

ĐỀ THI + ĐÁP ÁN

MÔN NGỮ VĂN LỚP 10

Tổng hợp 10 đề Nghị Luận Xã Hội Học kì 1

<http://www.tailieuviet.net>

BỘ ĐỀ ÔN TẬP NGHỊ LUẬN XÃ HỘI – NGỮ VĂN LỚP 10

KIỂM TRA CUỐI HỌC KÌ 1

Đề 1. Viết bài văn nghị luận (400 – 600) từ thuyết phục người khác từ bỏ thói quen ghen tị (so sánh, đố kỵ) với người khác.

Mở bài:

- **Giới thiệu:** Trong xã hội chúng ta đang sống, sự chênh lệch về sở hữu và khác biệt giữa mọi người ngày càng mở rộng. Phản ứng trong cách nhìn và thái độ của mỗi người trước điều đó có thể ảnh hưởng rất lớn đến đời sống tinh thần và mối quan hệ xã hội.

- **Nêu vấn đề:** Thói quen so sánh, ghen tị với người khác rất cần được chúng ta cùng xem xét, bàn luận.

Thân bài:

- **Khái niệm của việc so sánh, ghen tị với người khác là gì?**

Ghen tị (đố kỵ) là một cảm xúc xảy ra khi một người thiếu đặc điểm tốt đẹp, thành tích, vật sở hữu của người khác và mong muốn điều đó hoặc mong muốn người khác không có được điều đó.

- **Biểu hiện của người hay so sánh, ghen tị với người khác: Bạn sẽ có cảm giác tức tối khi người khác hơn mình hay ganh ghét với những người giỏi hơn mình. Khi bạn có lòng so sánh, ghen tị với người khác, chính bạn có thể đặt điều nói xấu, bôi nhọ thanh danh của họ.**

+ Trong gia đình, anh chị em ganh đua cạnh tranh nhau rất phổ biến. Ghen tị gia đình có thể ảnh hưởng đến tất cả các lứa tuổi và các thành viên khác nhau của bất cứ gia đình nào. Ghen tị, tỵ nạnh này có thể phát sinh từ sự thiếu quan tâm từ một thành viên cụ thể trong gia đình hoặc sự thiếu công bằng, sự thiên vị trong cách đối xử giữa những thành viên trong gia đình như: ghẻ lạnh, lạnh nhạt, ưu ái, cưng chiều có phân biệt một cách quá mức

+ Trong công việc, ghen tị tại nơi làm việc không phải là hiếm. Mọi người có thể trải nghiệm ghen tị của một người khác trong thực tế rằng một trong những người cảm thấy như họ đang mất đi một cái gì đó hoặc một lợi thế, ưu thế cho người khác hoặc ai đó khác. Đây là loại ghen tị thường thấy giữa các đồng nghiệp ở các vị trí công việc tương tự. Nếu một nhân viên nhận được phản hồi tích cực từ các ông chủ trong khi các nhân viên khác cảm thấy như họ xứng đáng đó, thông tin phản hồi tích cực ghen tị có thể

phát sinh, đặc biệt là khi có sự nâng lương, tuyên dương, khen thưởng, đề bạt hoặc thăng chức.

Ghen tị giữa các đồng nghiệp cũng có thể phát sinh nếu các nhân viên đang làm việc cho tăng lương hoặc cố gắng để vượt qua mỗi khác cho các vị trí công việc tương tự để đạt thành tích cao hơn hay chỉ với mục đích là lập công lao với cấp trên để chứng tỏ mình và nhận được sự chú ý từ cấp trên. Một lần nữa, sự quan tâm nhận được đối với một nhân viên và không phải là khác có thể gây ra những cảm xúc mãnh liệt của ganh đua để phát triển.

- *Phân loại ghen tị*: Ghen tị ác ý được coi là một cảm xúc khó chịu khiến người ghen tị muốn hạ bệ những người được coi là tốt hơn mình hoặc có những gì mà bản thân không có dẫn đến tạo ra phản ứng tiêu cực. Ghen tị thiện ý có thể có tác động tích cực, liên quan đến sự công nhận của người khác, nhưng khiến người đó mong muốn và khao khát cũng được trở nên như vậy. Nó có thể cung cấp động lực thi đua, cải thiện, suy nghĩ tích cực về người kia với sự ngưỡng mộ họ. Ghen tị thiện ý nếu được xử lý đúng cách, có thể ảnh hưởng tích cực đến tương lai của một người bằng cách thúc đẩy họ trở thành một người tốt hơn và thành công hơn.

- ***Nguyên nhân của việc so sánh, ghen tị với người khác***: ganh tỵ, đố kỵ đối với nhiều người có thể liên quan đến:

- + Nỗi lo sợ mất mát
- + Nghi ngờ hoặc tức giận về một sự phản bội trong tâm thức hay nhận thức
- + Tự hạ thấp lòng tự trọng và nỗi buồn mất mát
- + Sự thiếu chắc chắn, thiếu tự tin và sự cô đơn
- + Sợ mất đi một người quan trọng khác hoặc một cái gì quan trọng khác
- + Tâm lý không tin tưởng
- + Cảm giác mặc cảm tự ti
- + Khao khát
- + Sự bất bình đẳng trong hoàn cảnh
- + Ý chí hướng tới người ghen tị thường đi kèm với cảm giác tội lỗi về những cảm xúc
- + Mong muốn có động lực để cải thiện hoặc phát triển
- + Mong muốn có phẩm chất hay sự hấp dẫn của đối thủ

- ***Tác hại***:

- + Phá hoại các mối quan hệ **của chính bạn** cũng như của người khác.
- + Cuộc sống không thoải mái **sẽ khiến cho bạn** luôn nghĩ cách hãm hại người khác và cũng làm hại cả bản thân.
- + Làm nảy sinh nhiều trạng thái tâm lý tiêu cực, **khiến cho bản thân bạn** luôn căng thẳng, bức bối, không thoải mái.

- Bài học bạn cần rút ra là:

- + Việc ghen ghét và so sánh mình với người khác là tính xấu của con người cần phải loại trừ. Vì thế bản thân bạn rất cần có lòng cao thượng khoan dung rộng rãi.
- + **Bạn cũng cần hướng tới** một tinh thần cạnh tranh lành mạnh, cố gắng hết sức để vượt qua khó khăn

Kết bài:

- **Khẳng định lại vấn đề:** Thói quen ghen tị (so sánh, đố kỵ) với người khác là vấn đề phức tạp, khó kiểm soát trong thực tế đời sống và chi phối đến từng cá nhân và cộng đồng rất cần được xem xét, tuyên truyền giáo dục.
- **Rút ra bài học cho bản thân:** Là một người học sinh, **bạn nên hiểu đúng** thói quen ghen tị (so sánh, đố kỵ) với người khác; **biết** kiềm chế những cảm xúc tiêu cực của bản thân trước sự thành công, sự sở hữu vượt trội của người khác; **cố gắng phấn đấu** vươn lên để đạt được những mục tiêu của mình... và **tuyên truyền giúp đỡ mọi người cùng làm theo.**

Đề 2. Viết bài văn nghị luận (400 – 600) từ thuyết phục người khác từ bỏ thói quen thói quen dựa dẫm, ỷ lại vào người khác

Mở bài:

- **Giới thiệu:** Trong xã hội chúng ta đang sống, con người phải chịu rất nhiều áp lực. Bên cạnh nhiều người đang rất cố gắng vươn lên để tồn tại, thành đạt và khẳng định mình, vẫn có những người sống thụ động, chỉ biết trông chờ vào người khác, vào may rủi.
- **Nêu vấn đề:** “Thói quen dựa dẫm, ỷ lại vào người khác” rất cần được chúng ta cùng xem xét, bàn luận.

Thân bài

- **Khái niệm của việc dựa dẫm, ỷ lại vào người khác là gì?**

Dựa dẫm là sự ỷ lại vào người khác trong một việc làm gì đó. Người thường xuyên dựa dẫm được cho là người bất tài, vô dụng, lười biếng. Chính vì vậy mà dựa dẫm thường mang chiều hướng tiêu cực, bị người khác lên án, chê bai, xem thường.

- Biểu hiện của sự dựa dẫm ỷ lại vào người khác

Biểu hiện của thói ỷ lại: **Bạn có thấy** những người hay ỷ lại luôn thờ ơ với cuộc sống, công việc học tập của chính mình, không suy nghĩ cho tương lai, để mặc bố mẹ sắp đặt mọi việc, bé thì được mua điếm, lớn thì được chạy việc cho. Hay đơn giản hơn, từ những việc nhỏ nhất như dọn dẹp phòng ở, giặt giũ,... cũng lười nhác, để bố mẹ làm; gặp bài tập khó thì nhờ vả bạn bè,...

Nguyên nhân của sự dựa dẫm ỷ lại vào người khác :

- Do sự lười biếng trong cả vận động và tư duy.
- Do được gia đình nuông chiều.
- Do ăn sung mặc sướng từ nhỏ
- Do sống không có kỷ luật...

