



Bài báo nghiên cứu

GIẢI PHÁP CHĂM SÓC SỨC KHỎE TINH THẦN CHO SINH VIÊN SAU DỊCH COVID-19: TIẾP CẬN Ở GÓC ĐỘ QUẢN TRỊ TRƯỜNG HỌC

Huỳnh Văn Sơn, Đỗ Tất Thiên, Bùi Hồng Quân, Giang Thiên Vũ,
Nguyễn Thị Xuân Yên, Nguyễn Thanh Huân, Nguyễn Chung Hải*

Trường Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh, Việt Nam

**Tác giả liên hệ: Giang Thiên Vũ – Email: vugt@hcmue.edu.vn*

Ngày nhận bài: 14-6-2022; ngày nhận bài sửa: 10-7-2022; ngày duyệt đăng: 22-7-2022

TÓM TẮT

Tại Việt Nam, các chương trình chăm sóc tinh thần (CSTT) cho người dân bị ảnh hưởng bởi dịch COVID-19 đã và đang được triển khai mạnh mẽ, mang lại nhiều hiệu ứng tích cực. Tiếp nối thành quả của các chương trình, dự án CSTT trong bối cảnh dịch COVID-19 đi trước, cũng như định hướng và phát triển chuyên biệt lĩnh vực CSTT cho sinh viên (SV) tại các trường đại học, cao đẳng, bài báo đề xuất các giải pháp tham vấn tâm lý (TVTL) và chăm sóc sức khỏe tâm thần (SKTT) dưới góc nhìn quản trị trường học cho SV sau dịch COVID-19 với 3 nhóm giải pháp: (1) Nâng cao nhận thức của SV về tầm quan trọng của TVTL và chăm sóc SKTT, (2) Sử dụng nguồn nhân lực nhằm phát triển công tác TVTL và chăm sóc SKTT cho SV, (3) Tổ chức hoạt động nhằm phát triển công tác TVTL và chăm sóc SKTT cho SV. Đây là hành động chiến lược cho các kế hoạch phục hồi và phát triển con người, thể hiện quan điểm nhân văn.

Từ khóa: tham vấn tâm lý; chăm sóc sức khỏe tinh thần; sức khỏe tâm thần; quản trị trường học

1. Đặt vấn đề

Tại Việt Nam, nhiều chương trình chăm sóc tinh thần (CSTT) cho người dân trong bối cảnh dịch COVID-19 đã và đang được triển khai trên toàn quốc ở các quy mô khác nhau. Các chương trình này được thực hiện với quy mô như một đề tài khoa học, một nhiệm vụ ứng dụng hay một chương trình thiện nguyện, một hoạt động công tác xã hội. Đây là những hoạt động hay các nghiên cứu ứng dụng ở các quy mô khác nhau đã tạo ra những hiệu ứng nhất định, nhất là đã đảm bảo tính nhân văn trong bối cảnh dịch bệnh và việc thực hiện các trách nhiệm xã hội, hoạt động cộng đồng.

Tháng 7 năm 2021, dự án “PsyCare – chăm sóc tinh thần mùa COVID” được khoa Tâm lý học Trường Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh (TPHCM) triển khai thực

Cite this article as: Huynh Van Son, Do Tat Thien, Bui Hong Quan, Giang Thien Vu, Nguyen Thi Xuan Yen, Nguyen Thanh Huan, & Nguyen Chung Hai (2022). The mental health care program for students after COVID-19: A school administration approach. *Ho Chi Minh City University of Education Journal of Science*, 19(7), 1002-1014.

hiện nhằm tư vấn, hỗ trợ tinh thần cho người dân ở khu cách li hoặc điều trị bệnh COVID-19 (Huynh et al., 2022). Đến giữa tháng 8 kéo dài đến hết tháng 10 năm 2021, dự án mở rộng CSTT cho nhóm đối tượng chiến sĩ bộ đội làm nhiệm vụ vận chuyển, hỏa táng người mất do dịch COVID-19 và chuỗi chương trình tập huấn chăm sóc, nâng đỡ tinh thần cho trẻ em bị mất cha/mẹ, hoặc cả cha lẫn mẹ do dịch COVID-19. Tháng 8 năm 2021, tác giả Lê Minh Công – thuộc Trường Đại học Khoa học Xã hội và Nhân văn, Đại học Quốc gia TPHCM đã cùng với các bác sĩ, chuyên gia trong lĩnh vực tâm lý, tâm thần xây dựng và triển khai dự án “Chăm sóc sức khỏe tâm thần trong đại dịch” (Youth Newspaper, 2021). Tháng 9 năm 2021, Trường Đại học Khoa học Xã hội và Nhân văn, Đại học Quốc gia TPHCM đã chính thức ra mắt chương trình “Vắc-xin tinh thần”. Chương trình nhằm hỗ trợ SKTT miễn phí cho người dân trong bối cảnh đại dịch COVID-19 tại TPHCM.

Thời gian qua, các chương trình chăm sóc SKTT cho người dân bị ảnh hưởng bởi dịch COVID-19 đã và đang được triển khai rất mạnh mẽ và mang lại nhiều hiệu ứng tích cực cho SKTT của người dân. Tuy nhiên, các dự án phần lớn được triển khai đáp ứng các yêu cầu cấp thiết về SKTT do đại dịch gây ra, các chiến lược CSTT về lâu dài, cũng như các biện pháp tham vấn tâm lý (TVTL), chăm sóc, giảm thiểu tổn thương, sang chấn tâm lý sau dịch COVID-19 cho các nhóm đối tượng riêng biệt chưa được đầu tư một cách rõ nét và quyết tâm. Bài viết này tập trung vào việc đề xuất các giải pháp nâng cao nhận thức, triển khai tham vấn tâm lý và chăm sóc SKTT cho nhóm đối tượng sinh viên (SV) đang theo học tại các trường đại học, cao đẳng khu vực TPHCM với mục tiêu kép vừa CSTT cho nhóm đối tượng này sau dịch COVID-19, vừa tận dụng lực lượng đông đảo, trình độ cao này để lan tỏa các giá trị của chương trình cũng như hỗ trợ CSTT cho người dân thành phố trong bối cảnh phục hồi và phát triển sau dịch COVID-19.

