

**NGUYỄN VĂN BẮC, NGUYỄN BÁ PHU, LÊ VĂN KHUYẾN, LÊ VĂN HÀ
HỒ THỊ TRÚC QUỲNH, PHẠM VĂN MINH, MAI QUANG SƠN**

**KỸ NĂNG TỰ VÂN TÂM LÝ HỌC ĐƯỜNG
CỦA CÁN BỘ, GIÁO VIÊN TRONG TRƯỜNG PHỐ THÔNG**
(Sách chuyên khảo)

**NHÀ XUẤT BẢN ĐẠI HỌC HUẾ
Huế, 2022**

Biên mục trên xuất bản phẩm của Thư viện Quốc gia Việt Nam

Kỹ năng tư vấn tâm lý học đường của cán bộ, giáo viên trong trường phổ thông: Sách chuyên khảo/Nguyễn Văn Bắc, Nguyễn Bá Phu, Lê Văn Khuyển... - Huế : Đại học Huế, 2022. - 95 tr.: hình vẽ ; 24 cm

Thư mục: tr. 88-95

1. Tư vấn tâm lý
 2. Kỹ năng
 3. Giáo viên
 4. Trường phổ thông
 5. Sách chuyên khảo
- 370.15 - dc23

DUM0702p-CIP

Mã số sách: CK/537-2022

DANH MỤC CHỮ VIẾT TẮT

Từ viết tắt	Điễn giải ý nghĩa
CB	Cán bộ
GV	Giáo viên
HS	Học sinh
THPT	Trung học phổ thông
THCS	Trung học cơ sở

LỜI NÓI ĐẦU

Hiện nay với sự phát triển mạnh mẽ của xã hội và do tác động của nhiều yếu tố khác như khoa học - công nghệ, văn hóa... đã tác động mạnh mẽ tới mọi đời sống của con người, đặc biệt là thế hệ trẻ mà đối tượng chủ yếu là học sinh. Hầu hết học sinh phổ thông đang đối mặt với áp lực từ nhiều phía. Các nghiên cứu gần đây cho thấy, học sinh gặp nhiều khó khăn về tâm lý như sự lo âu, trầm cảm, mất tự tin... Các vấn đề tâm lý đều liên quan tới học tập, định hướng nghề nghiệp, cảm xúc, tình cảm, các mối quan hệ với thầy cô, gia đình, bạn bè và cộng đồng xã hội trên mạng. Những vấn đề nêu trên đòi hỏi phải có sự tư vấn tâm lý để tạo điều kiện tốt nhất cho sự phát triển toàn diện ở học sinh. Với tầm quan trọng này, ngày 18 tháng 12 năm 2017 Bộ Giáo dục và Đào tạo đã ban hành thông tư số 31/2017/TT-BGDĐT về hướng dẫn thực hiện công tác tư vấn tâm lý cho học sinh trong trường phổ thông, trong đó xác định tư vấn hướng nghiệp là trung tâm. Đồng thời Bộ Giáo dục và Đào tạo đã ban hành Quyết định số 1876/QĐ-BGDĐT ngày 21 tháng 5 năm 2018 về Chương trình bồi dưỡng năng lực tư vấn cho giáo viên phổ thông làm công tác tư vấn cho học sinh và đã triển khai công tác bồi dưỡng, tập huấn cho đội ngũ cán bộ, giáo viên ở các trường phổ thông. Tuy nhiên, hiện nay chất lượng đội ngũ cán bộ phụ trách phòng tư vấn tâm lý và đội ngũ giáo viên tham gia công tác tư vấn tâm lý học đường còn thấp và ảnh hưởng tới chất lượng công tác tư vấn học đường trong nhà trường. Vì vậy, để có biện pháp nâng cao công tác tư vấn tâm lý học đường, chúng tôi đã tập trung đánh giá về những khó khăn tâm lý của học sinh và các kỹ năng tư vấn tâm lý học đường ở đội ngũ cán bộ, giáo viên ở trường phổ thông hiện nay.

Trong cuốn tài liệu này, chúng tôi tập trung vào một số nội dung như:

- Nghiên cứu cơ sở lý luận về kỹ năng tư vấn học đường như khái niệm kỹ năng tư vấn tâm lý, mô hình tư vấn tâm lý, các nguyên

tắc tư vấn tâm lý, các yếu tố ảnh hưởng tới kỹ năng tư vấn tâm lý học đường ở giáo viên.

- Khảo sát, đánh giá thực trạng, khó khăn tâm lý của học sinh phổ thông hiện nay, các kỹ năng tư vấn tâm lý cơ bản và kỹ năng tư vấn tâm lý học đường.

- Đưa ra một số biện pháp để tổ chức nâng cao kỹ năng tư vấn tâm lý học đường cho đội ngũ cán bộ, giáo viên tham gia công tác tư vấn tâm lý học đường.

Cuốn tài liệu này được biên soạn từ đề tài thực trạng và biện pháp nâng cao kỹ năng tư vấn tâm lý học đường ở đội ngũ cán bộ, giáo viên ở trường phổ thông với hy vọng giúp cho đội ngũ giáo viên tham gia công tác tư vấn tâm lý học đường nghiên cứu, thực hành để nâng cao kỹ năng tư vấn tâm lý học đường cho bản thân.

Các tác giả

MỤC LỤC

	Trang
Chương 1. Lý luận chung về kỹ năng tư vấn tâm lý học đường	9
1. Lý luận về tư vấn tâm lý học đường	9
1.1. Khái niệm tư vấn tâm lý học đường	9
1.2. Mô hình tư vấn tâm lý học đường	10
1.3. Các nguyên tắc trong tư vấn tâm lý học đường	17
2. Lý luận về kỹ năng tư vấn tâm lý học đường của cán bộ, giáo viên ở trường phổ thông	20
2.1. Khái niệm chung về kỹ năng	20
2.2. Người giáo viên phổ thông với công tác tư vấn tâm lý học đường	23
2.3. Kỹ năng tư vấn tâm lý học đường của cán bộ, giáo viên ở trường phổ thông	26
2.4. Các yếu tố ảnh hưởng đến kỹ năng tư vấn tâm lý học đường của cán bộ, giáo viên ở trường phổ thông	40
Chương 2. Tổ chức và phương pháp nghiên cứu	48
1. Địa bàn nghiên cứu	48
2. Tổ chức nghiên cứu	48
3. Phương pháp nghiên cứu	50
3.1. Phương pháp nghiên cứu lý luận	50
3.2. Phương pháp nghiên cứu thực trạng	50
3.3. Phương pháp xử lý số liệu	53
Chương 3. Thực trạng kỹ năng tư vấn tâm lý học đường của cán bộ, giáo viên ở trường phổ thông	55
1. Những khó khăn tâm lý của học sinh ở các trường trung học phổ thông trên địa bàn tỉnh Quảng Trị và Thừa Thiên Huế	55

2. Thực trạng về kỹ năng tư vấn tâm lý cơ bản của cán bộ, giáo viên ở các trường trung học phổ thông	57
3. Thực trạng kỹ năng tư vấn tâm lý học đường của cán bộ, giáo viên ở các trường trung học phổ thông	61
3.1. Hiểu biết của cán bộ, giáo viên về kỹ năng tư vấn tâm lý học đường	61
3.2. Mức độ đạt được về kỹ năng tư vấn tâm lý học đường của cán bộ, giáo viên ở các trường trung học phổ thông	62
4. Các yếu tố ảnh hưởng tới kỹ năng tư vấn tâm lý học đường ở giáo viên	67
5. Một số biện pháp nâng cao kỹ năng tư vấn tâm lý học đường cho cán bộ và giáo viên ở trường phổ thông	68
5.1. Tổ chức nâng cao kiến thức và kỹ năng tư vấn tâm lý học đường cho cán bộ, giáo viên ở trường phổ thông	69
5.2. Cung cấp cho cán bộ, giáo viên hiểu biết về những khó khăn tâm lý của học sinh gặp phải hiện nay	70
5.3. Tổ chức cho đội ngũ cán bộ, giáo viên thực hành về quy trình (các bước) tư vấn tâm lý học đường	81
5.4. Tổ chức cho cán bộ, giáo viên trao đổi về các tình huống trong hoạt động tư vấn tâm lý để phát triển kỹ năng tư vấn tâm lý học đường	84
5.5. Phối hợp với các chuyên gia, các trung tâm tư vấn tâm lý ngoài nhà trường để hỗ trợ về kỹ năng tư vấn tâm lý cho cán bộ, giáo viên	85
Kết luận	87
Tài liệu tham khảo	90

Chương 1

LÝ LUẬN CHUNG VỀ KỸ NĂNG TƯ VẤN TÂM LÝ HỌC ĐƯỜNG

1. LÝ LUẬN VỀ TƯ VẤN TÂM LÝ HỌC ĐƯỜNG

1.1. Khái niệm tư vấn tâm lý học đường

Tư vấn tâm lý học đường ở Pháp được gọi là (Orientation scolaire). Orientation có nghĩa là định hướng, phương hướng (Từ điển Khoa học xã hội Anh - Pháp - Việt, 2002). Orientation scolaire nghĩa là định hướng học đường: định hướng trong lĩnh vực giáo dục sự nghiệp tương lai của học sinh, trong đó có các việc học tập mà học sinh sẽ tiếp tục kiên trì theo để đạt được mục đích, giúp học sinh giải quyết các vấn đề nảy sinh trong cuộc sống và trường lớp.

Theo Hiệp hội Tâm lý học Hoa Kỳ (2008), tư vấn tâm lý là hoạt động trợ giúp giúp giải quyết các mối quan tâm về tình cảm, xã hội, công việc, trường học và sức khỏe thể chất mà mọi người có thể có ở các giai đoạn khác nhau trong cuộc sống của họ, tập trung vào những căng thẳng cuộc sống điển hình và các vấn đề nghiêm trọng hơn mà mọi người có thể phải vật lộn với tư cách cá nhân và như một phần của gia đình, nhóm và các tổ chức. Các nhà tâm lý học tư vấn giúp những người có vấn đề về sức khỏe thể chất, tình cảm và tâm thần cải thiện cảm giác hạnh phúc, giảm bớt cảm giác đau khổ và giải quyết khủng hoảng. Họ cũng cung cấp đánh giá, chẩn đoán và điều trị các triệu chứng tâm lý nghiêm trọng hơn (American Psychological Association, 2008).

Theo Dumitru Georgiana (2015), tư vấn tâm lý học đường (còn gọi là tư vấn học đường) là hoạt động trợ giúp tinh thần cho người học có hoàn cảnh khó khăn trong cuộc sống, hỗ trợ tâm lý trong các tình huống học đường đặc biệt như trốn học, thôi học, lưu ban, bạo lực và các hành vi lệch lạc khác như ăn cắp và gây hấn nhằm giúp cải thiện sức khỏe tâm thần và nâng cao chất lượng cuộc sống cho người học (Dumitru Georgiana, 2015).

Ở Việt Nam, việc cung cấp thông tin, cho lời khuyên, trợ giúp những khó khăn tâm lý, chỉ bảo hay hướng dẫn... cho một cá nhân hay một tổ chức khi họ có nhu cầu thường gọi là tư vấn (Trần Thị Minh Đức, 2002). Thuật ngữ tư vấn (Consultation) hay tham vấn tâm lý (Counseling) trong từ điển tiếng Việt hiện nay đều được dịch là tư vấn. Đó là sự “đóng góp ý kiến về những vấn đề được hỏi đến, nhưng không có quyền quyết định” (Hoàng Phê, 1997).

Theo Nguyễn Đức Sơn và cộng sự (2021), tư vấn (hay tư vấn tâm lý) cho học sinh trong dạy học và giáo dục ở trường phổ thông là sự hỗ trợ tâm lý, giúp học sinh nâng cao hiểu biết về bản thân, hoàn cảnh gia đình, mối quan hệ xã hội, từ đó tăng cảm xúc tích cực, tự đưa ra quyết định trong tình huống khó khăn mà học sinh gặp phải khi đang học tại trường.

Từ những quan niệm trên, tư vấn tâm lý học đường được hiểu là hoạt động trợ giúp của cán bộ, giáo viên trong nhà trường nhằm giúp học sinh có hiểu biết đầy đủ về bản thân, hoàn cảnh gia đình và các mối quan hệ xã hội, từ đó giảm các cảm xúc tiêu cực, tăng cường các cảm xúc tích cực, tự đưa ra quyết định nhằm giải quyết vấn đề của bản thân.

1.2. Mô hình tư vấn tâm lý học đường

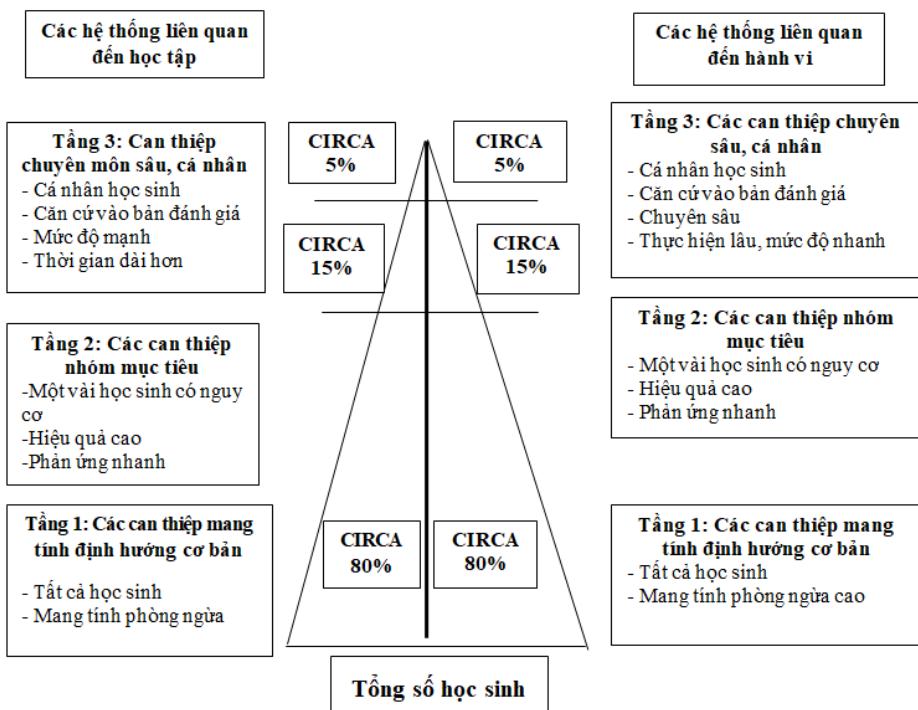
Trong hoạt động tư vấn tâm lý học đường, việc xây dựng mô hình có ý nghĩa quan trọng để các nhà quản lý xác định cách thức và tổ chức hoạt động tư vấn trong nhà trường. Hiện các nhà tâm lý học đã xây dựng một số mô hình tư vấn tâm lý học đường như sau:

1.2.1. Mô hình tư vấn tâm lý học đường (NASP, 2008)

Tầng thứ nhất: Học sinh bình thường, không có vấn đề khó khăn học đường chiếm khoảng 80%, việc can thiệp chỉ có tính chất hướng dẫn huấn luyện (guidance) - mang tính phòng ngừa (nâng cao hiểu biết kỹ năng (học tập, sức khỏe, quan hệ xã hội, phòng ngừa tệ nạn xã hội, tai nạn giao thông, bạo lực...)).

Tầng thứ hai: Đây là tầng can thiệp tập trung cho 15% đối tượng học sinh có khủng hoảng, có nguy cơ rồi nhiều tâm lý. Ở tầng này, can

thiệp nhằm giảm thiểu tác động của khủng hoảng, hỗ trợ học sinh giải quyết tức thời khó khăn cản trở học tập, quan hệ bạn bè, bố mẹ và cả với thầy, cô giáo, tạo điều kiện thuận lợi cho sự phát triển ở các em. Lực lượng trợ giúp các em là sử dụng nguồn lực sẵn có của nhà trường (Phòng tư vấn tâm lý hoặc đội ngũ giáo viên được bồi dưỡng, tập huấn).



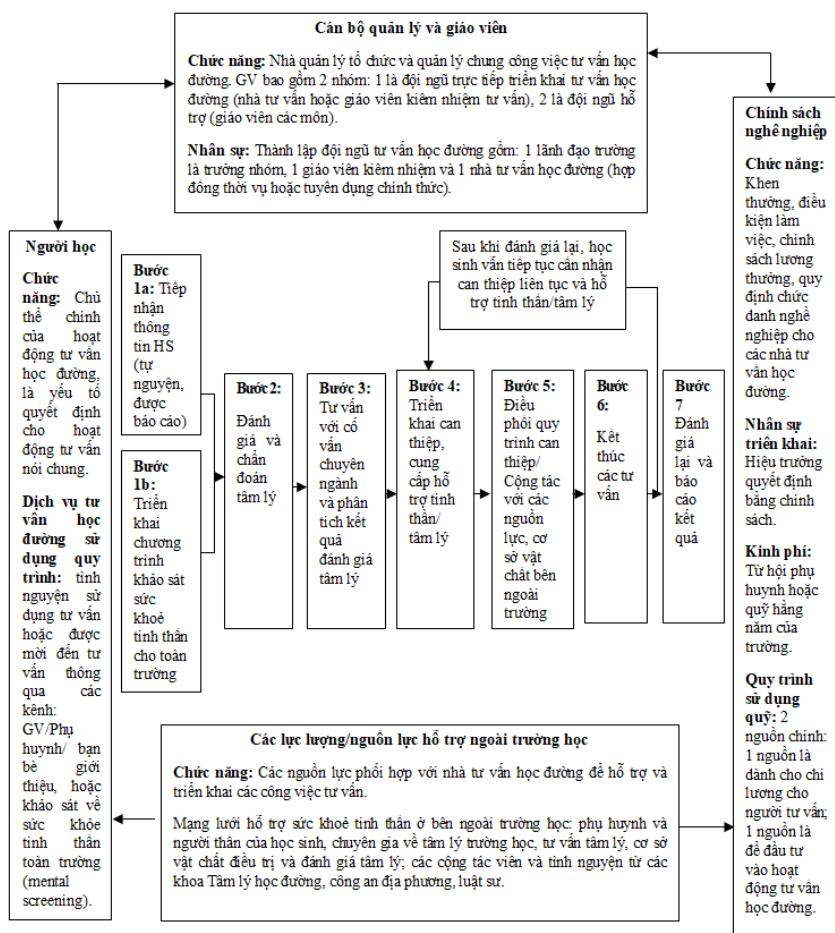
Hình 1.1. Mô hình tư vấn tâm lý học đường - 3 Tầng (NASP, 2008)

Tầng thứ ba: Can thiệp mang tính chuyên sâu, khoảng 5% học sinh có nguy cơ cao, rối nhiễu tâm lý (lo âu, trầm cảm, stress sau sang trấn). Mức độ rối nhiễu, thường ảnh hưởng đến kết quả học tập, công việc, rối loạn nhịp sinh hoạt hàng ngày (ăn, ngủ, nghỉ ngơi...). Sự trợ giúp cần chuyên sâu và nhiều thời gian (có ca kéo dài theo dõi hỗ trợ 6 tháng - 2 năm). Do đó nhà tư vấn học đường bình thường, nhất là các hoạt động tư vấn có tính chất kiêm nhiệm, không chuyên thì không đủ khả năng can thiệp sâu. Nhiệm vụ các tư vấn học đường như ở Việt Nam hiện nay là đánh giá sơ bộ, dựa trên các dấu hiệu, chỉ số

hành vi quan sát được (tâm thần, chậm phát triển, tăng động, tự kỷ, trầm cảm...) giới thiệu đến các nhà Tâm lý trị bệnh (Clinical psychologist), các Trung tâm tự kỷ, các bệnh viện, những nơi thích hợp.

Để có thể thực hiện các tầng can thiệp trên thì trong tư vấn học đường, nhà tư vấn tâm lý học đường phải có các kỹ năng như: kỹ năng phát hiện sớm, kỹ năng đánh giá và chẩn đoán tâm lý, kỹ năng tổ chức hoạt động phòng ngừa toàn trường, kỹ năng can thiệp, kỹ năng phối hợp với nhà trường và gia đình...

1.2.2. Mô hình tư vấn tâm lý học đường của Huỳnh Văn Sơn và Vũ Thiên Giang (2021)



Hình 1.2. Mô hình tư vấn học đường dựa trên Năng lực cho các trường phổ thông Việt Nam

Mô hình tư vấn tâm lý học đường được thể hiện như sau:

* *Cán bộ quản lý và giáo viên*

Chức năng: Nhà quản lý tổ chức và quản lý chung công việc tư vấn học đường. GV bao gồm 2 nhóm: 1 là đội ngũ trực tiếp triển khai tư vấn học đường (nhà tư vấn hoặc giáo viên kiêm nhiệm tư vấn), 2 là đội ngũ hỗ trợ (giáo viên chủ nhiệm, giáo viên các môn).

Nhân sự: Thành lập đội ngũ tư vấn học đường gồm: 1 lãnh đạo trường là trưởng nhóm, 1 giáo viên kiêm nhiệm và 1 nhà tư vấn học đường (hợp đồng thời vụ hoặc tuyển dụng chính thức).

* *Học sinh*

Chức năng: Chủ thể chính của hoạt động tư vấn học đường, là yếu tố quyết định cho hoạt động tư vấn nói chung

Dịch vụ tư vấn học đường sử dụng quy trình: Tình nguyện sử dụng tư vấn hoặc được mời đến tư vấn thông qua các kênh: GV/phụ huynh/ bạn bè giới thiệu, hoặc khảo sát về sức khỏe tinh thần toàn trường (mental screening).

* *Chính sách nghề nghiệp*

Chức năng: Khen thưởng, điều kiện làm việc, chính sách lương thưởng, quy định chức danh nghề nghiệp cho các nhà tư vấn học đường.

Nhân sự triển khai: Hiệu trưởng quyết định bằng chính sách.

Kinh phí: Từ hội phụ huynh hoặc quỹ hằng năm của trường.

Quy trình sử dụng quy: 2 nguồn chính: 1 nguồn là dành cho chi lương cho người tư vấn; 1 nguồn là để đầu tư vào hoạt động tư vấn học đường.

Bước 1: Gồm hai hoạt động khác nhau: Thứ nhất là tiếp nhận thông tin của học sinh dưới 2 hình thức cụ thể: học sinh tự nguyện đến phòng tư vấn văn phòng để yêu cầu hỗ trợ; hoặc giáo viên chủ nhiệm, giáo viên bộ môn, phụ huynh, nhân viên nhà trường báo cáo tình hình, nghỉ ngơi một học sinh trong khó khăn và chuyển học sinh đến nhà tư vấn học đường; Thứ hai là nhà tư vấn học đường triển khai một chương trình sàng lọc sức khỏe tâm thần toàn trường và kết quả xử lý

để phát hiện và chẩn đoán những học sinh có nguy cơ cao về các vấn đề sức khỏe tâm thần.

Bước 2: Đánh giá và chẩn đoán tâm lý cho những học sinh tự nguyện đến/được chuyển đến nhà tư vấn với các công cụ đánh giá và chẩn đoán tâm lý.

Bước 3: Xử lý chẩn đoán tâm lý, đánh giá học sinh dưới sự giám sát của chuyên môn; phân tích kết quả chẩn đoán ở bước 2 để đưa ra lộ trình hỗ trợ và can thiệp tâm lý phù hợp nhất với từng cá nhân học sinh.

Bước 4: Tiến hành can thiệp, hỗ trợ tinh thần cho học sinh theo theo lộ trình nhất định, phối hợp giám sát chuyên môn và yêu cầu hỗ trợ từ các lực lượng khác (cha mẹ, bạn bè, GV) trong thời gian học sinh can thiệp và hỗ trợ.

Bước 5: Theo dõi quá trình can thiệp tâm lý thông qua các giai đoạn của lộ trình can thiệp và điều phối đến các cơ sở khám và điều trị tâm lý bên ngoài nhà trường trong trường hợp vấn đề của học sinh vượt quá khả năng của nhà tư vấn.

Bước 6: Kết thúc ca làm việc khi tâm thần học sinh đã ổn định và có thể tự đương đầu với cuộc sống và học tập.

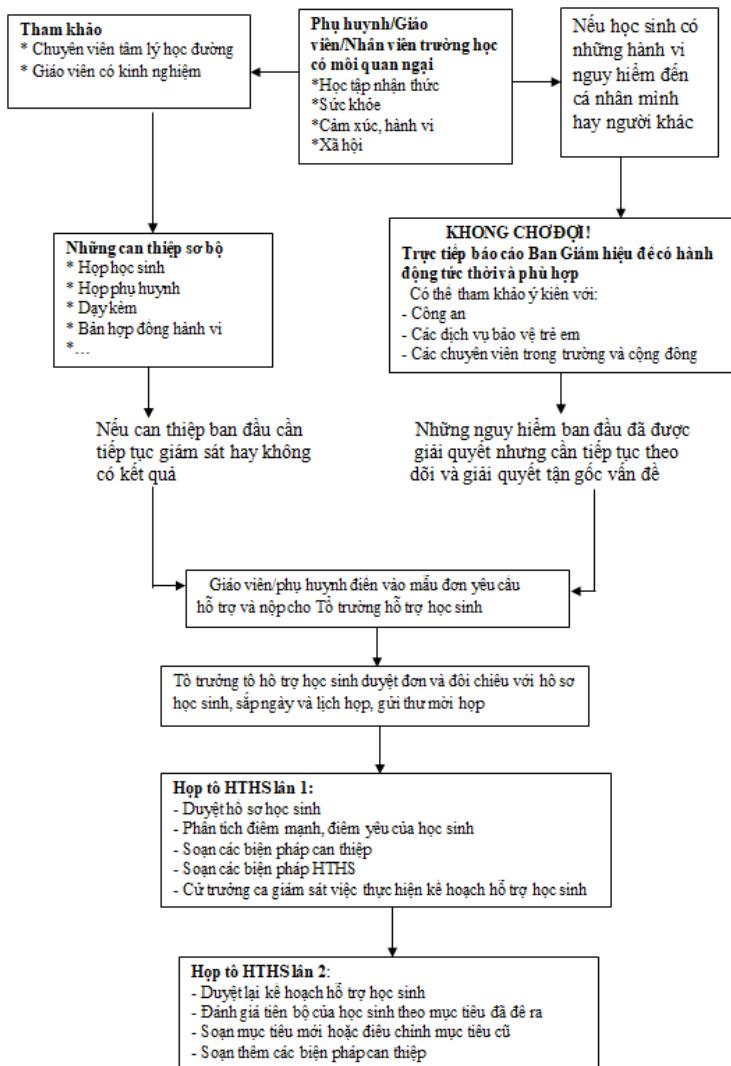
Bước 7: Theo dõi khoảng 1 đến 2 tuần sau khi kết thúc ca can thiệp và đánh giá kết quả thông qua phản hồi của học sinh, giáo viên chủ nhiệm và phụ huynh. Nếu sức khỏe tâm thần của học sinh vẫn chưa ổn định, hãy quay lại sang bước 5 để tiếp tục can thiệp. Cuối cùng, nhà tư vấn báo cáo ca làm việc, được sao thành 2 bản, 1 bản để lưu hồ sơ và 1 bản để báo cáo định kỳ cho người quản lý trường học.

* Các lực lượng/nguồn lực hỗ trợ ngoài trường học

Chức năng: Các nguồn lực phối hợp với nhà tư vấn học đường để hỗ trợ và triển khai các công việc tư vấn. Mạng lưới hỗ trợ sức khỏe tinh thần ở bên ngoài trường học: phụ huynh và người thân của học sinh, chuyên gia về tâm lý trường học, tư vấn tâm lý, cơ sở vật chất điều trị và đánh giá tâm lý; các cộng tác viên và tình nguyện từ các khoa Tâm lý học đường, công an địa phương, luật sư.

1.2.3. Mô hình hỗ trợ tâm lý của tổ tư vấn học sinh của Nguyễn Đức Sơn và cộng sự (2018)

Mô hình này được thể hiện cụ thể như sau: Khi phụ huynh/GV/Nhân viên của trường học có mối quan ngại về học tập nhận thức, sức khỏe, cảm xúc, hành vi, xã hội ở học sinh thì nhà tư vấn tham khảo chuyên viên tư vấn tâm lý học đường hoặc giáo viên có kinh nghiệm.



