

BỘ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO  
TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM KỸ THUẬT  
THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH



ĐINH THỊ KHÁNH LINH

NGHIÊN CỨU THỰC TRẠNG GIÁO DỤC SỨC KHỎE TÂM THẦN  
CHO SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM KỸ THUẬT  
THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

ĐỀ ÁN THẠC SĨ  
NGÀNH: GIÁO DỤC HỌC

TP. HỒ CHÍ MINH, NĂM 2024

**BỘ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO  
TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM KỸ THUẬT  
THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH**



**ĐINH THỊ KHÁNH LINH**

**NGHIÊN CỨU THỰC TRẠNG GIÁO DỤC SỨC KHỎE TÂM THẦN  
CHO SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM KỸ THUẬT  
THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH**

**ĐỀ ÁN THẠC SĨ  
NGÀNH: GIÁO DỤC HỌC  
MÃ SỐ:**

**NGƯỜI HƯỚNG DẪN KHOA HỌC  
PGS.TS. DƯƠNG THỊ KIM OANH**

**TP. HỒ CHÍ MINH, NĂM 2024**

## CÁC QUYẾT ĐỊNH

## LÝ LỊCH KHOA HỌC

### I. LÝ LỊCH SƠ LƯỢC

Họ và tên: ĐINH THỊ KHÁNH LINH

Giới tính: Nữ

Ngày, tháng, năm sinh: 29/10/1995

Nơi sinh: Thành phố Hồ Chí Minh

Quê quán: Hà Tĩnh

Dân tộc: Kinh

Đơn vị công tác: Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh

Chỗ ở riêng hoặc địa chỉ liên lạc: 234/63/11 Lê Đức Thọ, Phường 6, Quận Gò Vấp, TP.HCM

Điện thoại liên hệ: 0906.487.870

Email: linhdtk@hcmute.edu.vn

### II. QUÁ TRÌNH ĐÀO TẠO

#### 1. Đại học:

Hệ đào tạo: Chính quy

Nơi đào tạo: Trường Đại học Sài Gòn

Gòn

Ngành học: Giáo dục mầm non

Năm tốt nghiệp: 2017

#### 2. Sau đại học

Thạc sĩ ngành/chuyên ngành: Giáo dục học

Thời gian đào tạo: 2023 – 2024

Nơi đào tạo: Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh

### III. QUÁ TRÌNH CÔNG TÁC CHUYÊN MÔN

Thời gian	Đơn vị công tác	Công việc đảm nhiệm
2018 đến nay	Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh	Chuyên viên phòng Tổ chức – Hành chính

## LỜI CAM ĐOAN

Tôi cam đoan đề án “Nghiên cứu thực trạng giáo dục sức khỏe tâm tình cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh” là công trình nghiên cứu của tôi.

Các số liệu, kết quả nêu trong đề án là trung thực và chưa từng được ai công bố trong bất kỳ công trình nào khác

# LỜI CẢM ƠN

Đầu tiên, tôi xin gửi lời cảm ơn sâu sắc đến bạn/ quý thầy/cô của Viện Sư phạm Kỹ thuật – Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh đã giảng dạy, truyền tải các kiến thức nền tảng, chia sẻ các kinh nghiệm quý báu cho học viên bằng cả tâm huyết; tạo động lực và góp phần xây dựng các ý tưởng để tôi thực hiện đề án này.

Xin gửi lời cảm ơn chân thành nhất đến PGS. TS. Dương Thị Kim Oanh – giảng viên hướng dẫn đề án “Nghiên cứu thực trạng giáo dục sức khỏe tinh thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành Phố Hồ Chí Minh” đã luôn tận tình, chu đáo, kĩ lưỡng trong suốt quá trình nghiên cứu và thực hiện đề án.

Cuối cùng, xin gửi lời cảm ơn đến bạn/ quý thầy/cô là cán bộ viên chức, giảng viên và các em sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh cũng các thầy/cô, anh, chị học viên lớp Giáo dục học Khóa 2022 đã luôn đồng hành, hỗ trợ, giúp đỡ tôi trong thời gian vừa qua.

Xin chân thành cảm ơn.

# TÓM TẮT

Trên thế giới, các vấn đề về SKTT từ lâu đã trở thành đề tài nhận được sự quan tâm đặc biệt bởi nó luôn là chủ đề cấp bách không những trong y tế, trong đời sống xã hội, mà còn trong giáo dục. Hiện nay, SKTT trở thành mối quan tâm lớn trong giáo dục đại học, bởi số lượng SV gặp phải những thách thức về vấn đề này ngày càng tăng nhanh. Với mục đích đánh giá thực trạng công tác GD SKTT cho SV Trường ĐHSPTK TPHCM, đề án “Nghiên cứu thực trạng giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh” gồm các nội dung như sau:

**Thứ nhất: Phần mở đầu** trình bày lý do chọn đề tài, mục tiêu nghiên cứu; đối tượng và khách thể nghiên cứu; câu hỏi nghiên cứu; phạm vi nghiên cứu; phương pháp nghiên cứu; đóng góp mới của đề án và cấu trúc đề án.

**Thứ hai: Phần nội dung** gồm 03 chương:

- **Chương 1: Cơ sở lý luận về giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh.** Đề án trình bày tổng quan các nghiên cứu trong nước và thế giới về SKTT của SV và hoạt động GD SKTT cho SV; tổng hợp và đưa ra các khái niệm cơ bản như: SKTT, SKTT của SV, GD SKTT cho SV. Ngoài ra, đề án đi sâu phân tích về các vấn đề liên quan đến công tác GD SKTT cho SV như lợi ích, mục tiêu, nội dung, hình thức, phương pháp GD SKTT cho SV cũng như các yếu tố ảnh hưởng đến hoạt động giáo dục này.

- **Chương 2: Thiết kế và tổ chức nghiên cứu thực trạng giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành Phố Hồ Chí Minh.** Đề án trình bày 10 nội dung chính, bao gồm: (1) Vài nét về địa bàn nghiên cứu; (2) Thiết kế nghiên cứu; (3) Mục tiêu nghiên cứu; (4) Nội dung nghiên cứu; (5) Mẫu nghiên cứu; (6) Phương pháp nghiên cứu; (7) Công cụ nghiên cứu; (8) Quy ước thang đo; (9) Độ tin cậy; (10) Quá trình thu thập và xử lý dữ liệu nhằm làm rõ quá

trình thiết kế và tổ chức nghiên cứu thực trạng công tác GD SKTT cho SV Trường ĐHSPKT TPHCM.

- **Chương 3: Kết quả nghiên cứu thực trạng giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh.** Đề án trình bày các kết quả thu thập được qua quá trình khảo sát, phân tích các đánh giá của GV và SV về lợi ích, mục tiêu, nội dung, hình thức, phương pháp và các yếu tố ảnh hưởng đến công tác GD SKTT cho SV Trường ĐHSPKT TPHCM. Các kết quả thu được đều có giá trị trung bình ở mức 4 trong thang đo Likert 5 mức độ, tương đương với mức “đồng ý”.

**Thứ 3: Phần kết luận,** gồm các kết luận rút ra từ đề án và các kiến nghị đối với GV và SV để cải thiện quá trình GD SKTT cho SV Trường ĐHSPKT TPHCM.



# ABSTRACT

In the world, mental health issues have long been a topic of special interest because they are always an urgent topic not only in health care, in social life, but also in education. Currently, mental health has become a major concern in higher education, because the number of students facing challenges on this issue is increasing rapidly. With the aim of assessing the current status of mental health education for students at Ho Chi Minh City University of Technology and Education, the project "Research on the current status of mental health education for students at Ho Chi Minh City University of Technology and Education" includes the following contents:

First: The introduction presents the reasons for choosing the topic, research objectives; research subjects and objects; research questions; research scope; research methods; new contributions of the project and project structure.

Second: The content section includes 03 chapters:

- Chapter 1: Theoretical basis of mental health education for students at Ho Chi Minh City University of Technology and Education. The project presents an overview of domestic and international research on mental health of students and mental health education activities for students; synthesizes and presents basic concepts such as: mental health, mental health of students, mental health education for students. In addition, the project analyzes in depth issues related to mental health education for students such as benefits, goals, content, forms, methods of mental health education for students as well as factors affecting this educational activity.

- Chapter 2: Design and organization of research on the current status of mental health education for students at Ho Chi Minh City University of Technical Education. The project presents 07 main contents, including: (1) Some features of the research area; (2) Research sample; (3) Research objectives; (4) Research content; (5) Research form; (6) Research method; (7) Research tools; (8) Conventions on the

scale; (9) reliability; (10) The process of collecting and processing data to clarify the process of designing and organizing research on the current status of mental health education for students at Ho Chi Minh City University of Technology and Education.

- Chapter 3: Results of research on the current status of mental health education for students at Ho Chi Minh City University of Technology and Education. The project presents the results collected through the survey process, analyzing the assessments of teachers and students on the benefits, goals, content, forms, methods and factors affecting mental health education for students at Ho Chi Minh City University of Technology and Education. The results obtained all have an average value of level 4 on the 5-level Likert scale, equivalent to the level of "agree".

Third: The conclusion section, including conclusions drawn from the project and recommendations for teachers and students to improve the mental health education process for students at Ho Chi Minh City University of Technology and Education.

# MỤC LỤC

CÁC QUYẾT ĐỊNH .....	i
LÝ LỊCH KHOA HỌC .....	ii
LỜI CAM ĐOAN .....	iii
LỜI CẢM ƠN .....	iv
TÓM TẮT .....	v
ABSTRACT .....	vii
MỤC LỤC .....	ix
DANH MỤC HÌNH .....	xiv
DANH MỤC BẢNG .....	xv
DANH MỤC BIỂU ĐỒ .....	xvi
DANH MỤC CHỮ VIẾT TẮT .....	xvii
MỞ ĐẦU .....	1
1. Lý do chọn đề tài .....	1
2. Mục tiêu nghiên cứu .....	4
3. Đối tượng và khách thể nghiên cứu .....	4
3.1. Khách thể nghiên cứu .....	4
3.2. Đối tượng nghiên cứu .....	4
4. Câu hỏi nghiên cứu .....	4
5. Phạm vi nghiên cứu .....	4
5.1. Nội dung nghiên cứu .....	4
5.2. Địa bàn nghiên cứu .....	5
5.3. Đối tượng khảo sát .....	5
6. Phương pháp nghiên cứu .....	5
6.1. Phương pháp nghiên cứu lý luận .....	5
6.2. Phương pháp nghiên cứu thực tiễn .....	5
6.2.1. Phương pháp quan sát .....	5
6.2.2. Phương pháp khảo sát bằng bảng hỏi .....	5
6.2.3. Phương pháp phỏng vấn .....	6

6.3. Phương pháp xử lý dữ liệu .....	6
7. Đóng góp mới của đề án .....	6
8. Cấu trúc đề án.....	6
CHƯƠNG 1 .....	8
CƠ SỞ LÝ LUẬN VỀ GIÁO DỤC SỨC KHỎE TÂM THẦN CHO SINH VIÊN....	8
1.1. Tổng quan nghiên cứu về sức khỏe tâm thần cho sinh viên trên thế giới và Việt Nam .....	8
1.1.1. Các nghiên cứu về sức khỏe tâm thần của sinh viên .....	8
1.1.2. Các nghiên cứu về nội dung, hình thức, phương pháp giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên.....	11
1.2. Khái niệm cơ bản .....	16
1.2.1. Sức khỏe tâm thần.....	16
1.2.2 Sức khỏe tâm thần của sinh viên.....	17
1.2.3. Giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên .....	19
1.3. Giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên.....	19
1.3.1. Lợi ích của hoạt động giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên .....	20
1.3.2. Mục tiêu của hoạt động giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên .....	22
1.3.3. Nội dung giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên .....	22
1.3.3.1. Thông tin dịch tễ về sức khỏe tâm thần .....	22
1.3.3.2. Các yếu tố ảnh hưởng đến sức khỏe tâm thần của sinh viên.....	23
1.3.3.3. Biểu hiện của sức khỏe tâm thần và các dạng rối loạn tâm thần phổ biến ở sinh viên	23
1.3.3.4. Các kỹ năng ứng phó khi gặp vấn đề và cách duy trì một sức khỏe tâm thần tốt .....	24
1.3.3.5. Cách thức tìm kiếm các nguồn thông tin và hỗ trợ về sức khỏe tâm thần.....	24
1.3.4. Hình thức tổ chức hoạt động giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên .....	25
1.3.4.1. Thông qua hoạt động dạy học trên lớp.....	25
1.3.4.2. Thông qua các hoạt động sinh hoạt ngoài giờ lên lớp.....	26
1.3.4.3. Thông qua các trang mạng xã hội và sản phẩm truyền thông của nhà trường .....	26
1.3.5. Phương pháp tổ chức hoạt động giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên .....	27
1.3.5.1. Phương pháp đàm thoại.....	27
1.3.5.2. Phương pháp giảng giải.....	28
1.3.5.3. Phương pháp nêu gương .....	29
1.3.5.4. Phương pháp rèn luyện.....	30
1.3.6. Các yếu tố ảnh hưởng đến hoạt động giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên .....	30

1.3.6.1. Yếu tố khách quan.....	30
1.3.6.2. Yếu tố chủ quan .....	33
KẾT LUẬN CHƯƠNG 1.....	36
CHƯƠNG 2 .....	37
THIẾT KẾ VÀ TỔ CHỨC NGHIÊN CỨU THỰC TRẠNG .....	37
GIÁO DỤC SỨC KHỎE TÂM THẦN CHO SINH VIÊN.....	37
TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM KỸ THUẬT THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH.....	37
2.1. Vài nét về địa bàn nghiên cứu.....	37
2.2. Thiết kế nghiên cứu.....	40
2.3. Mục tiêu nghiên cứu.....	41
2.4. Mẫu nghiên cứu.....	41
2.4.1. Mẫu Giảng viên.....	41
2.4.2. Mẫu Sinh viên .....	43
2.5. Phương pháp nghiên cứu.....	44
2.5.1. Phương pháp nghiên cứu tài liệu.....	44
2.5.2. Phương pháp khảo sát bằng bảng hỏi .....	44
2.5.3. Phương pháp phỏng vấn.....	44
2.5.4. Phương pháp quan sát .....	45
2.5.5. Phương pháp xử lý dữ liệu .....	45
2.6. Công cụ nghiên cứu .....	45
2.6.1. Bảng hỏi khảo sát.....	45
2.6.2. Bảng hỏi phỏng vấn .....	46
2.7. Quy ước thang đo .....	46
2.8. Độ tin cậy Cronbach's Alpha.....	47
2.9. Quá trình thu thập và xử lý dữ liệu .....	48
KẾT LUẬN CHƯƠNG 2.....	49
CHƯƠNG 3 .....	50
KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU THỰC TRẠNG GIÁO DỤC SỨC KHỎE.....	50
TÂM THẦN CHO SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM KỸ THUẬT THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH .....	50

3.1. Lợi ích của hoạt động giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh .....	50
3.1.1. <i>Đánh giá của giảng viên về lợi ích của hoạt động giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh</i> .....	50
3.1.2. <i>Đánh giá của sinh viên về lợi ích của hoạt động giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh</i> .....	52
3.2. Mục tiêu giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh .....	54
3.2.1. <i>Đánh giá của giảng viên về mục tiêu giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh</i> .....	54
3.2.2. <i>Đánh giá của sinh viên về mục tiêu giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh</i> .....	56
3.3. Nội dung giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh .....	57
3.3.1. <i>Đánh giá của giảng viên về nội dung giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh</i> .....	58
3.3.2. <i>Đánh giá của sinh viên về nội dung giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh</i> .....	59
3.4. Hình thức giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh .....	61
3.4.1. <i>Đánh giá của giảng viên về hình thức giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh</i> .....	61
3.4.2. <i>Đánh giá của sinh viên về hình thức giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh</i> .....	63
3.5. Phương pháp giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh .....	65
3.5.1. <i>Đánh giá của giảng viên về phương pháp giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh</i> .....	65
3.5.2. <i>Đánh giá của sinh viên về phương pháp giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh</i> .....	67
3.6. Các yếu tố ảnh hưởng đến công tác giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh .....	69
3.6.1. <i>Đánh giá của giảng viên về các yếu tố ảnh hưởng đến công tác giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh</i> .....	69
3.6.2. <i>Đánh giá của sinh viên về các yếu tố ảnh hưởng đến công tác giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh</i> .....	71
KẾT LUẬN CHƯƠNG 3.....	74

KẾT LUẬN VÀ KIẾN NGHỊ.....	75
1. Kết luận .....	75
2. Kiến nghị .....	75
TÀI LIỆU THAM KHẢO.....	xxx
1. Tài liệu tiếng Anh.....	xxx
2. Tài liệu tiếng Việt .....	dddd
PHỤ LỤC .....	91
PHỤ LỤC 01. PHIẾU KHẢO SÁT DÀNH CHO GIẢNG VIÊN .....	91
PHỤ LỤC 02. PHIẾU KHẢO SÁT DÀNH CHO SINH VIÊN .....	94
PHỤ LỤC 03. BẢNG HỎI PHÒNG VẤN .....	97
PHỤ LỤC 04. KẾT QUẢ THÔ TỪ PHẦN MỀM SPSS 20 CỦA GIẢNG VIÊN ..	98
PHỤ LỤC 05. KẾT QUẢ THÔ TỪ PHẦN MỀM SPSS 20 CỦA SINH VIÊN....	115
PHỤ LỤC 06. BIÊN BẢN PHÒNG VẤN .....	136

## DANH MỤC HÌNH



## DANH MỤC BẢNG

## DANH MỤC BIỂU ĐỒ

### DANH MỤC CHỮ VIẾT TẮT

SKTT	Sức khỏe tâm thần
GD SKTT	Giáo dục sức khỏe tâm thần
GV	Giảng viên/Giáo viên
RLTT	Rối loạn tâm thần
SV	Sinh viên
Trường ĐHSPKT TPHCM	Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh

## MỞ ĐẦU

### 1. Lý do chọn đề tài

Tổ chức Y tế Thế giới (WHO, 2001) nhận định tầm quan trọng của SKTT bằng việc đặt nó vào định nghĩa về sức khỏe “như là một bộ phận không thể tách rời, là nền tảng cho sự khỏe mạnh và hoạt động hiệu quả của mỗi cá nhân”. Theo thống kê của tổ chức này, ước tính có khoảng 400 triệu người bị RLTT hoặc các vấn đề về tâm lý xã hội, phổ biến cao trong nhóm thanh thiếu niên. Nhiều người trong số họ chịu đựng một cách âm thầm, nhiều người không bao giờ được tiếp cận bất kỳ hình thức điều trị nào.

Ở Mỹ, mỗi năm, cứ 5 người trưởng thành thì có 1 người mắc các vấn đề về SKTT và cứ 6 thanh niên (từ 6 đến 17 tuổi) thì có 1 người mắc các RLTT. 50% tất cả các bệnh tinh thần trong đời bắt đầu ở độ tuổi 14 và 75% ở độ tuổi 24. Trong số các thanh niên Hoa Kỳ từ 18 đến 25 tuổi: cứ 3 người thì có 1 người có vấn đề về tinh thần, cứ 10 người thì có 1 người mắc các triệu chứng nghiêm trọng (The National Alliance on Mental Illness, 2023).

Tại Việt Nam, mỗi năm, Bệnh viện Tâm thần Trung ương I tiếp nhận gần 4.000 bệnh nhân, trong đó, đối tượng học sinh, SV chiếm 30% (Nguyễn Thị Bích Ngân, Lê Thành Tài, 2019). Ngoài ra, UNICEF Việt Nam (2018) cũng ghi nhận, có tới 8 - 29% trẻ em và vị thành niên mắc các vấn đề SKTT chung, với những khác biệt về tỉ lệ tùy theo đặc điểm nhân khẩu.

Đây rõ ràng là những con số biết nói đáng báo động về thực trạng gia tăng các vấn đề tổn thương SKTT của con người, đặc biệt là lứa tuổi thanh, thiếu niên trên toàn thế giới. Thực tế, hầu hết chúng ta đang dành nhiều sự quan tâm cho sức khỏe thể chất hơn là SKTT trong khi đây là hai vấn đề cần phải được cân bằng một cách hợp lý.

Áp lực học tập, thi cử, việc làm thêm, tài chính, bạo lực học đường, ... là những nguyên nhân chính khiến độ tuổi thanh, thiếu niên dễ mắc phải các rối loạn về SKTT. Các bệnh lý về SKTT ở lứa tuổi này có tỉ lệ cao hơn hẳn so với người mắc bệnh ở

quần thể chung, phổ biến nhất có thể kể đến ba dạng RLTT là: căng thẳng, trầm cảm, lo âu. Trong quá trình học tập hay cả trong đời sống tinh thần, có SV mạnh dạn tìm đến bạn bè, thầy cô, gia đình, hay những cá nhân, tổ chức có chuyên môn nhằm tìm sự tư vấn, hỗ trợ cho mình về cách giải quyết, điều trị và phòng tránh lặp lại các vấn đề về tâm lý, SKTT. Tuy nhiên, cũng có những trường hợp không may mắn, SV không vượt qua được sự tự ti, mặc cảm, sợ hãi của bản thân, không dám đối diện với những tiêu cực đang gặp phải, dẫn đến những hậu quả đáng tiếc. Điều này một lần nữa khẳng định tầm quan trọng trong nâng cao nhận thức về vai trò của SKTT cho cộng đồng nói chung và độ tuổi thanh, thiếu niên, SV nói riêng (Nguyễn Thị Hải và cộng sự, 2022).

Để giảm thiểu những áp lực vô hình về tâm lý cho SV, nhiều cơ sở giáo dục đã chủ động thành lập các bộ phận chăm sóc, tư vấn, giáo dục, nâng cao SKTT cho SV như: “Phòng chăm sóc và hỗ trợ người học” - Đại học Kinh tế TPHCM; “Trung tâm nghiên cứu và hỗ trợ sức khỏe tinh thần” - Trường Đại học Khoa học xã hội và Nhân văn – Đại học Quốc gia TPHCM; hay “Phòng tham vấn tâm lý và trị liệu tâm lý” - Trường Đại học Văn Hiến, ... Bên cạnh đó, nhiều hội thảo, tọa đàm, dự án về SKTT cũng được triển khai như: “Chương trình Chăm sóc sức khỏe tinh thần học đường” - Trường Đại học Đông Á phối hợp với Bệnh viện tâm thần Đà Nẵng và các trường Trung học phổ thông trên địa bàn Thành phố Đà Nẵng; “Hội thảo: Chăm sóc sức khỏe tinh thần” - Trường Đại học Sư phạm TPHCM; “Dự án Lãnh đạo tiềm năng năm 2017: Tầm quan trọng của sức khỏe tinh thần” - Trường Đại học RMIT Việt Nam, ... Tuy nhiên, việc giáo dục cũng như tham vấn và điều trị các vấn đề tinh thần cho SV ở một số trường đại học chỉ dừng lại ở góc độ đồng hành, chia sẻ và lắng nghe, chưa thể hỗ trợ chuyên sâu do còn nhiều hạn chế về nhân lực, chuyên môn, cơ sở vật chất, tài chính, ...

Trường ĐHSPKT TPHCM là một trong những trường hàng đầu về Sư phạm - Kỹ thuật của cả nước, có bề dày hình thành và phát triển hơn 60 năm. Hiện nay, nhà trường có hơn 30.000 SV đến từ nhiều vùng miền, quốc gia; đa dạng cả về tôn giáo, tín ngưỡng, dân tộc; các em được học tập, sinh hoạt, rèn luyện dưới nhiều hình thức

và hệ đào tạo khác nhau. Bên cạnh việc tập trung đào tạo và bồi dưỡng nguồn nhân lực cho hệ thống giáo dục nghề nghiệp cũng như cung cấp đội ngũ kỹ sư chất lượng cao cho cả nước, nhà trường vẫn không quên chú trọng đầu tư cơ sở vật chất, hạ tầng, công nghệ tiên tiến, hiện đại nhằm nâng cao hơn nữa chất lượng dạy và học, khẳng định vị trí to lớn trong giáo dục và đào tạo thế hệ lao động giỏi cho đất nước. Đặc biệt hơn, trong những năm gần đây, khi nền giáo dục thế giới và trong nước dù đã có những sự đổi mới, thích ứng linh hoạt song vẫn bị ảnh hưởng nghiêm trọng về nhiều mặt bởi đại dịch Covid-19, Trường ĐHSPTK TPHCM cũng từng bước cải tiến, nỗ lực và phấn đấu không ngừng để bắt nhịp với đường đua giáo dục sau dịch bệnh cũng như khuyến khích, động viên tinh thần làm việc, học tập của cán bộ viên chức, GV, nhân viên, SV toàn trường. Trong đó, hoạt động giáo dục, chăm sóc, bảo vệ SKTT cho SV cũng được quan tâm, chú trọng. Trung tâm dịch vụ sinh viên, Phòng tuyển sinh và công tác sinh viên, phòng Truyền thông, ban tư vấn tâm lý cho SV, Đoàn Thanh niên - Hội Sinh viên trường được Ban giám hiệu nhà trường phân công phụ trách tổ chức các hoạt động nhằm tư vấn về học tập, thi cử, việc làm, cũng như giáo dục, chăm sóc, bảo vệ các vấn đề về tinh thần khác của SV.

Năm 2022, Trường ĐHSPTK TPHCM đã tiến hành khảo sát nhu cầu hỗ trợ SV trên 8.482 SV từ khóa 2014 đến 2022 (Trung tâm dịch vụ sinh viên, 2022), trong đó, tỉ lệ SV nữ tham gia khảo sát chiếm 34.2% và 65.8% còn lại là SV nam. Kết quả khảo sát cho thấy có 5.372 SV (63.3%) thỉnh thoảng gặp khó khăn trong các mối quan hệ với bạn bè; 4.915 SV (57.9%) gặp khó khăn trong vấn đề giao tiếp, ứng xử trong cuộc sống; 4.602 SV (54.3%) gặp khó khăn trong mối quan hệ với gia đình; các vấn đề khác như khó khăn trong học tập, phát triển năng lực bản thân, định hướng nghề nghiệp, tình yêu đôi lứa, tài chính có số liệu lần lượt là: 4.503 SV (52.1%), 4.209 SV (49.6%), 3.739 SV (44.1%), 3.530 SV (41.6%) và 3.524 SV (41.5%). Bên cạnh đó, khi được hỏi về cách mà SV giải quyết các vấn đề khi gặp khó khăn, 52.4% SV cho rằng sẽ tự tìm cách tự khắc phục thay vì tìm đến sự hỗ trợ của mọi người xung quanh; 25.4% SV tìm kiếm sự giúp đỡ từ gia đình; 16% SV lựa chọn cách tìm sự hỗ trợ từ bạn bè; 3.3% SV buông xuôi, 1.9% các em nhờ thầy cô giúp đỡ và chỉ 1.6% SV nghĩ

rằng mình sẽ tìm đến các chuyên gia tư vấn. Kết quả khảo sát trên cho thấy việc đáp ứng các nhu cầu về tâm lý của SV từ phía nhà trường vẫn còn nhiều bất cập.

Xuất phát từ những lý do trên, việc nghiên cứu đề tài “**Nghiên cứu thực trạng giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh**” có ý nghĩa lý luận và thực tiễn cao trong công tác nghiên cứu, xây dựng, tổ chức các hoạt động giáo dục nhằm nâng cao SKTT cho SV.

## **2. Mục tiêu nghiên cứu**

Xác định thực trạng công tác GD SKTT cho SV Trường ĐHSPTK TPHCM.

## **3. Đối tượng và khách thể nghiên cứu**

### **3.1. Khách thể nghiên cứu**

Quá trình GD SKTT cho SV Trường ĐHSPTK TPHCM.

### **3.2. Đối tượng nghiên cứu**

Nội dung, hình thức, phương pháp GD SKTT cho SV Trường ĐHSPTK TPHCM.

## **4. Câu hỏi nghiên cứu**

Công tác GD SKTT cho SV đang được thực hiện như thế nào tại Trường ĐHSPTK TPHCM?

Có những yếu tố nào ảnh hưởng đến công tác GD SKTT cho SV Trường ĐHSPTK TPHCM?

## **5. Phạm vi nghiên cứu**

### **5.1. Nội dung nghiên cứu**

Đề tài tập trung nghiên cứu các vấn đề liên quan đến công tác GD SKTT cho SV bao gồm: nội dung, hình thức, phương pháp GD SKTT cho SV; các yếu tố ảnh hưởng đến công tác GD SKTT cho SV Trường ĐHSPTK TPHCM.

## **5.2. Địa bàn nghiên cứu**

Nghiên cứu thực trạng GD SKTT cho SV tại 14 khoa/viện thuộc Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật TP.HCM.

## **5.3. Đối tượng khảo sát**

87 GV cơ hữu và 387 SV hệ đại học chính quy từ khóa 2019 - 2020 đến khóa 2023 - 2024 tại Trường ĐHSPKT TPHCM.

## **6. Phương pháp nghiên cứu**

### **6.1. Phương pháp nghiên cứu lý luận**

Sử dụng phương pháp nghiên cứu lý luận để phân tích, tổng hợp, khái quát hoá, hệ thống hoá các tài liệu trong và ngoài nước về SKTT của SV cũng như công tác GD SKTT cho SV. Các kết quả nghiên cứu lý luận này là cơ sở khoa học để xác lập khung cơ sở lý luận cho việc nghiên cứu thực trạng công tác GD SKTT cho SV Trường ĐHSPKT TPHCM.

### **6.2. Phương pháp nghiên cứu thực tiễn**

#### **6.2.1. Phương pháp quan sát**

Sử dụng phương pháp quan sát để thu thập các thông tin định tính liên quan đến các hoạt động GD SKTT cho SV.

Nội dung quan sát bao gồm: Phương pháp, hình thức GD SKTT cho SV và biểu hiện của yếu tố ảnh hưởng đến công tác GD SKTT cho SV Trường ĐHSPKT TPHCM.

#### **6.2.2. Phương pháp khảo sát bằng bảng hỏi**

Sử dụng phương pháp khảo sát bằng bảng hỏi để thu thập số liệu định lượng về thực trạng lợi ích, mục tiêu, nội dung, phương pháp, hình thức GD SKTT cho SV và các yếu tố ảnh hưởng đến công tác GD SKTT cho SV Trường ĐHSPKT TPHCM.

Phương pháp khảo sát bằng bảng hỏi được thực hiện trên các nhóm khách thể nghiên cứu: GV và SV.



### 6.2.3. Phương pháp phỏng vấn

Sử dụng phương pháp phỏng vấn để thu thập số liệu định tính nhằm tìm hiểu sâu sắc thực trạng công tác GD SKTT cho SV Trường ĐHSPKT TPHCM.

Phương pháp phỏng vấn được thực hiện trên các nhóm khách thể nghiên cứu: GV và SV.

### 6.3. Phương pháp xử lý dữ liệu

Sử dụng excel và phần mềm SPSS để xử lý các kết quả nghiên cứu định tính và định lượng; phân tích các số liệu đã được xử lý nhằm xác định độ tin cậy, tỉ lệ phần trăm, điểm trung bình, độ lệch chuẩn của kết quả, từ đó phân tích, đánh giá, so sánh và đưa ra những nhận định về thực trạng công tác GD SKTT cho SV Trường ĐHSPKT TPHCM từ phương pháp quan sát, khảo sát bằng bảng hỏi và phương pháp phỏng vấn.

## 7. Đóng góp mới của đề án

Đánh giá và làm rõ cơ sở lý luận về GD SKTT cho SV Trường ĐHSPKT TPHCM

Xác định được thực trạng công tác GD SKTT cho SV Trường ĐHSPKT TPHCM.

## 8. Cấu trúc đề án

Đề án gồm 03 phần với các nội dung sau:

### **MỞ ĐẦU**

**Chương 1:** Cơ sở lý luận về giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên.

**Chương 2:** Thiết kế và tổ chức nghiên cứu thực trạng công tác giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh.

**Chương 3:** Thực trạng công tác giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh.

**KẾT LUẬN VÀ KIẾN NGHỊ**

**TÀI LIỆU THAM KHẢO**

**PHỤ LỤC**

## CHƯƠNG 1

### CƠ SỞ LÝ LUẬN VỀ GIÁO DỤC SỨC KHỎE TÂM THẦN CHO SINH VIÊN

#### 1.1. Tổng quan nghiên cứu về sức khỏe tâm thần cho sinh viên trên thế giới và Việt Nam

##### *1.1.1. Các nghiên cứu về sức khỏe tâm thần của sinh viên*

Trên thế giới, các vấn đề về SKTT từ lâu đã trở thành đề tài nhận được sự quan tâm đặc biệt bởi nó luôn là chủ đề cấp bách không những trong y tế, trong đời sống xã hội, mà còn trong giáo dục. Nhiều tác giả đã giành nhiều thời gian để hoàn thiện các công trình nghiên cứu khoa học nhằm làm rõ thực trạng SKTT ở mọi lứa tuổi, ngành nghề. Tính đến thời điểm tháng 9 năm 2023, có khoảng 1.070.000.000 kết quả tra cứu với cụm từ “Student mental health” và khoảng 83.000.000 kết quả tra cứu với cụm từ “Sức khỏe tâm thần/tinh thần của thanh niên, sinh viên” trên Google.

Hiện nay, SKTT trở thành mối quan tâm lớn trong giáo dục đại học, bởi số lượng SV gặp phải những thách thức về vấn đề này ngày càng tăng nhanh (Miller và cộng sự, 2023). Nhóm tác giả này đã tìm hiểu cách các SV ngành kỹ thuật sinh học trong học kỳ đầu tiên tiếp cận việc chăm sóc SKTT của họ. Kết quả là, hầu hết các SV cho biết có ít nhất một hình thức ứng phó với tình trạng căng thẳng cao độ và hình thức chiếm tỉ lệ cao nhất là trò chuyện cùng bạn bè. Chỉ khoảng 35% SV cho biết rằng họ được tiếp cận với các nguồn chăm sóc SKTT trong nhà trường. Mặc dù nhìn chung các rào cản đối với việc chăm sóc SKTT là thấp, nhưng một số SV (từ 5 đến 10.5%) đánh giá những rào cản này là nghiêm trọng.

Ebert và cộng sự (2019) đã thực hiện nghiên cứu dựa trên kết quả các cuộc khảo sát trực tuyến được thu thập từ 13.984 SV năm thứ nhất tại 19 trường cao đẳng và đại học ở tám quốc gia, bao gồm: Hoa Kỳ, Úc, Mexico, Bỉ, Đức, Ireland, Nam Phi và Tây Ban Nha. Theo đó, chỉ có 24.6% SV cho biết họ chắc chắn sẽ tìm kiếm sự trợ giúp trong trường hợp gặp các vấn đề về cảm xúc, 32% SV cho biết họ có thể sẽ tìm kiếm sự giúp đỡ, 24.9% có thể có hoặc có thể không, 13.3% có thể sẽ không và 5.2% chắc chắn không tìm kiếm sự hỗ trợ nào. Một trong những rào cản lớn trong việc

chăm sóc SKTT là việc các SV muốn xử lý các vấn đề một mình (56.4%), tiếp theo là 48% SV chỉ có nhu cầu giao tiếp với bạn bè hoặc người thân; cuối cùng là tỉ lệ SV không đủ tự tin và cảm thấy xấu hổ trong tìm kiếm nguồn trợ giúp (33.2%).

