

ĐỀ CƯƠNG CHI TIẾT HỌC PHẦN
(Kèm theo Quyết định số 1609/QĐ-XHNV-QLĐT ngày 14 tháng 8 năm 2025
của Trường ĐH KHXH&NV, ĐHQG-HCM)

ĐẠI HỌC QUỐC GIA THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH
TRƯỜNG ĐẠI HỌC KHOA HỌC XÃ HỘI VÀ NHÂN VĂN



ĐỀ CƯƠNG CHI TIẾT HỌC PHẦN
(Áp dụng từ Khóa tuyển sinh 2025)

1. Thông tin tổng quát

- Tên học phần:
- + Tiếng Việt: Giáo dục cảm xúc xã hội
- + Tiếng Anh: Social-Emotional Learning
- Mã học phần: TLH085
- Tính chất của học phần: Bắt buộc Tự chọn
- Thuộc khối kiến thức: Chuyên ngành
- Điều kiện tham gia học phần: (học phần trước/tiên quyết/song hành)
- Số tín chỉ: 3 (150 giờ học tập)
- + Lý thuyết: 3 tín chỉ (45 giờ giảng dạy)
 - + TH/TN/TL: 0 TC
 - + Tự học: 105 giờ tự học
- Số giờ đối với các hoạt động học tập:

Phân bổ các loại giờ		Số giờ
Số giờ giảng dạy (lý thuyết/ thực hành)	Trực diện (tại phòng học)	30
	Trực tuyến đồng bộ	0
	Trực tuyến không đồng bộ	15
	Đi thực tế, trải nghiệm	0

Số giờ tự học và khác	Tự học, tự nghiên cứu	70
	Làm việc nhóm	10
	Hoạt động học tập trên LMS	10
	Đi thực tế, trải nghiệm	0
	Thực hành	10
	Ôn thi, kiểm tra, đánh giá	5
	Hoạt động khác (ghi rõ)	0
Tổng		150

- Ngôn ngữ giảng dạy chính: Tiếng Việt

2. Mô tả mục tiêu và nội dung tổng quát của học phần

Học phần dành cho sinh viên năm 3 của chuyên ngành TLH, là học phần tự chọn trong chương trình đào tạo.

Mục tiêu học phần nhằm trang bị cho người học kiến thức nền tảng và kỹ năng thực hành về Giáo dục cảm xúc xã hội (SEL). Cụ thể, về kiến thức, gồm các hiểu biết liên quan đến các năng lực cốt lõi trong học tập cảm xúc - xã hội, bao như: Nhận thức bản thân (self-awareness), Quản lý bản thân (self-management), Kỹ năng xây dựng quan hệ (relationship skills), Ra quyết định có trách nhiệm (responsible decision-making) và sức mạnh để phục hồi (Strengths for Resilience)... Về kỹ năng, gồm thực hành Quản lý cảm xúc và kiểm soát hành vi; Giao tiếp hiệu quả và lắng nghe tích cực; Làm việc nhóm và xây dựng mối quan hệ tích cực; Giải quyết xung đột, đưa ra quyết định đạo đức và phù hợp; Thấu cảm, tôn trọng sự khác biệt và đa dạng văn hoá – xã hội... trong các tình huống thực tế tại lớp. Cuối cùng, về mặt thái độ, hình thành và phát triển thái độ học tập tích cực, chủ động, coi trọng việc phát triển bản thân và xã hội.

Học phần Giáo dục cảm xúc xã hội (SEL) mang tính tương tác và trải nghiệm. Sinh viên sẽ có cơ hội khám phá điểm mạnh cá nhân, nhận thức bản thân, điều chỉnh cảm xúc, xây dựng mối quan hệ tích cực và phát triển bản thân lẫn tập thể một cách hiệu quả trong môi trường học tập và công sở. Học phần tập trung phát triển toàn diện cả về mặt nhận thức, thái độ và hành vi xã hội, giúp sinh viên có năng lực thích ứng, có trách nhiệm và có khả năng phát triển bản thân, tạo dựng các mối quan hệ lành mạnh trong bối cảnh học đường và nghề nghiệp đa dạng.

