

Bài báo nghiên cứu

**DẪN LUẬN VỀ SỨC KHỎE CẢM XÚC – XÃ HỘI:
ĐỊNH HƯỚNG NGHIÊN CỨU
VỀ PHÁT TRIỂN NĂNG LỰC CẢM XÚC – XÃ HỘI
DƯỚI GÓC NHÌN SỨC KHỎE TÂM THẦN TẠI VIỆT NAM**

Giang Thiên Vũ, Nguyễn Đức Long, Nguyễn Ngọc Phi Bảo*

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

**Tác giả liên hệ: Nguyễn Đức Long – Email: 4601611059@student.hcmue.edu.vn*

Ngày nhận bài: 27-10-2023; ngày nhận bài sửa: 30-11-2023; ngày duyệt đăng: 20-02-2024

TÓM TẮT

Năng lực cảm xúc – xã hội (NL CX-XH) là chủ đề được quan tâm nhiều trong các nghiên cứu tâm lý, giáo dục ở Việt Nam nhiều năm qua. Tuy nhiên, khía cạnh ứng dụng NL CX-XH vào chăm sóc sức khỏe tâm thần (SKTT) cho học sinh (HS), gồm trẻ em hoặc vị thành niên chưa được đề cập nhiều. Bằng phương pháp nghiên cứu lý luận và tổng thuật tài liệu, tìm hiểu các nghiên cứu có liên quan đến NL CX-XH trên thế giới và Việt Nam, nhóm tác giả tổng hợp, phân tích và định nghĩa thuật ngữ “Sức khỏe cảm xúc – xã hội” (SK CX-XH), khía cạnh sức khỏe tâm thần của NL CX-XH ở mỗi cá nhân; qua đó, thuật ngữ “sức khỏe cảm xúc – xã hội” và khung lý thuyết về sức khỏe cảm xúc – xã hội được định nghĩa và giới thiệu trong bài viết này. Đây là cơ sở lý luận quan trọng để nhóm tác giả đề xuất các định hướng nghiên cứu và xác lập khung lý thuyết liên quan đến sức khỏe cảm xúc – xã hội tại Việt Nam.

Từ khóa: sức khỏe tâm thần; giáo dục năng lực cảm xúc – xã hội; năng lực cảm xúc – xã hội; sức khỏe cảm xúc – xã hội

1. Giới thiệu

Những năm gần đây, Việt Nam đã thí điểm để tích hợp mô hình *Giáo dục cảm xúc – xã hội* (SEL) vào một số hoạt động giáo dục như STEM, STEAM, kỹ năng sống... để phát triển NL CXXH cho HS (Huynh, 2019). Theo Greenberg et al. (2017), *năng lực cảm xúc – xã hội* có thể tăng cường sự tự tin tham gia vào các hoạt động của trường, cải thiện kết quả học tập và giảm một số rối nhiễu tâm lý học đường. Về lâu dài, những HS có NL CXXH cao có nhiều khả năng sẵn sàng, tự tin vào đại học, thành công trong sự nghiệp, có mối quan hệ xã hội tích cực, SKTT tốt hơn và trở thành công dân tích cực trong xã hội. Hiện nay, các nhà giáo dục ngày càng quan tâm đến việc tìm hiểu tác động của NL CXXH đến các nguồn lực

Cite this article as: Giang Thien Vu, Nguyen Duc Long, & Nguyen Ngoc Phi Bao (2024). An introduction to social-emotional health: Research directions to develop social-emotional competencies from the mental health aspect in Vietnam. *Ho Chi Minh City University of Education Journal of Science*, 21(2), 296-307.

trình thần bên trong HS và áp dụng các nguyên tắc phát triển tâm lý tích cực vào lớp học để thúc đẩy sự phát triển, đảm bảo SKTT cho các em (Kieu, 2022; Lee et al., 2016; Seligman et al., 2009). Đây là hướng nghiên cứu về sự ảnh hưởng của NL CXXH đến SKTT của HS. Từ kết quả của các nghiên cứu về NL CXXH dưới góc nhìn SKTT, các chương trình chăm sóc SKTT cho HS dựa trên *sức khỏe cảm xúc – xã hội* ra đời (You et al., 2015).

Ở Việt Nam, NL CXXH bước đầu được áp dụng như một nội dung tích hợp trong công tác giáo dục để cải thiện thành tích học tập và kỹ năng CX-XH cho HS trong những năm qua. Nhiều công trình nghiên cứu về lĩnh vực này được triển khai và thí điểm ở các trường học và đạt được thành tựu đáng kể. Mô hình SEL cũng như việc phát triển NL CXXH cho HS Việt Nam đã ghi nhận được những thành công đầu tiên khi trang bị cho HS những kỹ năng cảm xúc – xã hội để thích ứng với môi trường học tập mới, phương pháp học tập mới cũng như thúc đẩy thành tích học tập của các em (Huynh, 2019). Tuy nhiên, các nghiên cứu về NL CXXH dưới góc nhìn SKTT, hay SK CXXH còn hạn chế. Trong lĩnh vực chăm sóc SKTT tại Việt Nam, việc phát triển NL CXXH, hay còn gọi là chăm sóc SK CXXH, cho cá nhân để họ có đủ nguồn lực đương đầu và vượt qua các rối loạn SKTT, cũng như các vấn đề về mối quan hệ xã hội, công việc... còn khá hạn chế, và tập trung nhiều vào khía cạnh liệu pháp, hoặc ứng dụng các tiếp cận lâm sàng trong chăm sóc SKTT. Theo đó, thuật ngữ “Sức khỏe cảm xúc - xã hội” chưa từng được đề cập trong các nghiên cứu trước đây liên quan đến SKTT hay NL CXXH ở Việt Nam.