2. Giải quyết vấn đề

2.1. Cơ sở đề xuất giải pháp

2.1.1. Cơ sở lý luận

Các triệu chứng liên quan đến sự kiện đau buồn có thể về cảm xúc, thể chất, nhận thức hoặc xã hội và khác nhau về mức độ nghiêm trọng và thời gian. Lo lắng, trầm cảm, đau buồn nói chung và sợ hãi thường là những vấn đề SKTT mà những người bị ảnh hưởng bởi thiên tai phải đối mặt. Nguy cơ nhiễm COVID-19 đã tạo ra một loạt các lo ngại tâm lý tương tự, chẳng hạn như rối loạn hoảng sợ, lo lắng và trầm cảm (Griffin, 2020). Trong phần này, chúng tôi bắt đầu bằng cách khám phá tác động tiềm ẩn của COVID-19 đối với SKTT của SV làm cơ sở lý luận để đề xuất các giải pháp chăm sóc SKTT cho các em.

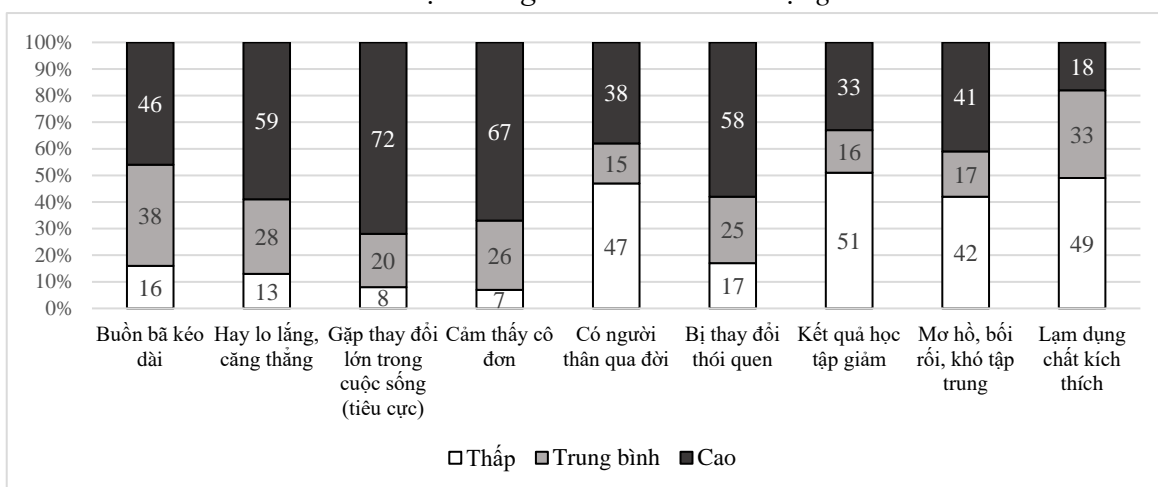
COVID-19 có thể ảnh hưởng đến SKTT của SV theo nhiều cách khác nhau, nhiều cách trong số đó có thể xảy ra đồng thời. Trong một nghiên cứu của Sorokin và cộng sự (2020), các nhà nghiên cứu đã khám phá cách các yếu tố gây căng thẳng liên quan đến COVID-19 dự đoán về căng thẳng tâm lý và lo lắng tổng thể ở 2000 người tham gia. Các nhà nghiên cứu phát hiện ra rằng 99,8% người được phỏng vấn nhấn mạnh sự phổ biến của sự đau khổ liên quan đến căn bệnh này. Trong bối cảnh của trường đại học Việt Nam, điều này cho thấy rằng

có thể mong đợi gần như tất cả SV phải trải qua một số khó khăn, có lẽ liên quan đến việc tiếp tục bị cô lập hoặc tái tạo do cách li. Trong khi hầu hết SV có thể đối phó tương đối tốt với những gián đoạn do COVID-19 gây ra, một số SV có thể bị phát triển các triệu chứng nghiêm trọng hơn như rối loạn căng thẳng sau sang chấn. Trong một nghiên cứu của Chen và cộng sự (2020), các nhà nghiên cứu đã kiểm tra tác động tâm lí của COVID-19 ở 584 người ở Trung Quốc trong độ tuổi từ 14 đến 35 và phát hiện 40% người tham gia gặp các vấn đề tâm lí và 14% có triệu chứng của rối loạn căng thẳng sau sang chấn (Chen et al., 2020). Riêng với SV, những thách thức về cảm xúc và hành vi có thể ảnh hưởng đến kết quả và hành vi của SV. Nếu không được hỗ trợ, can thiệp, những tác động tâm lí của rối loạn căng thẳng sau sang chấn có thể ảnh hưởng lâu dài đến SKTT của SV. Từ lược khảo một số nghiên cứu hiện trạng tại Việt Nam, cũng như các quốc gia trong khu vực (Cullen et al., 2020; Hossain et al., 2020), có thể tóm lược một số tác nhân gây rối loạn SKTT ở SV trong và sau COVID-19 như sau: Nỗi sợ về COVID-19; Sự gián đoạn học tập và tình trạng học trực tuyến kéo dài; Hậu quả của giãn cách xã hội; Mất mát, đau buồn vì mất người thân do COVID-19; Sự lo lắng, căng thẳng thứ cấp: những lo lắng, căng thẳng về cuộc sống, công việc, định hướng, học tập, an sinh xã hội... khi đại dịch đi qua.

