

# Hình thành và phát triển các kĩ năng của học sinh để ứng phó với những thay đổi do đại dịch COVID - 19

Trần Huy Hoàng<sup>1</sup>, Nguyễn Thị Hào<sup>2</sup>,  
Bùi Thanh Xuân<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Email: hoangth@vnies.edu.vn

<sup>2</sup> Email: haont@vnies.edu.vn

<sup>3</sup> Email: xuanbt@vnies.edu.vn

Viện Khoa học Giáo dục Việt Nam  
101 Trần Hưng Đạo, Hoàn Kiếm, Hà Nội, Việt Nam

**TÓM TẮT:** Một trong những yếu tố giúp học sinh ứng phó với những biến đổi xã hội như đại dịch COVID-19 hiện nay là các kĩ năng để vượt qua khó khăn cả về tâm lí, học tập và các hoạt động trong cuộc sống. Đây cũng là điều mà thế giới đang chung tay thực hiện như một phần quan trọng trong quá trình đẩy lùi dịch bệnh và giáo dục học sinh trong giai đoạn đặc biệt này. Với lí do đó, chúng tôi tham khảo một số kinh nghiệm quốc tế giúp trẻ em ứng phó với đại dịch COVID-19 và đề xuất việc hình thành những kĩ năng cần thiết cho học sinh Việt Nam để vượt qua đại dịch này. Những kết quả nghiên cứu này có thể được sử dụng trong nghiên cứu, giảng dạy về kĩ năng nói chung, kĩ năng ứng phó với đại dịch nói riêng.

**TỪ KHÓA:** Kĩ năng sống; ứng phó với COVID - 19; giáo dục kĩ năng.

→ Nhận bài 23/4/2020 → Nhận bài đã chỉnh sửa 25/11/2020 → Duyệt đăng 25/02/2021.

## 1. Đặt vấn đề

Cho đến nay, đại dịch COVID-19 đã ảnh hưởng nghiêm trọng tới nhiều quốc gia trên thế giới, trong đó có Việt Nam. Đây không chỉ là một tình huống khẩn cấp về sức khỏe mà nó còn tạo ra một tình trạng khủng hoảng giáo dục. Tính đến ngày 09 tháng 4 năm 2020, theo thống kê của UNESCO và World Bank, đã có 62 quốc gia áp dụng biện pháp đóng cửa trường học và ước tính số trẻ em không được đến trường học tập trong giai đoạn hiện tại là 362 triệu em. Trước tình hình dịch bệnh diễn biến phức tạp, học sinh (HS) ở hầu hết các tỉnh thành Việt Nam đã nghỉ học và đã bắt đầu học online (tùy theo cấp học). Trong thời gian này, nhiều em không tránh khỏi những cảm xúc tiêu cực như: lo lắng, nhàm chán, sợ hãi vì diễn biến của đại dịch. Chính vì thế, hình thành và phát triển các kĩ năng cho HS để ứng phó với dịch COVID-19 nói riêng, để thích ứng với sự biến động của môi trường sống và học tập nói chung là điều cấp thiết, cần sự chung tay góp sức của gia đình, nhà trường và toàn xã hội.

## 2. Nội dung nghiên cứu

### 2.1. Kinh nghiệm hỗ trợ trẻ em ứng phó với dịch bệnh COVID-19 của các quốc gia, tổ chức quốc tế

Những tác động mạnh mẽ của đại dịch COVID-19 đã ảnh hưởng không nhỏ đến hầu hết mọi tầng lớp trong xã hội, đặc biệt là trẻ em, đối tượng cần được bảo vệ đặc biệt trước mọi loại thiên tai, dịch bệnh. Các gia đình trên khắp đất nước ở những các quốc gia mà đại dịch hoành hành đang phải tập thích nghi dần với những thay đổi trong cuộc sống hàng ngày do COVID-19 gây ra. Hầu hết các trường học, địa điểm công cộng và các cơ sở kinh doanh không thiết yếu đều bị đóng cửa, trong khi

phụ huynh và những người chăm sóc trẻ phải đối mặt với việc giúp cả gia đình điều chỉnh lại nhịp sống ‘thời COVID’ để bảo đảm công việc, học hành vẫn không bị đình trệ hoàn toàn. Điều này bao gồm những nỗ lực để làm cho trẻ ‘bận rộn’ hơn, cảm thấy được an toàn và cố gắng theo kịp với những thay đổi của việc học trực tuyến, học qua truyền hình. Để làm được những điều này hoàn toàn không dễ dàng, song nếu thành công, chúng sẽ giúp trẻ có được trạng thái bình ổn, tin tưởng rằng mọi việc sẽ trở nên tốt đẹp hơn.