Tác hại :

- Những người sống ỷ lại, quen dựa dẫm thường lười lao động; khiến mỗi người mất đi những khả năng vốn có; suy nghĩ, tư duy, thiếu năng lực đưa ra quyết định trong những hoàn cảnh cần thiết. Từ đó, họ không làm chủ được cuộc đời, không có bản lĩnh, không có sáng tạo,... dễ gặp thất bại trong mọi việc. **Bản thân bạn** sinh ra đều đầy đủ tay chân và trí óc như bao người khác, nhưng người ta thì luôn cố gắng phấn đấu còn bạn lại thích “ăn không ngồi rồi”, thích hưởng thụ, thích người khác chăm sóc, lo lắng cho từng chút một.

Đến một ngày người tự lập đã lột xác hóa thành con bướm xinh đẹp, có một đôi cánh chắc chắn để bay lượn khắp nơi, thì **kẻ thích dựa dẫm như bạn** vẫn mãi mãi chỉ là một con sâu ngày ngày ục ịch chậm chạp bò qua bò lại trên cành cây, chờ lá non ra để ăn nó, nếu cây khô héo và chết đi thì **bạn cũng sẽ theo đó** mà không thể tồn tại được nữa.

Vốn dĩ thời khắc này đây **bạn cũng đã có thể** tự bay trên đôi cánh của mình, đến bất cứ đâu bạn thích, **làm bất cứ gì bạn muốn** vì vạch xuất phát của bạn và mọi người đều như nhau cả. Nhưng người ta thì ngày ngày học tập và lớn lên **còn bạn thì cứ** thích “bú tí mẹ” mãi, chỉ muốn làm em bé mà chẳng chịu trưởng thành. Cùng đều là con người nhưng một người lớn và một đứa bé có thể làm được những việc gì, **bạn cũng hiểu là rất khác biệt phải không?**

- Thói quen ỷ lại **sẽ khiến bạn** trở thành gánh nặng cho gia đình, xã hội. Tương lai của đất nước không thể phát triển tốt đẹp nếu những chủ nhân tương lai của đất nước đều lười biếng, ỷ lại **như bạn vậy**.

Bài học rút ra :

- **Bạn cần học** cách tự đứng trên đôi chân của mình, không được tự biến mình thành cây tầm gửi trong cuộc sống. Dù con đường phía trước có chông gai cũng nhất định không được dựa dẫm ai. Vậy nên là, dù cuộc sống rất cực khổ và gian nan, quá trình “lột xác” hóa bướm vô cùng đau đớn **nhưng bạn sinh ra** không phải để trở nên “vô dụng” và sống “nhàn rỗi” mà là để ngày càng tài giỏi hơn, ngày càng hiểu biết hơn.

- **Bạn cũng cần** tích cực rèn luyện, trau dồi kiến thức, kỹ năng sống thật tốt để luôn là người có bản lĩnh, có chính kiến và chủ động đưa ra những quyết định tinh táo, sáng suốt trong mọi việc.

Mỗi lần **bạn vượt qua** một chông gai chính là một cột mốc đánh dấu bạn đang tiến đến gần hơn với phiên bản hoàn hảo nhất của mình. Khó khăn chính là công cụ tôi luyện, rèn dũa **bạn trở nên** bản lĩnh và mạnh mẽ hơn.

Vì thế, thay vì lựa chọn dựa dẫm và phụ thuộc vào người khác thì **bạn hãy thử cố gắng** đối diện với cực nhọc xem nào, **bạn sẽ thấy bạn hoàn toàn** có thể làm được nó và thậm chí là làm tốt hơn người khác làm. **Bạn sẽ nhận ra đáng vẻ** của bạn khi tự lập, khi tự lực luôn là hình ảnh rạng rỡ và đẹp nhất và là cốt cách mà bạn muốn trở thành nhất.

- Tự thân làm chủ cuộc đời: Mỗi con người chúng ta chỉ có một cuộc đời, vì vậy hãy tự sống cho mình đừng sống làm một cái đuôi bám vào người khác, đó là một điều hèn kém đáng xấu hổ. **Bạn được sinh ra** trên đời để trở thành một cánh bướm tự do chứ không phải để làm một con sâu ngày ngày chỉ biết đi đục khoét.

Bây giờ **bạn đang chẳng có gì trong tay nhưng hãy vẽ ra bản thân** mình của 10 năm sau đi, **bạn muốn trở thành** người như thế nào? **Bạn muốn đạt được** những gì? Sau đó hãy từng bước từng bước “lột xác” thành con người đó. Đừng phụ thuộc mong chờ **người khác “hóa bướm” cho bạn** vì chẳng ai rảnh và phi thường đến vậy đâu, họ lo cho họ còn chưa xong nữa là.

Vậy nên, để có thể tự do bay đi khắp nơi, làm bất cứ điều gì mình muốn thì **bạn phải “tự thân làm chủ cuộc đời mình”** để trở thành bất cứ phiên bản nào mà bạn thấy ưng ý.

- Gia đình, nhà trường, xã hội cần thay đổi quan niệm về tình yêu thương và giáo dục, không nuông chiều hay quá bao bọc, cần hình thành và rèn luyện tính tự lập cho con mình.

Kết bài:

- **Khẳng định lại vấn đề:** Thói quen dựa dẫm, ỷ lại vào người khác là vấn đề phức tạp, khó kiểm soát trong thực tế đời sống và chi phối đến từng cá nhân và cộng đồng rất cần được xem xét, tuyên truyền giáo dục. Đừng sống dựa dẫm nữa, làm chủ cuộc đời mình chưa bao giờ là quyết định sai lầm cả, bạn hoàn toàn có thể mà, cố lên nào!

- **Rút ra bài học cho bản thân:** Là một người học sinh, **bạn nên hiểu đúng** thói quen dựa dẫm, ỷ lại vào người khác **biết** loại bỏ những biểu hiện tiêu cực nói trên; **cố gắng phấn đấu** vươn lên để đạt được những mục tiêu của mình... và **tuyên truyền giúp đỡ** mọi người cùng làm theo.

Đề 3. Viết bài văn nghị luận (400 – 600) từ thuyết phục người khác từ bỏ thói quen chụp ảnh sống ảo.

Mở bài:

- **Giới thiệu:** Trong xã hội chúng ta đang sống, với sự hỗ trợ của công nghệ hiện đại từ những chiếc smartphone, rất nhiều những khoảnh khắc đẹp đã mọi người được lưu lại thành những bộ ảnh kì thú. Tuy nhiên, không ít người đã đắm chìm vào đó và khoe mẽ một cách quá mức, sai sự thật gây ra không ít hệ lụy phiền toái.

- **Nêu vấn đề:** “ Thói quen chụp ảnh sống ảo” rất cần được chúng ta cùng xem xét, bàn luận.

Thân bài:

- **Khái niệm của việc chụp ảnh sống ảo là gì ?**

Chụp ảnh sống ảo là hành động, việc làm đưa hình ảnh của mình đăng tải trên mạng xã hội khác xa với thực tế, nhằm tạo ra niềm vui cho riêng mình qua những lượt tương tác, phản hồi qua mạng xã hội như like, thả tim, lượt theo dõi,...

Việc sống ảo của giới giới trẻ mà chúng ta có thể dễ dàng nhận thấy đó là việc giới trẻ lạm dụng quá đà các công cụ chỉnh sửa hình ảnh hay các ứng dụng chụp ảnh ảo để làm

đẹp rồi đăng tải lên các trang mạng xã hội Facebook, Instagram,...khiến mọi người bị lầm tưởng về vẻ đẹp và ngoại hình của mình.

- Biểu hiện của việc chụp ảnh sống ảo :

+ Cuồng tương tác trên mạng xã hội : Cuồng like, yêu thích hay follow là những hiện tượng phổ biến hiện nay của phần lớn các bạn dùng mạng xã hội. Những người “Sống ảo” họ ưa thích việc cập nhật trạng thái ở khắp mọi nơi, dù là đang gặp chuyện vui hay những nỗi buồn như việc có người thân mất, những hoạt động cá nhân đều được chia sẻ lên mạng xã hội để nhận được sự chú ý, quan tâm của mọi người. Thậm chí, có những người còn đăng tải những bài viết với nội dung như: Like, share bài viết để cứu sống hay trêu đùa một ai đó và với họ số lượt like là thước đo để đánh giá một ai đó (ví dụ như người có càng nhiều lượt like sẽ dễ dàng trở lên hot và thành idol).

+ Bất cứ nơi nào cũng có thể chụp ảnh tự sướng : những người “Sống ảo” chụp ảnh tự sướng ở bất cứ đâu khi đi ăn, đi đám cưới, đám ma, du lịch,...và sau đó họ sẽ đầu tư rất nhiều thời gian để chọn và chỉnh sửa bức ảnh đẹp nhất, họ đăng lên các trang mạng xã hội Facebook, Instagram với những dòng caption thật “deep”, họ hoàn toàn tin tưởng và vui vẻ, hạnh phúc từ những comment tán thưởng của những người bạn ảo gửi cho họ nhưng họ dễ dàng bị tổn thương bởi những lời chê bai từ những người xa lạ.

+ Thể hiện khác với điều kiện của bản thân : Những người sống ảo thường thích thể hiện sự phô trương, khoe khoang trên mạng xã hội. Chúng ta có thể dễ thấy nhất là việc khoe mua sắm được những đồ hiệu đắt tiền, nhưng thực tế có những người mặc dù điều kiện không tốt nhưng vẫn cố thể hiện mua sắm hoang phí để được “ bằng bạn bằng bè “.