2.1.2. Cơ sở thực tiễn

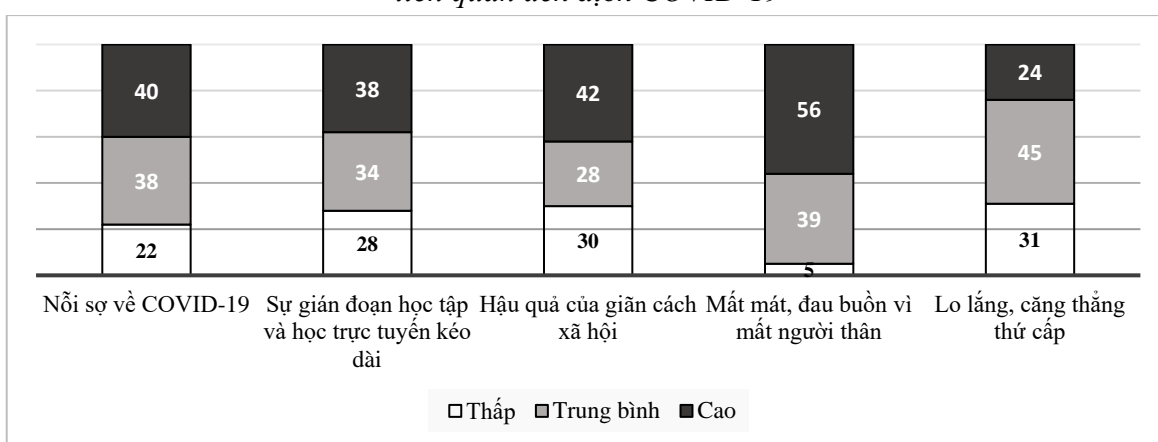
Từ cơ sở lí luận xác lập về các tác nhân gây rối loạn SKTT của SV trong và sau COVID-19, chúng tôi tiến hành thiết kế bảng hỏi (Google Form) với 3 nhóm câu hỏi, gồm: (1) Tự đánh giá của SV về tình trạng SKTT, (2) Nhận thức của SV về các tác nhân gây rối loạn SKTT liên quan đến dịch COVID-19, (3) Cách ứng phó của SV khi rơi vào trạng thái rối loạn SKTT. Thời lượng thực hiện trung bình 1 phiếu là 10 phút. Đường dẫn khảo sát được gửi đến 1000 SV năm 1 và 2 của Trường ĐHSP TPHCM từ tháng 9 đến tháng 10/2021 (giai đoạn nói lỏng giãn cách xã hội) và thu về 1000 phiếu đạt yêu cầu. Sau đó, chúng tôi tiến hành xử lí số liệu và trình bày, phân tích theo giá trị trung bình quy đổi của các lựa chọn. Kết quả khảo sát được tóm lược trong các biểu đồ sau:

Biểu đồ 1. Tự đánh giá của SV về tình trạng SKTT



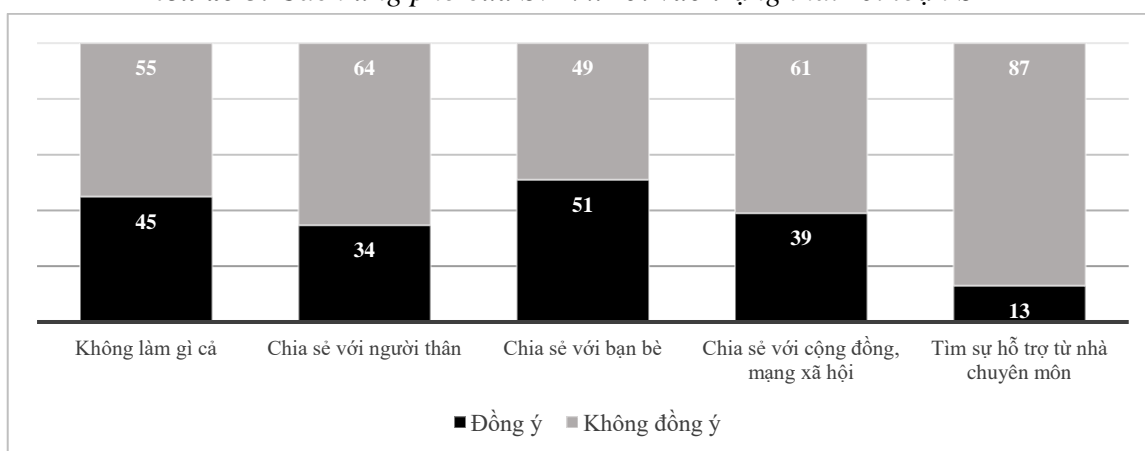
Biểu đồ 1 cho thấy những chỉ báo liên quan đến rối loạn SKTT của SV đang ở mức cao, phản ánh những trải nghiệm tiêu cực, cũng như diễn tiến cảm xúc tiêu cực của SV sau khi rời lỏng giãn cách xã hội. Trong đó, có đến 72% SV gặp thay đổi lớn trong cuộc sống theo hướng tiêu cực, 59% hay lo lắng, căng thẳng, 67% cảm thấy cô đơn, 58% bị thay đổi thói quen, 46% cảm thấy buồn bã kéo dài. Những biểu hiện này được đánh giá ở mức cao cho thấy tình trạng SKTT của SV đang rất bất ổn. Thậm chí, con số 38% SV có người thân qua đời không hề nhỏ và cho thấy sự cần thiết phải có biện pháp hỗ trợ tâm lý cho đối tượng này.

Biểu đồ 2. Nhận thức của SV về các tác nhân gây rối loạn SKTT liên quan đến dịch COVID-19



Biểu đồ 2 cho thấy hầu hết SV đều đánh giá 5 tác nhân gây rối loạn SKTT liên quan đến COVID ở mức tác động đáng kể đến SKTT của SV, tác nhân mất mát, đau buồn vì mất người thân có trọng số cao nhất (56%) cho thấy đây là sang chấn rất lớn gây tổn thương kéo dài. Ngoài ra, tác nhân lo lắng, căng thẳng thứ cấp có sự chênh lệch rõ về tỉ lệ đánh giá với các tác nhân còn lại cho thấy SV chưa nhận thức đầy đủ về sang chấn hậu COVID-19 – một rối loạn SKTT đang được quan tâm nghiên cứu và hỗ trợ.

