

GIẢI PHÁP NÂNG CAO HIỆU QUẢ CÔNG TÁC TƯ VẤN TÂM LÝ HỌC ĐƯỜNG CHO HỌC SINH CÁC TRƯỜNG PHỔ THÔNG DÂN TỘC BÁN TRÚ TIỂU HỌC VÀ TRUNG HỌC CƠ SỞ MIỀN NÚI PHÍA BẮC

Vũ Thị Bình, Cao Hoàng Khuyên
Phạm Thị Thắm, Đới Thị Thu Thủy, Hoàng Đức Trọng
Phân hiệu Đại học Thái Nguyên tại tỉnh Lào Cai

Tóm tắt: Bài báo nhằm đánh giá thực trạng và đề xuất các giải pháp nâng cao hiệu quả công tác tư vấn tâm lý học đường cho học sinh dân tộc thiểu số tại các trường phổ thông dân tộc bán trú miền núi phía Bắc. Nghiên cứu sử dụng phương pháp hỗn hợp (mixed methods), kết hợp khảo sát định lượng (901 học sinh, giáo viên, phụ huynh) và định tính (phỏng vấn sâu, quan sát, thực nghiệm sư phạm). Dữ liệu được phân tích bằng thống kê mô tả và kiểm định T-test. Thực nghiệm trên 122 học sinh tại một trường PTDTBT ở Lào Cai cho thấy các giải pháp tư vấn tâm lý đã cải thiện rõ rệt các năng lực cảm xúc – xã hội của học sinh, đặc biệt là khả năng chia sẻ cảm xúc, tìm kiếm hỗ trợ, và tự tin giao tiếp. Phân tích định tính cho thấy sự thay đổi tích cực trong môi trường lớp học và sự đồng hành của phụ huynh. Các giải pháp tư vấn có thể triển khai hiệu quả trong bối cảnh vùng khó nếu được điều chỉnh phù hợp với văn hóa địa phương và có sự phối hợp đồng bộ giữa nhà trường, giáo viên và gia đình.

Từ khóa: Tư vấn tâm lý học đường, học sinh dân tộc thiểu số, trường phổ thông dân tộc bán trú, miền núi phía Bắc.

SOLUTIONS TO ENHANCE THE EFFECTIVENESS OF SCHOOL PSYCHOLOGICAL COUNSELING FOR STUDENTS IN SEMI-BOARDING ETHNIC MINORITY PRIMARY AND LOWER SECONDARY SCHOOLS IN NORTHERN MOUNTAINOUS AREAS

Vu Thi Binh, Cao Hoang Khuyen
Pham Thi Tham, Doi Thi Thu Thuy, Hoang Duc Trong
Thai Nguyen University Branch in Lao Cai Province

Abstract: This paper aims to assess the current situation and propose solutions to improve the effectiveness of school psychological counseling for ethnic minority students in semi-boarding ethnic minority schools in the northern mountainous regions of Vietnam. The study employs a mixed-methods approach, combining quantitative surveys (901 students, teachers, and parents) and qualitative methods (in-depth interviews, observations, and educational experiments). Data were analyzed using descriptive statistics and T-tests. An experiment conducted with 122 students at a semi-boarding school in Lao Cai demonstrated that the proposed psychological counseling solutions significantly improved students' emotional-social competencies, particularly in emotional expression, help-seeking behavior, and self-confidence in communication. Qualitative analysis revealed positive changes in the classroom environment and increased parental engagement. The study suggests that counseling solutions can be effectively implemented in disadvantaged areas if culturally adapted and supported by cohesive collaboration among schools, teachers, and families.

Keywords: school psychological counseling, ethnic minority students, semi-boarding schools, northern mountainous areas.

Nhận bài: 08/06/2025

Phản biện: 08/07/2025

Duyệt đăng: 13/07/2025

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Tư vấn tâm lý học đường (TVTLHĐ) là một cấu phần không thể thiếu trong chiến lược giáo dục toàn diện, đặc biệt đối với học sinh DTTS – nhóm đối tượng có nguy cơ cao về tổn thương tâm lý do nhiều yếu tố đặc thù. Trong khi các nghiên cứu và mô hình quốc tế đã phát triển sâu rộng lĩnh vực này, hệ thống tư vấn học đường tại Việt Nam, nhất là vùng dân tộc miền núi, vẫn còn thiếu thốn về nhân lực, mô hình tổ chức và nhận thức xã hội. Bài báo tập trung phân tích thực trạng công tác TVTLHĐ tại các trường PTDTBT miền núi phía Bắc và đề xuất những giải pháp có tính khả thi, phù hợp với bối cảnh văn hóa – xã hội địa phương.

