

Sức trẻ

Số 55
Tháng 5/2017



ymc

Nội san chính thức của
sinh viên Đại học Ngoại Thương

Chủ đề

MARATHON



DÀNH RIÊNG CHO SINH VIÊN



CÁCH THỨC ĐĂNG KÝ:

Gửi ảnh thẻ sinh viên và số điện thoại liên hệ đến hòm thư: daotao@aftc.vn với tiêu đề: Nguyễn Văn A | Rookie Scholarship.

Lưu ý: Học bổng áp dụng cho 20 bạn đăng ký sớm nhất và hợp lệ.

GIỚI THIỆU CHƯƠNG TRÌNH CFA®

WHAT

Chứng chỉ CFA® - Chartered Financial Analyst®, do hiệp hội CFA Hoa Kỳ cấp, là chứng chỉ cao nhất và được coi là một tiêu chuẩn vàng trong lĩnh vực đầu tư, có uy tín trên toàn thế giới. Chương trình học CFA® cung cấp cho những người tham gia vốn kiến thức sâu rộng và thực tế trong lĩnh vực tài chính toàn cầu.

FOR WHOM

CFA® dành cho các chuyên gia phân tích, tư vấn, đầu tư, quản lý tài sản, quản lý danh mục đầu tư trong lĩnh vực chứng khoán, ngân hàng, bất động sản, quản lý rủi ro, cho các nhà quản trị tài chính doanh nghiệp.

HOW

Để đạt được chứng chỉ CFA®, ứng viên phải vượt qua 3 kỳ thi 3 levels, đồng thời tích lũy đủ 4 năm kinh nghiệm trong lĩnh vực tài chính. Tham khảo <https://www.cfainstitute.org/pages/index.aspx>

WHY

Ở trên toàn thế giới cũng như ở Việt Nam, các nhà tuyển dụng trong lĩnh vực tài chính và ngân hàng càng ngày càng đề cao ứng viên theo đuổi chương trình CFA®. Trong các thông báo tuyển dụng ở Việt Nam hiện nay thường yêu cầu "có CFA® level 1 trở lên" hoặc "pass CFA® level 1 trở lên là một lợi thế".

VỀ CHÚNG TÔI

Là công ty duy nhất tại Việt Nam được công nhận bởi Học viện CFA® và Hiệp hội GARP. AFTC luyện thi CFA® cả 3 cấp độ và luyện thi FRM® cả 2 cấp độ tại Hà Nội và TP.HCM, cam kết sứ mệnh đưa ngành tài chính Việt Nam lên chuẩn quốc tế trên phương diện chuyên môn lẫn đạo đức.

ĐÀO TẠO CFA® CẢ BA CẤP ĐỘ. TRONG LĨNH VỰC ĐÀO TẠO CFA®, CHÚNG TÔI TỰ HÀO LÀ:

- Tổ chức đầu tiên ứng dụng sơ đồ tư duy mindmap vào giảng dạy CFA®
- 10 năm đào tạo CFA® với 60 khóa học được tổ chức thành công, hơn 11.000 giờ giảng.
- Giảng viên với nhiều năm kinh nghiệm thực tiễn và giảng dạy
- Đội ngũ giảng viên và Guest speaker lên tới 30 người

FRM® - CHỨNG CHỈ QUẢN TRỊ RỦI RO TÀI CHÍNH (Do GARP Hoa Kỳ cấp)

- Tổ chức đầu tiên tại Việt Nam luyện thi FRM® cả 2 cấp độ.
- Tổ chức duy nhất tại Việt Nam được GARP công nhận.

KHÓA HỌC FINANCIAL MODELING XÂY DỰNG MÔ HÌNH ĐỊNH GIÁ CÔNG TY TRÊN EXCEL

- Học cách Modeling của Wall Street
- Kết hợp với thực tế tại Việt Nam
- 100% thời lượng thực hành trên Excel
- 100% thời lượng modeling real companies

BỘ KỸ NĂNG WALL STREET STOCK VALUATION

- Học cách định giá cổ phiếu theo các chuẩn mực Wall Street

CÔNG TY TNHH ĐÀO TẠO TƯ VẤN VÀ ĐẦU TƯ AFTC

Hà Nội: P1802 & P1807, tầng 18, tòa tháp Thành Công, 57 Láng Hạ, Quận Ba Đình.

TP.HCM: P700 & 705, tầng 7, tòa nhà Giày Việt, 180-182 Lý Chính Thắng, P9, Q3.

☎ 04.3514.8328/ 08.6290.5103 © 0913.74.3366/ 0975.367.583 ✉ info@aftc.vn

<https://tieuunhopto.org>

MỤC LỤC

Xã luận	03
373K	04
Warm up	
Mùa hè xanh 2017 chính thức khởi động!	06
Đồng Việt Nam giảm giá, kinh tế chao đảo vì Mỹ?	10
5 con người - 5 ngã đường tiến tới thành công	12
Phần 1: #ngưng_so_sánh	14
Giải mã sự lột xác của phim Việt năm 2017	16
Tôi chọn chạy marathon	18
So sánh có làm bạn tốt hơn?	20
Phụ bản	22
Phần 2: #Lắng_nghe_chính_mình	34
"Thành công" trong mắt FTU-ers là gì?	36
Chọn màu "tô" tính cách	38
Travel blogger - Vừa làm việc vừa tung tăng	40

13 tiếng nữa, chào buổi sáng	42
Hạ về trên phố Chùa Láng	46
Phần 3: #Phát _triển_ bản_thân	50
Nghe giảng viên FTU thì thăm chuyện ước mơ	52
Trước khi tốt nghiệp, tôi sẽ chạy con đường của chính tôi	54
Khi Gongcha kể chuyện hội Squad của mình	56
Self - help: Đọc, xem, nghe gì để thật help?	58
Để thành công, nên chọn phát triển ngang hay phát triển dọc?	60
Đừng để bất cứ ai cộp mác bạn	62
Top 5 chuyên ngành “Lạ lùng” nhất thế giới	64

THÂN GỬI BẠN ĐỌC

Bạn thân mến,

Từ khi bước vào ngưỡng cửa Đại học, đã bao giờ bạn tưởng tượng đến ngày tốt nghiệp ra trường? Lúc bấy giờ, mình đã có những gì trong tay: kiến thức, kĩ năng - những viên gạch đầu tiên làm nền tảng sự nghiệp sau này - hay một người đặc biệt đã gắn bó với bạn suốt một phần tuổi trẻ?... Và câu hỏi quan trọng nhất, bạn sẽ vui với tất thảy những điều mình có chứ?

Câu trả lời dù "Có" hoặc "Không", nhưng chắc hẳn cũng khiến không ít bạn ngập ngừng. Ở một môi trường đầy tính cạnh tranh như Ngoại thương, bạn vẫn thường nghe: anh A quán quân cuộc thi này, chị B mở start-up nọ, bạn C GPA 4.0 và đang chuẩn bị đi du học... Không phải tất cả, nhưng dám chắc, tâm lý so sánh bản thân mình với thành công của bạn bè là điều khó tránh.

Thấu hiểu tâm tư của FTUers, đặc biệt là nỗi lo lắng của các bạn sinh viên năm cuối sắp tốt nghiệp, Sức trẻ 55 với chủ đề Marathon hi vọng có thể giúp bạn phần nào trên hành trình định vị bản thân. Marathon là một chặng đua dài mà người tham gia phải gắng sức để có một vị trí nhất định, cũng giống như sự học là một hành trình và sinh viên sắp tốt nghiệp đang mài miết

hoàn thành những bước chạy cuối cùng trên con đường học vấn. Trong số này, những bài chia sẻ về định nghĩa thành công trong mắt FTUers, những con số ít ai biết về Mùa hè xanh Ngoại thương qua các năm chắc chắn sẽ làm bạn bất ngờ. Lắng lòng mình để ngắm nhìn những điều đẹp đẽ, gần gũi với chùm ảnh "Hạ về trên phố Chùa Láng", cùng đập bỏ những định kiến xã hội áp đặt lên bao thế hệ trẻ Việt Nam qua bài viết Self-price-tagging. Bài viết "Phát triển dọc hay phát triển ngang" sẽ mở ra cho bạn nhiều hướng đi trên bước đường sự nghiệp.

Bạn đọc thân thiết của Sức trẻ chắc sẽ nhận ra một điều đặc biệt, đó là sự "vắng mặt" của Gương mặt trang bìa, vì Sức trẻ 55 không muốn bạn nhìn vào bất kì hình mẫu lý tưởng nào, chỉ tập trung vào "chất riêng" ở bản thân bạn thôi.

Chúc bạn đọc thân mến của Nội san Sức trẻ, đặc biệt là những bạn sinh viên sắp tốt nghiệp, sẽ luôn giữ một đôi chân bền bỉ, trái tim ấm nóng và cái đầu ngუội lạnh để luôn là những vận động viên cừ khôi trên đường chạy của chính mình.

Ban biên tập Sức trẻ



3



Trại hè công dân toàn cầu 2017 (GLOBAL CITIZEN Summer Camp)

Đơn vị tổ chức:

AIESEC, FTU Hanoi

Giới thiệu chương trình:

GLOBAL CITIZEN Summer Camp 2017 là dự án giúp học sinh khám phá bản thân và các nền văn hóa khắp thế giới, truyền cảm hứng cho các em để trở thành công dân toàn cầu.

Đối tượng:

Học sinh từ 14 đến 18 tuổi

Thời gian:

Từ ngày 10/07 - 16/07/2017

Thời hạn đăng ký:

1/6 - 15/6/2017

Chi tiết xem tại:

Fanpage Global Citizen Project | Aiesec FTU Hà Nội

7



Cuộc thi làm phim 48h

Giới thiệu:

Dự án phim ngắn 48h là một phần của lễ hội toàn cầu dành cho các nhà làm phim độc lập đã được tổ chức ở hơn 85 thành phố thuộc 30 quốc gia và khu vực lãnh thổ, khởi đầu tại Washington, Mỹ năm 2001.

Thể lệ:

Các nhóm (ít nhất một thành viên 18 tuổi) sẽ bốc thăm 1 trong 2 thể loại phim và sẽ có 48h cuối tuần để lên ý tưởng, kịch bản và dựng thành phim hoàn chỉnh.

Thời hạn đăng ký:

4/6/2017

Link đăng ký:

<http://www.48hourfilm.com/vietnam>

3

K



Du lịch tình nguyện Lô Lô Chải – Lũng Cú

Đơn vị tổ chức:

Tổ chức tình nguyện vì giáo dục (V.E.O)

Giới thiệu chương trình:

Chương trình tình nguyện kiểu mới tại Lô Lô Chải, Lũng Cú, Hà Giang, bao gồm nhiều hoạt động như: trở thành thầy cô giáo cực Bắc; hỗ trợ người dân làm homestay; phối hợp, tương tác với những tình nguyện viên khác,... chắc chắn mang lại nhiều trải nghiệm, cảm xúc và kỉ niệm cho các thành viên tham gia.

Thời gian:

- Lộ trình gần nhất: 9/6 - 11/6/2017

- Các lộ trình khác: 7/7 - 9/7; 11/8 - 13/8/2017

Chi tiết xem tại:

<http://lolochai.veo.com.vn/>

3



Triển lãm “Cử động của ký ức”

Giới thiệu chương trình:

“Cử động của ký ức” là thành quả nghệ thuật của nghệ sỹ tạo hình người Pháp gốc Việt, Florian Nguyễn. Triển lãm là phần nổi dài của dự án anh đã bắt đầu thực hiện từ năm 2016 cùng biên đạo múa Sébastien Ly, về ký ức hành vi con người.

Địa điểm:

Sảnh triển lãm L'Espace, 24 Tràng Tiền, Hoàn Kiếm, Hà Nội.

Thời gian:

Từ ngày 10/07 - 16/07/2017

Chi tiết xem tại:

<https://hanoigravevine.com>

7



Triển Lãm Giáo Dục Quốc Tế EduExpo 2017

Đơn vị tổ chức:

Tập đoàn Giáo dục GSE-beo

Giới thiệu chương trình:

Triển lãm Giáo dục Quốc Tế EduExpo 2017 cung cấp cho phụ huynh, học sinh, sinh viên tham dự những thông tin bổ ích, sâu rộng về cơ hội du học (có sự tham gia của đại diện hơn 90 trường đại học, cao đẳng, trung học từ Anh, Pháp, Mỹ, Canada,...)

Địa điểm:

KS Pullman Hà Nội, 40 Cát Linh, Quận Đống Đa, Hà Nội

Thời gian:

08.30 – 12.00

Thứ Bảy, 10/06/2017

Chi tiết xem tại:

<http://gse-beo.edu.vn>

3



Chương trình trao đổi Thanh niên Châu Á - Thái Bình Dương (Asia Pacific Youth Exchange 2017)

Đơn vị tổ chức:

UNDP Thailand & Urban Youth Academy

Giới thiệu chương trình:

Chương trình trao đổi Thanh niên Châu Á - Thái Bình Dương với 2 tuần trải nghiệm ở Thái Lan sẽ mang lại cho người tham gia những trải nghiệm và bài học chuyên sâu về nhiều lĩnh vực: phát triển kỹ năng lãnh đạo, tinh thần khởi nghiệp, kỹ năng tư duy phản biện,...

Đối tượng:

Người trẻ từ 18-30 tuổi với dưới 3 năm kinh nghiệm trong lĩnh vực kinh doanh.

Thời gian:

17/7 - 30/7/2017 tại Thái Lan

Thời hạn đăng ký:

23h59' ngày 5/6/2017

Chi tiết xem tại:

<https://www.apyethailand.org/>

MÙA HÈ XANH 2017 CHÍNH THỨC KHỞI ĐỘNG!



“Mùa hè xanh là lên đường với trái tim trần trụi, là những ngày tắm trong làn nước mát lạnh của những con suối, trời nóng như đổ lửa mà cả lũ chui vào căn phòng bé xíu để được chơi xuyên đêm, là những buổi sáng đi dạy chữ cho các bé dân tộc vừa đáng yêu vừa láu cá. Và hơn nữa, Mùa hè xanh còn là những chiều làm ruộng, bẻ ngô, “làm màu” đầy bộ nhớ máy ảnh”.

Đó là những dòng tâm sự chúng tôi bất chợt đọc được của một FTUer sau chuyến đi Mùa hè xanh. Quả thực, mỗi khi nhắc đến Mùa hè xanh, những FTUers đã tham gia lại cảm thấy vô cùng rạo rực và hạnh phúc bởi chính những gì họ được trải nghiệm. Trong không khí náo nức chuẩn bị cho Mùa hè xanh 2017, cùng nhìn lại những con số ấn tượng của Mùa hè xanh mỗi năm và thông tin về năm nay nhé.

"Đường thì dài, xăng thì rẻ, ta còn trẻ, ngồi một chỗ, để làm chi"

Những con số ấn tượng về Mùa hè xanh mỗi năm:

20-25

đội tham gia

400

tình nguyện viên
đến từ các câu lạc
bộ, chi bộ, hội đồng
hương sinh viên.

14-15

ngày tham gia mùa
hè xanh

230

tình nguyện
viên nam

10

hoạt động /1 ngày
các tình nguyện
viên có

600

bữa ăn miễn phí
được tổ chức.

10

nhà tài trợ trong
đó có hơn 3 nhà tài
trợ lớn

68

công trình được xây dựng và
tu sửa như các điểm trường
học, sân chơi, thư viện.

15

tiếng là thời gian
các tình nguyện
viên làm việc
một ngày

1.000.000

1.500.000

là số tiền mỗi thành viên mang đi

12

tỉnh thành trải dài khắp từ miền Bắc đến
miền Trung: Cao Bằng, Yên Bái, Sơn La,
Hà Giang, Lạng Sơn, Tuyên Quang, Bắc
Giang, Lai Châu, Lào Cai, Quảng Ninh,
Quảng Bình, Nghệ An.



Mùa hè xanh là...?

Đối với mỗi FTUers, Mùa hè xanh là chương trình tình nguyện quy mô được trông chờ nhất trong năm. Bởi trong khoảng thời gian này, các tình nguyện viên được tham gia nhiều hoạt động ý nghĩa thể hiện được nhiệt huyết và sự cống hiến của tuổi trẻ. Một ngày ở mùa hè xanh, các tình nguyện viên sẽ được trải nghiệm những hoạt động công ích khá nặng nhọc và vất vả như xây dựng thư viện, sân chơi, gặt lúa, tu sửa trường học cho các em nhỏ, tổ chức khám sức khỏe miễn phí cho bà con,... Sau mỗi chuyến đi ấy, tình nguyện viên không chỉ có trải nghiệm đáng quý về các hoạt động thiện nguyện xã hội mà còn là vô số những kỉ niệm đáng nhớ không thể nào quên với bạn bè, bà con, đặc biệt là các em nhỏ. Để sau này khi nhớ lại, mùa hè xanh là "Đi xây cầu dưới cái nắng chói chang, đi nhặt nhạnh từng túi rác để con đường

chúng tôi và đám học trò nhỏ vẫn đi được sạch sẽ, được đón chào như những thượng khách tại mỗi căn nhà cần sự giúp đỡ. Ôi! Sao tôi thèm quay trở lại để tận hưởng cái cảm giác ấy, một chút yên bình, một thoáng nhớ nhung, một thời gian đủ khiến mỗi người cảm thấy mình lớn dần, bớt nhỏ dại".

Không chỉ có thế, với FTUers mùa hè xanh còn là được đi phượt miễn phí, được mở rộng các mối quan hệ, được đứng trên bục giảng và trở thành một nhà giáo, được vui chơi cùng lũ trẻ nhỏ các buổi học,... Những lí do bình dị ấy đôi khi chính là chất lửa mãnh liệt để FTUers khoác lên mình những chiếc áo màu xanh cống hiến một phần sức lực vào quãng thời gian đầy ý nghĩa của tuổi trẻ.



Mùa hè xanh 2017 có gì?

Mùa hè xanh 2017 đã chính thức được khởi động dưới sự hướng dẫn của Đoàn thanh niên (FYU). Các vòng phỏng vấn tình nguyện viên cũng được triển khai một cách bài bản và chọn lọc thật kỹ lưỡng. Đặc biệt hơn cả, để tạo điều kiện cho các K55 được tham gia Mùa hè xanh 2017, FYU đã tổ chức các cuộc phỏng vấn trực tiếp tại Xuân Hòa và Minh Trí vào ngày 20/5 vừa qua.

Mùa hè xanh 2017 đã thu hút sự quan tâm đông đảo của các bạn sinh viên với hàng trăm đơn đăng kí được gửi qua link trên fanpage "Sắc xanh Ngoại Thương" của chiến dịch. Nhiều đội tình nguyện của các câu lạc bộ, các chi bộ, hội đồng hương sinh viên đã lên những kế hoạch cụ thể để có một Mùa hè xanh thành công nhất. Đặc biệt là sự kiểm soát về quân số, phải có hơn nửa tình nguyện viên là nam thì các đội mới được tham gia chiến dịch.

Năm nay, mỗi đội khi tham gia Mùa hè xanh sẽ chỉ được chọn một trong ba địa điểm Yên Bái, Cao Bằng, Sơn La. Riêng FYU sẽ có ba đội đi tới ba địa điểm trên. Chiến dịch hứa hẹn sẽ tiếp tục bùng nổ với nhiều chuỗi hoạt động tình nguyện ý nghĩa, là nơi khẳng định sự lớn mạnh trong phong trào thanh niên của trường Đại học Ngoại thương.

Trong trái tim mỗi FTU-ers, Mùa hè xanh là yêu thương, là tuổi trẻ, là một cuốn album kỷ yếu đời thường để mỗi khi lật giở và nhớ lại quãng thời gian ấy, đôi môi lại khẽ mỉm cười. Có một câu nói thế này "Nếu bạn muốn đi thật nhanh, hãy đi một mình nhưng nếu muốn đi thật xa, hãy đi cùng nhau". Bạn đã sẵn sàng để đi thật xa cùng chúng tôi chưa? Mùa hè xanh 2017 chờ bạn.

Minh Phương – Hằngg

ĐỒNG VIỆT NAM GIẢM GIÁ, KINH TẾ CHAO ĐẢO VÌ MỸ?



Những biến động của tỷ giá gần đây

Trong 11 tháng đầu năm 2016, Ngân hàng Nhà nước (NHNN) đã giữ tỷ giá ở mức ổn định. Thị trường ngoại tệ trong nước được giữ khá yên ắng dù cho đây là năm chứng kiến những biến động chưa từng có của thị trường ngoại hối thế giới. Tuy nhiên, khi những biến cố bất ngờ xảy ra như việc Donald

Trump thắng cử Tổng thống Mỹ và cục dự trữ liên bang Mỹ - FED nâng lãi suất đã tạo thành một áp lực lớn đối với hệ thống tài chính Việt Nam. Kết quả là tỷ giá bỗng "bùng" lên vào dịp cuối năm 2016. Trong tuần đầu tháng 12, trên thị trường chợ đen, USD tự do có lúc lên tới 23.350 đồng/USD. Giá USD tại các NHTM (Ngân hàng thương mại) thời điểm cao nhất ở mức 22.700-22.800.

Sang đến năm 2017, trong khi một số đồng tiền trong khu vực tăng giá thì VND lại tiếp tục xu hướng giảm giá so với đồng USD. Trong quý I năm nay, tỷ giá VND/USD phải chịu không ít áp lực từ việc FED tăng lãi suất của đồng bạc xanh (cụ thể là ngày 16/3/2017 đồng USD được nâng thêm 0.25%) cũng như những áp lực trong nội tại nền kinh tế, vì thế, đồng nội bảng rớt giá khoảng 0.52% so với đồng bạc xanh. Cùng với đó, đã có không

Sự nhạy cảm giữa tỷ giá VND với đồng USD trong năm 2017 dự báo sẽ mang lại ảnh hưởng đa chiều đến các yếu tố kinh tế vĩ mô của nền kinh tế nước ta như đầu tư, xuất nhập khẩu và lãi suất vay nợ bằng đồng USD.



ít những đợt sóng tỷ giá trong thời gian qua. Đáng chú ý, sau khi giảm xuống mức 22.540VND/USD vào ngày 23/01/2017 tỷ giá USD so với đồng Việt Nam tăng lên ngưỡng 22.830 VND/USD từ ngày 19-22/2/2017, sau đó lên cao nhất là vào ngày 3/3/2017 ở mức 22.843VND/USD.

Động thái của FED và áp lực đến kinh tế vĩ mô Việt Nam

FED đã quyết định tăng lãi suất thêm 0,25% kể từ ngày 16/3/2017, theo đó, đây là lần tăng thứ 2 diễn ra trong vòng 4 tháng đầu năm. Đồng thời, FED cũng phát tín hiệu về khả năng sẽ có thêm từ 2 đến 3 lần tăng lãi suất trong những tháng còn lại của năm 2017. Mặc dù sự biến động tỷ giá hiện tại của FED đã được dự báo trước nên không gây nhiều tác động lớn trực tiếp cho nền kinh tế Việt Nam, tuy nhiên, về lâu dài, đây sẽ là một trong những thách thức lớn nhất cho biến động tỷ giá trong những tháng cuối năm 2017.