Biểu đồ 3. Cách ứng phó của SV khi rơi vào trạng thái rối loạn SKTT



Biểu đồ 3 phản ánh số SV chọn không làm gì cả khá lớn với 45%, và điều đáng lưu ý là chỉ 13% SV chọn sẽ tìm sự hỗ trợ từ nhà chuyên môn khi các em rơi vào trạng thái rối loạn SKTT. Kết quả này phản ánh các dịch vụ chăm sóc SKTT còn nhiều hạn chế, chưa tác động hiệu quả đến nhận thức và hành vi tìm kiếm sự hỗ trợ của SV.

Khảo sát sơ bộ từ 1000 SV kể trên là cơ sở đề xuất các giải pháp tập trung vào (1) Nâng cao nhận thức của SV về tầm quan trọng của việc chăm sóc SKTT sau COVID-19; (2) Phát triển nguồn nhân lực thực hiện công tác chăm sóc SKTT có chất lượng, hiệu quả cho SV; và (3) Triển khai công tác hỗ trợ, chăm sóc SKTT cho SV có trọng điểm.

2.2. Các giải pháp chăm sóc SKTT cho SV sau dịch COVID-19

2.2.1. Giải pháp về nâng cao nhận thức của SV về tầm quan trọng của TVTL và chăm sóc SKTT

• *Biện pháp 1: Tăng cường công tác cung cấp thông tin cho SV về tầm quan trọng của TVTL và chăm sóc SKTT*

a. Mục đích

Cung cấp các thông tin về tầm quan trọng của TVTL và chăm sóc SKTT cho SV và các đối tượng có liên quan trong cộng đồng.

b. Nội dung

Tăng cường cung cấp các nội dung về tầm quan trọng của công tác TVTL và chăm sóc SKTT của SV dựa trên các bằng chứng lí luận đã xác lập và thực tiễn bối cảnh ở Việt Nam như:

- Các triệu chứng liên quan đến sự kiện đau buồn có thể về cảm xúc (lo lắng, trầm cảm, đau buồn...) thể chất, nhận thức hoặc xã hội và khác nhau về mức độ nghiêm trọng và thời gian.

- Một số tác nhân gây rối loạn SKTT ở SV trong và sau COVID-19 như sau: Nỗi sợ về COVID-19; Sự gián đoạn học tập và tình trạng học trực tuyến kéo dài; Hậu quả của giãn cách xã hội; Mất mát, đau buồn vì mất người thân do COVID-19; Sự lo lắng, căng thẳng thứ cấp: những lo lắng, căng thẳng về cuộc sống, công việc, định hướng, học tập, an sinh xã hội... khi đại dịch đi qua.

- Số liệu, dẫn chứng khoa học về số ca mắc COVID-19, biện pháp phòng ngừa/sống chung với đại dịch, các biện pháp khôi phục cuộc sống “bình thường mới”, các rối loạn tâm lí thường gặp sau COVID-19...

c. Cách thức thực hiện

- Khai thác lợi thế trong việc tiếp cận và sử dụng ứng dụng thông minh (trên điện thoại thông minh, laptop, mạng xã hội...) của SV hiện nay để giới thiệu, chia sẻ về tầm quan trọng của công tác TVTL và chăm sóc SKTT.

- Khai thác các bảng tin, tờ rơi, thư ngỏ... và một số hình thức khác để giới thiệu quảng bá về công tác tâm lí học đường cho SV.

- Triển khai báo cáo chuyên đề tâm lý trực tiếp (tại các trường, sân vận động...) và trực tuyến góp phần tạo các biểu tượng tích cực, gây hiệu ứng lan toàn về hoạt động này.

• *Biện pháp 2: Truyền thông có hệ thống về công tác TVTL và chăm sóc SKTT tập trung vào nhu cầu TVTL và chăm sóc SKTT của SV*

a. Mục đích

Giúp SV hiểu và nâng cao nhận thức, duy trì sự cân bằng tâm lý, tăng cường khả năng ứng phó với các vấn đề nảy sinh trong cuộc sống, ra quyết định phù hợp với bối cảnh và thực hiện quyết định một cách hiệu quả. Qua đó, giúp các đối tượng được truyền thông nhận thức được tầm quan trọng, vị trí và vai trò của việc TVTL và chăm sóc SKTT.

b. Nội dung

Truyền thông có hệ thống về công tác TVTL và chăm sóc SKTT ở trường đại học, cao đẳng là hình thức liên tục trao đổi thông tin, tư tưởng, tình cảm... một cách có hệ thống về việc thân chủ (người có khó khăn về mặt tâm lý cần giúp đỡ) mong muốn được trợ giúp về SKTT. Các nội dung truyền thông tập trung vào:

- Cách nhận biết các triệu chứng liên quan đến sự kiện đau buồn có thể về cảm xúc (lo lắng, trầm cảm, đau buồn...) thể chất, nhận thức hoặc xã hội.

- Cách nhận biết một số tác nhân gây rối loạn SKTT ở SV trong và sau COVID-19 như sau: Nỗi sợ về COVID-19; Sự gián đoạn học tập và tình trạng học trực tuyến kéo dài; Hậu quả của giãn cách xã hội; Mất mát, đau buồn vì mất người thân do COVID-19; Sự lo lắng, căng thẳng thứ cấp: những lo lắng, căng thẳng về cuộc sống, công việc, định hướng, học tập, an sinh xã hội... khi đại dịch đi qua.

