

Phát triển năng lực quản lý cảm xúc cho học viên đào tạo sĩ quan cấp phân đội ở Học viện Hậu cần

Lê Văn Hưng*

* Hệ Đào tạo Sau Đại học, Học viện Chính trị, Bộ Quốc phòng

Received: 28/8/2023; Accepted: 05/9/2023; Published: 15/9/2023

Abstract: The article presents a number of theoretical issues about the emotional management capacity of the trainees of the detachment-level officer training at the Military Academy of Logistics. Propose a number of psycho-social measures to develop students' emotional management capacity, contributing to developing the qualities of knowledge of emotion management, moderation attitude, objective assessment, and skills. ability to recognize, control, and control one's emotions. Contributing to improving the quality of learning and training, forming the personality of Army Logistics officers, fully meeting the output standards of the Academy.

Keywords: Capacity, emotion management, cadet, Military Academy of Logistics

1. Đặt vấn đề

Năng lực quản lý cảm xúc của học viên đào tạo sĩ quan cấp phân đội ở Học viện Hậu cần là bộ phận cấu thành năng lực toàn diện của học viên; đó là tập hợp của những phẩm chất về kiến thức, thái độ, kỹ năng nhận diện, kiểm soát, điều khiển cảm xúc bản thân. Phát triển năng lực quản lý cảm xúc cho học viên đào tạo SQCPĐ ở học viện hậu cần là cơ sở, điều kiện quan trọng giúp học viên tiếp cận, nghiên cứu, phân tích, đánh giá nhằm giảm thiểu các cảm xúc tiêu cực (lo âu, căng thẳng, mặc cảm, buồn tẻ, tự ti...) nâng cao sức khỏe tâm lý, giúp đưa ra nhận định, đánh giá khoa học, quyết nghị sáng suốt, hành động đúng đắn trong các tình huống, ở mọi điều kiện hoàn cảnh, có vai trò quan trọng trong quá trình học tập, rèn luyện tại Học viện cũng như trên các cương vị công tác sau khi tốt nghiệp.

2. Nội dung nghiên cứu

2.1. Quan niệm về quản lý cảm xúc và năng lực quản lý cảm xúc của học viên đào tạo sĩ quan cấp phân đội ở Học viện Hậu cần

Quản lý cảm xúc là một thuật ngữ được sử dụng rộng rãi trong các công trình nghiên cứu khoa học cũng như cuộc sống thường nhật hiện nay.

Quản lý cảm xúc được hiểu là năng lực tăng cường những cảm xúc dễ chịu và điều hòa cảm xúc tiêu cực. Quản lý cảm xúc còn có nhiều tên gọi khác nhau, mặc dù nội hàm của chúng không hoàn toàn đồng nhất nhưng có sự tương đồng như: kiểm chế cảm xúc, kiểm soát cảm xúc, tự điều chỉnh cảm xúc, ứng phó với cảm xúc... Như vậy, tùy theo mục đích nghiên cứu của đề tài mà tác giả sử dụng các khái

niệm khác nhau. Chẳng hạn, khái niệm kiểm chế cảm xúc nhấn mạnh đến khía cạnh nỗ lực chế ngự, che giấu cảm xúc; kiểm soát cảm xúc, tự điều chỉnh cảm xúc nhấn mạnh đến khía cạnh nỗ lực của bản thân để xử lý cảm xúc bất lợi; trong khi đó, ứng phó cảm xúc được đề cập như là phản ứng cụ thể được cá nhân sử dụng để giải quyết các vấn đề cảm xúc vượt quá nguồn lực của họ.

Từ những hướng tiếp cận trên tác giả quan niệm: *Quản lý cảm xúc là quá trình nhận diện, kiểm soát, điều khiển và sử dụng cảm xúc của bản thân trước tác động tình huống, hoàn cảnh nhằm giúp cá nhân làm chủ cảm xúc.*

Từ khái niệm đã xác định trên đây, những khía cạnh về quản lý cảm xúc cần được chú ý là: Quản lý cảm xúc là sự tác động có định hướng của chủ thể khi đối mặt với các tình huống trong cuộc sống. Quản lý cảm xúc bao hàm cả sự nỗ lực bên trong và hành động bên ngoài của chủ thể nhằm nhận diện, kiểm soát, điều khiển, sử dụng để hướng đến giải tỏa cảm xúc trước các tình huống của cuộc sống. Quản lý cảm xúc có thể mang lại cảm xúc dễ chịu, thoải mái khi chủ thể giải quyết được vấn đề hoặc thích ứng, làm chủ được hoàn cảnh.

