

Có những khoảnh khắc, trong vai trò là cha mẹ, là giáo viên, là một người lớn, chúng ta biết mình nên làm gì — nhưng khi **cảm xúc mạnh xuất hiện**, đôi khi ta lại phản ứng nhanh hơn hiểu biết của chính mình, thay vì **phản hồi một cách hiểu mình, hiểu người**, và đưa ra lựa chọn cách hành xử xuất phát từ **sự tỉnh thức và tình yêu thương**.
Đề rồi đôi khi, chúng ta đau đầu với từ "Giá như..."



Bạn có từng để ý rằng chất lượng cuộc sống của chúng ta phụ thuộc rất nhiều vào chất lượng của những mối quan hệ xung quanh ta?

- Bạn muốn mình là một người mẹ, người cha tràn đầy yêu thương và dịu dàng với con cái.
- Bạn muốn mình là một người cộng sự đáng tin cậy và hoà ái với đồng nghiệp.
- Bạn muốn mình là một người giáo viên tràn đầy năng lượng và có mối quan hệ chan hoà với trẻ và phụ huynh.
- Bạn muốn mình là một người chủ trường thấu cảm và dẫn dắt đội ngũ với sự gắn kết thân tình.
- Hay đơn giản, bạn muốn bản thân trở nên dịu dàng và nhẹ nhàng, hân hoan hơn trong những tình huống thường ngày trong cuộc sống của mình.

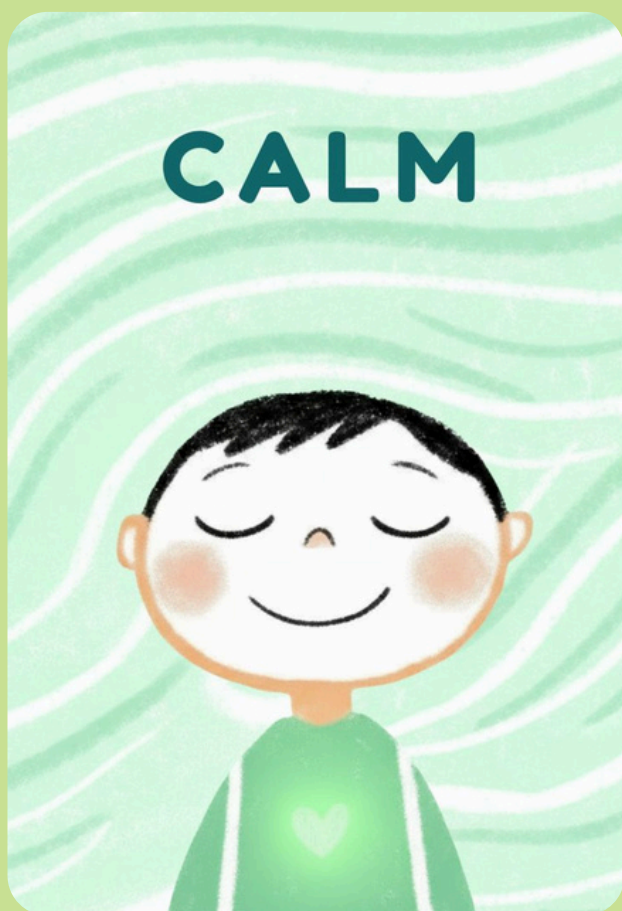
Vậy làm thế nào để ta có thể thấu cảm với chính mình, với trẻ, với đồng nghiệp, với những người mà ta yêu thương?

Làm thế nào để nuôi dưỡng lòng trắc ẩn và xây dựng những mối quan hệ hoà ái, bền vững?

Chương trình đào tạo Nền tảng về Giáo dục Cảm xúc được thiết kế để đồng hành cùng bạn:

- Không chỉ thấu hiểu kiến thức lý thuyết, chúng ta chuyển hoá lý thuyết thành những hành động thực hành thiết thực trong quản lý cảm xúc cá nhân.
- Nuôi dưỡng sự thấu cảm, giao tiếp hòa bình và năng lực ra quyết định có trách nhiệm.
- Bắt đầu từ những thực hành đơn giản nhưng tạo nên sự thay đổi rõ rệt trong chất lượng các mối quan hệ.
- Từng bước lồng ghép giáo dục cảm xúc vào lớp học, gia đình và đời sống.
- Giúp bạn nhận ra rằng mình luôn có thể trở về với phiên bản tràn đầy yêu thương và bình an.

