

HỌC THỰC HÀNH MÔN THAM VẤN TÂM LÝ CỦA SINH VIÊN ⁽¹⁾

Bùi Thị Hồng Thái

Khoa Tâm lý học, Đại học Khoa học Xã hội và Nhân văn.

1. Về vấn đề thực hành tham vấn trên lớp của sinh viên

Dù chưa có chuyên ngành Tham vấn tâm lý nhưng tại Khoa Tâm lý học, Đại học Khoa học Xã hội và Nhân văn, sinh viên có 30 tiết học lý thuyết tham vấn, 45 tiết học kỹ năng tham vấn trên lớp. Riêng khóa K49 (2004 - 2008), sinh viên chuyên ngành Tâm lý học xã hội còn có 45 tiết thực hành tại cơ sở có giám sát. Mục đích là cung cấp cho sinh viên những tri thức cơ bản về tâm lý học tham vấn, giúp cho sinh viên hiểu được bản chất của nghề tham vấn và có được một số kỹ năng thực hành. Trong phần này, chúng tôi chủ yếu tập trung vào mức độ sinh viên được tham gia thực hành trên lớp chứ không đề cập đến cách giảng dạy thực hành của giáo viên.

Theo kết quả điều tra trên sinh viên về mức độ được tham gia thực hành tham vấn (thảo luận, đóng vai) trên lớp thì 90% sinh viên cho rằng họ đã có cơ hội tham gia thảo luận, đóng vai trong các giờ học. Điều này cũng cho thấy là việc giảng dạy tham vấn của giáo viên hiện nay là phù hợp với nội dung chương trình đào tạo tham vấn vì tham vấn là môn học dựa trên cơ sở thực hành chứ không chỉ dừng lại ở việc học lý thuyết. Tuy nhiên, mức độ sinh viên được tham gia thảo luận, đóng vai chắc chắn là không nhiều vì theo chương trình, chỉ có 45 tiết cho môn học (vừa thực hành, vừa lý thuyết). Số giờ học như vậy là rất khiêm tốn đối với một môn học đòi hỏi phải có sự thực hành như môn tham vấn. Dù lợi ích của việc được học thực hành trên lớp sẽ giúp cho sinh viên tiến bộ rất nhanh, nhưng với số lượng sinh viên khoảng từ 70 đến 80 em/lớp thì việc cho mỗi người lần lượt đóng vai, làm tình huống thật là điều hoàn toàn không thể.

Ngoài ra, cơ sở vật chất phục vụ cho việc học cũng là điều đáng bàn tới. Hiện nay, phòng học vẫn còn chật và trang thiết bị cho môn học còn kém. Chúng tôi đã có dịp tham gia một khóa học về kỹ năng tham vấn - trị liệu của một giáo sư người Pháp. Lớp học có gần 20 sinh viên. Giáo sư cho các sinh

viên đóng vai là nhà tham vấn và thân chủ thực hành một tình huống tham vấn nào đó. Buổi đóng vai đó được ghi hình lại để sau đó mang ra thảo luận trong cả lớp. Việc này rất hữu ích không chỉ đối với sinh viên được tham gia đóng vai mà còn có thể rút kinh nghiệm chung cho cả lớp. Để làm được điều này, ít nhất phòng học phải được trang bị camera, ti vi và đầu đĩa, hơn nữa, sĩ số lớp học không được quá đông và thời gian học kéo dài thì tất cả mọi người mới có cơ hội trải nghiệm thật sự việc làm một ca tham vấn tâm lý.

Trong số những sinh viên chúng tôi điều tra, có hơn 2/3 (73.3%) sinh viên hài lòng với cách thức học thực hành trên lớp và gần 1/3 số sinh viên chỉ tạm hài lòng. Theo ý kiến của một sinh viên: *“Tôi thấy hiệu quả của những lúc thực hành trên lớp là giúp tôi cảm thấy thoải mái, được tham gia thực hành các kỹ năng và được cô giáo sửa nên có nhiều kinh nghiệm hơn”* (Phiếu 06, Nữ). Bên cạnh đó, những sinh viên chỉ tạm hài lòng với việc thực hành trên lớp cũng có những lý giải của riêng mình mà phần lớn tập trung vào những lý do là lớp đông, thời gian học quá ngắn nên giáo viên không thể tạo cơ hội cho tất cả sinh viên tham gia. *“Vì không phải mỗi sinh viên đều có điều kiện làm thực hành, mà có được thì cũng là thời gian rất ít nên chất lượng chưa được tốt lắm”* (Phiếu 21, Nữ).

