

MỘT SỐ GIẢI PHÁP NÂNG CAO CHẤT LƯỢNG THAM VẤN TÂM LÝ HỌC ĐƯỜNG CHO HỌC VIÊN CHƯƠNG TRÌNH GDTX CẤP THPT TỈNH PHÚ THỌ

Nguyễn Thị Thu Hà
Trung tâm Kỹ thuật tổng hợp - Hướng nghiệp tỉnh Phú Thọ

Tóm tắt: Tham vấn tâm lý học đường là một bộ phận quan trọng của công tác giáo dục toàn diện, góp phần giúp học sinh – học viên hiểu bản thân, phát triển năng lực ứng phó và duy trì sức khỏe tinh thần tích cực. Trong bối cảnh xã hội nhiều biến động, áp lực học tập, thi cử, việc làm và quan hệ xã hội ngày càng lớn, nhu cầu được tham vấn tâm lý trở nên cấp thiết. Đặc biệt với học viên chương trình giáo dục thường xuyên (GDTX) – nhóm đối tượng có đặc điểm tâm lý và hoàn cảnh đa dạng – công tác tham vấn càng đóng vai trò quan trọng. Bài viết trình bày khái niệm, vai trò, sự cần thiết của tham vấn tâm lý học đường, phân tích thực trạng tại các Trung tâm GDTX tỉnh Phú Thọ và đề xuất chín giải pháp nhằm nâng cao chất lượng, hiệu quả hoạt động này trong giai đoạn hiện nay.

Từ khóa: giải pháp, tham vấn tâm lý học đường, giáo dục thường xuyên, Trung học phổ thông.

SOME SOLUTIONS TO IMPROVE THE QUALITY OF SCHOOL PSYCHOLOGICAL CONSULTATION FOR STUDENTS OF THE CONTINUING EDUCATION PROGRAM AT HIGH SCHOOL IN PHU THO PROVINCE

Abstract: School psychological counseling is an important part of comprehensive education, contributing to helping students understand themselves, develop coping skills and maintain positive mental health. In the context of social fluctuations, the pressure of studying, exams, work and social relationships is increasing, the need for psychological counseling becomes urgent. Especially for students of continuing education programs (GDTX) - a group of subjects with diverse psychological characteristics and circumstances - counseling plays an increasingly important role. The article presents the concept, role, and necessity of school psychological consultation, analyzes the current situation at the Continuing Education Centers in Phu Tho province, and proposes nine solutions to improve the quality and effectiveness of this activity in the current period.

Keywords: solutions, school psychological consultation, continuing education, high school.

Nhận bài: 22/09/2025

Phản biện: 18/10/2025

Duyệt đăng: 22/10/2025

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Tham vấn tâm lý học đường là một quá trình hỗ trợ chuyên nghiệp, trong đó nhà tham vấn giúp học sinh, học viên hiểu rõ cảm xúc, hành vi và vấn đề của bản thân, từ đó lựa chọn cách ứng phó phù hợp, tích cực và nhân văn hơn. Khác với trị liệu tâm lý, tham vấn học đường tập trung vào việc phòng ngừa, định hướng và đồng hành cùng người học trong quá trình phát triển nhân cách. Hoạt động này bao gồm tư vấn cá nhân, nhóm, can thiệp khẩn cấp, hỗ trợ đồng đẳng và phối hợp giữa nhà trường – gia đình – xã hội.

Vai trò của tham vấn tâm lý học đường thể hiện trên nhiều phương diện. Trước hết, đó là chức năng hỗ trợ tinh thần, giúp học viên giảm căng thẳng, lo âu, xung đột và khủng hoảng tâm lý. Thứ hai, tham vấn góp phần định hướng hành vi tích cực, giúp học viên nâng cao năng lực tự nhận thức, tự điều chỉnh, giao tiếp và giải quyết vấn đề. Bên cạnh đó, công tác này còn là kênh kết nối quan trọng giữa học viên, giáo viên chủ nhiệm, phụ huynh và các tổ chức xã hội, tạo môi trường giáo dục lành mạnh, phòng ngừa bạo lực học đường, vi phạm pháp luật và rối nhiễu tâm lý.