II. NỘI DUNG NGHIÊN CỨU

2.1. Phương pháp nghiên cứu

Đối tượng và địa bàn: Nghiên cứu tại 23 trường PTDTBT thuộc hai tỉnh Lào Cai và Lai Châu.

Phương pháp:

Định lượng: Khảo sát 901 đối tượng (giáo viên, học sinh, phụ huynh); xử lý số liệu bằng SPSS, kiểm định T-test.

Định tính: Quan sát lớp học, phỏng vấn sâu, nhật ký thực nghiệm.

Thực nghiệm: Triển khai chương trình tư vấn 1 tháng trên 122 học sinh lớp 5 và lớp 9, chia làm nhóm thực nghiệm và đối chứng.

2.2. Kết quả nghiên cứu

2.2.1. Thực trạng nhận thức và triển khai TVTLHĐ

Phần lớn giáo viên nhận thức được vai trò của tư vấn học đường trong việc giảm áp lực học tập, điều chỉnh cảm xúc, cải thiện kỹ năng giao tiếp và hòa nhập văn hóa học đường.

Tuy nhiên, năng lực thực hành tư vấn còn hạn chế, đặc biệt trong kỹ năng lắng nghe, đánh giá tâm lý và xử lý tình huống khủng hoảng.

Hoạt động tư vấn còn mang tính hình thức, thiếu đội ngũ chuyên trách, chưa có phòng tư vấn riêng hoặc tài liệu hỗ trợ.

Học sinh DTTS vẫn gặp nhiều khó khăn trong bày tỏ cảm xúc, dễ mặc cảm, tự ti và hạn chế kỹ năng giải quyết vấn đề.

2.2.2. Thực nghiệm sư phạm

Nhằm kiểm chứng tính hiệu quả và khả năng ứng dụng thực tiễn của các giải pháp tư vấn tâm lý học đường đã đề xuất, nhóm nghiên cứu đã tiến hành thực nghiệm sư phạm tại Trường PTDTBT TH&THCS Cốc Ly 1 (huyện Bắc Hà, tỉnh Lào Cai). Đối tượng thực nghiệm gồm 122 học sinh lớp 5 và lớp 9, được chia ngẫu nhiên thành hai

nhóm: nhóm thực nghiệm (TN) và nhóm đối chứng (ĐC). Chương trình can thiệp kéo dài trong 1 tháng, gồm các hoạt động tư vấn cá nhân, tư vấn nhóm, trò chơi cảm xúc, viết nhật ký và sinh hoạt lớp tích hợp tư vấn kỹ năng sống – cảm xúc.

Phân tích kết quả thực nghiệm được thực hiện bằng hai phương pháp: định lượng (khảo sát bảng hỏi tiền – hậu nghiệm) và định tính (quan sát, phỏng vấn, nhật ký giáo viên – học sinh). Kết quả cho thấy các giải pháp tư vấn không chỉ mang lại hiệu quả rõ rệt về mặt số liệu mà còn tạo ra những chuyển biến sâu sắc về nhận thức, cảm xúc và hành vi của học sinh DTTS trong môi trường học đường.

2.2.3. Phân tích định lượng

Bảng khảo sát được xây dựng với 5 tiêu chí phản ánh các năng lực cảm xúc – xã hội cơ bản của học sinh, gồm: khả năng chia sẻ cảm xúc, kỹ năng tìm kiếm sự hỗ trợ, hiểu biết về tư vấn học đường, chủ động trong giao tiếp và sự tự tin trong biểu đạt cảm xúc. Kết quả khảo sát trước – sau thực nghiệm như sau:

Tiêu chí đánh giá	Nhóm TN (TB Trước → Sau)	Nhóm ĐC (TB Trước → Sau)	p-value (T-test)
1. Biết chia sẻ cảm xúc với người lớn	2,80 → 4,00	2,80 → 2,91	0,0001
2. Biết tìm kiếm sự hỗ trợ khi gặp khó khăn	2,54 → 3,83	2,64 → 2,71	0,0002
3. Hiểu vai trò của tư vấn tâm lý học đường	3,10 → 4,21	3,01 → 3,12	0,0001
4. Chủ động giao tiếp với bạn bè và giáo viên	2,70 → 3,89	2,64 → 2,74	0,0001
5. Tự tin bộc lộ cảm xúc trước tập thể	2,63 → 3,71	2,68 → 2,81	0,0005

Kết quả phân tích bằng kiểm định T-test độc lập cho thấy sự khác biệt giữa hai nhóm sau thực nghiệm là có ý nghĩa thống kê cao ($p < 0,001$). Trong khi nhóm đối chứng hầu như không có sự thay đổi đáng kể, thì nhóm thực nghiệm ghi nhận mức tăng điểm trung bình từ 1,0 đến 1,2 điểm ở tất cả tiêu chí. Điều này chứng minh tính hiệu quả của chương trình tư vấn trong việc nâng cao nhận thức và năng lực hành vi của học sinh DTTS trong môi trường học đường.