Ngoài ra, trong thời gian giãn cách xã hội do COVID-19, một khảo sát trực tuyến được thực hiện trên 1000 SV tại các trường đại học ở Hy Lạp cho thấy tỉ lệ SV có biểu hiện trầm cảm lên đến 74.3%; tỉ lệ SV luôn cảm thấy lo lắng, bất an là 42.5% và đặc biệt, có tới 93.5% SV suy nghĩ đến việc tự tử (Kaparounaki, C. K. và cộng sự, 2020).

Vấn đề này cũng được các tác giả ở Việt Nam xác định thông qua các công trình nghiên cứu khoa học nhằm làm rõ thực trạng, xác định các yếu tố liên quan đến SKTT cũng như đưa ra các kiến nghị nhằm xây dựng các biện pháp hỗ trợ, chăm sóc SKTT ở lứa tuổi thanh niên, SV.

Trong khảo sát trực tuyến trên 877 SV tại một số trường đại học khoa học sức khỏe ở Huế, Đà Nẵng, Thành phố Hồ Chí Minh; Nguyễn Hoàng Thùy Linh và cộng sự (2021) thống kê được rằng có 12.7% sinh viên ngành Y có dấu hiệu bị trầm cảm bằng thang đo sàng lọc WHO-5. Chương trình học, tình trạng đảm bảo tài chính chi trả học phí, tình trạng sức khỏe cá nhân, hành vi tìm kiếm thông tin là một số yếu tố liên quan đến SKTT của SV có ý nghĩa thống kê trong mô hình hồi quy đa biến logistic ( $p < 0.05$ ). Trong đó, SV lo lắng về tương lai thì tăng nguy cơ có dấu hiệu trầm cảm lên 1.36 lần so với SV khác.

Bàn về vấn đề SKTT của SV dưới tác động của đại dịch Covid-19, Nguyễn Thị Hải và cộng sự (2022) đã xác nhận một số yếu tố liên quan đến SKTT của SV điều dưỡng là: độ tuổi, khu vực sinh sống, tình trạng công việc và hôn nhân, con cái; tự nguyện học điều dưỡng và hệ đào tạo của SV. Có mối liên quan giữa độ tuổi, tình trạng công việc, tình trạng hôn nhân và con cái, nguyện vọng học điều dưỡng và 3 trạng thái của SKTT trầm cảm, lo âu và stress. Cụ thể về mối quan liên quan giữa tình trạng công việc với trầm cảm, lo âu và stress, nghiên cứu chỉ ra rằng, đại dịch covid-19 chính là nguyên nhân làm tăng gánh nặng một cách nặng nề, ngoài dự tính

đến ngành y tế nói riêng. Phần lớn SV theo học tại Trường đều tham gia chống dịch tại các đơn vị dã chiến trên địa bàn thành phố Đà Nẵng cũng như các cơ sở y tế nhỏ, lẻ khác. Việc hàng ngày tiếp xúc với người bệnh, đối mặt với số ca tử vong tăng nhanh, là nguyên nhân gây ra trầm cảm, lo âu và stress cho SV.

Ngoài ra, Nguyễn Thị Bích Ngân và Lê Thành Tài (2019) chỉ ra một số yếu tố liên quan đến sức khỏe tâm thần của SV tại Trường Cao đẳng Cộng đồng Hậu Giang năm học 2017 - 2018 là: đặc điểm giới tính, nơi sinh sống, việc làm thêm, môi trường gia đình.

Lê Thanh Hà và Đào Thị Diệu Linh (2023) cho rằng Lòng trắc ẩn với bản thân, Lòng tốt với bản thân và Chánh niệm dự báo tích cực về SKTT của SV. Kết quả khảo sát trên 126 SV năm thứ hai tại một trường đại học sư phạm ở phía Bắc của nhóm tác giả chỉ ra rằng, ba yếu tố trên đều có mối tương quan vừa phải với SKTT với hệ số tương quan lần lượt là 0.55, 0.45 và 0.58. Nói cách khác, để tăng cường SKTT cho SV, cần chú ý tăng khả năng chấp nhận bản thân và giảm bớt sự than phiền. Còn những suy nghĩ tiêu cực sẽ khiến cho mỗi cá nhân cảm thấy không hạnh phúc và ít hài lòng với cuộc sống hiện tại.

Nhìn chung, các nghiên cứu về SKTT của SV trên thế giới và ở Việt Nam tập trung phần lớn vào việc tìm hiểu thực trạng SKTT; các yếu tố ảnh hưởng đến SKTT; nhu cầu hay cách thức tìm kiếm các phương thức hỗ trợ SKTT; các triệu chứng tổn thương SKTT thường gặp cũng như các biện pháp GD SKTT. Ở Việt Nam, các nghiên cứu hầu hết tập trung nhiều ở nhóm thanh thiếu niên (dưới 18 tuổi) vì đây được xem là nhóm đối tượng vẫn còn rất non nớt trong kinh nghiệm sống và giải quyết các khó khăn, luôn cần đến sự hỗ trợ từ gia đình, nhà trường và xã hội. Ngược lại, SV lại được nhận định là những người đã trưởng thành và hoàn toàn có khả năng tự quyết định, tự chịu trách nhiệm trước mọi việc làm của bản thân, do đó, không còn nhận nhiều sự quan tâm sát sao từ gia đình, nhà trường, xã hội, và phải đối mặt với nhiều khó khăn, thử thách hơn trong cuộc sống, vô hình chung lại là một trong những yếu tố gây ảnh hưởng đến tình trạng SKTT của nhóm đối tượng này.

### ***1.1.2. Các nghiên cứu về nội dung, hình thức, phương pháp giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên***

Giáo dục đại học có thể được xem là khoảng thời gian tích lũy những trải nghiệm then chốt về trí tuệ, nghề nghiệp, nhân cách của một người. Đây cũng là thời điểm mà SV rất cần được hỗ trợ về SKTT và tâm lý xã hội (Brown, A. và cộng sự, 2023). Việc đào tạo các chuyên gia SKTT trong trường học, cung cấp các nguồn tài liệu chính xác về SKTT cho SV, xây dựng một số hoạt động can thiệp đến SKTT như các hoạt động nghệ thuật, chánh niệm, rèn luyện thể dục thể thao phù hợp với văn hóa, bối cảnh, giới tính, sở thích của SV sẽ thu lại hiệu quả lớn trong việc giảm trầm cảm, lo âu cho SV ở các trường đại học. Tuy nhiên, nhóm tác giả nhấn mạnh rằng, các biện pháp can thiệp về SKTT này chỉ có hiệu quả thực sự khi SV cũng sẵn sàng sử dụng chúng một cách thoải mái, tự nguyện.

Ở Trung Quốc, SV đại học được cho là “nhóm dễ bị tổn thương”, dễ gặp phải những vấn đề về SKTT (Yi Li và cộng sự, 2023). Để đối phó với những vấn đề về SKTT, chính phủ Trung Quốc cùng các trường đại học đều nỗ lực hết mình trong cải thiện SKTT của SV. GD SKTT ở Trung Quốc tập trung vào việc phát triển toàn diện con người, nội dung giáo dục xoay quanh những thông tin cần thiết về SKTT, cải thiện năng lực ứng phó của SV trong trường hợp khủng hoảng SKTT cũng như hướng dẫn SV hoạch định hướng phát triển của bản thân và chuẩn bị đối mặt với những thách thức trong một thế giới ngày càng phức tạp. Về cơ bản, GD SKTT được xem là một phần trong nhiệm vụ giáo dục đạo đức và công dân, trang bị cho SV những giá trị đạo đức, kỹ năng, năng lực thể chất - thẩm mỹ cần thiết vì đây được xem như là giá trị cốt lõi của giáo dục đại học ở Trung Quốc. Nhóm tác giả cho biết, trong ba thập kỷ từ những năm 1990, nhiều chính sách của chính phủ đã được ban hành để mở rộng, cải tiến về giáo dục SKTT: điều chỉnh mục tiêu, phương pháp và chương trình đào tạo liên quan. Mô hình làm việc “bốn trong một” được áp dụng để tích hợp việc dạy và học, thực hành, tư vấn, can thiệp các vấn đề, nội dung về SKTT. Trong đó, dịch vụ và GD SKTT thường được chịu trách nhiệm bởi phòng/ban công tác, dịch vụ SV. Nhóm tác giả cũng cho biết thêm, theo Bộ Giáo dục Trung Quốc, vào tháng 11

năm 2021, hơn 2.000 trong số 2.738 cơ sở giáo dục đại học ở Trung Quốc đã xây dựng những khóa học về SKTT như một học phần bắt buộc trong chương trình đào tạo của họ.

Ngoài ra, theo Yuping và Abdullah (2022), SV đại học dễ bị thay đổi tâm lý và biến dạng nhân cách trước những áp lực nặng nề, dẫn đến những ảnh hưởng tiêu cực nếu không nhận được sự hướng dẫn kịp thời từ các nhà giáo dục, nhà tư vấn tâm lý trong môi trường học đường. GD SKTT ở các trường cao đẳng và đại học là một phần không thể thiếu của hoạt động giáo dục tâm lý cho SV, thúc đẩy sức khỏe thể chất và tinh thần phát triển một cách hài hòa. Theo nhóm tác giả, tại Trung Quốc, mỗi đầu năm học, SV mới sẽ được thực hiện một bài kiểm tra tâm lý chung và nhà trường sẽ công khai GD SKTT theo nhiều cách. Qua đó, SV sẽ biết cách tự giúp chính mình và tìm kiếm sự giúp đỡ từ những ai khi gặp khó khăn, đặc biệt về SKTT.

Cũng tại Trung Quốc, Chunping Ni và cộng sự (2010) cho biết SKTT có liên quan đến cách ứng phó, lòng tự trọng, căng thẳng học tập và các vấn đề sức khỏe thể chất của SV ngành điều dưỡng tại Trung Quốc. Để cải thiện SKTT của SV điều dưỡng, SV cũng rất cần nhận được sự được hỗ trợ từ nhiều phía để đảm bảo giảm thiểu căng thẳng trong học tập, phát huy tính tự chủ và phát triển lòng tự trọng.

Nghiên cứu về dịch vụ chăm sóc SKTT cho SV y khoa tại Hoa Kỳ, Hale và David (2023) đã thực hiện cuộc khảo sát, đánh giá 120 bộ/nguồn tài liệu về chăm sóc SKTT cho SV, kết quả cho thấy chỉ 13.3% tuân thủ tất cả các hướng dẫn, tiêu chuẩn, quy định của Hiệp hội các trường Đại học Y khoa Hoa Kỳ, điều này cho thấy sự cần thiết phải tăng cường tập trung vào việc điều chỉnh và hoàn thiện những nguồn kiến thức, trang thiết bị cần và đủ, phục vụ điều trị SKTT.

Derrick và cộng sự (2020) cũng có những đề xuất về mô hình hỗ trợ SKTT cho SV bao gồm: (1) Giáo dục và phòng ngừa: các cơ sở giáo dục cần xây dựng những hoạt động tuyên truyền, phổ biến kiến thức về SKTT cũng như những chương trình hành động thực tế nhằm giúp SV tiếp cận dễ dàng hơn với những nguồn thông tin đó, bảo vệ SKTT cho SV. (2) Can thiệp tâm lý: những người/bộ phận với tư cách là đội

ngữ tư vấn tâm lý, SKTT cho SV phải là những người có trình độ, năng lực thực sự trong tư vấn, giải quyết, xử lý những khó khăn về SKTT của SV.

Một cuộc khảo sát của Insight Network năm 2020 đối với SV từ 10 trường đại tại Anh cho thấy “cứ 5 SV thì có 1 người được chẩn đoán có vấn đề về SKTT” và “gần một nửa đã trải qua một vấn đề tâm lý nghiêm trọng mà họ cảm thấy cần sự trợ giúp của chuyên gia” (Pereira và cộng sự, 2019). Nâng cao kiến thức về SKTT có thể cung cấp nền tảng cho việc thiết kế các chiến lược và biện pháp can thiệp cụ thể nhằm ngăn ngừa tình trạng SKTT kém và đảm bảo luôn có sẵn những biện pháp hỗ trợ cho những SV có nguy cơ cao hơn. Việc ngăn ngừa SKTT kém và hỗ trợ SKTT tích cực cần phải dựa trên sự hiểu biết về những yếu tố tác động đến SKTT SV, từ đó chỉ ra những lĩnh vực mà các trường đại học và cơ sở giáo dục đại học có thể phát triển và đổi mới trong thực tế, bao gồm: (1) Các can thiệp trước đại học nhằm cải thiện sự chuẩn bị của SV mới và gia đình cho quá trình chuyển tiếp vào đại học; (2) Thực hiện các cuộc khảo sát về SKTT đầu khóa học nhằm xác định khả năng chấp nhận và tính khả thi của việc xác định những SV có nguy cơ hoặc nhiều SV có dấu hiệu suy giảm SKTT; (3) Các can thiệp nhằm thúc đẩy cảm giác thân quen, gần gũi dành cho SV mới; (4) Tạo môi trường học đường hữu ích, lành mạnh, thân thiện, văn minh; (5) Hỗ trợ người học cải thiện hiểu biết về SKTT và tiếp cận dễ dàng, nhanh chóng các dịch vụ hỗ trợ chất lượng cao về chăm sóc SKTT.

Một số gợi ý khác về phương pháp GD SKTT tại Trường Đại học Loyola MaryMount - Mỹ hiện đang áp dụng gồm: (1) Xây dựng CLB bao gồm các SV được đào tạo về tổ chức, truyền thông, tư vấn SKTT cho những SV khác trong trường vì nhà trường cho rằng giữa SV với nhau sẽ gần gũi và thoải mái hơn trong trò chuyện và chia sẻ những vấn đề khó nói. (2) Đẩy mạnh công tác truyền thông nhằm xóa bỏ định kiến về các RLTT cũng như khuyến khích việc tìm kiếm sự trợ giúp của SV. (3) Lồng ghép các bộ môn giáo dục tâm lý, kỹ năng cơ bản trong nhận diện, phòng, tránh các vấn đề SKTT vào chương trình đầu khóa cho tân SV. (Loyola Marymount University, 2021)



Theo Martin (1998), năm 1995, có hơn 30% trong số 1800 trường đại học của Trung Quốc thực hiện công tác tham vấn tâm lý cho SV, bao gồm việc hỗ trợ giải quyết các khó khăn trong học tập; tư vấn, điều trị các rối loạn liên quan đến quan hệ xã hội, cảm xúc, các vấn đề sức khỏe tâm sinh lý; cũng như tư vấn, hướng nghiệp. Tại đất nước này, các trung tâm tham vấn tại các trường đại học, cao đẳng được giao cho phòng tuyển sinh liên kết với bộ phận giáo dục chính trị tư tưởng để xây dựng các chính sách liên quan đến chăm sóc, GD SKTT cho SV phù hợp.

Tại Việt Nam, theo Huỳnh Văn Sơn và cộng sự (2022), COVID-19 đã tác động tiêu cực đến SKTT của SV theo nhiều cách khác nhau và nếu không được hỗ trợ, can thiệp kịp thời, có thể ảnh hưởng lâu dài đến SKTT của SV. Nhóm tác giả đã thực hiện khảo sát trên 1000 sinh viên năm nhất và năm hai của Trường Đại học Sư phạm TPHCM từ tháng 9 đến tháng 10 năm 2021 với 3 nhóm câu hỏi: (1) Đánh giá của SV về tình trạng SKTT bản thân, (2) Nhận thức của SV về nguyên nhân gây rối loạn SKTT, (3) SC sẽ làm gì khi rơi vào trạng thái rối loạn SKTT. Từ các kết quả thu thập được, nghiên cứu đề xuất các biện pháp chăm sóc SKTT cho SV sau dịch Covid-19 tập trung vào: Nâng cao nhận thức của SV về tầm quan trọng của chăm sóc SKTT sau Covid-19; Phát triển nguồn nhân lực thực hiện công tác chăm sóc SKTT cho SV; Triển khai công tác hỗ trợ, chăm sóc SKTT cho SV có trọng điểm. Trong đó, cần tăng cường cung cấp các nội dung về tầm quan trọng của hoạt động GD SKTT cho SV như: các triệu chứng, biểu hiện của SKTT không tốt; một số tác nhân gây rối loạn SKTT thường gặp; con đường tìm kiếm sự hỗ trợ về SKTT trong trường học, địa phương nơi sinh sống; cách thức xây dựng một đời sống tinh thần tích cực, lạc quan và xử lý các vấn đề tâm lý tiêu cực thường gặp trong học đường, gia đình, ... sẽ giúp SV phần nào hình thành và nâng cao nhận thức của bản thân về việc bảo vệ SKTT của chính mình trong và sau đại dịch COVID-19 cũng như trong cuộc sống đời thường. Nghiên cứu cũng khẳng định việc dự báo về tổn thương tâm lý, phát triển các biện pháp tư vấn và chăm sóc SKTT rất cần thiết vì nó thể hiện quan điểm nhân văn từ góc độ quản trị trường học, đồng thời là yêu cầu cốt lõi của chính sách an sinh xã

hội và đáp ứng nhu cầu chăm sóc con người, trong đó chăm sóc tinh thần là yếu tố quan trọng hàng đầu.

Nguyễn Hữu Thụ (2009) cho rằng stress ở SV có thể được giải toả thông qua việc rèn luyện thể dục thể thao, thông qua phương pháp thư giãn và thông qua cách tổ chức môi trường học tập, sinh hoạt. Tác giả cho rằng môi trường học tập là một thành tố có tác động không nhỏ đến việc hình thành, cân bằng và quản lý những căng thẳng của SV, cần có chương trình đào tạo phù hợp, phương pháp dạy và học tích cực, hướng đến người học, tăng cường việc trao đổi giữa nhà trường và gia đình, giữa SV và GV cũng như nâng cao chất lượng cơ sở vật chất, cảnh quan, các hoạt động ngoại khoá để SV luôn cảm thấy an tâm và có đời sống tinh thần tích cực tại nhà trường.

Nguyễn Thanh Trúc và Nguyễn Thị Bích Tuyền (2020) đề xuất 03 nhóm biện pháp nhằm giảm thiểu những tác động tiêu cực của các yếu tố ảnh hưởng đến SKTT của SV: từ phía bản thân, về phía gia đình và từ phía nhà trường. Trong đó, nhà trường cần tăng cường nhiều khóa học kỹ năng mềm cho SV cũng phân bổ thời gian học tập, thi cử, sinh hoạt, rèn luyện một cách hợp lý, đặc biệt đối với SV năm cuối; gia đình cần thường xuyên trò chuyện, lắng nghe, chia sẻ để nắm bắt kịp thời những áp lực, lo lắng, kỳ vọng, nhu cầu, mong muốn của SV; mặt khác, bản thân SV cũng cần sắp xếp thời gian biểu của mình sao cho phù hợp với khả năng cũng như sức khỏe và cần mạnh dạn chia sẻ, chủ động tìm kiếm các nguồn hỗ trợ từ mọi người xung khi gặp khó khăn.

Ở một góc nhìn khác trong tôn giáo, vai trò của chánh niệm trong khả năng phục hồi SKTT của SV có mối tương quan với nhau. Những SV thực hành chánh niệm tốt sẽ có khả năng phục hồi tích cực trong những tình huống khó khăn. Thông qua chánh niệm, SV cải thiện được SKTT của mình bằng cách thúc đẩy các quá trình nhận thức, kiểm soát sự chú ý, giảm suy nghĩ tiêu cực và cải thiện nhận thức, cảm xúc của bản thân. (Lê Thanh Hà, 2023)

Nội dung trên đã được các tác giả trên thế giới nhanh chóng tiếp cận và nghiên cứu, tìm hiểu, song vẫn tập trung chính ở nhóm học sinh trung học cơ sở, trung học phổ thông và ít phổ biến hơn ở nhóm đối tượng SV. Tại Việt Nam, đặc biệt là ở nhóm SV khối ngành kỹ thuật, các nghiên cứu về việc cần giáo dục những gì và như thế nào, thông qua hình thức hay bằng phương pháp nào cho SV về SKTT còn là khoảng trống lớn. Do đó, việc nghiên cứu và hệ thống hoá các cơ sở lý luận về nội dung, hình thức, phương pháp GD SKTT cho SV ở nghiên cứu này là rất cần thiết trong việc nâng cao nhận thức của SV về SKTT cũng như trong việc thiết kế các dịch vụ, chương trình phòng ngừa, hỗ trợ, điều trị các vấn đề về SKTT cho SV.

Như vậy, các nghiên cứu tổng quan về SKTT của SV và GD SKTT cho SV tập trung vào nghiên cứu thực trạng SKTT của SV, nội dung, hình thức, phương pháp GD SKTT cho SV cũng như các yếu tố tác động đến quá trình GD SKTT cho SV. Từ các nghiên cứu tổng quan này, đề án tập trung xác định, xây dựng cơ sở lý luận về hoạt động GD SKTT cho SV tại Trường ĐHSPKT TPHCM, làm cơ sở để nghiên cứu thực trạng nội dung, hình thức, phương pháp GD SKTT cho SV và các yếu tố ảnh hưởng đến công tác GD SKTT cho SV Trường ĐHSPKT TPHCM.

## **1.2. Khái niệm cơ bản**

### ***1.2.1. Sức khỏe tâm thần***

Nguyên tổng thư ký Tổ chức y tế thế giới - ông Gro Harlem Brundtland đã phát biểu: “Ngày nay, không một cá nhân nào, không một gia đình nào, lúc này hay lúc khác lại không có vấn đề về SKTT” (Bayram và Bilgel, 2008). SKTT đã được các học giả từ các nền văn hóa khác nhau cho ra những khái niệm rất khác nhau. Từ góc độ đa văn hóa, gần như không thể định nghĩa SKTT một cách toàn diện (WHO, 2001).

Trước hết, có thể hiểu “sức khỏe là trạng thái thoải mái toàn diện về thể chất, tinh thần và xã hội và không phải chỉ bao gồm có tình trạng không có bệnh hay thương tật”, và SKTT được xem là một bộ phận gắn liền trong khái niệm này (WHO, 2006). SKTT là trạng thái mà trong đó con người nhận thức được khả năng của bản thân, có thể đối phó với những căng thẳng thông thường cũng như làm việc hiệu quả và đóng

góp cho cộng đồng; là một phần quan trọng của sức khỏe và hạnh phúc, giúp củng cố khả năng đưa ra quyết định và xây dựng mối quan hệ. SKTT là quyền cơ bản của con người, và nó rất quan trọng đối với sự phát triển cá nhân, cộng đồng và kinh tế xã hội (WHO, 2022). Nó được trải nghiệm khác nhau ở mỗi người với mức độ khác nhau cũng như những kết quả lâm sàng và xã hội rất khác nhau.

Ngoài ra, SKTT còn được hiểu là “cách cảm nhận, suy nghĩ và khả năng ứng phó của mỗi cá nhân đối với những khó khăn trong cuộc sống”. (Edlab Asia, 2020)

Hay theo Nguyễn Việt (1999), SKTT không những là trạng thái không có rối loạn hay khiếm khuyết về tinh thần, mà còn là một tinh thần hoàn toàn thoải mái, thể hiện ở chất lượng cuộc sống tốt, cân bằng và hoà hợp giữa các mặt trong cuộc sống, giữa các mối quan hệ cá nhân, môi trường xung quanh và môi trường xã hội.

UNICEF (2022) cho rằng SKTT là cơ sở quyết định năng lực về hành vi và cảm xúc của mỗi cá nhân trong lao động, là cơ sở xây dựng những mối quan hệ có ý nghĩa và sự đóng góp cho cộng đồng. Cụ thể, SKTT bao gồm: (1) Sự “khỏe mạnh” về cảm xúc: tích cực, vui vẻ, ôn hòa, yêu đời; (2) Quan hệ xã hội tích cực, lành mạnh. (3) Kết hợp, phát triển kỹ năng và kiến thức để đưa ra những quyết định tích cực, đối phó với thách thức trong cuộc sống.

Trong nghiên cứu này, tác giả nhận định SKTT là một phần quan trọng của sức khỏe cá nhân, là sự kết hợp chất lượng giữa thể chất và tinh thần, là khả năng nhận biết và giải quyết một cách phù hợp, hiệu quả những vấn đề trong cuộc sống, đặc biệt là trước những căng thẳng, áp lực thường ngày. SKTT ảnh hưởng trực tiếp đến mọi vấn đề diễn ra hằng ngày trong cuộc sống, đến các mối quan hệ cộng đồng cũng như đến sức khỏe thể chất của con người.

### ***1.2.2 Sức khỏe tâm thần của sinh viên***

Theo Arnett (2014), SV là nhóm độ tuổi “mới trưởng thành” với những đặc điểm sau: tò mò, thích khám phá và thử nghiệm bản thân trong nhiều cơ hội khác nhau, đặc biệt là trong tình yêu và công việc; có những bất ổn định về tâm, sinh lý; tập trung vào giá trị bản thân nhất trong suốt cuộc đời; chuyển giao giữa nhóm vị

thành niên (14 - 19 tuổi) và người trưởng thành (người đi làm); tràn đầy hy vọng, khao khát, ước mơ và sự sung mãn.

Từ đó, đề án xác định khái niệm SKTT của SV như sau: SKTT của SV là sự cân bằng, duy trì sự ổn định, phát triển về thể chất và tinh thần của nhóm thanh niên từ 18 đến 24 tuổi đang theo học tại các cơ sở giáo dục, đào tạo; là khả năng ứng xử bằng cảm xúc, hành vi phù hợp trước mọi tình huống từ đơn giản đến phức tạp diễn ra hằng ngày trong học tập, lao động, sinh hoạt, rèn luyện, giải trí cũng như trong các mối quan hệ xã hội của SV.

Trên cơ sở nghiên cứu của Huỳnh Văn Sơn và cộng sự (2022), Trương Oanh (2023), Edlab Asia (2020), Trần Thành Nam (Lao động, 2022), Nguyễn Hữu Thụ (2009) và một số tác giả khác, những biểu hiện của SV có SKTT tốt bao gồm: có suy nghĩ tích cực; cảm thấy tự tin và coi trọng bản thân; làm việc và học tập hiệu quả, tiến bộ đều đặn; hào hứng tham gia các hoạt động ngoài giờ lên lớp trong và ngoài nhà trường; quản lý cảm xúc tốt, ứng phó hiệu quả với những căng thẳng hằng ngày; hình thành và duy trì được các mối quan hệ cộng đồng lành mạnh, tích cực. Ngược lại, SV có SKTT không tốt thường có suy nghĩ tiêu cực, bi quan; trở nên cô lập hơn và bỏ bê bản thân; thiếu hứng thú với các hoạt động, chán nản và uể oải khi học tập; tâm trạng nhạy cảm và không ổn định; có thói quen sinh hoạt thay đổi theo hướng tiêu cực.

Ngoài ra, dựa trên DSM-5, ICD-10 và các nghiên cứu về các RLTT thường gặp ở SV của Lancet Psychiatry (2022), Tôn Thất Minh Thông và cộng sự (2021), Nguyễn Thị Bích Ngân và Lê Thành Tài (2019), Lê Minh Thuận (2011b), có 04 bệnh lý về SKTT thường gặp ở SV, bao gồm: Lo âu hay rối loạn lo âu; Stress/căng thẳng; Trầm cảm; Nghĩ đến tự tử/Tự tử

Nhìn chung, những vấn đề về SKTT là dạng bệnh lý khó nắm bắt được triệu chứng, biểu hiện thông qua quan sát hay thăm khám hơn so với các loại bệnh về thể chất khác nhưng nó lại có sức tàn phá dữ dội. Nó làm trì trệ hoạt động của não bộ, gây tổn hại về thể chất, người bệnh mất đi được niềm vui, sự hạnh phúc. Hơn thế, khi

những cảm xúc tiêu cực không được giải tỏa kịp thời, tích tụ lâu dần sẽ khiến cho người bệnh có nhiều xu hướng thực hiện các hành vi tiêu cực, thậm chí là tự sát.

### ***1.2.3. Giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên***

Theo Nguyễn Lâm (2003), “giáo dục là quá trình hoạt động có ý thức, mục đích, kế hoạch nhằm bồi dưỡng cho con người những phẩm chất đạo đức, tri thức cũng như những kỹ năng, kỹ xảo cần thiết trong cuộc sống”. Đối với SV, trường học là một trong những môi trường tâm lý xã hội quan trọng, cung cấp các yếu tố bảo vệ, nâng cao và hỗ trợ SKTT cho SV. GD SKTT cho SV là nhiệm vụ vô cùng quan trọng của các cơ sở giáo dục trong giai đoạn hiện nay - giai đoạn phát triển nền kinh tế thị trường, giai đoạn của kỷ nguyên thông tin.

GD SKTT cũng mang bản chất của quá trình giáo dục nói chung. Cụ thể, GD SKTT cho SV là hệ thống các hoạt động GD theo kế hoạch, chương trình bài bản về các vấn đề liên quan đến SKTT trong một thời gian xác định, bao gồm: mục tiêu, nội dung, phương pháp; cách thức giảng dạy và tiêu chí đánh giá; thời gian thực hiện (Bùi Thị Thanh Diệu, Trần Thành Nam, 2019).

Đề án xác định GD SKTT cho SV là quá trình cung cấp kiến thức, kỹ năng và các hỗ trợ tâm lý kịp thời nhằm giúp SV phát triển và duy trì SKTT tốt. Qua đó, SV có hiểu biết về vai trò của SKTT, nhận biết và quản lý tốt các mạch cảm xúc, xây dựng sự tự tin, các mối quan hệ tốt đẹp, có khả năng đối mặt với áp lực và căng thẳng; phát triển các kỹ năng sống cần thiết để thích nghi và trưởng thành trong cuộc sống. GD SKTT cho SV có thể được thực hiện thông qua các khóa học, hội thảo, hoạt động nhóm, tư vấn cá nhân và các tài liệu học tập liên quan khác. Công tác GD SKTT cho SV trong nhà trường có nhiệm vụ chính là phổ rộng các hoạt động và dịch vụ đánh giá, phòng ngừa, can thiệp, theo dõi, tham vấn, tư vấn, chuyển tuyến. Đảm bảo môi trường học tập hạnh phúc, an toàn, kỷ luật và lành mạnh cho tất cả người học, khuyến khích thành công học tập của SV, hỗ trợ các nhu cầu tâm lý - xã hội, nhận diện và can thiệp các vấn đề SKTT.

### **1.3. Giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên**

### ***1.3.1. Lợi ích của hoạt động giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên***

Qua quá trình nghiên cứu tài liệu của của các tác giả Nguyễn Thị Hoài Thương (2021), Bùi Thị Thanh Diệu và Trần Thành Nam (2019), cũng như các nghiên cứu của tổ chức UNICEF (2021a, 2022), đề tài xác định hoạt động GD SKTT cho SV không chỉ giúp SV có nhận thức đầy đủ và đúng đắn về SKTT và các vấn đề liên quan mà còn giúp gia đình, nhà trường phát hiện sớm và có biện pháp can thiệp, điều trị kịp thời đối với những SV gặp vấn đề về SKTT.

Trước hết, hoạt động GD SKTT sẽ giúp SV hiểu rõ về các biểu hiện của một người đang gặp các vấn đề về SKTT, các bệnh lý phổ biến mà SV sẽ dễ mắc phải cũng như các yếu tố tác động đến SKTT; cung cấp cho SV các công cụ và kỹ năng cần thiết để nhận biết và xử lý các tình huống khó khăn, giảm thiểu căng thẳng và tăng khả năng thích ứng trong môi trường học tập và cuộc sống hàng ngày một lạc quan, linh hoạt. Nói cách khác, GD SKTT giúp SV phát triển và củng cố các kỹ năng sống cần thiết để duy trì sức khỏe tâm thần tốt cũng như bước vào ngưỡng cửa đại học một cách vững vàng hơn. Trong các kỹ năng sống cần thiết thì quan trọng nhất là kỹ năng sống tự lập, kỹ năng tự nhận thức, kỹ năng giao tiếp, kỹ năng lắng nghe, kỹ năng giải quyết vấn đề, kỹ năng quản lý cảm xúc, kỹ năng quản lý thời gian, kỹ năng thích ứng linh hoạt, ... Bên cạnh đó, hoạt động này cũng cung cấp cho SV những nguồn tư vấn và hỗ trợ tâm lý khi cần thiết. SV có thể tìm hiểu về các dịch vụ tâm lý trong và ngoài nhà trường để giúp họ vượt qua những khó khăn, tìm kiếm sự cân bằng và trạng thái tinh thần tích cực. Một SKTT tốt có ảnh hưởng rất lớn đến hiệu suất học tập của SV. Khi được trang bị đầy đủ kiến thức về SKTT, SV có thể tự xây dựng cho mình một công cụ để giúp bản thân duy trì sự cân bằng tinh thần và xây dựng một cuộc sống học tập và cá nhân khỏe mạnh.

Thông qua các hình thức GD SKTT cho SV, nhà trường – cụ thể là đội ngũ phụ trách công tác SV, công tác tư vấn tâm lý sẽ nhanh chóng nhìn ra những vấn đề về SKTT mà SV gặp phải thông qua những biểu hiện về cử chỉ, hành vi, thái độ, lời nói, cảm xúc; qua kết quả học tập, rèn luyện; hoặc qua chính tâm tư, nguyện vọng của

SV; từ đó, kịp thời hỗ trợ bằng cách lắng nghe, chia sẻ, lên kế hoạch cụ thể để từng bước tháo gỡ những vướng mắc, khó khăn của SV hoặc trở thành cầu nối để các em có thể được điều trị chuyên sâu ở các trung tâm, cơ sở có chuyên môn cao hơn, giúp các em cân bằng, ổn định trạng thái tâm lý theo hướng tích cực một cách nhanh chóng và hiệu quả nhất. Điều này sẽ làm giảm đáng kể tỉ lệ SV có tổn thương về tinh thần, đóng góp quan trọng trong sự phát triển và thành công toàn diện của SV. Việc GD SKTT cho SV đòi hỏi người thực hiện công tác giáo dục cần thường xuyên trau dồi kiến thức, kỹ năng trong quá trình hỗ trợ SV, vì mỗi ngày trôi qua, cùng với sự phát triển không ngừng của xã hội, sự đổi mới liên tục của công nghệ hiện đại, cách mà SV đón nhận và tiếp thu những điều mới mẻ trong cuộc sống cũng khác đi và chịu nhiều chi phối, tác động từ bối cảnh xã hội, tích cực có, tiêu cực có, nên việc GD SKTT cho SV lại càng trở nên quan trọng hơn bao giờ hết, vào lúc này, tại mọi cơ sở giáo dục và đào tạo. Các chương trình và dịch vụ như vậy cho phép phát hiện sớm tình trạng căng thẳng và trầm cảm, đồng thời có thể mang lại lợi ích to lớn không chỉ cho học sinh mà còn cho giáo viên và các thành viên khác trong cộng đồng nhà trường.