Trong chương trình GDTX cấp THPT, công tác tham vấn tâm lý có vai trò đặc biệt trong việc hỗ trợ những học viên có hoàn cảnh khó khăn hoặc thiếu tự tin về bản thân, giúp họ khôi phục động lực học tập, xác định hướng đi nghề nghiệp phù hợp và hòa nhập tốt hơn với môi trường xã hội.

Trong bối cảnh hiện nay, khi bạo lực học đường, áp lực học tập và các rối nhiễu cảm xúc ở học sinh, thanh thiếu niên có xu hướng gia tăng, công tác tham vấn tâm lý học đường ngày càng trở nên cấp thiết và mang ý nghĩa nhân văn sâu sắc. Đặc biệt tại các Trung tâm thực hiện chương trình GDTX cấp THPT, học viên có sự đa dạng về độ tuổi, hoàn cảnh và tính cách: nhiều em vừa học vừa làm, một số có hoàn cảnh gia đình khó khăn, thậm chí có những em quay lại học để hoàn thiện tri thức và bằng cấp. Sự khác biệt đó khiến nhiều học viên dễ chịu tác động tiêu cực từ áp lực thi cử, mạng xã hội hay những mâu thuẫn trong gia đình và bạn bè, dẫn đến căng thẳng, lo âu hoặc mất phương hướng. Chính vì vậy, việc xây dựng một hệ thống tham vấn tâm lý học đường bài bản, phù hợp đặc thù của GDTX không chỉ là nhu cầu

trước mắt mà còn là yêu cầu tất yếu nhằm đảm bảo mọi học viên đều được lắng nghe, thấu hiểu và hỗ trợ kịp thời trong quá trình học tập và phát triển nhân cách.

II. NỘI DUNG NGHIÊN CỨU

Thực tế tại các Trung tâm GDTX tỉnh Phú Thọ cho thấy, công tác tham vấn tâm lý học đường tuy đã được quan tâm nhưng còn nhiều hạn chế. Đa số trung tâm chưa có bộ phận chuyên trách, cán bộ phụ trách thường kiêm nhiệm và chưa được đào tạo chuyên sâu. Cơ sở vật chất còn thiếu thốn, nhiều nơi chưa có phòng tham vấn riêng biệt, tài liệu và công cụ hỗ trợ còn nghèo nàn. Đội ngũ giáo viên và học viên còn hiểu chưa đúng về ý nghĩa của tham vấn, dẫn đến tâm lý ngại chia sẻ hoặc coi nhẹ vai trò của hỗ trợ tâm lý. Ngoài ra, cơ chế phối hợp giữa giáo viên chủ nhiệm, cán bộ quản lý, phụ huynh và học viên chưa chặt chẽ, việc đánh giá hiệu quả tham vấn còn hình thức. Đây là những rào cản lớn ảnh hưởng đến chất lượng và hiệu quả công tác tham vấn học đường tại các trung tâm thực hiện chương trình GDTX cấp THPT của tỉnh.

Để xây dựng hệ thống giải pháp phù hợp, cần dựa trên một số tiêu chí cơ bản: bảo đảm tính khoa học (dựa trên lý luận và thực tiễn tham vấn học đường hiện đại), tính khả thi (phù hợp điều kiện tại các trung tâm thực hiện chương trình GDTX cấp THPT của tỉnh Phú Thọ), tính bền vững (có thể duy trì lâu dài) và tính nhân văn (hướng đến lợi ích, sự phát triển của học viên). Trên cơ sở đó, có thể đề xuất chín nhóm giải pháp trọng tâm.

