

NGHIÊN CỨU

Gia đình & Giới

JOURNAL OF FAMILY AND GENDER STUDIES

ISSN 1859-1361

Quyển 33

Số

1

2023

- Công nghệ thông tin và đời sống người cao tuổi Thành phố Hồ Chí Minh trong đại dịch COVID-19
- Khuôn mẫu sử dụng thời gian cho hoạt động thư giãn của người cao tuổi thành phố Cần Thơ
- Cảm nhận về tuổi già và vị thế trong gia đình của người cao tuổi
- Căng thẳng tâm lý - xã hội của học sinh trung học cơ sở (Nghiên cứu trường hợp tại một trường trung học cơ sở ở thành phố Huế)
- Định hướng giáo dục - nghề nghiệp của học sinh trung học phổ thông khu vực nông thôn các tỉnh phía Bắc (Nghiên cứu tại Hải Phòng, Hà Nội, Hưng Yên, Thanh Hóa, Phú Thọ, Thái Bình)
- Những thay đổi trong gia đình công nhân có con học trực tuyến trong dịch COVID-19 ở nước ta (Nghiên cứu trường hợp khu công nghiệp Nam Thăng Long - Hà Nội)
- Tiếp cận dịch vụ công tác xã hội của nam giới gây bạo lực gia đình ở tỉnh Quảng Ninh: Thực trạng và các yếu tố ảnh hưởng
- Nhu cầu và sự tham gia của người dân trong sử dụng, bảo vệ nguồn tài nguyên nước (Nghiên cứu tại ba tỉnh An Giang, Cần Thơ và Sóc Trăng)
- Thúc đẩy bình đẳng giới trong lao động, việc làm hướng tới phát triển bền vững đồng bằng sông Cửu Long
- Phân tích nội dung quảng cáo thực phẩm chức năng tăng cường sinh lý nam giới trên kênh truyền hình VTV3 từ năm 2011 đến nay



VIỆN NGHIÊN CỨU GIA ĐÌNH VÀ GIỚI
VIỆN HÀN LÂM KHOA HỌC XÃ HỘI VIỆT NAM

Nghiên cứu Gia đình và Giới

Ra 3 tháng một kỳ

Quyển 33. Số 1. Năm 2023

Tổng biên tập: Trần Thị Minh Thi

Tòa soạn: 27 Trần Xuân Soạn, Hà Nội, Việt Nam

Điện thoại: (024) 3933 1743; - **Fax:** (024) 3933 2890

Email: giadinhvagioi@gmail.com; ifgs@vass.gov.vn

MỤC LỤC

- 3 Nguyễn Hữu Hoàng**
Công nghệ thông tin và đời sống người cao tuổi Thành phố Hồ Chí Minh trong đại dịch COVID-19
- 19 Phan Thuận**
Khuôn mẫu sử dụng thời gian cho hoạt động thư giãn của người cao tuổi thành phố Cần Thơ
- 36 Lê Minh Thiện**
Cảm nhận về tuổi già và vị thế trong gia đình của người cao tuổi
- 48 Huỳnh Thị Ánh Phương, Nguyễn Thị Hoài Phương, Trương Thị Xuân Nhi**
Căng thẳng tâm lý - xã hội của học sinh trung học cơ sở (Nghiên cứu trường hợp tại một trường trung học cơ sở ở thành phố Huế)
- 61 Dương Thị Thu Hương**
Định hướng giáo dục - nghề nghiệp của học sinh trung học phổ thông khu vực nông thôn các tỉnh phía Bắc (Nghiên cứu tại Hải Phòng, Hà Nội, Hưng Yên, Thanh Hóa, Phú Thọ, Thái Bình)
- 73 Vũ Thị Bích Ngọc, Phạm Thị Kim Xuyên**
Những thay đổi trong gia đình công nhân có con học trực tuyến trong dịch COVID-19 ở nước ta (Nghiên cứu trường hợp khu công nghiệp Nam Thăng Long - Hà Nội)
- 86 Hoàng Tuyết Mai**
Tiếp cận dịch vụ công tác xã hội của nam giới gây bạo lực gia đình ở tỉnh Quảng Ninh: Thực trạng và các yếu tố ảnh hưởng
- 103 Lê Anh Tuấn, Nguyễn Ngọc Lệ, Trần Thị Phụng Hà, Trần Lê Ngọc Trâm
Nguyễn Thị Phương Thảo, Lý Văn Lợi, Đinh Thị Bạch Phương**
Nhu cầu và sự tham gia của người dân trong sử dụng, bảo vệ nguồn tài nguyên nước (Nghiên cứu tại ba tỉnh An Giang, Cần Thơ và Sóc Trăng)
- 114 Nguyễn Yến Nhi**
Thúc đẩy bình đẳng giới trong lao động, việc làm hướng tới phát triển bền vững đồng bằng sông Cửu Long
- 126 Bùi Thu Hương, Phạm Thị Thu Phương**
Phân tích nội dung quảng cáo thực phẩm chức năng tăng cường sinh lý nam giới trên kênh truyền hình VTV3 từ năm 2011 đến nay
- 140 Tóm tắt tiếng Anh**

Journal of Family and Gender Studies

is a quarterly print edition, published by
Institute for Family and Gender Studies
Vol.33 No.1 2023

Editor-in-Chief: Tran Thi Minh Thi
Editorial Bureau: 27, Tran Xuan Soan, Hanoi, Vietnam
Tel: (024) 3933 1743; - **Fax:** (024) 3933 2890
Email: giadinhvagioi@gmail.com; ifgs@vass.gov.vn