- Cách tìm kiếm sự hỗ trợ về TVTL và chăm sóc SKTT tại khu vực sinh sống. Cung cấp các số đường dây nóng (hotline) và các cảm nang, tờ rơi thông tin các địa chỉ, trang web hoặc số điện thoại hỗ trợ TVTL cho SV, cũng như các đối tượng có nhu cầu.

c. Cách thức thực hiện

Để truyền thông có hệ thống về công tác TVTL và chăm sóc SKTT ở trường đại học, cao đẳng, cần thực hiện các cách sau đây:

- Nâng cao nhận thức của các cấp ủy Đảng, chính quyền, cộng đồng, gia đình về vai trò, vị trí của công tác TVTL và chăm sóc SKTT trong hệ thống giáo dục đại học bằng việc quán triệt các chính sách, phân tích nhu cầu TVTL và chăm sóc SKTT của SV.

- Tăng cường trách nhiệm của các cấp ủy Đảng, các cơ quan quản lý nhà nước và các cấp chính quyền địa phương trong việc chỉ đạo, tổ chức thực hiện công tác thông tin, truyền thông về công tác TVTL và chăm sóc SKTT cho SV hiện nay.

- Tiến hành khảo sát nhu cầu TVTL và chăm sóc SKTT của SV và triển khai kế hoạch giúp đỡ SV từ nhiệm vụ của công tác TVTL và chăm sóc SKTT.

- Truyền thông thông qua phương tiện đại chúng thông tin về vị trí, vai trò, ý nghĩa của công tác TVTL và chăm sóc SKTT cho SV sẽ được nhiều người quan tâm một cách phổ biến và rộng rãi hơn. Lòng ghép công tác tuyên truyền hệ thống về công tác TVTL và chăm sóc

SKTT vào các buổi hội thảo có liên quan để các nhà nghiên cứu, nhà quản lí, giáo viên, tổ chức chính trị – xã hội, doanh nghiệp thấy được tầm quan trọng để phát triển công tác TVTL và chăm sóc SKTT cho SV.

2.2.2. Giải pháp sử dụng nguồn nhân lực nhằm phát triển công tác TVTL và chăm sóc SKTT cho SV

• *Biện pháp 3: Định hướng đào tạo, bồi dưỡng đội ngũ làm công tác TVTL và chăm sóc SKTT dựa trên nhu cầu thực tiễn*

a. Mục đích

Định hướng đào tạo, bồi dưỡng đội ngũ làm công tác TVTL và chăm sóc SKTT dựa trên nhu cầu thực tiễn nhằm đảm bảo nhân sự chất lượng triển khai công tác này thành công.

b. Nội dung

- Các trường đại học, cao đẳng thực hiện rà soát đội ngũ làm công tác TVTL và chăm sóc SKTT tại đơn vị, báo cáo tình hình và đề xuất phát triển đội ngũ làm công tác TVTL và chăm sóc SKTT lên Bộ Giáo dục và Đào tạo (GD&ĐT), Vụ Công tác Chính trị Học sinh - SV một cách khách quan.

- Đẩy mạnh việc thực hiện chủ trương phát triển nguồn nhân lực trong giáo dục, tham mưu cho cấp Ủy và chính quyền địa phương về đào tạo nguồn nhân lực để đáp ứng nhu cầu TVTL và chăm sóc SKTT của SV ở các trường đại học, cao đẳng.

c. Cách thức thực hiện

- Thống kê chính xác, đầy đủ và chi tiết, cụ thể về tình hình đội ngũ làm công tác TVTL và chăm sóc SKTT từ các địa phương để có kế hoạch đào tạo đội ngũ làm công tác TVTL và chăm sóc SKTT hiệu quả, thiết thực.

- Xây dựng kế hoạch và chương trình đào tạo đội ngũ làm công tác TVTL và chăm sóc SKTT đảm bảo đúng tinh thần các văn bản quy định về GD&ĐT, bám sát các định hướng đào tạo nguồn nhân lực trong giáo dục theo chỉ đạo của Bộ GD&ĐT.

- Giám sát từ các cơ quan chức năng về việc thực hiện những văn bản pháp quy trong quá trình đào tạo đội ngũ làm công tác TVTL và chăm sóc SKTT, nhất là khung chuẩn đầu ra và yêu cầu tối thiểu về năng lực nghề.

- Thẩm định, đánh giá hiệu quả việc đào tạo, bồi dưỡng đội ngũ làm công tác TVTL và chăm sóc SKTT.

- Đảm bảo việc xác định nhu cầu chính xác, dự báo đội ngũ làm công tác TVTL và chăm sóc SKTT theo nhu cầu giáo dục hiệu quả, đặc biệt hướng đến việc đặt hàng đào tạo có kiểm tra, giám sát việc đào tạo đội ngũ làm công tác TVTL và chăm sóc SKTT.

• *Biện pháp 4: Đẩy mạnh việc đào tạo, bồi dưỡng nâng cao trình độ chuyên môn, nghiệp vụ cho đội ngũ làm công tác TVTL và chăm sóc SKTT*

a. Mục đích

Đẩy mạnh việc đào tạo, bồi dưỡng đội ngũ làm công tác TVTL và chăm sóc SKTT là nhiệm vụ hàng đầu để đáp ứng nhu cầu ngày càng cao và luôn biến động của xã hội, thời đại.

b. Nội dung

- Các cơ quan quản lý công tác TVTL và chăm sóc SKTT ở trường đại học, cao đẳng xác định việc nâng cao trình độ, tập huấn thường xuyên cho đội ngũ phụ trách công tác này là một bài toán tổng thể cần giải quyết từ chính sách vĩ mô đến các biện pháp cụ thể.

- Các khoa đào tạo chuyên môn thuộc các trường đại học trọng điểm thường xuyên tổ chức, bồi dưỡng, tập huấn chuyên môn, nghiệp vụ công tác TVTL và chăm sóc SKTT cho người phụ trách công tác này tại trường đại học chuyên trách.

- Với các cơ sở giáo dục đại học, cao đẳng, tranh thủ các điều kiện, nhà trường cần mạnh dạn cử người phụ trách công tác TVTL và chăm sóc SKTT cho SV đi học tập nâng cao trình độ chuyên môn kể cả bằng kinh phí của nhà trường.