Nhận thức về SKTT là một vấn đề quan trọng đối với không chỉ SV, mà còn với tất cả các nhà giáo dục, những người thường là tuyến phòng thủ đầu tiên cho người học của họ, mà còn đối với các bậc phụ huynh và các chuyên gia trong các lĩnh vực có liên quan. Nhờ đó, những người làm công tác giáo dục và y tế học đường có thể phối hợp cùng gia đình và xã hội trong tư vấn, chăm sóc, bảo vệ, điều trị các vấn đề về SKTT cho SV. Điều này chỉ có thể đạt hiệu quả cao khi hoạt động GD SKTT được triển khai và phát triển kịp thời cùng với sự phát triển của con người và xã hội. Có nghĩa là, mỗi đối tượng, mỗi giai đoạn, mỗi vấn đề có liên quan đến SKTT đều được quan tâm và có các biện pháp tác động phù hợp, nhanh chóng. Các chuyên gia giáo dục đã kết luận rằng việc giáo dục tập trung vào SKTT tốt có thể mang lại lợi ích cho SKTT của thanh thiếu niên, sinh viên.



### ***1.3.2. Mục tiêu của hoạt động giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên***

Quyết định số 619/QĐ-BGDĐT của Bộ Giáo dục và Đào tạo về việc ban hành Kế hoạch thực hiện Chiến lược phát triển thanh niên Việt Nam trong ngành Giáo dục giai đoạn 2021-2030 có đề ra mục tiêu 100% sinh viên trong các cơ sở giáo dục được trang bị kiến thức, kỹ năng chăm sóc sức khỏe tâm thần thông qua hoạt động GD SKTT (Bộ Giáo dục và Đào tạo, 2022). GD SKTT cho SV là một hoạt động mang tính xã hội phức tạp từ nhiều phía: gia đình, xã hội, nhà trường; được thực hiện đồng bộ trên các mặt (giáo dục nhận thức, hành vi, lối sống, kỹ năng, ...). GD SKTT cho SV không chỉ hướng đến việc nâng cao nhận thức của SV về sự cần thiết và nhu cầu được nâng cao đời sống tinh thần, mặt khác đòi hỏi việc đào tạo, nâng cao năng lực, kỹ năng tư vấn, truyền thông, lập kế hoạch về chăm sóc SKTT cho đội ngũ thanh niên là SV, GV trẻ, nhân viên y tế trường học; tăng cường công tác tuyên truyền về phòng, chống các bệnh về SKTT. Kết quả đều thực hiện mục tiêu cuối cùng là đảm bảo sự phát triển và chăm sóc toàn diện cho tâm lý và trạng thái tinh thần của SV, tạo ra một môi trường sống, học tập và làm việc tích cực, hạnh phúc (Bùi Thị Thanh Diệu và Trần Thành Nam, 2019).

### ***1.3.3. Nội dung giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên***

Các nghiên cứu đề cập đến nội dung GD SKTT cho SV vẫn còn khá hạn chế, song các tác giả Huỳnh Văn Sơn và cộng sự (2022), Bùi Thị Thanh Diệu và Trần Thành Nam (2019) và nghiên cứu của UNICEF (2018) đã có sự lồng ghép vấn đề này vào các nghiên cứu về SKTT cho thanh niên, SV và được đề tài tổng hợp như sau:

#### ***1.3.3.1. Thông tin dịch tễ về sức khỏe tâm thần***

Thông tin dịch tễ về SKTT là các thông tin liên quan đến tần suất, phân bố và các yếu tố liên quan đến SKTT trong cộng đồng hoặc dân số nhất định. Các thông tin này có thể được thu thập thông qua các nghiên cứu dịch tễ học, báo cáo y tế, khảo sát dân số và hệ thống thông tin y tế chính thống, đáng tin cậy như WHO, UNICEF, UNESCO, Bộ y tế, ... Đây được xem là cơ sở để đánh giá tình trạng SKTT và phát

triển các chương trình, chính sách nhằm cải thiện SKTT của cộng đồng trên toàn thế giới nói chung và trên từng nhóm đối tượng, từng khu vực nói riêng.

Thông tin dịch tễ về SKTT sẽ giúp SV có cái nhìn tổng quan về tình hình chung của SKTT (mức độ và tính phổ biến của các vấn đề SKTT và tâm lý xã hội), từ đó nhận thức được tính toàn cầu, tầm quan trọng của SKTT và bảo vệ SKTT trong xã hội hiện nay.

#### 1.3.3.2. Các yếu tố ảnh hưởng đến sức khỏe tâm thần của sinh viên

Các nguyên nhân gây ra các vấn đề về SKTT ở SV có thể kể đến như lần đầu tiên sống tự lập xa nhà, thích nghi với lối sống và phong cách học tập, sinh hoạt mới ở bậc đại học, các vấn đề về tài chính, động lực, tự ra quyết định (Coley và cộng sự, 2014; McLafferty và cộng sự, 2017)

Theo Nguyễn Thị Như Nguyệt và cộng sự (2020), có 06 yếu tố tác động đến SKTT của SV, bao gồm: áp lực kinh tế, áp lực gia đình, áp lực học tập, áp lực quan hệ giao tiếp xã hội, áp lực phát triển cá nhân và áp lực thích ứng với môi trường.

Nhìn chung, các yếu tố ảnh hưởng đến SKTT của SV thường tập trung vào 03 nhóm chính là: học tập, cá nhân, xã hội. Tuy nhiên, các yếu tố này vừa có thể là nguy cơ, vừa có thể là yếu tố bảo vệ SKTT của mỗi người. Hiểu được khả năng tác động từ các yếu tố này đến SKTT của mình, SV sẽ biết cách cân bằng các khía cạnh trong cuộc sống, đón nhận những điều tích cực để hình thành động lực trong học tập, công việc hoặc hạn chế những tiêu cực để nuôi dưỡng SKTT tốt cho cuộc sống.

#### 1.3.3.3. Biểu hiện của sức khỏe tâm thần và các dạng rối loạn tâm thần phổ biến ở sinh viên

Trầm cảm, lo âu, căng thẳng, rối loạn ăn uống, hành vi tự tử ... là nhiều trong số các RLTT phổ biến ở SV hiện nay. Ngoài ra, còn nhiều chứng RLTT khác với những dấu hiệu nhận biết, nguyên nhân và cách điều trị khác nhau. Mặc dù có thể liệt kê được các biểu hiện cụ thể của các RLTT nhưng trên thực tế, rất khó để có thể nhìn nhận, phán đoán một cách rõ ràng vì những biểu hiện ở mức độ nhẹ thường bị bỏ qua

hoặc làm tưởng nó là những mệt mỏi, căng thẳng bình thường trong cuộc sống hằng ngày, cho đến khi những triệu chứng đó dần trở nặng thì nó đã tàn phá, xâm chiếm dần từ bên trong tinh thần của mỗi người.

Đặc biệt ở đối tượng SV, trước những áp lực ngày càng gia tăng, việc bị cuốn vào vòng xoáy học tập, rèn luyện, hội nhập xã hội khiến SV bỏ quên cảm xúc, tâm lý của bản thân. Nhiều SV gặp các vấn đề về SKTT nhưng không thể gọi tên trạng thái tâm lý, cảm xúc đó hay không đủ hiểu biết để xác định được mình có đang trong diện SKTT bất ổn hay không. Nhận biết được những dấu hiệu và các rối loạn của SKTT sẽ giúp SV tự soi chiếu với bản thân để xác định đúng tình trạng SKTT hiện tại và kịp thời tìm ra giải pháp phù hợp để điều trị bệnh lý một cách hiệu quả.

#### 1.3.3.4. Các kỹ năng ứng phó khi gặp vấn đề và cách duy trì một sức khỏe tâm thần tốt

Kỹ năng là khả năng thực hiện một công việc có kết quả thông qua những tri thức, kinh nghiệm đã có. (Huỳnh Văn Sơn, 2012) Ở SV, cần có những kỹ năng mềm – những kỹ năng thuộc về trí tuệ cảm xúc như: kỹ năng quản lý thời gian, kỹ năng giải quyết vấn đề, kỹ năng quản lý cảm xúc, kỹ năng lắng nghe, kỹ năng chia sẻ, ... là những kỹ năng cần thiết, quan trọng giúp SV thích ứng với môi trường xung quanh, duy trì các mối quan hệ tốt đẹp, góp phần hỗ trợ thực hiện các công việc, hoạt động một cách hiệu quả. Nói cách khác, những kỹ năng mềm này sẽ giúp SV đối mặt, ứng phó và vượt qua các vấn đề về tâm lý và SKTT một cách dễ dàng hơn.

#### 1.3.3.5. Cách thức tìm kiếm các nguồn thông tin và hỗ trợ về sức khỏe tâm thần

Nhiệm vụ của những người giữ vai trò tư vấn, GD SKTT cho SV là cung cấp và hướng dẫn SV tìm kiếm nguồn thông tin và dịch vụ hỗ trợ tâm lý trong và ngoài nhà trường bao gồm việc tìm đọc các bài viết trên các trang thông tin điện tử, dịch vụ tư vấn, nhóm hỗ trợ, tổ chức xã hội và các trung tâm chăm sóc tâm lý. Đảm bảo SV hiểu chính xác về tầm quan trọng của việc tìm kiếm sự giúp đỡ và hỗ trợ từ các nguồn tư vấn và chuyên gia; khuyến khích các em không cảm thấy tự ti, mặc cảm, e ngại hay sợ hãi khi gặp các vấn đề về SKTT mà cần mạnh dạn, dũng cảm chia sẻ, giải bày

với thầy cô, gia đình, bạn bè, với các dịch vụ hỗ trợ tâm lý khác để các em luôn được khỏe mạnh về tinh thần.

Việc cung cấp được các kiến thức liên quan đến SKTT và chăm sóc SKTT cho SV là vô cùng cần thiết và quan trọng. Tuy nhiên, trên thực tế, chưa có một cơ chế chính thức nào về việc giảng dạy nội dung trên như một học phần bắt buộc tại các cơ sở giáo dục và đào tạo. Do đó, đòi hỏi các nhà giáo dục cần chủ động, linh hoạt, đa dạng lồng ghép chúng vào các hình thức và thông qua những phương pháp tổ chức hoạt động dạy và học phù hợp để nâng cao hiệu quả của hoạt động GD SKTT cho SV.

#### ***1.3.4. Hình thức tổ chức hoạt động giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên***

Hiện nay, ở các trường phổ thông hay các cơ sở giáo dục cao hơn, các hình thức tổ chức dạy học được sử dụng chủ yếu có thể kể đến như: hình thức lên lớp, giờ học thực hành, tự học, tham quan, hội thi, ... (Phạm Viết Vượng, 2017). Ở đề án này, tác giả tổng hợp và lựa chọn 03 hình thức tổ chức GD SKTT cho SV như sau:

##### **1.3.4.1. Thông qua hoạt động dạy học trên lớp**

Hoạt động dạy – học trên lớp vẫn được xem là hoạt động chủ đạo, đặc trưng, chiếm phần lớn thời gian trong quá trình học tập của SV. Dạy học được xem là con đường cơ bản và hiệu quả nhất giúp SV lĩnh hội nguồn tri thức, hình thành và phát triển nhân cách, rèn luyện và tu dưỡng bản thân, bồi dưỡng tâm hồn, lòng yêu nghề.

Thực tế, nội dung GD SKTT ở các trường đại học hiện nay chưa được phát triển thành một học phần riêng biệt mà cơ bản được khuyến khích đan xen vào các tiết học chính khóa, thông qua sự trao đổi, chia sẻ giữa GV với SV một cách phù hợp với ngữ cảnh, thời lượng giảng dạy. Thông qua đó, SV không những được cung cấp các kiến thức chuyên môn mà còn có cơ hội được cập nhật các thông tin, tình hình thực tế về những vấn đề có liên quan đến chính các em mang tính thời sự, trong đó có vấn đề về SKTT; cũng như được lắng nghe chia sẻ kinh nghiệm, trải nghiệm thực tế của chính các nhà giáo dục trong quá trình công tác, trong cuộc sống đời thường. Bởi mỗi nghề nghiệp đều có những thuận lợi và khó khăn riêng biệt, có những áp lực mà ai

cũng cần phải vượt qua để gặt hái thành công, và chính những trải nghiệm quý báu từ những người đi trước sẽ là một phần động lực, sự khích lệ lớn lao đối với các thế hệ SV – những người sẽ tiếp tục vun đắp cho sự phồn thịnh của đất nước trong tương lai.

#### 1.3.4.2. Thông qua các hoạt động sinh hoạt ngoài giờ lên lớp

Bên cạnh hoạt động học tập thì hoạt động ngoài giờ lên lớp cũng góp phần không nhỏ vào việc vun đắp, bồi dưỡng nhận thức, tình cảm, niềm tin, phẩm chất đạo đức của SV, rèn luyện các kỹ năng, phát triển các hành vi, thói quen tốt trong học tập, lao động và công tác xã hội của các em. Các hoạt động này là một cách để SV học hỏi, tiếp thu những kiến thức mới; là cơ hội quý báu để SV mở rộng các mối quan hệ xã hội lành mạnh, gặp gỡ, kết nối và hỗ trợ lẫn nhau; nhất là khi có thể gắn kết được với nhóm những người có cùng quan điểm, sở thích, mục tiêu học tập, SV sẽ có thêm niềm vui, sự an ủi, sự đồng cảm và động lực, niềm tin; làm giàu thêm giá trị, ý nghĩa cho cuộc sống của mình. Bên cạnh đó, tham gia các hoạt động Đoàn – Hội giúp SV phát triển được nhiều loại kỹ năng xã hội cần thiết, quan trọng, hữu ích trong cuộc sống hằng ngày, đặc biệt trong việc xây dựng sự tin tưởng vào năng lực của bản thân như kỹ năng giao tiếp, lắng nghe, làm việc nhóm, lãnh đạo, giải quyết vấn đề, ...

Các hoạt động ngoài giờ lên lớp trong môi trường đại học rất đa dạng, phong phú và là hình thức chủ yếu, thuận lợi nhất cho việc GD SKTT cho SV, có thể kể đến như: các hoạt động sinh hoạt, phong trào thi đua của tổ chức Đoàn Thanh niên – Hội Sinh viên; của các câu lạc bộ, đội, nhóm; các hội thảo, tọa đàm, tập huấn, cuộc thi học thuật; các buổi tham quan, dã ngoại, học tập trải nghiệm bên ngoài nhà trường.

#### 1.3.4.3. Thông qua các trang mạng xã hội và sản phẩm truyền thông của nhà trường

Ngoài ra, việc truyền tải những kiến thức, thông điệp về nâng cao SKTT cho SV trong nhà trường còn được thể hiện qua các bài đăng trên các trang mạng xã hội của nhà trường, qua các ấn phẩm truyền thông như băng rôn, bảng tin Đoàn – Hội, poster, tranh ảnh, ... trong khuôn viên nhà trường.

Như vậy, bằng việc sử dụng và kết hợp một cách hợp lý một hoặc nhiều hình thức dạy học vào hoạt động giáo dục SKTT cho SV, các nhà giáo dục sẽ dễ dàng hơn trong việc truyền tải, thông tin, tuyên truyền những nội dung cần thiết nhằm giúp các em có nhận thức đầy đủ, chính xác về tầm quan trọng của SKTT trong mọi mặt đời sống cũng như vì sao cần coi trọng việc được tìm hiểu và tự tìm hiểu các vấn đề liên quan đến SKTT.

#### ***1.3.5. Phương pháp tổ chức hoạt động giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên***

Hiện nay, có rất nhiều phương pháp dạy học có thể áp dụng nhằm GD SKTT cho SV từ truyền thống đến hiện đại. Dựa trên nghiên cứu của các tác giả Đặng Thị Lan (2019), Huỳnh Văn Sơn và cộng sự (2022), Lê Minh Thuận (2011), Yi Li và cộng sự (2023), đề án lựa chọn và đi sâu vào bốn phương pháp chính sau đây:

##### **1.3.5.1. Phương pháp đàm thoại**

Đàm thoại trong hoạt động GD SKTT là sự trao đổi ý kiến và quan điểm giữa những người giữ vai trò tư vấn tâm lý, GD SKTT (gọi chung là đội ngũ tư vấn) với SV, giữa SV với nhau về các vấn đề thuộc SKTT. Thông qua đó, đội ngũ tư vấn có thể nắm bắt tâm tư, tình cảm, vốn kinh nghiệm, tình trạng tâm lý của từng SV để trên cơ sở đó có những tác động giáo dục thích hợp đối với các em.

Nhiệm vụ cơ bản của phương pháp này là giúp SV có khả năng tự phân tích và đánh giá thực trạng của bản thân cũng như của cộng đồng về các mặt của SKTT. Ngoài ra, đàm thoại còn giúp SV rèn luyện và phát huy năng lực diễn đạt bằng lời nói nhằm thể hiện những khó khăn của bản thân một cách chính xác nhất, là cơ sở để đội ngũ tư vấn nắm bắt được tình hình và hỗ trợ SV bằng các hình thức tối ưu, phù hợp nhất.

Đàm thoại có thể diễn ra dưới hình thức cá nhân hoặc tập thể. Trong đó, hoạt động tư vấn SKTT cho SV là một dạng phương pháp đàm thoại hình thức cá nhân. Thông thường, SV sẽ cảm thấy ngại ngùng trong việc chia sẻ những vấn đề cá nhân của mình trước tập thể, do đó, việc trao đổi riêng tư giữa SV và đội ngũ tư vấn là phù hợp hơn hết để các em có thể thoải mái giải bày những vấn đề khó nói, đặt niềm tin

vào những nhà giáo dục nhằm mong muốn được chia sẻ và tháo gỡ những băn khoăn, vướng mắc của mình. Mặt khác, hoạt động GD SKTT trong và ngoài giờ học thường được diễn ra dưới hình thức đàm thoại tập thể, hoặc được đan xen trong nội dung các tiết dạy chuyên ngành, hoặc được xây dựng thành một chuyên đề học tập riêng. Khi đó, nhà giáo dục và tập thể SV sẽ có cơ hội trao đổi, chia sẻ, lắng nghe, tranh luận, thảo luận về những nội dung xoay quanh vấn đề SKTT. Tình trạng của SV này có thể cũng là băn khoăn của một hay nhiều SV khác hay kinh nghiệm vượt qua các rào cản về tinh thần của SV này chính là lời khuyên hữu ích cho SV khác khi không phải cá nhân nào cũng có thể mạnh dạn bày tỏ cảm xúc của mình trước đám đông, đây được xem là ưu điểm khi sử dụng đàm thoại tập thể nhằm GD SKTT cho SV.

Để hoạt động tư vấn, giáo dục mang lại hiệu quả cao, cần cung cấp cho SV những thông tin khách quan, đầy đủ; hỗ trợ và giúp đỡ về mặt hiểu biết, tâm lý và tình cảm, xoa dịu sự lo lắng, căng thẳng của SV; hỗ trợ và giúp đỡ SV tìm ra giải pháp hữu hiệu để giải quyết vấn đề. Trong khi đàm thoại, đội ngũ tư vấn cần giữ đúng thái độ tôn trọng, chân thành, thương yêu, khéo léo và cần chú ý đến đặc điểm tâm sinh lý cũng như hoàn cảnh cá nhân của SV để chọn lọc ngôn ngữ, cách biểu đạt phù hợp.

#### 1.3.5.2. Phương pháp giảng giải

Theo Trần Thị Tuyết Oanh và cộng sự (2016b), trọng tâm của phương pháp giảng giải là cung cấp các thông tin về sự kiện và chuẩn mực hành vi giúp người được giáo dục hình thành niềm tin và có hành động đúng đắn, phù hợp với nguyên tắc, văn hóa, đạo đức.

Giảng giải thường được dùng trong trường hợp SV vì những RLTT mắc phải mà nảy sinh ra những hành vi hay suy nghĩ lệch lạc, không làm chủ được cảm xúc của bản thân, có khả năng làm tổn hại đến SKTT của mình cũng như mọi người xung quanh. Lúc này, phương pháp giảng giải đóng vai trò là phương tiện cho đội ngũ tư

vấn trấn an tinh thần của SV, thuyết phục SV bằng những thông tin đáng tin cậy, giúp SV hiểu và điều chỉnh hành vi, nhận thức với thái độ và động cơ đúng đắn.

Khác với phương pháp đàm thoại, giảng giải đôi khi chỉ là hoạt động giao tiếp đến từ một phía là đội ngũ tư vấn, SV chỉ là người lắng nghe, khó nắm bắt được tâm tư, nguyện vọng, tình cảm của SV. Do đó, nhà giáo dục cần có thái độ chân thực; có sự chuẩn bị kỹ lưỡng về nội dung, tri thức, kinh nghiệm sống, tư tưởng, đạo đức; ngôn ngữ, nghệ thuật diễn đạt rõ ràng, dễ hiểu để thu hút SV tham gia vào quá trình giảng giải, tạo điều kiện, hứng thú cho các em liên hệ thực tế, bản thân để tranh luận, phản hồi trước những nội dung mà nhà giáo dục đưa ra.

#### 1.3.5.3. Phương pháp nêu gương

Nêu gương là phương pháp mà nhà giáo dục sử dụng hình ảnh, việc làm tích cực của một cá nhân, tập thể hay của bản thân như một chuẩn mực để kích thích người được giáo dục cảm phục, noi theo những tấm gương đó nhằm đạt được mục đích giáo dục đã đề ra (Trần Thị Tuyết Oanh và cộng sự, 2016b).

Ở lứa tuổi thanh niên, việc noi theo một hình tượng nào đó sẽ mang tính khái quát và tổng hợp hơn, có sự chọn lọc và xem xét kỹ lưỡng; những hành vi bất chước được biến đổi phù hợp với điều kiện và tình huống nảy sinh trong cuộc sống.

Trong GD SKTT cho SV, phương pháp nêu gương tập trung vào việc truyền cảm hứng, động lực, tạo môi trường tích cực nhằm truyền đạt và hình thành các giá trị và kỹ năng bảo vệ, ứng phó với các vấn đề về SKTT cho SV.

Thậm chí, chính SV cũng có thể trở thành tấm gương cho chính mình và bạn bè khi có thể vượt qua được những rắc rối về tinh thần, tâm lý và xây dựng cuộc sống lành mạnh, tích cực. Nêu gương đôi khi đơn giản chỉ ở một hành động nhỏ như việc thay vì tự trách bản thân khi không hoàn thành tốt một việc, SV có thể hình thành suy nghĩ tích cực và xây dựng kế hoạch thực hiện lại công việc bằng những phương pháp, cách thức tốt hơn nhằm mang lại hiệu quả tốt hơn so với lần thực hiện trước.



#### 1.3.5.4. Phương pháp rèn luyện

Phương pháp rèn luyện tập trung vào việc hình thành cho người được giáo dục cách thể hiện ý thức, tình cảm của mình về các chuẩn mực xã hội trong các tình huống đa dạng của cuộc sống (Trần Thị Tuyết Oanh và cộng sự, 2016b). Phương pháp này thường được sử dụng trong các tình huống mà điều kiện của nó luôn được biến đổi, đòi hỏi người được giáo dục phải thực sự cố gắng mới có thể thực hiện được. Thói quen khi được rèn luyện với nhiều mức độ thuận lợi và khó khăn khác nhau sẽ giúp SV hình thành ý chí khắc phục khó khăn, đây được xem là một đặc điểm của rèn luyện.

Trên thực tế, không có phương pháp hay hình thức cũng như nội dung phù hợp nhất mà nó cần được chọn lọc, tiến hành kết hợp với sự phối hợp đồng bộ giữa nhu cầu, nguyện vọng, khả năng và đặc điểm tâm, sinh lý của SV với GV, Đoàn thanh niên – Hội sinh viên, các cấp lãnh đạo nhà trường và với các điều kiện, yếu tố tác động khác để đảm bảo chất lượng cho hoạt động GD SKTT cho SV.

#### ***1.3.6. Các yếu tố ảnh hưởng đến hoạt động giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên***

Theo báo cáo của UNICEF & Bộ Lao động, Thương binh và xã hội (2018), nghiên cứu của Bùi Thị Thanh Diệu và Trần Thành Nam (2019), Yi Li và cộng sự (2023), Ebert và cộng sự (2019), Miller và cộng sự (2023), có nhiều thách thức trong công tác giáo dục SKTT cho SV tại các cơ sở giáo dục đại học, cao đẳng và được đề tài tổng hợp thành hai nhóm chính: yếu tố khách quan và yếu tố chủ quan.

##### 1.3.6.1. Yếu tố khách quan

###### *a. Các quy định, chính sách của nhà nước, nhà trường*

Mỗi ngành nghề, lĩnh vực đều được nhà nước quản lý, điều hành thông qua các văn bản quy quy phạm pháp luật có liên quan. Mỗi tổ chức lại có những quy định, quy chế riêng, cụ thể về yêu cầu đối với các đối tượng tham gia vào quá trình vận

hành tại tổ chức đó. Trong giáo dục, đặc biệt trong lĩnh vực chăm sóc SKTT cho SV cũng vậy.

Việc ban hành kịp thời, nhanh chóng và thiết thực các cơ chế, chính sách về chương trình đào tạo, học phí, học bổng, quản lý sinh viên, hoạt động ngoại khóa, ... đặc biệt là các chính sách hỗ trợ đời sống tinh thần của SV sẽ là cơ sở chính thống để các đơn vị giáo dục, GV, CBVC, SV và phụ huynh theo dõi, thực hiện đúng cũng như có những phản hồi kịp thời nhằm có những điều chỉnh phù hợp hơn, góp phần xây dựng một hệ thống giáo dục phát triển mạnh mẽ, chất lượng hơn. Từ đó, xây dựng được niềm tin từ phía người học, người làm việc, người thực hiện công tác giáo dục và cả của xã hội; góp phần phát triển mô hình “trường học hạnh phúc”.

#### *b. Hình thức, phương pháp giáo dục*

Hiện nay, việc GD SKTT cho SV là vô cùng cần thiết, song nó lại chưa được cụ thể hóa thành một môn học chính thức mà chỉ được truyền tải, tích hợp vào các tiết học tâm lý, chính trị, lý luận dạy học, ... hay các hoạt động ngoài giờ lên lớp, các hoạt động rèn luyện của Đoàn thanh niên – Hội sinh viên. Tuy nhiên, sự lồng ghép đó vẫn chưa thực sự đa dạng, sâu sát, còn mờ nhạt. Ngoài ra, với số lượng SV đông, đa dạng về vùng miền, văn hóa cũng gây nên khó khăn, hạn chế trong việc tổ chức GD SKTT của nhà giáo dục.

Nhiệm vụ của nhà giáo dục là lựa chọn những phương pháp, hình thức tổ chức đa dạng, phù hợp với nội dung, số lượng, đặc điểm của SV để giúp SV phát huy tính chủ động trong các hoạt động.

#### *c. Cơ sở vật chất, thiết bị dạy học*

Ngoài các yếu tố như chương trình đào tạo; đội ngũ cán bộ quản lý, giáo viên giảng dạy; nhận thức của sinh viên thì cơ sở vật chất cũng là một trong những yếu tố ảnh hưởng không nhỏ tới chất lượng GD nói chung và công tác GD SKTT cho SV nói riêng.

Cơ sở vật chất ở đây được hiểu là tất cả các phương tiện được phục vụ giảng dạy, học tập và các hoạt động khác tại trường nhằm giúp nhà giáo dục nâng cao chất lượng công việc và người học nâng cao chất lượng quá trình học tập.

Trong hoạt động GD SKTT, việc trang bị được các cơ sở hạ tầng như phòng y tế, phòng tham vấn tâm lý, phòng hỗ trợ sinh viên, ... các thiết bị truyền thông như bảng rô, áp phích, video tuyên truyền, ... các khu tự học, khu nghỉ ngơi, các dịch vụ giải trí như sân chơi thể thao, căn tin, ... cũng chính là những yếu tố có thể tác động đến quá trình giáo dục nói chung và GD SKTT nói riêng. Khi SV cảm thấy được thoải mái, hạnh phúc và được đáp ứng các nhu cầu cơ bản khi học tập và sinh hoạt dưới mái trường, đó chính là một phần thành công trong việc đem đến một đời sống tinh thần tích cực, là một yếu tố trong quá trình GD SKTT cho SV.

#### *d. Sự thiếu hụt về số lượng và chất lượng của đội ngũ chuyên môn*

Cùng với sự phát triển vượt bậc về mọi mặt trong thời đại 4.0 như hiện nay, đặc biệt là sự chuyển mình rất nhanh của nền giáo dục, SV hoàn toàn có khả năng tự học, tự nghiên cứu và lĩnh hội tri thức thông qua vô số các tài liệu, giáo trình, nguồn thông tin trên hệ thống mạng internet. Song, các nhà giáo dục vẫn là người có vai trò không thể thay thế bởi họ mới chính là người giúp người học xác minh được tính đúng đắn của nguồn kiến thức, góp phần quyết định năng lực của những thế hệ tương lai.

Trong đó, đội ngũ đảm nhận vai trò tư vấn, chăm sóc sức khỏe tâm lý học đường chính là lực lượng trực tiếp thực hiện hoạt động tham vấn, hỗ trợ, phòng ngừa những khó khăn trong đời sống tâm lý của SV, giảm thiểu tối đa những ảnh hưởng đến chất lượng cuộc sống và học tập của các em. Tuy vậy, có thể thấy việc chăm sóc SKTT cho SV hiện nay còn nhiều hạn chế về số lượng GV có trình độ để cung cấp các dịch vụ và GD SKTT (Huỳnh Văn Sơn và cộng sự, 2019; Yi Li và cộng sự, 2023). Một yêu cầu được đặt ra là không chỉ những người làm công tác tư vấn mà ngay cả những GV chuyên môn cũng phải luôn được trang bị và tự trang bị cho mình đầy đủ những kiến thức và kỹ năng cơ bản về SKTT và chăm sóc SKTT không chỉ cho SV mà còn cho chính mình, đồng nghiệp. Không chỉ đóng vai trò của những người truyền thụ

kiến thức, GV còn phải là những “kỹ sư tâm hồn” thực sự; đồng hành với SV như những người bạn, người kết nối, chia sẻ, hỗ trợ những vấn đề, nhu cầu chính đáng của SV trong quá trình học tập và rèn luyện.

#### 1.3.6.2. Yếu tố chủ quan

##### *a. Nhận thức, thái độ của sinh viên*

Về mặt tâm lý, một trong những đặc điểm quan trọng nhất ở lứa tuổi SV là sự phát triển tự ý thức. Qua đó, SV có khả năng đánh giá bản thân để chủ động điều chỉnh sự phát triển theo hướng phù hợp với xu thế xã hội; điều chỉnh hành vi và hoàn thiện nhân cách của mình. Nếu nhận thức được đúng đắn tầm quan trọng của SKTT và hoạt động GD SKTT, mỗi SV sẽ có ý thức hơn trong gìn giữ, chăm sóc SKTT của bản thân và cộng đồng ngay từ khi còn ngồi trên ghế nhà trường để trang bị hành trang về tinh thần tốt nhất cho tương lai của mình.

Tuy vậy, nhận thức của SV không tránh khỏi những hạn chế chung của lứa tuổi thanh niên, đó là sự thiếu chín chắn trong suy nghĩ, hành động, đặc biệt trong tiếp thu, học hỏi những cái mới. Việc tiếp nhận một cách bừa bừa những nét văn hoá không phù hợp với chuẩn mực xã hội, với truyền thống tốt đẹp của dân tộc và không có lợi cho bản thân đang dần trở thành một hiện tượng và mang tính truyền nhiễm. Điều này gây ảnh hưởng không nhỏ đến cảm xúc, tâm lý, tinh thần của SV, khiến các em hoang mang trước những đúng, sai của thông tin; các em có xu hướng nghe theo các “hiện tượng mạng” hơn là cha mẹ, thầy cô, ... vì sức hút của mạng xã hội và công nghệ thông tin thời nay là quá lớn; còn sự giáo dục, dạy dỗ của gia đình, nhà trường khiến các SV cảm thấy đó là một điều khuôn khổ, ràng buộc, cứng nhắc. Bên cạnh đó, xu hướng không muốn tìm kiếm sự giúp đỡ cũng như từ chối các sự hỗ trợ từ xung quanh trong SV do thiếu kiến thức về SKTT cũng như sự tự ti, lưỡng lự, mặc cảm, sợ bị kì thị, không dám thừa nhận mình có vấn đề về SKTT cũng tác động một phần rất lớn vào quá trình GD SKTT cho SV của các nhà giáo dục.

Do đó, gánh nặng trong GD SKTT cho SV sẽ giảm bớt khi chính các em có nhận thức và thái độ phù hợp, biết chọn lọc, biết tiếp thu và phát huy những điều đúng đắn, chuẩn mực và lành mạnh.

#### *b. Đặc điểm tâm, sinh lý của sinh viên*

Ở lứa tuổi SV, sự phát triển về mặt thể chất gần như đạt đến mức hoàn thiện tương tự một người lớn trưởng thành. Với sự phát triển mạnh của hệ thần kinh, SV có khả năng tích lũy được khối lượng tri thức rất lớn trong khoảng thời gian học đại học (Nguyễn Thị Bình, 2015). Sự sung mãn về mọi mặt là động cơ giúp SV có đủ năng lực để hoàn thành các nhiệm vụ, mục tiêu của mình một cách nhanh chóng, hiệu quả nhất.

Về mặt tâm lý, một đặc điểm nổi bật ở lứa tuổi này là sự ổn định về mặt tình cảm, trong đó có tình cảm nghề nghiệp, là động lực giúp các em học tập, làm việc một cách chăm chỉ, sáng tạo, hết mình với công việc. Bên cạnh đó, tình cảm bạn bè, lứa đôi cũng tác động một phần không nhỏ đến đời sống tinh thần của SV. Những mối quan hệ lành mạnh sẽ góp phần tạo động lực, giúp SV phát huy tối đa những mặt mạnh của bản thân để hoàn thành tốt mọi công việc, thể hiện sự tự tin và dấu ấn riêng của mình trước mọi người. Ngược lại, những mối quan hệ không thuận lợi sẽ rất nhanh chóng lôi các em đến những suy nghĩ, cảm xúc, hành vi tiêu cực vì sự tổn thương về tinh thần sẽ khiến các em dễ dàng buông xuôi bản thân và mọi thứ xung quanh.

Nắm bắt được chính xác đặc điểm tâm, sinh lý của SV giúp người làm công tác tư vấn đề xuất, xây dựng được những nội dung, phương pháp và hình thức GD SKTT phù hợp hơn.

