



HỢP PHẦN 1

EM GÁI - THỦ LĨNH
CỦA SỰ THAY ĐỔI
TÍNH QUYẾT ĐOÁN

**CHAMPIONS
OF CHANGE**



**GIRLS
GET EQUAL**

Thủ lĩnh của sự thay đổi vì quyền của trẻ em gái và bình đẳng giới là chiến lược của Tổ chức Plan International được triển khai ở cộng đồng nhằm thúc đẩy bình đẳng giới và thay đổi chuẩn mực xã hội thông qua việc huy động sự tham gia của trẻ em và nhóm đồng đẳng. Bộ tài liệu EM GÁI – THỦ LĨNH CỦA SỰ THAY ĐỔI là một chương trình toàn diện mang tính toàn cầu hướng đến mục đích trao quyền cho trẻ em gái. Bộ tài liệu bao gồm các hoạt động hấp dẫn và linh hoạt, nhằm khuyến khích trẻ em gái học được các kiến thức, thái độ và kỹ năng dựa trên kinh nghiệm sống của chính các em. Tài liệu này song hành với bộ tài liệu EM TRAI – THỦ LĨNH CỦA SỰ THAY ĐỔI.

Ý tưởng chung và hướng dẫn:

Alex Munive, Giám đốc bộ phận Bình đẳng giới và Hòa nhập,
Lucero Quiroga, Chuyên gia về Bình đẳng giới

Chuyên gia tư vấn nội dung:

Lucero Quiroga, Chuyên gia về Bình đẳng giới

Hỗ trợ nghiên cứu và biên tập:

Natasha Brownlee

Đặc biệt chúng tôi xin cảm ơn những cá nhân đã đóng góp ý kiến cho chủ đề này:

Nidhi Bansal, Octavia Leonardo, Daniel Molina và Anja Stuckert.

Thiết kế và đồ họa:

www.alikecreative.com

Biên tập:

Lê Quỳnh Lan, Trịnh Thị Mai Anh, Đào Thị Bảo Thư, Trần Thị Bích Loan

Chịu trách nhiệm nội dung và kỹ thuật:

Tổ chức Plan International Việt Nam và Vụ Bình đẳng giới – Bộ Lao động – Thương binh và Xã hội

Tài liệu này có thể được sao chép để sử dụng cho các hoạt động tập huấn, đào tạo hoặc nghiên cứu nhưng cần trích dẫn nguồn rõ ràng. Không được phép sử dụng cho các mục đích khác khi chưa được sự đồng ý của tổ chức Plan International.

Tổ chức Plan International (2016) Hợp phần Tính quyết đoán, một hợp phần nằm trong cuốn *EM GÁI – THỦ LĨNH CỦA SỰ THAY ĐỔI* - bộ tài liệu về Bình đẳng giới và Quyền của Trẻ em gái.

Woking, Vương quốc Anh: Plan International.

Số ISBN: 978-92-9250-025-2

Cuốn tài liệu này được Tổ chức Plan International Việt Nam hợp tác với Viện phát triển sức khỏe cộng đồng Ánh sáng (LIGHT) dịch và hiệu đính lần 1; Vụ Bình đẳng giới – Bộ Lao động - Thương binh và Xã hội hiệu đính lần 2 và hoàn thiện trong khuôn khổ dự án Thành phố An toàn và Thân thiện với trẻ em gái do Văn phòng Plan International Đức và Bộ Ngoại giao và Thương mại Úc (DFAT) tài trợ.

LỜI NÓI ĐẦU

Theo ước tính của Liên hợp quốc vào năm 2030 trung bình cứ 3 người dân thì có 1 người sinh sống ở các thành phố với ít nhất nửa triệu dân¹. Diện tích của các đô thị cũng sẽ thay đổi, số thành phố lớn với dân số hơn 10 triệu dân – tăng từ 28 thành phố năm 2014 lên thành 41 thành phố năm 2030². Với xu hướng này, Đại hội đồng Liên hợp quốc đã phê duyệt một Chương trình nghị sự toàn cầu mới hướng đến Cộng đồng và thành phố bền vững. Chương trình nghị sự đưa ra một khung hoạt động với mong đợi thúc đẩy môi trường an toàn, hòa nhập và lành mạnh trong các thành phố cho tất cả mọi người.

Chương trình Thành phố an toàn cho trẻ em gái được thiết kế để đáp ứng với các thách thức ngày càng gia tăng của vấn đề đô thị hóa thông qua việc trao quyền cho các em gái, đồng thời thúc đẩy hợp tác giữa các bên liên quan để xây dựng các cộng đồng trở nên an toàn và thân thiện hơn. Chương trình cũng nhằm giải quyết các vấn đề gốc rễ của xã hội ảnh hưởng đến sự an toàn của các em gái cũng như hướng tới việc chuyển đổi các quan niệm, định kiến xã hội đã củng cố các phân biệt về giới và tình trạng bạo lực trên cơ sở giới.

Tổ chức Plan International đã bắt đầu hợp tác với chương trình Định cư con người Liên hợp quốc – UN HABITAT, Tổ chức Phụ nữ ở thành phố - Women in Cities thực hiện sáng kiến xây dựng Thành phố an toàn với trẻ em gái từ năm 2012. Đến nay, từ 5 thành phố ban đầu bao gồm Hà Nội, New Delhi, Kampala, Cairo, Lima, Tổ chức Plan International đã mở rộng mô hình đến 3 thành phố khác và dự kiến sẽ nhân rộng mô hình tại 20 thành phố của các nước kém phát triển và đang phát triển trên toàn cầu.

Tổ chức Plan International phấn đấu cho một thế giới mà ở đó, trẻ em gái được bình đẳng với trẻ em trai, quyền trẻ em và sự bình đẳng cho các em gái được thúc đẩy. Giá trị của trẻ em gái ngang bằng với trẻ em trai và các em có các cơ hội bình đẳng như các em trai. Một thế giới ở đó trẻ em gái có thể lớn lên khỏe mạnh, được trang bị các kiến thức và kỹ năng để phát triển và trưởng thành như trẻ em trai.

Tại Việt Nam, Tổ chức Plan International Việt Nam đã và đang hợp tác với Vụ Bình đẳng giới, Bộ Lao động – Thương binh và Xã hội (cơ quan chủ trì triển khai mô hình Thành phố/cộng đồng an toàn, thân thiện với phụ nữ và trẻ em gái), Ủy ban nhân dân huyện Đông Anh, Trung tâm quản lý điều hành giao thông Hà Nội, Viện Phát triển Sức khỏe Cộng đồng Ánh sáng (LIGHT) triển khai dự án tại địa bàn Hà Nội và ở cấp trung ương nhằm thí điểm mô hình Thành phố an toàn với trẻ em gái, trong đó tập trung vào ba mục tiêu lớn: Thúc đẩy sự an toàn của các em gái tại nơi công cộng, trên phương tiện giao thông công cộng và sự tham gia chủ động, có ý nghĩa của trẻ em gái vào trong quá trình quy hoạch và phát triển thành phố.

Trong khuôn khổ chương trình can thiệp, tổ chức Plan International đã thiết kế 3 bộ tài liệu quan trọng, hướng tới 3 nhóm đối tượng đích bao gồm Tài liệu đào tạo cho cán bộ nhà nước, Tài liệu đào tạo cho cán bộ ngành giao thông và Tài liệu dành cho các em trai và em gái. 11 cuốn tài liệu **“Em gái - Thủ lĩnh của sự thay đổi”** và **“Em trai - Thủ lĩnh của sự thay đổi”** được xây dựng nhằm cung cấp các kiến thức về bình đẳng giới và kỹ năng giúp em trai, em gái phòng ngừa và ứng phó với các hình thức bạo lực trên cơ sở giới.

Tổ chức Plan International tin rằng nhiều hành vi vi phạm các quyền của trẻ em gái và trẻ em trai bắt nguồn từ sự bất bình đẳng giới, sự phân biệt và bất công. Do đó, việc thúc đẩy bình đẳng giới là một mục tiêu trọng tâm trong các chương trình can thiệp của tổ chức Plan International, với vai trò là một tổ chức thúc đẩy quyền của trẻ em trai và trẻ em gái. Hai trong số các chiến lược chính của Plan để góp phần thúc đẩy bình đẳng giới là nâng cao năng lực cho phụ nữ và trẻ em gái, và khuyến khích nam giới và trẻ em trai tham gia vào quá trình thúc đẩy bình đẳng giới.

Bộ tài liệu Em gái – Thủ lĩnh của sự thay đổi là một chương trình toàn diện mang tính toàn cầu hướng đến mục đích trao quyền cho trẻ em gái. Bộ tài liệu bao gồm các hoạt động hấp dẫn và linh hoạt, nhằm khuyến khích trẻ em gái học được các kiến thức, thái độ và kỹ năng dựa trên kinh nghiệm sống của chính các em. Bộ tài liệu nhằm hướng dẫn các dẫn trình viên là thầy cô, cán bộ tại cộng đồng, các bạn thanh niên,

1. http://www.un.org/en/development/desa/population/publications/pdf/urbanization/the_worlds_cities_in_2016_data_booklet.pdf

2. <http://www.un.org/en/development/desa/news/population/world-urbanization-prospects-2014.html>

Tổ chức Plan International cung cấp thông tin và hướng dẫn hoạt động cho các em gái thông qua các buổi sinh hoạt với các câu lạc bộ em gái trong trường học và cộng đồng, hoặc các hoạt động ngoại khóa, các câu lạc bộ sở thích, nhằm tạo nên một mạng lưới các em gái tự tin, được trang bị kiến thức để làm chủ ước mơ và cuộc sống của các em. Bạn đang cầm trong tay một trong năm cuốn tài liệu của bộ sách Em gái - Thủ lĩnh của sự thay đổi, bao gồm:

- Cuốn 1: Tính quyết đoán
- Cuốn 2: Nhận thức về giới
- Cuốn 3: Tự tin về cơ thể mình
- Cuốn 4: Cuộc sống không có bạo lực trên cơ sở giới
- Cuốn 5: An toàn trong thành phố

Bộ tài liệu Em trai – Thủ lĩnh của sự thay đổi dành cho các em trai, được thiết kế để sử dụng song hành với bộ tài liệu Em gái – Thủ lĩnh của sự thay đổi. Tương tự như bộ tài liệu của em gái, 5 cuốn tài liệu này là được thiết kế dành cho các dẫn trình viên, các thầy giáo, cán bộ cộng đồng, thanh niên nam sử dụng để dẫn dắt các hoạt động của các em trai trong các câu lạc bộ sở thích, câu lạc bộ trong trường học, tại cộng đồng, giúp các em đi qua hành trình của sự phát triển bản thân, vượt qua các định kiến giới áp đặt vai trò của nam giới, thách thức những định kiến giới và những nguyên nhân cốt lõi của kì thị giới, trở thành các thủ lĩnh trong việc thúc đẩy bình đẳng giới. Bộ sách gồm 5 cuốn sau:

- Cuốn 1: Thể hiện tình đoàn kết
- Cuốn 2: Là một chàng trai
- Cuốn 3: Chàng trai có trách nhiệm trong quan hệ tình cảm
- Cuốn 4: Các mối quan hệ cá nhân không bạo lực
- Cuốn 5: Là thủ lĩnh của sự thay đổi – Cam kết cho Bình đẳng giới

Bên cạnh đó, nhằm thúc đẩy sự hợp tác, cùng làm việc của các em trai và em gái, một cuốn tài liệu “Thủ lĩnh của sự thay đổi” được thiết kế giúp các báo cáo viên, các thầy cô giáo, các bạn trẻ hướng dẫn các em trai và các em gái trong các buổi sinh hoạt chung giữa hai câu lạc bộ. Cuốn tài liệu này cũng có thể dùng cho các câu lạc bộ, các nhóm trẻ có cả trẻ em trai và trẻ em gái.

Bộ tài liệu “Thủ lĩnh của sự thay đổi” đã và đang được áp dụng thí điểm với 3 câu lạc bộ em trai và 3 câu lạc bộ em gái tại 2 trường THCS và 1 trường THPT tại huyện Đông Anh, thành phố Hà Nội trong khuôn khổ chương trình dự án Thành phố an toàn và thân thiện với trẻ em gái.

Bộ tài liệu được Vụ Bình đẳng giới, Bộ Lao động - Thương binh và Xã hội và Tổ chức Plan International Việt Nam tổ chức hiệu đính cho phù hợp hơn với bối cảnh, điều kiện của Việt Nam, nhằm phổ biến và khuyến khích việc sử dụng rộng rãi bộ tài liệu này trong toàn quốc, thúc đẩy sự tham gia chủ động, có ý nghĩa của các em trai, em gái vị thành niên vào trong quá trình thúc đẩy bình đẳng giới và chấm dứt các hành vi bạo lực trên cơ sở giới trong gia đình, trường học và tại cộng đồng.

Vụ Bình đẳng giới và Tổ chức Plan International Việt Nam trân trọng giới thiệu bộ tài liệu và mong nhận được phản hồi từ các giảng viên, học viên và người điều hành các câu lạc bộ em trai, em gái để các lần tái bản tiếp theo đáp ứng tốt hơn nhu cầu sử dụng của mọi người, giảng dạy và học tập của người dùng.

Trân trọng!

GIỚI THIỆU TÓM TẮT HỢP PHẦN 1: TÍNH QUYẾT ĐOÁN



Hợp phần này bắt đầu bằng cuộc hành trình của các em gái để trở thành Thủ lĩnh của sự thay đổi thông qua phát triển nhận thức và hiểu biết của các em về chính bản thân mình cũng như khả năng của các em trong bối cảnh môi trường xung quanh. Tất cả các hoạt động trong hợp phần này có thể được triển khai với mọi lứa tuổi.

CHUẨN BỊ: 6

Các chủ đề trong hợp phần này bao gồm: Sự quyết đoán, Giao tiếp, Quyền lực, Tính tự chủ, Mục tiêu cuộc sống và Đưa ra quyết định.

KẾT NỐI VỚI HÀNH TRÌNH 14

GIẢI THÍCH THUẬT NGỮ 15

CÁC GHI CHÚ CHUNG DÀNH CHO NGƯỜI HƯỚNG DẪN 16

Kiến thức, Thái độ, Thực hành và Kỹ năng 18

CÁC HOẠT ĐỘNG HỌC TẬP 19

Hoạt động 1: Chân dung tự họa: Nuôi dưỡng lòng tự tôn 24

Các em gái vẽ ra những bức chân dung tự họa để nâng cao nhận thức về 'cái tôi' của mình và cách phát triển nhận thức về bản thân

Hoạt động 2: Chuột, Sư tử và Voi 27

Các em gái học cách nhận biết hành vi thụ động, hành vi quyết đoán và hành vi hiếu chiến thông qua việc gán những đặc điểm khác biệt lên những con vật khác nhau.

Hoạt động 3: Giao tiếp quyết đoán 34

Các em gái thực hành kỹ năng giao tiếp bằng cách diễn lại những tình huống xảy ra trong đời sống hàng ngày của các em

Hoạt động 4: Xây nhà – Xây nhóm 38

Một số em gái làm việc theo nhóm để cùng xây dựng khung cho một ngôi nhà, trong khi đó các bạn khác quan sát và nêu nhận xét về kỹ năng lãnh đạo và kỹ năng xây dựng nhóm của các em.

Hoạt động 5: Một câu chuyện về quyền lực 41

Các em gái sử dụng một câu chuyện để tìm hiểu về những hình thức quyền lực khác nhau và sự liên quan của những hình thức quyền lực đó với quá trình thay đổi.

Hoạt động 6: Hình dung về tương lai của chúng ta 48

Các em gái tự hình dung và xác định cho bản thân một mục tiêu sống rõ ràng và có thể thực hiện được, đồng thời chia sẻ mục tiêu đó với cả nhóm.

Hoạt động 7: Học cách đưa ra quyết định 52

Các em gái thực hành kỹ năng đưa ra quyết định bằng cách tham gia vào một câu chuyện tương tác về hai người trẻ.

Hoạt động 8: Phân tích bối cảnh và cùng giúp đỡ nhau 58

Các em gái xác định những thách thức tiềm năng cũng như sự hỗ trợ trong quá trình thực hiện mục tiêu và cam kết hỗ trợ lẫn nhau.

TÍNH QUYẾT ĐOÁN

CHUẨN BỊ

THẾ NÀO LÀ QUYẾT ĐOÁN?

Quyết đoán là cách một người thể hiện bản thân. Các em gái tuổi vị thành niên hành xử quyết đoán khi các em bày tỏ cảm xúc và mối quan tâm của mình một cách trực tiếp, thẳng thắn mà vẫn tôn trọng quyền và cảm xúc của người khác. Sự quyết đoán đóng vai trò quan trọng để các em gái được sống một cuộc sống hạnh phúc và phát huy hết tiềm năng của mình. Một người quyết đoán hội tụ những phẩm chất sau:

- Đấu tranh cho bản thân, khẳng định những quyền mà các em có và không để bị bóc lột hoặc lợi dụng.
- Giữ vững niềm tin của mình, đồng thời không hạ thấp người khác.
- Phản đối những hành vi đáng khiển trách của người khác.
- Phản đối cách đối xử không công bằng.
- Kiên định và luôn giữ vững tinh thần không chịu khuất phục và bảo vệ quyết định của mình.
- Có khả năng biết thừa nhận sai lầm của bản thân và lắng nghe ý kiến đóng góp của người khác.

Để nuôi dưỡng tính quyết đoán, các em gái cần có kiến thức, thái độ, sự rèn luyện và những kỹ năng cần thiết. Nhưng quyết đoán không chỉ đơn giản là một kỹ năng có thể được thông qua học tập và rèn luyện. Mô hình Thủ lĩnh của sự thay đổi coi sự quyết đoán là một trạng thái tinh thần và cuộc sống: quyết đoán đồng nghĩa với việc các em gái biết mình là ai, mình muốn gì và làm thế nào để đạt được mục tiêu. Các em cũng cần xác định được năng lực và ước mơ của bản thân, cũng như những nguồn lực cần thiết để giúp các em học tập trưởng thành và phát triển. Quyết đoán còn có nghĩa là hiểu biết về cơ chế quyền và phát triển nhận thức về những quyền mà các em được hưởng với tư cách là một cá nhân cũng như với bạn bè cùng trang lứa. Quyết đoán nghĩa là khả năng giao tiếp hiệu quả, biết lên tiếng vì người khác và chính bản thân mình. Cuối cùng, quyết đoán là khả năng mang lại sự thay đổi tích cực.

Các hoạt động trong hợp phần **Tính quyết đoán** tập trung vào tất cả những yếu tố này, góp phần giúp các em trở thành một **Thủ lĩnh của sự thay đổi** quyết đoán hơn.

BƯỚC ĐẦU TIÊN ĐỂ TRỞ NÊN QUYẾT ĐOÁN LÀ GÌ?

Bước quan trọng đầu tiên cho phép các em gái trải nghiệm 'quyền lực nội tại' là các em cần nhận thức được về chính bản thân mình. Tự nhận thức về bản thân là cách mọi người nhìn nhận chính mình và có liên quan đến lòng tự tôn của mình. Một em gái có lòng tự tôn cao sẽ nhìn nhận bản thân một cách tích cực, cảm thấy mình có giá trị và được tôn trọng, cũng như biết tôn trọng chính mình. Những nhận xét và cách đối xử của người khác có ảnh hưởng quan trọng đến lòng tự tôn của chúng ta. Sự chú ý tích cực và những lời khen ngợi giúp nâng cao lòng tự tôn; trái lại, sự chú ý tiêu cực hay không được chú ý có thể hạ thấp lòng tự tôn.

Hoạt động 1: Chân dung tự họa: Nuôi dưỡng lòng tự tôn khuyến khích các em gái suy nghĩ về cách các em nhìn nhận bản thân, và về cách thức mà các em có thể hỗ trợ lẫn nhau trong việc nuôi dưỡng lòng tự tôn của mình.



1. Điều chỉnh theo: Tổ chức Dân số Thế giới Đức (German Foundation for World Population) (2006) Cuốn Sexual and Reproductive Health Training Manual for Young People (tạm dịch: Cẩm nang Hướng dẫn đào tạo về sức khỏe tình dục và sinh sản cho thanh thiếu niên).

2. Tổ chức Plan Canada/Mozambique (2014) Apoiio para Melhores Oportunidades para Raparigas Programme (AMOR). Tài liệu Câu lạc bộ các em trai, em gái, Phần C.1

‘THỤ ĐỘNG’, ‘HIẾU CHIẾN’ VÀ ‘QUYẾT ĐOÁN’ KHÁC NHAU NHƯ THẾ NÀO?

Việc phân biệt giữa hiếu chiến và quyết đoán đóng vai trò rất quan trọng khi làm việc với em gái vị thành niên. Khi em gái hành xử quyết đoán, các em thường bị nhìn nhận là quá hiếu chiến hay quá nam tính bởi lối hành xử này từ lâu đã được phần đông xã hội coi là nét đặc trưng của nam giới. Mặc dù việc không thừa nhận những định nghĩa hạn hẹp về vai trò giới là không có gì sai; tuy nhiên trong trường hợp này, các em gái cần hiểu được rằng quyết đoán không phải là **hiếu chiến** (hành vi làm tổn thương người khác). Nói cách khác, sự khác biệt giữa quyết đoán và hiếu chiến là cách nói năng và hành động của một người có ảnh hưởng đến quyền lợi và cảm xúc của người khác.

Các em gái có thể dễ dàng phân biệt hành vi **thụ động** và hành vi quyết đoán hơn. Tuy nhiên, quan trọng là cần dành thời gian thảo luận với các em về sự khác biệt ấy, bởi hoạt động này sẽ giúp cho các em có một ‘tấm gương’ để tự đánh giá hành vi của mình. Bạn cần phải khéo léo khi đưa ra tấm gương này, bởi các em có thể sẽ thấy buồn nếu nhận ra những phẩm chất mà người khác từng khen ngợi mình trên thực tế lại là nguyên nhân của sự đối xử không công bằng mà các em phải trải qua.

Trong Hợp phần Sự quyết đoán, các em gái sẽ học cách phân biệt những loại hình hành vi này bằng cách so sánh với ba con vật có đặc điểm rất khác nhau: chuột, voi và sư tử. Chuột tượng trưng cho hành vi thụ động, bởi con vật này luôn rất kín đáo, hay hoảng sợ và có xu hướng chạy trốn thay vì chọn cách đối mặt với tình huống khó khăn. Sư tử tượng trưng cho hành vi hiếu chiến, bởi sư tử luôn áp đặt ý muốn của mình bằng cách dọa nạt các con vật khác mà không quan tâm đến cảm giác hoặc nhu cầu của đối phương. Cuối cùng, voi tượng trưng cho hành vi quyết đoán, bởi con vật này tuy di chuyển chậm nhưng lại rất tự tin. Voi là loài động vật mạnh mẽ, đồng thời cũng khôn ngoan và biết tôn trọng các con vật khác.

HỘP KIẾN THỨC 1: TÍNH QUYẾT ĐOÁN VÀ THÁCH THỨC CHO CÁC EM TRAI

Mặc dù có nhiều bối cảnh văn hóa khác nhau, nhưng các em trai và nam giới thường bị gắn vào những khuôn mẫu hành vi nhất định. Họ thường được mong đợi là người can đảm và chiếm ưu thế, cho dù điều đó làm tổn hại đến những người xung quanh. Câu nói ‘Đừng có hành động như con gái thế!’ rất thường xuyên được sử dụng để xúc phạm những bé trai nếu các em bị xem là ‘quá yếu ớt’. Nói cách khác, các em trai và nam giới thường bị đẩy vào hành vi hiếu chiến của một con sư tử. Khi người con trai cố gắng cư xử một cách tự tin cũng như quan tâm đến nhu cầu và quyền lợi của người khác, anh ta có thể bị cười nhạo hoặc bị tẩy chay. Ví dụ: nếu một người con trai nói với bạn bè của mình rằng anh ta muốn hỏi ý kiến bạn gái trước khi quyết định đi chơi tối, bạn bè anh ta có thể sẽ chế nhạo và nói rằng anh bị bạn gái ‘dắt mũi’.

Khi làm việc với các em gái, bạn cần giúp các em nhận ra rằng trẻ em trai cũng có thể bị tổn thương bởi các chuẩn mực giới và không phải lúc nào các em cũng được hưởng các đặc quyền, **Hoạt động DIA 3: Nam tính chiếm ưu thế và Bình đẳng giới** trong hợp phần **Đổi thoại về giới** sẽ giúp các em gái xác định những đặc quyền cũng như cái giá phải trả của vấn đề nam giới bá quyền đối với trẻ em trai và nam giới.

Hoạt động 2: Chuột, Sư tử và Voi giúp các em gái tìm hiểu sự khác biệt giữa các hành vi quyết đoán, thụ động và hiếu chiến, để làm quen với hành vi quyết đoán.



3. Ý tưởng sử dụng các con vật để minh họa cho ba loại hành vi được đề xuất bởi Octavia Leonardo, Trợ lý về Vấn đề Giới tại Inhambane PU trong Tổ chức Plan Mozambique, nơi chúng tôi đã tiến hành thí điểm một số hoạt động.

HỘP KIẾN THỨC 2: HÃY LÀ NGƯỜI HÂM MỘ CUỒNG NHIỆT NHẤT CỦA CHÍNH MÌNH

Một trong những bước quan trọng để hỗ trợ trao quyền cho trẻ em gái là bạn, trong vai trò người hướng dẫn, phải cố gắng đặt mình vào hoàn cảnh của các em. Hiện nay ngày càng có nhiều nguồn tài liệu trực tuyến dành riêng để hỗ trợ trẻ em gái phát triển sự quyết đoán của mình. Những tài liệu này có thể giúp các em nhìn ra thế giới bằng chính đôi mắt của mình và hình dung xem bản thân mình sẽ cảm thấy như thế nào trong suốt quá trình tham gia dự án. Các bạn nên tìm đến những tài liệu được viết từ góc độ quan điểm của trẻ em gái. Ví dụ, các nội dung của hộp kiến thức này đã được chuyển thể từ blog trực tuyến của tổ chức Smart Girls, một blog "dành riêng để giúp các bạn trẻ trau dồi con người đích thực của mình". Bạn cũng có thể ghé thăm blog để tìm kiếm những bài viết hữu ích có thể hỗ trợ công việc của bạn với các em gái tuổi vị thành niên: <http://amysmartgirls.com>.

Đôi khi giai đoạn vị thành niên là lúc các em gái cảm thấy khó khăn nhất. Ở giai đoạn dậy thì, các mối quan hệ, trách nhiệm, những ràng buộc và kỳ vọng của gia đình và xã hội có thể biến mỗi ngày thành một cuộc chiến. Do bị phân biệt giới tính và bất bình đẳng giới ngay từ khi sinh ra, trẻ em gái phải trải qua một thời gian đặc biệt khó khăn để học hỏi các kỹ năng và tìm kiếm sự hỗ trợ để trở thành người tự tin và quyết đoán. Phải đối mặt với tất cả những áp lực này sẽ là một thách thức cho các em gái để có thể tự tin tỏa sáng - nói những điều tích cực về bản thân, ghi nhận thành công của mình và nhận lời khen ngợi từ người khác.

Mỗi người đều có những đặc điểm riêng về hoàn cảnh, tính cách, và những trải nghiệm mà có thể tạo điều kiện hoặc cản trở họ đấu tranh cho chính bản thân mình. Dưới đây là một số cách thức mà bạn có thể áp dụng để xoay chuyển tình thế và bắt đầu trở thành người hâm mộ cuồng nhiệt nhất của chính mình!



THAY ĐỔI CÁCH NHÌN NHẬN BẢN THÂN

Trong quá trình phát triển và trưởng thành chúng ta sẽ dần hiểu rõ hơn về bản thân mình mặc dù chưa hoàn toàn đầy đủ. Dựa vào những kinh nghiệm và ý kiến góp ý của người khác, chúng ta hình thành một chân dung cá nhân giúp định hình cách hiểu về khả năng của bản thân và nhận thức được một số đặc điểm tích cực và tiêu cực nhất định: "Mình không giỏi chơi thể thao."; "Mình phải làm việc chăm chỉ hơn những người khác để có thể thành công."; "Việc kết bạn thật khó với mình". Thông thường, chúng ta sẽ cho những ý nghĩ này là đúng, và chúng ta sử dụng những kinh nghiệm trong quá khứ của bản thân để làm bằng chứng biện luận cho những "sự thật" này.

Nhưng điều thú vị về những "sự thật" bị lầm tưởng này là bạn có sức mạnh để thay đổi chúng. Điều này sẽ không chỉ cho phép bạn nhìn nhận về bản thân một cách tích cực hơn mà còn giúp thay đổi cách bạn cảm nhận về chính mình. Việc thay đổi nhận thức về bản thân theo chiều hướng tích cực hơn là chìa khóa quan trọng để nuôi dưỡng (hoặc bồi dưỡng thêm) lòng tự tôn của bạn. Để làm được điều này, bạn cần tìm ra cách "tích cực hóa" những nhận thức tiêu cực mà bạn tự gán cho bản thân mình: "Mình sẽ chơi thể thao giỏi nếu chăm chỉ luyện tập."; "Mình là người làm việc chăm chỉ và tôi là người thành công."; "Khi người khác hiểu mình, họ sẽ thích mình". Giống như khi tìm bằng chứng để biện hộ cho những nhận thức tiêu cực, hãy cố gắng tìm và ghi lại tất cả các bằng chứng hỗ trợ cho nhận thức tích cực về mình.

Thay đổi cách nhìn nhận bản thân không phải là việc có thể làm trong một sớm một chiều - nhưng sẽ dễ dàng hơn nhiều nếu bạn có người hỗ trợ xung quanh - và điều này là hoàn toàn có thể và đáng để bạn cố gắng.