CONTENTS

- 3 Nguyen Huu Hoang**
Information Technology and the Older People's Life in Ho Chi Minh City during COVID-19 Pandemic
- 19 Phan Thuan**
The Pattern of Leisure Time Activities among the Elderly in Can Tho City
- 36 Le Minh Thien**
Perception of Old Age and Older People's Position in the Family
- 48 Huynh Thi Anh Phuong, Nguyen Thi Hoai Phuong, Truong Thi Xuan Nhi**
Psycho-social Stress among Secondary School Students in Hue City
- 61 Duong Thi Thu Huong**
Education and Career Orientation of Rural High School Students in the Northern Provinces of Viet Nam (Case Studies in Hai Phong, Ha Noi, Hung Yen, Thanh Hoa, Phu Tho, and Thai Binh provinces)
- 73 Vu Thi Bich Ngoc, Pham Thi Kim Xuyen**
Changes in the Worker's Families whose Children Studied Online during the COVID Pandemic (A Case Study of Nam Thang Long Industrial Park - Hanoi)
- 86 Hoang Tuyet Mai**
Access to Social Work Services among Men who Cause Domestic Violence in Quang Ninh: Current Situation and Influencing Factors
- 103 Le Anh Tuan, Nguyen Ngoc Le, Tran Thi Phung Ha, Tran Le Ngoc Tram, Nguyen Thi Phuong Thao, Ly Van Loi, Dinh Thi Bach Phuong**
Needs and Participation of People in Using and Protecting Water Resources (Case Studies in three Provinces of An Giang, Can Tho and Soc Trang)
- 114 Nguyen Yen Nhi**
Promoting Gender Equality in Labor and Employment Towards Sustainable Development in the Mekong Delta
- 126 Bui Thu Huong, Pham Thi Thu Phuong**
Content Analysis of Advertisement for Male Enhancement Food Supplements on VTV3 from 2011
- 140 English Summaries**

Căng thẳng tâm lý - xã hội của học sinh trung học cơ sở

(Nghiên cứu trường hợp tại một trường trung học cơ sở
ở thành phố Huế)

Huỳnh Thị Ánh Phương*, Nguyễn Thị Hoài Phương**, Trương Thị Xuân Nhi***

Tóm tắt: Bài viết này nghiên cứu các biểu hiện căng thẳng về tâm lý - xã hội của trẻ vị thành niên ở lứa tuổi trung học cơ sở và các nguồn lực hỗ trợ trẻ ứng phó dưới góc nhìn giới dựa trên dữ liệu định tính, định lượng thu thập thông qua khảo sát tại một trường trung học cơ sở ở thành phố Huế năm 2020. Kết quả nghiên cứu cho thấy học sinh có những biểu hiện căng thẳng tâm lý - xã hội trong học tập, thay đổi thể chất và mối quan hệ với bạn bè. Trong đó, tỷ lệ học sinh nữ gặp phải những biểu hiện căng thẳng tâm lý - xã hội cao hơn so với học sinh nam. Học sinh tìm kiếm sự hỗ trợ chủ yếu từ bạn bè và gia đình hoặc tự tìm cách giải quyết khi gặp khó khăn, trong khi sự tiếp cận hỗ trợ từ giáo viên rất thấp. Tỷ lệ học sinh nữ tự giải quyết các căng thẳng nhiều hơn so với học sinh nam. Bài viết cũng đề xuất một số giải pháp nhằm tăng cường vai trò của gia đình và nhà trường cũng như thúc đẩy công tác xã hội học đường trong việc hỗ trợ tâm lý - xã hội cho trẻ em phù hợp với đặc điểm, giới tính và lứa tuổi.

Từ khóa: Căng thẳng tâm lý - xã hội; Học sinh trung học cơ sở; Công tác xã hội trường học; Vị thành niên.

Phân loại ngành: Xã hội học, Tâm lý học

Ngày nhận bài: 27/5/2021; ngày chỉnh sửa: 21/2/2023; ngày duyệt đăng: 15/3/2023.

* TS., Khoa Xã hội học và Công tác xã hội, Trường Đại học Khoa học, Đại học Huế.

** ThS., Khoa Xã hội học và Công tác xã hội, Trường Đại học Khoa học, Đại học Huế.

*** ThS., Khoa Xã hội học và Công tác xã hội, Trường Đại học Khoa học, Đại học Huế.

1. Đặt vấn đề

Vị thành niên là lứa tuổi có nhiều biến đổi về thể chất, tâm sinh lý phức tạp nhất của đời người, do đó cũng là lứa tuổi nảy sinh nhiều vấn đề về tâm lý - xã hội nhất so với các lứa tuổi khác (Vụ Sức khỏe Bà mẹ - Trẻ em, 2019). Ở độ tuổi này, đặc biệt trẻ em từ 10 đến 15 tuổi, là sự thay đổi về mặt thể chất, các nội tiết tố sinh trưởng và sinh sản phát triển, chuẩn bị cho quá trình dậy thì; về mặt tâm lý, các em có khuynh hướng tự lập, độc lập, sáng tạo trong học tập và hoạt động. Những thay đổi này có ảnh hưởng rất lớn đến tình trạng sức khỏe và sự phát triển của trẻ. Do vậy, trẻ em ở lứa tuổi vị thành niên thường gặp phải nhiều biểu hiện như rối loạn cảm xúc, stress và trầm cảm, rối loạn tâm lý và hành vi, chủ yếu trong môi trường gia đình và trường học, trong đó cảm giác khó chịu, tức giận, cảm thấy lo lắng, thiếu năng lượng là những biểu hiện phổ biến (Mai Văn Hưng và Kiều Cẩm Nhung, 2016; Nguyễn Thị Hằng Phương và cộng sự, 2019). Trong bối cảnh tác động của cuộc cách mạng công nghệ 4.0 và những biến đổi của đời sống xã hội hiện nay, học sinh ở lứa tuổi vị thành niên sẽ càng đối diện với nhiều thách thức và gặp phải các vấn đề căng thẳng tâm lý - xã hội hơn (Phương Liễu, 2018). Nếu không được hiểu rõ và có những giải pháp phù hợp, điều này sẽ gây ra nhiều tác động tiêu cực tới sự phát triển của trẻ nói riêng và sự chất lượng nguồn nhân lực cho tương lai nói chung.

