



SEAAT

SUCCESS CASES

Không chỉ là một hồ sơ đẹp
Mà là một hành trình
con TRƯỞNG THÀNH
về CẢM XÚC

Trần
Phương
Nhi



MỤC LỤC



Câu chuyện của học sinh	3
Trước SEAAT, hồ sơ có gì?	4
Phân tích của đội ngũ SEAAT	5
Chủ đề hồ sơ	6
Chủ đề ấy được SEAAT lồng ghép vào hồ sơ qua	7
Sau SEAAT, hồ sơ thay đổi thế nào?	10
Danh sách trúng tuyển	11
Cảm nghĩ của học sinh	12
Kết luận	13

CÂU CHUYỆN CỦA HỌC SINH



SEAAT
SUCCESS CASES

Có những học sinh đến SEAAT *không phải vì không đủ giỏi mà vì đã cố gắng một mình quá lâu.* Nhi là một trong số đó. Một cô gái tài năng, nhạy cảm, với bằng thành tích nổi bật từ nghệ thuật đến thể thao. Nhưng phía sau ánh hào quang là những tổn thương chưa được gọi tên, là cảm giác “mình không thực sự đủ tốt” vì mọi thứ cứ rời rạc, không có ai giúp em nối lại.

Em đã từng nghĩ mình cần thêm thành tích, thêm hoạt động để được công nhận. Nhưng hoá ra, *điều em thực sự cần là một nơi giúp em hiểu mình rõ hơn, và gắn kết được những mảnh rời trong câu chuyện của chính mình.*

SEAAT đã không đến với Nhi như một trung tâm tư vấn đơn thuần, mà như một người đồng hành.

Chúng tôi không chỉ hướng dẫn kỹ thuật làm hồ sơ, mà còn cùng em bóc tách từng lớp cảm xúc, đặt câu hỏi về mục tiêu sống, giúp em nhìn ra sợi dây kết nối giữa nghệ thuật, tổn thương và cộng đồng. Từ đó, một bộ hồ sơ sâu sắc được định hình: **người kiến tạo không gian kết nối bằng nghệ thuật và giáo dục xã hội.**



TRƯỚC SEAAT, HỒ SƠ CÓ GÌ?



Trần Phương Nhi
 Học sinh trường Liên
Cấp Olympia, Hà Nội

GPA 4.06/4.0

SAT 1530



HỌC THUẬT

- ◆ Lớp Danh Dự (tương đương lớp chuyên) về Văn học và Khoa học Nhân văn
- ◆ Top 3 học sinh xuất sắc nhất khối trong các môn: Vật lý, Hóa học, Toán, Tiếng Anh, Lịch sử và Nghệ thuật

GIẢI THƯỞNG

- ◆ Học bổng thành tích và học bổng Hiệu Trưởng từ The Olympia School
- ◆ Best Delegate – The O Schools’ MUN 2023
- ◆ Giải Bạc – Asia Pacific Arts Festival (2019)
- ◆ Bằng khen Merit – Trinity College London Grades 1–8 Piano

HOẠT ĐỘNG NGOẠI KHÓA

- ◆ Đội trưởng Đội tuyển Toán O School – đạt Top 2 HAC Math Olympia 2 năm
- ◆ Chủ tịch Ủy ban UNESCO tại MUN của trường
- ◆ Chủ tịch lớp – tổ chức hoạt động sáng tạo, cải thiện giao tiếp học sinh – giáo viên
- ◆ Tuyển thủ đội bóng chuyên Varsity – Most Valuable Player 4 năm liên tiếp, thi đấu cấp thành phố và quốc gia
- ◆ Hoạ sĩ vẽ lụa – kết hợp truyền thống & chủ đề hiện đại, tham gia triển lãm
- ◆ Nghệ sĩ piano – Huy chương Bạc cấp khu vực, phối khí nhạc phim cho trường

PHÂN TÍCH CỦA ĐỘI NGŨ SEAAT: Tiềm năng & chiến lược hồ sơ



Hồ sơ của Nhi được xây dựng xoay quanh hình tượng một học sinh có sự nhạy cảm xã hội, năng lực tổ chức, và tư duy nghệ thuật sâu sắc. Em không chỉ tham gia hoạt động cộng đồng mà còn chủ động thiết kế không gian kết nối, nơi những người trẻ có thể chữa lành, thể hiện và lắng nghe lẫn nhau.