NÓI VỀ NHỮNG ĐIỀU BẠN LÀM VÀ NHỮNG THỨ BẠN YÊU THÍCH

Giữa tự tin và kiêu ngạo có sự khác biệt rất lớn nhưng nhiều người thường hay đồng nhất hai khái niệm này. Đối với các em gái, những người thường được kỳ vọng coi trọng người khác hơn bản thân mình, các em có thể gặp phải nhiều khó khăn hơn khi thể hiện mình là một người giỏi giang mà không bị cho là tự phụ hoặc tự coi bản thân là trung tâm. Nhưng mỗi chúng ta đều có

những năng lực và kỹ năng đáng kinh ngạc để chia sẻ với người khác, và việc chia sẻ này là hết sức bình thường! Hãy nghĩ về những nhân vật phụ nữ tiêu biểu mà bạn yêu thích: có thể họ là người rất tuyệt vời vì những gì họ làm, và có thể họ đạt đến vị trí như ngày nay là nhờ họ đã không ngại ngần chia sẻ tài năng đặc biệt của mình với thế giới.

LÀM BẠN VỚI BẢN THÂN

Nếu bạn là người đặc biệt khắt khe với bản thân, luôn cảm thấy rằng lẽ ra mình phải làm tốt hơn nữa thì hãy thử làm bài tập sau đây: tưởng tượng bạn đang nói chuyện với cô bạn thân nhất của mình. Nếu người bạn đó vừa trải qua thất bại, liệu bạn sẽ nói rằng "Ồi cậu đúng là đồ thất bại thảm hại, cậu sẽ chẳng bao giờ làm nên trò trống gì đâu, thà từ bỏ đi cho rồi!" hay bạn sẽ tỏ ra ân cần và thông cảm hơn bằng cách nói với người bạn rằng bạn ấy đã làm rất tốt và cố gắng hết sức rồi, và lần sau bạn ấy sẽ đạt được kết quả tốt hơn?

Bạn sẽ cảm thấy vui vẻ và tự tin hơn nếu học được cách tự yêu quý bản thân, và đổi lại, điều này sẽ giúp bạn thành công hơn trong tất cả những việc bạn làm. Chúng ta cần đối xử tốt với bản thân giống như chúng ta đối xử với người bạn tốt nhất của mình - chúng ta xứng đáng với điều đó, và người bạn của chúng ta cũng vậy.



TRAO QUYỀN CHO CÁC BẠN KHÁC LÀM ĐIỀU TƯƠNG TỰ!

Nếu một người bạn thân bảo với bạn rằng bạn ấy vẽ ngày càng đẹp hơn, bạn sẽ phản ứng như thế nào? Bạn có nghĩ rằng cô bạn đó đang khoe khoang hay không? Hay bạn sẽ vui mừng cho bạn ấy và hỏi han thêm về sự tiến bộ đó? Hãy giúp cho những người bạn của mình giống như bạn muốn họ giúp cho bạn vậy. Nếu bạn có khả năng thể hiện sự tự tin và tự yêu bản thân, bạn sẽ trở thành một tấm gương cho các bạn gái khác noi theo, và khi càng có nhiều các em gái được trao quyền theo cách này thì 'quyền lực hợp tác' mà các em có được khi hợp tác cùng nhau sẽ càng trở nên mạnh mẽ.

Điều duy nhất giúp con người vượt lên trên thất bại chính là ý chí phấn đấu, ước mơ, và hướng tới mục tiêu cao hơn. Trong quá trình nỗ lực và theo đuổi mục tiêu, nếu chúng ta nhận được càng nhiều hỗ trợ thì chúng ta sẽ ít cảm thấy sợ thất bại hơn. Hãy hứa với bạn bè để chia sẻ với họ về thành công cũng như thất bại của mình, để cùng tạo ra một môi trường an toàn nơi các bạn có thể thoải mái tự hào và tự tin vào chính bản thân mình.

CHÚNG TA CẦN ĐỐI XỬ TỐT VỚI BẢN THÂN NHƯ VỚI NGƯỜI BẠN THÂN NHẤT CỦA MÌNH – CHÚNG TA XỨNG ĐÁNG VỚI ĐIỀU ĐÓ VÀ CÁC BẠN CỦA CHÚNG TA CŨNG VẬY!

Nội dung hộp kiến thức này được điều chỉnh theo Charlotte Hammond (2015) Cuốn 'Be Your Own Biggest Fan' (Tạm dịch: Hãy là Người hâm mộ Cuồng nhiệt nhất của Chính mình). Amy Poehler's Smart Girls. Blog. <http://amysmartgirls.com/how-to-be-your-own-biggest-fan/>

THẾ NÀO LÀ GIAO TIẾP QUYẾT ĐOÁN?

Giao tiếp là cách mọi người kết nối với nhau để trao đổi ý tưởng hoặc thông điệp. Kỹ năng giao tiếp rõ ràng và thẳng thắn có vai trò rất quan trọng trong các mối quan hệ với người ngang hàng, gia đình, bạn bè và những người khác trong cộng đồng. Để giao tiếp hiệu quả, chúng ta cần thể hiện bản thân một cách rõ ràng, từ đó giúp người nghe tiếp nhận và hiểu được thông điệp được đưa ra. Giao tiếp hiệu quả là sự trao đổi thông tin đồng đều trong đó các bên tham gia thay nhau đóng vai trò là 'người gửi' và 'người nhận'. Nếu sự trao đổi này không cân bằng, thì cơ hội kết nối sẽ bị mất đi.

Con người giao tiếp theo những cách khác nhau: bằng lời nói, hành động, biểu cảm trên khuôn mặt và ngôn ngữ cơ thể. Tất cả những cách thức giao tiếp này cần phải được cân nhắc để có thể truyền đạt thông điệp hiệu quả và tạo ra sự kết nối. Hành vi quyết đoán, hiểu chiến và thụ động được thể hiện trong cách mọi người giao tiếp với nhau:

GIAO TIẾP THỤ ĐỘNG

Là việc truyền đạt thông điệp mà không bày tỏ suy nghĩ và cảm xúc thực sự của người nói; đôi khi giao tiếp thụ động có thể là không nói gì cả!

GIAO TIẾP QUYẾT ĐOÁN

Là việc truyền đạt thông điệp bằng cách bày tỏ trung thực những suy nghĩ và cảm xúc của người nói; một cách trực tiếp và rõ ràng; thể hiện sự tôn trọng lẫn nhau.

GIAO TIẾP HIẾU CHIẾN

Là việc truyền đạt thông tin với sự áp đặt và không quan tâm đến cảm xúc hay quyền của người khác; phong cách giao tiếp này có xu hướng mang tính đối đầu và hiếm khi tạo ra kết nối.

Giao tiếp quyết đoán đòi hỏi người gửi thông điệp phải diễn tả rõ ràng thông điệp của mình, đồng thời người nhận phải có thái độ tôn trọng và chủ động lắng nghe. Một người lắng nghe chủ động là người hiểu được thông điệp và thể hiện sự quan tâm đến cuộc đối thoại bằng cách đặt ra câu hỏi, không làm gián đoạn cuộc đối thoại bằng những suy nghĩ của riêng mình, và thông qua sử dụng ngôn ngữ cơ thể chủ động. Các em gái cần hiểu được rằng phải có ít nhất hai người để có thể thực hành giao tiếp quyết đoán!

KẾT NỐI VỚI CÁC HỢP PHẦN KHÁC

Vai trò của ngôn ngữ cơ thể đối với giao tiếp quyết đoán sẽ được đề cập chi tiết hơn trong Hợp phần **Tự tin về bản thân**.



Một trong các cách để dẫn dắt các em gái thực hành kỹ năng giao tiếp quyết đoán là khuyến khích các em thực hiện theo hai bước sau: đầu tiên, hãy nói về cảm xúc của em – chứ không phải những điều mà người khác đang nói hoặc đang làm; sau đó, giải thích rõ ràng nguyên nhân từ đâu mà em cảm thấy như vậy; và cuối cùng trình bày thẳng thắn yêu cầu của em. Hãy xem ví dụ dưới đây về một em gái đang nhờ mẹ mình nói với anh trai cùng chia sẻ việc nhà để em có nhiều thời gian học bài hơn.

1. **"Mẹ ơi, con thấy buồn và thấy mệt mỗi nữa..."**
2. **"...vì con không có đủ thời gian học bài trong khi còn rất nhiều việc nhà đang đợi con làm."**
3. **"...và con muốn mẹ bảo anh cùng làm việc nhà với con để con có thể dành nhiều thời gian hơn cho việc học."**

Trong **Hoạt động 3: Giao tiếp quyết đoán**, các em gái được thực hành kỹ năng giao tiếp quyết đoán và học cách đưa ra ý kiến đóng góp mang tính xây dựng.



LÀM VIỆC NHÓM GIÚP THÁCH THỨC CHUẨN MỰC GIỚI NHƯ THẾ NÀO?

Các chuẩn mực giới có xu hướng quy định rằng các em gái cần vui vẻ chấp nhận cuộc sống an phận ở nhà. Các em gái ít khi có cơ hội ra ngoài giao lưu với bạn bè bình đẳng như các em trai, và điều này lấy đi những cơ hội quan trọng giúp em gái phát triển kỹ năng xã hội và kỹ năng lãnh đạo. Các em thường được dạy hành xử một cách thụ động: phải phục tùng, không ngoan cố, kín đáo và sẵn lòng phục vụ: tất cả những thuộc tính này trái ngược với sự quyết đoán.

Khi các em gái được nuôi dạy theo cách này, các em sẽ thấy khó thay đổi tâm thức của mình để làm quen với tính quyết đoán, đặc biệt là nếu các chuẩn mực xã hội xung quanh các em vẫn không thay đổi. Đây là lý do tại sao việc tham gia vào một câu lạc bộ dành cho trẻ em gái có thể là bước khởi đầu mạnh mẽ trong công cuộc thách thức chuẩn mực giới. Việc có một không gian an toàn để chia sẻ về những điều có ý nghĩa đối với một bé gái, để thực hành những kỹ năng mới và cách sống mới, và để tìm kiếm sự hỗ trợ từ các bạn gái khác đóng vai trò rất quan trọng trong hành trình trao quyền cho trẻ em gái. Câu lạc bộ các em gái có thể đem đến một không gian an toàn như thế, và do đó có tiềm năng tạo nên những ảnh hưởng thực sự lên cuộc sống của các em.

Câu lạc bộ cũng trao cho các em gái sự hỗ trợ cần thiết để trở thành **Thủ lĩnh của sự thay đổi**: một cá nhân có ảnh hưởng tích cực đến những người xung quanh, tìm kiếm sự hỗ trợ để cùng nhau thách thức các chuẩn mực giới, và khuyến khích các bạn gái khác trở nên quyết đoán hơn trong cuộc sống. Nếu một nhóm em gái được hỗ trợ trong công tác tự tổ chức để đứng lên bảo vệ quyền lợi của mình, các em sẽ có khả năng tạo ra được những thay đổi đáng kể hơn so với khi em làm việc một mình.

Trong **Hoạt động 4: Xây nhà – Xây nhóm**, các em gái bắt đầu thực hành làm việc theo nhóm, và thảo luận về những thách thức cũng như lợi ích của làm việc nhóm nhằm đạt được các mục tiêu chung.



CÁC LOẠI QUYỀN LỰC KHÁC NHAU?

Mọi người thường đồng nhất khái niệm ‘quyền lực’ với sự thống trị hoặc khả năng áp đặt ý muốn của một người. Khi được hỏi về những người quyền lực, thông thường ý tưởng đầu tiên nảy ra trong đầu sẽ là một vị vua, một vị tổng thống hay một người có thể lực mạnh mẽ. Nhưng cách tư duy về quyền lực này là rất hạn chế bởi nó chỉ tập trung vào một khía cạnh của quyền lực. Định nghĩa đầy đủ hơn về quyền lực là: khả năng hoặc năng lực truyền đạt hiệu quả một ý tưởng, có tầm ảnh hưởng đến mọi người và thực hiện hành động - và có thể được trải nghiệm dưới góc độ cá nhân hay tập thể. Định nghĩa này coi sức mạnh là một tập hợp toàn bộ bao gồm các nguồn lực, ý tưởng, kiến thức và công cụ mà bất kỳ ai cũng có thể sử dụng để có hiệu quả ảnh hưởng lên người khác hoặc hoàn cảnh.⁴



Quyền lực có thể được chia thành ba loại: quyền lực kiểm soát, quyền lực nội tại và quyền lực hợp tác.

‘**Quyền lực kiểm soát**’ là loại hình quyền lực mà mọi người thường nghĩ đến đầu tiên khi họ nghe thấy từ ‘quyền lực’ – đó là khi một cá nhân hay một tập thể có khả năng áp đặt những quan điểm, nhu cầu hoặc mong muốn của họ lên một cá nhân hay một tập thể khác. Loại hình quyền lực này có thể có tác động tích cực hoặc tiêu cực, tùy thuộc vào cách mà quyền lực được sử dụng. Ví dụ, một chính trị gia có ‘quyền lực kiểm soát’ đối với công dân của mình; một số người sử dụng nó để làm điều tốt, trong khi một số khác lại lạm dụng quyền lực này. Loại hình quyền lực này có thể đặt ra thách thức lớn hơn cho các em gái, bởi trong khi các em trai thường được khuyến khích trở thành nhà lãnh đạo và áp đặt cái tôi của mình lên những người khác, thì các em gái được dạy là không thách thức về những quyền hạn mà người lớn và các em trai áp đặt lên các em.

‘**Quyền lực nội tại**’ là những cảm xúc cá nhân về lòng tự tôn, giá trị và nhân phẩm thúc đẩy cá nhân đó hành động. Ví dụ, một em gái sẽ trải nghiệm ‘sức mạnh nội tại’ khi em cảm thấy rằng mình có thể bày tỏ những nhu cầu và mong muốn của bản thân với bạn bè hoặc các thành viên trong gia đình. Việc sử dụng loại hình quyền lực này có thể khó khăn hơn cho các em gái bởi các em thường được dạy là phải kín đáo, lịch sự, trong khi đó các em trai được kỳ vọng là phải đáo to búa lớn và áp đặt, điều này khiến cho nhiều em gái trở nên nhút nhát, dè dặt và ít cảm thấy tự tin vào khả năng của mình. Đồng thời, việc đó cũng có thể khiến cho các em gái sử dụng quyền lực nội tại bị khiển trách hoặc bị loại trừ.

‘**Quyền lực hợp tác**’ là sức mạnh và khả năng có được bằng cách làm việc cùng những người khác, ví dụ như trong một câu lạc bộ các em gái tập hợp lại với nhau hàng tuần để học hỏi những điều mới và chia sẻ về những vấn đề quan trọng đối với các em. Quyền lực hợp tác là loại quyền lực mà chúng ta có thể tạo ra cho nhau khi chúng ta hợp tác nhằm đạt được một mục tiêu chung, và khi chúng ta kết hợp những thế mạnh, kiến thức và ý tưởng khác nhau của các thành viên. Loại quyền lực này có vai trò đặc biệt quan trọng đối với các em gái bởi vì, như đã đề cập ở trên, các em rất hiếm khi có cơ hội tiếp cận bình đẳng với loại quyền lực này, và quyền lực hợp tác có thể đặc biệt hiệu quả cho việc tạo ra thay đổi.

Mô hình Thủ lĩnh của sự thay đổi được triển khai nhằm thúc đẩy việc trao quyền cho trẻ em gái và khuyến khích sự cân bằng của cả ba loại hình quyền lực tích cực này.

4. Tổ chức Plan International (2015) Thủ lĩnh của Sự thay đổi: Tuổi trẻ thúc đẩy bình đẳng giới. Cẩm nang hướng dẫn dành cho trẻ em trai.

TẠI SAO HIỂU ĐƯỢC TẤT CẢ CÁC LOẠI HÌNH QUYỀN LỰC LÀ QUAN TRỌNG ĐỐI VỚI CÁC EM GÁI VỊ THÀNH NIÊN?

Khả năng của một cá nhân trong việc khẳng định các quyền của mình bị ảnh hưởng bởi mức độ mà người đó được coi trọng, vị trí xã hội và quyền lực của người đó so với những người khác trong xã hội⁵. Do bất bình đẳng giới, trẻ em gái và phụ nữ thường ít được coi trọng và có địa vị xã hội thấp kém hơn so với trẻ em trai và nam giới. Họ thường bị loại trừ khỏi quá trình ra quyết định và không được tiếp cận với những vị trí 'quyền lực' có thể giúp họ thay đổi tình hình.

Tầm quan trọng của việc giúp các em gái nâng cao hiểu biết về 'quyền lực' là các em nhận ra rằng mặc dù các em có thể bị loại trừ khỏi quá trình ra quyết định chính thức, nhưng vẫn còn rất nhiều cách để các em có thể nắm quyền lực trong tay.

Trong **Hoạt động 5: Một Câu chuyện về quyền lực**, các em gái tìm hiểu về những loại quyền lực khác nhau và thực hành cách nhận biết chúng trong đời sống hàng ngày của các em.



“CÁCH THÔNG THƯỜNG NHẤT MÀ MỌI NGƯỜI TỪ BỎ QUYỀN LỰC CỦA MÌNH LÀ NGHĨ RẰNG HỌ KHÔNG CÓ BẤT KỲ QUYỀN LỰC NÀO CẢ”

ALICE WALKER

TÍNH TỰ CHỦ LÀ GÌ?

Sự quyết đoán liên quan chặt chẽ tới việc một em gái có tính tự chủ cao hay không. 'Tính tự chủ' là khả năng xác định được mục tiêu, đưa ra quyết định ảnh hưởng đến cuộc sống và hành động để theo đuổi mục tiêu. Do đó, tính tự chủ liên quan đến khả năng một người định hướng cho cuộc sống của mình theo các quyền, nhu cầu và mong muốn của người đó. Tính tự chủ đề cập đến 'quyền lực nội tại' cần thiết để tạo ra thay đổi và 'quyền lực hợp tác' với những người khác để cùng chung sức hoàn thành mục tiêu chung. Có tính tự chủ là điều cần thiết để sống một cuộc sống hạnh phúc và trọn vẹn.

Trẻ em gái và phụ nữ trẻ có thể gặp rất nhiều thách thức trong việc thương lượng hay đàm phán với những người có quyền lực. Họ thường không được nhìn nhận là những người ngang hàng hoặc có khả năng đưa ra quyết định của riêng mình, và do đó không được phép đàm phán cho lợi ích của họ. Việc bị loại trừ khỏi quá trình ra quyết định thường buộc các em gái phải tìm ra những cách thức sáng tạo để đạt được mục tiêu và/hoặc để đương đầu với những người nắm quyền. Điều này có thể đồng nghĩa với việc các em gái chỉ có thể tiến từng bước nhỏ để hướng tới mục tiêu của mình. Tuy nhiên, *'thậm chí nếu một người không thể hành động hoàn toàn theo quyết định của họ, nhưng họ có những ý tưởng riêng về mong muốn của bản thân trong cuộc sống, và cảm thấy rằng họ có thể thực hiện từng bước để đạt được điều này, thì khi đó họ đã có tính tự chủ'*⁶.

Khi làm việc với các em gái vị thành niên, việc hiểu về tính tự chủ như đã nêu ở trên có vai trò đặc biệt quan trọng bởi điều đó sẽ giúp các em thiết lập mục tiêu thực tế cho mình. Các chuẩn mực, truyền thống và mối quan hệ quyền lực trong cộng đồng của các em có thể ngăn cản các em gái tạo ra những thay đổi căn bản trong cuộc sống của mình. Ngay cả việc áp dụng hành vi quyết đoán cũng có thể khiến các em gái gặp phải rủi ro nếu môi trường nơi các em sinh sống không ủng hộ. Đây là lý do tại sao làm việc với gia đình và cộng đồng của các em gái thông qua đối thoại giữa các thế hệ là một phần quan trọng trong mô hình Thủ lĩnh của sự thay đổi.

5. Tổ chức Plan International (2013) Ươm mầm Bình đẳng: Phát triển nhận thức đúng đắn cho các em gái và các em trai - Cẩm nang hướng dẫn Đào tạo về Bình đẳng giới và Quyền trẻ em của tổ chức Plan.

6. Cùng nguồn với trích dẫn 5

TẠI SAO MỤC TIÊU SỐNG LÀ TÀI SẢN QUAN TRỌNG CỦA CÁC EM GÁI CÓ TÍNH QUYẾT ĐOÁN?

Việc lập kế hoạch và đưa ra quyết định về mục tiêu sống có liên quan chặt chẽ đến tính tự chủ và sự quyết đoán. Mục tiêu sống mô tả điều mà một người muốn đạt được trong cuộc sống của mình, ví dụ: trở thành một giáo viên, trở thành một kỹ sư, xây dựng một gia đình đầm ấm hoặc chuyển đến sống tại một thành phố lớn. Điều quan trọng là các em gái cần thiết lập những mục tiêu sống thực tế, có thể đạt được. Ngoài ra, mục tiêu sống càng cụ thể thì việc xác định các bước cần thiết để hoàn thành mục tiêu sẽ dễ dàng hơn. Ví dụ, nếu một em gái có ước mơ trở thành cô giáo, em sẽ cần phải cân nhắc: “Minh thích môn gì nhất?”, “Minh muốn học ở đâu?” và “Chi phí cho việc học đại học là bao nhiêu?”

Việc thiết lập các mục tiêu chung cũng là một phần quan trọng của sự quyết đoán. Những mục tiêu này sẽ có vai trò kép: một mặt, chúng giúp các em gái xích lại gần nhau để xây dựng sức mạnh tập thể, mặt khác, chúng tạo cho các em cơ hội được hỗ trợ lẫn nhau trong quá trình hành động để theo đuổi mục tiêu đã đặt ra. Vì vậy, điều mấu chốt là cần hỗ trợ các em gái liên kết những mục tiêu cá nhân của các em với các mục tiêu chung của toàn thể câu lạc bộ.

Trong **Hoạt động 6: Hình dung về tương lai của chúng ta**, các em gái sẽ được học về tính tự chủ cũng như thực hành thiết lập mục tiêu sống cá nhân và mục tiêu sống tập thể.



CHÚNG TA CÓ THỂ HỖ TRỢ CÁC EM GÁI NHƯ THẾ NÀO ĐỂ NÂNG CAO TÍNH TỰ CHỦ?

Như chúng ta đã thấy ở trên, ra quyết định là một phần quan trọng của tính tự chủ và sự quyết đoán. Tuy nhiên, các em gái có thể gặp khó khăn khi đưa ra quyết định bởi các em có thể cảm thấy bị mắc kẹt giữa ý muốn của bản thân và ý muốn của cha mẹ, người giám hộ, bạn bè, thầy cô giáo, và đối tác của các em. Hơn nữa, một số em gái chưa từng được tham gia vào các quyết định quan trọng có ảnh hưởng đến cuộc sống của các em, vì vậy các em có thể có ít kinh nghiệm trong việc ra quyết định.

Điều quan trọng là cần làm việc với các em gái để nâng cao nhận thức về quyền ra quyết định của mỗi cá nhân. Thậm chí nếu các em phải đối mặt với những rào cản trong quá trình hành động theo quyết định của mình, việc hiểu rõ điều bản thân mong muốn cũng đã là một bước quan trọng giúp các em trở nên quyết đoán và được trao quyền.

Một điểm khởi đầu tốt là thực hành đưa ra quyết định hàng ngày, đặc biệt là các quyết định có thể đưa đến những kết quả quan trọng giúp các em đạt được mục tiêu của mình. Một quyết định đúng là một quyết định xác đáng, đặt lợi ích của các em gái lên hàng đầu; đồng thời cân nhắc về lợi ích của những người xung quanh có tầm quan trọng đối với các em, không làm tổn thương người khác trong quá trình ra quyết định.

Ba bước chính để đưa ra các quyết định xác đáng và đúng đắn là:

- 1. Dừng lại và suy nghĩ:** để đưa ra quyết định đúng, bạn cần phải có thời gian cân nhắc!
- 2. Xem xét thực tế:** đừng chỉ quyết định dựa theo cảm xúc hoặc mong muốn của mình!
- 3. Suy xét những hệ quả:** không phải mọi quyết định đều dẫn tới một hướng đi chung!

Các em gái có thể sẽ phải đối mặt với nhiều thách thức trong quá trình phát triển sự quyết đoán và đưa ra quyết định của riêng mình. Việc biết về những thách thức này có thể sẽ giúp các em chuẩn bị sẵn sàng đối mặt với chúng. Trên thực tế, khi trở thành Thủ lĩnh của sự thay đổi, các em gái sẽ được thực hành một kỹ năng quan trọng để xác định những thách thức tiềm ẩn và các nguồn hỗ trợ cho mục tiêu của mình. Kỹ năng này sẽ được thực hành ở hầu hết các hợp phần của chương trình này. Trong Hợp phần hiện tại, kỹ năng này được giới thiệu trong sự tương quan với những mục tiêu sống mà các em gái đang bắt đầu xác định, và khả năng của các em để đưa ra quyết định và hành động theo quyết định đó.

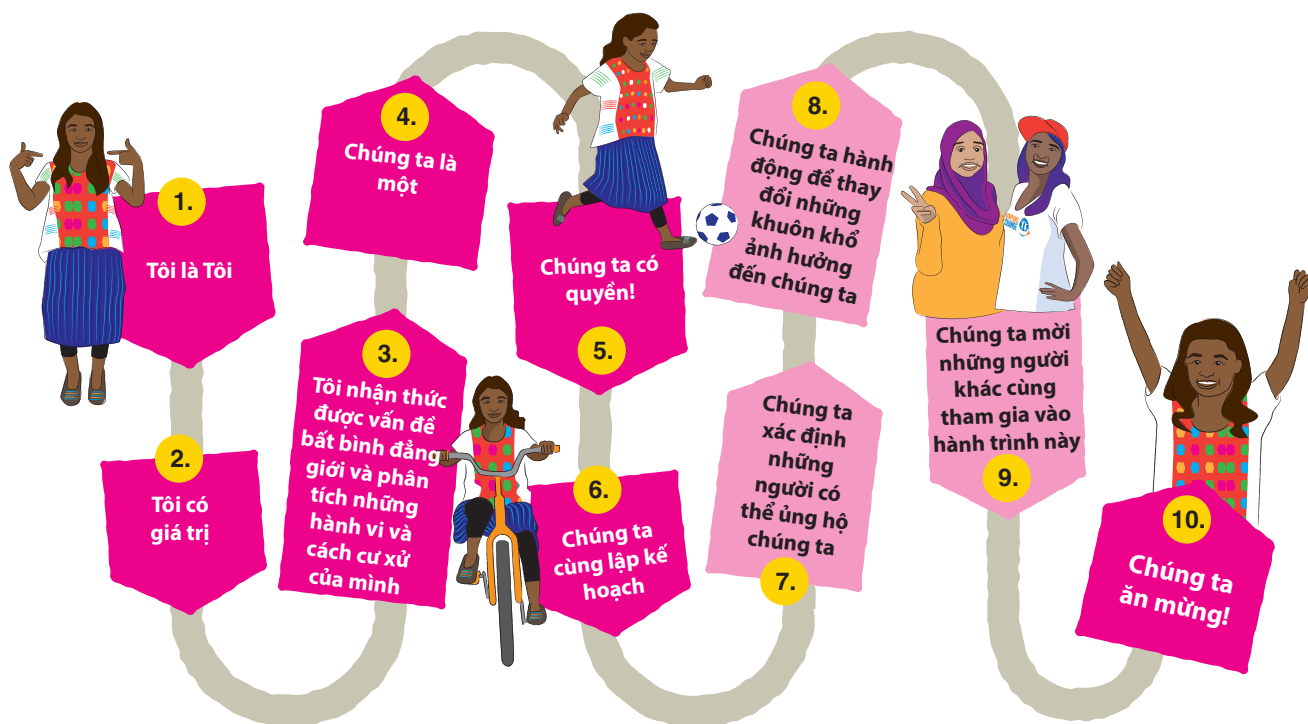
Trong **Hoạt động 7: Học cách đưa ra quyết định**, các em gái sẽ học cách đưa ra những quyết định xác đáng và thực hành theo ba bước chính để đưa ra quyết định đúng đắn.



KẾT NỐI VỚI HÀNH TRÌNH

Những hoạt động trong Hợp phần **Sự quyết đoán** đóng góp một số bước vào hành trình trao quyền cho các em gái. Đầu tiên, các em gái được khuyến khích khẳng định rằng 'Tôi là tôi': (1.) Khi các em nghĩ về lòng tự tôn và bắt đầu khám phá những điều mình thích hoặc không thích. Khi các em bắt đầu nhìn nhận bản thân với sự trân trọng, các em sẽ hiểu được sức mạnh của câu nói 'Tôi có giá trị' (2.) Bất chấp những điều mà các em đã từng nghe trước đó. Các em sẽ thảo luận về quyền lực và tính tự chủ, hai yếu tố căn bản quan trọng giúp các em 'nhận thức được về sự bất bình đẳng giới' (3.) Các em cũng sẽ chia sẻ với nhau về giá trị của bản thân, khi các em đặt những viên gạch đầu tiên trong quá trình học hỏi rằng 'chúng ta là một' (4.) Các em gái sẽ thực hành giao tiếp quyết đoán như một cách để đứng lên đấu tranh cho các quyền của mình, và đồng thời không hạ thấp các quyền của người khác (5.) Các em sẽ thực hành thiết lập mục tiêu cũng như xác định các thách thức và nguồn hỗ trợ tiềm năng, kỹ năng quan trọng trong giai đoạn 'chúng ta cùng lập kế hoạch' (6.) Cuối cùng, hợp phần khép lại với một buổi 'ăn mừng' (10.) cho sự khởi đầu trong cuộc hành trình của các em.