Thông thường, trẻ em luôn có xu hướng tìm đến người lớn, học hỏi từ người lớn để biết cách phản ứng với các sự kiện, tình huống gây căng thẳng. Vì vậy, cách thức phản ứng, trạng thái cảm xúc và hành động hàng ngày của những người lớn xung quanh có thể làm giảm nhẹ hoặc trầm trọng thêm những lo lắng, bất an ở trẻ. Bên cạnh đó, việc phải chấp hành giãn cách xã hội bắt buộc cũng là cơ hội to lớn để người lớn và trẻ dành nhiều thời gian hơn bên nhau, trẻ học được từ người lớn cách giải quyết các vấn đề phát sinh do dịch bệnh bất ngờ, rèn luyện tính linh hoạt và biết thể hiện lòng trắc ẩn, sự quan tâm đến người khác khi tất cả đều phải điều chỉnh lịch trình hàng ngày, cân bằng công việc và các hoạt động khác, thực hiện hầu hết mọi liên hệ với thế giới bên ngoài theo một hình thức mới mẻ: tránh tối đa việc tiếp xúc hoặc gặp gỡ cơ học.

Trong bối cảnh đó, nhiều quốc gia và tổ chức quốc tế đã kịp thời xây dựng các tài liệu, công cụ để giúp nhà trường, cha mẹ và người chăm sóc trẻ biết cách hỗ trợ cho trẻ em ứng phó với tình trạng căng thẳng và những hệ lụy mà COVID-19 gây ra, đồng thời duy trì nhịp độ học hành và cân bằng cuộc sống ở mức tốt nhất có thể.

Ứng phó với tình hình dịch COVID đang diễn biến phức tạp, nhiều quốc gia và tổ chức quốc tế đã kịp thời xây dựng các tài liệu, công cụ để giúp nhà trường, cha mẹ và người chăm sóc trẻ biết cách hỗ trợ cho trẻ em ứng phó với tình trạng căng thẳng và những hệ lụy mà COVID-19 gây ra, đồng thời duy trì nhịp độ học hành và cân bằng cuộc sống ở mức tốt nhất có thể. Đơn cử một số tài liệu tiêu biểu sau:

WHO (Tổ chức Y tế Thế giới), UNICEF (Quỹ Nhi đồng Liên hiệp quốc) và IFRC (Hiệp hội Chữ thập đỏ và Trăng lưỡi liềm đỏ quốc tế) đã đưa ra “*Những thông điệp cơ bản và hành động cần thiết để phòng chống COVID-19 trong nhà trường*” [1], dành cho các đối tượng cán bộ quản lý, giáo viên và nhân viên nhà trường, sinh viên, HS, trẻ em với những nội dung như: Những lưu ý về cung cấp nhu yếu phẩm cần thiết cho mùa dịch, điều chỉnh các hướng dẫn tùy theo tình hình mỗi nước; giám sát quá trình thực thi, sức khỏe tâm thần và hỗ trợ tâm lý học đường, (Bảng kiểm hành động cần thiết, giáo dục sức khỏe theo độ tuổi, trường mầm non, trường tiểu học, trường trung học cơ sở (THCS), trường trung học phổ thông (THPT))...

