

# RÀO CẢN VÀ YẾU TỐ THỨC ĐẨY HỌC SINH THCS TIẾP CẬN DỊCH VỤ THAM VẤN TÂM LÝ HỌC ĐƯỜNG

Nguyễn Hữu Hên

Trường Đại học Công nghệ TP.HCM (Hutech University)

Trần Diệp Anh

Trường THCS Lê Hồng Phong, Phường Hạ Long, Tỉnh Quảng Ninh

Email: nguyenuhuentamly@gmail.com, trandiepanh2106@gmail.com

**Tóm tắt:** Bài viết phân tích các rào cản và yếu tố thúc đẩy học sinh THCS tiếp cận dịch vụ tham vấn tâm lý học đường. Trên cơ sở nghiên cứu tài liệu và khảo sát bằng phiếu hỏi đối với 120 học sinh THCS tại một số trường trung học cơ sở trên địa bàn Thành phố Hồ Chí Minh, kết quả cho thấy học sinh còn gặp nhiều rào cản như tâm lý e ngại chia sẻ, sợ bị đánh giá, lo ngại về tính bảo mật và chưa hiểu rõ vai trò của dịch vụ tham vấn. Bên cạnh đó, sự thân thiện của người tham vấn, môi trường hỗ trợ tích cực và việc bảo đảm bí mật thông tin là những yếu tố có ý nghĩa thúc đẩy học sinh tiếp cận dịch vụ. Từ đó, bài viết đề xuất một số khuyến nghị nhằm nâng cao khả năng tiếp cận dịch vụ này trong nhà trường.

**Từ khóa:** học sinh THCS; rào cản; sức khỏe tâm thần; tham vấn học đường; tiếp cận dịch vụ.

## BARRIERS AND FACILITATING FACTORS AFFECTING LOWER SECONDARY SCHOOL STUDENTS' ACCESS TO SCHOOL PSYCHOLOGICAL COUNSELING SERVICES

**Abstract:** This article examines the barriers and facilitating factors affecting lower secondary school students' access to school psychological counseling services. Based on a review of relevant literature and a questionnaire survey of 120 lower secondary school students at several schools in Ho Chi Minh City, the findings indicate that students still face a number of barriers, including hesitation to share personal issues, fear of being judged, concerns about confidentiality, and limited understanding of the role of counseling services. In addition, the friendliness of counselors, a supportive school environment, and assurance of confidentiality are identified as important factors encouraging students to access these services. On that basis, the article proposes several recommendations to enhance students' access to school psychological counseling services.

**Keywords:** lower secondary school students; barriers; mental health; school counseling; service access.

Nhận bài: 13/03/2026

Phản biện: 12/04/2026

Duyệt đăng: 16/04/2026

### I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Sức khỏe tâm thần của trẻ em và thanh thiếu niên đang trở thành một vấn đề đáng quan tâm trong giáo dục hiện nay, đặc biệt ở lứa tuổi THCS – giai đoạn học sinh có nhiều biến đổi về tâm sinh lý, cảm xúc và quan hệ xã hội. Theo Tổ chức Y tế Thế giới, trên phạm vi toàn cầu, cứ bảy người trong độ tuổi 10–19 thì có một người đang sống với rối loạn tâm thần; trong đó trầm cảm, lo âu và rối loạn hành vi là những nguyên nhân hàng đầu gây gánh nặng bệnh tật ở nhóm tuổi này. Đồng thời, các nghiên cứu cũng cho thấy mặc dù người trẻ có nhu cầu hỗ trợ tâm lý tương đối lớn, nhiều em vẫn không chủ động tìm kiếm sự giúp đỡ do tâm lý e ngại, sợ bị kỳ thị, thiếu hiểu biết về dịch vụ hoặc chưa tin tưởng vào tính an toàn, bảo mật của quá trình hỗ trợ (WHO, 2025; Gulliver et al., 2010). Trong bối cảnh đó, dịch vụ tham vấn tâm lý học đường được xem là một kênh hỗ trợ quan trọng, góp phần phát hiện sớm, đồng hành và hỗ trợ học sinh vượt qua những khó khăn về cảm xúc, hành vi và thích ứng học đường. Tuy nhiên, việc

học sinh THCS có thực sự tiếp cận dịch vụ này hay không còn phụ thuộc vào nhiều yếu tố khác nhau, cả từ phía bản thân học sinh lẫn môi trường nhà trường. Vì vậy, việc nghiên cứu các rào cản và yếu tố thúc đẩy học sinh THCS tiếp cận dịch vụ tham vấn tâm lý học đường có ý nghĩa thiết thực cả về mặt lý luận và thực tiễn.