Bởi vì tình yêu thương, sự hoà ái, tính nhân văn và lòng tử tế vốn dĩ đã là những hạt giống sẵn có trong mỗi con người.



MỞ ĐĂNG KÝ

KHAI GIẢNG: 27/03/2026

CHƯƠNG TRÌNH ĐÀO TẠO:

NỀN TẢNG VỀ GIÁO DỤC CẢM XÚC

*Giúp người lớn hiểu và **nuôi dưỡng cảm xúc của chính mình**, từ đó xây dựng những mối quan hệ hòa ái và **đồng hành cùng trẻ một cách lành mạnh**.*

Sau chương trình bạn có thể:

- Hiểu sâu cảm xúc và hành vi của trẻ – để phản hồi bằng thấu cảm thay vì phản ứng.
- Nuôi dưỡng sự bình tĩnh và vững vàng bên trong mình – để trở thành người lớn đủ thấu hiểu và nâng đỡ trẻ mỗi ngày
- Sở hữu công cụ thực hành cụ thể để xây dựng mối quan hệ hòa ái giữa người lớn – trẻ – và trẻ với nhau.



ĐĂNG KÝ THAM GIA

**24 giờ – 3 ngày
trực tiếp tại VMC
27–29/03/2026**



Chương trình này dành cho ai?

Chương trình đào tạo Nền tảng về Giáo dục Cảm xúc được thiết kế cho:

Giáo viên,
trợ tá và
nhà giáo dục

Chủ trường,
quản lý
trường

Phụ huynh,
người chăm sóc
trẻ quan tâm đến
giáo dục cảm xúc

Những người đang:

- Muốn **đồng hành cùng con trẻ** trong sự tỉnh thức và tình yêu thương.
- Muốn **hiểu sâu** hơn về cảm xúc, **nuôi dưỡng sự thấu cảm**, không chỉ ở trẻ mà ở chính mình.
- Tìm kiếm một **công cụ** để xây dựng **mối quan hệ hoà ái** trong gia đình, lớp học và cuộc sống.



GIÁ TRỊ CHƯƠNG TRÌNH

HIỂU – NHÌN SÂU VÀO ĐIỀU ẨN SAU HÀNH VI

- Thấu hiểu điều ẩn chứa phía sau biểu hiện hành vi của trẻ
- Nhận diện cảm xúc của chính mình trước khi phản hồi
- Có công cụ cụ thể để hiểu – thay vì phán xét

Khi người lớn hiểu điều đang thật sự diễn ra bên trong một đứa trẻ (và trong chính mình), chúng ta không còn “chữa cháy” cho hành vi – mà bắt đầu phòng cháy từ gốc rễ. Montessori dạy chúng ta quan sát trẻ.

Giáo dục cảm xúc giúp chúng ta quan sát chính mình và người khác ở tầng sâu hơn. Để tự do – yêu thương – tôn trọng trở thành trải nghiệm sống động trong gia đình và lớp học.

CẢM – NUÔI DƯỠNG NỘI LỰC CẢM XÚC CỦA NGƯỜI LỚN

Montessori tin rằng môi trường chuẩn bị bắt đầu từ người lớn đã được chuẩn bị.

Chương trình này giúp giáo viên và ba mẹ:

- Học cách quan sát và điều tiết cơn giận của mình
- Thực hành các công cụ cụ thể: góc bình yên, hít thở, bình trấn tĩnh...
- Nuôi dưỡng thấu cảm và trắc ẩn với chính mình

Khi người lớn được nuôi dưỡng, họ có khả năng:

- Thấu cảm với trẻ
- Hòa ái với đồng nghiệp, phụ huynh
- Là điểm tựa cảm xúc an toàn cho lớp học và gia đình

Giáo dục cảm xúc bắt đầu từ trái tim của người lớn – và lan tỏa tự nhiên đến trẻ.