+ Điện thoại là vật bất ly thân : Ngày nay điện thoại có vai trò rất quan trọng trong cuộc sống và đây cũng là vật không thể thiếu đối với những người “sống ảo”. Đối với họ, điện thoại như một người bạn tham gia vào mọi hoạt động cùng họ.

+ Khi có những địa điểm checkin nào mới lạ, độc đáo là phải đi đến đó chụp ảnh sống ảo cho bằng được

- Nguyên nhân của việc chụp ảnh sống ảo:

Chủ quan:

+ Do tư tưởng, suy nghĩ của mỗi người, muốn mình trở nên xinh đẹp hơn được nhiều người theo đuổi, muốn người khác phải ngưỡng mộ, trầm trồ trước cuộc sống của mình hoặc tệ hơn là để lừa đảo người khác => thói quen tự sướng...

+ Do muốn khoe mẽ, thể hiện sự sành điệu hay đua đòi về công nghệ...

Khách quan: do sự tác động của những lời khích bác từ những người xung quanh, do a dua theo đám đông...

- Tác hại của việc chụp ảnh sống ảo:

+ **Bạn sẽ khiến** người khác hiểu nhầm về bản thân mình và cuộc sống của mình từ đó xảy ra nhiều trường hợp đáng tiếc: từ chối yêu vì không xinh giống như hình ảnh trên mạng, công kích miệt thị trên mạng...

+ **Bạn sẽ bị** người khác xa lánh vì những thứ hào nhoáng, giả mạo mà bản thân mình tạo ra trong thế giới ảo.

+ **Bạn có thể** rơi vào những trường hợp dở khóc dở cười khi ngoài thực tế con người khác xa với trên mạng xã hội..., hoặc trở thành nạn nhân của những vụ lừa đảo, khiêu khích trên mạng, còn trở thành cầu nối cho bọn tội phạm. ...

+ **Bạn sẽ còn** lãng phí thời gian, ảnh hưởng tới sức khỏe, kết quả học tập của bạn, có thể còn phải đón nhận ánh nhìn không mấy thiện cảm từ mọi người; thậm chí còn gây căng thẳng, làm phiền người khác khi phải chạy theo sự cầu kì, đòi hỏi giúp đỡ chụp ảnh cho bạn...

+ **Có thể bạn vẫn để lại** những hình ảnh đôi khi phản cảm, trái với chuẩn mực đạo đức pháp luật

+ Nếu thói quen sống ảo nếu không kiểm soát sẽ tác động mạnh tới **tâm lý và nhân cách chính bạn** như rối loạn tâm lý, sống hoang tưởng, tiêu cực, có thể có hành vi chống đối xã hội, hay dẫn tới tình trạng lo âu, trầm cảm. Bởi thế giới ảo và thế giới thực tồn tại mâu thuẫn trong **con người bạn nên rất khó để hòa nhập** với thế giới thực vốn đầy rẫy những va chạm. Những người chỉ mãi mê trong thế giới ảo sẽ dần bị cô lập, thói quen sống ảo dần sẽ bao bọc bạn bởi một vỏ kén vững chắc, và sẽ rất khó khăn để thoát khỏi cái vỏ kén vốn đã quen ấy. Như vậy nếu lý trí ngủ quên, thói quen sống ảo sẽ “siết cổ” dần tuổi trẻ, tương lai và cuộc đời **chính cuộc đời của bạn**.

- Giải pháp hạn chế tác động tiêu cực của việc chụp ảnh sống ảo :

+ Bạn chỉ nên đăng tải những tấm hình, những câu chuyện xác thực, không thổi phồng sự thật, sống đúng với bản thân mình.

+ Bạn có thể cùng nhau chung tay với mọi người bằng những hành động đẹp để đẩy lùi bệnh sống ảo.

+ Cần có những chế tài hợp lý để xử phạt những hành vi sống ảo gây hậu quả thiệt hại cho người khác: sử dụng thông tin giả để chiếm đoạt tài sản,...

+ Có ai đã từng nói rằng: “Mây được mặt trời chiếu vào mới thành sáng. Suối được treo vào vách mới thành thác nước”. Con người chúng ta cũng vậy, chỉ có sự cọ xát, tiếp xúc, va chạm với nhiều môi trường khác nhau mới lớn lên và trưởng thành được. Thế giới ảo có nhiều điều thú vị, chúng ta không thể áp đặt, quy chụp cho nó tất cả những xấu xa. Song cần nhìn nhận và đánh giá đúng mức. Vấn đề cần chú ý là mục đích, thời gian và cách sử dụng thời mạng xã hội, đòi hỏi ở chúng ta một bản lĩnh. Chúng ta cũng cần phê phán những kẻ lạm dụng việc sống ảo, đồng thời dẫn dắt họ ra khỏi vùng tăm tối đang che mắt họ.

Kết bài:

- **Khẳng định lại vấn đề:** Thói quen của việc chụp ảnh sống ảo là vấn đề phức tạp, khó kiểm soát trong thực tế đời sống và chi phối đến từng cá nhân và cộng đồng rất cần được xem xét, tuyên truyền giáo dục.

- **Rút ra bài học cho bản thân:** Là một người học sinh, **bạn nên hiểu đúng** thói quen chụp ảnh sống ảo, **biết** loại bỏ những biểu hiện tiêu cực nói trên để quản lí tốt thời gian và hình ảnh bản thân; **cố gắng phấn đấu** vươn lên để tự khẳng định những giá trị đích thực, bền vững... và **tuyên truyền giúp đỡ mọi người cùng làm theo**. Cửu Bá Đạo từng viết: “*Tuổi thanh xuân của chúng ta như cơn mưa rào, dù bị ướt nhưng ta vẫn muốn quay lại đắm mình thêm lần nữa*”. Đừng sống ảo nữa, hãy trung thực với bản thân mình. Hãy sống sao để khỏi phải nuối tiếc vì những năm tháng đã sống hoài sống phí.

4. Viết bài văn nghị luận (400 – 600) từ thuyết phục người khác từ bỏ thói quen suy nghĩ tiêu cực.

Mở bài:

- **Giới thiệu:** Chắc hẳn bất cứ ai trong chúng ta đều đã từng trải qua tình trạng suy sụp, thất vọng, mất niềm tin vào cuộc sống từ đó nảy sinh các suy nghĩ tiêu cực, bi quan; Với sự phát triển của xã hội tham vọng của con người ngày càng lớn và mong muốn đạt được nhiều lợi ích hơn về cả vật chất và tinh thần nhưng với một lý do nào đó mà họ không thể với tới tham vọng như mong muốn, họ sẽ dễ rơi vào trạng thái thất vọng, tự ti

về bản thân từ đó nảy sinh ra các suy nghĩ bi quan, chán nản ảnh hưởng đến cuộc sống thường ngày và có thể ảnh hưởng trực tiếp đến xã hội và cộng đồng.

- **Nêu vấn đề:** “Từ bỏ thói quen suy nghĩ tiêu cực” rất cần được chúng ta cùng xem xét, bàn luận.

Thân bài.

- **Khái niệm suy nghĩ tiêu cực là gì?**

Suy nghĩ tiêu cực (tiếng Anh gọi là negative thoughts) là những suy nghĩ bi quan, phiến diện và thiếu khách quan dẫn đến tâm trạng, chán nản, mệt mỏi, thất vọng, mất động lực đối với cuộc sống và tự ti về bản thân. Suy nghĩ tiêu cực là một trạng thái tồi tệ của con người.

Mức độ tiêu cực nặng hay nhẹ trong suy nghĩ phụ thuộc vào ý chí, cảm xúc, tính cách của từng người, tính chất nghiêm trọng của sự việc và nhiều yếu tố khác. Những người với tính cách năng động khi rơi vào trạng thái tiêu cực bằng bản năng và ý chí kiên cường họ dễ dàng đẩy lùi những suy nghĩ bi quan để trở về trạng thái thường ngày đối với họ những thất bại và áp lực là những, thử thách của cuộc sống danh cho họ để họ kiên cường hơn, trưởng thành hơn; họ sẵn sàng đối mặt với nó và tiếp tục đứng lên bắt đầu hành trình mới.

Ngược lại, với những người có tính cách yếu đuối dễ gục ngã trước những khó khăn, thử thách của cuộc sống hay là một người đa cảm dễ dàng xúc động, suy sụp khi gặp các tác động lớn về tâm lý như trong chuyện tình cảm, những đánh giá soi mói của người khác hay thường nhìn vào sự thành công của người khác rồi lại tự ti, thất vọng về bản thân dẫn đến các suy nghĩ tiêu cực, bi quan tác động khổng chế cảm xúc và hành vi dẫn đến nảy sinh cảm xúc chán nản, hay than vãn, ảnh hưởng đến các mối quan hệ xung quanh; nghiêm trọng hơn là sinh ra nghĩ quẩn tác động đến hành vi tự làm tổn thương đến bản thân.