Như vậy, qua phân tích kết quả thu được, chúng tôi nhận thấy, trong giờ dạy trên lớp môn tham vấn tâm lý, giáo viên không chỉ giảng về lý thuyết mà đã chú trọng vào việc nêu lên các tình huống để sinh viên thảo luận, trao đổi; đồng thời cũng đã cố gắng cho các em được tham gia đóng vai để sửa lỗi. Cách tổ chức học thực hành đan xen vào lý thuyết này được sinh viên đánh giá cao. Điều này được thể hiện qua kết quả là hơn 2/3 sinh viên hài lòng với cách thức dạy thực hành trên lớp. Tuy nhiên, việc dạy thực hành trên lớp cũng còn nhiều khó khăn. Với lượng kiến thức quá lớn, thời gian học ngắn, lớp học đông thì rất khó để giáo viên có thể đảm bảo 100% số sinh viên được tham gia đóng vai hay được thảo luận nhiều tình huống hơn nữa.

2. Về vấn đề thực hành tại cơ sở

Khi phân tích thời gian sinh viên mong muốn đi thực tập, chúng tôi thấy rằng sinh viên rất coi trọng việc đi thực tập vì đó là cơ hội để họ được thực hành các kỹ năng tham vấn đã được học trên lớp, đồng thời việc đi thực tập cũng giúp cho mỗi sinh viên tự nâng cao hơn nữa kiến thức của mình và hình dung được về công việc mà mình làm trong tương lai. Một nữ sinh viên nêu ý kiến về việc thực tập như sau: *“Tôi nghĩ rằng, khi mình đến các trung tâm tham vấn thì mình sẽ có nhiều cơ hội để tiếp xúc với nhiều khách hàng mang nhiều vấn đề hơn, giúp mình có thêm nhiều kiến thức, kinh nghiệm xã hội hơn khi được tham gia trợ giúp khách hàng”*. Những mong muốn này của sinh viên là hoàn toàn chính đáng, và điều này cũng đòi hỏi phải tăng cường thêm nữa số

giờ dạy thực hành ở trên lớp và đi thực tập tại cơ sở. Trong phần này, chúng tôi sẽ chú trọng vào việc trình bày 3 ý: Thứ nhất là sự giúp đỡ chuyên môn của cơ sở thực tập đối với sinh viên đến thực tập; Thứ hai là mức độ liên hệ giữa giáo viên phụ trách môn học ở trường với sinh viên trong quá trình thực tập và thứ ba là đánh giá của chính sinh viên về đợt thực tập của mình.

- Sự giúp đỡ chuyên môn của cơ sở thực tập đối với sinh viên

Cơ sở thực hành thường do Khoa và giáo viên phụ trách môn học là người trực tiếp liên hệ cho sinh viên. Các nơi sinh viên thường được giới thiệu đến thực tập là: Trung tâm Hoa Sữa, Phòng tham vấn của Công ty An Việt Sơn, Phòng tham vấn học đường của trường THPT Đinh Tiên Hoàng, Công ty TNHH tư vấn và đầu tư y tế CIHP... Tham khảo ý kiến của sinh viên, chúng tôi nhận thấy 55.2% số sinh viên mong muốn được thực tập tại các trung tâm tham vấn và 44.8% số sinh viên mong muốn được thực tập tại các trường học. Điều này cho thấy địa điểm thực tập mà Khoa và giáo viên phụ trách liên hệ cho sinh viên đáp ứng được nguyện vọng của các em.

