

CÁC YẾU TỐ ẢNH HƯỞNG ĐẾN NHU CẦU THAM VẤN TÂM LÝ CỦA CHA MẸ SAU LY HÔN CÓ CON Ở LỨA TUỔI THCS

Dương Ngọc Hoa
Trường Đại học Nguyễn Trãi
Email: hoadn305@gmail.com

Tóm tắt: Trong bối cảnh xã hội hiện đại, tình trạng ly hôn gia tăng kéo theo nhiều hệ lụy tâm lý đối với cha mẹ và con cái, đặc biệt là những gia đình có con ở lứa tuổi trung học cơ sở (THCS). Nghiên cứu này tập trung làm rõ nhu cầu tham vấn tâm lý của cha mẹ sau ly hôn, một nhu cầu hình thành từ những biến đổi tâm lý trong nhận thức, cảm xúc, hành vi cũng như những khó khăn của sức khỏe thể chất trong quá trình nuôi dạy con sau khi hôn nhân tan vỡ. Việc nhận diện và phân tích các yếu tố ảnh hưởng đến nhu cầu tham vấn tâm lý ở nhóm đối tượng này không chỉ có ý nghĩa lý luận và còn mang giá trị thực tiễn sâu sắc, góp phần xây dựng các chương trình tham vấn tâm lý phù hợp. Qua đó, nghiên cứu hướng tới việc nâng cao chất lượng đời sống tinh thần cho cha mẹ sau ly hôn, đảm bảo sự phát triển ổn định về tâm lý, xã hội cho trẻ vị thành niên, đồng thời đóng góp vào sự phát triển bền vững của gia đình và cộng đồng.

Từ khóa: Nhu cầu tham vấn tâm lý; Cha mẹ sau ly hôn; Học sinh THCS; Tâm lý sau ly hôn; Yếu tố ảnh hưởng; Hỗ trợ tâm lý cho cha mẹ sau ly hôn.

FACTORS INFLUENCING THE PSYCHOLOGICAL COUNSELING NEEDS OF DIVORCED PARENTS WITH CHILDREN IN LOWER SECONDARY SCHOOL

Duong Ngoc Hoa
Nguyen Trai University
Email: hoadn305@gmail.com

Abstract: In the context of increasing divorce rates, psychological challenges faced by divorced parents, especially those raising lower secondary school-aged children, have become a matter of growing concern. This study explores the psychological counseling needs of divorced parents who are navigating the complexities of parenting post-divorce. These needs emerge from a range of psychological and emotional pressures, cognitive and behavioral struggles, as well as physical challenges associated with their caregiving roles. Identifying and analyzing the key factors influencing these counseling needs provides a critical foundation for designing appropriate psychological interventions. The findings of this study aim to enhance the psychological well-being of divorced parents, support the stable psychological and social development of adolescents, and contribute to family stability and broader societal sustainability.

Keywords: Psychological counseling needs, Divorced parents, Lower secondary school students, Post-divorce psychology, Influencing factors, Family psychological support

Nhận bài: 15/05/2025

Phản biện: 05/06/2025

Duyệt đăng: 09/06/2025

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Theo thống kê của Tòa án Nhân dân Tối cao, số vụ ly hôn do mâu thuẫn gia đình tăng nhanh theo từng năm. Năm 2021, số vụ ly hôn được báo cáo là 162.072, và đến năm 2022, số vụ ly hôn đã vượt quá 500.000 vụ. Ly hôn không còn là vấn đề của mỗi cá nhân mà đã trở thành một hiện tượng xã hội với tác động lớn, điều này đã nhận được sự quan tâm của nhà nước và cộng đồng. Từ góc độ xã hội, ly hôn đồng nghĩa với sự tan vỡ của một đơn vị kinh tế - xã hội cơ bản là gia đình, để lại những hậu quả lâu dài và đặc biệt nghiêm trọng.

