

NHU CẦU THAM VẤN TÂM LÝ CỦA SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC HÀ TĨNH

TS. NGUYỄN VĂN TỊNH*

1. Hiện nay, ở các trường đại học, sinh viên (SV) đang phải đối mặt với rất nhiều vấn đề cần sự giúp đỡ, chia sẻ của các chuyên gia giáo dục có kiến thức tâm lý học đường, như: những khúc mắc trong học tập, nghề nghiệp tương lai, tâm sinh lý, quan hệ giao tiếp với thầy cô, gia đình, bạn bè... Những vấn đề này nếu không được điều chỉnh, giải tỏa kịp thời có thể dẫn đến những hậu quả khó lường. Do đó, nhu cầu được tham vấn tâm lý học đường (TVTLHĐ) của SV là rất lớn. Khảo sát của Trường Đại học sư phạm Hà Nội năm 2013 cho thấy, 63,7% SV mong muốn có phòng TVTLHĐ tại trường mình và nhiều trường đang triển khai.

Nhằm đánh giá nhu cầu TVTL của SV đang học tại Trường Đại học Hà Tĩnh, năm học 2013-2014, chúng tôi đã chọn ngẫu nhiên và khảo sát 289 SV đang học tại Trường (từ năm thứ nhất đến năm thứ ba thuộc 4 Khoa: sư phạm xã hội - nhân văn; sư phạm tự nhiên, sư phạm tiểu học - mầm non, sư phạm tự nhiên, ngoại ngữ, kinh tế - quản trị kinh doanh) về 5 nội dung cơ bản: Các lĩnh vực và nhu cầu TVTL của SV; Những khó khăn gặp phải trong học tập; trong nghề nghiệp tương lai; trong tình yêu, sức khỏe, giới tính, tình dục; Các hình thức TVTL mà SV mong đợi.

2. Kết quả nghiên cứu

1) **Các lĩnh vực và nhu cầu TVTL của SV:** Để tìm hiểu mức độ cần thiết về nhu cầu tham vấn của SV trên các lĩnh vực được khảo sát chúng tôi đã đưa ra ba mức độ tương ứng với các mức điểm được quy ước, cụ thể: "Không cần tham vấn": 1 điểm; "Có hay không cũng được": 2 điểm; "Rất cần thiết": 3 điểm. Trên cơ sở tính giá trị trung bình chung của mức độ nhu cầu TVTL thuộc các lĩnh vực học tập, tình bạn, tình yêu, nghề nghiệp... cho thấy, nhu cầu tham vấn của SV đối với "nghề nghiệp" hiện nay là cao nhất (ĐTB: 2,39, ĐLC: 0,45), sau đó là lĩnh vực học tập (ĐTB: 2,23; ĐLC: 0,43), rồi đến tình yêu và một số vấn đề khác (ĐTB: 2,08, ĐLC: 0,52). Có thể thấy rằng, với độ lệch chuẩn (thể hiện mức độ phân tán quanh

điểm trung bình) thấp, không chênh lệch nhiều trên các lĩnh vực được nghiên cứu, kết quả thu được đáng tin cậy và có sự tương đồng về ý kiến giữa các khách thể được nghiên cứu (bảng 1).

Bảng 1. Các lĩnh vực cần TVTL

Các lĩnh vực TVTL	Mức độ trung bình về nhu cầu tham vấn	
	ĐTB	ĐLC
Học tập	2,23	0,43
Bạn bè	1,99	0,48
Tình yêu	2,08	0,52
Nghề nghiệp	2,39	0,45
Các vấn đề khác	2,08	0,53

Chú thích: ĐTB: điểm trung bình; ĐLC: độ lệch chuẩn

Lĩnh vực mà SV mong muốn tham vấn ít nhất là "các vấn đề liên quan đến bạn bè" (ĐTB: 1,99, ĐLC: 0,48). Tuy nhiên, ở từng thời điểm khác nhau, cũng như tùy vào tính chất khó khăn mà các em gặp phải, những mong muốn ấy cũng được thể hiện ở các mức độ khác nhau. Chẳng hạn, đối với vấn đề học tập, SV năm thứ nhất thường lo lắng hơn SV năm thứ hai về phương pháp học tập, cách thức tìm kiếm nguồn tài liệu liên quan, còn SV năm thứ 3 thường lo lắng về vấn đề việc làm nhiều hơn so với SV năm thứ nhất.

