

Khi Bài Kiểm Tra Là Một "Bản Án"

Xử lý cú sốc ban đầu

01 Câu Thần Chú

"Bình tĩnh, hít thở. Một điểm số không định nghĩa con người mình."



02 Câu Thần Chú

"Đây chỉ là một tình huống, mình sẽ tìm cách giải quyết nó."

03 Câu Thần Chú

"Cho phép bản thân buồn 10 phút, rồi thôi."



04 Câu Thần Chú

"Mình cần một kế hoạch, không cần một cuộc khủng hoảng."

05 Câu Thần Chú

"Ôi, thật ác mộng! Nhưng mình sẽ sống sót qua chuyện này."



Mẫu Tài Liệu:

"BIÊN BẢN ĐÁNH GIÁ THIẾT HẠI" - Form ghi nhanh: Môn học, Điểm số, Cảm xúc hiện tại (từ 1-10), 1 điểm mạnh dù điểm thấp (VD: "con đã cố gắng hết sức").

Tác giả: Lê Anh

NGHỆ THUẬT BÁO TIN

"MƯA DÀM THẨM LÂU"

Cách thông báo điểm kém



1 Câu Thần Chú

"Bố mẹ ơi, có tin không vui...
con cần báo cáo với bố mẹ."

2

Câu Thần Chú

"Lần này con làm bài chưa tốt,
nhưng con đã biết lỗi sai ở đâu rồi."



3

Câu Thần Chú

"Con không giấu bố mẹ, bài kiểm
tra của con chỉ được [X] điểm."



4

Câu Thần Chú

"Con biết bố mẹ sẽ thất vọng,
và con cũng vậy. Nhưng con
có kế hoạch để sửa."



5

Câu Thần Chú

"Bài này khó quá, nhiều bạn
cũng bị điểm kém. Nhưng
con sẽ cố gắng ở lần sau."



Mẫu Tài Liệu:

"KỊCH BẢN THÔNG BÁO
TIN XẤU 3 BƯỚC"

1. Mở đầu (gây chú ý),
2. Thông báo (trung thực),
3. Hứa hẹn (có kế hoạch).

Tác giả: Lê Anh

KẾ HOẠCH "LẬT NGƯỢC THẾ CỜ"

*Từ thủ phạm thành nạn nhân
của hoàn cảnh*



CÂU THẦN CHÚ 01

"Đề bài lần này khác và
khó hơn mọi khi."

CÂU THẦN CHÚ 02

"Con đã ôn rồi, nhưng trúng tủ
phần con chưa kịp ôn kỹ."



CÂU THẦN CHÚ 03

"Cô giáo chấm rất nhanh
và có thể đã bỏ sót ý."

CÂU THẦN CHÚ 04

"Hôm đó con hơi mệt nên
không tập trung được 100%."



CÂU THẦN CHÚ 05

"Nhiều bạn trong lớp cũng bị
điểm thấp, không riêng gì con."

Mẫu Tài Liệu:

"BẢNG PHÂN TÍCH NGUYÊN NHÂN KHÁCH QUAN" -

Liệt kê các yếu tố bên ngoài ảnh hưởng đến kết quả.

Tác giả: Lê Anh

CHIẾN THUẬT "ĐÁNH LẠC HƯỚNG" BẰNG ĐIỂM TỐT

Khoe điểm sáng để che vết xước

01 CÂU THẦN CHÚ

"Con bị điểm kém môn Toán, nhưng con được 9 điểm môn Anh này!"



01 CÂU THẦN CHÚ

"Con bị điểm kém môn Toán, nhưng con được 9 điểm môn Anh này!"

02 CÂU THẦN CHÚ

"Điểm này không tốt, nhưng tuần này con đã được cô khen chăm chỉ."



03 CÂU THẦN CHÚ

"Môn này con chưa giỏi, nhưng môn kia của con vẫn ổn định."



04 CÂU THẦN CHÚ

"Con biết điểm này chưa đẹp, nhưng con vừa giúp một bạn trong lớp."



05 CÂU THẦN CHÚ

"Điểm số chưa phản ánh hết, con đã hiểu bài hơn sau khi xem lại."

