

TỰ HOÀN THIỆN BẢN THÂN

I – MỞ ĐẦU BÀI HỌC

Con người ai cũng muốn sống có ích cho bản thân, gia đình và xã hội. Tuy nhiên, để làm được như vậy, mỗi người cần phải biết tự hoàn thiện bản thân. Bài này sẽ giúp chúng ta :

– Hiểu thế nào là tự hoàn thiện bản thân, sự cần thiết phải tự hoàn thiện bản thân theo các chuẩn mực đạo đức xã hội.

– Biết tự nhận thức bản thân đối chiếu với các yêu cầu đạo đức xã hội.

– Biết đặt mục tiêu phấn đấu, rèn luyện, tự hoàn thiện bản thân theo các giá trị đạo đức xã hội và có quyết tâm vượt khó khăn để thực hiện mục tiêu đã đặt ra.

– Tự trọng, tự tin vào khả năng của bản thân ; đồng thời biết tôn trọng, thừa nhận và học hỏi những điểm tốt của người khác để bản thân ngày một hoàn thiện hơn.

II – NỘI DUNG BÀI HỌC

Để hiểu được thế nào là tự hoàn thiện bản thân và sự cần thiết phải tự hoàn thiện bản thân, các em hãy bắt đầu bằng việc tự nhận thức về mình.

1. Thế nào là tự nhận thức về bản thân ?

Em hãy suy nghĩ về một số đặc tính của bản thân, ví dụ :

- *Người mà em yêu quý nhất ?*
- *Điều quan trọng nhất mà em mong ước sẽ đạt được trong cuộc đời ?*
- *Một tiêu chuẩn đạo đức mà em luôn giữ cho mình không bao giờ vi phạm ?*
- *Môn học mà em thích nhất ?*
- *Một năng khiếu, sở trường của em ?*
- *Những điểm em thấy tự hào, hài lòng về mình ?*
- *Những điểm em thấy mình còn hạn chế, cần phải cố gắng hơn ?*
- ...

Em hãy so sánh xem những đặc tính của mình có hoàn toàn giống với các bạn không ? Giống ở điểm nào ? Khác ở điểm nào ? Vì sao ?

- *Thế nào là tự nhận thức về bản thân ?*
- *Tự nhận thức đúng về mình có phải là điều dễ dàng không ?*

Mỗi người đều có bản sắc riêng, với những tiềm năng, tình cảm, sở thích, thói quen, điểm mạnh, điểm yếu riêng, không ai giống nhau hoàn toàn. Lứa tuổi thanh thiếu niên cũng vậy, các em có những điểm đáng tự hào, hài lòng về mình và có những điểm còn hạn chế, cần cố gắng rèn luyện thêm. Chúng ta cần tự tin vào bản thân, quý trọng bản thân mình, đừng mặc cảm, tự ti. Điều quan trọng là cần phát huy điểm mạnh ; khắc phục, hạn chế điểm yếu để ngày càng tiến bộ hơn.

Tự nhận thức về bản thân là biết nhìn nhận, đánh giá về khả năng, thái độ, hành vi, việc làm, điểm mạnh, điểm yếu,... của bản thân.

Tự nhận thức về bản thân là một kỹ năng sống rất cơ bản của con người. Có hiểu đúng về mình, con người mới có thể có những quyết định, những sự lựa chọn đúng đắn, phù hợp với khả năng của bản thân ; mới giao tiếp, ứng xử phù hợp với người khác. Đánh giá quá cao hoặc quá thấp về bản thân đều có thể dẫn con người đến những sai lầm, thất bại trong cuộc sống. Tự nhận thức đúng về bản thân không phải là điều dễ dàng, mà cần phải qua rèn luyện.

2. Tự hoàn thiện bản thân

a) Thế nào là tự hoàn thiện bản thân ?

Để hiểu được thế nào là tự hoàn thiện bản thân, em hãy đọc và suy nghĩ về các mẩu chuyện dưới đây :

- Đê-mốt-xten (384 – 322 trước Công nguyên), nhà hùng biện, chính khách cổ Hy Lạp, khi trẻ có tật nói lắp. Hằng ngày, ông đã ra bờ biển ngâm sỏi tập nói át tiếng sóng biển. Nhờ sự khổ luyện đó, sau này ông đã trở thành một nhà hùng biện nổi tiếng.
- Ông Phranh-clin (1706 – 1790), nhà khoa học lớn người Mĩ, thuở thiếu thời nghèo đói, không được đi học. Ban ngày ông đi làm thợ nhà in, tối về lại cặm cụi học. Mỗi bữa, ông thường chỉ ăn một miếng bánh mì với súp, để dành tiền mua sách học. Nhờ vậy mà ông đã học được Văn học và Triết học.

Năm 25 tuổi, ông bắt đầu chú trọng rèn luyện nhân cách bằng cách kê rõ những đức tính ông cần phải rèn luyện như cần mẫn, trung thực, công bằng,... Ông có một cuốn sổ, hề phạm một lỗi ông liền gạch một gạch vào sổ cho nhỏ để sửa chữa. Dần dần, các gạch mực ấy không còn trong sổ của ông. Ông thường nói : "Thật tình thì tôi không bao giờ đạt tới tuyệt mĩ, nhưng dù sao, những cố gắng hằng ngày để đến đích ấy cũng làm cho tôi tốt hơn và sung sướng hơn".

Tự hoàn thiện bản thân là vượt lên mọi khó khăn, trở ngại, không ngừng lao động, học tập, tu dưỡng, rèn luyện, phát huy ưu điểm, khắc phục, sửa chữa khuyết điểm, học hỏi những điểm hay, điểm tốt của người khác để bản thân ngày một tốt hơn, tiến bộ hơn.

b) Vì sao phải tự hoàn thiện bản thân ?

