

Tâm Sự Buồn Vui - Ngày 02/06/2025

(Phản trả lời của tui, sẽ được post cuối bài).

NGƯỜI GỬI: Cậu bé tập đi

Mến chào thầy và các anh chị con trong gia đình Web5ngay.

Con xin phép được xưng con trong bài viết này ạ. Bài viết khá dài, cảm ơn thầy và mọi người đã dành thời gian để đọc phần tâm sự của con ạ.

Trong tâm sự hôm nay thì con muốn được nghe góc nhìn từ người để có được hướng để bắt đầu xác định rõ nguyên nhân và tìm ra giải pháp cho vấn đề của mình ạ.

Con hiện tại 21 tuổi, hiện đang học ngành Nhân lực tại một trường Cao Đẳng ở Bà Rịa-Vũng Tàu. Chỉ còn 1 năm nữa là con ra trường, và hiện tại đối với con nỗi lo lắng về hướng đi sau khi tốt nghiệp không khiến con khắc khoải bằng những suy tư trong lòng khi hiện tại đã là cuối năm, khi Tết sắp cận kề.

Hiện tại trong lòng con cảm thấy chán nản, không có động lực để tiếp tục học tập và thực hiện các công việc của mình dù biết rõ những công việc đó mình cần phải làm và làm nó như thế nào. Nhìn lại một năm qua, con vẫn chưa phát triển, rèn luyện được gì nhiều cho ngành nghề mà mình lựa chọn.

1 năm vừa qua, mặc dù con đã làm rất nhiều việc (đối với góc nhìn của bạn bè và 1 số thầy cô) như Trưởng BTC chỉ đạo tổ chức 5-6 sự kiện nhỏ quy mô khoảng 100 người cho trường, thành tích học tập đạt loại giỏi trong năm vừa qua, vào top 5 sinh viên của trường, là ban cán sự hoàn thành tốt nhiệm vụ được trao giấy chứng nhận, được tin tưởng và lựa chọn làm hình ảnh đại diện cho trường và sinh viên toàn khóa, hoàn thành tốt các dự án môn học, tích cực tham gia các hoạt động, sự kiện khác của nhà trường,...

Nhưng đối với con, những việc đó không giúp ích được gì nhiều cho sự phát triển của mình, đặc biệt là cho kỹ năng nghề nghiệp trong nghề nhân sự. Và nhìn về tương lai, khi chỉ còn 1 năm nữa là đi thực tập và đi làm. Trong lòng con vẫn chưa cảm thấy có động lực đủ mạnh để gấp rút chuẩn bị cho năm sau. Và con vẫn chưa rõ nguyên nhân tại sao lại như vậy.

Con BIẾT thời gian không chờ đợi một ai, và khi mình đã xuất phát chậm hơn so với bạn bè như vậy thì bản thân càng phải cố gắng nỗ lực hơn nữa. Con BIẾT để rèn luyện bất cứ kỹ năng hay nâng cao sự hiểu biết nào cũng cần có quá trình, không thể dục tốc bất đạt và mong chờ kết quả đến nhanh chóng. Những bước rèn luyện đầu tiên luôn là những bước khó khăn nhất, nhưng khi vào guồng rồi thì sẽ dần quen và dễ dàng hơn. Biết như vậy nhưng hiện tại con vẫn không có động lực để tiếp tục. Có lẽ con chưa thực sự HIỂU (Nhiều lúc con tự ngẫm vậy). Vậy làm sao để có thể thực sự HIỂU và biến nó thành hành động một cách đều đặn, kiên trì, cần mẫn? Liệu có phải là sự Kỷ Luật?

Quả thực con nhận thấy mình là một người kỷ luật kém. Nếu không có những áp lực và trách nhiệm từ những môn học và sự kiện bản thân nhận trách nhiệm tổ chức, thì bản thân con sẽ

mất đi sự kỷ luật, không có động lực làm bất cứ điều gì. Nếu thực sự nguyên nhân là Kỷ luật. Vậy làm sao để có thể duy trì được sự Kỷ luật khi không có công việc hay nhiệm vụ nào gấp rút? Để trả lời cho câu hỏi này con cũng đã nghe nhiều video trên youtube nói về chủ đề này của thầy, của các anh Huỳnh Duy Khương, Nguyễn Hữu Trí, thầy Trần Việt Quân,... nhưng sự thật là sau khi nghe xong con vẫn không có động lực để thực hiện. Đây là vấn đề con chưa tìm ra được giải pháp.

Và cuối cùng hiện tại con vẫn không cảm thấy có động lực để học tập, thực hiện những công việc mình cần bắt tay vào làm.

Bài tâm sự dài, mặc dù con đã đọc lại để cố gắng tóm tắt ngắn gọn, súc tích, rõ ràng và cụ thể thực trạng hiện tại của mình hơn nhưng con xin lỗi hiện tại con chưa làm được. Cảm ơn thầy và mọi người đã đọc ạ.

P/s: Phía trên là những dòng tâm sự của con hiện tại, dưới này là một chút thông tin về cá nhân của con, mọi người có thể đọc thêm nếu cần biết thêm thông tin ạ.

Con xin ra trong một gia đình gia giáo, bố mẹ con đều làm công chức nhà nước. Trong dòng họ cũng có nhiều người làm giáo viên và công chức. Mà con là con trưởng, đích tôn trong dòng họ. Do đó khi còn nhỏ con luôn được chú trọng dạy dỗ về lễ phép và ngoan ngoãn, vâng lời.