Lãi suất tăng, đồng nghĩa với việc chi phí sử dụng đồng USD cũng tăng lên, do đó, dòng vốn đầu tư cả trực tiếp (FDI) và gián tiếp (FII) trên toàn cầu có xu hướng giảm và quay trở lại nước Mỹ. Đây cũng chính là chiến lược điều hành kinh tế dưới thời tổng thống Donald Trump, khi ông muốn đưa các doanh nghiệp của Mỹ đang đầu tư ở nước ngoài quay trở lại trong nước. Như vậy, các dòng vốn có thể rời khỏi những thị trường mới nổi như Việt Nam để trở về Mỹ.

Khi giá đồng USD tăng mà đồng Việt Nam ổn định thì giá trị hàng hóa xuất khẩu từ Việt Nam sang các nước sẽ đắt đỏ hơn và doanh nghiệp Việt có thể mất tính cạnh tranh trên hàng xuất khẩu. Chính vì thế, có thể tại một thời điểm nào đó, nếu áp lực quá lớn thì Việt Nam sẽ phải điều chỉnh tăng tỷ giá tiền Đồng để hàng xuất

khẩu của Việt Nam sang nước khác rẻ hơn, nâng cao sức cạnh tranh của hàng Việt nhằm thúc đẩy xuất khẩu.

Ngược lại, khi tỷ giá bị điều chỉnh tăng lên, hoạt động vay nợ, nhất là các khoản vay của Chính phủ bằng USD, cùng với chi phí là lãi suất có áp lực tăng lên, sẽ chịu tác động bất lợi về chi phí. Cụ thể, trong kế hoạch vay, trả nợ của chính phủ trong năm 2017 (Thủ tướng Nguyễn Xuân Phúc đã phê duyệt). Bên cạnh khoảng gần 10,7 tỷ USD (243.300 tỷ đồng) vay trong nước thì Việt Nam sẽ phải vay từ ODA, ưu đãi nước ngoài là khoảng 4,3 tỷ USD (khoảng 98.760 tỷ đồng) để thanh toán các khoản nợ và cân đối ngân sách nhà nước. Điều đó đồng nghĩa với việc, ta có thể phải chịu sự gia tăng về lãi suất đối với khoản vay hơn 4,3 tỷ USD này trong thời gian tới.

Tạm kết:

Những khó khăn, thách thức đặt ra cho việc giữ ổn định tỷ giá trong năm 2017 cũng như những năm tiếp theo đối với Chính phủ Việt Nam còn rất lớn. Mặc dù vậy, với việc dự trữ ngoại hối đang ở mức cao kỷ lục, trên 40 tỷ USD và cơ chế điều hành tỷ giá trung tâm mới thì hy vọng tỷ giá sẽ vẫn được kiểm soát và điều chỉnh theo những tín hiệu của thị trường. Những cú sốc về tỷ giá trong quá khứ sẽ không còn lặp lại.

Diễm Hương
CLB Kinh tế toàn cầu

5 CON NGƯỜI - 5 NGẢ ĐƯỜNG TIẾN TỚI THÀNH CÔNG

Trong thời đại hiện nay, sự hiểu biết, tự chủ và năng động kích thích không ít người trẻ tự khởi nghiệp công ty riêng, tự mình hoàn toàn làm chủ con đường sự nghiệp của mình... Nhưng “chặng đường nào trải bước trên hoa hồng?”

– Đường đến đỉnh vinh quang đầy chông gai không thiên vị một ai, cả những doanh nhân thành đạt nhất cũng không ngoại lệ. Điểm khác biệt của họ là gì? Là không bỏ cuộc và tiếp tục trên con đường của mình, tiến đến thành công.

**Quang Huy
Vân Nguyễn**



“

**Luôn giữ tinh thần
Startup, đừng xuất hiện
suy nghĩ hưởng thụ**

1. Tỷ phú Vingroup, đến với thành công từ những gói mỳ

Trước khi trở thành ông trùm tập đoàn Vingroup, Mivina là cái tên cho thương hiệu mỳ gói đầu tiên mà ông **Phạm Nhật Vượng** sở hữu tại Ukraine. Lúc bấy giờ, chỉ với 02 máy quay sợi thủ công, nhưng Mivina đã cho ra đời sản lượng vô cùng ấn tượng với hơn 1 triệu gói/năm. Tới năm 2000, ông trở về nước đầu tư bất động sản, biến một hòn đảo còn sơ khai trở thành VinPearl Land - một khu nghỉ dưỡng sang trọng bậc nhất Việt Nam. Đồng thời đặt nền móng cho Công ty cổ phần Vincom ra đời và phát triển như ngày nay. Dù khởi nghiệp chỉ đơn giản bằng những gói mỳ, nhưng nhờ lòng quyết tâm cùng ý chí làm giàu, ông Vượng đã vươn lên thành một trong những tỷ phú USD danh giá.



“

**Tôi muốn lãnh đạo cà phê
toàn thế giới**

2. Người sáng lập Café trung Nguyên: Thành công từ ý chí

Sinh ra và lớn lên từ vùng quê nghèo, cậu bé **Đặng Lê Nguyên Vũ** luôn nuôi mộng đổi đời bằng những hạt cà phê làm từ mô hôi xương máu của những người nông dân lam lũ như cha mẹ cậu. Những hạt cà phê rang xay đầu tiên được đóng gói đơn giản với logo hình mũi tên đi lên chứa bao khát vọng tuổi trẻ của ông Vũ. Ai mà biết được từ một quán nhỏ miễn phí ven đường Nguyễn Kiệm, ông Vũ đã mất 20 năm cực khổ đưa thương hiệu cà phê Trung Nguyên đi khắp 60 quốc gia. Đây là hạt giống đầu tiên tạo nên đế chế Cà phê Trung Nguyên, trải qua những cay đắng ngọt bùi mà trở nên hùng mạnh như ngày hôm nay.

“Không con đường nào bằng phẳng, cũng không ước mơ nào viễn vông”



“

*Cơ hội là không thiếu,
nếu doanh nghiệp chịu
bước ra khỏi lũy tre làng*

3. Nhà sáng lập FPT và ước mơ sánh ngang Apple và Microsoft

Ông **Trương Gia Bình** - cha đẻ của tập đoàn FPT cũng có những bước khởi đầu đầy trắc trở và khó khăn. Có một điều thú vị là trước khi trở thành một trong những tập đoàn bu chính viễn thông lớn nhất Việt Nam, FPT từng là Công ty công nghệ thực phẩm, phải hoạt động trong rất nhiều ngành nghề khác nhau để có tiền nghiên cứu công nghệ. Nhưng với tầm nhìn xa trông rộng, ông Bình đã dẫn dắt công ty đi những bước rất xa, tới những lĩnh vực mà chưa một ai đặt chân tới tại Việt Nam. Thậm chí ông còn mạnh dạn đề cao mục tiêu đưa tên tuổi FPT lên sánh ngang với những “ông lớn” Apple hay Microsoft. Theo đó, từ chính kinh nghiệm bản thân, ông Bình cho rằng sự tự tin và am hiểu trước ngưỡng cửa thế giới cùng một ý tưởng độc đáo là vô cùng cần thiết cho người trẻ muốn khởi nghiệp.



“

*Khởi nghiệp có
hai chiều hướng: đánh giá
quá cao bản thân mà ảo
tưởng bất chấp, hoặc quá
thấp mà không dám làm,
sợ thất bại*

4. Co-founder Gemini Coffee, Coffee Bike và ETO chỉ sau 8 năm khởi nghiệp

Bản thân anh **Nguyễn Hàm Tiến Thành** cũng vấp phải rất nhiều sự phản đối mạnh mẽ từ gia đình mình khi bắt đầu khởi nghiệp. Từ bỏ 2 trường đại học danh tiếng, anh làm đến 8 công việc một ngày, tự tích cóp tiền để theo đuổi đam mê kinh doanh. Ở vai trò “người kiến tạo những giá trị mới”, anh Thành không cho phép mình chỉ ổn định với một thương hiệu mà luôn thử thách khả năng của bản thân, đó là lí do đằng sau sự thành công của cả ba chuỗi cafe đình đám Hà Nội mà anh đồng sáng lập: Gemini Coffee, Coffee Bike và ETO. Lời khuyên của anh Thành tới những người trẻ, cần phải định vị đúng năng lực và mong muốn của bản thân, và tận dụng tuổi trẻ để tự khám phá hết khả năng của mình.

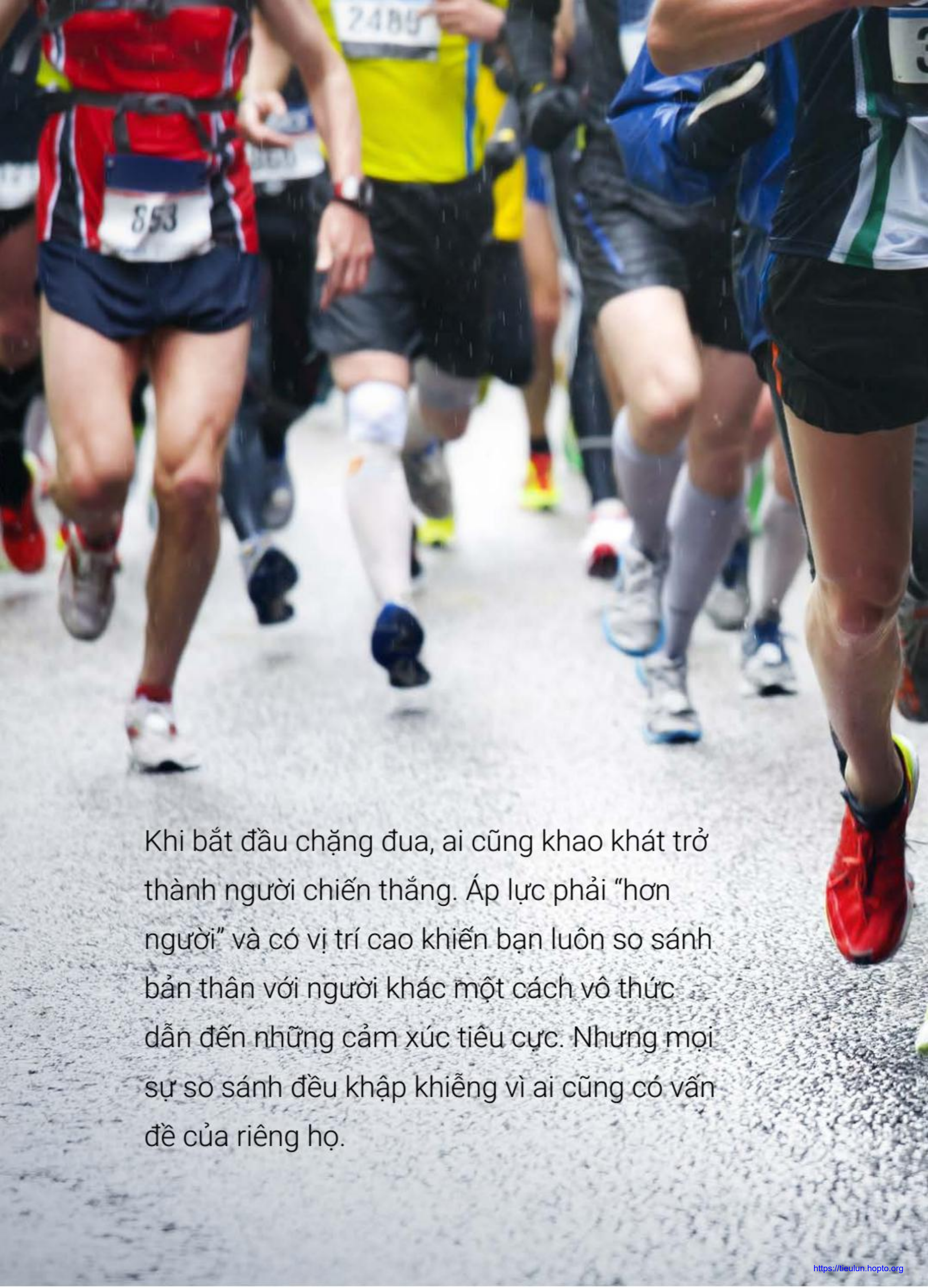


“

*Không có con đường
nào bằng phẳng, cũng
không ước mơ nào là
viễn vông*

5. “He always smiles”: Từ chàng trai “đội hộp” thành doanh nhân tài ba

25 tuổi, ông chủ 1 nhà hàng, 1 phòng game, 4 cơ sở kem dừa Thái Koh Samui và đồng sáng lập café Xofa hót-hòn-họt trong giới trẻ, Đỗ Hoàng Minh Khôi vẫn luôn khiêm nhường trước những thành quả của mình. Xuất phát từ gia đình không mấy khá giả, chàng trai này đã bắt đầu tập tành kinh doanh online từ cấp 3. Dần dần Khôi tìm hiểu và dần thân sâu hơn vào việc kinh doanh chuyên nghiệp trên nhiều lĩnh vực. Từ một anh chàng đội hộp nổi tiếng trên Vlog đến người set-up, vận hành, tuyển dụng, thậm chí điều hành mảng marketing, Minh Khôi đã tạo nên cơn sốt kem dừa Thái Koh Samui Hut khắp chốn Hà Thành. “Hãy chủ động trong mọi tình huống thay vì chờ được giúp đỡ” – dường như đã trở thành châm ngôn làm việc của anh.



Khi bắt đầu chặng đua, ai cũng khao khát trở thành người chiến thắng. Áp lực phải “hơn người” và có vị trí cao khiến bạn luôn so sánh bản thân với người khác một cách vô thức dẫn đến những cảm xúc tiêu cực. Nhưng mọi sự so sánh đều khập khiễng vì ai cũng có vấn đề của riêng họ.



THAM VỌNG LÀ NGƯỜI CHIẾN THẮNG



GIẢI MÃ SỰ LỘT XÁC CỦA PHIM VIỆT 2017

Khi lối sống “sính ngoại” bắt đầu du nhập vào Việt Nam, thế hệ trẻ dường như trở nên nhạy cảm và đề cao đến mức tôn thờ văn hoá nghệ thuật nước ngoài, đặc biệt là lĩnh vực phim ảnh. Trước năm 2016, các bộ phim điện ảnh và truyền hình Việt Nam có rating rất thấp, nhất là khi so với các bộ phim nước ngoài. Nhưng thời gian gần đây, cơn sốt phim Việt đang trở thành “hot trend” được tìm kiếm nhiều nhất trên thanh công cụ Google. Thành công đáng ngạc nhiên này rất đáng đem lên bàn cân để giải mã.

Kịch bản hấp dẫn và gay cấn

Trước hết phải dành phần nhiều lời ngợi ca đến kịch bản của các bộ phim truyền hình đang được chiếu ở giờ vàng VTV. Kịch bản đã đánh trúng tâm lý người xem khi đi sâu vào những hiện tượng xã hội không mấy xa lạ. Không phải lần đầu được dựng thành phim, nhưng chuyện hai người đàn bà trong **“Sống chung với mẹ chồng”** lại dẫm cảm đào sâu cơn sóng âm ỉ mâu thuẫn ấy để khai quật lên một cách không gượng ép: nói đủ, nói đúng nhưng còn phải nói hay. Lần đầu tiên người ta thấy được sự chân thật trong từng thước phim đến thế khi mẹ chồng phàn nàn, chê trách con dâu đến mức hăm hiếp về mọi chuyện trên đời: từ chuyện tiết kiệm cưới xin, đến việc tọc mạch và quán xuyến mọi mối quan hệ của cô, thậm chí cả chuyện sinh hoạt vợ chồng,...

Bộ phim của đạo diễn Vũ Trường Khoa đã chạm đúng đến huyết thần kinh của những người làm mẹ chồng hay con dâu. Ai dám cá rằng họ chưa bao giờ lâm vào tình trạng dở khóc dở cười ấy? Không những vậy, phim Việt còn khẳng định được vị thế ở mảng phim hình sự. Nếu những ai đam mê phim hình sự thì **“Người phán xử”** hẳn đã phần nào làm thỏa mãn người xem bởi tình tiết vô cùng hấp dẫn và gây tò mò. Bộ phim đã lật tẩy bộ mặt của những ông trùm trong giới giang hồ. Cái tài của người làm phim chính là ở chỗ đã bắt đúng cuộc sống cá nhân của giới giang hồ mà tưởng chừng chỉ biết “đâm thuê chém mướn”. Ông trùm Phan Quân là một minh chứng vô cùng điển hình. Dù có ranh ma, tinh tường và khôn ngoan khiến bọn tay sai phải nể phục thì cũng có lúc rất yêu thương và quý trọng vợ.

“Với cùng một biến cố, một nhân vật, người ta có thể làm ra hàng ngàn bộ phim khác nhau. Đó chính là sự hấp dẫn của nghệ thuật”

Những tình tiết gay cấn cùng tốc độ phim được đẩy nhanh khiến người xem không nhàm chán mà còn phải “ngả mũ” trước những chiêu trò, toan tính, nghệ thuật dùng người của của ông trùm,... Xét một cách toàn diện, cái tiến bộ của phim truyền hình Việt là đã bớt “tham lam” cũng như dũng cảm hơn trong việc làm bật gốc rễ của những góc khuất trong xã hội. Nếu trước đây phim Việt có lẽ chỉ thu hút được những khán giả độ tuổi trung niên thì nay cũng đã “câu kéo” được không ít thanh niên trẻ tuổi.

Dàn diễn viên cực chất và khủng

“Em chưa 18” là cái tên được nhắc đến nhiều nhất khi đề cập đến mảng phim điện ảnh trong thời gian gần đây. Với doanh thu hơn 150 tỷ, *“Em chưa 18”* được giới chuyên gia đánh giá là bộ phim có chất Tây tươi mới, vui vẻ, trẻ trung giữa quá nhiều bộ phim điện ảnh khai thác sự bi kịch. Thành công này có lẽ phải kể đến dàn diễn viên “mới tinh” như Kaity Nguyễn, Châu Bùi, Will, Kiều Minh Tuấn,...

Kịch bản tài tình đến mức đẩy cảm xúc nhân vật lên đến tột cùng buộc họ phải thể hiện đúng bản chất con người mình. Từ đó, cá tính của mỗi nhân vật hiện lên rõ mồn một trước khán giả. May mắn thay, dàn diễn viên lại như được “đo nính đóng giày” cho chính nhân vật họ thủ vai. Đặc biệt là vai diễn Hoàng đã khẳng định khả năng của Kiều Minh Tuấn, mà trước đây anh chỉ được biến đến qua các vai phụ hài. Thậm chí những nhân vật phụ như cặp đôi gay-les khao khát giành được vương miện king và queen, hay cô nàng quân sư chanh chua luôn một mực bảo vệ ý kiến bản thân cũng đọng lại rất sâu trong tâm trí của khán giả.

Ở một bộ phim khác, *“Tấm Cám – Chuyện Huỳnh Lập kể”* lại làm nức lòng người xem bởi chính sự thủ vai vô cùng có duyên của dàn diễn viên khủng. Đúng như phong cách thường thấy của thể loại parody, *“Tấm Cám – Chuyện Huỳnh Lập kể”* bám theo cốt truyện của bản phim gốc nhưng với phong cách hài hước. Đặc biệt là phân đoạn ngã-cây-huyền-thoại của Tấm từng được

mang ra làm trò cười, ảnh chế khắp nơi khi vừa công chiếu bởi nét mặt lạ kì của Tấm khi bị sát hại. Huỳnh Lập đã chớp ngay mấu chốt đó và “chỉnh sửa” theo lối thậm xưng và còn rẽ hướng luôn câu chuyện ở đoạn then chốt này.

Những câu quote bá đạo

Điểm ấn tượng nhất của phim Việt hiện nay lại là khả năng tạo “quote” gây hot. Không lạ gì khi lướt Facebook, khán giả lại bắt gặp những câu nói “chân lý” trong *“Sống chung với mẹ chồng”*. Giới trẻ đã truyền tai nhau những câu nói như xát muối vào tai của bà mẹ chồng và tỏ ra vô cùng bất bình “Vợ chỉ là một đứa ở đâu ở đâu về đây, không lấy đứa này thì lấy đứa khác”, hay lời thoại mang tính tuyên bố vô cùng gay gắt của mẹ chồng “Nó tự chủ ở nhà nó hay ở đâu thì mẹ không quan tâm nhưng đã bước chân vào cái nhà này thì phải theo nguyên tắc ở đây”. Những câu quote huyền thoại ấy đã trở thành đề tài bàn tán sôi nổi của các group để chị em bày tỏ quan điểm của bản thân. Có thể nói chính những lời thoại này đã khiến bộ phim ngày càng nhân rộng đến người xem.

Cũng trong thời gian này, dân mạng còn truyền tai nhau bộ ảnh các bạn trẻ lập Facebook có tên như những nhân vật trong phim *“Người phán xử”* để thể hiện bản thân. Câu nói để đời của Phan Quân “Gia đình là thứ tồn tại quan trọng nhất. Còn những thức khác có hay không không quan trọng” khiến dân mạng phải tâm phục nể phục. Hay những câu thoại đậm chất giang hồ như “Nợ máu phải trả bằng máu”; “Một con cáo già bao giờ cũng ngon hơn một lũ sói non” trở thành những câu bông đùa của thanh niên Việt Nam.

Phim Việt đã và đang trở thành một xu hướng mới, thu hút không ít sự quan tâm của giới trẻ đã phần nào chứng tỏ sự phát triển và nâng cao chất lượng từ kịch bản đến dàn diễn viên của phim Việt Nam hiện nay.

Ngân Hà

Bạn nghĩ cảm giác hạnh phúc nhất của một vận động viên Marathon là gì? Có phải là tiếng reo hò tôn vinh của những người đứng hai bên đường khi thấy bạn về đích đầu tiên? Hay phải chăng là nụ cười đắc ý khi bạn cán đích mà quay đầu lại vẫn thấy vô số những kẻ cạnh tranh với mình đang ở phía sau? Tin tôi đi, chắc chắn hai lí do trên không bao giờ khiến một kẻ tham gia Marathon cảm thấy thực sự thỏa mãn sung sướng, "râm ran" khắp da thịt như người ta vẫn tưởng...

Xuất phát điểm của tôi không như những vận động viên khác: sức khỏe yếu, cơ thể bé nhỏ và chạy rất chậm. Có thể sẽ nhiều người thấy nực cười khi một kẻ yếu đuối như tôi lại trở thành một vận động viên Marathon chuyên nghiệp, nhưng không, chính những điểm yếu ấy lại tôi luyện tôi trở thành một "chiến binh" sắt đá trong các cuộc thi chạy đường dài.