Xuất phát từ những lí do trên, bài viết này giới thiệu và định nghĩa thuật ngữ “Sức khỏe cảm xúc – xã hội” bằng việc lược khảo các nghiên cứu có liên quan về NL CXXH cũng như SKTT ở Việt Nam để định hướng nghiên cứu về SK CXXH trong tương lai.

2. Tổng quan các nghiên cứu về Sức khỏe cảm xúc – xã hội

2.1. Một số nghiên cứu về Sức khỏe cảm xúc – xã hội trên thế giới

Hướng nghiên cứu về SK CXXH (Social-Emotional Health) được quan tâm từ những năm đầu thế kỉ XXI. Các nhà nghiên cứu ứng dụng SK CXXH vào việc xây dựng, thiết kế những chiến lược can thiệp, chiến lược giáo dục hoặc kế hoạch phòng ngừa rối nhiễu tâm lý học đường mang lại cho HS các dịch vụ chăm sóc SKTT học đường tốt nhất. Có thể đề cập một số nghiên cứu tiêu biểu:

Weare (2010) cung cấp một cái nhìn tổng quan về các nguyên tắc thực hành tâm lý học đường trong việc thúc đẩy công tác chăm sóc SKTT trong trường học. Nghiên cứu này xem xét cơ sở bằng chứng thực hành tâm lý học đường bằng cách tác động đến SK CXXH của HS, từ đó tạo ra hiệu ứng tích cực đối với việc học tập, hành vi, cảm xúc và SKTT của HS. Phát hiện này gợi ý một số nguồn chứng cứ quan trọng và cách thực hành trong lĩnh vực tham vấn, trị liệu tâm lý bằng việc tác động đến SK CXXH qua các bài tập cụ thể. Các phát hiện của nghiên cứu này đề xuất cơ sở lí luận chung về cách áp dụng các hình thức can thiệp về SK CXXH trong trường học để chăm sóc SKTT cho HS. Ngoài ra, việc phát triển SK CXXH như một nội dung phòng ngừa các vấn đề SKTT cho HS trong công tác tâm lý học

đường đã được nghiên cứu khá bài bản và có tính tham khảo cao. Đây là kinh nghiệm cần được xem xét để đưa vào các nội dung của công tác tâm lý học đường ở Việt Nam.

Năm 2014, tổ chức Momentous Institute đưa ra mô hình SK CXXH với mục tiêu hỗ trợ các dịch vụ chăm sóc SKTT học đường cho HS qua việc phát triển NL CXXH bằng hệ thống phân bậc kỹ năng và giá trị sống cụ thể. Mô hình SK CXXH được tổ chức Momentous Institute (2014) khái niệm hóa bằng cách sử dụng phương pháp bậc thang, với 5 bậc chính: Bậc 1 – Năng lực xây dựng các mối quan hệ an toàn; Bậc 2 – Năng lực tự điều chỉnh; Bậc 3 – Năng lực tự nhận thức; Bậc 4 – Năng lực thấu hiểu người khác; Bậc 5 – Năng lực ảnh hưởng đến người khác. Mô hình này có một hạn chế là quá tập trung vào khía cạnh phát triển năng lực cho trẻ, bỏ sót đi khía cạnh phẩm chất của HS đối với cuộc sống, với học tập và các mối quan hệ.

Cassidy và cộng sự (2015) thực hiện chiến lược can thiệp tập trung vào cảm xúc bằng mô hình *Câu lạc bộ Kim tự tháp* (Pyramid Club Model) cho 520 HS tiểu học tại Anh với mục tiêu làm giảm đi hoặc loại bỏ những triệu chứng về vấn đề cảm xúc của các em (Cassidy et al., 2015). Nội dung của chiến lược can thiệp này tập trung ở khía cạnh nâng cao SK CXXH qua các bài tập cụ thể: hoạt động sáng tạo nghệ thuật, trò chơi tập thể, trò chơi sắm vai, yoga và chiêm nghiệm – phản hồi cuối buổi sinh hoạt. Mô hình này tập trung hỗ trợ các vấn đề cảm xúc cho HS. Cách triển khai mô hình thông qua các hoạt động, bài tập đa dạng rất đáng tham khảo và xây dựng các chương trình, bài tập nâng cao SK CXXH vì có sự phù hợp về khả năng tổ chức của GV, của người làm công tác tâm lý học đường cũng như phù hợp về khả năng đáp ứng và thời gian biểu của HS Việt Nam. Tuy nhiên, hạn chế của mô hình này là tập trung quá nhiều ở khía cạnh cảm xúc mà chưa đề cập đến các năng lực của HS.