Trong bối cảnh hiện nay, việc SV lo lắng nhiều nhất về nghề nghiệp tương lai nên nhu cầu tham vấn về lĩnh vực này cũng khá bức thiết.

2) Những khó khăn trong học tập và mức độ mong muốn được TVTL

Bảng 2. Các hình thức TVTL mà SV mong đợi

STT	Các hình thức tham vấn	Số lượng	Tỉ lệ %
1	Trực tiếp với từng cá nhân	142	49,1
2	Trực tiếp với nhóm cùng khó khăn	82	28,4
3	Tham vấn qua điện thoại	70	24,2
4	Tham vấn qua thư - email	41	14,2
5	Tham vấn thông qua diễn đàn	26	9,0

Bảng 2 cho thấy, khó khăn lớn nhất trong những khó khăn mà SV gặp phải hiện nay trong học tập

* Trường Đại học Hà Tĩnh

đó là "áp lực trước những yêu cầu học tập ngày càng cao" và "rất cần tham vấn" TL chiếm tỉ lệ cao nhất (53%) trong số các mức độ mong muốn tham vấn. Đây là một thực tế, xã hội càng phát triển, yêu cầu ngày càng cao đối với học vấn, tri thức, kĩ năng đối với người học thì SV chịu áp lực càng lớn, nhất là trong bối cảnh hội nhập và phát triển hiện nay. Mục đích học tập của SV hiện nay không chỉ dừng lại "học để biết", mà "học để làm", "học để chung sống" và "học để tự khẳng định mình".

Khó khăn thứ hai mà SV rất cần tham vấn là *lựa chọn, áp dụng phương pháp học tập phù hợp với từng môn học* (48,1%). Điều này có thể giải thích: Bước vào đại học, nhiều SV còn lúng túng với "cách học", phương pháp học ở bậc đại học, nhất là đối với SV năm thứ nhất. Hơn nữa, các trường đại học Việt Nam mới chuyển từ đào tạo niên chế sang học chế tín chỉ nên nhiều SV chưa thích ứng với phương pháp học theo mô hình này; mặt khác, công tác cố vấn học tập cho SV ở các khoa, bộ môn còn hạn chế.

Khó khăn thứ ba trong học tập là *"việc tiếp cận tài liệu cũng như cập nhật các thông tin chuyên ngành"*. Đây cũng là một nhu cầu SV "rất cần tham vấn" (47,4%). Vấn đề này có mấy lí do: về chủ quan, SV chưa chịu khó tìm kiếm tài liệu và cập nhật thông tin chuyên ngành, thụ động trong học tập; về khách quan, nhiều giảng viên chưa cung cấp đầy đủ tài liệu, hướng dẫn SV địa chỉ cần đọc và không kiểm tra thường xuyên. Còn vấn đề "Khó khăn trong việc ứng phó với áp lực điểm số và căng thẳng trước các kì thi" mà "rất cần tham vấn" chiếm tỉ lệ khá cao (43,9%). Đây là TL chung và trạng thái TL phổ biến của SV trong khi học và trong mỗi kì thi.

3) Những khó khăn và mong muốn tham vấn về nghề nghiệp: Kết quả khảo sát ở 5 Khoa cho thấy "việc làm sau khi ra trường" là vấn đề khiến SV lo lắng nhất hiện nay (66,8%), trong các mức độ mong muốn tham vấn. Số SV lo lắng về "năng lực bản thân đối với yêu cầu nghề nghiệp" và mong muốn được tham vấn đứng vị trí thứ 2 (52,6%). Đứng thứ ba là "thiếu tự tin khi tham gia vào các mối quan hệ đồng nghiệp, công việc" (47,8%), tiếp theo là "khó khăn trong việc tìm kiếm các thông tin nghề nghiệp" (46%).

Trong bối cảnh đầu ra của các trường đại học đang rất khó khăn hiện nay thì việc SV lo lắng về nghề nghiệp của mình là điều rất dễ hiểu, đây cũng là thực trạng chung của SV Việt Nam. Một điều dễ nhận thấy ở SV Việt Nam là, các em thường thiếu tự tin hơn so với SV nước ngoài khi đang học cũng như khi mới

ra trường. Nguyên nhân: khả năng thích ứng kém, ít được rèn luyện về kĩ năng sống, thiếu sự trải nghiệm trong các quan hệ nghề nghiệp tương lai trong thực tế. Thường chỉ từ năm thứ ba, thứ tư đi kiến tập và thực tập mới được tham gia chính thức vào các quan hệ đó. Việc SV "khó khăn trong việc tìm kiếm thông tin nghề nghiệp" có hai nguyên nhân. Một là, do SV chưa thực sự năng động, mặc dù thông tin về nghiệp đăng tải trên các phương tiện thông tin đại chúng khá nhiều nhưng SV không chịu khó cập nhật. Hai là, công tác tham vấn và giới thiệu việc làm ở Trường còn nhiều khó khăn, chưa có ảnh hưởng lớn.