HÀNH ĐỘNG – CÔNG CỤ THỰC TẾ ĐỂ XÂY DỰNG MỐI QUAN HỆ HOÀ ÁI

Chương trình trao cho bạn:

- Công cụ cụ thể để phản hồi trong những tình huống khó
- Cách hỗ trợ trẻ giải quyết xung đột
- Phương pháp nuôi dưỡng mối quan hệ người lớn – trẻ, người lớn – người lớn, và trẻ – trẻ

Không chỉ là lý thuyết, đây là những thực hành có thể áp dụng ngay trong lớp học và gia đình.

Cuộc sống vận hành dựa trên các mối quan hệ.

Giáo dục cảm xúc giúp những mối quan hệ ấy trở nên kết nối và hòa ái.

GIÁO DỤC CẢM XÚC LÀ MỘT HÀNH TRÌNH

Thấu cảm – Yêu thương – Đồng hành

ĐIỂM KHỞI ĐẦU CHO HÀNH TRÌNH ĐỒNG HÀNH LÀNH MẠNH

Những giá trị này được hình thành qua **quá trình học tập, thực hành và phản tư.**

Chương trình là một **không gian để người lớn quay về với chính mình**, từ đó **hiện diện trọn vẹn** hơn trong những mối quan hệ quan trọng.



Chương trình Nền tảng về Giáo dục Cảm xúc tạo không gian học tập và thực hành đạt được các mục tiêu sau:

Kiến thức

- Nhận biết được tầm quan trọng và lợi ích của việc gia **tăng năng lực giáo dục cảm xúc cho chính mình và trẻ**
- Trình bày được cấu trúc của khung thực hành Giáo dục Cảm xúc trong các bối cảnh **từ chính mình, đến lớp học, trường học, gia đình và cộng đồng**
- Nhận biết được những cấu phần cơ bản của năm năng lực của **khung thực hành SEL**

Kỹ năng

- Thực hành **nhận diện** được cảm xúc và **quản trị** cảm xúc trong tương tác với người khác
- Rèn luyện khả năng **chấp nhận** những **cảm xúc mạnh** xuất hiện ở bản thân, ở trẻ và những người xung quanh
- **Thực hành** ghi nhận và đặt mình vào vị trí của người khác để **hiểu** và **nuôi dưỡng tình thương**
- Thực hành giao tiếp kiên định và hoà bình để thể hiện ý kiến và quyết định của mình
- Bước đầu xây dựng các hoạt động lồng ghép/ giáo án SEL trong lớp của mình

Tinh thần

- **Sẵn sàng thực hành cho chính mình** trong đời sống hàng ngày
- **Cởi mở hơn** với những cảm xúc mạnh xuất hiện trong bản thân và những người xung quanh
- Nuôi dưỡng **sự tin cậy, cởi mở và an toàn** trong các mối quan hệ trường học khi áp dụng các hoạt động kỹ năng cảm xúc - xã hội tại lớp
- Sẵn sàng lồng ghép hoạt động SEL vào trong tiết học
- Tìm hiểu thêm những thực hành mới để áp dụng cho bản thân và lớp học

NGƯỜI THIẾT KẾ & DẪN DẮT CHƯƠNG TRÌNH

ThS. Nguyễn Hoàng Chiêu Anh



*Nhà giáo dục, cố vấn chương trình và giảng viên với **hơn 10 năm kinh nghiệm triển khai Giáo dục Cảm xúc (SEL) tại Việt Nam.***

Chị đã đồng hành cùng:

- Các trường quốc tế và song ngữ
- Giáo viên và phụ huynh
- Các dự án giáo dục cộng đồng và tổ chức xã hội
- Với cách tiếp cận dựa trên **thực hành – phản tư – trải nghiệm sống**, Chị Chiêu Anh tập trung vào **sự chuyển hóa bền vững từ bên trong mỗi người học.**

Chị là người thiết kế và trực tiếp dẫn dắt chương trình Nền tảng về Giáo dục Cảm xúc, với trọng tâm bắt đầu từ người lớn – bởi khi người lớn thay đổi, môi trường giáo dục tự nhiên thay đổi theo.