Hậu quả tâm lý của ly hôn đối với cha mẹ là rất đáng kể, bao gồm mất mát niềm tin, khủng hoảng tinh thần, cảm giác cô đơn, bất an và trầm cảm. Những khó khăn này không chỉ ảnh hưởng đến chính bản thân cha mẹ mà còn tác động sâu sắc đến quá trình nuôi dạy và chăm sóc con cái, đặc biệt là đối với trẻ ở tuổi trung học cơ sở, một thời kỳ quan trọng và nhạy cảm về tâm sinh lý.

Việc cha mẹ sau ly hôn (SLH) không nhận được sự trợ giúp tâm lý kịp thời có thể gây ra những ảnh hưởng tiêu cực đến sự phát triển tâm lý và hành vi của cha mẹ và trẻ, đặc biệt trong giai đoạn trẻ đang cần sự ổn định và nâng đỡ từ môi trường gia đình (Vũ Mạnh Lợi và Trần Nguyệt Minh Thu (2021), Huỳnh Văn Sơn và cộng sự (2019), Nguyễn Thanh Tâm (2002), Trần Thị Minh Thi (2023)). Vì vậy, nhu cầu được tham vấn tâm lý (TVTL), được trợ giúp để giải quyết những khó khăn tâm lý của cha mẹ SLH là rất lớn. Việc tìm hiểu các yếu tố ảnh hưởng tới nhu cầu TVTL của cha mẹ SLH có con ở lứa tuổi THCS có ý nghĩa rất quan trọng, làm cơ sở để từ đó đề xuất một số khuyến nghị nhằm đáp ứng tốt hơn nhu cầu TVTL của cha mẹ SLH. Điều này, không chỉ góp phần nâng cao chất lượng cuộc sống cho cha mẹ, đảm bảo sự phát triển ổn định cho trẻ em mà còn nhằm tạo điều kiện thuận lợi cho sự phát triển bền vững của gia đình và xã hội.

II. NỘI DUNG NGHIÊN CỨU

2.1. Nhu cầu tham vấn tâm lý của cha mẹ sau ly hôn có con ở lứa tuổi THCS

Hiện nay, nhu cầu TVTL cho cha mẹ sau ly hôn tại Việt Nam đang gia tăng mạnh mẽ. Những nghiên cứu quốc tế trong hơn 40 năm qua đã cho thấy rằng TVTL có thể cải thiện đáng kể sức khỏe tinh thần cho người được tham vấn, với khoảng 22% thân chủ có cải thiện rõ rệt, 43% có sự thay đổi vừa phải và 27% đạt được một số tiến trình nhất định (Sexton, 1993) . PGS, TS. Trần Thị Minh Đức (2003) trong nghiên cứu “Thực trạng tham vấn ở Việt Nam: Từ lý thuyết đến thực tế” đã chỉ ra rằng, TVTL đóng vai trò quan trọng trong việc giúp cha mẹ sau ly hôn nhận diện và quản lý cảm xúc của mình, từ đó xây dựng các kỹ năng cần thiết để vượt qua khủng hoảng. Tác giả đã chứng minh rằng TVTL giúp giảm bớt căng thẳng, lo âu và hỗ trợ cha mẹ trong việc cải thiện mối quan hệ với con cái

Tại Việt Nam, các trung tâm và phòng TVTL ngày càng phát triển, đáp ứng nhu cầu ngày càng tăng của người dân. Tuy nhiên, nhu cầu TVTL của cha mẹ sau ly hôn có con ở lứa tuổi trung học cơ sở, một nhu cầu nhạy cảm và khó chia sẻ vẫn chưa được quan tâm đúng mức và chưa có nhiều nghiên cứu chuyên sâu về lĩnh vực này. Hiện tại, các nghiên cứu về KKTL của cha mẹ sau ly hôn đã được thực hiện ở một số quốc gia, nhưng tại Việt Nam, số lượng nghiên cứu về chủ đề này còn hạn chế. Đặc biệt, thiếu vắng những nghiên cứu cơ sở về nhu cầu TVTL của nhóm đối tượng này.