Các sinh viên, tùy theo nơi thực tập mà có hình thức và nội dung thực tập khác nhau phù hợp với hoạt động của cơ sở thực tập. Đó có thể là thực hành tham vấn qua e-mail, qua chat hoặc tham vấn qua điện thoại. Nội dung thực tập của sinh viên cũng rất phong phú: Trợ giúp cho mọi đối tượng gặp khó khăn trong cuộc sống hàng ngày liên quan đến vấn đề tâm lý, cung cấp những thông tin và tư vấn cho mọi người về sức khỏe sinh sản, sức khỏe tình dục, HIV/AIDS, giúp đỡ cho học sinh có khó khăn học đường... Như vậy, nếu như việc học trên lớp giúp sinh viên có cái nhìn khái quát về nghề tham vấn và có được một số kiến thức, kỹ năng trong thực hành tham vấn thì khi đi thực tập, sinh viên sẽ được va chạm với những vấn đề đa dạng trong nội dung tham vấn cũng như được học cách làm một ca tham vấn theo hình thức nào đó. Đây chính là cơ hội để mỗi sinh viên tự trau dồi thêm kiến thức, kỹ năng cho mình.

Trung bình, với mỗi đợt thực tập tại cơ sở, sinh viên có khoảng 12 buổi thực tập chính thức (3 buổi/tuần) ngoài ra các em cũng có 3 buổi thêm. Đó là buổi giới thiệu ban đầu, buổi đánh giá giữa kỳ thực tập và buổi đánh giá cuối kỳ. Trong quá trình này, nếu tại cơ sở có đợt đào tạo dành cho các tư vấn viên thì sinh viên cũng được tham dự. Phần lớn các sinh viên khi đi thực tập đều được một người tại cơ sở hướng dẫn về mặt chuyên môn. Ví dụ về việc hướng dẫn thực hành trả lời thư trực tuyến cho sinh viên: Buổi đầu người hướng dẫn đóng vai khách hàng, còn sinh viên đóng vai nhà tham vấn. Khách hàng nêu vấn đề để nhà tham vấn giúp đỡ. Qua cách đóng vai với người hướng dẫn, sinh viên sẽ được chỉ ra những điểm được và chưa được trong phần giúp đỡ của mình. Các buổi sau, sinh viên được học cách trả lời thư tham vấn, những điều liên quan đến các bước trả lời một bức thư cho khách hàng, những điều cần tránh khi trả lời thư... Sau đó, sinh viên được nhận thư mới và có nhiệm vụ xác

định vấn đề của thân chủ, cảm xúc chính của thân chủ, định hướng trả lời thư, viết thư hoàn chỉnh. Người hỗ trợ trong từng trường hợp đánh giá, nhận xét cụ thể từng điểm mạnh, điểm yếu của từng thư và những điều còn thiếu phải bổ sung. Đánh giá của sinh viên về việc được hướng dẫn chuyên môn tại cơ sở rất tích cực: *“Qua những buổi được hướng dẫn làm thư, tôi đã biết cách tiến hành trả lời một bức thư cho khách hàng. Tôi xác định vấn đề và cảm xúc của khách hàng, xác định vấn đề nào cần phải làm rõ bằng việc đặt câu hỏi cho khách hàng, định hướng các hướng giải quyết cho khách hàng, vì vậy việc trả lời một bức thư đã dễ dàng hơn đối với tôi, câu và từ sáng nghĩa hơn và tôi cũng tránh được những lỗi đã mắc phải trong thư đầu”*.

Trong một đợt thực tập, sinh viên có thể được học nhiều hình thức tham vấn. Không chỉ là tham vấn qua thư mà có thể là tham vấn điện thoại. Ngoài ra, các khóa đào tạo theo chuyên đề hay những buổi sinh hoạt chuyên môn cũng giúp ích rất nhiều cho sinh viên trong việc mở rộng và nâng cao kiến thức.

Tuy nhiên, cũng có những sinh viên mà việc thực hành dừng lại ở mức độ lắng nghe cách mà nhà tham vấn tại cơ sở làm việc với khách hàng, đặc biệt là đối với hình thức tham vấn qua điện thoại. Thông qua đó, sinh viên học cách nói chuyện với khách hàng qua điện thoại, cách lắng nghe khách hàng và vận dụng các kỹ năng như phản hồi, thấu cảm, đặt câu hỏi trong quá trình tham vấn.