Trong hơn một thập kỷ làm việc với giáo viên và phụ huynh, chị đồng hành cùng người học để:

- Hiểu và làm việc với cảm xúc của chính mình
- Nuôi dưỡng năng lực thấu cảm và trắc ẩn trong các mối quan hệ
- Chuyển hóa nhận thức thành thực hành cụ thể trong gia đình và lớp học

Chương trình được xây dựng trên nền tảng một không gian học tập an toàn, tôn trọng nhịp độ cá nhân và hỗ trợ mỗi người tự quan sát – tự điều chỉnh – tự trưởng thành trong hành trình nuôi dưỡng cảm xúc.

HÒA BÌNH BẮT ĐẦU TỪ BÊN TRONG MỖI NGƯỜI LỚN – RỒI LAN TỎA ĐẾN TRẺ

Theo Maria Montessori: hòa bình không chỉ là sự vắng mặt của chiến tranh, mà là một trạng thái sống được nuôi dưỡng từ bên trong mỗi con người.

Đó là điều diễn ra mỗi ngày – trong cách chúng ta nhìn một hành vi của trẻ, trong cách chúng ta phản hồi khi có xung đột, trong cách chúng ta hiện diện giữa những cảm xúc của chính mình.

Hòa bình được gieo mầm khi trẻ phát triển trật tự nội tâm, kỷ luật tự thân và khả năng sống công bằng, yêu thương với người khác.

Và điều ấy bắt đầu từ người lớn đã được chuẩn bị.

Giáo dục Cảm xúc chính là một con đường giúp hiện thực hóa tinh thần Montessori trong đời sống giáo dục hôm nay.

Khi giáo viên và ba mẹ:

- Hiểu và đón nhận cảm xúc của chính mình
- Biết cách phản hồi thay vì phản ứng
- Hiện diện bình tĩnh, thấu cảm và nhất quán

...thì lớp học và gia đình trở thành một môi trường an toàn về mặt cảm xúc.

Từ nền tảng ấy, trẻ không chỉ phát triển trí tuệ – mà còn hình thành nhân cách, năng lực sống hòa ái và khả năng kiến tạo những mối quan hệ lành mạnh.

***Giáo dục, vì vậy, không chỉ là truyền đạt kiến thức.
Đó là hành trình cùng nhau xây dựng một thế giới
hoà ái và nhân văn – bắt đầu từ chính chúng ta.***



*Bình tĩnh hơn thay vì phản ứng.
Quan sát thay vì phán xét.
Thấu cảm thay vì kiểm soát.*

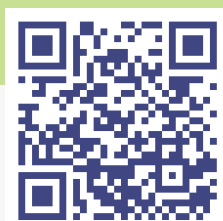
*Trẻ không lớn lên từ lời chúng ta nói,
mà từ cách chúng ta hiện diện mỗi ngày.*

*Giáo dục Cảm xúc là điểm khởi đầu cho một
hành trình đồng hành lành mạnh –
nơi người lớn và trẻ cùng nhau trưởng thành.*

- Thời lượng học: 24 giờ
- Thời gian: 3 ngày – Từ **8h00-17h00**, Thứ 6, Thứ 7 & Chủ nhật vào **ngày 27 – 28 – 29/03**
- Hình thức: Trực tiếp tại VMC - 8/1 Đồng Nai, P. Tân Sơn Hoà (quận Tân Bình cũ) , TP HCM

CHÍNH SÁCH ƯU ĐÃI

- ✓ Ưu đãi **15%** chúc mừng Quốc Tế phụ nữ áp dụng đến hết **8/3/2026**
- ✓ Ưu đãi **20%** cho **học viên VMC** đăng ký trước 8/3/2026 hoặc **nhóm 2** đăng ký trước 15/03/2026
- ✓ Ưu đãi **500.000 đ** cho **Cộng đồng Montessori VMC** đăng ký trước 15/3/2026



Tìm hiểu & đăng ký

083 9468 778

083 4968 778

Chuyên đề 1:



Trí thông minh cảm xúc (Emotional Intelligence) và Chương trình Giáo dục cảm xúc (Social and Emotional Learning)

- Phát triển con người toàn diện
- Trí thông minh cảm xúc
- Chương trình Giáo dục cảm xúc và kỹ năng xã hội.

