

10

10 Năng Lực Phải Có Khi Đi Làm

Tấm bản đồ cho người trẻ trước ngưỡng cửa vào đời — để em không phải mò mẫm 4 năm như anh ngày xưa.

"Vươn lên từ gốc — bút tốc thành công. Cuốn la bàn nhỏ anh viết tặng em, để biết mình đang ở đâu và bước tiếp về đâu."

Mục lục — 10 năng lực

Đọc xong, em sẽ có tấm bản đồ rõ ràng về 10 năng lực nhà tuyển dụng thật sự cần — biết mình mạnh ở đâu, yếu ở đâu, và bắt đầu rèn từ hành động nào ngay tuần này.

01 Thấu Hiểu Bản Thân

02 Tư Duy Phân Tích & Giải Quyết Vấn Đề

03 Bản Lĩnh Vượt Áp Lực

04 Giao Tiếp & Lắng Nghe

05 Nói Trước Đám Đông - Tự tin và tỏa sáng

06 Làm Việc Nhóm & Kết Nối

07 Tinh Thần Chủ Động

08 Biết Dùng AI Để Khuếch Đại Năng Lực Bản Thân

09 Tự Học Trọn Đời

10 Định Hướng Nghề & Hành Động

Mở Đầu

Anh viết cuốn này cho em — người đang đứng đúng nơi anh từng đứng

Em này, em có cảm thấy bản thân đang ở một trong những khoảnh khắc lạ lùng nhất của tuổi trẻ.

Em mở điện thoại lên, lướt qua trang của bạn bè. Một đứa vừa khoe ảnh đi thực tập ở công ty lớn. Một đứa nữa vừa thông báo "nhận offer". Còn em thì ngồi đó, học cũng không tệ, điểm cũng ổn, mà sao trong lòng cứ thấy chông chênh — như đang chạy trong một đường đua mà chẳng ai chỉ cho em đích ở đâu.

Em sợ. Sợ ra trường rồi gửi CV đi mà không có phản hồi. Sợ đứng thuyết trình tay run, quên hết bài. Sợ cái cảm giác "học giỏi mà đi làm vẫn loay hoay". Và sợ nhất là không biết mình đang thiếu cái gì để khắc phục.

Anh hiểu cảm giác đó. Vì anh từng giống hệt em — cách đây nhiều năm.

Một chút về anh, và vì sao anh ngồi viết cuốn này

Anh là Đào Tấn Thành.

Anh kể em nghe điều này không phải để khoe, mà để em tin rằng anh không nói về những câu chuyện cổ tích. Năm đó anh **thi trượt Đại học**. Anh thu mình lại, không dám gặp ai, không biết bắt đầu từ đâu, cảm giác cả thế giới đang tiến lên còn mình thì đứng yên một chỗ.

Anh nhận ra, nếu anh không làm một điều gì đó, thì đời anh..."coi như xong".

Rồi anh quyết định vực dậy tinh thần. Anh đỗ Đại học Ngoại thương với **học bổng 100%**. Và suốt hơn **10 năm** sau đó, anh đào tạo cho **hơn 10.000 bạn trẻ** — đúng những bạn đang mộng lung giống như em bây giờ.

Anh viết cuốn này **không phải để dọa em** về AI, về thất nghiệp, về tương lai xám xịt. Anh viết để đưa cho em một thứ mà ngày xưa anh ước gì có người đưa cho mình: **một tấm bản đồ**. Để em không phải mò mẫm 4 năm như anh.

Sự thật thì sẽ luôn khó nghe — nhưng anh sẽ nói thẳng

Anh hứa với em một điều: trong cả cuốn sách này, anh sẽ luôn thành thật. Kể cả khi sự thật hơi đau một chút.

Đây là vài con số có thật:

- Gần **80% sinh viên tốt nghiệp** ở Việt Nam bị nhà tuyển dụng đánh giá là **thiếu kỹ năng mềm** (khảo sát VCCI-UNICEF).
- Thất nghiệp ở thanh niên cao **gấp khoảng 3 lần** mức chung của cả nước.
- Và AI đang tác động lớn vào đúng nhóm **mới ra trường** — một nghiên cứu của Đại học Stanford cho thấy lao động 22-25 tuổi ở những nghề bị AI ảnh hưởng mạnh đã **giảm 13% việc làm**.

Đọc tới đây em đừng nản. Vì còn một sự thật nữa, và đây mới là điều quan trọng nhất:

Cuộc đua sắp tới không phải giữa người và máy. Mà là giữa người liên tục học cái mới và người không chịu học.

Em đang đọc cuốn sách này trên tay. Nghĩa là em đã tự xếp mình vào **nhóm an toàn** rồi — nhóm những người chủ động, chịu nhìn thẳng, chịu thay đổi.

Đọc xong cuốn này, em sẽ có gì?

Anh không hứa lèo. Anh hứa đúng về điều anh trao được cho em:

Đọc xong, em sẽ có **tám bản đồ rõ ràng về 10 năng lực mà nhà tuyển dụng thật sự cần** — em biết mình đang **manh ở đâu, yếu ở đâu**, và mỗi năng lực **bắt đầu rèn từ hành động nào ngay trong tuần này**.

Em sẽ thôi loay hoay so sánh mình với bạn bè trên mạng. Em sẽ bắt đầu đi **con đường của riêng em** — và đi sớm hơn phần đông bạn cùng lứa vài năm.

Cách dùng cuốn cẩm nang này — đọc kỹ phần này nhé

Đây không phải sách để em đọc một mạch cho hết rồi gấp lại.

Mỗi năng lực trong cuốn này, anh viết theo một mạch đơn giản:

- **"Why Now"** — tại sao năng lực này quan trọng với riêng thế hệ em.
- **Những con số biết nói** — để em thấy đây là chuyện thật, không phải lời khuyên suông.
- **3 hành động để khởi đầu** — cụ thể, đơn giản, làm được ngay.

Và đây là lời nhắc quan trọng nhất của anh:

Đừng đọc cho xong. Hãy bắt đầu chọn 1 hành động, và làm nó trong tuần này.

Một hành động nhỏ được làm trong thực tế, đáng giá hơn cả mười trang sách mà em đọc, em gật gù rồi em quên. Người đi được xa không phải người đọc nhiều nhất — mà là người **bắt tay vào làm** sớm nhất.

Năng lực 1: Hiểu Bản Thân

Trước khi đi tìm công việc hợp với bản thân, em phải biết "mình" là ai.

Anh muốn kể em nghe câu chuyện về một bạn học viên của anh.

Có một bạn sinh viên năm ba, học một ngành mà bạn ấy chọn vì... ba mẹ bảo "ngành đó dễ xin việc". Điểm số không tệ. Nhưng mỗi sáng thức dậy đi học, bạn ấy thấy trống rỗng, như đang sống cuộc đời của ai đó. Rồi một tối, bạn ấy ngồi viết đơn xin thực tập, đến ô "Điểm mạnh của bạn là gì?" — bạn ngồi thần người ra 20 phút không gõ nổi một chữ. Không phải vì bạn ấy dờ. Mà vì **chưa từng có ai hỏi bạn ấy câu đó một cách nghiêm túc, và chính bạn ấy cũng chưa từng tự hỏi bản thân.**

Nếu đọc đến đây mà em có thấy hơi giống mình thì em đừng lo lắng. Vì nhận ra mình đang mơ hồ đã là bước đầu tiên để hết mơ hồ rồi.

Ngày xưa anh cũng giống y hệt. Thi trượt đại học, anh thu mình lại, ai mà hỏi "Thành thích gì, giỏi gì" anh chỉ cười cho qua. Anh đi tìm con đường hợp với mình mà chẳng biết "mình" là ai — điều đó giống như đi mua giày mà không biết chân mình cỡ số mấy. Mãi sau anh mới hiểu: **mọi lựa chọn nghề nghiệp đúng đều bắt đầu từ một chỗ — hiểu chính mình.**

Vì sao đây là năng lực sống còn

Em có thể nghĩ "hiểu bản thân" nghe trừu tượng, kiểu giống mấy câu nói truyền cảm hứng treo trên tường. Nhưng nó là sự thật, và thế giới việc làm đang đặt nó lên cao hơn bao giờ hết.

Trong báo cáo về Tương lai Việc làm của Diễn đàn Kinh tế Thế giới, các nhà tuyển dụng toàn cầu xếp **"động lực và tự nhận thức bản thân" vào nhóm 10 năng lực cốt lõi cần nhất** (WEF Future of Jobs Report 2025). Không phải bằng giỏi, không phải biết nhiều phần mềm — mà là **biết mình muốn gì, mạnh ở đâu, và điều gì khiến mình kiên trì với mục tiêu.**

Vì sao? Vì người hiểu chính mình thì sẽ chọn được đúng việc hợp với mình, nên làm bền, làm sâu, và tiến bộ nhanh. Còn người không hiểu mình thì cứ chạy theo tiêu chuẩn của người khác: thấy bạn bè học ngân hàng cũng đòi học ngân hàng, thấy bạn bè đi làm công ty lớn cũng nộp công ty lớn — rồi vào làm vài tháng mới ngớ người "sao mình không hợp chỗ này". Mỗi lần nhảy việc kiểu đó là một, hai năm tuổi trẻ trôi đi lãng phí vô cùng.

Sự thật ít ai nói với em

Đây là điều anh muốn em phải ghi nhớ: **điểm mạnh thật của em không phải là điểm mạnh mà em tự nghĩ mình nên có.**

Phần lớn người trẻ tự mô tả bản thân bằng những thứ "nghe cho oai" — "em năng động, hòa đồng, ham học hỏi". Nhưng đó là câu trả lời vay mượn, ai cũng viết được, và nhà tuyển dụng nghe phát chán. Điểm mạnh thật của em nằm ở chỗ khác cơ: nó là **cái việc mà em làm quên cả giờ giấc, làm xong thấy đã, làm tốt hơn người khác mà không thấy mệt**.

Có bạn cứ nghĩ mình phải giỏi tính toán mới có tương lai, trong khi cái tiềm năng mà em ấy thật sự nổi bật là lúc đứng ra dàn xếp mâu thuẫn trong nhóm, giúp kết nối mọi người với nhau. Có bạn ép mình học lập trình cho "hợp thời", trong khi tài năng thật của em ấy là viết, là kể chuyện làm người ta rung động. **Điểm mạnh thật thường nằm ngay ở đó — thân quen đến mức em làm tưởng "ai cũng đều làm được mà". Không đâu. Cái em thấy dễ, người khác thấy khó. Đó chính là vàng.**

Bắt tay rèn luyện ngay

Em đừng đọc xong rồi để đó. Hãy chọn ít nhất một hành động dưới đây và thực hiện trong tuần này:

1. Truy tìm "khoảnh khắc quên thời gian". Viết ra giấy 3 lần em từng thấy "*mình làm cái này mãi mê đến mức quên cả giờ giấc*" — có thể là lúc dựng một video, lúc thiết kế một ấn phẩm, lúc mày mò sửa một thứ gì đó... Đó là manh mối để xác định điểm mạnh thật của em, không phải điểm mạnh em *nghĩ* mình nên có.

2. Soi bản thân qua mắt nhìn của người khác. Bắt đầu hỏi 3 người hiểu em nhất — có thể là bạn thân, anh chị, thầy cô: "*Theo bạn, mình giỏi nhất ở điểm nào?*" Rồi đem đối chiếu với điều mà em tự thấy ở bản thân. **Khoảng chênh giữa hai bên chính là điểm mù — vùng mạnh của em mà chính em chưa nhận ra.** Đây sẽ là khám phá mang lại nhiều giá trị nhất.