- Mức độ liên hệ giữa giáo viên phụ trách môn học ở trường và sinh viên trong quá trình thực tập

Sinh viên đi thực tập không chỉ có mối quan hệ với cơ sở thực tập, mà trong quá trình thực tập giáo viên phụ trách môn học có vai trò rất quan trọng trong việc giúp đỡ các em về mặt chuyên môn. Giáo viên phụ trách vừa là cầu nối giữa sinh viên với cơ sở thực tập, đồng thời, với tư cách là người giám sát chuyên môn, giáo viên phụ trách cũng giúp đỡ đặc lực cho sinh viên khi bắt đầu tiến tới việc thực hành tại các trung tâm.

Trước và trong quá trình thực tập, sinh viên luôn thường xuyên liên hệ và nhận được sự trợ giúp từ giáo viên phụ trách môn học. Mỗi tuần sinh viên được gặp giáo viên một lần để trao đổi về tình hình của mình tại cơ sở thực tập, nêu lên những khó khăn trong việc thực hành ca tham vấn, bổ sung, nâng cao kiến thức, kỹ năng về các vấn đề sinh viên được thực hành tại cơ sở, phát triển những kỹ năng mới, được nghe các bạn khác trình bày ca và cùng thảo luận về những khó khăn đó. Sinh viên được giáo viên hướng dẫn giao nhiệm vụ cho ca thực hành của mình và mọi người cùng phải báo cáo, xác định rõ được các vấn đề trong ca tham vấn mà mình chịu trách nhiệm. Ví dụ, phân tích một ca thực hành tham vấn của sinh viên, giáo viên sẽ giúp sinh viên nhận diện những vấn đề như: Vấn đề của thân chủ là gì? Những ai liên quan và liên quan như thế

nào? Việc đặt câu hỏi để tìm hiểu thông tin trong ca đó đã phù hợp chưa? Nếu chưa thì sẽ thay đổi như thế nào?... Nếu tại cơ sở, sinh viên được thực hành về tham vấn nhóm thì lại được cô giáo bổ sung cho những kiến thức liên quan: Kỹ năng điều hành nhóm, kỹ năng đặt câu hỏi xoay vần, kỹ năng trấn át hoặc khích lệ, theo dõi mối quan hệ của các thành viên trong nhóm, ghi lại bầu không khí tham vấn, thảo luận và đưa ra quy định trên cơ sở số đông... Thực chất, những kiến thức này các em cũng đã phần nào được học trong quá trình học lý thuyết trên lớp, nhưng những buổi trao đổi với giáo viên sẽ giúp các em củng cố chắc chắn hơn kiến thức của mình vì các kiến thức này được đưa vào áp dụng và thảo luận trong một trường hợp cụ thể của chính sinh viên giúp cho các em nắm bắt được cách áp dụng kiến thức vào thực tế. Việc gặp gỡ sinh viên một buổi/tuần giúp cho các em tự tin và yên tâm hơn trong việc tiến hành ca tham vấn của mình.

Kết thúc quá trình thực tập, sinh viên viết một bản báo cáo nộp cho cơ sở, tự đánh giá về những gì mình đã học được. Sau đó, giáo viên phụ trách lại có buổi trao đổi với cơ sở thực tập và nghe nhận xét của cơ sở về quá trình làm việc của từng thành viên. Ngoài ra, cơ sở thực tập cũng cung cấp một bản đánh giá cụ thể về từng em. Việc đánh giá này không chỉ có ý nghĩa đánh giá về mặt đạo đức, thái độ của sinh viên mà còn cung cấp cho giáo viên phụ trách cái nhìn khách quan về thực hành chuyên môn của các em, đặc biệt là việc thực hành ở từng nội dung khác nhau: tham vấn qua điện thoại, qua thư, qua chat... ở mỗi nội dung đó, sinh viên đều được nhận xét điểm mạnh, điểm yếu, những điều đạt được và kinh nghiệm cần rút ra. Theo đánh giá của một sinh viên về những buổi gặp gỡ giáo viên thì: *"Đây là những buổi vô cùng quan trọng đối với chúng tôi, thông qua đó chúng tôi được trang bị nhiều hơn những kiến thức để phục vụ cho quá trình thực tập vừa qua mà chúng tôi có được những hiểu biết sâu hơn, nhiều hơn, đa dạng hơn về lĩnh vực tham vấn"*. Như vậy, việc thực hành có giám sát là điều vô cùng cần thiết đối với sinh viên. Không những sinh viên được tháo gỡ những khó khăn trong thực hành ca tham vấn mà còn có thể được bổ sung thêm những kiến thức mà có thể chưa từng được học trên lớp.