### II. NỘI DUNG NGHIÊN CỨU

#### 2.1. Phương pháp nghiên cứu

Bài viết sử dụng kết hợp phương pháp nghiên cứu tài liệu, khảo sát bằng phiếu hỏi và phân tích, tổng hợp dữ liệu. Trước hết, tác giả thu thập, chọn lọc và phân tích các tài liệu lý luận, các công trình nghiên cứu trong và ngoài nước liên quan đến dịch vụ tham vấn tâm lý học đường, nhu cầu hỗ trợ tâm lý của học sinh, cũng như các yếu tố ảnh hưởng đến hành vi tìm kiếm sự hỗ trợ trong môi trường học đường, từ đó xây dựng cơ sở lý luận cho đề tài. Bên cạnh đó, nghiên cứu tiến hành khảo sát bằng phiếu hỏi đối với 120 học sinh THCS đang học tại một số trường trung học cơ sở trên địa bàn

Thành phố Hồ Chí Minh nhằm thu thập thông tin về những rào cản và các yếu tố thúc đẩy trong việc tiếp cận dịch vụ tham vấn tâm lý học đường. Dữ liệu thu thập được xử lý theo hướng mô tả, chủ yếu thông qua thống kê tần suất, tính tỷ lệ phần trăm và trình bày dưới dạng bảng nhằm làm rõ các nội dung nghiên cứu, không đi sâu vào phân tích định lượng. Trên cơ sở đó, tác giả tiến hành phân tích, tổng hợp kết quả khảo sát để nhận diện các rào cản, các yếu tố thúc đẩy và đề xuất một số khuyến nghị nhằm tăng cường khả năng tiếp cận dịch vụ tham vấn tâm lý học đường của học sinh THCS.

## 2.2. Cơ sở lý luận về tiếp cận dịch vụ tham vấn tâm lý học đường của học sinh THCS

Dịch vụ tham vấn tâm lý học đường được hiểu là hoạt động hỗ trợ chuyên môn được tổ chức trong nhà trường nhằm giúp học sinh nhận diện khó khăn tâm lý, cảm xúc, hành vi và quan hệ xã hội, từ đó tăng cường khả năng thích ứng, tự điều chỉnh và phát triển lành mạnh. Trong cách tiếp cận hiện đại, tham vấn tâm lý học đường không chỉ là sự can thiệp khi học sinh đã gặp khủng hoảng mà còn là một bộ phận của hệ thống hỗ trợ phòng ngừa, định hướng và đồng hành với người học trong quá trình phát triển. Hiệp hội Tham vấn học đường Hoa Kỳ nhấn mạnh rằng chương trình tham vấn học đường cần được triển khai một cách toàn diện, có tính phòng ngừa, tính phát triển và gắn với nhu cầu học tập, quan hệ xã hội, cũng như sự phát triển cảm xúc – hành vi của học sinh (American School Counselor Association [ASCA], 2023). Như vậy, về bản chất, dịch vụ tham vấn tâm lý học đường không chỉ nhằm “giải quyết vấn đề” mà còn hướng đến việc xây dựng môi trường học đường an toàn, hỗ trợ và thân thiện để học sinh có thể phát triển toàn diện.

Đối với học sinh THCS, nhu cầu tiếp cận dịch vụ tham vấn tâm lý học đường càng trở nên cần thiết bởi đây là giai đoạn các em bước vào tuổi vị thành niên với nhiều biến đổi mạnh mẽ về thể chất, nhận thức, cảm xúc và quan hệ xã hội. Ở lứa tuổi này, học sinh thường phải đối diện với áp lực học tập, kỳ vọng từ gia đình, mâu thuẫn bạn bè, lo âu về hình ảnh bản thân và những khó khăn trong quá trình hình thành bản sắc cá nhân. Theo Rickwood và cộng sự, hành vi tìm kiếm hỗ trợ tâm lý của thanh thiếu niên không đơn thuần là việc “đi gặp chuyên gia”, mà là một quá trình bao gồm nhận diện vấn đề, hình thành nhu cầu được giúp đỡ, đánh giá nguồn hỗ trợ và đưa ra quyết định tiếp cận dịch vụ phù hợp (Rickwood et al.,

2005). Từ góc độ này, việc học sinh THCS có tiếp cận dịch vụ tham vấn tâm lý học đường hay không chịu tác động đồng thời bởi nhận thức của chính các em, đặc điểm của dịch vụ và bối cảnh hỗ trợ xung quanh các em.