Hãy thử nhớ lại lần đầu tiên khi bạn tham gia các cuộc thi chạy ở trường lớp, có phải sự so sánh, tị nạnh khi thấy bạn bè đang ở phía trước luôn bủa vây lấy tâm trí bạn? Sự bất an, tự ti vì thua kém những người xung quanh bỗng chốc trở thành chất xúc tác tiêu cực khiến bạn nhụt chí và gục ngã giữa chặng đường đua mà tưởng chừng như vạch đích ở ngay trước mắt. Lần đầu tiên của tôi cũng không tránh khỏi cảm giác suy sụp tột cùng vì thấy bạn mình đang ở phía trước được mọi người tung hô khi dành chiến thắng, còn tôi là kẻ thất bại đang ở phía sau gục ngã. Tôi tự trấn an tinh thần mình bằng việc động viên do cơ thể yếu nên không thể vượt qua những cậu bạn có sức khỏe dẻo dai. Nhưng những nỗi niềm chất chứa vì uất hận rồi tự phủ nhận bản thân mình bằng cách xoa dịu nỗi đau đối trá chẳng bao giờ làm tốt khá lên được. Cho đến khi tôi đọc cuốn sách "Winnie the Pooh" của A.A.Milne "Bạn dũng cảm hơn bạn nghĩ, mạnh mẽ hơn vẻ bề ngoài của bạn và thông minh hơn bạn tưởng", tôi lao vào luyện tập điên cuồng như một con thiêu thân. Và đương nhiên phần thưởng xứng đáng cho những kẻ chăm chỉ luôn là sự chiến thắng.

Cả một quãng đường dài 40km với hơn 6 tiếng đồng hồ chạy. Nhiều lúc tưởng chừng như không thể thở được nữa giữa cái nắng chói chang của



*“Chạy nhanh hay chậm không quan trọng,
quan trọng là không được mù quáng”*

buổi trưa hè, tôi cam tâm chạy hết khúc đường này đến khúc đường khác chứ không chọn cách bỏ cuộc như những cuộc thi trước đó. Lần này không phải chạy để thỏa mãn cảm giác chiến thắng như tôi vẫn tham vọng mà chạy để xem sau những nỗ lực tập luyện ấy, sức chịu đựng của tôi là bao nhiêu. Tôi tự hỏi những người chạy ở cạnh tôi, lí do nào đã khiến họ không trở thành người về đích đầu tiên mà vẫn vui vẻ và mãn nguyện như thế? Thì ra, sau tất cả một hành trình nhiều dậm của Marathon cảm giác sung sướng nhất không phải là chinh phục được vạch đích vô hồn mà là sự an tâm và hạnh phúc khi thấy mình vượt lên chính những rào cản của bản thân đã đặt ra.

Dù tôi có là kẻ chạy chậm nhưng tôi vẫn đến đích theo cách của tôi không một sự so sánh và tính toán. Đừng tưởng tượng đến niềm tự hào khi bạn cán đích, hãy tưởng tượng đến niềm tự hào khi bạn đã vượt qua từng chặng đường đua mình đã đặt ra. Cũng giống như nếu bạn chờ đến ngày tốt nghiệp mới tổ chức tiệc mừng, nghĩa là bạn tự tước đi cơ hội tận hưởng 4 năm học dẫn đến ngày trọng đại đó. Và điều tôi hạnh phúc nhất khi chạy Marathon chính là vì biết mình cuối cùng rồi cũng sẽ về đích trên con đường chạy của riêng tôi chọn lựa.

Ngân Hà

“

*If you want to run, run
a mile. If you want to
experience a different
life, run a marathon.*

”

Tôi chọn
chạy
Marathon

SO SÁNH CÓ LÀM BẠN TỐT HƠN?

Xu hướng so sánh bản thân với người khác là một thói quen thường gặp ở con người. Mặc dù tất cả chúng ta đều đã quen thuộc với câu nói “Đừng so sánh mình với người khác!” cũng như nhận thức rõ những cảm giác tiêu cực mà so sánh mang lại, nhưng đôi khi thật khó để ngừng việc so sánh!

So sánh – một hành vi bản năng

Nghiên cứu tâm lý học về hội chứng “Social Comparison Theory” đã chỉ ra rằng con người luôn có mong muốn tìm ra kẻ chiến thắng trong mọi cuộc chơi. Chiến thắng được đo bằng việc kẻ này chơi giỏi hơn kẻ kia. Vì không có bất kỳ thước đo nào để đánh giá việc chúng ta đang “chơi” ở mức độ nào, ta sẽ lấy những kẻ giống mình ra quan sát và bắt đầu so sánh.

Có những người gần như đã sống cả đời trong sự so sánh bản thân với người khác. Khi còn nhỏ, chúng ta so sánh mình với bạn bè trong các môn học, các môn thể thao. Khi trưởng thành hơn, chúng ta lại có những tiêu chí mới để so sánh: thành tích, chức vụ, mức lương, kích thước căn nhà,... Trên đời gần như có vô số lĩnh vực mà ta có thể lôi ra để so sánh, cũng như gặp phải vô số đối thủ lợi hại khác nhau. Một khi đã bước chân vào con đường so đo gây mệt mỏi này, gần như bạn sẽ chẳng bao giờ tìm được lối ra.

Có 2 kiểu so sánh chính, tạm gọi là kiểu Nhìn lên và kiểu Nhìn xuống. Với kiểu Nhìn lên, một người luôn có xu hướng so sánh một tiêu chuẩn nào đó với những người giỏi hơn mình, còn kiểu Nhìn xuống thì ngược lại. Đa phần con người, nhất là những người trẻ - (những người đang trong giai đoạn xây dựng nhận thức và thấu hiểu bản thân), thường áp dụng lối so sánh thứ nhất và gặp phải nhiều vấn đề về stress, lo âu, căng thẳng.

Như vậy có thể kết luận, việc so sánh bản thân mình với người khác không trực tiếp là lỗi của bạn (chúng thuộc về bản năng gốc), nhưng chính bạn lại là người trực tiếp chịu hệ lụy từ nó.

Thói quen so sánh sẽ làm hại ta như thế nào?

Với kiểu Nhìn xuống, mọi người luôn so sánh bản thân với nhiều người có khả năng kém hơn mình.

Những người Nhìn xuống thường bị ám ảnh bởi việc phải luôn là người giỏi nhất, giỏi hơn kẻ khác. Họ tự tạo cho mình một áp lực khủng khiếp khi tham gia mọi cuộc đua, bởi cảm giác không thể là người phía trên dễ khiến họ cảm thấy bất an, thiếu tự tin và nghi ngờ năng lực của chính mình. Cũng vì không ưa sự nhàm chán của việc thiếu cạnh tranh, những người có thói quen so sánh Nhìn xuống rất dễ chuyển sang Nhìn lên.

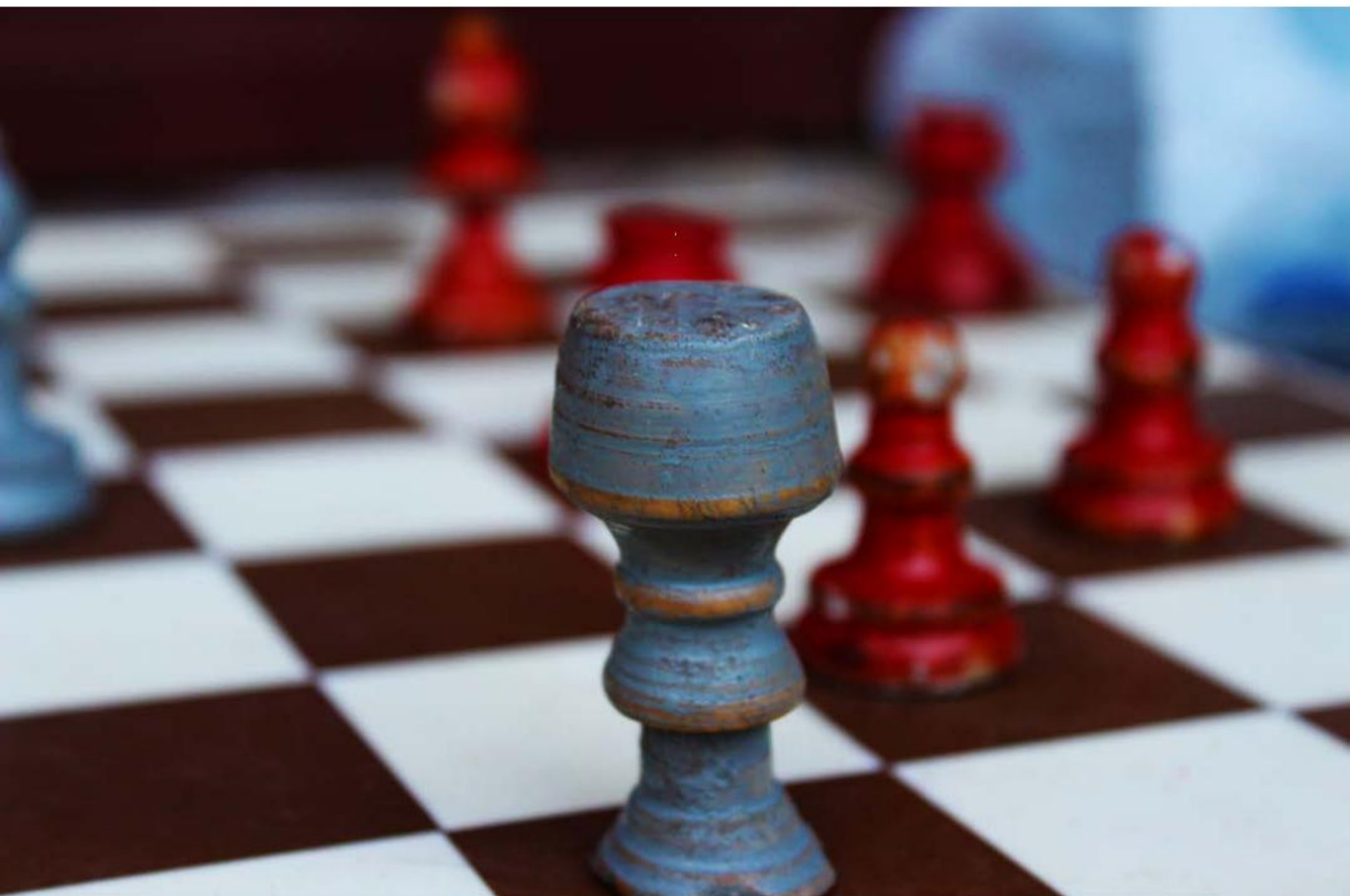
Nếu bạn đang thuộc kiểu người Nhìn lên, tức là bạn chỉ nhìn vào điểm mạnh của người khác và điểm yếu của bản thân rồi tự dằn vò. Đôi khi bạn sẽ mong muốn những thứ mình không hề có tiềm năng, hoặc muốn những thứ trước đây chưa từng muốn nhưng bạn lại xem đó là một tiêu chí để hơn thua với người khác. Kết quả của so sánh là sự khó chịu, ghen tức cùng với đó là nỗi mặc cảm, sự lo lắng về bản thân ngày một tăng lên. – **“Đừng so sánh Behind the Scene của mình với Trailer của người khác!”** –

Nhìn chung, bất kể sự so sánh nào cũng khiến ta đánh mất niềm vui cuộc sống. Thay vì tập trung trải nghiệm và tận hưởng, chúng ta bị kéo vào cơn lo âu và những áp lực bất tận. So sánh cũng là một thói quen xấu bào mòn sự tự tin của bạn, khiến bạn tự hạn chế bản thân mình và từ bỏ quyền chính đáng là được thử thách và phát triển bản thân không ngừng nghỉ.

Một vài lời khuyên

Sự so sánh trong một chừng mực nào đó là động lực để mỗi chúng ta phấn đấu, cải thiện bản thân, nhưng đa phần, chúng rất dễ đi quá giới hạn và mang lại những cảm xúc tiêu cực cho khổ chủ. Trong thực tế, rất khó để đưa ra một giải pháp cụ thể cho việc giải tỏa cơn so sánh và những cảm xúc tiêu cực nó mang lại, bởi mỗi chúng ta có một hoàn cảnh và tính cách riêng. Tuy nhiên nếu bạn đang mắc kẹt trong tình trạng so sánh và tự giới hạn quá nhiều điều ở bản thân mình, bạn có thể thử một vài gợi ý sau:

Đừng so sánh Behind the Scene của mình với Trailer của người khác!



Nhận biết bản thân mình và những định kiến nó đang phải chịu đựng: Việc nhận thức được bạn là ai, và bạn đang mong muốn gì là một thành công lớn trong việc giải quyết “vấn nạn” so sánh. Khi hiểu rõ chính mình, với những điểm mạnh điểm yếu, những thứ mình thích, thứ mình không thích, bạn sẽ xây dựng được những tiêu chí so sánh thực sự cần thiết và có lợi cho việc phát triển bản thân mình, thay vì chạy theo những bộ tiêu chí vô lý, và chỉ khiến bạn cảm thấy tồi tệ hơn. Ngoài ra, việc làm rõ các định kiến và gạt bỏ chúng giúp bạn giành lại sự tự tin vốn có. Bạn sẽ được tự do thể hiện và khám phá thêm được nhiều góc cạnh trong chính con người mình.

Thừa nhận là bạn đang ghen tỵ: Đây là lúc bạn đi sâu hơn vào nhận thức của mình, sẵn sàng đối diện với sự thật và thừa nhận chúng. Bạn đồng ý là bạn muốn có thành công của người đó, muốn có mức lương, muốn có danh vọng của người đó,... và giờ là lúc bạn tập trung vào bản thân, cũng như tìm đến các giải pháp phù hợp.

Tập trung cho việc làm bản thân tiến bộ: Thay vì ngồi một chỗ và liên tục thuyết phục mình là kẻ bất tài so với một số người ở ngoài kia, đây là lúc bạn lên kế hoạch hành động và hiện thực hóa mục tiêu của mình. Tất nhiên, chúng ta đều nên cân nhắc về tính khả thi của phương án đó, bạn không thể tự nhiên hát hay hơn ca sĩ hay khỏe hơn vận động viên thể hình...

Việc so sánh bản thân là khá phổ biến và khó tránh khỏi. Dường như sâu thẳm bên trong, mỗi chúng ta đều gặp phải một (vài) cái bóng lớn phía trước mình. Nhưng liệu bạn sẽ dẫn vật và cam chịu đứng sau đó mãi hay sẽ tự mình chạy ra chỗ sáng, đó là quyết định của riêng bạn!

Quang Huy





CÓ GÌ Ở TRUNG TÂM TIẾNG TRUNG ĐẤT NHẤT HÀ NỘI?

Tiếng Trung phát âm chuẩn

Tôi tới trung tâm Tiếng Trung Cầm Xu vào một buổi tối đầu hè, trời không quá nóng và gió nhẹ. Tôi có dự định học Tiếng Trung đã lâu nhưng chưa tìm được lớp học phù hợp, cho đến khi biết đến và bị mê hoặc bởi kênh Youtube triệu view "Học Tiếng Trung dễ như ăn kẹo" của chị Cầm – cũng là một cựu FTUer, đồng thời là giám đốc Trung tâm. Hiềm nỗi học phí ở đây khá cao, nên tôi muốn đến tận nơi để tìm hiểu trước khi quyết định.

Ấn tượng đầu tiên của tôi khi đến với Tiếng Trung Cầm Xu là sự niềm nở của nhân viên lễ tân. Tôi được mời uống cafe, ăn bánh trong khi ngồi chờ chị Cầm. Không gian phòng học nhỏ nhưng tinh tế, tiện nghi và ấm cúng. Tất cả tạo nên sự thoải mái, xua tan những băn khoăn, e ngại ban đầu của tôi.

Nói chuyện với chị Cầm, lại một lần nữa tôi bị giọng nói của chị thu hút. Tôi cứ ngỡ ở trên Youtube chị nói Tiếng Trung hay là nhờ chuẩn bị chau chuốt lắm, nào ngờ đến khi nghe ngoài đời, tôi mới phát hiện giọng chị hay, chuẩn và tự nhiên y như các diễn viên trong phim vậy! Chị Cầm cho biết, Tiếng Trung Cầm Xu luôn đặt mục tiêu giúp học viên không dừng lại ở học ngữ pháp tốt, mà còn phải phát âm chuẩn, ngữ điệu hay. Học Tiếng Trung cũng giống như tiếng Anh, một khi phát âm chuẩn thì tất nhiên nghe cũng tốt hơn, và đặc biệt nói sẽ SANG hơn! Đó cũng là slogan mà trung tâm luôn hướng tới: **"DẠY PHÁT ÂM CHUẨN NHẤT HÀ NỘI"**.

Chị chia sẻ: "Có thể ban đầu các bạn sẽ cảm thấy khó theo với phương pháp giảng dạy có phần mới ở đây, bởi học phát âm kỹ lưỡng bài bản thì không thể đơn giản được, nhưng nếu cố gắng phấn đấu trong thời gian dài thì kết quả chắc chắn sẽ làm các bạn ngạc nhiên". Đọc những feedback dày đặc dành cho trung tâm, tôi không khỏi ấn tượng khi hầu hết trong đó đều là sự hài lòng, xen lẫn tự hào của các học viên ở đây. Nhờ Trung Tâm mà học viên ở đây cảm thấy mình phát âm chuẩn và sang hơn những người cùng học Tiếng Trung khác. Học viên có không ít những nhân vật nổi tiếng và thành đạt trong cuộc sống, cũng không thiếu những sinh viên FTU cầu toàn như tôi.

Học Tiếng Trung "dễ như ăn kẹo"

Điều làm tôi ấn tượng không kém là các hoạt động chăm sóc học viên chu đáo ở nơi đây. Học viên đi học luôn có đồ ăn đồ uống nhẹ, có dép đi trong nhà, đặc biệt cơ sở chính ở Kim Mã còn có sofa để nghỉ ngơi cùng một khu quầy bar mini riêng để học viên giao lưu ăn uống và dán hình lưu niệm. Đến rồi chỉ muốn ngồi chơi mãi, chẳng muốn về. Đi tham quan trung tâm, tôi thấy sĩ số các lớp đều duy trì ở mức 10-12 học viên, trong giờ học từng người đều được quan tâm kèm cặp sát sao. Các giáo viên thì ai cũng trẻ trung, nhiệt tình, thân thiện. Khi tôi đi ngang qua, có một lớp còn đang chơi trò chơi xếp chữ và xem clip rất vui, tiếng cười vọng mãi ra cả hành lang.

Trên tường của Trung tâm dày đặc các tấm hình về hoạt động ngoại khóa -

giao lưu văn hóa, như xem phim Trung Quốc cuối tuần, vẽ mặt nạ kinh kịch, học hát, học cắt giấy... Những hoạt động này không chỉ giúp học tốt hơn mà còn tạo sự gắn bó giữa các học viên và giữa trung tâm với học viên. Ví thế có những bạn đã đi học ở đây nhiều khóa, đến khi kết thúc thời gian học vẫn quay lại để được chị Cầm xem bói bài Tarot, mua sách và xin tài liệu ôn tập.

Điều bạn lựa chọn sẽ quyết định bạn là ai

Dù học phí so với mặt bằng chung khá cao nhưng qua những gì tôi trải nghiệm trong lần đầu tiên tiếp xúc với Tiếng Trung Cầm Xu, tôi mới hiểu: đúng là "đắt xắt ra miếng". Có lẽ vì thế mà những ai đang mong muốn một nơi học Tiếng Trung chất lượng nhất, xứng đáng nhất với mình thì cũng sẽ chẳng ngại ngần mà bỏ tiền.

Việc bạn chọn cái gì sẽ quyết định bạn là ai. Nếu đã là một người cầu toàn và tinh tế thì chi tiền cho những khóa học tốt-chuẩn-chất có còn là vấn đề?

Đã thế trung tâm còn có một chi nhánh ở ngay gần ngôi trường FTU tôi đang học, đó là số 2 ngõ 185 Chùa Láng nữa, còn gì thuận tiện hơn.

Tôi rời trung tâm với một tâm trạng vui hơn cả khi bắt đầu đến đây. Bởi tôi đã làm một quyết định đúng đắn – đăng kí khóa học Luyện phát âm chuẩn và khóa Tiếng Trung cơ bản Boya 1. Các bạn thì sao nhỉ, có ai cũng cùng lựa chọn với tôi không?





GREEN SPACE

KHÔNG GIAN HỌC TẬP VÀ LÀM VIỆC

ĐIỂM ĐẾN LÝ TƯỞNG CHO SINH VIÊN NGOẠI THƯƠNG!

Tọa lạc ngay tại con ngõ 82 chùa Láng, cách FTU chưa đến vài phút đi bộ, Green Space với không gian tuyệt đẹp, hiện đại, vô cùng tiện ích và sáng tạo đang trở thành địa điểm chất lượng phục vụ nhu cầu học tập và làm việc bên ngoài cho các bạn sinh viên. Không giống những quán cafe ồn ào, xô bồ, cũng khác hẳn thư viện chật chội, nóng nực, Green Space mang đến một không gian hoàn hảo, với đầy đủ wifi, ánh sáng, điều hòa, thiết kế đẹp mắt, tạo cho chúng ta cảm hứng và động lực để hoàn thành bài tập và công việc một cách hiệu quả.



Nếu bạn đang tìm một nơi yên tĩnh, tạo sự tập trung, muốn ngồi học một mình thì **phòng chung cho cá nhân** sẽ là sự lựa chọn số một.



Còn nếu bạn sợ "cô đơn", gọi ngay hội bạn thân và đến học nhóm cùng ở **phòng chung cho nhóm** này.



Ngoài ra, Green Space còn có **phòng nhóm riêng** để phục vụ nhu cầu họp câu lạc bộ, hay tổ chức các buổi hội thảo, workshop.

Là sinh viên FTU mà chưa trải nghiệm không gian độc đáo này thì quả là một điều đáng tiếc đấy!

Địa chỉ: Tầng 6, nhà 70, ngách 23, ngõ 82, chùa Láng.

Website: www.greenspace-cw.com

Fanpage: www.facebook.com/greenspace.cw



Nếu bạn đã quyết tâm “HÈ NÀY PHẢI CHINH PHỤC IELTS” nhưng lại đang băn khoăn trong việc lựa chọn một trung tâm để theo học, để mình bật mí một địa chỉ học IELTS ngay gần FTU, cực kỳ uy tín với chất lượng giảng dạy tốt mà học phí thì lại vô cùng “dễ chịu” nhé. Đó chính là **Trung tâm IELTS THẦY DIỄN** tại địa chỉ **phòng A1802, khu A, tòa M3M4, số 91 Nguyễn Chí Thanh, Hà Nội.**

Hè này, trung tâm đang áp dụng **CHƯƠNG TRÌNH ƯU ĐÃI HÈ – GIẢM TỚI 15% HỌC PHÍ** khi đăng ký học theo nhóm từ 2 bạn trở lên. Đặc biệt, hãy tham gia ngay chuỗi event hè cùng với vô số các sự kiện hấp dẫn như **THI THỬ IELTS 4 KỸ NĂNG MIỄN PHÍ, HỌC THỬ MIỄN PHÍ TẤT CẢ CÁC LỚP** tại trung tâm. Thông tin chi tiết các bạn vui lòng liên hệ **hotline 0989 825 830** hoặc truy cập vào **Fanpage IELTS Thầy Diễn** để được giải đáp nhé!

Hãy quyết tâm “xách balo lên và đi học IELTS”, **ĐỪNG LÃNG PHÍ THÊM MỘT MÙA HÈ NỮA** các bạn nhé!