**Hình 1.3. Mô hình về quy trình giới thiệu
và can thiệp của tổ hỗ trợ học sinh**

Để có những biện pháp can thiệp sơ bộ (Hợp học sinh; Hợp phụ huynh; Dạy kèm và bản hợp đồng hành vi).

Nếu học sinh có những hành vi nguy hiểm đến bản thân hoặc người khác thì nhà tư vấn trực tiếp báo cáo Ban Giám hiệu để có hành động tức thời và phù hợp. Nhà tư vấn cũng có thể tham khảo ý kiến với: công an, các dịch vụ bảo vệ trẻ em, các chuyên viên trong trường và cộng đồng.

Nếu can thiệp ban đầu cần tiếp tục giám sát hoặc không có kết quả hoặc những nguy hiểm ban đầu được giải quyết nhưng cần tiếp tục theo dõi và giải quyết tận gốc vấn đề.

GV/phụ huynh điền vào mẫu đơn yêu cầu hỗ trợ và nộp cho Tổ trưởng hỗ trợ học sinh.

Tổ trưởng tổ hỗ trợ học sinh duyệt đơn và đổi chiểu với hồ sơ học sinh, sắp ngày và lịch họp, gửi thư mời họp.

Hợp tổ hỗ trợ học sinh lần 1 để duyệt hồ sơ học sinh; Phân tích điểm mạnh, điểm yếu của học sinh; Soạn các biện pháp can thiệp; Soạn các biện pháp hỗ trợ học sinh; Cử trưởng ca giám sát việc thực hiện kế hoạch hỗ trợ học sinh.

Hợp tổ hỗ trợ học sinh lần 2 để duyệt lại kế hoạch hỗ trợ học sinh; Đánh giá tiến bộ của học sinh theo mục tiêu đã đề ra; Soạn mục tiêu mới hoặc điều chỉnh mục tiêu cũ; Soạn thêm các biện pháp can thiệp.

Như vậy, mỗi mô hình trên có cách tiếp cận khác nhau, những hoạt động khác nhau nhưng đều cùng mục tiêu hướng đến là can thiệp và phòng ngừa các vấn đề tâm lý học đường và nhằm cải thiện sức khỏe tâm lý ở học sinh. Dù mô hình nào thì đòi hỏi nhà tư vấn lý chuyên nghiệp hay đội ngũ cán bộ phụ trách phòng tư vấn tâm lý trường học, đội ngũ giáo viên cần phải được đào tạo, bồi dưỡng các kiến thức về tư vấn tâm lý học đường đặc biệt là được bồi dưỡng, tập huấn về kỹ năng tư vấn tâm lý học đường như kỹ năng tư vấn tâm lý cơ bản (kỹ năng phát hiện sớm, kỹ năng đánh giá và chẩn đoán tâm lý, kỹ năng quan sát, kỹ năng phản hồi, kỹ năng đặt câu hỏi, kỹ năng phôi

hợp với nhà trường và gia đình... và các kỹ năng tư vấn tâm lý học đường bao gồm: kỹ năng tìm hiểu, đánh giá khó khăn tâm lý của học sinh; tư vấn học sinh gặp khó khăn tâm lý; tư vấn cho học sinh có hành vi lệch chuẩn; tư vấn tâm lý cho học sinh trong học tập và hướng nghiệp và tư vấn cho học sinh về giới tính và sức khỏe sinh sản...

1.3. Các nguyên tắc trong tư vấn tâm lý học đường

Theo quy định của hoạt động tư vấn tâm lý, mọi hoạt động tư vấn cần phải tuân thủ những nguyên tắc sau đây: Nguyên tắc bảo mật, nguyên tắc tôn trọng, nguyên tắc không phán xét, nguyên tắc trách nhiệm và trung thực, nguyên tắc giành quyền quyết định cho học sinh.

a. Nguyên tắc bảo mật

Việc giữ bí mật cho học sinh thể hiện sự tôn trọng tính riêng tư, sự bảo vệ và ủng hộ các em. Sự bảo mật khuyến khích học sinh tin tưởng vào mối quan hệ tư vấn, hỗ trợ, do đó sẽ chia sẻ nhiều hơn vấn đề của mình. Do đó, mọi thông tin của học sinh nói ra với người tư vấn phải được đảm bảo giữ bí mật và học sinh có quyền trông đợi một mối quan hệ tin tưởng giữa học sinh và người cán bộ, giáo viên tư vấn dựa trên các chuẩn mực đạo đức nghề nghiệp. Để giữ được bí mật vấn đề của học sinh, người cán bộ, giáo viên tư vấn cần lưu ý:

- Cuộc tư vấn, trò chuyện được bố trí ở nơi kín đáo, người khác không nghe thấy và không quấy rầy.

- Giải thích cho học sinh ngay từ đầu cuộc tư vấn những thủ tục và quy trình tư vấn, vấn đề giữ bí mật và những ngoại lệ liên quan đến tính bảo mật. Vì vậy, giữ bí mật là một trách nhiệm đạo đức của người làm công tác tư vấn. Người tư vấn chỉ được tiết lộ bí mật khi: Học sinh cho phép nói ra vấn đề của mình; khi vấn đề của học sinh đe dọa đến tính mạng của bản thân và những người khác; khi người tư vấn bị gọi ra tòa chất vấn về chính vấn đề này.

- Lưu giữ hồ sơ học sinh ở nơi an toàn, tránh để mất dữ liệu hoặc lộ dữ liệu trên máy tính.

b. Nguyên tắc không phán xét

Trong tư vấn tâm lý, người tư vấn luôn chấp nhận học sinh với những khác biệt, điểm mạnh hay điểm xáu, điểm yếu thậm chí đối ngược với người tư vấn mà không phán xét hay phê phán học sinh; coi trọng vấn đề và những suy nghĩ của học sinh, lắng nghe và cảm thông với những nỗi niềm ở họ. Khi đến với người tư vấn, học sinh mong muốn nhận được sự trợ giúp về tâm lý.

Trong nhiều trường hợp, ở học sinh có thể có mặc cảm tự ti, lo lắng, xấu hổ với những lỗi lầm mà mình đã gây ra. Vì vậy, nếu cảm nhận được sự chấp nhận, không phán xét, sẵn lòng trợ giúp cùng với thái độ tôn trọng, khích lệ của người tư vấn, học sinh sẽ an tâm và tin tưởng vào sự hỗ trợ của người tư vấn.

c. Nguyên tắc tôn trọng học sinh

Tôn trọng học sinh trong tư vấn thể hiện sự nhiệt tình tin tưởng ở các em như một con người có giá trị, nhân phẩm và cốt cách riêng biệt; coi trọng vấn đề và những suy nghĩ của học sinh, lắng nghe và cảm thông với những nỗi niềm ở họ; không bao giờ áp đặt, hoặc cố ý tạo ra các tình huống khiến thân chủ phụ thuộc hoàn toàn vào người tư vấn... Chỉ khi nào học sinh cảm thấy được tôn trọng thì mới nhiệt tình hợp tác với người tư vấn, tin tưởng vào sự trợ giúp của người tư vấn, từ đó bộc lộ một cách tự nhiên, thoải mái những suy nghĩ và cảm xúc riêng tư của bản thân mình.

Sự tôn trọng học sinh được thể hiện ở chỗ người tư vấn không được phân biệt đối xử với học sinh về học lực, vốn kinh nghiệm sống, sự tàn tật, nhóm dân tộc, giới tính, xu hướng nhân cách, điều kiện sống, hoàn cảnh gia đình; người tư vấn có gắng tích cực để hiểu những khác biệt về nền tảng văn hóa của học sinh, nhận biết được sự đồng nhất về văn hóa/ dân tộc có ảnh hưởng như thế nào đến các giá trị và niềm tin của học sinh trong quá trình tư vấn, hỗ trợ...

d. Trách nhiệm và trung thực

Để tạo được sự tin tưởng của học sinh, người tư vấn cần thể hiện thái độ trung thực và trách nhiệm. Thái độ trung thực và tinh thần trách nhiệm thể hiện ở sự thành thật, có ý thức về mọi lời nói hoặc hành vi của người tư vấn trong quá trình hỗ trợ học sinh. Người tư vấn mong muốn đem lại những điều tốt đẹp cho học sinh, mong muốn trợ giúp học sinh nỗ lực vượt qua khó khăn, cải thiện hoàn cảnh hiện tại. Nếu không có phẩm chất trung thực và trách nhiệm, người tư vấn sẽ rất khó tạo được sự hợp tác từ phía học sinh.

e. Nguyên tắc giành quyền tự quyết cho học sinh

Tư vấn tâm lý là một tiến trình tương tác giữa người cán bộ, giáo viên tư vấn và học sinh để các em hiểu rõ về bản thân mình và thấy rõ vấn đề của mình hơn nữa, đồng thời, khơi gợi tiềm năng của các em để các em tự giải quyết vấn đề của mình. Vì thế, người giáo viên không thể giải quyết thay cho học sinh mà thông qua sự gợi mở của người giáo viên học sinh sáng tỏ vấn đề của mình, tìm cho mình được lối đi riêng. Do đó, người cán bộ, giáo viên cần ý thức được rằng mỗi em học sinh đều có hoàn cảnh riêng biệt, không lặp lại ở người khác. Quá trình khám phá những nguyên nhân tạo nên vấn đề của học sinh phụ thuộc rất nhiều ở kinh nghiệm và sự hiểu biết vấn đề của các em và duy nhất chỉ có họ mới làm được việc này. Mặt khác, học sinh cần được trao quyền tự quyết để đảm bảo sự trưởng thành và độc lập. Vấn đề của học sinh cũng rất đa dạng với những mức độ phức tạp khác nhau. Học sinh là người hiểu rõ nhất vấn đề của mình, họ mới là “chuyên gia” thực sự trong việc giải quyết vấn đề của bản thân. Nhiệm vụ của người tư vấn là giúp học sinh nhận ra điều đó. Phẩm chất tin tưởng vào khả năng giải quyết vấn đề của học sinh còn thể hiện ở việc người tư vấn đặt ra những câu hỏi về cảm nghĩ của các em trong việc giải quyết vấn đề. Thái độ tin tưởng của người tư vấn sẽ giúp học sinh nhận ra giá trị riêng của bản thân, từ đó có trách nhiệm lựa chọn phương án giải quyết phù hợp.

2. LÝ LUẬN VỀ KỸ NĂNG TỰ VÂN TÂM LÝ HỌC ĐƯỜNG CỦA CÁN BỘ, GIÁO VIÊN Ở TRƯỜNG PHỔ THÔNG

2.1. Khái niệm chung về kỹ năng

2.1.1. Khái niệm kỹ năng

Trong tiếng Anh, kỹ năng (skill) là thuật ngữ dùng để chỉ việc vận dụng khả năng hay năng lực để thực hiện hành động gì đó nhằm tạo ra kết quả như mong muốn.

A.G.Covaliov (1971) cho rằng: Kỹ năng là phương thức thực hiện hành động phù hợp với mục đích và điều kiện của hành động; hay A.V.Petrovski (1982) định nghĩa: Kỹ năng là sự vận dụng những tri thức, kỹ xảo đã có để lựa chọn thực hiện những phương thức hành động tương ứng với mục đích đề ra.

Theo các tác giả Trần Hiệp - Đỗ Long - Vũ Dũng - Nguyễn Đăng Thanh (1991) thì: “Kỹ năng là năng lực vận dụng có kết quả tri thức về phương thức hành động đã được chủ thể lĩnh hội để thực hiện những nhiệm vụ tương ứng”. Theo các tác giả thì ở mức độ kỹ năng, công việc hoàn thành trong điều kiện hoán cảnh không thay đổi, chất lượng chưa cao, thao tác chưa thuần thực và chủ thể còn phải tập trung chú ý cẩn thận. Kỹ năng được hình thành qua luyện tập.

Tác giả Bùi Văn Huệ (2007), đưa ra khái niệm: Kỹ năng là khả năng vận dụng tri thức, khái niệm, định nghĩa, định luật vào thực tiễn.

Tác giả Nguyễn Quang Uần (2010) cho rằng kỹ năng là khả năng thực hiện có kết quả một hành động hay một hoạt động nào đó bằng cách lựa chọn và vận dụng những tri thức, những kinh nghiệm đã có để hành động phù hợp với những điều kiện thực tiễn cho phép.

Theo tác giả Lê Văn Hồng - Lê Ngọc Lan - Nguyễn Văn Thành (2001), kỹ năng là khả năng vận dụng kiến thức (khái niệm, cách thức, phương pháp...) để giải quyết những nhiệm vụ mới và đem lại hiệu quả. Theo các nhà nghiên cứu, người có kỹ năng hành động trong một lĩnh vực hoạt động được biểu hiện ở những dấu hiệu sau đây: 1) Có tri

thức về hành động; nắm được mục đích hành động; nắm được cách thức thực hiện hành động và các điều kiện thực hiện hành động; 2) Thực hiện hành động đúng với các yêu cầu của nó; 3) Hành động đạt kết quả cao theo mục đích đề ra và 4) Có thể thực hiện hành động có kết quả trong những điều kiện thay đổi.

Từ những định nghĩa về kỹ năng ở trên có thể thấy, một người có kỹ năng về một hoạt động nào đó thì phải nắm được tri thức và vận dụng đúng đắn cách thức hành động nhằm thực hiện hoạt động có kết quả. Trong nghiên cứu này, chúng tôi hiểu kỹ năng là khả năng thực hiện có kết quả một hành động hay một hoạt động nào đó bằng cách lựa chọn và vận dụng những tri thức, những kinh nghiệm đã có để hành động phù hợp với những điều kiện thực tiễn cho phép.

2.1.2. Các giai đoạn hình thành kỹ năng

Có nhiều quan niệm khác nhau về các giai đoạn hình thành kỹ năng và sự phân chia các giai đoạn hình thành kỹ năng chỉ mang tính chất tương đối. Dưới đây trình bày một số quan điểm phổ biến về các giai đoạn hình thành kỹ năng:

Thứ nhất, K.K. Platonov và C.G. Golubev (1977) đã chia quá trình hình thành kỹ năng gồm 5 giai đoạn theo trình tự như sau: Kỹ năng sơ đẳng, biết cách làm nhưng không đầy đủ, có kỹ năng chung nhưng còn mang tính riêng lẻ, có những kỹ năng phát triển cao và có tay nghề.

(1) Giai đoạn 1: Kỹ năng sơ đẳng. Trong giai đoạn này chủ thể ý thức được mục đích hành động và tìm kiếm cách thức thực hiện hành động dựa trên vốn hiểu biết và các kỹ xảo sinh hoạt đời thường, hoạt động được thực hiện bằng cách thử và sai.

(2) Giai đoạn 2: Biết cách làm nhưng không đầy đủ. Đặc trưng của giai đoạn này là cá nhân hiểu biết về các phương thức hành động, sử dụng được các kỹ xảo chuyên biệt dành cho hoạt động này.

(3) Giai đoạn 3: Có kỹ năng chung nhưng còn mang tính riêng lẻ. Đặc trưng của giai đoạn 3 là có hàng loạt những kỹ năng phát triển

cao nhưng còn mang tính riêng lẻ, các kỹ năng này cần thiết cho các dạng hoạt động khác nhau (kỹ năng kế hoạch hóa hoạt động, kỹ năng tổ chức...).

(4) Giai đoạn 4: Có những kỹ năng phát triển cao. Đặc trưng của giai đoạn này là cá nhân sử dụng sự sáng tạo của mình với các kỹ xảo đã có, cá nhân không chỉ ý thức được mục đích của hoạt động mà còn ý thức được cả động cơ lựa chọn cách thức để đạt mục đích.

(5) Giai đoạn 5: Có tay nghề. Đặc trưng chủ yếu là cá nhân sử dụng một cách thành thạo và sáng tạo các kỹ năng khác nhau.

Nguyễn Thị Oanh (2009) đã cho rằng kỹ năng được hình thành qua 4 giai đoạn: giai đoạn nhận thức, giai đoạn làm thử, giai đoạn kỹ năng bắt đầu hình thành và giai đoạn kỹ năng được hoàn thiện.

Theo tác giả Lê Văn Hồng - Lê Ngọc Lan và Nguyễn Văn Thàng, sự hình thành kỹ năng được thể hiện mär ván đè sau:

- Thực chất của việc hình thành kỹ năng là hình thành cho người học nắm vững một hệ thống phức tạp các thao tác nhằm làm biến đổi và sáng tỏ những thông tin chưa đựng trong bài tập, nhiệm vụ.

- Hình thành kỹ năng: Các kỹ năng được hình thành trên cơ sở lĩnh hội các khái niệm về các mặt và các thuộc tính khác nhau của đối tượng đang được nghiên cứu.

Để hình thành kỹ năng cần:

+ Người học nhìn thấy những mặt khác nhau trong đối tượng, vận dụng vào đối tượng những khái niệm muôn hình muôn vẻ, diễn đạt các quan hệ đa dạng của đối tượng này trong các khái niệm.

+ Người học biết cách tìm tòi để nhận ra yếu tố đã cho, yếu tố cần tìm và mối quan hệ giữa chúng.

+ Người học hình thành một mô hình khái quát để giải quyết các bài tập cùng loại.

+ Xác lập được mối liên quan giữa bài tập mô hình khái quát và các kiến thức tương ứng.

2.2. Người giáo viên phổ thông với công tác tư vấn tâm lý học đường

Mỗi giáo viên trong trường học có nghĩa vụ giúp học sinh phát triển một cách hài hòa các mặt nhận thức, tình cảm, hành vi, tâm lý và xã hội của học sinh (Dumitru Georgiana, 2015). Để thực hiện nghĩa vụ trên, giáo viên không chỉ dạy học sinh về kiến thức, mà còn phải giúp các em hình thành nhân cách; không chỉ là dạy chữ mà còn phải dạy người. Vì lẽ đó mà sự nghiệp giáo dục được mệnh danh là “trồng người”. Nói cách khác, đối với GV bên cạnh việc truyền giảng kiến thức trên sách vở, thì với mỗi người làm nghề giáo còn có trách nhiệm trong việc giáo dục đạo đức để học sinh ngày càng trưởng thành, biết thấu cảm mọi vấn đề trong cuộc sống, định hướng tốt cả về tâm lý và tính cách cho học sinh. Giáo viên giúp các học sinh giải quyết các vấn đề tâm lý như căng thẳng, chán nản, lo âu và trầm cảm... nhằm nâng cao sức khỏe tâm thần và chất lượng cuộc sống cho học sinh. Giáo viên còn giúp học sinh định hướng nghề nghiệp để học sinh chọn nghề nghiệp đúng năng lực, nguyện vọng và phù hợp với kinh tế gia đình. Mặc dù giáo viên không phải là cán bộ tư vấn tâm lý học đường, nhưng họ thường là người đầu tiên lắng nghe các vấn đề của học sinh, phản hồi và đề xuất cách can thiệp và giải quyết. Vì vậy, bên cạnh việc dạy kiến thức thì mỗi giáo viên phổ thông còn có nhiệm vụ tư vấn và hỗ trợ thường xuyên cho học sinh về mọi mặt trong cuộc sống.

Như vậy, trong trường phổ thông ngoài giáo viên chủ nhiệm và giáo viên bộ môn thực hiện việc tư vấn hỗ trợ thường xuyên cho học sinh về mọi mặt trong cuộc sống còn có cán bộ, giáo viên phụ trách công tác tư vấn tâm lý cho học sinh. Cán bộ, giáo viên phụ trách công tác tư vấn tâm lý phải là người có kinh nghiệm và được đào tạo, bồi dưỡng về chuyên môn, nghiệp vụ tư vấn tâm lý (có chứng chỉ nghiệp vụ tư vấn tâm lý học đường theo chương trình do Bộ Giáo dục và Đào tạo ban hành). Do đó, hoạt động tư vấn và trợ giúp thường xuyên có thể do các giáo viên chủ nhiệm và giáo viên bộ môn tiến hành và những hoạt động tư vấn mang tính chuyên môn (tư vấn cho những học

sinh gặp các vấn đề như lo âu, trầm cảm, bất nạt...) phải do các cán bộ, giáo viên phụ trách công tác tư vấn tâm lý đảm nhiệm.

Theo Thông tư 20/2018/TT-BGDĐT ngày 22 tháng 8 năm 2018 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo về quy định chuẩn nghề nghiệp giáo viên cơ sở giáo dục phổ thông, yêu cầu về năng lực tư vấn, hỗ trợ học sinh được coi là một trong những tiêu chuẩn về phát triển chuyên môn, nghiệp vụ của giáo viên phổ thông nói chung và giáo viên trung học phổ thông nói riêng (tiêu chuẩn 2, tiêu chí 7). Ở một góc độ nhất định, giáo viên thực hiện công việc tư vấn, hỗ trợ học sinh hiệu quả sẽ góp phần hỗ trợ tích cực đến việc giáo dục và dạy học học sinh, mang lại kết quả tốt đẹp cho cả giáo viên và học sinh.

Theo tinh thần của Thông tư 31/2017/TT-BGDĐT ngày 18 tháng 12 năm 2017 về hướng dẫn công tác tư vấn tâm lý trong trường phổ thông, hoạt động tư vấn tâm lý trong nhà trường được hiểu là “sự hỗ trợ tâm lý, giúp học sinh nâng cao hiểu biết về bản thân, hoàn cảnh gia đình, mối quan hệ xã hội, từ đó tăng cảm xúc tích cực, tự đưa ra quyết định trong tình huống khó khăn học sinh gặp phải khi đang học tại nhà trường”.

Hiểu một cách khái quát tư vấn tâm lý học sinh là hoạt động trợ giúp của giáo viên và các lực lượng khác hướng đến tất cả học sinh trong nhà trường nhằm đảm bảo sức khỏe thể chất và tâm lý ổn định, tạo điều kiện tốt nhất cho các em tham gia học tập, rèn luyện và phát triển bản thân.

Như vậy, quá trình tư vấn, hỗ trợ học sinh trong giáo dục và dạy học không chỉ dừng lại ở việc tư vấn cho từng học sinh cụ thể khi các em gặp khó khăn trong cuộc sống mà còn bao gồm các hoạt động mang tính phòng ngừa hướng tới mọi học sinh trong nhà trường, giúp học sinh nâng cao hiểu biết về bản thân, gia đình, mối quan hệ xã hội. Từ đó, giúp học sinh tăng cảm xúc tích cực, tự đưa ra quyết định trong tình huống khó khăn mà học sinh gặp phải khi đang học tại nhà trường, tạo môi trường thuận lợi cho sự phát triển về phẩm chất và năng lực theo mục đích giáo dục đã đề ra.

Trong nhà trường phổ thông, tư vấn, hỗ trợ học sinh trong giáo dục và dạy học vừa được xem là một tiến trình, vừa được xem là một hoạt động. Hoạt động này có thể bao gồm các mức độ hỗ trợ khác nhau (từ phòng ngừa, tư vấn và can thiệp khi cần thiết) và diễn ra theo nhiều phương thức khác nhau như: 1) Tổ chức các hoạt động trải nghiệm mang tính phòng ngừa, nâng cao hiểu biết và năng lực thích ứng cho học sinh trong môi trường học tập và cuộc sống nói chung; 2) Tư vấn, hướng dẫn và gợi ý, đưa ra lời khuyên hoặc cung cấp thông tin cho học sinh; 3) Tìm kiếm các nguồn lực hỗ trợ để học sinh có thể tự giải quyết các vấn đề của bản thân; và 4) Tư vấn tâm lý, tổ chức các hoạt động chuyên nghiệp giúp học sinh tự nhận thức về mình, từ đó thay đổi bản thân theo hướng tích cực.

Tuy nhiên, đội ngũ cán bộ, giáo viên làm công tác tư vấn tâm lý học đường ở trường phổ thông còn hạn chế về năng lực tư vấn và đặc biệt là kỹ năng tư vấn tâm lý còn thấp nên chất lượng và hiệu quả của hoạt động tư vấn học đường còn nhiều hạn chế. Các nghiên cứu (Huỳnh Văn Sơn và cộng sự, 2019) cho thấy thực trạng đội ngũ làm công tác tư vấn tâm lý học đường ở khu vực phía nam có 70,6% đội ngũ cán bộ làm công tác kiêm nhiệm tư vấn tâm lý học đường và có 29,4% được gọi là giáo viên tư vấn học đường được đào tạo về Tâm lý giáo dục, Tâm lý học trường học còn lại đa phần đội ngũ làm công tác tư vấn học đường chưa chuyên sâu, chỉ được bồi dưỡng, tập huấn qua các lớp ngắn hạn nên khi làm tư vấn sẽ gặp nhiều khó khăn. Nghiên cứu khác của nhóm tác giả (Nguyễn Thị Trâm Anh và cộng sự, 2019) cũng cho thấy có 84,8% giáo viên cho rằng họ chưa được tham gia các lớp bồi dưỡng về kỹ năng tham vấn tâm lý. Vì vậy, đội ngũ cán bộ, giáo viên ở trường phổ thông làm công tác tư vấn tâm lý học đường là chính và để nâng cao hiệu quả cho công tác này thì đội ngũ giáo viên ở trường phổ thông cần tăng cường bồi dưỡng về kiến thức và kỹ năng tư vấn học đường.

2.3. Kỹ năng tư vấn tâm lý học đường của cán bộ, giáo viên ở trường phổ thông

Theo C. Zastrow (1985), G. Egan (1994)... xem xét tư vấn như là một quá trình trợ giúp giải quyết vấn đề và họ cho rằng: Kỹ năng tư vấn là cách thức giúp đỡ đối tượng khám phá vấn đề, thu thập và xử lý thông tin, xây dựng và thực hiện kế hoạch hành động. Cụ thể theo Charles Zastrow (1985), kỹ năng tư vấn như là kỹ năng tương tác trong các giai đoạn của quá trình giải quyết vấn đề; từ tạo lập môi trường với bầu không khí thân thiện, an toàn để người được tư vấn hợp tác, đến giúp họ hiểu vấn đề, nhìn nhận sự việc theo chiều hướng tích cực, trên cơ sở đó khám phá giải pháp và đưa ra những hành động để thay đổi. Trong tất cả các quá trình trên, người tư vấn chủ yếu sử dụng các kỹ năng như lắng nghe, thấu hiểu, sử dụng các câu hỏi gợi mở với thái độ chân thành giúp đối tượng xem xét phân tích những lợi thế của từng giải pháp làm cơ sở đưa ra những quyết định tối ưu (Charles Zastrow, 1985). Còn G. Egan (1994), xem kỹ năng tư vấn trong quá trình trợ giúp bao gồm xác định vấn đề, khám phá giải pháp và xây dựng chiến lược thay đổi. Đó là những kỹ năng giao tiếp để khích lệ đối tượng chia sẻ, nói về quá khứ, đối mặt với hiện tại. Những kỹ thuật động não, tư duy nhiều chiều được thực hiện trên nền tảng của các kỹ năng cơ bản như kỹ năng lắng nghe, kỹ năng thấu hiểu, kỹ năng phản hồi; kỹ năng chú ý và giúp họ khám phá nhu cầu, thế mạnh và hướng thay đổi. Kỹ năng phân tích nguồn lực, kỹ thuật sắm vai hay đào tạo kỹ năng xã hội, kỹ năng sống là những công cụ quan trọng để giúp thân chủ tự tin tham gia tìm kiếm và thực hiện giải pháp (Egan, 1994).

Một số tác giả khác như S. R. Strong, A.E. Ivey (1993), J Lishman (1998)... xem xét kỹ năng tư vấn như là hoạt động tương tác và họ cho rằng kỹ năng tư vấn thực chất là những kỹ năng giao tiếp tích cực giúp người được tư vấn khám phá cảm xúc, hành vi để thay đổi thực trạng (dẫn theo Hoàng Anh Phước, 2016).