Về phương diện lý luận, nhiều nghiên cứu cho thấy khả năng tiếp cận dịch vụ tham vấn tâm lý của học sinh chịu ảnh hưởng bởi hai nhóm yếu tố lớn: rào cản và yếu tố thúc đẩy. Trong đó, các rào cản thường gặp gồm kỳ thị tâm lý, cảm giác xấu hổ, tâm lý sợ bị đánh giá, thiếu hiểu biết về sức khỏe tâm thần, xu hướng tự chịu đựng hoặc chỉ tìm đến bạn bè và người thân thay vì chuyên gia. Tổng quan hệ thống của Gulliver, Griffiths và Christensen cho thấy kỳ thị, sự ngại ngùng, khó nhận diện triệu chứng và khuynh hướng tự lực là những rào cản nổi bật khiến người trẻ không chủ động tìm kiếm hỗ trợ tâm lý (Gulliver et al., 2010). Ở môi trường học đường, các rào cản này còn có thể trở nên rõ nét hơn do học sinh lo ngại mất bí mật, sợ bạn bè biết mình đi tham vấn hoặc chưa thật sự tin tưởng vào tính an toàn, thân thiện của dịch vụ trong trường. Các kết quả tổng quan gần đây về dịch vụ sức khỏe tâm thần học đường cũng cho thấy việc học sinh có sử dụng dịch vụ hay không phụ thuộc mạnh vào cảm nhận của các em về sự bảo mật, mức độ dễ tiếp cận, sự thấu hiểu của người hỗ trợ và mức độ bình thường hóa hành vi tìm kiếm trợ giúp trong nhà trường (McPhail et al., 2024).

Từ những luận điểm trên có thể thấy, tiếp cận dịch vụ tham vấn tâm lý học đường là một quá trình mang tính tâm lý – xã hội, không chỉ phụ thuộc vào việc nhà trường “có” dịch vụ hay không, mà còn phụ thuộc vào việc dịch vụ ấy có đủ gần gũi, đáng tin cậy và phù hợp với đặc điểm lứa tuổi học sinh THCS hay không. Đồng thời, các nghiên cứu cũng cho thấy những can thiệp phổ quát trong nhà trường như nâng cao hiểu biết về sức khỏe tâm thần, truyền thông giảm kỳ thị và xây dựng môi trường hỗ trợ có thể góp phần cải thiện thái độ tìm kiếm trợ giúp của học sinh, dù hiệu quả còn khác nhau giữa các bối cảnh nghiên cứu (Hayes et al., 2024). Đây cũng chính là cơ sở để xem xét một cách hệ thống các rào cản và yếu tố thúc đẩy học sinh THCS tiếp cận dịch vụ tham vấn tâm lý học đường trong các phần tiếp theo của bài viết.

## 2.3. Các rào cản đối với học sinh THCS trong tiếp cận dịch vụ tham vấn tâm lý học đường

Kết quả khảo sát cho thấy học sinh THCS còn gặp nhiều rào cản trong quá trình tiếp cận dịch vụ tham vấn tâm lý học đường. Nổi bật nhất là tâm

lý e ngại chia sẻ những vấn đề mang tính cá nhân, nhất là các khó khăn liên quan đến cảm xúc, áp lực học tập, mối quan hệ với bạn bè hoặc gia đình. Bên cạnh đó, nhiều học sinh còn lo sợ bị đánh giá, bị bạn bè trêu chọc hoặc bị người khác biết đến những vấn đề riêng tư của mình. Đây là những rào cản tâm lý khá điển hình ở lứa tuổi THCS, khiến nhu cầu được hỗ trợ chưa chuyển hóa thành hành động chủ động tìm đến dịch vụ tham vấn trong nhà trường.

Ngoài yếu tố tâm lý cá nhân, khảo sát cũng cho thấy học sinh còn gặp những trở ngại về mặt nhận

thức và điều kiện tiếp cận dịch vụ. Một bộ phận học sinh chưa hiểu rõ vai trò của tham vấn tâm lý học đường, chưa biết khi gặp khó khăn thì nên tìm đến ai hoặc liên hệ bằng hình thức nào. Đồng thời, cảm giác thiếu tin tưởng vào tính bảo mật, sự gần gũi và thân thiện của không gian tham vấn cũng làm giảm mức độ sẵn sàng tiếp cận của học sinh. Điều này cho thấy các rào cản trong tiếp cận dịch vụ tham vấn tâm lý học đường của học sinh THCS không chỉ đến từ đặc điểm tâm lý lứa tuổi mà còn gắn với cách thức tổ chức, truyền thông và vận hành dịch vụ trong nhà trường.