Từ một học sinh có nhiều hoạt động nhưng rời rạc, SEAAT đã cùng Nhi phát triển hồ sơ thành một người kiến tạo ảnh hưởng có chủ đích, sử dụng nghệ thuật như một công cụ xây dựng cộng đồng, và kết hợp năng lực học thuật, lãnh đạo, nghệ thuật và thể thao để thúc đẩy sự bao hàm, kết nối và phát triển bền vững.

3 giá trị cốt lõi được làm nổi bật

ĐỒNG CẢM

EMPATHY

EXPRESSION

BIỂU ĐẠT

THỰC THI

EXECUTION

- ▷ Empathy (Đồng cảm) – thể hiện qua các dự án trị liệu nghệ thuật và vai trò chủ tịch lớp hướng đến sự hòa nhập.
- ▷ Expression (Biểu đạt) – thể hiện qua tranh lụa, sáng tác nhạc, dẫn dắt workshop.
- ▷ Execution (Thực thi) – thể hiện qua khả năng tổ chức, lên chiến lược thi đấu, xây dựng đội nhóm và dẫn dắt các sáng kiến đạt kết quả đo lường được.



SEAAT

SUCCESS CASES



CHỦ ĐỀ HỒ SƠ:

Người kiến tạo không gian kết nối qua nghệ thuật và giáo dục xã hội

...Chủ đề ấy được SEAAT
lồng ghép vào hồ sơ qua



SEAAT
SUCCESS CASES



Bài luận cá nhân



Chủ đề bài luận: “Healed by a Thousand Washes”.

Bài luận cá nhân của Nhi sử dụng nghệ thuật vẽ tranh lụa, một môn nghệ thuật truyền thống Việt Nam, cũng là hoạt động em theo đuổi trong một thời gian dài, để kể câu chuyện về hành trình chữa lành, tự nhận thức về mất mát trong quá khứ và tầm nhìn hỗ trợ cộng đồng. Quá trình vẽ—rửa—chồng lớp màu trên lụa như một quá trình chấp nhận—diễn giải lại—chữa lành cảm xúc cá nhân và tập thể.

Chủ đề Hồ Sơ được khắc họa rõ nét: một người theo đuổi tâm lý học ứng dụng, dùng nghệ thuật như phương tiện lắng nghe—diễn đạt—kết nối—chữa lành.

...Chủ đề ấy được SEAAT
lồng ghép vào hồ sơ qua



SEAAT
SUCCESS CASES



Danh sách hoạt động ngoại khóa



Hoạt động được cấu trúc lại để khắc họa rõ nét chân dung “người kiến tạo xã hội qua nghệ thuật và giáo dục” thông qua 3 mảng chính:

- ▷ Lãnh đạo & Xã hội: The Third Place, Chủ tịch lớp, MUN UNESCO.
- ▷ Sáng tạo nghệ thuật & biểu đạt cá nhân: Tranh lụa, Sáng tác nhạc cho phim.
- ▷ Chiến lược học thuật & thể thao: Đội Tuyển Toán trường O, Đội bóng chuyên thi đấu cấp quốc gia.

Mỗi hoạt động đều đi kèm: vai trò cụ thể, quy mô, kết quả đo lường, giá trị đóng góp; giúp Admissions Officers dễ dàng nhận diện tiềm năng lãnh đạo và tác động xã hội.

...Chủ đề ấy được SEAAT lồng ghép vào hồ sơ qua



Thư giới thiệu

Giáo viên Toán:

- ▷ Nhấn mạnh vào vai trò đội trưởng đội tuyển Toán nhiều năm liền, năng lực phân tích tình huống, điều phối nhóm, lên chiến lược thi đấu.
- ▷ Mô tả Nhi là một học sinh kết hợp được logic và cảm xúc trong tư duy.