- **Biểu hiện của suy nghĩ tiêu cực:**

+ Người có suy nghĩ tiêu cực thường lo lắng, căng thẳng và không tin tưởng vào bản thân

+ Thường xuyên đề cập đến những vấn đề tiêu cực với cách đánh giá và nhìn nhận bi quan. Một số người còn thể hiện rõ sự tiêu cực về tương lai của bản thân.

+ Người có suy nghĩ tiêu cực đôi khi hay kể lể, nhìn vào thành công của người khác lại than vãn về bản thân và cuộc sống của họ; nhưng cũng có khi giấu kín suy nghĩ của bản thân.

+ Suy nghĩ tiêu cực sẽ biểu hiện qua khuôn mặt, cảm xúc tiêu cực như lo lắng, bất an, bi quan, buồn chán, tuyệt vọng, thấp thỏm, sợ hãi,...

+ Người có suy nghĩ tiêu cực ít khi vui vẻ, ngược lại thường có cảm xúc khá bất ổn, nhạy cảm và đôi khi dễ cáu kỉnh, nóng giận.

+ Một số người có suy nghĩ tiêu cực thích sống cô lập, tách biệt với những người xung quanh.

+ Một đặc điểm thường thấy ở người có suy nghĩ tiêu cực là tự ti, không tin tưởng bản thân, thụ động trong cuộc sống, có thói quen đổ lỗi, thiếu trách nhiệm, luôn mệt mỏi, uể oải và thường sống – làm việc một cách máy móc....

- Nguyên nhân của suy nghĩ tiêu cực

+ Thứ nhất, do các trải nghiệm tồi tệ trong quá khứ. Trong cuộc sống có nhiều người thường sống về quá khứ nhiều hơn là ở hiện tại nhìn vào những thất bại trong quá khứ và sinh ra cảm xúc muốn bỏ cuộc, suy nghĩ bi quan, mất niềm tin vào bản thân, thất vọng về cuộc sống.

+ Thứ hai, các sự kiện xảy ra không mong muốn: Trong cuộc sống của chúng ta không phải lúc nào cuộc sống cũng là màu hồng; mọi sự vật, hiện tượng trong cuộc sống đều sẽ diễn ra theo ý muốn của chúng ta.

+ Thứ ba, ảnh hưởng từ những người xung quanh: Những kỳ vọng, mong muốn của mọi người xung quanh cũng là một nguyên nhân gây ra suy nghĩ tiêu cực của con người.

+ Thứ tư, do di truyền hoặc ảnh hưởng lối sống của bố mẹ: Nếu bố mẹ là những người ít nói, ngại tiếp xúc đối mặt với những khó khăn hay bi quan về cuộc sống có thể khiến con cái sau này sinh ra mang trong mình tính cách của bố, mẹ có suy nghĩ tiêu cực khi gặp áp lực, khó khăn trong cuộc sống.

+ Thứ năm, ảnh hưởng từ lối sống: lối sống buông thả, không lành mạnh của con người (lạm dụng chất, hút thuốc lá, làm việc quá sức, thiếu ngủ,...) dẫn đến bản thân luôn rơi vào tình trạng uể oải, thiếu sức sống sinh ra các suy nghĩ tiêu cực.

+ Thứ sáu, do các bệnh tâm lý, tâm thần: Suy nghĩ tiêu cực dai dẳng có thể là biểu hiện của các vấn đề tâm lý, tâm thần như rối loạn nhân cách, stress, rối loạn lo âu, trầm

cảm, hoang tưởng,... Các bệnh lý này gây ra sự bất ổn về mặt cảm xúc, hành vi và khiến suy nghĩ trở nên bi quan, tiêu cực.

- *Hậu quả của suy nghĩ tiêu cực:*

- + Gây ra tâm trạng, cảm xúc tiêu cực
- + Gia tăng mâu thuẫn trong các mối quan hệ
- + Ảnh hưởng xấu đến học tập và công việc
- + Bỏ lỡ nhiều cơ hội trong cuộc sống
- + Tăng nguy cơ mắc các vấn đề tâm lý
- + Suy nghĩ tiêu cực ảnh hưởng đến não bộ, khiến các tế bào não phải hoạt động liên tục dẫn đến lưu thông máu kém và suy nhược thần kinh.
- + Gây ra tâm trạng lo lắng, căng thẳng, bồn chồn, bất an,... Tình trạng này kéo dài sẽ dẫn đến nhiều vấn đề sức khỏe thể chất...

- *Biện pháp phòng tránh suy nghĩ tiêu cực hiệu quả*

- + **Bạn cần xây dựng** lối sống lành mạnh, tích cực tập thể dục rèn luyện bản thân, ăn uống, ngủ nghỉ có giờ giấc hợp lý là cách hiệu quả nhất giúp phòng tránh suy nghĩ tiêu cực.
- + **Bạn có thể** đọc sách về tâm thái để có nhiều kiến thức trong việc chế ngự, hạn chế suy nghĩ tiêu cực.
- + **Bạn chú ý** rèn luyện cảm xúc trước những tác động lớn về tâm lý để cải thiện chuẩn bị cho các tác động tiêu cực của cuộc sống.
- + **Bạn cần nỗ lực** hoàn thiện bản thân hơn từng ngày từ năng lực đến kỹ năng mềm và tính cách. Khi bản thân hoàn thiện hơn, bạn sẽ tự tin và chủ động trong cuộc sống. Điều này giúp ích rất nhiều trong việc ngăn chặn suy nghĩ tiêu cực và cảm xúc buồn chán, lo lắng, căng thẳng,...
- + **Bạn có thể dành cho bản thân** khoảng thời gian để nghỉ ngơi và thư giãn sau một ngày làm việc mệt mỏi tránh rơi vào tình trạng stress.
- + **Bạn cũng nên** kết bạn, tiếp xúc với những người có tính cách, suy nghĩ lạc quan, vui vẻ và tránh xa, hạn chế tiếp xúc với những người có lối không lành mạnh hay suy nghĩ tiêu cực.

Kết bài:

- **Khẳng định lại vấn đề:** Suy nghĩ tiêu cực làm ảnh hưởng rất lớn đến cả hành vi và ý thức của chúng ta. Mỗi chúng ta phải biết thông cảm, sẻ chia và giúp đỡ những người suy nghĩ tiêu cực khi họ gặp khó khăn, cần trợ giúp về mặt tinh thần hay thể chất.
- **Rút ra bài học cho bản thân:** Là một người học sinh, **bạn nên hiểu đúng** về thói quen suy nghĩ tiêu cực, **biết** cách loại bỏ những biểu hiện tiêu cực nói trên để quản trị tốt cuộc sống ; **cố gắng phấn đấu** vươn lên để tự khẳng định những giá trị đích thực, bền vững... và **tuyên truyền giúp đỡ mọi người cùng làm theo.**

Đề 5. Viết bài văn nghị luận (400 – 600) từ thuyết phục người khác từ bỏ thói quen trì hoãn trong mọi việc.

Mở bài:

- + Giới thiệu: “Việc hôm nay chớ để ngày mai” là câu nói ai trong chúng ta cũng đã từng nghe và bắt gặp ít nhất một lần. Nội dung chính là nhắc nhở mỗi người thực hiện công việc một cách nghiêm túc, tránh trì hoãn.
- + Nêu vấn đề: “Thói quen trì hoãn” rất cần được được chúng ta cùng xem xét, bàn luận.

Thân bài:

- Khái niệm trì hoãn trong mọi việc là gì?

- + Trì hoãn: kéo dài, làm gián đoạn tiến độ. Trì hoãn công việc là chần chừ, chậm trễ trong giải quyết công việc dẫn đến mất rất nhiều thời gian để có thể hoàn thành mục tiêu đặt ra ban đầu.
- + Đây là một trong những thói quen không tốt.

- Biểu hiện của thói quen trì hoãn

Trì hoãn công việc có thể bắt đầu từ những việc rất nhỏ, từ đôi ba phút lẩn lữa hay từ suy nghĩ “để mai làm cũng được”. Trên thực tế, rất ít người có thể nhận ra những mình đang trì hoãn công việc. Theo đó, **bạn sẽ là người** có thói quen trì hoãn công việc khi có một trong những biểu hiện dưới đây:

- + Không thực hiện công việc đã đặt ra theo lộ trình ban đầu.
- + Sẵn sàng gác lại công việc bởi những thứ không liên quan như phim ảnh, game,...
- + Có khả năng, điều kiện thực hiện công việc ngay lập tức nhưng thoái thác, chậm trễ.

+ Thường xuyên chậm deadline và có nhiều công việc tích tụ.

- Nguyên nhân dẫn đến việc trì hoãn:

+ Do bạn chưa thực sự tập trung và hết mình với công việc: chưa có ý thức sắp xếp, phân bổ thời gian một cách hợp lý, làm việc gì cũng chậm chạp lè mề và coi việc chậm trễ là việc bình thường

+ Do xảy ra những việc biến động ngoài ý muốn mà chính bạn không lường trước được thì sẽ có thể làm gián đoạn buộc phải trì hoãn công việc

+ Do thói quen xấu khác (lười biếng, quyết tâm không cao, nuông chiều bản thân quá mức, dễ bị phân tâm bởi nhiều thứ khác ngoài công việc) khiến bạn cứ trì hoãn việc này sẽ ảnh hưởng đến tiến độ của việc khác, kế hoạch khác và không thể hoàn thành các nhiệm vụ đúng thời hạn

+ Do bạn thấy mình quá mệt mỏi, chán nản và không muốn thực hiện công việc theo kế hoạch.