Tại các quốc gia trên thế giới, chăm sóc sức khỏe tâm thần cho học sinh là một trong những mảng hoạt động quan trọng của công tác xã hội trong trường học và cần một đội ngũ chuyên nghiệp để thực hiện nhiệm vụ này (NASW, 2012; NCSS, 2007; SWD, 2008). Ngoài ra, học sinh còn có thể tìm kiếm sự hỗ trợ từ nhiều nguồn nhân lực khác nhau trong nhà trường ngoài giáo viên giảng dạy, ví dụ như giáo viên hướng dẫn, cán bộ phụ trách công tác học sinh, chuyên gia vấn đề tâm lý giáo dục và cán bộ kết nối nguồn lực (Barrett và cộng sự, 2008; SWD, 2008). Trong khi ở Việt Nam, công tác xã hội trong trường học vẫn còn là một lĩnh vực hoạt động khá mới mẻ và chỉ mới phát triển trong vòng vài năm qua theo Thông tư 33/2018/TT-BGDĐT của Bộ Giáo dục và Đào tạo.

Bài viết phân tích các biểu hiện căng thẳng về tâm lý - xã hội của trẻ vị thành niên ở lứa tuổi trung học cơ sở với mong muốn cung cấp thêm thông tin thực tiễn về vấn đề căng thẳng về mặt tâm lý xã hội của trẻ vị thành niên ở tuổi trung học cơ sở qua góc nhìn giới, từ đó đề xuất một số giải pháp nhằm góp phần phòng chống căng thẳng tâm lý - xã hội cho học sinh hướng tới sự phát triển của trẻ phù hợp với đặc điểm, giới tính và lứa tuổi.

2. Tổng quan nghiên cứu

Hiện nay vẫn chưa có định nghĩa cụ thể về căng thẳng tâm lý - xã hội nhưng chủ đề này thu hút sự quan tâm nghiên cứu của nhiều học giả trên thế giới. Cụ thể, trong suốt thế kỷ 21 đã có hơn 350.000 bài báo được đăng tải trên PubMed¹ với từ khóa “sự căng thẳng” (Paradies, 2010). Tùy vào từng lĩnh vực và ngành khoa học cụ thể, thuật ngữ “căng thẳng” hay “căng thẳng tâm lý” được nhìn nhận và phân tích khác nhau. Theo Lazarus (1993) và Cohen & Herbert (1996), căng thẳng tâm lý là một trạng thái cảm xúc tiêu cực xuất hiện nhằm phản ứng lại các sự kiện đòi hỏi sự cố gắng hoặc vượt quá các nguồn lực hay khả năng ứng phó của mỗi người. Các tác giả này đã nhấn mạnh vai trò quan trọng của nhận thức và khả năng đánh giá của một người về các sự kiện gây ra căng thẳng (Lê Thị Hương, 2013). Còn theo từ điển Y học Anh - Việt (2007) theo đó “Bất kỳ nhân tố nào đe dọa đến sức khỏe cơ thể hay có tác động phương hại đến các chức năng cơ thể, như tổn thương, bệnh tật hay tâm trạng lo lắng thì đều gọi là căng thẳng”. Từ các nhận định về căng thẳng và căng thẳng tâm lý được đưa ra như trên, có thể hiểu một cách chung rằng, căng thẳng tâm lý - xã hội là một trạng thái cảm xúc bất lợi dựa trên đánh giá chủ quan của mỗi người về các tác nhân từ môi trường xã hội bên ngoài gây ảnh hưởng đến sức khỏe của mỗi cá nhân.

Thời gian gần đây, vấn đề căng thẳng tâm lý - xã hội đã thu hút sự quan tâm của nhiều nhà nghiên cứu trong và ngoài nước (Trần Thành Nam và Hoàng Thị Thu Hương, 2016; Lê Minh Nguyệt và cộng sự, 2018; Nguyễn Thị Hằng Phương và cộng sự, 2019). Theo báo cáo của Quỹ Nhi đồng Liên hợp quốc tại Việt Nam, tỷ lệ trẻ em và vị thành niên ở Việt Nam có vấn đề về sức khỏe tâm thần chiếm khoảng từ 8% đến 29% với sự khác biệt về vùng, giới tính và đặc điểm (UNICEF Việt Nam, 2018). Một nghiên cứu trên thế giới về trẻ em rối loạn cảm xúc và hành vi đã chỉ ra rằng, tỷ lệ học sinh trong độ tuổi từ 13 đến 18 đều trải nghiệm các vấn đề sức khỏe tâm thần ở một thời điểm bất kỳ nào đó trong cuộc sống là 46,3% và rối loạn tâm thần nghiêm trọng xảy ra ở học sinh chiếm tỷ lệ hơn 20% (Forness và cộng sự, 2012).

Các kết quả nghiên cứu cũng chỉ ra rằng các vấn đề căng thẳng của học sinh chủ yếu liên quan tới học tập và các mối quan hệ xã hội (Ngô Thành Phong, 2014; Nguyễn Thị Hằng Phương và cộng sự, 2019). Nghiên cứu của Ngô Thành Phong về sức khỏe tâm lý, tâm thần của học sinh trung học cơ sở tại tỉnh Bà Rịa

¹ Là cơ sở dữ liệu miễn phí truy cập chủ yếu qua cơ sở dữ liệu MEDLINE về các tài liệu tham khảo và tóm tắt về các chủ đề khoa học đời sống và y sinh học.

- Vũng Tàu cho thấy tỷ lệ học sinh bị trầm cảm là 13,2% và có khoảng 13% học sinh có biểu hiện bị rối loạn lo âu do áp lực học hành, thi cử và những vấn đề từ gia đình (Ngô Thành Phong, 2014). Một nghiên cứu khác về thực trạng khó khăn tâm lý của học sinh và nhu cầu sử dụng ứng dụng tư vấn tâm lý trong trường học cho thấy có khoảng 33,6% học sinh trung học cơ sở có biểu hiện rối loạn lo âu do những áp lực về học tập nói chung và lo âu khi cảm thấy không đạt được mong đợi của gia đình (Trần Văn Công và cộng sự, 2019).