Mỗi người đều có những điểm mạnh và hạn chế riêng, chẳng có ai hoàn thiện, hoàn mĩ. Mặt khác, xã hội không ngừng phát triển, luôn đề ra những yêu cầu mới, cao hơn đối với mỗi thành viên. Vì vậy, ai cũng cần tự hoàn thiện mình để phát triển và đáp ứng được những đòi hỏi của xã hội. Người không biết tự hoàn thiện bản thân sẽ dần dần trở nên lạc hậu và tự đào thải mình.

Tự hoàn thiện bản thân là một phẩm chất quan trọng của người thanh niên trong một xã hội hiện đại, giúp cho mỗi cá nhân, gia đình, cộng đồng ngày một phát triển tốt hơn.

3. Tự hoàn thiện bản thân như thế nào ?

Em hãy liệt kê những yêu cầu đạo đức của xã hội đối với người công dân trong giai đoạn hiện nay, ví dụ : yêu nước, nhân nghĩa, khoan dung, khiêm tốn, trung thực, giản dị, hoà nhập, hợp tác,...

Từ đó, em hãy đối chiếu các yêu cầu trên với bản thân mình và tự đánh giá xem mình đã thực hiện tốt những yêu cầu nào, những yêu cầu nào mình còn cần phải cố gắng hơn.

Hãy suy nghĩ xem để tự hoàn thiện bản thân theo những yêu cầu đạo đức xã hội, em sẽ phải làm gì ?

Mỗi người đều có quyền phấn đấu, tu dưỡng, rèn luyện để tự hoàn thiện bản thân theo các giá trị đạo đức xã hội và có quyền nhận được sự hỗ trợ, giúp đỡ của gia đình, nhà trường, bạn bè, xã hội, ... để thực hiện mục tiêu tự hoàn thiện bản thân.

Để tự hoàn thiện bản thân, chúng ta cần :

- Tự nhận thức đúng về những điểm mạnh, điểm yếu của bản thân đối chiếu với các chuẩn mực đạo đức xã hội ;
- Lập kế hoạch phấn đấu, rèn luyện bản thân theo từng mốc thời gian cụ thể ;
- Xác định rõ những biện pháp cần thực hiện ;
- Xác định những thuận lợi đã có, những khó khăn có thể gặp phải và cách vượt qua các khó khăn đó ;
- Xác định được những người tin cậy có thể hỗ trợ, giúp đỡ mình ;
- Có quyết tâm thực hiện và biết tìm kiếm sự giúp đỡ của những người tin cậy.

III – TƯ LIỆU THAM KHẢO

Một số câu tục ngữ : – Có chí thì nên.

– Dốt đến đâu học lâu cũng biết.

IV – CÂU HỎI VÀ BÀI TẬP

1. Thế nào là tự hoàn thiện bản thân ? Vì sao phải tự hoàn thiện bản thân ?

2. Em có suy nghĩ gì sau khi đọc mẩu chuyện dưới đây :

Thuở đi học, Cao Bá Quát viết chữ rất xấu nên nhiều bài văn dù hay vẫn bị thầy cho điểm kém.

Một lần có bà cụ hàng xóm gặp một việc oan uổng nhờ Cao Bá Quát viết giúp cho lá đơn kêu quan. Cao Bá Quát vui vẻ nhận lời.

Lá đơn viết lí lẽ rõ ràng, Cao Bá Quát yên chí quan sẽ xét nỗi oan cho bà cụ. Nào ngờ, chữ ông xấu quá, quan đọc không được nên thét lính đuổi bà ra khỏi huyện đường. Về nhà, bà kể lại câu chuyện khiến Cao Bá Quát vô cùng ân hận. Từ đó, ông dốc sức luyện chữ sao cho đẹp.

Sáng sáng, ông cầm que vạch lên cột nhà luyện chữ cho cứng cáp. Mỗi buổi tối, ông viết xong mười trang giấy mới chịu đi ngủ. Chữ viết đã tiến bộ, ông lại mượn những cuốn sách chữ viết đẹp làm mẫu để luyện nhiều kiểu chữ khác nhau.

Kiên trì luyện tập suốt mấy năm, chữ ông mỗi ngày một đẹp. Ông nổi tiếng khắp nước là người văn hay chữ tốt.

3. Em tán thành hay không tán thành các ý kiến sau ? Vì sao ?

- a) Chỉ những người "có vấn đề" về đạo đức mới cần tự hoàn thiện bản thân.
- b) Tự hoàn thiện bản thân là việc làm cần thiết nhưng không dễ dàng.
- c) Tự hoàn thiện bản thân không phải là làm mất đi bản sắc riêng của mình.
- d) Để tự hoàn thiện bản thân, điều quan trọng nhất là phải có sự hỗ trợ, giúp đỡ của những người xung quanh.

4. Em hãy lập kế hoạch phấn đấu, rèn luyện để tự hoàn thiện bản thân theo các mục sau :

- Mục tiêu phấn đấu, rèn luyện tự hoàn thiện bản thân của em.
- Thời gian thực hiện mục tiêu.
- Những thuận lợi em đã có.
- Những khó khăn em có thể gặp phải và cách khắc phục, vượt qua những khó khăn đó.
- Những biện pháp em cần làm để thực hiện mục tiêu.
- Em có thể tìm được sự hỗ trợ, giúp đỡ của ai để đạt mục tiêu.

5. Hãy sưu tầm và chia sẻ với bạn bè về các câu chuyện, tấm gương biết phấn đấu, rèn luyện tự hoàn thiện bản thân.