3. Tài liệu học tập

Tài liệu chính:

[1] Nancy Frey, Douglas Fisher, Dominique B. Smith (2022), The Social-Emotional Learning Playbook: A Guide to Student and Teacher Well-Being, Publisher: Corwin [Nguồn: Tài liệu trực tuyến]

[2] Patrick King, Trịnh Thu Hằng (dịch) (2024), Sức Mạnh Của EQ - Đánh Thức Trí Tuệ Cảm Xúc - Làm Chủ Ngôn Ngữ - Thu Phục Lòng Người, NXB Thế Giới [Nguồn: Thư viện Trường/Sinh viên tự tìm đọc]

Tài liệu tham khảo:

[3] Mark Changizi, Tim Barber, Hoàng Linh (dịch) (2024), Sức Mạnh Của Ngôn Ngữ Cảm Xúc, NXB Dân Trí [Nguồn: Thư viện Trường/Sinh viên tự tìm đọc]

[4] Jen Shirkani, Lý Ngọc Huệ (dịch) (2024), Cái Tôi Và Trí Tuệ Cảm Xúc, NXB Hồng Đức [Nguồn: Thư viện Trường/Sinh viên tự tìm đọc]

[6] Daniel Goleman, Nguyễn Lê Phương, Phạm Thị Thu Hà (dịch) (tái bản 2021), Trí Tuệ Xúc Cảm, NXB Tổng hợp TP.HCM [Nguồn: Thư viện Trường/Sinh viên tự tìm đọc]

[7] Colleen Stanley, Nguyễn Tư Thắng (dịch) (2023), Trí Tuệ Cảm Xúc Trong Kinh Doanh - Bí Quyết Kết Nối Và Thu Phục Khách Hàng Hiệu Quả, NXB Dân Trí [Nguồn: Thư viện Trường/Sinh viên tự tìm đọc]

[8] Daniel Goleman, Richard Boyatzis, Annie McKee, Hoàng Huân (dịch) (2019), Lãnh Đạo Bằng Sức Mạnh Trí Tuệ Cảm Xúc, NXB Tổng Hợp TPHCM [Nguồn: Thư viện Trường/Sinh viên tự tìm đọc]

[9] Ken Mogi, Vũ Thị Nhân Hậu (dịch) (2019), Ikigai - Bí Mật Sống Trường Thọ Và Hạnh Phúc Của Người Nhật, NXB Thế Giới [Nguồn: Thư viện Trường/Sinh viên tự tìm đọc]

4. Chuẩn đầu ra học phần

Ký hiệu	CĐR của học phần (CLOs) <i>Hoàn thành học phần này, người học có khả năng:</i>	Đóng góp cho PLOs <i>(ghi cụ thể chỉ số kết quả thực hiện - PI)</i>
CLO1	1.1. Trình bày được các khái niệm, vai trò và các năng lực cốt lõi trong SEL, bao gồm: nhận thức bản thân, điều chỉnh cảm xúc, thấu cảm.... 1.2. Giải thích được mối liên hệ giữa năng lực cảm xúc – xã hội và sự phát triển cá nhân, học tập hiệu quả cũng như sự hòa nhập trong môi trường đại học và nghề nghiệp	

CLO2	<p>2.1. Áp dụng các chiến lược điều chỉnh cảm xúc, kỹ năng giao tiếp và kỹ năng hợp tác... vào các tình huống thực tiễn trong mâu thuẫn nhóm, áp lực cá nhân, học tập và đời sống sinh viên...</p> <p>2.2. Phân tích được những yếu tố ảnh hưởng đến cảm xúc, hành vi và hiệu quả làm việc của bản thân và người khác trong bối cảnh nhóm hoặc cộng đồng học đường.</p> <p>Vận dụng khả năng thấu cảm, tôn trọng sự đa dạng và trách nhiệm trong ra quyết định</p>	
CLO3	<p>3.1. Phân tích được nguyên nhân và hậu quả của một tình huống giao tiếp thất bại hoặc cảm xúc tiêu cực trong môi trường học đường.</p> <p>3.2. Đánh giá được vai trò của bản thân và người khác trong việc xây dựng môi trường học tập tích cực, an toàn và quan tâm.</p>	
CLO4	<p>4.1. Thiết kế một sáng kiến, hoạt động hoặc dự án nhằm nâng cao năng lực cảm xúc – xã hội cho bản thân hoặc nhóm sinh viên.</p>	