+ Do bạn không biết bắt đầu công việc từ đâu nhưng không tìm hướng giải quyết.

+ Do bạn đã đánh giá sai về tính chất, thời gian cần thực hiện công việc.

+ Có thể do bạn quá chủ quan, quá tự tin vào khả năng bản thân và lãng phí thời gian.

+ Do bạn đó thói quen trì hoãn từ lâu nhưng không nhận ra và khắc phục.

+ Do bạn chịu ảnh hưởng từ những người xung quanh.

- Tác hại của thói quen trì hoãn: Trì hoãn công việc một lần có thể không sao nhưng nhiều lần thì có thể gây ảnh hưởng rất nhiều, trước là bản thân bạn và sau là những người xung quanh.

+ Gây lãng phí thời gian: Thử tưởng tượng xem nếu bạn hoàn thành công việc đúng thời hạn thì có thể làm thêm bao nhiêu công việc bổ ích nữa. Ngược lại, nếu luôn ở trong tình trạng “nước đến chân mới nhảy” thì bạn không chỉ gây lãng phí thời gian mà còn bỏ lỡ vô số việc quan trọng cần thực hiện.

+ Đánh mất nhiều cơ hội: Đánh mất những cơ hội quý báu cũng là một trong những tác hại của thói quen trì hoãn công việc gây ra. Theo đó, trong khoảng thời gian người khác đã hoàn thành công việc và nâng cao kỹ năng, tích lũy kinh nghiệm thì bạn mới khởi động. Và tất nhiên, khi họ về đích bạn mới đi được một phần nhỏ của hành trình.

+ Làm mất niềm tin và sự tôn trọng từ người khác: Sự sai lệch về thời gian do trì hoãn công việc cũng sẽ khiến bạn mất đi sự tôn trọng của người khác. Nói như vậy bởi không ai có thể cảm thông cho một người không tôn trọng cũng như chẳng thể tự thiết lập kỷ

luật với chính bản thân mình. Trong cuộc sống, để có được niềm tin từ người khác là điều vô cùng khó. Do vậy, hãy trân trọng và đừng bao giờ để mọi người lo lắng, e ngại mỗi khi giao cho bạn bất kỳ công việc gì.

- Giải pháp khắc phục thói quen trì hoãn:

Để xóa tan được sự trì hoãn, các bạn có thể thực hiện theo 7 bước dưới đây:

+ Bước 1: Nhận thức bản thân đang trì hoãn. Trước hết, **bạn cần phải** biết gốc rễ của vấn đề rồi mới xử lý chúng. Mỗi nguyên nhân đều sẽ cần một cách tiếp cận và giải quyết khác nhau. Vậy nên, bạn cần nhận thức được rằng mình đang trì hoãn thì mới xóa tan được nó.

+ Bước 2: Tổ chức lại công việc: **Bạn nên** chia nhỏ các đầu việc như nghiên cứu, tạo outline, thực hiện chi tiết từng mục,... và tập trung riêng cho các tác vụ đó. Có một kế hoạch cụ thể sẽ giúp bạn theo dõi tiến độ, tuân thủ deadline và sửa chữa sai sót khi cần thiết. **Nếu bạn cảm thấy** công việc nhàm chán, hãy nhìn vào bức tranh tổng thể để thấy động lực làm việc.

+ Bước 3: Đặt mục tiêu: Thay vì mơ mộng về cái đích quá xa, **bạn hãy đặt** cho mình mục tiêu ngắn hạn, khả thi với từng giai đoạn. Điều này sẽ **khiến công việc của bạn** đỡ đáng sợ hơn đó.

+ Bước 4: Ngăn chặn yếu tố gây xao nhãng: **Bạn hãy sắp xếp** không gian làm việc thật gọn gàng, ngăn nắp, tắt hết chuông điện thoại, báo thức, đến những nơi yên tĩnh,..., bạn sẽ làm việc hiệu quả hơn rất nhiều.

+ Bước 5: Thưởng cho bản thân: Khi đã cố gắng làm việc, **bạn đừng tiếc** lời khen hay món quà cho bản thân mình. **Bất kể mục tiêu bạn đạt được** là lớn hay nhỏ, hãy để bản thân thư giãn một chút. Chẳng hạn sau mỗi tiến triển tốt trong công việc, **bạn hãy tự** mua món đồ mình thích. Khi bạn quan tâm đến mình, mọi thứ sẽ tốt đẹp và **bạn sẽ có động lực** để cố gắng hơn nữa.

+ Bước 6: **Bạn cần rèn luyện** những thói quen để tránh được sự trì hoãn: Thói quen quản lý thời gian / Thói quen tuân thủ kế hoạch / Ghi chú & gạch bỏ / Sử dụng quãng nghỉ ngắn / Giới hạn thời gian cho mỗi công việc

+ Bước 7: Đừng sợ thất bại: Bước cuối cùng, **bạn hãy luôn nhìn vào** những điều tích cực, đừng sợ thất bại. Việc học hỏi, đứng lên sau những vấp ngã cũng là một thành công. Thậm chí, nó **giúp bạn nhận ra** bản thân hợp với cái gì. Không có gì mình quyết

tâm mà không mang lại lợi ích nào cả. Vì vậy, **bạn đừng dung túng** cho thói quen trì hoãn, hãy gạt nó đi và hành động ngay thôi!

Kết bài:

- **Khẳng định lại vấn đề:** Trì hoãn là một thói quen xấu và **cần được bạn** nhận thức/xóa bỏ để phát triển, cải thiện hay thay đổi bản thân. Đừng để thói quen trì hoãn trở thành vật cản con đường của hành trình đến với thành công **của bạn**

- **Rút ra bài học cho bản thân:** Là một người học sinh, **bạn nên hiểu đúng** về thói quen trì hoãn trong mọi việc, **biết** loại bỏ những biểu hiện tiêu cực nói trên để quản lý tốt thời gian và hình ảnh bản thân; **cố gắng phấn đấu** vươn lên để tự khẳng định những giá trị đích thực, bền vững... và **tuyên truyền giúp đỡ mọi người cùng làm theo.**

6. Viết bài văn nghị luận (400 – 600) từ thuyết phục người khác từ bỏ thói quen đổ lỗi/ né tránh trách nhiệm.

Mở bài:

- **Giới thiệu:** “Tại mẹ nên con mới thế”, “Tại bạn ấy cứ đuổi nên con mới ngã”, “Tại trời mưa / tắc đường... nên tôi đến muộn”, “Em không thể làm xong báo cáo vì bên A chưa cung cấp đủ dữ liệu...”, “Mất mùa là tại thiên tai...”,... Đó là hàng loạt chiêu đổ lỗi/né tránh trách nhiệm của con người dù là trẻ con hay người trưởng thành trước khi nhận trách nhiệm của mình trong đó.

- **Nêu vấn đề:** “Thói quen đổ lỗi/né tránh trách nhiệm” rất cần được được chúng ta cùng xem xét, bàn luận.

Thân bài:

- **Thói quen đổ lỗi/né tránh trách nhiệm là gì?**

“Đổ lỗi/né tránh trách nhiệm” là hành vi con người cố tình chối bỏ lỗi lầm của mình, hoặc viện cớ do lí do khách quan, hoặc đổ tội cho người khác. Đây là một hiện tượng đáng buồn thường gặp trong cuộc sống hằng ngày.

- **Biểu hiện của thói quen đổ lỗi/né tránh trách nhiệm**

+ Các nhà thầu xây dựng yếu kém, ăn bớt vật liệu khiến công trình sụp đổ, gây tai nạn, không chịu nhận trách nhiệm mà đổ lỗi do địa hình, khí hậu. VD: Vụ sập cầu Chu Va ở tỉnh Lai Châu năm 2014.

+ Thất bại trong cuộc sống, nhiều người đổ lỗi do hoàn cảnh khó khăn, nghèo khó mà quên mất rằng cũng nhiều người nhờ nỗ lực không ngừng mà làm giàu từ hai bàn tay trắng.

+ Học sinh lười biếng, không chăm chỉ học tập đạt kết quả kém lại đổ lỗi cho chương trình sách giáo khoa nặng nề, giáo viên dạy khó hiểu...

- Nguyên nhân của thói quen đổ lỗi/né tránh trách nhiệm

+ Do sự lười nhác, không cống hiến mà chỉ mong thụ hưởng của nhiều người. Khi nhìn thấy sai lầm của người khác hoặc bản thân gây ra sai lầm, họ vẫn vô tâm, không tích cực ngăn chặn hoặc khắc phục để hạn chế tổn hại.

+ Do con người hèn nhát, không dám đối mặt với lỗi lầm của mình. Nhiều người chỉ vì quá hèn nhát, sợ hãi khi xảy ra sai lầm, họ đã trốn tránh, thoái thác trách nhiệm, đổ lỗi cho người khác khiến cho hậu quả của hành động ấy còn lớn hơn hậu quả do sai lầm ấy gây ra.

