	Em biết sử dụng các khả năng, thế mạnh của mình để đạt mục tiêu	31.6	54.6	13.8	1.82	0.651
Chung					1.78	0.311

Ghi chú: $1 \leq \text{ĐTB} \leq 3$

Kết quả ở bảng 4 cho thấy so với tự nhận thức về đặc điểm bản thân và quan hệ xã hội, khả năng phát huy điểm mạnh của học sinh lớp 2 hạn chế hơn (ĐTB chung là 1.78). ĐTB của kỹ năng này tương đương với tự nhận thức về cảm xúc. Để phát huy điểm mạnh của bản thân, học sinh tiểu học cần phải nhận thức được điểm mạnh, điểm hạn chế, tuy nhiên, kết quả khảo sát ở bảng 4 cho thấy học sinh còn khó khăn về điểm này. Trong các biểu hiện, học sinh hạn chế nhất ở việc “*biết cách khắc phục các điểm hạn chế của mình*”. Nhận biết hạn chế đã khó, biết cách khắc phục các điểm hạn chế càng khó hơn vì đòi hỏi học sinh cần phải có cái nhìn tổng thể về các khả năng và biết đề xuất các biện pháp, việc làm cụ thể để cải thiện khả năng còn yếu của mình. Trong khi đó, học sinh tự đánh giá về “*xác định được khả năng của mình trong các hoạt động hàng ngày*” khá thấp. Thực tế, ở lứa tuổi học sinh tiểu học, cha mẹ thường định hướng, chỉ dẫn cụ thể cho con cái. Song để phát triển kỹ năng tự nhận thức và giúp học sinh xác định được mục tiêu và phát huy được điểm mạnh của bản thân, nhà trường và gia đình cần tổ chức các hoạt động để học sinh có thể chủ động nhận diện các khả năng và rèn luyện khả năng thiết lập mục tiêu và tiến hành các hành động dựa trên việc phát huy điểm mạnh và khắc phục điểm hạn chế.

4. KẾT LUẬN

Kỹ năng tự nhận thức là kỹ năng sống quan trọng, giúp học sinh lớp 2 hiểu rõ bản thân, từ đó phát huy điểm mạnh để thành công trong cuộc sống. Kỹ năng tự nhận thức được thể hiện ở 4 nội dung: tự nhận thức về đặc điểm bản thân, về cảm xúc, về quan hệ xã hội và phát huy điểm mạnh bản thân. Kết quả khảo sát cho thấy khá nhiều học sinh lớp 2 còn hạn chế về kỹ năng tự nhận thức, đặc biệt là ở tự nhận thức về cảm xúc và phát huy điểm mạnh của bản thân. Chương trình phát triển kỹ năng tự nhận thức cho học sinh tiểu học cần chú trọng đến những hạn chế này, từ đó, đề xuất các biện pháp nâng cao kỹ năng tự nhận thức cho học sinh lớp 2.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

Bùi, V. H. (2005). *Giáo trình tâm lý học tiểu học*. NXB Giáo dục.

Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ for character, health and lifelong achievement*. Bantam.

- Goleman, D. (1998). *Working with emotional intelligence*. Bantam Books.
- Lê, V. H., Lê, N. L., & Nguyễn, V. T. (1999). *Tâm lý học lứa tuổi và tâm lý học sư phạm*. NXB Quốc gia Hà Nội.
- Nguyễn, Á. T., & Nguyễn, T. N. M. (2011). *Giáo trình tâm lý học trẻ em* (Tập 1). NXB Đại học Sư phạm.
- Nguyễn, C. T. (2019). Đặc điểm, biểu hiện của kỹ năng tự nhận thức ở học sinh trung học cơ sở qua dạy học đọc hiểu văn bản tự sự. *Tạp chí Giáo dục và Xã hội*, (101).
- Nguyễn, K. H. (2016). *Rèn luyện kỹ năng sống cho học sinh: Kỹ năng tự nhận thức*. NXB Đại học Sư phạm.
- Nguyễn, P. C. T., & Đinh, T. H. V. (2015). Kỹ năng tự nhận thức của trẻ vị thành niên hiện nay. In *Kỷ yếu Hội thảo khoa học quốc tế “Tâm lý học và giáo dục học trong sự nghiệp phát triển con người Việt Nam”* (pp. 562–566). NXB Đại học Sư phạm.
- Nguyễn, P. C. T., & Đinh, T. H. V. (2016). Kỹ năng tự nhận thức của trẻ vị thành niên nhìn từ góc độ giới tính, độ tuổi và kết quả học tập. *Tạp chí Tâm lý học*, 5(206), 70–80.
- Nguyễn, P. C. T., Đinh, T. H. V., & Phan, M. T. (2016). *Rèn luyện kỹ năng tự nhận thức cho trẻ em*. NXB Đại học Huế.
- Nguyễn, Q. U. (Chủ biên), Nguyễn, V. L., & Đinh, V. V. (2003). *Giáo trình tâm lý học đại cương*. NXB Đại học Sư phạm.
- Nguyễn, T. H. (2013). *Kỹ năng tự nhận thức của học sinh trung học phổ thông hiện nay* (Đề tài cấp viện, mã số V2011–03). Viện Khoa học Giáo dục Việt Nam.
- Phan, N. T. (2022). *Phát triển năng lực cảm xúc – xã hội cho học sinh lớp 2 thông qua hoạt động trải nghiệm* (Luận văn thạc sĩ Giáo dục học). Trường Đại học Sư phạm, Đại học Huế.

Self-Awareness skills of grade 2 students in Dat Do district, Ba Ria – Vung Tau province

Tran Thi Lan¹, Dinh Thi Hong Van², Pham Thi Diep³

¹Long Tan Primary School, Dat Do District, Ba Ria–Vung Tau Province

²University of Education, Hue University

³Nguyen Tat Thanh University

ARTICLE INFO

Article history:

Received 16 September 2023

Received in revised form 26 September 2023

Accepted 15 October 2023

Published 20 December 2025

Keywords:

Emotions

Grade 2 students

Self-awareness skills

Corresponding author:

Tran Thi Lan

E-mail address:

lantranltv@gmail.com

ABSTRACT

Self-awareness is a foundational life skill that helps students understand themselves, thereby enabling them to build on their strengths to succeed in life. The results of a survey of 282 primary school students in Dat Do District, Ba Ria - Vung Tau Province, indicated that many Grade 2 students had limited self-awareness skills, particularly in recognizing their emotions and developing their personal strengths. Based on these findings, this study suggests that programs aimed at developing self-awareness skills for primary school students should address these specific limitations and proposes measures to enhance these skills for Grade 2 students.