Theo Nguyễn Đức Sơn và cộng sự (2020), thuật ngữ “tư vấn” dùng để chỉ một hoạt động chuyên môn hoặc chỉ một nghề nghiệp chuyên trợ giúp người khác có thể ra quyết định và giải quyết vấn đề, nâng cao năng lực sống cá nhân bằng những phương pháp nghiệp vụ chuyên môn. Do đó, kỹ năng tư vấn (tư vấn tâm lý) được hiểu là quá trình nhà tư vấn vận dụng những tri thức, phương pháp và kỹ thuật tâm lý học nhằm trợ giúp đối tượng được tư vấn nhận ra chính mình, từ đó tự thay đổi hành vi, thái độ, tự tái lập lại thế cân bằng tâm lý của bản thân ở trình độ cao hơn (Nguyễn Đức Sơn và cộng sự, 2020).

Xuất phát từ định nghĩa về kỹ năng và tư vấn tâm lý học đường, chúng tôi hiểu kỹ năng tư vấn tâm lý học đường là khả năng thực hiện một cách có kết quả hoạt động tư vấn tâm lý trong nhà trường bằng cách lựa chọn và thực hiện các phương thức hành động phù hợp với điều kiện và hoàn cảnh nhất định nhằm đạt mục đích và nhiệm vụ tư vấn tâm lý đề ra.

2.3.1. Các kỹ năng tư vấn tâm lý cơ bản

Theo Nguyễn Đức Sơn và cộng sự (2020), tư vấn tâm lý học đường bao gồm những kỹ năng sau: kỹ năng lắng nghe; kỹ năng thâu hiểu; kỹ năng phản hồi; kỹ năng hướng dẫn, gợi ý và kỹ năng khuyến khích, động viên.

Theo Lê Sơn và Lê Hồng Minh (2014), các chuyên gia tư vấn tâm lý học đường cần có những kỹ năng cơ bản sau: kỹ năng giao tiếp; kỹ năng truyền thông; kỹ năng khơi dậy và kỹ năng hỗ trợ quyết định của thân chủ.

Theo Hoàng Anh Phước (2016), các cán bộ tư vấn học đường cần có những kỹ năng cơ bản sau: 1) Nhóm kỹ năng xây dựng mối quan hệ với học sinh. Kỹ năng xây dựng mối quan hệ với học sinh gồm một nhóm các kỹ năng thành phần, là: kỹ năng thể hiện tôn trọng học sinh, kỹ năng thể hiện sự trung thực với học sinh và kỹ năng thể hiện sự tận tâm với học sinh; 2) Nhóm kỹ năng thu thập thông tin trong tư vấn cho học sinh. Kỹ năng thu thập thông tin gồm các

kỹ năng: đặt câu hỏi, lắng nghe khách hàng, huy động các nguồn thông tin, tài liệu; 3) Kỹ năng quan sát nhằm đo lường và nhận định chính xác tâm trạng, tình cảm của thân chủ giúp quá trình tham vấn đạt hiệu quả hơn; 4) Kỹ năng phản hồi nhằm kiểm tra thông tin và thể hiện sự quan tâm, đồng thời khích lệ thân chủ nhận thức về cảm xúc, suy nghĩ của bản thân để thay đổi; 5) Kỹ năng thấu cảm; 6) Kỹ năng đánh giá tâm lý học sinh và kỹ năng ghi chép và lưu trữ hồ sơ tâm lý của học sinh.

Như vậy, các tác giả khác nhau có những quan niệm khác nhau về những kỹ năng tư vấn tâm lý học đường. Dựa trên công tác tư vấn tâm lý học đường, nghiên cứu xác định các kỹ năng tư vấn cơ bản ở người giáo viên, cán bộ tư vấn tâm lý gồm các kỹ năng sau:

a) **Kỹ năng lắng nghe**

Theo tác giả Hoàng Phê (1997): “Lắng nghe là sự tập trung sức nghe để thu nhận âm thanh”, “Lắng nghe là sự thể hiện sự chú ý để hiểu những gì mà chúng ta nghe thấy”. Lắng nghe là những khía cạnh quan trọng nhất của quá trình tư vấn. Thông thường, tư vấn tốt nhất là tư vấn chỉ lắng nghe học sinh. Nếu giáo viên có thể rèn luyện bản thân để dành toàn bộ sự chú ý và thực sự lắng nghe đối phương thì họ có thể làm được nhiều điều để giúp đỡ học sinh. Đầu tiên, chúng ta cần phân biệt giữa hai quá trình: chú ý và lắng nghe (Burnard, 1994).

Lắng nghe là quá trình “nghe” học sinh. Điều này không chỉ liên quan đến việc ghi nhận những điều học sinh nói mà còn liên quan đến toàn bộ các khía cạnh khác của giao tiếp. Ba khía cạnh của việc lắng nghe bao gồm: khía cạnh ngôn ngữ, khía cạnh cận ngôn ngữ và khía cạnh phi ngôn ngữ. Các khía cạnh ngôn ngữ của lời nói đề cập đến từ thực tế mà học sinh sử dụng, những cụm từ họ chọn và những phép ẩn dụ mà họ sử dụng để truyền đạt cảm xúc của họ. Chú ý đến những phép ẩn dụ như vậy thường rất hữu ích vì ngôn ngữ ẩn dụ thường có thể truyền đạt nhiều hơn cách sử dụng ngôn ngữ thông thường (Cox, 1978). Khía cạnh cận ngôn ngữ đề cập đến tất cả những khía cạnh của

lời nói mà bản thân nó không phải là lời nói. Âm lượng, cao độ và trọng âm là tất cả các khía cạnh cận ngôn ngữ của giao tiếp. Những điều này có thể cung cấp cho giáo viên các chỉ số về cảm giác của học sinh ngoài những từ ngữ mà họ sử dụng. Tuy nhiên, giáo viên phải cẩn thận khi đưa ra các giả định khi chuyển sự chú ý vào vùng thứ ba - vùng của tưởng tượng. Cận ngôn ngữ chỉ có thể cung cấp cho giáo viên manh mối khả dĩ để biết học sinh đang cảm thấy như thế nào. Điều quan trọng là giáo viên phải kiểm tra với học sinh mức độ mà mạnh mẽ đó phù hợp với nhận thức của chính học sinh về cách họ cảm thấy. Các khía cạnh phi ngôn ngữ của giao tiếp đề cập đến 'ngôn ngữ cơ thể' - cách mà học sinh thể hiện họ thông qua việc sử dụng cơ thể của họ. Do đó, nét mặt, cách sử dụng cử chỉ, vị trí cơ thể và cử động, sự gần gũi với tư vấn viên và sự đụng chạm trong mối quan hệ với tư vấn viên đều cung cấp thêm manh mối về tình trạng nội tâm của học sinh ngoài những từ ngữ mà họ sử dụng và có thể được tư vấn viên chú ý lắng nghe. Tất nhiên, kỳ giả định nào mà giáo viên đưa ra về ngôn ngữ cơ thể của học sinh cần được làm rõ và xác minh với học sinh (Burnard, 1994).

Có ba mức độ về lắng nghe: Mức độ lắng nghe đầu tiên đề cập đến việc người có vấn chỉ đơn thuần là ghi nhận những gì học sinh đang nói (nghe từ ngữ mà học sinh nói). Ở mức độ, cả học sinh và nhân viên tư vấn đều không 'gần gũi' về mặt tâm lý và được cho là mối quan hệ sẽ không phát triển nhiều. Ở cấp độ nghe thứ hai, người tư vấn học cách phát triển sự chú ý tự do. Điều đó có nghĩa là người tư vấn lắng nghe 'tổng thể' những gì đang được nói, thay vì cố gắng bắt từng từ. Sự chú ý tự do cũng đề cập đến việc 'đi cùng' với học sinh, không cố gắng giữ học sinh theo một chủ đề cụ thể mà theo dõi cuộc trò chuyện của học sinh ở bất cứ vấn đề gì. Nhà tư vấn cũng 'lắng nghe' hành vi phi ngôn ngữ và cận ngôn ngữ của học sinh như những dấu hiệu cho thấy học sinh đang nghĩ gì và cảm thấy gì. Đối mặt với mức độ lắng nghe sâu này, học sinh cảm thấy nhân viên tư vấn đồng cảm với mình. Nhà tư vấn bắt đầu đi vào hệ quy chiếu của học sinh và

khám phá thế giới cảm giác của họ. Nhà tư vấn bắt đầu nhìn thế giới theo cách trải nghiệm của học sinh. Ở cấp độ lắng nghe thứ ba, người tư vấn duy trì sự chú ý tự do, chú ý đến các khía cạnh phi ngôn ngữ và cận ngôn ngữ của học sinh nhưng cũng chú ý đến những suy nghĩ, cảm xúc và cảm giác bên trong cơ thể của họ. Ở mức độ này, có vẻ như nhà tư vấn đang lắng nghe cả học sinh và chính họ, đồng thời cẩn thận sử dụng chính họ như một tấm bảng đánh giá mối quan hệ đang phát triển như thế nào. Theo Watkins (1978) đây quá trình “cộng hưởng” và nó hoàn toàn khác với sự đồng cảm (Burnard, 1994).

Theo Nguyễn Đức Sơn và cộng sự (2020), kỹ năng lắng nghe bao gồm các biểu hiện cụ thể sau đây:

- Tập trung lắng nghe: Giáo viên tập trung chú ý tối đa vào những gì học sinh trình bày. Khi nghe học sinh trình bày những khó khăn của mình, giáo viên cần im lặng lắng nghe, không ngắt lời, không suy diễn hay phản bác... Nếu có những vấn đề hoặc thông tin nào đó chưa rõ ràng, giáo viên có thể đề nghị học sinh giải thích thêm hoặc cũng có thể đặt câu hỏi mở để học sinh bắt đầu câu chuyện của mình.

- Tập trung quan sát: Khi giao tiếp với học sinh, giáo viên cần chú ý quan sát một cách tỉ mỉ để nhận biết hành vi, cử chỉ của học sinh, giải nghĩa được xúc cảm của học sinh thông qua những tín hiệu phi ngôn ngữ đó.

- Bày tỏ sự khích lệ: Trong khi lắng nghe học sinh trình bày những khó khăn của bản thân, giáo viên cần phải bày tỏ sự khích lệ đối với học sinh bằng các biểu cảm phi ngôn ngữ nhằm duy trì sự tiếp tục chia sẻ của học sinh. Giáo viên có thể cười, gật đầu, tiếc nuối, hạnh phúc, lo lắng... Hoặc có thể sử dụng ngôn ngữ cơ thể là lắc lư, bắt tay, đặt tay lên vai, xích lại gần hơn... để bày tỏ thái độ, cảm xúc, quan điểm của mình với những gì học sinh chia sẻ.

- Phản hồi: Giáo viên sử dụng phản hồi phù hợp về những nội dung cũng như xúc cảm của học sinh giúp học sinh cảm nhận được giáo viên hiểu câu chuyện và thấu cảm với nỗi niềm của mình.

- Tóm tắt điểm chính: Giáo viên sử dụng tóm lược - tóm tắt, gom lại những điểm chính trong nội dung câu chuyện của học sinh nhằm làm sáng tỏ những điều học sinh đang nói, đồng thời giúp học sinh tập trung chú ý tốt hơn.

b) *Kỹ năng quan sát*

Trong tư vấn tâm lý học đường, kỹ năng quan sát góp phần vào việc đánh giá toàn bộ việc trình bày của học sinh và cung cấp những thông tin chính xác. Kỹ năng quan sát là kỹ năng quan trọng khi làm việc với học sinh. Hiểu được những bức thông điệp ngầm được chuyển tải không bằng lời có thể giúp người cán bộ, giáo viên hiểu được học sinh đang suy nghĩ và cảm xúc như thế nào. Quan sát cần phải diễn ra liên tục, trong suốt quá trình tư vấn.

Theo Hoàng Anh Phước (2016): “Kỹ năng quan sát trong tư vấn tâm lý là sự vận dụng tri thức, kinh nghiệm nghề nghiệp để thu thập các thông tin cần thiết trong quá trình tư vấn”.

Mục đích của kỹ năng quan sát: Quan sát nhằm đo lường và nhận định chính xác tâm trạng, tình cảm của thân chủ giúp quá trình tham vấn đạt hiệu quả hơn.

Các bước tiến hành kỹ năng quan sát:

- Xác định rõ mục đích, nội dung quan sát: Dáng vẻ tổng quát, hành vi, cách nói chuyện, ngôn ngữ được sử dụng, tâm trạng và cảm xúc, sự thống nhất giữa lời nói và biểu hiện của nét mặt, cử chỉ.
- Ghi nhớ/ghi chép lại nội dung quan sát.
- Tập trung chú ý khi quan sát và quan sát liên tục.
- Điều chỉnh ánh mắt phù hợp với tình huống tự tham vấn khi quan sát.

Trong khi quan sát cần chú ý: Theo dõi những biểu hiện trên mặt, động tác chân tay, tư thế và điệu bộ của học sinh “ngôn ngữ thân thể”... Phong cách của thân chủ cởi mở hay khép kín; cách đứng ngồi thoải mái hay gò bó; cử chỉ có tự nhiên không; nét mặt bình thường hay có vẻ đặc biệt; ánh mắt có chú ý hay lơ là nhìn xuống; Cách ăn

mặc bình thường hay kỳ dị, khác người... Ghi chú những sự khác nhau giữa ngôn ngữ bằng lời nói với ngôn ngữ không bằng lời, sự khác nhau giữa những điều đã nói ra và ý nghĩa của nó: Liệu ngôn ngữ thân thể có trái ngược với lời nói hay không?

Như vậy, nội dung quan sát cần nắm được là:

- Dáng vẻ tổng quát và biểu lộ bên ngoài của ý muốn bên trong. Cần chú ý tránh áp đặt thành kiến và những khuôn mẫu khi diễn giải dáng vẻ tổng quát của học sinh.

- Quan sát hành vi à cung cấp dẫn luận về trạng thái tình cảm hiện thời của học sinh. Tuy nhiên cần thận trọng trong việc đánh giá tinh thần qua quan sát hành vi bởi vì học sinh có thể biết cách giấu các cảm nghĩ của mình.

- Tâm trạng và cảm xúc.

- Lời nói và ngôn ngữ: quan sát thấy điều gì được nói ra, nói như thế nào, ngôn ngữ được sử dụng. Điều được nói ra cho chúng ta biết thân chủ đang nghĩ gì, cung cấp thông tin về thế giới riêng tư của họ. Thông tin này cần thiết để người giáo viên lựa chọn những chiến lược tư vấn thích hợp. Ngôn ngữ thân chủ sử dụng thể hiện năng lực của họ trong việc lập luận và có thể diễn đạt ý tưởng rành mạch. Thông tin này giúp nhà tham vấn lựa chọn các chiến lược tham vấn cho phù hợp với năng lực trí tuệ của thân chủ. Nếu một thân chủ dùng “ngôn ngữ đường phố” khi nói chuyện, như sử dụng tiếng lóng thông dụng trong nhóm bạn cùng trang lứa. Nhà tham vấn cần học nghĩa của những từ lóng này để có thể hiểu và nói bằng ngôn ngữ của họ.

c) Kỹ năng thấu hiểu (thấu cảm)

Trong từ điển tiếng Việt, “thấu hiểu” được định nghĩa là hiểu một cách sâu sắc và tường tận. Thấu hiểu có thể là một trong những kỹ năng quan trọng mà một người cần có không chỉ để xây dựng và duy trì những mối quan hệ lành mạnh và tích cực, mà còn góp phần giúp con người làm việc hiệu quả hơn và thành công hơn trong cuộc sống.

Trong lĩnh vực tư vấn tâm lý học đường, kỹ năng thấu hiểu là khả năng biết đặt mình vào vị trí của học sinh để hiểu biết sâu sắc, đầy đủ về tâm tư, nguyện vọng, tình cảm của học sinh; biết cảm thông, chia sẻ với học sinh (Nguyễn Đức Sơn và cộng sự, 2020).

Đối với người tư vấn (giáo viên): Thấu cảm là chìa khóa để tạo lập mối quan hệ tương tác với thân chủ, từ đó có được sự hợp tác của thân chủ trong giải quyết vấn đề. Thấu cảm còn giúp người tư vấn khai thác những thông tin quan trọng, hiểu thân chủ một cách chính xác để từ đó đưa ra giải pháp tối ưu nhất cho thân chủ. Ngoài ra, thấu cảm là yếu tố tham gia vào sự hoàn thiện nhân cách của nhà tư vấn tâm lý.

Đối với thân chủ (học sinh): Sự thấu cảm của người tư vấn giúp thân chủ cảm thấy được hiểu và được chia sẻ. Sự thấu cảm của người tư vấn giúp thân chủ tăng cường tính chủ động hợp tác cùng giải quyết vấn đề, tăng cường sự tự tin ở thân chủ vì họ tin rằng có người đang hiểu mình và cùng mình giải quyết vấn đề.

Kỹ năng thấu cảm trong tư vấn tâm lý học đường thể hiện ở những khả năng sau đây:

(1) Đạt đến cảm xúc của thân chủ (học sinh): Giúp thân chủ chia sẻ và làm cho thân chủ thể hiện, nói ra tâm trạng sâu kín nhất tận đáy lòng của họ.

(2) Hiểu và thể hiện được sự hiểu biết của nhà tư vấn về tâm trạng và cảm xúc của thân chủ: Hiểu được thân chủ đang nghĩ gì, cảm xúc gì và muốn nói gì; thể hiện được hiểu biết đó của mình qua hành vi, cử chỉ, nét mặt, điệu bộ, lời nói...

(3) Chuyển cảm xúc của thân chủ thành ngôn từ. Mô phỏng những cảm xúc của thân chủ mà người tư vấn nghe thấy, quan sát thấy, cảm nhận thấy thành các câu nói diễn đạt cảm xúc đó.

Khả năng thấu cảm của người tư vấn có thể đạt đến những mức độ khác nhau:

- Mức độ 1: Nhà tư vấn chưa để ý đến cảm xúc tiềm ẩn trong điều thân chủ nói và có xu hướng đưa ra lời khuyên.

- Mức độ 2: Người tư vấn đã chú ý tới cảm xúc của thân chủ nhưng chưa thực sự rung động.

- Mức độ 3: Người tư vấn quan tâm nhiều hơn đến cảm xúc của trẻ và thể hiện được cùng một cảm xúc và ý nghĩ.

Những lưu ý cần tránh trong lời nói thấu cảm:

- Không đưa ra lời khuyên (hãy, nên), bảo học sinh làm gì, làm thế nào.

- Không đưa kinh nghiệm cá nhân của giáo viên vào câu nói.

- Không đứng về phía nào trong thông tin học sinh đưa ra để bênh hoặc chê.

- Không giảng giải đạo đức hay bình luận về vấn đề, về học sinh.

Như vậy, để có kỹ năng thấu hiểu tốt, giáo viên học đường không chỉ cần có kiến thức và kỹ năng mà còn cần nhạy cảm, tinh tế; thái độ quan tâm, “lắng nghe”. Mặt khác, kỹ năng thấu hiểu tốt còn phụ thuộc rất nhiều vào tính nhân văn; khả năng làm chủ cảm xúc, kiến thức, tình cảm và nỗ lực luyện tập.

d) Kỹ năng phản hồi

Kỹ năng phản hồi trong tư vấn, hỗ trợ học sinh là khả năng chuyển tải lại những cảm xúc, suy nghĩ, hành vi của học sinh, nhằm kiểm tra lại thông điệp từ phía học sinh, đồng thời thể hiện thái độ quan tâm, thấu cảm, khích lệ, động viên học sinh trong quá trình tư vấn (Nguyễn Đức Sơn và cộng sự, 2020). Mục đích của việc sử dụng kỹ năng phản hồi trong tư vấn là nhằm kiểm tra thông tin đã tiếp nhận từ phía học sinh, đồng thời thể hiện sự thấu cảm đối với học sinh, khích lệ học sinh nhận thức, khám phá cảm xúc, suy nghĩ của bản thân để thay đổi tích cực.

Trong tư vấn và tham vấn phản hồi đạt được sự khách quan khi người tư vấn chỉ đơn giản nói lại những điều mình quan sát thấy, mà không gắn với những suy luận, đánh giá về vấn đề hoặc suy nghĩ của thân chủ. Vì vậy, phản hồi chỉ nên liên quan đến các câu hỏi: Thế nào? Cái gì? Mà không nhằm giải thích tại sao?

Kỹ năng phản hồi có các chức năng sau: Giúp học sinh cảm thấy có người đang lắng nghe và hiểu mình; phản chiếu lại những gì đã nghe thấy, giúp cho học sinh nhinn lại cảm xúc của mình; chuyển tải mức độ hiểu và thấu cảm của giáo viên học đường đến học sinh; nắm bắt được những khía cạnh quan trọng nhất trong thông điệp của học sinh mà đôi khi học sinh không nhận thấy hoặc có gắng che đậy; khám phá sâu hơn về những trải nghiệm của học sinh; giúp cho cả giáo viên học đường và học sinh nhinn lại cảm xúc của mình.

Có hai hình thức phản hồi: phản hồi về cảm xúc và phản hồi về nội dung.

- *Phản hồi nội dung* là cách thức người tư vấn sử dụng ngôn ngữ để phản ánh, chuyển tải đến người được tư vấn những gì đã nghe được từ họ. Phản hồi nội dung là sự nhắc lại bằng ngôn ngữ. Để phản hồi nội dung, người tư vấn cần nhắc lại điều học sinh đã nói một cách ngắn gọn, phản ánh chính xác cảm xúc, suy nghĩ, quan điểm của người được tư vấn. Đồng thời, giáo viên không nên có những biểu hiện như chỉ nêu những sự kiện riêng rẽ hoặc chỉ nhắc lại lời của học sinh, đánh giá về những gì học sinh vừa nói hoặc đứng về một phía nào đó trong câu chuyện của các em hoặc không lắng nghe hết những vấn đề của học sinh.

- *Phản hồi cảm xúc* là mô tả lại trạng thái cảm xúc của học sinh trong quá trình tư vấn. Phản hồi cảm xúc là cách thể hiện sự ghi nhận, thấu hiểu cảm xúc, suy nghĩ của học sinh. Đây là một trong những kỹ năng khó trong quá trình tư vấn học đường. Bởi vì giáo viên phải sử dụng ngôn ngữ của mình để nói về những cảm xúc mà học sinh đề cập đến trong câu chuyện của các em một cách trực tiếp hay gián tiếp.

Những đặc trưng của phản hồi cảm xúc bao gồm: Tập trung vào cảm xúc, không tập trung vào sự kiện, suy nghĩ; có thể phản hồi cảm xúc về những gì đang diễn ra ngay lúc đó; có thể thông qua ngôn ngữ hoặc phi ngôn ngữ; gắn kết mối quan hệ giữa học sinh và giáo viên; giúp học sinh hiểu hơn về cảm xúc bản thân và tự bộc lộ bản thân

mình ở mức độ sâu hơn. Trong quá trình phản hồi cảm xúc, học sinh có thể không nhận ra được cảm xúc của chính mình hoặc các em không muốn chia sẻ cảm xúc, đổ lỗi cho người khác khi nhận ra được xúc cảm của mình... Do đó, giáo viên tâm lý học đường có thể thất vọng khi học sinh không đáp lại sự phản hồi xúc cảm của mình.

Phản hồi cảm xúc thường được thực hiện qua hai bước: Thứ nhất, giáo viên tâm lý học đường xác định cảm xúc của học sinh thông qua việc tập trung lắng nghe, đặt tên cho cảm xúc. Trong trường hợp giáo viên không thể xác định được cảm xúc của học sinh thì cần cố gắng đặt mình vào vị trí của học sinh. Thứ hai, giáo viên chỉ ra, đọc rõ những xúc cảm, tình cảm ẩn chứa bên trong của học sinh thông qua nội dung trò chuyện và cách nói của học sinh. Giáo viên cũng có thể gợi ra những cảm xúc bằng cách đặt những câu hỏi phản ánh những cảm xúc của học sinh.

Để phản hồi cảm xúc tốt, giáo viên tâm lý cần lưu ý một số khía cạnh như: Dùng kỹ năng mòi, tóm tắt trước khi có đủ thông tin để phản hồi cảm xúc. Nếu gặp khó khăn trong việc xác định cảm xúc của học sinh, giáo viên có thể đặt mình vào vị trí của học sinh, cố gắng dùng từ chỉ cảm xúc khác với những từ học sinh đang dùng và không nên đồng ý với học sinh khi các em đang cố gắng đổ lỗi cho người khác.

e) Kỹ năng đặt câu hỏi

Đặt câu hỏi là việc đưa ra các thông điệp nhất định tác động đến người khác để họ cung cấp những thông tin cần thiết. Đặt câu hỏi giúp điều khiển quá trình cung cấp thông tin của học sinh một cách có tổ chức. Một câu hỏi tốt là câu hỏi kích thích được tư duy của đối tượng và tìm kiếm được những thông tin mà nhà tư vấn quan tâm. Theo Hoàng Anh Phước (2016): “Kỹ năng đặt câu hỏi trong tham vấn/tư vấn là sự vận dụng tri thức, kinh nghiệm vào hành vi sử dụng câu hỏi hợp lý hướng tới cảm xúc, suy nghĩ và hành vi của đối tượng, thái độ kích lệ họ chia sẻ nhằm khai thác thông tin, đồng thời giúp họ tự nhận thức về bản thân và hoàn cảnh để thay đổi”.

Kỹ năng đặt câu hỏi bao gồm các tiêu kỹ năng:

- Biết làm sáng tỏ diễn biến và bản chất sự việc, gồm: nội dung của sự việc (tư cách chủ thể, nội dung, diễn biến sự việc, thời điểm, địa điểm của sự việc) và các nội dung có liên quan (các công việc khác, các mối quan hệ, tình hình hoạt động học tập, hướng nghiệp của học sinh...).

- Biết làm rõ yêu cầu, mong muốn của học sinh.

Kỹ năng sử dụng các loại câu hỏi hợp lý, bao gồm:

- Biết sử dụng câu hỏi để tổ chức tư duy của học sinh: đặt câu hỏi để hiểu toàn bộ vấn đề, để hiểu thông tin chi tiết và cụ thể; sử dụng kết hợp hợp lý câu hỏi mở và câu hỏi đóng.

- Biết sử dụng câu hỏi để điều khiển giao tiếp trong thu thập thông tin: đặt câu hỏi dễ trả lời khi bắt đầu chủ đề để tạo sự tự tin cho người trả lời, câu hỏi đóng để hướng người trả lời tập trung vào nội dung chính khi họ trả lời quá chung chung, lan man hoặc đưa chủ đề đi quá xa. Sử dụng đa dạng câu hỏi để tiếp xúc, để đề nghị, để hâm thăng, để tóm lược và chính xác vấn đề hoặc để kết thúc vấn đề.

- Biết sử dụng ngôn ngữ để đặt câu hỏi: ngôn ngữ xúc tích, rõ ràng, không thể hiện quan điểm chủ quan của nhà tư vấn khi đặt câu hỏi, thay đổi nhịp điệu, ngữ điệu, ngắt giọng, nhấn mạnh từ để gây chú ý đến nội dung trọng tâm của câu hỏi, đặc biệt là các câu hỏi dài.

- Biết biểu cảm phi ngôn ngữ: nét mặt mỉm cười hoặc thư giãn, nhìn vào mắt học sinh, tư thế người hơi nghiêng về phía người trả lời để bày tỏ sự quan tâm chờ đợi câu trả lời, dùng tay minh họa cho câu hỏi để giúp học sinh tiếp nhận chính xác nội dung câu hỏi.

Kỹ năng sử dụng biểu cảm phi ngôn ngữ và ngôn ngữ được sử dụng như là công cụ tương tác thông tin, giúp cho nhà tư vấn truyền đạt thông điệp của câu hỏi chính xác, đồng thời, khích lệ học sinh tiếp nhận câu hỏi và trả lời.

Trên đây là các kỹ năng cơ bản trong tư vấn tâm lý học đường. Các kỹ năng nêu trên có mối quan hệ mật thiết với nhau. Khi giáo

viên thực hiện một kỹ năng nào đó cũng có nghĩa là giáo viên phải vận dụng phối hợp linh hoạt với các kỹ năng khác để đạt hiệu quả tốt nhất.