Mẫu Tài Liệu:

"BẢNG TỔNG HỢP THÀNH TÍCH TUẦN" - Liệt kê ít nhất 3 điểm tốt/việc tốt đã làm trong tuần.

Tác giả: Lê Anh

BẢN "TỰ KIỂM ĐIỂM" KIỂU MỚI

Biến lỗi lầm thành kế hoạch hành động



CÂU THẦN CHÚ 01

**"CON XIN LỖI VÀI KẾT QUẢ CHƯA
TỐT. ĐÂY LÀ KẾ HOẠCH CỦA CON..."**

CÂU THẦN CHÚ 02

**"CON ĐÃ RÚT RA BÀI HỌC: CON
CẦN ÔN KỸ HƠN PHẦN..."**



CÂU THẦN CHÚ 03

**"LẦN SAU CON SẼ... [HÀNH ĐỘNG
CỤ THỂ] ĐỂ CẢI THIỆN."**

CÂU THẦN CHÚ 04

**"CON MONG BỐ MẸ GIÚP CON...
[SỰ HỖ TRỢ CỤ THỂ]."**



CÂU THẦN CHÚ 05

**"CON HỨA SẼ THỂ HIỆN BẰNG HÀNH
ĐỘNG TRONG THỜI GIAN TỚI."**

Mẫu Tài Liệu:

**"MẪU KẾ HOẠCH HÀNH ĐỘNG CẢI THIỆN" - Ghi rõ:
Mục tiêu, Biện pháp, Thời gian, Cam kết.**

Tác giả: Lê Anh

TÌM KIẾM "ĐỒNG MINH"

*Biến thầy cô, gia sư thành
luật sư bào chữa*

01 CÂU THẦN CHÚ

"Cô giáo cũng nói bài này
khó với nhiều bạn."



02 CÂU THẦN CHÚ

"Anh/chị/ông/bà có thể nói
giúp con với bố mẹ không?"

03 CÂU THẦN CHÚ

"Bạn con cũng bị điểm kém
và bố mẹ bạn ấy hiểu."



04 CÂU THẦN CHÚ

"Gia sư/thầy cô của con nói
con đã tiến bộ nhiều rồi."

05 CÂU THẦN CHÚ

"Mọi người đều thấy con cố
gắng, chỉ là kết quả chưa tốt."



Mẫu Tài Liệu:

"MẪU ĐƠN ĐỀ NGHỊ HỖ TRỢ TỪ ĐỒNG MINH" - Giúp
trình bày ngắn gọn vấn đề cần nhờ giúp đỡ.

Tác giả: Lê Anh

"HỒI SINH" SAU THẢM HỌA

Cách để không còn là "tội đồ"

CÂU THẦN CHÚ 01

"Con sẽ chứng minh bằng hành động, không phải lời nói."



CÂU THẦN CHÚ 02

"Bố mẹ sẽ thấy sự thay đổi của con."



CÂU THẦN CHÚ 03

"Con đang cố gắng mỗi ngày để tốt hơn."



CÂU THẦN CHÚ 04

"Hãy cho con thêm cơ hội, con sẽ không phụ lòng tin."



CÂU THẦN CHÚ 05

"Con hiểu mình cần phải làm gì để lấy lại niềm tin."



Mẫu Tài Liệu:

"LỊCH TRÌNH THỂ HIỆN SỰ THAY ĐỔI" - Lịch theo dõi các hành động tích cực trong 1-2 tuần.

Tác giả: Lê Anh

BÀI HỌC TỪ "TÀN DƯ"

Biến thất bại thành kinh nghiệm quý

01 CÂU THẦN CHÚ

"Nhờ điểm kém đó mà con biết mình yếu chỗ nào."



02 CÂU THẦN CHÚ

"Thất bại này dạy con cách đối mặt với khó khăn."



03 CÂU THẦN CHÚ

"Con đã học được kỹ năng xử lý tình huống xấu."



04 CÂU THẦN CHÚ

"Sau lần đó, con trưởng thành hơn nhiều."

05 CÂU THẦN CHÚ

"Mọi thứ xảy ra đều có lý do, kể cả điểm kém."



Mẫu Tài Liệu:

"SỔ TAY RÚT KINH NGHIỆM THẤT BẠI" - Form ghi lại bài học và kỹ năng mới học được.

Tác giả: Lê Anh