Cụ thể, tiêu chí “biết chia sẻ cảm xúc” và “tìm kiếm sự hỗ trợ” tăng mạnh nhất, cho thấy tư vấn đã tạo ra không gian an toàn tâm lý giúp học sinh cởi mở và dám nói ra suy nghĩ của mình – điều vốn khó đạt được ở các em DTTS vốn quen với sự dè dặt, thụ động. Bên cạnh đó, tiêu chí “hiểu vai trò tư vấn học đường” và “tự tin giao tiếp” cũng

cải thiện rõ rệt, cho thấy học sinh đã nhận diện đúng bản chất và lợi ích của tư vấn, đồng thời phát triển kỹ năng xã hội thiết yếu.

2.2.4. Phân tích định tính

Dữ liệu định tính được thu thập từ ba nguồn: quan sát hoạt động lớp học, phỏng vấn sâu giáo viên – học sinh – phụ huynh, và nhật ký theo dõi phản hồi trong quá trình thực nghiệm. Kết quả định tính không chỉ củng cố dữ liệu định lượng mà còn làm sáng tỏ các khía cạnh tâm lý – xã hội sâu hơn vốn không thể đo lường bằng bảng hỏi.

Quan sát lớp học cho thấy sự chuyển biến rõ rệt ở học sinh nhóm thực nghiệm: từ im lặng, thụ động trong tuần đầu, các em dần trở nên chủ động hơn trong phát biểu, thể hiện cảm xúc bằng tranh vẽ, thẻ cảm xúc, và tích cực tham gia trò chơi nhóm. Những hành vi như chia sẻ trước lớp, nắm

tay bạn khi bạn khóc, hoặc viết lời nhắn “Cố lên” cho nhau – cho thấy tư vấn không chỉ thay đổi cá nhân mà còn nuôi dưỡng tinh thần hỗ trợ và đồng cảm trong tập thể lớp.

Phòng vấn giáo viên ghi nhận sự thay đổi trong nhận thức và cách ứng xử của học sinh. Một giáo viên lớp 9 cho biết: “Tôi bất ngờ khi học sinh vốn ít nói lại xin phép lên chia sẻ trong giờ sinh hoạt lớp, điều chưa từng xảy ra trước đây.” Giáo viên cũng thừa nhận rằng, chương trình tư vấn không chỉ giúp học sinh thay đổi mà còn khiến giáo viên nhìn nhận lại cách tiếp cận với học sinh dân tộc thiểu số.

Phòng vấn học sinh cho thấy đa số các em cảm thấy “dễ chịu”, “thoải mái” và “được lắng nghe” khi tham gia các hoạt động tư vấn. Nhiều em cho biết: “Em cảm thấy nhẹ lòng hơn khi viết nhật ký”, hoặc “giờ em biết giận thì phải nói ra chứ không đập bàn nữa.”

Phản hồi phụ huynh, dù có giới hạn do rào cản ngôn ngữ và học vấn, vẫn cho thấy chuyển biến tích cực: học sinh về nhà “nói chuyện nhiều hơn”, “ít cáu gắt hơn” và “chủ động giúp đỡ cha mẹ”. Một số phụ huynh lần đầu tiên nghe đến khái niệm “tư vấn học đường” nhưng bày tỏ sự ủng hộ sau khi thấy con thay đổi.

Tổng hòa các kết quả định lượng và định tính cho thấy chương trình tư vấn tâm lý học đường được thực nghiệm tại các trường PTDTBT đã đạt được hiệu quả rõ rệt và toàn diện. Học sinh dân tộc thiểu số – đối tượng thường bị “tàng hình cảm xúc” trong môi trường giáo dục chính quy – đã bước đầu hình thành năng lực cảm xúc – xã hội nền tảng: dám chia sẻ, biết lắng nghe, có nhu cầu hỗ trợ và phát triển thái độ tích cực với trường học. Đồng thời, kết quả cũng chỉ ra rằng việc phối hợp giữa giáo viên – học sinh – phụ huynh đóng vai trò then chốt trong việc tạo dựng môi trường tư vấn học đường hiệu quả và phù hợp với đặc điểm vùng khó.