#### *c. Gia đình*

Đại học là khoảng thời gian mà nhiều SV sẽ phải sống xa gia đình, xa quê hương để tự lập ở những vùng đất mới. Cùng với những điều mới mẻ khác, SV ban đầu sẽ có những ngỡ ngàng, lúng túng, rụt rè, lo lắng và nhớ nhà. Tuy vậy, dù SV ở cùng hay không cùng gia đình, thì gia đình vẫn là chỗ dựa, là động lực, là môi trường giáo dục đầu

tiên và cũng là hành trang theo chân mỗi người đến suốt cuộc đời. Bên cạnh việc giáo dục từ nhà trường, thì mỗi cử chỉ, hành vi, cách ứng xử, suy nghĩ, văn hoá, ... của mỗi SV còn phụ thuộc rất lớn vào sự giáo dục của gia đình. SV được nuôi dưỡng và giáo dục trong một gia đình có văn hoá, có tình yêu thương giữa các thành viên, có sự tiến bộ, tích cực, lành mạnh trong nếp sống sẽ luôn được vun vén, bồi đắp một tinh thần lạc quan, vui vẻ, tích cực. Và ngược lại, những gia đình không đủ thời gian và khả năng dành cho con em họ những điều tốt đẹp sẽ là tác nhân không nhỏ trong định hình nhân cách và tư tưởng của SV.

Hoạt động GD SKTT cho SV luôn cần có sự gắn kết giữa nhà trường và gia đình để kịp thời nắm bắt tình hình, nhu cầu, nguyện vọng, những khó khăn cũng như những ưu điểm và hạn chế của các em để phối hợp hỗ trợ SV hoàn thiện bản thân. Vì nhà trường chỉ đồng hành cùng SV trong một giai đoạn của cuộc đời, nhưng gia đình là mãi mãi. Vì thế, mỗi sự quan tâm, thấu hiểu, chia sẻ, đồng hành vừa đủ, kịp thời và phù hợp của gia đình sẽ góp phần không nhỏ vào việc nâng cao chất lượng đời sống tinh thần của SV, đặc biệt là khi SV gặp phải những khó khăn, thử thách trong học tập, làm việc, trong các mối quan hệ, trong quá trình định hình tương lai.

Công tác giáo dục SKTT cho SV hiện nay đang là một trong những yêu cầu hàng đầu trong quá trình đào tạo, bồi dưỡng nguồn nhân lực tương lai. Để có thể vận dụng và tổ chức tốt, phù hợp các nội dung, phương pháp cũng như hình thức giáo dục SKTT cho sinh viên, các nhà quản lý, nhà giáo dục cần đặc biệt chú tâm tới các yếu tố ảnh hưởng đến công tác giáo dục SKTT cho sinh viên nhằm hạn chế tối đa những ảnh hưởng tiêu cực đối với hoạt động này.

## KẾT LUẬN CHƯƠNG 1

Trong chương 1, đề án đã trình bày các vấn đề nghiên cứu trong nước và thế giới về SKTT của SV cũng như hoạt động GD SKTT cho SV. Trong đó, nghiên cứu tập trung tìm hiểu về nội dung, hình thức, phương pháp GD SKTT cho SV và các yếu tố có thể ảnh hưởng đến công tác GD SKTT cho SV.

Đề án cũng tổng hợp và đưa ra các khái niệm cơ bản như: SKTT, SKTT của SV, GD SKTT cho SV và các biểu hiện đi kèm với các dạng rối loạn phổ biến về tinh thần ở SV như: lo âu, căng thẳng, trầm cảm và tự tử.

Ngoài ra, đề án đi sâu phân tích về các vấn đề liên quan đến công tác GD SKTT cho SV như lợi ích, mục tiêu, nội dung, hình thức, phương pháp GD SKTT cho SV cũng như các yếu tố ảnh hưởng đến hoạt động giáo dục này. Các nội dung này sẽ hỗ trợ cho quá trình xây dựng công cụ khảo sát và nghiên cứu, phân tích thực trạng công tác GD SKTT cho SV Trường ĐHSPKT TPHCM ở chương 2 và chương 3 của đề án.

**CHƯƠNG 2**

**THIẾT KẾ VÀ TỔ CHỨC NGHIÊN CỨU THỰC TRẠNG**

**GIÁO DỤC SỨC KHỎE TÂM THẦN CHO SINH VIÊN**

**TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM KỸ THUẬT THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH**

**2.1. Vài nét về địa bàn nghiên cứu**

Hình 2.1. Khuôn viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh



Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật TPCHM với hơn 60 năm hình thành và phát triển, với các thế hệ giảng viên và cán bộ viên chức không ngừng nỗ lực phấn vì mục tiêu và lý tưởng cao đẹp với sự nghiệp giáo dục; đào tạo và bồi dưỡng từng nguồn nhân lực chất lượng cao, giỏi chuyên môn, vững nghiệp vụ, có đạo đức, có tâm với nghề; góp phần xứng đáng vào sự phát triển kinh tế xã hội của đất nước.

Được xây dựng từ năm 1962, nhà trường được thành lập trên cơ sở Ban cao đẳng sư phạm kỹ thuật. Năm 1969, Trường được xây dựng trong khuôn viên Viện



Đại học Thủ Đức. Năm 1976, Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thủ Đức được Thủ tướng Chính phủ ký quyết định thành lập trên cơ sở Trường Đại học Giáo dục Thủ Đức. Năm 1984, Trường có tên gọi chính thức là Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật TPHCM. Từ năm 2007 đến nay, nhà trường bước vào giai đoạn phát triển mạnh mẽ và toàn diện.

Tọa lạc tại vị trí trung tâm và cũng là đầu mối giao thông lớn của Thành phố Thủ Đức (trước là quận Thủ Đức), Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật TPHCM là sự lựa chọn hoàn hảo và thuận tiện cả về vị trí và chất lượng của hàng ngàn sinh viên hằng năm. Không chỉ đào tạo về các ngành kỹ thuật, nhà trường còn phát triển các ngành sư phạm, dịch vụ phù hợp với yêu cầu và xu thế chung của mỗi giai đoạn phát triển của đất nước cũng như thế giới.

Hình 2.2. Hoạt động học tập của sinh viên Khoa Thời trang và Du lịch Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh



Với 14 khoa/viện, và 45 ngành nghề, đa dạng từ khối ngành kỹ thuật như chế tạo máy, ô tô, điện – điện tử, công nghệ thông tin, công nghệ in, xây dựng, công nghệ

hóa học và thực phẩm, ...; đến các ngành sư phạm như tiếng anh, sư phạm công nghệ, quản lý giáo dục, khoa học ứng dụng ...; hay các ngành khác như thời trang & du lịch, kinh tế, luật, ... Cùng với 28 phòng/ban/trung tâm chức năng, thực hiện các công việc khác ngoài giảng dạy như tổ chức nhân sự, hành chính, kế hoạch tài chính, đào tạo, tuyển sinh & công tác sinh viên, quan hệ quốc tế, quan hệ doanh nghiệp, ... góp phần rất lớn vào sự phát triển và ổn định của nhà trường.

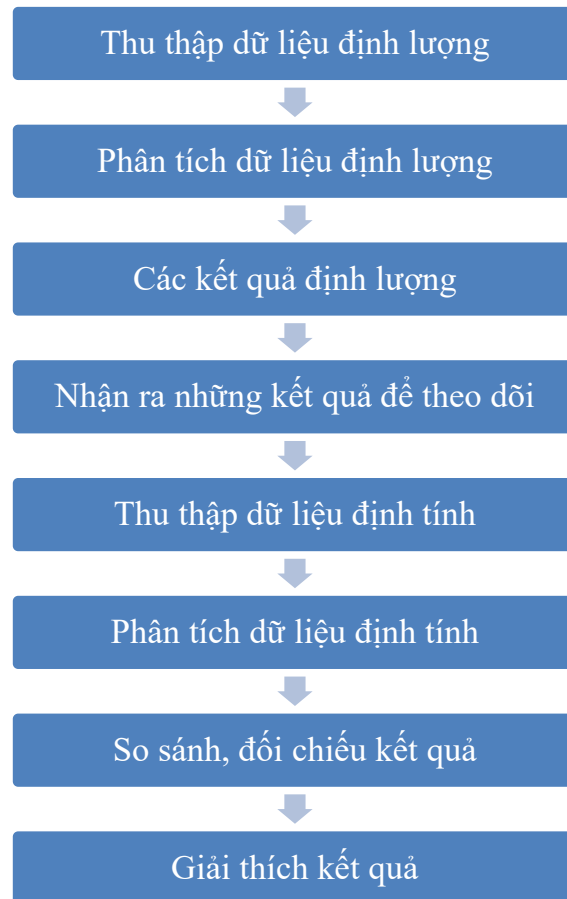
Hình 2.3. Hoạt động tư vấn tuyển sinh của giảng viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh



Với đội ngũ giảng viên có trình độ chuyên môn cao, cơ sở vật chất và không gian học tập hiện đại, chất lượng đào tạo đạt chuẩn quốc gia và khu vực, với tầm nhìn hướng tới Trường Đại học tự chủ toàn phần, là trung tâm đào tạo, nghiên cứu khoa học, đổi mới sáng tạo và khởi nghiệp hàng đầu Việt Nam, nhà trường luôn dành sự đầu tư xứng đáng, tạo mọi điều kiện tốt nhất cho người học để phát huy tối đa năng lực, khát vọng và niềm đam mê trong học tập, nghiên cứu của mỗi cá nhân.

## 2.2. Thiết kế nghiên cứu

Sơ đồ 2.1. Quá trình nghiên cứu của thiết kế giải thích



Đề án sử dụng phương pháp nghiên cứu hỗn hợp nhằm thu thập, xử lý, phân tích và giải thích các dữ liệu định tính và định lượng trong một nghiên cứu dựa trên mục tiêu, nhiệm vụ và câu hỏi nghiên cứu. Trong nghiên cứu này, tác giả sử dụng các phương pháp nghiên cứu của loại thiết kế giải thích, chính là việc sử dụng các kết quả định tính để xây dựng dựa trên các kết quả định lượng.

Đề án sử dụng một bảng khảo sát để thu thập dữ liệu định lượng từ GV và SV Trường ĐHSPKT TPHCM. Các kết quả phân tích định lượng cũng như kết quả phỏng vấn cá nhân từ quá trình khảo sát cũng như quan sát hoạt động GD SKTT cho SV là cơ sở để lý giải sâu hơn các nội dung từ kết quả định lượng nhằm trả lời cho câu hỏi nghiên cứu một cách đầy đủ, trọn vẹn.

### **2.3. Mục tiêu nghiên cứu**

Xác định, phân tích thực trạng GD SKTT cho SV Trường ĐHSPKT TPHCM thông qua việc trả lời 02 câu hỏi nghiên cứu: (1) Công tác GD SKTT cho SV đang được thực hiện như thế nào tại Trường ĐHSPKT TPHCM? (2) Có những yếu tố nào ảnh hưởng đến công tác GD SKTT cho SV Trường ĐHSPKT TPHCM?

### **2.4. Mẫu nghiên cứu**

Đề án tiến hành khảo sát và phỏng vấn các GV và SV từ khóa 2019 – 2020 đến khóa 2023 – 2024 tại Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh. Tính đến thời điểm tháng 4 năm 2024, Trường có 30.134 SV hệ đại học chính quy từ khóa 2020 – 2021 đến khóa 2023 – 2024 và 677 GV cơ hữu đang giảng dạy tại 14 khoa/viện.

Dựa trên công thức tính kích thước mẫu khi biết tổng thể của Yamane Taro (1967), đề tài xác định cỡ mẫu tối thiểu cần có đối với SV, sai số  $e = \pm 0.05$  là 387 và cỡ mẫu tối thiểu cần có đối với GV, sai số  $e = \pm 0.1$  là 87. Đối với SV: đề tài phát ra 400 phiếu và thu về 387 phiếu hợp lệ, chiếm 95%. Đối với GV: đề án phát ra 100 phiếu và thu về 84 phiếu hợp lệ, chiếm 84%.

Như vậy, số lượng phiếu khảo sát hợp lệ sau khi thu về trong nghiên cứu này hoàn toàn phù hợp và đảm bảo cỡ mẫu cho việc phân tích kết quả nghiên cứu. Ngoài ra, đề tài cũng tiến hành phỏng vấn trực tiếp 04 GV và 08 SV trong danh sách nói trên để làm sáng tỏ hơn các dữ liệu từ bảng khảo sát trong thời gian đầu tháng 5 năm 2024.

#### **2.4.1. Mẫu Giảng viên**

Đề án thu thập được 84/100 phiếu khảo sát từ các GV đang giảng dạy tại Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh.

Kết quả bảng 2.1 cho thấy trong 84 giảng viên, có 53 giảng viên nam chiếm 60.9% và 34 giảng viên nữ chiếm 39.1%. Trong đó, có 01 giảng viên có độ tuổi dưới 25 chiếm 1.1%, 42 giảng viên có độ tuổi từ 25 đến dưới 40 và 41 giảng viên có độ

tuổi từ 40 đến dưới 55 chiếm tỉ lệ lần lượt là 48.3% và 47.1%, còn lại là 3 giảng viên có độ tuổi từ 55 trở lên chiếm tỉ lệ 3.4%. Về thâm niên công tác tại trường, dưới 5 năm có 22 giảng viên (25.3%), từ 6 đến 10 năm có 11 giảng viên (11%), từ 11 đến 15 năm và từ 16 năm trở lên có các giá trị lần lượt là 36 (41.4%) và 18 (20.7%).

Đối với chức vụ công tác, giảng viên giữ chức vụ trưởng, phó khoa tham gia khảo sát là 5 người (5.7%), chức vụ Trưởng, phó bộ môn có 16 người (18.4%), số giảng viên không giữ chức vụ là 66 người (75.9%); trong đó, số giảng viên có học vị Tiến sĩ là 32 (36.8%) và còn lại có học vị Thạc sĩ.

Bảng 2.1. Kết quả về thông tin cá nhân của giảng viên cơ hữu tham gia khảo sát

STT	Yếu tố		Số lượng	Tỷ lệ (%)
1	Giới tính	Nam	53	60.9
		Nữ	34	39.1
2	Độ tuổi	Dưới 25 tuổi	1	1.1
		Từ 25 đến dưới 40 tuổi	42	48.3
		Từ 40 đến dưới 55 tuổi	41	47.1
		Từ 55 tuổi trở lên	3	3.4
3	Thâm niên công tác	Dưới 5 năm	22	25.3
		Từ 6 đến 10 năm	11	12.6
		Từ 11 đến 15 năm	36	41.4
		Từ 16 năm trở lên	18	20.7
4	Chức vụ	Giảng viên	66	75.9
		Trưởng, phó bộ môn	16	18.4
		Trưởng, phó khoa	5	5.7
5	Trình độ học vấn	Thạc sĩ	55	63.2
		Tiến sĩ	32	36.8

### 2.4.2. Mẫu Sinh viên

Tác giả đã thu thập được 387/400 phiếu khảo sát từ các sinh viên đại học chính quy từ năm thứ nhất đến năm thứ tư tại Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh. Kết quả bảng 2.2 cho thấy trong 387 sinh viên có 211 sinh viên có giới tính nam (54.5%) và 176 sinh viên có giới tính nữ (45.5%). Trong đó, có 39 sinh viên khóa 2020 – 2021 chiếm 10.1%, 87 sinh viên khóa 2021 – 2022 và 60 sinh viên khóa 2022 – 2023 chiếm tỉ lệ lần lượt là 22.5% và 15.5%, còn lại là 201 sinh viên khóa 2023 – 2024 chiếm 51.9%.

Bảng 2.2. Kết quả về thông tin cá nhân của sinh viên tham gia khảo sát

STT	Yếu tố		Tần số	Tỷ lệ (%)
1	Giới tính	Nam	211	54.5%
		Nữ	176	45.5%
2	Khóa	2020 - 2021	39	10.1%
		2021 - 2022	87	22.5%
		2022 - 2023	60	15.5%
		2023 - 2024	201	51.9%
3	Việc làm thêm	Có	116	30.0%
		Không	271	70.0%
4	Nơi ở	Sống cùng ba mẹ	131	33.9%
		Không sống cùng ba mẹ	256	66.1%
5	Tình trạng hôn nhân của ba mẹ	Sống cùng nhau	350	90.4%
		Không sống cùng nhau	37	9.6%

Qua khảo sát, đề án ghi nhận có 116/387 sinh viên hiện vừa đi học, vừa có việc làm thêm ngoài giờ học, chiếm 30.0%. Bên cạnh đó, 256/387 sinh viên từ các tỉnh thành khác về Thành phố Hồ Chí Minh học tập nên không sống cùng ba mẹ, chiếm tỉ lệ là 66.1%. Ngoài ra, kết quả khảo sát cho thấy có 37 trường hợp ba mẹ đã ly hôn và hiện tại chỉ sống cùng với ba hoặc mẹ, chiếm 9.6%.

## **2.5. Phương pháp nghiên cứu**

Đề án sử dụng các phương pháp nghiên cứu dưới đây cho quá trình thu thập và xử lý các dữ liệu định tính và định lượng, cụ thể:

### ***2.5.1. Phương pháp nghiên cứu tài liệu***

Sử dụng phương pháp nghiên cứu lý luận nhằm hệ thống hóa cơ sở lý luận cho đề án nghiên cứu, từ đó xây dựng các khái niệm, bộ công cụ nghiên cứu cho đề án và thực hiện đánh giá về các vấn đề được nghiên cứu.

Đề tài tiến hành thu thập, phân tích, tổng hợp, hệ thống hóa và khái quát hóa các nguồn tài liệu tìm kiếm được như lợi ích, mục tiêu, nội dung, hình thức, phương pháp GD SKTT cho SV và các yếu tố ảnh hưởng đến các hoạt động này từ các tài liệu, bài báo, công trình nghiên cứu khoa học, ... của các tác giả trong và ngoài nước; điều chỉnh, bổ sung thêm nội dung cần thiết trong quá trình nghiên cứu một cách phù hợp.

### ***2.5.2. Phương pháp khảo sát bằng bảng hỏi***

Đây là phương pháp nghiên cứu chính được sử dụng trong đề tài này nhằm thu thập dữ liệu định lượng về mức độ đồng ý của GV và SV về thực trạng công tác hoạt động GD SKTT cho SV cũng như các thông tin cá nhân của người tham gia khảo sát.

Bảng hỏi khảo sát được tác giả tự soạn theo một trình tự logic dựa trên các kết quả nghiên cứu lý luận. Tác giả gửi các phiếu khảo sát dành cho GV tới các GV đồng ý tham gia vào nghiên cứu, sau đó, các giảng viên này sẽ hỗ trợ gửi phiếu khảo sát dành cho SV tới các SV của mình để thực hiện khảo sát.

### ***2.5.3. Phương pháp phỏng vấn***

Sử dụng phương pháp phỏng vấn nhằm thu thập các dữ liệu định tính từ các đối tượng tham gia trả lời bảng hỏi khảo sát để nghiên cứu sâu hơn và khẳng định các nội dung chưa cụ thể, rõ ràng trong quá trình khảo sát.

Tác giả tiến hành phỏng vấn trực tiếp 04 GV và 08 SV trong số các khách thể đã tham gia khảo sát bằng bảng hỏi để trả lời các câu hỏi phỏng vấn xoay quanh thực trạng hoạt động GD SKTT cho SV và các yếu tố ảnh hưởng đến hoạt động GD SKTT cho SV.

#### ***2.5.4. Phương pháp quan sát***

Sử dụng phương pháp quan sát nhằm thu thập các dữ liệu định lượng về hình thức, phương pháp giáo dục và biểu hiện của các yếu tố ảnh hưởng đến công tác GD SKTT cho SV thông qua các buổi sinh hoạt đầu khóa với sinh viên, các tiết học có lồng ghép nội dung GD SKTT cho SV và các hoạt động ngoài giờ lên lớp khác.

#### ***2.5.5. Phương pháp xử lý dữ liệu***

Sử dụng phương pháp xử lý dữ liệu để xử lý các số liệu thu thập được từ kết quả nghiên cứu định tính và định lượng, từ đó lựa chọn số liệu và dự liệu để phân tích, so sánh, đối chiếu làm rõ thực trạng của vấn đề nghiên cứu.

Tác giả làm sạch số liệu từ kết quả của quá trình khảo sát bằng bảng hỏi trên các khách thể khảo sát và đưa vào sàng lọc, phân tích bằng phần mềm SPSS để tính: tỉ lệ phần trăm, điểm trung bình cộng (mean), độ lệch chuẩn (standardized deviation), độ tin cậy (cronbach's alpha).

### **2.6. Công cụ nghiên cứu**

#### ***2.6.1. Bảng hỏi khảo sát***

Từ các nguồn tài liệu thu thập được trong quá trình nghiên cứu lý luận, bảng hỏi khảo sát được xây dựng một cách logic nhằm phục vụ việc chứng minh giả thuyết nghiên cứu của đề tài. Sau khi xây dựng bản thảo ban đầu của bảng hỏi khảo sát, đề tài tiến hành xin ý kiến giảng viên hướng dẫn để góp ý, chỉnh sửa, hoàn thiện bảng hỏi phù hợp, khoa học hơn. Trong nghiên cứu này, tác giả sử dụng bảng hỏi khảo sát để thu thập các dữ liệu từ 87 GV cơ hữu và 387 SV tại Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh từ tháng 01 đến tháng 4 năm 2024. Tiếp theo, tác giả xử lý các dữ liệu từ bảng hỏi khảo sát bằng phần mềm SPSS để chứng minh giả thuyết



nghiên cứu và tiến hành phỏng vấn một số GV và SV đã tham gia trả lời bảng hỏi khảo sát để tìm hiểu sâu sắc hơn dữ liệu từ bảng khảo sát trong khoảng thời gian tháng 6 năm 2024.

Bảng hỏi khảo sát dành cho GV và SV đều gồm 02 phần: Phần 01 là các câu hỏi nhằm khai thác một số thông tin cá nhân của khách thể khảo sát, bao gồm: Giới tính, Độ tuổi, Thâm niên công tác, Vị trí công tác, Học hàm – Học vị (ở GV) hay Giới tính, Niên khóa, Việc làm thêm, Nơi ở, Tình trạng hôn nhân của bố mẹ (ở SV). Phần 02 gồm 06 câu hỏi nhằm đánh giá về lợi ích, mục tiêu, nội dung, hình thức, phương pháp và các yếu tố ảnh hưởng đến hoạt động GD SKTT cho SV trường ĐHSPKT TPHCM và 01 câu hỏi mở nhằm tham khảo ý kiến của GV trong cải thiện công tác GD SKTT tại nhà trường.

### **2.6.2. Bảng hỏi phỏng vấn**

Sau khi xử lý các dữ liệu từ bảng hỏi khảo sát bằng phần mềm SPSS để chứng minh giả thuyết nghiên cứu, tác giả tiến hành phỏng vấn 04 GV và 08 SV đã tham gia trả lời bảng hỏi khảo sát để đào sâu và làm sáng tỏ các dữ liệu từ bảng khảo sát trong tháng 6 năm 2024. Các câu hỏi phỏng vấn được xây dựng dựa theo các câu hỏi trong bảng khảo sát, từ đó chuyển thành câu hỏi mở nhằm khai thác thêm quan điểm, trải nghiệm của GV và SV về vấn đề nghiên cứu.

## **2.7. Quy ước thang đo**

Đề án sử dụng thang đo Likert 5 mức độ từ 1 = “Hoàn toàn không đồng ý” đến 5 = “Hoàn toàn đồng ý” để đánh giá về lợi ích, mục tiêu, nội dung GD SKTT cho SV và các yếu tố ảnh hưởng đến hoạt động giáo dục này tại Trường ĐHSPKT TPHCM; sử dụng thang đo Likert 5 mức độ từ 1 = “Hoàn toàn không thường xuyên” đến 5 = “Hoàn toàn thường xuyên” để đánh giá về hình thức GD SKT cho SV; sử dụng thang đo Likert 5 mức độ từ 1 = “Hoàn toàn không hiệu quả” đến 5 = “Hoàn toàn hiệu quả” để đánh giá về phương pháp GD SKTT cho SV. Giá trị các mức thang đo được tính theo công thức sau:

Giá trị các mức độ = (giá trị lớn nhất – giá trị nhỏ nhất)/số lượng các mức độ

$$= (5 - 1)/8 = \text{khoảng } 0.80.$$

Do đó, ý nghĩa các mức độ được phân chia như sau:

1.00 – 1.80: Hoàn toàn không đồng ý/Hoàn toàn không thường xuyên/Hoàn toàn không hiệu quả;

1.81 – 2.60: Không đồng ý/Không thường xuyên/Không hiệu quả;

2.61 – 3.40: Tương đối đồng ý/Thỉnh thoảng/Hiệu quả một phần;

3.41 – 4.20: Đồng ý/Thường xuyên/Hiệu quả;

4.21 – 5.00: Hoàn toàn đồng ý/Hoàn toàn thường xuyên/Hoàn toàn hiệu quả.

## 2.8. Độ tin cậy Cronbach's Alpha

Kết quả bảng 2.3 cho thấy hệ số tin cậy Cronbach's Alpha của lợi ích, mục tiêu, nội dung, hình thức, phương pháp và các yếu tố ảnh hưởng đến công tác GD SKTT cho SV Trường ĐHSPKT TPHCM ở kết quả khảo sát của GV và SV dao động từ 0.69 đến 0.91, các giá trị này đều lớn hơn mức ngưỡng 0.6 (Hair và cộng sự, 2009); hệ số tương quan của các biến đều  $> 0.3$ . Do đó, tất cả biến thuộc 06 nội dung khảo sát trong nghiên cứu này đều được chấp nhận.

Bảng 2.3. Kết quả độ tin cậy thực trạng hoạt động giáo dục sức khỏe tinh thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật TP.HCM

Nội dung	Số lượng biến	Hệ số Cronbach's Alpha	
		Giảng viên	Sinh viên
Lợi ích của hoạt động giáo dục sức khỏe tinh thần cho sinh viên	05	0.85	0.91
Mục tiêu của hoạt động giáo dục sức khỏe tinh thần cho sinh viên	03	0.69	0.82
Nội dung giáo dục sức khỏe tinh thần cho sinh viên	05	0.74	0.84
Hình thức giáo dục sức khỏe tinh thần cho sinh viên	03	0.86	0.83
Phương pháp giáo dục sức khỏe tinh thần cho sinh viên	04	0.77	0.85

Các yếu tố ảnh hưởng đến hoạt động giáo dục sức khỏe tinh thần cho sinh viên	07	0.85	0.89
--	----	------	------

## 2.9. Quá trình thu thập và xử lý dữ liệu

Đối với bảng hỏi khảo sát: Đầu tiên, tác giả xây dựng bảng hỏi từ việc tham khảo các nghiên cứu trong nước và quốc tế. Sau đó, tác giả gửi bộ công cụ đã hoàn thiện cho giảng viên hướng dẫn để góp ý, điều chỉnh. Bảng hỏi sau đó được gửi cho 1 nhóm khách thể nhỏ trả lời thử để một lần nữa có các điều chỉnh, sửa đổi cần thiết trước khi gửi đi chính thức. Tiếp theo, đề tài tiến hành lựa chọn khách thể nghiên cứu. Sau khi có số lượng khách thể cần đủ để khảo sát, tác giả gửi đi các phiếu khảo sát đến trực tiếp các giảng viên và sinh viên đồng ý tham gia.

Đối với phỏng vấn: Trong khoảng thời gian tháng 5 năm 2024, tác giả đã phỏng vấn 04 GV và 08 SV thông qua việc hỏi – đáp trực tiếp và được ghi chép lại bằng giấy. Mỗi cuộc phỏng vấn kéo dài 10 đến 15 phút về những thông tin cần được khai thác sâu hơn để làm sáng tỏ hơn các kết quả trong bảng hỏi khảo sát.

Sau khi thu thập đủ các phiếu khảo sát được phát ra, tác giả tiến hành chọn lọc và loại bỏ các phiếu không hợp lệ. Từ đó, tác giả nhập số liệu bằng excel rồi đưa vào xử lý số liệu bằng phần mềm SPSS theo trình tự: làm sạch dữ liệu, mã hóa biến và giá trị, phân tích thống kê. Từ các số liệu thống kê thu được, tác giả tiến hành viết và hoàn thiện đề án.

## KẾT LUẬN CHƯƠNG 2

Trong chương 2, đề án đã trình bày 07 nội dung chính, bao gồm: (1) Vài nét về địa bàn nghiên cứu; (2) Thiết kế nghiên cứu; (3) Mục tiêu nghiên cứu; (4) Nội dung nghiên cứu; (5) Mẫu nghiên cứu; (6) Phương pháp nghiên cứu; (7) Công cụ nghiên cứu; (8) Quy ước thang đo; (9) Độ tin cậy; (10) Quá trình thu thập và xử lý dữ liệu nhằm làm rõ quá trình thiết kế và tổ chức nghiên cứu thực trạng công tác GD SKTT cho SV Trường ĐHSPKT TPHCM.

Nghiên cứu được thực hiện theo một quy trình có tổ chức chặt chẽ, từ khâu nghiên cứu lý luận đến khâu khảo sát thực trạng các vấn đề nghiên cứu. Đề án kết hợp nhiều phương pháp nghiên cứu như phương pháp nghiên cứu lý luận, phương pháp khảo sát bằng bảng hỏi, phương pháp phỏng vấn, phương pháp xử lý dữ liệu; các phương pháp này hỗ trợ, bổ sung cho nhau trong việc nghiên cứu của đề án.

### CHƯƠNG 3

## KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU THỰC TRẠNG GIÁO DỤC SỨC KHỎE TÂM THẦN CHO SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM KỸ THUẬT THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

### 3.1. Lợi ích của hoạt động giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh

#### 3.1.1. Đánh giá của giảng viên về lợi ích của hoạt động giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh

Bảng 3.1 mô tả các kết quả thống kê về tỉ lệ phần trăm, giá trị trung bình (TB) và độ lệch chuẩn (ĐLC) nhận thức của GV về lợi ích của hoạt động GD SKTT cho SV Trường ĐHSPKT TPHCM. Đề án sử dụng thang đo likert 5 mức độ với 1 = “Hoàn toàn không đồng ý” và 5 = “Hoàn toàn đồng ý”, kết quả cho thấy đa số GV đánh giá lợi ích của hoạt động GD SKTT cho SV với TB = 3.83 và ĐLC = 0.94 – nằm trong mức 4 = Đồng ý (3.41 – 4.20).

Bảng 3.1. Kết quả tỉ lệ phần trăm, trung bình và độ lệch chuẩn đánh giá của giảng viên về lợi ích của hoạt động giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật TPHCM

TT	Lợi ích	Mức độ đánh giá (%)					TB	ĐLC
		1	2	3	4	5		
1	Giúp sinh viên trao đổi các kiến thức về sức khỏe tinh thần và các vấn đề liên quan (khái niệm, vai trò, biểu hiện, bệnh lý, các yếu tố ảnh hưởng)	2.3	3.5	31	37.9	25.3	3.80	0.94

2	Giúp sinh viên xác định được tình trạng sức khoẻ tinh thần của bản thân	3.5	11.5	26.4	40.2	18.4	3.59	1.03
3	Giúp sinh viên hình thành, phát triển những kỹ năng sống cần thiết	0	3.4	25.3	39.1	32.2	4.00	0.85
4	Giúp sinh viên biết cách tìm kiếm nguồn thông tin và hỗ trợ về sức khoẻ tinh thần	0	8	17.3	40.2	34.5	4.01	0.92
6	Giúp thầy/cô nắm bắt thực trạng sức khoẻ tinh thần của sinh viên và có các biện pháp hỗ trợ nhanh chóng, phù hợp	2.3	9.2	24.1	34.5	29.9	3.80	1.04
<b>Tổng cộng</b>							3.83	0.94

Đánh giá của GV về những lợi ích có được thông qua hoạt động GD SKTT cho SV có giá trị TB dao động từ 3.59 đến 4.01 và DLC dao động từ 0.85 đến 1.04. Cụ thể: lợi ích “Giúp SV biết cách tìm kiếm nguồn thông tin và hỗ trợ về sức khoẻ tinh thần” được đánh giá cao nhất với TB = 4.01, DLC = 0.92, trong đó, có 34.5% GV đánh giá “hoàn toàn đồng ý”, 40.2% GV đánh giá “đồng ý”, 17.3% GV đánh giá “tương đối đồng ý”. Tiếp theo là lợi ích “Giúp SV hình thành, phát triển những kỹ năng sống cần thiết” với TB = 4.00, DLC = 0.85, trong đó, có 32.2% GV đánh giá “hoàn toàn đồng ý”, 39.1% GV đánh giá “đồng ý”, 25.3% GV đánh giá “tương đối đồng ý”. “Giúp SV trao đổi các kiến thức về SKTT và các vấn đề liên quan” và “Giúp thầy/cô nắm bắt thực trạng SKTT của SV và có các biện pháp hỗ trợ nhanh chóng, phù hợp” đều có TB = 3.80 và DLC lần lượt = 0.94, = 1.04. Thấp nhất là lợi ích “Giúp SV xác định được tình trạng SKTT của bản thân” với TB = 3.59, DLC = 1.03.

Thông qua phỏng vấn sâu, các GV đều chia sẻ rằng những thầy/cô vừa làm công tác giảng dạy, vừa có nhiệm vụ của một cố vấn học tập, vừa đảm nhận vai trò của một nhà tư vấn tâm lý cho SV thực sự gặp khá nhiều khó khăn về mặt thời gian cũng

nếu về việc nắm bắt tình hình và theo sát được khối lượng SV rất lớn, thậm chí có những bạn không được cởi mở hay hợp tác trong giao tiếp, chia sẻ những vấn đề cá nhân; việc can thiệp hay hỗ trợ các em có những vấn đề khá nặng về tâm lý thực sự chưa nằm trong khả năng của các GV không chuyên hiện nay.

GV (3) cho biết thêm: “Bên cạnh các hoạt động giáo dục chính khóa, cung cấp kiến thức, kỹ năng chuyên môn của nghề nghiệp thì các hoạt động giáo dục các mặt phát triển khác cho người học cũng góp phần tạo nên một con người hoàn chỉnh. Do đó, hơn ai hết, GV càng phải là những người đi đầu trong việc nhận thức được vai trò, tầm quan trọng, lợi ích từ các hoạt động giáo dục mà mình sẽ thực hiện, trong đó có hoạt động giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên, để truyền tải một cách phù hợp và chính xác nhất nội dung của nó đến người học, nhằm đạt hiệu quả, chất lượng tốt nhất trong giáo dục.”.