HÀNH TRÌNH CỦA SỰ THAY ĐỔI



MỘT SỐ THUẬT NGỮ

Tính tự chủ:	Khả năng xác định được mục tiêu và hành động để theo đuổi mục tiêu đó.
Quyết đoán:	Bày tỏ cảm xúc và các mối quan tâm của bản thân một cách trực tiếp và thẳng thắn mà vẫn tôn trọng quyền và cảm xúc của người khác
Phản ứng dữ dội:	Phản ứng tiêu cực của một nhóm người về sự thay đổi liên quan đến xã hội hoặc chính trị.
Thủ lĩnh của Sự thay đổi:	Cá nhân có ảnh hưởng tích cực đến những người xung quanh, tìm kiếm sự hỗ trợ để cùng nhau thách thức các chuẩn mực giới và khuyến khích các bạn gái khác trở nên quyết đoán hơn trong cuộc sống.
Giao tiếp:	Cách mọi người kết nối với nhau để trao đổi ý kiến hoặc thông điệp
Đóng góp ý kiến:	Một cách giúp người khác cân nhắc việc thay đổi bằng cách đưa ra những nhận xét về hành vi của họ
Mục tiêu sống:	Điều mà một người muốn thực hiện trong cuộc sống của họ - tựa như một ước mơ mà người đó ấp ủ cho riêng mình
Quyền lực kiểm soát:	Khi một cá nhân hoặc một tập thể có khả năng áp đặt những quan điểm, nhu cầu hoặc mong muốn của họ lên một cá nhân hoặc một tập thể khác
Quyền lực nội tại:	Những cảm xúc cá nhân về lòng tự tôn, giá trị và nhân phẩm thúc đẩy cá nhân đó hành động
Quyền lực hợp tác:	Sức mạnh và khả năng có được bằng cách làm việc cùng những người khác
Nhận thức về bản thân:	Cách một người nhìn nhận bản thân và hình dung về mình trong con mắt của người khác
Lòng tự tôn:	Cách một người cảm nhận về bản thân cũng như về giá trị, tiềm năng và khả năng của riêng mình
Nhóm:	Một nhóm gồm hai hoặc nhiều người làm việc với nhau để hoàn thành những mục tiêu chung.

GHI CHÚ CHUNG DÀNH CHO NGƯỜI HƯỚNG DẪN

Nhận thức những vấn đề về công tác bảo vệ:

- Các chuẩn mực, truyền thống và mối quan hệ quyền lực trong gia đình và cộng đồng của các em gái có thể ngăn cản các em gái tạo ra những thay đổi căn bản trong cuộc sống. Ngay cả việc áp dụng hành vi quyết đoán cũng có thể khiến các em gái gặp phải rủi ro nếu môi trường sống của các em không ủng hộ. Vì vậy, hãy luôn dành thời gian để thảo luận với các em về những rủi ro tiềm tàng, và hỗ trợ các em tìm kiếm giải pháp tránh gây ra phản ứng dữ dội và các vấn đề về an toàn bằng cách thận trọng trong việc đặt ra câu hỏi và mở rộng ranh giới. Chiến lược này có nhiều khả năng thành công hơn để mang lại sự thay đổi bền vững – không chỉ cho riêng các em mà còn cho thế hệ tiếp theo.
- Để tham khảo thêm những gợi ý về việc hỗ trợ những em gái có thể bị bạo lực, vui lòng xem phần “Ghi chú chung dành cho Người hướng dẫn” trong Hợp phần **Cuộc sống không có bạo lực trên cơ sở giới**.

Tính cá nhân và tính đa dạng:

- Bạn có thể thấy rằng các em gái không quen với kiểu lớp học theo bối cảnh hội thảo, nơi các em được yêu cầu làm việc theo nhóm hoặc tham gia chủ động. Hãy ghi nhớ điều đó khi bạn hỗ trợ thực hiện Hợp phần này. Đừng ép buộc bất cứ em gái nào tham gia nếu em đó chưa sẵn sàng, và hãy lưu ý trò chuyện riêng với những em gái gặp phải khó khăn trong khi tham gia hội thảo.
- Mặc dù các em gái sẽ cùng nhau tham gia những hội thảo này, nhưng kết quả sẽ khác nhau đối với từng em. Là một người hướng dẫn, điều quan trọng là bạn không nên coi hành trình trao quyền là một quá trình phát triển tuyến tính giống nhau cho tất cả các em gái. Do những đặc trưng khác nhau về tính cách và hoàn cảnh nên mỗi em gái sẽ phải đối mặt với những thách thức riêng và khám phá ra tài năng của mình trong suốt quá trình phát triển. Ví dụ, một em gái có thể phải đối mặt với hầu hết những khó khăn trong hoạt động đưa ra quyết định, trong khi em gái khác có thể gặp nhiều khó khăn hơn khi thực hành giao tiếp quyết đoán. Một

em gái có thể tự phát hiện ra tố chất làm một nhà lãnh đạo và người truyền cảm hứng tuyệt vời, trong khi em gái khác có thể cảm thấy thoải mái hơn nếu làm việc theo cặp. Mỗi em gái sẽ trải nghiệm từng hoạt động theo cách thức khác nhau, một số hoạt động có thể ngay lập tức giúp ích cho các em, trong khi những hoạt động khác có thể không có ý nghĩa với các em lúc đó.

- Là người hướng dẫn, nhiệm vụ quan trọng của bạn không chỉ dừng lại ở việc huấn luyện cho toàn lớp học, mà còn phải huấn luyện cho từng cá nhân trong lớp học đó. Hãy lưu ý rằng bạn không nên sa đà vào việc chỉ khen ngợi những em gái hiểu rõ hoạt động. Trên thực tế, những em mất nhiều thời gian hơn để tham gia vào hoạt động có thể đang gặp phải một khó khăn riêng trong cuộc sống, và do đó em cần được khích lệ ngang bằng với những bạn hiểu rõ hoạt động ngay lập tức! Kết quả mong đợi của cuộc hành trình dành cho mỗi em gái là các em cảm thấy thoải mái với cái tôi đặc trưng của mình, đồng thời được trang bị một số kỹ năng mới. Vì vậy, mỗi em gái sẽ thể hiện những kỹ năng mới học được theo một cách riêng.



Hỗ trợ dẫn dắt các cuộc thảo luận:

- Triển khai những cuộc thảo luận nhóm mang tính xây dựng là nền tảng cho sự thành công của hợp phần này cũng như tất cả các hợp phần khác. Việc tham gia thảo luận cùng với các bạn đồng trang lứa sẽ giúp các em gái hình dung về những điều mà mình đã học được và hiểu biết sâu sắc hơn về tất cả những điều đó. Không những thế, trải nghiệm tham gia vào một cuộc thảo luận với sự tôn trọng lẫn nhau sẽ giúp các em gái thực hành những kỹ năng mới học được, bao gồm giao tiếp quyết đoán, lắng nghe chủ động, làm việc nhóm, thiết lập mục tiêu và đưa ra quyết định. Vai trò hướng dẫn của bạn là rất quan trọng trong việc dẫn dắt các cuộc thảo luận đó. Sau đây là một số lời khuyên cho công tác hỗ trợ các cuộc thảo luận trong toàn bộ chương trình:
- 1. Đánh giá cao tất cả những đóng góp của các em, và giải thích rõ ràng trong hầu hết mọi trường hợp không có câu trả lời nào là 'đúng' hoặc 'sai'.** Hãy dành thời gian để cảm ơn mỗi em gái vì đã đóng góp cho cuộc thảo luận và chú ý đề cập đến cách em gái đó thể hiện bản thân, thay vì những điều mà em đã nói khi bạn đưa ra lời khen. Những câu hỏi của bạn cần yêu cầu các em gái chia sẻ kinh nghiệm hoặc ý kiến riêng của bản thân - tuyệt đối không hỏi về các 'sự thật'!
 - 2. Hỗ trợ các em gái thể hiện bản thân.** Hãy kiên nhẫn với các em gái cần thêm thời gian để bày tỏ ý kiến của mình, và yêu cầu cả nhóm cùng làm như vậy.
 - 3. Hãy thận trọng khi nêu ý kiến của riêng bạn.** Các em gái sẽ coi bạn như một cá nhân tiêu biểu luôn đưa ra câu trả lời 'đúng'. Vì vậy, nếu bạn trình bày ý kiến riêng của mình một cách quá chắc chắn, việc này có thể làm hỏng cuộc thảo luận, khiến cho những em gái có quan điểm khác cảm thấy không thoải mái. Nếu bạn cảm thấy cần phản biện một quan điểm nào đó, bởi vì, ví dụ, quan điểm này thể hiện niềm tin vào phân biệt đối xử, bạn có thể khéo léo đặt câu hỏi như sau: "Ngoài ra, tôi biết một số người còn cho rằng _____. Các em có suy nghĩ gì về quan điểm đó?" Việc này có thể

cho phép các em gái có cùng niềm tin vào điều mà bạn vừa chia sẻ cảm thấy thoải mái khi đứng lên phát biểu về điều đó.

- 4. Tránh thảo luận về các 'sự thật'.** Trong vai trò là người hỗ trợ, bạn có trách nhiệm cung cấp thông tin chính xác, tránh gây ra tình trạng tam sao thất bản. Nếu các em gái đang tranh luận về sự thật, hãy dừng ngay cuộc thảo luận và cung cấp thông tin chính xác cho cả nhóm. Nếu bạn không biết hoặc không chắc chắn về sự thật đó, hãy chia sẻ thành thật với các em gái và nói rằng bạn sẽ khép lại cuộc thảo luận này tại đây và sẽ nhắc lại vào tuần tới, như thế bạn có thể có thời gian để tìm hiểu thêm về nội dung thảo luận đó.
- 5. Hỏi những câu hỏi mở.** Khi hỏi về kinh nghiệm và ý kiến của các em, cần tránh những câu hỏi có câu trả lời là 'có' hoặc 'không'. Thay vào đó, hãy sử dụng những câu hỏi 'tại sao', 'làm thế nào', hay 'cái gì'. Nếu các em gái do dự phát biểu, hãy thử bắt đầu với một số câu hỏi dễ hơn.
- 6. Tận dụng các câu hỏi dẫn dắt, nhưng có thể hỏi thêm nhiều câu hỏi khác.** Trong tất cả các hoạt động có phần thảo luận, bạn sẽ được cung cấp các câu hỏi dẫn dắt. Những câu hỏi này được thiết kế để giúp bạn hỗ trợ cuộc thảo luận, nhưng bạn có thể thoải mái tự đặt câu hỏi, đưa ra những câu hỏi bổ trợ hoặc không dùng đến một số câu hỏi đã được chuẩn bị sẵn.
- 7. Đưa ra kết luận cho cuộc thảo luận.** Cần lưu ý thông báo cho các em khi bạn chuẩn bị kết thúc cuộc thảo luận, ví dụ bằng cách nói rằng bạn sẽ hỏi thêm ý kiến của một em nữa. Hãy kết thúc cuộc thảo luận bằng lời cảm ơn tới các em gái vì những ý kiến đóng góp của các em và tóm tắt toàn bộ nội dung đã được thảo luận. Nếu có thể, bạn nên nhắc lại một số **Thông điệp chính** của hoạt động.

KIẾN THỨC, THÁI ĐỘ, THỰC HÀNH VÀ KỸ NĂNG

Hợp phần Tính quyết đoán bàn luận về sự thay đổi ở cấp độ cá nhân và cấp độ gia đình/cộng đồng, trong đó tập trung sâu hơn vào cấp độ cá nhân. Cấp độ thể chế được thảo luận trong các hợp phần khác.

	KIẾN THỨC	THÁI ĐỘ	THỰC HÀNH VÀ KỸ NĂNG
Cá nhân	<ul style="list-style-type: none"> • Có thể phân biệt giữa hành vi quyết đoán, hành vi thụ động và hành vi hiếu chiến. • Hiểu được những mối liên hệ giữa tính tự chủ, khả năng xác định mục tiêu và đưa ra quyết định. • Hiểu được mối liên hệ giữa mục tiêu chung của câu lạc bộ và mục tiêu riêng của cuộc đời mình. 	<ul style="list-style-type: none"> • Có cái nhìn tích cực về bản thân và có lòng tự tôn cao. • Coi trọng sự quyết đoán đối với bản thân và các bạn gái khác. • Coi trọng câu lạc bộ của mình như là một nhóm cùng làm việc với nhau để đạt được các mục tiêu chung. • Nhận ra và coi trọng quyền lực nội tại cũng như quyền lực hợp tác của mình đối với các bạn gái khác. • Trân trọng những mục tiêu sống của bản thân và coi đó là kim chỉ nam cho hành trình sống của riêng mình. 	<ul style="list-style-type: none"> • Hỗ trợ các bạn gái khác nuôi dưỡng lòng tự tôn. • Thể hiện bản thân mình một cách quyết đoán và giúp các bạn gái khác cùng làm như vậy. • Đưa ra các quyết định nhất quán với các mục tiêu sống của bản thân.
Cộng đồng/Gia đình	<ul style="list-style-type: none"> • Hiểu về các hình thức khác nhau của quyền lực (quyền lực kiểm soát, quyền lực nội tại và quyền lực hợp tác) và nó liên quan đến những trải nghiệm về quyền lực của bản thân các em như thế nào. 		<ul style="list-style-type: none"> • Xác định các hình thức quyền lực khác nhau trong gia đình và cộng đồng của em gái. • Xác định ai và điều gì có thể hỗ trợ hoặc gây cản trở em gái trong việc đạt được những mục tiêu sống của em.

PHÁC THẢO CÁC HOẠT ĐỘNG

TÊN HOẠT ĐỘNG	THỜI LƯỢNG	KIẾN THỨC - THÁI ĐỘ - THỰC HÀNH	THÔNG ĐIỆP CHÍNH	MÔ TẢ HOẠT ĐỘNG/ CÁC BƯỚC CHÍNH
Hoạt động 1: Chân dung tự họa: Nuôi dưỡng sự tự tôn	45 phút + bài tập về nhà	Có cái nhìn tích cực về bản thân và có lòng tự tôn cao Hỗ trợ các bạn khác nuôi dưỡng lòng tự tôn	Tự nhận thức về bản thân là cách bạn nhìn nhận bản thân mình và được kết nối với lòng tự tôn. Có lòng tự tôn cao có nghĩa là cảm thấy bản thân mình tốt đẹp, tự tin về giá trị và khả năng của bản thân mình, và có lòng tự trọng cao. Cách người khác đối xử với bạn như thế nào có ảnh hưởng rất lớn đến lòng tự tôn của bạn. Sự chú ý tích cực và những lời khen sẽ giúp các bạn gái phát triển sự tự tôn của mình, và trái lại những sự chú ý tiêu cực hay không được chú ý có thể làm hạ thấp sự tự tôn của họ.	Các em gái bắt đầu bằng cách phản chiếu “cái tôi” và vẽ một bức chân dung tự họa về bản thân, các em trông như thế nào và các em giỏi cái gì. Sau đó các em sẽ thể hiện những hình ảnh đó và chia sẻ hiểu biết của mình về “cái tôi” với nhóm. Cuối cùng các em sẽ thể hiện những gì mình có thể làm để hỗ trợ lòng tự tôn của nhau.
Hoạt động 2: Chuột, Sư tử và Voi	1 tiếng + bài tập về nhà	Có thể phân biệt giữa các hành vi quyết đoán, hiểu chiến và thụ động	Cách hành xử của mỗi người có thể được chia làm 3 loại: quyết đoán, hiểu chiến và thụ động. Hành vi thụ động có vẻ lịch sự nhưng nó lại dẫn đến việc bị mất đi sức mạnh. Hành vi hiểu chiến trái lại có vẻ mạnh mẽ nhưng thực chất lại là một hình thức bạo lực. Hành vi quyết đoán là cách tự tin nhất để tương tác với người khác mà vẫn tôn trọng quyền và cảm giác của họ. Sự quyết đoán là điều quan trọng để các em gái có thể sống hạnh phúc và phát huy được hết các tiềm năng của mình. Vì thế, nuôi dưỡng tính quyết đoán là yếu tố then chốt trên hành trình trao quyền cho các em gái. Các em gái có thể giúp đỡ nhau để trở nên quyết đoán. Ở nhiều nơi, các em gái được dạy là cần thụ động và ngoan ngoãn, không nên nói ra ý kiến của mình. Các em gái cần giúp nhau để đấu tranh với những quy tắc này và để nói lên tiếng nói của mình.	Các em gái làm quen với tính quyết đoán qua việc phân biệt giữa các hành vi quyết đoán, hiểu chiến và thụ động. Các em sẽ cùng thảo luận để minh họa những khác biệt này thông qua hình tượng 3 con vật. Cuối cùng, các em sẽ thể hiện con vật của nhóm mình và thảo luận sự khác biệt giữa các hành vi này, cũng như sự ưu việt của tính quyết đoán.

TÊN HOẠT ĐỘNG	THỜI LƯỢNG	KIẾN THỨC - THÁI ĐỘ - THỰC HÀNH	THÔNG điệp CHÍNH	MÔ TẢ HOẠT ĐỘNG/ CÁC BƯỚC CHÍNH
Hoạt động 3: Giao tiếp quyết đoán	1 tiếng + bài tập về nhà	Thể hiện bản thân mình một cách quyết đoán và giúp các bạn bè khác làm như vậy	<p>Giao tiếp quyết đoán là cách tốt nhất để nói lên ý kiến của mình. Điều này có nghĩa là thể hiện nhu cầu của mình và vẫn quan tâm đến cảm xúc và quyền của những người khác. Thực hành việc này với các bạn khác và góp ý cho nhau để giúp nhau cải thiện kỹ năng giao tiếp một cách quyết đoán.</p> <p>Giao tiếp quyết đoán sẽ nâng cao sự tự tôn của các em gái. Cho dù các em gái không thành công trong việc tạo ảnh hưởng đến cuộc sống của chính các em thì khi giao tiếp quyết đoán, việc thể hiện được rõ ràng nhu cầu và đòi hỏi được các quyền của mình cũng khuyến khích các em cảm thấy coi trọng bản thân hơn.</p>	Các em gái bắt đầu bằng việc thảo luận về các kiểu giao tiếp khác nhau theo những hành vi mà các em đã học được ở hoạt động trước. Sau đó, các em gái sẽ thực hành các kiểu giao tiếp này qua bài tập đóng vai. Cuối cùng, các nhóm sẽ trình bày một ví dụ về hành vi quyết đoán và học cách đưa ra những góp ý mang tính xây dựng cho nhau.
Hoạt động 4: Xây nhà, xây nhóm	1 tiếng + bài tập về nhà	Coi trọng câu lạc bộ của mình như là một nhóm cùng làm việc với nhau để đạt được các mục tiêu chung	<p>Học cách làm việc theo nhóm là một kỹ năng quan trọng của một cô gái quyết đoán. Các em gái cần biết cách làm việc theo nhóm và giúp đỡ lẫn nhau để vượt qua những thách thức mà các em gặp phải trong hành trình trao quyền của mình.</p> <p>Các nhóm sẽ hoạt động được hiệu quả nhất khi nó bao gồm các thành viên khác nhau, đóng các vai trò khác nhau nhưng quan trọng như nhau. Một số em gái mong muốn được là người lãnh đạo trong khi một số khác lại cảm thấy thoải mái khi ở vai trò thụ động. Một số em giỏi nói trước đám đông trong khi những bạn khác lại giỏi vẽ tranh truyền thông và xây dựng kế hoạch hoạt động. Tất cả những vai trò này đều quan trọng như nhau để giúp cho một tập thể đạt được thành công.</p> <p>Để xây dựng một tập thể mạnh, các em gái cần nói lên ý kiến của mình, làm việc cùng nhau, tham gia một cách chủ động và xây dựng lòng tin với nhau. Các câu lạc bộ sẽ giúp các em gái có không gian và thời gian để thực hành những kỹ năng này đồng thời với việc xây dựng một tập thể đoàn kết.</p>	Các em gái bắt đầu bằng việc thảo luận xem “nhóm” có nghĩa là gì. Sau đó các em sẽ chia thành 2 đội, một đội sẽ bị bịt mắt và phải dựng nên một khung nhà trong khi đội khác đứng quan sát công việc đó. Cuối cùng, các em cùng thảo luận xem những gì họ đã học được qua hoạt động vừa rồi có liên quan đến làm việc theo nhóm như thế nào.

TÊN HOẠT ĐỘNG	THỜI LƯỢNG	Kiến thức - Thái độ - Thực hành	Thông điệp chính	Mô tả hoạt động/ Các bước chính
Hoạt động 5: Một câu chuyện về quyền lực	1 tiếng 20 phút + bài tập về nhà	<p>Hiểu về các hình thức khác nhau của quyền lực (quyền lực kiểm soát và quyền lực nội tại) và nó liên quan đến những trải nghiệm về quyền lực của bản thân các em như thế nào</p> <p>Nhận ra và coi trọng quyền lực nội tại cũng như quyền lực hợp tác của mình đối với các bạn gái khác.</p>	<p>Trên hành trình trao quyền của mình, các em gái cần hiểu rằng không phải mọi quyền lực đều như nhau. Nhận thức được điều này sẽ giúp các em hiểu được ai là người có “quyền lực kiểm soát” với các em và làm thế nào để các em có thể phát huy được “quyền lực nội tại” cũng như “quyền lực hợp tác”.</p> <p>Phát triển “quyền lực hợp tác” sẽ giúp các em gái trở thành Thủ lĩnh của sự thay đổi. Là Thủ lĩnh của sự thay đổi, các em gái có thể tạo nên những ảnh hưởng tích cực đến những người xung quanh các em, có được sự ủng hộ để cùng nhau đấu tranh với những chuẩn mực giới và khuyến khích các bạn gái khác trở nên quyết đoán trong cuộc sống của mình.</p>	Các em gái bắt đầu bằng việc thảo luận 3 hình thái khác nhau của quyền lực. Sau đó các em sẽ nghe câu chuyện về một cô gái trẻ và cùng thảo luận để tìm ra các hình thức quyền lực khác nhau trong câu chuyện đó. Tiếp theo các em chuẩn bị những vở kịch ngắn để thể hiện câu chuyện của cô gái, có bổ sung những chi tiết về cuộc sống của chính các em. Cuối cùng, các em sẽ thảo luận xem các em gái và em trai có những trải nghiệm khác biệt thế nào về quyền lực, và việc nhận thức được các hình thức khác nhau của quyền lực có thể giúp các em trên hành trình trao quyền của mình như thế nào.
Hoạt động 6: Hình dung về tương lai của chúng ta	1 tiếng 20 phút và bài tập về nhà	<p>Hiểu được mối liên hệ giữa tính tự chủ, khả năng xác định mục tiêu và đưa ra quyết định</p> <p>Hiểu được mối liên hệ giữa mục tiêu chung của câu lạc bộ và mục tiêu riêng của cuộc đời.</p> <p>Coi trọng mục đích sống của mình như hành trình của cuộc đời mình</p>	<p>Tự chủ là khả năng xác định được mục tiêu của mình, đưa ra các quyết định ảnh hưởng đến cuộc sống của mình và hành động để đạt được điều đó. Quyết đoán và xác định được “quyền lực nội tại” của mình có liên hệ chặt chẽ đến việc một cô gái có tính tự chủ cao hay không.</p> <p>Mục tiêu sống là điều mà bạn muốn đạt được trong cuộc sống của mình – giống như mơ ước cho tương lai. Ước mơ về tương lai có thể giúp bạn nhận thức được về những quyết định mà mình có thể đưa ra ngày hôm nay.</p> <p>Em gái Thủ lĩnh của sự thay đổi cũng đặt ra những mục tiêu tập thể để các em cùng phấn đấu. Lồng ghép những mục tiêu này vào lập kế hoạch cho cuộc sống sẽ hỗ trợ cho cam kết về những ước mơ chung.</p>	Sau khi thảo luận nhanh về ý nghĩa của tính tự chủ, các em gái sẽ tưởng tượng về mình và nhóm của mình trong 1 năm, 5 năm và 10 năm tới. Sau đó các em sẽ tả lại những ước mơ của mình bằng cách vẽ những bức tranh hay viết những bài văn. Cuối cùng, các em sẽ chia sẻ những giấc mơ của mình và đề nghị các bạn khác cùng giúp nhau để đạt được những ước mơ đó.

TÊN HOẠT ĐỘNG		Kiến thức - Thái độ - Thực hành	Thông điệp chính	Mô tả hoạt động/ Các bước chính
Hoạt động 7: Học cách đưa ra quyết định	1 tiếng và bài tập về nhà	Đưa ra những quyết định phù hợp với cuộc sống của mình	<p>Mọi cô gái đều có quyền và khả năng đưa ra quyết định của chính mình. Thậm chí khi phải đối mặt với những rào cản trong việc đưa ra các quyết định, biết được mình muốn gì là bước rất quan trọng để trở nên quyết đoán và có quyền lực.</p> <p>Các quyết định trong cuộc sống hàng ngày có thể tác động lớn đến việc đạt được những mục tiêu của cuộc sống sau này. Điều quan trọng là cần dành thời gian để xem xét lại những hệ quả có thể xảy ra trước khi đưa ra quyết định.</p>	Các em gái bắt đầu bằng việc thảo luận những ví dụ về các quyết định lớn và nhỏ mà các em đưa ra trong cuộc sống của mình. Sau đó, các em gái sẽ tham gia vào một câu chuyện tương tác của hai người trẻ phải đưa ra quyết định. Cuối cùng, các em thảo luận về những quyết định mà các nhân vật trong chuyện đưa ra và rút ra bài học từ quá trình đưa ra các quyết định đó.
Hoạt động 8: Phân tích bối cảnh và cùng giúp đỡ nhau	1 tiếng 15 phút và bài tập về nhà	Xác định được ai hay điều gì có thể hỗ trợ hoặc cản trở việc đạt được mục tiêu sống	Để đạt được mục tiêu của mình có thể sẽ gặp phải vô vàn thách thức, nhưng sẽ luôn có ai đó giúp bạn. Việc chuẩn bị để vượt qua được những thách thức mà bạn có thể đối mặt bao gồm xác định được bạn bè, người thân và thành viên trong cộng đồng có thể hỗ trợ bạn đạt được các mục tiêu của mình.	Các em gái cùng nhau thảo luận về các mục tiêu sống của mình và xem lại những bước mà các em cần thực hiện để đạt được những mục tiêu đó. Sau đó các em cùng làm việc theo các nhóm nhỏ để hình dung về những điều có thể hỗ trợ hay cản trở các em đạt được những mục tiêu đó. Cuối cùng, các em chia sẻ những hình dung này với cả nhóm và cam kết cùng giúp nhau đạt được mục tiêu sống của mình. Hoạt động này bao gồm một phần bài tập để tổng kết cho Hợp phần Tính quyết đoán.



HOẠT ĐỘNG 1:

CHÂN DUNG TỰ HỌA: NUÔI DƯỠNG SỰ TỰ TÔN

Các em gái bắt đầu bằng cách phản chiếu “cái tôi” và vẽ một bức chân dung tự họa về bản thân, các em trông như thế nào và các em giỏi cái gì. Sau đó các em sẽ thể hiện những hình ảnh đó và chia sẻ hiểu biết của mình về “cái tôi” với nhóm. Cuối cùng các em sẽ thể hiện những gì mình có thể làm để hỗ trợ lòng tự tôn của nhau.



MỌI LỨA TUỔI



45
PHÚT

HỌC CỤ CẦN THIẾT

- Giấy A0
- Bút viết giấy (mỗi em một chiếc)
- Bút dạ và bút chì màu
- Sổ tay (mỗi em một cuốn)



KẾT NỐI VỚI KIẾN THỨC THÁI ĐỘ - THỰC HÀNH

- Có cái nhìn tích cực về bản thân và có lòng tự tôn cao
- Hỗ trợ các bạn khác nuôi dưỡng lòng tự tôn



THÔNG ĐIỆP CHÍNH

- **Tự nhận thức về bản thân là cách bạn nhìn nhận bản thân mình và được kết nối với lòng tự tôn.** Có lòng tự tôn cao có nghĩa là cảm thấy bản thân mình tốt đẹp, tự tin về giá trị và khả năng của bản thân mình, và có lòng tự trọng cao.
- **Cách người khác đối xử với bạn như thế nào có ảnh hưởng rất lớn đến lòng tự tôn của bạn.** Sự chú ý tích cực và những lời khen sẽ giúp các bạn gái phát triển sự tự tôn của mình, và trái lại những sự chú ý tiêu cực hay không được chú ý có thể làm hạ thấp sự tự tôn của họ.

GỢI Ý:

DÀNH CHO NGƯỜI HƯỚNG DẪN:

- Điều quan trọng là các em gái cảm thấy an toàn và được tôn trọng. Đây có thể sẽ là hoạt động đầu tiên trong chương trình yêu cầu các em làm việc nhóm, và do đó đây là cơ hội để bạn tạo nên không gian an toàn, tin cậy lẫn nhau. Để chuẩn bị bắt đầu, hãy suy nghĩ về nhiều cách mà bạn có thể làm để các em cảm thấy thoải mái và được chào đón.
- Trong hoạt động này, bạn sẽ giới thiệu cho các em gái về cuốn sổ tay của các em và giải thích bài tập về nhà đầu tiên. Hãy lưu ý chọn loại sổ dễ nhìn và không quá nhỏ, bởi các em gái sẽ sử dụng nó trong suốt chương trình và cả sau đó nữa.