2.3.2. Các kỹ năng tư vấn tâm lý học đường

Quyết định số 1876/QĐ-BGDĐT ngày 21 tháng 5 năm 2018 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo về chương trình bồi dưỡng năng lực tư vấn cho giáo viên phổ thông làm công tác tư vấn cho học sinh bao gồm các kiến thức về: Một số vấn đề chung về tư vấn cho học sinh và nhu cầu tư vấn của học sinh; Các kỹ năng tư vấn tâm lý học đường bao gồm; kỹ năng tìm hiểu, đánh giá khó khăn tâm lý của học sinh; tư vấn học sinh gặp khó khăn tâm lý; tư vấn cho học sinh có hành vi lệch chuẩn; tư vấn tâm lý cho học sinh trong học tập và hướng nghiệp và tư vấn cho học sinh về giới tính và sức khỏe sinh sản. Các kiến thức này phần lớn giáo viên ở các trường phổ thông đã được tham gia tập huấn, bồi dưỡng thông qua đề án của Bộ Giáo dục và Đào tạo và tập huấn ở các sở giáo dục, các lớp học bồi dưỡng chức danh nghề nghiệp. Nội dung bồi dưỡng cho giáo viên cũng đã hướng vào phát triển các kỹ năng tư vấn theo các nội dung trên.

a) Kỹ năng tìm hiểu, đánh giá khó khăn tâm lý của học sinh

Kỹ năng tìm hiểu, đánh giá khó khăn tâm lý của học sinh biểu hiện ở chỗ người cán bộ, giáo viên có khả năng kết hợp các phương pháp khác nhau trong đánh giá, trò chuyện và sử dụng các bài trắc nghiệm để đánh giá học sinh; Sử dụng các nguồn thông tin khác nhau từ cha mẹ học sinh, bạn bè học sinh và từ giáo viên khác để đánh giá tâm lý học sinh gặp vấn đề; Nhận diện được những khó khăn về tâm lý của học sinh và người cán bộ, giáo viên có khả năng sử dụng các kết quả đánh giá học sinh để xây dựng kế hoạch tư vấn, phòng ngừa về những khó khăn tâm lý ở học sinh.

b) Kỹ năng tư vấn học sinh gặp khó khăn tâm lý

Kỹ năng tư vấn học sinh gặp khó khăn tâm lý biểu hiện ở chỗ người cán bộ, giáo viên có khả năng tư vấn cho học sinh phù hợp với khó khăn mà học sinh gặp phải; Tổ chức, tiến hành tư vấn cho học

sinh theo đúng quy trình, đảm bảo đúng mục tiêu tư vấn; Biết theo dõi những diễn biến tâm lý học sinh trong quá trình tư vấn và người cán bộ, giáo viên có thể đánh giá hiệu quả của buổi tư vấn và nếu có thể thì điều chỉnh ngay biện pháp tư vấn và can thiệp phù hợp.

c) Kỹ năng tư vấn cho học sinh có hành vi lệch chuẩn

Kỹ năng tư vấn cho học sinh có hành vi lệch chuẩn biểu hiện ở chỗ người cán bộ, giáo viên có khả năng xác định các dấu hiệu cơ bản của các dạng hành vi lệch chuẩn ở học sinh; Biết sử dụng các thang đo để đánh giá hành vi lệch chuẩn ở học sinh; Xây dựng chương trình phòng ngừa những hành vi lệch chuẩn ở học sinh trong nhà trường; Đánh giá mức độ hiệu quả của tư vấn về hành vi lệch chuẩn ở học sinh và trong quá trình tư vấn nếu có vấn đề phát sinh thì có thể điều chỉnh biện pháp tư vấn phù hợp.

d) Kỹ năng tư vấn tâm lý cho học sinh trong học tập và hướng nghiệp

Kỹ năng tư vấn tâm lý cho học sinh trong học tập và hướng nghiệp biểu hiện ở chỗ, người cán bộ, giáo viên có thể xác định được phong cách học tập, năng lực học tập của học sinh và phát hiện những học sinh có khó khăn về học tập; Tư vấn cho học sinh về chương trình học tập, phương pháp học tập và các hình thức tổ chức hoạt động học tập, hỗ trợ, can thiệp cho học sinh có khó khăn về học tập; Tư vấn cho HS điều chỉnh phương pháp học tập, kế hoạch học tập cho phù hợp với năng lực và hoàn cảnh của từng học sinh; Nhận biết được sở thích nghề nghiệp và năng lực nghề nghiệp của học sinh; Tư vấn cho học sinh lựa chọn hướng đi phù hợp với năng lực, sở thích, điều kiện bản thân và nhu cầu xã hội; Tư vấn cho học sinh lập kế hoạch nghề nghiệp và sẵn sàng chuẩn bị cho nghề nghiệp trong tương lai.

e) Kỹ năng tư vấn cho học sinh về giới tính và sức khỏe sinh sản

Kỹ năng tư vấn cho học sinh về giới tính và sức khỏe sinh sản biểu hiện ở chỗ, người cán bộ, giáo viên có khả năng nhận biết, phân

tích được các vấn đề về giới tính và sức khỏe sinh sản ở lứa tuổi vị thành niên; Biết lập kế hoạch và tổ chức tư vấn theo hình thức nhóm, tư vấn cho cá nhân HS phù hợp với mỗi cấp học về giới tính và sức khỏe sinh sản; Áp dụng quy trình, các nguyên tắc và các kỹ năng để tư vấn giới tính và sức khỏe sinh sản cho HS; Đánh giá hiệu quả của tư vấn giới tính và sức khỏe sinh sản cho HS và nếu cần có thể điều chỉnh các biện pháp tư vấn phù hợp.

Như vậy có thể thấy kỹ năng tư vấn tâm lý học đường bao gồm các kỹ năng tư vấn tâm lý cơ bản nhưng được cụ thể hóa và gắn liền với tâm sinh lý, nhu cầu của người học ở lứa tuổi vị thành niên.

2.4. Các yếu tố ảnh hưởng đến kỹ năng tư vấn tâm lý học đường của cán bộ, giáo viên ở trường phổ thông

Việc tìm hiểu yếu tố ảnh hưởng đến kỹ năng tư vấn tâm lý học đường của giáo viên là cần thiết và đóng vai trò quan trọng trong việc giúp đỡ họ nâng cao kỹ năng tư vấn tâm lý của mình. Có nhiều yếu tố ảnh hưởng đến kỹ năng tư vấn tâm lý học đường của cán bộ, giáo viên. Tuy nhiên, có thể nhóm các yếu tố lại thành các yếu tố chủ quan và yếu tố khách quan. Nhóm yếu tố thuộc về chủ thể nhà tham vấn bao gồm các yếu tố như: sự say mê, hứng thú với công việc; kinh nghiệm thực tiễn; giá trị, thái độ đạo đức. Nhóm yếu tố khách quan bao gồm nhận thức của cha mẹ HS, nhà trường và xã hội về tư vấn; cơ chế chính sách đối với nhà tư vấn; cơ hội được tập huấn, bồi dưỡng về tư vấn. Trên cơ sở nghiên cứu, chúng tôi xác định những yếu tố chủ quan và khách quan tác động đến kỹ năng tư vấn tâm lý học đường của cán bộ, giáo viên ở trường trung học phổ thông như sau:

2.4.1. Các yếu tố chủ quan

a) Nhận thức của giáo viên về vai trò của các kỹ năng tư vấn tâm lý học đường

Hoạt động tư vấn tâm lý cho học sinh trong trường phổ thông nhằm phòng ngừa, hỗ trợ và can thiệp (khi cần thiết) đối với học sinh

đang gặp phải khó khăn về tâm lý trong học tập và cuộc sống để tìm hướng giải quyết phù hợp, giảm thiểu tác động tiêu cực có thể xảy ra; góp phần xây dựng môi trường giáo dục an toàn, lành mạnh, thân thiện và phòng, chống bạo lực học đường. Việc tư vấn tâm lý cho học sinh trong trường phổ thông cũng giúp hỗ trợ học sinh rèn luyện kỹ năng sống; tăng cường ý chí, niềm tin, bản lĩnh, thái độ ứng xử phù hợp trong các mối quan hệ xã hội; rèn luyện sức khỏe thể chất và tinh thần, góp phần xây dựng và hoàn thiện nhân cách.

Để thực hiện các mục đích của tư vấn tâm lý học đường, giáo viên cần có những kỹ năng tư vấn nhất định. Mức độ thành thạo của kỹ năng tư vấn tâm lý học đường có vai trò quan trọng đối với hiệu quả của công tác tư vấn tâm lý. Tuy nhiên, nếu người tư vấn không nhận thức được tầm quan trọng của các kỹ năng tư vấn, thì thái độ đối với việc rèn luyện các kỹ năng tư vấn sẽ không đúng đắn. Nhận thức và thái độ là động lực của hành động, khi nhận thức và thái độ không đúng đắn thì người tư vấn sẽ thiếu động lực rèn luyện các kỹ năng và từ đó ảnh hưởng đến mức thành thạo các kỹ năng tư vấn và hiệu quả của hoạt động tư vấn. Do đó, chúng tôi cho rằng nhận thức của giáo viên về vai trò của các kỹ năng tư vấn tâm lý là một trong những yếu tố chủ quan ảnh hưởng đến mức độ thành thạo của kỹ năng.

b) Hứng thú đối với công việc tư vấn học đường

Có nhiều quan niệm về hứng thú, trong nghiên cứu này thuật ngữ hứng thú (interest) trong *Từ điển Văn phạm Anh văn* được hiểu là “sự thích thú, sự chú ý”. Hứng thú là thái độ đặc biệt của cá nhân đối với đối tượng nào đó, vừa có ý nghĩa đối với cuộc sống, vừa có khả năng mang lại khoái cảm cho cá nhân trong quá trình hoạt động (Nguyễn Quang Uán và cộng sự, 2006). Hứng thú có vai trò rất quan trọng trong học tập và làm việc, không có việc gì người ta không làm được dưới ảnh hưởng của hứng thú... Cùng với tự giác, hứng thú làm nên tính tích cực nhận thức, giúp cá nhân làm việc đạt kết quả cao, có khả năng khơi dậy mạch nguồn của sự sáng tạo. Từ những phân tích trên, chúng tôi hiểu hứng thú với hoạt động tư vấn tâm lý học đường

là cảm giác thích thú, chú ý đặc biệt đối với hoạt động tư vấn và trợ giúp thân chủ (học sinh, sinh viên, giáo viên và cả các bậc phụ huynh) trong nhà trường. Theo Neukrug (2012), sự nhiệt tình hay yêu thích công việc như một khía cạnh của đặc điểm nhân cách mà người trợ giúp cần có để thực hiện công việc này có kết quả (Neukrug, 2012). Các nghiên cứu trước đây đã chỉ ra rằng, hứng thú đối với hoạt động tham vấn tâm lý học đường có ảnh hưởng quan trọng đối với kỹ năng tham vấn tâm lý học đường (Vũ Mộng Đóa, 2020).

c) **Nền tảng kiến thức về tư vấn tâm lý học đường**

Liên quan đến khía cạnh này, Anthony (1993) cho rằng, những người thực hiện tham vấn, tư vấn cần được trang bị kiến thức về tham vấn, tư vấn một cách bài bản, hệ thống. Những kiến thức nền tảng mà người trợ giúp (chuyên gia tham vấn, tư vấn) cần có là kiến thức về xã hội, đặc biệt là kiến thức về hành vi con người, về phát triển tâm lý con người và những đối tượng mà họ trợ giúp, những hiểu biết về sự định hướng nghề nghiệp. Nghiên cứu của Vũ Mộng Đóa (2020) đã chứng minh rằng nền tảng kiến thức về tư vấn tâm lý học đường là một trong những yếu tố có ảnh hưởng mạnh nhất đến kỹ năng tham vấn tâm lý học đường.

d) **Kinh nghiệm làm việc và thâm niên công tác trong lĩnh vực tư vấn học đường**

- Kinh nghiệm làm việc trong lĩnh vực tư vấn học đường: Trong từ điển tiếng Việt, “kinh nghiệm là sự hiểu biết do đã từng trải công việc, đã thấy được kết quả khiếu cho có thể phát huy được mặt tốt và khắc phục được mặt chưa tốt”. Trong tiếng Anh, kinh nghiệm hay trải nghiệm (experience) là tri thức hay sự thông thạo về một sự kiện hay một chủ đề có được thông qua sự can dự hay tiếp xúc trực tiếp.

Trong lĩnh vực tư vấn học đường, kinh nghiệm làm việc được chúng tôi hiểu là sự hiểu biết hoặc thông thạo về công việc tư vấn tâm lý cho học sinh, giáo viên và phụ huynh do đã từng trải qua (thực hiện hay tiếp xúc trực tiếp) công việc này trước đó.

Yếu tố kinh nghiệm làm việc có ảnh hưởng quan trọng đến kỹ năng tham vấn và tư vấn tâm lý học đường. Theo Carl Roger (1962), các chuyên gia tham vấn, tư vấn càng có kinh nghiệm thì họ càng có khả năng thấu hiểu thân chủ (Vũ Mộng Đóa, 2020).

- Thâm niên công tác trong lĩnh vực tư vấn học đường: Thâm niên công tác là khoảng thời gian làm việc của một cá nhân trong một doanh nghiệp, cơ quan, đơn vị, tổ chức. Khoảng thời gian này thường được tính bằng năm (đủ 12 tháng). Trong tư vấn tâm lý học đường được chúng tôi hiểu là khoảng thời gian làm việc của một chuyên gia tư vấn trong nhà trường. Theo lý mà nói, thâm niên công tác trong lĩnh vực tư vấn tâm lý học đường càng nhiều thì càng tích lũy được nhiều kinh nghiệm, càng có sự hiểu biết và các kỹ năng liên quan đến hoạt động tư vấn tâm lý cho học sinh, giáo viên, phụ huynh càng nhiều. Do đó, thâm niên công tác tư vấn tâm lý học đường có ảnh hưởng quan trọng đến kỹ năng tư vấn tâm lý học đường. Tuy nhiên, không phải lúc nào thâm niên công tác cũng tỷ lệ thuận với số lượng và mức độ kinh nghiệm, cũng như kiến thức, kỹ năng.

* Ngoài ra, các yếu tố ảnh hưởng thấp đến kỹ năng tư vấn tâm lý bao gồm đặc điểm khí chất và lĩnh vực chuyên môn được đào tạo (Vũ Mộng Đóa, 2020).

2.4.2. Các yếu tố khách quan

Trong tư vấn tâm lý học đường, các yếu tố khách quan có thể ảnh hưởng đến kỹ năng tư vấn học đường bao gồm sự hiểu biết của lãnh đạo nhà trường về hoạt động tư vấn học đường, các chế độ chính sách của nhà trường, sự quan tâm hỗ trợ của nhà trường dành cho công tác tư vấn học đường, áp lực công việc tại trường và sự tham gia các khóa tập huấn chuyên môn tư vấn học đường.

* *Các cấp quản lý giáo dục, các nhà trường và toàn xã hội chưa nhận thức đầy đủ về ý nghĩa, tầm quan trọng của công tác tư vấn tâm lý học đường. Nhiều người chưa thấy tư vấn tâm lý là sự hỗ trợ tâm lý để học sinh tự nâng cao hiểu biết về bản thân, về gia đình và các mối*

quan hệ xã hội, từ đó có thể tự đưa ra quyết định khi gặp những tình huống khó khăn trong học tập và đời sống. Tư vấn không chỉ là sự trợ giúp tâm lý mà còn giúp học sinh rèn luyện kỹ năng sống, tăng cường ý chí, niềm tin, bản lĩnh, thái độ ứng xử phù hợp trong các mối quan hệ xã hội, góp phần xây dựng và hoàn thiện nhân cách, giúp các em có cuộc sống lành mạnh, thân thiện, là cơ sở ngăn ngừa, phòng chống bạo lực học đường. Khi học sinh trở thành con ngoan, công dân tốt, có một cuộc sống cá nhân hạnh phúc thì sẽ đem lại niềm vui cho mọi người và đóng góp tích cực cho xã hội. Khi sự nhận thức đúng đắn về vai trò và ý nghĩa của tư vấn tâm lý học đường, các cấp quản lý giáo dục, các nhà trường và toàn xã hội có thể có sự quan tâm, đầu tư đúng mức cho các hoạt động tư vấn tâm lý học đường chẳng hạn như chính sách đãi ngộ đối với chuyên viên tư vấn; thường xuyên tổ chức các khóa tập huấn và bồi dưỡng nhằm nâng cao nghiệp vụ và chuyên môn về tư vấn cho giáo viên và các cán bộ tư vấn; đầu tư cơ sở vật chất, và trang thiết bị phục vụ công tác tư vấn tâm lý học đường... Do đó, sự nhận thức chưa đầy đủ về bản chất của hoạt động tư vấn tâm lý học đường đã phản ánh qua thực trạng thiếu vắng đội ngũ các nhà tư vấn học đường trong các nhà trường phổ thông và sự thiếu phù hợp trong công tác phân công nhân sự, chưa có thiết chế chuyên biệt cho công tác tư vấn học đường (Lê Thục Anh, 2017). Thiết nghĩ, khi có sự quan tâm và đầu tư thích đáng của cấp quản lý giáo dục, các nhà trường và toàn xã hội cho công tác tư vấn học đường thì cán bộ hay chuyên viên tư vấn học đường sẽ có điều kiện để đầu tư thời gian, công sức, tâm huyết cho hoạt động tư vấn học đường nói chung và rèn luyện các kỹ năng tư vấn tâm lý học đường nói riêng.

* *Cơ sở vật chất, phương tiện phục vụ công tác tư vấn tâm lý tại các nhà trường:* Cơ sở vật chất và phương tiện phục vụ tư vấn tâm lý học đường là hệ thống các phương tiện vật chất được huy động vào việc tư vấn và trợ giúp tâm lý cho HS, giáo viên, phụ huynh trong nhà trường để đạt được mục đích tư vấn tâm lý học đường hiệu quả. Cơ sở vật chất và phương tiện phục vụ tư vấn tâm lý học đường bao gồm các

chương trình, tài liệu về tư vấn tâm lý; phòng, lóp, trang thiết bị hỗ trợ tư vấn, các thiết bị y tế, các công cụ đo lường và can thiệp tâm lý...

Về phòng tư vấn tâm lý học đường, khó có một công thức chung cho mô hình phòng tư vấn tâm lý, bởi điều kiện thực tế của mỗi nhà trường, ở từng địa bàn có khác nhau. Tuy nhiên, những yếu tố tối thiểu của một phòng tư vấn thì không thay đổi, cần có máy tính, điện thoại, bàn ghế, tủ sách tham khảo (gồm các đầu sách có nội dung phù hợp với lứa tuổi), các công cụ đánh giá và chẩn đoán...

Việc thiếu thốn cơ sở vật chất, công cụ và tài liệu liên quan đến tư vấn không lý không chỉ tác động tiêu cực đến nhận thức và thái độ của giáo viên đối với việc rèn luyện các kỹ năng tư vấn, mức độ kỹ năng tư vấn mà còn ảnh hưởng đến hiệu quả của hoạt động tư vấn tâm lý học đường.

* *Nhu cầu tư vấn ở học sinh:* Trong nhà trường phổ thông, học sinh gặp rất nhiều khó khăn về học tập, quan hệ ứng xử, định hướng nghề nghiệp... Do đó, mô hình ứng dụng tư vấn tâm lý dành cho học sinh phổ thông cũng được đề xuất. Đối với kỹ năng tư vấn học đường, nhu cầu tư vấn tâm lý của học sinh có thể là một yếu tố có ảnh hưởng quan trọng trong việc giúp người cán bộ tư vấn rèn luyện và nâng cao các kỹ năng tư vấn tâm lý bởi vì không có những đối tượng gặp khó khăn tâm lý thì nhà tư vấn tâm lý sẽ không có cơ hội để thực hành và rèn luyện những kỹ năng nghề nghiệp của mình. Hơn nữa, khi học sinh có nhu cầu tư vấn tâm lý cao thì nhà trường và các lực lượng xã hội sẽ nhận thức được sự cần thiết của hoạt động tư vấn tâm lý trong trường phổ thông. Thông qua nhận thức được mức độ cần thiết, nhà trường và các lực lượng xã hội sẽ đầu tư thích đáng cho công tác tư vấn tâm lý cho học sinh, trong đó có đầu tư đúng mức tới các chương trình bồi dưỡng, tập huấn để nâng cao kỹ năng tư vấn tâm lý cho cán bộ tư vấn trong nhà trường. Cùng với nhu cầu tư vấn của học sinh và sự quan tâm của nhà trường và các lực lượng xã hội đối với công tác tư vấn tâm lý, các cán bộ tư vấn tâm lý sẽ có động lực để tích cực chủ

động và tự giác trong việc trau dồi và rèn luyện các kỹ năng tư vấn tâm lý.

* *Thiếu các chương trình bồi dưỡng và tập huấn cho giáo viên*

Một trong những khó khăn trong công tác tư vấn tâm lý học đường ở các trường phổ thông hiện nay là việc chính thức hóa đội ngũ làm công tác tư vấn tâm lý trong các nhà trường phổ thông cả về số lượng lẫn chất lượng. Các tư vấn viên trong nhà trường phổ thông đa phần là các cán bộ, giáo viên kiêm nhiệm ít được đào tạo, bồi dưỡng về chuyên môn nghiệp vụ tư vấn tâm lý, không có chứng chỉ nghiệp vụ tư vấn tâm lý học đường theo chương trình của Bộ Giáo dục và Đào tạo ban hành. Do đó, việc tổ chức các chương trình bồi dưỡng, các khóa tập huấn về tư vấn tâm lý có ý nghĩa quan trọng trong việc trang bị cho giáo viên những kiến thức, kỹ năng tư vấn tâm lý cơ bản để hỗ trợ người làm công tác tư vấn tâm lý trong nhà trường phổ thông. Việc thiếu vắng các chương trình bồi dưỡng và tập huấn tư vấn tâm lý đã ảnh hưởng rất lớn đến kỹ năng tư vấn tâm lý học đường của giáo viên phổ thông.

* *Các chế độ chính sách của nhà trường dành cho cán bộ tư vấn lý học đường*

Hiện tại, hầu hết các nhà trường chưa có biên chế cán bộ chuyên trách công tác tư vấn tâm lý; thiếu kinh phí hoạt động. Đội ngũ cán bộ tư vấn tâm lý đa số là các giáo viên kiêm nhiệm, các chế độ đai ngộ chưa được quan tâm, quy định cụ thể. Chính điều này đã ảnh hưởng không nhỏ đến tính tích cực, tự giác và thái độ chủ động của giáo viên đối với việc rèn luyện các kỹ năng tư vấn tâm lý học đường, từ đó sẽ tác động tiêu cực đến mức độ thành thạo kỹ năng tư vấn tâm lý học đường.

* *Áp lực công việc tại trường*

Áp lực công việc là trạng thái sức khỏe và tinh thần ở thời điểm thấp nhất khi con người cảm thấy lúc nào cũng khó khăn, mệt mỏi mỗi khi đối diện với công việc. Áp lực công việc tác động tiêu cực

đến tinh thần và thể chất của cá nhân, làm trì trệ công việc, khiến con người trở nên uể oải, mất năng lượng và kéo theo là động lực làm việc cũng suy giảm. Khi mệt mỏi, tinh thần sẽ trở nên căng thẳng, dễ sao nhãng và khó nghiêm túc làm việc. Khi tình trạng này kéo dài nhiều ngày sẽ khiến con người cảm thấy lo lắng, trầm cảm, chán nản và dẫn đến kiệt sức, thậm chí ảnh hưởng đến các khía cạnh khác trong cuộc sống (Melchior et al., 2007). Do đó, khi giáo viên bị áp lực công việc tại trường, họ có thể không còn năng lượng, động lực và sức khỏe để rèn luyện và nâng cao kỹ năng tư vấn tâm lý. Việc giảm áp lực công việc cho giáo viên có thể tạo điều kiện cho giáo viên rèn luyện và phát triển kỹ năng tư vấn tâm lý học đường.

Chương 2

TỔ CHỨC VÀ PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

1. ĐỊA BÀN NGHIÊN CỨU

Do thời gian và thực trạng khó khăn về tâm lý của học sinh cũng như tính cấp thiết của cấp học nên nghiên cứu tập trung khảo sát đánh giá thực trạng công tác tư vấn tâm lý ở các trường trung học phổ thông trên địa bàn tỉnh Thừa Thiên Huế và tỉnh Quảng Trị. Các trường trung học phổ thông bao gồm: Trường THPT Vinh Xuân, Trường THPT Nguyễn Sinh Cung, Trường THPT Hà Trung của huyện Phú Lộc; Trường THPT Thuận Hóa, Trường Đại học Sư phạm, Đại học Huế và trường THPT Vĩnh Linh, Trường THCS và THPT Bến Quan, huyện Vĩnh Linh, tỉnh Quảng Trị. Các khách tham gia khảo sát bao gồm 157 cán bộ, GV đã được bồi dưỡng, tập huấn về công tác tư vấn tâm lý học đường và. Khảo sát 321 học sinh từ lớp 10 đến lớp 12 ở một số trường trung học phổ thông trên.

2. TỔ CHỨC NGHIÊN CỨU

Để nghiên cứu thực trạng kỹ năng tư vấn tâm lý học đường của cán bộ, giáo viên ở các trường trung học phổ thông trên địa bàn tỉnh Thừa Thiên Huế và tỉnh Quảng Trị, chúng tôi tiến hành theo từng giai đoạn cụ thể sau:

Giai đoạn 1: Xây dựng cơ sở lý luận về kỹ năng tư vấn tâm lý học đường của cán bộ, giáo viên ở các trường trung học phổ thông.

Giai đoạn nghiên cứu lý luận được tiến hành từ tháng 01/2021 đến tháng 6/2021.

** Mục đích nghiên cứu*

Mục đích nghiên cứu của giai đoạn này nhằm xây dựng khung cơ sở lý luận cho đề tài nghiên cứu và xác định công cụ chủ đạo cho tiến hành khảo sát thực trạng kỹ năng tư vấn tâm lý học đường của cán bộ, giáo viên ở trường phổ thông.

** Nội dung nghiên cứu*

Nghiên cứu các sách, báo, các văn bản, thông tư hướng dẫn của Bộ Giáo dục và Đào tạo... nhằm xây dựng cơ sở lý luận cho vấn đề nghiên cứu.

- Đọc, phân tích, tổng hợp, hệ thống hóa, khái quát hóa các nghiên cứu của các tác giả trong và ngoài nước có liên quan tới tư vấn tâm lý học học đường, các khó khăn tâm lý của học sinh, các kỹ năng tư vấn tâm lý học đường...

- Xác định các khái niệm công cụ, các nội dung tư vấn tâm lý học đường, đội ngũ giáo viên ở trường phổ thông với công tác tư vấn tâm lý học đường, các kỹ năng tư vấn tâm lý học đường ở cán bộ, giáo viên trong trường phổ thông cũng như các yếu tố ảnh hưởng tới kỹ năng tư vấn tâm lý học đường ở cán bộ, giáo viên trong trường phổ thông.

Giai đoạn 2: Khảo sát, đánh giá về thực trạng kỹ năng tư vấn tâm lý học đường của cán bộ, giáo viên ở một số trường trung học phổ thông trên địa bàn tỉnh Thừa Thiên Hué và tỉnh Quảng Trị.

Giai đoạn nghiên cứu thực trạng được tiến hành qua hai bước:

Bước 1: Nghiên cứu tiến hành khảo sát thử để chỉnh sửa phiếu điều tra. Bước này nghiên cứu đã tiến hành điều tra ở Trường Trung học phổ thông Vinh Xuân, huyện Phú Lộc, tỉnh Thừa Thiên Hué.

Bước 2: Chỉnh sửa phiếu điều tra và tiến hành khảo sát thực trạng kỹ năng tư vấn tâm lý học đường ở cán bộ, giáo viên ở một số trường trung học phổ thông trên địa bàn tỉnh Quảng Trị và tỉnh Thừa Thiên Hué.

Giai đoạn 3: Đề xuất biện pháp nâng cao kỹ năng tư vấn tâm lý học đường cho cán bộ, giáo viên ở trường trung học phổ thông.

Giai đoạn này được tiến hành vào khoảng tháng 6/2022-12/2022.