1. Giáo dục cảm xúc và kỹ năng xã hội là gì?
2. Nền tảng lý thuyết của Giáo dục cảm xúc và kỹ năng xã hội.
3. Những ích lợi của Giáo dục cảm xúc và kỹ năng xã hội.
4. Ứng dụng Giáo dục cảm xúc và kỹ năng xã hội trong trường học như thế nào?
5. Giới thiệu các chương trình Giáo dục cảm xúc và Kỹ năng xã hội đang triển khai trên thế giới

Chuyên đề 2:



Nhận thức bản thân (Self-Awareness)

1. Khái niệm

2. Thực hành

- Tích hợp bản sắc cá nhân và xã hội
- Xác định nguồn lực cá nhân, văn hóa và ngôn ngữ
- Xác định cảm xúc của bản thân
- Thể hiện sự trung thực và chính trực
- Kết nối cảm xúc, giá trị và suy nghĩ
- Kiểm chứng lại các định kiến và thành kiến
- Trải nghiệm hiệu quả bản thân (self-efficacy)
- Có tư duy phát triển
- Phát triển mối quan tâm và mục đích sống

**Phát triển ý tưởng áp dụng
vào trong lớp học**

Chuyên đề 3:



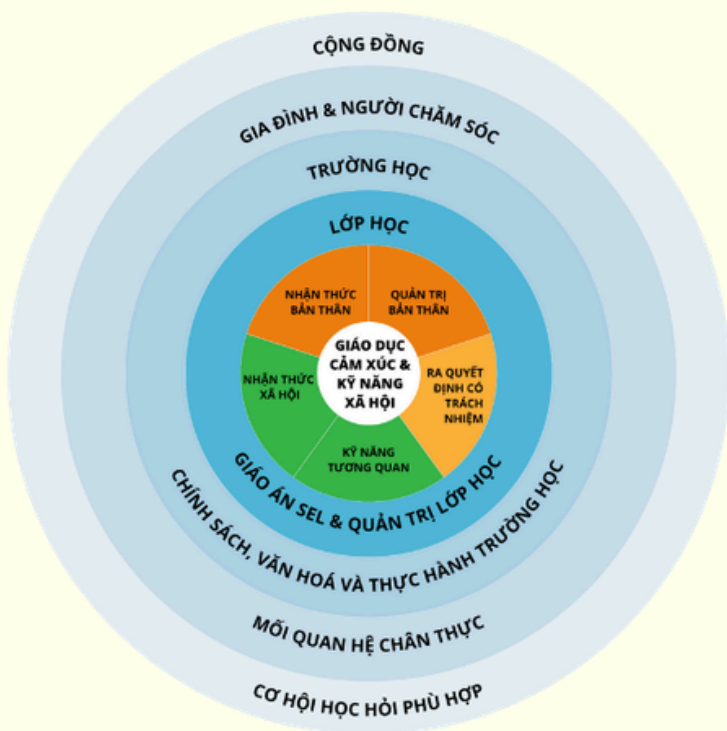
Quản lý bản thân (Self-Management)

1. Khái niệm

2. Thực hành

- Quản lý cảm xúc của bản thân
- Đặt mục tiêu cá nhân và tập thể
- Thể hiện tính tự kỷ luật và tự tạo động lực
- Sử dụng các kỹ năng tổ chức và lên kế hoạch
- Thể hiện sự chủ động cá nhân và trong tập thể
- Xác định và sử dụng các chiến lược quản lý căng thẳng

**Phát triển ý tưởng áp dụng
vào trong lớp học**



Chuyên đề 4:



Nhận thức xã hội (Social Awareness)

1. **Khái niệm**
2. **Thực hành**
 - Nhìn nhận quan điểm của người khác
 - Nhận ra thế mạnh của người khác
 - Thể hiện sự thấu cảm và lòng trắc ẩn
 - Bày tỏ sự quan tâm đến cảm xúc của người khác
 - Hiểu và bày tỏ lòng biết ơn
 - Xác định những chuẩn mực xã hội đa dạng, bao gồm những chuẩn mực phi lý
 - Nhận biết nhu cầu và cơ hội theo từng tình huống
 - Hiểu sự ảnh hưởng của các tổ chức/ hệ thống lên hành vi.