Giáo viên môn Xã hội:

- ▷ Mô tả Nhi là một học sinh với góc nhìn nhân văn, có khả năng diễn đạt sắc sảo, luôn tìm kiếm chiều sâu trong câu chuyện của người khác.

Hai bức thư này giúp củng cố hồ sơ đa chiều – một ứng viên tâm lý học không chỉ “giỏi lắng nghe” mà còn “giỏi phân tích”, có khả năng xây dựng chiến lược cá nhân và nhóm, đồng thời hiểu người và hiểu hệ thống.

Chiến lược chọn trường & ngành học

Ngành chọn: Psychology (Tâm lý) – hướng đến ứng dụng trong trị liệu nghệ thuật, giáo dục, phát triển cộng đồng hoặc nghiên cứu xã hội.

Nhóm trường: Liberal Arts Colleges (LACs) tại Mỹ – các trường nhấn mạnh vào giáo dục khai phóng, tư duy liên ngành, và kết nối sâu sắc giữa sinh viên và giảng viên.



SAU SEAAT, HỒ SƠ THAY ĐỔI THẾ NÀO?



Trần Phương Nhi
 Học sinh trường Liên
 Cấp Olympia, Hà Nội

GPA 4.06/4.0

TOELF 109/112

SAT 1530



HỌC THUẬT

- ◆ Lớp Danh Dự (tương đương lớp chuyên) về Văn học và Khoa học Nhân văn
- ◆ Hạng Nhất lớp ở 8 môn: Toán, Hóa, Lý, Lịch sử, Văn, Tiếng Anh, Mỹ thuật, Thể chất
- ◆ Học bổng thành tích và học bổng Hiệu Trưởng từ The Olympia School
- ◆ Hoàn thành chứng chỉ từ Yale, Johns Hopkins (Coursera) và The Circle Way Vietnam

GIẢI THƯỞNG

- 2022, 2023 ◆ Giải Nhì – HAC Math Olympiad
- 2024 ◆ Vô địch – Giải bóng chuyền thành phố Hà Nội
- 2022, 2024 ◆ Vô địch – Giải bóng chuyền HAC Varsity
- 2022 ◆ Best Delegate – Hội đồng Munich, O MUN
- 2019 - 2020 ◆ Giải Bạc – Asia Pacific Arts Festival, hạng mục Piano
- ◆ Đề cử giải Best Use of Music – O School Film Festival

HOẠT ĐỘNG NGOẠI KHÓA

Lãnh đạo & Xã hội

- ◆ Sáng lập “The Third Place” – dự án nghệ thuật trị liệu đoạt giải “Best Project for Social Impact” và nhận tài trợ \$2,000
 - Tổ chức 2 workshop trị liệu nghệ thuật với 45 người tham dự
 - Phối hợp nghệ sĩ và nhà tài trợ tạo bộ công cụ giảm stress
- ◆ Chủ tịch Trường khoá 2025: tổ chức 8 sự kiện cho 350 học sinh, thúc đẩy hòa nhập và giá trị tôn trọng trong trường
- ◆ Chủ tịch Ủy ban UNESCO, Olympia MUN, viết tài liệu hướng dẫn, chủ trì 2 phiên thảo luận về "chảy máu chất xám"

Sáng tạo nghệ thuật

- ◆ Họa sĩ vẽ lụa: Trưng bày tranh về Hà Nội, kết nối nghệ thuật truyền thống với trị liệu tinh thần
- ◆ Nhạc sĩ & đạo diễn âm nhạc cho phim học đường: Đề cử giải Best Use of Music tại Olympia Film Festival

Chiến lược học thuật & thể thao

- ◆ Đội trưởng đội tuyển Toán: Giải Nhì HAC Math Olympiad 2 năm liên tiếp, quản lý chiến lược và phối hợp thi đấu
- ◆ Chiến lược gia của Đội bóng chuyền Olympia, tuyển thủ cấp quốc gia, Most Valuable Player, dẫn dắt đội vô địch thành phố & vùng