- Tạo điều kiện cho đội ngũ làm công tác TVTL và chăm sóc SKTT tham quan, học hỏi kinh nghiệm ở các đơn vị đồng đẳng cũng như ở các đơn vị nước ngoài để mở rộng hiểu biết, tầm nhìn,

- Tổ chức các hội thảo, tập huấn và tạo điều kiện cho người làm công tác TVTL và chăm sóc SKTT tham gia để học hỏi, giao lưu, trao đổi kinh nghiệm nhằm nâng cao tri thức và vận dụng những kinh nghiệm đó vào thực tiễn công tác TVTL và chăm sóc SKTT cho SV ở đơn vị.

c. Cách thức thực hiện

- Các trường đại học, cao đẳng thực hiện dự toán ngân sách cho việc nâng cao trình độ đội ngũ làm công tác TVTL và chăm sóc SKTT hoặc đào tạo theo “đặt hàng” đội ngũ làm công tác này theo cơ chế mới.

- Các trường đại học, cao đẳng xây dựng kế hoạch đào tạo, bồi dưỡng đội ngũ làm công tác TVTL và chăm sóc SKTT đảm bảo ba “đúng”: đúng lúc, đúng đối tượng, đúng nội dung.

- Thực hiện công tác bồi dưỡng, đào tạo, tập huấn đội ngũ làm công tác TVTL và chăm sóc SKTT đúng với chỉ đạo, chính sách của Đảng và Nhà nước và tiến hành có kế hoạch, hiệu quả, đúng tầm nhìn và định hướng.

- Đào tạo, bồi dưỡng chuyên môn nghiệp vụ cho đội ngũ làm công tác TVTL và chăm sóc SKTT thường xuyên, liên tục, linh hoạt với nhiều biện pháp đồng bộ như: động viên, khuyến khích, hành chính, kinh tế... gắn trách nhiệm của đơn vị và bản thân người phụ trách được cử đi đào tạo, bồi dưỡng.

2.2.3. Giải pháp về tổ chức hoạt động nhằm phát triển công tác TVTL và chăm sóc SKTT cho SV

- *Biện pháp 5: Triển khai mô hình TVTL và chăm sóc SKTT toàn diện cho SV*

a. Mục đích

Nghiên cứu và triển khai mô hình TVTL và chăm sóc SKTT toàn diện cho SV vừa đảm bảo việc hỗ trợ, can thiệp tâm lý phù hợp, hiệu quả với khó khăn tâm lý SV gặp phải, vừa đáp ứng mục tiêu phòng ngừa, phát triển toàn diện; chăm sóc đời sống tinh thần của SV, hướng đến sự phát triển tâm lý cân bằng.

b. Nội dung

Nghiên cứu và triển khai mô hình TVTL và chăm sóc SKTT toàn diện trên cơ sở mô hình TVTL đã và đang được triển khai trong dự án TVTL và chăm sóc SKTT người dân trong đại dịch (dự án PSYCARE) của Khoa Tâm lý học, Trường ĐHSP TPHCM (xem Hình 1).



Hình 1. Mô hình TVTL và chăm sóc SKTT người dân trong đại dịch (PSYCARE)

Nguồn: Huỳnh et al. (2022)

c. Cách thức thực hiện

- triển khai mô hình TVTL và chăm sóc SKTT toàn diện cho SV dựa trên đội ngũ chuyên gia tâm lý được đào tạo bài bản về TVTL và chăm sóc SKTT trực thuộc Khoa/Ngành Tâm lý học.

- Triển khai mô hình TVTL và chăm sóc SKTT toàn diện cho SV với các yêu cầu cụ thể có liên quan về: mục tiêu, nội dung TVTL và chăm sóc SKTT, các yêu cầu khác về mặt kỹ thuật, nguyên tắc, quy trình TVTL...

- Tiến hành TVTL và chăm sóc SKTT cho SV tại trường đại học, cao đẳng dựa trên cơ sở các lý thuyết, quy trình và các kỹ năng TVTL phù hợp.

- Phối hợp với các tổ chức, trung tâm tư vấn tâm lý và chăm sóc SKTT bên ngoài trường học cùng triển khai một số nội dung về chăm sóc SKTT cho SV.

- Tổ chức đánh giá, chia sẻ kinh nghiệm TVTL và chăm sóc SKTT giữa đội ngũ chuyên gia phụ trách giữa các cơ sở giáo dục đại học, cao đẳng với nhau; thực hiện các hoạt động chuyên môn có liên quan như: giám sát, đánh giá trong hoạt động TVTL.

• *Biện pháp 6: Hoàn thiện yêu cầu của công tác TVTL và chăm sóc SKTT cho SV nhằm phát triển công tác này trong các trường đại học, cao đẳng*

a. Mục đích

Đảm bảo các yêu cầu về chuyên môn, kỹ thuật của công tác TVTL và chăm sóc SKTT cho SV nhất là về tên gọi để đảm bảo đúng bản chất, đạo đức nghề nghiệp và đào tạo nguồn nhân lực có chất lượng, hiệu quả.

b. Nội dung

Hoàn thiện yêu cầu của công tác TVTL và chăm sóc SKTT nhằm phát triển công tác này đáp ứng yêu cầu của định hướng giáo dục phát triển năng lực, phẩm chất là một chuỗi nội dung mang tính khái quát đến chi tiết. Có thể đề cập đến một số nội dung sau:

- Cụ thể hóa công việc theo yêu cầu phân tích công việc của người làm công tác TVTL và chăm sóc SKTT.

- Đề xuất các yêu cầu về đạo đức nghề nghiệp của người làm công tác TVTL và chăm sóc SKTT cần tuân thủ, đáp ứng.

- Mô hình hóa mối quan hệ giữa người làm công tác TVTL và chăm sóc SKTT với các lực lượng giáo dục có liên quan trong phạm vi trường đại học, cao đẳng.

c. Cách thức thực hiện

- Lãnh đạo ngành GD&ĐT quán triệt tinh thần thừa nhận, tôn trọng vị trí, vai trò của công tác TVTL và chăm sóc SKTT, có chiến lược, kế hoạch phát triển công tác này.