Nhận thức được trong giai đoạn giãn cách xã hội, trẻ em chủ yếu dành thời gian trong gia đình, UNICEF đã phối hợp cùng các đối tác (như CDC, USAID, WHO...) để cung cấp cho các bậc cha mẹ những lời khuyên hữu ích trong việc trợ giúp trẻ em trong đại dịch COVID-19 thông qua tài liệu “*Những lời khuyên dành cho phụ huynh về COVID-19*” [2]. Tài liệu bao gồm những lời khuyên và khuyến nghị thiết thực để cha mẹ, người chăm sóc có thể áp dụng ngay cho trẻ em trong gia đình: Đổi một cơ hội lấy một cơ hội (Chỉ việc tạm thời phải từ bỏ cơ hội đến trường học, đồng thời đón nhận cơ hội ở nhà bên gia đình); Giữ trạng thái tích cực; Làm mọi việc một cách khoa học, hợp lý; Xử lý hành vi xấu của trẻ khi ở nhà; Giữ bình tĩnh và kiểm soát căng thẳng; Nói về COVID-19 với trẻ.

Cùng chung mục đích hỗ trợ trẻ em một cách tốt nhất trong bối cảnh đại dịch, tổ chức quốc tế Plan Australia thông qua tài liệu “*Làm thế nào để giúp trẻ ứng phó với đại dịch COVID-19*” [3] đã đưa ra những cách thức cụ thể để cha mẹ biết cách đồng hành cùng con, hiểu con và luôn sẵn sàng trợ giúp khi con cần, như:

- Hãy cho trẻ biết những cảm giác mà chúng đang có (như lo lắng, căng thẳng...) đều là bình thường, trấn an trẻ; giúp trẻ biết rằng kể cả nếu tình hình xấu nhất, chúng và những người khác sẽ không cô đơn;
- Dạy trẻ phải làm gì nếu bị nhiễm bệnh;
- Đảm bảo rằng trẻ hiểu cách tự bảo vệ mình khỏi COVID-19;
- Giáo dục trẻ về các thông tin chính xác liên quan đến COVID-19;
- Giúp trẻ biết tìm sự trợ giúp;

- Giúp trẻ duy trì cảm giác vui vẻ, an nhiên, và niềm vui trong cuộc sống;

- Duy trì các thói quen thường nhật.

Bên cạnh đó, trang thông tin về sức khỏe trẻ em (Kids Health Info) thuộc tổ chức Bệnh viện Nhi Hoàng gia Úc cũng cung cấp những hướng dẫn tương tự về “*Hỗ trợ trẻ em và thanh thiếu niên đối phó với COVID-19*” [4], nhấn mạnh thêm đến các vấn đề để phụ huynh lưu ý, như về cách trò chuyện phù hợp với trẻ; tập trung vào những gì ta có thể kiểm soát; cho trẻ thấy người lớn quanh chúng đều bình tĩnh; và người lớn cũng cần chăm sóc tốt bản thân để có thể chăm lo cho trẻ...

Mặc dù chưa nằm trong số các quốc gia có số ca nhiễm COVID-19 nhiều nhất thế giới, Bộ Giáo dục Newzealand đã kịp thời xây dựng và công bố tài liệu trực tuyến “*Trợ giúp trẻ trong thời gian học tập tại nhà*” [5]. Đây là tài liệu dành cho cha mẹ, liên quan đến sức khỏe, sự an toàn và hạnh phúc của trẻ em trong giai đoạn các trường học đều đóng cửa và trẻ chủ yếu tham gia các hình thức học tập từ xa, tự học. Các hướng dẫn trong tài liệu này xoay quanh những chủ đề:

- Sức khỏe trẻ em liên quan mật thiết đến hạnh phúc của bạn;

- Giữ bình tĩnh và trấn an;

- Thông tin cho trẻ em;

- Sẵn sàng dành thời gian cho trẻ;

- Sắp xếp công việc hàng ngày của bạn - lần lượt từng ngày một;

- Học từ xa;

- Đối phó với sự cách li, giãn cách xã hội;

- Thể hiện lòng trắc ẩn và tạo cảm giác lạc quan, hi vọng;

- Tránh đổ lỗi quá mức;

- Giám sát việc xem truyền hình và phương tiện truyền thông, mạng xã hội của trẻ;

- Rà soát, làm mẫu những cách thực hành vệ sinh cơ bản và lối sống lành mạnh để bảo vệ bản thân, mọi người;

- Đường dây trợ giúp và thông tin.