Hồi còn nhỏ con rất được chiều chuộng từ ông bà và gia đình. Gia đình con cũng không quá khó khăn, cũng khá giả. Nhưng hồi nhỏ rất nhiều việc mà con đều được gia đình làm hộ và chăm sóc. Mọi người luôn muốn con có một tuổi thơ lành mạnh và an toàn. Do đó luôn nỗ lực quan tâm đến việc con chơi với ai, đi đâu và làm những gì.

Và kết quả con đã trải qua một tuổi thơ yên bình không có gì đặc biệt cho đến gần cuối những năm cấp 2. Nhưng bây giờ nếu nhìn lại con chẳng có một ký ức gì đặc biệt, khoảng thời gian đó thật nhạt nhòa. Và kết quả con đã trở thành một người mà bây giờ hay gọi là people-pleaser, luôn nỗ lực để không làm người khác phật ý, khó chịu. Và con đã gặp khó khăn, gần như là không bao giờ có thể bày tỏ quan điểm và cảm xúc của mình.

Và một cú sốc cuối năm cấp 2 đã làm thay đổi toàn bộ cuộc đời con...

Cuối cấp 2 con được tham gia vào đội tuyển HSG đi thi Tỉnh. Và gia đình, thầy cô đặt niềm tin, kỳ vọng rằng con sẽ đạt giải Nhất hoặc nhì. Con cũng kỳ vọng bản thân mình như vậy với tất cả sự bùng nổ và tâm sinh lý bất ổn tuổi dậy thì. Và bùm... kết quả không được như ý muốn, thầy cô và gia đình đều buồn. Còn con thì cảm thấy như sụp đổ, mất niềm tin vào bản thân.

Lúc đó thực sự con chẳng biết làm gì cả ngoài học. Vì vậy việc học là phương tiện duy nhất mà qua đó con cảm thấy mình có giá trị. Và kết quả thi HSG đó đã khiến con sụp đổ hoàn toàn và bắt đầu rơi vào trầm cảm...

Con đã bị trầm cảm suốt 4 năm, từ cuối cấp 2 cho đến đầu đại học. Thực sự quãng thời gian đó như thế nào con đã không còn nhớ nữa, có lẽ do trầm cảm nên con đã quên gần hết kí ức thời cấp 3. Con chỉ nhớ là lúc đó con vẫn là một people-pleaser. Và để không làm ảnh hưởng đến mặt mũi của bố mẹ và dòng họ nên con đã giấu kín chuyện đó và luôn tỏ ra là một người bình thường. Không có ai biết chuyện đó cả cho đến sau này khi con đã vượt qua được và kể lại. Lúc đó mọi người đều bất ngờ vì không nghĩ con bị như vậy.

Sau cấp 3 khi đậu vào 1 trường đại học y ở miền Bắc. Lúc này động lực học của con lúc đó hầu như chỉ là trách nhiệm với gia đình mà không có trách nhiệm với cuộc đời bản thân. Do đó việc học rất nhiều áp lực mà không nhìn thấy được ý nghĩa. Và vì những stress khi mới bước vào một môi trường mới đã khiến con có suy nghĩ buông xuôi... Lúc đó con là một người vô cùng tự tin, mặc cảm về mọi điều ở bản thân, không làm được gì cả, cái gì cũng kém, cũng không biết,... Lúc đó con cảm thấy bản thân mặc dù đầy đủ tay chân nhưng chẳng có tư cách gì sánh bằng những người không may mắn có cơ thể không lành lặn.

Nhưng trong thời gian 2 năm học y có một sự kiện làm thay đổi cuộc đời con. Đó là khi con tình cờ biết và tham gia vào một lớp học thay đổi mindset bản thân. Và từ đó con ý thức nhận toàn bộ trách nhiệm cuộc đời của mình. Con đã bắt đầu đọc sách, bỏ được game và thay đổi cách sống của mình. Con đã bắt đầu quan tâm hơn đến đời sống xã hội xung quanh, bắt đầu coi thời sự - chương trình mà bấy lâu nay con không hề thích, tham gia các lớp học phát triển bản thân, thử những điều mới, tham gia hoạt động clb,...

Và hiện tại sau nhiều lần thăng trầm trong quá trình phát triển bản thân con đã quyết định rẽ ngang sang ngành nhân lực. Vì sau khi tìm hiểu nhận thấy ngành tập trung vào phát triển con người cho tổ chức, giúp cho nhân sự phát huy được tiềm năng, khả năng của bản thân; và bản thân con nhận thấy mình cũng có xu hướng tập trung về con người và cũng muốn khám phá được tiềm năng của bản thân là gì.

Nếu thầy và mọi người đã đọc đến đây, một lần nữa thực sự con xin được cảm ơn thầy và mọi người vì đã đọc hết bài này.

Năm mới con xin chúc thầy và mọi người nhiều sức khỏe, mạnh giỏi, bình an ạ!

TRẢ LỜI:

1/ <https://www.tsbv.love> (chọn tập ngày **02/06/2025**

) - Đây là link nghe tất cả các tập.

2/ Link buzzsprout ở đây nhé.

<https://www.buzzsprout.com/1891921/episodes/17265829>

Nếu bấm link bị lỗi, vui lòng gõ trực tiếp trang web [tsbv.love](https://www.tsbv.love) trên trình duyệt web

Lưu ý: Mọi comment châm biếm và mỉa mai sẽ bị block.