3. Ghi lại "nhật ký năng lượng" mỗi tối. Mỗi tối em hãy dành đúng 5 phút, ghi lại: hôm nay điều gì làm em hào hứng, điều gì làm em mệt mỏi. Sau 2 tuần, đọc lại những ghi chú đó — em sẽ thấy một mô thức hành vi hiện ra rất rõ về con người mình: em "cháy hết mình" khi nào, em "cạn năng lượng" khi nào. Đó là những chỉ dẫn của tấm bản đồ nội tâm không ai vẽ thay em được.

Tự quan sát

Trước khi sang chương tiếp theo, em hãy ngồi tĩnh lặng một phút và tự hỏi:

- *Nếu ngay bây giờ ai đó hỏi "Điểm mạnh thật sự của em là gì?", em có trả lời được trong 30 giây — bằng một ví dụ cụ thể, không phải mấy từ chung chung?*
- *Những lựa chọn lớn của đời em đến giờ — ngành học, nơi thực tập — em chọn vì em hiểu mình, hay vì làm theo điều người khác cho là đúng?*

Nếu em thấy bản thân ngơ ra một lúc, đừng lo. Phần lớn các bạn cùng lứa với em còn chưa từng dừng lại để hỏi bản thân những câu này. Chỉ riêng việc em ở đây với những câu hỏi này, em đã đi trước họ rồi.

Ba bài tập trên là khởi đầu. Để nhìn bản thân rõ và sâu hơn, anh đã làm sẵn cho em một bộ công cụ tên là **La Bàn Bản Thân** — em làm 3 bài đánh giá về tính cách, phong cách làm việc và phân tích điểm mạnh – điểm yếu ngay trên web, rồi nhận về một bản phân tích chi tiết để có thêm dữ liệu tham khảo, ngành nghề nào có chỉ số tương hợp cao hơn với tiềm năng của em. Không phải đoán mò, không phải nghe người ta phán, mà tự em có thể soi rõ vào mô thức hành vi của chính em.

Coi như đây là phần quà, anh tặng em "chiếc la bàn" đầu tiên cho hành trình này.

[Khám phá La Bàn Bản Thân miễn phí](#)

Năng lực 2: Tư Duy Phân Tích & Giải Quyết Vấn Đề

Những công việc lặp lại thì giờ đây đã có máy làm; phần còn lại — "khoai thị sẵn" — là việc của em.

Em hãy thử tưởng tượng bối cảnh thế này

Em nhận việc làm thêm ở một quán cà phê, hôm ấy máy pha cà phê bị hỏng giữa giờ cao điểm. Khách xếp hàng, chuông điện thoại đặt món reo liên hồi, một bạn cùng ca đứng ngơ ngác nhìn cái máy như thể nó có thể tự sửa được. Còn em — em rút điện thoại gọi cho quản lý, đồng thời hướng dẫn khách sang nhóm đồ uống không cần máy, ghi tên những đơn phải hoãn để xin lỗi sau. Mười lăm phút sau quản lý tới, thấy quán vẫn hoạt động. Cuối tháng em được giữ lại, bạn kia thì không.

Anh kể câu chuyện nhỏ này vì nó nói đúng một sự thật phũ phàng: **khi đi làm, người ta không trả tiền cho em vì em biết mọi thứ chạy trơn tru — họ trả tiền cho em vì em biết làm gì khi mọi thứ rối tung.** Và cái khoảnh khắc rối tung ấy, không trường lớp nào ra đề kiểm tra. Em phải tự rèn luyện.

Anh thấy nhiều bạn trẻ rất giỏi học thuộc, thành tích cao chót vót, nhưng đến lúc gặp một tình huống chưa có đáp án mẫu thì đứng hình. Vì suốt 12 năm, đề bài luôn có sẵn lời giải ở cuối sách. Còn ngoài đời, không ai phát cho em đáp án ở trang cuối.

Vì sao đây là năng lực sống còn

Đây không phải lời khuyên chung chung của một người anh — đây là điều mà nhà tuyển dụng muốn thấy.

Gần 90% nhà tuyển dụng sẽ tìm bằng chứng về khả năng giải quyết vấn đề trên hồ sơ của ứng viên (NACE Job Outlook 2025).

Nghĩa là cứ 10 người sàng lọc hồ sơ của em, có tới 9 người đang dò xem em đã từng tự giải quyết một việc khó nào chưa. Không phải GPA. Không phải em học trường nào. Họ tìm dấu vết của một cái đầu biết suy nghĩ có hệ thống.

Và tư duy phân tích được xếp là **năng lực cốt lõi số 1 — có tới 7 trên 10 công ty coi đó là năng lực lõi** (WEF). Vì sao lúc này năng lực tư duy phân tích lại "được chú ý" hơn bao giờ hết? Vì AI đang nuốt dần những công việc có tính chất lặp lại, những việc "học thuộc lòng rồi làm theo". Cái máy gõ báo cáo nhanh hơn em, tra số liệu nhanh hơn em, soạn email nhanh hơn em.

Nhưng có một thứ máy chưa làm được, đó là: **từ việc nhìn một mớ tình huống mơ hồ, lộn xộn, chưa ai định nghĩa rõ — cho đến xác định đâu là điều quan trọng, đâu là chuyện vặt, và đề xuất một hướng đi**. Đó chính xác là phần còn lại sau khi máy đã làm hết phần dễ. Và đó là nơi em ghi điểm tuyệt đối — nếu em chịu rèn luyện một cách bài bản ngay từ hôm nay.

Sự thật ít ai nói với em

Có bao giờ em nghĩ người giỏi giải quyết vấn đề là người *nghĩ ra giải pháp nhanh nhất*. Sai rồi.

Người giỏi thật sự là người **dành nhiều thời gian hơn để hiểu đúng vấn đề, trước khi vội đi tìm câu trả lời**. Phần lớn những lần ta làm sai, không phải vì làm dở — mà vì ta làm nhầm hướng. Ta lao vào "làm gì đây" khi còn chưa xác định được "vấn đề thật sự ở đây là gì".

Một ví dụ em sẽ thấy quen: nhóm em làm bài tập lớn cứ cãi nhau "chọn đề tài nào". Cãi ba buổi không xong. Nhưng vấn đề thật không phải "đề tài nào hay hơn" — mà là "cả nhóm chưa thống nhất tiêu chí thế nào là một đề tài tốt". Khi nhìn ra cái gốc đó, chuyện chọn đề tài chỉ cần vài phút là xong.

Người hỏi đúng câu hỏi đã đi được nửa đường. Còn người vội trả lời ngày sẽ thường loay hoay mãi ở phần ngọn của vấn đề.

Bắt tay rèn luyện ngay

Đừng đọc cho hết rồi gật gù. Chọn lấy **một** hành động dưới đây và thực hiện ngay trong tuần này:

1. Hỏi "Why?" năm lần. Mỗi khi gặp một vấn đề, tập viết nó ra giấy rồi hỏi liên tục "Why?" năm lần. *Tại sao CV gửi đi không ai phản hồi?* → *Vì CV mờ nhạt.* → *Tại sao mờ nhạt?* → *Vì không có dự án thật nào.* → *Tại sao chưa có?...* Cứ đào xuống, em sẽ chạm tới gốc rễ thật sự của vấn đề thay vì loay hoay ở phần ngọn — và tìm ra gốc rễ chính là chìa khóa để giải quyết vấn đề.

2. Mang theo hai phương án, đừng mang theo mỗi câu hỏi. Trước khi xin lời khuyên cho một việc khó, em hãy tự ép bản thân phải tư duy ra được 2 phương án và nêu rõ được – mất của từng cái. So với việc chạy đến hỏi "em phải làm sao đây", cách này cho thấy em đã suy nghĩ. Người biết ra quyết định sẽ được trả lương cao hơn người chỉ biết nêu vấn đề — vì doanh nghiệp đầy người chỉ ra được vấn đề, và thiếu người có năng lực đề xuất lối đi.

3. Phân nhỏ một việc "phức tạp quá" thành 5 bước. Chọn một việc khiến em hay căng thẳng vì rối — ví dụ: chọn đề tài khóa luận hoặc lên kế hoạch cho một dự án — và bắt đầu chia nó thành 5 bước nhỏ rõ ràng, mỗi bước em biết phải bắt đầu từ đâu. Vấn đề lớn không bao giờ là một khối đá liền; nó luôn là tập hợp của nhiều vấn đề nhỏ mà từng cái nhỏ đó em giải quyết được.

Tự quan sát

Khoan gập sách lại, em hãy ngồi với hai câu hỏi này một phút:

- Lần gần nhất em gặp một việc khó không có lời giải mẫu, em đã *tự gỡ* hay *đứng chờ ai đó gỡ giùm*?
- Nếu một nhà tuyển dụng mở hồ sơ của em ra lúc này, họ có thấy được một bài toán khó mà em từng tự nhìn ra vấn đề và đề xuất được hướng giải quyết — hay họ chỉ nhìn thấy điểm số?

Tư duy phân tích không tự nhiên mà có — nó cần một phương pháp và một người dẫn đường, chứ không phải vài lần mò mẫm rồi tự ngộ ra. Trong chương trình **Hành Trình Vươn Mình**, anh dành riêng một buổi cầm tay hướng dẫn em cách nhìn vấn đề toàn cảnh và ra quyết định khôn ngoan ngay từ những năm đầu, bằng đúng phương pháp "*Vươn Lên Từ Gốc*" anh đã đúc kết suốt 10 năm đào tạo hơn 10.000 bạn trẻ. Đây là thứ anh ước có ai dạy mình sớm hơn — nên anh muốn trao lại cho em.

[Xem chi tiết Hành Trình Vươn Mình →](#)

Năng lực 3: Bản Lĩnh Vượt Áp Lực

Người trụ lại được không phải người giỏi nhất, mà người không gục ngã giữa lúc khó khăn.

Lần đó anh đã suýt tức giận. Một bạn học viên nhắn cho anh lúc gần nửa đêm: "Anh ơi, em mới đi làm được hai tháng mà em muốn nghỉ rồi. Em thấy mình bất tài quá." Bạn ấy kể: sắp giao việc dồn dập, gửi mail nhắc deadline, hộp xong là một đống đầu việc mới. Có hôm bạn vào nhà vệ sinh công ty ngồi khóc một mình rồi lau nước mắt đi ra như chưa từng có chuyện gì.

Em đọc tới đây có thấy quen không? Cái cảm giác sáng mở mắt ra đã thấy áp lực, mở điện thoại lên thấy mười mấy tin nhắn chưa đọc, tim đập thình thịch trước khi kịp làm gì. Cảm giác như cả thế giới đang chạy nhanh hơn em, còn em thì hụt hơi.

Nhìn vào sự thật thì: **bạn học viên ấy không bất tài. Chỉ là chưa ai dạy bạn ấy cách đứng vững giữa áp lực.** Và đó không phải lỗi của bạn ấy — mà chỉ là vì suốt 12 năm phổ thông và mấy năm đại học, chẳng ai dạy chúng ta một cách bài bản về năng lực này.

Vì sao đây là năng lực sống còn

Em có biết nhà tuyển dụng trên thế giới hiện xếp khả năng nào lên gần đầu bảng không? Đó chính là **Khả năng phục hồi và giữ bình tĩnh giữa biến động - đã leo lên top 2 năng lực cốt lõi, và là năng lực tăng giá mạnh nhất so với hai năm trước** (theo báo cáo Tương lai Việc làm của WEF). Nghĩa là thị trường không chỉ cần người giỏi — thị trường cần người không gục ngã khi mọi thứ rối tung.