**Phát triển ý tưởng áp dụng
vào trong lớp học**

Chuyên đề 5:



Những kỹ năng tương quan (Social Relationship skills)

1. **Khái niệm**
2. **Thực hành**
 - Giao tiếp hiệu quả
 - Phát triển các mối quan hệ tích cực
 - Thể hiện năng lực văn hóa
 - Thực hành làm việc nhóm và hợp tác giải quyết vấn đề
 - Giải quyết mâu thuẫn mang tính xây dựng
 - Chống lại áp lực xã hội tiêu cực
 - Thể hiện khả năng lãnh đạo trong nhóm
 - Tìm kiếm hoặc cung cấp sự hỗ trợ khi cần thiết
 - Bảo vệ quyền lợi của người khác

**Phát triển ý tưởng áp dụng
vào trong lớp học**

Chuyên đề 6:



Ra quyết định có trách nhiệm (Responsible decision-making)

1. **Khái niệm.**
2. **Thực hành**
 - Thể hiện sự tò mò và cởi mở
 - Xác định các giải pháp cho những vấn đề cá nhân và xã hội
 - Học cách đưa ra phán đoán hợp lý sau khi phân tích thông tin, dữ liệu, dữ kiện
 - Dự đoán và đánh giá hậu quả của các hành động của một người
 - Nhận biết các kỹ năng tư duy phản biện hữu ích cả trong và ngoài trường học
 - Phản ánh vai trò của mình trong việc thúc đẩy sức khỏe tinh thần và thể chất của cá nhân, gia đình và cộng đồng
 - Đánh giá các tác động cá nhân, giữa các cá nhân, cộng đồng và thể chế.

**Phát triển ý tưởng áp dụng
vào trong lớp học**



Chuyên đề 4:



Nhận thức xã hội (Social Awareness)

1. **Khái niệm**
2. **Thực hành**
 - Nhìn nhận quan điểm của người khác
 - Nhận ra thế mạnh của người khác
 - Thể hiện sự thấu cảm và lòng trắc ẩn
 - Bày tỏ sự quan tâm đến cảm xúc của người khác
 - Hiểu và bày tỏ lòng biết ơn
 - Xác định những chuẩn mực xã hội đa dạng, bao gồm những chuẩn mực phi lý
 - Nhận biết nhu cầu và cơ hội theo từng tình huống
 - Hiểu sự ảnh hưởng của các tổ chức/ hệ thống lên hành vi.

**Phát triển ý tưởng áp dụng
vào trong lớp học**

Chuyên đề 5:



Những kỹ năng tương quan (Social Relationship skills)

1. **Khái niệm**
2. **Thực hành**
 - Giao tiếp hiệu quả
 - Phát triển các mối quan hệ tích cực
 - Thể hiện năng lực văn hóa
 - Thực hành làm việc nhóm và hợp tác giải quyết vấn đề
 - Giải quyết mâu thuẫn mang tính xây dựng
 - Chống lại áp lực xã hội tiêu cực
 - Thể hiện khả năng lãnh đạo trong nhóm
 - Tìm kiếm hoặc cung cấp sự hỗ trợ khi cần thiết
 - Bảo vệ quyền lợi của người khác

**Phát triển ý tưởng áp dụng
vào trong lớp học**

Chuyên đề 6:



Ra quyết định có trách nhiệm (Responsible decision-making)

1. **Khái niệm.**
2. **Thực hành**
 - Thể hiện sự tò mò và cởi mở
 - Xác định các giải pháp cho những vấn đề cá nhân và xã hội
 - Học cách đưa ra phán đoán hợp lý sau khi phân tích thông tin, dữ liệu, dữ kiện
 - Dự đoán và đánh giá hậu quả của các hành động của một người
 - Nhận biết các kỹ năng tư duy phản biện hữu ích cả trong và ngoài trường học
 - Phản ánh vai trò của mình trong việc thúc đẩy sức khỏe tinh thần và thể chất của cá nhân, gia đình và cộng đồng
 - Đánh giá các tác động cá nhân, giữa các cá nhân, cộng đồng và thể chế.

**Phát triển ý tưởng áp dụng
vào trong lớp học**



LỊCH HỌC

THÁNG 3/2026



Sáng: 8h30 - 12h00
Chiều: 13h00 - 17h00



Trực tiếp tại VMC
8/1 Đồng Nai, Phường 2,
Tân Bình, HCM

CN	T2	T3	T4	T5	T6	T7
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				



Tìm hiểu & đăng ký

083 9468 778

083 4968 778