PI*: cần đo

5. Đánh giá học phần

5.1. Kế hoạch, phương thức đánh giá và trọng số điểm thành phần

Thành phần đánh giá (1)	Bài đánh giá	Phương thức đánh giá (gợi ý) (3)	Trọng số (2)	Chuẩn đầu ra học phần (4)			
				CLO1	CLO2	CLO3	CLO4
Đánh giá quá trình	A1	Nhật kí học tập gồm kết quả các bài tập tại lớp và cảm nhận, phản tư của cá nhân	30	x	x	x	
Giữa kỳ (nếu có)	B1	Sản phẩm nhóm: Thiết kế và thuyết trình một sáng kiến, hoạt động hoặc dự án nhằm nâng cao năng lực cảm xúc – xã hội cho bản thân hoặc nhóm sinh viên	20	x	x	x	x
Cuối kỳ	C1	Tự luận đề đóng	50	x	x	x	
		TỔNG	100%				

Ghi chú:

(1)Thành phần đánh giá: có thể bao gồm nhiều lần đánh giá hoặc bao gồm đánh giá quá trình, đánh giá giữa kỳ và đánh giá cuối kỳ.

(2) Trọng số của các thành phần đánh giá. Thông thường đánh giá cuối kỳ sẽ chiếm tỷ trọng cao hơn ($\geq 50\%$) so với các thành phần còn lại.

(3) Phương thức đánh giá có thể là: trắc nghiệm, tự luận, dự án, đồ án, vấn đáp, thực hành trên máy tính, thực hành phòng thí nghiệm, báo cáo, thuyết trình, đánh giá nhanh trên lớp/đánh giá qua quan sát, ..., phù hợp với nội dung của CLO.

(4) Liệt kê ký hiệu các CLO được đánh giá bởi các thành phần đánh giá. Trong trường hợp có nhiều CLO trong một lần đánh giá thì mỗi CLO được liệt kê ở một hàng.

(5) Trong trường hợp một thành phần đánh giá được dùng để đánh giá từ 02 CLO trở lên, giảng viên cần xác định trọng số con của mỗi CLO trên cơ sở mức độ quan trọng của từng CLO. Đây là cơ sở để phân phối tỷ lệ % số điểm tối đa cho các phần thi/câu hỏi thi dùng để đánh giá các CLO tương ứng, bảo đảm CLO quan trọng hơn thì được đánh giá với điểm số tối đa lớn hơn.

5.2. Thang điểm (Theo Quy chế đào tạo hiện hành)

5.3. Công cụ đo lường các bài đánh giá: có thể là rubrics, có thể là Grading checklist, có thể là tỷ trọng phân bố điểm cho các yêu cầu/chủ đề của bài kiểm tra.

5.3.1. Rubrics chấm điểm – Nhật ký học tập chương trình SEL

Tiêu chí	Mức 1: Chưa đạt (Dưới 4 điểm)	Mức 2: Đạt yêu cầu (5-6 điểm)	Mức 3: Tốt (7-8 điểm)	Mức 4: Xuất sắc (9-10 điểm)
1. Hoàn thành bài tập tại lớp	Không/ít ghi chép; thiếu nhiều bài	Có ghi chép một số bài, chưa đầy đủ	Ghi chép đầy đủ, có tóm tắt nội dung	Ghi chép đầy đủ, có phân tích, liên hệ cá nhân rõ ràng
2. Hiểu và áp dụng nội dung SEL	Không thể hiện sự hiểu biết về nội dung	Hiểu nội dung cơ bản nhưng chưa sâu	Thể hiện hiểu khá rõ, có ví dụ minh họa	Thể hiện hiểu sâu sắc, liên hệ thực tế hoặc bản thân cụ thể
3. Cảm nhận cá nhân	Cảm nhận sơ sài, không rõ ràng	Có cảm nhận cá nhân nhưng còn chung chung	Cảm nhận rõ, thể hiện quan điểm và cảm xúc chân thật	Cảm nhận sâu sắc, thể hiện tư duy phản biện và cảm xúc chân thực