4) Những khó khăn và nhu cầu tham vấn trong tình yêu, tình dục, sức khỏe, giới tính: Kết quả khảo sát cho thấy, trong "quan hệ tình yêu" SV cũng đang gặp không ít khó khăn cần được giải tỏa và chia sẻ. So với các lĩnh vực khác thì nhu cầu tham vấn trong quan hệ tình yêu của SV chiếm tỉ lệ không cao. SV "khó khăn trong việc lựa chọn các phương án giải quyết các vấn đề tế nhị trong tình yêu" chiếm tỉ lệ cao rất cần tham vấn (56,4%). Đây là những vấn đề tế nhị và khó đòi hỏi nghệ thuật, giao tiếp ứng xử trong quan hệ tình yêu, tình dục khiến nhiều SV lúng túng vì thiếu kinh nghiệm.

Còn vấn đề "thiếu kiến thức liên quan đến sức khỏe, giới tính, tình dục" chiếm 44,6%. Thực tế cho thấy, nhiều SV rất mơ hồ về sức khỏe, giới tính, tình dục do khi học ở phổ thông không được trang bị; khi vào học đại học không chịu khó nghiên cứu, cập nhật kiến thức.

5) Các hình thức TVTL SV mong đợi: Hình thức TVTL là một trong những tiêu chí quan trọng để SV lựa chọn đến với các dịch vụ TVTL. Khi khảo sát, chúng tôi đã đưa ra một số hình thức TVTL để SV lựa chọn khi gặp những khó khăn (bảng 2). Rõ ràng, hình thức tham vấn được SV mong đợi nhất là được tham vấn trực tiếp với từng cá nhân (49,1%), một số hình thức khác như tham vấn trực tiếp với nhóm cùng khó khăn cũng được SV lựa chọn nhưng với tỉ lệ thấp hơn, còn hình thức ít được chọn nhất là tham vấn thông qua diễn đàn (9%). Sở dĩ có kết quả như vậy bởi SV nói riêng, người Việt Nam nói chung còn có TL e ngại, không muốn người khác ngoài nhà tham vấn biết về vấn đề mà họ đang gặp phải. Bên cạnh đó, qua phỏng vấn, một số SV cho rằng: "Nói chuyện trực tiếp với từng cá nhân mới có thể hiểu vấn đề một cách thấu đáo, cả người tham vấn và người được tham vấn có khoảng thời gian để hiểu và cảm thông cho nhau" (Nguyễn Thị K - SV năm thứ 3).

Như vậy, TVTL có thể được thực hiện với nhiều

hình thức khác nhau, tùy thuộc vào yêu cầu của người được tham vấn và khả năng thực tế của các trung tâm, các nhà tham vấn. Tuy nhiên, việc tham vấn trực tiếp với từng cá nhân được khá đông SV lựa chọn vì những ưu điểm không thể phủ nhận của nó so với các hình thức khác, đặc biệt là phù hợp với tâm lí của người tham vấn hiện nay. Năm bắt được việc lựa chọn các hình thức tham vấn phù hợp và hiệu quả đối với SV là rất có ích cho bất cứ một trung tâm tham vấn nào.

3. Phương hướng triển khai hoạt động TVTL cho SV ở Trường Đại học Hà Tĩnh

- 3 tháng đầu: Tổ chức seminar giới thiệu các kết quả nghiên cứu của đề tài, chú trọng việc đánh giá hiệu quả đề tài đến SV (người thụ hưởng).

- 3 tháng tiếp theo: Tổ chức tập huấn, đào tạo và bồi dưỡng các kĩ năng, nghiệp vụ cho các nhân sự chủ lực theo từng chuyên môn cụ thể được phân công. Có thể mời chuyên gia hoặc gửi cán bộ đi đào tạo tại các trung tâm, học tập các mô hình.