Năng lực QLCTX của học viên đào tạo SQCPĐ ở HVHC là sự kết hợp của kiến thức, thái độ và kỹ năng, đáp ứng yêu cầu của các hoạt động, giúp củng cố, bồi đắp và phát triển tư duy độc lập, sáng tạo, phương pháp và tác phong làm việc, góp phần hoàn thành tốt các mô hình, mục tiêu, yêu cầu đào tạo theo chuẩn đầu ra của Học viện. Các thành tố có mối quan hệ thống nhất, biện chứng với nhau trong thực

tiền hoạt động học tập, rèn luyện của học viên. Các thành tố kiến thức, thái độ và kỹ năng quản lý cảm xúc là điều kiện cần để hình thành năng lực quản lý cảm xúc của học viên.

2.2. Biện pháp tâm lý - sư phạm phát triển năng lực quản lý cảm xúc cho học viên đào tạo sĩ quan cấp phân đội ở Học viện Hậu cần hiện nay

2.2.1. Nâng cao nhận thức của các lực lượng sư phạm về sự cần thiết của việc phát triển năng lực quản lý cảm xúc cho học viên

Đây là biện pháp có vị trí, vai trò quan trọng hàng đầu trong phát năng lực quản lý cảm xúc cho học viên. Các tổ chức, lực lượng tham gia phát triển năng lực quản lý cảm xúc cho học viên cần tự quán triệt và quán triệt, nhận thức sâu sắc vị trí, vai trò và những nội dung, yêu cầu cần có để phát triển năng lực quản lý cảm xúc cho học viên. Từ đó, đề cao trách nhiệm, phát huy tốt vai trò và những thế mạnh của từng tổ chức, lực lượng trong phát triển năng lực quản lý cảm xúc cho học viên.

Trên cơ sở giáo dục, bồi dưỡng năng lực quản lý cảm xúc, học viên mới nhận thức đúng đắn vị trí, vai trò, tầm quan trọng của năng lực quản lý cảm xúc đối với hình thành, phát triển nhân cách của người học, giúp học viên đáp ứng được mục tiêu, yêu cầu đào tạo của học viên.

Thường xuyên tổ chức các hình thức giáo dục phong phú như: thông qua các bài giảng, các nội dung học tập để cung cấp cho học viên những hiểu biết về khái niệm, loại cảm xúc, vị trí, vai trò, biểu hiện kỹ năng quản lý cảm xúc, nghệ thuật ứng xử trong các tình huống thực tiễn khác nhau. Bồi dưỡng kỹ năng sử dụng cảm xúc cho học viên chi tiết, cụ thể, tỉ mỉ, hướng dẫn học viên cách thức, biện pháp thực hiện kỹ năng thành phần này. Đặc biệt cần nhấn mạnh vai trò của kỹ năng quản lý cảm xúc trong thực tiễn cuộc sống hàng ngày và trong công tác thực tế sau này. Giải đáp cho học viên những thắc mắc về nhận diện, kiểm soát, điều khiển, sử dụng cảm xúc, làm cho học viên có nhận thức đầy đủ về kỹ năng quản lý cảm xúc. Đồng thời, qua đó giáo dục tư tưởng, tình cảm, thái độ trách nhiệm của người học viên, người sĩ quan tương lai đối với mọi người trong các mối quan hệ qua lại. Thông qua các hình thức sinh hoạt, giáo dục, sinh hoạt chuyên đề, các hình thức nghiên cứu trao đổi, thảo luận, xêmina về các vấn đề kỹ năng quản lý cảm xúc, cách ứng xử người - người nhằm khơi sâu, mở rộng vốn hiểu biết của học viên.

2.2.2. Bồi dưỡng kiến thức toàn diện, đặc biệt là kiến thức, kỹ năng quản lý cảm xúc cho học viên trong quá trình học tập, rèn luyện ở Nhà trường

Thường xuyên tổ chức các hoạt động học tập, rèn luyện của học viên phong phú, đa dạng, khoa học tạo cho học viên niềm say mê, hứng thú tích cực tham gia vào các hoạt động chung của tập thể, từ đó làm cho việc học tập, rèn luyện của học viên không bị căng thẳng, nhàm chán. Thực tế cho thấy, tính tích cực, chủ động tham gia các hoạt động có tính tập thể ở nhà trường, đơn vị và xã hội, được học viên đánh giá ảnh hưởng khá thường xuyên và rõ ràng đến sự phát triển kỹ năng quản lý cảm xúc. Do vậy, phải tổ chức đều đặn các hoạt động văn hoá văn nghệ, thể dục - thể thao, hoạt động kết nghĩa, giao lưu văn hoá với địa phương nơi đóng quân, khuyến khích các học viên tích cực, tự giác tham gia, sáng tạo các giá trị văn hoá tốt đẹp trong nhà trường.