Còn ở Việt Nam, con số này làm anh trần trở nhất:

Khoảng 20% nhân sự mới được tuyển dụng sẽ nhanh chóng rời bỏ công việc vì "không chịu nổi áp lực".

Cứ 5 bạn mới đi làm thì 1 bạn rời đi, không phải vì thiếu kiến thức, mà vì không trụ nổi. Và điều này khớp với một thực tế khác: các bạn trẻ bây giờ bình quân chỉ gắn bó khoảng **2,2 năm** với một công ty rồi nhảy việc — nhiều khi không phải vì tìm được chỗ tốt hơn, mà vì chạy trốn áp lực ở chỗ cũ, để rồi gặp lại đúng áp lực đó ở chỗ mới.

Em thấy không, vấn đề không nằm ở công ty. Áp lực ở đâu cũng có. Thứ quyết định là **nội lực của em đủ mạnh để đi xuyên qua áp lực hay chưa.**

Sự thật ít ai nói với em

Người ta hay khuyên em "cố lên", "mạnh mẽ lên", "nghĩ tích cực vào". Nghe thì hay, nhưng vô dụng — vì nó như bảo một người đang đuối nước rằng "bơi đi". Nếu chưa biết bơi thì có hô bao nhiêu cũng vô ích.

Đây là sự thật anh muốn em ghi lại: **bản lĩnh không phải là không thấy sợ, không thấy mệt. Bản lĩnh là vẫn run, vẫn lo, nhưng vẫn làm bước tiếp theo.** Những người em ngưỡng mộ vì "lì đòn" không phải họ không biết đau — họ chỉ là đã tập đứng dậy nhiều lần đến mức việc đứng dậy thành phản xạ tự nhiên của họ.

Và đây là phần phản trực giác nhất: **bản lĩnh giống cơ bắp hơn là tính cách.** Em không sinh ra đã bản lĩnh hay yếu đuối. Em rèn luyện được nó — bằng cách cố tình bước vào những việc khó hơn một chút, đều đặn, để "cơ bèn bỉ" của em mạnh dần lên. Người tránh né hết mọi áp lực thời sinh viên không phải đang bảo vệ mình, mà đang để cơ bắp đó teo đi — rồi tới lúc đi làm thật, và một cú là "gãy toàn tập".

Bắt tay rèn luyện ngay

Em đừng đọc cho hết rồi gật gù. Chọn lấy một hành động và làm trong tuần này thôi nào:

1. Tách "điều em kiểm soát được" và "điều nằm ngoài tầm tay" ra thành hai cột. Lần tới khi một việc khiến em hoảng, lấy tờ giấy chia đôi. Cột trái: những thứ em làm gì cũng không thay đổi được thực thể (sếp khó tính, đồng nghiệp khó, suy nghĩ của người khác về em). Cột phải: những thứ em động vào được ngay (chuẩn bị kỹ hơn, hỏi cho rõ, làm xong phần dễ trước). Em sẽ ngạc nhiên vì cột phải **luôn có việc để làm ngay** — và năng lượng của em hãy dồn vào đó thay vì "bị pha loãng" trong sự lo lắng.

2. Mỗi tháng, chủ động nhận một việc khó hơn sức mình một chút. Một bài thuyết trình em hơi ngán, một deadline gấp, một vai trò trong dự án em chưa từng làm. Đừng đợi bị ép — hãy tự bước vào. Sức bền bỉ của em cũng giống như cơ bắp: không tập thì không khỏe, không bền. Mỗi việc khó vượt qua được là một lần "thăng hạng" giúp tăng thêm vào chỉ số vượt áp lực của em.

3. Sau mỗi lần thất bại, viết đúng 3 dòng. Rớt phỏng vấn, bị "toang" dự án, bị từ chối — đừng vội thấy mình kém. Hãy viết: (1) *Chuyện gì vừa xảy ra.* (2) *Mình học được gì.* (3) *Lần sau mình sẽ sửa (hoặc làm khác đi) ở chỗ nào.* Ba dòng này biến vết thương thành bài học — thay vì để nó âm thầm thành nỗi sợ khiến em né tránh mãi về sau.

Tự quan sát

Trước khi sang chương sau, em hãy ngồi tĩnh lặng một chút và tự hỏi:

- *Lần gần nhất gặp khó, em chọn đối mặt hay chọn né? Và cái né đó đã giúp em được bao lâu, hay chỉ làm cho nỗi sợ được chuyển sang ngày mai?*
- *Nếu coi bản lĩnh là một loại "cơ bắp", thì tháng vừa rồi em đã "tập" cho nó chưa — hay đã để nó nghỉ ngơi quá lâu rồi?*

Một lời mời nhỏ từ anh

Em để ý mà xem: phần khó nhất của bản lĩnh không nằm ở việc quan sát bên ngoài, mà ở **giọng nói bên trong** — cái giọng thì thầm "mày không làm được đâu", "mày kém hơn người ta", "thôi bỏ cuộc cho nhẹ". Đó là những niềm tin giới hạn đang âm thầm kìm em lại, và một câu động viên cho qua chuyện nhưng không giải quyết được gốc rễ vấn đề.

Đây chính là tầng gốc rễ anh đào sâu cùng em trong **Hành Trình Vươn Mình** — chương trình 6 buổi anh trực tiếp đứng lớp. Anh không dạy em "gồng" cho qua áp lực, mà giúp em phá bỏ những niềm tin đang giam mình lại, để em đi qua khó khăn bằng **nội lực thật**, vững từ bên trong chứ không phải nhờ ai đó hô "cố lên".

Nếu em đang cảm thấy bản thân hay bị gục ngã giữa lúc khó khăn và em muốn xây lại sức bền từ gốc, anh mời em ghé xem:

[Tìm hiểu Hành Trình Vươn Mình cùng anh →](#)

Năng lực 4: Giao Tiếp & Lắng Nghe

Ý tưởng hay mà nói không ai hiểu thì cũng như chưa từng có.

Dưới đây là một thực tế.

Có một bạn sinh viên — gọi là Linh — ngồi trong phòng họp ngày phỏng vấn thực tập. Hồ sơ đẹp, điểm cao, bài tập lớn nào cũng top đầu lớp. Người phỏng vấn hỏi một câu rất bình thường: "Em kể anh nghe một dự án em từng làm và vai trò của em trong đó."

Linh mở miệng. Rồi câu chữ bắt đầu rối lại. Bạn kể từ đầu, lan man qua mười thứ, "à mà cái này thì... ờ... tại vì lúc đó tụi em...", quên mất câu hỏi gốc là gì. Nói ba phút mà người nghe vẫn không biết **rốt cuộc Linh đã làm được điều gì**. Buổi phỏng vấn kết thúc lịch sự. Email "rất tiếc lần này..." đến sau đó vài hôm.

Linh không hề kém cỏi. Linh chỉ chưa bao giờ được dạy cách **nói cho người khác hiểu**. Và đó là câu chuyện của rất, rất nhiều bạn trẻ Việt Nam giỏi mà thiệt thòi.

Vì sao đây là năng lực sống còn

Anh sẽ tiết lộ con số này để em thấy mình không hề cô đơn — và cũng để em thấy đây là chuyện nghiêm túc.

83% sinh viên tốt nghiệp tại Việt Nam bị đánh giá là thiếu kỹ năng mềm, trong đó kỹ năng giao tiếp đứng đầu danh sách những kỹ năng thiếu hụt đó (theo khảo sát VCCI–UNICEF). Đứng đầu, em ạ — không phải tin học, không phải ngoại ngữ, mà là giao tiếp.

Nhìn ra thế giới cũng vậy. Trên LinkedIn — nơi hàng triệu nhà tuyển dụng đăng tin — **giao tiếp là năng lực được tìm kiếm nhiều nhất, đứng số 1**. Và ở ngay Việt Nam, **40% lãnh đạo doanh nghiệp cho rằng các cử nhân chưa sẵn sàng đi làm, lý do hàng đầu là kỹ năng giao tiếp kém** (ManpowerGroup).

Em thấy nghịch lý chưa? Đây vừa là **điểm yếu phổ biến nhất** của người trẻ, lại vừa là **cơ hội bứt phá lớn nhất**. Vì khi gần như cả một thế hệ đều hụt ở chỗ này, thì chỉ cần em nói rõ ràng một chút, biết lắng nghe một chút — em đã tự động đứng trên phần đông bạn cùng lứa mà không cần giỏi hơn họ điều gì khác.

Sự thật ít ai nói với em

Người ta thường nghĩ giao tiếp giỏi là **nói hay** — nói trơn tru, nói nhiều, nói cuốn hút.

Sai rồi em.

Vũ khí giao tiếp mạnh nhất, hiếm người dùng, lại là **quan sát & lắng nghe**.

Em để ý mà xem: trong một cuộc trò chuyện, ai cũng chỉ chờ đến lượt mình nói. Người kia chưa dứt câu, đầu mình đã chuẩn bị sẵn câu đáp. Đó không phải lắng nghe — đó là **chờ tới phiên**.

Người thật sự quan sát & lắng nghe — người hiểu được người kia đang cần gì, lo gì, muốn gì trước khi đáp lời — là người hiếm. Và chính họ mới là người được sếp tin, được khách hàng quý, được đồng nghiệp tìm đến. Có một sự thật là: **em không cần ăn nói lưu loát mới giao tiếp giỏi. Em chỉ cần thật sự quan sát & lắng nghe, và nói rõ ràng thông điệp cốt lõi**. Máy điều đó học được, và học khá nhanh.

Bắt tay rèn luyện ngay

Đây là 3 hành động em làm được ngay trong tuần này. Đừng đọc cho hết — chọn lấy một hành động và làm luôn nhé.

1. Tập "nói có cấu trúc": kết luận trước, lý do sau. Mỗi khi trình bày một việc, hãy bắt đầu bằng **điểm chính**, rồi mới giải thích. Ví dụ thay vì kể vòng vo, em nói: "*Em đề xuất dời sự kiện sang tuần sau. Có hai lý do...*". Người nghe — nhất là sếp bận rộn — cần biết kết luận trước, không phải đi đường vòng cùng em. Riêng thói quen này thôi đã khiến em nói chuyện ra dáng người chuyên nghiệp.

2. Mỗi cuộc trò chuyện tuần này, thử nhắc lại ý người kia trước khi đáp lời. Trước khi trả lời, hãy nói lại bằng lời của em: "*Ý anh là..., em hiểu đúng ý anh chứ ạ?*". Nghe đơn giản nhưng hành động đó làm được hai điều thần kỳ: người kia thấy được lắng nghe thật sự, và em chắc chắn mình hiểu đúng trước khi phản hồi. Đây là vũ khí mạnh nhất mà ít người dùng — em dùng, em tạo khác biệt ngay lập tức.

3. Quay video em tự giới thiệu bản thân trong 60 giây. Một mình, bằng điện thoại. Rồi xem lại và sửa: chỗ nào lan man, chỗ nào "ờ... à...", chỗ nào nói mà chính em không hiểu mình đang nói gì. Lần đầu xem lại sẽ hơi "quê", anh biết — nhưng đây đúng là bài tập em sẽ cần khi phỏng vấn. Nhớ câu chuyện của Linh chứ? Bài tập 60 giây này là thứ tách em ra khỏi nhóm "giỏi mà nói không nên lời".