**Bảng 1. Kết quả khảo sát về các rào cản đối với học sinh THCS trong tiếp cận dịch vụ tham vấn tâm lý học đường**

STT	Nội dung rào cản	Số học sinh lựa chọn	Tỷ lệ (%)
1	Ngại chia sẻ vấn đề cá nhân với người khác	82	68,3
2	Sợ bị bạn bè, thầy cô hoặc cha mẹ đánh giá	76	63,3
3	Lo ngại thông tin cá nhân không được bảo mật	71	59,2
4	Có xu hướng tự giải quyết vấn đề, không muốn nhờ hỗ trợ	67	55,8
5	Chưa hiểu rõ vai trò của dịch vụ tham vấn tâm lý học đường	61	50,8
6	Không biết tìm đến ai khi gặp khó khăn tâm lý	58	48,3
7	Chưa thấy người tham vấn đủ gần gũi, thân thiện	49	40,8
8	Thời gian, địa điểm tiếp cận dịch vụ chưa thuận tiện	43	35,8

*Nguồn: số liệu khảo sát của nhóm tác giả*

Từ kết quả ở Bảng 1 có thể thấy, ba rào cản nổi bật nhất đối với học sinh THCS khi tiếp cận dịch vụ tham vấn tâm lý học đường là ngại chia sẻ vấn đề cá nhân (68,3%), sợ bị đánh giá (63,3%) và lo ngại thông tin cá nhân không được bảo mật (59,2%). Điều này cho thấy rào cản lớn nhất không nằm ở chỗ học sinh không có nhu cầu, mà nằm ở tâm lý dè dặt, thiếu cảm giác an toàn và thiếu niềm tin khi tìm kiếm sự hỗ trợ. Đây là cơ sở quan trọng để nhà trường xây dựng các giải pháp phù hợp nhằm giảm bớt tâm lý e ngại, tăng cường truyền thông và củng cố niềm tin của học sinh đối với dịch vụ tham vấn tâm lý học đường.

#### **2.4. Các yếu tố thúc đẩy học sinh THCS tiếp cận dịch vụ tham vấn tâm lý học đường**

Bên cạnh các rào cản, kết quả khảo sát cũng cho thấy có nhiều yếu tố có khả năng thúc đẩy học sinh THCS tiếp cận dịch vụ tham vấn tâm lý học đường khi gặp khó khăn. Trước hết, sự hiểu biết đúng đắn về vai trò và ý nghĩa của tham vấn tâm lý học đường là một yếu tố quan trọng. Khi

học sinh nhận thức rằng việc tìm kiếm hỗ trợ tâm lý không phải là biểu hiện của sự yếu đuối mà là một cách tích cực để giải quyết khó khăn, các em sẽ cởi mở hơn trong việc tiếp cận dịch vụ. Đồng thời, sự gần gũi, thân thiện, thái độ lắng nghe và tôn trọng từ phía người làm công tác tham vấn cũng góp phần tạo dựng niềm tin, giúp học sinh cảm thấy an toàn hơn khi chia sẻ những vấn đề của bản thân.

Bên cạnh đó, môi trường học đường tích cực và sự đồng hành từ giáo viên, cha mẹ, bạn bè cũng là những yếu tố thúc đẩy đáng kể khả năng tiếp cận dịch vụ tham vấn tâm lý học đường của học sinh THCS. Khi nhà trường tăng cường truyền thông về hoạt động tham vấn, xây dựng không gian tham vấn riêng tư, bảo đảm tính bảo mật và tạo cảm giác thoải mái, học sinh sẽ giảm bớt tâm lý e ngại và sẵn sàng tìm kiếm hỗ trợ hơn. Kết quả khảo sát về các yếu tố thúc đẩy học sinh THCS tiếp cận dịch vụ tham vấn tâm lý học đường được thể hiện ở Bảng 2.