Hướng dẫn cho học viên cách thức, phương pháp thực hiện các nội dung phát triển kỹ năng quản lý cảm xúc thông qua việc tổ chức tốt các hoạt động sư phạm, hoạt động quân sự một cách thường xuyên, liên tục với mức độ khó khăn, phức tạp tăng dần theo thời gian đào tạo phù hợp với khả năng của học viên và phù hợp với những nội dung cần đạt được về mức độ phát triển kỹ năng quản lý cảm xúc. Qua hoạt động thực tiễn, giúp học viên vận dụng những kiến thức về kỹ năng quản lý cảm xúc một cách phù hợp trong các tình huống hoạt động và giao tiếp cụ thể. Qua những thành công, thất bại, người học sẽ đúc kết được những kinh nghiệm nhất định và hoàn thiện những kỹ năng quản lý cảm xúc của mình sao cho phù hợp, hiệu quả nhất. Đồng thời, trong suốt quá trình tổ chức các hoạt động, phải thường xuyên theo dõi, kịp thời uốn nắn những biểu hiện lệch lạc của học viên. Kịp thời động viên, khen thưởng, biểu dương những cá nhân có cách thức, phương pháp tổ chức hoạt động phù hợp, sáng tạo đáp ứng tốt các yêu cầu và nội dung phát triển kỹ năng quản lý cảm xúc đã được xác định.

2.2.3. Rèn luyện, phát triển hệ thống các năng lực quản lý cảm xúc cho học viên thông qua hoạt động học tập, rèn luyện và các mối quan hệ xã hội

Đây là biện pháp có vai trò quan trọng đến việc phát triển năng lực quản lý cảm xúc cho học viên, thông qua giải quyết, xử lý các tình huống trong học tập, rèn luyện, quan hệ giao tiếp để rèn luyện, phát triển năng lực quản lý cảm xúc cho học viên. Năng

lực của học viên chỉ được hình thành, phát triển thông qua hoạt động thực tiễn, trong môi trường cụ thể, vì vậy để rèn luyện, phát triển được năng lực quản lý cảm xúc cho học viên, cán bộ quản lý, giảng viên phải tạo tình huống trong học tập, rèn luyện phong phú, đa dạng để học viên rèn luyện, phát triển kỹ năng quản lý cảm xúc. Tăng cường mối quan hệ giao tiếp của học viên với giảng viên, cán bộ quản lý, các tổ chức đoàn thể, xã hội. Tổ chức các hoạt động thực hành luyện tập một cách thường xuyên, liên tục theo nội dung chương trình, kế hoạch đã được xây dựng một cách khoa học.

Đây là yêu cầu rất quan trọng để hình thành, củng cố, rèn luyện, phát triển kỹ năng quản lý cảm xúc cho học viên. Bởi hệ thống các kỹ năng quản lý cảm xúc được biểu hiện trong quá trình hoạt động, giao tiếp được hình thành, củng cố, tăng cường khi học viên tham gia vào các hoạt động, giao tiếp. Qua hoạt động, giao tiếp trực tiếp, những kiến thức về kỹ năng quản lý cảm xúc được vận dụng một cách phù hợp trong các tình huống thực tiễn cụ thể, qua những thành công, thất bại người học sẽ rút ra được những kinh nghiệm nhất định mà hoàn thiện kỹ năng quản lý cảm xúc và hình thành những kỹ năng quản lý cảm xúc nhất định cho mình. Quá trình đó được thực hiện thường xuyên, liên tục, có chương trình khoa học phù hợp sẽ là cơ sở tạo nên những kỹ xảo, thói quen cho mỗi người học viên.