Tự quan sát

Em hãy ngồi tĩnh lặng một chút và tự hỏi:

- Lần gần nhất em trình bày một việc, người nghe có **hiểu ngay điểm chính** hay không — hay họ phải hỏi lại "rốt cuộc ý em là gì"?
 - Trong cuộc trò chuyện hôm nay, em **thật sự nghe** người kia, hay chỉ đang chờ tới lượt mình nói?
-

Nếu sau hai câu hỏi trên, em thầm thừa nhận giao tiếp đang là chỗ mà em thiết hụt lớn nhất — thì em không cần phải mò mẫm một mình đâu. Anh có hẳn một khóa chuyên sâu "**Kỹ năng giao tiếp trong công việc**", đi sâu vào cách nói chuyện với sếp, với đồng nghiệp, với khách hàng nơi công sở — thứ mà nhà trường gần như không dạy, và cũng là chỗ nhiều bạn vấp ngã ở ngay tháng đầu đi làm. Ba bài tập ở trên là khởi đầu; khóa học là con đường mà anh đồng hành cùng em đi tới cùng và chinh phục thành công.

[Xem khóa Kỹ năng giao tiếp trong công việc →](#)

Năng lực 5: Nói Trước Đám Đông - Tự tin và tỏa sáng

Tim đập nhanh, tay run, quên hết bài — em không kém, em chỉ chưa được rèn luyện bài bản.

Anh muốn em hình dung về một buổi bảo vệ luận án tốt nghiệp.

Một bạn nữ bước lên. Slide đã làm rất công phu, nội dung em ấy thuộc đến từng dấu chấm. Nhưng vừa quay xuống nhìn hội đồng, mặt em ấy đỏ bừng. Giọng nhỏ dần. Tay nắm chặt tờ giấy đến mức nó nhàu lại. Đến giữa bài, em ấy quên mất đoạn tiếp theo, đứng im mấy giây dài như cả thế kỷ, rồi lí nhí: "Em xin lỗi, cho em xem lại ạ."

Cả căn phòng ai cũng biết em ấy **giỏi**. Em ấy rất am hiểu về đề tài mà em ấy đã làm. Nhưng cái người ta nhớ về buổi hôm ấy, tiếc thay, lại là hình ảnh một bạn trẻ run rẩy và lúng túng.

Anh kể chuyện này vì anh từng là chính bạn đó. Hồi mới vào Ngoại thương, anh sợ đứng trước lớp đến mức tìm cách trốn mọi bài thuyết trình nhóm. Anh từng nghĩ "mình hướng nội, không có khiếu nói" — và lấy đó làm cái cớ. Mãi sau anh mới hiểu: anh không thiếu khiếu nói, anh chỉ thiếu **số lần đã đứng dậy nói** mà thôi.

Vì sao đây là năng lực sống còn

Em để ý mà xem: gần như mọi cánh cửa quan trọng của cuộc đời một người đi làm đều có một khoảnh khắc em phải **đứng trước nhiều người và mở miệng để nói**. Buổi bảo vệ tốt nghiệp. Vòng phỏng vấn. Lần đầu báo cáo trước cả phòng ban. Buổi pitch ý tưởng với sếp. Đó đều là những lúc người ta hình thành ấn tượng đầu tiên về em — và ấn tượng đầu tiên thì rất khó sửa.

Theo **WEF Future of Jobs Report 2025**, năng lực "**lãnh đạo và ảnh hưởng xã hội**" là năng lực cốt lõi tăng nhanh nhất — **cộng tới 22 điểm phần trăm so với khảo sát trước**. Nghĩa là so với chỉ hai năm trước, hiện nay, nhà tuyển dụng đang cần gấp năng lực này hơn rất nhiều ở ứng viên.

Mà năng lực gây "ảnh hưởng tới người khác" bắt đầu từ đâu? Từ việc em truyền đạt được điều mình nghĩ theo cách khiến người ta **muốn nghe và tin em**. Một người dù giỏi đến mấy, nếu mỗi lần mở miệng đều khiến người khác mất kiên nhẫn, thì ý tưởng hay của em cũng nằm im trong đầu. Ngược lại, người nói rõ ràng và tự tin luôn được giao việc lớn hơn, được nhớ mặt sớm hơn (Top of Mind).

Sự thật ít ai nói với em

Người ta hay an ủi em: "Tự tin lên là hết run thôi."

Anh nói thẳng — **lời khuyên đó sai**. Nó làm em tưởng tự tin là thứ phải có *trước* khi bước lên nói, nên cứ ngồi đợi cái cảm giác tự tin xuất hiện. Mà cái cảm giác đó lại chẳng bao giờ tự đến cả.

Sự thật là **tự tin đến SAU, không phải trước**. Nó là kết quả của việc đã đứng nói nhiều lần, chứ không phải điều kiện để bắt đầu. Những người em thấy đứng trên sân khấu thoải mái như đang trò chuyện — họ không sinh ra đã "ngon lành" như thế. Họ chỉ là người đã vấp, đã run, đã quên bài nhiều lần hơn em, đến mức cơ thể họ quen rồi, họ hình thành phản xạ tự nhiên cho sự tự tin rồi.

Tin vui và cũng là điều an ủi có giá trị: **người nghe không soi em kỹ như em tưởng**. Em đứng trên đó, tim đập như trống, nghĩ ai cũng thấy mình run. Nhưng bên dưới, phần lớn họ đang nghĩ về việc của họ, hoặc đang thật lòng mong em nói tốt. Cái rào cản lớn nhất không nằm ở khán giả — nó nằm trong tâm trí của em.

Nói trước đám đông không phải tài năng trời cho. Nó là một **kỹ năng của sự lặp lại** — và bất cứ thứ gì lặp lại được thì em chắc chắn rèn luyện được.

Bắt tay rèn luyện ngay

Tuần này, em chọn lấy một hành động và làm thật. Đừng đọc cho hết rồi gấp sách lại nhé!

1. Mỗi buổi học hay họp nhóm, phát biểu đúng 1 câu. Một câu thôi — một câu hỏi, một ý đồng tình, một góp ý nhỏ. Nói trước đám đông là kỹ năng của sự lặp lại, và **mỗi lần em mở miệng là một lần bớt sợ**. Đừng đợi đến lúc có "bài lớn" mới luyện tập; hãy rèn luyện ở những cơ hội dù là nhỏ nhất.

2. Chuẩn bị thật kỹ 3 câu mở đầu và 1 câu kết. Phần khiến em run nhất luôn là lúc bắt đầu và lúc xuống. Khi đầu và cuối đã chắc trong đầu, **phần giữa em sẽ tự tin trôi theo mạch logic**. Em không cần thuộc lòng cả bài — em chỉ cần neo chắc hai đầu, phần giữa cứ để nội dung được chảy tự nhiên (vì em đã chuẩn bị trước đó rồi mà).

3. Đứng trước gương hoặc bật điện thoại quay, tập bài nói ít nhất 2 lần trước khi trình bày thật. Phần lớn nỗi run sợ đến từ cảm giác "mình chưa sẵn sàng" — và **luyện tập sẽ giúp xóa đi cái cảm giác đó**. Quay lại xem thì em sẽ thấy ngay chỗ nào lan man, chỗ nào ậm ừ, chỗ nào tay khuỵu loạn xạ. Sửa trong phòng riêng, để khi ra ngoài em đã có thể kiểm soát tốt hơn về mọi thứ.

Tự quan sát

Lần gần nhất em né một cơ hội phải đứng nói — em né vì *thật sự không cần*, hay vì *sợ*? Nếu tuần tới em buộc phải thuyết trình 5 phút, điều khiến em sợ nhất là gì — và em sẽ làm gì để luyện tập riêng cho đúng điều đó chưa?

Hai việc trên sẽ giúp em bớt run, nhưng có một thứ không tấm gương nào và không lần quay video nào có thể thay thế được: **một sân khấu thật để em đứng nói trước người thật, vấp, được sửa, rồi đứng lên nói lại.**

Khi em tham gia **Hành Trình Vươn Mình**, anh sẽ duyệt em vào sinh hoạt cùng **Câu lạc bộ Diễn Thuyết Thật Đơn Giản** do chính anh làm chủ nhiệm — một chỗ để em có thể đứng nói thường xuyên giữa những người bạn cùng mục tiêu, không ai cười em vấp lời, chỉ có cùng giúp đỡ nhau tự tin dần lên. Anh đã thấy nhiều bạn từ chỗ không dám phát biểu một câu, sau vài tháng đã có thể đứng chia sẻ cả buổi gọn gàng. Không có phép màu nào ở đây cả — chỉ là họ có một nơi an toàn để lặp lại đủ nhiều (nhiều hơn bất kỳ ai).

Vào Hành Trình Vươn Mình cùng anh →

Năng lực 6: Làm Việc Nhóm & Kết Nối

Đi nhanh thì đi một mình, đi xa phải biết đi cùng người khác.

Em đã từng chứng kiến một đội nhóm như thế này hay chưa?

Cả nhóm 5 người. Một bạn nhận phần việc rồi "mất tích" tới sát hạn nộp. Một bạn thì có việc gì cũng gật nhưng chẳng làm gì ra hồn. Cuối cùng em — hoặc một bạn nào đó tử tế quá mức — ngồi gom hết, thức tới 2 giờ sáng ráp lại bài cho cả nhóm, để rồi hôm thuyết trình ai cũng được điểm như nhau.

Em ảm ức. Em thề lần sau "thà làm một mình cho khỏe".

Anh hiểu cảm giác đó. Nhưng anh phải nói thẳng với em một sự thật hơi đau đớn một chút, đó là: **cái lối "thà làm một mình cho khỏe" ấy, nếu mang vào đời đi làm, sẽ là thứ ghìem em lại nhiều nhất.** Vì ở công sở, gần như không có việc gì mà em làm được một mình.

Vì sao đây là năng lực sống còn

Khi em gửi hồ sơ xin việc, nhà tuyển dụng không chỉ hỏi "em có giỏi không". Họ sẽ tự hỏi một câu trong đầu, đó là: "*Nếu tuyển người này vào team, đội nhóm có trở nên hiệu suất hơn hay trở nên tệ đi?*"

Con số thực tế nói rằng: **gần 80% nhà tuyển dụng tìm bằng chứng về kỹ năng làm việc nhóm mạnh ở ứng viên mới ra trường** (NACE). Họ không chỉ tìm người tốt ở chuyên môn, họ còn tìm kiếm ở ứng viên về năng lực liên kết nhóm mạnh — vì một người giỏi đơn lẻ nhưng khó phối hợp thường gây tổn kém hơn cái giỏi của họ mang lại.

Nhưng đây mới là phần ít ai dặn em trước. Ở Việt Nam, **75% người đi làm cảm thấy có "xung đột thế hệ" tại nơi làm việc** — khảo sát Anphabe trên gần 64.000 người. Nghĩa là gì? Nghĩa là ngày đầu đi làm, em sẽ ngồi cạnh một anh quản lý hơn em mười mấy tuổi, một chị đồng nghiệp quen làm theo kiểu cũ, một bác lớn tuổi thấy cách em dùng điện thoại để xử lý việc là "thiếu nghiêm túc". Họ nghĩ khác em, nói khác em, và đôi khi nhìn em như nhìn một đứa trẻ chưa hiểu chuyện.

Em không chọn được đồng đội của mình như chọn nhóm bài tập. Em phải học cách làm việc với cả những người em không hợp — đó được gọi là năng lực "sinh tồn".

Sự thật ít ai nói với em

Người ta hay khen ai đó "làm việc nhóm tốt" theo kiểu, người này hiền lành, dễ tính, ai nói gì cũng gật đầu, không làm mất lòng ai.

Sai rồi.