2.2. Các yếu tố ảnh hưởng đến nhu cầu tham vấn tâm lý của cha mẹ sau ly hôn có con ở lứa tuổi THCS

2.2.1 Các yếu tố chủ quan

Khảo sát yếu tố chủ quan ảnh hưởng đến nhu cầu TVTL của cha mẹ SLH có con ở lứa tuổi THCS, thu được kết quả như sau:

Bảng 1. Yếu tố chủ quan ảnh hưởng đến nhu cầu TVTL của cha mẹ SLH có con ở lứa tuổi THCS

STT	Yếu tố	Giới tính				ĐTB chung	ĐLC	Thứ bậc chung
		Nam		Nữ				
		ĐTB	ĐLC	ĐTB	ĐLC			
1	Sợ mất thể diện	1,43	0,68	2,03	1,03	1,82	0,96	7
2	Lo lắng có thể bị coi là một phụ huynh chưa đủ tốt	1,76	0,89	1,90	1,13	1,85	1,05	5
3	Lo lắng có thể bị coi là người có vấn đề về sức khỏe tâm thần	1,24	0,44	1,80	1,02	1,61	0,90	9
4	Lo lắng con có thể không coi trọng nếu phát hiện ra cha/mẹ đang được TVTL	1,52	0,93	1,95	1,28	1,80	1,18	8
5	Đã có những trải nghiệm tồi tệ trước đây với việc chăm sóc sức khỏe tâm thần chuyên nghiệp	1,43	1,08	1,63	1,13	1,56	1,10	10
6	Không muốn bị ghi nhận một vấn đề sức khỏe tâm thần trong hồ sơ y tế, sợ ảnh hưởng tới tương lai của con	1,71	1,31	1,93	1,42	1,85	1,38	5
7	Ưu tiên chọn các hình thức chăm sóc thay thế (chữa bệnh đông y, tôn giáo...)	1,90	1,18	2,03	1,19	1,98	1,18	3
8	Muốn tự mình giải quyết vấn đề	2,14	1,11	2,15	1,15	2,15	1,12	1
9	Nghĩ rằng chăm sóc chuyên nghiệp sẽ không giúp ích gì	1,76	0,77	1,93	1,10	1,87	0,99	4
10	Nghĩ rằng mình không có vấn đề gì	2,14	0,85	2,13	1,16	2,13	1,06	2
Tổng		1.70	0,48	1,95	0,81	1,86	0,71	

Kết quả khảo sát cho thấy các yếu tố chủ quan đóng vai trò quan trọng trong việc hình thành nhu cầu TVTL của cha mẹ sau ly hôn.

Yếu tố "Muốn tự mình giải quyết vấn đề" đứng đầu với ĐTB = 2,15; ĐLC = 1,12, cho thấy một bộ phận cha mẹ vẫn muốn tự giải quyết các vấn đề tâm lý mà không cần sự can thiệp từ các chuyên gia. Điều này phản ánh một sự chủ động trong việc xử lý vấn đề, nhưng cũng có thể do thiếu sự tin tưởng vào hiệu quả của các dịch vụ TVTL chuyên nghiệp.

Tiếp theo, yếu tố "Nghĩ rằng mình không có vấn đề gì" có ĐTB = 2,13; ĐLC = 1,06 cho thấy một số cha mẹ không nhận thức được sự cần thiết của việc TVTL do không nhận ra mình gặp phải vấn đề. Các yếu tố như "Lo lắng có thể bị coi là một phụ huynh chưa đủ tốt" (ĐTB = 1,85; ĐLC = 1,05) và "Không muốn bị ghi nhận một vấn đề sức khỏe tâm thần trong hồ sơ y tế" (ĐTB = 1,85; ĐLC = 1,38) cho thấy mối lo ngại về sự đánh giá của xã hội và ảnh hưởng đến hình ảnh cá nhân, cũng như sự lo sợ về ảnh hưởng tiêu cực đối với tương lai của con cái. Bên cạnh đó, yếu tố "Sợ mất thể diện" với ĐTB = 1,82; ĐLC = 0,96 cũng là một rào cản đối với việc cha mẹ tìm đến TVTL do lo ngại về việc bị đánh giá thấp bởi cộng đồng.