Theo UNICEF Việt Nam (2018), học sinh nữ là đối tượng dễ bị tổn thương do căng thẳng tâm lý - xã hội hơn so với học sinh nam. Theo nghiên cứu của nhóm tác giả Pigott và Teresa cho thấy có đến 67% học sinh nữ bị căng thẳng nặng trong khi chỉ có 33% học sinh nam gặp phải vấn đề này (Pigott, 1999). Một kết quả nghiên cứu khác về căng thẳng của Nguyễn Thị Hằng Phương và cộng sự chỉ ra rằng trong số 24,8% học sinh có dấu hiệu căng thẳng, số học sinh nữ có biểu hiện căng thẳng nhiều hơn so với học sinh nam (Nguyễn Thị Hằng Phương và cộng sự, 2019). Nghiên cứu của Ngô Thành Phong (2014) cũng cho thấy số trẻ có vấn đề về sức khỏe tâm lý - xã hội ở nữ cao hơn so với nam và tăng dần theo độ tuổi, thấp nhất ở lứa tuổi 11 (chiếm 5,8%) và cao nhất ở lứa tuổi 17 (chiếm 38,5%).

3. Phương pháp nghiên cứu

Bài viết sử dụng dữ liệu định lượng và định tính của đề tài nghiên cứu khoa học cấp cơ sở “Nhận thức của học sinh về sức khỏe tâm thần ở lứa tuổi vị thành niên trên địa bàn thành phố Huế hiện nay” do Trường Đại học Khoa học, Đại học Huế thực hiện năm 2020. Nghiên cứu được thực hiện tại trường Trung học cơ sở Nguyễn Văn Linh, thành phố Huế từ tháng 4 đến tháng 5 năm 2020.

Phương pháp nghiên cứu tài liệu được thực hiện nhằm làm rõ vấn đề nghiên cứu thông qua các nguồn tài liệu khác nhau như sách chuyên khảo, tạp chí, bài báo điện tử, văn bản pháp luật và công trình nghiên cứu có liên quan đến căng thẳng tâm lý - xã hội.

Phương pháp điều tra bằng bảng hỏi được thực hiện với 216 học sinh khối 8 và khối 9 của trường Trung học cơ sở Nguyễn Văn Linh trên cơ sở áp dụng phương pháp chọn mẫu ngẫu nhiên đơn giản. Nội dung bảng hỏi bao gồm thông tin về đặc điểm, nhận thức của học sinh, các biểu hiện căng thẳng tâm lý - xã hội, cách giải quyết và nhu cầu hỗ trợ tâm lý - xã hội của học sinh.

Phương pháp phỏng vấn định tính được thực hiện với 01 đại diện lãnh đạo, 01 giáo viên tổng phụ trách của trường học nhằm hiểu rõ hơn công tác chăm sóc sức

khỏe cho học sinh của nhà trường, vai trò của giáo viên trong việc hỗ trợ học sinh; và 04 học sinh nam, 04 học sinh nữ nhằm tìm hiểu rõ hơn những biểu hiện căng thẳng tâm lý - xã hội, cách giải quyết và mong đợi của học sinh khi gặp những vấn đề căng thẳng tâm lý - xã hội. Ngoài ra, nhóm nghiên cứu cũng thực hiện phương pháp quan sát trong quá trình phỏng vấn với học sinh tại địa bàn nghiên cứu nhằm hiểu rõ hơn về đặc điểm thể chất cũng như biểu hiện của học sinh.

Dữ liệu thu thập từ phương pháp phỏng vấn cấu trúc được nhập vào phần mềm SPSS 20 và chủ yếu được xử lý bằng phương pháp thống kê mô tả. Các dữ liệu định tính từ phỏng vấn bán cấu trúc và dữ liệu thứ cấp được sử dụng trong quá trình phân tích bài viết nhằm hỗ trợ cho các phân tích định lượng.

Nghiên cứu được thực hiện trên cơ sở đồng ý của đại diện địa bàn khảo sát về mục tiêu, nội dung và phương pháp nghiên cứu. Quá trình thu thập thông tin sơ cấp với các bên liên quan được tiến hành dựa trên sự đồng ý của các cá nhân tham gia, gồm: (i) đồng ý tham gia trả lời câu hỏi; và (ii) đồng ý cho phép sử dụng các thông tin cá nhân của người tham gia khảo sát trên cơ sở khuyết danh trong các báo cáo liên quan tới nghiên cứu.

4. Kết quả nghiên cứu

4.1. Biểu hiện căng thẳng tâm lý - xã hội của học sinh trung học cơ sở

Kết quả phân tích cho thấy học sinh trung học cơ sở trong mẫu khảo sát có một số biểu hiện căng thẳng tâm lý - xã hội như được thể hiện trong Bảng 1. Trong đó, cảm giác bức bối và khó chịu khi xảy ra mâu thuẫn với bạn bè chiếm tỷ lệ cao nhất (66,2%), cảm thấy chán nản và thất vọng về kết quả học tập chiếm 55,1%, lo lắng về sự thay đổi thể chất của bản thân chiếm 43,1%. Bên cạnh đó, 19% học sinh thể hiện sự không hứng thú với việc học và có 10,6% học sinh cảm thấy cuộc sống không thú vị, thậm chí có ý định tự tử. Kết quả này cho thấy các biểu hiện căng thẳng tâm lý - xã hội của học sinh khá đa dạng, từ những lo lắng về thể chất đến vấn đề học tập và các mối quan hệ xã hội. Những biểu hiện theo xu hướng tiêu cực như bức bối, khó chịu, chán nản có thể ảnh hưởng tới sức khỏe tinh thần và thể chất của trẻ.

Số liệu ở Bảng 1 trình bày về các biểu hiện căng thẳng tâm lý - xã hội cũng cho thấy sự khác nhau giữa học sinh nam và học sinh nữ, trong đó tỷ lệ học sinh nữ có xu hướng gặp phải các biểu hiện căng thẳng tâm lý - xã hội cao hơn so với học sinh nam. Có đến 71% học sinh nữ thể hiện sự bức bối và khó chịu khi xảy ra mâu thuẫn với bạn bè trong khi tỷ lệ này ở học sinh nam chỉ là 59,8%. Thông tin định tính cho thấy các em nữ có vẻ nhạy cảm với thái độ và lời nói của người

xung quanh hơn so với các em nam như chia sẻ của học sinh nữ: “Em hay để ý tới những lời nói của bạn về mình. Nếu không hài lòng thì em sẽ cảm thấy bực bội và khó chịu rất lâu” (PVS, Học sinh nữ). Trong học tập, tỷ lệ học sinh nữ thể hiện sự chán nản và thất vọng trong học tập chiếm 62,9%, cao hơn nhiều so với tỷ lệ học sinh nam có biểu hiện này (44,6%). Khi được hỏi, một số học sinh nữ chia sẻ: “Em lo lắng vì sợ năm nay không được học sinh khá” (PVS, Học sinh nữ); “Lo sợ bài kiểm tra bị điểm thấp” (PVS, Học sinh nữ); “Sợ học ngu, sợ ba mẹ cho ra đường ở” (PVS, Học sinh nữ)... trong khi các em học sinh nam cho biết “Em lo lắng nếu kết quả học tập không tốt sẽ ảnh hưởng tới việc lựa chọn trường cấp III” (PVS, Học sinh nam); “Mỗi khi bị điểm kém em thấy xấu hổ với bạn bè” (PVS, Học sinh nam).