+ Do con người ích kỉ, thiếu trách nhiệm, chỉ muốn đùn đẩy phần khó khăn cho người khác. Nhiều người chỉ biết đến lợi ích của bản thân mình, không quan tâm đến người khác. Khi sai lầm xảy ra, họ chỉ cố sức bảo vệ mình, bỏ mặc người khác dù hậu quả có thể nào đi chăng nữa. Những kẻ vô tâm ấy thường gây nên những tổn thất rất lớn cho xã hội.

+ Do lòng tham khiến cho con người mở mắt, sẵn sàng làm những việc trái với lương tâm và tìm cách đổ vạ cho người khác... Để vét đầy túi tham, nhiều kẻ đã bất chấp lương tâm, làm những việc tàn nhẫn chỉ để có được điều mình mong muốn.

- Hậu quả của thói quen đổ lỗi/né tránh trách nhiệm

+ Hiện tượng đổ lỗi gây mất đoàn kết trong tập thể, khi không ai nhận trách nhiệm về mình cứ cứ đùn đẩy cho người khác.

+ Hiện tượng đổ lỗi không giúp khắc phục hậu quả gây ra, mà trái lại càng làm việc khắc phục hậu quả thêm trì trệ, khiến hậu quả càng nghiêm trọng.

+ Hiện tượng đổ lỗi khiến chúng ta trở thành kẻ vô trách nhiệm, tự huyễn hoặc bản thân rằng mình không bao giờ sai, từ đó không thể tiến bộ, hoàn thiện mình.

+ Nếu xã hội ai cũng chỉ biết đổ lỗi mà không có tinh thần trách nhiệm, khắc phục sai lầm, thì xã hội đó sẽ trở nên trì trệ, chậm phát triển.

- Giải pháp khắc phục thói quen đổ lỗi/né tránh trách nhiệm

Dám nhận lỗi là một hành động dũng cảm, là sống có trách nhiệm đối với công việc, bản thân và người khác. Vì thế:

- + **Bạn cần biết** tự ý thức, có tinh thần trách nhiệm, dũng cảm nhận lỗi, sửa lỗi.
- + Gia đình, nhà trường giáo dục con em hình thành ý thức nhận lỗi; người lớn phải làm gương cho trẻ em, không ngần ngại nói “Xin lỗi” khi mình mắc sai lầm và có cách thức cụ thể, thiết thực để sửa chữa lỗi lầm.
- + Ngoài ra, **bạn và mọi người cũng nên** khoan dung tạo điều kiện cho người mắc sai lầm có cơ hội được sửa sai.
- + Có nhiều người khi phạm phải lỗi lầm đã hèn nhát lẫn trốn và đổ lỗi cho người khác. Với những người như thế thật đáng lên án, **bạn cần góp phần** phát hiện, tố giác và cần thiết phải đề xuất xử lý kịp thời.

Kết bài:

- **Khẳng định lại vấn đề:** Thói quen đổ lỗi/né tránh trách nhiệm là một thói quen xấu và **cần được bạn** nhận thức/xóa bỏ để phát triển, cải thiện hay thay đổi bản thân. Đừng để thói quen đổ lỗi trở thành vật cản con đường của hành trình đến với thành công **của bạn**.
- **Rút ra bài học cho bản thân:** Là một người học sinh, **bạn nên hiểu đúng** về thói quen đổ lỗi/né tránh trách nhiệm trong mọi việc, **biết** dũng cảm nhận lỗi, tích cực khắc phục sai lầm càng nhanh càng tốt để làm giảm bớt những tổn hại do hành động nhút nhát của chúng ta gây ra; **cố gắng phấn đấu** vươn lên bởi sau mỗi lỗi lầm sẽ giúp bạn trưởng thành hơn ... và **tuyên truyền giúp đỡ mọi người cùng làm theo**.

Đề 7: Viết bài văn nghị luận (400 – 600) từ thuyết phục người khác từ bỏ thái độ sống thờ ơ, vô cảm

Mở bài:

- **Giới thiệu:** Hiện nay thời đại 4.0, kỷ nguyên của cách mạng số, khoa học kỹ thuật ngày càng phát triển, điện thoại thông minh ngày càng trở nên phổ biến nên mỗi người thời đại nay đều trang bị cho mình, vì vậy con người ngày càng thờ ơ, vô cảm với cuộc sống xung quanh mình hơn.
- **Nêu vấn đề:** “thái độ sống thờ ơ, vô cảm” rất cần được được chúng ta cùng xem xét, bàn luận.

Thân Bài:

- Khái niệm về thái độ sống thờ ơ, vô cảm:

Thờ ơ, vô cảm chính là sự trơ lì cảm xúc, dửng dưng, thờ ơ, "máu lạnh" với những hiện tượng đời sống xung quanh, chỉ quan tâm đến quyền lợi của bản thân. Ra đường gặp cái đẹp không mấy may rung động; gặp cái tốt không ủng hộ; thấy cái xấu, cái ác không dám lên án, không dám chống lại...

Vô cảm là một trong những căn bệnh “ung thư tâm hồn” của một bộ phận người trong xã hội. Hiện tượng sống thờ ơ, vô cảm, thiếu trách nhiệm với người thân, gia đình và cộng đồng trong thế hệ trẻ hiện nay là biểu hiện tiêu cực trong đời sống của giới trẻ – những chủ nhân tương lai của đất nước. Hiện tượng này thu hút mối quan tâm và gây ra nhiều bức xúc cho xã hội.

- Biểu hiện của thái độ sống thờ ơ, vô cảm:

+ Biểu hiện rõ nhất của người có lối sống vô cảm đó là hành động ích kỉ, không quan tâm đến mọi người xung quanh, thờ ơ trước mọi nỗi đau của xã hội, thậm chí thờ ơ với chính người thân và bản thân của mình. Gia đình mình cần sự trợ giúp, chia sẻ thì mình lại bỏ đi không quan tâm đến, hay khi đi qua một bông hoa mình lại thờ ơ trước vẻ đẹp, khi thấy một người đi đường bị đau thì lại bỏ qua và tỏ thái độ không quan tâm,...

+ Tự cô lập bản thân, tách biệt mình khỏi xã hội với những suy nghĩ tiêu cực, ích kỉ.

- Nguyên nhân của thái độ sống thờ ơ, vô cảm

+ Có thể những người vô cảm do họ bị ngoại cảnh tác động, hoặc bị cái xấu hãm hại nên mất niềm tin vào cuộc sống.

+ Do lối sống thực dụng, hưởng thụ... khiến người ta thấy cuộc sống đơn điệu, vô nghĩa dẫn đến những cảm xúc đạo đức bị hạn chế thậm chí bị triệt tiêu.

+ Xã hội phát triển, nhiều các loại hình vui chơi giải trí. Nền kinh tế thị trường khiến con người coi trọng vật chất, sống thực dụng hơn.

+ Do phụ huynh nuông chiều con cái... dẫn đến sự ích kỉ,... mất kết nối với xung quanh

+ Nhà trường, xã hội chưa có các biện pháp quản lí, giáo dục thích hợp

- Tác hại của thái độ sống thờ ơ, vô cảm

+ Con người trở thành kẻ ích kỉ, vô trách nhiệm, vô lương tâm, chỉ biết sống cho mình mà không quan tâm đến người thân và những người xung quanh.

+ Không biết cảm thông, chia sẻ, yêu thương với những cảnh ngộ bất hạnh trong cuộc đời.

+ Bị xã hội coi thường, bị mọi người xa lánh.

- Giải pháp để từ bỏ thái độ sống thờ ơ, vô cảm

+ **Bạn cần xác định** lí tưởng sống, mục đích sống đúng đắn, sống tử tế với người thân và mọi người xung quanh. Sống trong đời sống cần có tình yêu thương, biết quan tâm chia sẻ với người thân, với cộng đồng; không nên sống thờ ơ, vô cảm, ích kỉ

+ Mọi suy nghĩ, hành động, lời nói của **bạn đều phải xuất phát** từ lòng nhân ái.

+ **Bạn hãy làm** giàu tâm hồn bằng các tác phẩm văn chương nghệ thuật hoặc tích cực tham gia vào những phong trào, những hoạt động mang ý nghĩa xã hội rộng lớn... Chỉ cần có một tâm hồn cởi mở và một trái tim nhân hậu, biết thương người như thể thương thân là **bạn sẽ chữa dứt** được “bệnh vô cảm” đáng ghét và đáng phê phán ấy.

+ **Bạn hãy sống đúng** với chuẩn mực đạo đức của con người trong xã hội, biết yêu thương đùm bọc và chia sẻ lẫn nhau...

Kết bài:

- **Khẳng định lại vấn đề:** Thái độ sống thờ ơ, vô cảm là một thái độ xấu và **cần được bạn** xóa bỏ để phát triển, cải thiện hay thay đổi bản thân. Đừng để lối sống thờ ơ, vô cảm trở thành vật cản con đường của hành trình đến với thành công **của bạn**.