Năm 2014, Furlong và cộng sự hệ thống lý thuyết SK CXXH dựa trên nền lý luận về NL CXXH của con người. Các lý thuyết về SK CXXH của nhóm tác giả này tập trung vào khía cạnh sự khỏe mạnh tâm lý, sự tích cực và động lực hướng đến hạnh phúc của mỗi cá nhân trong cuộc sống. Một người được xem là có SK CXXH là người tự tin vào khả năng của bản thân, có thể kết nối và duy trì các mối quan hệ xã hội hiệu quả, biết quản lý cảm xúc cá nhân và tạo ra các giá trị tích cực trong cuộc sống. Từ đây, Furlong đưa ra mô hình SK CXXH với 4 thành tố: (1) Khả năng quản lý cảm xúc (Emotional Competence); (2) Khả năng tin tưởng bản thân (Belief-in-Self); (3) Khả năng kết nối và hợp tác trong cuộc sống (Engaged Living); (4) Khả năng tin tưởng vào người khác (Belief-in-Others). Mô hình này sau đó được điều chỉnh ở các phiên bản vào năm 2018 và 2020, tuy nhiên về nội dung cơ bản không thay đổi so với mô hình gốc ban đầu (Furlong et al., 2018; Furlong et al., 2020; Giang, 2021):



Hình 1. Mô hình Sức khỏe cảm xúc – xã hội (Furlong et al., 2020)

Theo mô hình, tiền đề của một cá nhân có SK CXXH là sự thúc đẩy động lực phát triển của các khuynh hướng tâm lí bên trong liên quan đến (a) niềm tin tích cực hoặc niềm tin vào bản thân, (b) ý thức về niềm tin cốt lõi vào người khác, (c) ý thức về khả năng quản lí cảm xúc và (d) cảm thấy gắn bó với cuộc sống hàng ngày. Bốn thành tố này phát huy tác dụng chính của chúng bằng cách thúc đẩy một vòng xoáy tăng dần về chất lượng của các tương tác giữa các cá nhân và xã hội.

Nhìn chung, hướng nghiên cứu về SK CXXH trên quốc tế được khá nhiều nhà nghiên cứu, nhà giáo dục quan tâm và đưa vào sử dụng trong môi trường học đường. Ở nhiều quốc gia, các nhà giáo dục chú trọng vào việc cải thiện trạng thái cảm nhận hạnh phúc (*well-being*) của HS trong trường học bằng cách đưa các bài tập rèn luyện NL CXXH vào chương trình dạy học để HS cảm thấy hạnh phúc hơn và đạt được nhiều thành công hơn. Các nghiên cứu cũng chỉ ra rằng mô hình SK CXXH đã giúp cải thiện các vấn đề SKTT của HS, cũng như cải thiện các hành vi tiêu cực của các em trong trường học. SK CXXH và SKTT có những điểm tương đồng nhất định (Green et al., 2005). SKTT, mặc dù được định nghĩa theo nhiều cách khác nhau, đề cập đến khả năng của con người suy nghĩ, học hỏi, tìm hiểu và sống với cảm xúc của họ và cách cá nhân phản ứng của người khác (Herrman, 2001), hoặc trạng thái hạnh phúc của một cá nhân khi nhận biết khả năng của mình, có thể đương đầu với những căng thẳng, làm việc hiệu quả và cống hiến (WHO, 2004). Trong bài viết này, hai thuật ngữ SK CXXH và SKTT được chúng tôi sử dụng ngang hàng và có sự tương đồng với nhau về ngữ nghĩa. Thuật ngữ SK CXXH tương tự SKTT ở chỗ nó tập trung vào việc hiểu và quản lí thành công các khía cạnh xã hội và cảm xúc của cuộc sống. SK CXXH tập trung nhiều hơn vào cá nhân và được đánh giá thông qua các kĩ năng cảm xúc – xã hội của cá nhân (Weare & Grey, 2003).

2.2. Một số nghiên cứu về Sức khỏe cảm xúc – xã hội ở Việt Nam

Tại Việt Nam, thuật ngữ SK CXXH chưa từng được đề cập trong các nghiên cứu trước đây. Tuy nhiên, các nghiên cứu về NL CXXH đã chỉ ra nhiều khả năng ứng dụng NL CXXH trong công tác chăm sóc SKTT cũng như tạo nền tảng để chúng tôi đề xuất định nghĩa về thuật ngữ SK CXXH:

Tran (2018) trong nghiên cứu về NL CXXH của GV phát hiện rằng, NL CXXH nâng cao SKTT của GV và HS. Nghiên cứu này cũng đã chứng minh rằng chương trình SEL có thể giúp GV giảm thiểu mức độ căng thẳng, hài lòng hơn với cuộc sống; mức độ quan tâm, chăm sóc đến đời sống tinh thần của HS cũng được tăng lên; theo đó, SKTT của HS cũng được cải thiện. Phát hiện của nghiên cứu này cho thấy khả năng khi chăm sóc SK CXXH cho GV, sẽ góp phần lan tỏa và xây dựng bầu không khí tâm lý trường học lành mạnh, tích cực, thúc đẩy sự phát triển và hạnh phúc cho HS khi học tập tại trường.