### **3.1.2. Đánh giá của sinh viên về lợi ích của hoạt động giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh**

Bảng 3.2. Kết quả tỉ lệ phần trăm, trung bình và độ lệch chuẩn đánh giá của sinh viên về lợi ích của hoạt động giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật TPHCM

TT	Lợi ích	Mức độ đánh giá (%)					TB	ĐLC
		1	2	3	4	5		
1	Giúp sinh viên trao đổi các kiến thức về sức khỏe tinh thần và các vấn đề liên quan (khái niệm, vai trò, biểu hiện, bệnh lý, các yếu tố ảnh hưởng)	5.7	5.4	30.5	36.2	22.2	3.64	1.06
2	Giúp sinh viên xác định được tình trạng sức khỏe tinh thần của bản thân	1.6	8.5	28.9	37	24	3.73	0.97

3	Giúp sinh viên hình thành, phát triển những kỹ năng sống cần thiết	1.8	5.2	31	38	24	3.77	0.93
4	Giúp sinh viên biết cách tìm kiếm nguồn thông tin và hỗ trợ về sức khỏe tinh thần	2.6	6.2	30.2	38.5	22.5	3.72	0.97
6	Giúp thầy/cô nắm bắt thực trạng sức khỏe tinh thần của sinh viên và có các biện pháp hỗ trợ nhanh chóng, phù hợp	1.6	7.5	26.6	39	25.3	3.79	0.96
<b>Tổng cộng</b>							3.73	0.96

Bảng 3.2 mô tả các kết quả thống kê về tỉ lệ phần trăm, giá trị TB và DLC đánh giá của SV về lợi ích của hoạt động GD SKTT cho SV Trường ĐHSPKT TPHCM. Đề án sử dụng thang đo likert 5 mức độ với 1 = “Hoàn toàn không đồng ý” và 5 = “Hoàn toàn đồng ý”, kết quả cho thấy phần lớn SV đánh giá lợi ích của hoạt động GD SKTT cho SV với TB = 3.73 và DLC = 0.96 – nằm trong mức 4 = Đồng ý (3.41 – 4.20). Theo đánh giá của SV, các lợi ích của hoạt động này có giá trị TB dao động từ 3.64 đến 3.79, DLC dao động từ 0.93 đến 1.06, các kết quả này không có sự chênh lệch lớn, thể hiện sự đồng ý cao trong nhận thức của các em trước những mặt tích cực sẽ gặt hái được nếu được GD SKTT một cách phù hợp.

Lợi ích “Giúp thầy/cô nắm bắt thực trạng SKTT của SV và có các biện pháp hỗ trợ nhanh chóng, phù hợp” được đánh giá cao nhất với TB = 3.79, DLC = 0.96, trong đó, có 25.3% SV đánh giá “hoàn toàn đồng ý”, 39% SV đánh giá “đồng ý”, 26.6% SV đánh giá “tương đối đồng ý”. Tiếp theo là “Giúp SV hình thành, phát triển những kỹ năng sống cần thiết” với TB = 3.77, DLC = 0.93, trong đó, 24% SV đánh giá “hoàn toàn đồng ý”, 38% SV đánh giá “đồng ý”, 31% SV đánh giá “tương đối đồng ý”. “Giúp SV xác định được tình trạng SKTT của bản thân” và “Giúp SV biết cách tìm kiếm các nguồn thông tin và hỗ trợ về SKTT” có giá trị TB lần lượt = 3.73 và = 3.72, DLC bằng nhau và = 0.97. Lợi ích được SV đánh giá thấp nhất là “Giúp SV trao đổi



các kiến thức về SKTT và các vấn đề liên quan” với  $TB = 3.64$ ,  $ĐLC = 1.06$ . Có dưới 10% SV đánh giá “hoàn toàn không đồng ý” và “không đồng ý” với các lợi ích này, tuy kết quả này là không đáng kể song vẫn cần phải lưu ý để mọi SV đều nhận thức được lợi ích của GD SKTT đối với SV.

SV (1) chia sẻ: “Chúng em đều hiểu mỗi hoạt động giáo dục đều mang đến những lợi ích to lớn cho người học từ kiến thức đến kỹ năng. Ban đầu, em nghĩ rằng lợi ích của hoạt động này nhìn chung là giúp chúng em giảm được những vấn đề về tâm lý trong học tập, trong cuộc sống. Tuy vậy, thông qua khảo sát này, em hiểu thêm được những lợi ích sâu hơn nữa của nó và rất đồng ý với điều này.”

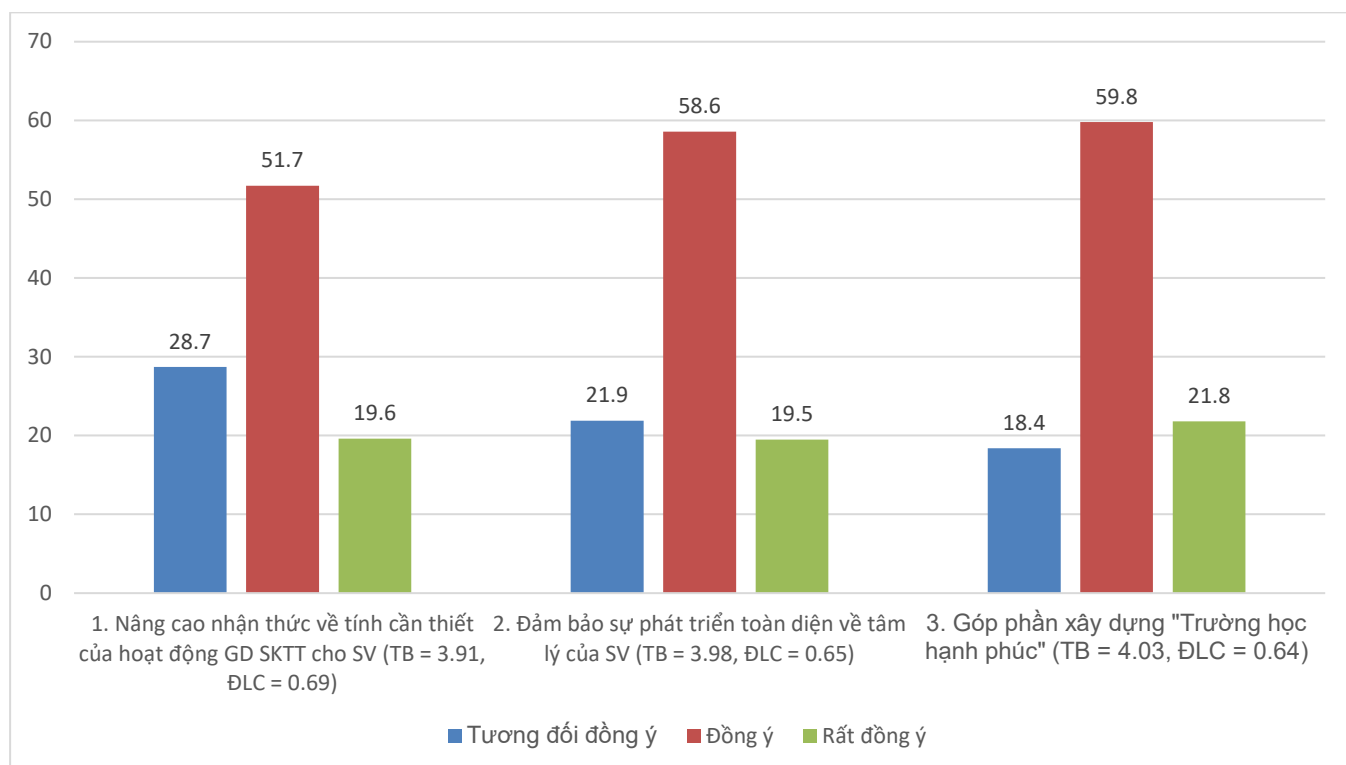
Từ các kết quả khảo sát và phỏng vấn trên có thể thấy hầu hết GV và SV đánh giá các lợi ích của hoạt động GD SKTT cho SV Trường ĐHSPKT TPHCM ở mức “đồng ý”, đồng nghĩa với việc GV và SV đã nhận thức rõ vai trò, tầm quan trọng, tính cần thiết của hoạt động giáo dục này tại nhà trường đối với SV trong thời điểm hiện nay. Nắm bắt được những điều này, SV sẽ có thêm động lực và sự tự giác trong rèn luyện SKTT của bản thân; SV sẽ nỗ lực hơn nữa trong trao đổi kiến thức, kỹ năng chăm sóc SKT cho SV bên cạnh các năng lực chuyên môn khác để giúp cho đời sống tinh thần của SV ngày càng tốt đẹp hơn.

### **3.2. Mục tiêu giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh**

#### ***3.2.1. Đánh giá của giảng viên về mục tiêu giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh***

Biểu đồ 3.1 thể hiện các kết quả thống kê về tỉ lệ phần trăm, giá trị TB và ĐLC đánh giá của GV về mục tiêu của hoạt động GD SKTT cho SV Trường ĐHSPKT TPHCM. Nghiên cứu sử dụng thang đo likert 5 mức độ với 1 = “Hoàn toàn không đồng ý” và 5 = “Hoàn toàn đồng ý”, kết quả cho thấy phần lớn GV đánh giá về mục tiêu của hoạt động GD SKTT cho SV với  $TB = 4.08$  và  $ĐLC = 0.67$  – nằm trong mức 4 = Đồng ý (3.41 – 4.20).

Biểu đồ 3.1. Kết quả tỉ lệ phần trăm, trung bình, độ lệch chuẩn đánh giá của giảng viên về mục tiêu của hoạt động giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh



Mục tiêu được đánh giá cao nhất là “Góp phần xây dựng trường học hạnh phúc” với TB = 4.03, ĐLC = 0.64, trong đó, có 21.8% GV đánh giá “hoàn toàn đồng ý”, 59.8% GV đánh giá “đồng ý”, 18.4% GV đánh giá “tương đối đồng ý”. Tiếp theo là “Đảm bảo sự phát triển toàn diện về tâm lý của SV” với TB = 3.98, ĐLC = 0.65, trong đó, 19.5% GV đánh giá “hoàn toàn đồng ý”, 58.6% GV đánh giá “đồng ý”, 21.8% GV đánh giá “tương đối đồng ý”. Cuối cùng là “Nâng cao nhận thức về tính cần thiết của hoạt động GD SKTT cho SV” với TB = 3.91, ĐLC = 0.69, trong đó, 19.5% GV đánh giá “hoàn toàn đồng ý”, 51.7% GV đánh giá “đồng ý”, 28.7% GV đánh giá “tương đối đồng ý”. Không có GV nào lựa chọn mức độ “hoàn toàn không đồng ý” và “không đồng ý”.

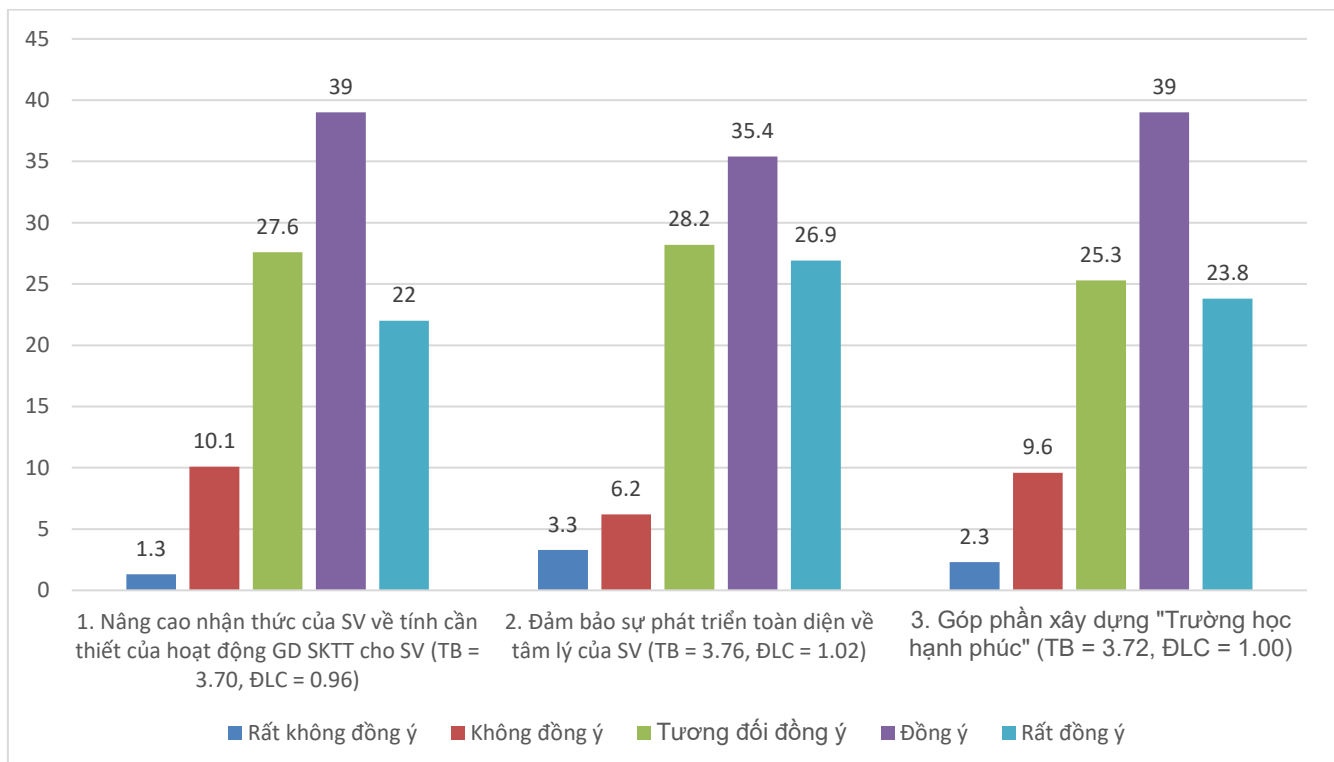
Để tìm hiểu sâu hơn về vấn đề này, đề án tiến hành phỏng vấn các GV, cụ thể: GV (2) chia sẻ rằng giải quyết được những rào cản về tâm lý ở SV sẽ góp phần rất

lớn vào việc tạo động lực học tập mỗi ngày cho SV, giúp các em luôn năng động, tự tin, vui vẻ và phấn khởi trong mọi hoạt động học tập và sinh hoạt và hoàn toàn đồng ý với mục tiêu “Góp phần xây dựng trường học hạnh phúc”.

GV (1) cũng thể hiện quan điểm cá nhân như sau: “Các mục tiêu này đều phù hợp với tình hình giáo dục tại nhà trường hiện nay. Với tôi, nâng cao nhận thức của cả SV và GV, thậm chí là phụ huynh về tính cần thiết của công tác GD SKTT cho SV là mục tiêu quan trọng nhất, góp phần rất lớn trong việc triển khai mọi hoạt động GD SKTT cho SV.”

### 3.2.2. Đánh giá của sinh viên về mục tiêu giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh

Biểu đồ 3.2. Kết quả tỉ lệ phần trăm, trung bình, độ lệch chuẩn đánh giá của sinh viên về mục tiêu của hoạt động giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh



Biểu đồ 3.2 thể hiện các kết quả thống kê về tỉ lệ phần trăm, giá trị TB và ĐLC đánh giá của SV về mục tiêu của hoạt động GD SKTT cho SV Trường ĐHSPKT

TPHCM. Nghiên cứu sử dụng thang đo likert 5 mức độ với 1 = “Hoàn toàn không đồng ý” và 5 = “Hoàn toàn đồng ý”, kết quả cho thấy hầu hết SV đánh giá về mục tiêu của hoạt động GD SKTT cho SV với TB = 3.82 và DLC = 1.00 – nằm trong mức 4 = Đồng ý (3.41 – 4.20).

Mục tiêu được đánh giá cao nhất là “Đảm bảo sự phát triển toàn diện về tâm lý của SV” với TB = 3.76, DLC = 1.02, trong đó, có 26.9% SV đánh giá “hoàn toàn đồng ý”, 35.4% SV đánh giá “đồng ý”, 28.2% SV đánh giá “tương đối đồng ý”. Thứ hai là mục tiêu “Góp phần xây dựng trường học hạnh phúc” với TB = 3.72, DLC = 1.00, trong đó, 23.8% SV đánh giá “hoàn toàn đồng ý”, 39% SV đánh giá “đồng ý”, 25.3% SV đánh giá “tương đối đồng ý”. Cuối cùng là “Nâng cao nhận thức về tính cần thiết của hoạt động GD SKTT cho SV” với TB = 3.70, DLC = 0.96, trong đó, 22% SV đánh giá “hoàn toàn đồng ý”, 39% SV đánh giá “đồng ý”, 27.6% SV đánh giá “tương đối đồng ý”. Tỷ lệ SV lựa chọn ở mức “tương đối đồng ý” ở cả 03 mục tiêu cao hơn so với mức “rất đồng ý” tuy nhiên không có sự chênh lệch lớn. Vẫn còn một tỷ lệ nhỏ SV thể hiện sự chưa đồng ý với các mục tiêu của hoạt động giáo dục này, vì vậy, GV cần đẩy mạnh hơn nữa việc truyền tải những giá trị nhân văn, tầm quan trọng, vai trò và kết quả sau cùng khi SV được tham gia vào các hoạt động nhằm nâng cao và chăm sóc SKTT cho các em.

Kết quả phỏng vấn sâu cho thấy ý kiến của tất cả 08 SV là bên cạnh việc tiếp thu và thực hành tốt các kiến thức, thì SV luôn mong muốn đến trường với tâm lý tốt, tích cực để các em có tinh thần, động lực và niềm vui mỗi ngày đến trường.

Từ các kết quả khảo sát và phỏng vấn trên có thể thấy tất cả GV và phần lớn SV tham gia khảo sát đều nhận thức được sự phù hợp và tính hiệu quả của các mục tiêu trong công tác GD SKTT cho SV Trường ĐHSPKT TPHCM. Từ đây, GV sẽ dễ dàng xây dựng các kế hoạch giảng dạy, sử dụng các hình thức và phương pháp giáo dục phù hợp nhất để đạt được các mục tiêu trên một cách tốt nhất.

### **3.3. Nội dung giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh**

### 3.3.1. Đánh giá của giảng viên về nội dung giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh

Bảng 3.3. Kết quả tỉ lệ phần trăm, trung bình và độ lệch chuẩn đánh giá của giảng viên về nội dung giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật TPHCM

TT	Nội dung	Mức độ đánh giá (%)					TB	ĐLC
		1	2	3	4	5		
1	Thông tin dịch tễ về sức khỏe tâm thần	0	0	35.6	44.8	19.6	3.84	0.73
2	Các yếu tố ảnh hưởng đến sức khỏe tâm thần của sinh viên	0	0	32.2	46	21.8	3.90	0.73
3	Các biểu hiện của sức khỏe tinh thần và các dạng rối loạn tâm thần thường gặp ở sinh viên	0	0	24.1	48.3	27.6	4.03	0.72
4	Các kỹ năng ứng phó khi gặp vấn đề và cách duy trì một sức khỏe tâm thần tốt	0	0	29.9	46	24.1	3.94	0.74
5	Cách thức tìm kiếm các nguồn hỗ trợ về sức khỏe tâm thần	0	0	29.9	48.3	21.8	3.92	0.72
<b>Tổng cộng</b>							4.07	0.64

Bảng 3.3 mô tả các kết quả thống kê về tỉ lệ phần trăm, giá trị TB và ĐLC đánh giá của GV về nội dung GD SKTT cho SV Trường ĐHSPKT TPHCM. Nghiên cứu sử dụng thang đo likert 5 mức độ với 1 = “Hoàn toàn không đồng ý” và 5 = “Hoàn toàn đồng ý”, kết quả cho thấy phần lớn GV đánh giá về nội dung GD SKTT cho SV với TB = 4.07 và ĐLC = 0.64 – nằm trong mức 4 = Đồng ý (3.41 – 4.20).

Theo đó, “Các biểu hiện của SKTT và các dạng RLTT thường gặp ở SV” được GV đánh giá cao nhất với TB = 4.03, ĐLC = 0.72, trong đó, có 27.6 % GV đánh giá mức “hoàn toàn đồng ý”, 48.3 % GV đánh giá mức “đồng ý” và 24.1 % GV đánh giá ở mức “tương đối đồng ý”. Các nội dung: “Các kĩ năng ứng phó khi gặp vấn đề và cách duy trì một SKTT tốt”; “Cách thức tìm kiếm các nguồn hỗ trợ về SKTT” và “Các yếu tố ảnh hưởng đến SKTT của SV” có giá trị TB và ĐLC tương đối gần nhau, kết quả cụ thể lần lượt là TB = 3.94 (ĐLC = 0.74); TB = 3.92 (ĐLC = 0.72) và TB = 3.90 (ĐLC = 0.73). “Thông tin dịch tễ về SKTT” được các GV đánh giá thấp nhất với TB = 3.84, ĐLC = 0.73. Không có GV nào lựa chọn mức độ “hoàn toàn không đồng ý” cũng như “không đồng ý”. Các nội dung có xếp hạng từ thứ 2 đến thứ 5 có tỉ lệ lựa chọn ở mức “hoàn toàn đồng ý” dao động từ 19.5% đến 24.1%; tỉ lệ lựa chọn ở mức “đồng ý” dao động từ 44.8% đến 48.3%; tỉ lệ lựa chọn ở mức “tương đối đồng ý” dao động từ 24.1% đến 35.6%.

GV (4) bày tỏ quan điểm: “Với tôi, quan trọng nhất là hướng dẫn các em nhận biết khi nào thì các biểu hiện tâm lý của các em trở thành vấn đề cần được hỗ trợ và giải quyết, tiếp đó là biết được những nơi mà các em có thể đến và tìm sự giúp đỡ khi cần. Còn các nội dung khác thiên về lý thuyết hơn, tôi nghĩ các em đều có thể dễ dàng tìm kiếm từ nhiều nguồn khác nhau, thầy/cô sẽ là người định hướng và giúp các em biết đâu là những thông tin đáng tin cậy, chính xác.” Ngoài ra, GV (1) cũng chia sẻ thêm: “Các nội dung này đều phù hợp, cần thiết và cần được liên tục cập nhật. Tôi đánh giá cao việc giúp SV nhận biết các yếu tố có thể ảnh hưởng đến SKTT của các em để phòng, tránh.”

### ***3.3.2. Đánh giá của sinh viên về nội dung giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh***

Bảng 3.4 mô tả các kết quả thống kê về giá trị TB và ĐLC đánh giá của SV về các nội dung GD SKTT cho SV Trường ĐHSPTK TPHCM. Nghiên cứu sử dụng thang đo likert 5 mức độ với 1 = “Rất không đồng ý” và 5 = “Rất đồng ý”, kết quả

cho thấy phần lớn SV đánh giá các nội dung GD SKTT cho SV Trường ĐHSPKT TPHCM với TB = 3.70, DLC = 0.93 – nằm trong mức độ 4 = Đồng ý (3.41 – 4.20).

Bảng 3.4. Kết quả tỉ lệ phần trăm, trung bình và độ lệch chuẩn đánh giá của sinh viên về nội dung giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật TPHCM

TT	Nội dung	Mức độ đánh giá (%)					TB	DLC
		1	2	3	4	5		
1	Thông tin dịch tễ về sức khỏe tâm thần	1.8	6.2	30.7	35.7	25.6	<b>3.77</b>	<b>0.96</b>
2	Các yếu tố ảnh hưởng đến sức khỏe tâm thần của sinh viên	3.9	9.8	31	36.7	18.6	<b>3.56</b>	<b>1.03</b>
3	Các biểu hiện của sức khỏe tinh thần và các dạng rối loạn tâm thần thường gặp ở sinh viên	2.3	6.5	30.5	38.2	22.5	<b>3.72</b>	<b>0.96</b>
4	Các kĩ năng ứng phó khi gặp vấn đề và cách duy trì một sức khỏe tâm thần tốt	1.3	6.7	26.9	41.1	24	<b>3.80</b>	<b>0.93</b>
5	Cách thức tìm kiếm các nguồn hỗ trợ về sức khỏe tâm thần	3.0	8.8	28.7	37	22.5	<b>3.67</b>	<b>1.02</b>
<b>Tổng cộng</b>							<b>3.70</b>	<b>0.93</b>

03 nội dung có điểm TB cao nhất từ đánh giá của SV là “Các kĩ năng ứng phó khi gặp vấn đề và cách duy trì một SKTT tốt” với TB = 3.80, DLC = 0.93; “Thông tin dịch tễ về SKTT” với TB = 3.77, DLC = 0.96 và “Các biểu hiện của SKTT và các dạng RLTT thường gặp ở SV” với TB = 3.72, DLC = 0.96. Các nội dung còn lại tuy có giá trị TB thấp hơn song tỉ lệ phần trăm các mức độ đánh giá cũng tương đối đồng đều. Mức độ “đồng ý” của SV với các nội dung GD SKTT cho SV Trường ĐHSPKT TPHCM chiếm tỉ lệ cao nhất trong 05 mức độ với 41.1% lựa chọn nội dung “Các kĩ

năng ứng phó khi gặp vấn đề và cách duy trì một SKTT tốt”, 38.2% lựa chọn nội dung “Các biểu hiện của SKTT và các dạng RLTT thường gặp ở SV”. Các nội dung còn lại là “Cách thức tìm kiếm các nguồn hỗ trợ về SKTT”, “Các yếu tố ảnh hưởng đến SKTT của SV” và “Thông tin dịch tễ về SKTT” chiếm tỉ lệ lần lượt là 37%, 36.7% và 35.7%. Mức độ “tương đối đồng ý” có tỉ lệ dao động từ 26.9% đến 31% và cao hơn so với mức độ “hoàn toàn đồng ý” có tỉ lệ dao động từ 18.6% đến 25.6%. Mức độ “không đồng ý” có tỉ lệ dưới 10% và “hoàn toàn không đồng ý” có tỉ lệ dưới 5%.

Có thể nhận định rằng, tất cả các GV và hầu hết SV tham gia khảo sát đều có đánh giá tích cực đối với các nội dung GD SKTT cho SV tại Trường ĐHSPKT TPHCM., và phần lớn ở mức “đồng ý”. Các chỉ số ở các mức độ đánh giá ứng với từng nội dung không có sự chênh lệch lớn.

### **3.4. Hình thức giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh**

#### ***3.4.1. Đánh giá của giảng viên về hình thức giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh***

Bảng 3.5. Kết quả tỉ lệ phần trăm, trung bình và độ lệch chuẩn đánh giá của giảng viên về hình thức giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật TPHCM

TT	Hình thức	Mức độ đánh giá (%)					TB	ĐLC
		1	2	3	4	5		
1	Thông qua hoạt động dạy học trên lớp	0	4.6	31	48.3	16.1	<b>3.76</b>	<b>0.78</b>
2	Thông qua các hoạt động ngoài giờ lên lớp (các lớp học kỹ năng xã hội, các hoạt động tình nguyện, tham gia các câu lạc bộ,	0	5.7	32.2	46	16.1	<b>3.72</b>	<b>0.80</b>



	đội nhóm, tham gia các hội thảo, tọa đàm, ...)							
3	Thông qua các trang mạng xã hội và sản phẩm truyền thông của nhà trường	1.1	5.7	17.2	53.0	23	<b>3.91</b>	<b>0.86</b>
<b>Tổng cộng</b>							<b>3.85</b>	<b>0.87</b>

Bảng 3.5 mô tả các kết quả thống kê về tỉ lệ phần trăm, giá trị TB và DLC đánh giá của GV về 03 hình thức GD SKTT cho SV Trường ĐHSPKT TPHCM. Nghiên cứu sử dụng thang đo likert 5 mức độ với 1 = “Hoàn toàn không thường xuyên” và 5 = “Hoàn toàn thường xuyên”, kết quả cho thấy phần lớn GV đánh giá các hình thức GD SKTT cho SV Trường ĐHSPKT TPHCM với TB = 3.85, DLC = 0.87 – nằm trong mức độ 4 = Thường xuyên (3.41 – 4.20).

Việc hình thành các kiến thức, kỹ năng về GD SKTT cho SV “Thông qua các trang mạng xã hội và các sản phẩm truyền thông của nhà trường” có kết quả cao nhất với TB = 3.91, DLC = 0.86, trong đó có 23% GV đánh giá mức “hoàn toàn thường xuyên”, 53% GV đánh giá mức “thường xuyên” và 12.7% GV đánh giá ở mức “Thỉnh thoảng”. Tiếp theo là “Thông qua các hoạt động dạy và học trên lớp” với TB = 3.76, DLC = 0.78, trong đó, 16.1% GV đánh giá ở mức “hoàn toàn thường xuyên”, 48.3% GV đánh giá ở mức “thường xuyên” và 31% GV đánh giá ở mức “thỉnh thoảng”. Cuối cùng là “Thông qua các hoạt động ngoài giờ lên lớp” với TB = 3.72, DLC = 0.80, trong đó, các mức độ đánh giá từ “hoàn toàn thường xuyên” đến “thỉnh thoảng” lần lượt là 16.1%, 46% và 32.2%.

GV (1) cho rằng, nhà trường đang từng bước đưa việc GD SKTT cho SV vào hoạt động dạy học trên lớp với mật độ 1 – 3 lần/học kỳ và được thực hiện dưới dạng một buổi sinh hoạt đầu khóa hoặc một hoạt động chuyên đề xen kẽ trong chương trình học chứ chưa được xây dựng thành một môn học bắt buộc hay chính thức, cần có những SV có chuyên môn hay những chuyên gia trong lĩnh vực này để nghiên cứu và xây dựng học phần phù hợp với đặc điểm SV của nhà trường, khi đó mới phát huy

tôi đa được chất lượng của hoạt động giáo dục này. Ở thời điểm hiện tại, những SV đứng lớp hay cố vấn học tập chưa đủ thời gian và các kỹ năng chuyên môn cần thiết để đảm nhiệm tốt vai trò của một nhà tư vấn hay chăm sóc, chữa trị cho các SV gặp vấn đề về SKTT bên cạnh các công việc chuyên môn chính. GV này cho biết thêm: “Vẫn nên chú trọng hơn đến việc học thực tế, cung cấp và cập nhật kịp thời cho SV những thông tin, những nội dung liên quan đến SKTT như làm sao để biết bản thân có đang gặp vấn đề về SKTT hay những đầu mối mà SV có thể hoàn toàn yên tâm tìm đến nhằm tìm kiếm sự hỗ trợ về tâm lý cho các em. Bởi vì phần lớn các bạn trẻ khi tiếp xúc với mạng xã hội, sẽ dễ bị sao nhãng bởi rất nhiều những thông tin hấp dẫn khác hơn là những vấn đề này.”

GV (2) chia sẻ rằng bản thân đánh giá cao hình thức “Thông qua các trang mạng xã hội và sản phẩm truyền thông của nhà trường” và cho biết nhà trường thường xuyên cập nhật nhiều thông tin từ học thuật, văn hóa văn nghệ trong trường đến những thông tin liên quan đến tình hình chung của xã hội, các bài viết về tâm lý, SKTT của SV trên một số kênh thông tin chính thức như facebook, tik tok, website nhà trường, ... Bên cạnh đó, nhà trường luôn khuyến khích các SV, cán bộ viên chức chia sẻ những thông tin hữu ích từ vấn đề học tập đến giải trí để các em SV dễ dàng theo dõi, tiếp cận hơn và phải đảm bảo mọi sự minh bạch, rõ ràng, chính thống từ các nguồn thông tin đó. Theo GV này, hình thức này tạo được sự mới mẻ, thích thú và phù hợp với các bạn trẻ hiện nay hơn, kích thích sự tò mò và hứng thú của các bạn hơn so với các hoạt động quen thuộc khác như học tập, rèn luyện, ...

#### ***3.4.2. Đánh giá của sinh viên về hình thức giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh***

Kết quả bảng 3.6 mô tả các kết quả thống kê về tỉ lệ phần trăm, giá trị TB và ĐLC đánh giá của SV về 03 hình thức GD SKTT cho SV Trường ĐHSPKT TPHCM. Nghiên cứu sử dụng thang đo likert 5 mức độ với 1 = “Hoàn toàn không thường xuyên” và 5 = “Hoàn toàn thường xuyên”, kết quả cho thấy hầu hết các em đánh giá

các hình thức GD SKTT cho SV Trường ĐHSPKT TPHCM với TB = 3.88, DLC = 0.98 – nằm trong mức độ 4 = Thường xuyên (3.41 – 4.20).

Bảng 3.6. Kết quả tỉ lệ phần trăm, trung bình và độ lệch chuẩn đánh giá của sinh viên về hình thức giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật TPHCM

TT	Hình thức	Mức độ đánh giá (%)					TB	DLC
		1	2	3	4	5		
1	Thông qua hoạt động dạy học trên lớp	3.4	2.8	28.7	37.7	27.4	<b>3.83</b>	<b>0.98</b>
2	Thông qua các hoạt động ngoài giờ lên lớp (các lớp học kỹ năng xã hội, các hoạt động tình nguyện, tham gia các câu lạc bộ, đội nhóm, tham gia các hội thảo, tọa đàm, ...)	2.1	6.2	23.5	41.6	26.6	<b>3.84</b>	<b>0.96</b>
3	Thông qua các trang mạng xã hội của nhà trường, qua các ấn phẩm quảng cáo, tuyên truyền trong khuôn viên nhà trường	2.1	7.5	28.4	35.1	26.9	<b>3.77</b>	<b>1.00</b>
Tổng cộng							<b>3.88</b>	<b>0.98</b>

Theo SV, trải nghiệm các hoạt động GD SKTT cho SV “Thông qua các hoạt động ngoài giờ lên lớp” được đánh giá cao nhất với TB = 3.84, DLC = 0.96, trong đó có 26.6 % SV đánh giá mức “hoàn toàn thường xuyên”, 41.6 % SV đánh giá mức “thường xuyên” và 23.5 % SV đánh giá ở mức “thỉnh thoảng” với hình thức này. “Thông qua các hoạt động dạy và học trên lớp” đứng thứ hai với TB = 3.83, DLC = 0.98, trong đó có 27.4 % SV đánh giá ở mức “hoàn toàn thường xuyên”, 37.7 % SV đánh giá ở mức “thường xuyên” và 28.7 % SV đánh giá ở mức “thỉnh thoảng”. Đứng

thứ ba là hình thức “Thông qua các trang mạng xã hội và sản phẩm truyền thông” với  $TB = 3.77$ ,  $ĐLC = 1.00$ , trong đó, các mức độ từ “hoàn toàn thường xuyên” đến “thỉnh thoảng” lần lượt là 26.9 %, 35.1 % và 28.4 %.

SV (7) cho rằng hoạt động GD SKTT đang được làm tốt thông qua việc các em được tham gia khá nhiều các lớp học kỹ năng xã hội mỗi năm học. Các lớp học này ngoài việc cung cấp những lý thuyết cũng như vận dụng thực tế các kỹ năng cứng, kỹ năng mềm cơ bản, cần thiết nhất cho SV không chỉ trong công việc mà trong cả đời sống hằng ngày, mà còn là cầu nối rất thuận tiện để lồng ghép các nội dung liên quan đến GD SKTT cho SV như kỹ năng tìm kiếm thông tin, kỹ năng giao tiếp, kỹ năng thể hiện cảm xúc, kỹ năng quản lý cuộc sống, ...