- **Rút ra bài học cho bản thân:** Là một người học sinh, **bạn nên hiểu đúng** về thái độ sống thờ ơ, vô cảm, **biết** xác định đúng nhiệm vụ học tập và tu dưỡng đạo đức, sống có trách nhiệm với bản thân, gia đình và xã hội. **Bạn cần chia sẻ** những gì mình có thể cho những cuộc đời bất hạnh quanh ta để trái tim và cuộc sống này tràn ngập yêu thương; **cố gắng ra** sức chống bệnh vô cảm qua việc làm, học tập hằng ngày của bạn ... và **tuyên truyền giúp đỡ mọi người cùng làm theo**.

Đề 8: Viết bài văn nghị luận (400 – 600) từ thuyết phục người khác từ bỏ thói quen gây bè phái, chia rẽ tập thể lớp

Mở bài:

- **Giới thiệu:** Ngày nay, chúng ta đều biết được những lợi ích và sức mạnh của tập thể. Việc ở trong một tập thể lớp đoàn kết là điều mà ai cũng muốn. Tuy nhiên, không ít tập thể lớp đã mất đi sự đoàn kết, sự chung lòng chung sức vốn có mà chia bè kết phái, gây ảnh hưởng lớn đến phong trào của lớp cũng như tình bạn giữa các thành viên.

- **Nêu vấn đề:** “thói quen gây bè phái, chia rẽ tập thể lớp ” rất cần được chúng ta cùng xem xét, bàn luận.

Thân bài:

- Khái niệm về thói quen gây bè phái, chia rẽ tập thể lớp:

Thói quen gây bè phái là thói quen tập hợp gồm những người vì quyền lợi riêng hoặc quan điểm hẹp hòi mà gắn kết với nhau.

Một lớp học là nơi hội tụ của hàng chục cá thể có tính cách khác nhau, vì thế chuyện người này, người kia không hợp cạ chẳng phải là điều quá lạ lẫm. Nhưng nếu vì điều đó mà gây chia rẽ trong nội bộ tổ chức lớp thì sẽ trở thành một ảnh hưởng rất xấu.

- Biểu hiện thói quen gây bè phái, chia rẽ tập thể lớp:

+ Ban đầu, một số HS tập hợp thành các nhóm có cùng cá tính, thói quen, sở thích hay hoàn cảnh. Các bè phái này kết hợp vì lợi ích riêng. Do đó bè phái chỉ có tính ngắn hạn, nhất thời, không có lý tưởng, niềm tin, kế hoạch. Nó dễ dàng bị phá vỡ cấu trúc khi cảm xúc hoặc lợi ích thay đổi.

+ Vì một chuyện hiểu sai, một thành viên có lời kéo tất cả những người mình quen biết, bằng cách kể một nửa sự thật, bịa đặt đủ điều để tạo thành phe ghét bỏ và cô lập một người nào đó. Cho dù ai có giải thích, nói đúng hoặc làm gì thì trong mắt phe này, người đó vẫn không ra gì. Ai lên tiếng nói lời phải trái đều bị phe này đánh giá đồng loại xấu xa như người đó và thù ghét, sỉ nhục...

+ Dần dần các bè phái xoay ra soi mói, nói xấu lẫn nhau. Người có tư duy độc lập, biết phân biệt đúng sai phải trái, biết khen ngợi và nhắc nhở đúng mực rất ít và thường bị các phe làm cho không thể mở miệng vì mở miệng là bị yêu, ghét, phán xét ngay lập tức.

+ Bề ngoài, cả lớp luôn tỏ ra đoàn kết, ngoan ngoãn, nhưng thực chất luôn có những cuộc chiến tranh ngầm bất phân thắng bại....

- Nguyên nhân dẫn đến thói quen gây bè phái, chia rẽ tập thể lớp:

+ Có chung mâu thuẫn về một cá nhân/ vấn đề trong tập thể

+ Có cùng sở thích, quan điểm, định kiến

+ Có chung lợi ích trước mắt

- Tác hại thói quen gây bè phái, chia rẽ tập thể lớp

+ Làm cho tập thể lớp bị chia rẽ cùng cực, ghét bỏ, thù hằn nhau chỉ vì những điều nhỏ nhặt thay vì yêu thương, chia sẻ, thông cảm, giúp nhau tốt hơn lên mỗi ngày

+ Khi còn giữ thói chia bè kết phái thì không có hội nhóm nào bền vững, không một tập thể lớp nào có thể lớn mạnh được.

+ Lục đục nội bộ làm tổn thất ích lợi chung, làm xấu danh tiếng, và để các thế lực thù địch có cơ hội lấn át trong các hoạt động thi đua

- Giải pháp xóa bỏ thói quen gây bè phái, chia rẽ tập thể lớp:

+ **Bạn luôn ý thức** trách nhiệm xây dựng tinh thần đoàn kết, thương yêu nhau trong một tập thể.

+ **Bạn cũng cần nhìn nhận** vấn đề một cách trung thực, khách quan, suy luận có logic, khoa học, tránh cảm tính, áp đặt hay bị kích động bởi người khác.

+ **Bạn cần có chính kiến** trong suy nghĩ khi tiếp nhận thông tin về một việc, một người nào đó. Trước khi phán xét ai đó, ta cần đặt câu hỏi cho bản thân có phải vì mình ghét họ nên mình vội nghĩ họ sai không? Hay trước khi bênh vực một ai ta cũng đặt câu hỏi người này đã nói, viết đúng chưa, đúng sai như thế nào?

+ **Bạn có thể thương xuyên học hỏi** để thu nạp kiến thức, làm cho bản thân có được sự hiểu biết nhất định để từ đó có thể nhìn nhận vấn đề một cách trung thực, khách quan, suy luận có logic, khoa học.

+ Con người không thể gạt bỏ hoàn toàn cảm xúc, nhưng **bạn không nên** vì yêu ghét nhất thời mà cố ý bao che hoặc phủ nhận hoàn toàn một người khác.

Kết bài:

- **Khẳng định lại vấn đề:** Thói quen gây bè phái, chia rẽ tập thể lớp là một thói quen xấu và cần được xóa bỏ để tập thể lớp phát triển tích cực, bền vững. Đừng để thói quen gây bè phái, chia rẽ trở thành vật cản cho tập thể lớp và bản thân **bạn**.

- **Rút ra bài học cho bản thân:** Là một người học sinh, **bạn nên hiểu đúng** về thói quen gây bè phái, chia rẽ tập thể lớp, **biết** đặt sự thật lên trên tôn giáo, tín ngưỡng, cảm xúc và cả bản thân; **cố gắng phấn đấu** học cách trở thành người công chính, tự chủ, độc lập và tự do trong tư duy.... và **tuyên truyền giúp đỡ mọi người cùng làm theo**.

Đề 9: Viết bài văn nghị luận (400 – 600) từ thuyết phục người khác từ bỏ thói quen nói xấu sau lưng người khác

Mở bài:

- **Giới thiệu:** Thói xấu dựng chuyện, nói xấu sau lưng của con người là một hiện tượng không khó để thấy trong đời sống con người trong xã hội hiện đại. Thậm chí, nhiều người còn thấy đó là một hiện tượng rất đỗi bình thường, là tất yếu của xã hội. Tuy nhiên, đó là hành động đáng lên án và nên từ bỏ để xã hội trở nên văn minh hơn.

- **Nêu vấn đề:** “nói xấu sau lưng người khác” rất cần được chúng ta cùng xem xét, bàn luận.

2. Thân bài:

- Khái niệm nói xấu sau lưng người khác

Thói xấu dựng chuyện, nói xấu sau lưng của con người là hành động chỉ ra khuyết điểm của người khác một cách lén lút với mục đích xấu; thậm chí dèm pha, bôi xấu, bóp méo hình ảnh của đối tượng được nhắc đến, nhằm hạ bệ họ, thỏa mãn nhu cầu vị kỉ cá nhân,...

- Biểu hiện nói xấu sau lưng người khác

+ Người dựng chuyện, nói xấu xuất hiện ở mọi nơi, người ta không chỉ cần sống phần mình mà rảnh rỗi thì còn phải để ý soi mói những điểm yếu, những sai lầm của người khác, sợ hãi người đó hơn mình.

+ Luôn dòm ngó, nghe ngóng, thu thập “chuyện lạ bốn phương”, và đôi khi cần phải “sáng tạo”, thêm thắt cho thêm phần kịch tính, đậm đà... chứng tỏ mình là người sâu sắc hiểu biết... khiến cho người nghe cảm giác bạn tốt đẹp hơn người, bạn đứng ngoài cái xấu, đứng trên cái xấu và anh minh trước cái xấu.

+ Trong những lúc trò chuyện cùng người thân, cùng bạn bè, **bạn** vô tình hoặc cố ý nhận xét về một ai đó. Rồi **bạn hào hứng** kể ra những lỗi lầm mà người ấy gặp phải. Sau đó bạn đưa ra nhận xét và kết luận đánh giá cảm tính, quy chụp, áp đặt về người đó

- Nguyên nhân nói xấu sau lưng người khác

“ Nói xấu sau lưng người khác” đã trở thành thói quen yêu thích hàng ngày của nhiều người. Một ngày nếu không được nói xấu ai đó thì họ sẽ không thể chịu được. Vậy tại sao họ không chọn cách nói trực diện mà lại đi nói xấu sau lưng. Có phải họ không đủ tự tin, không đủ khả năng, không dám nói điều họ muốn nói người khác trước mặt người đó hay không?

