

NHU CẦU THAM VẤN TÂM LÝ CỦA SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC LÂM NGHIỆP

Bùi Thị Ngọc Thoa¹

¹Trường Đại học Lâm nghiệp

TÓM TẮT

Nghiên cứu này thực hiện nhằm đánh giá thực trạng nhu cầu tham vấn tâm lý của sinh viên Trường Đại học Lâm nghiệp về vấn đề phát triển năng lực bản thân, định hướng nghề nghiệp. Kết quả khảo sát ngẫu nhiên 360 sinh viên các khóa đang học tập tại trường bằng bảng hỏi cho thấy sinh viên có nhu cầu tham vấn tâm lý. Sinh viên đã có nhu cầu chia sẻ và giải quyết những khó khăn của mình. Trong đó, đối tượng mà các em lựa chọn để chia sẻ và giúp đỡ là người thân trong gia đình, bạn bè, thầy cô giáo và các chuyên gia tham vấn tâm lý. Một số sinh viên đã tìm đến tham vấn tâm lý và đã lựa chọn các hình thức tham vấn khác nhau, nhưng chủ yếu là tham vấn qua điện thoại. Nhiều sinh viên đã nhận thức được vai trò của tham vấn tâm lý là cần thiết trong cuộc sống. Nghiên cứu còn chỉ ra các yếu tố ảnh hưởng đến việc thỏa mãn nhu cầu tham vấn tâm lý của sinh viên và một số kiến nghị nhằm đáp ứng nhu cầu tham vấn tâm lý của sinh viên trong Nhà trường.

Từ khóa: chuyên gia tham vấn, hình thức tham vấn, tham vấn tâm lý, Trường Đại học Lâm nghiệp.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Nhu cầu là vấn đề quan trọng mà rất nhiều nhà khoa học ở các lĩnh vực khác nhau nghiên cứu và quan tâm. Dưới góc độ tâm lý học, các tác giả như E. Tolman, A. Maslow, H. Murray hay Rubinstein đã nghiên cứu về nhu cầu và nhu cầu tham vấn tâm lý từ rất lâu. Từ năm 1918, E. Tolman bắt đầu nghiên cứu về tâm lý theo cách tiếp cận về thuyết hành vi có mục đích. Henry Alexander Murray (1893- 1988), khi nghiên cứu về nhân cách đã đưa ra những kết quả nghiên cứu về các loại nhu cầu, tính tổ chức, vai trò ảnh hưởng của nhu cầu tới hành động của con người. Năm 1980, tác giả John Dewey đã chỉ ra vai trò của tham vấn nhằm phát huy kinh nghiệm người học trong môi trường giáo dục (Nguyễn Quang Uẩn, 2006). Từ đó cho thấy sự cần thiết của cách tiếp cận tham vấn trong đổi mới phương pháp giáo dục, ứng xử tại trường học. Các tác giả như G.N. Ingersoll, Esther Tan sau khi nghiên cứu về khó khăn trong giao tiếp của học sinh với cha mẹ, giáo viên, bạn bè đã đề xuất những can thiệp qua tham vấn học đường nhằm trợ giúp giải quyết mối quan hệ tương tác giữa học sinh, phụ huynh và thầy cô.

Từ giữa thế kỷ XX, khi tham vấn phát triển như một nghề chuyên nghiệp, tác giả G. Williamson đã bổ sung và phát triển quy trình tham vấn giải quyết vấn đề với 5 bước cơ bản từ chẩn đoán, kết thúc đến theo dõi. Năm 1950, tác phẩm “Tham vấn và trị liệu tâm lý” của C.

Rogers đã xây dựng phương pháp thân chủ trọng tâm, là một bước chuyển tham vấn có định hướng, do ảnh hưởng của hướng nghiệp sang tham vấn tập trung vào thân chủ và vấn đề. Như vậy, các nghiên cứu tâm lý học trên thế giới đã chú trọng tới nhu cầu tham vấn trong giáo dục nhằm giúp ổn định tinh thần cho học sinh, sinh viên và tạo nên môi trường học tập thân thiện.