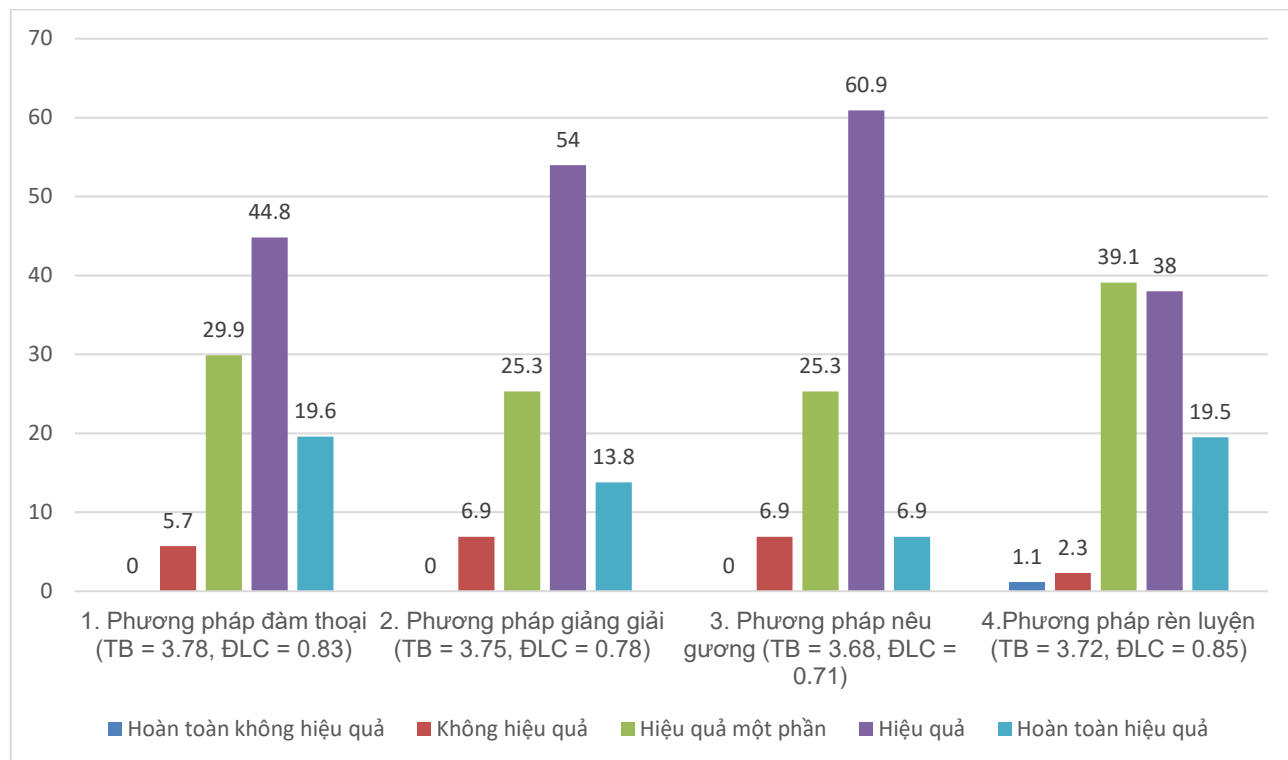
Từ các kết quả trên có thể thấy cả GV và SV đều có mức đánh giá chung là “thường xuyên” và cũng là mức đánh giá có kết quả cao nhất ở 03 hình thức: Thông qua hoạt động dạy học trên lớp, Thông qua các hoạt động ngoài giờ lên lớp, Thông qua các trang mạng xã hội và sản phẩm truyền thông của nhà trường. Tuy quan điểm của mỗi nhóm khách thể có phần khác nhau, song có thể nhận ra cả GV và SV đều nhìn nhận được sự góp phần ngày càng phong phú, đa dạng hơn cũng như nhiều hơn của các hoạt động GD SKTT cho SV Trường ĐHSPKT TPHCM và cần đẩy mạnh hơn hoạt động giáo dục này vào các hoạt động dạy học trên lớp như một môn học chính khóa để người học nhận thức được tầm quan trọng của GD SKTT.

### **3.5. Phương pháp giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh**

#### ***3.5.1. Đánh giá của giảng viên về phương pháp giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh***

Bên cạnh việc sử dụng hình thức giáo dục nào để truyền tải tối ưu những kiến thức cần mang đến cho người học thì việc lựa chọn phương pháp phù hợp cũng rất quan trọng.

Biểu đồ 3.3. Kết quả tỉ lệ phần trăm, trung bình, độ lệch chuẩn đánh giá của giảng viên về phương pháp giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh



Biểu đồ 3.3 thể hiện các kết quả thống kê về tỉ lệ phần trăm, giá trị TB và ĐLC đánh giá của GV về phương pháp GD SKTT cho SV Trường ĐHSPTK TPHCM. Nghiên cứu sử dụng thang đo likert 5 mức độ với 1 = “Hoàn toàn không hiệu quả” và 5 = “Hoàn toàn hiệu quả”, kết quả cho thấy hầu hết GV đánh giá các phương pháp GD SKTT cho SV Trường ĐHSPTK TPHCM với TB = 3.97 (ĐLC = 0.86) – nằm trong mức độ 4 = Hiệu quả (3.41 – 4.20).

“Phương pháp đàm thoại” có kết quả cao nhất với TB = 3.78, ĐLC = 0.83, trong đó, có 19.6% GV đánh giá mức “hoàn toàn hiệu quả”, 44.8% SV đánh giá mức “hiệu quả” và 29.9% SV đánh giá ở mức “tương đối đồng ý” với phương pháp này. Tiếp theo là “phương pháp giảng giải” với TB = 3.75, ĐLC = 0.78, trong đó, có 13.8 % SV đánh giá ở mức “hoàn toàn hiệu quả”, 54% SV đánh giá ở mức “hiệu quả” và 25.3% SV đánh giá ở mức “tương đối đồng ý”. “Phương pháp rèn luyện” với TB =

3.72,  $\text{ĐLC} = 0.85$ , kết quả 3 mức từ “hoàn toàn hiệu quả” đến “tương đối hiệu quả” lần lượt là 39.1%, 37.9% và 19.5%. Cuối cùng là “Phương pháp nêu gương” với  $\text{TB} = 3.68$ ,  $\text{ĐLC} = 0.71$ , phương pháp này tuy có tỉ lệ đánh giá ở mức “hiệu quả” cao nhất là 60.9% nhưng ở mức “hoàn toàn hiệu quả” chỉ đạt 6.9% và ở mức “tương đối đồng ý” đạt 25.3%.

GV (1) cho rằng sẽ là phù hợp về mọi mặt nhất khi trao đổi, trò chuyện, chia sẻ với sinh viên từ lý thuyết, tới ví dụ thực tế để các em hình dung về kiến thức đó bởi vì các thầy/cô có thể làm việc đó ngay tại lớp học, xen kẽ giờ giải lao trong giờ học chính khóa hoặc vào các buổi họp lớp ngắn ngủi, thậm chí là thông qua zalo, facebook, điện thoại. Đàm thoại hay giảng giải đều tạo được sức thuyết phục cao cho người nghe hơn so với việc dành cho các em bài thực tập bởi nhiều em cũng ngại, không dám thể hiện đúng suy nghĩ của mình vì các vấn đề tâm lý thường khá nhạy cảm.

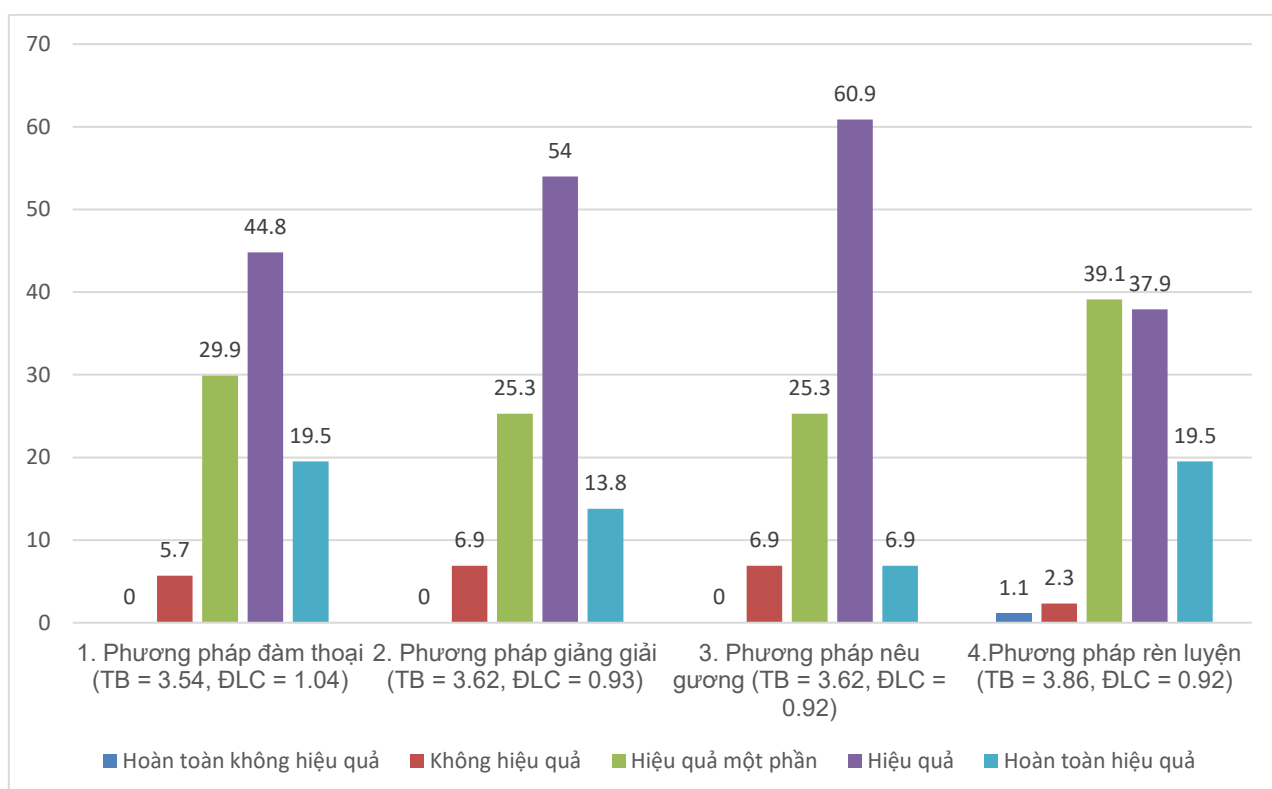
### ***3.5.2. Đánh giá của sinh viên về phương pháp giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh***

Biểu đồ 3.4 thể hiện các kết quả thống kê về tỉ lệ phần trăm, giá trị TB và  $\text{ĐLC}$  đánh giá của GV về phương pháp GD SKTT cho SV Trường ĐHSPTK TPHCM. Nghiên cứu sử dụng thang đo likert 5 mức độ với 1 = “Hoàn toàn không hiệu quả” và 5 = “Hoàn toàn hiệu quả”, kết quả cho thấy hầu hết GV đánh giá các phương pháp GD SKTT cho SV Trường ĐHSPTK TPHCM với  $\text{TB} = 3.77$  ( $\text{ĐLC} = 0.93$ ) – nằm trong mức độ 4 = Hiệu quả (3.41 – 4.20).

Ở SV, “Phương pháp rèn luyện” có kết quả cao nhất với  $\text{TB} = 3.86$ ,  $\text{ĐLC} = 0.92$ , trong đó, có 19.5% SV đánh giá mức “hoàn toàn hiệu quả”, 37.9% SV đánh giá mức “hiệu quả” và 39.1% SV đánh giá ở mức “hiệu quả một phần”. Tiếp theo là “Phương pháp giảng giải” với  $\text{TB} = 3.62$ ,  $\text{ĐLC} = 0.93$ , trong đó, có 13.8% SV đánh giá mức “hoàn toàn hiệu quả”, 54% SV đánh giá mức “hiệu quả”, 25.3% SV đánh giá mức “hiệu quả một phần”. “Phương pháp nêu gương” với  $\text{TB} = 3.62$ ,  $\text{ĐLC} = 0.92$ , trong đó, có 6.9% SV đánh giá mức “hoàn toàn hiệu quả”, 60.9% SV đánh giá mức “hiệu

quả”, 25.3% SV đánh giá mức “hiệu quả một phần”. Cả 02 “Phương pháp nêu gương” và “Phương pháp giảng giải” có giá trị TB bằng nhau, tỉ lệ phần trăm các mức độ đánh giá cũng có kết quả xấp xỉ ngang bằng nhau.

Biểu đồ 3.4. Kết quả tỉ lệ phần trăm, trung bình, độ lệch chuẩn đánh giá của sinh viên về phương pháp giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh



Cuối cùng là “Phương pháp đàm thoại” với TB = 3.54, ĐLC = 1.04, cũng là phương pháp có tỉ lệ “hoàn toàn không hiệu quả” cao nhất, chiếm 5.4%. Lý giải cho điều này, SV (8) cho biết: “Em nghĩ, việc cho tụi em các tình huống thực tế để tập giải quyết khá là hay và thật. Bởi vì các kiến thức thì cũng chỉ là lý thuyết, phải thực hành, vận dụng tụi em mới nhớ và hiểu cũng như biết cách làm sao khi gặp phải những vấn đề tâm lý đó.”.

Các kết quả phân tích trên cho thấy trong khi phần lớn SV đánh giá cao việc sử dụng nhóm các phương pháp dùng lời để tăng tính hiệu quả của hoạt động GD SKTT cho SV thì GV lại cho thấy sự lựa chọn đồng đảo của mình với “Phương pháp rèn

luyện”. Nắm bắt được điều này, các GV sẽ dễ dàng cân đối và sử dụng hiệu quả, tận dụng tối đa ưu điểm của các nhóm phương pháp để phù hợp với người học và với nội dung và hình thức giảng dạy.

### **3.6. Các yếu tố ảnh hưởng đến công tác giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh**

#### **3.6.1. Đánh giá của giảng viên về các yếu tố ảnh hưởng đến công tác giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh**

Bảng 3.7. Kết quả tỉ lệ phần trăm, trung bình và độ lệch chuẩn đánh giá của giảng viên về các yếu tố ảnh hưởng đến công tác giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật TPHCM

TT	Yếu tố	Mức độ đánh giá (%)					TB	ĐLC
		1	2	3	4	5		
1	Các quy định, chính sách của nhà nước, nhà trường	2.3	11.5	37.9	34.5	13.8	<b>3.46</b>	<b>0.95</b>
2	Phương pháp, cách thức tổ chức	2.3	3.4	39.1	40.2	15.0	<b>3.62</b>	<b>0.87</b>
3	Cơ sở vật chất, thiết bị dạy học	0	5.7	31	47.1	16.2	<b>3.74</b>	<b>0.80</b>
4	Sự thiếu hụt về số lượng và chất lượng của đội ngũ chuyên môn	1.1	4.6	27.6	46	20.7	<b>3.80</b>	<b>0.86</b>
5	Nhận thức, thái độ của sinh viên	0	3.2	23.2	55.2	18.4	<b>3.83</b>	<b>0.74</b>
6	Đặc điểm tâm, sinh lý của sinh viên	1.1	0	25.3	55.2	18.4	<b>3.90</b>	<b>0.73</b>



7	Gia đình	0	3.4	17.2	40.2	39.2	<b>4.15</b>	<b>0.83</b>
<b>Tổng cộng</b>							<b>3.99</b>	<b>0.80</b>

Bảng 3.7 mô tả các kết quả thống kê về tỉ lệ phần trăm, giá trị TB và DLC đánh giá của GV về 07 yếu tố ảnh hưởng đến công tác GD SKTT cho SV Trường ĐHSPKT TPHCM. Nghiên cứu sử dụng thang đo likert 5 mức độ với 1 = “Hoàn toàn không đồng ý” và 5 = “Hoàn toàn đồng ý”, kết quả cho thấy hầu hết GV đánh giá các yếu tố ảnh hưởng đến công tác GD SKTT cho SV Trường ĐHSPKT TPHCM với TB = 3.99 (DLC = 0.80) – nằm trong mức độ 4 = Đồng ý (3.41 – 4.20).

Yếu tố được GV đánh giá cao nhất là “Gia đình” với TB = 4.15, DLC = 0.83, trong đó, có 39.2% GV đánh giá ở mức “hoàn toàn đồng ý”, 40.2% GV đánh giá ở mức “đồng ý” và 17.2% GV đánh giá ở mức “tương đối đồng ý”. Tiếp theo là “Đặc điểm tâm, sinh lý của SV” với TB = 3.90, DLC = 0.73, trong đó, có 18.4% GV đánh giá ở mức “hoàn toàn đồng ý”, 52.2% GV đánh giá ở mức “đồng ý” và 25.3% GV đánh giá ở mức “tương đối đồng ý”. Các yếu tố: “Hình thức, phương pháp giáo dục”, “Sự thiếu hụt về số lượng và chất lượng đội ngũ chuyên môn”, “Cơ sở vật chất, thiết bị dạy học”, “Nhận thức, thái độ của SV” có giá trị TB dao động từ 3.62 đến 3.83, DLC dao động từ 0.74 đến 0.87. Có 47.1% và 46% GV đánh giá ở mức “đồng ý” rằng “Cơ sở vật chất, thiết bị dạy học” cũng như “Sự thiếu hụt về số lượng và chất lượng của đội ngũ chuyên môn” cũng gây ảnh hưởng lớn đến chất lượng của hoạt động này.

Phỏng vấn sâu đối với GV (4), GV này cũng chia sẻ rằng: “Cơ sở vật chất, thiết bị phục vụ giảng dạy cũng rất quan trọng, dù ở hoạt động giáo dục nào cũng vậy, nó là phương tiện để SV phát huy tốt hơn các kĩ năng của mình, đem đến cho người học những bài giảng sinh động, mới mẻ, phong phú và cũng góp phần mang đến sự thoải mái, hài lòng, tiện nghi của cả GV và SV.” Các yếu tố “Hình thức, phương pháp tổ chức” và “Các quy định, chính sách của nhà nước, nhà trường” có tỉ lệ các mức độ từ “tương đối đồng ý” đến “hoàn toàn đồng ý” khá đồng đều. Yếu tố được SV đánh giá

thấp nhất là “Các quy định, chính sách của nhà nước, nhà trường” với  $TB = 3.46$ ,  $ĐLC = 0.95$ .

GV (1) cho biết “sự hợp tác” của người học chiếm một vai trò quan trọng trong sự thành công của hoạt động giáo dục; mỗi SV là một cá thể độc lập, có đặc điểm, tính cách, nhận thức khác nhau đòi hỏi nhà giáo dục luôn phải đưa ra các hình thức và phương pháp giáo dục cân bằng, phù hợp nhất với tình hình chung để kích thích nhu cầu học tập của các em. Đặc biệt, GD SKTT cho SV cũng là một nội dung khá nhạy cảm, đòi hỏi sự khéo léo nhiều hơn trong cách thức GV phối hợp với SV và các bên liên quan để đạt được hiệu quả cao nhất.

### ***3.6.2. Đánh giá của sinh viên về các yếu tố ảnh hưởng đến công tác giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh***

Bảng 3.8. Kết quả tỉ lệ phần trăm, trung bình và độ lệch chuẩn đánh giá của sinh viên về các yếu tố ảnh hưởng đến công tác giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật TPHCM

TT	Yếu tố	Mức độ đánh giá (%)					TB	ĐLC
		1	2	3	4	5		
1	Các quy định, chính sách	5.2	7.8	31	37.7	18.3	<b>3.56</b>	<b>1.04</b>
2	Phương pháp, cách thức tổ chức	2.3	8.5	31	38.8	19.4	<b>3.64</b>	<b>0.96</b>
3	Cơ sở vật chất, thiết bị dạy học	4.7	4.9	32.3	35.4	22.7	<b>3.67</b>	<b>1.03</b>
4	Sự thiếu hụt về số lượng và chất lượng của đội ngũ chuyên môn	3.4	11.1	30	37.2	18.3	<b>3.56</b>	<b>1.02</b>
5	Nhận thức, thái độ của sinh viên	3.4	2.8	28.7	37.7	27.4	<b>3.83</b>	<b>0.98</b>

6	Đặc điểm tâm, sinh lý của sinh viên	2.1	6.2	23.5	41.6	26.6	<b>3.84</b>	<b>0.96</b>
7	Gia đình	2.1	7.5	28.4	35.1	26.9	<b>3.77</b>	<b>0.10</b>
<b>Tổng cộng</b>							<b>3.80</b>	<b>0.90</b>

Bảng 3.8 mô tả các kết quả thống kê về tỉ lệ phần trăm, giá trị TB và ĐLC đánh giá của SV về 07 yếu tố ảnh hưởng đến công tác GD SKTT cho SV Trường ĐHSPKT TPHCM. Nghiên cứu sử dụng thang đo likert 5 mức độ với 1 = “Hoàn toàn không đồng ý” và 5 = “Hoàn toàn đồng ý”, kết quả cho thấy hầu hết SV đánh giá các yếu tố ảnh hưởng đến công tác GD SKTT cho SV Trường ĐHSPKT TPHCM với TB = 3.80 (ĐLC = 0.90) – nằm trong mức độ 4 = Đồng ý (3.41 – 4.20).

Yếu tố được SV đánh giá cao nhất là “Đặc điểm tâm, sinh lý của SV” với TB = 3.84, ĐLC = 0.96, trong đó, có 26.6% SV đánh giá ở mức “hoàn toàn đồng ý”, 41.6% SV đánh giá ở mức “đồng ý” và 23.5% SV đánh giá ở mức “tương đối đồng ý”. Tiếp theo là yếu tố “Nhận thức, thái độ của SV” với TB = 3.83, ĐLC = 0.98, trong đó, có 27.4% SV đánh giá ở mức “hoàn toàn đồng ý”, 37.7% SV đánh giá ở mức “đồng ý” và 28.7% SV đánh giá ở mức “tương đối đồng ý”.

Các yếu tố: “Hình thức, phương pháp giáo dục”, “Cơ sở vật chất và thiết bị dạy học” và “Gia đình” có giá trị TB dao động từ 3.64 đến 3.77, ĐLC dao động từ 0.96 đến 1.09. 02 Yếu tố được SV đánh giá thấp nhất là “Các quy định, chính sách của nhà nước, nhà trường” và “Sự thiếu hụt về số lượng, chất lượng của đội ngũ chuyên môn” với TB = 3.56, ĐLC lần lượt = 1.04 và = 1.02. Có 26.9% SV đánh giá ở mức “hoàn toàn đồng ý”, 35.1% SV đánh giá ở mức “đồng ý” và 28.4% SV đánh giá ở mức “tương đối đồng ý” với yếu tố “Gia đình”. Các yếu tố còn lại bao gồm: “Các quy định, chính sách của nhà trường, nhà nước”; “hình thức, phương pháp tổ chức”; “Cơ sở vật chất và thiết bị dạy học” và “Sự thiếu hụt về số lượng, chất lượng đội ngũ chuyên môn” có tỉ lệ ở các mức độ từ “tương đối đồng ý” đến “hoàn toàn đồng ý” khá đồng đều.

SV (8) chia sẻ: “GD SKTT có nét gì đó nhạy cảm, riêng tư giống như giáo dục giới tính nên em cũng cảm thấy khá ngại ngùng khi chia sẻ những vấn đề này. Thậm chí có lúc em cảm thấy ngượng ngùng, xấu hổ khi tham gia các hoạt động GD SKTT. Nên em nghĩ rằng một số đặc điểm cá nhân của tụi em lại là một trong những yếu tố có ảnh hưởng đến hoạt động này.” Một SV (7) khác chia sẻ rằng sự quan tâm và phối hợp từ phía gia đình chính là yếu tố quan trọng để SV điều chỉnh nhận thức của bản thân trong mọi hoạt động học tập, rèn luyện ở nhà trường và các hoạt động khác ngoài xã hội, do đó, trong hoạt động GD SKTT cho SV, gia đình chính là một nơi quan trọng xây dựng, hình thành và phát triển tính cách, ý thức, tình cảm, ... của SV.

Từ các kết quả trên có thể thấy cả GV và SV đều có mức đánh giá chung là “đồng ý” và cũng là mức đánh giá có kết quả cao nhất ở 03 yếu tố: Nhận thức, thái độ của sinh viên; Đặc điểm tâm, sinh lý của SV và Gia đình. Điều này cho thấy các yếu tố khách quan đang có tác động mạnh mẽ hơn đến công tác GD SKTT cho SV tại Trường ĐHSPKT TPHCM và nhà trường cần đẩy mạnh hơn nữa khâu phối hợp với gia đình, thường xuyên khảo sát để nắm bắt tâm tư, nguyện vọng, hoàn cảnh, ... của SV để mọi hoạt động giáo dục đều được xây dựng một cách phù hợp nhất.

### KẾT LUẬN CHƯƠNG 3

Chương này đã trình bày các kết quả thu thập được qua quá trình khảo sát để trả lời cho 2 câu hỏi nghiên cứu, đồng thời phỏng vấn các GV và SV tham gia trả lời phiếu khảo sát để phân tích, làm rõ hơn những kết quả định lượng thu được từ bảng hỏi khảo sát.

Thống kê mô tả được sử dụng để trả lời cho 02 câu hỏi nghiên cứu: (1) Công tác GD SKTT cho SV đang được thực hiện như thế nào tại Trường ĐHSPKT TPHCM? (2) Có những yếu tố nào ảnh hưởng đến công tác GD SKTT cho SV Trường ĐHSPKT TPHCM? Kết quả nghiên cứu cho thấy hầu hết GV và SV đánh giá lợi ích, mục tiêu, nội dung, hình thức, phương pháp và các yếu tố ảnh hưởng đến công tác GD SKTT cho SV Trường ĐHSPKT TPHCM ở mức 4 trong thang đo Likert 5 mức độ, cụ thể:

TT	Tiêu chí đánh giá	Giảng viên		Sinh viên	
		TB	ĐLC	TB	ĐLC
1	Lợi ích của hoạt động GD SKTT cho SV Trường ĐHSPKT TPHCM	3.83	0.94	3.73	0.96
2	Mục tiêu của hoạt động GD SKTT cho SV Trường ĐHSPKT TPHCM	4.08	0.67	3.82	1.00
3	Nội dung GD SKTT cho SV Trường ĐHSPKT TPHCM	4.07	0.64	3.70	0.93
4	Hình thức GD SKTT cho SV Trường ĐHSPKT TPHCM	3.85	0.87	3.88	0.98
6	Phương pháp GD SKTT cho SV Trường ĐHSPKT TPHCM	3.97	0.86	3.77	0.93
7	Các yếu tố ảnh hưởng đến công tác GD SKTT cho SV Trường ĐHSPKT TPHCM	3.99	0.80	3.80	0.90

## **KẾT LUẬN VÀ KIẾN NGHỊ**

### **1. Kết luận**

### **2. Kiến nghị**

## TÀI LIỆU THAM KHẢO

### 1. Tài liệu tiếng Anh

- Arnett, Jeffrey Jensen, (2014). *Emerging Adulthood: The Winding Road from the Late Teens Through the Twenties*, (1st edition). New York: Oxford Academic.  
<https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780199929382.001.0001>
- Bayram N, Bilgel N. (2008). The prevalence and socio-demographic correlations of depression, anxiety and stress among a group of university students. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol*, 43(8):667-72. doi: 10.1007/s00127-008-0345-x. Retrieved from <https://www.iys.org/what-is-suicidal-behavior-disorder/>
- Bratman, G. N., Anderson, C. B., Berman, M. G., Cochran, B., de Vries S., Flanders, J., Folke, C., Frumkin, H., Gross, J. J., Hartig, T., Kahn, P. H. Jr., Kuo, M., Lawler, J. J., Levin, P. S., Lindahl, T., Meyer-Lindenberg A., Mitchell, R., Ouyang, Z., Roe, J., Scarlett, L., Smith, J. R., van den Bosch M., Wheeler, B. W., White, M. P., Zheng, H., Daily, G. C. (2019). Nature and mental health: An ecosystem service perspective. *Science Advances*, 5(7). doi:10.1126/sciadv.aax0903.
- Brown, A., Ross, N., Sangraula, M., Laing, A., & Kohrt, B. (2023). Transforming mental healthcare in higher education through scalable mental health interventions. *Cambridge Prisms: Global Mental Health*, 10, E33. doi:10.1017/gmh.2023.29
- Campbell, F., Blank, L., Cantrell, A., Baxter, S., Blackmore, C., Dixon, J., Goyder, E. (2022). Factors that influence mental health of university and college students in the UK: a systematic review. *BMC Public Health*. <https://doi.org/10.1186/s12889-022-13943-x>

- Chaabane S, Chaabna K, Bhagat S, Abraham A, Doraiswamy S, Mamtani R, Cheema S. (2021). Perceived stress, stressors, and coping strategies among nursing students in the Middle East and North Africa: an overview of systematic reviews. *Systematic Reviews*. 10(1):136. doi:10.1186/s13643-021-01691-9.
- Coley, R.L., Votruba-Drzal, E., Collins, M.A., & Miller, P. (2014). Selection into early education and care settings: Differences by developmental period. *Early Childhood Research Quarterly*, 29(3), 319-332. <https://doi.org/10.1016/j.ecresq.2014.03.006>
- Dean M Rockwell, Sasha Y Kimel. (2023, July). *A systematic review of first-generation college students' mental health. (xem lại cái này có dùng không?)*
- Rockwell, D. M., Kimel, S. Y. (2023). A systematic review of first-generation college students' mental health. *J Am Coll Health*. 27:1-13. doi: 10.1080/07448481.2023.2225633.
- [Derrick A. Paladino](#), [Laura M. Gonzalez](#), [Joshua C. Watson](#) (2020). *College counseling and student development: theory, practice, and campus collaboration*. American Counseling Association.
- Ebert, D. D., Mortier, P., Kahlke, F., Bruffaerts, R., Baumeister, H., Auerbach, R. P., Alonso, J., Vilagut, G., Martínez, K. I., Lochner, C., Cuijpers, P., Kuechler, A. M., Green, J., Hasking, P., Lapsley, C., Sampson, N. A., Kessler, R. C. (2019). Barriers of mental health treatment utilization among first-year college students: First cross-national results from the WHO World Mental Health International College Student Initiative. *International Journal of Methods in Psychiatric Research*. 28(2). doi:10.1002/mpr.1782.
- Eisenberg, D., Gollust, S. E., Golberstein, E., Hefner, J. L. (2007). Prevalence and correlates of depression, anxiety, and suicidality among university students. *Am J Orthopsychiatry*. 77(4):534-42. doi:10.1037/0002-9432.77.4.534.



Fehling, K. B, Selby, E. A. (2021). Suicide in DSM-5: Current Evidence for the Proposed Suicide Behavior Disorder and Other Possible Improvements. *Front Psychiatry*. 4;11:499980. doi: 10.3389/fpsyt.2020.499980.

Hale, E. W., Davis, R. A. (2023). Supporting the future of medicine: Student mental health services in medical school. *Front Health Services*. 9;3. doi:10.3389/frhs.2022.1032317.

Hazel Green, Áine McGinnity, Howard Meltzer, Tamsin Ford, Robert Goodman (2005). *Mental Health of Children and Young People in Great Britain: 2004*. Office for National Statistics.

Hunduma, G., Deyessa, N., Dessie, Y., Geda, B., Yadeta, T. A. (2022). High Social Capital is Associated with Decreased Mental Health Problem Among In-School Adolescents in Eastern Ethiopia: A Cross-Sectional Study. *Psychol Research and Behavior Management*. 4;15:503-516. doi:10.2147/PRBM.S347261.

Ibrahim, A. K., Kelly, S. J., Adams, C. E., Glazebrook, C. (2013). A systematic review of studies of depression prevalence in university students. *J Psychiatr Research*. 47(3):391-400. doi:10.1016/j.jpsychires.2012.11.015.

Jemma Smith (2023). *Looking after your mental health at university*. Retrived from <https://www.prospects.ac.uk/applying-for-university/university-life/looking-after-your-mental-health-at-university> (xem lại có dùng không?)

Kaparounaki, C. K., Patsali, M. E. , Mousa, D. V. , Papadopoulou, E. V. K., Papadopoulou, K. K. K. , Fountoulakis, K. N. (2020). University students' mental health amidst the COVID-19 quarantine in Greece. *Psychiatry Research*. 290:113111. doi:10.1016/j.psychres.2020.113111.

Laif Oztosun, Faithfull Gonzo, Vipin Nadda. (2023, June). *The Impact of Digital Learning Technology on Higher Education Students' Mental Health* .

## Perspectives on Enhancing Learning Experience Through Digital Strategy in Higher Education

- Latif, O., Faithfull, G., Vipin, N. (2023). *Chapter 5: the impact of digital learning technology on higher education student' mental health*. In Book: perspectives on enhancing learning experience through digital strategy in higher education. IGI Global. 92 – 109. DOI: 10.4018/978-1-6684-8282-7.ch005
- Loyola Marymount University (2021 Mar). *Wellness*. Retrieved from: <https://studentaffairs.lmu.edu/wellness/>
- M Jönsson, A Ojehagen. (2006). Medical students experience more stress compared with other students. *Lakartidningen, Lakarstudenter upplever mer stress än andra studenter.*, 103 (11), 840-842.
- Martin, S. (1998). China increasingly accepted psychology. *APA Monitor*, 29 (10)
- Mayer, J. D., & Stevens, A. A. (1994). An Emerging Understanding of the Reflective (Meta-) Experience of Mood. *Journal of Research in Personality*, 28(3), 351-373. <https://doi.org/10.1006/jrpe.1994.1025>
- McLafferty, M., Lapsley, C. R., Ennis, E., Armour, C., Murphy, S., Bunting, B. P., Bjourson, A. J., Murray, E. K., O'Neill, S. M. (2017) Mental health, behavioural problems and treatment seeking among students commencing university in Northern Ireland. *PLoS One*. 12(12). doi: 10.1371/journal.pone.0188785.
- Miller, I., Golecki, H. & Jensen, K. (2023). Understanding Incoming Bioengineering Student Perceptions About Mental Health and Wellness. *Biomedical Engineering Education*. <https://doi.org/10.1007/s43683-023-00120-8>
- Ni, C., Liu, X., Hua, Q., Lv, A., Wang, B., Yan, Y. (2010). Relationship between coping, self-esteem, individual factors and mental health among Chinese nursing students: a matched case-control study. *Nurse Educ Today*. 30(4):338-43. doi:10.1016/j.nedt.2009.09.003.