Trong bối cảnh quốc gia ngày càng phải đối mặt với nhiều vấn đề cấp bách khi tình hình dịch COVID-19 ngày càng lan tràn, Bộ Giáo dục và CDC (Trung tâm Phòng chống, Kiểm soát dịch bệnh quốc gia) của Mỹ đã ban hành “*Hướng dẫn dành cho nhà trường và các chương trình chăm sóc trẻ em*” [3] liên quan đến việc ứng phó trước và trong đại dịch. Tài liệu cung cấp những chỉ dẫn cụ thể để giáo viên, cán bộ nhà trường và phụ huynh biết cách xử lý đối với từng giai đoạn của dịch bệnh ở khu vực của mình, từ việc duy trì các chức năng hành chính, nhân sự của nhà trường để bảo đảm kết nối liên tục với trẻ em, cộng đồng, cho đến cách thức giải quyết khi có một hay nhiều ca lây nhiễm, cách bảo vệ sức khỏe cá nhân trong thời kỳ dịch bệnh, chuẩn bị các kế hoạch khẩn cấp khi tình huống mới phát sinh, những lời khuyên hữu ích cho

cha mẹ khi con em không đến trường...

Đồng hành với những nỗ lực trên của Bộ Giáo dục và CDC, Hiệp hội quốc gia các nhà tư vấn tâm lý trường học Mĩ (NASP) cũng đưa ra những hướng dẫn quan trọng để mỗi gia đình có thể hỗ trợ trẻ em vượt qua khủng hoảng dịch bệnh, giúp trẻ duy trì trạng thái cân bằng tâm lý và sức khỏe ổn định. Các chủ đề trong tài liệu “*Giúp trẻ đối phó với những thay đổi do COVID-19 gây ra*” [6] của NASP gồm:

- Giữ bình tĩnh, lắng nghe, và giúp trẻ bình tâm;
- Quản lý việc xem tivi, tham gia mạng xã hội;
- Dành thời gian trò chuyện với trẻ;
- Trung thực, chính xác;
- Giải thích, cung cấp thông tin phù hợp từng độ tuổi;
- Kết nối, giữ liên lạc với nhà trường;
- Nắm được triệu chứng cơ bản của COVID-19;
- Thực hành lối sống vệ sinh, lành mạnh;
- Biết rõ tình trạng sức khỏe tinh thần của trẻ để can thiệp kịp thời;

Các tài liệu, hướng dẫn trên chủ yếu được phát hành online trên website chính thức của tổ chức, và được lan truyền rộng rãi qua các phương tiện truyền thông, mạng xã hội, các hiệp hội, đoàn thể... có liên quan đến trẻ em. Trong thời đại mạng internet đã tạo nên những kết nối không lồ, có sức lan tỏa mạnh mẽ trên toàn thế giới, việc phát hành và quảng bá, tuyên truyền các tài liệu, ấn phẩm trên với hình thức trực tuyến càng cho thấy lợi thế to lớn của nó, đặc biệt trong bối cảnh lây lan nguy hiểm của COVID-19 thông qua tiếp xúc trực tiếp.

Như vậy, các tài liệu, ấn phẩm của các tổ chức quốc tế, chính phủ và phi chính phủ đều tập trung vào việc cung cấp cho nhà trường, cha mẹ, người chăm sóc trẻ những kỹ năng, phương pháp cần thiết để ứng phó hiệu quả với tác động của đại dịch COVID-19, đồng thời giúp họ biết cách hỗ trợ tốt nhất cho trẻ em trong thời gian giãn cách xã hội, sinh hoạt trong gia đình, học tập từ xa. Mặc dù trọng tâm của những tài liệu này hướng đến những kiến thức, kỹ năng rất cụ thể để giúp cha mẹ, người lớn hiểu được trẻ em trong bối cảnh phức tạp, căng thẳng của dịch bệnh để có thể trấn an trẻ, hỗ trợ các em tiếp tục duy trì nhiệm vụ học tập với những khó khăn mới phát sinh, song nội dung của chúng còn cố gắng truyền đạt đến mọi người, đặc biệt là trẻ em và gia đình các em, một tinh thần lạc quan, tin tưởng vào những nỗ lực không ngừng của toàn nhân loại nhằm chiến thắng dịch bệnh và một thái độ bình tĩnh, an nhiên trước mọi khó khăn, có thể tự giúp mình và giúp được người khác. Đó chính là những kỹ năng và giá trị vô cùng quan trọng giúp cho mỗi người, dù người lớn hay trẻ em, có đủ khả năng đứng vững, chống chịu và vượt qua những thử thách, nghịch cảnh không lường trước trong bất kì hoàn cảnh nào.