Người làm việc nhóm giỏi nhất không phải người dễ chịu nhất — mà là người khiến cả nhóm làm việc tốt hơn nhờ có họ. Đôi khi điều đó nghĩa là dám nói ra điều khó nghe, dám gánh phần việc không ai muốn nhận, dám đứng ra gắn kết hai người đang giận nhau.

Và một sự thật nữa, đắt giá hơn: **người ta thăng tiến không chỉ vì giỏi việc, mà vì được người khác tin tưởng và muốn được đi theo.** Em có thể là người có nghiệp vụ giỏi nhất phòng, nhưng nếu không ai muốn làm chung với em, em sẽ mãi là người làm một mình ở một góc — trong khi một bạn khác ít giỏi hơn em, bạn ấy biết kết nối nên bạn được giao việc lớn, được dẫn dắt người khác. Cái khoảng cách đó không nằm ở chỉ số IQ. Nó nằm ở chỗ ai khiến người khác thấy an tâm khi đồng hành cùng mình.

Bắt tay rèn luyện ngay

Em không cần đợi mọi thứ hoàn hảo thì mới rèn luyện được. Ngay tuần này, hãy bắt đầu:

1. Chủ động nhận phần khó nhất — hoặc phần kết nối mọi người. Trong công việc sắp tới, đừng chờ được phân công phần dễ. Hãy giơ tay nhận phần khó, hoặc nhận vai người ráp nối — gom ý cả nhóm, nhắc lịch, giữ mọi người đi cùng nhịp. Thoạt nghe thì cảm thấy thiệt thòi, nhưng **người ta nhớ và quý người chủ động gánh việc chung.** Cái "thiệt" đó chính là vốn liếng uy tín em đang gom dần.

2. Tập làm việc với người "khó hợp". Trong nhóm em chắc có một người em thấy phiền — chậm chạp, bảo thủ, hay cãi. Thay vì né hoặc bằng mặt không bằng lòng, thử ngồi xuống hỏi: "*Bạn đang lo điều gì? Bạn cần mình giúp gì để làm phần này ổn hơn?*" Em sẽ ngạc nhiên — **phần lớn xung đột tan đi khi một bên chịu hiểu trước.** Người khó hợp thường chỉ là người đang sợ một điều mà em chưa thấu hiểu.

3. Mỗi tháng kết nối thật lòng với một người đi trước. Một anh chị nhiều năm kinh nghiệm đang làm đúng ngành em mơ. Một thầy cô em quý. Một người em thấy trên mạng và thật sự ngưỡng mộ. Nhắn một tin chân thành, hỏi một câu thật lòng — không xin xỏ, không hỏi cho có lệ. **Một câu hỏi chân thành còn giá trị hơn một danh sách dài người quen hời hợt.** Mạng lưới mối quan hệ chất lượng của em không đo bằng số người em "kết bạn", mà bằng số người sẵn lòng nhắc máy khi em cần.

Tự quan sát

Em hãy thành thật với chính mình hai câu này:

- Lần gần nhất làm việc nhóm, em là người **khiến mọi người "dễ thờ" hơn**, hay người khiến mọi người mệt thêm?
- Nếu ngày mai em cần một lời khuyên nghề nghiệp quan trọng, em **gọi được cho ai** — và người đó có thật sự muốn giúp em không?

Nếu câu hỏi làm em hơi chột dạ, đừng buồn. Đó chính là điểm tiếp theo để em tập trung vào sẽ giúp em phát triển nhanh nhất.

Một điều anh muốn tâm sự riêng với em.

Làm việc nhóm và kết nối là thứ không thể học giỏi chỉ bằng cách đọc — nó phải được *thực hành* giữa những người thật, với những va chạm thật. Đó cũng là lý do anh xây dựng **Hành Trình Vươn Mình** không phải để em ngồi học một mình.

Vào đây, em được học trong lớp (sĩ số giới hạn) để em và các bạn tương tác sát sao với nhau — em sẽ làm việc cùng, góp ý cho nhau, va vào nhau và lớn lên cùng nhau, đúng như môi trường thật ngoài kia. Và quan trọng hơn, em được **kết nối trọn đời với cộng đồng học viên thanhhub** cùng nhau phát triển — một mạng lưới đi cùng em rất lâu sau khi khóa học khép lại. Đây vừa là sân tập làm việc nhóm thật, vừa là những người bạn đồng hành (chất lượng cao) mà em sẽ cần khi bước vào đời.

Em không phải đi một mình nữa.

Tham gia cộng đồng Hành Trình Vươn Mình →

Năng lực 7: Tinh Thần Chủ Động

Đừng chờ được bảo mới làm — người chủ động sẽ luôn được nhớ tên (Top of Mind).

Có một bạn thực tập sinh từng làm cùng anh. Buổi đầu tiên, bạn ngồi ngay ngắn ở bàn, mở laptop ra, rồi... chờ. Chờ ai đó giao việc. Hết một buổi sáng, không ai giao gì — vì ai cũng bận — bạn ngồi lướt điện thoại, thỉnh thoảng liếc xem có ai gọi tên mình không. Đến chiều, bạn rụt rè hỏi: "Anh ơi, em phải làm gì ạ?"

Anh tin em nhận ra hình ảnh này. Có thể chính là em trong lần thực tập đầu, hoặc là bạn cùng phòng của em. Cảm giác ngồi đó mà không biết bắt đầu từ đâu, sợ làm sai nên thà không làm, sợ hỏi nhiều bị chê phiền nên thà im lặng. Em không lười — em chỉ đang **chờ một tín hiệu mà sẽ chẳng bao giờ đủ rõ**. Và trong lúc em chờ, người ta lặng lẽ "dán nhãn" lên em một định kiến, đó là: bạn này phải nhắc việc thì mới biết làm.

Đây là nỗi đau anh thấy nhiều nhất ở người trẻ. Không phải vì em kém, mà vì suốt mười mấy năm đi học, em được dạy rằng cứ làm đúng bài thầy cô giao là giỏi. Nhưng đi làm thì khác hẳn: phần lớn việc quan trọng nhất **không có ai giao cho em cả**.

Vì sao đây là năng lực sống còn

Anh sẽ nói thẳng một con số khiến nhiều bạn giật mình: **khoảng 50% nhà tuyển dụng nói rằng thiếu chủ động và giao tiếp kém là lý do tuyển người trẻ vào làm việc thì chắc chắn không đạt** (khảo sát Intelligent.com 2024-2025). Một nửa. Không phải vì em thiếu bằng cấp, thiếu điểm số — mà vì em ngồi chờ thay vì tự bước đầy sự chủ động.

Và ở chiều ngược lại, **ít nhất 70% nhà tuyển dụng coi tinh thần chủ động là quan trọng** (NACE). Em ghép hai con số này lại sẽ thấy một sự thật rất "có lợi" cho em: đây vừa là khoảng trống lớn nhất ở người trẻ, vừa là **cánh cửa dễ ghi điểm nhất**.

Tại sao anh gọi là "dễ"? Vì em không cần phải xuất chúng. Em không cần phải ngay lập tức trở nên giỏi nhất phòng. Em chỉ cần: chủ động tìm việc để làm khi rảnh, mở miệng đề xuất khi thấy chỗ có thể tốt hơn, và làm xong việc mà không cần ai nhắc lần hai. Chỉ ba điều đó thôi, em đã đứng trên phần đông bạn bè đồng trang lứa — những người vẫn đang ngồi chờ "tín hiệu đủ rõ".

Sự thật ít ai nói với em

Người ta hay khen người chủ động là "nhiệt huyết", "có trách nhiệm". Đúng, nhưng chưa phải gốc rễ.

Sự thật đắt giá hơn là thế này: **chủ động không phải tính cách, nó là một cách nhìn về quyền của mình.** Người bị động ngầm tin rằng "việc này không phải phần của mình, ai đó sẽ lo". Người chủ động ngầm tin rằng "nếu mình thấy nó, thì nó là việc của mình rồi".

Hai cách nghĩ đó dẫn tới hai cuộc đời khác nhau hoàn toàn. Và đây sẽ là phần khó nghe: **không ai cấp cho em quyền chủ động cả — em phải tự lấy nó về cho bản thân.** Sẽ không có buổi nào sếp gọi em lên nói "từ nay em được phép đề xuất nhé". Cái quyền đó em tự nhận về mình bằng hành động đầu tiên. Người trẻ chờ được cho phép sẽ chờ mãi mãi. Người trẻ tự cho phép mình sẽ được nhớ tên ngay từ tháng đầu tiên (Top of Mind).

Bắt tay rèn luyện ngay

Ba hành động dưới đây em có thể làm được ngay trong tuần này:

1. Làm một việc "không ai bảo em làm." Tuần này, chọn một thứ: đề xuất một cải tiến nhỏ cho nhóm, viết một bài chia sẻ điều em vừa học được, hoặc nhận một việc khó còn đang bỏ ngỏ mà chưa ai gánh. Chủ động là một thói quen — em tập từ việc nhỏ, làm nhiều thành phẩm xạ tốt cho em. Đừng chờ tới lúc "việc lớn" mới chủ động, lúc đó em "khó có cửa".

2. Đừng đợi "đủ giỏi mới bắt đầu." Đây chính là cái bẫy anh từng mắc, và nó giữ anh đứng yên cả mấy năm trời. Anh cứ nghĩ phải chuẩn bị thêm chút nữa, học thêm chút nữa rồi mới dám làm. Sai rồi em. **Cứ làm, rồi sửa dần.** Người bắt tay vào làm và sai vài lần sẽ chắc chắn đi xa hơn người ngồi chờ tới lúc hoàn hảo — vì cái lúc đó không bao giờ đến.

3. Đổi cách em đặt câu hỏi. Mỗi khi em định hỏi "em phải làm gì tiếp ạ?", hãy đổi thành: "Em định làm thế này, anh/chị thấy ổn không ạ?". Nghe thì có vẻ là nhỏ, nhưng khác nhau một trời một vực. Câu thứ nhất cho thấy em "trống rỗng", chờ được "rót vào". Câu thứ hai cho thấy em **đã suy nghĩ trước rồi** — và người ta luôn tin, luôn quý người chủ động như vậy.

Tự quan sát

Em ngồi tĩnh lặng một chút và tự hỏi thật lòng với bản thân:

- *Trong tuần qua, có việc nào em thấy "lẽ ra nên làm" nhưng đã chờ người khác làm — hoặc chờ được bảo — rồi cuối cùng không ai làm cả không?*
- *Nếu ngay ngày mai em được "tự cho phép mình" chủ động một việc, em sẽ chọn việc gì?*

Một lời mời nhỏ từ anh

Anh hiểu mà — đọc tới đây em gật gù "đúng rồi, mình phải chủ động hơn", nhưng quay đi vẫn không biết **bắt đầu từ đâu cho đúng với hoàn cảnh riêng của mình**. Chủ động sai chỗ, sai thời điểm cũng mệt, thậm chí phản tác dụng.

Nếu em đang ở đúng tình cảnh đó, anh mời em đặt lịch một buổi **Cafe Talk — Cà phê cùng chuyên gia**. Mình ngồi trò chuyện trực tiếp, em kể anh nghe em đang đứng ở đâu, vướng gì, và anh giúp em gỡ rối lộ trình, vạch ra một bước đi cụ thể cho riêng em — không phải lời khuyên chung chung trên mạng.

Đôi khi một buổi nói chuyện đúng người tiết kiệm cho em cả năm loay hoay. Anh từng ước có một người anh như vậy hỏi anh bằng tuổi em.