Trên cơ sở nghiên cứu lý luận và khảo sát, đánh giá thực trạng kỹ năng tư vấn tâm lý học đường của cán bộ, giáo viên ở các trường

trung học phổ thông trên địa bàn tỉnh Quảng Trị và tỉnh Thừa Thiên Huế, nhóm nghiên cứu sẽ tổ chức thảo luận và đề xuất các biện pháp nâng cao kỹ năng tư vấn tâm lý học đường cho đội ngũ cán bộ, giáo viên ở các trường trung học phổ thông.

3. PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Để đạt kết quả khách quan, chính xác, chúng tôi đã sử dụng hệ thống các phương pháp nghiên cứu sau:

3.1. Phương pháp nghiên cứu lý luận

Mục đích: Xây dựng khung lý luận cho đề tài, xác lập cơ sở để xây dựng bảng hỏi điều tra công tác tư vấn tâm lý học đường cho cán bộ, giáo viên ở trường trung học phổ thông.

Cách thức thực hiện: Thu thập tài liệu trong và ngoài nước liên quan tới kỹ năng, tư vấn tâm lý, tư vấn tâm lý học đường ở trường phổ thông. Phương pháp này bao gồm các giai đoạn đọc, phân tích, tổng hợp và khái quát hóa các tài liệu để từ đó xây dựng cơ sở lý luận triển khai nghiên cứu thực trạng.

3.2. Phương pháp nghiên cứu thực trạng

a) Phương pháp điều tra bằng bảng hỏi

Mục đích:

- Tìm hiểu những khó khăn tâm lý, mức độ và nhu cầu tư vấn tâm lý học đường ở học sinh trong trường trung học phổ thông.
- Tìm hiểu thực trạng kỹ năng tư vấn tâm lý học đường của cán bộ, giáo viên ở các trường trung học phổ thông.
- Tìm hiểu các yếu tố ảnh hưởng tới kỹ năng tư vấn tâm lý học đường ở cán bộ, giáo viên ở trường trung học phổ thông.

Cách thức xây dựng bảng hỏi: Tiến hành theo 3 bước:

Bước 1: Xây dựng bảng hỏi

- Xây dựng nội dung bảng hỏi theo mục đích nghiên cứu mà đề tài đã đề ra.

- Trao đổi nhóm nghiên cứu về các nội dung điều tra, bổ sung các vấn đề có liên quan.

Bước 2: Điều tra thử

- Tiến hành điều tra thử ở Trường THPT Vinh Xuân, huyện Phú Vang, tỉnh Thừa Thiên Hué.

- Đánh giá độ tin cậy và xử lý số liệu.
- Hoàn thiện bảng hỏi và điều tra chính thức.
- Loại bỏ những từ ngữ không phù hợp.

Bước 3: Khảo sát chính thức.

Bước này nhằm mục đích thu thập số liệu để phân tích, đánh giá kỹ năng tư vấn tâm lý học đường ở cán bộ, giáo viên ở một số trường trung học phổ thông trên địa bàn tỉnh Quảng Trị và tỉnh Thừa Thiên Hué.

Nội dung của bảng hỏi:

- Đánh giá về những khó khăn tâm lý của học sinh, mức độ tư vấn, các hình thức tư vấn, các lực lượng tham gia tư vấn tâm lý học đường và ý nghĩa của tư vấn tâm lý học đường ở trường trung học phổ thông. Nội dung này gồm 6 bảng hỏi với 48 items, được xây dựng dựa trên cơ sở lý luận và các nội dung bồi dưỡng cho đội ngũ giáo viên làm công tác tư vấn tâm lý học đường trong trường phổ thông [Nguyễn Đức Sơn].

- Đánh giá hiểu biết và mức độ biểu hiện của cán bộ, giáo viên làm công tác tư vấn tâm lý học đường về kỹ năng tư vấn tâm lý cơ bản (6 kỹ năng với 24 items) và kỹ năng tư vấn tâm lý học đường gồm hiểu biết về kỹ năng gồm (5 kỹ năng với 15 items), mức độ biểu hiện kỹ năng tư vấn tâm lý học đường (5 kỹ năng với 20 items).

- Đánh giá các yếu tố tác động tới kỹ năng tư vấn tâm lý học đường ở cán bộ, giáo viên với 10 items, mong muốn được bồi dưỡng kiến thức kỹ năng tư vấn tâm lý học đường ở cán bộ, giáo viên với 6 items.

Mức điểm được cho là 1,2,3,4,5 tương ứng với đánh dấu vào cột

Câu 1: 1. Không quan trọng; 2. Bình thường; 3. Khá quan trọng;
4. Quan trọng; 5. Rất quan trọng.

Câu 2: 1. Hoàn hoàn không đồng ý; 2. Không đồng ý; 3. Không
có ý kiến; 4. Đồng ý; 5. Rất/Hoàn toàn đồng ý.

Câu 3: 1. Chưa bao giờ; 2. Thỉnh thoảng; 3. Thường xuyên;
4. Khá thường xuyên; 5. Rất thường xuyên.

Câu 4: 1. Chưa bao giờ; 2. Thỉnh thoảng; 3. Thường xuyên;
4. Khá thường xuyên; 5. Luôn luôn/Liên tục.

Câu 5: 1. Chưa bao giờ; 2. Thỉnh thoảng; 3. Thường xuyên;
4. Khá thường xuyên; 5. Rất thường xuyên.

Câu 6: 1. Rất không đồng ý; 2. Không đồng ý; 3. Phản vân;
4. Đồng ý; 5 Rất đồng ý

Câu 7: 1. Hoàn toàn không đúng với tôi; 2. Thỉnh thoảng đúng
với tôi; 3. Khá đúng với tôi; 4. Đúng với tôi; 5. Rất đúng với tôi.

Câu 8: 1. Rất không đồng ý; 2. Không đồng ý; 3. Phản vân;
4. Đồng ý; 5 Rất đồng ý

Câu các yếu tố ảnh hưởng: 1. Không ảnh hưởng; 2. Ít ảnh hưởng;
3. Khá ảnh hưởng; 4. Nhiều ảnh hưởng; 5. Rất ảnh hưởng

b) Phương pháp phỏng vấn

Mục đích: Thu thập, bổ sung và làm rõ thông tin đã thu được từ phương pháp khác để có thể đánh giá trung thực, khách quan các biểu hiện và mức độ của kỹ năng tư vấn tâm lý học đường của cán bộ, giáo viên ở trường phổ thông cũng như các yếu tố ảnh hưởng tới kỹ năng tư vấn tâm lý học đường ở cán bộ, giáo viên trong trường phổ thông.

Nội dung phỏng vấn:

Hỏi về những khó khăn tâm lý của học sinh, mức độ xin tư vấn tâm lý ở học sinh và các hình thức tư vấn tâm lý học đường.

Hiểu biết và một số khó khăn về kỹ năng tư vấn tâm lý cơ bản và kỹ năng tư vấn tâm lý học đường ở cán bộ, giáo viên trong trường phổ thông.

Các vấn đề cần bồi dưỡng và một số biện pháp cần thiết để phát triển kỹ năng tư vấn tâm lý học đường ở cán bộ, giáo viên trong trường phổ thông.

Cách thực tiến hành: Các câu hỏi phỏng vấn được chuẩn bị theo một số nội dung chính dưới hình thức câu hỏi mở để thu thập những thông tin cần thiết về khách thể và vấn đề cơ bản của đề tài nghiên cứu. Trong quá trình phỏng vấn các câu hỏi cần linh hoạt theo hướng tiếp cận của khách thể và đảm bảo mục tiêu của phỏng vấn.

3.3. Phương pháp xử lý số liệu

Nhằm xử lý các thông tin thu được từ phương pháp điều tra bằng bảng hỏi, kiểm tra độ tin cậy của bảng hỏi.

Sử dụng mô hình Cronbach's Coefficient alpha để phân tích độ tin cậy của phiếu điều tra. Nhờ phương pháp này, chúng ta có thể xác định những item làm giảm độ tin cậy và cần chỉnh sửa hoặc loại bỏ nó. Các tiêu chí sau cần đạt để đảm bảo độ tin cậy cho thang đo. Giá trị của Cronbach alpha từ 0,6 trở lên là có thể đảm bảo được độ tin cậy cho các công cụ nghiên cứu. Từ 0,8 đến 1 là thang đo lý tưởng. Tuy nhiên, đối với các thang đo mới sử dụng, alpha từ 0,5 trở lên là có thể chấp nhận được. Trong bảng hỏi của phiếu điều tra độ tin cậy là 0,76 như vậy, bảng hỏi đảm bảo yêu cầu.

Phương pháp phân tích thống kê mô tả sử dụng các chỉ số sau như: Lập bảng tần suất; Điểm trung bình cộng (mean); Độ lệch chuẩn được dùng để mô tả sự phân tán hay tập trung các câu trả lời mà khách thể lựa chọn.

Phân thống kê suy luận được sử dụng để phân tích tương quan: Phân tích tương quan nhị biến dùng để liên hệ bậc nhất giữa hai biến, nghĩa là sự biến thiên ở một biến số xảy ra đồng thời với sự biến thiên ở số kia như thế nào. Mức độ liên kết giữa hai biến số được đo bởi hệ số tương quan. Trong đề tài này, chúng tôi sử dụng hệ số tương quan Pearson. Hệ số có giá trị từ -1 đến +1 cho biết độ mạnh và hướng của mối liên kết đó. Giá trị $+ (r > 0)$ cho biết mối liên kết thuận giữa 2

biến số. Giá trị - ($r < 0$) cho biết mối liên kết nghịch giữa hai biến, khi $r = 0$ thì hai biến đó không có mối liên hệ. Dựa vào xác suất (P) có thể cho biết mức độ có ý nghĩa của mối liên kết đó. Do vậy, chúng tôi chọn Alpha = 0,05 là cấp độ có ý nghĩa. Khi $P < 0,05$ thì giá trị được chấp nhận là có ý nghĩa cho phân tích về mối quan hệ giữa hai biến số.

Để kiểm chứng sự tương quan chặt chẽ câu trả lời của cán bộ, giáo viên và học sinh, nghiên cứu đã sử dụng công thức Spearman (tương quan hạng) để xem xét tính tương quan giữa câu trả lời của cán bộ, giáo viên và câu trả lời của học sinh. Công thức Spearman tính như sau:

$$R = 1 - \frac{6 \sum D^2}{n(n^2 - 1)}$$

Trong đó:

- + n là số câu hỏi trong từng câu hỏi/kỹ năng
- + $D^2 = (m_i - n_i)^2$: m_i là thứ bậc của câu hỏi do CB, GV trả lời
- n_i là thứ bậc của câu hỏi do HS trả lời

Chương 3

THỰC TRẠNG KỸ NĂNG TƯ VẤN TÂM LÝ HỌC ĐƯỜNG CỦA CÁN BỘ, GIÁO VIÊN Ở TRƯỜNG PHỔ THÔNG

1. NHỮNG KHÓ KHĂN TÂM LÝ CỦA HỌC SINH Ở CÁC TRƯỜNG TRUNG HỌC PHỔ THÔNG TRÊN ĐỊA BÀN TỈNH QUẢNG TRỊ VÀ TỈNH THỦA THIỀN HUẾ

Bảng 2.1. Đánh giá của CB, GV và HS về những khó khăn tâm lý của học sinh ở các trường THPT

TT	Những khó khăn tâm lý của học sinh THPT	CB, GV		HS		r
		ĐTB	ĐLC	ĐTB	ĐLC	
1	Gặp khó khăn về xúc cảm, tình cảm	3,43	0,75	3,43	0,75	0,921
2	Gặp khó khăn trong phương pháp học tập	3,87	0,77	3,63	0,76	
3	Gặp khó khăn trong định hướng nghề nghiệp	4,11	0,56	3,89	0,57	
4	Gặp khó khăn trong mối quan hệ với bạn bè	3,45	0,84	3,47	0,82	
5	Gặp khó khăn trong mối quan hệ với gia đình	3,31	0,81	3,14	0,81	
6	Gặp khó khăn trong mối quan hệ với giáo viên	3,34	0,98	3,20	0,97	
7	Gặp khó khăn về kiểm soát hành vi	3,52	0,74	3,43	0,63	
8	Gặp khó khăn về giới tính và sức khỏe sinh sản	3,69	0,84	3,58	0,86	
ĐTB chung		3,59	0,74	3,47	0,76	

Chú thích: ĐTB: Điểm trung bình, $1 \leq \text{ĐTB} \leq 5$; ĐLC: Độ lệch chuẩn

Kết quả khảo sát ở bảng 2.1 cho thấy, học sinh trung học phổ thông đều gặp khó khăn về tâm lý ở các mặt với mức độ tương đối cao

với ĐTB chung đánh giá ở CB, GV là 3,59 và HS là đánh giá ở mức 3,47. Sự đánh giá của CB, GV và HS không có sự khác biệt đáng kể với chỉ số $r = 0,921$ cho thấy sự đánh giá giữa CB, GV và HS có sự tương quan thuận chặt chẽ. Trong các khó khăn học sinh gặp phải có một số vấn đề học sinh gặp khó khăn ở mức độ cao như gặp khó khăn trong định hướng nghề nghiệp với ĐTB là 4,11 ở GV và 3,89 ở HS và gặp khó khăn trong phương pháp học tập với ĐTB là 3,87 ở GV và HS là 3,63. Ngoài những khó khăn cơ bản học sinh gặp phải, các em còn gặp nhiều khó khăn khác nữa như khó khăn về giới tính và sức khỏe sinh sản, khó khăn về kiểm soát hành vi, khó khăn về xúc cảm, tình cảm với ĐTB đánh giá lần lượt của GV là 3,69, 3,52, 3,43 và HS là 3,58, 3,43... Kết quả nghiên cứu này phù hợp với kết quả nghiên cứu của Trần Văn Công, Nguyễn Thị Hoài Phương và Trần Thành Nam (2019) ở thành phố Hà Nội cho thấy, học sinh trung học phổ thông gặp khó khăn nhiều nhất là lĩnh vực cảm xúc, học tập và hướng nghiệp. Nghiên cứu Huỳnh Văn Sơn (2016) cũng cho thấy học sinh gặp khó khăn chủ yếu học tập, định hướng nghề nghiệp. Nghiên cứu của Ngô Thanh Phong (2014) về sức khỏe tâm lý, tinh thần của học sinh trung học cơ sở tại tỉnh Bà Rịa - Vũng Tàu cho thấy có 13,2% học sinh bị trầm cảm 13% học sinh bị rối loạn lo âu, nguyên nhân là do gia đình có vấn đề và do áp lực học tập. Nghiên cứu của Trần Kim Huệ (2016) về trạng thái lo âu của học sinh lớp 12 cho thấy có 38,2% tổng số khách thể khảo sát bị rối loạn lo âu. Nghiên cứu của Nguyễn Thanh Tâm và cộng sự (2016) cho thấy có khoảng 18 - 68% học sinh trung học phổ thông có các biểu hiện lo âu. Bên cạnh đó, các xu hướng xã hội khác như nghiên game, sử dụng chất gây nghiện, bạo lực cũng tác động không nhỏ tới học sinh. Nghiên cứu Lê Minh Công (2012) về thực trạng nghiên Internet của học sinh trung học cơ sở tại thành phố Biên Hòa, tỉnh Đồng Nai cho thấy tỷ lệ nghiên Internet ở học sinh trung học cơ sở là 12,3%. Học sinh nghiên Internet có những biểu hiện tập trung ở việc mất kiểm soát, cảm xúc và giảm sút chất lượng học tập. Nghiên cứu của Trần Thị Tú Anh (2012) về hành vi

bạo lực học đường của học sinh trung học cơ sở thành phố Huế cho thấy, có 24% trong số 200 học sinh được khảo sát cho rằng hành vi bạo lực học đường thường xuyên xảy ra ở mức rất thường xuyên, 33% cho rằng khá thường xuyên, 26,5% cho rằng thỉnh thoảng và 14,5% cho là ít khi. Các biểu hiện hành vi bạo lực học đường thường là mắng chửi nhau 41%, trêu chọc, bịa chuyện nói xấu nhau 36,5%, đánh đấm, đá xô đẩy, gạt chân... Trong khi đó, học sinh còn thiếu kỹ năng sống và kỹ năng bảo vệ bản thân càng làm cho nhiều vấn đề trở nên phức tạp và trầm trọng hơn... Những vấn đề nêu trên đòi hỏi phải có sự tư vấn tâm lý cho học sinh để tạo điều kiện tốt nhất cho sự phát triển toàn diện. Trong bối cảnh hiện nay, các trường phổ thông chưa có các nhà tâm lý chuyên nghiệp thì người giáo viên được xem là lực lượng quan trọng thực hiện công việc này.

2. THỰC TRẠNG VỀ KỸ NĂNG TƯ VẤN TÂM LÝ CƠ BẢN CỦA CÁN BỘ, GIÁO VIÊN Ở CÁC TRƯỜNG TRUNG HỌC PHỔ THÔNG

Kỹ năng tư vấn cơ bản là những kỹ năng nền tảng giúp cho việc thực hiện có hiệu quả hoạt động tư vấn nói chung. Tư vấn học đường của người GV muốn có kết quả thì cần phải đạt được hiệu quả từ kỹ năng này.

Bảng 2.2. Đánh giá của CB, GV về mức độ biểu hiện kỹ năng tư vấn tâm lý cơ bản

TT	Kỹ năng tư vấn tâm lý cơ bản	GV		HS		r
		ĐTB	ĐLC	ĐTB	ĐLC	
	Kỹ năng thiết lập mối quan hệ của GV	2,89	0,70	3,10	0,65	
1	GV có khả năng tạo ra bầu không khí cởi mở, thân thiện với HS, tạo cho HS cảm giác an toàn, biết cách khơi gợi HS chia sẻ.	3,08	0,70	3,10	0,78	0,733
2	GV có khả năng giải thích rõ ràng cho HS về mục đích và nguyên tắc tư vấn để các em yên tâm.	3,10	0,71	3,10	0,55	

3	GV có khả năng lắng nghe và chấp nhận, không lên án hay phản bác ý kiến HS khi các em nói quan điểm của mình.	3,03	0,69	3,13	0,57	
4	GV biết cảm thông chia sẻ và tôn trọng HS, biết quan tâm đến tâm trạng của HS khi tư vấn.	2,95	0,70	3,05	0,71	
Kỹ năng đặt câu hỏi của GV		2,64	0,71	2,84	0,70	r
1	GV có khả năng đặt câu hỏi một cách hợp lý, phù hợp.	2,82	0,78	2,99	0,70	
2	GV có khả năng đặt ra câu hỏi để hướng vào thông tin cần thiết để tư vấn (suy nghĩ, cảm xúc, mong muốn...).	2,73	0,49	2,81	0,71	0,877
3	GV có khả năng luôn lắng nghe, tôn trọng và không phê phán HS.	2,98	0,56	2,94	0,69	
4	GV biết làm chủ tiến trình hỏi, xác định thời điểm hỏi và dẫn dắt HS theo hướng của mình.	2,68	0,71	2,71	0,70	
Kỹ năng quan sát của GV		2,74	0,69	2,73	0,60	r
1	GV có khả năng quan sát hành vi, cách nói chuyện, tâm trạng và xúc cảm và biểu hiện hành vi nét mặt, cử chỉ của HS.	2,82	0,74	2,93	0,78	0,877
2	GV có khả năng ghi nhớ nội dung quan sát.	2,94	0,69	2,76	0,49	
3	GV có khả năng tập trung quan sát và quan sát lâu dài.	2,69	0,70	2,69	0,51	
4	GV có khả năng điều chỉnh ánh mắt phù hợp với tình huống tư vấn khi quan sát.	2,52	0,73	2,54	0,61	
Kỹ năng lắng nghe của GV		2,77	0,70	3,06	0,68	r
1	GV có khả năng tập trung chú ý rất cao để lắng nghe HS trình bày, không ngắt lời, phê phán HS.	3,09	0,56	3,11	0,71	

2	GV có khả năng quan sát và nhận biết được hành vi, cảm xúc của HS và đọc được hành vi của các em.	3,22	0,67	3,21	0,67	0,877
3	GV có thể đưa ra những phản hồi phù hợp với vấn đề mà HS trình bày, biết đặt câu hỏi để gợi mở HS để các em trình bày.	2,97	0,63	2,94	0,66	
4	GV có khả năng sử dụng các cử chỉ, ánh mắt điệu bộ, gật đầu... để khích lệ thể hiện sự quan tâm, thấu hiểu HS.	2,92	0,71	2,98	0,69	
Kỹ năng thấu hiểu của GV		2,73	0,78	2,76	0,65	r
1	GV có khả năng cảm nhận và thấu hiểu được suy nghĩ, cảm xúc của HS, biết đặt bản thân vào hoàn cảnh của HS để cảm nhận.	2,64	0,70	2,67	0,58	
2	GV có khả năng nhắc lại những suy nghĩ cảm xúc của HS, biết lắng nghe, tôn trọng những suy nghĩ của HS, không phê phán.	2,92	0,66	2,57	0,67	0,600
3	GV có khả năng phản hồi những suy nghĩ, cảm xúc của HS và có khả năng nhắc lại những suy nghĩ, cảm xúc của HS.	2,85	0,70	2,93	0,65	
4	GV có khả năng kiểm soát được sự nóng giận của HS để đảm bảo sự khách quan trước khi tư vấn.	2,51	0,73	2,88	0,71	
Kỹ năng phản hồi của GV		2,63	0,49	2,66	0,64	r
1	GV có khả năng chú ý lắng nghe và hiểu những suy nghĩ, cảm xúc của HS được biểu hiện qua hành vi.	2,71	0,78	2,73	0,69	
2	GV có thể nhắc lại những suy nghĩ, cảm xúc của HS một cách rõ ràng đúng với ý của HS.	2,64	0,55	2,66	0,66	0,877

3	GV có khả năng lắng nghe, quan sát để kiểm tra lại hiệu quả của sự phản hồi ở HS.	2,65	0,57	2,66	0,69	
4	GV có thể trao đổi, tóm lược lại với HS về suy nghĩ, cảm xúc của các em.	2,52	0,71	2,57	0,51	
ĐTB chung		2,73	0,63	2,86	0,68	

Chú thích: ĐTB: Điểm trung bình, $1 \leq \text{ĐTB} \leq 5$; DLC: Độ lệch chuẩn

Số liệu ở bảng 2.2 cho thấy, theo kết quả đánh giá của khách thê nghiên cứu thì kỹ năng tư vấn cơ bản của CB, GV ở một số trường phổ thông trên địa bàn tỉnh Quảng Trị và tỉnh Thừa Thiên Hué chỉ ở mức trung bình với ĐTB chung ở đánh giá CB, GV là 2,73 và đánh giá ở HS là 2,86. Sự đánh giá của CB, GV và HS cũng không có sự khác biệt với chỉ số r ở bảng trên cho thấy có sự tương quan thuận cao. Trong các kỹ năng tư vấn cơ bản thì kỹ năng thiết lập mối quan hệ và kỹ năng lắng nghe được CB, GV đánh giá mức cao nhất với ĐTB đánh giá CB, GV lần lượt là 2,89 và 2,77 và đánh giá của HS với ĐTB là 3,10 và 3,06. Mức biểu hiện thấp nhất rơi vào kỹ năng đặt câu hỏi và kỹ năng phản hồi với ĐTB đánh giá của CB, GV lần lượt là 2,63 và 2,64 và đánh giá của HS là 2,84 và 2,66. Với các số liệu trên khi so với chuẩn điểm đánh giá cho thấy, các kỹ năng tư vấn tâm lý cơ bản ở CB, GV các trường phổ thông được khảo sát còn thấp. Kết quả phỏng vấn sâu cho thấy đa số khách thê cho rằng nguyên nhân của hạn chế này là do khái niệm và hoạt động tư vấn tâm lý học đường về cơ bản là còn khá mờ mịt và đội ngũ CB, GV chưa đào tạo bài bản. Khách thê cho rằng để đáp ứng tốt các yêu cầu của công tác tư vấn, hỗ trợ HS trong nhà trường thì cần tăng cường hơn nữa trong đào tạo, bồi dưỡng kỹ năng tư vấn tâm lý ở CB, GV trong các trường phổ thông.

3. THỰC TRẠNG KỸ NĂNG TƯ VẤN TÂM LÝ HỌC ĐƯỜNG CỦA CÁN BỘ, GIÁO VIÊN Ở CÁC TRƯỜNG TRUNG HỌC PHỐ THÔNG

3.1. Hiểu biết của cán bộ, giáo viên về kỹ năng tư vấn tâm lý học đường

Bảng 2.3. Đánh giá CB, GV về hiểu biết kỹ năng tư vấn tâm lý học đường

Hiểu biết về kỹ năng tư vấn tâm lý học đường	CB, GV	
	ĐTB	ĐLC
Kỹ năng tìm hiểu, đánh giá khó khăn tâm lý của HS	2,94	0,69
Là khả năng GV vận dụng tri thức, kinh nghiệm để thu thập những dữ liệu chính xác về khó khăn tâm lý của HS để có kế hoạch can thiệp kịp thời hiệu quả.		
Kỹ năng tư vấn HS khi gặp khó khăn về tâm lý	3,05	0,71
Là khả năng GV vận dụng tri thức, kinh nghiệm để trợ giúp HS nâng cao năng lực tự giải quyết vấn đề khó khăn, vướng mắc trong cuộc sống.		
Kỹ năng tư vấn tâm lý cho HS có hành vi lệch chuẩn	3,07	0,65
Là khả năng GV vận dụng tri thức, kinh nghiệm để tìm hiểu nguyên nhân, nguồn gốc của hành vi, trên cơ sở đó xây dựng kế hoạch can thiệp phù hợp nhằm nâng cao nhận thức về hậu quả của hành vi và giúp HS hướng tới các hoạt động có ích.		
Kỹ năng tư vấn HS trong học tập và hướng nghiệp	3,04	0,82
Là khả năng GV vận dụng kiến thức và kinh nghiệm thực tiễn để tư vấn, trợ giúp HS phát huy tối đa khả năng học tập hoặc điều chỉnh phương pháp học tập phù hợp đồng thời giúp HS định hướng nghề nghiệp dựa trên năng lực và sở thích của bản thân và đáp ứng yêu cầu của thị trường lao động.		
Kỹ năng tư vấn cho HS về giới tính và sức khỏe sinh sản	2,90	0,72
Là khả năng GV sử dụng tri thức, kinh nghiệm để phân tích về giới tính và sức khỏe sinh sản ở HS đồng thời biết xây dựng kế hoạch để tổ chức tư vấn giới tính, sức khỏe sinh sản cho phù hợp với HS.		
ĐTB chung	3,00	0,71

Chú thích: ĐTB: Điểm trung bình, $1 \leq \text{ĐTB} \leq 5$; DLC: Độ lệch chuẩn

Để đánh mức độ hiểu biết về kỹ năng tư vấn tâm lý học đường, chúng tôi đã đưa ra 3 khái niệm khác nhau trong mỗi kỹ năng để CB, GV lựa chọn với 5 mức độ đó là Rất đúng/Đúng/Phân vân/ Không đúng/ Rất không đúng. Kết quả khảo sát ở bảng 2.3 cho thấy đa số cán bộ, giáo viên hiểu biết về kỹ năng tư vấn tâm lý ở mức khá với ĐTB chung là 3,00. Với kết quả này, cho chúng ta nhận biết một điều là mức độ CB, GV hiểu biết về kỹ năng tư vấn tâm lý học đường ở một số CB, GV còn khá hạn chế. Hiểu biết về kỹ năng tư vấn học đường sẽ giúp người cán bộ, giáo viên xác định được các vấn đề cần thiết để phát triển kỹ năng tư vấn tâm lý học đường. Vì vậy, nhà trường cần tăng cường hơn nữa công tác nâng cao hiểu biết cho CB, GV về khái niệm cơ bản của kỹ năng tư vấn tâm lý học đường.