**Bảng 2. Kết quả khảo sát về các yếu tố thúc đẩy học sinh THCS tiếp cận dịch vụ tham vấn tâm lý học đường**

STT	Yếu tố thúc đẩy	Số học sinh lựa chọn	Tỷ lệ (%)
1	Được bảo đảm bí mật thông tin cá nhân	86	71,7
2	Người tham vấn thân thiện, dễ gần, biết lắng nghe	81	67,5
3	Được giáo viên chủ nhiệm hoặc cha mẹ khuyến khích	74	61,7
4	Hiểu rõ vai trò, ý nghĩa của tham vấn tâm lý học đường	69	57,5
5	Có phòng tham vấn riêng tư, tạo cảm giác an toàn	65	54,2
6	Nhà trường thường xuyên tuyên truyền về dịch vụ tham vấn	59	49,2

*Nguồn: số liệu khảo sát của nhóm tác giả.*

Từ kết quả ở Bảng 2 có thể thấy, ba yếu tố thúc đẩy nổi bật nhất là được bảo đảm bí mật thông tin cá nhân (71,7%), người tham vấn thân thiện, dễ gần, biết lắng nghe (67,5%) và sự khuyến khích từ giáo viên chủ nhiệm hoặc cha mẹ (61,7%). Điều này cho thấy, để học sinh THCS mạnh dạn tiếp cận dịch vụ tham vấn tâm lý học đường, điều quan trọng không chỉ là sự tồn tại của dịch vụ mà còn là mức độ tin cậy, an toàn và sự hỗ trợ tích cực từ môi trường xung quanh. Đây cũng là cơ sở để nhà trường xây dựng các giải pháp phù hợp nhằm nâng cao hiệu quả tiếp cận dịch vụ tham vấn tâm lý học đường của học sinh.

### **2.5. Một số khuyến nghị nhằm tăng cường khả năng tiếp cận dịch vụ tham vấn tâm lý học đường của học sinh THCS**

Từ những rào cản và yếu tố thúc đẩy đã phân tích, có thể thấy rằng việc tăng cường khả năng tiếp cận dịch vụ tham vấn tâm lý học đường của học sinh THCS cần được thực hiện đồng bộ từ phía nhà trường, gia đình và chính học sinh.

**Thứ nhất**, nhà trường cần đẩy mạnh công tác truyền thông, nâng cao nhận thức cho học sinh về vai trò, ý nghĩa của dịch vụ tham vấn tâm lý học đường. Nội dung truyền thông cần được triển khai thường xuyên, phù hợp với đặc điểm lứa tuổi, giúp học sinh hiểu rằng tìm kiếm hỗ trợ tâm lý là một hành động tích cực, cần thiết và bình thường khi gặp khó khăn trong học tập, cảm xúc hoặc các mối quan hệ. Việc lồng ghép nội dung này vào sinh hoạt lớp, chuyên đề kỹ năng sống hoặc hoạt động trải nghiệm sẽ góp phần giảm tâm lý e ngại, mặc cảm và định kiến của học sinh đối với dịch vụ tham vấn.

**Thứ hai**, cần chú trọng xây dựng đội ngũ làm công tác tham vấn tâm lý học đường có năng lực chuyên môn, thái độ thân thiện, biết lắng nghe và tôn trọng học sinh. Đối với học sinh THCS, cảm giác an toàn, được thấu hiểu và không bị phán xét

là điều kiện quan trọng để các em sẵn sàng chia sẻ khó khăn của mình. Vì vậy, bên cạnh việc bồi dưỡng kiến thức, kỹ năng tham vấn cho giáo viên hoặc cán bộ phụ trách, nhà trường cũng cần quan tâm đến cách thức tiếp cận học sinh sao cho gần gũi, linh hoạt và phù hợp với đặc điểm tâm lý lứa tuổi. Khi học sinh cảm nhận được sự chân thành và tin cậy từ người hỗ trợ, khả năng tiếp cận dịch vụ tham vấn sẽ được cải thiện rõ rệt.

**Thứ ba**, nhà trường cần bảo đảm các điều kiện cần thiết để hoạt động tham vấn tâm lý học đường được triển khai hiệu quả, đặc biệt là không gian tham vấn và nguyên tắc bảo mật thông tin. Một phòng tham vấn riêng tư, thân thiện, kín đáo sẽ giúp học sinh giảm bớt tâm lý lo lắng khi tìm đến hỗ trợ. Đồng thời, việc xây dựng và công khai nguyên tắc bảo mật cũng có ý nghĩa quan trọng trong việc tạo dựng niềm tin cho học sinh. Khi các em tin rằng những điều mình chia sẻ sẽ được tôn trọng và giữ kín, các em sẽ chủ động hơn trong việc tiếp cận dịch vụ.