DANH SÁCH TRÚNG TUYỂN



SEAAT
SUCCESS CASES

Hoa Kỳ



UNIVERSITY OF MICHIGAN

Nhận học bổng danh giá và tham gia chương trình Danh dự (Honors Program)



GETTYSBURG COLLEGE

Đỗ vào trường kèm theo hỗ trợ tài chính dựa trên hoàn cảnh và thành tích học tập.
Tổng giá trị hỗ trợ tài chính:
224,000 USD (~5,7 tỷ VNĐ)



SUNY STONY BROOK UNIVERSITY

Danh sách chờ



Carnegie Mellon University



Oberlin College



University of Miami



CẢM NGHĨ CỦA HỌC SINH



SEAAT
SUCCESS CASES

Q SEAAT

Trong các lớp học của SEAAT, có khoảnh khắc nào mà em cảm thấy được truyền cảm hứng không?

Có một buổi học phân tích tác phẩm 'The School Mistress', chị Mai Trang (một bạn học trong lớp AW) và em đã có những trao đổi sâu sắc. Ban đầu, bọn em cảm thấy không thích nhân vật chính vì dường như bà ấy không cố gắng vượt qua hoàn cảnh khó khăn của mình. Em và một người bạn cùng lớp đã cười đùa về điều đó, nhưng cuộc thảo luận sau đó đã mở rộng tầm nhìn của em. Chị Trang đã chỉ ra rằng không phải ai cũng có đủ nguồn lực để thay đổi hoàn cảnh của mình. Chị giải thích rằng việc bà ấy duy trì cuộc sống yên bình và nhàm chán của mình thực sự là một thành tựu lớn, xét đến những thử thách bà đã phải đối mặt.

Điều này khiến em nhận ra rằng mình đã may mắn hơn nhiều người khác nhờ vào những đặc quyền mà mình có. Em cảm thấy cần phải trân trọng những gì mình có và sử dụng chúng một cách ý nghĩa hơn, thay vì chỉ tồn tại cho bản thân mình. Buổi học đó không chỉ truyền cảm hứng cho em về sức mạnh của sự kiên trì mà còn giúp em hiểu rõ hơn về quyền năng của sự đồng cảm và thấu hiểu những khó khăn mà người khác phải trải qua.

A PHƯƠNG NHI

Tự tìm ra được định nghĩa của bản thân về thành công!

Q SEAAT

Tại sao em lại nói lớp của SEAAT lại kích thích trí tò mò ?

Trong quá trình học tại SEAAT, em nhận ra em không tự định nghĩa cho chính em được "thế nào là thành công, thế nào là hạnh phúc". Em cũng chưa bao giờ nghĩ đến điều đó trước khi học ở SEAAT.

Em nhận ra rằng mỗi người có những định nghĩa riêng biệt về hai khái niệm này, và điều đó thực sự khiến em băn khoăn về định nghĩa của chính mình. Điều này đã thôi thúc em tìm hiểu và đào sâu hơn vào bản thân để hiểu rõ hơn về những gì thực sự quan trọng đối với mình. Quá trình này không chỉ làm gia tăng kiến thức của em mà còn giúp em trở nên tự giác hơn trong việc tự định hình cuộc sống và các mục tiêu cá nhân của mình.

A PHƯƠNG NHI



KẾT LUẬN



SEAAT
SUCCESS CASES

Nhìn vào Nhi hôm nay, tự tin, thấu hiểu bản thân, biết truyền cảm hứng và chữa lành cho người khác, chúng tôi tin rằng mỗi học sinh đều có một “phiên bản” của riêng mình. Điều các em cần, là người đủ tin tưởng và đủ kiên nhẫn để đồng hành, như SEAAT đã từng làm với em.

Nếu anh chị đang băn khoăn liệu con mình có thực sự nổi bật giữa hàng ngàn hồ sơ hay không – thì câu trả lời nằm ở cách chúng ta kể lại câu chuyện của con.

Phương Nhi là minh chứng rằng một câu chuyện cá nhân sâu sắc, gắn với giá trị và tác động thật, có thể đưa con đến những cánh cửa không ngờ tới.

 Inbox ngay

để SEAAT có thể nghe câu chuyện của con bạn.