### 2.2. Hình thành và phát triển các kỹ năng cho học sinh ở Việt Nam để ứng phó với dịch bệnh COVID-19

Mặc dù hiện nay Việt Nam không nằm trong những nước bị ảnh hưởng nặng nề bởi dịch COVID -19 và đang kiểm soát dịch khá tốt nhưng HS nước ta cũng đã và đang bị ảnh hưởng không nhỏ bởi đại dịch này đến cuộc sống cũng như học tập. Sự thay đổi từ bối cảnh chung của xã hội, cộng đồng, khu phố, gia đình nơi các em cư trú không tránh khỏi làm các em rơi vào tâm trạng hoang mang, lo lắng, sợ hãi, thậm chí hoang loạn nếu không may bị nhiễm COVID - 19. Từ việc hằng ngày diễn ra các sinh hoạt bình thường như: Đến trường, vui chơi, giải trí... nay chuyển sang trạng thái cách li xã hội, hạn chế ra đường. Từ hình thức học trực tiếp các em chuyển sang học trực tuyến, học qua truyền hình nên còn gặp nhiều khó khăn trong việc tiếp thu kiến thức cũng như tương tác với giáo viên, bè bạn. Vì thế, việc hình thành và phát triển cho các em các kỹ năng trước hết để ứng phó với đại dịch COVID – 19 trong bối cảnh hiện nay là hết sức cần thiết. Theo chúng tôi, 4 nhóm kỹ năng và thói quen chính cần hình thành và phát triển cho học sinh Việt Nam để ứng phó với dịch COVID bao gồm:

#### *Thứ nhất, nhóm kỹ năng phòng tránh COVID 19.*

HS, nhất là lứa tuổi mầm non và tiểu học, nếu liệt kê theo thứ tự các biện pháp phòng tránh thì sẽ khó tiếp thu. Vì thế, tạo hứng thú cho trẻ để nắm được kỹ năng phòng tránh COVID là điều rất cần thiết. Chúng ta có thể hình thành và phát triển kỹ năng này thông qua những hoạt động trực quan như: Cho trẻ nghe, hát và múa các bài hát liên quan đến cách phòng chống COVID 19 (VD “Ghen cô Vy”), làm mẫu và cho trẻ cùng luyện tập các hành động như rửa tay, đeo khẩu trang, giữ khoảng cách an toàn khi tiếp xúc..., cho trẻ đóng kịch liên quan đến phòng chống COVID (nếu nhà có hai trẻ trở lên), khích lệ trẻ làm thơ, vẽ tranh về chủ đề phòng tránh COVID 19, dán những mẫu giấy nhỏ hoặc hình ảnh minh họa về cách phòng tránh dịch COVID 19 để các em có thể nhớ theo nguyên tắc lặp lại. Với việc lặp đi lặp lại các hoạt động phòng tránh một cách chủ động, HS sẽ dần dần làm chủ được. Quá trình này cũng có thể được hình thành theo phương pháp lan tỏa nếu như trong nhà có từ hai trẻ em trở lên. Khi một trẻ có các kỹ năng phòng tránh COVID tốt, chúng ta có thể khuyến khích trẻ trở thành “cô giáo” hướng dẫn các trẻ em còn lại thực hiện điều này.