Huỳnh Văn Sơn (2019) phát hiện rằng, khi các thành tố trong NL CXXH được cải thiện theo chiều hướng tích cực, HS tiểu học sẽ đạt được nhiều thành công trong học tập hơn và cải thiện các vấn đề về nhận thức, hành vi và cảm xúc của mình. NL CXXH giúp HS vượt qua được những trở ngại về tâm lý trong cuộc sống. Đáng chú ý là năng lực tự nhận thức bản thân, năng lực này của HS được cải thiện đáng kể thông qua chương trình SEL, và nhờ đó giúp giảm thiểu nhiều nguy cơ về rối loạn cảm xúc, trầm cảm, lo âu cũng như các rối loạn về hành vi như bạo lực học đường, xâm hại tình dục (Huỳnh, 2019). Từ phát hiện của nghiên cứu này, chúng tôi nhận thấy có thể phát triển SK CXXH cho HS trong phạm vi trường học để hỗ trợ, chăm sóc SKTT cho HS. Ở nhóm đối tượng HS THCS, NL CXXH đặc biệt giúp cải thiện các vấn đề liên quan đến khủng hoảng tâm lý tuổi dậy thì, giúp nhà trường phòng ngừa cho HS các vấn đề về hành vi (hành vi tự hủy, hành vi nghiện, hành vi gây hấn...), các vấn đề về nhận thức (nhận thức về giới tính, nhận thức về nghề nghiệp, nhận thức về cái tôi – giá trị bản thân...) và các vấn đề về cảm xúc (sự thay đổi tâm lý tuổi dậy thì, tình yêu tuổi học trò, sự rung động giới tính, các vấn đề tâm bệnh: trầm cảm, lo âu, stress...). Các phát hiện từ công trình này là cơ sở để chúng tôi giới hạn nội dung và tác động của SK CXXH đến đời sống tinh thần và các vấn đề SKTT của VTN.

Huỳnh Văn Sơn và cộng sự (2019) phát hiện rằng HS trung học Việt Nam hiện nay đang có rất nhiều vấn đề liên quan đến căng thẳng và dẫn đến chất lượng đời sống tinh thần của các em không ổn định. Một trong những nguyên nhân chính dẫn đến căng thẳng ở HS liên quan đến kỹ năng quản lý cảm xúc, kỹ năng ra quyết định và kỹ năng nhận thức bản thân (những kỹ năng này là một khía cạnh trong NL CXXH) (Huỳnh et al., 2019). Từ nghiên cứu này có thể thấy việc nâng cao SK CXXH bằng việc rèn luyện các kỹ năng cảm xúc – xã hội cụ thể, sẽ có thể góp phần hỗ trợ phòng ngừa và giảm thiểu các vấn đề về căng thẳng nói riêng, vấn đề SKTT nói chung cho HS.

Cuối năm 2019, Trần Lương và cộng sự (2019) công bố kết quả nghiên cứu khá gần với hướng nghiên cứu của đề tài này: 1200 HS trung học tham gia nghiên cứu này và được

đánh giá đang gặp phải các vấn đề liên quan đến nhận thức bản thân, như: định hướng nghề nghiệp, nhận thức về ưu – nhược điểm, nhận thức về giới tính... và các em rất cần được tham vấn các vấn đề này trong trường học (Tran, 2019). Có thể nhận thấy, vấn đề HS gặp phải chính là sự thiếu hụt kiến thức, kỹ năng cảm xúc – xã hội để thích ứng, xử lý phù hợp với các vấn đề SKTT học đường gặp phải.

Từ tổng quan nghiên cứu tại Việt Nam, chúng tôi nhận thấy NL CXXH là khả năng nhận thức và quản lý cảm xúc, hành động của bản thân; nhận biết, kết nối, làm chủ các mối quan hệ xã hội; và ra quyết định có trách nhiệm, có hiệu quả. Bản chất của NL CXXH là sự vận hành lặp đi lặp lại của 3 thành tố: (1) Sự thỏa mãn nhu cầu cá nhân ở khía cạnh cảm xúc và xã hội, (2) Động lực tự chủ ở khía cạnh cảm xúc và xã hội, (3) Hành vi phù hợp ở khía cạnh cảm xúc và xã hội, và trở lại (1) Thỏa mãn nhu cầu cá nhân ở khía cạnh cảm xúc và xã hội... (Rose-Krasnor & Denham, 2009). Còn mô hình SEL là mô hình giáo dục cảm xúc – xã hội. Mô hình SEL có 5 thành tố cốt lõi của NL CXXH và 3 vòng tròn đại diện cho các mối quan hệ xã hội giúp củng cố, hoàn thiện NL CXXH cho HS ở 3 phạm vi: (1) lớp học – chương trình đào tạo và hướng dẫn rèn luyện NL CXXH; (2) nhà trường – thực hành, rèn luyện NL CXXH và các chính sách có liên quan; (3) gia đình và cộng đồng – đồng hành cùng nhà trường trong việc phát triển NL CXXH cho HS (CASEL, 2017). Do đó, để có thể đưa ra định nghĩa về SK CXXH một cách phù hợp với bối cảnh Việt Nam, chúng tôi tiến hành tổng hợp và phân tích các lát cắt về thuật ngữ, hướng tiếp cận về NL CXXH và mô hình SEL.

2.3. Phân biệt thuật ngữ sức khỏe cảm xúc – xã hội với các thuật ngữ có liên quan

Hơn hai thập kỉ qua, nhiều khung lí thuyết về NL CXXH đã được phát triển. Khung lí thuyết khởi đầu cho nền tảng lí luận về NL CXXH là công trình nghiên cứu NL CXXH ở trẻ mầm non của Rose-Krasnor (1997), sau đó được tiếp tục điều chỉnh với sự tham gia của Denham vào năm 2009. Trong đó, NL CXXH là kết quả của sự thành công trong việc đáp ứng các mục tiêu nội cá nhân và liên cá nhân (Denham, 2006; Rose-Krasnor, 1997; Rose-Krasnor & Denham, 2009). Mục tiêu nội cá nhân phản ánh kết quả mong muốn của một cá nhân, chẳng hạn như có thể quyết định chơi với các bạn cùng lứa tuổi. Mục tiêu giữa liên cá nhân phản ánh kết quả mong muốn về mặt xã hội của một cá nhân trong tương tác của cá nhân đó với những người khác, chẳng hạn như khả năng tương tác, giao tiếp hiệu quả. Rose-Krasnor và Denham thiết lập định nghĩa về NL CXXH là sự cân bằng giữa các mục tiêu nội cá nhân và liên cá nhân – nghĩa là tìm kiếm sự cân bằng giữa sự phụ thuộc và sự thống trị.