Bảng 1. Biểu hiện căng thẳng tâm lý - xã hội của học sinh trung học cơ sở (%)

TT	Biểu hiện	Nam (N=92)	Nữ (N=124)	Chung (N=216)
1	Lo lắng về sự thay đổi thể chất của bản thân	32,6	50,8	43,1
2	Bực bội và khó chịu khi xảy ra mâu thuẫn với bạn bè	59,8	71,0	66,2
3	Cảm thấy chán nản và thất vọng trong học tập	44,6	62,9	55,1
4	Cảm thấy cuộc sống không có gì thú vị và có suy nghĩ tự tử	7,6	12,9	10,6
5	Không hứng thú với việc học	14,1	22,6	19,0

Nguồn: Dữ liệu định lượng của đề tài năm 2020.

Về thể chất, tỷ lệ học sinh nữ có biểu hiện lo lắng về sự thay đổi thể chất của bản thân cao hơn, chiếm đến 50,8% so với 32,6% ở học sinh nam; tỷ lệ học sinh nữ không có hứng thú với việc học hoặc có suy nghĩ tiêu cực về cuộc sống cũng cao hơn so với nam giới, chiếm lần lượt là 22,6% và 12,9% so với 14,1% và 7,6%. Kết quả nghiên cứu này cũng phù hợp với kết quả của một số nghiên cứu rằng học sinh nữ có xu hướng gặp phải các vấn đề về tâm lý - xã hội cao hơn so với học sinh nam (Pigott, 1999; Ngô Thành Phong, 2014).

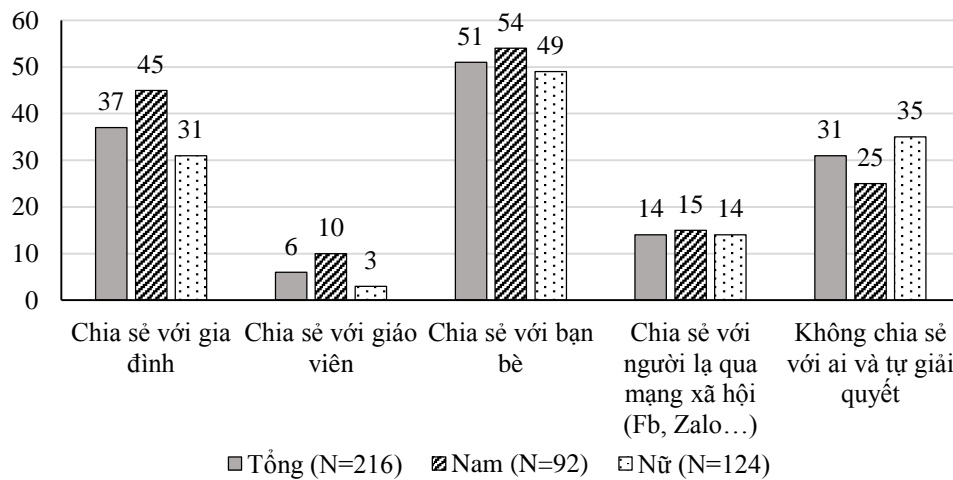
4.2. Các nguồn lực hỗ trợ học sinh trung học cơ sở đối phó với căng thẳng tâm lý - xã hội

Kết quả phân tích dữ liệu định lượng cho thấy khi có các biểu hiện căng thẳng tâm lý - xã hội, học sinh có xu hướng tìm kiếm sự hỗ trợ của nhiều đối tượng

khác nhau (Biểu đồ 1), trong đó bạn bè là nguồn lực chia sẻ và hỗ trợ được nhiều học sinh lựa chọn nhất. Cụ thể, tỷ lệ học sinh nam tìm kiếm sự hỗ trợ từ bạn bè là 51%, cao hơn không đáng kể so với tỷ lệ của học sinh nữ (49%). Kết quả nghiên cứu của Lê Thị Lan đã chỉ ra rằng, một trong những khó khăn lớn nhất của học sinh trung học cơ sở là mối quan hệ với người lớn. Ở độ tuổi này, hiện tượng dậy thì đã làm xuất hiện cảm giác “mình đã là người lớn”. Trẻ em có xu hướng muốn tự khẳng định bản thân, được tôn trọng, được hợp tác và cùng hoạt động với người lớn, không thích sự quan tâm, can thiệp của người lớn trong học tập cũng như các hoạt động khác của đời sống. Tuy nhiên, trên thực tế, người lớn lại luôn coi các em là trẻ con khiến khoảng cách giữa học sinh và phụ huynh ngày càng gia tăng (Lê Thị Lan, 2019). Như vậy, nghiên cứu này đã phần nào lý giải nguyên nhân tại sao phần lớn học sinh có xu hướng chia sẻ và tìm kiếm sự đồng cảm từ bạn bè để vượt qua các tình huống khó khăn trong cuộc sống.

Có thể nói, sau bạn bè, gia đình được học sinh chọn lựa để chia sẻ và tìm kiếm sự hỗ trợ khi gặp khó khăn. Dữ liệu nghiên cứu này cho thấy có 37% học sinh khẳng định tìm kiếm sự chia sẻ và hỗ trợ từ phía gia đình khi gặp căng thẳng tâm lý - xã hội, trong đó đáng ngạc nhiên khi tỷ lệ học sinh nam chia sẻ với gia đình cao hơn đáng kể so với học sinh nữ, chiếm 45% so với 31%.