TRƯỚC KHI BẠN BẮT ĐẦU:

- Hãy chuẩn bị chia sẻ bức chân dung tự họa của chính bạn cho cả nhóm như một cách để khuyến khích các em chia sẻ bức tự họa của mình. Hãy vẽ bức tranh của bạn từ trước để có thể hoàn toàn tập trung vào việc dẫn dắt hoạt động này.
- Chép các câu hỏi trong **Bước 5** lên giấy A0 để các em gái có thể tham khảo trong khi vẽ. Che tờ giấy lại cho đến khi bạn cần dùng đến.
- Chép nội dung các **Thông điệp chính** của hoạt động lên giấy A0 để bạn có thể dùng đến ở **Bước 13**. Che tờ giấy lại cho đến khi bạn cần dùng đến.

Hoạt động này được điều chỉnh từ Phần C1.1, Tài liệu Girls and Boys Clubs của AMOR

CÁC BƯỚC THỰC HIỆN:

Với cả lớp: Giới thiệu (5 phút)

1. Chào mừng các em gái đến với hoạt động đầu tiên trong cuốn Em gái - Thủ lĩnh của sự thay đổi!
2. Giải thích rằng với chương trình này, chúng ta đang cùng nhau bắt đầu một cuộc hành trình, và một cách khởi đầu tốt cho cuộc hành trình này là tìm hiểu sâu hơn về bản thân chúng ta.
3. **Hỏi: Có em nào biết tự nhận thức về bản thân là gì không?**
Lấy một vài ý kiến từ các em gái, giải thích rằng tự nhận thức về bản thân là cách chúng ta nhìn nhận chính mình.

Với cá nhân: Phân chiếu cái tôi (15 phút)

4. Phát giấy, bút chì và bút dạ cho từng em. Yêu cầu các em ngồi giãn ra để có chỗ rộng hơn nhưng vẫn có thể nghe hướng dẫn của bạn.
5. Dành 5 phút để hướng dẫn các em gái thông qua một bài tập trực quan. Mời các em ngồi thoải mái. Yêu cầu các em hít một hơi thật sâu và nhắm mắt lại. Yêu cầu các em nhắm mắt cho đến khi bạn bảo các em mở mắt ra. Sau đó, yêu cầu các em suy nghĩ về những câu hỏi sau đây:
 - Em sẽ mô tả về bản thân như thế nào?
 - Em thích làm gì nhất? Hãy nghĩ về các hoạt động giúp em cảm thấy vui vẻ và thư giãn.
 - Em không thích làm gì nhất?
 - Em có thể làm tốt những việc gì?
 - Những việc mà người khác bảo em làm tốt là gì?

GỢI Ý!

Hãy đọc các câu hỏi một cách chậm rãi và với giọng nói nhẹ nhàng. Tạm dừng sau mỗi câu hỏi để các em gái có thời gian suy nghĩ về cách mà mình sẽ trả lời câu hỏi đó. Nếu bạn thấy có em gái mở mắt, cười khúc khích, hoặc không có thái độ nghiêm túc, hãy nhẹ nhàng yêu cầu cả nhóm tập trung vào hoạt động, và tiếp tục giữ mắt nhắm lại.



6. Yêu cầu các em gái mở mắt, dành mười phút để vẽ một bức tranh thể hiện bản thân. Mở tấm giấy có những câu hỏi mà bạn đã chuẩn bị từ trước để các em gái có thể nhớ cần tập trung vào điều gì khi vẽ bức chân dung của mình.

GỢI Ý!

Giải thích cho các em gái rằng đây không phải là một cuộc thi vẽ: các em không nên tập trung vào việc làm thế nào để vẽ đẹp nhất. Thay vào đó, hãy yêu cầu các em tập trung vào việc làm cho bức vẽ thực sự thể hiện được bản thân các em.

Với cả lớp: Chia sẻ chân dung của chúng ta (20 phút)

7. Khi hết thời gian, giải thích rằng những bức chân dung mà các em đã vẽ đại diện cho 'nhận thức của em về bản thân'.
8. Mời các em gái lần lượt chia sẻ chân dung của mình với cả nhóm, chia sẻ một số chi tiết các em đã vẽ. Tốt nhất là bạn nên chia sẻ chân dung của mình trước, để tạo không khí cho buổi chia sẻ.
9. Khi tất cả các em gái đã trình bày xong bức chân dung của mình, sử dụng những câu hỏi sau đây để dẫn dắt một cuộc thảo luận về cách các em suy nghĩ về bản thân.
 - Việc tự nhận thức về bản thân có quan trọng không? Tại sao?
 - Việc tự miêu tả bản thân có dễ dàng không? Tại sao?



CÁC BƯỚC THỰC HIỆN:

- Em thấy việc nào dễ hơn: nói về những điều em thích về bản thân hay những điều em không thích? Tại sao?
 - Em cảm thấy như thế nào khi chia sẻ chân dung của mình với cả nhóm?
10. Cuộc thảo luận sẽ có thể được đẩy đến những vấn đề về lòng tự tôn. Hãy tóm lại cuộc thảo luận bằng câu hỏi: **Em có biết thế nào là lòng tự tôn không?**
Liên hệ ý kiến của các em gái với định nghĩa sau đây:
Lòng tự tôn là cách bạn cảm nhận về chính mình, bạn tự tin như thế nào về giá trị và khả năng của bản thân và bạn tự tôn trọng mình như thế nào.
11. Giải thích rằng chúng ta sẽ cùng làm việc để đảm bảo tất cả các em gái đều có lòng tự trọng cao.
12. Dẫn dắt một cuộc trò chuyện ngắn về những gì mà các em có thể làm để hỗ trợ lòng tự tôn của nhau bằng cách hỏi:
- **Người khác có ảnh hưởng đến lòng tự tôn của em không? Ảnh hưởng như thế nào?**
 - **Chúng ta có thể làm gì để giúp đỡ nhau trong việc nuôi dưỡng lòng tự trọng?**

Với cả lớp: Tổng kết bài học! (5 phút)

13. Mời hai bạn xung phong trình bày nội dung **Thông điệp chính** của hoạt động trên giấy A0 mà bạn đã chuẩn bị từ trước.
14. Hỏi xem có em nào muốn bổ sung thêm ý kiến về những thông điệp này không.
15. Giải thích rằng nhiều hoạt động sẽ kết thúc với một bài tập về nhà. Một số bài tập sẽ liên quan đến việc nói chuyện với những người khác trong gia đình và cộng đồng về những điều mà các em đang học ở câu lạc bộ. Một số bài tập khác sẽ yêu cầu các em nghĩ đến một vấn đề, và viết về vấn đề đó trong sổ tay. Đôi khi, như trong hoạt động này, các em sẽ được yêu cầu làm cả hai công việc đó.
16. Phát sổ tay và yêu cầu các em gái giữ gìn chúng cẩn thận, vì các em sẽ dùng đến chúng trong thời gian dài. Yêu cầu các em luôn mang theo sổ tay khi đến tham gia tất cả các buổi học của câu lạc bộ.
17. Kết thúc hoạt động bằng việc giải thích **bài tập về nhà** sau:



LAN TRUYỀN THÔNG ĐIỆP: Yêu cầu các em gái đưa ra lời khen đối với một người bạn không tham gia vào câu lạc bộ. Yêu cầu các em nhận xét cả về ngoại hình cũng như những việc mà người bạn đó có thể làm tốt.



Bài tập về nhà: Dán bức chân dung em đã vẽ vào sổ tay và viết về cảm nhận khi tự vẽ ra chân dung của mình. Sau khi hoàn thành bài tập '**Lan truyền thông điệp**', hãy viết ngắn gọn về cảm giác của em khi khen một người bạn.

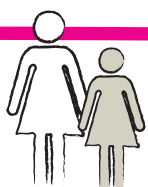
GỢI Ý!

Hãy lưu ý luôn viết các bài tập về nhà lên giấy A0 để các em gái có thể chép lại vào sổ tay trước khi rời khỏi lớp học.



HOẠT ĐỘNG 2: CHUỘT, SỬ TỬ VÀ VOI

Các em gái làm quen với tính quyết đoán qua việc phân biệt giữa các hành vi quyết đoán, hiếu chiến và thụ động. Các em sẽ cùng thảo luận để minh họa những sự khác biệt này thông qua hình tượng 3 con vật. Cuối cùng, các em sẽ thể hiện con vật của nhóm mình và thảo luận sự khác biệt giữa các hành vi này, cũng như sự ưu việt của tính quyết đoán.



MỌI LỨA TUỔI



60
PHÚT

HỌC CỤ CẦN THIẾT

- 3 bảng kẹp giấy
- Bút viết giấy
- Giấy A0 rời
- **Tờ phát tay A: Bạn đang hành xử như một...** (một bản cho mỗi nhóm gồm sáu em gái)
- **Tờ phát tay B: Chuột, Sư tử và Voi** (mỗi em một tờ)
- **Tờ thông tin dành cho Người hướng dẫn A: Ba tình huống**
- **Tờ thông tin dành cho Người hướng dẫn B: Đáp án**



KẾT NỐI VỚI KIẾN THỨC - THÁI ĐỘ - THỰC HÀNH



- Có thể phân biệt giữa các hành vi quyết đoán, hiếu chiến và thụ động.
- Hỗ trợ các bạn khác nuôi dưỡng lòng tự tôn



THÔNG ĐIỆP CHÍNH

- **Cách hành xử của mỗi người có thể được chia làm 3 loại: quyết đoán, hiếu chiến và thụ động.** Hành vi thụ động có vẻ lịch sự nhưng nó lại khiến bị mất đi sức mạnh. Hành vi hiếu chiến trái lại có vẻ mạnh mẽ nhưng thực chất lại là một hình thức bạo lực. Hành vi quyết đoán là cách tự tin nhất để tương tác với người khác mà vẫn tôn trọng quyền và cảm giác của họ.
- **Sự quyết đoán là điều quan trọng để các em gái có thể sống hạnh phúc và phát huy được hết các tiềm năng của mình.** Vì thế, nuôi dưỡng tính quyết đoán là yếu tố then chốt trên hành trình trao quyền cho các em gái.
- **Các em gái có thể giúp đỡ nhau để trở nên quyết đoán.** Ở nhiều nơi, các em gái được dạy là cần thụ động và ngoan ngoãn, không nên nói ra ý kiến của mình. Các em gái cần giúp nhau để đấu tranh với những quy tắc này và để lên tiếng nói của mình.



DÀNH CHO NGƯỜI HƯỚNG DẪN:

- Lưu ý rằng việc đóng vai thành các con vật trong **Bước 11** và **12**, bắt chước âm thanh và chuyển động của chúng là một phần quan trọng trong hoạt động này. Điều đó giúp cho hoạt động trở nên thú vị! Hãy tạo không khí cho hoạt động bằng cách đóng vai thành một trong ba con vật, sau đó yêu cầu các em gái lặp lại những gì bạn đã làm.
- Hãy suy nghĩ về các con vật sẽ thể hiện tốt nhất cho những hành vi trong bối cảnh cụ thể của các em gái, và cân nhắc điều chỉnh hoạt động bằng cách sử dụng những con vật đó thay vì sư tử, chuột và voi.
- Xem lại **Tờ thông tin dành cho Người hướng dẫn A** và suy nghĩ về cách thể hiện ba tình huống sao cho chúng có sự liên quan cục bộ. Ví dụ, thay vì yêu cầu giúp đỡ làm việc nhà, các em gái có thể cho các con vật ăn, nếu đây là một tình huống có nhiều khả năng xảy ra hơn. Chuẩn bị cho các em gái thể hiện các tình huống ở **Bước 2**. Bạn có thể nhờ một em gái hỗ trợ cho mình để có người tương tác cùng.

TRƯỚC KHI BẠN BẮT ĐẦU:

- Chép nội dung **Thông điệp chính** lên các tờ giấy A0 riêng biệt để bạn có thể dùng đến ở **Bước 15** và **18**. Che những tờ giấy này lại cho đến khi bạn cần dùng đến.

CÁC BƯỚC THỰC HIỆN:

Với cả lớp: Giới thiệu (5 phút)

1. Chào mừng các em gái đến với hoạt động và hỏi các em về bài tập về nhà:
 - Các em đã có cơ hội khen một người bạn chưa?
 - Các em cảm thấy thế nào khi làm việc này?
 - Bạn gái được khen cảm thấy như thế nào?

Cần lưu ý yêu cầu một vài em gái chia sẻ trải nghiệm của mình.



GỢI Ý!

Nếu các bạn đang thực hiện nhiều hơn một hoạt động mỗi ngày, nhớ hỏi về bài tập về nhà lần tiếp theo bạn gặp các cô gái, sau khi họ đã có thời gian để hoàn thành nó.

2. Giải thích rằng trong hoạt động này các em sẽ học cách phân biệt các loại hành vi khác nhau. Nói với các em rằng bạn sẽ bắt đầu bằng việc trình diễn ba cách khác nhau mà một em gái có thể thực hiện khi yêu cầu điều gì đó từ anh trai mình.
3. Mời một em xung phong lên giúp bạn, trình diễn ba tình huống mà bạn nghĩ ra với sự hỗ trợ của **Tờ thông tin dành cho Người hướng dẫn A**.
4. Hỏi: **Cách nào trong số ba cách mà bạn vừa thể hiện là hiệu quả nhất để đưa ra yêu cầu cho ai đó?** Các em gái có thể sẽ đồng ý rằng cách thứ ba là hiệu quả nhất. Nếu không, hãy hỏi tại sao các em nghĩ rằng những cách khác sẽ có hiệu quả hơn.

GỢI Ý!

Một số em gái có thể nghĩ rằng lựa chọn thụ động là cách hiệu quả nhất, đặc biệt nếu đây là cách hành xử mà những người xung quanh dạy các em. Nếu trường hợp này xảy ra, hãy dành thời gian để giải thích rằng đó có thể là cách duy nhất mà các em gái có thể hành xử trong môi trường gia đình và cộng đồng, nhưng sẽ không phải là cách thực sự hiệu quả.

Những em gái khác có thể tin rằng lựa chọn hiếu chiến là cách thể hiện sức mạnh nhiều nhất, đặc biệt là nếu các em đã quá chán nản với các chuẩn mực giới và chứng kiến người khác sử dụng bạo lực một cách chính đáng. Hãy dành thời gian để giải thích rằng bạo lực không bao giờ được chấp nhận và rằng nếu một em gái trở nên bạo lực, em gái đó sẽ không có quyền đánh giá người khác khi họ sử dụng bạo lực với em.

Trong cả hai trường hợp, hãy giải thích rằng bạn sẽ tìm hiểu thêm lý do vì sao những hành vi này là không hiệu quả trong suốt hoạt động.



5. Viết những từ “Quyết đoán”, “Thụ động” và “Hiếu chiến” thành các đề mục trên ba tờ giấy A0. Hỏi các em gái xem các em có biết về sự khác biệt giữa ba khái niệm này không, và ghi lại ý kiến của các em lên tờ giấy A0 tương ứng.
6. Chú ý lắng nghe những điều các em nói, và bổ sung thêm các chi tiết cần thiết để đảm bảo các em hiểu được những khái niệm này như định nghĩa được mô tả trong Tờ phát tay B. Hãy lưu ý liên kết các khái niệm này với những tình huống mà bạn đã trình diễn trước đó.
7. Hỏi: Em có thể nghĩ ra ba hình tượng con vật để minh họa cho những cách hành xử này không? Giúp các em đưa ra gợi ý của mình hoặc tự đưa ra gợi ý của bạn (ví dụ: chuột, voi, sư tử).

Với nhóm nhỏ: Thụ động, hiếu chiến và quyết đoán (15 phút)

8. Triển khai một hoạt động vui để chia các em gái thành những nhóm nhóm sáu người, sau đó phát cho mỗi nhóm một bản sao của **Tờ phát tay A**, bút viết giấy và ba tờ A0 trắng.
9. Yêu cầu các em gái vẽ những con vật minh họa rõ nhất cho các hành vi thụ động, hiếu chiến và quyết đoán - mỗi con vẽ trên một tờ. Giải thích rằng các nhóm không cần phải vẽ những con vật giống nhau.
10. Tiếp theo, yêu cầu các em gái dành 15 phút để đọc qua những đặc điểm được liệt kê trong **Tờ phát tay A** và viết lại chúng xung quanh con vật có những đặc điểm ấy. Ví dụ, nếu các em nghĩ rằng “luôn luôn nói xin lỗi” là một đặc tính của con vật thụ động, các em sẽ viết đặc điểm đó bên cạnh con vật thụ động. Khuyến khích các em gái bổ sung những đặc điểm chưa có trong tờ phát tay mà các em có thể nghĩ ra.

GỢI Ý!

Hãy lưu ý đi đến từng nhóm để đảm bảo cho các em gái hiểu được những chỉ dẫn này và phân biệt chính xác sự khác biệt giữa ba con vật.

Với nhóm nhỏ và cả lớp: Thể hiện con vật của chúng ta (20 phút)

11. Khi hết thời gian, yêu cầu các em gái bắt chước hành động của con vật mà nhóm mình chọn để minh họa ‘hành vi thụ động’. Khuyến khích các em di chuyển và tạo ra âm thanh giống như con vật đó. Trước tiên, hãy cho các em xem ví dụ bằng cách tự mình hành động và phát ra tiếng kêu như một con vật thụ động. Yêu cầu tất cả các em gái thể hiện cùng một lúc, hành xử như con vật thụ động mà các em đã chọn. Sau khoảng một phút, yêu cầu các em dừng lại và hỏi: hôm nay chúng ta đã nghe thấy những con vật nào? Hãy đảm bảo tất cả các con vật đều được xác định.
12. Lặp lại **bước 11** đối với các con vật “hiếu chiến” và “quyết đoán”.
13. Tiếp theo, cùng xem qua danh sách các đặc điểm với các em gái, hỏi các em xem mỗi đặc điểm tương ứng với hành vi nào. Sau mỗi đặc điểm, yêu cầu các nhóm kiểm tra xem câu trả lời của mình có đúng không. Tham khảo **Tờ thông tin dành cho Người hướng dẫn B** để đảm bảo tất cả các câu trả lời đều đúng.
14. Dẫn dắt một cuộc thảo luận ngắn về sự ưu việt của tính quyết đoán bằng cách hỏi:
 - Những nhược điểm của hành vi thụ động và hung hăng là gì?
 - Tại sao tính quyết đoán đặc biệt quan trọng với các em gái?
 - Từ giờ em sẽ cố gắng thực hiện loại hành vi nào?
15. Trình bày **Thông điệp chính** thứ nhất và thứ hai của hoạt động bằng cách sử dụng giấy A0 mà bạn đã chuẩn bị từ trước.
16. Giải thích rằng các em gái đôi khi có thể cảm thấy khó khăn trong việc trở nên quyết đoán vì những cách hành xử được kỳ vọng nơi các em. Hỏi: **Em có thể nghĩ ra những thách thức nào mà bản thân có thể phải đối mặt khi thực hiện hành vi quyết đoán?**
17. Hỗ trợ các em gái xác định ai hay điều gì có thể ngăn cản các em hành xử quyết đoán trong gia đình và cộng đồng.
18. Trình bày **Thông điệp chính** thứ ba của hoạt động bằng cách sử dụng giấy A0 mà bạn đã chuẩn bị từ trước:
 - **Các em gái có thể giúp đỡ nhau để trở nên quyết đoán.** Ở nhiều nơi, các em gái được dạy là cần thụ động và ngoan ngoãn, không nên nói ra ý kiến của mình. Các em gái cần giúp nhau để đấu tranh với những quy tắc này và nói lên tiếng nói của mình.
19. Giải thích cho các em gái rằng bạn sẽ đưa ra một cái nhìn sâu sắc hơn về sự ảnh hưởng của các chuẩn mực dành cho “một cô gái” tới cách các em hành động trong Hợp phần Nhận thức về giới của chương trình Thủ lĩnh của sự thay đổi.

Với cả lớp: Tổng kết bài học! (10 phút)

20. Để kết thúc hoạt động, khuyến khích các em gái suy nghĩ về những điều các em đã học được bằng cách hỏi:
 - **Em có thích hoạt động này không? Tại sao?**
 - **Em đã học được những gì?**
 - **Em có bất cứ câu hỏi hay nhận xét gì về những nội dung chúng ta đã thảo luận ngày hôm nay không?**
21. Phát **Tờ phát tay B** và khuyến khích các em gái thường xuyên đọc tài liệu này để ghi nhớ tính quyết đoán là như thế nào.

GỢI Ý!

Hãy dành thời gian để giải thích rằng cũng giống như các con vật có nhiều đặc điểm khác nhau, không có em gái nào luôn luôn hành xử thụ động, hiếu chiến hoặc quyết đoán cả. Chúng ta đều có những cách cư xử khác nhau ở những thời điểm khác nhau, hoặc khi phản ứng với các tình huống khác nhau. Tuy nhiên, nếu chúng ta càng quyết đoán, chúng ta sẽ càng tiến xa hơn trên hành trình trao quyền cho trẻ em gái.



22. Kết thúc hoạt động bằng cách giải thích bài tập về nhà:

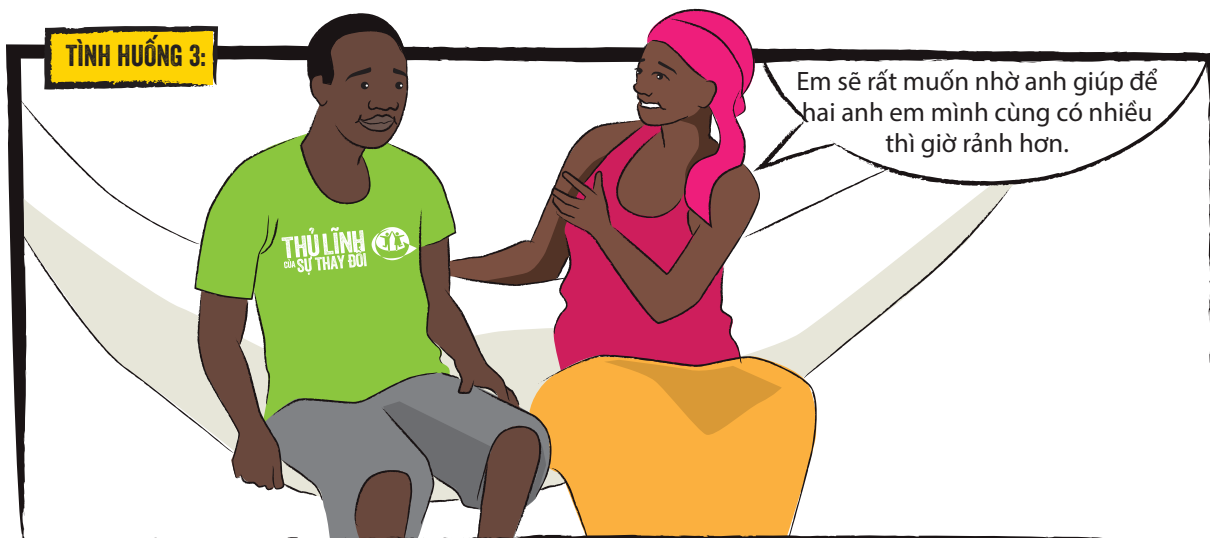


LAN TRUYỀN THÔNG ĐIỆP! Khuyến khích các em gái chia sẻ câu chuyện về ba con vật với bạn gái khác không tham gia vào câu lạc bộ. Khuyến khích các em thảo luận về các loại hành vi khác nhau với người bạn của mình và suy nghĩ về những lần các em hành xử giống các con vật đó. Yêu cầu các em thảo luận về cách giúp đỡ nhau để trở nên quyết đoán.

PHIẾU THÔNG TIN DÀNH CHO NGƯỜI HƯỚNG DẪN A: BA TÌNH HUỐNG



Xem lại ba tình huống dưới đây, và chuẩn bị diễn lại cho các em gái xem.

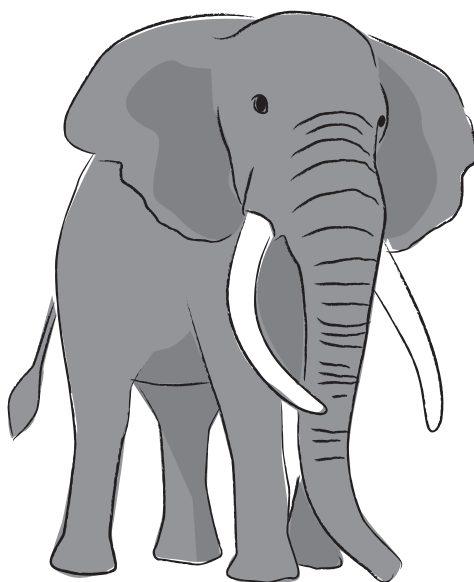


TỜ PHÁT TAY B: BẠN ĐANG HÀNH XỬ NHƯ MỘT...

























Hãy đọc các đặc điểm sau đây và quyết định xem con vật nào có nhiều khả năng hành xử theo cách này nhất: bị động, quyết đoán, hay hiểu chiến. Sau đó, viết các cụm từ bên dưới con vật tương ứng.

- Đấu tranh vì bản thân, không quan tâm đến người khác.
- Đứng thẳng người với tư thế tự tin
- Không làm gì để đòi hỏi quyền của mình
- Lấn át người khác
- Tự tin mà không "tự cao"
- Làm tổn hại người khác để đạt được mục tiêu của mình
- Giữ im lặng ngay cả khi thấy khó chịu vì một điều gì
- Quát tháo, không lắng nghe người khác, nói người khác là sai hoặc chỉ ngón tay vào người khác
- Tôn trọng bản thân cũng như những người khác
- Phó mặc cho người khác vì sợ
- Luân phiên vai trò nghe và nói
- Hay nói xin lỗi
- Phát biểu một cách tự tin
- Đặt người khác lên trên quyền lợi của bản thân
- Giao tiếp một cách cân bằng và cụ thể
- Thể hiện bản thân bằng cách dọa nạt người khác
- Trình bày chính xác ý muốn của mình với người khác một cách tôn trọng; Trình bày ý muốn của mình cho người khác biết một cách tôn trọng
- Để người khác ra quyết định thay mình
- Thể hiện cảm xúc tích cực lẫn tiêu cực
- Nói nhỏ, cười ngượng nghịu, chùng vai, lấy tay che mặt
- Đứng lên bảo vệ quyền của mình mà không hạ thấp quyền của người khác
- Hy vọng có được những gì mình muốn mà không cần phải nói ra.

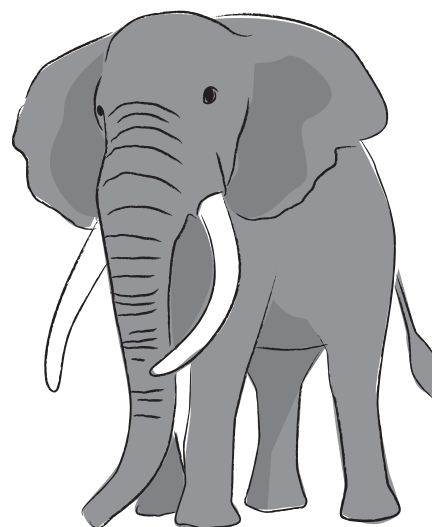
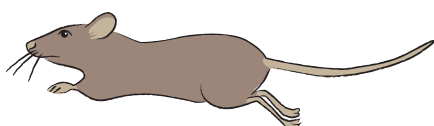


PHIẾU THÔNG TIN DÀNH CHO NGƯỜI HƯỚNG DẪN B: ĐÁP ÁN



	THỤ ĐỘNG	HIẾU CHIẾN	QUYẾT ĐOÁN
Đấu tranh vì bản thân, không quan tâm đến người khác.			
Đứng thẳng người với tư thế tự tin			
Không làm gì để đòi hỏi quyền của mình			
Lấn át người khác			
Tự tin mà không "tự cao"			
Làm tổn hại người khác để đạt được mục tiêu của mình			
Giữ im lặng ngay cả khi thấy khó chịu vì một điều gì			
Quát tháo, không lắng nghe người khác, nói người khác là sai hoặc chỉ ngón tay vào người khác			
Tôn trọng bản thân cũng như những người khác			
Phó mặc cho người khác vì sợ			
Luân phiên vai trò nghe và nói			
Hay nói xin lỗi			
Phát biểu một cách tự tin			
Đặt người khác lên trên quyền lợi của bản thân			
Giao tiếp một cách cân bằng và cụ thể			
Thể hiện bản thân bằng cách dọa nạt người khác			
Trình bày chính xác ý muốn của mình với người khác một cách tôn trọng			
Để người khác ra quyết định thay mình			
Thể hiện cảm xúc tích cực lẫn tiêu cực			
Nói nhỏ, cười ngượng nghịu, chùng vai, lấy tay che mặt			
Đứng lên bảo vệ quyền của mình, mà không hạ thấp quyền của người khác			
Hy vọng có được những gì mình muốn mà không cần phải nói ra			

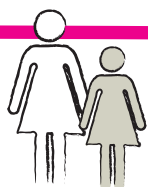
TỜ PHÁT TAY B: CHUỘT, SƯ TỬ VÀ VOI



THỤ ĐỘNG – CHUỘT	HIẾU CHIẾN – SƯ TỬ	QUYẾT ĐOÁN – VOI
<ul style="list-style-type: none"> Hy vọng có được điều mình muốn mà không phải đòi hỏi. Mong chờ người khác đoán ra ý muốn hoặc suy nghĩ của mình. Để người khác quyết định thay mình. Không làm gì để đòi hỏi quyền của mình. Đặt người khác lên trên quyền lợi của bản thân Giữ im lặng ngay cả khi thấy khó chịu vì một điều gì. Hay nói xin lỗi. Tỏ vẻ phục tùng: nói nhỏ cười ngượng nghịu, chùng vai, tránh bắt đồng, lấy tay che mặt hoặc miệng. 	<ul style="list-style-type: none"> Bày tỏ cảm xúc, quan điểm, hoặc mong muốn của bằng cách dọa nạt hoặc làm tổn thương người khác. Đấu tranh vì bản thân mà không quan tâm đến người khác. Đặt mình lên trên quyền lợi của người khác. Cố gắng kiểm soát người khác hoặc áp đặt người khác phải làm gì. Làm tổn hại người khác để đạt được mục tiêu của mình Tỏ vẻ đối đầu: quát tháo, ra lệnh và không lắng nghe người khác; luôn luôn nói người khác là sai; ngả người về phía trước; coi thường người khác; vẫy hoặc chỉ ngón tay vào người khác. 	<ul style="list-style-type: none"> Nói chính xác những điều mình muốn một cách lịch sự và hòa nhã. Đứng lên bảo vệ quyền của mình mà không hạ thấp quyền của người khác. Tôn trọng bản thân mình cũng như những người khác. Bày tỏ cả những cảm xúc tích cực và tiêu cực. Tự tin mà không “tự cao”. Tỏ vẻ tự tin: cụ thể, sử dụng đại từ quan hệ “tôi” trong mỗi câu nói; nói chuyện mặt đối mặt với người khác; bình tĩnh và kính cẩn; sử dụng ngôn ngữ cơ thể cho thấy rằng bạn đang đứng lên vì bản thân mình.
<p>Chuột tượng trưng cho hành vi thụ động, bởi con vật này luôn rất kín đáo và hay hoảng sợ. Nó có xu hướng chạy trốn thay vì chọn cách đối mặt với tình huống khó khăn.</p>	<p>Sư tử tượng trưng cho hành vi hiếu chiến, bởi sư tử luôn áp đặt ý muốn của mình bằng cách dọa nạt các con vật khác. Sư tử không quan tâm đến cảm giác của các con vật khác.</p>	<p>Voi tượng trưng cho hành vi quyết đoán, bởi con vật này tuy di chuyển chậm nhưng rất thuyết phục và tự tin. Voi là loài động vật mạnh mẽ, đồng thời cũng khôn ngoan và biết tôn trọng các con vật khác.</p>

HOẠT ĐỘNG 3: GIAO TIẾP QUYẾT ĐOÁN

Các em gái bắt đầu bằng việc thảo luận về các kiểu giao tiếp khác nhau theo những hành vi mà các em đã học được ở hoạt động trước. Sau đó, các em gái sẽ thực hành các kiểu giao tiếp này qua bài tập đóng vai. Cuối cùng, các nhóm sẽ trình bày một ví dụ về hành vi quyết đoán và học cách đưa ra những góp ý mang tính xây dựng cho nhau.