3.2. Mức độ đạt được về kỹ năng tư vấn tâm lý học đường của cán bộ, giáo viên ở các trường trung học phổ thông

Bảng 2.4. Đánh giá của CB, GV và HS về mức độ biểu hiện kỹ năng tư vấn tâm lý học đường

TT	Kỹ năng tư vấn tâm lý học đường của giáo viên	CB, GV		HS		r
		ĐTB	DLC	ĐTB	DLC	
	Kỹ năng tìm hiểu, đánh giá khó khăn tâm lý của HS	2,46	0,63	2,51	0,58	
1	GV có khả năng kết hợp các phương pháp khác nhau trong đánh giá, trò chuyện và sử dụng các bài trắc nghiệm để đánh giá HS.	2,50	0,65	2,62	0,51	
2	GV có khả năng sử dụng các nguồn thông tin khác nhau từ cha mẹ HS, bạn bè HS và từ giáo viên khác để đánh giá tâm lý của HS khi gặp vấn đề.	2,51	0,73	2,57	0,68	0,877
3	GV có khả năng nhận diện được những khó khăn về tâm lý HS.	2,39	0,55	2,38	0,48	

4	GV có khả năng sử dụng các kết quả đánh giá HS để xây dựng kế hoạch phòng ngừa.	2,43	0,59	2,45	0,64	
	Kỹ năng tư vấn HS gấp khó khăn tâm lý	2,61	0,71	2,63	0,61	r
1	GV có khả năng tư vấn, hỗ trợ cho HS phù hợp với khó khăn mà HS gấp phải.	2,66	0,61	2,61	0,64	
2	GV có khả năng tiến hành tư vấn theo đúng quy trình, đảm bảo đúng mục tiêu tư vấn.	2,65	0,49	2,72	0,60	0,734
3	GV có khả năng theo dõi những diễn biến tâm lý HS trong quá trình tư vấn.	2,63	0,92	2,69	0,51	
4	GV có thể đánh giá hiệu quả của tư vấn và nếu có thể thì điều chỉnh ngay biện pháp tư vấn và can thiệp phù hợp.	2,49	0,83	2,51	0,68	
	Kỹ năng tư vấn cho HS có hành vi lệch chuẩn	2,59	0,55	2,56	0,59	r
1	GV có khả năng xác định các dấu hiệu cơ bản của các dạng hành vi lệch chuẩn ở HS.	2,83	0,60	2,77	0,48	
2	GV khả năng sử dụng các thang đo để đánh giá hành vi lệch chuẩn ở HS.	2,50	0,43	2,56	0,64	0,877
3	GV có khả năng xây dựng chương trình. Phòng ngừa những hành vi lệch chuẩn ở HS trong nhà trường.	2,57	0,49	2,48	0,64	
4	GV có thể đánh giá mức độ hiệu quả của tư vấn về hành vi lệch chuẩn ở HS và có thể điều chỉnh biện pháp tư vấn phù hợp.	2,45	0,67	2,41	0,60	
	Kỹ năng tư vấn tâm lý cho HS trong học tập và hướng nghiệp	2,80	0,67	2,86	0,60	r

1	GV có thể xác định được phong cách học tập và năng lực học tập của HS và phát hiện những HS có khó khăn về học tập.	2,76	0,71	2,82	0,51	
2	GV có khả năng tư vấn cho HS về chương trình học tập; phương pháp học tập và các hình thức tổ chức hoạt động học tập, hỗ trợ, can thiệp cho HS có khó khăn về học tập.	2,82	0,67	2,93	0,68	0,867
3	GV có khả năng tư vấn cho HS điều chỉnh phương pháp học tập, kế hoạch học tập cho phù hợp với năng lực và hoàn cảnh của từng HS.	2,86	0,64	2,82	0,64	
4	GV có khả năng nhận biết được sở thích nghề nghiệp và năng lực nghề nghiệp của HS.	2,94	0,70	3,10	0,52	
5	GV có khả năng tư vấn cho HS lựa chọn hướng đi phù hợp với năng lực, sở thích, điều kiện bản thân và nhu cầu xã hội.	2,69	0,71	2,72	0,62	
6	GV có khả năng tư vấn cho HS lập kế hoạch nghề nghiệp và sẵn sàng chuẩn bị cho nghề nghiệp trong tương lai.	2,75	0,61	2,78	0,63	
Kỹ năng tư vấn cho HS về giới tính và sức khỏe sinh sản		2,57	0,67	2,50	0,64	r
1	GV có khả năng nhận biết, phân tích được các vấn đề về giới tính và sức khỏe sinh sản ở lứa tuổi vị thành niên.	2,78	0,67	2,44	0,72	
2	GV có khả năng lập kế hoạch và tổ chức tư vấn theo hình thức nhóm, tư vấn cho cá nhân HS phù hợp với mỗi cấp học, về giới tính và sức khỏe sinh sản.	2,49	0,71	2,65	0,49	0,734

3	GV có khả năng áp dụng quy trình, các nguyên tắc và các kỹ năng để tư vấn giới tính và sức khỏe sinh sản cho HS.	2,62	0,67	2,50	0,64	
4	GV có khả năng đánh giá hiệu quả của tư vấn giới tính và sức khỏe sinh sản cho HS và nếu cần có thể điều chỉnh các biện pháp tư vấn phù hợp.	2,38	0,64	2,40	0,73	
ĐTB chung		2,61	0,65	2,60	0,70	

Chú thích: ĐTB: Điểm trung bình, $1 \leq \text{ĐTB} \leq 5$; DLC: Độ lệch chuẩn

Tư vấn tâm lý học đường là nội dung quan trọng, nếu HS được tư vấn khoa học, đúng đắn thì có thể làm thay đổi cuộc đời của HS. Do vậy, người CB, GV tham gia vào công tác tư vấn tâm lý cho học sinh cần nâng cao kiến thức và kỹ năng tư vấn tâm lý học đường. Kết quả khảo sát ở Bảng 2.4 cho thấy, kỹ năng tư vấn tâm lý học đường ở CB, GV chỉ đạt ở mức độ trung bình với ĐTB chung là 2,61 ở CB, GV và ĐTB 2,60 ở HS. Số liệu cũng cho thấy, sự đánh giá của CB, GV và HS về các kỹ năng tư vấn tâm lý cũng không có sự khác biệt đáng kể với các chỉ số r ở bảng trên thì, có sự tương quan thuận cao giữa đánh giá của CB, GV và HS.

Qua bảng số liệu 2.4 có thể nhận thấy rằng kỹ năng tư vấn còn nhiều hạn chế và điều này sẽ ảnh hưởng tới chất lượng hiệu quả tư vấn tâm lý cho học sinh. Trong các kỹ năng tư vấn học đường thì kỹ năng tư vấn học tập và hướng nghiệp được đánh giá cao nhất với ĐTB là 2,80 ở CB, GV và ĐTB 2,86 ở học sinh. Số liệu này cũng cho thấy, nội dung tư vấn học tập và hướng nghiệp được học sinh xin tư vấn nhiều và CB, GV tập trung phát triển kỹ năng tư vấn này nhiều hơn. Nhiều nghiên cứu cho thấy, tư vấn học tập tốt sẽ giúp học sinh có thể xác định, điều chỉnh phương thức, đưa ra chiến lược, kế hoạch học tập và rèn luyện nhằm cải thiện kết quả học của mình (Shaterloo & Mohammadyari,

2011; Oluwabunmi & Oredugba, 2017). Khi các nhà tư vấn học tập có kỹ năng và kiến thức tốt thì hiệu quả của việc tư vấn cho người học được cải thiện, học sinh có thể tiếp thu các nội dung tư vấn, điều chỉnh kịp thời phương pháp và lên kế hoạch học tập cụ thể; thái độ học tập cũng thay đổi tích cực hơn và tạo kết quả học tập cũng tốt hơn (Oluwabunmi & Oredugba, 2017). Một số nghiên cứu khác cũng chỉ ra rằng người giáo viên có kỹ năng tư vấn tốt thường tạo ra động lực và thành tích học tập ở học sinh cao (Rowan, 1997). Các nghiên cứu khác đã cho thấy trong định hướng nghề nghiệp cho học sinh thì giáo viên là một trong những yếu tố quan trọng nhất (Law và Arthur, 2003). Người giáo viên có kỹ năng định hướng nghề nghiệp tốt còn có tác dụng quay trở lại, ảnh hưởng tích cực đến quá trình phấn đấu học tập của học sinh phổ thông nhằm đáp ứng được yêu cầu của nghề nghiệp được định hướng và chọn lựa (Justin, Xiongyi và Yvona, 2010). Do vậy, nhà trường cần tập trung phát triển kỹ năng tư vấn học tập và hướng nghiệp ở CB, GV. Tiếp đến là kỹ năng tư vấn HS gấp khó khăn tâm lý (mối quan hệ với cha mẹ, anh, chị, em, bạn bè, thầy cô giáo, tình cảm...) ở CB, GV cũng đạt mức trung bình với điểm đánh giá là 2,61 ở CB, GV và 2,63 ở HS. Nghiên cứu Trần Văn Công và cộng sự (2019) cho thấy trong lĩnh vực khó khăn tâm lý HS gấp phải thì đứng đầu là khó khăn về cảm xúc và sau đó là các khó khăn trong mối quan hệ với cha mẹ, bạn bè, thầy cô... Tuy học sinh gấp khó khăn nhiều nhưng mức độ xin được tư vấn còn ít, do đó, GV chưa tập trung cho phát triển kỹ năng tư vấn này. Trong tương lai các hình thức tư vấn đa dạng hơn thì HS sẽ tư vấn nhiều hơn, vì vậy, nhà trường cần có biện pháp để nâng cao kỹ năng tư vấn này ở CB, GV. Các kỹ năng tư vấn còn lại như kỹ năng tư vấn cho HS có hành vi lệch chuẩn; Kỹ năng tư vấn cho HS về giới tính và sức khỏe sinh sản; và kỹ năng tìm hiểu, đánh giá khó khăn tâm lý của HS đều ở mức trung bình thấp. Với các số liệu trên cho thấy, nhà trường cần tăng cường hơn nữa trong bồi dưỡng kiến thức kỹ năng về tư vấn tâm lý học đường cho CB, GV.

4. CÁC YẾU TỐ ẢNH HƯỞNG TỚI KỸ NĂNG TƯ VẤN TÂM LÝ HỌC ĐƯỜNG Ở GIÁO VIÊN

Bảng 2.5. Đánh giá về các yếu ảnh hưởng tới kỹ năng tư vấn tâm lý học đường

TT	Các yếu tố ảnh hưởng đến kỹ năng tư vấn tâm lý học đường	CB, GV	
		ĐTB	ĐLC
1	Yêu cầu về chuẩn nghề nghiệp ở giáo viên	3,33	0,74
2	Kiến thức về tư vấn tâm lý trong trường học	3,97	0,88
3	Kinh nghiệm, giảng dạy, giáo dục của giáo viên	3,80	0,67
4	Năng khiếu của giáo viên	3,68	0,91
5	Sự tự tin của giáo viên	3,69	0,68
6	Mức độ/cơ hội được đào tạo, bồi dưỡng về tư vấn	3,89	0,73
7	Môi trường (ví dụ cơ sở vật chất) để thực hiện công việc tư vấn	3,41	0,80
8	Chủ trương, chính sách, văn bản hướng dẫn của Sở, Phòng Giáo dục và Đào tạo, của trường	3,56	0,82
9	Mức độ hỗ trợ về kinh phí	3,75	0,69
10	Sự phối hợp giữa các lực lượng trong và ngoài nhà trường	3,61	0,69

*Chú thích: **ĐTB**: Điểm trung bình, $1 \leq \text{ĐTB} \leq 5$; **ĐLC**: Độ lệch chuẩn*

Nội dung khảo sát này chỉ dành cho đối tượng khách thê là CB và GV ở bảng 2.5 cho thấy, các yếu tố khảo sát đều được khách thê tin rằng có ảnh hưởng tới kỹ năng tư vấn học đường ở CB, GV. Trong các yếu tố trên, thì yếu tố “Kiến thức về tư vấn tâm lý trong trường học” là ảnh hưởng nhất với ĐTB là 3,97, tiếp đến là yếu tố “Kinh nghiệm, giảng dạy, giáo dục của GV” với ĐTB là 3,80 và mức độ hỗ trợ về kinh phí với ĐTB là 3,75 có ảnh hưởng mạnh tới kỹ năng tư vấn tâm lý của cán bộ, giáo viên ở trường phổ thông. Tiếp đến, các yếu tố như “Sự tự tin của giáo viên”, “Năng khiếu của giáo viên” với

ĐTB là 3,69 và 3,68 và “Sự phối hợp giữa các lực lượng trong và ngoài nhà trường trong tư vấn và hỗ trợ học sinh với ĐTB 3,61 là có ảnh hưởng không nhỏ tới kỹ năng tư vấn tâm lý cho học sinh ở CB, GV trong nhà trường. Các yếu tố còn lại cũng có ảnh hưởng nhưng ở mức độ thấp hơn. Số liệu phỏng vấn sau cũng trùng lặp hoàn toàn với số liệu khảo sát qua bảng hỏi. Ngoài ra, số liệu từ phỏng vấn còn làm rõ hơn nhu cầu được bồi dưỡng và tập huấn thêm về kiến thức tư vấn học đường của khách thê. Để nâng cao kỹ năng tư vấn tâm lý học đường cho CB, GV ở trường phổ thông, do đó, người quản lý cần bám sát các nguyên nhân cơ bản, từ đó đưa ra biện pháp để có hiệu quả cao hơn.

5. MỘT SỐ BIỆN PHÁP NÂNG CAO KỸ NĂNG TƯ VẤN TÂM LÝ HỌC ĐƯỜNG CHO CÁN BỘ VÀ GIÁO VIÊN Ở TRƯỜNG PHỔ THÔNG

Theo tác giả Lê Văn Hồng - Lê Ngọc Lan - Nguyễn Văn Thàng (2001), kỹ năng là khả năng vận dụng kiến thức (khái niệm, cách thức, phương pháp...) để giải quyết những nhiệm vụ mới và theo các tác giả, thực chất của việc hình thành kỹ năng là hình thành cho người học nắm vững một hệ thống các thao tác nhằm làm biến đổi và sáng tỏ vấn đề và đổi chiếu chung với những hành động cụ thể.

Về kỹ năng tư vấn tâm lý học đường của cán bộ, giáo viên có thể hiểu như sau: Kỹ năng tư vấn tâm lý học đường là khả năng vận dụng có kết quả những kiến thức về phương thức thực hiện các hoạt động tư vấn tâm lý đã được cán bộ, giáo viên bồi dưỡng, tập huấn để giải quyết yêu cầu mới của công tác giáo dục.

Dựa trên lý thuyết về sự hình thành kỹ năng cho thấy, kỹ năng tư vấn tâm lý cơ bản và kỹ năng tư vấn tâm lý học đường được hình thành trên cơ sở người cán bộ, giáo viên nắm vững tri thức về tư vấn tâm lý học đường. Con đường cơ bản để phát triển kỹ năng tư vấn tâm lý học đường là làm cho cán bộ, giáo viên thấy được những khía cạnh khác nhau trong khó khăn tâm lý của học sinh và các kiến thức về quy

trình tổ chức tư vấn tâm lý học đường. Như vậy, để hình thành kỹ năng tư vấn tâm lý học đường cho cán bộ, giáo viên ở trường phổ thông cần:

- Giúp cán bộ, giáo viên nắm chắc, vững về kiến thức, nguyên tắc, các kỹ năng tư vấn tâm lý cho học sinh.
- Giúp cán bộ, giáo viên biết phân tích, đánh giá những khó khăn tâm lý ở học sinh, xác định vấn đề, cách thức cần tư vấn cho học sinh.
- Giúp cán bộ, giáo viên hình thành mô hình khái quát trong tư vấn tâm lý (quy trình chung của hoạt động tư vấn tâm lý).
- Giúp cán bộ, giáo viên biết cách xác lập mối liên hệ giữa các nội dung tư vấn với mô hình khái quát với các kiến thức tương ứng thông qua buổi tập huấn, trao đổi các kinh nghiệm trong hoạt động tư vấn.

Từ các vấn đề trên, có thể đưa ra một số biện pháp nâng cao kỹ năng tư vấn tâm lý học đường cho đội ngũ, cán bộ giáo viên ở trường phổ thông như sau:

5.1. Tổ chức nâng cao kiến thức và kỹ năng tư vấn tâm lý học đường cho cán bộ, giáo viên ở trường phổ thông

**Mục đích của biện pháp*

Giúp cho đội ngũ cán bộ phụ trách phòng tư vấn và hỗ trợ tâm lý và đội ngũ giáo viên tham gia vào công tác tư vấn tâm lý cho học sinh nắm chắc, nâng cao hiểu biết về hệ thống kiến thức về tư vấn tâm lý học đường. Các kiến thức về tư vấn tâm lý học đường là cơ sở để cán bộ, giáo viên biến thành kỹ năng trong công tác tư vấn tâm lý cho học sinh.

**Nội dung và cách thực hiện biện pháp*

Để chuẩn bị cho đội ngũ cán bộ, giáo viên làm công tác tư vấn học đường nhà trường cần:

- Trang bị cho đội ngũ cán bộ, giáo viên những hiểu biết về khái niệm về tư vấn tâm lý học đường, bản chất và ý nghĩa của công tác tư

vấn học đường, chức năng, nhiệm vụ của công tác tư vấn học đường trong nhà trường phổ thông, các mô hình tư vấn tâm lý học đường.

- Nắm vững các nguyên tắc đạo đức trong tư vấn tâm lý học đường như nguyên tắc tôn trọng học sinh, nguyên tắc chấp nhận, không phán xét học sinh, nguyên tắc dành quyền tự quyết cho học sinh, nguyên tắc đảm bảo tính bảo mật thông tin cho học sinh.

- Hiểu được các nội dung tư vấn học đường trong nhà trường như nâng cao năng lực xã hội cho học sinh; kỹ năng thích ứng với môi trường học đường; giao tiếp ứng xử với cha mẹ, thầy cô, bạn bè; tâm sinh lý lứa tuổi dậy thì; tình bạn khác giới, tình yêu học trò; học tập; hướng nghiệp... Bên cạnh đó, người cán bộ, giáo viên cũng cần được trang bị các kiến thức cần thiết để có thể tư vấn cho phụ huynh học sinh về các nội dung học sinh gặp phải trong học tập và cuộc sống.

Để thực hiện các nội dung này, nhà trường cần tổ chức tạo điều kiện cho đội ngũ cán bộ, giáo viên tham gia các buổi tập huấn, các lớp bồi dưỡng về kỹ năng tư vấn tâm lý học đường. Tổ chức cho đội ngũ, giáo viên trao đổi, thảo luận về những khó khăn tâm lý mà học sinh gặp phải và các cách tư vấn hỗ trợ. Bên cạnh đó, nhà trường cũng có thể mời các chuyên gia tâm lý đến hỗ trợ cho đội ngũ cán bộ, giáo viên các biện pháp tư vấn cũng như rèn các kỹ năng tư vấn tâm lý học đường.

5.2. Cung cấp cho cán bộ, giáo viên hiểu biết về những khó khăn tâm lý của học sinh gặp phải hiện nay

**Mục đích của biện pháp*

Giúp cán bộ, giáo viên có hiểu biết về những khó khăn tâm lý của học sinh hiện nay, làm cơ sở cho xác định các nội dung tư vấn tâm lý cho các em một cách chính xác, sát với thực tiễn khó khăn của HS.

**Nội dung và cách thực hiện*

Để làm tốt công tác tư vấn tâm lý cho học sinh, cần trang bị cho đội ngũ cán bộ, giáo viên có những hiểu biết về khó khăn tâm lý của học sinh như:

- *Khó khăn trong học tập:*

Trong học tập, học sinh trung học phổ thông thường phải đối mặt với những khó khăn sau:

+ *Nội dung học tập vừa có tính lý luận cao, trừu tượng, vừa phân hóa mạnh theo định hướng phục vụ cho việc học tập nghề nghiệp trong giai đoạn tiếp theo.* Vì vậy, đòi hỏi sự nỗ lực trí tuệ và ý chí rất cao ở học sinh, nhất là những năm cuối cấp trung học phổ thông. Đối với những học sinh gặp khó khăn, hạn chế ở cấp trung học cơ sở thì khó khăn và áp lực học tập còn lớn hơn nữa.

+ *Sự phân hóa nội dung học tập theo hướng hướng nghiệp đã đặt học sinh trung học phổ thông vào tình huống phân hóa về hứng thú học tập và xác định động cơ học tập.* Nhiều học sinh phải đối mặt với sự lựa chọn môn học phù hợp. Với những em không được chuẩn bị tốt từ trung học cơ sở, thì việc xác định học môn học nào và học như thế nào thực sự là một khó khăn.

+ *Lúng túng trong việc duy trì sự cân bằng giữa học tập với các lĩnh vực khác trong cuộc sống.* Tuổi thanh niên học sinh giống như đứng trước bình minh với muôn vàn màu sắc, một thế giới sôi động và đầy hấp dẫn. Ở các em xuất hiện vô vàn mong muốn chính đáng để thể hiện, cống hiến và hưởng thụ. Tuy nhiên, thời gian và khả năng luôn là yếu tố cản trở. Vì vậy, việc tổ chức hợp lý để cân bằng giữa học tập với các hoạt động khác luôn là điều khó khăn đối với học sinh trung học phổ thông. Nhiều bậc cha mẹ, thầy cô, nhà trường thường ít để ý đến khó khăn này của trẻ. Hậu quả dẫn đến trẻ bị bỏ qua rất nhiều cơ hội trải nghiệm về sự nỗ lực và kế hoạch hóa trong cuộc sống- yếu tố quan trọng trong sự nghiệp sau này.

+ *Hội chứng “chán học” ở học sinh trung học phổ thông.* Bên cạnh đa số học sinh với nỗ lực cao trong học tập nhằm hướng tới cánh cửa các trường đại học, trường nghề để sau này có công việc phù hợp và mang lại cuộc sống cho bản thân, thì một bộ phận không nhỏ xuất hiện hội chứng “chán học”, “sợ học”, “sợ nhà trường”. Nguyên nhân

của hội chứng “chán học” của từng học sinh có thể khác nhau nhưng khái quát lại chủ yếu do trải nghiệm thất bại trong việc học ngay từ các cấp học dưới; do tác động từ gia đình, từ phía giáo viên và cả tác động của những yếu tố tiêu cực ngoài xã hội như trò chơi điện tử, mạng xã hội... Biểu hiện của hội chứng này là biểu hiện lười học, có hành vi quậy phá, chống đối, gian lận trong khi học trên lớp, học ở nhà và mức độ cao là bỏ học, bỏ nhà đi “bụi”... Vì vậy, cần được sự quan tâm và hỗ trợ sát sao của cha mẹ và nhà trường đối với những học sinh có biểu hiện này.

- *Khó khăn trong hướng nghiệp:*

+ *Nhiều học sinh chưa có tâm thế, chưa có nhận thức, ý thức về tầm quan trọng của việc chọn nghề, chọn trường học nghề sau khi tốt nghiệp trung học phổ thông và lựa chọn những môn học phù hợp với việc chọn nghề.* Nhiều học sinh chưa ý thức rõ ràng về tương lai của mình sau khi tốt nghiệp. Nhiều em còn lúng túng, loay hoay trong việc định hướng nghề và chọn nghề, chọn trường học nghề sau khi tốt nghiệp. Đây là hạn chế của không ít học sinh trung học phổ thông hiện nay. Mặc dù định hướng nghề và chọn nghề, chọn trường học nghề là công việc hệ trọng, thậm chí quyết định cuộc đời của mỗi cá nhân. Trong suốt thời gian học trung học cơ sở và trung học phổ thông, nhiều học sinh không ý thức và cũng không có tâm thế gắn việc học các môn văn hóa nhằm phục vụ cho việc định hướng tới nghề nghiệp trong tương lai.

+ *Hiểu biết về nghề và hệ thống nghề của nước ta và của địa phương ở nhiều học sinh còn mơ hồ, chưa sâu sắc và cụ thể.* Trong khi đó, đây là yêu cầu đầu tiên và quan trọng nhất trong việc hướng nghiệp và chọn nghề của học sinh trung học phổ thông. Trong bối cảnh sự phát triển nhanh chóng của nền sản xuất, dựa trên sự tiến bộ không ngừng của khoa học công nghệ, công nghệ thông tin thì khái niệm nghề trở nên linh hoạt hơn nhiều so với trước đây. Điều này càng là thách thức đối với học sinh và đối với giáo viên trong việc tìm hiểu nghề trong nền kinh tế của đất nước và của địa phương.

+ *Hiểu biết và kỹ năng đánh giá xu hướng, năng lực và tính cách của bản thân liên quan đến hoạt động nghề trong tương lai ở học sinh trung học phổ thông còn hạn chế.* Mặc dù ở tuổi trung học phổ thông hầu hết thanh niên đã phát triển năng lực ý thức và đánh giá bản thân dựa vào năng lực phân tích hoạt động và kết quả hoạt động của mình, nhưng không ít em còn lúng túng trong việc xác định những phẩm chất, năng lực của mình phù hợp với nghề nào để có thể chọn nghề cho đúng và chọn trường cho phù hợp.

+ *Nhiều em chưa phân biệt được yêu cầu và sự khác biệt giữa chọn nghề và chọn trường học nghề;* chưa xác định được việc chọn nghề phù hợp với xu hướng, phẩm chất và năng lực cá nhân là điều quan trọng; còn việc chọn trường cần lưu ý đến những điều kiện, hoàn cảnh cụ thể để đảm bảo tính khả thi trong thời điểm hiện tại.

Nhìn chung việc tìm hiểu, định hướng nghề và chọn nghề, chọn trường học nghề là công việc rất quan trọng đối với học sinh trung học phổ thông nhưng đây cũng là lĩnh vực nhiều học sinh gặp khó khăn tâm lý nên rất cần có sự tuyên truyền, giáo dục và tư vấn, hỗ trợ cho các em ngay từ những năm cuối cấp trung học cơ sở và trong suốt thời gian học trung học phổ thông.

- *Khó khăn trong các mối quan hệ, giao tiếp:*

Trong lĩnh vực quan hệ xã hội, quan hệ của thanh niên học sinh với cha mẹ và thầy cô giáo dần dần ít sóng gió hơn, ổn định hơn và ngày càng có ý nghĩa hơn. Tuy nhiên, các quan hệ xã hội rộng lớn hơn như sự giao tiếp, tương tác và kết giao xã hội; quan hệ với bạn, đặc biệt với bạn khác giới là những vấn đề thanh niên học sinh trung học phổ thông gặp nhiều khó khăn tâm lý.

+ *Với giáo viên:* Mặc dù chuyển sang giai đoạn trung học phổ thông, thanh niên học sinh đã có sự trưởng thành hơn giai đoạn thiếu niên, tình cảm và nhận thức của các em đã sâu sắc hơn trước. Tuy nhiên, trong mối quan hệ-giao tiếp với giáo viên, học sinh trung học phổ thông vẫn còn gặp một số khó khăn nhất định như:

Một bộ phận lớn học sinh còn có *tâm lý ngoại tiếp xúc, tâm sự, chia sẻ* với giáo viên (trong khi đó nhu cầu được chia sẻ, tư vấn của các em rất lớn).

Dù không có những hành vi bướng bỉnh, chống đối trực tiếp như ở giai đoạn thiếu niên, nhưng khi học sinh không đồng tình với giáo viên các em vẫn thể hiện *sự chống đối một cách gián tiếp* và “*ngầm*” như nói xấu giáo viên, đặc biệt là nói xấu trên mạng xã hội.

Có thể thấy đa phần khó khăn tâm lý trong giao tiếp của học sinh thường diễn ra trong hoạt động học tập; trong các hoạt động tập thể và trong ứng xử hàng ngày giữa giáo viên với học sinh. Các nguyên nhân ảnh hưởng dẫn đến khó khăn tâm lý giữa giáo viên và học sinh trung học phổ thông đã được chỉ ra như:

+ *Nguyên nhân chính về phía giáo viên* có thể là do giáo viên chưa thực sự thấu hiểu, thấu cảm và đồng cảm với những đặc trưng tâm lý và nhu cầu của học sinh ở giai đoạn này.