- Các trường đại học, cao đẳng đảm bảo việc tổ chức các hoạt động giao lưu - kết nối giữa nhà quản lý, các bên có liên quan, giảng viên các khoa với người làm công tác TVTL và chăm sóc SKTT để đảm bảo mối quan hệ giữa người làm công tác này với các lực lượng giáo dục trong trường đại học, cao đẳng thật tích cực.

- Xây dựng và triển khai mô hình kết nối công việc giữa người làm công tác TVTL và chăm sóc SKTT với khoa quản lý đào tạo SV, các bên có liên quan phải có sự đồng thuận cao.

- Phân tích công việc của người làm công tác TVTL và chăm sóc SKTT cũng như của các vị trí khác trong môi trường học đường phải đảm bảo nhất quán, công khai và minh bạch hướng đến sự đồng thuận, tính thuyết phục cao.

Để có thể đảm bảo tính khả thi của các giải pháp trên trong bối cảnh thực tiễn, nhất là đáp ứng nhu cầu thực tiễn với một nhiệm vụ nghiên cứu ứng dụng, nhóm tác giả đã phỏng vấn một số chuyên gia theo hướng phỏng vấn sâu chuyên gia dựa trên quy trình: trình bày mục tiêu, mô tả giải pháp, cụ thể hóa ý nghĩa và nội dung, kết quả như sau (xem Bảng 1):

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn ý kiến chuyên gia

Chuyên gia	Kết quả phỏng vấn
Chuyên gia 1 (Giáo sư, Tâm lí học)	<p>6 biện pháp đề xuất đều có tính cấp thiết và khả thi trong bối cảnh thực tiễn của ngành Tâm lí học nói chung, lĩnh vực TVTL và chăm sóc SKTT con người nói riêng. Tuy nhiên, cần cân nhắc chuẩn chất lượng của đội ngũ nhân sự thực hiện các biện pháp này. Ngoài ra, để tăng tính thiết thực và khả thi của các biện pháp, cần lập nhóm nghiên cứu nòng cốt để triển khai thử nghiệm ở ít nhất 2 trường đại học để đánh giá sự thay đổi về SKTT và nhu cầu chăm sóc SKTT của SV để hoàn thiện mô hình chính thức.</p>
Chuyên gia 2 (Phó giáo sư, Tâm lí học lâm sàng)	<p>Để đánh giá tính khả thi của 6 biện pháp này, cần đặt trong bối cảnh triển khai thực tế của cơ sở giáo dục đại học đó. Ngoài ra, sự giám sát chuyên môn từ chuyên gia quốc tế, hoặc một tổ chức/mạng lưới chuyên ngành là cần thiết để đảm bảo chất lượng chuyên môn nói chung.</p> <p>Nhìn chung, các biện pháp này có thể thực hiện được, nhưng cần từng bước trong bối cảnh lúc này. Trước hết cần chuẩn bị và xây dựng đội ngũ nhân sự nòng cốt cho dự án. Họ phải là những người đặt nền móng ý tưởng truyền thông và cách tiếp cận như nào. Tiếp đó là nâng cao chất lượng chuyên môn TVTL và chăm sóc SKTT cho đội ngũ này để họ thực hiện công tác đào tạo nguồn nhân lực. Sự liên kết, thành lập mạng lưới hoặc phối hợp quốc tế là cần thiết để đẩy mạnh chất lượng đào tạo. Cuối cùng là 2 biện pháp thuộc khâu triển khai, cần rõ ràng về kế hoạch thực hiện và đánh giá.</p>
Chuyên gia 3 (Phó giáo sư, Tâm lí học giáo dục)	<p>Với 2 biện pháp truyền thông, đây là nhóm biện pháp rất ý nghĩa để nâng cao nhận thức của SV, đồng thời kích cầu trong SV về việc sử dụng dịch vụ này. Để khả thi hơn, các chiến lược truyền thông cần đảm bảo có đội ngũ chuyên gia mạnh về truyền thông, hình ảnh để tác động mạnh mẽ vào nhận thức của SV. Đồng thời cần có những video clip hoặc cảm nang giới thiệu dịch vụ, hoặc cung cấp kiến thức cho SV.</p> <p>Với 2 biện pháp đào tạo, phải nâng cao chất lượng đào tạo để chuẩn bị nguồn nhân lực chất lượng cao thực hiện chương trình này nhưng cần quan tâm khía cạnh chuẩn nghề nghiệp cho đội ngũ này. Nếu chưa có sự nhất quán về chính sách dành cho đội ngũ này, sẽ khó duy trì động lực làm việc của họ khi triển khai chính thức. Ngoài ra, cơ sở giáo dục đại học triển khai chương trình chăm sóc SKTT cần chuẩn bị về cơ sở vật chất và các chính sách phù hợp nếu xem đây là nhiệm vụ trọng điểm lâu dài.</p> <p>Với 2 biện pháp triển khai, cần tiến hành cuốn chiếu theo từng giai đoạn để vừa điều chỉnh, vừa rút kinh nghiệm từ khâu nội dung, nhân sự đến cách vận hành. Nhất thiết phải có thử nghiệm, cũng như mô hình mẫu ở 1 trường ĐH, từ đó lan rộng ra các trường. Ngoài ra, để khả thi hơn ở các cơ sở giáo dục không có khoa chuyên trách, mạng lưới chuyên gia TVTL và chăm sóc SKTT ở các trường đại học là cần thiết để hỗ trợ kịp thời hoặc phối hợp triển khai hiệu quả. Ngoài ra, có thể cân nhắc sử dụng và đào tạo nhóm nòng cốt SV làm công tác truyền thông cho chương trình, hoặc nhóm nòng cốt SV ngành Tâm lí học để các em vừa có cơ hội thực hành nghề nghiệp, vừa cống hiến cho nghề, góp phần thúc đẩy động lực và sự gắn bó nghề.</p>