- *Đánh giá của sinh viên về đợt thực tập của mình*

Thực tập là nơi để sinh viên được trải nghiệm những kỹ năng tham vấn tâm lý của mình, hình dung và xác định rõ hơn về công việc mà họ có thể sẽ lựa chọn trong tương lai. Phần lớn các sinh viên đều đánh giá rất tốt quá trình thực tập của mình ở góc độ chuyên môn. *"Làm quen với nhiều vấn đề thực tế của khách hàng, biết rằng các vấn đề của khách là rất đa dạng giúp tôi mừng tượng ra được phần nào công việc của người làm tham vấn không chỉ tư vấn những vấn đề liên quan đến tâm lý, tình cảm mà rất nhiều những vấn đề khác như sức khỏe sinh sản, sức khỏe tình dục, HIV/AIDS"*. Kết lại cho phần này, chúng tôi xin trích lời của một sinh viên nhận xét về quá trình thực tập của

mình như sau: “Thời gian thực tập về tham vấn vừa là dịp để tôi làm quen và tìm hiểu công việc tư vấn qua điện thoại, tư vấn qua thư, tư vấn trực tuyến và công tác tham vấn học đường vừa là dịp để tôi có thể áp dụng một phần những kiến thức đã học vào thực hành và cũng có dịp tìm hiểu sâu hơn một số kỹ năng tham vấn mà chúng tôi chưa được làm quen trong nhà trường. Đồng thời thông qua quá trình thực tập, tôi có cơ hội làm quen với nhiều vấn đề thực tế rất đa dạng của khách hàng và nhìn thấy việc áp dụng những lý thuyết về tham vấn trong thực tế hành nghề của những nơi tôi đến như thế nào. đợt thực tập này giúp tôi mừng tượng ra được công việc của một nhà tham vấn, vì vậy tôi biết rằng để có thể trở thành một nhà tham vấn cần phải học hỏi cũng như nỗ lực rất nhiều”.

Về vấn đề trang thiết bị vật chất của cơ sở thực hành, các sinh viên thường có hai luồng nhận xét. Hoặc là cơ sở có trang thiết bị đảm bảo: phòng làm việc rộng, các máy móc phục vụ cho việc làm tham vấn tâm lý tốt, đủ đáp ứng cho công việc. Cũng có cơ sở thực tập mà cơ sở vật chất còn hạn hẹp như, không gian chật hẹp nên đôi khi một số hoạt động không phải chuyên môn diễn ra tại phòng tham vấn.

Về thời gian thực tập thì 100% sinh viên cho rằng thời lượng thực tập tại cơ sở là quá ít: “Một trong những hạn chế của quá trình thực tập, thực tế lần này đó là thời gian thực tập ngắn. Nếu thời gian thực tập thực tế được kéo dài hơn nữa thì sinh viên có cơ hội tiếp xúc với công việc nhiều hơn, đồng thời cũng tạo điều kiện cho các địa điểm thực tập dễ chấp nhận cho sinh viên đến đó hơn. Thời gian lại gần cuối năm nên những địa điểm được liên hệ cho sinh viên thực tập cũng không muốn tiếp nhận. Nếu có tiếp nhận thì cũng không có đủ thời gian để hướng dẫn tận tình cho từng sinh viên một. Đây là điều khiến cho sinh viên chưa thực sự được làm việc mà chủ yếu là mới bước đầu làm quen với công việc mà thôi”.

Chú thích

1. Các số liệu trong bài viết được lấy từ đề tài: “Thực hành tham vấn và trị liệu - Thực trạng và giải pháp” do PGS.TS. Trần Thị Minh Đức làm chủ nhiệm. Đề tài điều tra trên 251 sinh viên đã học môn Tham vấn tâm lý của Khoa Tâm lý học (ĐHKHXH&NV), Khoa Tâm lý học (ĐHSPHN), Khoa Công tác xã hội (ĐH Lao động) và ĐH Đà Lạt.