- Pereira S, Reay K, Bottell J, Walker L, Dzikiti C, Platt C, Goodrham C. (2019). *Student Mental Health Survey 2018: A large scale study into the prevalence of student mental illness within UK universities*. The Insight Network & Dig-in.
- Perkins, H., Gesun, J., Scheidt, M., Major, J., Chen, J., Berger, E., & Godwin, A. (2021). Holistic wellbeing and belonging: Attempting to untangle stress and wellness in their impact on sense of community in engineering. *International Journal of community in engineering. International Journal of Community Well-being*, 4, 549-580. <http://doi.org/10.1007/s42413-021-00149-z>
- Rachel Jenkins, Andrew McCulloch, Camilla Parker (1998). *Nations for Mental Health: Supporting governments and policy-makers*. Geneva: WHO.
- Richard C.S. (2000). *Anxiety Disorder, Curent diagnostic treatment of psychiatry*. Mc Graw Hill international edition.
- Rodgers LS, Tennison LR. (2009). A preliminary assessment of adjustment disorder among first-year college students. *Archives of Psychiatric Nursing*. 23(3), 220-230. doi:10.1016/j.apnu.2008.05.007.
- Solveig Kemna et al., (2023). *Global Mental Health & Well-being - A crosscutting issue*. Community Paper of the Global Health Hub Germany. Community on Global Mental Health.
- Stewart SM, C Betson, T. H. Lam, I.B Marshall, P.W Lee, C.M. Wong. (1997). Predicting stress in first year medical students: a longitudinal study. *Medical Education*, 31(3): 163-8. doi:10.1111/j.1365-2922.1997.tb02560.x.
- The Institute for Health Metrics and Evaluation (2022). *Global Health Data Exchange 2019*. Retrived from <https://ghdx.healthdata.org/gbd-results-tool?params=gbd-api-2019-permalink/380dfa3f26639cb711d908d9a119ded2>

The National Alliance on Mental Illness (2023). *Mental health by the numbers*. Retrieved from <https://www.nami.org/mhstats>

UNESCO (2023). Happy School. Retrieved from <https://www.unesco.org/en/education-policies/happy-schools>

UNESCO Bangkok & United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization 7. (2016). *Happy Schools: A Framework for Learner Well-being in the Asia Pacific*.

Vaillant GE, Mukamal K. (2001). Successful aging. *Am J Psychiatry*. 158(6):839-47. doi:10.1176/appi.ajp.158.6.839.

WHO & UNICEF (2021). *Teacher's Guide to the Magnificent Mei and Friends Comic Series*.

WHO (2001). *The World health report : 2001 : Mental health : new understanding, new hope*. Retrieved from <https://iris.who.int/handle/10665/423900>

WHO (2006). *Constitution of the World Health Organization – Basic Documents*. Retrieved from [https://apps.who.int/gb/bd/pdf\\_files/BD\\_49th-en.pdf](https://apps.who.int/gb/bd/pdf_files/BD_49th-en.pdf)

WHO (2015). *International statistical classification of diseases and related health problems, 10th revision, Fifth edition, 2016*, Retrieved from <https://apps.who.int/iris/handle/10665/246208>

WHO (2019). *International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems 10th Revision*. Retrieved from <https://icd.who.int/browse10/2019/en#/I>

WHO (2020). *Mental health and Psychosocial considerations during the COVID-19 outbreak*.

WHO (2021a). *WHO coronavirus (COVID-19) Dashboard*. Retrieved from <https://covid19.who.int/>.Retrieved

WHO (2021b). **Suicide data.** Retrieved from <https://www.who.int/data/gho/data/themes/mental-health/suicide-rates>

WHO (2022). Mental health. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

WHO (2023a). *Suicide*. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/suicide>

WHO (2023b). *WHO's 7 + 5 health stories for everyone, everywhere. 75 years of improving public health*. Retrieved from <https://www.who.int/campaigns/75-years-of-improving-public-health/stories>

WHO (n.d.). *Suicide worldwide in 2019: Global Health Estimates. Suicide rates.* Retrieved from <https://www.who.int/data/gho/data/themes/mental-health/suicide-rates>

Xiao, H., Carney, D. M., Youn, S. J., Janis, R. A., Castonguay, L. G., Hayes, J. A., & Locke, B. D.. (2017). Are we in crisis? National mental health and treatment trends in college counseling centers. *Psychological Services, 14*(4):407 - 415. doi:10.1037/ser0000130. PMID: 29120199.

Yuping Shao, Abdullah Jameel Abualhamayls (2022). Differential equation to verify the validity of the model of the whole-person mental health education activity in Universities. *Applied Mathematics and Nonlinear Sciences 7*(1), 397-404. DOI: <https://doi.org/10.2478/amns.2021.1.00097>

## 2. Tài liệu tiếng Việt

Bệnh viện tinh thần TPHCM. (14/8/2017). *Sức khỏe tinh thần*. Khai thác từ <https://bvtt-tphcm.org.vn/suc-khoe-tam-than/>.

Bộ Y tế. (2023). *Dự thảo Đề án tăng cường hệ thống chăm sóc sức khỏe tinh thần giai đoạn 2023 – 2030*.

Bùi Hiền, Nguyễn Văn Giao, Nguyễn Hữu Quỳnh, Vũ Văn Tảo (2001). *Từ điển Giáo dục học*. Hà Nội: NXB Từ điển Bách Khoa.

Bùi Thị Thanh Diệu & Trần Thành Nam. (2019). Chương trình giáo dục sức khỏe tinh thần: bằng chứng về tính hiệu quả. *Kỷ yếu hội thảo quốc tế - Các vấn đề mới trong khoa học giáo dục: tiếp cận liên ngành và xuyên ngành*. Trường Đại học Giáo dục - Đại học Quốc gia Hà Nội. Phần 4, tr 486 – 503.

Daniel Goleman. (2018). *Trí tuệ xúc cảm: Lý giải vì sao người kém thông minh lại thành công hơn những người thông minh*. NXB Lao động xã hội, Công ty Sách Alpha, ISBN 9786046533689. [tài liệu dịch]

Đại biểu Nhân dân (2016). Tự giáo dục – cái gốc của trí tuệ. Khai thác từ <https://daibieunhandan.vn/van-hoa/Tu-giao-duc--cai-goc-cua-tri-tue-i170976/>.

Đặng Hoàng Minh. (2007). *Can thiệp sức khỏe tinh thần ở trường học tại một số nước châu Á và phương tây*. Được trình bày tại Hội thảo Can thiệp và phòng ngừa các vấn đề Sức khỏe tinh thần trẻ em Việt Nam.

Đỗ Thị An. (2013). *Tìm hiểu các biểu hiện rối loạn lo âu ở sinh viên trường đại học lao động xã hội*. Luận văn thạc sĩ, Trường Đại học giáo dục, Đại học Quốc gia Hà Nội.

Edlab Asia (2020). *Sổ tay nâng cao sức khỏe tinh thần trong mùa dịch*.

Giáo dục & thời đại. (18/02/2023). *Mối liên hệ giữa cảm xúc tích cực và kết quả học tập dưới góc nhìn chuyên gia*. Khai thác từ <https://giaoducthoidai.vn/moi-lien-he-giua-cam-xuc-tich-cuc-va-ket-qua-hoc-tap-duoi-goc-nhin-chuyen-gia-post626456.html>.

Huỳnh Văn Sơn (chủ biên), Hồ Văn Liên, Bùi Hồng Quân, Mai Mỹ Hạnh, Nguyễn Vinh Khương. (2012). *Phát triển kỹ năng mềm cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm*. NXB Giáo dục Việt Nam.

- Huỳnh Văn Sơn, Đỗ Tất Thiên, Bùi Hồng Quân, Giang Thiên Vũ, Nguyễn Thị Xuân YẾN, Nguyễn Thanh Huân, Nguyễn Chung Hải (2022). Giải pháp chăm sóc sức khỏe tinh thần cho sinh viên sau đại dịch covid-19: tiếp cận ở góc độ quản trị trường học. *Tạp chí Khoa học - Trường Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh*, 19(7), 1002 – 1014.
- Huỳnh Văn Sơn, Nguyễn Thị Tứ, Nguyễn Thị Diễm my, Đặng Hoàng An. (2019) Thực trạng đội ngũ làm công tác tham vấn học đường hiện nay. *Tạp chí Khoa học Đại học Huế*, 1(49):145-153.
- Lao Động. (2022). 80% học sinh, sinh viên có biểu hiện tổn thương sức khỏe tinh thần. Khai thác từ <https://laodong.vn/giao-duc/80-hoc-sinh-sinh-vien-co-bieu-hien-ton-thuong-suc-khoe-tinh-than-1017630.ldo>
- Lê Minh Thuận (2011a). Sức khỏe tâm lý sinh viên: nghiên cứu cắt ngang. *Tạp chí Y học thực hành, Bộ y tế*, 7(774), 71 – 74.
- Lê Minh Thuận (2011b). *Một số rối nhiễu tâm lý của sinh viên Đại học Y dược Thành phố Hồ Chí Minh*. Luận văn thạc sĩ, Trường Đại học Khoa học Xã hội và Nhân văn, Đại học Quốc gia Hà Nội.
- Lê Thanh Hà & Đào Thị Diệu Linh. (2023). Ảnh hưởng của lòng trắc ẩn với bản thân đến sức khỏe tinh thần của sinh viên. *Kỷ yếu Hội nghị khoa học quốc tế về trường học hạnh phúc lần thứ nhất: “Có thể học được kỹ năng kiến tạo hạnh phúc không?”*. NXB Đại học Huế.
- Lê Thanh Hà. (2023). Mối quan hệ giữa chánh niệm và sức khỏe tinh thần của sinh viên với biến trung gian là khả năng phục hồi. *Tạp chí Tâm lý học*, 5, ISSN: 1859-0098.
- Lê Thị Ngọc Dung (2017). *Can thiệp và phòng ngừa các vấn đề sức khỏe tinh thần trẻ em ở Thành phố Hồ Chí Minh*. Được trình bày tại Hội thảo Can thiệp và phòng ngừa các vấn đề sức khỏe tinh thần trẻ em Việt Nam, Hà Nội.

- Liên hiệp các hội Khoa học và Kỹ thuật Việt Nam. (2012). *Báo cáo chung Điều tra Quốc gia về Vị thành niên và Thanh niên Việt Nam lần thứ 2*. Khai thác từ <https://vusta.vn/bao-cao-chung-dieu-tra-quoc-gia-ve-vi-thanh-nien-va-thanh-nien-viet-nam-lan-thu-2-p63828.html>.
- Lương Thị Nhung & Nguyễn Hoàng Thanh. (2022). Thực trạng sức khỏe tinh thần của nhân viên y tế tại bệnh viện phụ sản Hà Nội và các yếu tố liên quan. *Tạp chí Y học Việt Nam*, tập 519 - Tháng 10 - Số 2.
- Nguyễn Hoàng Thùy Linh, Nguyễn Thị Miên Hạ, Trần Xuân Minh Trí, Hoàng Đình Tuyên, Trần Thị Mai Liên, Võ Văn Thắng (2021). Thực trạng sức khỏe tinh thần và một số yếu tố liên quan ở sinh viên trong làn sóng giai đoạn đại dịch Covid-19 thứ nhất tại một số trường Đại học Khoa học sức khỏe ở Việt Nam năm 2020. *Tạp chí Y học dự phòng*, 31(6).
- Nguyễn Hữu Thụ (2009). *Nghiên cứu nguyên nhân dẫn đến stress trong học tập của sinh viên Đại học Quốc gia Hà Nội*. Đại học Quốc gia Hà Nội.
- Nguyễn Lâm (2003). *Từ điển Từ và Ngữ Việt Nam*. TPHCM: NXB TPHCM.
- Nguyễn Minh Tú, Trần Thị Trà My, Nguyễn Hoàng Thùy Linh, Hồ Hiếu, Lương Thị Thu Thắm, Hồ Thị Linh Đan, Nguyễn Ngô Bảo khuyên, Trần thị Quỳnh Tâm, Nguyễn Phi Khanh, Võ Văn Quang Vinh, Đinh Thị Liễu, Nguyễn Đức Dân, Châu Nguyễn Đan, Đặng Thị Thanh Nhã, Trần Bình Thắng, Nguyễn Thanh Gia, Lê Đình Dương, Hoàng Trọng Nhật, Nguyễn Văn Tiến (2022). Thực trạng sức khỏe tinh thần của học sinh ở một số trường trung học cơ sở tại thành phố Huế. *Tạp chí Y tế cộng đồng*, số 61, 31 – 44.
- Nguyễn Thanh Hương. (2010). *Điều tra Quốc gia về Vị thành niên và Thanh niên Việt Nam lần 2: Báo cáo chuyên đề Sức khỏe Tinh thần của Vị thành niên và Thanh niên Việt Nam*. Trường Đại học Y tế Công cộng, Hà Nội.



- Nguyễn Thanh Trúc, Nguyễn Thị Bích Tuyền (2020). Các yếu tố ảnh hưởng đến stress, lo âu, trầm cảm của sinh viên năm cuối ngành dược tại Đồng Nai. *Tạp chí khoa học và công nghệ - Đại học Đà Nẵng*. 18(10):10-13.
- Nguyễn Thị Bích Ngân, Lê Thành Tài (2019). Tình hình sức khỏe tinh thần và một số yếu tố liên quan của sinh viên Trường Cao đẳng Cộng đồng Hậu Giang năm 2017 - 2018. *Tạp chí Y dược học Cần Thơ*, 17, 101 – 107.
- Nguyễn Thị Bình (2015). *Nhận thức của sinh viên về rối loạn trầm cảm*. Luận văn thạc sĩ, Trường Đại học Khoa học Xã hội và Nhân văn, Đại học Quốc gia Hà Nội.
- Nguyễn Thị Hải, Trần Thị Mỹ, Lại Thị Hà, Trần Công Huyền Trang, Trần Thị Vân, Hứa Thị Lệ Oanh, Phạm Thị Nga, Đỗ Thị Thùy Minh, Nguyễn Thị Thanh Huyền, Phạm Trần Vĩnh Phú (2022). Thực trạng sức khỏe tinh thần của sinh viên điều dưỡng Trường Đại học Đông Á trong thời kỳ giãn cách xã hội do Covid-19. *Tạp chí Khoa học Đại học Đông Á*, 1(3), 28-39.
- Nguyễn Thị Kim Sáu (2015). *Kỹ năng tiềm việc làm sau tốt nghiệp của sinh viên Trường Đại học Khoa học Xã hội và nhân văn*. Luận văn Thạc sĩ, Trường Đại học Khoa học Xã hội và nhân văn - Đại học Quốc gia Hà Nội.
- Nguyễn Thị Như Nguyệt, Phạm Thị Cẩm Vân, Nguyễn Thị Hưng. (2020). Phân tích các yếu tố gây ra áp lực đối với sinh viên Học viện Ngân hàng. *Tạp chí Khoa học & Đào tạo Ngân hàng*, 222, 74-86.
- Nguyễn Thu Hằng. (2017). *Tìm hiểu thực trạng rối loạn lo âu của sinh viên trường đại học điều dưỡng Nam Định*. Luận văn Thạc sĩ ngành Tâm lý học, Trường Đại học Giáo dục, Đại học Quốc gia Hà Nội.
- Nguyễn Văn Nuôi, Phạm Văn Trụ, Lê Quốc Nam, Lương Mạnh Dũng. (1994). *Sổ tay thống kê chẩn đoán các rối loạn tinh thần rút gọn IV*. TPHCM: NXB Y học TPHCM.

- Nguyễn Việt (1999). *Các khái niệm cơ bản về Sức khỏe Tinh thần- Bệnh tinh thần phân liệt, những hiểu biết cơ bản về điều trị, chăm sóc, quản lý và phục hồi chức năng dựa vào cộng đồng*. Trong Chương trình Quốc Gia bảo vệ sức khỏe tinh thần cộng đồng, Hà Nội, tr 5-13.
- Phạm Minh Hạc (2008). Sức khỏe tinh thần. *Tạp chí Tâm lý học*, 1(106), 1 – 7.
- Phạm Minh Hạc, Lê Khanh và Trần Trọng Thủy (1998). *Tâm lý học*. Hà Nội: Nxb Giáo dục.
- Phạm Ngọc Trí. (2007). *Từ điển Y học Anh – Việt*. NXB Y học.
- Phạm Viết Vượng (2017). *Giáo dục học*. Hà Nội: NXB Đại học Sư phạm.
- Philippe Grimbert, Laure Monloubou. (2019). *Cẩm nang về sức khỏe tinh thần (dành cho cả trẻ em và cha mẹ)* [tài liệu dịch]
- Seth J. Gillihan. (2016). *Vượt qua âu lo, chữa lành tâm trí*. NXB Dân Trí. ISBN: 978-604-378-182-3. [tài liệu dịch]
- Tạp chí cộng sản. (03/6/2010). *Công bố báo cáo chung về Điều tra quốc gia Vị thành niên và Thanh niên Việt Nam lần thứ hai*. Khai thác từ <https://tapchicongsan.org.vn/web/guest/thong-tin-ly-luan/-/2018/4621/cong-bo-bao-cai-chung-ve-dieu-tra-quoc-gia-vi-thanh-nien-va-thanh-nien-viet-nam-lan-thu-hai.aspx>
- Tôn Thất Minh Thông, Vũ Thị Thu Huyền, Nguyễn Thị Phụng, Trương Thị Tâm Anh, Trần Lê Thủy Tiên, Phan Thị Nhu Mỹ, Nguyễn Ngọc Bảo Châu, Nguyễn Ngọc Quỳnh Anh, Nguyễn Phước Cát Tường. (2021). Sức khỏe tinh thần của sinh viên Đại học Huế. *Tạp chí Khoa học, Trường Đại học Sư phạm, Đại học Huế*. ISSN 1859-1612, Số 2(62): tr. 163-173.
- Tuổi trẻ. (16/12/2022). *Tự sát ở thanh thiếu niên: Trẻ hóa và có dấu hiệu gia tăng*. Khai thác từ <https://tuoitre.vn/tu-sat-o-thanh-thieu-nien-tre-hoa-va-co-dau-hieu-gia-tang-2022121610000324.htm>.

- Trần Kim Trang. (2012). Stress, lo âu và trầm cảm ở sinh viên Y khoa. *Tạp chí Y học thành phố Hồ Chí Minh*, 16 (1), tr.356-362.
- Trần Thị Diệu, Nguyễn Minh Ngọc, Đặng Minh Xuân, Phạm Văn Hậu. (2022). Thu nhập và sức khỏe tinh thần của nhân viên y tế tại Bệnh viện Nhi đồng 2 TPHCM trong đại dịch Covid-19: nghiên cứu cắt ngang. *Tạp chí Khoa học – Trường Đại học Quốc tế Hồng Bàng*. Số đặc biệt 12/2022, 8-16.
- Trần Thị Tuyết Oanh (chủ biên), Phạm Khắc Chương, Phạm Viết Vượng, Nguyễn Văn Diện, Lê Tràng Định. (2016a). *Giáo trình Giáo dục học tập 1*. NXB Đại học Sư phạm.
- Trần Thị Tuyết Oanh (chủ biên), Phạm Khắc Chương, Phạm Viết Vượng, Nguyễn Văn Diện, Lê Tràng Định. (2016b). *Giáo trình Giáo dục học tập 2*. NXB Đại học Sư phạm.
- Trần Thị Thu Mai, Nguyễn Ngọc Duy. (2015). Rối loạn lo âu của sinh viên một số trường sư phạm tại TPHCM. *Tạp chí Khoa học Đại học Sư phạm TPHCM*, số 11(77).
- Trịnh Thị Mai. (2013). *Thực trạng các vấn đề sức khỏe tinh thần của HS THPT nội trú ở vùng dân tộc thiểu số phía Bắc*. Luận văn thạc sĩ, Trường Đại học Giáo dục, Đại học Quốc gia Hà Nội.
- Trung tâm dịch vụ sinh viên (2022). *Khảo sát trực tuyến về nhu cầu hỗ trợ sinh viên*. Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh.
- Trương Oanh (2023). *Sức khỏe tinh thần là gì? Ý nghĩa và tầm quan trọng*. Khai thác từ <https://tapchitamlyhoc.com/suc-khoe-tinh-than-6565.html>.
- UNICEF & Bộ Lao động, Thương binh và xã hội. (2018). *Báo cáo Nghiên cứu về Sức khỏe tinh thần và tâm lý xã hội của trẻ em và thanh niên tại một số tỉnh và thành phố ở Việt Nam*. Khai thác từ <https://www.unicef.org/vietnam/vi/reports/b%C3%A1o-c%C3%A1o-nghi%C3%AAn-c%E1%BB%A9u-v%E1%BB%81-s%E1%BB%A9c->

[kh%E1%BB%8Fe-t%C3%A2m-th%E1%BA%A7n-v%C3%A0-t%C3%A2m-l%C3%BD-x%C3%A3-h%E1%BB%99i-c%E1%BB%A7a-tr%E1%BA%BB-em-v%C3%A0-thanh-ni%C3%AAn-t%E1%BA%A1i-vi%E1%BB%87t](#)

UNICEF (2021a). *Nghiên cứu toàn diện về các yếu tố liên quan đến trường học ảnh hưởng đến sức khỏe tinh thần và sự phát triển toàn diện của trẻ em nam và nữ vị thành niên tại Việt Nam*. Khai thác từ <https://www.unicef.org/vietnam/media/9821/file/Nghi%C3%AAn%20c%E1%BB%A9u%20to%C3%A0n%20di%E1%BB%87n%20v%E1%BB%81%20c%C3%A1c%20y%E1%BA%BFu%20t%E1%BB%91%20li%C3%AAn%20qua%20%C4%91%E1%BA%BFn%20tr%C6%B0%E1%BB%9Dng%20h%E1%BB%8Dc%20%E1%BA%A3nh%20h%C6%B0%E1%BB%9Fng%20%C4%91%E1%BA%BFn%20s%E1%BB%A9c%20kh%E1%BB%8Fe-t%C3%A2m%20th%E1%BA%A7n%20v%C3%A0%20s%E1%BB%B1%20ph%C3%A1t%20tri%E1%BB%83n%20to%C3%A0n%20di%E1%BB%87n%20c%E1%BB%A7a%20tr%E1%BA%BB%20em%20nam%20v%C3%A0%20n%E1%BB%AF%20v%E1%BB%8B%20th%C3%A0nh%20ni%C3%AAn%20t%E1%BA%A1i%20Vi%E1%BB%87t%20Nam.pdf>

UNICEF (2021b). *Khi nào nên tìm sự hỗ trợ về sức khỏe tinh thần cho thanh thiếu niên*. Khai thác từ <https://www.unicef.org/vietnam/vi/nh%E1%BB%AFng-c%C3%A2u-chuy%E1%BB%87n/khi-n%C3%A0o-n%C3%AAn-t%C3%ACm-s%E1%BB%B1-h%E1%BB%97-tr%E1%BB%A3-v%E1%BB%81-s%E1%BB%A9c-kh%E1%BB%8Fe-t%C3%A2m-th%E1%BA%A7n-cho-thanh-thi%E1%BA%BFu-ni%C3%AAn>

UNICEF (2022). *Tác động của trường học tới sức khỏe tinh thần và sự phát triển toàn diện của thanh thiếu niên tại Việt Nam*. Khai thác từ <https://www.unicef.org/vietnam/media/9781/file/B%C3%A1o%20c%C3%A1o%20t%C3%B3m%20t%E1%BA%AFt%20ch%C3%ADnh%20s%C3%A1>

[ch:%20T%C3%A1c%20%C4%91%E1%BB%99ng%20c%E1%BB%A7a%20tr%C6%B0%E1%BB%9Dng%20h%E1%BB%8Dc%20t%E1%BB%9Bi%20s%E1%BB%A9c%20kh%E1%BB%8Fe%20t%C3%A2m%20th%E1%BA%A7n%20v%C3%A0%20s%E1%BB%B1%20ph%C3%A1t%20tri%E1%B%83n%20to%C3%A0n%20di%E1%BB%87n%20c%E1%BB%A7a%20thanh%20thi%E1%BA%BFu%20ni%C3%AAn%20t%E1%BA%A1i%20Vi%E1%BB%87t%20Nam.pdf.](#)

Vũ Dũng. (2008). *Từ điển Tâm Lý học*. NXB Từ điển Bách khoa Hà Nội

WHO (2023c). *Sức khỏe tinh thần tại Việt Nam*. Khai thác từ <https://www.who.int/vietnam/vi/health-topics/mental-health>

Yi Li, Qi Wang, Lizhou Wang (2023). Giáo dục về sức khỏe tinh thần cho sinh viên đại học ở Trung Quốc. *Đặc san Giáo dục Đại học Quốc tế, Trường Đại học FPT, số 112*.

PHỤ LỤC

PHỤ LỤC 01. PHIẾU KHẢO SÁT DÀNH CHO GIẢNG VIÊN

Nhằm thu thập những thông tin về hoạt động giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh, rất mong quý thầy/cô cho biết ý kiến về các vấn đề sau bằng cách đánh dấu X vào ô phù hợp với quan điểm cá nhân.

I. PHẦN THÔNG TIN CÁ NHÂN

1. Giới tính:

☐ 1. Nam

☐ 2. Nữ
2. Thâm niên:

☐ 1. Dưới 5 năm

☐ 2. Từ 6 đến 10 năm

☐ 3. Từ 10 đến 15 năm

☐ 4. Từ 16 năm trở lên
3. Độ tuổi:

☐ 1. Dưới 25 tuổi

☐ 2. Từ 25 đến dưới 40 tuổi

☐ 3. Từ 40 tuổi đến dưới 55 tuổi

☐ 4. Từ 55 tuổi trở lên
4. Học hàm, học vị:

☐ 1. Thạc sĩ

☐ 2. Tiến sĩ

☐ 3. Phó giáo sư – Tiến sĩ
5. Vị trí công tác:

☐ 1. Giảng viên

☐ 2. Trưởng/phó bộ môn

☐ 3. Trưởng/phó khoa

II. PHẦN NỘI DUNG

Dưới đây là một số tiêu chí để đánh giá thực trạng hoạt động giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên tại Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh. Xin bạn/ quý thầy/cô cho biết mức độ đồng ý của mình bằng cách đánh dấu (X) vào các ô tương ứng từ mức độ 1 đến mức độ 5.

Mức độ 1	Mức độ 2	Mức độ 3	Mức độ 4	Mức độ 5
Rất không đồng ý	Không đồng ý	Tương đối đồng ý	Đồng ý	Hoàn toàn đồng ý

Câu 1. Quan điểm của bạn/ quý thầy/cô về những lợi ích của hoạt động giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên tại Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh là gì?

TT	Nội dung	Mức độ đánh giá				
		1	2	3	4	5
1	Giúp sinh viên trao đổi các kiến thức về sức khỏe tinh thần và các vấn đề liên quan (khái niệm, vai trò, biểu hiện, bệnh lý, các yếu tố ảnh hưởng)					
2	Giúp sinh viên xác định được tình trạng sức khỏe tinh thần của bản thân					
3	Giúp sinh viên hình thành, phát triển những kỹ năng đối phó với các vấn đề về sức khỏe tâm thần cần thiết trong cuộc sống					
4	Giúp sinh viên biết cách tìm kiếm nguồn thông tin và hỗ trợ về sức khỏe tinh thần					
5	Giúp thầy/cô nắm bắt thực trạng sức khỏe tinh thần của sinh viên và có các biện pháp hỗ trợ nhánh chóng, phù hợp					

Câu 2. Quan điểm của bạn/ quý thầy/cô về mục tiêu của hoạt động giáo dục sức khỏe tâm thần tại Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh là gì?

TT	Nội dung	Mức độ đánh giá				
		1	2	3	4	5
1	Nâng cao nhận thức của sinh viên về tính cần thiết của hoạt động giáo dục					

	sức khỏe tâm thần cho sinh viên					
2	Đảm bảo sự phát triển toàn diện về tâm lý cho sinh viên					
3	Góp phần xây dựng “Trường học hạnh phúc”					

**Câu 3. Quan điểm của bạn/ quý thầy/cô về mức độ phổ biến các nội dung giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên ở Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh là gì?**

TT	Nội dung	Mức độ đánh giá				
		1	2	3	4	5
1	Thông tin dịch tễ về sức khỏe tâm thần					
2	Các yếu tố ảnh hưởng đến sức khỏe tâm thần của sinh viên					
3	Các biểu hiện của sức khỏe tinh thần và các dạng rối loạn tâm thần thường gặp ở sinh viên					
4	Các kĩ năng ứng phó khi gặp vấn đề và cách duy trì một sức khỏe tâm thần tốt					
5	Cách thức tìm kiếm các nguồn hỗ trợ về sức khỏe tâm thần					

**Câu 4. Quan điểm của bạn/ quý thầy/cô về mức độ thực hiện các hình thức giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên ở Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh là gì?**

TT	Nội dung	Mức độ đánh giá				
		1	2	3	4	5
1	Thông qua hoạt động dạy học trên lớp					
2	Thông qua các hoạt động ngoài giờ lên lớp (các lớp học kỹ năng xã hội, các hoạt động tình nguyện, tham gia các câu lạc bộ, đội nhóm, tham gia các hội thảo, tọa đàm, ...)					
3	Thông qua các trang mạng xã hội và các sản phẩm truyền thông của nhà trường					

**Câu 5. Quan điểm của bạn/ quý thầy/cô về tính hiệu quả của các phương pháp giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên tại Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh là gì?**

TT	Nội dung	Mức độ đánh giá				
		1	2	3	4	5
1	Phương pháp đàm thoại (trò chuyện, trao đổi giữa sinh viên và nhà giáo dục)					
2	Phương pháp giảng giải (phân tích, phân giải các nguồn thông tin đúng, sai)					
3	Phương pháp nêu gương (nêu bật một hình ảnh tốt để làm chuẩn mực)					
4	Phương pháp rèn luyện (luyện tập với sự thay đổi về điều kiện)					

**Câu 6. Quan điểm của bạn/ quý thầy/cô về sự ảnh hưởng của các yếu tố dưới đây đến công tác giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên tại Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh là gì?**

TT	Nội dung	Mức độ đánh giá				
		1	2	3	4	5
1	Các quy định, chính sách của nhà nước, nhà trường					
2	Hình thức, phương pháp giáo dục					

3	Cơ sở vật chất, thiết bị dạy học					
4	Sự thiếu hụt về số lượng và chất lượng của đội ngũ chuyên môn					
5	Nhận thức, thái độ của sinh viên					
6	Đặc điểm tâm, sinh lý của sinh viên					
7	Gia đình					

**Câu 7. Bạn/ quý thầy/cô có đóng góp gì để cải thiện nội dung, hình thức và phương pháp giáo dục sức khỏe tinh thần cho sinh viên trong nhà trường không?**

.....  
.....  
.....  
.....

**Chân thành cảm ơn./.**



PHỤ LỤC 02. PHIẾU KHẢO SÁT DÀNH CHO SINH VIÊN

Nhằm thu thập những thông tin về hoạt động giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh, rất mong các bạn cho biết ý kiến về các vấn đề sau bằng cách đánh dấu X vào ô phù hợp với quan điểm cá nhân.

I. PHẦN THÔNG TIN CÁ NHÂN

1. Giới tính:

☐ 1. Nam

☐ 2. Nữ
2. Khóa:

☐ 1. Khóa 2023 - 2024

☐ 2. Khóa 2022 - 2023

☐ 3. Khóa 2021 - 2022

☐ 4. Khóa 2020 - 2021

☐ 5. Khóa 2019 - 2020
3. Việc làm thêm:

☐ 1. Có

☐ 2. Không
4. Nơi cư trú:

☐ 1. Sống cùng gia đình

☐ 2. Không sống cùng gia đình
5. Tình trạng hôn nhân của cha mẹ:

☐ 1. Sống cùng nhau

☐ 2. Không sống cùng nhau

II. PHẦN NỘI DUNG

Dưới đây là một số tiêu chí để đánh giá công tác giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên tại Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh. Xin bạn cho biết mức độ đồng ý của mình bằng cách đánh dấu (X) vào các ô tương ứng từ mức độ 1 đến mức độ 5.

Mức độ 1	Mức độ 2	Mức độ 3	Mức độ 4	Mức độ 5
Rất không đồng ý	Không đồng ý	Tương đối đồng ý	Đồng ý	Hoàn toàn đồng ý

Câu 1. Quan điểm của bạn về những lợi ích của hoạt động giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên tại Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh là gì?

TT	Nội dung	Mức độ đánh giá				
		1	2	3	4	5
1	Giúp sinh viên trao đổi các kiến thức về sức khỏe tinh thần và các vấn đề liên quan (khái niệm, vai trò, biểu hiện, bệnh lý, các yếu tố ảnh hưởng)					
2	Giúp sinh viên xác định được tình trạng sức khỏe tinh thần của bản thân					
3	Giúp sinh viên hình thành, phát triển những kỹ năng đối phó với các vấn đề về sức khỏe tâm thần cần thiết trong cuộc sống					
4	Giúp sinh viên biết cách tìm kiếm nguồn thông tin và hỗ trợ về sức khỏe tinh thần					
5	Giúp thầy/cô nắm bắt thực trạng sức khỏe tinh thần của sinh viên và có các biện pháp hỗ trợ nhanh chóng, phù hợp					

Câu 2. Quan điểm của bạn về mục tiêu của hoạt động giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên tại Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh là gì?

TT	Nội dung	Mức độ đánh giá				
		1	2	3	4	5
1	Nâng cao nhận thức của sinh viên về tính cần thiết của hoạt động giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên					
2	Đảm bảo sự phát triển toàn diện về tâm lý cho sinh viên					
3	Góp phần xây dựng “Trường học hạnh phúc”					

**Câu 3. Quan điểm của bạn về mức độ phổ biến các nội dung giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên ở Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh là gì?**

TT	Nội dung	Mức độ đánh giá				
		1	2	3	4	5
1	Thông tin dịch tễ về sức khỏe tâm thần					
2	Các yếu tố ảnh hưởng đến sức khỏe tâm thần của sinh viên					
3	Các biểu hiện của sức khỏe tinh thần và các dạng rối loạn tâm thần thường gặp ở sinh viên					
4	Các kĩ năng ứng phó khi gặp vấn đề và cách duy trì một sức khỏe tâm thần tốt					
5	Cách thức tìm kiếm các nguồn hỗ trợ về sức khỏe tâm thần					

**Câu 4. Quan điểm của bạn về mức độ thực hiện các hình thức giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên ở Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh là gì?**

TT	Nội dung	Mức độ đánh giá				
		1	2	3	4	5
1	Thông qua hoạt động dạy học trên lớp					
2	Thông qua các hoạt động ngoài giờ lên lớp (các lớp học kỹ năng xã hội, các hoạt động tình nguyện, tham gia các câu lạc bộ, đội nhóm, tham gia các hội thảo, tọa đàm, ...)					
3	Thông qua các trang mạng xã hội và các sản phẩm truyền thông của nhà trường					

**Câu 5. Quan điểm của bạn về tính hiệu quả của các phương pháp giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên tại Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh là gì?**

TT	Nội dung	Mức độ đánh giá				
		1	2	3	4	5
1	Phương pháp đàm thoại (trò chuyện, trao đổi giữa sinh viên và nhà giáo dục)					
2	Phương pháp giảng giải (phân tích, phân giải các nguồn thông tin đúng, sai)					
3	Phương pháp nêu gương (nêu bật một hình ảnh tốt để làm chuẩn mực)					
4	Phương pháp rèn luyện (luyện tập với sự thay đổi về điều kiện)					

**Câu 6. Quan điểm của bạn về sự ảnh hưởng của các yếu tố dưới đây đến công tác giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên tại Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh là gì?**

TT	Nội dung	Mức độ đánh giá				
		1	2	3	4	5
1	Các quy định, chính sách của nhà nước, nhà trường					
2	Hình thức, phương pháp giáo dục					
3	Cơ sở vật chất, thiết bị dạy học					
4	Sự thiếu hụt về số lượng và chất lượng của đội ngũ chuyên môn					
5	Nhận thức, thái độ của sinh viên					

6	Đặc điểm tâm, sinh lý của sinh viên					
7	Gia đình					

**Câu 7. Bạn có đóng góp gì để cải thiện nội dung, hình thức và phương pháp giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên trong nhà trường không?**

.....