Biểu đồ 1. Cách giải quyết căng thẳng tâm lý - xã hội ở học sinh trung học cơ sở (%)



Nguồn: Dữ liệu định lượng của đề tài 2020.

Kết quả cho thấy tỷ lệ học sinh tìm đến sự hỗ trợ và chia sẻ từ giáo viên khi có vấn đề căng thẳng tâm lý - xã hội rất thấp, chỉ có 6%; trong đó có 10%

học sinh nam chia sẻ với giáo viên và chỉ có 3% học sinh nữ làm việc này. Theo kết quả phỏng vấn, giáo viên mà các em thường chia sẻ khi có vấn đề là giáo viên chủ nhiệm hoặc thầy/cô tổng phụ trách Đoàn của Trường. Theo quan sát tại địa bàn nghiên cứu, giáo viên tổng phụ trách tại trường là nam giới. Do vậy, đây cũng có thể là lý do tỷ lệ học sinh nam lựa chọn chia sẻ với giáo viên nhiều hơn so với học sinh nữ. Thông tin từ Thầy giáo tổng phụ trách cho biết:

“Hầu như các vấn đề của học sinh đều được giáo viên chủ nhiệm chia sẻ và tôi nắm bắt thông tin từ đó hoặc các em chia sẻ trực tiếp với tôi. Các vấn đề các em thường gặp phải là trong học tập hoặc về gia đình” (PVS, Giáo viên tổng phụ trách).

Trong khi đó, Nhà trường chưa có giáo viên hoặc cán bộ chuyên phụ trách hỗ trợ về tâm lý - xã hội cho học sinh. Nguyên nhân của vấn đề này là do quy định/điều lệ của trường học hiện không còn chức danh giám thị hay cán bộ tư vấn/tham vấn học đường.

“Ở trong trường học, hiện không có bố trí vị trí dành cho nhân viên tham vấn. Nhiệm vụ của nhà trường là phải tự cử và thành lập Ban tư vấn, chứ không có giáo viên nào phụ trách riêng về mảng tư vấn/tham vấn, thậm chí bộ phận giám thị còn không có. Ngày trước, vẫn còn chức danh giám thị, nếu có vấn đề/sự việc nào xảy ra, giám thị sẽ là người đứng ra xử lý các vấn đề trong nhà trường. Giám thị là người đứng ra hỗ trợ cho ban giám hiệu nhà trường. Tuy nhiên, trong quy định/điều lệ của trường học, không còn chức danh giám thị hay cán bộ tư vấn/tham vấn học đường” (PVS, Đại diện lãnh đạo nhà trường).

Năm 2018, Bộ Giáo dục và Đào tạo đã ban hành Thông tư 33/2018/TT-BGDĐT về việc hướng dẫn công tác xã hội trong trường học. Một trong những mục đích chính của hoạt động này là “nâng cao kiến thức và kỹ năng để người học tự giải quyết các khó khăn, căng thẳng, khủng hoảng tạm thời về tâm lý, phát huy tiềm năng, năng lực học tập của bản thân. Bảo vệ người học trước nguy cơ bị xâm hại, bị bạo lực, phòng tránh các tệ nạn xã hội, hạn chế tình trạng người học bỏ học, vi phạm pháp luật” (Bộ Giáo dục và Đào tạo, 2018). Tuy nhiên, kết quả phỏng vấn sâu cho thấy hiện tại nhà trường chỉ mới thực hiện nhiệm vụ chăm sóc y tế học đường cho học sinh chứ chưa chú trọng tới chăm sóc sức khỏe tâm lý - xã hội. Đại diện lãnh đạo nhà trường chia sẻ:

“Khi còn trung tâm y tế học đường, nhà trường phối hợp với trung tâm để triển khai khám sức khỏe cho các em hằng năm. Tuy nhiên, trong 3 năm trở lại đây, do trung tâm đã giải thể nên nhà trường kết hợp với phòng khám đa khoa Âu Lạc để khám sức khỏe cho các em. Thông thường, nhà trường sẽ tổ chức khám cho các em vào khoảng tháng 10, 11 và chủ yếu là thực hiện khám tổng quát. Đối với các hoạt động sàng lọc, đánh giá các vấn đề về sức khỏe tâm thần, nhà trường

chưa triển khai bất kỳ hoạt động cho học sinh. Nhà trường chỉ can thiệp, hỗ trợ khi có vấn đề nảy sinh ngoài thực tế” (PVS, Đại diện lãnh đạo nhà trường).

Ngoài các nguồn hỗ trợ như bạn bè, gia đình và nhà trường, học sinh cũng tìm kiếm sự chia sẻ và hỗ trợ từ người lạ. Phân tích số liệu cho thấy có đến 14% học sinh khẳng định rằng các em chia sẻ và tâm sự với người lạ qua các trang mạng xã hội như facebook, zalo; trong đó không có sự khác biệt rõ rệt giữa học sinh nam (15%) và học sinh nữ (14%). Kết quả phỏng vấn cho thấy việc chia sẻ với người lạ giúp các em không cảm thấy xấu hổ hoặc mất tự tin vì “họ không biết em là ai” (PVS, Học sinh nữ).

Bên cạnh đó có tới 1/3 học sinh không chia sẻ với ai và tự tìm cách giải quyết khi có vấn đề căng thẳng tâm lý - xã hội (31%); trong đó không có sự khác biệt rõ nét giữa học sinh nữ và học sinh nam, với tỷ lệ 35% và 31%. Kết quả phỏng vấn sâu cho thấy đối với các học sinh chọn cách tự giải quyết khi gặp các vấn đề căng thẳng tâm lý - xã hội, các em chia sẻ rằng: “Em chỉ im lặng và khóc vì không dám nói với ai” (PVS, Học sinh nữ); “Mỗi khi chán nản, em thường ở một mình và đọc sách” (PVS, Học sinh nữ). Một số em thậm chí tập hút thuốc như là cách để tự giải tỏa những khó chịu, bức bối hoặc chán nản của bản thân theo như chia sẻ của một học sinh nam: “Khi em buồn bức, em bắt đầu tập hút thuốc và cảm thấy thoải mái. Em thấy một số bạn cũng làm như em” (PVS, Học sinh nam). Điều này thể hiện đặc điểm tâm lý của lứa tuổi vị thành niên nhưng cũng cho thấy có thể học sinh gặp khó khăn trong việc tìm kiếm sự hỗ trợ từ các nguồn lực khác.