2.3. Thảo luận

Kết quả thực nghiệm xác nhận hiệu quả tích cực của các giải pháp tư vấn tâm lý học đường đối với học sinh DTTS tại các trường PTDTBT miền núi phía Bắc. Những cải thiện không chỉ thể hiện qua điểm số các tiêu chí cảm xúc – xã hội mà còn qua hành vi, thái độ và mối quan hệ của học sinh trong môi trường học tập.

Thứ nhất, kết quả củng cố vai trò thiết yếu của tư vấn học đường trong hỗ trợ phát triển toàn diện cho học sinh DTTS – nhóm thường gặp khó khăn về giao tiếp, tự tin và định hướng cá nhân. Khác biệt rõ rệt giữa nhóm thực nghiệm và đối chứng

cho thấy tính khả thi của việc đầu tư nghiêm túc vào công tác tư vấn, kể cả ở vùng khó.

Thứ hai, chương trình tư vấn được thiết kế linh hoạt, gần gũi văn hóa và tận dụng tốt nguồn lực sẵn có như giáo viên chủ nhiệm, phụ huynh, hoạt động lớp, cho thấy không nhất thiết phải có chuyên gia mới có thể triển khai hiệu quả – giáo viên được trang bị kỹ năng phù hợp vẫn có thể đảm nhiệm vai trò tư vấn.

Thứ ba, phân tích định tính chỉ ra hiệu ứng tích cực lan tỏa: học sinh chủ động hơn trong giao tiếp, lớp học thân thiện hơn và phụ huynh có sự thay đổi tích cực trong tương tác với con.

Tuy nhiên, nghiên cứu còn một số hạn chế như thời gian thực nghiệm ngắn, phạm vi mẫu hẹp và phụ thuộc vào chất lượng đội ngũ giáo viên. Những hạn chế này cần được khắc phục bằng các nghiên cứu tiếp theo có quy mô rộng hơn, thời gian dài hơn và quy trình triển khai chuẩn hóa.

III. KẾT LUẬN VÀ KIẾN NGHỊ

Kết luận

Kết quả nghiên cứu và thực nghiệm đã cung cấp bằng chứng rõ ràng về tính hiệu quả và khả năng ứng dụng thực tiễn của các giải pháp tư vấn tâm lý học đường trong bối cảnh đặc thù tại các trường phổ thông dân tộc bán trú (PTDTBT) miền núi phía Bắc. Thông qua chương trình can thiệp có cấu trúc và được điều chỉnh linh hoạt cho phù hợp với văn hóa vùng DTTS, học sinh đã có những chuyển biến tích cực rõ nét về nhận thức, cảm xúc và hành vi.

Bên cạnh đó, kết quả nghiên cứu cũng khẳng định rằng việc triển khai công tác tư vấn tâm lý học đường không nhất thiết phải phụ thuộc vào đội ngũ chuyên gia tâm lý chuyên trách, vốn còn khan hiếm tại vùng sâu, vùng xa. Thay vào đó, nếu được trang bị kiến thức, kỹ năng cơ bản và công cụ hỗ trợ phù hợp, đội ngũ giáo viên hiện hữu – đặc biệt là giáo viên chủ nhiệm – hoàn toàn có thể đảm nhiệm vai trò tư vấn học đường một cách hiệu quả. Đây là hướng đi khả thi, tiết kiệm và có thể nhân rộng, nhất là trong điều kiện nguồn lực còn hạn chế.

Mặt khác, hiệu quả của chương trình tư vấn không chỉ dừng lại ở cá nhân học sinh mà còn tạo ra tác động lan tỏa đến môi trường lớp học và gia đình. Không khí lớp học trở nên tích cực, cởi mở hơn; mối quan hệ giữa giáo viên – học sinh – phụ huynh được cải thiện; và đặc biệt là thái độ của cộng đồng đối với sức khỏe tâm thần học sinh có sự thay đổi theo hướng tích cực, giảm dần sự kỳ thị và gia tăng sự đồng hành.

Từ những kết quả nêu trên, có thể khẳng định rằng công tác tư vấn tâm lý học đường nếu được đầu tư đúng hướng, phù hợp với bối cảnh văn hóa – xã hội đặc thù và có sự phối hợp chặt chẽ giữa nhà trường – giáo viên – gia đình – cộng đồng thì hoàn toàn có thể trở thành một động lực quan trọng giúp học sinh DTTS phát triển toàn diện, vượt qua rào cản tâm lý, và xây dựng môi trường giáo dục nhân văn, an toàn, tích cực tại các trường vùng cao.