- Hàng tháng sau đó: Mở diễn đàn SV theo các chủ đề định hướng. Hội SV - Đoàn thanh niên là đơn vị tổ chức sự kiện, đảm nhận các phần việc về truyền thông, phân công nhiệm vụ tổ chức và bố trí lịch trình phù hợp cho mỗi nhóm đối tượng SV (theo giới tính, theo khóa đào tạo); hội đồng tư vấn chịu trách nhiệm về các công tác chuyên môn. Diễn đàn SV cần bám sát các vấn đề, các diễn biến TL, xu hướng nhận thức của SV.

- Xây dựng website với tên miền cấp 3 của www.htu.edu.vn để làm kênh truyền thông và chia sẻ, tham vấn. Website phải đảm bảo các yêu cầu: cập nhật về nội dung, luôn đổi mới về hình thức phù hợp với đối tượng, có khả năng tương tác cao với người dùng,... Đồng thời khai thác hiệu quả của các trang mạng xã hội, cần thiết lập thêm các fanpage để kịp thời nắm bắt và chia sẻ trực tuyến với người dùng.

- Sau 6 tháng: Cần thiết mở các khảo sát vừa và nhỏ để đánh giá hiệu quả và chất lượng của hoạt động tham vấn. Đây là cơ sở để có chiến lược phát triển hoạt động tham vấn tại Trường...

Kết quả nghiên cứu trên cho phép chúng tôi kết luận:

+ Ngày nay, việc áp dụng những kiến thức TL hiện đại vào các lĩnh vực của cuộc sống, nhất là TVTLHĐ là một yêu cầu không thể thiếu trong các trường đại học. Ở Hà Tĩnh, (từ bậc mầm non đến đại học) chưa có trường nào có phòng TVTLHĐ, việc khảo sát, đánh giá những khó khăn mà SV ở Trường Đại học Hà Tĩnh

gặp phải và nhu cầu TVTL của các em hiện nay để tiến tới xây dựng mô hình TVTL cho SV là cấp thiết.

+ Phân tích kết quả khảo sát thực tiễn ở Trường cho thấy, lĩnh vực tham vấn được SV quan tâm nhất hiện nay là tham vấn về nghề nghiệp tương lai, vấn đề áp lực học tập, cách ứng xử những vấn đề phức tạp, tế nhị trong tình cảm, tình yêu. Đây là những vấn đề mang tính thời sự, khá nhạy cảm hiện nay, tác động rất lớn đến đời sống tinh thần, thái độ, động cơ học tập và kết quả học tập của SV mà nhiều người quan tâm.

+ Kết quả đánh giá nhu cầu tham vấn của SV là cơ sở để nhóm nghiên cứu đề tài tham mưu giúp nhà trường tìm ra những biện pháp giúp SV vượt qua khó khăn, nâng cao chất lượng cuộc sống, thành tích học tập. Đây cũng là căn cứ khoa học để đề xuất mô hình TVTLHĐ phù hợp với điều kiện của Trường Đại học Hà Tĩnh, tiến tới thành lập Văn phòng TVTLHĐ tại trường trong thời gian tới khi có đủ điều kiện.

+ Khi chưa thành lập được Văn phòng TVTLHĐ ở Trường, giải pháp trước mắt là đưa mô hình TVTL lồng ghép trong các hoạt động trên cơ sở phối hợp và phát huy vai trò của Đoàn và Hội SV (có vai trò trong giáo dục tư tưởng - chính trị, đạo đức lối sống, tổ chức các câu lạc bộ...); Phòng công tác học sinh, SV (giải quyết những vướng mắc về quyền lợi của học sinh, SV); đội ngũ cố vấn học tập (tư vấn, giúp đỡ SV trong học tập và cuộc sống); Phòng tư vấn và giới thiệu việc làm SV (giúp SV giải quyết những khó khăn trên con đường lập thân, lập nghiệp). □

Tài liệu tham khảo

1. Lomov B.Ph. Những vấn đề lí luận và phương pháp luận tâm lí học. NXB Đại học quốc gia Hà Nội, 2001.
2. Лысенко. Групповое психологическое консультирование. Москва, 2006.
3. Меньшикова, И. Н. Психологическая помощь студентам в адаптации к стрессовым воздействиям экзаменационных сессий. диссертации и автореферата по ВАК 19.00.07, кандидат психологических наук.

SUMMARY

In this article we present findings from a survey and evaluate the difficulties arising from students' process of learning and psychological counselling demands. Based on the empirical findings, we propose a number of strategies for assisting students to address the difficulties in contribution to the improvement of their learning process and achievement