MỌI LỨA TUỔI



60
PHÚT

HỌC CỤ CẦN THIẾT

- Giấy A0
- Bút viết giấy
- **Tờ phát tay C: Nghệ thuật đưa ra ý kiến đóng góp (mỗi em một bản)**



KẾT NỐI VỚI KIẾN THỨC - THÁI ĐỘ - THỰC HÀNH

- Thể hiện bản thân một cách quyết đoán và giúp các bạn bè khác làm như vậy



THÔNG ĐIỆP CHÍNH

- **Giao tiếp quyết đoán là cách tốt nhất để nói lên ý kiến của mình.** Điều này có nghĩa là thể hiện nhu cầu của mình và vẫn quan tâm đến cảm xúc và quyền của những người khác. Thực hành việc này với các bạn khác và góp ý cho nhau để giúp nhau cùng cải thiện kỹ năng giao tiếp một cách quyết đoán.
- **Giao tiếp quyết đoán sẽ nâng cao sự tự tôn của các em gái.** Cho dù các em gái không thành công trong việc tạo ảnh hưởng đến cuộc sống của chính các em thì khi giao tiếp quyết đoán, việc thể hiện rõ ràng nhu cầu và đòi hỏi các quyền của mình cũng khuyến khích các em thấy coi trọng bản thân hơn.



GỢI Ý:

DÀNH CHO NGƯỜI HƯỚNG DẪN:

- Trong hoạt động này, các em gái được làm quen với nghệ thuật đưa ra và tiếp nhận ý kiến đóng góp. Đây là một kỹ năng thiết yếu trong phát triển tính quyết đoán và giúp đỡ các bạn khác trở nên quyết đoán. Hãy đảm bảo dành thời gian hướng dẫn các em gái về kỹ thuật này để bạn có thể tiếp tục đề cập đến nó trong suốt phần còn lại của chương trình.



TRƯỚC KHI BẠN BẮT ĐẦU:

- Xem lại ba bước của giao tiếp quyết đoán trong phần 'Chuẩn bị bài học' của Hợp phần này. Hãy suy nghĩ về một kịch bản mà bạn có thể sử dụng để trình diễn theo ba bước trên, hoặc sử dụng ví dụ nêu trong chính phần đó. Chuẩn bị diễn và giải thích về ba bước đã nêu.
- Chép lại tên của ba bước được liệt kê trong **Bước 5** lên giấy A0. Che tờ giấy lại cho đến khi bạn cần dùng đến.
- Đọc kỹ **Tờ phát tay C**, đảm bảo bạn hiểu rõ và sẵn sàng giải thích về 'kỹ thuật lồng ghép' cùng các yếu tố khác trong việc đưa ra và tiếp nhận ý kiến đóng góp ở **Bước 14**.
- Chép nội dung **Thông điệp chính** của hoạt động lên giấy A0 để bạn có thể dùng đến ở **Bước 22**. Che tờ giấy lại cho đến khi bạn cần dùng đến.

CÁC BƯỚC THỰC HIỆN:

Với cả lớp: Giới thiệu (15 phút)

1. Chào mừng các em gái đến với bài học mới này, và yêu cầu các em chia sẻ về bài tập về nhà:
 - Các em đã chia sẻ câu chuyện về sư tử, voi và chuột (hoặc ba con vật khác) với người bạn nào chưa?
 - Bạn các em suy nghĩ gì về câu chuyện đó?
 - Các em có thảo luận về cách mà các em có thể hỗ trợ nhau trở nên 'quyết đoán' hơn hay không?

Mời một vài em gái chia sẻ trải nghiệm của mình.

2. Giải thích với các em gái rằng cách quan trọng để thể hiện hành vi quyết đoán là nói với những người khác về nhu cầu, quyền và mong muốn của bản thân.
3. Hỏi: **Em sẽ miêu tả giao tiếp quyết đoán như thế nào?**
Hãy ghi lại các ý tưởng quan trọng lên giấy A0.

GỢI Ý!

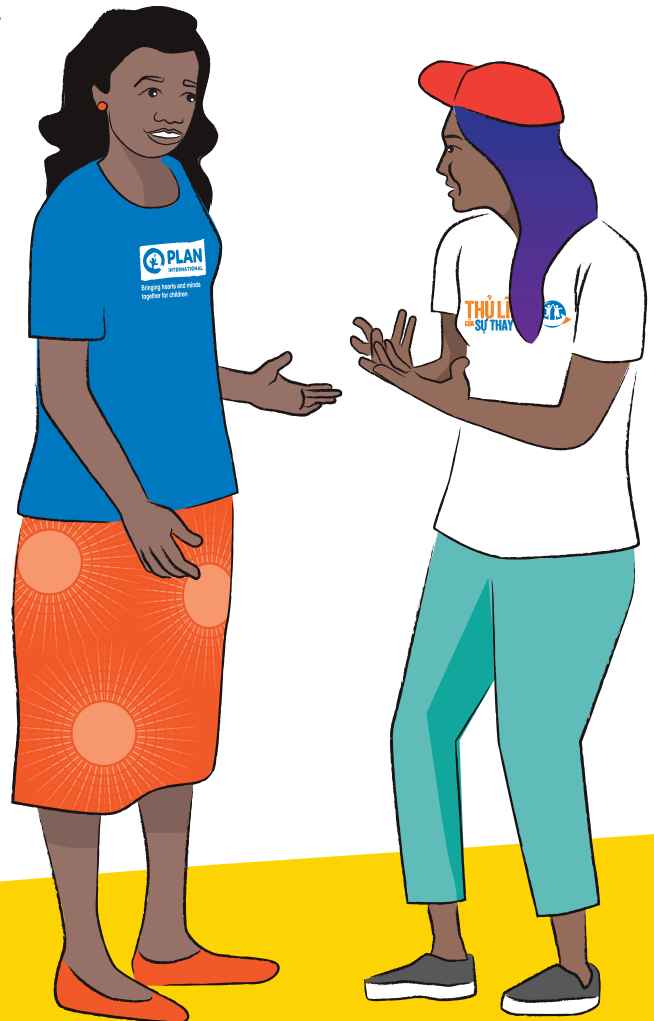
Phần này của hoạt động sẽ đóng vai trò ôn lại những gì họ học được trong hoạt động trước đó. Bạn có thể tham khảo **Tài liệu phát tay B** để đảm bảo các cô gái đề cập đến tất cả các khía cạnh của giao tiếp quyết đoán.



4. Hỏi: **Ai tham gia vào giao tiếp quyết đoán?**

Chú ý lắng nghe những em gái nói rằng phải có ít nhất hai người để thực hành giao tiếp. Giải thích rằng trong giao tiếp phải có một người gửi thông điệp và một người nhận thông điệp. Giao tiếp quyết đoán đòi hỏi một người gửi tự tin và một người nhận hoặc người nghe chủ động.

5. Sử dụng tờ giấy A0 mà bạn đã chuẩn bị từ trước để hỗ trợ giải thích về ba bước của giao tiếp quyết đoán:
 - a) Nói ra cảm xúc của mình
 - b) Giải thích nguyên nhân khiến em cảm thấy như vậy
 - c) Nói rõ yêu cầu của em
6. Mời một em xung phong đóng vai người mẹ và diễn theo ví dụ mà bạn đã chuẩn bị, trong đó vai cô con gái do bạn đảm nhận.
7. Giải thích với các em gái rằng sau đây các em sẽ làm việc theo cặp để thực hành giao tiếp quyết đoán với ba bước nói trên.



CÁC BƯỚC THỰC HIỆN:

Theo cặp: Thực hành giao tiếp quyết đoán (15 phút)

8. Yêu cầu các em gái tự chọn bạn ghép cặp cho phần tiếp theo của hoạt động này.
9. Yêu cầu các em suy nghĩ về ví dụ bạn vừa chia sẻ, dành ra từ 3-5 phút để xác định và thảo luận về một tình huống trong cuộc sống của các em, trong đó các em cần phải giao tiếp với một người nào đó có khả năng thay đổi sự việc giúp các em.
10. Sau khi các cặp đã chọn ra tình huống để diễn, yêu cầu các em quyết định ai sẽ sắm vai nào và sắp xếp lại cuộc trò chuyện theo ba bước của giao tiếp quyết đoán.
11. Khi các em làm xong, yêu cầu các em dành ra năm phút để thảo luận về câu trả lời mà người nhận thông điệp nhiều khả năng sẽ nói nhất và làm thế nào để đối phó với phản ứng có thể xảy ra. Trên cơ sở này, yêu cầu các em xác định những yếu tố có thể cải thiện nhằm giúp cho phong cách giao tiếp của mình trở nên hiệu quả hơn.
12. Cuối cùng, yêu cầu các em đổi vai và diễn lại, cân nhắc đến nội dung thảo luận trước đó.

Với cả lớp: Trình bày tiểu phẩm và đưa ra ý kiến đóng góp mang tính xây dựng (20 phút)

13. Giải thích với các em gái rằng, trước khi bạn mời một vài cặp lên thể hiện tiểu phẩm của họ, bạn muốn giới thiệu với các em một kỹ năng rất quan trọng trong việc giúp đỡ nhau để trở nên quyết đoán: nghệ thuật đưa ra và tiếp nhận ý kiến đóng góp mang tính xây dựng.
14. Phát **Tờ phát tay C** và yêu cầu các em gái theo dõi khi bạn giải thích về kỹ năng này. Hãy trả lời bất kỳ câu hỏi nào của các em gái về “kỹ thuật lồng ghép” hoặc về bất kỳ gợi ý nào khác trong tờ phát tay.
15. Cung cấp cho các em một ví dụ về kỹ thuật lồng ghép bằng cách yêu cầu một cặp thể hiện tiểu phẩm của mình và sau đó đưa ra ý kiến đóng góp mang tính xây dựng dựa trên các kỹ thuật được nêu trong **Tờ phát tay C**.
16. Hãy yêu cầu một cặp trình bày, và sau đó chọn một em gái để thực hành kỹ năng đưa ra ý kiến đóng góp. Chú ý lắng nghe ý kiến đóng góp của em gái đó, chia sẻ nhận xét của bạn về cách em ấy sử dụng kỹ thuật này, và về những điểm có thể cải thiện. Chú ý bổ sung góp ý cho tiểu phẩm mà em gái được mời đưa ra ý kiến chưa đến cặp đến.
17. Lặp lại như vậy với hai hoặc ba cặp nữa, mỗi lần chọn một em gái để đưa ra ý kiến đóng góp mang tính xây dựng.
18. Hỏi: **Chúng ta vừa thảo luận về việc đưa ra ý kiến đóng góp, vậy các em cảm thấy thế nào khi tiếp nhận những góp ý đó?**
19. Lắng nghe những suy nghĩ của các em về câu hỏi này và giải thích rằng mặc dù ban đầu các em có thể thấy khó khăn khi nghe người khác nhận xét về việc mình đang làm, nhưng việc mở lòng để tiếp nhận những góp ý từ các bạn trong nhóm là một cách quan trọng để hỗ trợ lẫn nhau. Khuyến khích các em thoải mái thực hành kỹ năng này, vì nó sẽ có lợi cho cả nhóm.
20. Giải thích với các em gái rằng các em sẽ có nhiều cơ hội hơn để thực hành kỹ năng này trong suốt chương trình Thủ lĩnh của sự thay đổi.

GỢI Ý!

Đề nghị các em gái giữ tờ phát tay này trong sổ nhật ký để có thể tham khảo mỗi khi có cơ hội góp ý cho nhau.



Với cả lớp: Tổng kết bài học! (10 phút)

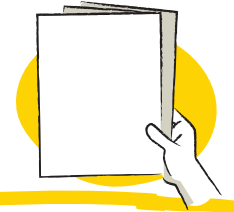
1. Kết thúc hoạt động với một cuộc thảo luận nhanh. **Hỏi: Em sẽ luôn có được những điều em cần hoặc mong muốn nếu em giao tiếp quyết đoán chứ?**
2. Tổng kết cuộc thảo luận bằng cách trình bày Thông điệp chính của hoạt động, liên hệ thông điệp thứ hai với câu hỏi bạn vừa đặt ra để thảo luận, nhằm đảm bảo rằng tất cả các em gái đều hiểu được thông điệp.
3. Kết thúc hoạt động bằng cách **giải thích bài tập về nhà:**



LAN TRUYỀN THÔNG ĐIỆP: Yêu cầu các em gái chia sẻ những điều các em đã học được về giao tiếp quyết đoán với một thành viên trong gia đình mà các em cảm thấy sẽ nhận lời thực hành bài tập này theo ba bước cùng các em. Khuyến khích các em ghi lại trải nghiệm này vào sổ tay.

TỜ PHÁT TAY 3:

NGHỆ THUẬT ĐƯA RA VÀ TIẾP NHẬN Ý KIẾN ĐÓNG GÓP



TIẾP NHẬN Ý KIẾN ĐÓNG GÓP

Tiếp nhận ý kiến đóng góp có thể giúp em cải thiện các kỹ năng của mình, do đó quan trọng là em cần cởi mở và chấp nhận những góp ý như một nguồn hỗ trợ, thậm chí nếu đó là những góp ý mang tính xây dựng (góp ý về những điều em có thể làm tốt hơn). Một số điều cần lưu ý khi tiếp nhận ý kiến đóng góp bao gồm:

- **Luôn công nhận điều tốt nhất.** Các bạn gái khác trong câu lạc bộ đều là bạn của em và quan tâm tới em. Nếu các bạn ấy cho em những góp ý mang tính xây dựng, đó là bởi vì các bạn ấy muốn em phát huy hết khả năng của mình!
- **Hãy nhớ rằng luôn luôn có điểm cần phải cải thiện.** Chúng ta đều có những kỹ năng và tài năng đáng kinh ngạc, nhưng không có ai hoàn hảo cả! Việc tận dụng những góp ý mang tính xây dựng là một cách tuyệt vời cho phép em và các bạn của mình hỗ trợ lẫn nhau để làm tốt hơn nữa những công việc mà sẽ giúp em trở thành một Thủ lĩnh của sự thay đổi.

ĐƯA RA Ý KIẾN ĐÓNG GÓP

Khi đưa ra ý kiến đóng góp, quan trọng là phải cẩn thận trong cách thể hiện ý kiến – bởi em đang muốn khuyến khích bạn của mình làm tốt, chứ không phải thất vọng về sự thể hiện của bạn ấy. Làm thế nào để em có thể chắc chắn rằng phản hồi của mình là thiết thực nhất có thể?

- **“Lồng ghép” gợi ý của em về sự cải thiện giữa hai nhận xét về những điều mà bạn của em đã làm tốt.** Nếu em có một gợi ý - có thể giúp cho bạn của mình cải thiện hơn - hãy luôn bắt đầu bằng cách đề cập đến việc họ đã làm rất tốt, sau đó nói về điểm cần cải thiện và kết thúc với một câu khích lệ. Điều này sẽ giúp cân bằng ý kiến đóng góp của em với những lời khen ngợi, giúp nâng cao lòng tự tôn của người bạn đó.
- **Nhận xét dựa trên sự thật thay vì quan điểm.** Ví dụ, hãy nói một câu kiểu như: “Cậu đang đi đi lại lại rất nhiều” thay vì “Mình thấy bạn có vẻ lo lắng”. Chúng ta không thể biết bạn của mình đang cảm thấy thế nào hoặc tại sao họ làm việc mà họ đang làm; chúng ta chỉ có thể nói về những gì chúng ta thấy.
- **Càng cụ thể càng tốt.** Ví dụ, hãy nói một câu kiểu như: “Giọng của cậu nhỏ quá” thay vì “Mình không nghe thấy gì”. Bằng cách đó, bạn của em có thể hiểu rõ về điều mà bạn ấy có thể làm để cải thiện.
- **Chỉ nhận xét về những việc mà họ có khả năng thay đổi.** Bạn của em sẽ rất nản lòng nếu em chỉ ra điều mà bạn ấy không thể thay đổi được (ví dụ, tật nói lắp).
- **Hãy chắc chắn rằng em sử dụng ngôn từ và giọng điệu tích cực và tôn trọng.** Việc giao tiếp làm sao để bạn em thấy rõ ràng em tôn trọng và muốn ủng hộ bạn ấy sẽ giúp cho bạn em phản ứng nhanh hơn và sẵn sàng cải thiện.

HOẠT ĐỘNG 4: XÂY NHÀ, XÂY NHÓM⁷

Các em gái bắt đầu bằng việc thảo luận xem “nhóm” có nghĩa là gì. Sau đó các em sẽ chia thành 2 đội, một đội bị bịt mắt và phải dựng nên một khung nhà trong khi đội khác đứng quan sát công việc đó. Cuối cùng, các em gái cùng thảo luận xem những gì họ đã học được qua hoạt động vừa rồi có liên quan đến làm việc theo nhóm như thế nào.



MỌI LỬA TUỔI



60
PHÚT

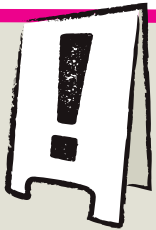
HỌC CỤ CẦN THIẾT

- Giấy A0
- Bút viết giấy
- 7 sợi dây thừng dày, mỗi sợi dài ít nhất 1m.
- 7 cái bịt mắt
- Bìa màu to
- Băng dính



KẾT NỐI VỚI KIẾN THỨC - THÁI ĐỘ - THỰC HÀNH

- Coi trọng câu lạc bộ của mình như là một nhóm cùng làm việc với nhau để đạt được các mục tiêu chung



THÔNG ĐIỆP CHÍNH

- **Học cách làm việc theo nhóm là một kỹ năng quan trọng của một cô gái quyết đoán.** Các em gái cần biết cách làm việc theo nhóm và giúp đỡ nhau để vượt qua những thách thức các em gặp phải trong hành trình trao quyền của mình.
- **Các nhóm sẽ hoạt động được hiệu quả nhất khi nó bao gồm các thành viên khác nhau, đóng vai trò khác nhau nhưng quan trọng như nhau.** Một số em gái mong muốn được là người lãnh đạo trong khi một số khác lại cảm thấy thoải mái khi ở vai trò thụ động. Một số em giỏi nói trước đám đông trong khi những bạn khác lại giỏi về tranh truyền thông và xây dựng kế hoạch hoạt động. Tất cả những vai trò này đều quan trọng như nhau để giúp cho một tập thể đạt được thành công.
- **Để xây dựng một nhóm mạnh, các em gái cần nói lên ý kiến của mình, làm việc cùng nhau, tham gia một cách chủ động và xây dựng lòng tin với nhau.** Các câu lạc bộ sẽ giúp các em gái có không gian và thời gian để thực hành những kỹ năng này đồng thời với việc xây dựng một tập thể đoàn kết.

GỢI Ý:

DÀNH CHO NGƯỜI HƯỚNG DẪN:

Ba hoạt động đầu của Hợp phần này đã tập trung vào vấn đề quyết đoán. Hoạt động này sẽ tập trung vào tầm quan trọng của kỹ năng làm việc nhóm. Khi chuẩn bị cho hoạt động này bạn hãy nghĩ những ví dụ mà bạn có thể dùng để chia sẻ với các em gái về tầm quan trọng của việc làm việc nhóm. Có thể ở cộng đồng hay ở trường các em đã đạt được những điều tích cực nhờ kết quả của việc làm việc nhóm. Hoặc bạn có thể liên hệ đến một câu chuyện trẻ em nổi tiếng hay một câu chuyện ngụ ngôn nói về tinh thần làm việc theo nhóm mà các em gái đã quen thuộc.

TRƯỚC KHI BẠN BẮT ĐẦU:

- Hoạt động này đòi hỏi phải có một không gian rộng, an toàn và bằng phẳng để các em gái có thể di chuyển khi bị bịt mắt mà không bị vướng víu hay vấp ngã. Bạn cần đảm bảo có được không gian học tập như thế này hoặc điều chỉnh không gian lớp học vốn có cho phù hợp (ví dụ như xếp gọn bàn ghế).
- Chép nội dung các **Thông điệp chính** lên giấy A0 để bạn có thể dùng đến ở **Bước 19**. Che tờ giấy lại cho đến khi bạn cần dùng đến.
- Chép nội dung các **Thông điệp chính** lên giấy A0 để bạn có thể dùng đến ở **Bước 22**. Che tờ giấy lại cho đến khi bạn cần dùng đến.

7. Bài tập này được điều chỉnh từ Hoạt động 9 của Tài liệu Let Girls Lead

CÁC BƯỚC THỰC HIỆN:

Với cả lớp: Giới thiệu (10 phút)

1. Chào mừng các em gái đến với lớp học và hỏi các em về bài tập về nhà:
 - Các em có chia sẻ những gì mình học được về giao tiếp quyết đoán với các bạn khác không?
 - Các em có áp dụng được ba bước giao tiếp để đạt được những gì mình muốn một cách quyết đoán không? Các em cảm thấy thế nào?

Bạn nên đặt các câu hỏi này với một vài em gái để các em có cơ hội chia sẻ.

2. Giải thích với các em rằng các em đã được học cách là con người quyết đoán như thế nào, nhưng quyết đoán cũng bao gồm cả cùng làm việc với người khác để đạt được các mục tiêu chung. Nhắc các em rằng điều này cũng quan trọng bởi trong nhiều tháng, hay trong nhiều năm tới, các em có thể sẽ hoạt động trong cùng một nhóm với nhau.
3. Giải thích rằng trong hoạt động này các em sẽ tìm hiểu xem là một thành viên của nhóm thì như thế nào
4. Hỏi các em: **Thế nào là một nhóm?**

Sau khi một vài em gái đã trả lời câu hỏi, gợi ý các em theo khái niệm sau, nhấn mạnh vào một vài từ bôi đen như ở dưới đây:

Nhóm là một **tập thể** gồm hai người trở lên **cùng làm việc với nhau** để đạt được **các mục tiêu chung**.

5. Hỏi các em: **câu lạc bộ này có phải là một nhóm không? Mục tiêu chung của các em là gì?**

Ghi chép một vài từ chính lên giấy A0 với tiêu đề “Mục tiêu của chúng ta”. Nếu các em không nhắc đến “vui chơi” và “có những buổi gặp mặt thú vị” thì hãy gợi ý cho các em điều này.

6. Chỉ ra rằng danh sách các mục tiêu của các em có thể tăng lên khi các em học được nhiều vấn đề khác nhau ảnh hưởng đến cuộc sống của các em vì thế các em cần làm việc cùng nhau. Điều quan trọng là cần dành thời gian để xem xét lại ý nghĩa của một nhóm là gì.

Chia lớp thành 2 nhóm: Xây nhà (30 phút)

7. Đề nghị 5 em xung phong tham gia vào hoạt động này. Yêu cầu các em đứng thành nhóm và giải thích rằng các em sẽ là một “nhóm thợ xây”. Các bạn còn lại sẽ là những “người quan sát”.

GỢI Ý!

Lý tưởng nhất sẽ là trong nhóm có một số em năng nổ và một số em nhút nhát. Tuy nhiên nếu không được như vậy thì bạn có thể mời thêm một hai em gái khác để tạo sự đa dạng cho nhóm



8. Đưa những sợi dây thừng ra và giải thích với nhóm rằng những người “thợ xây” sẽ dùng những sợi dây này để dựng nên khung của một ngôi nhà. Nhưng vấn đề ở đây là những thợ xây này sẽ bị bịt mắt lại và không được thảo luận trước với nhau về cách làm.
9. Giải thích với những “người quan sát” rằng họ có nhiệm vụ quan sát những gì xảy ra và chuẩn bị để thảo luận khi trò chơi kết thúc. Và những người quan sát cũng cần chú ý đến những thợ xây bị bịt mắt để đảm bảo họ không bị thương.

GỢI Ý!

Nhấn mạnh với người quan sát rằng các em cần để ý để đảm bảo an toàn cho các bạn thợ xây. Nếu cần các em có thể bước vào can thiệp để bạn đó không bị thương.

CÁC BƯỚC THỰC HIỆN:

10. Trước khi những người thợ xây bắt đầu, để nghị một người quan sát vẽ hình một ngôi nhà lên giấy A0 để những người thợ xây có ý tưởng về ngôi nhà mà người quan sát muốn.
11. Những người quan sát sau đó sẽ bịt mắt những người thợ xây lại. Khi tất cả đã bị bịt mắt, một người quan sát sẽ dẫn họ đến một điểm khác trong căn phòng. Để tăng tính thử thách, bạn có thể để nghị những người quan sát cẩn thận quay những người thợ xây.
12. Cho các em gái 5 phút để dựng khung ngôi nhà. Đảm bảo rằng những người quan sát chú ý đến công việc của họ, không nói chuyện, cười đùa hay làm ồn.
13. Khi hết giờ, cho những người thợ xây bỏ khăn bịt mắt ra và nhìn xem sản phẩm của họ như thế nào.
14. Hỏi mọi người xem ngôi nhà có giống như hình vẽ không. Sau đó dẫn dắt một cuộc thảo luận ngắn (khoảng 5 phút) sử dụng các câu hỏi gợi ý sau đây:

Hỏi những người quan sát:

- Điều gì đã xảy ra?
- Có ai lãnh đạo không? Làm thế nào bạn nhận ra điều đó?
- Cả nhóm giao tiếp với nhau như thế nào? Ai nói?
- Cả nhóm có hợp tác với nhau không? Như thế nào?

Hỏi những người thợ xây:

- Bạn cảm thấy thế nào khi bị bịt mắt?
- Điều gì xảy ra trong suốt quá trình làm việc?
- Bạn là người lãnh đạo hay thực thi?
- Điều gì các bạn đã làm được và điều gì chưa? Vì sao?

15. Sau khi thảo luận, chọn ra 5 em khác xung phong làm thợ xây và lặp lại trò chơi. Có thể lặp lại nhiều lần nếu có thời gian để nhiều em gái có thể trở thành thợ xây. Ở mỗi lần thảo luận, lưu ý chỉ cho các em gái thấy các em đã làm việc theo nhóm tốt hơn các nhóm trước chưa và rút ra bài học gì từ các nhóm trước.

GỢI Ý!

Trong trò chơi này cần đảm bảo quản lý được thời gian. Không cần thiết phải hỏi tất cả các câu hỏi với các nhóm.



Với cả lớp: ôn lại kỹ năng làm việc nhóm (15 phút)

16. Cắt các sợi dây thừng và khăn bịt mắt. Mời các em gái ngồi thành vòng tròn
17. Phát thẻ màu và bút cho các em. Để nghị các em viết một điều mà các em học được từ bài này để góp phần xây dựng câu lạc bộ tốt hơn
18. Vài phút sau, mời các em đọc to những gì các em đã viết
19. Cho các em xem phần **Thông điệp chính** của bài học, liên hệ đến những bài học mà các em rút ra được từ trò chơi. Nếu có thông điệp nào không xuất hiện trong bài học mà các em đưa ra, hãy dành chút thời gian thảo luận về thông điệp đó với các em gái. Giúp các em hiểu rõ rằng sự hợp tác, niềm tin và việc giao tiếp là rất quan trọng khi các em làm việc cùng nhau.