ĐỪNG BỎ LỠ THÊM MỘT MÙA HÈ NỮA

Sau khi tạm biệt với thi cử, mùa hè là lúc chúng ta có nhiều thời gian cho riêng mình, các bạn đã có kế hoạch gì chưa? Hãy tận dụng thời gian vàng này để học thêm những điều mới, khám phá những thú thú vị, đừng bỏ lỡ nó một cách đáng tiếc nhé.

HÈ NÀY HỌC IELTS, TẠI SAO KHÔNG?

① Hè học IELTS là HIỆU QUẢ nhất!

Nếu như trong năm chúng ta phải dàn sức cho quá nhiều thứ: việc học trên trường, bài tập lớn, assignments, thi giữa kỳ, cuối kỳ, thì hè này là lúc có thể tập trung hoàn toàn cho IELTS. Nếu bạn muốn có một tấm bằng IELTS trong thời gian tới thì hãy tận dụng ngay 3 tháng hè này nhé.

③ Hè học IELTS là TIẾT KIỆM nhất!

Hè này do nhu cầu học IELTS lớn nên đa số các trung tâm tiếng anh thường áp dụng rất nhiều chương trình khuyến mãi khác nhau. Vừa được học các khóa học chất lượng lại tiết kiệm được khá khá chi phí, hãy nhanh tay đăng kí một lớp học cho mình nào.



Việt Đức, K51 FTU
7.5 IELTS



Xuân Trường, K54 FTU
8.0 IELTS



Hoàng Anh, K50 FTU
8.0 IELTS

② Hè học IELTS là THOẢI MÁI nhất!

Nếu bạn không muốn học một mình vì sợ buồn chán hoặc không quen ai, hãy rủ lũ cạ cứng đi học cùng. Lo gì, hè mà, đùa nào cũng rảnh, không khó xếp lịch như trong năm đâu. Còn gì tuyệt vời hơn được cùng học với lũ bạn thân, rồi cùng nhau ôn bài, tranh luận, học nhóm, xong rồi vẫn có thể đi ăn, đi chơi cùng nhau.

④ Không phải HÈ NÀY thì BAO GIỜ?

Đa số các bạn sinh viên đều mắc phải một căn bệnh “TRÌ HOÃN” mọi việc. IELTS ư? Hè này không học thì năm sau học, mình mới năm nhất năm hai mà. Nếu các bạn chấp nhận suy trì trì trệ đó, chỉ sau vài lần thỏa hiệp, một ngày bạn sẽ nhận ra rằng ngày tốt nghiệp cận kề rồi mà tiếng Anh vẫn lẹt đẹt. Cơ hội đi exchange hay đi du học cũng sẽ vụt bay chỉ vì thiếu một tấm bằng IELTS. Vì vậy nếu bạn đã xác định IELTS là thứ cần thiết cho sự nghiệp của mình, thì hãy **BẮT ĐẦU NGAY BÂY GIỜ** nhé.

PGS.TS TRẦN VĂN ƠN

“Quan trọng là phải biết mình là ai”

Tháng Năm lại về và một mùa thi cử nữa lại đến, lại một khóa sinh viên năm cuối bịn rịn rời đi để bước vào con đường sự nghiệp với bao khó khăn. Đứng trước đam mê và sự nghiệp, lại nhìn những bạn đồng trang lứa đã sớm đi làm, có của ăn của để, áp lực đang đè nặng lên những sinh viên năm cuối ấy – đây cũng là một điều khiến thầy Trần Văn ƠN, trưởng bộ môn Thực vật đại học Dược Hà Nội, rất lưu tâm.

Hôm nay chúng tôi may mắn được ngồi cùng nghe thầy chia sẻ, về kinh nghiệm của riêng mình và những quan điểm sống và học tập trên đường đời.



PGS.TS TRẦN VĂN ƠN, TRƯỞNG BỘ MÔN THỰC VẬT ĐẠI HỌC DƯỢC HÀ NỘI, GIÁM ĐỐC ĐIỀU HÀNH CÔNG TY CỔ PHẦN DƯỢC KHOA DKPHARMA

Q: Em xin chào thầy. Giờ đây được biết thầy là một chuyên gia tiêu biểu trong ngành Y – Dược, bọn em rất tò mò muốn biết trước kia từ thời còn đi học, thầy là một sinh viên như thế nào ạ?

A: Thời thầy đi học là sau giải phóng 1975, đất nước ta còn vô cùng khó khăn. Ngày ấy đi học thì chỉ nghĩ đến ăn, mà ăn còn chẳng đủ. Thứ hai nữa là, người ta mang tư tưởng “Trung bình Chủ nghĩa” – “Học giỏi ra thì cũng có làm gì đâu, vì đầu ra Nhà nước tuyển dụng hết”. Cho nên động lực cho sinh viên học tập thời đó không nhiều lắm – “Ăn tranh thủ, ngủ khẩn trương, học tập bình thường, yêu đương là chính”. Nhưng mà riêng thầy thì thầy không nghĩ vậy. Thầy cho rằng mình còn trẻ, đây là giai đoạn đầu óc dễ vào nhất, mình không học thì lúc nào học đây? Vậy nên thầy tập trung vào học và làm nghiên cứu khoa học ngay từ những năm đầu tiên.

Q: Nguồn cảm hứng nào đã thôi thúc thầy đến với đam mê nghiên cứu khoa học chuyên sâu về thực vật ạ?

A: Nguồn cảm hứng là từ thời thơ ấu của thầy. Quê thầy ở vùng rừng núi, cây cỏ rất đa dạng và kì diệu. Nhà thầy thì có truyền thống làm thuốc từ xưa rồi, ông ngoại thầy làm thuốc rất tốt, chỉ dùng những cây cỏ thôi mà chữa được những bệnh rất khó chữa, ví dụ như bệnh động kinh – giật đùng đùng thế mà ông cũng chữa được. Ở quê thầy có một phong tục: ai mà chữa được những bệnh khó chữa, tức là khiến người tái sinh, là người cha lần thứ 2, nên nghiêm nhiên người ta nhận là “con”. Lúc ông mất đi, rất nhiều người tới viếng và xưng là “con” của ông, thầy mới nhận ra là sinh thời ông đã chữa được cho rất nhiều

người, mà bằng những cây cỏ thôi. Thế là nảy sinh đam mê, và khi vào đại học thì trường cũng có phong trào nghiên cứu khoa học, thế là thầy đăng kí luôn thôi.

Q: Trong cái thời điểm mà tinh thần học tập của người trẻ ở mức đáng buồn như thầy vừa phản ánh thì thầy đã quyết tâm theo đuổi đam mê nghề thuốc của mình như thế nào ạ?

A: Trước hết là phải có động lực đã. Khi tìm hiểu về thực vật, thầy luôn có động lực tìm hiểu tường tận về nó: thành phần hóa học bên trong nó là gì, tác động dược lý như thế nào? Thầy nhớ là lúc đấy mình đi học dược liệu, ngoài các thí nghiệm trên lớp theo kế hoạch thì thầy còn mang cả mẫu của mình theo rồi nhờ các cô bố trí dụng cụ hóa chất, chuột bọ các thứ, và các cô rất hỗ trợ. Mình không học chỉ để trả điểm, việc học khi gắn với thực tiễn nó rất thú vị, nó trở thành một đam mê. Lúc mình làm đề tài nghiên cứu khoa học cũng vậy, thầy được thầy Trần Công Khánh – là cha nuôi của thầy – hướng dẫn nghiên cứu, theo đuổi cây thuốc từ năm thứ 2 đại học là năm 1986, cho đến nay là suốt 31 năm không ngừng nghỉ, chứ không phải mình ra trường rồi là mình dừng lại.

Q: Phải chăng đó là lí do thầy lập ra DK Pharma?

A: Câu chuyện của DK Pharma là như thế này: Vào khoảng năm 2000, chúng ta chủ trương thành lập doanh nghiệp, các viên nghiên cứu trong các trường đại học. Nhưng tới năm 2004, theo Luật Doanh nghiệp mới, thì các đơn vị hành chính (gồm cả đại học) lại không được sở hữu công ty. Đại học Dược đang sở hữu một công ty, điều này vi phạm luật Nhà nước, và chúng ta phải lựa chọn giữa việc bỏ nó đi hay phát triển nó lên. Suốt 10 năm, Bộ Y tế và Trường Đại học Dược đã giao cho thầy việc quản trị công ty này, tái cơ cấu nó và cổ phần hóa theo yêu cầu của Thủ tướng. Suốt 10 năm, thầy đi làm với 2 cái cặp: một cái cặp “trưởng khoa Thực vật”, cái cặp kia là “giám đốc doanh



nghiệp”; rất vất vả nhưng cũng rất vui. Vui vì tâm huyết của thầy là phát triển dược liệu, cây cỏ, và phát triển các vùng cộng đồng kém phát triển ở Việt Nam; tạo ra giá trị cho xã hội: chăm sóc sức khỏe, phát triển kinh tế, và bảo vệ bản sắc văn hóa dân tộc. Đó là những động lực chính để xây dựng công ty Dược khoa như bây giờ – là doanh nghiệp có uy tín về các sản phẩm thiên nhiên.

Q: Công ty Dược khoa có bề dày về sản phẩm mắt và mũi, và em cũng được biết đến một sản phẩm mới đây là thuốc nhỏ mắt Eskar, vậy thì thầy có thể phổ biến thêm về sản phẩm này được không ạ?

A: Riêng sản phẩm Eskar được chiết xuất từ những tinh dầu tự nhiên. Ví dụ như borneol tự nhiên, chứ không phải borneol tổng hợp – tuy rẻ hơn nhưng lại độc. Công ty sử dụng borneol cất từ cây đại bi, là một loại cây được sử dụng rất nhiều trong Y học cổ truyền cho mắt. Nó vừa an toàn, vừa thân thiện. Công dụng của thuốc là để điều tiết lại mắt khi mắt làm việc quá căng, mắt bớt mỏi và khô hơn.

Đặc biệt cho sinh viên khi ôn thi ấy nhỉ, đọc sách cứ mờ cả mắt, giá ngày nào cũng nhỏ 1-2 giọt Eskar cho mắt đỡ khô, đỡ mỏi có phải không? (cười)

Q: *Đứng trên phương diện là một thầy giáo, một giảng viên, thầy có nhận xét gì về các bạn sinh viên ngày nay ạ?*

A: Sinh viên ngày nay đang chịu áp lực quá lớn, luôn phải ganh đua nhau chuyện việc làm. Các em đang bị đè nặng bởi tư tưởng: phải nhanh chóng bán được sức lao động của mình đi, bất kể sinh viên trường nào, vậy nên các em rất vội vàng, em nọ nhìn em kia mà chạy. Nhưng tại sao các em không nghĩ ngược lại? Các em được đào tạo về quản trị, về hình thành doanh nghiệp, đất nước này còn ai tốt hơn các em nữa, vậy thay vì đi bán sức lao động của mình cho một ông chủ khác, tại sao ta không start-up một cái gì đó? Đành rằng có một bộ phận người tìm cách bán sức lao động, một bộ phận khác cho rằng muốn làm chủ cần phải đi làm thuê trước, song điều đó có phần cứng nhắc và trong nhiều trường hợp, với nhiều người là không cần thiết. Thầy nghĩ rằng các em có thể nghĩ lại: đừng đua nhau “nhanh nhanh để người khác thuê mình”, có lẽ hãy thử nghĩ ngược lại: thử tự lên ý tưởng, góp vốn, tập hợp lại, từng bước khởi nghiệp.

Q: *Theo thầy, trước đam mê cá nhân và con đường sự nghiệp, cái nào mới là quan trọng?*

A: Nếu ghép được hai cái đó, thì là hay nhất. Tôi chỉ làm cái gì tôi đam mê, tâm huyết. Chúng ta có trách nhiệm phải tìm hiểu bản thân, trả lời câu hỏi “Who am I?” – “Tôi là ai?”. Đây là một câu hỏi rất khó, có những người sống cả đời, lặn lội làm ăn mà chẳng biết mình là ai, cuộc sống ấy là vô vị. Hãy tìm bản thân mình đi, rồi tập trung vào cái

việc mình mạnh nhất và cảm thấy mình say mê nhất. Lời khuyên của thầy là cả hai: gắn kết đam mê và sự nghiệp lại với nhau, chứ đam mê một đẳng mà đi làm một nẻo, sẽ khó có thành công. Tư tưởng quyết định hành vi mà, khi chúng ta có tâm huyết rồi, mọi sự tập trung và hành động của chúng ta sẽ đổ dồn về đó, và khi có sự tập hợp lớn như vậy chúng ta mới có cơ thành công.

Q: *Cuối cùng, đối với các sinh viên đang áp lực nặng nề, vội vã đuổi theo người khác trên con đường sự nghiệp, thầy có lời khuyên gì dành cho các bạn không ạ?*

A: Cuộc đời các em làm việc là cả đời, những giai đoạn mà ai chạy nhanh được 1-2 tháng, 1 năm, so với cuộc đời của mình là quá ngắn ngủi. Chạy nhanh một bước chưa biết ai hơn ai, chưa kể người đời có câu “chạy nhanh cũng tuột dép”. Sinh viên bây giờ sốt ruột lắm. Nhìn đứa nọ đứa kia đi làm, đứa này làm trình dợt viên, tiền lương nó mấy triệu/tháng,... nhưng các em đã quên mất rằng cuộc đời này dài lắm. Ở giai đoạn nào thì hãy làm đúng việc của giai đoạn đó. Giai đoạn học thì học đi, hãy tận hưởng, và tập trung làm tốt công việc của giai đoạn này: Nghề của lúc này là học. Các em có thể tham gia thực tiễn, nhưng hãy nhớ rằng tham gia để tích lũy cho việc học của mình, chứ đừng vội tập trung kiếm tiền. Mỗi người có một sứ mệnh, một tầm nhìn, thực hiện được điều đó là vượt ra khỏi phục vụ bản thân mình, làm điều có ích cho xã hội. Và khi đó, các em mới là những “người có giá trị”.



Cuộc thi ảnh online

WAKE UP OPEN YOUR EYES

Thời gian tham gia: 1/6/2017 - 30/6/2017



GIẢI THƯỞNG

Thông tin chi tiết vui lòng liên hệ:
www.facebook.com/thuocnhomateskar
Hotline: 0936.668.010
Email: eskar.dkpharma@gmail.com
www.eskar.com.vn

1 GIẢI ĐẶC BIỆT: ĐIỆN THOẠI OPPO A39

1 GIẢI NHẤT: 500.000đ

2 GIẢI NHÌ: 200.000đ

3 GIẢI BA: 100.000đ

10 GIẢI KHUYẾN KHÍCH: QUÀ TỪ BTC

8 GIẢI THƯỞNG MỖI TUẦN





HÈ NÀY ĐI HỌC THIẾT KẾ

Cho những dự định còn dở dang
đang nằm trong danh sách của bạn

Ps

Ai

Ae

Pt

Pr

Id

Chỉ từ 800.000đ

Ps

KHOÁ HỌC PHOTOSHOP

Thời lượng: 8 buổi

Thiết kế ấn phẩm truyền thông
Chỉnh sửa ảnh
Thiết kế CV

Học phí: -1.000.000 đ -> 850.000 đ

Ai

KHOÁ HỌC ILLUSTRATOR

Thời lượng: 8 buổi

Thiết kế Logo và nhận diện thương hiệu
Thiết kế infographics
Thiết kế minh hoạ

Học phí: -1.000.000 đ -> 850.000 đ

Ae

KHOÁ HỌC AFTER EFFECTS

Thời lượng: 8 buổi

Làm clip Motion graphics
Làm clip animation
Làm clip hiệu ứng

Học phí: -1.200.000 đ -> 900.000 đ

Id

KHOÁ HỌC INDESIGN

Thời lượng: 8 buổi

Thiết kế tạp chí
Thiết kế brochure/ profile
Thiết kế in ấn

Học phí: -1.000.000 đ -> 850.000 đ

Pr

KHOÁ HỌC PREMIERE

Thời lượng: 8 buổi

Dựng phim với premiere
Quay và xây dựng kịch bản
Kỹ thuật cắt/ghép clip

Học phí: -1.000.000 đ -> 850.000 đ

Pt

KHOÁ HỌC PHOTOGRAPHY

Thời lượng: 8 buổi

Học nhiếp ảnh căn bản
Được trang bị sẵn máy DSLR và Lens
Trang bị sân studio và tham gia dã ngoại

Học phí: -1.200.000 đ -> 900.000 đ

COUPON



LOVING HUT

Nhà hàng thuần chay - Loving Hut
Số 6/10 Ngõ 121 Chùa Láng
COMBO CƠM + SỮA ĐẬU (MIỄN PHÍ): 25K
GIẢM
20%
Hóa đơn $\geq$ 250K cho khách hàng là SV

ÁO DÀI RIO

Số 6 Ngõ 91 Chùa Láng
Cho thuê Áo dài sinh viên
GIÁ ƯU ĐÃI



ASIN STORE

Số 4 Ngõ 91/20 Nguyễn Chí Thanh
từ 29/5 đến 29/6



giảm giá
30%
miễn phí ship
toàn quốc
tặng 1 đôi tất

CỐC MUỐI

Số 6 Ngách 18 Ngõ 84
Chùa Láng
từ ngày 29/5 đến 15/6
GIẢM
15%



KEM CHẢO PAN

Số 256 Thái Hà/23 Tông Đản
từ 29/5 đến 15/6
GIẢM
10%
cho mỗi hóa đơn



HOA QUẢ DẦM NHUNG KHOÁT

Số 211 Chùa Láng
**ĐỒNG GIÁ CÁC
LOẠI 14K**



COUPON



IELTS THẦY DIỄN

P.A1802, tòa nhà M3M4, 91 Nguyễn Chí Thanh

GIẢM
300K

cho mọi khóa học tại Ielts Thầy Diễn
Thời hạn: 30/08/2017

NAM NGUYEN HAIR SALON

Tầng 3 Số 271 Trần
Đăng Ninh, Cầu Giấy

GIẢM
30%
các dịch vụ hóa chất



CHIC BOUTIQUE

Số 16 ngõ 84 Chùa Láng
từ 29/5 đến 30/6

GIẢM
10%-20%

cho mỗi hóa đơn



TIẾNG TRUNG CẨM XU

Tầng 3, số 2 ngõ 185 Chùa Láng
SĐT: 0932314298

Website: <http://tiengtrungcamxu.com>
GIẢM

10%
cho tất cả các khóa học trong
tháng 6/2017 Cơ sở Chùa Láng

CAMXU
Tiếng Trung



ĐỒ TỐT

Số 1 Ngõ 84 Chùa Láng
Từ 29/5 đến 30/6

GIẢM
20%
mỗi hoá đơn
(Mỗi voucher chỉ được
sử dụng 1 lần)

Cảm giác tự ti khi thấy nhiều người đang vượt mình trên đường chạy luôn ám ảnh bạn. Mỗi người đều có những tiềm năng khác nhau, thể mạnh khác nhau. Nhưng tại sao hầu hết mọi người đều không sống đúng với tiềm năng của mình? Lắng nghe trái tim của bạn, thay vì so bì chạy nhanh, chạy chậm với những người xung quanh bạn nhé!



**CHẠM LẠI ĐỂ
NHANH HƠN**



“THÀNH CÔNG” TRONG FTUERS LÀ...

Mỗi khi nhắc đến hai chữ “thành công”, dường như chúng ta thường nghĩ ngay tới hình ảnh của “con nhà người ta” lúc nào cũng bóng bẩy quần áo, nhà lầu, xe hơi, bận nhiều thứ tiếng, công việc sang chảnh lương tháng hàng nghìn đô,...? Hoặc có thể là những người mới 20 tuổi đầu đã làm chủ bao công ty lớn, phát minh ra đủ thứ trên đời, đi du lịch vòng quanh thế giới, chiến thắng trong vô số các cuộc thi,... Đó có thể là những định nghĩa về “thành công” vô cùng lớn lao của mỗi người khiến họ hết lời ngợi ca và tôn sùng. Nhưng đối với FTUers, thành công đôi khi lại rất bình dị và gần gũi...

**Minh Phương
Minh Khuyên**



Lê Ngọc – K53 – TCNH

“Với chị, thành công sẽ đến khi biết sử dụng quỹ thời gian của mình một cách hợp lý nhất. Học hành không phải là tất cả mà cần cân đối thời gian cho những trải nghiệm khác như một công việc làm thêm, tham gia câu lạc bộ hay dành thời gian cho gia đình mình.

Mỗi người sẽ có những định nghĩa khác nhau về thành công. Em đi làm lương cao, trở thành CEO cũng là thành công hay đơn giản là sinh hoạt cá nhân của em phong phú, có gia đình sum vầy, có người yêu, có bạn bè luôn support. Khi nhận thức được nhiều hơn về cuộc sống, chị biết hạnh phúc của bản thân là điều quan trọng nhất. Em là ai? Một tổng thống, một người lao công hay một sinh viên nghèo không có tiền cũng không quan trọng bằng việc em có vui vẻ và hạnh phúc với điều ấy không.”

“Với tớ thành công chính là ăn thứ mình thích, làm điều mình thích, cưới người mình yêu. Kể cả khi vào FTU, niềm đam mê nhảy của tớ chưa bao giờ kết thúc. Chiều đi học, sáng nào tớ cũng dậy sớm để tập nhảy. Mọi người vẫn thường nghĩ thành công là ra trường GPA 4.0, làm công việc lương thật cao nhưng chỉ có điều mình thích nhất mới làm mình vui nhất, hạnh phúc nhất và sẵn sàng dành toàn tâm toàn ý cho nó.”



Hương Giang – K55 – KTĐN

*“Như một cái cây biết rõ mình sinh ra để nở hoa,
kiên định với con đường mình đã chọn, bạn sẽ tỏa sáng rực rỡ.”*



Công Định – K55 – KTĐN

“Khi nhắc đến hai chữ thành công, mọi người thường nghĩ tới các bậc vĩ nhân như Bill Gates hay Mark Zuckerberg. Họ có nhiều tiền và luôn toát ra sự quyền lực nhưng ít ai biết rằng khởi đầu cuộc sống của họ cũng đâu khác chúng ta là bao.

Khi học ở FTU có rất nhiều các anh chị, các bạn tài năng là những hình mẫu để tớ học tập nhưng tớ không nhìn vào đấy và so sánh bản thân mình với họ. Việc so sánh với người khác chỉ gây ra những cảm xúc tiêu cực và cuối cùng bạn đâu thể biết mình là ai. Tớ nghĩ, thành công là khi ta thực sự hiểu rõ bản thân mình và tớ mơ ước, trước 30 tuổi, mình sẽ là một doanh nhân thành đạt, top 30 người giàu nhất châu Á thì sao nhỉ?



Thành Chung – K55 – KTĐN

“Bản thân tớ thấy thành công là lúc mình làm được những gì mình đặt ra trong từng chặng của cuộc đời. Lúc học cấp ba, tớ ước mơ thi đỗ FTU và tớ đã làm được điều đó. Chưa phải là gì to tát nhưng tớ vẫn nghĩ đó là thành công. Vào trường mình, thi đỗ HRC dù là nhỏ nhưng cũng làm tớ hạnh phúc. Thành công lớn sẽ được tạo dựng khi mình đạt được mọi điều mình đặt ra từ nhỏ nhất như hoàn thành bài tập về nhà hay mua một món quà hoàn hảo cho người yêu vào ngày Valentine.”