Trước hết, cần thành lập hoặc hoàn thiện bộ phận tham vấn chuyên trách hoặc tổ tham vấn kiêm nhiệm với cơ cấu rõ ràng, được lãnh đạo trung tâm quan tâm chỉ đạo. Tiếp đó là đào tạo, bồi dưỡng năng lực chuyên môn cho đội ngũ làm công tác tham vấn, bao gồm kỹ năng lắng nghe, xử lý tình huống, nhận diện rối nhiễu tâm lý, tư vấn nghề nghiệp và giáo dục cảm xúc. Đồng thời, cần xây dựng phòng tham vấn thân thiện, bảo mật, được trang bị đầy đủ tài liệu và phương tiện hỗ trợ phù hợp với đặc thù học viên GDTX.

Một giải pháp quan trọng khác là tăng cường tuyên truyền, giáo dục nhận thức về tham vấn tâm lý cho học viên, phụ huynh và giáo viên, nhằm xóa bỏ định kiến và tạo sự tin tưởng đối với hoạt động này. Cùng với đó, nên đẩy mạnh ứng dụng công nghệ thông tin trong công tác tham vấn, như

sử dụng biểu mẫu khảo sát trực tuyến, tư vấn qua hệ thống mạng nội bộ, hoặc xây dựng kênh kết nối học viên – cán bộ tư vấn trên nền tảng số.

Bên cạnh đó, việc xây dựng và triển khai chương trình tham vấn theo mô hình cá nhân – nhóm – cộng đồng giúp mở rộng phạm vi hỗ trợ, từ các ca tư vấn riêng lẻ đến hoạt động nhóm theo chủ đề và chương trình cộng đồng toàn trung tâm. Song song, các trung tâm thực hiện chương trình GDTX cấp THPT của tỉnh Phú Thọ cần xây dựng hệ thống phát hiện sớm và quy trình chuyển tuyến đối với học viên có dấu hiệu rối loạn tâm lý nghiêm trọng, bảo đảm được hỗ trợ kịp thời bởi chuyên gia chuyên sâu.

Một hướng đi hiệu quả và gần gũi với học viên GDTX là phát triển chương trình hỗ trợ đồng đẳng và câu lạc bộ học viên, nơi các em có thể chia sẻ, giúp đỡ lẫn nhau dưới sự hướng dẫn của giáo viên. Cuối cùng, công tác tham vấn chỉ có thể duy trì hiệu quả khi có đánh giá định kỳ, phản hồi và cải tiến quy trình tham vấn, dựa trên phản hồi của học viên, phụ huynh và đội ngũ giáo viên để không ngừng hoàn thiện.

Như vậy, việc nâng cao chất lượng tham vấn tâm lý học đường cho học viên chương trình GDTX tỉnh Phú Thọ không chỉ là yêu cầu cấp bách mà còn là hướng đi chiến lược trong quá trình đổi mới giáo dục. Khi hệ thống tham vấn được vận hành đồng bộ, có đội ngũ chuyên môn, cơ sở vật chất phù hợp và sự đồng thuận của cộng đồng giáo dục, học viên GDTX sẽ có thêm niềm tựa tinh thần vững chắc, góp phần hình thành nhân cách, nâng cao năng lực thích ứng và định hướng nghề nghiệp bền vững trong tương lai.

III. KẾT LUẬN

Trong bối cảnh Cách mạng công nghiệp 4.0 và sự thâm nhập sâu rộng của trí tuệ nhân tạo (AI), nghiên cứu này đã góp phần phân tích một bức tranh cập nhật về tư duy phản biện của sinh viên năm nhất Trường Đại học Giáo dục – ĐHQGHN. Kết quả cho thấy: (i) tư duy phản biện được nhìn nhận là năng lực cốt lõi cho học tập suốt đời và ra quyết định, nhưng không ít sinh viên còn mơ hồ về cách thể hiện trong sản phẩm học tập; (ii) môi trường học tập, mức độ tự điều chỉnh, động cơ và sự hỗ trợ sư phạm có liên hệ chặt chẽ với biểu hiện tư duy phản biện; (iii) AI vừa là nguồn lực thúc đẩy học tập, vừa là thách thức khi tiềm ẩn thông tin sai lệch, nguy cơ “ủy thác phán đoán” cho