Tổng kết bài học (5 phút)

20. Để tổng kết hoạt động, giải thích cho các em rằng một trong những yếu tố quan trọng của một nhóm là có một cái tên mà các em cùng thống nhất đặt. Kết thúc bài học bằng việc giới thiệu cho các em về bài tập về nhà.



Bài tập về nhà: Mời các em gái suy nghĩ xem các em muốn câu lạc bộ của mình như thế nào và viết những mong muốn đó vào sổ tay. Để nghị các em suy nghĩ về một cái tên cho câu lạc bộ để chia sẻ trong buổi học tới, khi các em sẽ cùng thảo luận và thống nhất về tên của CLB. Gợi ý với các em rằng tên đó cần nói lên điều mà các em hy vọng hay mong muốn CLB đạt được.

HOẠT ĐỘNG 5: MỘT CÂU CHUYỆN VỀ QUYỀN LỰC

Các em gái bắt đầu bằng việc thảo luận về 3 hình thái khác nhau của quyền lực. Sau đó các em sẽ nghe câu chuyện về một cô gái trẻ và cùng thảo luận để tìm ra các hình thức quyền lực khác nhau trong câu chuyện đó. Tiếp theo các em chuẩn bị những vở kịch ngắn để thể hiện câu chuyện của cô gái, có bổ sung những chi tiết về cuộc sống của chính các em. Cuối cùng, các em sẽ thảo luận xem các em gái và em trai có những trải nghiệm khác biệt thế nào về quyền lực. Việc nhận thức được các hình thức khác nhau của quyền lực có thể giúp các em trên hành trình trao quyền của mình như thế nào.



MỌI LỨA TUỔI



1 TIẾNG
& 20 PHÚT

HỌC CỤ CẦN THIẾT

- Giấy A0
- Bút viết giấy
- **Tờ phát tay D: Nhận ra quyền lực ở mọi hình thức**
- Một câu chuyện về quyền lực (bạn có thể sử dụng **Tờ thông tin dành cho người hướng dẫn 6A: Câu chuyện của Arcadia** hoặc tự nghĩ ra một câu chuyện của mình.
- **Tờ thông tin dành cho người hướng dẫn 6B: Phần trả lời cho câu chuyện của Arcadia** (nếu bạn sử dụng Tờ hướng dẫn 6A), hoặc bạn có thể tự soạn Phần trả lời cho câu chuyện mà mình đã nghĩ ra.



KẾT NỐI VỚI KIẾN THỨC - THÁI ĐỘ - THỰC HÀNH

- Coi trọng câu lạc bộ của mình như là một nhóm cùng làm việc với nhau để đạt được các mục tiêu chung.



THÔNG ĐIỆP CHÍNH

- **Trên hành trình trao quyền của mình, các em gái cần hiểu rằng không phải mọi quyền lực đều như nhau.** Nhận thức được điều này sẽ giúp các em hiểu được ai là người có “quyền lực kiểm soát” với các em và làm thế nào để ác em có thể phát huy được “quyền lực nội tại” cũng như “quyền lực hợp tác”.
- **Phát triển “quyền lực hợp tác” sẽ giúp các em gái trở thành Thủ lĩnh của sự thay đổi.** Là Thủ lĩnh của sự thay đổi, các em gái có thể tạo nên những ảnh hưởng tích cực đến những người xung quanh các em, có được sự ủng hộ để cùng nhau đấu tranh với những chuẩn mực giới và khuyến khích các bạn gái khác trở nên quyết đoán trong cuộc sống của mình.



GỢI Ý:

DÀNH CHO NGƯỜI HƯỚNG DẪN:

Hãy nghĩ ra một câu chuyện phù hợp với bối cảnh địa phương để có thể sử dụng trong hoạt động này. Điều này sẽ giúp các em gái thấy quen thuộc và nhận ra được quyền lực kiểm soát, quyền lực nội tại và quyền lực hợp tác của mình. Bạn cũng có thể dựa trên các nhân vật của Thủ lĩnh của sự thay đổi để làm cơ sở cho câu chuyện của mình.



TRƯỚC KHI BẠN BẮT ĐẦU:

- Hãy xem lại các định nghĩa và ví dụ của ba hình thức khác nhau của quyền lực được đề cập đến trong phần CHUẨN BỊ của hợp phần này.
- Chuẩn bị để trình bày 3 hình thức khác nhau của quyền lực để sử dụng trong **Bước 3** của hoạt động này. Ví dụ như viết sẵn ra giấy A0.
- Chép sẵn nội dung các Thông điệp chính lên giấy A0 để bạn có thể dùng đến ở **Bước 5** và **Bước 17**. Che tờ giấy lại cho đến khi bạn cần dùng đến.

KẾT NỐI VỚI CÁC HỢP PHẦN KHÁC

Xem lại *phân giới thiệu* của hoạt động này để có được mô tả về các nhân vật Thủ lĩnh của sự thay đổi



CÁC BƯỚC THỰC HIỆN:

Với cả lớp: Giới thiệu (10 phút)

1. Chào mừng các em gái quay trở lại lớp học, hỏi các em về bài tập về nhà:
 - Các em có ghi chép mong muốn của mình về câu lạc bộ không? Ai muốn chia sẻ một số mong muốn của họ với cả lớp? Yêu cầu một vài em chia sẻ điều này.
 - Các em đã nghĩ ra tên cho câu lạc bộ chưa? Đi vòng quanh lớp và hỏi một số em xem các em muốn đặt tên câu lạc bộ là gì? Sau đó hãy cố gắng cùng các em thống nhất tên cho câu lạc bộ.

GỢI Ý!

Bạn có thể đưa ra gợi ý hoặc kết hợp vài ý kiến của các em trong lớp. Nếu cả lớp không thống nhất được một cái tên thì hãy gợi ý một cái tên tạm thời và mang tính trung lập, ví dụ như “Câu lạc bộ sức mạnh các bạn gái... (tên địa phương)”. Vài tuần sau nhớ hỏi lại các em xem các em muốn đổi sang tên khác hay giữ nguyên tên đó.



2. Giới thiệu về hoạt động hôm nay rằng chúng ta sẽ thảo luận về “quyền lực”. Hỏi các em: Điều gì nảy ra đầu tiên trong đầu em khi nghĩ về quyền lực. Lắng nghe chia sẻ của các em và cố gắng tìm ra ba hình thức khác nhau của quyền lực qua những gì các em nói. Bạn cũng có thể viết vài ý chính từ câu trả lời của các em lên giấy A0.
3. Giải thích với các em gái rằng quyền lực có các hình thức khác nhau. Giới thiệu ngắn gọn với các em về khái niệm “quyền lực kiểm soát”, “quyền lực nội tại” và “quyền lực hợp tác”. Đưa ra ví dụ cho mỗi loại quyền lực.
4. Hỏi các em: **Những hình thái quyền lực nào đã được các em đề cập đến trong phần thảo luận trước? Giúp các em liên kết những ý kiến của các em với các hình thái khác nhau của quyền lực.**
5. Trình chiếu cho các em **Thông điệp chính** thứ nhất của bài học mà bạn đã chuẩn bị sẵn từ trước.

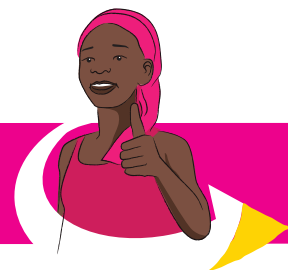
Trên hành trình trao quyền của mình, các em gái cần hiểu rằng không phải mọi quyền lực đều như nhau. Nhận thức được điều này sẽ giúp các em hiểu được ai là người có “quyền lực kiểm soát” với các em và làm thế nào để các em có thể phát huy được “quyền lực nội tại” cũng như “quyền lực hợp tác”.

Với cả lớp: Một câu chuyện về quyền lực (25 phút)

6. Nói với các em rằng bạn sẽ đọc một câu chuyện và đề nghị các em lắng nghe những ví dụ về ba hình thái của quyền lực trong đó.

GỢI Ý!

Bạn có thể đề nghị các em lấy sổ và bút ra để ghi chép



7. Mời các em ngồi thành một vòng tròn quanh bạn. Đọc câu chuyện từ **Tờ thông tin dành cho người hướng dẫn 6A**. Nhớ đọc to và rõ ràng.
8. Khi đọc xong, hướng dẫn các em thảo luận, sử dụng các câu hỏi sau:
 - Em có thấy câu chuyện này quen thuộc không? Vì sao có/vì sao không?
 - Một số ví dụ về quyền lực kiểm soát trong câu chuyện là gì?
 - Một số ví dụ về quyền lực nội tại trong câu chuyện là gì?
 - Một số ví dụ về quyền lực hợp tác trong câu chuyện là gì?

Kiểm tra **Tờ thông tin dành cho người hướng dẫn 6B** xem các em gái có xác định được tất cả các ví dụ không

CÁC BƯỚC THỰC HIỆN:

Với nhóm nhỏ và với cả lớp: Trò chơi đóng vai với quyền lực (30 phút)

- Đề nghị các em chia thành các nhóm từ 3 đến 4 em
- Đề nghị các em dành ra 10 phút để chuẩn bị một vở kịch ngắn dựa trên câu chuyện về quyền lực, đảm bảo trong đó có cả ba hình thái của quyền lực. Giải thích rằng các em không cần thiết phải thể hiện nội dung y như trong chuyện mà thay vào đó, khuyến khích các em nghĩ ra những chi tiết mới cho câu chuyện có liên quan đến cuộc sống của chính các em.
- Khi hết thời gian, mời một vài nhóm lên trình bày vở kịch của mình. Giải thích rằng các nhóm còn lại cũng sẽ trình diễn vở kịch của họ ở phần giải lao hoặc khởi động bài học.



GỢI Ý!

Bạn hãy nhớ mời các nhóm trình diễn vở kịch của mình trong các phần tiếp theo của bài học

- Sau khi một số nhóm đã trình diễn vở kịch, hỏi các bạn khác xem các em có nhận ra ba hình thái của quyền lực trong đó không. Nhóm trình diễn có thể trả lời xem những ví dụ về quyền lực mà khán giả đưa ra qua vở kịch của họ là đúng hay sai.

Với cả lớp: Cùng thảo luận về quyền lực (10 phút)

- Dẫn dắt các em thực hiện một thảo luận ngắn về sự khác biệt trong cách các em trai và các em gái trải nghiệm quyền lực như thế nào, nhưng nhớ rằng đây chỉ là phần thảo luận nhanh. Bạn có thể sử dụng các câu hỏi gợi ý:
 - Các em có thấy sự khác biệt nào trong cách các em trai và em gái thể hiện “quyền lực kiểm soát” không?
 - Thế còn về “quyền lực nội tại” và “quyền lực hợp tác”?
- Giải thích với các em gái rằng trong hợp phần tiếp theo: **Nhận thức giới** bạn sẽ dành nhiều thời gian để thảo luận với các em về sự khác biệt trong cách các em gái và em trai trải nghiệm quyền lực. Vì vậy không cần phải hoàn thành cuộc thảo luận này ở đây. Khuyến khích các em bắt đầu để ý đến những sự khác biệt này trong cuộc sống của các em.
- Dẫn dắt một thảo luận ngắn khác về việc nhận ra các hình thái khác nhau của quyền lực có thể giúp các em gái trong hành trình trao quyền của mình như thế nào? Bạn có thể dùng các câu hỏi gợi ý sau:
 - Trước đây em có nghĩ quyền lực chỉ là về vấn đề kiểm soát người khác? Đây là việc sử dụng quyền lực một cách tích cực hay tiêu cực?
 - Em đã bao giờ nghĩ về quyền lực nội tại của mình chưa? Em sẽ làm gì để tiếp tục tăng cường quyền lực này?
 - Câu lạc bộ này có phải là một ví dụ về “Quyền lực hợp tác”? Nó như thế nào?
 - Chúng ta có thể làm thế nào để đảm bảo rằng “quyền lực hợp tác” và “quyền lực nội tại” tiếp tục phát triển?
- Phát **Tờ phát tay D**, khuyến khích các em gái dùng đến nó bất kỳ khi nào các em cần nhớ đến sự khác biệt giữa các hình thái quyền lực.

Với cả lớp: Tổng kết bài học (5 phút)

- Sử dụng **Thông điệp chính** thứ hai để giới thiệu với các em gái thuật ngữ “Thủ lĩnh của sự thay đổi” mà chương trình đưa ra.

Phát triển “quyền lực hợp tác” sẽ giúp các em gái trở thành Thủ lĩnh của sự thay đổi.

Là Thủ lĩnh của sự thay đổi, các em gái có thể tạo nên những ảnh hưởng tích cực đến những người xung quanh các em, có được sự ủng hộ để cùng nhau đấu tranh với những chuẩn mực giới và khuyến khích các bạn gái khác trở nên quyết đoán trong cuộc sống của mình.

- Kết thúc bài học bằng việc giao **bài tập về nhà** cho các em.

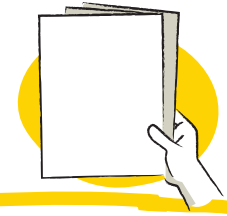
KẾT NỐI VỚI CÁC HỢP PHẦN KHÁC

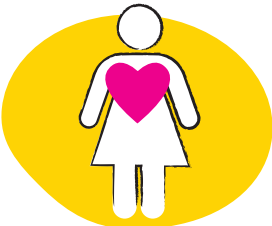
Xem phần **Giới thiệu** để hiểu hơn về khái niệm Thủ lĩnh của sự thay đổi



Đề nghị các em chú ý đến “quyền lực kiểm soát”, “quyền lực nội tại” và “quyền lực hợp tác” trong cuộc sống hàng ngày của các em và ghi chép những ví dụ vào Sổ tay của mình.

TỜ PHÁT TAY D: NHẬN RA QUYỀN LỰC Ở MỌI HÌNH THỨC



GA	VÍ DỤ	KHÓ KHĂN CHO CÁC EM GÁI
<p>Các kỹ năng cá nhân và cảm giác về lòng tự tôn, giá trị và nhân phẩm giúp bạn có được sự tự tin để đòi những quyền lợi của mình</p> 	<ul style="list-style-type: none"> Một cô gái cảm thấy tự tin khi thể hiện những nhu cầu và mong muốn của mình với bạn trai. Một cô gái coi trọng sự thông minh và những kỹ năng của bản thân mình, cảm thấy tự tin khi tới trường. 	<p>Các em trai thường được khuyến khích tự tin khi xã hội và người lớn ưu tiên các em hơn các em gái. Trái lại, các em gái khi bị gia đình, nhà trường và cộng đồng ít coi trọng hơn thường ít phát triển lòng tự tôn.</p> <p>Các em gái thường được mong đợi là hiền lành và nhã nhặn, trong khi các em trai lại được phép ồn ào và oai vệ. Điều này khiến nhiều em gái trở nên rụt rè và kín đáo, trong khi các em trai lại trở nên quyết đoán và tự do nói lên ý kiến của mình.</p>

GA	VÍ DỤ	KHÓ KHĂN CHO CÁC EM GÁI
<p>Khả năng kiểm soát được người khác hoặc áp đặt nhu cầu, quan điểm hoặc mong muốn đối với họ hoặc lên một tình huống. Hình thái quyền lực này có thể mang tính tích cực hoặc tiêu cực, tùy vào cách nó được sử dụng như thế nào</p> 	<ul style="list-style-type: none"> Một thầy giáo buộc các em gái trong lớp phải về muộn và dọn dẹp lớp học. Một nhóm các học sinh chuyên đi bắt nạt dọa dẫm các em học sinh lớp bé hơn ở sân trường. Một chính trị gia đưa ra quyết định về các dịch vụ xã hội ảnh hưởng đến các công dân ở đất nước đó. 	<p>Các em trai thường được khuyến khích trở thành lãnh đạo và thể hiện quyền hành của mình với các bạn gái và bạn trai khác. Trái lại các em gái thường được dạy là không nên thắc mắc về quyền hành của người lớn và các bạn trai lên các em. Các em trai học cách áp đặt các quan điểm và mong muốn của họ lên các em gái – đôi khi qua hình thức bạo lực – trong khi các em gái lại được dạy để những người khác đưa ra những quyết định quan trọng cho cuộc sống của các em.</p>

QUYỀN LỰC NỘI TẠI	VÍ DỤ	KHÓ KHĂN CHO CÁC EM GÁI
<p>Là quyền lực có được bằng cách làm việc với những người khác để đòi hỏi quyền của mình và để đạt được những mục tiêu chung. Nó đề cập đến quyền lực mà chúng ta tạo cho nhau khi hợp tác với nhau và khi sử dụng những sức mạnh kiến thức và ý tưởng khác nhau.</p> 	<ul style="list-style-type: none"> Một nhóm các em gái kiến nghị có nhà vệ sinh sạch sẽ hơn ở trường. Các công nhân địa phương cùng nhau hình thành một hiệp hội, đòi hỏi tăng lương giảm giờ làm. 	<p>Các em trai thường có nhiều cơ hội chơi và giao lưu với những người khác. Trái lại, các em gái thường ít có thời gian giao lưu với những người khác bởi các em không được tự do ra ngoài như các em trai. Vì thế, các em trai thường lớn lên với nhiều cơ hội học hỏi về động lực nhóm và thực hành các kỹ năng giao tiếp, kỹ năng lãnh đạo của các em, trong khi các em gái ít có kinh nghiệm làm việc theo nhóm và phát triển các kỹ năng của mình.</p>

TỜ THÔNG TIN DÀNH CHO NGƯỜI HƯỚNG DẪN 6: CÂU CHUYỆN CỦA ARCADIA⁸



Năm Arcadia lên 13 tuổi, bố em bị ốm nặng và qua đời bỏ lại Arcadia, mẹ em và 5 đứa em nữa. Cả nhà rất đau buồn trước cái chết của người chồng, người cha yêu quý trong nhà, cũng bởi vì họ biết họ sẽ gặp phải rất nhiều khó khăn khi gia đình không có ông.

Vài ngày sau đám tang, chú của Arcadia đến nhà và nói rằng cả gia đình phải rời khỏi ngôi nhà đó, với lý do rằng họ không có quyền ở đó nữa khi người cha đã chết. Mẹ Arcadia không còn lựa chọn nào khác và phải đưa các con về nhà mẹ đẻ của mình.

Hàng ngày Arcadia phải dậy từ rất sớm để làm việc ngoài đồng trước khi đi học. Cả nhà có rất ít thức ăn, vì thế khi đã làm xong việc đồng, cô bé phải nhịn đói đi bộ đến trường. Ở trường, cô bé không thể tập trung vào học được bởi thường xuyên mệt mỏi và đói. Đã có lần cô bé ngủ gục ở trọng lớp khiến cô giáo tức giận. Cô giáo bắt Arcadia đứng trước lớp, dùng mảnh gỗ đánh vào mặt cô bé và bắt cô bé về nhà, chỉ được quay lại lớp học khi đã có thể tập trung được vào bài học.

Arcadia hy vọng vượt qua kỳ kiểm tra năm nay nhưng cô giáo lại làm em nhụt chí “Em không cần phải tham dự kỳ thi, vì một học sinh lười biếng như em sẽ không bao giờ thi đỗ”. Arcadia cảm thấy rất buồn trước những lời của cô giáo. Bạn cô cũng cảm thấy buồn cho Arcadia. Họ lo lắng rằng Arcadia sẽ từ bỏ không cố gắng nữa. Họ cùng đến nói chuyện với Arcadia. Bạn Celia nói: “Arcadia à, bạn không nên từ bỏ, chúng tớ biết bạn là một cô gái thông minh thế nào, vì thế hãy cố gắng ở kỳ thi nhé”.

Bạn Mary cũng khuyên cô: “Bạn đừng để ý đến những gì cô giáo nói, cô ấy biết gì chứ? Chúng tớ hiểu bạn hơn và chúng tớ tin vào bạn”. Cả nhóm đều cười vì các em biết cô giáo sẽ tức giận thế nào khi nghe những lời Mary nói. Khi Arcadia đi bộ về nhà, cô bé suy nghĩ về những gì các bạn mình nói và bắt đầu tin tưởng lại vào bản thân mình. Ngày hôm sau sẽ là ngày đầu tiên của kỳ thi, vì thế cô bé cần ôn bài. Khi về đến nhà, cô bé bảo mẹ hôm nay để cho cô tập trung ôn thi thay cho làm việc nhà.

Mẹ cô nói “Arcadia, làm sao con có thể để người mẹ già của mình làm tất cả công việc nấu nướng và giặt giũ? Con biết là mẹ không hề làm hết những việc đó nếu không có con mà?” Nhưng Arcadia trả lời: “Mẹ ơi, chỉ vài ngày thôi mà. Con cần phải ôn luyện chăm chỉ để thi đỗ và tiếp tục học. Như vậy khi lớn lên con mới có thể kiếm tiền để chăm sóc mẹ được”.

Mẹ Arcadia thấy thuyết phục và để cô bé tập trung ôn thi trong cả tuần đó. Hàng ngày Arcadia thức rất khuya để học bài và tập trung mọi nỗ lực và kỳ thi. Bạn cô bé rất vui khi thấy Arcadia chăm chỉ như vậy. Ba tuần sau có kết quả của kỳ thi. Khi cô giáo đọc tên những bạn đã thi đỗ trong kỳ thi, cô giáo rất ngạc nhiên khi thấy tên của Arcadia trong danh sách: “Có lẽ cô đã nhầm về thái độ của em - chúc mừng em, em đã làm rất tốt!”. Arcadia chạy về nhà khoe với mẹ kết quả của kỳ thi. Mẹ cô bé rất vui, nhưng sau đó mẹ cô bảo cô ngồi xuống nói chuyện: “Arcadia, mẹ rất tiếc phải nói với con điều này, nhưng chúng ta sẽ không đủ tiền để cho con

Còn tiếp...



TỜ THÔNG TIN DÀNH CHO NGƯỜI HƯỚNG DẪN 6: CÂU CHUYỆN CỦA ARCADIA



lên học cấp III. Mẹ rất tự hào vì con đã thi đỗ trong kỳ thi, nhưng mẹ e rằng việc học hành của con đến đây phải gác lại. Mẹ không thấy có lựa chọn nào khác”.

Arcadia rất tuyệt vọng. “Nhưng mẹ ơi, con biết làm gì nếu không đi học đây?” Mẹ cô trả lời, “Việc này mẹ sẽ phải hỏi các anh trai mẹ vì chúng ta đang sống trên đất của họ, nhưng họ muốn đưa con lên thành phố để giúp việc ở nhà di con”. Arcadia không nói gì với mẹ và cũng không giận dỗi, vì cô biết mẹ cô không có cách nào khác cả.

Điều này khiến Arcadia rất buồn, nhưng cô cố gắng che giấu điều đó và giúp mẹ việc nhà, bán sản phẩm nông nghiệp ở chợ. Một hôm ở chợ, Arcadia gặp bạn Celia. “Cậu đã đăng ký cho năm học mới chưa?” bạn cô hỏi. Arcadia cảm thấy xấu hổ nhưng vẫn kể cho bạn nghe sự thật: rằng mẹ cô không có đủ tiền để may đồng phục và mua sách giáo khoa cho cô trong năm học tới, vì thế cô không thể đi học được.

Celia cảm thấy rất tiếc cho bạn mình nhưng cô vẫn kiên trì. “Chúng ta nên đến gặp cô giáo để đề nghị cô giúp đỡ, cô giáo đã rất hài lòng với kết quả kỳ thi của bạn. Arcadia không chắc chắn rằng cô giáo có thể giúp mình nhưng trước về quyết tâm của bạn, cô đồng ý đến gặp cô giáo. Khi đến nơi, cô giáo rất ngạc nhiên khi gặp hai bạn.

Arcadia cảm thấy xấu hổ quá không giải thích được cho cô giáo, thế là Celia làm việc đó. Cô giáo trả lời rằng có một tổ chức ở trong khu vực có thể giúp đỡ trả tiền sách giáo khoa và các vật dụng học tập khác, cũng như hỗ trợ một khoản học bổng nhỏ cho những học sinh có nguy cơ bỏ học. Cô giáo sẽ đến gặp họ để xem họ có thể giúp được trường hợp của Arcadia không.

Hai cô bé trở về nhà lòng ngập tràn hy vọng. Một tuần sau, khi Arcadia đang quét dọn trước sân nhà, cô nhìn thấy cô giáo mình đi cùng với một người đàn ông của tổ chức đó. Mẹ Arcadia rất ngạc nhiên khi cô giáo giải thích lý do tại sao họ đến đây: “Arcadia! Con đã kể cho cả làng nghe về chuyện của nhà chúng ta à?” Nhưng cô giáo trả lời, “Không, chị đừng lo, cô bé chỉ ghé qua nhà em với bạn Celia”.

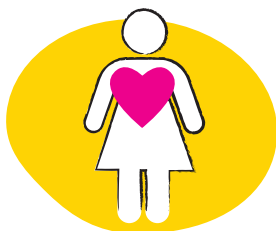
“Tôi thật sự mong Arcadia tiếp tục được đi học bởi cô bé sẽ có một tương lai tươi sáng, tổ chức này có thể giúp cô bé.” Mẹ Arcadia cảm thấy yên tâm hơn và rất tự hào. “Được rồi Arcadia, con làm tốt lắm! Sau kỳ nghỉ hè con sẽ được tiếp tục đến trường. Mẹ chắc chắn chúng ta sẽ tìm ra cách xoay xở được với các khoản chi phí khác.”

TỜ THÔNG TIN DÀNH CHO NGƯỜI HƯỚNG DẪN 6: ĐÁP ÁN CHO CÂU CHUYỆN CỦA ARCADIA



QUYỀN LỰC KIỂM SOÁT:

- Khi chú của Arcadia đến bảo mẹ con Arcadia ra khỏi nhà
- Khi cô giáo đánh vào mặt Arcadia và đuổi cô bé ra khỏi lớp
- Mẹ Arcadia kiểm soát những việc Arcadia làm ở nhà
- Các anh em trai của mẹ Arcadia được đưa ra những quyết định liên quan đến cuộc đời cô bé.



QUYỀN LỰC NỘI TẠI:

- Khi mẹ Arcadia có đủ sức mạnh để tiếp tục sống sau cái chết của người chồng
- Khi Arcadia tin tưởng vào bản thân mình và khả năng mình sẽ thi đỗ
- Khi Arcadia quyết đoán để nghị cho cô bé thời gian để học ôn thi
- Khi cô giáo của Arcadia tìm các cách để cho Arcadia tiếp tục đi học.

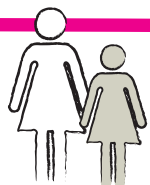


QUYỀN LỰC HỢP TÁC:

- Khi bạn của Arcadia khuyến khích cô bé tiếp tục học ôn thi
- Khi Arcadia và Celia cùng đến nói chuyện với cô giáo
- Tổ chức giáo dục trao học bổng để giúp Arcadia trang trải các chi phí học ở trường.

HOẠT ĐỘNG 6: HÌNH DUNG VỀ TƯƠNG LAI CỦA CHÚNG TA

Sau khi đã thảo luận nhanh về ý nghĩa của tính tự chủ, các em gái sẽ tưởng tượng về mình và nhóm của mình trong 1 năm, 5 năm và 10 năm tới. Sau đó các em sẽ tả lại những ước mơ của mình bằng cách vẽ những bức tranh hay viết những bài văn. Cuối cùng, các em sẽ chia sẻ những giấc mơ của mình và đề nghị các bạn khác cùng giúp nhau để đạt được những ước mơ đó



MỌI LỨA TUỔI



1 TIẾNG
& 20 PHÚT

HỌC CỤ CẦN THIẾT

- Giấy A0
- Bút
- Bút viết giấy
- Bút chì màu



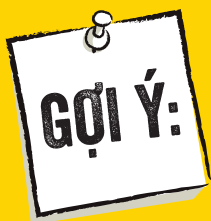
KẾT NỐI VỚI KIẾN THỨC - THÁI ĐỘ - THỰC HÀNH

- Hiểu được những mối liên hệ giữa tính tự chủ và khả năng xác định mục tiêu và đưa ra quyết định.
- Hiểu được mối liên hệ giữa mục tiêu chung của câu lạc bộ và mục tiêu riêng của cuộc đời mình.
- Coi trọng mục đích sống của mình như hành trình của cuộc đời mình.



THÔNG ĐIỆP CHÍNH

- **Tự chủ là khả năng xác định được mục tiêu của mình, đưa ra các quyết định ảnh hưởng đến cuộc sống của mình và hành động để đạt được điều đó.** Quyết đoán và xác định được “quyền lực nội tại” của mình có liên hệ chặt chẽ đến việc một cô gái có tính tự chủ cao hay không.
- **Mục tiêu sống là điều mà bạn muốn đạt được trong cuộc sống của mình - giống như mơ ước cho tương lai.** Ước mơ về tương lai có thể giúp bạn nhận thức được về những quyết định mà mình có thể đưa ra ngày hôm nay.
- **Em gái Thủ lĩnh của sự thay đổi cũng đặt ra những mục tiêu tập thể để các em cùng phấn đấu.** Lồng ghép những mục tiêu này vào lập kế hoạch cho cuộc sống sẽ hỗ trợ cho cam kết về những ước mơ chung.



DÀNH CHO NGƯỜI HƯỚNG DẪN:

- Các em gái có thể sẽ gặp khó khăn trong việc bắt đầu hình dung về những giấc mơ, hoặc các em chỉ nghĩ ra những giấc mơ không thực tế, ví dụ như trở thành thủ tướng, một cầu thủ bóng đá chuyên nghiệp hoặc một nhà tỷ phú. Hãy nghĩ ra những cách để giúp các em có những mơ ước phù hợp với bối cảnh các em đang sống. Bạn cũng cần khuyến khích các em bắt đầu từ những bước đi đầu tiên.
- Bạn có thể làm việc đó thông qua việc chủ động tham gia vào hoạt động này cùng với các em. Hãy nghĩ về những mục tiêu và mơ ước của chính bạn và lấy đó làm ví dụ để chia sẻ với các em gái.