[Đăng ký Cafe Talk — cà phê cùng anh →](#)

Năng lực 8: Biết Dùng AI Để Khuếch Đại Năng lực Bản Thân

AI không cướp công việc của em — người biết dùng AI giỏi hơn mới cướp công việc của em.

Anh kể em nghe một chuyện anh được chứng kiến tận mắt.

Hai bạn cùng phòng ký túc xá, học chung ngành, điểm số sàn sàn nhau. Cùng nộp hồ sơ thực tập vào một công ty.

Bạn thứ nhất ngồi viết email xin thực tập mất nguyên một buổi tối. Viết rồi xóa, xóa rồi viết, đến nửa đêm vẫn thấy nó "sao sao". Cuối cùng gửi đại một bản mà nội dung khá thô sơ.

Bạn thứ hai mở ChatGPT lên, gõ: "*Mình là sinh viên năm 3 ngành Marketing, muốn xin thực tập ở phòng truyền thông. Viết giúp mình email xin thực tập, giọng chân thành, không sáo rỗng.*" Có bản nháp được biên tập ngay trong 30 giây. Bạn ấy đọc lại, sửa cho ra giọng của bản thân, thêm vài chi tiết hiện có về bản thân — 15 phút là xong một email gọn gàng. Rồi bạn ấy dùng số thời gian còn lại để **luyện trả lời câu hỏi phỏng vấn** cũng bằng AI: bảo nó đóng vai nhà tuyển dụng, hỏi vặn liên tục.

Em đoán được ai vào vòng phỏng vấn rồi đúng không.

Điều anh muốn em thấy không phải "AI viết email giùm". Mà là: **cùng một quỹ thời gian, bạn thứ hai làm được gấp ba lần bạn thứ nhất** — và phần dôi ra ấy, ngày qua ngày, kéo hai người trẻ ngang nhau ra hai con đường khác hẳn.

Vì sao đây là năng lực sống còn

Anh không dọa em, anh đưa em con số "biết nói".

Nghiên cứu của **Đại học Stanford** cho thấy: lao động **22-25 tuổi** ở những nghề bị AI tác động mạnh nhất đã **giảm 13% việc làm** — trong khi người lớn tuổi cùng nghề ấy lại *tăng*. Em đọc kỹ chỗ này: AI động chạm sớm nhất, đau nhất, vào đúng nhóm mới ra trường. Vào đúng chỗ em đang đứng.

Nhưng đây mới là phần em cần nhớ:

- Nhu cầu người **biết dùng AI** trong tin tuyển dụng đã tăng **gấp 7 lần chỉ trong 2 năm** — nhanh hơn mọi kỹ năng khác (McKinsey).
- **2/3 lãnh đạo** nói thẳng rằng: sẽ *không xét tuyển* những ứng viên thiếu khả năng dùng AI (LinkedIn).

Nghĩa là cánh cửa AI đóng với nhóm này thì cũng chính nó mở ra cho nhóm kia. Không phải đóng với "người", mở với "máy" — mà **đóng với người không biết dùng, mở toang cho người biết dùng**.

Và đây là tin mừng lớn nhất: **biết dùng AI KHÔNG có nghĩa là phải biết lập trình.** Mà chỉ cần là biết sai khiến một công cụ như ChatGPT, Claude,... để làm việc của em nhanh hơn, tốt hơn. Em không cần một dòng code nào.

Sự thật ít ai nói với em

Người ta hay vẽ ra một bức tranh đáng sợ: AI giỏi quá, rồi cả một thế hệ bị bỏ lại.

Sự thật thì ngược lại, và nó tử tế hơn nhiều.

Ở Việt Nam, một khảo sát của **Viện Khoa học Giáo dục** chỉ ra: **87% sinh viên "biết" về AI, nhưng chỉ 17% thật sự dùng nó hiệu quả.**

Em dừng lại ở con số này với anh một chút.

Nó nghĩa là cứ 100 bạn cùng lứa với em, thì **83 bạn nghe danh AI nhưng chưa biến nó thành lợi thế thật.** Khoảng trống giữa "biết" và "dùng được" ấy — rộng mênh mông — **chính là chỗ em có thể tận dụng để vượt lên.**

Em không cần thông minh hơn ai. Em không cần học trường top. Em chỉ cần thuộc về nhóm **17% chịu mở công cụ ra và dùng nó mỗi ngày,** trong khi 83 bạn kia còn đang gật gù "ờ, AI hay đấy" rồi đóng máy đi ngủ.

Cuộc đua này không gắt như em sợ. Nó dễ vào top hơn em tưởng — vì phần đông còn chưa bước vào vạch xuất phát.

Bắt tay rèn luyện ngay (trong tuần này)

Đừng đọc về AI nữa. Hãy mở nó ra và dùng.

1. Mỗi ngày, giao cho AI nhiệm vụ để làm MỘT việc của em.

Không phải việc tưởng tượng — việc thật mà em đang vướng mắc. Hôm nay nhờ nó tóm tắt một tài liệu học dày cộp. Mai nhờ soạn nháp email xin thực tập. Ngày kia bảo nó đóng vai người phỏng vấn để em luyện trả lời. **Em học bằng cách dùng, không phải bằng cách đọc về nó** — y như tập bơi => ta phải xuống nước.

2. Tập "hỏi cho đúng". Cùng một việc, em thử ra lệnh theo **3 cách khác nhau** rồi so sánh kết quả. Ví dụ: "viết email xin thực tập" so

với "viết email xin thực tập ngành Marketing, giọng chân thành, dưới 150 chữ, có một chi tiết khiến nhà tuyển dụng nhớ mình". Em sẽ thấy ngay: **người ra lệnh rõ ràng nhận về kết quả tốt gấp nhiều lần người hỏi qua loa**. Biết hỏi cũng là một kỹ năng — và chắc chắn rèn luyện được.

3. Luôn kiểm tra lại trước khi tin tưởng.

AI có thể nói sai một cách *rất tự tin* — bịa số liệu, bịa tên sách, bịa quy định, mà vẫn tỉnh bơ. Nên mọi thứ quan trọng, em phải đối chiếu lại. Và đây là điểm cốt lõi: **chính khả năng phản biện kết quả của máy mới là thứ khiến em có giá trị hơn cái máy đó**. Người biết khi nào nên nghe AI và khi nào phải đối chất nó — người đó không bao giờ bị nó thay thế.

Tự quan sát

Hãy hỏi bản thân thật lòng hai câu:

- Trong 7 ngày qua, em đã dùng AI vào công việc của mình bao nhiêu lần? Hay em vẫn thuộc nhóm 83% chỉ "nghe nói AI hay"?
- Lần gần nhất AI đưa em một câu trả lời, em có dừng lại tự hỏi "*điều này có đúng không*" — hay em copy thẳng và tin tưởng luôn?

Một lời mời nhỏ

Em đồng ý với anh chứ? Rằng: cả ba việc anh hướng dẫn ở trên — biết giao việc gì cho máy, biết hỏi sao cho đúng, biết khi nào phải đổi chất lại nó — **không cái nào là kỹ năng bấm nút cả**. Chúng đều là **tư duy của con người**.

Đó chính là điều anh muốn nói với em: **dùng AI giỏi chỉ thật sự lợi hại khi đi cùng tư duy hệ thống và khả năng phán đoán** — phần mà máy sẽ không bao giờ thay thế được. Cái nút bấm thì ai cũng học được trong một buổi chiều. Nhưng cái đầu biết nghĩ phía sau nút bấm ấy mới là thứ nâng tầm em lên.

Đó là điều anh sẽ đồng hành rèn luyện cùng em trong **Hành Trình Vươn Mình**: giúp em ghép các mảnh ghép "*biết dùng công cụ*" với "*tư duy gốc*" — qua 6 buổi anh trực tiếp đứng lớp — để em không bị bỏ lại trong làn sóng AI, mà bứt lên trên nó.

Bắt đầu Hành Trình Vươn Mình →

Em cứ đọc hết cuốn này trước đã. Khi nào thấy sẵn sàng đi xa hơn cùng đồng đội, anh ở đây chờ em.

Năng lực 9: Tự Học Trọn Đời

Một tấm bằng không đủ cho cả đời đi làm — biết tự học mới là tấm bằng thật.

Em có nhớ cái cảm giác hôm cầm tấm bằng tốt nghiệp trên tay không? Tự hào, nhẹ nhõm, như vừa qua được một chặng đường dài. Anh cũng từng nghĩ vậy. Bốn năm miệt mài, thi cử, bảo vệ khóa luận — xong rồi, giờ chỉ việc đi làm và "dùng" những gì đã học.

Nhưng anh kể em nghe một câu chuyện thực tế rất chân thật. Anh có một người em, tốt nghiệp loại giỏi một ngành công nghệ. Năm đầu đi làm, em ấy giỏi nhất phòng. Đến năm thứ ba, có một bạn mới vào — bằng cấp thấp hơn, nhưng tối nào cũng tự học thêm công cụ mới, đọc tài liệu mới, thử cái mới. Hai năm sau, bạn mới đó lên trưởng nhóm. Còn người em của anh thì vẫn đứng yên — không phải vì kém, mà vì đã **dừng học từ ngày rời ghế nhà trường.**

Đó là sự thật ít ai nói thẳng với em ở lễ tốt nghiệp: tấm bằng em sắp cầm không phải đích đến. Nó chỉ là tấm vé vào cửa. Còn đi được bao xa thì phụ thuộc vào một thứ khác hẳn.

Vì sao đây là năng lực sống còn

Hãy nhìn vào con số này, vì nó nói vào sự thật hơn mọi lời khuyên:

Đến năm 2030, cứ 100 người lao động thì 59 người cần được đào tạo lại, và 11 người có nguy cơ bị bỏ lại phía sau — WEF Future of Jobs Report 2025.

Em đọc lại lần nữa đi. Hơn một nửa số người đang đi làm sẽ phải học lại để giữ được việc của mình. Cùng báo cáo đó cho biết: đến năm 2030, khoảng **39% năng lực cốt lõi** của người đi làm sẽ thay đổi. Nghĩa là gần bốn phần mười những gì em học hôm nay sẽ cũ đi — nhanh hơn em tưởng rất nhiều.

Nghe có vẻ đáng sợ. Nhưng anh muốn em thấy mặt còn lại của tấm huy chương, vì nó là tin mừng dành riêng cho em: chỉ khoảng **4 trên 10 người trưởng thành** chịu chủ động học vì công việc (OECD). Tức là phần lớn mọi người **KHÔNG** học gì thêm sau khi ra trường. Họ sống bằng vốn cũ cho đến lúc vốn cũ hết giá trị.

Em thấy chỗ này chưa? Chỉ cần em biến tự học thành một thói quen từ khi còn ngồi ghế nhà trường, em đã có **lợi thế kép**: vừa không bị bỏ lại trong nhóm 11 người, vừa đứng trên 6 trong 10 người không bao giờ học thêm. "Tò mò và ham học hỏi" cũng đang là một trong những năng lực tăng giá nhanh nhất mà nhà tuyển dụng săn tìm — đơn giản vì nó hiếm.

Sự thật ít ai nói với em

Em hay nghĩ người giỏi là người **biết nhiều**. Nên em sợ — sợ mình không đủ kiến thức, không đủ bằng cấp, không đủ "vốn" để cạnh tranh.

Nhưng sự thật là thế này: **Trong một thế giới mà kiến thức cũ đi sau mỗi vài năm, người mạnh nhất không phải người biết nhiều — mà là người học nhanh.**

Biết nhiều là một kho hàng. Kho hàng thì sẽ hết hạn, sẽ lỗi mốt. Còn biết học nhanh là một "siêu năng lực" — và "siêu năng lực" này sẽ không bao giờ hết hạn, vì nó tự sản xuất ra kiến thức mới mỗi khi em cần.