công cụ, làm suy giảm thực hành kiểm chứng của người học nếu thiếu hướng dẫn. Những phát hiện này củng cố luận điểm quốc tế về vai trò trung tâm của chiến lược học tập chủ động (PBL/PBLm), thảo luận tranh biện và phản tư trong phát triển tư duy bậc cao, đồng thời nhấn mạnh tính đặc thù của nhóm sinh viên năm nhất – giai đoạn chuyển tiếp cần nhiều giàn đỡ sư phạm (scaffolding).

Về hàm ý thực tiễn, trước hết, cần tích hợp có chủ đích mục tiêu tư duy phản biện vào chuẩn đầu ra học phần, cụ thể hóa bằng tiêu chí đánh giá (rubrics) gắn với lập luận, bằng chứng, phản biện nguồn và đạo đức học thuật khi sử dụng AI. Thứ hai, cấu trúc học phần nên tăng tỷ trọng hoạt động yêu cầu đối thoại học thuật (seminar, debate, peer-review), giao nhiệm vụ dự án/vấn đề mở để sinh viên buộc phải truy vết nguồn, đối chiếu quan điểm, kiểm chứng luận cứ – qua đó “dùng” AI như công cụ hỗ trợ chứ không thay thế tư duy. Thứ ba, phát triển năng lực tự điều chỉnh và siêu nhận thức qua nhật ký phản tư, kế hoạch học tập cá nhân, và cơ chế phản hồi theo vòng lặp nhanh. Thứ tư, thiết

kế mô-đun “AI & Information Literacy” ở năm nhất: nhận diện sai lệch thuật toán, kiểm tra thực chứng, truy xuất nguồn gốc, trích dẫn và nguyên tắc minh bạch khi sử dụng công cụ sinh nội dung.

Về chính sách nhà trường, cần bồi dưỡng giảng viên về sự phạm phản biện và sử dụng AI có trách nhiệm; đồng thời tạo hạ tầng học tập số hỗ trợ cộng tác – phản hồi – thẩm định nguồn. Các dịch vụ hỗ trợ học thuật (writing center, tutor, cố vấn học tập) nên được kết nối với lớp học để kịp thời bù đắp chênh lệch kỹ năng cho sinh viên năm nhất.

Tổng kết, kết quả nghiên cứu khẳng định phát triển tư duy phản biện cho sinh viên năm nhất – trong một hệ sinh thái sư phạm coi AI là công cụ cần được điều tiết bằng chuẩn mực học thuật – là điều kiện tiên quyết để đào tạo những nhà giáo tương lai có khả năng tư duy phản tỉnh, độc lập và sáng tạo. Khi mục tiêu, phương pháp, đánh giá và hỗ trợ thể chế được đồng bộ hóa, nhà trường không chỉ nâng cao chất lượng đào tạo hiện tại mà còn bồi đắp năng lực tự học suốt đời cho người học trong kỷ nguyên AI.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- Bộ Giáo dục và Đào tạo (2018), *Thông tư số 31/2017/TT-BGDĐT về công tác tư vấn tâm lý cho học sinh trong trường phổ thông*.
- Nguyễn Thị Mỹ Lộc (2019), *Tham vấn học đường – Cơ sở lý luận và thực tiễn*, Nxb Đại học Quốc gia Hà Nội.
- Sở Giáo dục và Đào tạo Phú Thọ (2024), *Báo cáo tổng kết công tác giáo dục thường xuyên năm học 2024–2025*.
- Nguyễn Văn Hồng (2022), “Một số vấn đề về phát triển công tác tham vấn học đường ở Việt Nam”, *Tạp chí Giáo dục và Xã hội*, số 146.