TRƯỚC KHI BẠN BẮT ĐẦU:

- Chép định nghĩa “tính tự chủ” ở **Bước 3** lên giấy A0. Che tờ giấy lại cho đến khi bạn cần dùng đến.
- Chuẩn bị chia sẻ về ước mơ của chính mình với các em ở **Bước 6**.
- Chép định nghĩa về “mục tiêu sống” trong **Bước 10** lên giấy A0. Che tờ giấy lại cho đến khi bạn cần dùng đến.

Hoạt động này được điều chỉnh từ Tài liệu Câu lạc bộ các em trai, em gái AMOR, Phần C2.1

CÁC BƯỚC THỰC HIỆN:

Với cả lớp: Ý nghĩa của Tính tự chủ (20 phút)

1. Chào mừng các em gái đến với lớp học, hỏi các em về bài tập về nhà:

- Các em có quan sát và ghi chép được những hình thức khác nhau của quyền lực không?
- Hình thức quyền lực nào các em lấy được nhiều ví dụ nhất?

Bạn nên hỏi một vài em các câu hỏi này để các em có cơ hội chia sẻ

2. Tiếp theo, hỏi các em: **Đã có em nào nghe đến từ “Tính tự chủ” chưa?** Các em gái có thể sẽ liên hệ đến các ý nghĩa khác nhau, hãy chú ý đến em nào có thể liên hệ “tính tự chủ” với quyền lực nội tại của em.

3. Giải thích khái niệm sau, liên hệ “tính tự chủ” với các ý kiến mà các em đã đưa ra:

“Tự chủ” là khả năng xác định được mục tiêu của mình, đưa ra các quyết định ảnh hưởng đến cuộc sống của mình và hành động để đạt được điều đó

4. Dẫn dắt một thảo luận ngắn với câu hỏi: Theo em tính tự chủ của mình mạnh mẽ đến đâu?

5. Giải thích rằng trong hoạt động này và hoạt động tiếp theo, chúng ta sẽ tìm hiểu kỹ hơn về hai nhân tố chính của tính tự chủ, đó là xác định mục tiêu và đưa ra quyết định.

6. Mời các em gái suy nghĩ về chân dung tự họa mà các em đã làm ở hoạt động 1 của Hợp phần này. Nhắc các em rằng các em đã tự vẽ về mình sau khi đã suy nghĩ xem mình là ai, mình muốn làm gì và mình giỏi ở việc gì.

7. Hỏi: **Em nhớ gì về chân dung tự họa của mình?**

GỢI Ý!

Có thể các em gái có mang theo bức chân dung tự họa đó theo vì ở bài 1, bạn đã đề nghị các em dán chân dung tự họa vào sổ ghi chép của mình. Nếu vậy, hãy đề nghị các em mang chân dung đó ra xem.



8. Giải thích rằng khi các em đã lớn, mình nhìn nhận bản thân như thế nào, hãy suy nghĩ về những mong muốn của mình trong vài năm tới.

9. Hỏi: **Ai có thể cho cả lớp biết, “mục đích sống” là gì?** Đề nghị một số em giải thích hiểu biết của các em về khái niệm này.

10. Giải thích định nghĩa dưới đây về “mục đích sống”, sử dụng tờ giấy A0 mà bạn đã chuẩn bị trước. Nhớ liên hệ nó đến những gì các em phát biểu lúc trước về định nghĩa này.

- Mục tiêu sống là điều mà bạn muốn đạt được trong cuộc sống của mình – giống như mơ ước cho tương lai.

Sau đó cùng các em xem những ý còn lại đã viết trên giấy A0.

- Khi mục tiêu càng rõ ràng thì bạn càng dễ xác định những bước cần thiết để đạt được nó
- Có mục tiêu sống sẽ giúp cho “quyền lực nội tại” của bạn được mạnh mẽ hơn.
- Bạn cũng có thể có những mục tiêu tập thể cùng với bạn bè mình hay với những người khác.

Cả những mục tiêu sống cá nhân và mục tiêu sống tập thể đều có thể dễ dàng đạt được nếu bạn có sự hỗ trợ và bạn sử dụng được “quyền lực nội tại” của mình.

GỢI Ý!

Đưa ra một số ví dụ về mục tiêu tập thể, ví dụ như “Chúng tôi muốn các bạn gái được tôn trọng hơn ở trường”, hay “Chúng tôi muốn bắt đầu việc kinh doanh của riêng mình”.

GHI CHÚ

Bạn cần đảm bảo các em gái hiểu được rằng mục tiêu sống nên là thứ gì đó mà các em có thể đạt được. Ví dụ như “có cánh” không thể được coi là một mục tiêu sống được. Một mục tiêu sống nên là thứ gì đó giống như “Tôi muốn trở thành y tá” hay “Tôi muốn quản lý trang trại của bố tôi” hay “Tôi muốn chuyển đến sống ở một thành phố lớn”.

CÁC BƯỚC THỰC HIỆN:

11. Nói với các em gái rằng sẽ là rất tốt nếu chúng ta có các mục tiêu trong cuộc sống của mình và có kế hoạch để đạt được những mục tiêu đó. Các mục tiêu đó có thể giúp chúng ta làm việc chăm chỉ và tránh xa khỏi những thứ có thể cản trở mình đạt được mục tiêu.
12. Dành thời gian giải thích rằng các em cứ thoải mái mơ ước về tương lai. Thừa nhận rằng có thể sẽ có những điều cản trở các em đạt được mục tiêu nhưng đề nghị các em chưa cần phải tập trung vào những trở ngại đó.

Bài tập cá nhân: Tưởng tượng về mục tiêu sống của chúng ta (30 phút)

13. Đề nghị các em gái ngồi xuống một cách thoải mái nhất và nhắm mắt lại. Bạn sẽ hướng dẫn các em qua một quy trình suy nghĩ về ước mơ trong tương lai của các em bằng cách đọc theo nội dung dưới đây:

- Đầu tiên hãy nghĩ đến bức tranh mà các em đã tự họa chân dung mình: **Em thích gì về bản thân mình và em muốn làm gì?**
- Bây giờ, tưởng tượng về bản thân mình 1 năm sau. Khi đó em bao nhiêu tuổi? Một ngày của em sẽ như thế nào? Em muốn làm gì? Em giỏi việc gì? Trông em như thế nào? Các bạn bè của em có còn như vậy không? Các em cùng nhau làm những việc gì? Hãy ghi nhớ những hình ảnh này để sử dụng sau.
- Được rồi, giờ hãy tưởng tượng xem em sẽ như thế nào trong 5 năm tới? Khi đó em bao nhiêu tuổi? Em sống ở đâu và sống với ai? Hàng ngày em làm gì? Em giỏi ở việc gì? Em thường mặc quần áo như thế nào? Ai là bạn thân nhất của em? Các em làm gì cùng nhau? Hãy ghi nhớ những hình ảnh này để sử dụng sau.
- Bây giờ, hãy nghĩ về em trong 10 năm tới. Khi đó em bao nhiêu tuổi? Hàng ngày em làm gì? Em giỏi việc gì? Ai là bạn thân nhất của em? Các em làm gì cùng nhau?
- Cố gắng hình dung cụ thể về chân dung của mình 10 năm sau, bằng cách tưởng tượng về mình trong một tình huống cụ thể: bạn thức dậy, chuẩn bị cho ngày mới. Ngày hôm nay bạn làm gì? Bạn chuẩn bị đi đâu? Bạn gặp những người xung quanh bạn: những người đó là ai? Bạn đã lập gia đình chưa? Bạn có con không? Bạn nhìn xung quanh nhà mình: trông nó như thế nào? Nhà bạn ở đâu? Bạn cảm thấy thế nào? Hãy ghi nhớ những hình ảnh này.
- Bây giờ hãy mở mắt ra.



14. Trước khi bắt đầu thảo luận, cho các em vài phút để ghi lại giấc mơ của mình vào sổ tay.

GHI CHÚ

Là người hướng dẫn bạn sẽ thấy các em gái nhỏ tuổi hơn (10 – 14) có thể thích vẽ hơn còn các em gái lớn tuổi hơn (15 – 18) có thể thích viết ra. Nhắc các em rằng các em có thể thể hiện theo một trong hai cách, hoặc cả hai tùy theo ý thích.

CÁC BƯỚC THỰC HIỆN:

Với cả lớp: Chia sẻ các mục tiêu của bạn (25 phút)

15. Mời các em gái quay trở lại lớp và giải thích với các em rằng có một cách để vượt qua những trở ngại mà các em gặp phải khi thực hiện mục tiêu sống của mình, đó là sử dụng “quyền lực hợp tác” với các bạn gái và những người phụ nữ khác, trong câu lạc bộ này và ở những nơi khác.
16. Tiếp theo hãy yêu cầu các em chia sẻ ngắn (khoảng 1 phút) về điều thích thú nhất mà các em thấy ở giấc mơ của mình.
17. Sau chia sẻ của từng em, mời em gái khác tương tác với giấc mơ đó bằng cách mô tả cách các em hay các bạn gái khác có thể sử dụng “quyền lực nội tại” để giúp bạn đó đạt được giấc mơ của mình.

GỢI Ý!

Bạn có thể đưa ra ví dụ cho những em gái, ví dụ như “Cảm ơn bạn đã chia sẻ mơ ước được trở thành giáo viên. Tôi tin rằng chúng tôi có thể giúp bạn trở thành giáo viên bằng cách cùng học với bạn và giúp bạn nói chuyện với những người không tin rằng bạn cần phải đi học”.



Với cả lớp: Tổng kết bài học (5 phút)

18. Tổng kết bài học bằng cách cùng các em xem lại những **Thông điệp chính** của bài học bạn đã chép sẵn trên giấy A0.
19. Hướng dẫn cho các em về **Bài tập về nhà**

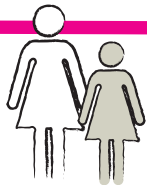


Đề nghị các em nghĩ xem mình cần phải làm cụ thể những gì để có thể đạt được mục tiêu sống của mình. Ví dụ như nếu em muốn trở thành bác sĩ, các em sẽ phải dành thời gian tìm hiểu xem mình cần học trường đại học nào. Đề nghị các em ghi chép những việc này vào sổ tay và thường xuyên xem lại như là một phần của kế hoạch lâu dài của các em.



HOẠT ĐỘNG 7: HỌC CÁCH ĐƯA RA QUYẾT ĐỊNH

Các em gái bắt đầu bằng việc thảo luận những ví dụ về các quyết định lớn nhỏ mà các em đưa ra trong cuộc sống của mình. Sau đó, các em gái sẽ tham gia vào một câu chuyện tương tác của hai người trẻ phải đưa ra quyết định. Cuối cùng, các em thảo luận về những quyết định mà các nhân vật trong chuyện đưa ra và rút ra bài học từ quá trình đưa ra các quyết định đó.



MỌI LỨA TUỔI



1
TIẾNG

HỌC CỤ CẦN THIẾT

- Giấy A0
- Bút viết giấy
- **Tờ phát tay E: Các bước quan trọng để đưa ra một quyết định đúng đắn**
- **Tờ thông tin dành cho người hướng dẫn 7: Một câu chuyện với rất nhiều quyết định**



KẾT NỐI VỚI KIẾN THỨC THÁI ĐỘ - THỰC HÀNH

- Đưa ra những quyết định phù hợp với cuộc sống của mình



THÔNG ĐIỆP CHÍNH

- **Mọi cô gái đều có quyền và khả năng đưa ra quyết định của chính mình.** Thậm chí khi phải đối mặt với những rào cản trong việc đưa ra các quyết định, biết được mình muốn gì là bước rất quan trọng để trở nên quyết đoán và có quyền lực.
- **Các quyết định trong cuộc sống hàng ngày có thể tác động lớn đến việc đạt được những mục tiêu của cuộc sống sau này.** Điều quan trọng là cần dành thời gian để xem xét lại những hệ quả có thể xảy ra trước khi đưa ra quyết định



GỢI Ý DÀNH CHO NGƯỜI HƯỚNG DẪN:

- Nếu bạn tự nghĩ ra câu chuyện cho **Hoạt động 4**, nhớ đưa ra một ví dụ về một quyết định trọng đại thay đổi cuộc đời bạn để chuẩn bị cho Bước 5 của hoạt động này.
- Xem **Tờ phát tay E** và chuẩn bị giới thiệu các bước gợi ý để đưa ra những quyết định quan trọng.
- Xem **Tờ thông tin dành cho người hướng dẫn 7** và điều chỉnh lại nếu cần để đảm bảo phù hợp với bối cảnh của các em gái. Có thể thay đổi tên, địa điểm và tình huống.
- Chép **Thông điệp chính** của hoạt động lên giấy A0 để sử dụng trong **Bước 17**. Che tờ giấy lại cho đến khi bạn cần dùng đến.



Hoạt động này được điều chỉnh từ tài liệu Girls and Boys Clubs Curriculum của AMOR, Phần C2.1

CÁC BƯỚC THỰC HIỆN:

Với cả lớp: Giới thiệu (20 phút)

1. Chào mừng các em gái đến với lớp học và hỏi các em về bài tập về nhà của buổi trước: Các em có suy nghĩ về những bước cụ thể cần thiết để đạt được giấc mơ của mình không? Mời một số em chia sẻ các bước của mình, trước khi chia sẻ đề nghị các em nhắc lại giấc mơ của mình.
2. Tiếp theo, nói với các em rằng trong hoạt động này chúng ta sẽ nói về một kỹ năng rất quan trọng của một người quyết đoán: đó là ra quyết định. Giải thích rằng cho đến giờ các em đã đặt tên cho một số mục tiêu sống của mình và suy nghĩ về những bước cần thiết để đạt được các giấc mơ đó, các em cũng cần phải học xem khi nào và làm thế nào để đưa ra những quyết định góp phần thực hiện mục tiêu này.
3. Hỏi các em gái suy nghĩ về một ngày của các em, từ khi các em ngủ dậy cho đến giờ, các em đã đưa ra những quyết định gì?
4. Giải thích với các em gái rằng trong một ngày chúng ta đưa ra rất nhiều quyết định nhưng thường thì ít khi chúng ta nghĩ về nó. Để minh họa cho các em, hãy chia sẻ một ví dụ về một quyết định bạn đã đưa ra hôm nay: có thể là việc bạn quyết định ra khỏi nhà sớm hơn để ghé qua cửa hàng mua một vài thứ trước khi đến lớp học, hay bạn đã quyết định ở nhà lâu hơn để chuẩn bị cho bài học hôm nay.
5. Đề nghị một số em gái chia sẻ về một số quyết định của các em
6. Giải thích rằng có những quyết định ảnh hưởng rất lớn đến tương lai của chúng ta. Đó là những quyết định có thể ảnh hưởng đến khả năng chúng ta đạt được mục đích sống của mình. Để minh họa cho các em, hãy đưa ra một ví dụ mà bạn đã chia sẻ với các em trong Hoạt động 5, hoặc là câu chuyện của Arcadia hoặc câu chuyện mà bạn đã nghĩ ra. Trong trường hợp của Arcadia, một quyết định quan trọng là khi cô bé và bạn cô quyết định đến nhà cô giáo để nhờ giúp đỡ.
7. Hỏi các em: **Quyết định đó đã có tác động gì? Mời một số em gái trả lời câu hỏi.**
8. Đề nghị các em nghĩ về lúc mà các em phải đưa ra một quyết định khó khăn. Hỏi các em nghĩ về quyết định đó và hậu quả của nó là gì? Mời một số em trả lời câu hỏi.

GỢI Ý!

Đừng bắt các em gái chia sẻ câu chuyện của mình nếu các em chưa sẵn sàng.



9. Sử dụng các thông tin trong **Tờ phát tay E** để giải thích rằng một cách để đưa ra một quyết định quan trọng là thực hiện theo 3 bước sau (viết các bước này lên bảng khi bạn giải thích cho các em):
 - A. **Dừng lại và suy nghĩ**
 - B. **Xem xét các thực tế**
 - C. **Suy xét những hệ quả của quyết định của bạn.**
10. Dành chút thời gian để thảo luận về các bước này với các em gái, hỏi các em xem tại sao những bước này là giúp các em đưa ra các quyết định đúng đắn hơn.

GỢI Ý!

Dành thời gian để giải thích cho các em một cách kỹ càng về từng bước một - sử dụng những giải thích được đưa ra trong **Tờ phát tay E** và đưa ra những ví dụ của chính bạn. Cố gắng kết nối giữa các mục tiêu đã được đề cập đến trong bài học trước và những quyết định mà các em gái có thể cần đưa ra để đạt được các mục tiêu đó.



CÁC BƯỚC THỰC HIỆN:

Với cả lớp: Câu chuyện của Ximena và George (25 phút)

- Giải thích với các em gái rằng chúng ta sẽ cùng nhau thực hành kỹ năng ra quyết định.
- Giải thích rằng bạn sẽ đọc cho các em câu chuyện về Ximena và George, rằng mỗi khi bạn dừng đọc và vỗ tay 2 lần, có nghĩa là Ximena và George cần phải đưa ra một quyết định. Các em gái sẽ làm việc theo nhóm để đưa ra quyết định. Nếu cần thiết, các em có thể biểu quyết để quyết định xem các em muốn Ximena hay George làm gì.
- Đề nghị hai em xung phong đóng vai Ximena và George. Nói các em đóng vai theo câu chuyện trong khi bạn kể và đứng yên khi bạn vỗ tay.
- Đọc câu chuyện theo các bước đã mô tả ở trên. Mỗi lần bạn vỗ tay, **hướng dẫn các em gái** theo ba bước đưa ra một quyết định đúng đắn sử dụng các câu hỏi trong **Tờ thông tin dành cho người hướng dẫn 7**, cũng như những câu hỏi của các em gái đặt ra.
- Khi kết thúc câu chuyện, thảo luận ngắn với các em theo các câu hỏi gợi ý sau:
 - Một số quyết định có thể đưa ra một cách dễ dàng hơn các quyết định khác có đúng không?**
 - Quyết định nào dẫn đến kết quả tốt hơn? Vì sao?**
 - Ba bước đưa ra quyết định có giúp bạn tin tưởng rằng mình sẽ đưa ra quyết định đúng đắn không?**

GỢI Ý!

Khi câu chuyện kết thúc, nếu có thêm thời gian bạn có thể cùng các em phân tích những lựa chọn khác của câu chuyện, để chỉ ra một số những hệ quả cho các quyết định mà các em gái có thể đưa ra.



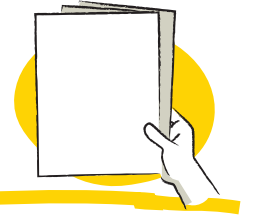
Tổng kết bài học (15 phút)

- Tổng kết bài học bằng việc thảo luận về hoạt động này sử dụng những câu hỏi sau:
 - Các em có thích hoạt động này không? Vì sao có hoặc vì sao không?
 - Em đã học được gì về việc ra quyết định?
 - Làm thế nào để các em có thể giúp bạn bè của mình đưa ra những quyết định đúng đắn và thực hiện theo những quyết định đó?
 - Việc ra quyết định tốt liên hệ thế nào đến tính quyết đoán.
- Sử dụng tờ giấy A0 mà bạn đã chuẩn bị sẵn để giới thiệu với các em **Thông điệp chính** của bài học, liên hệ chúng đến những ý kiến của các em gái ở phần trên.
- Kết thúc hoạt động bằng việc phát **Tờ phát tay E** và giao cho các em bài tập về nhà.



LAN TRUYỀN THÔNG ĐIỆP: Đề nghị các em gái xem tờ phát tay và chia sẻ các bước để đưa ra quyết định đúng đắn với một bạn gái khác không ở trong câu lạc bộ. Nhớ rằng cần phải đưa ra một ví dụ cụ thể khi giải thích các bước này. Khuyến khích các em thực hành các bước mỗi lần các em phải đưa ra một quyết định quan trọng trong vài ngày tới.

TỜ PHÁT TAY E: 3 BƯỚC QUAN TRỌNG ĐỂ ĐƯA RA MỘT QUYẾT ĐỊNH ĐÚNG ĐẮN



Có khả năng đưa ra quyết định của chính mình và hành động theo quyết định đó là một kỹ năng quan trọng để trở nên quyết đoán và đạt được mục tiêu sống của bạn. Tuy nhiên, các em gái và phụ nữ trẻ có thể thường thấy mình không được đưa ra những quyết định quan trọng cho mình, hoặc vì những mong đợi về giới của gia đình hay cộng đồng xung quanh mình, các em ít có khả năng đưa ra những quyết định cho mình. Đây là lý do vì sao học kỹ năng đưa ra quyết định, hành động theo đó và hiểu được những hệ quả của một quyết định là một bước quan trọng trên hành trình để một cô gái để trở thành một đại sứ của sự thay đổi. Dưới đây là ba bước quan trọng để giúp các em gái đưa ra các quyết định cho mình.



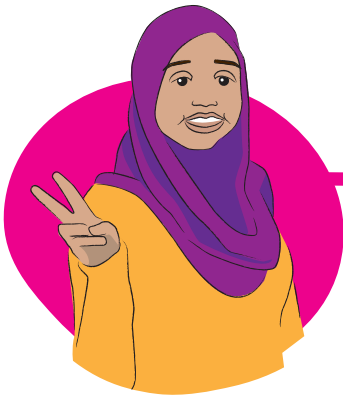
1. DỪNG LẠI VÀ SUY NGHĨ

Một số quyết định đưa ra là khá dễ dàng và không cần phải suy nghĩ nhiều về nó - ví dụ như tối nay ăn gì, hay có nên mặc thêm áo len hay không. Nhưng có nhiều quyết định là quan trọng và cần phải suy nghĩ kỹ về nó - ví dụ như nên học xong hay nên quan hệ tình dục. Điều đầu tiên chúng ta cần làm khi đối mặt với một quyết định quan trọng là DỪNG LẠI và SUY NGHĨ. Dành thời gian suy nghĩ trước khi đưa ra một quyết định sẽ cho phép chúng ta tìm hiểu tất cả các nhân tố quan trọng.



2. XEM XÉT THỰC TẾ

Một quyết định tốt là một quyết định có đầy đủ thông tin. Chúng ta luôn cần phải xem xét các thông tin liên quan trước khi đưa ra quyết định. Đôi khi chúng ta chỉ có một chút thông tin, và đó cũng có thể là một nhân tố quan trọng cho việc đưa ra quyết định của chúng ta. Ví dụ như như lên xe cùng với một người lạ có thể không phải là một quyết định đúng đắn bởi chúng ta chưa có đủ thông tin. Quan trọng là chúng ta phải suy xét tất cả thực tế mà chúng ta biết khi cân nhắc một quyết định- chứ không phải chỉ xem xét những thực tế mà chúng ta muốn biết.



3. SUY XÉT NHỮNG HỆ QUẢ CỦA QUYẾT ĐỊNH CỦA BẠN

Mọi quyết định đều có những hệ quả của nó -nếu bạn không đội mũ khi đi ra ngoài và trời đổ mưa, đầu bạn sẽ bị ướt. Một số hệ quả có thể không quan trọng lắm - ướt rồi nó sẽ khô! Nhưng những hệ quả khác lại có thể tạo ra một thay đổi lớn cho cuộc sống của bạn - ví dụ như quyết định quan hệ tình dục mà không dùng biện pháp bảo vệ. Mặc dù có một số điều ban đầu nghe có vẻ hay nhưng khi suy xét những hệ quả của nó, chúng ta có thể thấy đó không phải là điều chúng ta muốn - hoặc thú vui khi chúng ta có được từ hành động đó không xứng đáng với những hệ quả mà chúng ta có thể gặp phải về sau. Điều quan trọng cần phải nhớ là có thể có nhiều hệ quả khác nhau cho một quyết định - một số là rõ ràng nhưng một số lại không. Để đưa ra được một quyết định đúng đắn, chúng ta nên suy xét tất cả những hệ quả của nó, bao gồm cả việc nó có ảnh hưởng đến người khác như thế nào.

TỜ THÔNG TIN DÀNH CHO NGƯỜI HƯỚNG DẪN 7: MỘT CÂU CHUYỆN VỚI RẤT NHIỀU QUYẾT ĐỊNH



A.

Ximena là một cô gái mới bắt đầu học trường cấp III và cô bé rất háo hức. Hàng ngày cô phải đi bộ 2 tiếng để đến trường và cô thường đi cùng với các bạn trong làng. Một hôm, Ximena tan học muộn vì thế các bạn của cô bé đã về hết. Cô bé liền nhanh chóng đi bộ về nhà bởi cô cần phải giúp mẹ chuẩn bị bữa tối. Một người tên là George dừng xe máy lại và nói chuyện với cô. Cô nhận ra anh ta học lớp trên cùng trường với mình. Anh ấy hỏi cô có muốn đi nhờ về nhà không. **VỖ TAY!**

1. **Dừng lại và suy nghĩ.** Ximena cần phải đưa ra quyết định
2. **Xem xét thực tế.**
 - Ximena biết gì về George
 - Cô bé biết gì về những người đã đồng ý đi cùng với George hay những người con trai khác
3. **Suy xét những hệ quả của quyết định của bạn**
 - Điều gì có thể xảy ra nếu Ximena đồng ý đi cùng với George
 - Điều gì có thể xảy ra nếu cô không đồng ý đi cùng

Ximena nên làm gì, đi bộ về nhà hay đồng ý đi nhờ?

LỰA CHỌN 1: ĐI BỘ VỀ NHÀ

HOẶC

LỰA CHỌN 2: CHẤP NHẬN ĐI NHỜ XE

Ximena quyết định không đi nhờ và sẽ tự đi bộ về nhà. Đi được một đoạn thì trời tối và cô biết là mình sẽ về muộn trong bữa tối (**Chuyển sang phần B**)

Ximena quyết định đi nhờ. Cô nói với George rằng cô rất biết ơn bởi vì cô không muốn về muộn trong bữa tối (**Chuyển sang phần C**)

B.

Đi được một lúc thì có một đoạn đường tắt. Ximena có thể đi qua một vài cửa hàng và một quán bar nơi tập trung nhiều thanh niên trong vùng. **VỖ TAY!**

1. **Dừng lại và suy nghĩ.** Ximena cần phải đưa ra quyết định
2. **Xem xét thực tế.**
 - Ximena biết gì về con đường tắt này? Nó có dễ đi hay không?
 - Cô sẽ tiết kiệm được bao nhiêu thời gian nếu đi đường này
3. **Suy xét những hệ quả của quyết định của bạn**
 - Điều gì có thể xảy ra nếu cô đi đường tắt này?
 - Có gì nguy hiểm không?
 - Điều gì sẽ xảy ra nếu cô bé không đi đường tắt?

Ximena nên làm gì? Đi đường tắt hay cứ đi theo con đường thông thường về nhà?

LỰA CHỌN 3: ĐI ĐƯỜNG TẮT

HOẶC

LỰA CHỌN 4: CHỌN ĐI ĐƯỜNG DÀI ĐỂ VỀ NHÀ

Ximena quyết định đi đường tắt. Cô bé đi qua mấy cửa hàng và đến phía quán bar. Khi cô đi ngang qua, một người đàn ông uống rượu tìm cách quấy rối cô. Cô bé cảm thấy rất sợ hãi và lo lắng. Cuối cùng cô cũng về nhà an toàn được nhưng cảm thấy buồn và sốc. (**Kết thúc**)

Ximena thấy đi đường tắt có thể có nhiều nguy hiểm nên cô đi đường thẳng về nhà. Cô về nhà được an toàn và hơi muộn trong bữa tối. Mẹ cô bé không giận vì cô bé giải thích lý do vì sao cô về muộn và rằng cô đã cố gắng trở về nhà an toàn. (**Chuyển sang phần C**)

Kết thúc câu chuyện: Hỏi các em gái xem các em có muốn biết điều gì sẽ xảy ra nếu Ximena quyết định đi nhờ xe George không? Nếu có thì chuyển sang Lựa chọn 2.

C.

George đã có kế hoạch ghé qua nhà bạn trên đường về và cậu ta muốn đưa Ximena đi cùng. **VỒ TAY!**

1. Dừng lại và suy nghĩ. George cần phải đưa ra quyết định

2. Xem xét thực tế.

- Bạn cậu có muốn cậu ở lại chơi lâu không?
- Ximena có gặp rắc rối gì không nếu cô bé về nhà muộn?

3. Suy xét những hệ quả của quyết định của bạn

- Nếu George ghé qua nhà bạn, liệu Ximena có về nhà đúng giờ được không?
- Việc cậu đề nghị cô bé dừng lại ở nhà bạn có phù hợp không?
- Liệu cô bé có cảm thấy lo lắng hay không an toàn không?

Đưa ra quyết định! George nên làm gì? Đề nghị Ximena dừng lại ở nhà bạn hay đưa cô bé đi thẳng về nhà?

LỰA CHỌN 5: NÓI VỚI XIMENA KHOAN HÃY ĐI VỀ

HOẶC

LỰA CHỌN 6: ĐƯA XIMENA VỀ THẮNG NHÀ

George quyết định nói với Ximena rằng cậu định ghé qua nhà bạn một lúc. Cậu nói cô bé cũng nên đến đó chơi vì ở đó rất vui và họ sẽ chỉ chơi ở đó một lúc thôi. (**Chuyển đến phần D**)

Ximena quyết định rằng lần khác cậu sẽ ghé qua nhà bạn. Cậu không muốn làm cô bé lo lắng hay khiến cho cô bé về nhà muộn hơn. Cậu thích Ximena và hy vọng sẽ có cơ hội được gặp gỡ cô bé (**Kết thúc**)

D.