ĐTB tổng của nam giới (ĐTB = 1,95; ĐLC = 0,81) cao hơn nữ giới (ĐTB = 1,86; ĐLC = 0,71), cho thấy nam giới cảm nhận khó khăn về tâm lý và sự e ngại khi tìm kiếm sự hỗ trợ tâm lý cao hơn nữ giới. Trong nam giới, thành tố "Muốn tự mình giải quyết vấn đề" có điểm cao nhất (ĐTB = 2,15; ĐLC = 1,15) và "Lo lắng có thể bị coi là người có vấn đề về sức khỏe tâm thần" là thấp nhất (ĐTB = 1,24; ĐLC = 0,44). Trong nữ giới, "Muốn tự mình giải quyết vấn đề" cũng có điểm cao nhất (ĐTB = 2,15; ĐLC = 1,12) và "Lo lắng có thể bị coi là người có vấn đề về sức khỏe tâm thần" là thấp nhất (ĐTB = 1,61; ĐLC = 0,90).

Các yếu tố khách quan cũng đóng vai trò quan trọng trong việc ảnh hưởng đến nhu cầu TVTL của cha mẹ sau ly hôn. Những yếu tố này liên quan đến các điều kiện bên ngoài mà cha mẹ không thể kiểm soát nhưng chúng có tác động trực tiếp đến khả năng và sự sẵn sàng tham gia vào quá trình tham vấn.

2.2.2 Các yếu tố khách quan

Khảo sát yếu tố khách quan ảnh hưởng đến nhu cầu TVTL của cha mẹ SLH có con ở lứa tuổi THCS, thu được kết quả như sau: Kết quả khảo sát cho thấy các yếu tố khách quan cũng có ảnh

hưởng đến nhu cầu tham vấn của cha mẹ sau ly hôn. Các yếu tố khách quan chủ yếu liên quan đến các điều kiện vật chất, môi trường và các yếu tố xã hội tác động đến khả năng tham gia của cha mẹ vào các dịch vụ tham vấn.

Yếu tố "Chi phí tham vấn cao" có ĐTB = 2,98 và ĐLC = 1,10 cho thấy chi phí là yếu tố ảnh hưởng mạnh mẽ nhất. Việc TVTL yêu cầu một khoản chi phí đáng kể, điều này khiến nhiều cha mẹ cảm thấy khó khăn trong việc tiếp cận dịch vụ. Yếu tố "Nội dung tham vấn còn chung chung, chưa cụ thể" cũng có ĐTB = 2,98; ĐLC = 1,26, phản ánh rằng nhiều cha mẹ lo ngại về chất lượng và tính hiệu quả của các buổi tham vấn, đặc biệt khi nội dung không được cụ thể hoặc không thể giải quyết vấn đề cá nhân một cách sâu sắc.

Yếu tố "Chuyên môn của nhà tham vấn khó xác định và kiểm chứng chính xác" có ĐTB = 2,93 và ĐLC = 1,14, cho thấy sự thiếu minh bạch về chuyên môn và năng lực của các nhà tham vấn khiến cha mẹ cảm thấy e ngại khi tìm kiếm sự giúp đỡ. Những yếu tố khác như "Thời gian tham vấn chưa hợp lý" (ĐTB = 2,64; ĐLC = 1,07), "Chưa tìm thấy địa chỉ tin cậy" (ĐTB = 2,77; ĐLC = 1,10) và "Địa điểm tham vấn chưa phù hợp" (ĐTB = 2,44; ĐLC = 1,18) đều thể hiện sự bất tiện trong việc tìm kiếm các dịch vụ tham vấn phù hợp với nhu cầu của cha mẹ sau ly hôn. Và yếu tố "Quyền tiếp cận hoặc quyền nuôi con có thể bị ảnh hưởng" (ĐTB = 2,03; ĐLC = 1,32) chỉ ra rằng một số cha mẹ lo ngại về sự ảnh hưởng của TVTL đến quyền lợi và quyền nuôi con của họ, điều này cũng gây cản trở trong việc tham gia vào các dịch vụ hỗ trợ tâm lý.