Chìa khóa dẫn dắt đến lí thuyết về NL CXXH của Rose-Krasnor và Denham's (2009) là nền tảng để đạt được mục tiêu, bao gồm: các khả năng, động lực và hành vi của mỗi cá nhân ở khía cạnh cảm xúc và xã hội. Các khả năng ở khía cạnh cảm xúc và xã hội bao gồm một loạt các năng lực xã hội và cảm xúc, nhưng trong các nghiên cứu trước đây (Denham, 2006), các tác giả đã chốt lọc được năm thành tố: nhận thức bản thân, nhận thức xã hội, làm chủ bản thân, làm chủ các mối quan hệ xã hội và ra quyết định có trách nhiệm. Động lực ở

khía cạnh cảm xúc và xã hội đề cập các mục đích mà một cá nhân cần có cho các tương tác của mình – chẳng hạn cá nhân đó sẽ ưu tiên tương tác một cách bình đẳng hay độc đoán với các bạn cùng lớp (Denham, 2006). Cuối cùng, các hành vi ở khía cạnh cảm xúc và xã hội đề cập đến các hành động được thúc đẩy bởi các khả năng và động cơ ở khía cạnh cảm xúc và xã hội, chẳng hạn như tham gia vào các hoạt động xã hội hoặc giảm bớt sự điều tiết cơn giận/cảm xúc tiêu cực của cá nhân. Một thành phần chính khác trong khung lý thuyết của Rose-Krasnor và Denham là vai trò của bối cảnh, nơi người ta thừa nhận rằng các tình huống và kì vọng khác nhau trong các tình huống đó đóng vai trò ảnh hưởng đến NL CXXH của một cá nhân.

Thuật ngữ NL CXXH được nghiên cứu và tranh luận trong nhiều năm. Dựa trên các định nghĩa khác nhau về NL CXXH, một chủ đề chung về NL CXXH là một thuật ngữ bao trùm nhiều khả năng và/hoặc hành vi ở khía cạnh cảm xúc hoặc xã hội của con người (Semrud-Clikeman, 2007). Đến năm 2007, khi Tổ chức Hợp tác về Học tập Cảm xúc – Xã hội (CASEL) nghiên cứu và vận hành NL CXXH theo năm thành tố cốt lõi, bao gồm: (1) Tự nhận thức: đề cập khả năng nhận ra và hiểu cảm xúc, suy nghĩ và hành vi của một người, đồng thời biết điểm mạnh và điểm yếu của một người. (2) Tự điều chỉnh (hay tự quản lí/làm chủ bản thân): đề cập khả năng điều chỉnh suy nghĩ, cảm xúc và hành vi. (3) Nhận thức xã hội: đề cập khả năng xem xét và đồng cảm với quan điểm của người khác, đồng thời hiểu và tuân theo các chuẩn mực xã hội. (4) Làm chủ các mối quan hệ xã hội: liên quan đến khả năng bắt đầu và duy trì các mối quan hệ tích cực, chẳng hạn như lắng nghe hiệu quả, giao tiếp rõ ràng và tương tác một cách tôn trọng với người khác. Cuối cùng, (5) Ra quyết định có trách nhiệm: liên quan đến khả năng đưa ra các lựa chọn mang tính xây dựng liên quan đến hành vi và tương tác xã hội của một người trong các bối cảnh và tình huống khác nhau (CASEL, 2017). Từ đây, CASEL đưa ra mô hình SEL dựa trên các thực nghiệm về phát triển, nâng cao NL CXXH trong lĩnh vực giáo dục. Mô hình SEL đã chứng minh được hiệu quả trong việc tạo ra bầu không khí trường học tích cực, nâng cao kết quả học tập của HS, đảm bảo đời sống tinh thần lành mạnh của các em... và nhận được nhiều sự đồng thuận, và ứng dụng rộng rãi vào lĩnh vực giáo dục của nhiều quốc gia tính đến thời điểm hiện tại.

Thuật ngữ SK CXXH xuất hiện khá trễ so với NL CXXH và tập trung ở khía cạnh mà các kĩ năng cảm xúc – xã hội có thể hỗ trợ cá nhân đương đầu, vượt qua các rối loạn SKTT cũng như thích ứng với các vấn đề khác trong cuộc sống của họ. Trên thực tế, giáo dục cảm xúc – xã hội và SK CXXH không tách biệt. SK CXXH là một nội dung chuyên về chăm sóc SKTT và nằm trong khuôn khổ của một chương trình SEL. Trong khi chương trình SEL hướng đến phát triển toàn diện cho HS (bao gồm: thành tích học tập, cơ hội nghề nghiệp, bầu không khí trường học tích cực, phát triển thể chất, chăm sóc đời sống tinh thần...) thì SK CXXH tập trung ở khía cạnh đời sống tinh thần và các rối loạn SKTT trong trường học. Việc thúc đẩy sự phát triển của NL CXXH dưới góc nhìn SKTT thông qua cung cấp các kĩ

năng liên quan và nâng cao bối cảnh môi trường, sẽ thúc đẩy sự thành công về sức khỏe, học tập, xã hội và cảm xúc của HS (CASEL, 2017).