1. Dừng lại và suy nghĩ. Ximena cần phải đưa ra quyết định

4. Xem xét thực tế.

- Ximena biết gì về bạn của George?
- Nếu cô đồng ý ghé qua nhà bạn George thì cô sẽ về nhà muộn bao lâu?

5. Suy xét những hệ quả của quyết định của bạn

- Nếu ở một mình trong nhà với rất nhiều con trai, liệu Ximena có gặp nguy hiểm gì không?

Quyết định: Ximena nên làm gì? Đề nghị đi về nhà hay ghé qua nhà bạn George?

LỰA CHỌN 7: YÊU CẦU GEORGE ĐƯA VỀ NHÀ

HOẶC

LỰA CHỌN 8: ĐI VÀO TRONG NGÔI NHÀ

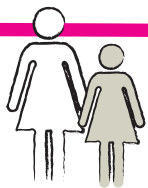
Ximena quyết định không ghé qua nhà bạn George và nói với cậu ấy đưa cô bé về thẳng nhà. George thất vọng nhưng vẫn tôn trọng quyết định của cô bé và đưa cô bé về thẳng nhà (**Kết thúc**)

Ximena nói với George rằng cô đồng ý ghé qua nhà bạn George. George nói chuyện với bạn lâu quá khiến Ximena cảm thấy không thoải mái vì cô phải ở một mình với 2 thanh niên. Cô chỉ muốn đi nhờ về nhà và giờ đây cô phải ngồi chờ hơn 1 tiếng đồng hồ, và cô sẽ về nhà muộn (**Kết thúc**).

HOẠT ĐỘNG 8:

PHÂN TÍCH BỐI CẢNH VÀ CÙNG GIÚP ĐỠ NHAU

Các em gái cùng nhau thảo luận về các mục tiêu sống của mình và xem lại những bước mà các em cần thực hiện để đạt được những mục tiêu đó. Sau đó các em cùng làm việc theo các nhóm nhỏ để hình dung về những điều có thể hỗ trợ hay cản trở các em đạt được những mục tiêu đó. Cuối cùng, các em chia sẻ những hình dung này với cả nhóm và cam kết cùng giúp nhau đạt được mục tiêu sống của mình. Hoạt động này bao gồm một phần bài tập để tổng kết cho Hợp phần **Tính quyết đoán** này.



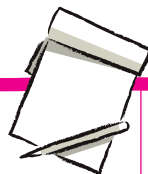
MỌI LỨA TUỔI



1 TIẾNG
& 20 PHÚT

HỌC CỤ CẦN THIẾT

- Giấy A0
- Băng dính hoặc ghim để kẹp giấy lên bảng/tường
- Bút chì
- Một bộ bút viết bản màu xanh, 1 bộ đen và 1 bộ đỏ cho các nhóm
- Một cuộn dây hoặc chỉ
- Một chiếc kéo
- **Tờ phát tay F: Các thông điệp chính của Hợp phần Tính quyết đoán**



KẾT NỐI VỚI KIẾN THỨC - THÁI ĐỘ - THỰC HÀNH

- Xác định được ai hay điều gì có thể hỗ trợ hay cản trở việc đạt



THÔNG ĐIỆP CHÍNH

- Để đạt được mục tiêu của mình có thể sẽ gặp phải vô vàn thách thức, nhưng sẽ luôn có ai đó giúp bạn. Việc chuẩn bị để vượt qua được những thách thức mà bạn có thể đối mặt bao gồm xác định được bạn bè, người thân và thành viên trong cộng đồng có thể hỗ trợ bạn đạt được các mục tiêu của mình.



GỢI Ý DÀNH CHO NGƯỜI HƯỚNG DẪN:

- Những chiếc vòng mà các em gái làm ra ở cuối hoạt động này sẽ rất có ích trong các hoạt động tiếp theo của các hợp phần khác. Nhớ dùng đến nó trong các hoạt động tiếp theo nếu bạn thấy phù hợp, để nhắc các em nhớ về những cam kết mà các em đã đưa ra với nhau. Nhớ giữ lại cuộn dây hay cuộn chỉ để bạn có thể cắt cho em gái những chiếc vòng khác phù hợp với nhóm mình.



TRƯỚC KHI BẠN BẮT ĐẦU:

- Làm quen với ví dụ ở **Bước 5** và nhớ giải thích rõ ràng cho các em gái xem bức tranh của các em nên như thế nào. Hãy chuẩn bị một vài ví dụ về những nhân tố ủng hộ hay cản trở trong bối cảnh của các em gái.
- Viết tóm tắt hướng dẫn làm bài tập nhóm nêu trong các bước 4,5 và 6 lên một tờ giấy A0 để các em gái tham khảo trong khi thực hiện.

CÁC BƯỚC THỰC HIỆN:

Với cả lớp: Giới thiệu (10 phút)

1. Chào mừng các em gái đến với lớp học và hỏi các em về bài tập về nhà.

- Các em có cơ hội chia sẻ những gì mình đã học về việc đưa ra quyết định với các bạn gái không?
- Các em có thực hành 3 bước để đưa ra quyết định không? Các bước này có hữu ích không?

Hãy đề nghị một vài em chia sẻ kết quả bài tập của mình

2. Đề nghị các em gái nghĩ về hai hoạt động mà các em đã được học về mục tiêu sống và việc đưa ra quyết định (**Hoạt động 6 và 7**). Giải thích rằng trong hoạt động này các em sẽ tiếp tục suy nghĩ về những ước mơ của mình, những nguồn lực hỗ trợ và những khó khăn tiềm tàng và các em có thể giúp nhau như thế nào để đạt được những ước mơ của mình.

Chia nhóm nhỏ: Tìm kiếm sự giúp đỡ (30 phút)

3. Triển khai một hoạt động vui để chia thành các nhóm 4-5 em gái. Hỏi các nhóm tìm một góc thoải mái trong phòng để ngồi làm việc nhóm với nhau.

4. Giải thích rằng các em gái sẽ có 10 phút để thảo luận về mục tiêu sống của mình và mục tiêu của cả nhóm, và các bước cần thiết để đạt được các mục tiêu đó. Khuyến khích các em xem lại các mục tiêu của mình đã được ghi chép trong sổ tay.

5. Khi hết giờ, phát cho mỗi nhóm một tờ A0, một bút viết bảng màu xanh, 1 bút màu đen và 1 bút màu đỏ. Giải thích rằng các nhóm có thêm 10 phút để thực hiện các bước sau:

- Dùng bút đen vẽ phác hình một cô gái đại diện cho cả nhóm.
- Đầu tiên, xác định tất cả những điều có trong bản thân các em mà có thể giúp các em đạt được các mục tiêu sống của mình. Dùng bút màu xanh để viết những yếu tố hỗ trợ có trong bản thân các em. Sau đó xác định tất cả những điều trong bản thân các em có thể cản trở việc các em đạt được mục tiêu. Sử dụng bút màu đỏ để viết những yếu tố cản trở nội tại này.
- Cuối cùng, xác định những nhân tố bên ngoài có thể hoặc giúp đỡ hoặc cản trở các em đạt được mục tiêu. Nghĩ về những người, những nguồn lực sẵn có và những quyền mà các em được hưởng. Viết những nhân tố thách thức bằng bút đỏ và nhân tố ủng hộ bằng bút xanh bên ngoài hình vẽ cô gái.



CÁC BƯỚC THỰC HIỆN:

6. Khi hết 10 phút, hướng dẫn các em thực hiện bước cuối cùng của bài tập nhóm. Đề nghị các em nghĩ về từng yếu tố mà các em đã xác định, và quyết định xem những yếu tố nào các em có *khả năng ảnh hưởng đến*. Nhắc các em dùng bút đen vẽ một vòng tròn xung quanh những yếu tố này và thảo luận xem các em có thể làm gì để tác động đến chúng.

Với cả lớp: Chia sẻ những nhân vật của chúng ta (20 phút)

7. Đề nghị các nhóm dán tờ giấy bài tập của mình lên tường trong lớp học. Mời các em đi dạo quanh một vòng để xem sản phẩm của các nhóm bạn.



GỢI Ý!

Cần giải thích cho các em gái rằng mục tiêu của việc quan sát sản phẩm của các nhóm khác là để thấy được sự khác nhau và giống nhau giữa các nhóm.

8. Sau khoảng 10 phút, mời các nhóm ngồi thành một vòng tròn và thảo luận theo các câu hỏi gợi ý sau:
 - **Việc xác định các nhân tố hỗ trợ và cản trở nội tại và bên ngoài như thế nào? Việc này thuận lợi, khó khăn hay dễ dàng? Vì sao?**
 - **Điểm khác nhau và giống nhau giữa các nhóm là gì?**
 - **Những gì mà các em phát hiện trong bài tập này liên quan đến “quyền lực kiểm soát”, “quyền lực nội tại” và “quyền lực hợp tác” như thế nào?**
9. Dành thời gian giải thích rằng như các em đã thấy, có một số thách thức mà một người có thể tác động và những thách thức mà không thể tác động đến. Điều quan trọng là các em gái tập trung vào những nhân tố mà các em có thể thay đổi và em và các bạn em có thể giúp nhau như thế nào.

Với cả lớp: Tổng kết bài học! (10 phút)

10. Dẫn dắt một thảo luận ngắn về:
 - **Chúng ta có thể tìm kiếm sự giúp đỡ nào trong câu lạc bộ bạn gái để đạt được mục tiêu sống của mình?**
 - **Những việc cụ thể gì chúng ta có thể làm từ hôm nay để có thể giúp đỡ nhau?**
11. Viết danh mục những điều các em chia sẻ lên giấy A0.

GỢI Ý!

Bạn có thể gợi ý cho các em một số ví dụ khi bắt đầu thảo luận. Có thể dùng những ví dụ sau, hoặc tự nghĩ ra ví dụ cho các em: Hãy nhớ lại về mục tiêu sống của các bạn mình; thảo luận về những khó khăn mà các em có thể gặp phải, ví dụ có thể bắt đầu bằng câu hỏi về mục tiêu sống của chúng ta, ví dụ như “Tuần này chúng ta gặp thách thức gì?”; Thảo luận về những kỹ năng giao tiếp bằng việc sử dụng một bài tập giao tiếp ngắn; hoặc luôn khen ngợi bạn bè mình khi họ làm được điều tốt.



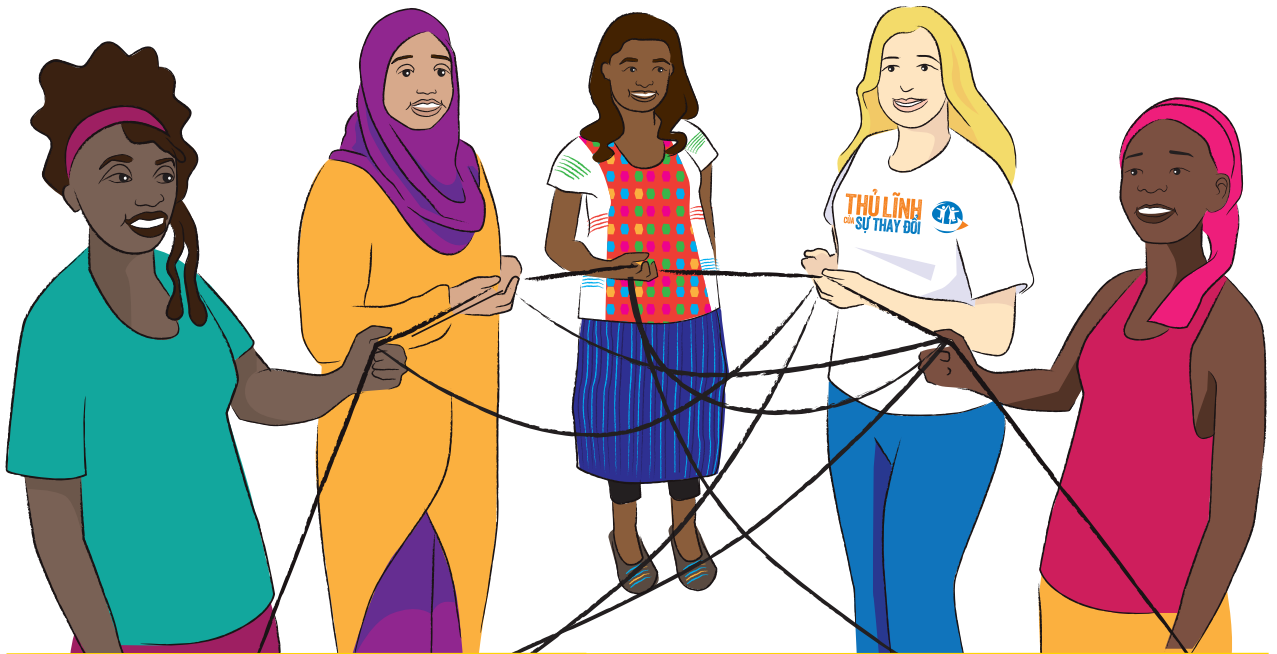
12. Giải thích với các em gái rằng đây là hoạt động cuối cùng của Hợp phần Tính quyết đoán. Phát cho các em **Tờ phát tay F**, nhắc các em giữ trong sổ ghi chép của mình để các em có thể xem lại các Thông điệp chính của bài học mỗi khi cần.
13. Giải thích **Bài tập về nhà** cho các em.

CÁC BƯỚC THỰC HIỆN:

Tổng kết Hợp phần Tính quyết đoán

Vở cả lớp: Chiếc vòng của nhóm – Mạng lưới những lời khen ngợi (15 phút)

14. Mời các em đứng thành một vòng tròn
15. Cầm cuộn chỉ hay cuộn dây, giải thích rằng để minh họa một trong những kỹ năng đã học được trong Hợp phần này, chúng ta sẽ thực hành việc cho và nhận lời khen.
16. Vòng đầu tiên: bước vào vòng, đến chỗ một em gái và khen ngợi em đó về một việc em đã làm trong câu lạc bộ. Sau đó đưa cho em cuộn dây, nhưng bạn vẫn giữ đầu cuộn dây và quay trở về chỗ của mình.
17. Sau đó bạn gái cầm cuộn dây đó sẽ khen ngợi một bạn gái khác, giữ sợi dây đó và trao cuộn chỉ cho bạn gái nhận được lời khen.



GỢI Ý!

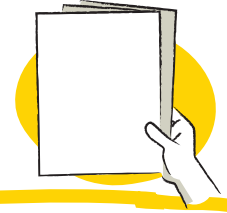
Đảm bảo các em gái khen ngợi bạn khác không đứng cạnh mình, để những sợi dây có thể tạo nên được một mạng lưới.

18. Tiếp tục cho đến khi tất cả các em gái đã cho và nhận các lời khen. Việc này sẽ tạo ra một “mạng lưới những lời khen”. Bạn gái cuối cùng nhận lời khen sẽ trao cho người đầu tiên (chính là bạn) lời khen và hoàn thành mạng lưới này.
19. Đề nghị các em nhìn vào thành quả của mình: **Trông nó như thế nào?** Lắng nghe xem có em nào nói “một mạng lưới” hay “mạng nhện” không. Giải thích với cả nhóm rằng mạng lưới này thể hiện cho sự kết nối mà các em đã tạo ra với nhau và sức mạnh mà các em có được khi là một nhóm.
20. Sau đó, cắt mạng lưới này thành những mẩu dây đủ dài để làm thành một chiếc vòng tay. Các em gái có thể giúp nhau đeo những chiếc vòng này vào cổ tay.
21. Tổng kết bằng cách đề nghị các em gái giữ chiếc vòng này như một lời nhắc nhở về những điều mà các em đã học được qua hợp phần này, và làm thế nào để các em có thể giúp đỡ nhau. Nói theo cách khác: bạn hy vọng chiếc vòng tay sẽ nhắc các em nhớ đến “quyền lực nội tại” của các em cũng như quyền lực có được khi hợp tác với các bạn khác.
22. Chúc mừng các em đã hoàn thành Hợp phần đầu tiên của chương trình Thủ lĩnh của sự thay đổi.



BÀI TẬP VỀ NHÀ: Đề nghị các em xem lại những ghi chép trong sổ tay của mình, về những hoạt động trong Hợp phần này và viết hoặc vẽ minh họa về những hoạt động mà các em thích nhất và điều quan trọng nhất mà các em học được từ các hoạt động này.

TỜ PHÁT TAY F: NHỮNG THÔNG ĐIỆP CHÍNH CỦA HỢP PHẦN TÍNH QUYẾT ĐOÁN



Tự nhận thức về bản thân là cách bạn nhìn nhận bản thân mình và được kết nối với lòng tự tôn. Có lòng tự tôn cao có nghĩa là cảm thấy bản thân mình tốt đẹp, tự tin về giá trị và khả năng của bản thân mình và có lòng tự trọng cao.

Cách người khác đối xử với bạn như thế nào có ảnh hưởng rất lớn đến lòng tự tôn của bạn. Sự chú ý tích cực và những lời khen sẽ giúp các bạn gái phát triển sự tự tôn của mình và trái lại những sự chú ý tiêu cực hay không được chú ý có thể làm hạ thấp sự tự tôn của họ.

Cách hành xử của mỗi người có thể được chia làm 3 loại: quyết đoán, hiếu chiến và thụ động.

Hành vi thụ động có vẻ lịch sự nhưng nó lại dẫn đến việc bị mất đi sức mạnh. Hành vi hiếu chiến trái lại có vẻ mạnh mẽ nhưng thực chất lại là một hình thức bạo lực. Hành vi quyết đoán là cách tự tin nhất để tương tác với người khác mà vẫn tôn trọng quyền và cảm giác của họ.

Sự quyết đoán là điều quan trọng để các em gái có thể sống hạnh phúc và phát huy được hết các tiềm năng của mình. Vì thế, nuôi dưỡng tính quyết đoán là yếu tố then chốt trong hành trình trao quyền cho các em gái.

Các em gái có thể giúp đỡ nhau để trở nên quyết đoán. Ở nhiều nơi, các em gái được dạy là cần thụ động và ngoan ngoãn, không nên nói ra ý kiến của mình. Các em gái cần giúp nhau để đấu tranh với những quy tắc này và để lên tiếng nói của mình.

Giao tiếp quyết đoán là cách tốt nhất để nói lên ý kiến của mình. Điều này có nghĩa là thể hiện nhu cầu của mình mà vẫn quan tâm đến cảm xúc và quyền của những người khác. Thực hành việc này với các bạn khác và góp ý cho nhau để giúp nhau cùng cải thiện kỹ năng giao tiếp một cách quyết đoán.

Giao tiếp quyết đoán sẽ nâng cao sự tự tôn của các em gái. Cho dù các em gái không thành công trong việc tạo ảnh hưởng đến cuộc sống của chính các em thì khi giao tiếp quyết đoán, việc thể hiện được rõ ràng nhu cầu và đòi hỏi được các quyền của mình cũng khuyến khích các em cảm thấy coi trọng bản thân hơn.

Học cách làm việc theo nhóm là một kỹ năng quan trọng của một cô gái quyết đoán. Các em gái cần biết cách làm việc theo nhóm và giúp đỡ lẫn nhau để vượt qua những thách thức mà các em gặp phải trong hành trình trao quyền của mình.

Các nhóm sẽ hoạt động được hiệu quả nhất khi nó bao gồm các thành viên khác nhau, đóng các vai trò khác nhau nhưng quan trọng như nhau. Một số em gái mong muốn được là người lãnh đạo trong khi một số khác lại cảm thấy thoải mái khi ở vai trò thụ động. Một số em giỏi nói trước đám đông trong khi những bạn khác lại giỏi vẽ tranh truyền thông và xây dựng kế hoạch hoạt động. Tất cả những vai trò này

đều quan trọng như nhau để giúp cho một tập thể đạt được thành công.

Để xây dựng một tập thể mạnh, các em gái cần nói lên ý kiến của mình, làm việc cùng nhau, tham gia một cách chủ động và xây dựng lòng tin với nhau. Các câu lạc bộ sẽ giúp các em gái có không gian và thời gian để thực hành những kỹ năng này đồng thời với việc xây dựng một tập thể đoàn kết.

Trong hành trình trao quyền của mình, các em gái cần hiểu rằng không phải mọi quyền lực đều như nhau. Nhận thức được điều này sẽ giúp các em hiểu được ai là người có “quyền lực kiểm soát” với các em và làm thế nào để ác em có thể phát huy được “quyền lực nội tại” cũng như “quyền lực hợp tác”.

Phát triển “quyền lực hợp tác” sẽ giúp các em gái trở thành Thủ lĩnh của sự thay đổi. Là Thủ lĩnh của sự thay đổi, các em gái có thể tạo nên những ảnh hưởng tích cực đến những người xung quanh các em, có được sự ủng hộ để cùng nhau đấu tranh với những chuẩn mực giới và khuyến khích các bạn gái khác trở nên quyết đoán trong cuộc sống của mình.

Tự chủ là khả năng xác định được mục tiêu của mình, đưa ra các quyết định ảnh hưởng đến cuộc sống của mình và hành động để đạt được điều đó. Quyết đoán và xác định được “quyền lực nội tại” của mình có liên hệ chặt chẽ đến việc một cô gái có tính tự chủ cao hay không.

Mục tiêu sống là điều mà bạn muốn đạt được trong cuộc sống của mình – giống như mơ ước cho tương lai. Ước mơ về tương lai có thể giúp bạn nhận thức được về những quyết định mà mình có thể đưa ra ngày hôm nay.

Em gái Thủ lĩnh của sự thay đổi cũng đặt ra những mục tiêu tập thể để các em cùng phấn đấu. Lồng ghép những mục tiêu này vào lập kế hoạch cho cuộc sống sẽ hỗ trợ cho cam kết về những ước mơ chung.

Mọi cô gái đều có quyền và khả năng đưa ra quyết định của chính mình. Thậm chí khi phải đối mặt với những rào cản trong việc đưa ra các quyết định, biết được mình muốn gì là bước quan trọng để trở nên quyết đoán và có quyền lực.

Các quyết định trong cuộc sống hàng ngày có thể tác động lớn đến việc đạt được những mục tiêu của cuộc sống sau này. Điều quan trọng là cần dành thời gian để xem xét lại những hệ quả có thể xảy ra trước khi đưa ra quyết định

Để đạt được mục tiêu của mình có thể sẽ gặp phải vô vàn thách thức, nhưng sẽ luôn có ai đó giúp bạn. Việc chuẩn bị để vượt qua được những thách thức mà bạn có thể đối mặt bao gồm xác định được bạn bè, người thân và thành viên trong cộng đồng có thể hỗ trợ bạn đạt được các mục tiêu của mình.



CÙNG CHUNG TAY XÂY DỰNG THÀNH PHỐ AN TOÀN, THÂN THIỆN CHO TRẺ EM GÁI

Thành phố An toàn với trẻ em gái là một sáng kiến toàn cầu của Tổ chức Plan International để giải quyết các nguy cơ và cơ hội ngày càng tăng cho các em gái trong độ tuổi vị thành niên ở các khu vực đô thị.

Mục tiêu chung của chương trình là **xây dựng thành phố an toàn, thân thiện và có trách nhiệm với và cho các em gái có tính đến sự đa dạng của các em**. Chương trình được thực hiện tại 5 thành phố trên thế giới, bao gồm: Cairo (Ai Cập), New-Delhi (Ấn Độ), Hà Nội (Việt Nam), Kampala (Uganda) và Lima (Peru).

Tổ chức Plan International Việt Nam đã hợp tác với các cơ quan quản lý nhà nước, các tổ chức phi chính phủ quốc tế và trong nước thúc đẩy Chương trình Thành phố an toàn với trẻ em gái. Từ năm 2013, Plan đã phối hợp với Trung tâm Quản lý và Điều hành Giao thông Đô thị Hà Nội (TRAMOC) triển khai can thiệp thúc đẩy sự an toàn của em gái khi đi lại trên phương tiện xe buýt thông qua các hoạt động đào tạo, nâng cao kiến thức và kỹ năng cho cán bộ ngành giao thông, lái xe buýt, phụ xe về Bình đẳng giới và phòng ngừa bạo lực trên cơ sở giới với em gái. Bên cạnh đó là các sáng kiến truyền thông do chính các em gái khởi xướng nhằm cung cấp kiến thức, kỹ năng an toàn cho em gái và thúc đẩy các hành động đẹp của nam giới nơi công cộng. Từ năm 2016, can thiệp của chương trình tiếp tục được mở rộng với sự hợp tác của Ủy ban Nhân dân huyện Đông Anh, Viện Phát triển Sức khỏe Cộng đồng Ánh sáng (LIGHT) nhằm tạo ra một mô hình cộng đồng an toàn với em gái tại huyện Đông Anh. Từ tháng 8/2017, Plan International Việt Nam phối hợp với Vụ Bình đẳng giới – Bộ Lao động – Thương binh và Xã hội để triển khai dự án ở cấp quốc gia.

Để tăng cường sự tham gia tích cực và chủ động của em gái vào quá trình xây dựng và quản lý thành phố, dự án đã và đang: (i) Thành lập 06 câu lạc bộ Em gái, Em trai Thủ lĩnh Thay đổi (TLTĐ) gồm 90 em gái, 90 em trai TLTĐ để dẫn dắt quá trình xây dựng cộng đồng an toàn cho trẻ em gái; (ii) Tăng cường sự hiểu biết của em gái về quyền được an toàn trong thành phố bằng cách nâng cao năng lực, cung cấp kiến thức và trao quyền để 3.000 em gái, em trai trở thành TLTĐ về Bình đẳng giới (iii) xây dựng 12 không gian công cộng an toàn và thân thiện với trẻ em gái tại cộng đồng; (iv) Cùng làm việc với các em trai, em gái để tổ chức 10 sự kiện truyền thông, 04 hoạt động đánh giá vấn đề an toàn nơi công cộng, 01 hoạt động rà soát chính sách về vấn đề an toàn của em gái tại nơi công cộng; và (v) Tổ chức 04 buổi diễn đàn đối thoại với lãnh đạo ban ngành các cấp để các em gái lên tiếng về vấn đề an toàn của các em.

Để tăng cường sự an toàn của trẻ em gái ở nơi công cộng, dự án đã và đang: (i) Tăng cường năng lực và sự hợp tác của các cơ quan nhà nước và các đối tác có liên quan để thúc đẩy vấn đề an toàn của các em gái ở thành phố thông qua tập huấn kiến thức và kỹ năng liên quan đến vấn đề bình đẳng giới và an toàn của trẻ em gái ở nơi công cộng cho 470 cán bộ các cơ quan ban ngành; (ii) Truyền thông nâng cao nhận thức về vấn đề an toàn và sự tham gia của trẻ em gái vào quá trình xây dựng phát triển thành phố cho 6.000 phụ huynh học sinh; (iii) Tăng cường sự tham gia của các gia đình và cộng đồng thông qua truyền thông nâng cao nhận thức cho 18.000 người dân và tạo cơ hội để họ tham gia vào quá trình đánh giá và xây dựng các cộng đồng an toàn và thân thiện với trẻ em gái qua các buổi tham vấn cộng đồng.

Để tăng cường an toàn của em gái khi di chuyển trong thành phố, dự án đã và đang đảm bảo rằng các cán bộ nhân viên của ngành giao thông vận tải hành khách công cộng (GTVT HKCC) và các hành khách hỗ trợ và ủng hộ vấn đề an toàn của các em gái thông qua (i) tập huấn trang bị kiến thức và kỹ năng về vấn đề an toàn của trẻ em gái và sẵn sàng giúp đỡ các em gái khi bị quấy rối trên xe buýt cho 1.350 cán bộ nhân viên, lái xe buýt, phụ xe; (ii) thiết lập và xây dựng năng lực cho đội ngũ gồm 60 Giảng viên nguồn & đưa nội dung về vấn đề an toàn của trẻ em gái ở nơi công cộng vào chương trình tập huấn của ngành GTVT HKCC; (iii) và thiết lập các quy định và hướng dẫn liên quan đến vấn đề an toàn cho các em gái với việc xây dựng và áp dụng rộng rãi Bộ Quy tắc ứng xử xe buýt thân thiện và an toàn với hành khách tại Hà Nội; (iv) nâng cao nhận thức cho 100.000 hành khách đi xe buýt về vấn đề an toàn của trẻ em gái và sẵn sàng giúp đỡ các em khi gặp nguy hiểm thông qua các chiến dịch truyền thông trên xe buýt và ở các trạm xe buýt.

Thông qua việc hợp tác với Vụ Bình đẳng giới – Bộ LĐTBXH, dự án sẽ triển khai thí điểm mô hình ở cấp quốc gia và thúc đẩy những chương trình, văn bản luật và chính sách liên quan đến vấn đề an toàn của các em gái vị thành niên ở nơi công cộng và trên phương tiện giao thông công cộng.

TỔ CHỨC PLAN INTERNATIONAL VIỆT NAM

Tầng 2, Tháp Quốc tế Hòa Bình
106 Hoàng Quốc Việt, Cầu Giấy, Hà Nội
Điện thoại: 024 3 8223 005 - Fax: 024 3 8223 004
Email: vietnam.co@plan-international.org
Website: www.plan-international.org/vietnam

VỤ BÌNH ĐẲNG GIỚI

BỘ LAO ĐỘNG – THƯƠNG BINH VÀ XÃ HỘI

12 Ngõ Quyển, Hoàn Kiếm, Hà Nội
ĐT: (+84) 024 38253875 - Fax: (+84) 024 38269551
Website: genic.molisa.gov.vn

Tổ chức Plan International Việt Nam cam kết thực hiện quyền trẻ em và bình đẳng giới.