Tại Việt Nam hiện nay, sinh viên các trường Cao đẳng, Đại học phải đối mặt với nhiều thách thức từ cuộc sống thực tiễn như áp lực học tập, áp lực từ các mối quan hệ xã hội, những thay đổi của môi trường sống khiến cho sinh viên lúng túng và gặp khó khăn trong học tập, trong việc định hướng nghề nghiệp tương lai. Nếu không tự giải quyết được những khó khăn đó, trạng thái tâm lý sẽ ảnh hưởng tiêu cực từ đến hoạt động sống của các sinh viên. Sinh viên có thể bị căng thẳng, lo âu, trầm cảm, có những biểu hiện rối nhiễu hành vi. Vì vậy, sinh viên tại các trường Cao đẳng và Đại học cần được tham vấn và trợ giúp kịp thời của các chuyên gia tham vấn tâm lý để có sự tự tin và khả năng giải quyết những khó khăn trong cuộc sống, tạo ra sự cân bằng tâm lý, học tập đạt kết quả tốt, mở rộng giao lưu và hoàn thiện nhân cách.

Trong khi đó, ở Việt Nam tham vấn mới phát triển trong vài năm gần đây và còn nhiều vấn đề bất cập. Tại các thành phố lớn như Hà Nội, Thành phố Hồ Chí Minh và một số thành

phổ khác trong nước mới bắt đầu triển khai và áp dụng thí điểm tham vấn ở một số trường phổ thông cho học sinh. Năm 2006, tác giả Bùi Thị Xuân Mai, Trường Đại học Lao Động - Xã hội nghiên cứu về thực trạng nhu cầu tham vấn của học sinh, sinh viên hiện nay. Kết quả chỉ ra, học sinh sinh viên cần tham vấn về vấn đề học tập chiếm 76%; về vấn đề tình yêu 78% và vấn đề việc làm 80%. Tác giả Triệu Thị Hương với nghiên cứu về nhu cầu tham vấn của sinh viên Học viện Cảnh sát Nhân dân năm 2006. Kết quả nghiên cứu chỉ ra hầu hết các sinh viên đều có nhu cầu được trợ giúp giải quyết những khó khăn tâm lý chiếm 91,43% và việc thành lập phòng tham vấn tâm lý cho sinh viên trong Học viện là rất cần thiết với 78,4%. Năm 2010, tác giả Chu Thị Hương Nga nghiên cứu đề tài về “Nhu cầu tham vấn tâm lý của sinh viên ở một số trường đại học trên địa bàn thành phố Hà Nội”. Kết quả nghiên cứu chỉ ra, sinh viên đã nhận thức được vai trò của tham vấn tâm lý là cần thiết và rất cần thiết trong cuộc sống; vấn đề tâm lý mà sinh viên rất mong muốn và cần thiết được tham vấn chủ yếu là giải tỏa áp lực trong học tập, phương pháp tự học, bế tắc trong định hướng công việc tương lai; một số ít sinh viên đã tìm đến tham vấn tâm lý và đã lựa chọn tham vấn qua điện thoại. Tại Trường Đại học Lâm nghiệp, chưa có nghiên cứu nào chỉ ra vai trò cũng như nhu cầu tham vấn tâm lý

của sinh viên. Như vậy, các nghiên cứu đã chỉ ra thực trạng nhu cầu tham vấn tâm lý nói chung và nhu cầu tham vấn tâm lý ở học sinh, sinh viên. Tuy nhiên, những nghiên cứu chủ yếu mang tính chất mô tả thực trạng, thống kê xã hội học chưa đi sâu vào khía cạnh tâm lý của nhu cầu tham vấn.

2. PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

2.1. Mục tiêu nghiên cứu

Trên cơ sở đánh giá thực trạng nhu cầu tham vấn tâm lý của sinh viên Trường Đại học Lâm nghiệp nhằm đưa ra một số giải pháp góp phần đáp ứng nhu cầu tham vấn tâm lý của sinh viên Trường Đại học Lâm nghiệp.

2.2. Phương pháp nghiên cứu

2.2.1. Phương pháp thu thập số liệu

Sử dụng phương pháp kế thừa để thu thập số liệu thứ cấp là cơ sở dữ liệu tại các cơ quan quản lý giáo dục trên địa bàn huyện Chương Mỹ, TP. Hà Nội, các báo cáo tổng kết của Trường Đại học Lâm nghiệp, các công trình khoa học về các vấn đề liên quan.

Số liệu sơ cấp được thu thập phỏng vấn bằng bảng hỏi đối với sinh viên đang học tập tại Trường trong thời gian từ tháng 5 năm 2020 đến tháng 7 năm 2020. Sử dụng phương pháp chọn mẫu ngẫu nhiên phân tầng, nghiên cứu tiến hành phỏng vấn tất cả 360 sinh viên với cơ cấu mẫu được thể hiện qua bảng 1.