Ngọc Linh – K53 – CLC KT

“Chị từng nghĩ thành công là điều gì đó phù phiếm như một đỉnh núi cao chẳng thể nào leo tới và những người thành công, họ khác xa mình từ địa vị, học thức đến tiền tài. Nhưng khi được học tập trong một môi trường như FTU, nơi mà mọi thứ đều xoay chuyển mỗi ngày, rồi tham gia câu lạc bộ, đi làm thêm, trải nghiệm nhiều hơn thì chị nhận ra, thành công không hào nhoáng như ban đầu mình nghĩ mà đơn thuần là mỗi ngày mình hoàn thiện bản thân, trở thành một người tốt hơn mình của ngày hôm qua.”



Nguyệt Hà – K54 – QTKD

“Thành công đối với bản thân chị là khi được trao đi một giá trị gì. Công việc tình nguyện khiến mình hạnh phúc nhất là lúc được nhìn thấy nụ cười của mọi người xung quanh. Mùa hè xanh năm ngoái, mọi thứ không được trọn vẹn, chỉ đi hai ngày chứ không phải 15 ngày như những gì mình tưởng tượng nhưng trong thời gian chuẩn bị đã có rất nhiều điều làm chị vui. Có một đội của riêng mình, có các anh chị bao bọc, che chở và hướng dẫn. Sau này mọi người vẫn nói mùa hè xanh ấy là thất bại nhưng nếu là người trong cuộc, chị nghĩ sẽ có những suy nghĩ khác.”

Trong cuốn sách “Tuổi 20 – tôi đã sống như một bông hoa dại” chị Trang Xtd từng gọi thế hệ chúng ta là thế hệ “mì ăn liền”. “Chúng ta mong muốn được công nhận ngay và luôn, muốn khởi nghiệp lúc ngoài hai mươi và lên trang bìa ngay tắp lự.” Thành công có muôn hình vạn trạng nhưng chung quy lại, đó là làm điều mà trái tim mình muốn nhất. Như một cái cây biết rõ mình sinh ra để nở hoa, kiên định với con đường mình đã chọn, bạn sẽ tỏa sáng rực rỡ.”

CHỌN MÀU "TÔ" TÍNH CÁCH

Bạn là màu cam rực rỡ hay màu xanh dịu mát, là màu vàng ấm áp hay màu tím dịu dàng? Mỗi màu sắc đều có ý nghĩa riêng, bạn đã sẵn sàng tìm kiếm sắc màu ẩn chứa trong con người mình? Cùng Sức trẻ 55 khám phá "sắc" riêng của bạn nhé!



Câu 1: Ngày chủ nhật của bạn là?

- A. Lên kế hoạch cho cả tuần sắp tới
- B. Đọc một cuốn sách mới
- C. Đi chơi với bạn bè
- D. Kiểm một chỗ thật đẹp để chụp ảnh

Câu 2: Bạn sẽ chọn điểm đến nào cho kì nghỉ hè?

- A. Một tour đến các địa điểm văn hóa – lịch sử ở châu Âu
- B. Cắm trại trên một vùng núi hoang sơ
- C. Một chuyến lãng mạn ở Rome với người yêu
- D. Phóng thả ra biển cùng những cô nàng, anh chàng nóng bỏng

Câu 3: Nếu bạn là một món đồ uống, bạn sẽ hóa thân thành?

- A. Một tách cà phê nóng đậm đà
- B. Một cốc soda mix thời thượng
- C. Một cốc trà sữa ngọt ngào
- D. Một cốc mojito chanh bạc hà

Câu 4: Loại hoa quả ưa thích của bạn?

- A. Chuối
- B. Táo
- C. Dâu tây
- D. Xoài

Câu 5: Thể loại sách bạn yêu thích là?

- A. Sách lịch sử các thiên tài hoặc tập hợp các sự kiện nổi bật của thế giới
- B. Sách khoa học viễn tưởng, khám phá bí ẩn
- C. Sách tình cảm, tản văn
- D. Sách tranh, truyện cười

Câu 6: Nhân vật hoạt hình bạn yêu thích nhất?

- A. Chú ong Barry
- B. Chú ngựa Spirit

- C. Chú chó Scooby-Doo
- D. Gấu Pooh

Câu 7: Khi bạn có ngày thật tồi tệ, phản ứng của bạn?

- A. Than phiền, cảm thấy lo lắng, áp lực, tự trách bản thân kém cỏi
- B. Cáu kỉnh, không muốn nói chuyện với ai hoặc nói kiểu châm chọc, mỉa mai
- C. Kêu ca, khóc lóc, mong muốn ai đó chú ý và an ủi mình
- D. Trở nên thô lỗ, hay gây sự, bỏ đi không tha thiết gì nữa

Câu 8: Khi bạn cảm thấy stress, bạn sẽ?

- A. Tập một môn thể thao hoặc thiền, yoga
- B. Đi đến một vùng quê và đắm chìm vào thiên nhiên xung quanh
- C. "Deep talk" với người mà bạn tin tưởng nhất
- D. Ra ngoài đi café, karaoke với bạn bè

Câu 9: Nghề nghiệp mơ ước của bạn?

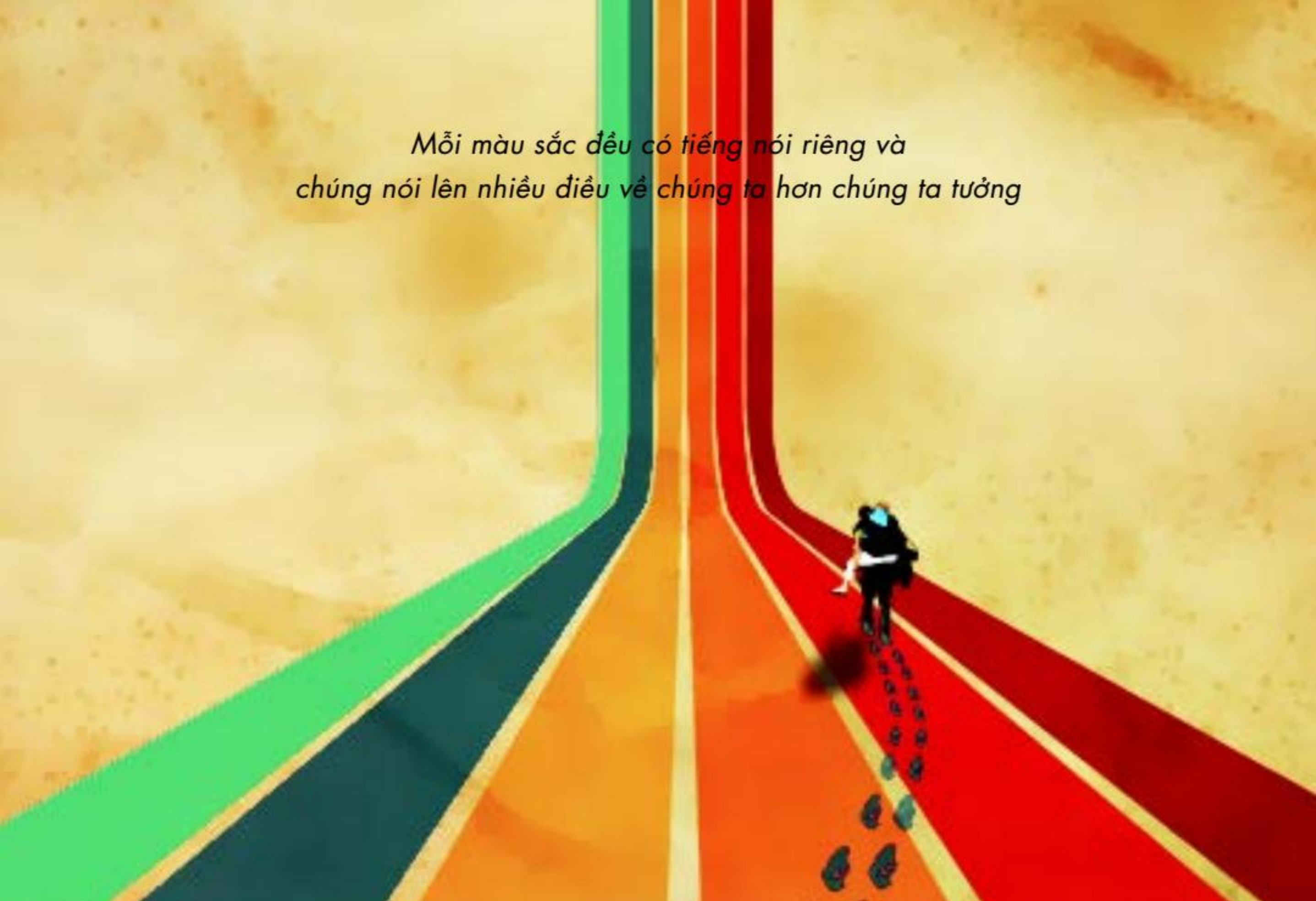
- A. Giáo viên, tư vấn tài chính, nhân viên ngân hàng
- B. Kỹ sư, nhà nghiên cứu, nhiếp ảnh gia
- C. Hướng dẫn viên, tuyển dụng, chăm sóc khách hàng
- D. Quảng cáo, marketing, diễn giả, diễn viên

Câu 10: Bạn tự thấy mình là con người?

- A. Quyết đoán, luôn làm việc đúng giờ và có kế hoạch
- B. Bình tĩnh, công bằng, sáng tạo và đòi hỏi chính xác cao khi làm việc
- C. Ấm áp, lãng mạn và đáng tin cậy, bạn làm việc bằng tất cả trái tim
- D. Tò mò, thích ứng nhanh, linh hoạt trong mọi tình huống



*Mỗi màu sắc đều có tiếng nói riêng và
chúng nói lên nhiều điều về chúng ta hơn chúng ta tưởng*



**Nào, cùng xem kết quả nhé.
Màu sắc nào nói lên con người bạn?**

Nếu bạn chọn nhiều nhất là A:

Bạn chính là màu vàng. Lí trí, suy nghĩ sâu sắc, làm việc có tổ chức, bạn là người rất đáng tin cậy. Trong công việc, bạn thường đảm nhiệm vị trí tổ chức sự kiện, lên kế hoạch. Bạn tin rằng trước khi tận hưởng thì cần phải có sự lao động nghiêm túc. Trong tình yêu, bạn là người thực tế, ổn định, chung thủy, thích sự truyền thống và mong muốn mối quan hệ lâu dài.

Nếu B chiếm tới 80% câu trả lời của bạn:

Màu xanh lá cây chính là gam màu tượng trưng cho bạn. Ham học hỏi, sáng tạo, giỏi thu thập, phân tích chính là những tính từ miêu tả con người bạn. Trong công việc, bạn độc lập, thích thử thách và luôn cố gắng tìm ra những cách thức mới mẻ để thực hiện những công việc quen thuộc. Đối với tình yêu, bạn suy nghĩ lí trí nhưng lại thường để con tim quyết định. Đôi khi bạn cảm thấy khó diễn tả cảm xúc của mình.

Nếu đáp án C xuất hiện với tần suất dày đặc:

Con người bạn đại diện cho màu xanh da trời. Bạn

ấm áp, thân thiện, sôi nổi và giàu trí tưởng tượng. Bạn thích hợp với những công việc xã hội, giúp đỡ người khác, đặc biệt trong các lĩnh vực như nghệ thuật, giáo dục, hướng dẫn, tư vấn viên... Bạn mong muốn một mối quan hệ cân bằng, tin tưởng vào tình yêu vĩnh cửu, khao khát sự lãng mạn với hoa, đồ ăn và ánh nến.

Và nếu bạn chỉ thích khoanh đáp án D thôi:

Màu cam rực rỡ thể hiện con người thật của bạn. Bạn nổi bật bởi sự dũng cảm, lạc quan, rộng lượng và hóm hỉnh. Đường như bạn làm việc không biết mệt, bạn làm việc độc lập và tự do. Tình yêu của bạn chính là sự chia sẻ những đam mê và sở thích chung, luôn dành cho nhau những điều bất ngờ.

Đừng tốn công so sánh màu nào đẹp hơn, đơn giản vì, dù màu đỏ có rực rỡ, quyến rũ bao nhiêu thì chỉ màu đen mới có thể làm nổi bật màn đêm cho những ngôi sao tỏa sáng. Mỗi màu có một vẻ đẹp riêng, hãy luôn trân trọng vẻ đẹp của mình, bạn nhé!

Minh Khuyên

TRAVEL BLOGGER

VỪA LÀM VIỆC VỪA TUNG TẮNG

Bạn đã bao giờ tưởng tượng công việc của mình sẽ ra sao nếu không ngồi yên một chỗ?

Nghe chuyện “Yếm đào lẳng lơ” đi phượt cùng con

Thật may mắn cho tôi khi có cơ hội gặp gỡ và ngồi cạnh chị Lam Linh – tác giả của cuốn Gái Phượt dưới bút danh Yếm đào lẳng lơ trong một sự kiện về chủ đề “Nữ giới: Theo đuổi chủ nghĩa tự do và đam mê xê dịch”. Và cũng hiếm có cơ hội để chính tai nghe và hỏi những điều mình thắc mắc về câu chuyện của người phụ nữ bỏ ngang công việc của mình để bắt đầu sự nghiệp như một nhà báo tự do và có những chuyến đi một cách đầy “điên dại” như thế.

Bỏ ngoài tai những định kiến từ gia đình, bạn bè, xã hội, chị Lam Linh sẵn sàng từ bỏ cuộc sống an toàn để chu du. Vừa đi vừa viết. Cho tới nay, Tổng Lam Linh đã thực hiện hơn 200 chuyến đi trên chiếc xe máy của mình, trước mẹ đằng sau là đứa con đang tuổi tập đi tập nói, tôi không thể tưởng tượng được chị đã lấy dũng khí và sự can đảm như thế nào để có những quyết định táo bạo như vậy. Chị chia sẻ: “Sau cuốn Gái Phượt sẽ là một cuốn sách nữa, cũng về chủ đề xê dịch.” Khi ta dám ước mơ, khi ta dám đá phẳng những dư luận xã hội, những khó khăn đã bớt đi phần nào gánh nặng.

Nhị Đặng và cơn sốt truyền thông mang tên “travel blogger”

“Mọi người thường hay hỏi tôi: “Tại sao lại nghỉ việc? Tại sao một đứa con gái lại chọn đi rong ruổi, chọn những thước hình làm bạn tình thầm thiết? Tại sao lại làm những điều đó?”

Những câu nói đầy ám ảnh - lời tự sự của một cô gái đam mê bay nhảy, tự do có thể khiến ai đó phải xem đi xem lại nhiều lần và tự đưa tâm trí mình vào cái bẫy nhiều câu hỏi không ngừng. Những câu nói đó được trích ra từ video

thu hút hơn 200.000 lượt xem, 2.400 lượt chia sẻ trên trang Facebook cá nhân của Nhị Đặng. Cơn sốt travel blogger lên ngôi, người ta bắt đầu tò mò về nghề tự do mà trong tiếng Anh gọi là freelancer. Những người đang tự cho mình là kém cỏi liệu có thể có được nghề nghiệp trong mơ này?

Cách đây một năm, tôi vô tình đọc được một cuốn sách với tên gốc “Digital nomad: How to travel the world and work as a freelancer” được một bạn trẻ dịch ra tiếng Việt và đăng lên Medium với cái tên “Con đường trở thành một digital nomad: vừa làm việc vừa tung tăng khắp thế giới”. Tôi nghĩ bạn có thể tìm đọc lấy, cuốn sách chỉ dài độ 60 trang nhưng là cả một kho tàng quý báu nếu bạn muốn khám phá thêm về cuộc sống đầy thú vị của một freelancer. Có một câu nói trong cuốn sách mà tôi ám ảnh mãi: “Đừng nghe theo lời khuyên của gia đình, bạn bè hay đồng nghiệp khi bạn kể cho họ về chuyện bạn nghỉ việc.” Mọi công việc đều bắt đầu bằng một quyết định và bạn phải giữ cho mình sự cam kết với nó.

Chuyện của những travel blogger hay những digital nomad thế kỉ XXI

Hầu hết mọi người đều chỉ muốn sống một cuộc sống ổn định, vốn đã trở thành tiêu chuẩn mặc định của xã hội ngày nay. Chúng ta đi học, rồi chúng ta tìm kiếm công ăn việc làm...”

Nomad dịch nôm na là “du mục”, ý muốn chỉ những người sống ở những vùng khác nhau, di chuyển từ nơi này tới nơi khác. Digital nomad ám chỉ những du mục thời đại số, những người vừa tung tăng vừa làm việc, phần lớn lựa chọn công việc online với chiếc laptop của mình. Gần đây câu chuyện của cặp đôi travel blogger

“Khi muốn thay đổi công việc thì đừng noi vs người thân”



Jack Morris và Lauren Bullen đã khiến không ít người trẻ phải bất ngờ trước số tiền khổng lồ mà họ nhận được. Morris được trả 9000 USD cho chỉ một bức ảnh anh đăng lên Instagram. Người ta sẽ không khỏi ghen tỵ và ngừng mơ ước được một nửa cuộc sống của cặp đôi này. Nhưng họ có biết được rằng Morris từng không học đại học và làm công việc chùi thảm nhằm chán 5 năm rông trước khi anh quyết định bỏ việc để bay tới Thái Lan?

Kyle Le Dot Net chính là cái tên sẽ xuất hiện trong danh sách những travel vlogger tôi yêu thích nhất. Kênh YouTube xấp xỉ 77.000 lượt theo dõi, với 640 video, Kyle xứng đáng là travel vlogger Việt mang đến cho người xem nhiều cảm xúc và dư vị cuộc sống nhất. Người ta đi để làm gì? Câu trả lời của Kyle chắc phải là: đưa vẻ đẹp Việt Nam đến gần hơn với bạn bè quốc tế. Tôi tin là các bạn có đủ thời gian rảnh để xem các clip của Kyle, và tôi nhớ video khiến tôi xúc động nhất là lúc anh khám phá cuộc sống người Việt Nam tại Campuchia. “Tại sao đồng bào mình không có nhà để ở, tại sao những đứa

trẻ không có những ngôi trường đàng hoàng để đi và chơi, tại sao những người Việt mình tại Campuchia lại bị chính phủ họ đối xử tệ bạc như vậy...”, hàng loạt câu hỏi không cắt nghĩa nổi cứ thế chạy ngang dọc trong tâm trí tôi, quá đau lòng để đi hết một video dài xấp xỉ 20 phút.

Tạm kết

Tất cả những nghề nghiệp và mọi điều bạn cần chuẩn bị cho một cuộc sống vừa vi vu vừa làm việc đều có trong cuốn sách mà tôi chia sẻ phía trên. Nhưng với một người trẻ Việt, khi chập chững bước vào thế giới đầy mới mẻ này, các bạn đừng quên những thử thách mà mình có thể sẽ gặp phải. Tôi nghĩ câu nói này không phải lời khuyên mà chỉ là chia sẻ nho nhỏ: “Tập trung vào thứ mà bạn giỏi nhất đến khi nào bạn trở nên chuyên nghiệp. Đó là lúc bạn có thể đi mà không lo mình sẽ làm việc bằng cách nào”.

Trang Ps



13 tiếng nửa chào buổi sáng

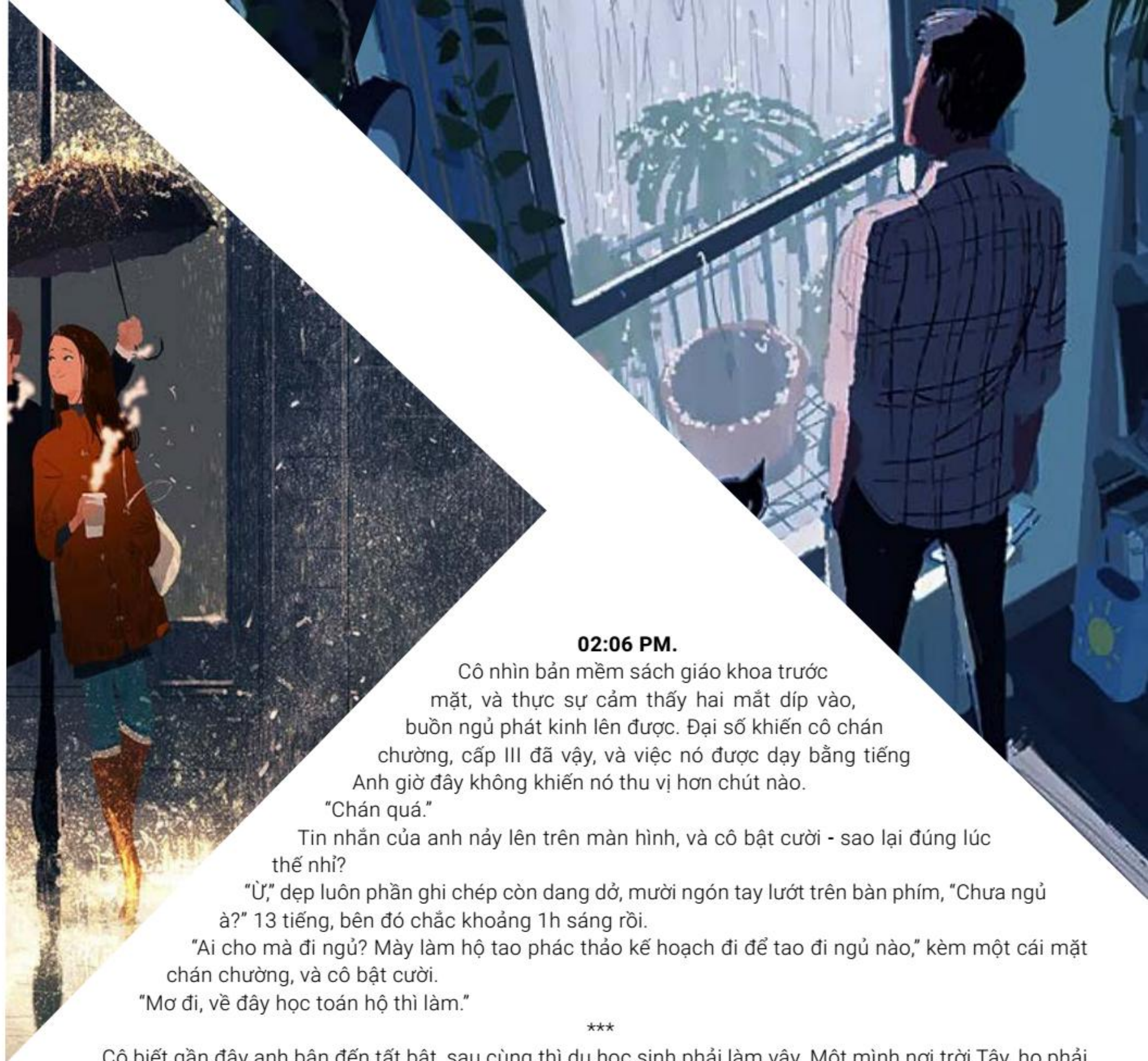
01:04 AM.