3. Kết luận

Đại dịch COVID-19 tạo ra nguy cơ sang chấn hàng loạt, có tính lan tỏa và tác động mạnh mẽ đến SKTT của người trưởng thành, trẻ em và nhóm yếu thế cả trong hiện tại và tương lai. Sang chấn này có khả năng cao làm trầm trọng thêm những vấn đề SKTT hiện có và góp phần gây ra các bệnh mới liên quan đến căng thẳng. Không chỉ vậy, COVID-19 còn là một sang chấn kéo dài ngay khi đại dịch đã kết thúc. Khi trải nghiệm sang chấn đã qua, dịch bệnh được kiểm soát, các đối tượng, trong đó có SV, có thể mất một thời gian để thích ứng với những gì đã xảy ra. Việc cảm thấy sốc, ngợp hoặc tê liệt trong nhiều ngày, nhiều tuần, nhiều tháng sau đó là điều bình thường. Đối với nhiều bạn trẻ, những cảm giác này sẽ giảm dần theo thời gian, nhưng với bạn trẻ khác, chúng vẫn tồn tại và bắt đầu tác động đến cuộc sống, học tập. Do đó, giai đoạn sau đại dịch, khi các vấn đề an sinh, xã hội, kinh tế, y tế của người dân đã đi vào ổn định, các cơn hoảng loạn, sự lo lắng kéo dài – những sang chấn tâm lý sẽ được tái hiện lại, đi đôi với đó là hệ lụy của việc học trực tuyến kéo dài dẫn đến nhu cầu cần được hỗ trợ, can thiệp tâm lý của SV tăng. Vì thế, dự báo về tổn thương tâm lý, cũng như nghiên cứu, phát triển các biện pháp TVTL và chăm sóc SKTT cho SV rất cần thiết bởi đây là hành động chiến lược cho các kế hoạch phục hồi và phát triển; thể hiện quan điểm nhân văn từ góc độ quản trị trường học. Ngoài ra, đây cũng là yêu cầu lõi của chính sách an sinh xã hội và đáp ứng các nhu cầu chăm sóc con người nhất là nhu cầu CSTT.

❖ **Tuyên bố về quyền lợi:** Các tác giả xác nhận hoàn toàn không có xung đột về quyền lợi.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- Chen, Q., Liang, M., Li, Y., Guo, J., Fei, D., Wang, L., & Zhang, Z. (2020). Mental health care for medical staff in China during the COVID-19 outbreak. *The Lancet Psychiatry*, 7(4), e15-e16.
- Cullen, W., Gulati, G., & Kelly, B. D. (2020). Mental health in the COVID-19 pandemic. *QJM: An International Journal of Medicine*, 113(5), 311-312.
- Griffin, G. (2020). Defining trauma and a trauma-informed COVID-19 response. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 12(S1), S279.
- Ho Chi Minh City National University (05/09/2021). *Chương trình “Vac-xin tinh thần” hỗ trợ sức khỏe tinh thần miễn phí cho người dân trong bối cảnh đại dịch COVID-19 [The “Spiritual Vaccine” program provides free mental health support for people in the context of the COVID-19 pandemic]*. Retrieved from <https://hcmussh.edu.vn/tin-tuc/vac-xin-tinh-than>
- Hossain, M. M., Tasnim, S., Sultana, A., Faizah, F., Mazumder, H., Zou, L., ... Ma, P. (2020). Epidemiology of mental health problems in COVID-19: a review. *F1000Research*, 9.
- Huynh, V. S., Giang, T. V., Do, T. T., Bui, H. Q., Nguyen, T. T., & Nguyen, V. K. (2022). The PSYCARE model: Its efficacy in mental health care during the fourth outbreak of COVID-19 in Vietnam. *International Journal of Health Sciences*, 16(3), 11-19.

- Sorokin, A. V., Karathanasis, S. K., Yang, Z. H., Freeman, L., Kotani, K., & Remaley, A. T. (2020). COVID-19-Associated dyslipidemia: Implications for mechanism of impaired resolution and novel therapeutic approaches. *The FASEB Journal*, 34(8), 9843-9853.
- Youth Newspaper (24/07/2021). *Chuyen gia lap nhom tu van tam li mien phi cho nguoi dan trong dich COVID-19 [Experts set up free psychological counseling groups for people during the COVID-19 epidemic]*. Retrieved from <https://tuoitre.vn/chuyen-gia-lap-nhom-tu-van-tam-ly-mien-phi-cho-nguoi-dan-trong-dich-covid-19-20210724155546394>

**THE MENTAL HEALTH CARE PROGRAM FOR STUDENTS AFTER COVID-19:
A SCHOOL ADMINISTRATION APPROACH**

***Huynh Van Son, Do Tat Thien, Bui Hong Quan, Giang Thien Vu*,
Nguyen Thi Xuan Yen, Nguyen Thanh Huan, Nguyen Chung Hai***

Ho Chi Minh City University of Education, Vietnam

**Corresponding author: Giang Thien Vu – Email: vugt@hcmue.edu.vn*

Received: June 14, 2022; Revised: July 10, 2022; Accepted: July 22, 2022

ABSTRACT

In Vietnam, mental health care programs for people affected by the COVID-19 pandemic have been implemented, bringing many positive effects in the past time. Continuing these achievements, as well as specialized orientation and development in the field of mental care for students at universities, in this paper, we propose solutions for counseling and offering mental health care from the perspective of school administration for students after the COVID-19 pandemic with three groups of solutions: (1) Raising students' awareness about the importance of counseling and mental health care, (2) Using human resources to develop the students' counseling and mental health care, and (3) Organizing activities to develop the students' counseling and mental health care. These solutions are strategic actions for human development and recovery plans, which show a humanistic point of view.

Keywords: counseling; mental health care; mental health; school administration