2.2.4. Phát huy tính tích cực, chủ động, sáng tạo của học viên trong quá trình tự rèn luyện, tự phát triển năng lực quản lý cảm xúc

Đây là biện pháp có ý nghĩa quyết định trực tiếp đến việc rèn luyện, phát triển năng lực quản lý cảm xúc cho học viên, vì học viên vừa là đối tượng, vừa là chủ thể của hoạt động phát triển năng lực quản lý cảm xúc. Mục đích cần đạt đến của quá trình phát triển năng lực quản lý cảm xúc cho học viên hiện nay chính là tạo cho mỗi học viên có nhận thức đúng đắn và cách thức hành động phù hợp, hiệu quả trong mọi tình huống, qua đó không ngừng phát triển năng lực quản lý cảm xúc của bản thân.

Thực chất của biện pháp này chính là việc học viên chủ động, sáng tạo, có nỗ lực và quyết tâm trong mọi hoạt động, giúp họ vượt qua những khó khăn trở ngại để lĩnh hội, rèn luyện nội dung học tập nói chung và phát triển năng lực quản lý cảm xúc của mình nói riêng. Đó là quá trình từ việc nhận thức đầy đủ yêu cầu của hoạt động giáo dục, đào tạo; có kiến thức, hiểu biết rõ ràng cảm xúc của chính mình và

những người xung quanh; có thái độ cầu thị, tâm thế luôn sẵn sàng tiếp nhận và chủ động xử lý cảm xúc của mình; tôn trọng, lắng nghe cảm xúc của người khác; tích cực và lạc quan đối với việc học tập, rèn luyện; có kỹ năng nhận diện, kiểm soát, điều chỉnh cảm xúc. Củng cố để nâng cao những yếu tố thành phần của năng lực quản lý cảm xúc. Trên cơ sở đó, người học chủ động, tích cực trong quá trình học hỏi và phát triển năng lực quản lý cảm xúc của mình.

Phát triển năng lực quản lý cảm xúc cho học viên đào tạo SQCPĐ ở học viện hậu cần hiện nay là yêu cầu tất yếu khách quan, song cũng là vấn đề nghiên cứu mới, cần được tổng kết cả về lý luận và thực tiễn, đòi hỏi phải có sự tham gia của các tổ chức, lực lượng. Cấp ủy, chỉ huy các cấp cần thực hiện đồng bộ, hiệu quả các giải pháp; trong đó, chú trọng phát huy tính tích cực, chủ động sáng tạo của học viên để công tác phát triển năng lực quản lý cảm xúc đạt hiệu quả cao.

Tài liệu tham khảo

1. Đảng Cộng sản Việt Nam (2021), *Văn kiện Đại hội đại biểu toàn quốc lần thứ XIII*, tập 1, Nxb Chính trị quốc gia, Hà Nội.
2. Vũ Dũng (2008), *Từ điển Tâm lý học*, NXB Từ điển Bách khoa, Hà Nội.
3. Nguyễn Bá Phú (2016), *Kỹ năng quản lý cảm xúc lo âu trong hoạt động học tập của SV Đại học Huế*, Luận án tiến sĩ Tâm lý học, Học viện Khoa học xã hội, Viện Hàn lâm Khoa học xã hội Việt Nam.
4. Ngô Công Hoàn (2002), “Cảm xúc và giáo dục cảm xúc ở trẻ em lứa tuổi mầm non”, *Tạp chí Giáo dục*, số 46 Quý 4, tr.3-4,7.
5. Bộ Chính trị (2018) *Nghị quyết số 35-NQ/TW ngày 22/10/2018 về tăng cường bảo vệ nền tảng tư tưởng của Đảng, đấu tranh phản bác các quan điểm sai trái, thù địch trong tình hình mới*. Hà Nội.
6. Cục Tuyên huấn (2018), *Tổng cục Chính trị Quân đội Nhân dân Việt Nam: Nâng cao chất lượng công tác tư tưởng trong Quân đội Nhân dân Việt Nam*, Nxb Quân đội Nhân dân. Hà Nội
7. Tổng cục Chính trị Quân đội Nhân dân Việt Nam (2020); *Quy chế Công tác quản lý tư tưởng quân nhân; nắm và định hướng dư luận trong Quân đội Nhân dân Việt Nam (Ban hành theo Quyết định số 775/QĐ-CT ngày 12/5/2022 của Chủ nhiệm Tổng cục Chính trị Quân đội Nhân dân Việt Nam)*. Hà Nội.
8. Đảng Cộng sản Việt Nam (2021), *Văn kiện Đại hội đại biểu toàn quốc lần thứ XIII, tập I, II, Nxb Chính trị quốc gia sự thật*, Hà Nội.