#### *Thứ hai, nhóm kỹ năng tạo tâm thế và cảm xúc tích cực với việc ở nhà trong thời gian dài nghỉ dịch.*

Cảm xúc là một trong những yếu tố quyết định tới hành động của trẻ em. Chính vì thế, chúng ta cần chuẩn bị cho trẻ tâm thế và cảm xúc tích cực với việc ở nhà trong suốt thời gian dịch bệnh. Đây cũng là “vắc xin tinh thần” để giúp các em vượt qua giai đoạn này. Tâm thế và cảm xúc này có thể được hình thành và phát triển qua việc gắn kết các thành viên trong gia đình, chia sẻ, cùng nhau làm

cho khoảng thời gian nghỉ tránh dịch trở nên ấm cúng, vui vẻ trong khuôn viên gia đình. Cũng có thể tạo tâm thế này bằng cách tạo cho các em những lịch làm việc và vui chơi kín mít, không còn thời gian để cảm thấy chán nản. Ngoài việc học, các em có thể trở thành những “lao động chính” hoặc “người trợ giúp” chính trong gia đình với những việc vừa sức như: Nấu cơm, rửa bát, trông em, dọn dẹp nhà cửa. Chúng tôi có phỏng vấn trực tuyến một số HS có cảm xúc tích cực trong thời gian nghỉ dịch vừa qua. Đây là câu trả lời của một HS lớp 2: “Trước khi nghỉ học, cô dặn em là nếu nhàm chán thì có thể vẽ hoặc xếp hình. Nhưng mà em thậm chí còn không có thời gian để chán vì phụ mẹ trông em, gấp quần áo, kể chuyện cho bố mẹ nghe”. Rõ ràng, gia đình có vai trò quyết định đối với việc tạo cảm xúc tích cực cho HS. Cảm xúc tích cực này cũng có thể được tạo ra bằng cách gắn kết, chia sẻ cảm xúc giữa các nhóm HS với nhau thông qua các kết nối online qua mạng xã hội facebook, zalo, gmail... dưới sự hỗ trợ của các phụ huynh. Mục đích của hoạt động này là tạo cho các em “không khí” như ở trường học và khối phố, làng xóm khi chưa có dịch. Khi có sự gắn kết, HS sẽ cảm thấy việc cách li xã hội, hạn chế tiếp xúc trực tiếp để phòng dịch không ảnh hưởng nhiều đến mối quan hệ bạn bè của các em. Giáo viên cũng là người quyết định đến tâm lý của trẻ. Mặc dù không tiếp xúc trực tiếp nhưng thông qua những giờ học, trò chuyện online với HS, giáo viên có thể động viên, khích lệ, giúp các em hiểu rõ hơn về hiện trạng đang diễn ra. Qua đó, HS có thể thấy rằng các em vẫn nhận được sự quan tâm đầy đủ từ gia đình, nhà trường, bạn bè trong thời gian dịch bệnh. Đây cũng là thời điểm cần sự gắn kết chặt chẽ hơn nữa giữa gia đình, nhà trường và xã hội để cùng giúp trẻ vượt qua khó khăn.

*Thứ ba, hình thành kỹ năng và niềm vui thích với học online, học qua truyền hình.*

Để làm được điều này, phụ huynh và giáo viên cần phải đồng hành cùng HS, ít nhất là trong thời gian đầu tiếp xúc với phương thức học online để các em không cảm thấy lúng túng, khó khăn trong các thao tác sử dụng thiết bị học (ti vi, máy tính, điện thoại...). Hiện nay, việc học online tạo ra không ít khó khăn cho trẻ. Ví dụ: Cô và trò “lạc” nhau trên thế giới mạng, trẻ không được tương tác trực tiếp với cô, âm thanh, kết nối mạng không được như mong muốn... Những khó khăn đó có thể làm cho trẻ cảm thấy lạc lõng, chán nản thậm chí không muốn tham gia học trực tuyến. Vì vậy, gia đình và giáo viên cần tạo ra không gian và điều kiện học tập tốt nhất cho trẻ. Với những giờ học của trẻ, gia đình nên giám sát, hỗ trợ các em xử lý những khó khăn, phát sinh trong quá trình học tập. Giáo viên cần tạo ra không gian học tập trên mạng sôi nổi thông qua những bài giảng trực quan, thiết thực, chuyên tải sinh động kiến thức để HS có thể vận dụng giải quyết các nhiệm vụ học tập và áp dụng vào cuộc

sống. Những lời động viên khích lệ cùng các hình thức khen thưởng từ phụ huynh và giáo viên là yếu tố không thể thiếu để tạo niềm vui cho các em. Nếu được hình thành và duy trì hiệu quả, các kỹ năng, thói quen học tập trực tuyến như vậy không chỉ hữu ích trong thời gian dịch bệnh, mà còn cho cả quãng đời sau này của trẻ để theo đuổi con đường học tập thường xuyên, suốt đời. Đây cũng là cách giúp trẻ tiếp thu công nghệ, kỹ thuật hiện đại của thế giới.