+ *Về phía học sinh*, nhiều em chưa được trang bị hiểu biết về đặc điểm tâm sinh lý của chính lứa tuổi các em (tại sao mình lại có những suy nghĩ, ngôn từ và hành vi như vậy) và kỹ năng cần thiết để khắc phục những tác động tiêu cực do đặc điểm lứa tuổi gây ra. Nhiều học sinh chưa hiểu ở mức độ cần thiết, tính phức tạp và khó khăn trong hoạt động nghề nghiệp của người giáo viên, yêu cầu và áp lực tâm lý đến hành vi của giáo viên trong quan hệ và ứng xử với học sinh và phụ huynh. Nhiều học sinh không có tâm thế đồng cảm với thầy cô giáo. Mặt khác, giao tiếp, ứng xử của học sinh tuổi trung học phổ thông với giáo viên nói riêng, người lớn nói chung các em có xu hướng cường điệu hóa các ngôn từ, hành vi của người lớn, của cô giáo, nhưng lại coi nhẹ ngôn từ, hành vi của mình.

Bên cạnh đó, nhiều học sinh chưa hiểu ở mức độ cần thiết tính phức tạp, yêu cầu và áp lực tâm lý của hoạt động nghề nghiệp ảnh hưởng đến hành vi của giáo viên trong quan hệ và ứng xử với học sinh và phụ huynh. Do vậy, nhiều học sinh không thể hiện sự thông cảm với thầy cô giáo.

Nhiều nhà nghiên cứu đã xác định *nguyên nhân chính dẫn đến khó khăn của thanh niên học sinh trong việc thiết lập quan hệ với cha mẹ, thầy cô giáo và người lớn khác là khoảng cách lớn về nhận thức và thái độ của người lớn với thanh niên học sinh và ngược lại*. Nhận thức và thái độ ứng xử của nhiều bậc cha mẹ, thầy cô giáo, người lớn nói chung chưa phù hợp, chưa tương ứng với sự phát triển của các em học sinh trung học phổ thông. Vì vậy, để cải thiện quan hệ với học sinh và giúp các em có hiệu quả, người lớn cần thấu hiểu, thông cảm, tôn trọng và chia sẻ thân mật với học sinh theo nguyên tắc là bạn ngang hàng thân thiện, tin cậy và hiệu quả.

Một trong những nguyên nhân khác gây khó khăn trong thiết lập quan hệ với người lớn (cha mẹ, thầy cô giáo...) là do *hiện tượng vị kỷ trong nhận thức và thái độ xã hội của học sinh*. Nhiều học sinh xuất hiện sự nghi ngờ mục đích, tình cảm, thái độ, trách nhiệm của người lớn. Các em coi sự khắt khe đó là vì người lớn, là sự “soi mói thô bạo” của người lớn thể hiện sự thiếu tin tưởng, thiếu tôn trọng, không thông cảm và thiếu thân thiện với mình. Khi người lớn nhận thấy các biểu hiện có tính bất thường như lầm lì, vùng vằng, cáu gắt... của học sinh thì đó có thể là những biểu hiện của hiện tượng vị kỷ trung tâm của học sinh trong quan hệ-giao tiếp với người lớn. Điều này gây cản trở trong mối quan hệ giữa học sinh với người lớn, đặc biệt với cha mẹ và thầy cô.

- *Khó khăn trong quan hệ giao tiếp với bạn bè:*

+ *Khó khăn trong quan hệ giao tiếp với bạn cùng trang lứa:*

Bạn ngang hàng hay bạn cùng trang lứa là một phần tất yếu và có ý nghĩa quan trọng đối với học sinh trung học phổ thông. Về cơ bản, kết giao với bạn ngang hàng của học sinh trung học phổ thông là một thành tựu tâm lý của các em và là cơ sở quan trọng để hình thành và phát triển nhân cách các em. Tuy vậy, trong quan hệ với bạn ngang hàng, học sinh trung học phổ thông cũng gặp không ít khó khăn tâm lý.

Tiêu chí kết bạn là vấn đề khó khăn nhất của học sinh trung học phổ thông nhất là những năm đầu cấp. Nhiều em chọn bạn theo các tiêu chí hình thức, dựa trên những biểu hiện cảm tính, không ổn định.

Kết quả là tình bạn thường xuyên bị xáo trộn gây thất vọng, lo lắng, thậm chí bi quan về tình bạn.

Trong quan hệ với bạn, học sinh trung học phổ thông thường lý tưởng hóa các phẩm chất của tình bạn dẫn đến cực đoan. Nhiều em thiếu hiểu biết về quan hệ tình bạn, không phân biệt được giúp bạn một cách trong sáng, phù hợp với chuẩn mực đạo đức với a dua hay bao che cho bạn dẫn đến vi phạm các tiêu chuẩn đạo đức học sinh.

Trong giao tiếp với bạn, học sinh trung học phổ thông thường cường điệu hóa mối quan hệ bạn bè nên xuất hiện mâu thuẫn với cha mẹ và thầy cô giáo về tiêu chí kết bạn và về tình bạn... Từ đó dẫn đến việc các em luôn luôn bị “bận tâm” lo lắng, hoài nghi về suy nghĩ, tình cảm, hành động của mình với bạn và những điều người lớn trao đổi. Trong nhiều trường hợp các em không đủ hiểu biết, kinh nghiệm cũng như khả năng kiểm soát cảm xúc của mình, dẫn đến các hành vi quá khích như phản ứng tiêu cực đối với người lớn khi nhận xét, phê phán về bạn và quan hệ với bạn.

Trong mối quan hệ với bạn, học sinh trung học phổ thông hình thành các nhóm bạn theo các tiêu chí riêng, dẫn đến hình thành các nhóm tự phát. Nếu sự khác biệt giữa các nhóm quá lớn, sẽ dẫn đến mất đoàn kết trong tập thể, xuất hiện các biểu hiện phân biệt về nhận thức, thái độ và hành xử giữa các học sinh. Thậm chí nhiều em bị lôi cuốn vào những nhóm không lành mạnh, những nhóm học sinh tự phát nhưng có hành vi lệch lạc xã hội gây ảnh hưởng tiêu cực đến học tập và đời sống tâm lý của các em.

Mối quan hệ với bạn ngang hàng tuổi học sinh trung học phổ thông không đơn thuần là tình bạn cùng tuổi, cùng hoạt động học tập và sinh hoạt trong cộng đồng mà là mối quan hệ phức hợp. Trong đó mối quan hệ với bạn khác giới có màu sắc tính dục được nảy nở và ngày càng trở lên phổ biến, sâu sắc. Điều này giúp học sinh trung học phổ thông được trải nghiệm những rung động tình yêu tuổi học trò, đồng thời, làm cho đời sống tình cảm của các em có những cảm xúc

phong phú, cũng như có thêm những hiểu biết về những vấn đề có liên quan tới hôn nhân sau này. Mặt khác, quan hệ giới tính ở học sinh trung học phổ thông cũng đặt học sinh trước nhiều nguy cơ liên quan đến sức khỏe sinh sản cũng như các vấn đề tâm lý khác cần được hỗ trợ và tư vấn.

- *Khó khăn trong mối quan hệ giao tiếp với cha mẹ:*

Nhìn chung trong gia đình, cả cha mẹ và học sinh trung học phổ thông đều cần theo những nguyên tắc tối thiểu nhưng vô cùng quan trọng: thân thiết, tôn trọng, bình đẳng và thấu hiểu lẫn nhau. Trong đó, cha mẹ luôn là người mở lòng hơn và gương mẫu hơn. Đối với cha mẹ cần quan niệm rằng: Cha mẹ là một nghề chứ không phải là một chức danh-đã là một nghề thì phải học liên tục theo sự thay đổi của đối tượng đó là con mình trong suốt quá trình phát triển.

Nhiều nhà nghiên cứu đã xác định nguyên nhân chính dẫn đến khó khăn của học sinh trung học phổ thông trong việc thiết lập quan hệ với cha mẹ, thầy cô giáo và người lớn khác là khoảng cách lớn về nhận thức và thái độ giữa cha mẹ và thanh niên học sinh-khi các em đang ở giai đoạn định hình về nhân cách và lựa chọn nghề nghiệp tương lai. Biểu hiện của khó khăn giữa thanh niên học sinh và cha mẹ chủ yếu thể hiện ở các khía cạnh như:

+ *Mâu thuẫn trong việc lựa chọn nghề nghiệp tương lai:* Học sinh trung học phổ thông và cha mẹ thường có sự khác biệt về quan điểm, nhu cầu và mong muốn trong việc định hướng nghề và lựa chọn nghề nghiệp. Đôi khi vì sự khác nhau này mà giữa học sinh trung học phổ thông và cha mẹ dẫn đến những tranh luận gay gắt và đầy lên thành mâu thuẫn, thậm chí là xung đột. Chính những mâu thuẫn đó khiến học sinh trung học phổ thông nảy sinh những suy nghĩ tiêu cực như cho rằng “mình là vô dụng, bất tài”, nghĩ rằng “mình không được tôn trọng”... Cùng với điều này, học sinh có những cảm xúc tiêu cực như buồn, lo lắng, bất an, tức giận... Kết quả là học sinh có những hành vi không phù hợp như: chống đối, bỏ nhà ra đi hoặc theo chiều

hướng ngược lại là thu mình, né tránh tiếp xúc xã hội, phó mặc mọi thứ.

+ *Sự bất đồng trong quan điểm sống và kỳ vọng lớn của cha mẹ với con cái.* Trong khi ở giai đoạn trung học phổ thông, các em đã có rung động của tình yêu tuổi học trò nhưng nhiều cha mẹ lại không chấp nhận tình cảm này mà mong muốn thanh niên học sinh phải tập trung vào học tập vì đây là giai đoạn quan trọng của cuộc đời, từ đó cha mẹ có những can thiệp thô bạo dẫn đến sự chống đối theo chiều hướng hoặc là dữ dội hoặc là “ẩn ngầm” ở học sinh. Kết quả là học sinh sẽ có xu hướng che dấu bản thân, không thể hiện suy nghĩ và cảm xúc thật của mình với cha mẹ, hình thành khoảng cách vô hình giữa cha mẹ và con cái.

Ngoài ra, việc không tìm được tiếng nói chung giữa cha mẹ và thanh niên học sinh cũng được thể hiện ở chỗ học sinh trung học phổ thông đã thể hiện tính tự lập và tự ý thức khá rõ ràng về bản thân song *cha mẹ đôi khi vẫn chưa thay đổi cách ứng xử phù hợp*, vẫn coi thanh niên học sinh còn non nớt, dễ bị ảnh hưởng và lôi kéo từ bên ngoài nên có xu hướng quan tâm quá mức. Chính điều này dẫn đến căng thẳng tâm lý ở thanh niên học sinh, khiến các em cảm thấy ngọt ngạt vì sự giám sát của cha mẹ, từ đó dễ nảy sinh tranh cãi và mâu thuẫn, xung đột giữa cha mẹ và thanh niên học sinh.

- *Khó khăn trong phát triển bản thân:*

Với nhiều bậc cha mẹ và giáo viên, việc học sinh chăm học, ngoan ngoãn và đạt được thành tích cao là hạnh phúc và tràn đầy hy vọng; thậm chí coi đó như là biểu hiện của sự thuận lợi và thành công của học sinh trong sự phát triển. Tuy nhiên, ở học sinh trung học phổ thông quan niệm trên không hoàn toàn như vậy. Trong những thành tựu mà học sinh trung học phổ thông đạt được phần lớn là do sự nỗ lực của bản thân và do sự kích thích trong quan hệ với bạn. Sự bận tâm thực sự của học sinh trung học phổ thông trong suốt thời kỳ phát triển này là câu hỏi: Tôi đang là gì trong mắt người khác, trong mắt

bạn (đặc biệt bạn khác giới) và tôi sẽ là ai trong tương lai?. Nhiều bậc cha mẹ hiểu lầm khi cho rằng những suy nghĩ trên của học sinh là bình thường nên vô tình không để ý đến thế giới nội tâm của các em. Trong thực tế, sự phát triển bản thân học sinh trung học phổ thông gặp khá nhiều khó khăn cần có sự tư vấn, trợ giúp của người lớn.

- *Khó khăn trong việc xây dựng hình ảnh bản thân:*

Đối với học sinh trung học phổ thông, hình ảnh bản thân là yếu tố quan trọng hơn nhiều so với tuổi học sinh trung học cơ sở và việc xây dựng hình ảnh bản thân cũng khó khăn và phức tạp hơn với những biểu hiện như:

Các em quan tâm và lo lắng đến hình ảnh thân thể, đến những biến đổi nhanh chóng và thát thường của cơ thể do yếu tố dậy thì tạo ra. Nhiều em bị sốc, căng thẳng, ám ảnh về những hiện tượng đó do thiếu hiểu biết và chưa được chuẩn bị các kỹ năng cần thiết.

Nhiều em lo sợ hình ảnh bản thân “bị ảnh hưởng, bị xấu” trong mắt người khác, trong mắt bạn bè vì béo, thấp hoặc do cơ thể không cân đối, bị tác động bởi các tác dụng phụ của dậy thì,... nên đã có những suy nghĩ và hành vi không phù hợp như: quá lo âu, bi quan, căng thẳng, nhín ăn, nghỉ học...

- *Khó khăn trong việc hình thành mẫu người lý tưởng:*

Sang giai đoạn trung học phổ thông, mẫu người lý tưởng đã rõ ràng hơn về những phẩm chất nhân cách mà các em ngưỡng mộ. Hình mẫu người lý tưởng của học sinh trung học phổ thông thường gắn với sự thành công trong nghề nghiệp và trong sự cống hiến trong xã hội của họ. Ví dụ, người giỏi và đam mê nghề nào đó, nghề có thu nhập cao, có uy tín xã hội, có quyền lực... thường là mơ ước của đa số học sinh trung học phổ thông. Câu hỏi “mình là ai?” luôn thường trực trong suy nghĩ và hành động của học sinh trung học phổ thông. Đây thực sự là quá trình rất tích cực, khó khăn và nhạy cảm đối với các em.

- *Khó khăn trong phát triển khả năng tự khẳng định bản thân:*

Tự đánh giá, tự khẳng định là cấu trúc tâm lý đặc trưng tuổi trung học phổ thông. Trong quá trình hình thành và phát triển cấu trúc tự khẳng định, học sinh trung học phổ thông gặp những khó khăn tâm lý sau:

1) *Hạn chế, thiếu hụt và ngộ nhận trong nhận thức, hiểu biết* trong việc tự khẳng định bản thân với bướng bỉnh, bảo thủ, cố chấp... Do thiếu hiểu biết bản chất của tự khẳng định, kết hợp với xu hướng ra bên ngoài trong ứng xử, nhiều học sinh đã đồng nhất tự khẳng định với tự mình, do mình. Điều này được biểu hiện qua các suy nghĩ và hành động có tính cực đoan như tự mình làm mọi việc, không muốn và không cần sự hỗ trợ của người lớn; không muốn người lớn can thiệp vào mọi hoạt động và sinh hoạt của mình; có các hành vi phản ứng lại người lớn; tính phê phán, chống đối, làm khác đối với các tác động của người lớn... Trong khi đó trên thực tế, các em chưa đủ kinh nghiệm và trải nghiệm để nhận ra hậu quả của những cực đoan đó. Hậu quả là nhiều em gặp khó khăn trong hoạt động học tập, tu dưỡng, quan hệ và sinh hoạt do không sẵn sàng tiếp nhận sự quan tâm, trợ giúp của người lớn.

2) *Khó khăn trong việc tự đánh giá bản thân*: Tự đánh giá bản thân là một thành tố, một biểu hiện của tự khẳng định bản thân và là một thành tựu trong sự phát triển tâm lý học sinh trung học phổ thông. Tuy nhiên, quá trình hình thành khả năng tự đánh giá bản thân của các em cũng gặp nhiều khó khăn. Cụ thể nhiều học sinh trung học phổ thông gặp khó khăn khi tự đánh giá về các phẩm chất nhân cách, thái độ đối với người khác, với xã hội hay tự đánh giá khả năng của mình trong các lĩnh vực học tập và cuộc sống. Điều này là do có sự mâu thuẫn giữa xu hướng tự khẳng định cao của các em với đánh giá bên ngoài và do sự “phản ứng” mang tính tự nhiên của các em khi tiếp nhận những nhận xét, đánh giá của người khác.

3) *Suy sụp, lo âu, bi quan, tự ti về bản thân do thất bại trong trải nghiệm hoặc thiếu hụt các kỹ năng khẳng định bản thân*. Ý thức về tự khẳng định bản thân và niềm tin về khả năng của bản thân học sinh

trung học phổ thông khi được hình thành sẽ được “kiểm nghiệm” ngay với thực tiễn hoạt động thông qua sự đánh giá của người khác, nhất là của cha mẹ, giáo viên và bạn bè. Trong các trải nghiệm thực tế đó nhiều học sinh đã thể nghiệm được ý thức, niềm tin và khả năng thực tế của mình, từ đó tạo ra sự tự tin và bản lĩnh. Tuy nhiên, không ít học sinh do không đủ kinh nghiệm sống, không đánh giá đúng bản thân và do trải nghiệm sự thất bại, từ đó dẫn đến bi quan, tự ti về khả năng của mình. Nếu không được trợ giúp, giải tỏa thì những học sinh này dễ rơi vào tình trạng lo âu, sẽ suy sụp, có thể mất niềm tin vào bản thân trong cuộc sống.

5.3. Tổ chức cho đội ngũ cán bộ, giáo viên thực hành về quy trình (các bước) tư vấn tâm lý học đường

** Mục đích của biện pháp*

Biện pháp này nhằm mục đích cung cấp cho cán bộ, giáo viên làm công tác tư vấn tâm lý học đường thực hành về quy trình các bước về tư vấn tâm lý cho học sinh. Các bước này được xem là mô hình khái quát về tư vấn tâm lý học đường. Các nội dung tư vấn tâm lý học đường đều được thực hiện theo các bước trên. Thực hiện tốt quy trình này thì kỹ năng tư vấn tâm lý học đường sẽ được hình thành ở cán bộ, giáo viên.

** Nội dung và cách thực hiện*

Cung cấp cho cán bộ, giáo viên nắm chắc các bước tư vấn tâm lý học đường cho đội ngũ cán bộ, giáo viên trong nhà trường.

Theo một số nghiên cứu như Nguyễn Đức Sơn và cộng sự (2020), để hình thành kỹ năng tư vấn tâm lý học đường thì người giáo viên cần phải nắm vững các bước sau:

Bước 1. Thu thập thông tin của học sinh

Nội dung của bước này thể hiện, người cán bộ giáo viên tập trung tìm hiểu thông tin từ nhiều nguồn khác nhau như từ chính học sinh, cha mẹ/người chăm sóc, giáo viên chủ nhiệm và bộ môn, bạn bè trong và

ngoài trường, bạn thân, anh/chị em và những người trong gia đình mà học sinh thân thiết...

- *Thông tin gì cần thu thập?* Toàn bộ thông tin liên quan đến học sinh cũng như vấn đề học sinh đang gặp phải như: điểm mạnh, điểm yếu của học sinh; mối quan hệ với thành viên trong gia đình, bạn bè; thói quen và lực học; tiền sử bệnh tật; sở thích; quan điểm sống; kết quả học tập; suy nghĩ, cảm xúc, hành vi của học sinh...

- *Bằng cách nào?* Có thể thông qua những cách thức chính thức như sử dụng trắc nghiệm, bảng hỏi, phỏng vấn, nói chuyện với học sinh/người thân/giáo viên/bạn bè, phân tích sản phẩm hoạt động, qua quan sát, nghiên cứu hồ sơ học sinh...

- *Bằng công cụ gì?* Người cán bộ, giáo viên tham gia tư vấn tâm lý học đường có thể dùng bảng hỏi, trắc nghiệm, câu hỏi được chuẩn bị sẵn, dụng cụ trực quan như tranh, ảnh...

Bước 2. Liệt kê các vấn đề/khó khăn của học sinh

Sau khi thu thập thông tin từ nhiều nguồn, người cán bộ, giáo viên cần có một danh sách các vấn đề mà học sinh đang gặp phải, trong đó nhận diện những vấn đề chính/nghiêm trọng và những vấn đề phụ/ít nghiêm trọng, có thể là hệ quả của vấn đề chính để từ đó xác định những giải pháp ưu tiên cho vấn đề chính.

Bước 3. Xác định vấn đề của học sinh

Trên cơ sở danh sách các vấn đề được xác định từ bước 2, người giáo viên nên có sự thảo luận với đồng nghiệp hoặc tham khảo ý kiến chuyên gia trong lĩnh vực chuyên môn để xác định vấn đề chính của học sinh là gì, đồng thời lý giải nguyên nhân và điều kiện duy trì, phát triển vấn đề của các em để có hướng tư vấn phù hợp nhất.

Bước 4. Xây dựng kế hoạch tư vấn, hỗ trợ học sinh

Kế hoạch tư vấn tâm lý học đường, người cán bộ, giáo viên cần có các nội dung sau:

- *Mục tiêu:* Kế hoạch tư vấn cần xác định mục tiêu dài hạn cần đạt được sau khi kết thúc tư vấn và mục tiêu theo từng giai đoạn ứng

với các vấn đề ưu tiên. Lưu ý là khi xây dựng kế hoạch, giáo viên nên hỏi ý kiến học sinh xem các em mong muốn điều gì nhất.

- *Hướng tư vấn*: Nêu các hướng tư vấn với các giải pháp ưu thế cụ thể để học sinh lựa chọn thực hiện.

Lưu ý: Khi đưa ra các hướng tư vấn cần chỉ rõ dựa trên yêu cầu về đạo đức nào trong tư vấn học sinh (yêu cầu bảo mật, tôn trọng học sinh, trung thực và trách nhiệm).

- *Nguồn lực*: Dự kiến các nguồn lực để thực hiện các phương án thay thế trên như mời chuyên gia, hiệu trưởng, hiệu phó, giáo viên kiêm nhiệm tư vấn tâm lý hay bố mẹ...

- *Sử dụng kênh thông tin, phối hợp với gia đình trong tư vấn cho học sinh*: Dự kiến hoặc chỉ rõ những phương thức phối hợp thông tin nào (trực tiếp hay gián tiếp); phương tiện truyền tin nào (điện thoại, tờ rơi,...) có thể sử dụng để phối hợp với gia đình trong việc tư vấn cho từng trường hợp cụ thể (mỗi trường hợp thực tiễn khi tư vấn nên được quản lý bằng hồ sơ với mã số riêng).

Bước 5. Thực hiện tư vấn tâm lý cho học sinh

Bước này giáo viên sẽ trực tiếp tiến hành các hoạt động cần thiết như: quan tâm, động viên, chia sẻ, tạo điều kiện tốt nhất, kết nối nguồn lực và tư vấn cung cấp thông tin cũng như tư vấn tâm lý để giúp học sinh nhận diện và đổi diện với khó khăn, vướng mắc của bản thân và chủ động thay đổi để giải quyết vấn đề đang gặp phải từ đó, nâng cao kỹ năng ứng phó với tình huống trong tương lai.

Bước 6. Đánh giá kết quả tư vấn

Sau thời gian tư vấn cho học sinh theo mục tiêu đề ra, giáo viên nên tổng kết lại những kết quả đạt được và những điều chưa làm được, lý giải nguyên nhân và hướng khắc phục cũng như đề xuất cho những người liên quan. Ngoài ra, sau khi tổng kết những thay đổi, sự tiến bộ của học sinh giáo viên sẽ đưa ra quyết định dừng lại không tư vấn nữa hay tiếp tục theo dõi học sinh trong thời gian tiếp theo.

Như vậy thông qua trang bị về quy trình tư vấn tâm lý học đường và tiến hành luyện tập quy trình với nhiều tình huống và ở nhiều loại khó khăn ở học sinh, người cán bộ phụ trách phòng tư vấn và đội ngũ giáo viên chủ nhiệm cũng như các giáo viên khác thì các kỹ năng tư vấn tâm lý học đường sẽ được phát triển. Để thực hiện được biện pháp này, nhà trường cần có sự liên hệ với các trung tư vấn tâm lý, các khoa tâm lý ở các trường đại học để nhờ họ hỗ trợ giúp nhà trường trong công tác tư vấn tâm lý học đường.

5.4. Tổ chức cho cán bộ, giáo viên trao đổi về các tình huống trong hoạt động tư vấn tâm lý để phát triển kỹ năng tư vấn tâm lý học đường

** Mục tiêu của biện pháp*

Mục tiêu của biện pháp này là thông qua trao đổi, chia sẻ những hiểu biết, kinh nghiệm về tư vấn tâm lý học đường, người cán bộ, giáo viên sẽ cùng nhau trao đổi, đưa ra các vấn đề khó trong tư vấn để qua đó mọi cán bộ, giáo viên cùng nhau bàn cách tư vấn, nhờ vậy sẽ học hỏi thêm các kinh nghiệm, mở rộng và hình thành các kỹ năng tư vấn tâm lý học đường.

** Nội dung và cách thực hiện*

Bản thân việc tổ chức tập huấn, trao đổi giữa cán bộ, giáo viên trong nhà trường chính là hoạt động để phát triển kỹ năng tư vấn tâm lý học đường. Bên cạnh đó thông qua hoạt động này, cán bộ, giáo viên có cơ hội được chia sẻ những kinh nghiệm từ cán bộ phụ trách phòng tư vấn tâm lý học đường, các giáo viên có kinh nghiệm, từ đó, áp dụng vào thực tiễn của để nâng cao công tác tư vấn cho học sinh ở trường phổ thông. Vì vậy, hoạt động này cần được tổ chức một cách thường xuyên, ở những cấp độ khác nhau và theo những mô hình khác nhau. Có thể thực hiện theo một số mô hình sau:

Mô hình hội thảo tập huấn: Hội thảo tập huấn là hình thức sinh hoạt nghề nghiệp cho cán bộ, giáo viên có sự hướng dẫn của các chuyên gia, các nhà giáo có kinh nghiệm. Hội thảo tập huấn nên chọn các vấn đề mà nhiều học sinh gặp phải, có thời lượng vừa phải, có sự

tham gia của cán bộ quản lý của nhà trường, cán bộ phòng tư vấn tâm lý và giáo viên chủ nhiệm, giáo viên làm công tác Đoàn, Đội.

Mô hình tập huấn qua diễn đàn hoặc hội thảo chuyên đề: Diễn đàn hoặc hội thảo chuyên đề là hình thức tập huấn thông qua chia sẻ kinh nghiệm của các chuyên gia tâm lý giáo dục, cán bộ phụ trách phòng tư vấn tâm lý của nhà trường là người đã từng tham gia tư vấn cho học sinh. Các chuyên gia tâm lý và cán bộ phụ trách phòng tư vấn tâm lý của nhà trường sẽ mang đến diễn đàn những kinh nghiệm, chia sẻ những tình huống mà họ gặp phải khi tư vấn cho học sinh. Cán bộ, giáo viên chủ nhiệm, giáo viên bộ môn, cán bộ phụ trách công tác Đoàn, Đội trong nhà trường tham dự sẽ có cơ hội để trao đổi, thảo luận và đặt các câu hỏi có thể xảy ra để các chuyên gia hỗ trợ thêm về kỹ năng tư vấn cho học sinh. Những hoạt động trao đổi, diễn đàn này sẽ là phương thức phát triển kỹ năng nghề nghiệp cũng như kỹ năng tư vấn ở cán bộ, giáo viên trong nhà trường cũng như giúp họ đáp ứng các yêu cầu nghề nghiệp.

5.5. Phối hợp với các chuyên gia, các trung tâm tư vấn tâm lý ngoài nhà trường để hỗ trợ về kỹ năng tư vấn tâm lý cho cán bộ, giáo viên

** Mục tiêu của biện pháp*

Mục tiêu của biện pháp là thông qua việc kết nối với các trung tâm tư vấn tâm lý để các chuyên gia hỗ trợ, giúp đỡ đội ngũ cán bộ giáo viên có thêm kiến thức, kinh nghiệm và kỹ năng tư vấn tâm lý học đường. Nhờ vậy, trình độ tư vấn học đường của cán bộ, giáo viên trong nhà trường sẽ được nâng cao, đặc biệt là kỹ năng tư vấn học đường.