Anh nhìn bản thảo kế hoạch trước mặt, và thực sự cảm thấy hai mắt díp vào, buồn ngủ phát kinh lên được. Phải chi cái cơ thể này có thể khiến anh tỉnh táo làm việc y như lúc thức đêm đánh DOTA vậy. Tuần sau sẽ được nghỉ để ôn thi, nhưng bây giờ thì đang tất bật để lễ hội văn hóa Việt được tổ chức ổn thỏa, và cả dự án để cạnh tranh những vị trí đứng đầu trong Hội du học sinh Việt Nam. Anh thở dài, đầu ngả ra sau, đập vào cạnh ghế đau đống, à may quá tỉnh được một lúc.

Cả tuần nay dường như anh sống bằng cafeine, cái vị đắng nghét vọt lên kích thích trí não trong chốc lát rồi nhờn dần. Đến lúc không thể chịu được thì dùng nước tăng lực, "high" cả ngày, nhưng tác dụng phụ sau đó thì như thể hậu cơn say vậy, đầu đau và người nôn nao, ngủ cả ngày may ra sẽ đỡ. Được cái là làm được việc, anh không bị trễ hạn chót, và dù chỉ trong một tiếng duy nhất, đầu óc anh cũng đã được làm việc đến mức tối đa, mặc cho sau đó cơn đau đầu có hành hạ anh.

Mở khung chat, anh nhìn cái đèn xanh sáng lên bên cạnh tên cô. Vẫn chưa ngủ? – À nhầm, bên đó đang sáng. Có lẽ nói chuyện sẽ tỉnh táo hơn được một chút.

"Chán quá..." Anh gần như nói ra thành tiếng.



02:06 PM.

Cô nhìn bản mềm sách giáo khoa trước mặt, và thực sự cảm thấy hai mắt díp vào, buồn ngủ phát kinh lên được. Đại số khiến cô chán chường, cấp III đã vậy, và việc nó được dạy bằng tiếng Anh giờ đây không khiến nó thu vị hơn chút nào.

"Chán quá."

Tin nhắn của anh nảy lên trên màn hình, và cô bật cười - sao lại đúng lúc thế nhỉ?

"Ừ," dẹp luôn phần ghi chép còn dang dở, mười ngón tay lướt trên bàn phím, "Chưa ngủ à?" 13 tiếng, bên đó chắc khoảng 1h sáng rồi.

"Ai cho mà đi ngủ? Mà làm hộ tao phác thảo kế hoạch đi để tao đi ngủ nào," kèm một cái mặt chán chường, và cô bật cười.

"Mơ đi, về đây học toán hộ thì làm."

Cô biết gần đây anh bận đến tất bật, sau cùng thì du học sinh phải làm vậy. Một mình nơi trời Tây, họ phải đẩy bản thân trưởng thành và độc lập sớm hơn những người cùng trang lứa: phải đủ ý thức trách nhiệm để tự chăm sóc bản thân, đủ ý chí vững vàng để không gục ngã. Bị cuốn vào vòng xoáy của sự cạnh tranh khốc liệt nơi đất khách quê người, anh luôn ép bản thân đến giới hạn của mình. Đó là một điều tốt, cô nghĩ vậy, khám phá những khía cạnh mới của mình, những khả năng mà mình không biết mình có thể đạt tới, và cô cho rằng anh đã làm tốt.

"Mệt mỏi quá..."

Gần đây tần suất xuất hiện của cụm từ này là rất nhiều, và thông thường anh hay nhắn vào cái giờ này, khoảng từ lúc cô ăn trưa đến khi nghỉ giữa tiết ca 3. Tức là vào lúc 12h đến 3h sáng bên đó - khoảng thời gian đáng ra phải đi ngủ để cơ thể hồi sức.

"Đi ngủ đi, và lần sau thì làm việc từ sớm đi, đừng có tối muộn mới lên làm."

Lời lẽ thì nghiêm khắc thật đấy, nghe có vẻ giống một bà mẹ thật đấy, nhưng đấy là cần thiết. Và cũng y như cái cách trẻ con hay cãi người lớn, cô nhận được ngay câu trả lời.

"Bạn lắm có biết không? Tối phải đi tập gym chứ? Tập để gái theo." Kèm cái mặt cười nhăn nhó.

Sang bên Mỹ anh mới bắt đầu tập gym, cộng thêm việc mỗi ngày chạy 8 ki-lô-mét, thành thật mà nói cô cũng hơi ngạc nhiên đấy. Từ một người thoải mái, vui vẻ với những điều nhỏ nhặt trong cuộc sống của mình, anh bắt đầu có tham vọng hơn, tích cực trong học tập để duy trì GPA 3.5+, tham gia - tổ chức các sự

kiện văn hóa Việt lớn cùng hội du học sinh bên đó, chăm chỉ làm thêm một ngày 5 tiếng và tập gym đều đặn không bỏ buổi nào. Làm việc cả ngày, tối về cũng làm, cô dường như chẳng bao giờ thấy anh ngủ trước 3h sáng.

Đọc tin nhắn mà buồn cười. Buồn ngủ rũ mắt ra rồi ấy ngồi đó mà pha trà, nhưng cô vẫn theo, "Thế có gái rồi hè có dẫn về ra mắt không?"

Có một khoảng lặng, rồi, "Không biết được. Hè này tổ chức nhiều sự kiện, với cả tao cũng muốn đi chơi nữa chứ. Đi biển, lên thành phố, ra bờ Đông cũng không tệ."

Có chút gì trong cô thấy hơi hẫng hụt, nhưng sau cùng cũng không nên cản bước chân anh.

"Ừ, không tệ."

Kì thực, anh chưa bao giờ cảm thấy thích thú đến thế trước những kế hoạch mình đặt ra, anh chỉ tỏ ra như vậy. Để thuyết phục mình, thuyết phục người khác, thuyết phục cô, anh cũng chẳng rõ? Anh ép bản thân đến cực hạn, và những áp lực đè nặng lên anh khiến anh ngạt thở. Ép mình mở mắt tỉnh ngủ trong giờ học, trong giờ họp, khi đang chỉnh sửa những tệp tin âm thanh và những video quảng bá chiến dịch. Gò mình vào tập luyện, vào những phong cách quần áo, đến những bữa tiệc, uống rượu, tiệc tùng, nhưng khi ngày mới bắt đầu thì tất cả lại để lại cảm giác trống rỗng.

"Thật sự, tao không biết mình cố gắng thế này có để làm gì không nữa."

Có lẽ một phần nào trong anh sợ. Sợ rằng mình sẽ khiến mọi người thất vọng: bố mẹ anh đã cố gắng biết chừng nào để anh có thể sang tận đây học. Sợ rằng mang tiếng du học mà về không có công ăn việc làm tử tế. Sợ rằng du học mà chẳng thay đổi gì, mà không có cái vẻ năng động của du học sinh. Bất chợt anh thấy lạnh gáy, đến tận bây giờ anh mới nhận ra mình sợ điều đó như thế nào...

"Để làm gì? Hời ngu vậy, vì mày có thể làm được thì mày chứng minh điều đó thôi."

Máy tính rình lên chuông báo tin nhắn, và anh nhìn chăm chăm vào nó, đôi đồng tử giãn rộng. Ngón trỏ anh đặt trên bàn phím giần giật, mắt chớp chớp nhìn tin nhắn đọc đi đọc lại mấy lần vẫn không biết tìm cách phản ứng thế nào. Chỉ trong phút chốc, những sự sợ hãi đè nặng lên anh bỗng chốc biến mất, anh đều quên hết đi, trong đầu lặp lại tin nhắn như lời an ủi. "vì mày có thể làm được, mày chứng minh điều đó" – điều đó chỉ đơn giản như vậy thôi sao? Ồ, thật sự chỉ đơn giản như vậy. "Sao lúc nào mày cũng biết cần phải nói gì nhỉ?" Anh nhấn "Enter", và anh thật lòng. Cô lúc nào cũng là chỗ dựa tuyệt vời của anh.

"Vì tao là bạn mày." Nào, nốt đi, làm gì tốt thế. "Và tao khôn hơn mày." Haha, đúng rồi đấy.

"Học đi."

Vừa vặn, tin nhắn đến khi giảng viên kết thúc giờ giảng. Nhìn đồng hồ, bấy giờ là 2h36'.

"Đi ngủ đi." Trước khi tắt máy tính ra về, cô cười, gửi nốt tin nhắn cuối cùng, "Sáng mai dậy sớm mà làm cũng không muộn đâu. Tốt cho sức khỏe hơn đấy."

Tin nhắn đến chỉ sau vài giây, "Vâng, thưa mẹ," và một cái mặt cười. Tốt rồi, vậy là tâm trạng anh đã khá lên...

Anh hỏi cô vì sao lúc nào cũng tìm được đúng điều nên nói ư? Bởi vì khi anh dao động, nếu cô không thể vững vàng an ủi anh, thì ai sẽ làm đây? Phải, cô cũng thật lòng, đó là nhiệm vụ của cô, cô là bạn anh.

01:27 PM.

"13 tiếng nữa, chào buổi sáng."

Vân Nguyễn

“

*Có chút gì
trong cô thấy hơi
hẫng hụt, nhưng
sau cùng cũng
không nên cản
bước chân anh.*

”

*"If you want to run, run a mile. If you want to
experience a different life, run a marathon."*

Hạ về trên phố Chùa Láng

Rảo bước trên con phố hàng ngày đã
quen, chợt thấy mùi hương thật khác
hòa quyện trong gió, chợt thấy lòng
mình phơi phới reo vui, chợt thấy
những nụ cười giòn tan trong nắng.
Kìa nắng, kìa mùa hạ đang gõ cửa!
Góc phố bình yên,
lặng lẽ Chùa Láng ơi,
dậy thôi, Hạ về rồi!

Ảnh: **Cá Hồi**
Lời dẫn: **Hằngg**



Con người mình lạ lắm! Cứ cắm cúi đi rất nhanh... Để rồi thấy mọi thứ xung quanh sao dễ khiến con người ta khó chịu đến thế? Hãy bước chậm lại, nhìn cao xa hơn nữa. Để mình đừng thoáng qua nhau trong vô tình, để mình thấy nhiều màu sắc hơn nữa ngoài những xám xịt, để bất chợt thấy sắc đỏ ngoài kia tươi thắm quá, chói lòa quá, hay chỉ là trái tim mình đang rạo rực?



Mỗi bước chân như sự trốn chạy và chối bỏ, tớ như bị cuốn vào cuộc đua mà chính tớ không biết đâu là đích đến. Chắc cậu nghĩ, thế là ngốc lắm nhỉ, chẳng ai lại cầm đầu chạy chỉ vì mọi người ai cũng chạy cả. Chỉ cần dừng lại thôi.

Đơn giản lắm, nhưng tớ đã không nhận ra đâu cho đến khi thấy ánh nắng mùa hạ lấp lánh nhảy nhót trên những con sóng nhỏ tấp vào bờ. Vậy đấy, chỉ cần chọn cho riêng mình tia nắng chói chang nhất và tiến lên thôi.

Mùa hạ đến rồi, sao bạn còn ngồi đó?



BƯỚC NGOẶT

Khi đã lắng nghe bản thân đủ nhiều, bạn hoàn toàn có thể lựa chọn tiếp tục chặng đua hoặc rẽ ngang sang hướng khác. Ngay từ đầu, mỗi chúng ta là một bản thể riêng biệt với những năng lực khác nhau, được đặt giữa muôn vàn con đường. Vậy bạn đã sẵn sàng tìm kiếm con đường của mình chưa?



NGHE GIẢNG VIÊN FTU THÌ THÂM CHUYỆN ƯỚC MƠ

Ở FTU, chúng ta vẫn luôn tự hào về một thế giới phẳng giữa giảng viên và sinh viên sự tương tác thầy-trò được tận dụng triệt để. Vì vậy hãy cùng Sức Trẻ 55 khám phá ước mơ “thiếu thời” của giảng viên FTU và tích góp những lời khuyên hữu ích nhé!



Thầy Võ Xuân Lộc
(Khoa Cơ bản)

“Thời đi học tất nhiên là cũng hay so sánh bản thân với người khác chứ, nhưng lớn hơn một chút thì mình tiếp xúc nhiều, giao tiếp nhiều hơn, và tự nhận thấy điều đó nó không giúp ích gì cho bản thân cả nên dần dần điều này cũng không còn trong suy nghĩ nữa. Mình cứ tập trung thời gian vào việc học của mình thì tốt hơn là phi thời gian để đi so sánh như vậy. Cái việc so sánh khắp khiêng, sau đó đổ lỗi cho bản thân mình là không nên. Nếu là người có thói quen so sánh mình với người khác thì đó là thói quen không thể ngừng, so sánh từ điện thoại, xe máy, ô tô, nhà cửa, điểm, rồi vẻ đẹp hay thậm chí là người yêu. Bây giờ thầy đang làm giảng viên, một công việc tuyệt vời. Thầy nhận ra rằng việc hỏi han kinh nghiệm từ anh chị khóa trên là rất tốt và từ đó mình tránh được những điều không hay. Chúng ta ai cũng cần tự nhìn lại bản thân, để biết mình đang ở đâu, biết mình cần gì để tiến lên phía trước thì, chứ đừng bao giờ đem mình đi so sánh với người khác.”

Cô Ngô Thị Như
(Khoa Lý Luận Chính Trị)

“Cô cứ nghĩ mình sẽ làm gì đó liên quan đến ngành học của mình như Logic học, nhưng ai ngờ sau một năm làm trợ giảng ở FTU thấy lằng lằng quá nên quyết định ở lại. Cô thấy bây giờ người ta sống “ảo” lắm, quan hệ thầy trò “ảo”, bạn bè “ảo”, tham gia cái này cái kia cũng khá “ảo”. Ngoại thương nhiều người giỏi, điều này ai cũng biết. Nhưng cô nghĩ mọi thứ sẽ tốt hơn nếu tất cả đều thật lòng mình. Giống như cô hay nhắc các bạn trên lớp ấy, đừng học vì điểm cao, hãy học vì môn này thực sự có ích với các bạn, chỉ khi ấy việc học mới đơn giản. Với cô, thành công lớn nhất là chưa làm gì hổ thẹn với lòng mình, kể từ khi sinh ra. Cô luôn thành thật với tất cả mọi người, từ học sinh, bạn bè, thầy cô rồi sau này là chồng con. Bởi vì em biết không? Chỉ cái gì xuất phát thực sự từ trái tim mới đến được trái tim.”



"Chỉ những gì từ trái tim mới có thể đến được với trái tim"



Cô Đào Thị Thu Giang (Phó Hiệu trưởng)

"Cô may mắn hơn nhiều người vì định hướng rõ được mình thích gì. Cô sinh ra trong môi trường rất "sư phạm", nên cũng thích làm cô giáo từ đó. Nhưng chưa bao giờ cô đặt mục tiêu vào trường Ngoại thương đâu, chỉ biết phấn đấu để trở thành... cô giáo tương lai. Sau đó cô thấy Ngoại thương tuyển giảng viên và đăng ký, kết quả là có ngày hôm nay đây (cười). Cô quan niệm nghề chọn người chứ không phải người chọn nghề. Các bạn sinh viên FTUers nổi tiếng là thông minh, năng động nên có trải nghiệm rất nhiều. Như vậy cũng tốt thôi, nhưng bắt buộc phải tránh tình trạng cái gì cũng biết mà không cái gì sâu cả. Lời khuyên của cô dành cho FTUers là làm gì cũng phải dốc hết mình hết sức cho nó. Như vậy, em mới có thể chạm đến thành công."

Thầy Hoàng Xuân Bình (Khoa Kinh tế Quốc tế)

"Thời đi học tôi không bao giờ so sánh mình với người khác vì quan điểm của tôi mỗi người có một xuất phát điểm khác nhau nên điểm mạnh yếu khác nhau, cần phát huy để nhìn về phía trước không ngoảnh lại. Tôi dạy kinh tế, mà kinh tế thì luôn phải giả định, phải so sánh cùng hệ quy chiếu với các điều kiện ràng buộc, do đó không cần so sánh. Điều tốt nhất là hãy làm công việc của mình tốt nhất có thể. Học hỏi kinh nghiệm từ những người đi trước là tốt, tuy nhiên không nên quá thần tượng ai đó để rồi mình lại không đi con đường của mình. Quan điểm cá nhân của tôi khá độc lập. Hồi trẻ tôi nghĩ mình sẽ làm doanh nghiệp nhiều hơn, nhưng giờ thì tôi làm giảng viên như các bạn đã biết. Kỷ niệm với các bạn sinh viên có nhiều, một trong các bạn sinh viên tôi từng dạy và không quen trong quá trình dạy nhưng gặp lại sau khi cả 2 đã đi làm, qua giới thiệu của một đồng nghiệp đã trở thành bà xã mình bây giờ. Tôi nghĩ nếu cho chọn lại, mình vẫn chọn FTU, 21 năm từ khi làm sinh viên đến nay, tôi vẫn luôn nghĩ đây là ngôi nhà thứ 2 thật sự của mình."

Bơ - Hải Linh

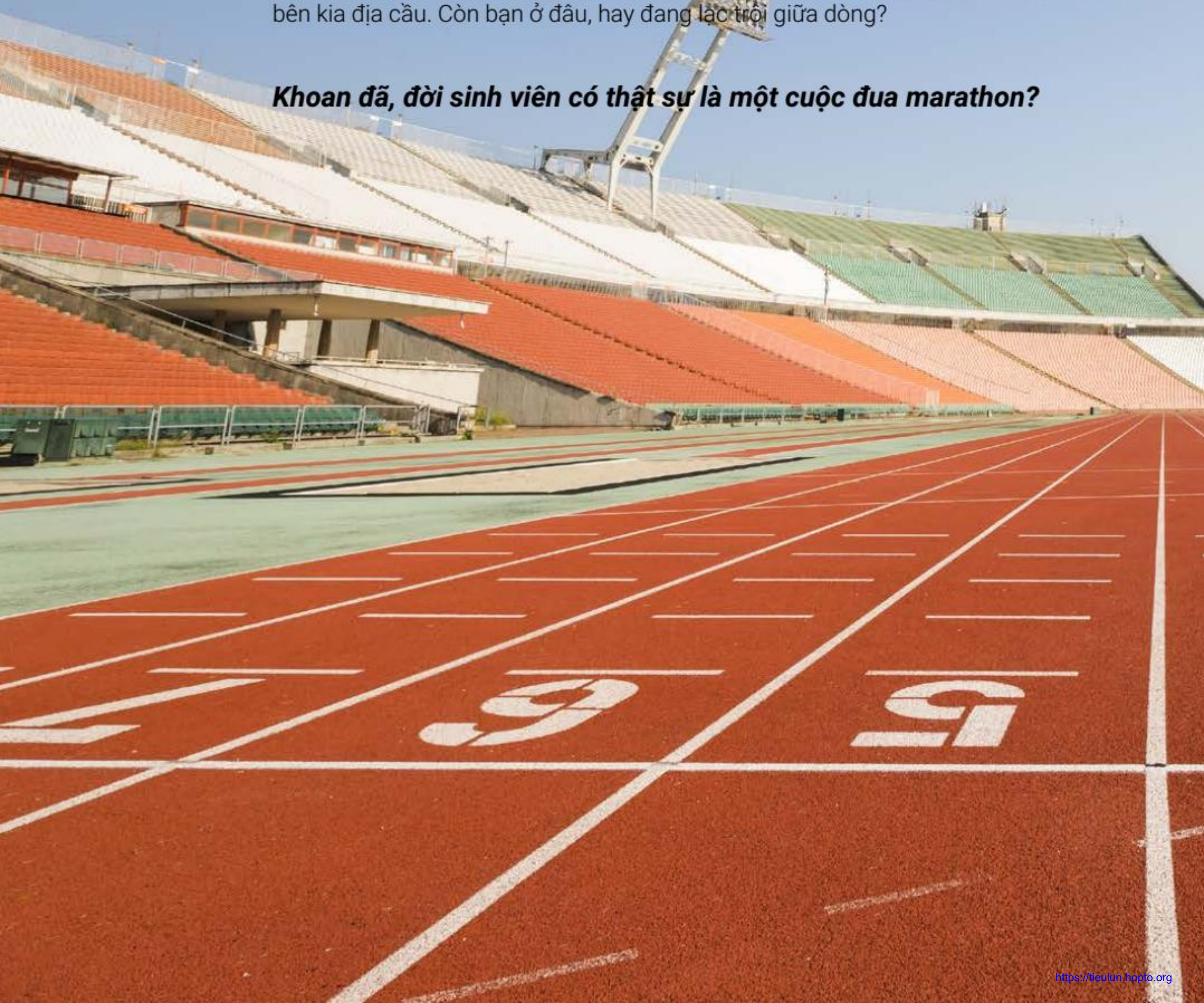


Trước khi tốt nghiệp, tôi sẽ chạy

Giống như việc giờ đã là ba rưỡi sáng, chúng tôi – Ban tổ chức chiến dịch, cùng nhau nhận ra thời gian một ngày trôi đi thật vội vã. Khi còn vài tiếng nữa mặt trời sắp ló rạng, khoảng cách giữa ước mộng tươi đẹp của năm nhất và hiện thực phũ phàng của năm cuối lại hiện lên khiến chúng tôi dần rơi vào khủng hoảng hơn.

Hãy công nhận rằng, dù sớm hay muộn, thì những kẻ “đầu hai - đít chơi vơi” chúng ta cũng đã, đang và đối mặt với khủng hoảng nghề nghiệp, hay khủng hoảng nhân dạng. Những sinh viên năm cuối dường như họ đang bị cuốn vào một cuộc đua vô thức, bởi những chuẩn mực xã hội đặt ra khi những “con nhà người ta” không chỉ là sự đe dọa suông đến từ các bậc phụ huynh. Họ đã kiếm một công việc làm thêm từ năm nhất, tham gia những cuộc thi lớn dành cho sinh viên, thực tập ở một tập đoàn đa quốc gia có tiếng, thu nhập hơn hai chữ số, trôi chảy vài ba thứ tiếng hay thậm chí còn là đặt chân lên những quốc gia bên kia địa cầu. Còn bạn ở đâu, hay đang lạc trôi giữa dòng?

Khoan đã, đời sinh viên có thật sự là một cuộc đua marathon?



trên con đường của chính tôi

Obama hoàn thành hai nhiệm kỳ ở tuổi 55, còn Trump bắt đầu vào tuổi 70. Đơn giản vì họ không đi chung một con đường vạch sẵn. Bạn có thể là một nhà kinh tế học tài ba, còn tôi là một kẻ đi viết dạo qua ngày, và chúng ta đều là những kẻ thành công trên con đường của chính mình. Khái niệm về thành công là vô số biến thể, không ai giống ai. Không ai là kẻ dẫn đầu, hay thụt lùi về cuối, bởi sau tốt nghiệp, chúng ta đều sẽ rẽ sang những ngã đường khác nhau.