*Thứ tư, nhóm kỹ năng lên kế hoạch sau dịch COVID-19.* Đây là một nhóm kỹ năng cần chuẩn bị trong giai đoạn ứng phó với dịch bệnh. Bởi lẽ, trong giai đoạn đặc biệt này, hầu hết các vấn đề trong học tập và cuộc sống đều bị xáo trộn. Theo đó, HS dần thích ứng với môi trường gia đình hơn so với nhà trường và xã hội. Khi bắt kịp với nhịp của các lớp học online, học qua truyền hình và “du lịch” xã hội qua màn ảnh nhỏ, các em có thể rơi vào ba trạng thái tinh thần. Một là, HS thích nghi hoàn toàn với các hoạt động diễn ra trong khuôn khổ gia đình và trở nên yêu thích tình trạng tạm thời trong một giai đoạn này. Với những HS này, bước qua giai đoạn dịch bệnh, các em rất có thể không sẵn sàng để tham gia các hoạt động học tập, hoạt động cộng đồng bên ngoài khuôn khổ gia đình. Hai là, HS dù đã thích nghi được với các hoạt động trong giai đoạn dịch bệnh và có nhu cầu tham gia các hoạt động bình thường khi hết dịch bệnh. Tuy nhiên, vì thời gian nghỉ dịch bệnh khá lâu, các em có thể gặp ít nhiều khó khăn thì tham gia trở lại các hoạt động bên ngoài khuôn khổ gia đình. Ba là, nhóm HS có thể hoàn toàn thích nghi với các hoạt động của giai đoạn nghỉ vì dịch bệnh và giai đoạn sau đó. Với nhóm HS thứ ba, các em có thể tự lên kế hoạch sau dịch bệnh. Nhưng với nhóm thứ nhất và nhóm thứ hai, gia đình, nhà trường và xã hội cần phải chuẩn bị tâm thế cho các em trở lại với những hoạt động sau dịch bệnh. Thông qua trò chuyện về những sự việc yêu thích mà các em mong muốn được thực hiện sau khi dịch bệnh kết thúc, phụ huynh, giáo viên có thể chia sẻ với HS những thuận lợi và khó khăn sau của giai đoạn tiếp theo này. Đồng thời, trong khi chia sẻ, phụ huynh và giáo viên cũng có thể khuyến khích các em tự lên kế hoạch cụ thể cho giai đoạn sau dịch bệnh để tiếp tục hoàn thành công việc học tập cũng như những việc khác trong cuộc sống. Điều này sẽ giúp các em chủ động dự kiến, thực hiện kế hoạch của bản thân sau khi dịch bệnh kết thúc.

Về bản chất, những kỹ năng trên đây không chỉ cần trong và ngay sau thời gian đại dịch COVID-19 diễn ra mà chúng rất hữu ích với HS trong bất kỳ hoàn cảnh nào, đặc biệt là đối với hoàn cảnh xã hội có nhiều biến động. Đó chính là kỹ năng thích ứng với sự thay đổi của hoàn cảnh và môi trường sống, khi có những thay đổi từ phía nhà trường, gia đình hoặc xã hội. Những thay đổi này có thể được đưa ra theo một kế hoạch định sẵn (kế hoạch dài

hạn, trung hạn và ngắn hạn), cũng có thể dự đoán được trước hoặc bất ngờ ập đến. Khi HS luôn luôn có ý thức rèn luyện, phát triển và nâng cao khả năng thích nghi của bản thân với những thay đổi trong cuộc sống và học tập, các em sẽ vững tin để vượt qua mọi khó khăn.