** Nội dung và cách thực hiện*

Hàng năm, nhà trường cử cán bộ phòng phụ trách tâm lý đi dự buổi tập huấn, hội thảo qua đó kết nối với các chuyên gia về tâm lý.

Nhà trường phổ thông cần xây dựng mạng lưới các trung tâm tư vấn, hỗ trợ và các trường đại học đóng trên địa bàn có các trung tâm tư vấn.

Mời các chuyên gia về tâm lý chuyên sâu ở các trường đại học có đội ngũ giảng viên về tâm lý, các trung tâm tư vấn tâm lý đến hỗ trợ bồi dưỡng cho đội ngũ cán bộ, giáo viên tham gia công tác tư vấn tâm lý học sinh những kiến thức, kinh nghiệm và các kỹ năng tư vấn cần thiết.

Tổ chức cho giáo viên tham dự các lớp tập huấn, trao đổi online với các chuyên gia, các nhà giáo có kinh nghiệm trong tư vấn học đường, qua đó, sẽ hỗ trợ cho phát triển kỹ năng nghề nghiệp ở đội ngũ cán bộ, giáo viên, trong đó có kỹ năng tư vấn tâm học đường.

Trong trường hợp vấn đề khó khăn mà học sinh gặp phải vượt quá khả năng tư vấn, hỗ trợ của giáo viên thì giáo viên nên có hướng tư vấn, liên hệ với các trung tâm tư vấn để chuyển học sinh đến các cán bộ tâm lý học đường (chuyên trách hoặc giáo viên kiêm nhiệm làm công tác tư vấn tâm lý) với những trường có phòng tâm lý học đường để các em có sự hỗ trợ chuyên sâu hơn. Nếu các trường không có phòng tâm lý học đường, giáo viên nên liên hệ với Tổng đài Quốc gia bảo vệ trẻ em trực thuộc Cục trẻ em, Bộ Lao động -Thương binh và Xã hội (hotline 111 phục vụ 24/24h) để có sự hướng dẫn, tư vấn thêm. Hoặc giáo viên có thể kết nối với các cán bộ tâm lý học đường ở những trường khác có dịch vụ tư vấn học đường giới thiệu học sinh đến để được hỗ trợ kịp thời, thậm chí giới thiệu học sinh đến các chuyên gia ở các trung tâm tư vấn, trung tâm trị liệu và bệnh viện. Đây sẽ là cơ hội để đội ngũ cán bộ, giáo viên ở trường phổ thông làm tốt công tác tư vấn tâm lý học đường.

KẾT LUẬN

Tư vấn tâm lý cho học sinh hiện nay là nội dung rất quan trọng của nhà trường. Người giáo viên bên cạnh nhiệm vụ với giảng dạy và giáo dục học sinh thì còn đảm nhiệm nhiệm vụ tư vấn, hỗ trợ tâm lý cho học sinh. Để làm tốt nhiệm vụ này, người giáo viên cần được trang bị các kỹ năng tư vấn tâm lý một cách khoa học. Kỹ năng tư vấn tâm lý học đường là khả năng thực hiện một cách có kết quả hoạt động tư vấn tâm lý trong nhà trường bằng cách lựa chọn và thực hiện các phương thức hành động phù hợp với điều kiện và hoàn cảnh nhất định nhằm đạt mục đích và nhiệm vụ tư vấn tâm lý đề ra. Thực tiễn cho thấy, người tư vấn tâm lý trong nhà trường chủ yếu là không chuyên, hoạt động tư vấn chủ yếu dựa trên kinh nghiệm của bản thân và thông qua việc tham gia một số khóa tập huấn cơ bản về lĩnh vực trợ giúp, tư vấn. Hoạt động trợ giúp này không diễn ra thường xuyên, liên tục mà có tính chất nhất thời với đối tượng mà họ tư vấn. Tuy nhiên, người cán bộ, giáo viên trong nhà trường làm công tác tư vấn tâm lý phải nắm được các kiến thức về công tác tư vấn tâm lý học đường đó là những khó khăn tâm lý học sinh gặp phải trong học tập, định hướng nghề nghiệp, mối quan hệ với thầy cô, cha mẹ, bạn bè và mọi người xung quanh. Các mô hình tư vấn tâm lý trong nhà trường, các nguyên tắc trong tư vấn tâm lý; Các kỹ năng tư vấn tâm lý cơ bản như kỹ năng thiết lập mối quan hệ, kỹ năng lắng nghe, kỹ năng quan sát, kỹ năng thấu hiểu, kỹ năng đặt câu hỏi, kỹ năng phản hồi và các kỹ năng tư vấn tâm lý học đường như: Tìm hiểu, đánh giá khó khăn tâm lý của học sinh; Tư vấn học sinh gặp khó khăn tâm lý; Tư vấn cho HS có hành vi lệch chuẩn; Tư vấn tâm lý cho học sinh trong học tập và hướng nghiệp; và Tư vấn cho học sinh về giới tính và sức khỏe sinh sản. Các kiến thức này phần lớn giáo viên ở các trường phổ thông đã được tham gia tập huấn, bồi dưỡng thông qua đề án của Bộ Giáo dục và Đào tạo và tập huấn ở các sở giáo dục, các lớp học bồi dưỡng chức danh nghề nghiệp. Nội dung bồi dưỡng cho giáo viên cũng đã

hướng vào phát triển các kỹ năng tư vấn theo các nội dung trên. Tuy nhiên, các kỹ năng tư vấn tâm lý học đường ở đội ngũ cán bộ, giáo viên chưa đáp ứng được yêu cầu của công tác tư vấn tâm lý học đường. Có nhiều nguyên nhân dẫn tới thực trạng trên đó là các yếu tố thuộc về chủ thể nhà tham vấn bao gồm các yếu tố như: sự say mê, hứng thú với công việc; kinh nghiệm thực tiễn; giá trị, thái độ đạo đức và các yếu tố khách quan bao gồm nhận thức của cha mẹ học sinh, nhà trường và xã hội về tư vấn; cơ chế chính sách đối với nhà tư vấn; cơ hội được tập huấn, bồi dưỡng về tư vấn. Cơ sở lý luận này là cơ sở để nghiên cứu đánh giá thực trạng và đề ra các biện pháp phù hợp nhằm nâng cao hiệu quả công tác tư vấn tâm lý học đường hiện nay.

Tư vấn tâm lý học đường được các nhà giáo dục đánh giá là nội dung, nhiệm vụ rất quan trọng của nhà trường góp phần giáo dục toàn diện học sinh. Hiện nay, với sự phát triển mạnh mẽ của kinh tế xã hội, yêu cầu của thị trường lao động đã tác động mạnh tới đời sống tinh thần của học sinh. Các nghiên cứu đã chỉ ra thực tế học sinh phổ thông đang gặp nhiều khó khăn tâm lý, một số em có thể vượt qua, còn một số chưa thể vượt qua và đang rơi vào trạng thái lo âu, stress, trầm cảm... do vậy, rất cần được tư vấn, hỗ trợ về tâm lý của thầy, cô giáo trong nhà trường. Tuy nhiên, các thầy cô giáo là những nhà tư vấn không chuyên và chỉ được tập huấn, bồi dưỡng qua một vài khóa học tập nén chất lượng hiệu quả còn thấp. Kết quả nghiên cứu cho thấy, đa số cán bộ, giáo viên nhận thức tương đối tốt về tầm quan trọng của công tác tư vấn tâm lý trong nhà trường, đánh giá được những khó khăn tâm lý học sinh gặp phải. Hiểu biết về kỹ năng tư vấn còn ở mức độ trung bình khá, một số cán bộ còn hiểu chưa đúng về khái niệm kỹ năng tư vấn học đường. Biểu hiện về kỹ năng tư vấn tâm lý cơ bản và kỹ năng tư vấn tâm lý học đường ở đội ngũ cán bộ, giáo viên còn ở mức độ trung bình. Có nhiều yếu tố ảnh hưởng tới kỹ năng tư vấn tâm lý học đường ở cán bộ giáo viên như kiến thức, kinh nghiệm, sự quan tâm từ nhà trường và chế độ chính sách dành cho đội ngũ cán bộ, giáo viên tham gia công tác tư vấn tâm lý học đường. Với thực trạng trên

cho thấy, các trường phổ thông cần tăng cường hơn nữa trong phát triển kiến thức, kỹ năng tư vấn tâm lý học đường cho đội ngũ cán bộ, giáo viên.

Để có các biện pháp khoa học nhằm phát triển kỹ năng tư vấn tâm lý học đường, nghiên cứu đã dựa trên các cơ sở định hướng, dựa trên 4 nguyên tắc có tính chất định hướng để xuất biện pháp, nghiên cứu đã đề xuất 5 biện pháp cơ bản nhằm phát triển kỹ năng tư vấn tâm lý học đường như: Tổ chức nâng cao kiến thức, các nguyên tắc và các nội dung tư vấn tâm lý học đường cho cán bộ, giáo viên ở trường phổ thông; Cung cấp cho cán bộ, giáo viên có hiểu biết thực trạng những khó khăn tâm lý của học sinh; Tổ chức thực hành về quy trình (các bước) tư vấn tâm lý học đường cho cán bộ, giáo viên ở trường phổ thông; Tổ chức cho cán bộ, giáo viên trao đổi về các tình huống trong tư vấn tâm lý để phát triển kỹ năng tư vấn tâm lý học đường; và Phối hợp với các chuyên gia, các trung tâm tư vấn tâm lý ngoài nhà trường để hỗ trợ về kỹ năng tư vấn tâm lý cho cán bộ, giáo viên. Các biện pháp này có mối quan hệ chặt chẽ với nhau, biện pháp này là cơ sở để hình thành phát triển, luyện tập kỹ năng tư vấn học đường.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

Tài liệu tiếng Việt

1. Trần Thị Tú Anh (2012), Hành vi bạo lực học đường của học sinh trung học cơ sở thành phố Huế. *Hội thảo khoa học quốc tế tâm lý học đường lần thứ 3- Phát triển mô hình và kỹ năng hoạt động tâm lý học đường*, Nxb Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh, tr 356-364.

2. Nguyễn Thị Trâm Anh, Lê Quang Sơn, Hồ Thị Thúy Hằng, Nguyễn Thị Bích Hạnh (2019), Chương trình tập huấn nâng cao kỹ năng tư vấn tâm lý cho giáo viên chủ nhiệm Trường Trung học cơ sở Kiên Giang. *Hội thảo quốc tế “Tâm lý học và đạo đức nghề tâm lý học”*, Nxb Lao động - Xã hội. tr 495.

3. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2018), Quyết định số 1876/QĐ-BGDĐT ngày 21 tháng 5 năm 2018 về ban hành *Chương trình bồi dưỡng năng lực tư vấn cho giáo viên phổ thông làm công tác tư vấn cho học sinh*.

4. Bộ Giáo dục và Đào tạo, Thông tư số 20/2018/TT-BGDĐT ngày 22 tháng 8 năm 2018 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo về quy định chuẩn nghề nghiệp giáo viên cơ sở giáo dục phổ thông.

5. Nguyễn Văn Bắc - Nguyễn Bá Phu - Nguyễn Thùy Giao (2018), Nhận thức của học sinh trung học phổ thông về sức khỏe sinh sản và biện pháp nâng cao công tác tư vấn về sức khỏe sinh sản cho học sinh, *Kỷ yếu Hội thảo khoa học quốc tế tâm lý học đường lần thứ 6 “Vai trò của tâm lý học trường học trong việc đảm bảo sức khỏe tâm lý cho học sinh và gia đình”*, Nxb Đại học Sư phạm, tr. 482-488.

6. Nguyễn Văn Bắc - Nguyễn Bá Phu (2020), Nhận thức của sinh viên sư phạm về kỹ năng tư vấn hướng nghiệp, *Tạp chí Khoa học, Trường Đại học Sư phạm, Đại học Huế*, tr.162.

7. Nguyễn Văn Bắc - Nguyễn Bá Phu (2020), Kỹ năng tư vấn học tập cho học sinh của sinh viên sư phạm, *Tạp chí Tâm lý học xã hội Việt Nam*, tr 85.

8. Nguyễn Văn BẮC - Nguyễn Bá Phu - Lê Văn Khuyển - Trịnh Thị Hiếu (2020), Biện pháp hỗ trợ sinh viên sư phạm phát triển kỹ năng tư vấn học tập và hướng nghiệp cho học sinh, Kỷ yếu Hội thảo khoa học Quốc tế “*Tâm lý và giáo dục trong sự phát triển bền vững vì hạnh phúc của HS*”, Nxb Đại học Sư phạm, tr. 859-866.

9. Phạm Thanh Bình (2011), Tham vấn tâm lý học đường trong trường phổ thông hiện nay, *Báo cáo khoa học Hội nghị quốc tế lần thứ 2 về Tâm lý học đường ở Việt Nam*, Nxb Đại học Huế, tr. 17-21.

10. Lê Minh Công (2011). Thực trạng nghiên Internet ở học sinh THCS tại thành phố Biên Hòa, tỉnh Đồng Nai, *Hội thảo khoa học Quốc tế tâm lý học đường lần thứ 3 - Phát triển mô hình và kỹ năng hoạt động tâm lý học đường*, Nxb Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh, tr.14-25.

11. Trần Văn Công, Nguyễn Thị Hoài Phương, Trần Thành Nam (2019), Thực trạng khó khăn tâm lý của học sinh và nhu cầu sử dụng ứng dụng tư vấn tâm lý trong trường học, *Tạp chí khoa học công nghệ Việt Nam*, số 10, tr. 1-6.

12. Covaliov, A, G (1971), *Tâm lý học cá nhân*, tập 2, Nxb Giáo dục.

13. Vũ Dũng (Chủ biên, 2008), *Từ điển tâm lý học*, Nxb Từ điển Bách Khoa.

14. Lê Thị Mỹ Dung (2011), Nhà tâm lý học đường và việc khắc phục khó khăn tâm lý trong học tập của học sinh tiểu học, *Báo cáo khoa học Hội nghị quốc tế lần thứ 2 về Tâm lý học đường ở Việt Nam*, Nxb Đại học Huế, tr. 211-217.

15. Đinh Phương Duy (2012) Một số kỹ năng hỗ trợ hoạt động của chuyên viên tư vấn học đường, *Hội thảo khoa học quốc tế tâm lý học đường lần thứ 3 - Phát triển mô hình và kỹ năng hoạt động tâm lý học đường*, Nxb Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh, tr. 327- 331.

16. Vũ Mộng Đóa (2020), Tham vấn học đường ở Canada, *Báo cáo khoa học Hội nghị quốc tế lần thứ 2 về Tâm lý học đường ở Việt Nam*, tr. 64-69.

17. Vũ Mộng Đóa (2020), *Những yếu tố ảnh hưởng tới kỹ năng tham vấn học đường của người trợ giúp không chuyên ở tỉnh Lâm Đồng*. *Tạp chí giáo dục số 488* (kỳ 2- 10/2020), tr. 7-11.

18. Trần Thị Minh Đức (2002) Tư vấn và tham vấn- thuật ngữ và cách tiếp cận, *Tạp chí Tâm lý học*, số 8, tr.12-17.

19. Trần Thị Minh Đức (2012), *Giáo trình Tham vấn tâm lý*, Nxb Đại học Quốc Gia Hà Nội.

20. Trần Ngọc Giao (2016), Phát triển năng lực nghề nghiệp thường xuyên cho giáo viên trong trường phổ thông và vai trò của hiệu trưởng, *Kỷ yếu hội thảo Chuẩn nghề nghiệp giáo viên phổ thông, khung năng lực nghề nghiệp giảng viên sư phạm và vấn đề nâng cao chất lượng đào tạo, bồi dưỡng giáo viên của các trường sư phạm*, - *Bộ Giáo dục và Đào tạo*, tr. 151-165.

21. Nguyễn Hữu Hạnh (2012), Kỹ năng cần có của nhà tâm lý học trường học, *Hội thảo khoa học quốc tế tâm lý học đường lần thứ 3- Phát triển mô hình và kỹ năng hoạt động tâm lý học đường*, Nxb Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh, tr. 284- 290.

22. Trương Thị Hoa (2011), Nhận thức của giáo viên về công tác giáo dục hướng nghiệp cho học sinh THPT của GV THPT tại tỉnh Hòa Bình, *Báo cáo khoa học Hội nghị quốc tế lần thứ 2 về Tâm lý học đường ở Việt Nam*, Nxb Đại học Huế, tr. 242-247.

23. Ngô Công Hoàn (1997), *Những trắc nghiệm tâm lý tập 1, 2*, NXB Đại học Quốc gia Hà Nội.

24. Lê Văn Hùng - Lê Ngọc Lan - Nguyễn Văn Thàng (2001), *Tâm lý học lứa tuổi và tâm lý học sư phạm*, Nxb Đại học Quốc Gia Hà Nội, tr.131.

25. Trần Hiệp - Đỗ Long - Vũ Dũng - Nguyễn Đăng Thanh (1990), *Sổ tay Tâm lý học*, Nxb Khoa học Xã hội Hà Nội, tr 63.

26. Bùi Văn Huệ (2007), *Giáo trình tâm lý học tiểu học*, Nxb Giáo dục, Hà Nội.

27. Trần Thị Kim Huệ (2016), Trạng thái lo âu của học sinh lớp 12 “*Kỷ yếu Hội thảo khoa học quốc tế tâm lý học đường lần thứ 5*, tr. 591-598.

28. Nguyễn Thượng Hùng (2002), *Từ điển Khoa học xã hội Anh - Pháp- Việt*, Nxb Tổng hợp Hồ Chí Minh.

29. Lục Mạnh Hiển - Hoàng Hải Hậu (2015), *Kỹ năng tư vấn của có vấn học tập trong đào tạo theo hệ thống tín chỉ*; Tạp chí nguồn nhân lực và An sinh xã hội, Trường Đại học Lao động - Xã hội.

30. Lê Thị Lan (2019), Thực trạng một số khó khăn tâm lý của học sinh THCS ở thành phố Thanh Hóa, *Tạp chí Giáo dục số đặc biệt 10/2019*, tr .136-139; 87

31. Lê Minh Loan (2009), Một số yếu tố tâm lý ảnh hưởng đến hoạt động tham vấn tâm lý cho học sinh ở các trường THPT, *Kỷ yếu Hội thảo “Nhu cầu định hướng và đào tạo tâm lý học đường tại Việt Nam*, Hà Nội tháng 8, tr. 157-161.

32. Quý Long (2009), *Chọn nghề - Trắc nghiệm tâm lý*, Nxb Đồng Nai.

33. Trần Thị Mỹ Lương- Hoàng Anh Phước (2015), *Kỹ năng tham vấn tâm lý cho học sinh của giáo viên trung học cơ sở*, *Kỷ yếu Hội thảo quốc tế; Tâm lý học và giáo dục học trong sự nghiệp phát triển con người Việt Nam*, Nxb Đại học Sư phạm. tr. 477- 480.

34. Dương Thị Kim Oanh (2013), *Kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý của sinh viên*, Tạp chí giáo dục số 313 kỳ 1-7, tr.20 -22.

35. Nguyễn Thị Oanh (2009), *Tư vấn tâm lý học đường*, Nxb Trẻ.

36. Phan Thị Tô Oanh (2016), Nghiên cứu tư vấn hướng nghiệp và nghiên cứu về sử dụng trắc nghiệm tâm lý và vận dụng vào trong tư vấn hướng nghiệp cho học sinh THPT, *Báo cáo khoa học Hội nghị quốc tế lần thứ 2 về Tâm lý học đường ở Việt Nam*, NXB Đại học Huế, tr. 450-457.

37. Petrovski, A.V, (Đặng Xuân Hải dịch, 1982), *Tâm lý học lứa tuổi và tâm lý học sư phạm*, Nxb Giáo dục.

38. Hoàng Phê (1997), *Từ điển tiếng Việt*, NXB Đà Nẵng.

39. Đỗ Thị Hạnh Phúc & Phùng Thị Thu Hằng (2013), Tìm hiểu khó khăn tâm lý và nhu cầu trợ giúp tâm lý của học sinh trường THPT dân tộc nội trú tỉnh Sơn La, *Tạp chí giáo dục số 313, tr. 25-31.*

40. Ngô Thanh Phong (2014), “Sức khỏe tâm lý, tâm thần của học sinh THCS tỉnh Bà Rịa - Vũng Tàu: Thực trạng và giải pháp” *Ký yếu các đề tài nghiên cứu ứng dụng, KH&CN tập IX, giai đoạn 2013-2015.*

41. Hoàng Khánh Phước (2016), *Kỹ năng tham vấn học đường-Những vấn đề lý luận và thực tiễn*, Nxb Đại học Sư phạm Hà Nội, tr. 38.

42. K.K.Platonov và C.G.Golubev (1977), *Tâm lý học*, Nxb Giáo dục.

43. Nguyễn Thị Út Sáu (2013), Lý luận về kỹ năng tư vấn học tập theo học chế tín chỉ của cổng học tập ở các trường đại học, *Tạp chí Khoa học và Công nghệ*, Tập 112, số 12/1.

44. Nguyễn Đức Sơn (2018), *Tài liệu Bồi dưỡng năng lực cho cán bộ, giáo viên làm công tác tư vấn tâm lý trong trường phổ thông*. Nxb Giáo dục.

45. Nguyễn Đức Sơn và cộng sự (2021), *Tài liệu hướng dẫn giáo viên phổ thông cốt cán: Mô đun 5 - Tư vấn và hỗ trợ học sinh trong giáo dục và dạy học*, Hà Nội.

46. Huỳnh Văn Sơn (2016). Thực trạng kỹ năng tư vấn hướng nghiệp của giáo viên bộ môn ở trường THPT tại Thành phố Hồ Chí Minh nhìn về việc bồi dưỡng năng lực nghề nghiệp cho giáo viên trung học hiện nay - *Kỷ yếu hội thảo Chuẩn nghề nghiệp giáo viên phổ thông, khung năng lực nghề nghiệp giảng viên sư phạm và vấn đề nâng cao chất lượng đào tạo, bồi dưỡng giáo viên của các trường sư phạm, tr. 89 -106.*

47. Huỳnh Văn Sơn, Nguyễn Thị Tú, 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*, số 01, tập 49, tr. 145-153.

48. Lê Sơn, Lê Hồng Minh (2014), Giáo trình bồi dưỡng nghiệp vụ tư vấn học đường phần 1&2, Thành phố Hồ Chí Minh.
49. Nguyễn Thanh Tâm, Vũ Minh Phượng, Đoàn Thị Diên, Trần Văn Công (2016), Thực trạng lo âu và các hình thức ứng phó của học sinh THPT, *Tạp chí Khoa học, Trường Đại học Đồng Tháp* số 21, tr. 24-30.
50. Nguyễn Sinh Thơ (2006), *Tư vấn tâm lý căn bản*, Nxb Lao động.
51. Đinh Thị Hồng Vân - Nguyễn Phước Cát Tường (2018) *Giáo trình Tham vấn tâm lý*, Nxb Đại học Huế.
52. Đinh Thị Hồng Vân và cộng sự (2019), *Mô hình tư vấn tâm lý học đường*, Nxb Đại học Huế.
53. Đinh Thị Hồng Vân, Nguyễn Phước Cát Tường (2010), Mức độ stress của học sinh khối 12, Trường THPT Quốc Học, thành phố Huế, *Tạp chí Khoa học và Giáo dục, Trường Đại học Sư phạm, Đại học Huế*, số 02 (14).
54. Nguyễn Quang Uẩn (2010), *Tuyển tập nghiên cứu về Tâm lý-Giáo dục*, Nxb Đại học Sư phạm Hà Nội, tr. 73.
55. Nguyễn Quang Uẩn (Chủ biên), Nguyễn Văn Lũy - Đinh Văn Vang (2006), *Tâm lý học đại cương*, Nxb Đại học Sư phạm. tr. 204.
- Tài liệu tiếng Anh**
56. Anthony Yeo (1993) *Counseling- A Problem solving Approach*, Amour, Publishing.
57. Burnard, P. (1999), *Counseling- A Problem solving Approach*, Amour, Publishing.
58. Cohen & Williamson (1998). “Perceived stress in a probability sample of the United States”. Social Psychology of Health. Newbury Park, CA: sage.
59. Carkhuff, R. (1993); *The Art of Helping*, Amherst Human Resource Development Press.

60. Dodson, T. (2009). Advocacy and impact: A comparison of administrators' perceptions of the high school counselor role. *Professional School Counseling*, 12(6), 480-487.
61. Diener, Emmons, Larsen & Griffin (1985). The *Satisfaction With Life Scale*. *Journal of Personality Assessment*, 49 (1) 71-75.
62. Egan,G. (1994), *The Skilled Helpers*, Brooks/Cole.
63. Germeijs, V., & Verschueren, K. (2006). High school students' career decision-making process: A longitudinal study of one choice. *Journal of Vocational Behavior*, 68 (2006) 189–204.
64. Gibson, R.L & Mitchell, M. H. (1995), *Introduction to Counseling: An Art and Science*.
65. Neukrug, E.D (2012). The world of the Counselor. An Introduction to the Counseling Profession. Brooks/Cole, Cengage Learning.
66. Lazarus, R.S & Folkman,S. (1984). Stress, appraisal, and coping. NY: Springer.
67. Law, W., & Arthur, D. (2003). What factors influence Hong Kong students in their choice of a career in nursing? *International Journal of Nursing Studies*, 40(1), 23-32.
68. Lambie, G. W., & Williamson, L. L. (2004). The challenge to change from guidance counseling to professional school counseling: A historical proposition. *Professional School Counseling*, 8(2), 124-131.
69. Oluwabunmi, F., & Oredugba, O. (2017). Influence of counselling services on perceived academic performance of secondary school students in Lagos State. *International Journal of Instruction*, 10 (2), 211-228.
70. Shaterloo A., & Mohammadyari G. (2011). Students counsellng and academic achievement. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30 (2011), 625 - 628.

71. Susan K. Johnsen và Anne L. Con (2001). Screening Assessment for Gifted Elementary and Middle School Student. Printed in the United States of America.
72. Van - Son Huynh, Thien-Vu Giang (2020). The competency-based school counseling model in high schools: A Vietnamese case. Children and Youth Services Review 120 (2021) 105713. (journal homepage: www.elsevier.com/locate/childyouth).
73. Roger, C. (1980), A Way of Being, Houghton Mifflin.
74. Carl Roger (1961). On becoming a person. Houghton Mifflin Company Boston.
75. Justin, C. P., & Xiongyi, L., & Yvona, P. (2010). School engagement as a mediator of academic performance among urban youth: The role of career preparation, parental career support, and teacher support. *The Counseling Psychologist*, 38 (2) 269-295.

NHÀ XUẤT BẢN ĐẠI HỌC HUẾ

07 Hà Nội, TP. Huế - Điện thoại: 0234.3834486;

Website: <http://huph.hueuni.edu.vn>

Chịu trách nhiệm xuất bản

Giám đốc: Trần Bình Tuyên

Chịu trách nhiệm nội dung

Quyền Tổng biên tập: Nguyễn Chí Bảo

Thẩm định nội dung

TS. Hồ Văn Dũng

Biên tập viên: Nguyễn Thị Ái Quỳnh

Biên tập kỹ thuật: Ngô Văn Cường

Trình bày, minh họa: Phan Lê Chung

Sửa bản in: Hồng Vân

Đối tác liên kết xuất bản

Nguyễn Văn Bắc, Trường Đại học Sư phạm, Đại học Huế

34 Lê Lợi, thành phố Huế

KỸ NĂNG TỰ VÂN TÂM LÝ HỌC ĐƯỜNG CỦA CÁN BỘ, GIÁO VIÊN TRONG TRƯỜNG PHỐ THÔNG

(Sách chuyên khảo)

In 50 bản, khổ 16x24cm tại Công ty TNHH MTV Thương mại in và Dịch vụ Chiến Thắng, 14 Nguyễn Khuyến, thành phố Huế. Số xác nhận đăng ký xuất bản: 4370-2022/CXBIPH/3-70/ĐHH. Quyết định xuất bản số: 537/QĐ-NXB, cấp ngày 30 tháng 11 năm 2022. In xong và nộp lưu chiểu năm 2022.

ISBN: 978-604-337-857-3