Anh từng gặp những bạn trẻ tự ti vì "em học trường thường thôi anh", "ngành em không hot". Nhưng anh nói thật: nhà tuyển dụng ngày nay không còn quá quan tâm em đã biết gì lúc này. Họ quan tâm em **học được nhanh đến đâu** khi công việc đổi thay. Bởi vì họ biết rõ — công việc **CHẮC CHẮN** sẽ đổi thay. Người họ muốn giữ là người có thể đổi thay cùng nó.

Vậy nên đừng so đo cái em chưa biết. Hãy chăm quan tâm đến cái "siêu năng lực" tự học của em — đó mới là tài sản thật.

Bắt tay rèn luyện ngay

Tự học nghe thì to tát, nhưng nó được xây dựng từ những hành động rất nhỏ và rất cụ thể. Tuần này, em làm đúng ba điều sau nhé:

1. Đặt cho mình một "giờ học của riêng em" cố định mỗi tuần.

Chọn một khung giờ — ví dụ sáng Chủ nhật 8h đến 9h — và coi nó là bất khả xâm phạm, như một cái hẹn quan trọng với chính mình. Trong giờ đó, em học một thứ mới hoàn toàn: một kỹ năng, một công cụ, một chủ đề em tò mò. Đừng đợi "khi nào rảnh", vì sẽ chẳng bao giờ rảnh. Đều đặn một giờ mỗi tuần sẽ "ngon hơn" rất nhiều kiểu học dồn dập rồi bỏ. Mưa dầm thấm lâu, em ạ.

2. Học xong điều gì, dạy lại nó cho một người khác bằng ngôn

từ của em. Học xong một chương sách, một video, một bài giảng — hãy giải thích lại nó cho một người bạn, hoặc thậm chí nói thành tiếng cho chính mình nghe, bằng ngôn ngữ đời thường của em. Nếu em nói trôi chảy, em thật sự hiểu. Nếu em ấp úng, vấp ở chỗ nào — đó chính là chỗ em mới chỉ *tưởng* mình hiểu. Dạy lại là tấm gương soi rõ nhất cho chất lượng học tập.

3. Lập một "sổ tay tiến bộ".

Mở một cuốn sổ, và ghi lại mỗi khóa học em hoàn thành, mỗi dự án em làm, mỗi kỹ năng mới em tự rèn luyện. Mỗi dòng em viết vào đó là một viên gạch. Cuốn sổ này có hai sức mạnh: nó là **động lực** cho những ngày em thấy mình giậm chân tại chỗ (lật ra xem, em đã đi xa hơn em nghĩ), và nó là **bằng chứng sống** — thứ em mang ra trước nhà tuyển dụng để chứng minh em là người chủ động học suốt đời, chứ không chỉ nói suông.

Tự quan sát

Lần gần nhất em tự học một thứ gì đó — không phải vì ai đó bắt ép, không phải vì điểm số, mà chỉ vì em muốn giỏi hơn — là khi nào?

Nếu năm sau công việc em mơ ước đòi một kỹ năng em chưa hề có, em sẽ thấy đó là một ngõ cụt... hay một bài học mới để bắt đầu?

Anh phải nói rõ với em một điều: tự học một mình rất dễ nản và rất dễ lạc đường. Em mở ra được dăm ba hôm rồi bỏ, không biết mình học đúng hướng không, không có ai để hỏi khi "bí não" — anh đã thấy rất nhiều bạn trẻ tắt lửa giữa chừng đúng kiểu đó.

Đó là lý do anh làm **Hành Trình Vươn Mình**. Trong chương trình, em không phải tự mò một mình nữa: em có một lộ trình rõ ràng và có anh trực tiếp dẫn đường, có hệ thống video để học lại không giới hạn mỗi khi cần ôn tập, và có một cộng đồng để hỏi đáp mỗi ngày — biến ý nghĩ "tự học trọn đời" từ một lời khuyên đẹp trên giấy thành một thói quen tạo ra chỗ dựa vững chắc.

[Xem lộ trình Hành Trình Vươn Mình →](#)

Năng lực 10: Định Hướng Nghề & Hành Động

Biết mình muốn gì đã quý — biết bước đầu tiên phải làm gì còn quý hơn.

Có một buổi tối tháng Tư, một em sinh viên năm cuối nhắn cho anh: "Anh ơi, em sắp ra trường rồi mà em thấy hoang loạn quá. Bạn bè em đua thì đi thực tập từ năm hai, đua đã có chỗ nhận chính thức. Còn em, bốn năm qua chỉ biết đi học cho qua môn, giờ mở LinkedIn lên thấy ai cũng đi trước mình. Em không biết mình muốn làm gì, và còn không biết bắt đầu từ đâu."

Anh đọc tin nhắn đó mà thấy chính mình của mười mấy năm trước. Cái cảm giác đứng trước ngưỡng cửa ra trường, tay cầm tấm bằng mà lòng trống rỗng — không phải vì em lười, mà vì chưa ai chỉ cho em rằng **định hướng nghề là một việc phải bắt tay làm từ sớm, chứ không phải một câu trả lời tự rơi xuống đầu vào năm cuối.**

Em có thấy mình trong câu chuyện đó không? Nếu có, anh mừng — vì em đang đọc đúng chương cần đọc.

Vì sao đây là năng lực sống còn

Anh sẽ nói thẳng về một sự thật khó nghe: **tấm bằng không còn là tấm vé bảo đảm việc làm như thời ba mẹ em nữa.**

Theo Cục Thống kê, **thất nghiệp ở thanh niên 15–24 tuổi ở Việt Nam là 7,83% — cao gấp khoảng 3 lần mức thất nghiệp chung của cả nước.** Nghĩa là người trẻ mới ra trường chính là nhóm chật vật nhất trên thị trường việc làm. Hơn thế, hiện có **hơn 1,6 triệu bạn trẻ đang không đi học, cũng không đi làm** — một con số khiến anh nhói lòng. Anh đề cập ở đây, vì anh tự thấy, anh có trách nhiệm trong việc giúp em thức tỉnh để thay đổi và vươn lên.

Và đây là điều ít ai dám nói: trung bình **hơn 1/5 cử nhân ra trường làm trái ngành** — có những ngành con số này lên tới 60–67%. Tức là cứ 5 người tốt nghiệp thì có ít nhất một người làm công việc chẳng liên quan gì tới thứ họ học ròng rã trong bốn năm.

Nghe đến đây em đừng hoảng. Vì tin tốt là: **những con số này chỉ đáng sợ với người không có kế hoạch.** Với người chủ động định hướng sớm — đi thực tập, làm dự án thật, mở rộng quan hệ ngay từ năm hai, năm ba thay vì đợi đến năm cuối — thì đây không phải vực thẳm, mà chỉ là một địa hình cần đi cẩn thận. Và em hoàn toàn có thể là người đi cẩn thận đó.

Sự thật ít ai nói với em

Người ta hay dạy em rằng: "*Phải tìm ra đam mê, rồi mới biết mình nên làm gì.*"

Anh nói rõ ràng thế này: **chờ tìm ra đam mê rồi mới hành động là cái bẫy giữ em đứng yên lâu nhất.**

Đam mê rất hiếm khi xuất hiện trong đầu khi em ngồi nghỉ. Nó lộ ra **khi em làm**. Em thử một việc — thấy mệt, bỏ. Thử việc khác — thấy hào hứng, làm tiếp. Chính những lần va vào thực tế đó mới vẽ ra con đường, chứ không phải những đêm nằm tự hỏi "rốt cuộc mình hợp với cái gì".

Phần đông bạn cùng lứa của em đang mắc kẹt ở chỗ ngồi nghỉ. Em chỉ cần là người đứng dậy làm trước — dù bước đầu còn vụng, còn non — thì em đã có thể đi nhanh hơn họ vài năm. Định hướng sẽ không đến từ những suy nghĩ hoàn hảo, nó đến từ **một loạt hành động nhỏ và sự điều chỉnh dọc trên đường đi**.

Bắt tay rèn luyện ngay

Đây là 3 hành động em làm được ngay trong tuần này. Đừng đọc cho hết rồi để đó — chọn lấy một hành động và làm hết sức của em nhé!

1. Viết ra "bức tranh 6 tháng tới" của em. 6 tháng nữa em muốn đứng ở đâu? Và mỗi tháng cần xong việc gì để đến được đó? Hãy viết ra giấy, có mốc thời gian rõ ràng cho từng tháng. Một mục tiêu không có mốc thời gian chỉ là một ước mơ — và ước mơ thì chỉ có được trong giấc ngủ.

2. Đừng đợi đến năm cuối — tháng này gửi đi một thứ. Gửi một CV xin thực tập, hoặc xin tham gia một dự án thật, dù em thấy mình còn non. Em không cần đợi đến lúc "đủ giỏi". Kinh nghiệm thật, dù nhỏ, đáng giá hơn mọi sự chuẩn bị trong đầu. Một lần thực tập vụng về vẫn dạy em nhiều hơn mười cuốn sách hướng nghiệp.

3. Chấp nhận rằng em có thể làm trái ngành — và đó không phải thất bại. Thay vì sợ điều đó, hãy chủ động xây những năng lực "**chuyển đi đâu cũng dùng được**": giao tiếp, tự học, giải quyết vấn đề... Đây chính là 9 năng lực em vừa đọc trong cuốn này. Khi em vững những thứ đó, dù con đường có rẽ hướng bất ngờ, em vẫn xoay sở được — vì giá trị của em không nằm ở một tấm bằng, mà ở chính con người em.

Tự quan sát

Trước khi gấp cuốn sách lại, anh muốn em thành thật trả lời hai câu:

- **Nếu 6 tháng nữa có người hỏi "em đã làm được gì cho con đường của mình?", em sẽ kể ra được điều gì cụ thể — hay vẫn là "em vẫn đang suy nghĩ"?**
- **Việc đầu tiên em sẽ làm sau khi đọc xong chương này là gì, và em sẽ làm nó vào ngày nào?**

Nếu em viết ra được câu trả lời cho câu thứ hai ngay bây giờ — em đã khác biệt so với phần đông bạn bè rồi đó.

Cả 10 năng lực trong cuốn này hội tụ lại ở đúng chương cuối em vừa đọc: một kế hoạch hành động rõ ràng cho riêng em. Tấm bản đồ thì em đã có trong tay. Nhưng đi một mình thì dễ lạc và dễ nản — anh hiểu, vì anh từng đi một mình suốt mấy năm trời.

Đó chính là điều anh muốn đồng hành cùng em trong Hành Trình Vươn Mình. Qua 6 buổi anh trực tiếp đứng lớp, em sẽ không ra về với những lời khuyên chung chung, mà với một bức tranh phát triển và bước đi cụ thể cho chính cuộc đời em — thay vì tiếp tục loay hoay thêm một, hai năm nữa như anh ngày xưa.

Em đã đọc đến dòng cuối cùng này — nghĩa là em là người chịu hành động. Anh muốn đi tiếp cùng em.

Giữ chỗ Hành Trình Vươn Mình →

VỀ ANH THÀNH & THANHHUB

Đọc đến đây rồi, anh nghĩ mình nên ngồi xuống nói chuyện với em một chút — không phải kiểu tác giả với độc giả, mà như một người anh đi trước ngồi cạnh em sau buổi học.