4. Phản tư kỹ năng cảm xúc và xã hội	Không có hoặc rất mờ hồ	Nhận diện được kỹ năng nhưng phản tư chưa cụ thể	Nhận diện tốt và phản tư có định hướng cải thiện	Phản tư sâu, có kế hoạch hoặc ví dụ áp dụng thực tế
5. Trình bày và ngôn ngữ	Rối rắm, sai nhiều lỗi chính tả/diễn đạt	Trình bày ổn, có lỗi nhỏ	Trình bày rõ ràng, ngôn ngữ phù hợp	Trình bày mạch lạc, sáng tạo, sử dụng ngôn ngữ linh hoạt

Tổng điểm: 10/10

9–10 điểm: Hoàn thành xuất sắc – Nhật ký thể hiện sự tham gia sâu sắc, phản tư ý nghĩa

7–8 điểm: Đạt yêu cầu tốt – Có ghi nhận và phản tư khá đầy đủ

5–6 điểm: Đạt mức cơ bản – Cần cải thiện về chiều sâu cảm nhận hoặc trình bày

< 4 điểm: Chưa đạt – Cần làm lại/hoàn thiện rõ hơn nội dung và phản tư

5.3.2. Rubrics chấm điểm – Sản phẩm nhóm

Tiêu chí đánh giá	Mô tả yêu cầu	Điểm tối đa
1. Ý tưởng & Mục tiêu của sáng kiến	Đề xuất sáng kiến rõ ràng, phù hợp với nội dung SEL, đáp ứng nhu cầu thực tế của cá nhân/nhóm/sinh viên	0 – 2 điểm
2. Tính khả thi & Ứng dụng thực tiễn	Có kế hoạch triển khai cụ thể, khả thi trong môi trường học đường/lớp học/sinh hoạt	0 – 2 điểm
3. Nội dung SEL được lồng ghép hiệu quả	Sáng kiến thể hiện rõ sự hiểu biết và tích hợp các năng lực SEL (tự nhận thức, kiểm soát cảm xúc, v.v.)	0 – 2 điểm
4. Kỹ năng làm việc nhóm & đóng góp cá nhân	Nhóm thể hiện sự hợp tác, phân công rõ ràng, có đóng góp đều giữa các thành viên	0 – 2 điểm
5. Trình bày & Thuyết trình	Thuyết trình rõ ràng, tự tin, sử dụng công cụ hỗ trợ phù hợp; trình bày sản phẩm thu hút và logic	0 – 2 điểm

Tổng điểm: 10/10

9–10 điểm: Hoàn thành xuất sắc –Sáng kiến có chiều sâu, thể hiện SEL rõ nét

7–8 điểm: Đạt yêu cầu tốt – Dự án phù hợp, có tính thực tiễn và hợp tác nhóm tốt

5–6 điểm: Đạt mức cơ bản – Có ý tưởng rõ, thực hiện được cơ bản

< 4 điểm: Chưa đạt – Ý tưởng mơ hồ, thiếu hợp tác hoặc không rõ nội dung SEL

6. Kế hoạch giảng dạy chi tiết

Tuần/ Buổi	Nội dung	Hoạt động dạy và học			Bài đánh giá	Đóng góp cho CLOs
		Hoạt động tự học	Hoạt động dạy học trực tuyến (đồng bộ và không đồng bộ)	Hoạt động dạy học trực diện		
1	<p>BÀI 1: Xây dựng Sức mạnh cá nhân để có Khả năng phục hồi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Giới thiệu tổng quan về SEL 2. Nhận thức bản thân và Kết nối CASEL 3. Sử dụng Sức mạnh bản thân 4. Tự đánh giá (Self-Assessment) 			<p>Học tập tích cực (active learning)</p> <p>Dạy học theo giải quyết vấn đề (PBL)</p> <p>Thực hành qua tình huống, vai trò</p> <p>Tự phản tư/ đánh giá chéo</p>	A2 A3	CLO1 CLO2
2	<p>BÀI 2: Bản sắc (Identities), Sự thuộc về (Belonging) và Kỹ năng hướng thiện (Prosocial Skills)</p>			<p>Học tập tích cực (active learning)</p> <p>Dạy học theo giải quyết</p>		