+ Hạ thấp người khác để đưa mình lên: có những lúc chúng ta còn rất tự tin khi so sánh mặt xấu của họ với những việc mình làm và chúng ta cho rằng chúng ta hơn họ. Và sự thật là chúng ta thường tìm kiếm những người giống mình và loại bỏ đi những người không giống mình. Eleanor Roosevelt từng nói “Người vĩ đại bàn luận về các ý tưởng, người bình thường bàn luận về các sự kiện, người nhỏ nhen bàn luận về con người”.

+ Buôn chuyện là sở thích: chỉ những người rảnh rỗi, không có việc làm hoặc làm việc kém hiệu quả thì mới có nhiều thời gian để buôn chuyện của người khác, để đi nói xấu người khác. Cũng giống như câu nói: “Nhàn cư vi bất thiện”. Thói "vạ miệng" cũng sinh ra từ đây.

- Tác hại của việc nói xấu sau lưng người khác

+ **Khiến cho bạn trở thành** người đồ kị: Bạn đang tự chứng tỏ là người hèn nhát ích kỉ, chỉ muốn hạ bệ người khác và không dám đương đầu một cách công bằng. Điều này sẽ vô tình hạ thấp giá trị của bạn trong mắt của những người khác.

+ **Việc bạn dựng chuyện**, nói xấu người khác, xét nét, sấm soi thói hư tật xấu của người khác là một hình thức để tự thỏa mãn bản thân nhưng chắc chắn sẽ làm tổn thương người khác.

+ Hủy hoại lòng tin: Nói xấu chỉ **khiến bạn bị** xa lánh và càng ngày uy tín của bạn sẽ bị giảm sút vì những người thực sự biết chọn bạn mà chơi chắc chắn sẽ không chơi với những người hay nói xấu.

+ Giảm năng suất, hiệu quả công việc: **Khi bạn dành** quá nhiều thời gian vào việc nói xấu người khác, nói xấu đối thủ thì sẽ còn ít thời gian để mà nâng cao và hoàn thiện bản thân.

+ **Chứng tỏ bạn** quá rảnh rỗi: Chỉ khi rảnh rỗi, không có việc làm bạn mới tham gia vào các cuộc trò chuyện, tạo dựng các chủ đề để đi nói xấu người khác, nói xấu đối thủ. Bạn nói xấu đối thủ càng nhiều thì càng chứng tỏ bạn không bận rộn bằng họ, thua kém họ.

- Giải pháp khắc phục tình trạng nói xấu sau lưng người khác

+ **Bạn cần biết** đề cao, tôn trọng, thừa nhận điểm mạnh của người khác. Điều đó không làm bạn thụt lùi hơn họ mà chính là thể hiện chí học hỏi, ý thức cầu tiến, biết mình biết người.

+ Nếu những người bạn nói còn nhược điểm, **bạn cần khoan dung**, rộng lượng, góp ý bằng tấm lòng chân thành, tinh thần xây dựng, họ sẽ có động lực để vượt lên chính

mình. Mỗi quan hệ giữa người với người, sự phát triển của toàn xã hội cũng từ đó mà đi lên.

+ Thay vì dành thời gian đi nói xấu người khác thì **bạn hãy tập trung** vào nâng cao năng lực bản thân và tạo giá trị đích thực cho bản thân mình: tăng độ uy tín của bản thân; tăng sự thiện cảm trong mắt của mọi người xung quanh và hơn nữa...

Kết bài:

- **Khẳng định lại vấn đề:** Thói xấu nói xấu sau lưng, dựng chuyện là một hiện tượng xấu trong xã hội hiện đại nhất là ở độ tuổi “teen” cần được xóa bỏ. Đừng để tật nói xấu sau lưng trở thành vật cản trong hành trình đến với thành công **của bạn**.

- **Rút ra bài học cho bản thân:** Là một người học sinh, **bạn nên hiểu đúng** về nói xấu sau lưng, **biết** cố gắng học tập vươn lên khẳng định mình; **sẵn sàng** vạch trần bộ mặt của những kẻ hay nói xấu dựng chuyện ... và **tuyên truyền giúp đỡ mọi người cùng làm theo**.

Đề 10: Viết bài văn nghị luận (400 – 600) từ thuyết phục người khác từ bỏ thói quen khoác lác

Mở bài:

- **Giới thiệu:** Từ xưa đến nay, những người có tiền, sành điệu luôn được mọi người chú ý tới thậm trí là ái mộ. Họ trở thành nhân vật đặc biệt luôn được săn đón - thứ mà ai cũng mơ ước Tuy vậy, có nhiều người muốn trở thành tâm điểm của sự chú ý không phải nhờ năng lực hay cá tính mà là nhờ cái mác “nhiều tiền”, “nhà mặt phố bố làm to”, “quan hệ rộng” trong khi sự thực không phải vậy. Hay họ khoe khoang một cách quá lố.

- **Nêu vấn đề:** “thói quen khoác lác” rất cần được được chúng ta cùng xem xét, bàn luận.

Thân bài:

- **Khái niệm thói quen khoác lác:**

Khoác lác là hay khoe khoang, nói tăng bốc bản thân về thứ gì đó không có thật, chúng ta hay gọi là “nói phét”. Ca dao từng nói về người có tính hay khoác lác.

*“Nói thì như mây như gió
Cho thì nhỏ giọt từng li”*

hay: “Trăm voi không được bát nước xáo”, “Một tắc đến giò”, “Ăn như rồng cuốn. Nói như rồng leo. Làm như mèo mửa”;... Hay chuyện ngụ ngôn “Con rắn vương”...

- Biểu hiện của thói quen khoác lác:

Những người có tính khoác lác là những người hay “fake” giá trị của đồ vật nào đó của bản thân để mọi người trầm trồ nhìn vào họ và nghĩ “tên này đúng giàu thật”. Ví dụ như một người mua một chiếc ví da ngoài chợ, khi được hỏi thì “nổ” giá từ chục nghìn tới hàng triệu, chục triệu để nhận được ánh mắt bất ngờ, thán phục. “Tôi làm được chắc chả qua là tôi không tham gia thôi”, “Tôi mà làm thì chỉ có giải nhất”, “Tôi mà làm thì...”,... Đó là một vài câu nói mà một người khoác lác hay nói, họ không nhìn vào năng lực bản thân mà chỉ nói những lời tăng bốc khả năng của mình trong khi hạ bệ người khác.

- Tác hại của thói quen khoác lác

+ Thói khoác lác sẽ khiến độ uy tín, danh dự của ta bị giảm sút, không còn ai muốn tin những lời mình thốt ra nữa. Lòng tin từ người khác cũng bị giảm đi từ đó trong công việc, học tập cơ hội để làm việc, thăng tiến cũng ít hơn.

+ Mọi người sẽ có ấn tượng, suy nghĩ không mấy tốt về con người chúng ta, các mối quan hệ có thể sẽ không bền vững hay phát triển được vì chữ “tín” đã mất.

+ Trở thành nạn nhân của thói khoác lác của chính mình. Đã có nhiều vụ việc dở khóc dở cười chỉ vì tính khoác lác. Nhiều người thường “chém” về bản thân như “Nhà tôi có tiền”, “tôi có quen ông họ bà kia”,... cho tới khi được hỏi, được nhờ thì lại biến mất tăm hơi => bị chê bai, nguyên rủa, bóc mẽ...

- Giải pháp để khắc phục thói quen khoác lác

Để từ bỏ một thói không tốt thì cũng không thể nhanh chóng và dễ dàng vì vậy ta nên từ từ từng chút một.

+ Có thể đặt mục tiêu số lần nói khoác trong một ngày giảm đi theo thời gian. Chấp nhận trừng phạt bản thân sau mỗi lần khoác lác...

+ “Uốn lưỡi bảy lần trước khi nói”, học cách khiêm tốn, hạn chế dùng những lời nói hoa mỹ, sai sự thật để tăng bốc bản thân

+ Trước khi nói, bạn cần suy nghĩ đến hậu quả của những lời khoác lác và sự tổn hại uy tín, danh dự của bản thân.

Bỏ được tính khoe khoang, mọi người sẽ tin nhiệm ta mà vui vẻ hỗ trợ lẫn nhau từ công việc đến cuộc sống. Bản thân được thoải mái, không lo âu về những lời mình đã nói ra. Các mối quan hệ được bền vững, tương lai mở rộng.

Kết bài:

- **Khẳng định lại vấn đề:** Thói quen khoe khoang, khoác lác là một hiện tượng xấu trong xã hội cần được xóa bỏ. Đừng để tật khoe khoang, khoác lác trở thành vật cản trong hành trình đến với thành công **của bạn**.

- **Rút ra bài học cho bản thân:** Là một người học sinh, **bạn nên hiểu đúng** về khoe khoang, khoác lác, **biết cố gắng** trung thực trong học tập và giao tiếp, vươn lên khẳng định mình; **khéo léo** vạch trần bộ mặt của những kẻ hay khoe khoang, khoác lác ... và **tuyên truyền** giúp đỡ mọi người cùng làm theo.