SK CXXH vẫn nằm trong khuôn khổ của lí thuyết NL CXXH, nhấn mạnh vào việc thúc đẩy sự phát triển NL CXXH của HS thông qua các hoạt động hỗ trợ, chăm sóc SKTT trong trường học. Trong các nghiên cứu về ứng dụng mô hình SEL vào giáo dục ở Việt Nam trước đây, rối loạn SKTT của HS đã được đề cập, tuy nhiên chưa được tập trung sâu phân tích, đánh giá và đề xuất giải pháp tác động cụ thể; cũng như chưa có một định nghĩa chính thức nào về thuật ngữ SK CXXH phù hợp với nền giáo dục, văn hóa Việt Nam (Huynh, 2019). Để hiểu một cách rõ ràng và không bị trùng lặp 3 thuật ngữ NL CXXH, GD CXXH và SK CXXH, chúng tôi trình bày như Hình 1 sau đây:



Hình 1. Phân biệt các thuật ngữ NL CXXH, GD CXXH và SK CXXH

Hình 1 vừa thể hiện sự phát triển từ chiều rộng sang chiều sâu của lí thuyết NL CXXH mà Rose-Krasnor (1997) đã phát hiện, vừa thể hiện những thành tố cốt lõi tác động đến nội hàm của các thuật ngữ NL, GD hay SK CXXH. Dựa trên lịch sử nghiên cứu đã tổng hợp, có thể nhận thấy trong NL CXXH, có 3 thành tố chi phối sự phát triển: (1) Sự thỏa mãn các nhu cầu cá nhân, (2) động lực tự chủ và (3) các hành vi phù hợp ở khía cạnh cảm xúc và xã hội tạo thành một quá trình lặp đi lặp lại của sự phát triển NL CXXH. Chính xác hơn, nhu cầu được thỏa mãn thúc đẩy động lực tự chủ về mặt cảm xúc và xã hội, từ đó thúc đẩy các hành vi phù hợp về mặt cảm xúc và xã hội. Ngược lại, những hành vi phù hợp này thúc đẩy sự thỏa mãn nhu cầu trong một chu kỳ tiếp theo, và liên tục. Trên nền tảng lí luận này, tổ chức CASEL đã nghiên cứu và đưa ra thuật ngữ GD CXXH (hay SEL) với 5 thành tố cốt lõi: (1) Nhận thức bản thân, (2) Nhận thức xã hội, (3) Làm chủ bản thân, (4) Làm chủ các mối quan hệ, và (5) Ra quyết định có trách nhiệm. Từ đây, CASEL xác lập mô hình SEL vận hành

trên nền tảng của 3 khía cạnh và 5 năng lực cốt lõi, đặt trong sự tương tác giữa lớp học – nhà trường – gia đình – cộng đồng. Khi mô hình SEL được triển khai thực tế trong trường học, nhiều công trình có liên quan được công bố và đưa ra các phát hiện khác nhau về hiệu quả của mô hình SEL đến thành tích học tập, bầu không khí trường học và các rối loạn SKTT của HS. Từ các bằng chứng thực hành này, các nghiên cứu chuyên sâu vào các hướng tác động của GD CXXH đối với HS và phát hiện ra khái niệm SK CXXH, với 4 thành tố cốt lõi: (1) Khả năng thể hiện niềm tin vào bản thân, (2) Khả năng thể hiện niềm tin vào các mối quan hệ, (3) Khả năng quản lí cảm xúc, và (4) Khả năng kết nối và hợp tác trong cuộc sống. Mô hình SK CXXH từ đó được đề xuất, nghiên cứu và ứng dụng rộng rãi trong trường học như một chương trình chăm sóc SKTT cho HS ở các lứa tuổi khác nhau. Từ những phân tích trên, trong nghiên cứu này, chúng tôi tiếp cận các quan điểm khác nhau về SK CXXH trên thế giới và xây dựng định nghĩa SK CXXH phù hợp với đặc điểm tâm lí của HS Việt Nam và bối cảnh giáo dục Việt Nam đang từng bước thử nghiệm và áp dụng khung SEL vào thực tiễn. Như vậy, SK CXXH là thuật ngữ mới.