Mười năm trước, anh cũng từng ngồi đúng chỗ em đang ngồi

Anh là **Đào Tấn Thành**, con nhà nông quê ở Phú Thọ (Vĩnh Phúc). Bố mẹ anh quanh năm bán mặt cho đất, dồn hết hy vọng vào đứa con đi học. Rồi điều anh sợ nhất xảy ra: **anh thi trượt đại học**. Anh thu mình lại, trốn ánh mắt mọi người, tin chắc rằng cánh cửa tương lai đã đóng sập.

Giữa lúc tăm tối nhất, một người thầy nói với anh một điều: *con người ta không gục ngã vì vấp ngã — họ gục ngã vì tin rằng mình không thể đứng lên*. Anh thi lại. Lần này anh đỗ **Đại học Ngoại thương Hà Nội, học bổng toàn phần 100%**.

Anh kể chuyện này không phải để khoe. Anh kể vì anh muốn em tin một điều thật giản dị: **điểm xuất phát không quyết định em sẽ đi tới đâu**.

Điều anh tin về người trẻ Việt Nam

Có một câu nói từng làm cả người anh nổi da gà, đến giờ anh vẫn mang theo bên mình:

"Em đã có sẵn đầy đủ nguồn lực ở bên trong để trở thành con người thành công mà em muốn. Hãy ngưng than vãn và đánh thức con người khổng lồ bên trong em."

Anh tin chắc: trong em đang có một "người khổng lồ đang ngủ quên". Em chưa bút phá không phải vì em kém — mà vì chưa ai chỉ cho em cách **đánh thức nó dậy**. Đó là việc mà cả đời này anh chọn để làm, để giúp em, để giúp các bạn trẻ.

thanhhub giúp được gì cho em

Suốt 10 năm, anh đồng hành cùng hơn **10.000 học viên**, đứng lớp ở **50+ trường tại Hà Nội**, đào tạo **1.500+ nhân sự** doanh nghiệp. thanhhub là nơi anh gom tất cả những gì thực chiến nhất lại cho em:

- **Hành Trình Vươn Mình** — lộ trình 6 buổi giúp em đi từ bế tắc đến rõ ràng, đủ tự tin bước vào đời. Đây là chương trình anh dành nhiều tâm huyết nhất.
- **La Bàn Bản Thân** — bộ công cụ giúp em soi rõ tính cách, phong cách làm việc, điểm mạnh điểm yếu của chính mình (tặng kèm khi em đi cùng anh).
- **Kỹ năng giao tiếp trong công việc** — để em không còn lúng túng ở công sở.
- **Cafe Talk** — một buổi cà phê trò chuyện riêng với anh, gỡ đúng nút thắt của riêng em.
- **Cộng đồng thanhhub** — nơi em không phải đi một mình mà luôn có đồng đội bên cạnh em.

Ba bước để bắt đầu ngay hôm nay

1. **Làm bài La Bàn Bản Thân** tại /1a-ban-ban-than — 15 phút để hiểu mình hơn cả những năm qua.
2. **Xem Hành Trình Vươn Mình** — chọn cho mình một lộ trình tử tế, có người đi cùng.
3. **Đăng ký Cafe Talk** nếu em muốn ngồi nói chuyện thẳng thắn với anh trước khi quyết định bất cứ điều gì.

Mười năm trước có một người thầy chìa tay ra với anh, giúp đỡ anh. Giờ tới lượt anh chìa tay ra với em.

Đừng đi một mình. Anh sẽ đi cùng em — từng bước một.

Vươn lên từ gốc — bút tốc thành công. — Anh Thành, thanhhub

Chương Cuối: Biết Là Một Chuyện — Làm Được Là Chuyện Khác

Em vừa đi cùng anh qua 10 năng lực. Anh muốn em dừng lại một nhịp, hít một hơi thật sâu, và tự khen mình một câu: **không phải bạn trẻ nào cũng đọc tới đây**. Phần đông sẽ lướt qua, gật gù, rồi đóng lại và quên. Em thì khác — em đã đọc hết. Riêng điều đó thôi đã cho thấy em thuộc về nhóm chịu học, nhóm an toàn mà anh nói ngay từ đầu cuốn sách.

Nhưng anh sẽ thẳng thắn với em, vì đó là cách một người anh đi trước nên nói:

Biết 10 năng lực này là một chuyện. Rèn được nó thành năng lực thật của em — lại là chuyện hoàn toàn khác.

Anh biết, vì anh từng ở đúng chỗ đó. Anh đọc rất nhiều, gạch chân rất nhiều, lưu rất nhiều bài hay. Rồi để đó. Cái khoảng cách giữa "em biết phải làm gì" và "em thật sự làm được" — đó chính là 4 năm anh đã mò mẫm một mình, vấp đủ thứ, mà lẽ ra nếu có một người chỉ đường, anh đã đi nhanh hơn rất nhiều.

Cuốn sách này là **tấm bản đồ**. Nó chỉ cho em thấy 10 ngọn núi cần leo và hướng đi. Nhưng đi một mình thì dễ lạc giữa rừng, dễ nản khi trời tối, dễ quay đầu khi gặp con dốc đầu tiên. Và đó là lý do anh làm ra **Hành Trình Vươn Minh**.

Hành Trình Vươn Mình — Phiên Bản Đầy Đủ Của Cuốn Sách Em Vừa Đọc

Đây là chương trình **chính anh — Đào Tấn Thành — trực tiếp đứng lớp 6 buổi**, để biến 10 năng lực này từ trang giấy thành sức mạnh thật của em: có hướng đi rõ, có người dẫn đường, có bạn đồng hành để cùng bước đi.

Khi em bước vào Hành Trình, em không chỉ nhận một khóa học. Em nhận cả một hệ thống bài bản:

6 buổi đào tạo trực tiếp qua Zoom — chính anh đứng lớp cả 6 buổi, không qua trợ giảng. Em hỏi, anh trả lời trực tiếp.

Sĩ số lớp giới hạn để em được quan tâm sát sao + hệ thống video học lại không giới hạn — bận buổi nào, xem lại buổi đó, học tới khi nào thật sự nắm.

Bộ công cụ La Bàn Bản Thân — soi rõ tính cách, điểm mạnh và điểm yếu, ngành nghề hợp với tiềm năng thật của em.

Cẩm nang Lộ Trình chinh phục 100 Triệu Đầu Đời — những kỹ năng kiếm đồng tiền tử tế đầu tiên trong đời.

Suất sinh hoạt Câu lạc bộ Diễn Thuyết Thật Đơn Giản — một sân tập thật để em đứng nói, vấp, sửa, rồi tự tin dần lên.

Cộng đồng thanhhub trọn đời — cộng đồng nơi các bạn trẻ cùng chí hướng, kèm ngân hàng tin tuyển dụng và thực tập.

Vé Vàng 30 phút cà phê online riêng với anh — chỉ dành cho những bạn đăng ký sớm nhất.

Em đếm thử mà xem: chỉ riêng phần quà tặng đi kèm đã hơn cả học phí em bỏ ra. Anh làm vậy không phải để "khuyến mãi" cho vui — mà vì anh muốn em trưởng thành trong Hành Trình với đủ đồ nghề trong tay.

Cam Kết Của Anh — Rủi Ro Thuộc Về Anh, Không Phải Em

Anh không hứa với em những kết quả thần kỳ. Anh ghét điều đó. Anh dám đặt cam kết này lên bàn:

Học buổi 1 mà em thấy không hợp, anh hoàn 100% học phí trong 24 giờ — không cần lý do.

Học đủ 6 buổi mà em vẫn chưa thấy giá trị, anh đồng hành thêm với em đến khi em tiến bộ.

Nghĩa là em chẳng mất gì để thử. Phần rủi ro, anh giữ về phía mình. Việc của em chỉ là **dám bước một bước**.

Vì Sao Anh Mong Em Trở Nên Quyết Đoán

Anh không thích trò hối thúc giả tạo, nên anh nói rõ ràng:

- Ưu đãi dành cho người đăng ký sớm sẽ đóng lại sau đợt này — sau đó học phí quay về mức tiêu chuẩn.
- **Vé Vàng cà phê riêng với anh chỉ có cho 10 bạn nhanh nhất** — hết là anh không mở lại, vì thời gian ngồi riêng với từng bạn là có hạn.

Có thể lý do thật sự để em hành động sớm không nằm ở con số. Nó nằm ở chỗ này: **mỗi năm em loay hoay một mình là một năm bạn cùng lứa đi trước em một đoạn**. Cái giá đắt nhất không phải học phí — mà là những năm tháng đi sai đường vì không có ai chỉ dẫn.

[Em muốn giữ chỗ Hành Trình Vươn Mình →](#)

Nếu Em Chưa Sẵn Sàng — Mình Cứ Ngồi Trò Chuyện Đã

Anh hiểu, một quyết định cần thời gian. Nếu em còn đang phân vân, hoặc đơn giản là muốn gỡ rối lộ trình riêng của mình trước, em **đừng ngại đặt một buổi Cafe Talk** — ngồi trò chuyện trực tiếp với anh, kể anh nghe hoàn cảnh của em, để anh giúp em vạch một bước đi cụ thể.

Đôi khi một buổi nói chuyện đúng người tiết kiệm cho em cả năm mò mẫm. **Đăng ký Cafe Talk** — không mua gì cũng được, anh vẫn vui khi giúp được em.

Đôi Lời Cuối, Từ Anh

Em thân mến,

Anh viết cuốn sách này không phải để dọa em về AI, về thất nghiệp, về một tương lai đáng sợ. Anh viết nó vì anh nhớ rõ cảm giác **đứng đúng chỗ em đang đứng** — thi trượt, thu mình, không biết bắt đầu từ đâu, mở điện thoại lên thấy bạn bè như đã đi xa lắm rồi.

Anh đã đi qua được. Và 10 năm qua, anh dành cả sự nghiệp để đồng hành cùng hơn 10.000 bạn trẻ khác cũng đi qua. Anh tin chắc một điều: **em hoàn toàn làm được — chỉ cần em bắt đầu, và hãy bắt đầu cùng đồng đội.**

Cuộc đua này chưa bao giờ là người với máy. Nó là cuộc đua giữa người sẵn sàng liên tục học tập để phát triển và người không chịu học thêm mà cứ thế trở nên trì trệ. Em đã đọc tới dòng cuối này — nghĩa là em đã chọn đúng phía rồi.

Giờ thì, **chọn lấy một hành động nhỏ trong cuốn sách và làm nó ngay tuần này đi.** Một hành động thôi. Rồi nếu em muốn có anh đi cùng cho cả chặng đường, anh luôn ở đây, chờ em ở Hành Trình Vươn Mình.

Vươn lên từ gốc — bút tốc thành công.

Mến thương em, **Anh Đào Tấn Thành**

Nguồn tham khảo

Những con số trong cuốn cẩm nang này được tổng hợp từ các báo cáo uy tín trong và ngoài nước:

- World Economic Forum — *Future of Jobs Report 2023 & 2025*
- McKinsey & Company — báo cáo về kỹ năng & AI tại nơi làm việc
- LinkedIn — *Most In-Demand Skills & khảo sát lãnh đạo về AI*
- NACE — *Job Outlook 2025* (Hoa Kỳ)
- Đại học Stanford — nghiên cứu tác động AI tới lao động trẻ
- VCCI & UNICEF — khảo sát kỹ năng sinh viên tốt nghiệp Việt Nam
- ManpowerGroup, Anphabe, Intelligent.com — khảo sát nhà tuyển dụng
- OECD, World Bank, Cục Thống kê Việt Nam — dữ liệu lao động & việc làm

THthanhhub

thanhhub — Đào Tấn Thành · thanhhub.com

Vươn lên từ gốc — bút tốc thành công.