Tuần/ Buổi	Nội dung	Hoạt động dạy và học			Bài đánh giá	Đóng góp cho CLOs
		Hoạt động tự học	Hoạt động dạy học trực tuyến (đồng bộ và không đồng bộ)	Hoạt động dạy học trực diện		
	1. Lý thuyết chung về bài học 2. Nhận thức bản thân và Kết nối CASEL 3. Bản sắc, Sự thuộc về và hướng thiện bắt đầu từ bản thân 4. Tự đánh giá			vấn đề (PBL) Thực hành qua tình huống, vai trò Tự phản tư/ đánh giá chéo		
3	BÀI 3: Điều chỉnh cảm xúc (Emotional Regulation) 1. Lý thuyết chung về bài học 2. Tự nhận thức và Kết nối CASEL 3. Điều chỉnh cảm xúc bắt đầu từ bản thân 4. Tự đánh giá			Học tập tích cực (active learning) Dạy học theo giải quyết vấn đề (PBL) Thực hành qua tình huống, vai trò Tự phản tư/ đánh giá chéo		

Tuần/ Buổi	Nội dung	Hoạt động dạy và học			Bài đánh giá	Đóng góp cho CLOs
		Hoạt động tự học	Hoạt động dạy học trực tuyến (đồng bộ và không đồng bộ)	Hoạt động dạy học trực diện		
4	<p>BÀI 3: Điều chỉnh cảm xúc (Emotional Regulation) (tiếp theo)</p> <ol style="list-style-type: none"> Bánh xe cảm xúc Sức mạnh của việc công nhận cảm xúc Đặt câu hỏi chất lượng cao Tự đánh giá 			<p>Học tập tích cực (active learning)</p> <p>Dạy học theo giải quyết vấn đề (PBL)</p> <p>Thực hành qua tình huống, vai trò</p> <p>Tự phản tư/ đánh giá chéo</p>		
5	<p>BÀI 4: Tin tưởng vào mối quan hệ (Relational Trust) và giao tiếp</p> <ol style="list-style-type: none"> Lý thuyết chung về bài học Tự nhận thức và Kết nối CASEL Tin tưởng vào mối quan hệ và giao tiếp bắt đầu từ bản thân 			<p>Học tập tích cực (active learning)</p> <p>Dạy học theo giải quyết vấn đề (PBL)</p> <p>Thực hành qua tình huống, vai trò</p> <p>Tự phản tư/ đánh giá chéo</p>		

Tuần/ Buổi	Nội dung	Hoạt động dạy và học			Bài đánh giá	Đóng góp cho CLOs
		Hoạt động tự học	Hoạt động dạy học trực tuyến (đồng bộ và không đồng bộ)	Hoạt động dạy học trực diện		
	4. Tự đánh giá					
6	<p>BÀI 5: Trau dồi trí tuệ giao tiếp và thấu cảm</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Lý thuyết chung về bài học 2. Lắng nghe và phản hồi thấu cảm 3. Thay đổi góc nhìn và ứng phó với cái tôi quá lớn 4. Tự đánh giá 			<p>Học tập tích cực (active learning)</p> <p>Dạy học theo giải quyết vấn đề (PBL)</p> <p>Thực hành qua tình huống, vai trò</p> <p>Tự phản tư/ đánh giá chéo</p>		
7	<p>BÀI 6: Làm chủ vũ trụ ngôn ngữ và giới hạn của bản thân</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Lý thuyết chung về bài học 2. Giao tiếp không lời và nghệ thuật đọc nguội 3. Cách đặt ra ranh giới lành mạnh 			<p>Học tập tích cực (active learning)</p> <p>Dạy học theo giải quyết vấn đề (PBL)</p> <p>Thực hành qua tình huống, vai trò</p> <p>Tự phản tư/ đánh giá</p>		