Kết quả phân tích cho thấy học sinh trung học cơ sở trong mẫu khảo sát tìm kiếm sự hỗ trợ của nhiều đối tượng khác nhau, trong đó bạn bè và gia đình được lựa chọn nhiều nhất. Qua đó nhấn mạnh đến vai trò của gia đình đối với con cái ở lứa tuổi này. Trong khi vai trò của nhà trường - nguồn lực quan trọng vẫn chưa thể hiện rõ nét trong việc hỗ trợ học sinh khi gặp các vấn đề căng thẳng tâm lý - xã hội. Kết quả cũng cho thấy học sinh cũng tìm kiếm các nguồn lực hỗ trợ bên ngoài có xu hướng thiếu an toàn như trao đổi với người lạ; hoặc có xu hướng tiêu cực như bắt đầu làm quen với các chất gây nghiện như thuốc lá. Điều này có thể gây ra những rủi ro hoặc nguy hiểm tới học sinh và ảnh hưởng tới sự phát triển của trẻ ở lứa tuổi này.

5. Kết luận

Kết quả nghiên cứu đã cho thấy học sinh trung học cơ sở đang gặp phải nhiều vấn đề căng thẳng tâm lý - xã hội trong học tập, thay đổi thể chất và mối

quan hệ bạn bè; trong đó học sinh nữ có những biểu hiện căng thẳng tâm lý - xã hội cao hơn so với học sinh nam. Ở lứa tuổi vị thành niên, học sinh có nhiều biến động về mặt tâm sinh lý và phát triển phức tạp hơn nhiều so với giai đoạn trước đó; do đó những biểu hiện căng thẳng về tâm lý - xã hội có thể gây ảnh hưởng tiêu cực tới sức khỏe tâm thần và sự phát triển của trẻ. Học sinh trung học cơ sở đã tìm kiếm sự hỗ trợ từ các nguồn lực khác nhau như bạn bè, gia đình, nhà trường và người không quen biết hoặc tự tìm cách giải quyết vấn đề, trong đó vai trò của giáo viên và nhà trường chưa được thể hiện rõ nét. Các cách giải quyết như chia sẻ với người không quen biết hoặc tự giải quyết vấn đề cũng có thể gây rủi ro hoặc nguy cơ đối với trẻ.

Nghiên cứu này cho thấy tầm quan trọng và vai trò của các nguồn lực hỗ trợ cho học sinh, trong đó gia đình, bạn bè và nhà trường là ba nguồn lực quan trọng nhất. Để có thể thúc đẩy vai trò của nhà trường trong hỗ trợ học sinh, Thông tư 3/2018/TT-BGDĐT và các chính sách liên quan cần phải được nhanh chóng triển khai trong thực tế với sự cam kết từ các bên liên quan. Trong đó, chú ý tới việc thúc đẩy vai trò của nhân viên công tác xã hội tại các cơ sở giáo dục nhằm tăng cường sức mạnh bên trong của trẻ em và điều phối, kết nối các nguồn lực bên ngoài để trẻ em có thể nhận được sự hỗ trợ tốt nhất.

Nhằm tăng cường năng lực ứng phó của học sinh và thúc đẩy sự hỗ trợ của các nguồn lực liên quan là gia đình, nhà trường và bạn bè, nghiên cứu này đề xuất một số giải pháp cụ thể sau:

Một là, nhà trường cần triển khai và đẩy mạnh các hoạt động sàng lọc, phát hiện và can thiệp kịp thời đối với các học sinh có những biểu hiện căng thẳng tâm lý - xã hội ở các mức độ khác nhau. Điều này sẽ giúp cho học sinh giải tỏa được những cảm xúc tiêu cực như bực bội, khó chịu khi xảy ra mâu thuẫn hay cảm giác buồn chán, chán nản về kết quả học tập. Đồng thời, quá trình hỗ trợ sẽ giúp cho học sinh nhận biết và phát huy được điểm mạnh của bản thân. Qua đó, hạn chế được những tác nhân tiêu cực như cảm thấy mơ hồ và không có định hướng tương lai rõ ràng, ảnh hưởng đến chất lượng học tập và đời sống cá nhân của học sinh.

Hai là, tăng cường tổ chức các hoạt động công tác xã hội nhóm trong trường học nhằm giúp cho học sinh có thêm nhiều môi trường trải nghiệm và chia sẻ kinh nghiệm lẫn nhau. Hầu hết các nghiên cứu đều cho thấy bạn bè là kênh hỗ trợ được nhiều học sinh lựa chọn nhất. Do đó, việc triển khai các hoạt động công tác xã hội nhóm trong môi trường học đường là rất cần thiết nhằm giúp học sinh có thêm cơ hội tương tác, trao đổi và chia sẻ những vấn đề chung,

đặc biệt là cần sự định hướng của những người có kinh nghiệm. Qua đó, hướng đến việc hình thành thái độ, hành vi và tạo lối sống tích cực cho học sinh. Đồng thời, tăng cường khả năng giải quyết vấn đề và nâng cao năng lực ứng phó với những căng thẳng thông thường trong học tập và đời sống hằng ngày của các em. Kết quả nghiên cứu cho thấy rằng tỷ lệ học sinh nữ ở độ tuổi vị thành niên có nhiều biểu hiện căng thẳng tâm lý - xã hội hơn so với học sinh nam. Do đó, các hoạt động này cần được khuyến khích và triển khai phù hợp hơn cho nhóm học sinh nữ.

Ba là, nhà trường cần tăng cường các hoạt động kết nối với phụ huynh và tổ chức các buổi nói chuyện, chia sẻ để kịp thời nắm bắt nhu cầu và giải quyết các vấn đề căng thẳng tâm lý - xã hội của học sinh. Điều này sẽ giúp cho học sinh có cơ hội được bày tỏ và giải tỏa cảm xúc tiêu cực với những người có kinh nghiệm. Từ đó, tăng cường vai trò của phụ huynh trong quá trình hỗ trợ và giáo dục con cái một cách có hiệu quả và phù hợp. Đồng thời, góp phần rất quan trọng vào việc đẩy mạnh và tăng cường sự tương tác, kết nối giữa học sinh, phụ huynh và gia đình trong môi trường học đường.