Với sự tương đồng về quan điểm trong phát triển khía cạnh cảm xúc và xã hội hướng đến SKTT lành mạnh, cách tiếp cận về SK CXXH phù hợp với định hướng nghiên cứu của chúng tôi là khung lí thuyết về SK CXXH của nhóm tác giả You, Furlong, Felix và O'Malley (2015). Theo đó, SK CXXH là sự phát triển thịnh vượng, tích cực về đời sống tình cảm, xã hội của con người, các khuynh hướng nhận thức bên trong của một người có SK CXXH ở mức độ tốt gắn với các biểu hiện: (a) có niềm tin tích cực hoặc sự tự tin vào bản thân, (b) có niềm tin tích cực vào người khác, (c) có khả năng quản lí cảm xúc, và (d) cảm thấy được tham gia vào cuộc sống hằng ngày. Những khuynh hướng này được cho là phát huy của SK CXXH bằng cách thúc đẩy một vòng xoáy đi lên về chất lượng của sự tương tác giữa các cá nhân. Ví dụ, trẻ VTN đang phát triển lòng biết ơn đối với người khác, lạc quan vào tương lai và trải qua khoảnh khắc hiện tại với niềm say mê có thể là những người đóng góp tích cực vào sự phát triển của chính chúng. Điều này là do những vị trí này làm tăng khả năng những người khác (ví dụ: người lớn ở nhà, người lớn trong trường học, bạn bè đồng trang lứa) trong khu vực tương tác trực tiếp giữa các cá nhân của VTN sẽ phản ứng bằng những tương tác tích cực nhằm thúc đẩy kết quả phát triển lành mạnh. Cũng từ cơ sở lí thuyết này, Furlong và cộng sự (2020) đã liên tục cải tiến và thực nghiệm qua nhiều năm, từ những năm 2012 đến hiện tại để hoàn thành mô hình SK CXXH – cung cấp một cách tổng quát về SK CXXH của con người và các thành tố chủ đạo cần phải có ở một cá nhân có SKTT lành mạnh, tích cực. Từ việc xác định khung lí thuyết về SK CXXH, kết hợp với lược khảo các quan điểm khác nhau về SEC, về SKTT tại Việt Nam, chúng tôi đề xuất định nghĩa về SK CXXH như sau:

Sức khỏe cảm xúc – xã hội là khả năng cá nhân nhận thức được những thế mạnh trong cuộc sống của mình; ứng phó với những căng thẳng của cuộc sống; học tập, làm việc hiệu quả và đóng góp cho cộng đồng, xã hội. Các biểu hiện của sức khỏe cảm xúc – xã hội của

một cá nhân gồm: (1) Có niềm tin tích cực vào bản thân; (2) Có sự tin tưởng vào các mối quan hệ xã hội; (3) Có khả năng quản lý và điều chỉnh cảm xúc cá nhân; (4) Có khả năng tham gia, kết nối vào các hoạt động trong cuộc sống.

3. Kết luận

SK CXXH là một khái niệm mới trong các nghiên cứu liên quan đến NL CXXH và SKTT ở Việt Nam. Bằng cách lược khảo một số nghiên cứu và bằng chứng điển hình trên thế giới và Việt Nam liên quan đến các từ khóa trọng điểm như NL CXXH, SEL, SKTT và SK CXXH, các tác giả đã định nghĩa được thuật ngữ này trong đặt trong bối cảnh nghiên cứu và thực hành tâm lý học tại Việt Nam. SK CXXH không tách rời NL CXXH cũng như SKTT. SK CXXH và NL CXXH là nguồn lực của SKTT, thúc đẩy sự cân bằng và khả năng phục hồi tâm lý ở từng cá nhân hướng đến cảm nhận hạnh phúc trong cuộc sống. Bằng việc tổng thuật các tài liệu sẵn có để định nghĩa cho một khái niệm mới, chúng tôi nhận thấy việc tiếp tục phát triển các nghiên cứu và thực hành về SK CXXH là một hướng đi có thể xem xét, triển khai trong thực tiễn môi trường học đường Việt Nam, nhất là một trong những tiêu điểm có thể quan tâm, như: từ lý thuyết về SK CXXH, mối quan hệ của SK CXXH với SKTT và công cụ đánh giá về SK CXXH của các tác giả nước ngoài mà quan điểm của Michael James Furlong là một nghiên cứu khá phù hợp với bối cảnh triển khai chương trình Giáo dục phổ thông 2018 ở Việt Nam, cũng như các nghiên cứu về Tâm lý học ở Việt Nam hiện nay.

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

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- Cassidy, T., McLaughlin, M., & Giles, M. (2015). Socio-emotional Health in School Children: An Emotion-focused Intervention. *International Journal of School and Cognitive Psychology*, 2(4), 1-7. <https://doi.org/10.4172/2469-9837.1000154>
- Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL). (2017). *Key implementation insights from the Collaborating District Initiative*. CASEL. <https://casel.org/casel-gateway-key-insights-from-cdi/>
- Denham, S. A. (2006). Social-emotional competence as support for school readiness: What is it and how do we assess it?. *Early education and development*, 17(1), 57-89. https://doi.org/10.1207/s15566935eed1701_4
- Furlong, M. J., Dowdy, E., & Nylund-Gibson, K. (2018). *Social Emotional Health Survey-Secondary-2015 edition*. International Center for School Based Youth Development, University of California Santa Barbara.
- Furlong, M. J., Gilman, R., & Huebner, E. S. (Eds.). (2014). *Handbook of positive psychology in schools* (2nd ed.). Routledge, Taylor & Francis.