**Thứ tư**, cần tăng cường sự phối hợp giữa nhà trường, gia đình và giáo viên chủ nhiệm trong việc phát hiện sớm và hỗ trợ học sinh có nhu cầu tham vấn tâm lý. Giáo viên chủ nhiệm và cha mẹ là những người gần gũi, có điều kiện quan sát những thay đổi về cảm xúc, hành vi và kết quả học tập của học sinh. Do đó, nếu được trang bị nhận thức đúng đắn về vai trò của tham vấn tâm lý học đường, họ sẽ trở thành cầu nối quan trọng giúp học sinh tiếp cận dịch vụ kịp thời. Sự đồng hành của gia đình và thầy cô không chỉ có ý nghĩa định hướng mà còn góp phần củng cố cảm giác an toàn, giúp học sinh mạnh dạn tìm kiếm sự hỗ trợ khi cần thiết.

**Thứ năm**, cần đa dạng hóa hình thức tiếp cận dịch vụ tham vấn tâm lý học đường để phù hợp hơn với nhu cầu và đặc điểm của học sinh THCS. Bên cạnh hình thức tham vấn trực tiếp, nhà trường

có thể thiết lập hòm thư tâm lý, kênh tư vấn trực tuyến hoặc các hình thức đăng ký hỗ trợ kín đáo, thuận tiện. Điều này sẽ tạo thêm cơ hội để những học sinh còn e dè, ngại tiếp xúc trực diện vẫn có thể bày tỏ khó khăn và nhận được sự hỗ trợ cần thiết. Việc mở rộng các hình thức tiếp cận không chỉ giúp dịch vụ tham vấn trở nên gần gũi hơn mà còn nâng cao tính linh hoạt, khả năng bao phủ và hiệu quả hỗ trợ trong môi trường học đường.

### III. KẾT LUẬN

Tiếp cận dịch vụ tham vấn tâm lý học đường của học sinh THCS chịu tác động đồng thời bởi nhiều rào cản và yếu tố thúc đẩy khác nhau, trong đó nổi bật là tâm lý e ngại chia sẻ, lo sợ bị đánh giá, thiếu hiểu biết về dịch vụ, cũng như nhu cầu được bảo đảm tính bảo mật, sự thân thiện và hỗ trợ từ môi

trường học đường. Kết quả nghiên cứu cho thấy, để nâng cao khả năng tiếp cận dịch vụ tham vấn tâm lý học đường, cần triển khai đồng bộ các giải pháp về truyền thông, xây dựng đội ngũ hỗ trợ, bảo đảm không gian tham vấn an toàn và tăng cường sự phối hợp giữa nhà trường, gia đình và giáo viên. Tuy nhiên, nghiên cứu này mới chỉ được thực hiện trên phạm vi khảo sát còn hạn chế, chủ yếu sử dụng số liệu mô tả từ phiếu hỏi nên chưa phản ánh đầy đủ sự khác biệt giữa các nhóm học sinh hay các bối cảnh trường học khác nhau. Trong thời gian tới, các nghiên cứu tiếp theo có thể mở rộng quy mô khảo sát, kết hợp phỏng vấn sâu hoặc nghiên cứu định lượng để làm rõ hơn các yếu tố ảnh hưởng đến khả năng tiếp cận dịch vụ tham vấn tâm lý học đường của học sinh THCS trong thực tiễn.

### TÀI LIỆU THAM KHẢO

- American School Counselor Association. (2023). *The school counselor and school counseling programs*.
- Gulliver, A., Griffiths, K. M., & Christensen, H. (2010). Perceived barriers and facilitators to mental health help-seeking in young people: A systematic review. *BMC Psychiatry*, 10, 113. <https://doi.org/10.1186/1471-244X-10-113>
- Hayes, D., Moore, A., Stapley, E., Humphrey, N., Mansfield, R., Santos, J., Ashworth, E., Patalay, P., Widnall, E., Deighton, J., & Mansfield, K. (2024). The impact of universal, school based, interventions on help seeking in children and young people: A systematic review. *Child and Adolescent Mental Health*, 29(1).
- McPhail, L., Cattan, M., Fitzsimons, E., & Kidger, J. (2024). Help-seeking processes related to targeted school-based mental health services: A systematic review. *BMC Public Health*, 24, Article 1155. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-18714-4>
- Rickwood, D., Deane, F. P., Wilson, C. J., & Ciarrochi, J. (2005). Young people's help-seeking for mental health problems. *Australian e-Journal for the Advancement of Mental Health*, 4(3), 218–251.
- World Health Organization. (2025). *Mental health of adolescents*. <https://byvn.net/z8Bk>