# TUẦN 1: NHIỆM VỤ 1, 2

# KHÁM PHÁ MỘT SỐ NÉT ĐẶC TRƯNG TRONG TÍNH CÁCH –

# NHẬN DIỆN SỰ THAY ĐỔI CẢM XÚC CỦA BẢN THÂN

**1. Khám phá một số nét đặc trưng trong tính cách**

a. Chỉ ra nét đặc trưng trong tính cách của những người xung quanh

- Những mặt của tính cách là:

+ Mặt xu hướng của tính cách: hướng ngoại, hướng nội, lạc quan, bi quan,…

+ Mặt tình cảm của tính cách: đa sầu, đa cảm, khô khan,…

+ Mặt ý chí của tính cách: nghị lực, cương quyết, yếu đuối, dễ mềm lòng,…

+ Mặt năng động của tính cách: nóng nảy, bàng quan, ưu tư, hoạt bát,…

+ Mặt hành động của tính cách: dứt khoát, chậm chạp, nhẹ nhàng, mạnh mẽ,…

- Phân loại tính cách:

+ Tính cách tích cực: sáng tạo, tin cậy, hăng hái, nhiệt tình, hướng ngoại, hướng nội, lạc quan, thông thái, khéo léo, lịch thiệp, chung thủy, nhẹ nhàng, hài hước, trung thực, kiên nhẫn, hoạt ngôn, vui vẻ, dễ gần, thân thiện, hào phóng, chăm chỉ, tốt bụng, cởi mở, lịch sự, hòa đồng, dịu dàng, tự tin, nghiêm túc.

+ Tính cách tiêu cực: ích kỉ, nóng tính, khó chịu, thô lỗ, cục cằn, kiêu căng, khoe khoang, buồn chán, ủ rũ, cẩu thả, bất lịch sự, lười biếng, keo kiệt, nhút nhát, ngu ngốc, bi quan, bướng bỉnh, hấp tấp.

+ Tính cách đặc trưng của nam: mạnh mẽ, cứng nhắc, thẳng thắn, vụng về, hấp tấp,…

+ Tính cách đặc trưng của nữ: nhẹ nhàng, khéo léo, duyên dáng, nhạy cảm, ân cần, chu đáo, khéo tay,…

+ Tính cách của con người Việt Nam: kiên cường, bất khuất, trung hậu, đảm đang, lễ phép, cần cù, thông minh, sáng tạo, chịu đựng, dịu dàng, kiên trì, thân thiện,…

b. Mô tả một vài nét đặc trưng trong tính cách của người mà em yêu quý.

Mỗi người có những nét tính cách khác nhau, có những nét tính cách mình thích nhưng người khác không thích, có một số nét tính cách mà phần lớn mọi người đều thích.

c. Chia sẻ những nét tính cách đặc trưng của em

Chúng ta cần hướng đến những đặc điểm tích cực của tích cách để rèn luyện.

**2. Nhận diện sự thay đổi cảm xúc của bản thân**

a. Chia sẻ sự thay đổi cảm xúc có thể xảy ra của nhân vật trong những tình huống.

Ở mỗi trường hợp khác nhau thì con người lại xuất hiện một cảm xúc khác nhau. Chúng ta phải biết cách điều chỉnh cảm xúc của bản thân để tránh những trường hợp không hay xảy ra.

b. Chia sẻ những thay đổi cảm xúc của em có thể xảy ra trong một số tình huống

Sự xuất hiện thay đổi cảm xúc là một quy luật tất yếu nhưng chúng ta có thể làm nó trở nên tích cực hơn đối với mỗi cá nhân.