- Furlong, M. J., Nylund-Gibson, K., Dowdy, E., Wagle, R., Hinton, T., & Carter, D. (2020). *Modification and standardization of Social Emotional Health Survey-Secondary - 2020 edition*. International Center for School Based Youth Development, University of California Santa Barbara.
- Green, H., McGinnity, A., Meltzer, H., Ford, T., & Goodman, R. (2005). *Mental health of children and young people in Great Britain, 2004*. Palgrave Macmillan.
- Greenberg, M. T., Domitrovich, C. E., Weissberg, R. P., & Durlak, J. A. (2017). Social and emotional learning as a public health approach to education. *The future of children*, 27(1), 13-32. <http://dx.doi.org/10.1353/foc.2017.0001>
- Giang, T. V. (2021). The situation of emotional competence of Vietnamese adolescents accessed from the social and emotional health approach. *Ho Chi Minh City University of Education Journal of Science*, 18(7), 1200-1212. [https://doi.org/10.54607/hcmue.js.18.7.3164\(2021\)](https://doi.org/10.54607/hcmue.js.18.7.3164(2021))
- Herrman, H. (2001). The need for mental health promotion. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 35(6), 709-715. <https://doi.org/10.1046/j.1440-1614.2001.00947.x>
- Huynh, V. S. (2019). *SEL and SEL-based application in Life Skill Training [SEL và định hướng ứng dụng trong giáo dục kĩ năng sống cho học sinh]*. Ho Chi Minh City University of Education Publishing House.
- Huynh, V. S., Giang, T. V., Do, T. T., Tran, L., & Dinh, D. H. (2019). The stress problems and the needs for stress counseling of high school students in Vietnam. *European Journal of Educational Research*, 8(4), 1053-1061. <http://doi.org/10.12973/eu-jer.8.4.1053>
- Kendziora, K., & Yoder, N. (2016). *When Districts Support and Integrate Social and Emotional Learning (SEL): Findings from an Ongoing Evaluation of Districtwide Implementation of SEL*. Education Policy Center at American Institutes for Research.
- Kieu, T. T. T. (2022). An experimental research on promoting social-emotional competence for students in Ho Chi Minh City University of Education. *Ho Chi Minh City University of Education Journal of Science*, 19(10), 1692-1699. [https://doi.org/10.54607/hcmue.js.19.10.3604\(2022\)](https://doi.org/10.54607/hcmue.js.19.10.3604(2022))
- Lee, S., You, S., & Furlong, M. J. (2016). Validation of the Social Emotional Health Survey for Korean school students. *Child Indicators Research*, 9, 73-92. <https://doi.org/10.1007/s12187-014-9294-y>
- Merrell, K. W., Juskelis, M. P., Tran, O. K., & Buchanan, R. (2008). Social and emotional learning in the classroom: Evaluation of strong kids and strong teens on students' social-emotional knowledge and symptoms. *Journal of applied school psychology*, 24(2), 209-224. <https://doi.org/10.1080/15377900802089981>
- Momentous Institute. (2014). *Our Model of Social Emotional Health*. Momentous Institute. <https://momentousinstitute.org/blog/our-model-for-social-emotional-health>
- Rose-Krasnor, L. (1997). The nature of social competence: A theoretical review. *Social development*, 6(1), 111-135.
- Rose-Krasnor, L., & Denham, S. (2009). Social-emotional competence in early childhood. In K. H. Rubin, W. M. Bukowski, & B. Laursen (Eds.), *Handbook of peer interactions, relationships, and groups* (pp. 162-179). The Guilford Press.

- Seligman, M. E., Ernst, R. M., Gillham, J., Reivich, K., & Linkins, M. (2009). Positive education: Positive psychology and classroom interventions. *Oxford review of education*, 35(3), 293-311.
- Semrud-Clikeman, M. (2007). Social Competence in Children. In M. Semrud-Clikeman (Ed.), *Social Competence in Children* (pp. 1-9). Springer. https://doi.org/10.1007/978-0-387-71366-3_1
- Tran, T. T. A. (2018). *Developing the social-emotional competence for elementary students through learning activities [Phat trien nang luc cam xuc – xa hoi cho hoc sinh tieu hoc thong qua hoat dong day hoc]*. Hue University Publisher.
- Tran, L., Huynh, V. S., Dinh, D. H., & Giang, T. V. (2019). Improving the self-awareness capacity of secondary school students by forming a school counseling model based on student capacity development orientation in Vietnam. *Problems of Education in the 21st Century*, 77(6), 722-733. <https://doi.org/10.33225/pec/19.77.722>
- Weare, K. (2010). Mental health and social and emotional learning: Evidence, principles, tensions, balances. *Advances in school mental health promotion*, 3(1), 5-17. <https://doi.org/10.1080/1754730X.2010.9715670>
- You, S., Furlong, M., Felix, E., & O'Malley, M. (2015). Validation of the Social and Emotional Health Survey for five sociocultural groups: Multigroup invariance and latent mean analyses. *Psychology in the Schools*, 52(4), 349-362. <https://doi.org/10.1002/pits.21828>

**AN INTRODUCTION TO SOCIAL-EMOTIONAL HEALTH:
RESEARCH DIRECTIONS TO DEVELOP SOCIAL-EMOTIONAL COMPETENCIES
FROM THE MENTAL HEALTH ASPECT IN VIETNAM**

Giang Thien Vu, Nguyen Duc Long*, Nguyen Ngoc Phi Bao

Ho Chi Minh City University of Education, Vietnam

**Corresponding author: Nguyen Duc Long – Email: 4601611059@student.hcmue.edu.vn*

Received: October 27, 2023; Revised: November 30, 2023; Accepted: February 20, 2024

ABSTRACT

Social-emotional competence has been an interesting topic in psychological and educational research in Vietnam. However, applying social-emotional competence to mental health care for students, including children or adolescents, has not been mentioned. This study reviews theories and empirical studies related to social-emotional competence to synthesize, analyze, and define the term “social-emotional health,” the mental health aspect of social-emotional competence in each individual. Thereby, the term “social-emotional health” and the theoretical framework of social-emotional health are defined and introduced in this article. This is an important theoretical basis for proposing research directions and establishing a theoretical framework related to social-emotional health in Vietnam.

Keywords: mental health; social-emotional competence; social-emotional learning; social-emotional health