Tuần/ Buổi	Nội dung	Hoạt động dạy và học			Bài đánh giá	Đóng góp cho CLOs
		Hoạt động tự học	Hoạt động dạy học trực tuyến (đồng bộ và không đồng bộ)	Hoạt động dạy học trực diện		
	4. Tự đánh giá			chéo		
8	BÀI 7: Hiệu quả cá nhân và tập thể (Individual and Collective Efficacy) 1. Lý thuyết chung về bài học 2. Tự nhận thức và Kết nối CASEL 3. Hiệu quả bắt đầu từ bản thân 4. Tự đánh giá			Học tập tích cực (active learning) Dạy học theo giải quyết vấn đề (PBL) Thực hành qua tình huống, vai trò Tự phản tư/ đánh giá chéo		
9	BÀI 8: Cộng đồng chăm sóc lẫn nhau (Community of Care) 1. Lý thuyết chung về bài học 2. Tự nhận thức và Kết nối CASEL 3. Cộng đồng chăm sóc lẫn nhau bắt đầu từ bản thân			Học tập tích cực (active learning) Dạy học theo giải quyết vấn đề (PBL) Thực hành qua tình huống, vai trò Tự phản tư/ đánh giá		

Tuần/ Buổi	Nội dung	Hoạt động dạy và học			Bài đánh giá	Đóng góp cho CLOs
		Hoạt động tự học	Hoạt động dạy học trực tuyến (đồng bộ và không đồng bộ)	Hoạt động dạy học trực diện		
	4. Tự đánh giá			chéo		

7. Chính sách học phần

a) Chính sách điểm số

- Nộp bài: Người học có trách nhiệm nộp đầy đủ các bài tập, đề án theo đúng thời hạn quy định. Việc không nộp bài hoặc vắng mặt sẽ không được làm lại, trừ khi có lý do chính đáng (ví dụ: bệnh tật, hoàn cảnh bất khả kháng) và được giảng viên phụ trách lớp chấp thuận.

- Làm việc nhóm: Mỗi người học bắt buộc phải tham gia đầy đủ vào các hoạt động làm việc nhóm (bài tập, dự án, ...) theo thiết kế của học phần.

b) Mong đợi đối với người học

- Điểm danh: Người học cần tham dự đầy đủ các buổi học. Trường hợp vắng mặt do ốm đau hoặc lý do chính đáng, cần thông báo và xin phép giảng viên phụ trách lớp trước buổi học. Nếu lý do đột xuất khiến không thể xin phép trước, người học cần chủ động thông báo và cung cấp minh chứng phù hợp trong thời gian sớm nhất sau khi vắng mặt. Để đủ điều kiện dự thi cuối kỳ, người học phải đảm bảo tham dự ít nhất 80% tổng số giờ giảng dạy.

- Tác phong chuyên nghiệp: Người học được kỳ vọng sẽ chuẩn bị bài chu đáo, tích cực tham gia thảo luận, hợp tác hiệu quả với các thành viên trong lớp và hoàn thành đầy đủ các hoạt động, bài tập theo đúng tiến độ.

8. Quy định về liêm chính học thuật

Người học có trách nhiệm tuân thủ *Quy định trích dẫn và chống đạo văn* của Trường Đại học Khoa học Xã hội và Nhân văn ban hành theo Quyết định số 03/QĐ-XHNV-TTPC-SHTT ngày 23/1/2024.

9. Biên soạn và cập nhật đề cương chi tiết

Lần biên soạn/ cập nhật	Thời điểm thực hiện	Nội dung hiện tại	Nội dung được cập nhật
Lần 1	Tháng 8/2025	Biên soạn lần đầu	Không
Lần 2...

10. Phụ trách học phần

- Khoa phụ trách: Khoa Tâm lý học, Trường ĐH KHXH&NV, ĐHQG-HCM

- Giảng viên tham gia giảng dạy:

Stt	Họ tên giảng viên	Đơn vị công tác	Email liên hệ
1	Lê Nguyễn Anh Nhu	Khoa Tâm lý	anhu@hcmussh.edu.vn
2			
3			
4			
n			

Tp. Hồ Chí Minh, ngày 11 tháng 08 năm 2025

KHOA

DANH SÁCH GIẢNG VIÊN BIÊN SOẠN

HỌ VÀ TÊN

CHỮ KÝ

Lê Nguyễn Anh Nhu