Cuối cùng, các nghiên cứu tiếp theo cần tập trung làm rõ các nguồn lực hỗ trợ học sinh cũng như vai trò quan trọng của nhà trường trong việc hỗ trợ trẻ em vượt qua những khó khăn và thách thức trong quá trình học tập và phát triển.

Tài liệu trích dẫn

- Barrett, C., Downing, C., Frederick, J., Johannsen, L., & Riseley, D. 2008. *Practice standards for school social workers: AASW Victorian Branch*.
- Bộ Giáo dục và Đào tạo. 2018. Thông tư số 33/2018/TT-BGDĐT về Hướng dẫn công tác xã hội trong trường học ngày 26 tháng 12 năm 2018. http://vanban.chinhphu.vn/portal/page/portal/chinhphu/hethongvanban?class_id=1&mode=detail&document_id=196290, trích dẫn ngày 25 tháng 05 năm 2021.
- Cohen, S., Herbert, T. B. 1996. "Health psychology: Psychological factors and physical disease from the perspective of human psychoneuroimmunology". *Annual Review of Psychology*, 47, pp.113-142.
- Forness, S. R., Freeman, S. F., Paparella, T., Kauffman, J. M., and Walker, H. M. 2012. "Special education implications of point and cumulative prevalence for children with emotional or behavioral disorders". *Journal of Emotional and Behavioral Disorders*, 20 (1), pp.4-18.
- Lazarus, R. S. 1993. "From psychological stress to the emotions: A history of a changing outlook". *Annual Review of Psychology*, 44, pp.1-21.

- Lê Minh Nguyệt, Ngô Thị Hạnh, Nguyễn Phương Linh. 2018. “Áp lực gây căng thẳng tâm lý ở học sinh trung học cơ sở”. *Kỷ yếu hội thảo quốc tế học đường lần 6*. Nxb. Đại học Sư phạm, tr. 404-417.
- Lê Thị Hương. 2013. *Stress trong công việc của giáo viên mầm non hiện nay*. Luận văn thạc sỹ. Trường Đại học khoa học xã hội và nhân văn, Đại học Quốc gia Hà Nội.
- Lê Thị Lan. 2019. “Thực trạng một số khó khăn tâm lý của học sinh trung học cơ sở trên địa bàn thành phố Thanh Hóa hiện nay”. *Tạp chí Giáo dục*, số 10/2019, tr. 136-139.
- Mai Văn Hưng, Kiều Cẩm Nhung. 2016. “Một số đặc điểm tâm lý và sinh tuổi dậy thì của học sinh trung học cơ sở Hà Nội”. *Tạp chí Giáo dục* (374), kỳ II, tháng 1, tr. 14-16.
- National Association of Social Worker. 2012. *NASW standards for school social work services*. Washington.
- National Council of Social Service (NCSS). 2007. *A guide to school social work*. 2007 edition. National Council of Social Service of Singapore.
- Ngô Thành Phong. 2014. “Sức khỏe tâm lý, tâm thần của học sinh trung học cơ sở tại tỉnh Bà Rịa - Vũng Tàu: thực trạng và giải pháp”. *Kỷ yếu các đề tài nghiên cứu, ứng dụng khoa học & công nghệ*, tập IX, giai đoạn 2013-2015.
- Nguyễn Thị Hằng Phương, Đinh Xuân Lâm, Huỳnh Thị Thu Thúy và Nguyễn Thùy Dung. 2019. “Thực trạng căng thẳng của học sinh lớp 12 (nghiên cứu địa bàn thành phố Đà Nẵng)”. *Tạp chí Khoa học Xã hội, Nhân văn và Giáo dục*, tập 9, số 1, tr. 98-104.
- Paradies, Y. 2010. “A theoretical review of psychosocial stress and health”. *International Journal of Psychology Research*, 5 (1-2), pp.205-222.
- Phương Liễu. 2018. *Sức khỏe tâm thần chưa được quan tâm*. Cổng thông tin điện tử Báo Đồng Nai. <http://www.baodongnai.com.vn/phongvan/201805/suc-khoe-tam-than-chua-duoc-quan-tam-2895399/index.htm>, trích dẫn ngày 20 tháng 05 năm 2021.
- Pigott, T. A. 1999. “Gender differences in the epidemiology and treatment of anxiety disorders”. *Journal of clinical psychiatry*, 60, pp.4-15.
- Social Welfare Department (SWD). 2008. *A guide on multi-disciplinary collaboration in school social work service*. Social Welfare Department (SWD) of Hong Kong.
- Trần Thành Nam, Hoàng Thị Thu Hương. 2016. “Lo âu học đường và chiến lược ứng phó với lo âu ở học sinh lớp 9”. *Kỷ yếu Hội thảo khoa học quốc tế tâm lý học đường lần thứ 5*.

- Trần Văn Công, Nguyễn Thị Hoài Phương, Trần Thành Nam. 2019. “Thực trạng khó khăn tâm lý của học sinh và nhu cầu sử dụng ứng dụng tư vấn tâm lý trong trường học”. *Tạp chí Khoa học và Công nghệ Việt Nam*, 61 (10), tr. 1-6.
- UNICEF Việt Nam. 2018. Sức khỏe tâm thần và tâm lý xã hội của trẻ em và thanh niên tại một số tỉnh và thành phố Việt Nam. <https://www.unicef.org/vietnam/media/1016/file/B%C3%A1o%20c%C3%A1o%20t%C3%B3m%20t%E1%BA%AFt.pdf>, trích dẫn ngày 23 tháng 05 năm 2021.
- Vụ sức khỏe Bà mẹ - Trẻ em, Bộ Y tế. 2019. Các hội chứng tâm lý dễ mắc ở tuổi dậy thì. <https://mch.moh.gov.vn/News/Details/17241?PrintView=1>, trích dẫn ngày 20 tháng 05 năm 2021.