### 3. Kết luận

Việt Nam đang cùng với thế giới chung tay đẩy lùi dịch bệnh, trong đó trẻ em là đối tượng cần được quan tâm, bảo vệ đặc biệt. Nhiều tài liệu nghiên cứu, phân tích về tác động của COVID-19 đã được phát hành và đang được nghiên cứu, tổng kết để xuất bản kịp thời dưới nhiều hình

thức khác nhau: truyền thông trên truyền hình, đài phát thanh, báo mạng, báo giấy, bài nghiên cứu trên báo, tạp chí chuyên ngành, tài liệu phát hành trên mạng, hội nghị trực tuyến... Đây là những nghiên cứu hữu ích mà gia đình, nhà trường và xã hội có thể tham khảo để lựa chọn những thông tin thiết thực, phù hợp nhất để hình thành và phát triển kỹ năng cho HS. Đặc biệt, điều quan trọng nhất là cần có sự kết hợp chặt chẽ, chung tay, góp sức của gia đình, nhà trường và xã hội và nỗ lực của bản thân HS. Bên cạnh đó, những khác biệt về vùng miền, điều kiện kinh tế, xã hội cũng sẽ quyết định quan trọng đến việc lựa chọn phương pháp phù hợp để tạo kỹ năng cho HS.

#### Tài liệu tham khảo

- [1] UNICEF, (2020), *Key message and actions for COVID-19 prevention and control in school*, guidance document.
- [2] UNICEF, (2020), *COVID-19 parenting one-on-one time*, <https://www.unicef.org/media/67211/file>, guidance document.
- [3] Center for Disease Control and Prevention, (2020), *Specific guidance for school and programs*, <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/schools-childcare/index.html>, truy cập 7/4/2020.
- [4] The Royal Children's Hospital Melbourne, (2020), *Supporting children and young people to cope with the corona virus Covid-19 pandemic*.
- [5] Ministry of Education of Newzealand, (2020), *Helping children and young people while they are learning at home* (2020), guidance document.
- [6] National association of school psychologists, (2020), *Helping children cope with changes resulting from COVID-19*, <https://www.nasponline.org/resources-and-publications/resources-and-podcasts/school-climate-safety-and-crisis/health-crisis-resources/helping-children-cope-with-changes-resulting-from-covid-19>, truy cập 11/4/2020
- [7] PLAN, (2020), *Helping children cope with Covid-19 pandemic*, [https://www.plan.org.au/-/media/plan/documents/learn/publications/helping\\_childrencopewithcovid19pandemic2020.pdf](https://www.plan.org.au/-/media/plan/documents/learn/publications/helping_childrencopewithcovid19pandemic2020.pdf)

## DEVELOPING SKILLS FOR STUDENTS TO COPE WITH THE CHANGES RESULTING FROM THE COVID-19 PANDEMIC

Tran Huy Hoang<sup>1</sup>, Nguyen Thi Hao<sup>2</sup>,  
Bui Thanh Xuan<sup>4</sup>

<sup>1</sup> Email: [hoangth@vnies.edu.vn](mailto:hoangth@vnies.edu.vn)

<sup>2</sup> Email: [haont@vnies.edu.vn](mailto:haont@vnies.edu.vn)

<sup>3</sup> Email: [xuanbt@vnies.edu.vn](mailto:xuanbt@vnies.edu.vn)

The Vietnam National Institute of Educational Sciences  
101 Tran Hung Dao, Hoan Kiem, Hanoi, Vietnam

**ABSTRACT:** *Developing coping skills is considered as an important factor to help students overcome difficulties in both psychology, learning and living activities during the current COVID-19 pandemic. This is also actions that people in the world implement together as an important part in the process of combating the pandemic and educating students in this special period. For this reason, we have reviewed some international experiences in helping children to cope with the COVID-19 pandemic, then proposed some recommendations on establishing those necessary coping skills for Vietnamese students to overcome the pandemic. These research results can be used in research and teaching skills in general and pandemic response skills in particular.*

**KEYWORDS:** Life skills; coping with COVID-19; skill education.