ĐTB tổng của nam giới (ĐTB = 2,64; ĐLC = 0,83) cao hơn nữ giới (ĐTB = 2,98; ĐLC = 1,10), cho thấy nam giới cảm nhận các yếu tố liên quan đến khó khăn trong TVTL cao hơn nữ giới. Trong nam giới, thành tố "Chi phí tham vấn cao" có điểm cao nhất (ĐTB = 3,15; ĐLC = 1,12) và "Quyền tiếp cận hoặc quyền nuôi con có thể bị ảnh hưởng" là thấp nhất (ĐTB = 1,86; ĐLC = 1,28). Trong nữ giới, "Chi phí tham vấn cao" cũng có điểm cao nhất (ĐTB = 2,98; ĐLC = 1,10) và "Không có các chuyên gia cùng dân tộc hoặc cùng văn hoá với cha/mẹ" là thấp nhất (ĐTB = 2,07; ĐLC = 1,18).

Việc tìm kiếm giải pháp TVTL không chỉ đơn thuần là cách để giải quyết những vấn đề tức thời mà còn là một bước quan trọng giúp cha mẹ xây dựng lại các mối quan hệ với con cái, đồng thời

nâng cao sự hiểu biết và kỹ năng trong việc đối mặt với những khó khăn này một cách chủ động và hiệu quả.

III. KẾT LUẬN

Kết quả khảo sát cho thấy các yếu tố chủ quan và khách quan đều đóng vai trò quan trọng trong việc thúc đẩy hoặc cản trở việc tìm kiếm sự hỗ trợ tâm lý. Trong các yếu tố chủ quan, việc “muốn tự mình giải quyết vấn đề” và “nghĩ rằng mình không có vấn đề gì” là những rào cản lớn nhất. Các cha mẹ vẫn giữ quan niệm tự lực trong việc đối mặt với khó khăn tâm lý, hoặc không

nhận thức được tầm quan trọng của TVTL. Mỗi lo ngại về hình ảnh cá nhân, sự lo sợ bị xã hội đánh giá tiêu cực về sức khỏe tâm thần của mình cũng là yếu tố cản trở việc tìm kiếm sự hỗ trợ từ chuyên gia.

Về yếu tố khách quan, chi phí tham vấn cao và những bất tiện liên quan đến thời gian, địa điểm và chất lượng dịch vụ là những yếu tố đáng lo ngại đối với cha mẹ. Việc thiếu các địa chỉ tin cậy và lo ngại về ảnh hưởng tiêu cực đến quyền nuôi con cũng là những yếu tố khiến cha mẹ ngần ngại trong việc tiếp cận dịch vụ TVTL.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Trần Thị Minh Đức (2003), *Thực trạng tham vấn ở Việt Nam: Từ lý thuyết đến thực tế*, Tạp chí Tâm lý học, tập 14, số 2, tr. 38-44.
2. Vũ Mạnh Lợi, Trần Nguyệt Minh Thu (2021). *Vấn đề ly hôn trong xã hội Việt Nam hiện đại (sách chuyên khảo)*. H. NXB Khoa học xã hội
3. Huỳnh Văn Sơn và cộng sự (2019), *Biểu hiện tổn thương tâm lý của trẻ em trong gia đình không toàn vẹn*, Tạp chí Khoa học Đại học Đà Lạt, tập 9, số 4, tr.45-54.
4. Nguyễn Thanh Tâm (chủ biên) (2002), *Ly hôn – Nghiên cứu trường hợp Hà Nội – Đề tài nghiên cứu cấp bộ do Trung tâm NCKH về gia đình và phụ nữ tiến hành*, Nxb Khoa học xã hội, Hà Nội