Thấu hiểu tâm lý ấy, *Before I Graduate 2017* xuất phát chặng đua của mình với sự đồng hành đến từ *Câu lạc bộ Truyền thông YMC – FTU* cùng học viện *Tomorrow Marketers*. Chiến dịch với thông điệp “Trước khi tốt nghiệp, tôi muốn chạy trên con đường của chính mình” sẽ giúp các bạn trẻ nhìn ra giá trị của bản thân và lựa chọn hướng đi phù hợp nhất cho riêng mình trước khi tốt nghiệp. Tiếp nối thành công của năm trước, chúng tôi mong muốn “*Before I Graduate 2017*” tiếp tục lan tỏa đi những thông điệp khuyến khích người trẻ phát triển bản thân trước khi đội lên chiếc mũ cử nhân, hứa hẹn sẽ là một chiến dịch truyền thông xã hội đầy ý nghĩa dành cho các bạn sinh viên.

Với cùng một xuất phát điểm, nhưng vạch đích là thứ hoàn toàn không tồn tại vì chúng ta không cùng một con đường. Lấy hết dũng khí và can đảm chạy hết sức mình trên con đường của bản thân, bắt đầu cuộc hành trình tìm kiếm từ bây giờ. Trước khi tốt nghiệp.

Ban tổ chức chiến dịch Before I Graduate 2017.



KHI GONGCHA KỂ CHUYỆN HỘI SQUAD CỦA MÌNH

Tớ là Gongcha có lớp kem mịn rắc bột matcha thơm thơm mà các bạn trẻ đều yêu thích. Cuối năm 2014, tớ và hội Squad của mình gồm các bạn Dingtea, Chago, Bobapop,... (tạm gọi là "Gongcha và những người bạn") lần đầu tiên đặt chân tới Việt Nam. Vượt lên những cuộc chiến thương hiệu không ngừng nghỉ rồi bắt đầu phát triển và đạt được thành công như ngày hôm nay, tớ và các bạn mình tin rằng một ngày không xa, chúng tớ sẽ vượt mặt Starbucks, Highland Coffee, The Coffee House để thống trị toàn bộ thị trường đồ uống của giới trẻ.

Gia nhập thị trường đầy thách thức

Những ngày đầu tiên đặt chân tới Việt Nam, hội Squad chúng tớ vấp phải vô số những khó khăn oái oăm từ trên trời rơi xuống. Khi chưa kịp khám phá thị trường ở đây ra sao, chúng tớ đã phải đối mặt với một cuộc chiến thương hiệu đầy khốc liệt. Nếu đem tên tuổi ra so sánh với hội cafe lão làng nổi tiếng như Starbucks đã tồn tại hàng chục năm và có mặt trên khắp thế giới trước khi tới Việt Nam, hội trà sữa chúng tớ hoàn toàn thua xa về mọi khía cạnh.

Khó khăn lại chồng chất khó khăn khi hội Squad lại dính vào vụ lùm xùm bị gắn mác Trung Quốc xấu xí như "đồ uống Tàu Khựa rởm", "trân châu fake". Trà sữa bước vào thế giới đồ uống của giới trẻ như một đứa con bị ghẻ lạnh và không được sự tin tưởng của người dùng. Nguyên vật liệu kém "sang chảnh" hơn The Coffee House; giá thành lại quá đổi "bèo bọt" so với Starbucks và cũng chẳng có một không gian thoáng đãng để làm việc như The Coffee House. Không tên tuổi, không được ai ngó ngang, tất cả bỗng chốc "chết yểu" ngay khi vừa mới tiếp cận thị trường đồ uống giới trẻ.

Thống trị đồ uống như những ông hoàng

Biết khó khăn là như vậy nhưng đã đặt chân đến đây thì quyết không bao giờ trở về tay không, "Gong cha và những người bạn" đã từng ngày cùng nhau phá bỏ định kiến của người Việt "Đồ uống Trung Quốc là không an toàn". Nhờ có hội Squad của chúng tớ mà thị trường trà sữa Việt Nam phát triển mạnh mẽ như vũ bão và ngày càng trở thành công nghiệp mũi nhọn tiềm năng.

Trong khi The Coffee Inn, The KAfe,... lần lượt bị tử thần giăng lưới hái, chúng tớ vẫn đứng vững phát triển như một bước nhảy vọt vĩ đại. Tớ và các bạn của mình cùng nhau phủ sóng khắp các tỉnh thành từ Hà Nội đến Thành phố Hồ Chí Minh. Tính đến thời điểm này ở miền Bắc, Dingtea dẫn đầu với hơn 100 cơ sở. TocoToco tiếp theo sau với 60 điểm bán và người bạn sát nút Chatime. Trong miền Nam, những thương hiệu đang làm "bá chủ" hiện nay là Koi, Tiên Hưởng, Gong Cha, Chatime, chưa kể tới một số thương hiệu khác như Phúc Long cũng có mặt hàng trà pha sữa được đông đảo khách hàng ưa chuộng. Các thương hiệu khác như Bobabopop, Chatime, Chago đang ngày càng khẳng định vị thế của mình. Thành công của Dingtea, TocoToco, Chatime,... đã tạo động lực để những người anh em khác như Mr.Good Tea, Royaltea bắt đầu thâm nhập vào thị trường và cùng chúng tớ bá chủ thế giới.

Giờ đây hội Squad đã chiếm tới 70% thị phần đồ uống của giới trẻ. Nhưng chúng tớ không chỉ tiếp cận đến thế hệ thanh niên 9x nữa mà đã mở rộng đến dân văn phòng, những người trung niên,... Cũng chính vì lẽ đó mà theo như nghiên cứu doanh thu của mỗi cửa hàng trà sữa chúng tớ hàng năm tăng từ 15%-20%. Đây thực sự là cuộc cách mạng vĩ đại để chúng tớ phải vỗ ngực tự hào vì những thành tựu đã làm được.

Chiến lược dài hơi làm nên cách mạng

Không phải tự nhiên mà hội Squad chúng tớ cạnh tranh được với những hội Squad có thời gian phát triển lên đến hàng trăm năm, tất cả đều nằm trong những chiến lược Marketing cẩn thận và có tính chất lâu dài.

Đánh vào tâm lý của tầng lớp người trẻ tuổi ưa cái đẹp, thích check-in, chúng tớ đã tự tạo cho mình một gu ăn mặc rất thời thượng và khác lạ. Việc "design" về ngoại thất bắt mắt là những yếu tố tiên quyết để được người tiêu dùng hài lòng.

Hội trà sữa chúng tớ cách đây hơn chục năm chỉ đơn thuần là một cốc nhựa mỏng không tem nhãn, một màng kéo ni lon nhiều màu sắc hoạt hình ở trên kèm 1 ống hút lớn thì nay, về ngoài đã toát lên được "thần thái" và đi kèm những thông điệp vô cùng đáng yêu. Những ly Chago đen hoa đỏ huyền bí; Dingtea với tông màu đen – trắng đơn giản nhưng rất đặc trưng; Bobabop cool ngầu dễ thương làm siêu lòng không biết bao vị khách khó tính. Để rồi những hình ảnh lung linh của "Gongcha và những người bạn" cứ thế tràn ngập các trang mạng xã hội.

Trong khi khách hàng khó lòng tìm được sự khác nhau trong hương vị giữa các thương hiệu cafe thì hội Squad chúng tớ đang làm rất tốt điều đó. Nhắc đến Gongcha các bạn trẻ sẽ nhớ ngay tới lớp kem mịn rắc bột matcha béo và thơm của tớ. Dingtea lại gây nghiện bởi sự cân bằng hoàn hảo giữa trà và sữa với chân trâu tuyệt vời còn với Chago vị trà sẽ đậm và thanh hơn. Nhắc đến mỗi thương hiệu trà sữa, người ta ghi trong lòng những hương vị huyền thoại chỉ từng hãng mới có Alisan kem sữa Gongcha, trà ô long Dingtea, trà sữa bá tước Feeling Tea, hồng trà sủi bọt Bobabop,... Chính những đặc trưng đó khiến thực khách đã uống Gongcha, Dingtea thì chắc chắn phải uống tất cả các hãng khác để tìm bằng được dù là rất khó những mùi hương riêng.

Một chiến lược cuối cùng không kém quan trọng để cạnh tranh với hội cafe ấy chính là giá cả của chúng tớ. Giá một ly trà sữa trải đều từ 30-60K, rẻ hơn một ly cafe cộng thêm sự đa dạng với các kích cỡ ly khác nhau sẽ làm mức giá này trở nên bình dân với các bạn trẻ nhỡ phải lòng hội Squad này. Chính vì lẽ đó, hội Squad ngày càng thâm nhập sâu vào thị trường và trở thành thức uống khó mà bỏ đi của giới trẻ đặc biệt trong những ngày hè oi ả.

"Thế giới quả là chật hẹp, nhưng rồi chúng ta vẫn sẽ có chỗ của mình - ở đâu đó". Trên con đường phát triển của mỗi thương hiệu quả là một câu chuyện dài đầy những công gai nhưng trên hết là sự nỗ lực phấn đấu từng ngày. Không có nền tảng thương hiệu như bao lớp đồ uống đàn anh khác, không quá sang chảnh nhưng "Gongcha và những người bạn" tự hào về những gì mình đã làm được ở Việt Nam - nơi tưởng chừng không dành cho những thứ đến từ Trung Quốc.

Minh Phương – Hải Linh

SELF-HELP: ĐỌC, XEM, NGHE GÌ ĐỂ THẬT “HELP”

Chắc hẳn trong những 24h vừa qua, bạn đã bỏ lỡ nhiều thứ: không kịp đọc một cuốn sách ưa thích, lỡ mất video channel quen thuộc hằng ngày, lưu một bộ phim và mãi không xem được?... Phải chăng bạn đang sống quá nhanh và bỏ quên mọi thứ? Vậy tại sao chỉ 24h duy nhất, bạn không dẹp hết công việc sang một bên, sẵn sàng “đi tìm lại chất của bản thân” một cách thật “help”?



Vừa thức dậy vừa “gặm nhấm” blog

Bạn thường bắt đầu buổi sáng bằng việc gì? Nằm dài và lướt facebook? Hay vội vã lục tung căn phòng để tìm đồ đạc rồi phi ra khỏi nhà với tốc độ ánh sáng? Tuổi trẻ của bạn đang bị chi phối và cuốn đi quá nhanh bởi những thứ vụn vặt ấy.

2017 là năm của những trái tim ưa xê dịch. Tại sao không bắt đầu bằng việc rời chiếc giường yêu quý, pha cho mình một tách cà phê và đọc một trang blog ưa thích? Nếu bạn muốn một buổi sáng được truyền cảm hứng bởi những câu chuyện du lịch thì hãy “gặm nhấm” những chuyến đi của Rosie (Rosie on the road) hay của Hải Đăng Trần để nhìn thế giới muôn màu chỉ qua những con chữ. Tất cả chuyến hành trình mới lạ và nhiều cung

bạc cảm xúc, dưới ngòi bút như có thần của hai trang blog trên chắc chắn sẽ truyền cho bạn khí thế hừng hực để lao ngay ra đường xách ba lô và trải nghiệm mọi thứ trên đời. Ngoài ra để kích thích não bộ nạp năng lượng cho một buổi sáng đầy sáng tạo, đừng bỏ qua “Nghe nhạc tây và viết tiếng Việt” của Trâm Bùi (Bad Dog Infinite Playlist). Những tâm hồn đang “khô cạn” cần được tưới mát thì đến với Blogger Nguyễn Huy Hoàng để tìm những cuốn sách ưa thích cũng là sự lựa chọn không tồi.

Còn một buổi sáng thức dậy không muốn ồn ào với tiếng ti vi thì hãy đổi sang việc nghiền ngẫm blog của Giáp Văn Dương. Bởi những vấn đề xã hội vốn khô khan bỗng chốc trở nên có sức hút lạ lùng với chính cách khai thác có duyên đầy mới mẻ của trang blog này. Các vấn đề chính trị

nổi cộm như "Phía sau bạo hành", hay những câu chuyện văn hóa góc khuất "Có cần giải oan cho Đường Tăng", "Sự tùy tiện đã thành bản sắc"... hiện lên rất "đời" đã khiến không ít những bạn trẻ phải giật mình và đặt câu hỏi để khám phá.

Phim và đời – ta “trộn” vào nhau

"Haizz, dạo này tớ bận quá, chẳng có thời gian xem bộ phim nào cả. Tớ đang già đi từng ngày". Tần suất bạn than thở đang nhiều lên từng ngày theo "tuổi thọ" của bạn. Đó là dấu hiệu của việc bạn đang bước đến cái dốc bên kia của cuộc đời đấy, đã đến lúc xem những bộ phim truyền cảm hứng để tìm lại "chất" của chính mình rồi.

"La la land" - câu chuyện tình gắn liền với ước mơ sự nghiệp. Một câu chuyện kéo người ta từ mơ mộng về thực tế, tình yêu dù đẹp đến đâu nhưng cuộc sống vẫn chảy trôi và con người phải chảy trôi theo nó. Không hẳn là một happy ending nữ chính và nam chính đều huề và hạnh phúc mãi mãi về sau, ở "La la land", để cặp đôi chia tay sau 5 năm yêu nhau mặn nồng cũng là một chủ ý. Họ chia tay để theo đuổi sự nghiệp. Mia trở thành diễn viên nổi tiếng, Sebastian làm chủ một hộp đêm chơi nhạc jazz đúng chất anh muốn chỉ tiếc rằng họ phải đánh đổi tình yêu để có được tham vọng ấy. Bộ phim đa chiều đầy tính nhân văn thực sự là minh chứng điển hình của cuộc sống hiện đại để người xem phải tự tìm ra câu trả lời cho chính mình chọn tình yêu, hay chọn sự nghiệp?

Nếu đã quá ngán ngẫm với thể loại phim tâm lý tình cảm thì hãy chuyển sang thể loại phim hài hước. "Cô nàng đầu đất" – Bộ phim Nhật kể về cô gái kiến thức không bằng học sinh tiểu học lại đổ vào một trong những trường danh tiếng nhất Nhật Bản khiến người xem phải bật cười khoái chí đồng thời cũng tự chiêm nghiệm lại bản thân khi nghĩ rằng mình đang lệch hướng khỏi con đường học tập để tìm lại động lực cho bản thân. "Pursuit of the happiness" – hành trình đi đến thành công của người đàn ông Chris cũng là bộ phim khá hot trên mạng xã hội. Nếu bạn đang hoang mang mình ở đâu giữa cuộc đời này thì ngưng suy nghĩ ấy lại vì so với Chris, bạn chênh vênh ít hơn nhiều.

"Du ngoạn" YouTube - học kĩ năng mềm

"Nhìn thôi đã phát thèm." - Đó là cách các cooking video channel truyền cảm hứng nấu nướng cho các bạn trẻ. Họ khiến chúng ta phát cuồng vì đồ

ăn ngon đến mức "tự lặn vào bếp". Mỗi kênh lại có sự độc đáo riêng: từ sự tinh tế của Tasty khi thêm vào thông tin chi tiết lượng nguyên liệu, hay xem Chefsteps để học những tips về việc tách vỏ sầu, chiên cá, bóc vỏ hành, Bon appetit với những lời chỉ dẫn chi tiết cho ai nghe tiếng Anh tốt và nếu bạn thích món ăn Nhật thì Cooking with Dogs là một lựa chọn không tồi. Chỉ vài phút với các món ăn đa dạng từ khai vị đến tráng miệng hứa hẹn một đêm mất ngủ vì bụng réo nếu bạn chẳng may ghé qua vào buổi đêm.

Ngoài ra để "refresh" lại bản thân thì trào lưu làm đẹp vẫn chưa bao giờ giảm nhiệt. Kênh YouTube của Changmakeup, Quỳnh Anh Shyn thu hút rất nhiều người xem chính bởi sự hữu ích khi hướng dẫn khá chi tiết các bước làm đẹp để có được phong cách đa dạng: trẻ trung, già dặn hay lạ lạ quái quái.... Khi bạn băn khoăn không biết nên mua màu son nào, hăng gì giữa một đại dương mỹ phẩm, chỉ bằng vài cú click bạn sẽ được các beauty blogger review chi tiết về điểm mạnh, điểm yếu của từng loại, giúp bạn đưa ra lựa chọn tốt nhất.

"Truy tìm" cảm hứng từ trong trang sách

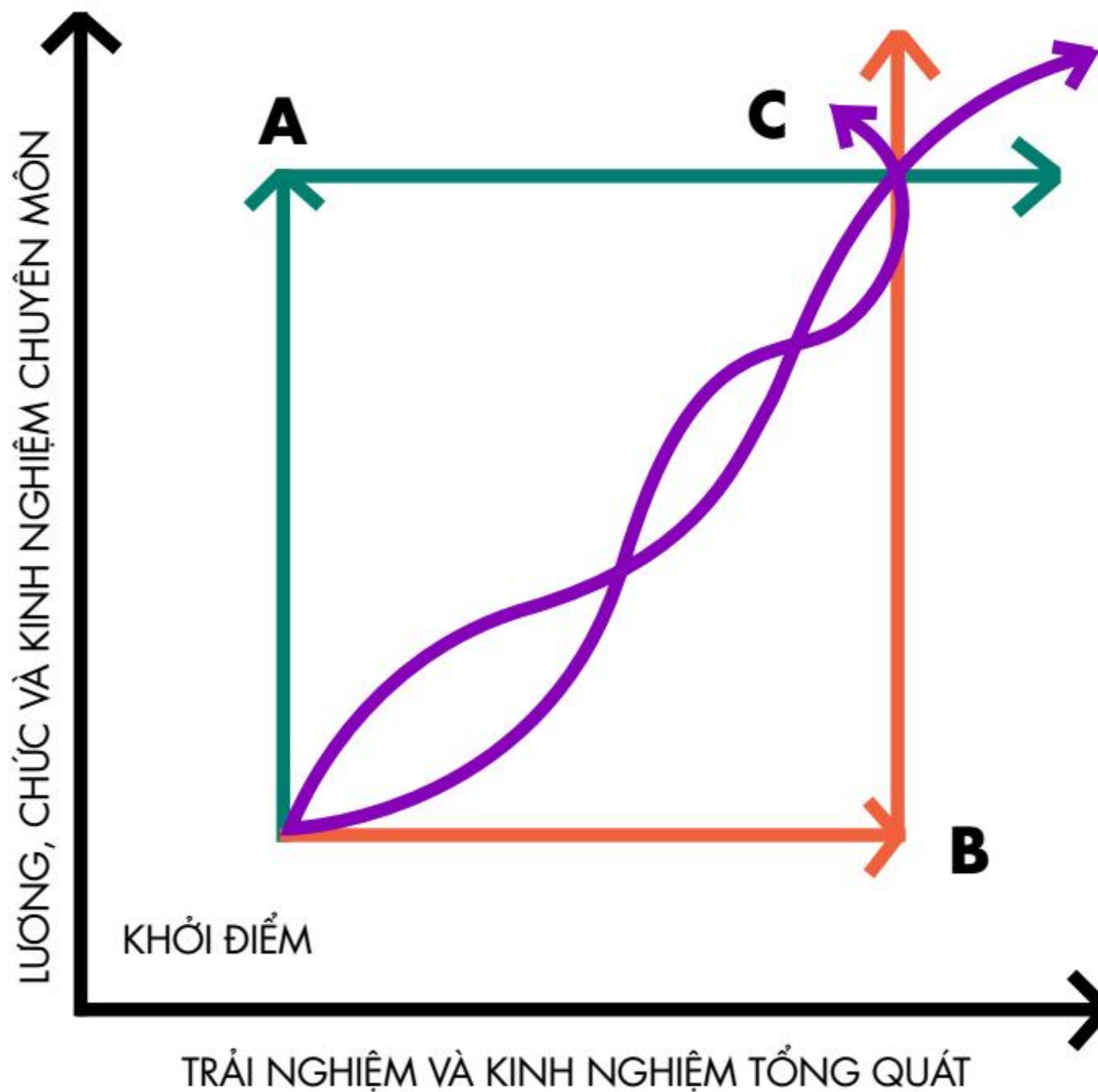
Dành cho tuổi trẻ khờ dại, chênh vênh nhưng chưa bao giờ ngừng vươn lên mạnh mẽ, cuốn sách "Tuổi 20 – tôi đã sống như một bông hoa dại" của tác giả Trang Xtd đã nói hộ suy tư của nhiều bạn trẻ trước ngưỡng cửa 20: Thành công là gì? Ý nghĩa của những tấm giấy khen? Đây là đam mê của bạn?... bằng những câu chuyện gần gũi, những quan sát tinh tế và sự thấu hiểu đời sống sinh viên.

Hay là "Cuộc hẹn bình minh" của người thầy, nhà văn Yasushi Kitakawa sẽ truyền cảm hứng cho những ai muốn bước chân ra khỏi vùng an toàn để theo đuổi ước mơ. Xen lẫn câu chuyện tình yêu tuổi học trò trong sáng là những buổi học như những cuộc cách mạng nho nhỏ trong tâm hồn tuổi trẻ: "Hãy tự mình trở thành sự thay đổi mà bạn muốn thấy ở người khác; trở thành người lớn tuyệt lắm, các em có thể sống làm điều mình thích"

"Your life does not get better by chance it gets better by change". 24h ngày hôm nay tới thành công mai sau chỉ cách nhau ở sự quyết tâm. Đừng vì thấy người ta bắt được chuyến tàu sớm mà vội nản lòng, bạn luôn có 24h ngày hôm nay để gói ghém hành trang, sẵn sàng đón đợi chuyến tàu mới.

Hải Linh – Minh Khuyên

"Dọc hay ngang, méo hay tròn, đều là bạn cả thôi!"



ĐỂ THÀNH CÔNG, NÊN CHỌN PHÁT TRIỂN NGANG HAY PHÁT TRIỂN DỌC?

Theo nhiều nghiên cứu của các chuyên gia về Quản trị trên thế giới, có hai xu hướng phát triển con người chính: Phát triển ngang và phát triển dọc. Hiện nay vẫn chưa có câu trả lời chính xác xem lối phát triển nào ưu việt hơn. Vậy còn bạn, bạn đang phát triển theo hướng Ngang hay Dọc?

Và bạn có thấy sự phát triển này thực sự phù hợp với bản thân mình?

Phát triển ngang và phát triển dọc là gì?

Ngang và Dọc là hai người bạn có cùng xuất thân. Cả hai cùng có chí tiến thủ. Khổ nỗi, Ngang chưa biết mình thích theo đuổi điều gì nên cứ thử hết lĩnh vực này đến lĩnh vực nọ. Ngược lại với Ngang, Dọc tập trung một lĩnh vực rồi chăm chỉ tìm tòi sâu thêm về nó. Sau 10 năm, cả Ngang và Dọc đều thành công trong lĩnh vực mình chọn. Lúc bấy giờ, Dọc bắt đầu trau dồi thêm kiến thức và kỹ năng ở lĩnh vực khác, còn Ngang tập trung nghiên cứu lĩnh vực cậu yêu thích sau thời gian dài kiếm tìm. Kết luận, Ngang đi theo bề rộng, cậu tìm ra sở trường nhờ việc nghiên cứu nhiều lĩnh vực mới mẻ còn Dọc đào sâu nghiên cứu một vấn đề cậu cảm thấy mình làm tốt nhất. Dù phát triển theo hướng nào, cả Ngang và Dọc đều đạt được thành công nhất định.