Kiến nghị: Từ kết quả nghiên cứu nhóm tác giả đề xuất một số kiến nghị nhằm nâng cao hiệu quả và khả năng triển khai thực tiễn của công tác tư vấn tâm lý học đường tại các trường PTDTBT miền núi phía Bắc:

Đối với Bộ Giáo dục và Đào tạo

Xây dựng và ban hành hướng dẫn chuyên môn về tư vấn học đường phù hợp với vùng DTTS, bao gồm tài liệu mẫu, phiếu công cụ, kịch bản tư vấn định kỳ.

Lồng ghép nội dung đào tạo kỹ năng tư vấn học đường vào chương trình bồi dưỡng giáo viên vùng khó.

Đối với Sở GD&ĐT

Tổ chức tập huấn định kỳ cho cán bộ quản lý và giáo viên chủ nhiệm về tư vấn học đường, đặc biệt tập trung vào kỹ năng nhận diện rối nhiễu tâm lý và ứng phó ban đầu.

Chỉ đạo các trường xây dựng “Góc tư vấn thân thiện” hoặc “Không gian an toàn cảm xúc” trong khuôn viên nhà trường.

Đối với nhà trường

Phân công cụ thể một giáo viên kiêm nhiệm phụ trách tư vấn tâm lý học đường và có chế độ hỗ trợ công việc tương ứng.

Thiết kế kế hoạch tư vấn theo tháng, quý, trong đó tích hợp vào tiết sinh hoạt lớp, hoạt động trải nghiệm và hợp tác với phụ huynh.

Đối với giáo viên chủ nhiệm

Chủ động áp dụng các kỹ thuật tư vấn đơn giản trong hoạt động dạy học và quản lý lớp như: nhật ký cảm xúc, vòng tròn sẻ chia, trò chuyện đầu giờ.

Tăng cường kỹ năng lắng nghe, xử lý tình huống và phối hợp với gia đình để hỗ trợ học sinh hiệu quả.

Đối với phụ huynh học sinh

Cần được tuyên truyền và hỗ trợ để hiểu đúng vai trò của sức khỏe tâm thần học sinh, tránh kỳ thị hoặc phó mặc việc giáo dục cảm xúc – xã hội cho nhà trường.

Có thể đồng hành với con thông qua các hoạt động đơn giản như kể chuyện, hỏi thăm hằng ngày, khuyến khích con chia sẻ và viết nhật ký cảm xúc tại nhà.

Công tác tư vấn tâm lý học đường tại vùng dân tộc thiểu số không thể chỉ dừng lại ở khâu chủ trương mà cần được tổ chức triển khai bài bản, đồng bộ và bền vững. Kết quả nghiên cứu đã khẳng định rằng nếu có sự đầu tư phù hợp, công tác này hoàn toàn có thể trở thành động lực quan trọng giúp học sinh DTTS phát triển toàn diện, vượt qua rào cản văn hóa – ngôn ngữ – tâm lý, và xây dựng một môi trường học đường tích cực, nhân văn tại các trường phổ thông vùng cao.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2017). Thông tư số 31/2017/TT-BGDĐT về hướng dẫn công tác tư vấn tâm lý cho học sinh trong trường phổ thông.
2. Gysbers, N. C., & Henderson, P. (2008). *Developing and managing your school guidance and counseling program*. American Counseling Association.
3. Huỳnh Văn Sơn (2019). *Tư vấn học đường: Lý luận và thực tiễn*. NXB Đại học Sư phạm TP.HCM.
4. Lapan, R. T. (2001). Results-based comprehensive school counseling programs: A framework for planning and evaluation. *Professional School Counseling*, 4(4), 289–299.
5. Nguyễn Đức Sơn (2021). Một số mô hình tư vấn tâm lý học đường và khả năng vận dụng tại Việt Nam. *Tạp chí Tâm lý học*, (6), 34–43.
6. Trần Thị Minh Đức (2018). Các yếu tố ảnh hưởng đến hiệu quả tư vấn học đường trong trường phổ thông. *Tạp chí Khoa học Giáo dục*, 152(1), 25–30.
7. UNESCO (2016). *School and teaching practices for inclusive education in Vietnam*. Bangkok: UNESCO Bangkok.
8. U.S. Department of Education (2014). *Positive Behavioral Interventions and Supports (PBIS)*. Washington, DC: Office of Special Education Programs.
9. World Bank (2019). *Vietnam Enhancing School Quality through Counseling Services*. World Bank Group.