.....

.....

.....

**Chân thành cảm ơn!**

### **PHỤ LỤC 03. BẢNG HỎI PHÒNG VẤN**

Câu 1. Theo bạn/ bạn/ quý thầy/cô, những lợi ích có được từ hoạt động giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên là gì? Lợi ích nào được bạn/ bạn/ quý thầy/cô tâm đắc nhất?

Câu 2. Theo bạn/ quý thầy/cô, mục tiêu của công tác giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên là gì? Mục tiêu nào phù hợp với tình hình thực tế tại Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật TP.HCM?

Câu 3. Theo bạn/ quý thầy/cô, giáo dục những nội dung gì về sức khỏe tâm thần cho sinh viên? Nội dung nào là quan trọng nhất? Vì sao?

Câu 4. Theo bạn/ quý thầy/cô, các hình thức giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên là gì? Hình thức nào tối ưu/phù hợp nhất? Vì sao?

Câu 5. Theo bạn/ quý thầy/cô, các phương pháp giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên là gì? Phương pháp nào mang đến hiệu quả cao nhất? Vì sao?

Câu 6. Theo bạn/ quý thầy/cô, có những yếu tố nào ảnh hưởng đến công tác giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên? Yếu tố nào có ảnh hưởng sâu sắc nhất? Vì sao?

Câu 7. Bạn/ quý thầy/cô có đóng góp gì nhằm cải tiến chất lượng công tác giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên?

## PHỤ LỤC 04. KẾT QUẢ THÔ TỪ PHẦN MỀM SPSS 20 CỦA GIẢNG VIÊN

### 1. Kết quả thông tin cá nhân

**GioiTinh**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Nam	53	60.9	60.9	60.9
Valid Nu	34	39.1	39.1	100.0
Total	87	100.0	100.0	

**ThamNien**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Duoi 5 nam	22	25.3	25.3	25.3
Tu 5 den 10 nam	11	12.6	12.6	37.9
Valid Tu 10 den 15 nam	36	41.4	41.4	79.3
Tren 15 nam	18	20.7	20.7	100.0
Total	87	100.0	100.0	

**DoTuoi**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Duoi 25 tuoi	1	1.1	1.1	1.1
Tu 25 den duoi 40 tuoi	42	48.3	48.3	49.4
Valid Tu 40 den duoi 55 tuoi	41	47.1	47.1	96.6
Tu 55 tuoi tro len	3	3.4	3.4	100.0
Total	87	100.0	100.0	

**HocVan**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Thac si	55	63.2	63.2	63.2
Tien si	28	32.2	32.2	95.4
Valid Pho giao su - Tien si	4	4.6	4.6	100.0
Total	87	100.0	100.0	

**ChucVu**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Giang vien	66	75.9	75.9	75.9
	Truong/pho bo mon	16	18.4	18.4	94.3
	Truong/pho khoa	5	5.7	5.7	100.0
	Total	87	100.0	100.0	

**2. Độ tin cậy Cronbach's Alpha, tỉ lệ phần trăm, giá trị trung bình, độ lệch chuẩn về lợi ích của hoạt động giáo dục sức khỏe tâm thần cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật TP.HCM**

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	87	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	87	100.0

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.847	5

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
LI1	15.40	9.708	.628	.823
LI2	15.62	9.215	.638	.821
LI3	15.21	9.771	.710	.804
LI4	15.20	9.415	.707	.802
LI5	15.40	9.267	.614	.828

**Descriptive Statistics**

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
LI1	87	1	5	3.80	.938
LI2	87	1	5	3.59	1.029
LI3	87	2	5	4.00	.849
LI4	87	2	5	4.01	.921
LI5	87	1	5	3.80	1.044
LITB	87	1	5	3.83	.943

Valid N (listwise)	87				
-----------------------	----	--	--	--	--

#### LI1

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Rat khong dong y	2	2.3	2.3	2.3
Khong dong y	3	3.4	3.4	5.7
Tuong doi dong y	27	31.0	31.0	36.8
Dong y	33	37.9	37.9	74.7
Rat dong y	22	25.3	25.3	100.0
Total	87	100.0	100.0	

#### LI2

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Rat khong dong y	3	3.4	3.4	3.4
Khong dong y	10	11.5	11.5	14.9
Tuong doi dong y	23	26.4	26.4	41.4
Dong y	35	40.2	40.2	81.6
Rat dong y	16	18.4	18.4	100.0
Total	87	100.0	100.0	

#### LI3

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Khong dong y	3	3.4	3.4	3.4
Tuong doi dong y	22	25.3	25.3	28.7
Dong y	34	39.1	39.1	67.8
Rat dong y	28	32.2	32.2	100.0
Total	87	100.0	100.0	

#### LI4

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Khong dong y	7	8.0	8.0	8.0
Tuong doi dong y	15	17.2	17.2	25.3

Dong y	35	40.2	40.2	65.5
Rat dong y	30	34.5	34.5	100.0
Total	87	100.0	100.0	

**LI5**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Rat khong dong y	2	2.3	2.3	2.3
Khong dong y	8	9.2	9.2	11.5
Tuong doi dong y	21	24.1	24.1	35.6
Dong y	30	34.5	34.5	70.1
Rat dong y	26	29.9	29.9	100.0
Total	87	100.0	100.0	

**LITB**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
1	1	1.1	1.1	1.1
2	6	6.9	6.9	8.0
3	23	26.4	26.4	34.5
4	34	39.1	39.1	73.6
5	23	26.4	26.4	100.0
Total	87	100.0	100.0	

### 3. ĐỘ TIN CẬY CRONBACH'S ALPHA, TỈ LỆ PHẦN TRĂM, GIÁ TRỊ TRUNG BÌNH, ĐỘ LỆCH CHUẨN CỦA MỤC TIÊU CỦA HOẠT ĐỘNG GD SKTT CHO SV TRƯỜNG ĐHSPTK TPHCM

**Case Processing Summary**

	N	%
Valid	87	100.0
Cases Excluded <sup>a</sup>	0	.0
Total	87	100.0

#### **Reliability Statistics**



Cronbach's Alpha	N of Items
.685	3

#### Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
MT1	3.91	.693	87
MT2	3.98	.647	87
MT3	4.03	.637	87

#### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
MT1	8.01	1.198	.477	.624
MT2	7.94	1.148	.602	.457
MT3	7.89	1.359	.428	.678

#### Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
MT1	87	3	5	3.91	.693
MT2	87	3	5	3.98	.647
MT3	87	3	5	4.03	.637
MTTB	87	3	5	4.08	.669
Valid N (listwise)	87				

#### MT1

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Tuong doi dong y	25	28.7	28.7	28.7
Dong y	45	51.7	51.7	80.5
Rat dong y	17	19.5	19.5	100.0
Total	87	100.0	100.0	

#### MT2

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
--	-----------	---------	---------------	--------------------

Valid	Tuong doi dong y	19	21.8	21.8	21.8
	Dong y	51	58.6	58.6	80.5
	Rat dong y	17	19.5	19.5	100.0
	Total	87	100.0	100.0	

#### MT3

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tuong doi dong y	16	18.4	18.4
	Dong y	52	59.8	78.2
	Rat dong y	19	21.8	100.0
	Total	87	100.0	

#### MTTB

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	3	16	18.4	18.4
	4	48	55.2	73.6
	5	23	26.4	100.0
	Total	87	100.0	

#### 4. ĐỘ TIN CẬY CRONBACH'S ALPHA, TỈ LỆ PHẦN TRĂM, GIÁ TRỊ TRUNG BÌNH, ĐỘ LỆCH CHUẨN CỦA NỘI DUNG GD SKTT CHO SV TRƯỜNG ĐHSPTK TPHCM

##### Case Processing Summary

	N	%
Valid	87	100.0
Cases Excluded <sup>a</sup>	0	.0
Total	87	100.0

##### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.740	5

### Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
ND1	3.84	.729	87
ND2	3.90	.732	87
ND3	4.03	.723	87
ND4	3.94	.737	87
ND5	3.92	.719	87

### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
ND1	15.79	4.840	.349	.750
ND2	15.74	4.290	.549	.676
ND3	15.60	4.127	.627	.646
ND4	15.69	4.751	.372	.742
ND5	15.71	4.114	.638	.642

### Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
ND1	87	3	5	3.84	.729
ND2	87	3	5	3.90	.732
ND3	87	3	5	4.03	.723
ND4	87	3	5	3.94	.737
ND5	87	3	5	3.92	.719
NDTB	87	3	5	4.07	.643
Valid N (listwise)	87				

### ND1

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Tuong doi dong y	31	35.6	35.6	35.6
Dong y	39	44.8	44.8	80.5
Rat dong y	17	19.5	19.5	100.0
Total	87	100.0	100.0	

**ND2**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tuong doi dong y	28	32.2	32.2	32.2
	Dong y	40	46.0	46.0	78.2
	Rat dong y	19	21.8	21.8	100.0
	Total	87	100.0	100.0	

**ND3**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tuong doi dong y	21	24.1	24.1	24.1
	Dong y	42	48.3	48.3	72.4
	Rat dong y	24	27.6	27.6	100.0
	Total	87	100.0	100.0	

**ND4**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tuong doi dong y	26	29.9	29.9	29.9
	Dong y	40	46.0	46.0	75.9
	Rat dong y	21	24.1	24.1	100.0
	Total	87	100.0	100.0	

**ND5**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tuong doi dong y	26	29.9	29.9	29.9
	Dong y	42	48.3	48.3	78.2
	Rat dong y	19	21.8	21.8	100.0
	Total	87	100.0	100.0	

**NDTB**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	3	15	17.2	17.2	17.2

4	51	58.6	58.6	75.9
5	21	24.1	24.1	100.0
Total	87	100.0	100.0	

## 5. ĐỘ TIN CẬY CRONBACH'S ALPHA, TỈ LỆ PHẦN TRĂM, GIÁ TRỊ TRUNG BÌNH, ĐỘ LỆCH CHUẨN CỦA HÌNH THỨC GD SKTT CHO SV TRƯỜNG ĐHSPTK TPHCM

### Case Processing Summary

	N	%
Valid	87	100.0
Cases Excluded <sup>a</sup>	0	.0
Total	87	100.0

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.855	3

### Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
HT1	3.76	.777	87
HT2	3.72	.802	87
HT3	3.91	.858	87

### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
HT1	7.63	2.165	.806	.726
HT2	7.67	2.225	.729	.796
HT3	7.48	2.206	.656	.869

### Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
HT1	87	2	5	3.76	.777
HT2	87	2	5	3.72	.802
HT3	87	1	5	3.91	.858
HTTB	87	2	5	3.85	.870
Valid N (listwise)	87				

**HT1**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Khong dong y	4	4.6	4.6	4.6
Tuong doi dong y	27	31.0	31.0	35.6
Valid Dong y	42	48.3	48.3	83.9
Rat dong y	14	16.1	16.1	100.0
Total	87	100.0	100.0	

**HT2**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Khong dong y	5	5.7	5.7	5.7
Tuong doi dong y	28	32.2	32.2	37.9
Valid Dong y	40	46.0	46.0	83.9
Rat dong y	14	16.1	16.1	100.0
Total	87	100.0	100.0	

**HT3**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Rat khong dong y	1	1.1	1.1	1.1
Khong dong y	5	5.7	5.7	6.9
Tuong doi dong y	15	17.2	17.2	24.1
Valid Dong y	46	52.9	52.9	77.0
Rat dong y	20	23.0	23.0	100.0
Total	87	100.0	100.0	

**HTTB**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 2	5	5.7	5.7	5.7

3	25	28.7	28.7	34.5
4	35	40.2	40.2	74.7
5	22	25.3	25.3	100.0
Total	87	100.0	100.0	

## 6. ĐỘ TIN CẬY CRONBACH'S ALPHA, TỈ LỆ PHẦN TRĂM, GIÁ TRỊ TRUNG BÌNH, ĐỘ LỆCH CHUẨN CỦA PHƯƠNG PHÁP GD SKTT CHO SV TRƯỜNG ĐHSPTK TPHCM

### Case Processing Summary

	N	%
Valid	87	100.0
Cases Excluded <sup>a</sup>	0	.0
Total	87	100.0

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.769	4

### Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
PP1	3.78	.827	87
PP2	3.75	.781	87
PP3	3.68	.707	87
PP4	3.72	.845	87

### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
PP1	11.15	3.268	.660	.663
PP2	11.18	3.547	.601	.697
PP3	11.25	3.796	.592	.707
PP4	11.21	3.747	.448	.782

### Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
PP1	87	2	5	3.78	.827
PP2	87	2	5	3.75	.781

PP3	87	2	5	3.68	.707
PP4	87	1	5	3.72	.845
PPTB	87	2	5	3.97	.855
Valid N (listwise)	87				

**PP1**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Khong dong y	5	5.7	5.7	5.7
Tuong doi dong y	26	29.9	29.9	35.6
Valid Dong y	39	44.8	44.8	80.5
Rat dong y	17	19.5	19.5	100.0
Total	87	100.0	100.0	

**PP2**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Khong dong y	6	6.9	6.9	6.9
Tuong doi dong y	22	25.3	25.3	32.2
Valid Dong y	47	54.0	54.0	86.2
Rat dong y	12	13.8	13.8	100.0
Total	87	100.0	100.0	

**PP3**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Khong dong y	6	6.9	6.9	6.9
Tuong doi dong y	22	25.3	25.3	32.2
Valid Dong y	53	60.9	60.9	93.1
Rat dong y	6	6.9	6.9	100.0
Total	87	100.0	100.0	

**PP4**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Rat khong dong y	1	1.1	1.1	1.1
Khong dong y	2	2.3	2.3	3.4



Tuong doi dong y	34	39.1	39.1	42.5
Dong y	33	37.9	37.9	80.5
Rat dong y	17	19.5	19.5	100.0
Total	87	100.0	100.0	

**PPTB**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
2	6	6.9	6.9	6.9
3	15	17.2	17.2	24.1
Valid 4	42	48.3	48.3	72.4
5	24	27.6	27.6	100.0
Total	87	100.0	100.0	

**7. ĐỘ TIN CẬY CRONBACH'S ALPHA, TỈ LỆ PHẦN TRĂM, GIÁ TRỊ TRUNG BÌNH, ĐỘ LỆCH CHUẨN CỦA CÁC YẾU TỐ ẢNH HƯỞNG ĐẾN CÔNG TÁC GD SKTT CHO SV TRƯỜNG ĐHSPTK TPHCM**

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	87	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	87	100.0

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.845	7

**Item Statistics**

	Mean	Std. Deviation	N
YT1	3.46	.950	87
YT2	3.62	.866	87
YT3	3.74	.799	87
YT4	3.80	.860	87
YT5	3.83	.735	87
YT6	3.90	.732	87
YT7	4.15	.829	87

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
YT1	23.03	12.336	.619	.822
YT2	22.87	12.577	.658	.814
YT3	22.76	13.092	.629	.819
YT4	22.69	13.263	.537	.833
YT5	22.67	13.690	.578	.827
YT6	22.60	13.918	.534	.833
YT7	22.34	12.763	.662	.814

### Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
YT1	87	1	5	3.46	.950
YT2	87	1	5	3.62	.866
YT3	87	2	5	3.74	.799
YT4	87	1	5	3.80	.860
YT5	87	2	5	3.83	.735
YT6	87	1	5	3.90	.732
YT7	87	2	5	4.15	.829
YTTB	87	2	5	3.99	.800
Valid N (listwise)	87				

### YT1

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Rat khong dong y	2	2.3	2.3	2.3
Khong dong y	10	11.5	11.5	13.8
Tuong doi dong y	33	37.9	37.9	51.7
Dong y	30	34.5	34.5	86.2
Rat dong y	12	13.8	13.8	100.0
Total	87	100.0	100.0	

### YT2

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Rat khong dong y	2	2.3	2.3	2.3
Khong dong y	3	3.4	3.4	5.7
Tuong doi dong y	34	39.1	39.1	44.8
Dong y	35	40.2	40.2	85.1
Rat dong y	13	14.9	14.9	100.0
Total	87	100.0	100.0	

**YT3**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Khong dong y	5	5.7	5.7	5.7
	Tuong doi dong y	27	31.0	31.0	36.8
	Dong y	41	47.1	47.1	83.9
	Rat dong y	14	16.1	16.1	100.0
	Total	87	100.0	100.0	

**YT4**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rat khong dong y	1	1.1	1.1	1.1
	Khong dong y	4	4.6	4.6	5.7
	Tuong doi dong y	24	27.6	27.6	33.3
	Dong y	40	46.0	46.0	79.3
	Rat dong y	18	20.7	20.7	100.0
	Total	87	100.0	100.0	

**YT5**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Khong dong y	3	3.4	3.4	3.4
	Tuong doi dong y	23	26.4	26.4	29.9
	Dong y	47	54.0	54.0	83.9
	Rat dong y	14	16.1	16.1	100.0
	Total	87	100.0	100.0	

**YT6**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rat khong dong y	1	1.1	1.1	1.1
	Tuong doi dong y	22	25.3	25.3	26.4
	Dong y	48	55.2	55.2	81.6
	Rat dong y	16	18.4	18.4	100.0
	Total	87	100.0	100.0	

**YT7**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Khong dong y	3	3.4	3.4	3.4
	Tuong doi dong y	15	17.2	17.2	20.7
	Dong y	35	40.2	40.2	60.9
	Rat dong y	34	39.1	39.1	100.0
	Total	87	100.0	100.0	

**YTTB**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2	4	4.6	4.6	4.6
	3	16	18.4	18.4	23.0
	4	44	50.6	50.6	73.6
	5	23	26.4	26.4	100.0
	Total	87	100.0	100.0	

## PHỤ LỤC 05. KẾT QUẢ THÔ TỪ PHẦN MỀM SPSS 20 CỦA SINH VIÊN

### 1. KẾT QUẢ THÔNG TIN CÁ NHÂN

**GioiTinh**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Nam	211	54,5	54,5	54,5
Valid Nu	176	45,5	45,5	100,0
Total	387	100,0	100,0	

**NienKhoa**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
2019 - 2020	198	51,2	51,2	51,2
2020 - 2021	60	15,5	15,5	66,7
Valid 2021 - 2022	87	22,5	22,5	89,1
2022 - 2023	39	10,1	10,1	99,2
2023 - 2024	3	,8	,8	100,0
Total	387	100,0	100,0	

**ViecLam**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Co	116	30,0	30,0	30,0
Valid Khong	271	70,0	70,0	100,0
Total	387	100,0	100,0	

**NoiO**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Song cung gia dinh	131	33,9	33,9	33,9
Valid Khong song cung gia dinh	256	66,1	66,1	100,0
Total	387	100,0	100,0	

### GiaDinh

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Ba me song cung nhau	347	89,7	89,7	89,7
Valid Ba me li hon	40	10,3	10,3	100,0
Total	387	100,0	100,0	

## 2. ĐỘ TIN CẬY CRONBACH'S ALPHA, TỈ LỆ PHẦN TRĂM, GIÁ TRỊ TRUNG BÌNH, ĐỘ LỆCH CHUẨN LỢI ÍCH CỦA HOẠT ĐỘNG GD SKTT CHO SV TRƯỜNG ĐHSPTK TPHCM

### Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
LI1	387	1	5	3,64	1,062
LI2	387	1	5	3,73	,971
LI3	387	1	5	3,77	,933
LI4	387	1	5	3,72	,966
LI5	387	1	5	3,79	,958
LITB	387	1	5	3,73	,962
Valid N (listwise)	387				

### Case Processing Summary

	N	%
Valid	387	100,0
Cases Excluded <sup>a</sup>	0	,0
Total	387	100,0

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,913	5

### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
LI1	15,02	11,246	,758	,899
LI2	14,92	11,460	,818	,886
LI3	14,88	11,663	,823	,885
LI4	14,94	11,636	,791	,891
LI5	14,87	12,111	,712	,907

### LI1

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Rat khong dong y	22	5,7	5,7	5,7
Khong dong y	21	5,4	5,4	11,1
Tuong doi dong y	118	30,5	30,5	41,6
Dong y	140	36,2	36,2	77,8
Rat dong y	86	22,2	22,2	100,0
Total	387	100,0	100,0	

### LI2

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Rat khong dong y	6	1,6	1,6	1,6
Khong dong y	33	8,5	8,5	10,1
Tuong doi dong y	112	28,9	28,9	39,0
Dong y	143	37,0	37,0	76,0
Rat dong y	93	24,0	24,0	100,0
Total	387	100,0	100,0	

### LI3

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Rat khong dong y	7	1,8	1,8	1,8



Khong dong y	20	5,2	5,2	7,0
Tuong doi dong y	120	31,0	31,0	38,0
Dong y	147	38,0	38,0	76,0
Rat dong y	93	24,0	24,0	100,0
Total	387	100,0	100,0	

#### LI4

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Rat khong dong y	10	2,6	2,6	2,6
Khong dong y	24	6,2	6,2	8,8
Tuong doi dong y	117	30,2	30,2	39,0
Dong y	149	38,5	38,5	77,5
Rat dong y	87	22,5	22,5	100,0
Total	387	100,0	100,0	

#### LI5

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Rat khong dong y	6	1,6	1,6	1,6
Khong dong y	29	7,5	7,5	9,0
Tuong doi dong y	103	26,6	26,6	35,7
Dong y	151	39,0	39,0	74,7
Rat dong y	98	25,3	25,3	100,0
Total	387	100,0	100,0	

#### LITB

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 1	6	1,6	1,6	1,6

2	32	8,3	8,3	9,8
3	114	29,5	29,5	39,3
4	145	37,5	37,5	76,7
5	90	23,3	23,3	100,0
Total	387	100,0	100,0	

### 3. ĐỘ TIN CẬY CRONBACH'S ALPHA, TỈ LỆ PHẦN TRĂM, GIÁ TRỊ TRUNG BÌNH, ĐỘ LỆCH CHUẨN MỤC TIÊU CỦA HOẠT ĐỘNG GD SKTT CHO SV TRƯỜNG ĐHSPTK TPHCM

#### Case Processing Summary

	N	%
Valid	387	100,0
Excluded <sup>a</sup>	0	,0
Total	387	100,0

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,821	3

#### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
MT1	7,49	3,370	,650	,780
MT2	7,43	2,997	,721	,706
MT3	7,47	3,218	,658	,772

### Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
MT1	387	1	5	3,70	,964
MT2	387	1	5	3,76	1,023
MT3	387	1	5	3,72	1,004
MTTB	387	1	5	3,82	1,002
Valid N (listwise)	387				

### MT1

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Rat khong dong y	5	1,3	1,3	1,3
Khong dong y	39	10,1	10,1	11,4
Tuong doi dong y	107	27,6	27,6	39,0
Dong y	151	39,0	39,0	78,0
Rat dong y	85	22,0	22,0	100,0
Total	387	100,0	100,0	

### MT2

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Rat khong dong y	13	3,4	3,4	3,4
Khong dong y	24	6,2	6,2	9,6
Tuong doi dong y	109	28,2	28,2	37,7
Dong y	137	35,4	35,4	73,1
Rat dong y	104	26,9	26,9	100,0

Total	387	100,0	100,0	
-------	-----	-------	-------	--

### MT3

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Rat khong dong y	9	2,3	2,3	2,3
Khong dong y	37	9,6	9,6	11,9
Tuong doi dong y	98	25,3	25,3	37,2
Dong y	151	39,0	39,0	76,2
Rat dong y	92	23,8	23,8	100,0
Total	387	100,0	100,0	

### MTTB

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
1	10	2,6	2,6	2,6
2	25	6,5	6,5	9,0
3	100	25,8	25,8	34,9
4	142	36,7	36,7	71,6
5	110	28,4	28,4	100,0
Total	387	100,0	100,0	

## 4. ĐỘ TIN CẬY CRONBACH'S ALPHA, TỈ LỆ PHẦN TRĂM, GIÁ TRỊ TRUNG BÌNH, ĐỘ LỆCH CHUẨN NỘI DUNG CỦA HOẠT ĐỘNG GD SKTT CHO SV TRƯỜNG ĐHSPTK TPHCM

### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	387	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	387	100.0

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.841	5

### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
ND1	14.75	10.104	.589	.824
ND2	14.96	9.449	.656	.806
ND3	14.80	9.579	.694	.795
ND4	14.72	9.926	.660	.805
ND5	14.85	9.613	.631	.813

### Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
ND1	387	1	5	3.77	.961
ND2	387	1	5	3.56	1.025
ND3	387	1	5	3.72	.960
ND4	387	1	5	3.80	.925
ND5	387	1	5	3.67	1.018
NDTB	387	1	5	3.70	.930
Valid N (listwise)	387				

ND1

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rat khong dong y	7	1.8	1.8
	Khong dong y	24	6.2	8.0
	Tuong doi dong y	119	30.7	38.8
	Dong y	138	35.7	74.4
	Rat dong y	99	25.6	100.0
	Total	387	100.0	100.0

#### ND2

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rat khong dong y	15	3.9	3.9
	Khong dong y	38	9.8	13.7
	Tuong doi dong y	120	31.0	44.7
	Dong y	142	36.7	81.4
	Rat dong y	72	18.6	100.0
	Total	387	100.0	100.0

#### ND3

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rat khong dong y	9	2.3	2.3
	Khong dong y	25	6.5	8.8
	Tuong doi dong y	118	30.5	39.3
	Dong y	148	38.2	77.5
	Rat dong y	87	22.5	100.0
	Total	387	100.0	100.0

#### ND4

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rat khong dong y	5	1.3	1.3
	Khong dong y	26	6.7	8.0
	Tuong doi dong y	104	26.9	34.9
	Dong y	159	41.1	76.0

	Rat dong y	93	24.0	24.0	100.0
	Total	387	100.0	100.0	

#### ND5

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rat khong dong y	12	3.1	3.1	3.1
	Khong dong y	34	8.8	8.8	11.9
	Tuong doi dong y	111	28.7	28.7	40.6
	Dong y	143	37.0	37.0	77.5
	Rat dong y	87	22.5	22.5	100.0
	Total	387	100.0	100.0	

#### NDTB

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	7	1.8	1.8	1.8
	2	29	7.5	7.5	9.3
	3	115	29.7	29.7	39.0
	4	160	41.3	41.3	80.4
	5	76	19.6	19.6	100.0
	Total	387	100.0	100.0	

### 5. ĐỘ TIN CẬY CRONBACH'S ALPHA, TỈ LỆ PHẢN TRẢM, GIÁ TRỊ TRUNG BÌNH, ĐỘ LỆCH CHUẨN HÌNH THỨC GD SKTT CHO SV TRƯỜNG ĐHSPTK TPHCM

#### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	387	100,0
	Excluded <sup>a</sup>	0	,0
	Total	387	100,0

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,826	3

#### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
HT1	7,62	2,947	,734	,708
HT2	7,60	2,997	,738	,705
HT3	7,67	3,262	,585	,857

#### Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
HT1	387	1	5	3,83	,975
HT2	387	1	5	3,84	,956
HT3	387	1	5	3,77	,995
HTTB	387	1	5	3,88	,975
Valid N (listwise)	387				

#### HT1

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Rat khong dong y	13	3,4	3,4	3,4
Khong dong y	11	2,8	2,8	6,2
Tuong doi dong y	111	28,7	28,7	34,9
Dong y	146	37,7	37,7	72,6
Valid				



Rat dong y	106	27,4	27,4	100,0
Total	387	100,0	100,0	

## HT2

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Rat khong dong y	8	2,1	2,1	2,1
Khong dong y	24	6,2	6,2	8,3
Tuong doi dong y	91	23,5	23,5	31,8
Dong y	161	41,6	41,6	73,4
Rat dong y	103	26,6	26,6	100,0
Total	387	100,0	100,0	

## HT3

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Rat khong dong y	8	2,1	2,1	2,1
Khong dong y	29	7,5	7,5	9,6
Tuong doi dong y	110	28,4	28,4	38,0
Dong y	136	35,1	35,1	73,1
Rat dong y	104	26,9	26,9	100,0
Total	387	100,0	100,0	

## HTTB

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
1	9	2,3	2,3	2,3
2	15	3,9	3,9	6,2
3	111	28,7	28,7	34,9
Valid 4	131	33,9	33,9	68,7
5	121	31,3	31,3	100,0
Total	387	100,0	100,0	

## 6. ĐỘ TIN CẬY CRONBACH'S ALPHA, TỈ LỆ PHẦN TRĂM, GIÁ TRỊ TRUNG BÌNH, ĐỘ LỆCH CHUẨN PHƯƠNG PHÁP GD SKTT CHO SV TRƯỜNG ĐHSPTK TPHCM

### Case Processing Summary

	N	%
Valid	387	100,0
Cases Excluded <sup>a</sup>	0	,0
Total	387	100,0

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,848	4

### Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
PP1	3,54	1,041	387
PP2	3,62	,934	387

PP3	3,62	,924	387
PP4	3,86	,923	387

### Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
PP1	387	1	5	3,54	1,041
PP2	387	1	5	3,62	,934
PP3	387	1	5	3,62	,924
PP4	387	1	5	3,86	,923
PPTB	387	1	5	3,77	,927
Valid N (listwise)	387				

### PP1

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Rat khong dong y	21	5,4	5,4	5,4
Khong dong y	30	7,8	7,8	13,2
Tuong doi dong y	123	31,8	31,8	45,0
Dong y	145	37,5	37,5	82,4
Rat dong y	68	17,6	17,6	100,0
Total	387	100,0	100,0	

### PP2

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Rat khong dong y	8	2,1	2,1	2,1
Khong dong y	34	8,8	8,8	10,9
Tuong doi dong y	119	30,7	30,7	41,6
Dong y	161	41,6	41,6	83,2
Rat dong y	65	16,8	16,8	100,0
Total	387	100,0	100,0	

### PP3

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Rat khong dong y	5	1,3	1,3	1,3
Khong dong y	35	9,0	9,0	10,3
Tuong doi dong y	132	34,1	34,1	44,4
Dong y	146	37,7	37,7	82,2
Rat dong y	69	17,8	17,8	100,0
Total	387	100,0	100,0	

### PP4

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Rat khong dong y	4	1,0	1,0	1,0
Khong dong y	24	6,2	6,2	7,2
Tuong doi dong y	100	25,8	25,8	33,1
Dong y	154	39,8	39,8	72,9

Rat dong y	105	27,1	27,1	100,0
Total	387	100,0	100,0	

#### PPTB

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
1	7	1,8	1,8	1,8
2	26	6,7	6,7	8,5
3	100	25,8	25,8	34,4
4	169	43,7	43,7	78,0
5	85	22,0	22,0	100,0
Total	387	100,0	100,0	

#### 7. ĐỘ TIN CẬY CRONBACH'S ALPHA, TỈ LỆ PHẦN TRĂM, GIÁ TRỊ TRUNG BÌNH, ĐỘ LỆCH CHUẨN CÁC YÊU TỐ ẢNH HƯỞNG ĐẾN CÔNG TÁC GD SKTT CHO SV TRƯỜNG ĐHSPTK TPHCM

##### Case Processing Summary

	N	%
Valid	387	100,0
Cases Excluded <sup>a</sup>	0	,0
Total	387	100,0

##### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,892	7

### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
YT1	22,32	21,856	,689	,877
YT2	22,24	22,085	,731	,872
YT3	22,21	21,739	,709	,874
YT4	22,32	22,173	,669	,879
YT5	22,05	22,264	,698	,876
YT6	22,04	22,379	,701	,875
YT7	22,11	22,659	,632	,883

### Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
YT1	387	1	5	3,56	1,040
YT2	387	1	5	3,64	,964
YT3	387	1	6	3,67	1,033
YT4	387	1	5	3,56	1,020
YT5	387	1	5	3,83	,975
YT6	387	1	5	3,84	,956
YT7	387	1	5	3,77	,995
YTTB	387	1	5	3,80	,897
Valid N (listwise)	387				

**YT1**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Rat khong dong y	20	5,2	5,2	5,2
Khong dong y	30	7,8	7,8	12,9
Tuong doi dong y	120	31,0	31,0	43,9
Dong y	146	37,7	37,7	81,7
Rat dong y	71	18,3	18,3	100,0
Total	387	100,0	100,0	

## YT2

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Rat khong dong y	9	2,3	2,3	2,3
Khong dong y	33	8,5	8,5	10,9
Tuong doi dong y	120	31,0	31,0	41,9
Dong y	150	38,8	38,8	80,6
Rat dong y	75	19,4	19,4	100,0
Total	387	100,0	100,0	

## YT3

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Rat khong dong y	18	4,7	4,7	4,7

Khong dong y	19	4,9	4,9	9,6
Tuong doi dong y	125	32,3	32,3	41,9
Dong y	137	35,4	35,4	77,3
Rat dong y	87	22,5	22,5	99,7
6	1	,3	,3	100,0
Total	387	100,0	100,0	

#### YT4

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Rat khong dong y	13	3,4	3,4	3,4
Khong dong y	43	11,1	11,1	14,5
Tuong doi dong y	116	30,0	30,0	44,4
Dong y	144	37,2	37,2	81,7
Rat dong y	71	18,3	18,3	100,0
Total	387	100,0	100,0	

#### YT5

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Rat khong dong y	13	3,4	3,4	3,4
Khong dong y	11	2,8	2,8	6,2
Tuong doi dong y	111	28,7	28,7	34,9
Dong y	146	37,7	37,7	72,6
Rat dong y	106	27,4	27,4	100,0



Total	387	100,0	100,0	
-------	-----	-------	-------	--

#### YT6

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Rat khong dong y	8	2,1	2,1	2,1
Khong dong y	24	6,2	6,2	8,3
Tuong doi dong y	91	23,5	23,5	31,8
Dong y	161	41,6	41,6	73,4
Rat dong y	103	26,6	26,6	100,0
Total	387	100,0	100,0	

#### YT7

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Rat khong dong y	8	2,1	2,1	2,1
Khong dong y	29	7,5	7,5	9,6
Tuong doi dong y	110	28,4	28,4	38,0
Dong y	136	35,1	35,1	73,1
Rat dong y	104	26,9	26,9	100,0
Total	387	100,0	100,0	

#### YTTB

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 1	5	1,3	1,3	1,3

2	26	6,7	6,7	8,0
3	95	24,5	24,5	32,6
4	178	46,0	46,0	78,6
5	83	21,4	21,4	100,0
Total	387	100,0	100,0	

## **PHỤ LỤC 06. BIÊN BẢN PHÒNG VẤN**