Như vậy Phát triển dọc là việc tập trung vào một lĩnh vực, cố gắng trở nên nhạy cảm và tinh thông hơn về lĩnh vực đó. Việc tập trung giúp bạn luôn duy trì được mức năng lượng cao. Trong thời gian "cao điểm" của phát triển dọc, người ta có thể học một thứ nhanh hơn 3-5 lần so với người bình thường.

Trái ngược với phát triển dọc, người phát triển theo bề ngang tập trung mở rộng trải nghiệm, không quá sâu nhưng lại rất rộng. Họ có thể không (muốn) giỏi hẳn một lĩnh vực nào đó nhưng khi "đá" sang cả kỹ năng giao tiếp, lắng nghe, phản biện,... chính họ lại khám phá ra sức mạnh tiềm tàng của bản thân.

Ngang & Dọc – trên bàn cân so sánh

Ở FTU, hay bất kỳ trường đại học nào khác, chúng ta thường xuyên tự so sánh bản thân, hoặc bị đặt vào cuộc so sánh với những người khác. Khi đặt một người tham gia nhiều câu lạc bộ, sở thích có, chuyên môn có, tình nguyện xã hội có,... lên bàn cân với một người đi làm thêm từ sớm và kiếm được tiền từ việc anh ta thích, chiếc kim của cân sẽ bị... gãy. Điều này tạo nên một tranh cãi rất lớn về việc Ngang và Dọc, lối phát triển nào tốt hơn cho các bạn sinh viên.

Khi không biết mình mạnh về lĩnh vực gì, một phản xạ tự nhiên của người trẻ là thử càng nhiều càng tốt. Khi học hỏi theo chiều ngang, càng tìm tòi nhiều, càng thấy mình kém cỏi, và càng phải cố gắng. Trải nghiệm, kiến thức và kinh nghiệm tổng quát của chúng ta sẽ phát triển theo thời gian, nhưng có lẽ chức vụ và tiền lương thì gần như vẫn vậy. Đến một lúc nào đó, người phát triển theo bề ngang nhận ra lĩnh vực họ thích thú

nhất hay phù hợp nhất để phát triển nghề nghiệp. Họ bắt đầu tập trung đầu tư thời gian và công sức vào lĩnh vực ấy (đầu tư theo chiều dọc). Nhờ kiến thức tổng quát và kinh nghiệm bấy lâu này, họ thăng tiến và tăng lương rất nhanh từ cột mốc này.

Đối với người phát triển dọc, khi cảm thấy các kỹ năng khác chưa (hoặc không) cần thiết, họ sẽ tập trung hoàn toàn nguồn năng lượng vào lĩnh vực mình đang theo đuổi. Những người đi theo trường phái này thường đã biết mình thích gì ngay từ khi mới bắt đầu thử nghiệm. Cứ như vậy, họ đào sâu, học hỏi, gia tăng kinh nghiệm và kiến thức trong lĩnh vực ấy. Việc thăng tiến, các thành tích của họ sẽ tỉ lệ thuận với thời gian và sức lực mà họ đầu tư vào lĩnh vực. Tuy nhiên đến một lúc nào đó, hoặc tự bản thân mình, hoặc công việc bắt buộc họ tìm hiểu những lĩnh vực khác liên quan, họ sẽ bắt đầu phát triển theo chiều ngang, học hỏi chuyên môn, tăng kinh nghiệm.

Như vậy phát triển dọc và phát triển ngang là 2 bước "tiến hóa" để trở thành con người phát triển toàn diện. Tuy có vẻ khác nhau, nhưng chúng có sự giao thoa, đổi chỗ cho nhau theo từng giai đoạn của cuộc đời. Giống như xây một căn nhà. Bạn bắt đầu xây từ móng. Nếu cảm thấy móng đã chắc, bạn hoàn toàn có thể xây thêm những viên gạch cho ngôi nhà thật cao. Còn nếu cảm thấy chưa tự tin để xây cao, bạn vẫn chọn cách truyền thống như thường: đắp những viên gạch xung quanh ngôi nhà theo hình thù sáng tạo, rồi sau đó xây cao lên.

Bạn nên lựa chọn con đường nào?

Từ những hiểu biết trên về phát triển Ngang và Dọc, có lẽ bạn đã phần nào bớt lo lắng về con đường phía trước cũng như không còn cảm thấy bất an khi phải so sánh mình với một người có con đường phát triển khác biệt. Việc lựa chọn Ngang hay Dọc là tùy thuộc vào tình trạng cá nhân của mỗi người. Cuối cùng thì với mức nỗ lực xứng đáng, Ngang hay Dọc cũng đều dẫn đến một cột mốc thành công như nhau mà thôi.

Bước đầu tiên trong việc lựa chọn con đường phát triển luôn là hiểu chính mình là ai, mình đang cần gì và mong muốn những điều gì. Bạn cần phải làm chủ được cảm xúc, ý thức, thậm chí là cả tâm tư, tình cảm của mình. Hãy hiểu rõ bản thân, chuyển hóa tất cả "vốn liếng" thành lý chí, sau đó mới tính tới chuyện chuyển mình trong mọi sự phát triển.

Tạm kết

Bạn sẽ tỏa sáng thực sự khi làm những thứ mình thích và khiến bản thân thoải mái. Ngang hay dọc không quan trọng, quan trọng là bạn biết được bản thân mình đang ở đâu trên đường đua. Thay vì những công thức phát triển cứng nhắc, cùng lời nói "gây nhiễu" của những người qua đường, "hiểu chính mình" mới là bí kíp chân chính cho thành công của người trẻ.

Bơ



You don't know about me.

ĐỪNG ĐỂ BẤT CỨ AI “CỘP MÁC” BẠN

Đã ai từng có cảm giác, mỗi khi ngày bắt đầu, sẽ bước chân vào cuộc chiến chống lại ngàn vạn cái ánh nhìn dò xét từ người khác chưa? Giả như những ánh mắt ấy biết nói, bạn sẽ nghe thấy những gì nhỉ? - “Sinh viên Ngoại thương”, “con ngoan trò giỏi”, “năng động lắm”, “giỏi lắm”, “không sợ thất nghiệp”,... Quá nhiều nhãn mác cột quanh cổ bạn, chúng làm bạn ngạt thở và bức bách, chất chồng nhau khiến bạn không có cách nào thoát ra được.

Những nhãn hiệu lệch lạc

Trong tiếng Anh có một cụm từ gọi là “Labelling Theory” (Lý thuyết gán nhãn hiệu) - một lý thuyết xã hội học nói về sự đánh giá của con người lên con người. Để đơn giản hóa quá trình đánh giá và nhận biết người khác, họ thường liệt đối phương vào một hệ thống các “nhãn mác” có sẵn thông qua những hành vi, hoạt động của đối phương trong một văn cảnh nhất định. Ví dụ: “Vì A là một người hướng ngoại, A hiển nhiên có khả năng

giao tiếp tốt, luôn thích xuất hiện giữa đám đông” “Sinh viên Ngoại thương thì phải năng động”, “Vì B đánh C nên B là người hung hãn” (dù có thể ở một khía cạnh khác, B làm thế chỉ để tự vệ),... Vì nhãn mác được đặt ra phụ thuộc vào văn cảnh và chúng thường có tác động cố hữu đến nhận thức con người (một người bị dán nhãn mác X thường sẽ luôn được nhớ đến với đặc điểm X) nên việc dán nhãn người khác được đánh giá là lệch

lạc, nông cạn, thiếu đi những góc nhìn khách quan đa chiều. Theo một số nhà xã hội học và tâm lý học, bản chất của hành động này còn thể hiện sự ích kỷ của cái tôi, khi bạn cố gán cho người khác những cái nhãn hiệu để thấy mình tốt hơn họ. Vô hình chung, khi tập hợp lại, những nhãn hiệu xấu xí trở thành một hệ thống dày đặc các định kiến tàn nhẫn đang áp đặt lên chúng ta. Đáng buồn thay, việc "cộp mác" không hề xa lạ mà thực sự rất phổ biến trong xã hội hiện nay. Từ những đứa trẻ lớp 1 cho đến những thanh niên trưởng thành đi làm, từ nữ cho đến nam, đều đang cộp mác người khác và bị cộp mác. "Điểm thấp" tức là "ngu dốt", là "cá biệt", là "bố mẹ không biết dạy con". "Không đỗ đại học" tức là "thất bại của xã hội", là "phụ lòng cha mẹ", là "vô trách nhiệm với chính cuộc đời của mình". Thành công tức là lương tháng \$1000, có nhà có xe, vợ đẹp con ngoan,...

Nạn nhân tội nghiệp của "những chiếc nhãn"

Khi bị dán những cái mác cay nghiệt, có khi đến từ chính những người thân cận như gia đình, chúng ta dễ trở nên tự ti, xuống tinh thần. Ta nhận thức được sự kém hoàn hảo của bản thân, và sự đối xử của mọi người với vết nhơ này khiến người bị dán nhãn trở nên tổn thương, suy sụp và lâu dần có thể dẫn tới gục ngã. Bên cạnh đó, có những người bề ngoài "được" dán cái nhãn "con ngoan trò giỏi", lại bị bó buộc trong những kì vọng quá lớn của cha mẹ và những người xung quanh. Định kiến tạo thành cái lồng nhốt chặt họ, tuy bức bối nhưng họ không dám bước ra khỏi cái lồng ấy, vì họ sợ phụ lòng kì vọng của người thân, sợ làm người khác thất vọng, và họ cứ bị nhốt mãi trong bất lực.

Một trường hợp đáng sợ khác của thói quen cộp mác là việc tự dán nhãn bản thân. Khi bạn dán nhãn bản thân, bạn đã nhìn nhận, tổng quát hóa chính mình dựa trên một hành động hoặc sự việc phiến diện, thay vì nhận ra rằng những gì bạn làm không hoàn toàn giống như bản chất con người bạn. Khi kết quả thi không tốt, bạn có thể nhìn nhận bản thân như một "kẻ thất bại". Một khi đã tự dán chiếc nhãn này lên người, bạn cảm thấy mình sẽ chẳng bao giờ khá lên được, và chẳng thềm cố gắng nữa. Những mặc cảm, tội lỗi, cảm giác thiếu tự tin cứ ngày một tăng

dần lên, trong khi bạn chẳng thể làm điều gì để cải thiện chính mình, bởi sâu thẳm bên trong bạn đã tự gán mình với một nhãn hiệu, và tin rằng nó sẽ chẳng bao giờ thay đổi.

Hãy tự mình gỡ bỏ những nhãn mác lệch lạc

Kỳ thực cho dù xã hội gán cho bạn vô số những nhãn hiệu, bạn vẫn có một cơ chế nhất định để phòng thủ, đó là tự mình lựa chọn tin hay không tin những nhãn hiệu này. Bạn cũng có quyền quyết định có gắn bó với chúng hay không, hay muốn tự tay gỡ bỏ chúng và thay bằng những điều chính bạn tin tưởng. Định kiến xã hội không thắng được bản sắc cái tôi. Việc của bạn là tìm ra cái tôi của chính mình, và lắng nghe những chỉ dẫn của nó. Nếu như có thời gian để buồn lòng vì những gì người khác nghĩ về mình, tại sao không thử tự tìm hiểu bản thân? Bạn là người như thế nào, bạn làm tốt những việc gì, khả năng của bạn đến đâu, bạn yêu thích điều gì, đam mê cái gì nhất? Giống như tìm insight (sự thật ngầm hiểu) cho một chiến dịch truyền thông – marketing, hãy liên tục đặt câu hỏi, đào sâu tìm ra những điều chưa biết về bản thân mình. Và khi tìm ra câu trả lời cho chính mình rồi, hãy dũng cảm theo đuổi những gì mình cho là đúng, làm những gì khiến bạn vui. Hành trình ấy có thể mệt mỏi, nhưng sẽ có rất nhiều vui vẻ hạnh phúc. Quan trọng nhất, vậy là đủ để chứng tỏ cho bản thân bạn thấy, bạn không thể bị cộp mác, bạn không phải những gì mà những nhãn hiệu đó nói về bạn.

Tạm kết

Tác giả của một cuốn sách best-seller từng viết rằng, "Nhãn giá bạn tự đặt ra cho chính mình quyết định giá trị thật của bạn" – và tôi cực kì phản đối ý kiến này. Dù có là bạn hay là xã hội, đừng bao giờ hạ thấp giá trị chính mình bằng cách đặt cho mình một cái giá, một cái nhãn, một cái mác. Bạn là vô giá, vậy nên đừng để một cái mác đánh giá bạn, hãy lắng nghe chính mình và trở thành bất cứ ai bạn mong muốn.

Vân Nguyễn

TOP 5 CHUYÊN NGÀNH “LẠ LÙNG” NHẤT THẾ GIỚI



Y dược, sư phạm, công nghệ, ngân hàng, kinh tế... từ lâu đã trở thành những ngành vô cùng hot mà ai cũng ao ước được theo đuổi. Nhưng liệu bạn đã biết, ở một số trường Đại học trên thế giới lại có những chuyên ngành “lạ lùng” được đào tạo chuyên sâu tưởng chừng chỉ có ở các khóa học phục vụ sở thích sinh viên? Làm bánh, nấu rượu, cắm hoa, hay hacker... tất cả đã có ở chuyên ngành thực sự để sinh viên ưa khám phá và có đam mê quyết định học tập.

Ngành Quản trị công nghệ... làm bánh

Những chiếc bánh kem xinh xắn, được phủ chocolate thơm ngon đều phải trải qua một quy trình kì công, được kiểm soát chất lượng chặt chẽ. Trường Đại học London South Bank ở Anh mở hẳn một ngành chuyên dạy bạn những kĩ năng làm bánh nâng cao như làm chocolate bằng tay hay công nghệ làm bánh mì tiên tiến.

Nếu bạn mong muốn dẫn thân sâu vào con đường kinh doanh, thì khóa học kéo dài hai năm này cũng sẽ dạy cho bạn về quản lý và thương mại để hỗ trợ cho sự nghiệp của bạn sau này. Sau khi lấy được tấm bằng ngành “Quản trị công nghệ làm bánh”, biết đâu bạn sẽ có khả năng mở một chuỗi cửa hàng bánh mang thương hiệu của riêng bạn quy mô toàn thế giới?

Học nấu và chưng cất rượu

Rượu từ lâu đã là thức uống quá đỗi quen thuộc, được mọi người yêu thích. Nếu bạn là một người thích thưởng thức các loại rượu; tại sao không nghĩ tới chuyện đến Đại học Heriot Watt University ở Edinburgh, Scotland để nghiên cứu chuyên sâu về nó nhỉ? Đây thực sự sẽ là một bước ngoặt lớn trên con đường sự nghiệp của bạn đấy. Ở những nước như Anh, các doanh nghiệp rượu chiếm tỉ lệ cực kì cao, vì vậy bạn sẽ phải trang bị cho mình chiến lược độc nhất vô nhị, chống lại sự cạnh tranh gay gắt bằng cách quan tâm đến khoa học và quá trình sản xuất rượu bài bản.

Các nhà tuyển dụng hàng đầu trong ngành công nghiệp nước giải khát thường sẵn tìm ứng viên có trình độ cao. Vì vậy, khả năng có việc làm lương cao ngay sau khi ra trường là rất lớn.

Và chỉ cần tưởng tượng các bài tập về nhà của bạn trong 4 năm học tại trường là tự tay nấu một loại đồ uống có cồn cũng đủ thú vị rồi đúng không nào?

"Cứ khác biệt đi, bạn có cả một đời để sống cơ mà?"

Bằng đại học ngành... cắm hoa

Ở Việt Nam, sinh viên đã nghe rất nhiều đến những khóa học ngắn hạn cho các chị, các mẹ về nữ công gia chánh, trong đó có việc cắm hoa. Bạn chắc sẽ ngạc nhiên lắm nếu biết tại trường Đại học Myerscough có hẳn một chuyên ngành mang tên "Floral design". Khóa học này dạy bạn những mọi kiến thức về hoa như lịch sử ngành thiết kế hoa, xu hướng thiết kế và cách lập kế hoạch kinh doanh cho sinh viên muốn bắt đầu sự nghiệp từ những bông hoa xinh đẹp. Trong những dịp đặc biệt, bạn sẽ có thể tự tay thiết kế những giỏ hoa vô cùng độc đáo để tặng người thân yêu rồi.

Hacker cũng cần được đào tạo tử tế và... có đạo đức

Đạo đức và Hacker, chắc bạn sẽ chẳng nghĩ 2 từ này có thể đi chung một cặp. Nhưng tại Đại học Abertay ở Dundee, Anh, bạn có thể khám phá mọi thứ về các hacker hiện đại, những công nghệ máy tính tân tiến nhất cũng như cách trở thành một hacker có... đạo đức nghề nghiệp. Đại học Abertay luôn tự hào có tỉ lệ sinh viên tốt nghiệp ngành này hằng năm lên tới 88%, rất nhiều người trong số đó đã có việc làm ngay sau khi ra trường.

Nghiên cứu về Harry Potter

Quyển sách của nữ nhà văn J.K. Rowling nổi tiếng đến mức đã được mang vào tận giảng đường. Năm 2010, Đại học Durham ở Anh trở thành trường đầu tiên trên thế giới đưa tác phẩm này vào chương trình giảng dạy trong khóa học Harry Potter và Kỷ nguyên Ảo ảnh, theo BBC.

Những sinh viên ngành Giáo dục tại Durham phải đặt bộ truyện vào ngữ cảnh giáo dục, văn hóa và xã hội đồng thời lý giải những yếu tố làm nên sức hấp dẫn của chúng. Thông qua đó, họ làm sáng tỏ mối liên hệ giữa Harry Potter và nền giáo dục ở thế kỷ 21. Qua 22 buổi giảng cùng 11 cuộc hội thảo, các sinh viên sẽ rèn luyện được kỹ năng cần thiết cho công việc như khả năng suy nghĩ độc lập, phân tích, tổng hợp, đánh giá vấn đề...



Rất nhiều ngành nghề trên toàn thế giới có thể khiến bạn mắt chữ O, miệng chữ A đầy ngạc nhiên. Xét cho cùng, ai cũng có quyền lựa chọn ngành học và nghề nghiệp cho bản thân. Hãy chủ động tìm kiếm, mở rộng đôi mắt, chú ý lắng nghe, bạn sẽ thấy con đường của chính mình.

Lý Trang

Sức trẻ

Chịu trách nhiệm nội dung

Thầy Nguyễn Văn Triệu

Phụ trách ấn phẩm

Quỳnh Mai - Mỹ Hạnh - Khánh Vân

Phụ trách biên tập

Ngân Hà - Lý Trang

Phụ trách truyền thông

Thảo Linh

Biên tập viên

Ngân Hà, Lý Trang, Trâm Anh, Ngọc Trang, Quang Huy, Huyền Trang, Hải Linh, Minh Khuyên, Thanh Vân, Minh Phương, Kim Hòa, Thu Hằng

Thiết kế mỹ thuật

Việt Anh, Thảo Linh, Hoàng Anh, Đỗ Hiếu, Việt Hà, Thùy Dung, Ánh Tuyết, Duy Hoàng,

NỘI SAN SỨC TRẺ SỐ 55

Phát hành ngày 31.05.2017

Đơn vị thực hiện

CLB Truyền thông ĐH Ngoại thương
Young Media Club (YMC)

Tòa soạn

Văn phòng H103, ĐH Ngoại thương, 91 Chùa Láng,
Đống Đa, Hà Nội

Website: <http://ymconline.vn>

Email: styn.ymc@gmail.com

Fanpage: <http://www.facebook.com/ymc.ftu>

Liên hệ quảng cáo

0165 296 0531 (Ms Vân Anh)

0966 889 537 (Ms Quỳnh Châu)

Xin chân thành cảm ơn các đơn vị đã tài trợ cho số Nội san này.

Mọi ý kiến đóng góp xin gửi về email styn.ymc@gmail.com hoặc gọi theo số 0168 523 0571 (Ms Ngân Hà)

LƯU HÀNH NỘI BỘ





UP Co-working Space là không gian làm việc chung hiện đại, chuyên duy nhất mở cửa 24/7 tại Việt Nam. UP cung cấp chỗ ngồi làm việc tiện lợi, văn phòng hiện đại, phòng họp tân tiến, với 200 chỗ ngồi tại UP (số 1 Lương Yên) và hơn 350 chỗ ngồi tại BKHUP (tầng 3, toà nhà A17 Bách Khoa, Tạ Quang Bửu).



UP CO-WORKING SPACE

NÂNG TẦM START-UP VIỆT

Được sáng lập bởi những người khởi nghiệp thật sự, UP Co-working Space và BKHUP Co-Working Space thấu hiểu những hỗ trợ mà các startup non trẻ cần có để phát triển. Chính bởi vậy, đến với UP Co-working Space và BKHUP Co-Working Space, các startup không chỉ có được một không gian làm việc chuyên nghiệp ở mức chi phí rẻ hơn văn phòng truyền thống, mà còn có cơ hội được kết nối và nhận sự hỗ trợ từ những chuyên gia Startup hàng đầu Việt Nam.

"UP mang sứ mệnh nâng cánh cho cộng đồng khởi nghiệp Việt Nam với môi trường làm việc năng động, sáng tạo, thân thiện với cơ hội thăng tiến cao cho các bạn trẻ có đam mê và nhiệt huyết. Đó điều mà UP luôn cam kết để dẫn dắt, nuôi dưỡng và nâng đỡ các startup Việt"

Tọa lạc tại các địa điểm tiện lợi quanh Hà Nội và các trung tâm công nghệ hàng đầu, không gian làm việc chung Up là điểm đến quen thuộc của hơn 150 công ty khởi nghiệp và freelancer Việt Nam. Chỉ trong một thời gian ngắn sau khi ra mắt, UP đã có 800 thành viên đăng ký và 80-90 công ty khởi nghiệp làm việc thường xuyên với sự hỗ trợ từ các nhà đầu tư, các chuyên gia khởi nghiệp cùng freelancer thiện chiến.

Bên cạnh đó, Up còn là đối tác chính thức của các công ty, tập đoàn lớn trên thế giới như Facebook, Google, Microsoft, mang tới các cơ hội tiềm năng cho cộng đồng khởi nghiệp.

Với mục tiêu xây dựng hệ sinh thái khởi nghiệp vững mạnh và phát triển, UP đem đến cơ hội chia sẻ kiến thức, kỹ năng, trao đổi ý tưởng, tìm kiếm cộng sự phù hợp và kết nối với các nhà đầu tư qua hơn 120 sự kiện tổ chức trong năm nay.

Với những thành công đạt được, trong năm 2017, UP sẽ mở rộng tại cả Hà Nội và thành phố Hồ Chí Minh với nhiều không gian làm việc sáng tạo hỗ trợ khởi nghiệp.