Bảng 1. Mô tả cơ cấu mẫu

STT	Đối tượng	Số lượng	Tỷ lệ (%)
1	Khóa 61	100	27,78
2	Khóa 62	100	27,78
3	Khóa 63	80	22,22
4	Khóa 64	80	22,22
Tổng		360	100

2.2.2. Phương pháp phân tích số liệu

Sử dụng phương pháp thống kê kinh tế, phân tích kinh tế để phân tích các số liệu của nghiên cứu, qua đó đưa ra những nhận định, đánh giá của tác giả.

3. KẾT QUẢ VÀ THẢO LUẬN

3.1. Thực trạng những khó khăn thường gặp của sinh viên Trường DHLN

3.1.1. Những khó khăn gặp phải trong cuộc sống của sinh viên

Những khó khăn của sinh viên đa dạng và phong phú như khó khăn về học tập, khó khăn về quan hệ xã hội và khó khăn về phát triển cá nhân, định hướng nghề nghiệp. Trong đó, sinh viên gặp khó khăn thường xuyên trong định hướng nghề nghiệp chiếm 32,22% và rất thường xuyên là 15,56%, sau đó là những khó khăn trong phát triển năng lực cá nhân, trong quan hệ gia đình, trong học tập và giao tiếp trong cuộc sống (bảng 2).

Bảng 2. Những khó khăn sinh viên thường gặp phải trong cuộc sống

STT	Yếu tố	Tỷ lệ (%)			
		Rất thường xuyên	Thường xuyên	Thỉnh thoảng	Không bao giờ
1	Trong học tập	12,22	27,78	56,67	3,33
2	Trong quan hệ gia đình	4,44	30,00	56,67	8,89
3	Trong tình bạn	6,67	34,44	45,56	13,33
4	Trong tình yêu	6,67	7,78	47,78	37,78
5	Về phát triển năng lực bản thân	15,56	21,11	26,67	36,67
6	Về định hướng nghề nghiệp	15,56	32,22	24,44	27,78
7	Về giao tiếp, ứng xử trong cuộc sống	14,44	24,44	40,00	21,11
8	Điều kiện sinh hoạt hàng ngày	5,56	21,11	40,00	33,33

Nguồn: Số liệu điều tra

3.1.2. Cách thức giải quyết những khó khăn gặp phải trong cuộc sống của sinh viên

Sinh viên khi gặp khó khăn, trở ngại trong cuộc sống, các sinh viên cũng đã tìm người khác để tâm sự, chia sẻ hay cho lời khuyên. Đối tượng mà sinh viên tìm tới nhiều nhất khi gặp khó khăn, vướng mắc đó là người thân

trong gia đình chiếm 29,35%, sau đó là bạn bè 21,56%. Cách giải quyết tìm đến thầy cô và tìm đến các dịch vụ tư vấn, tham vấn rất ít chỉ có 6,88% (bảng 3). Điều này cho thấy, sinh viên vẫn tập trung chủ yếu trong mối quan hệ gia đình thân thuộc, chưa đề cao việc mở rộng mối quan hệ khác.

Bảng 3. Những cách thức giải quyết khó khăn sinh viên thường gặp phải trong cuộc sống

STT	Yếu tố	Số lượng (người)	Tỷ lệ (%)
1	Buông xuôi, mặc kệ	127	16,49
2	Tìm đến bạn bè	166	21,56
3	Tìm đến thầy cô	53	6,88
4	Tìm đến người thân trong gia đình	226	29,35
5	Tìm đến các chuyên gia tham vấn	53	6,88
6	Ý kiến khác của bạn	145	18,83

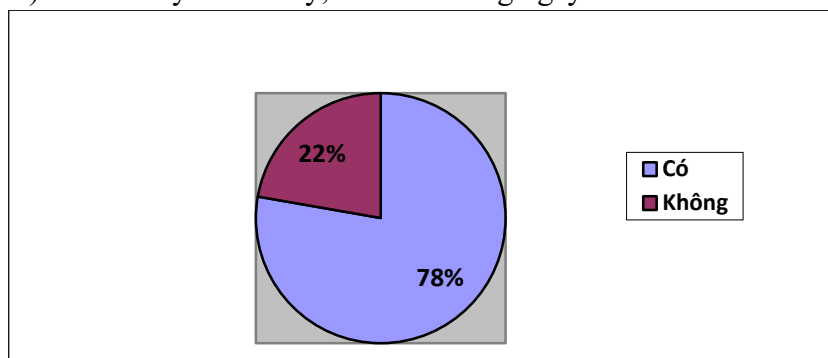
Nguồn: Số liệu điều tra

3.2. Thực trạng nhu cầu tham vấn tâm lý của sinh viên Trường ĐHLN

3.2.1. Thực trạng nhận thức của sinh viên Trường ĐHLN về tham vấn tâm lý

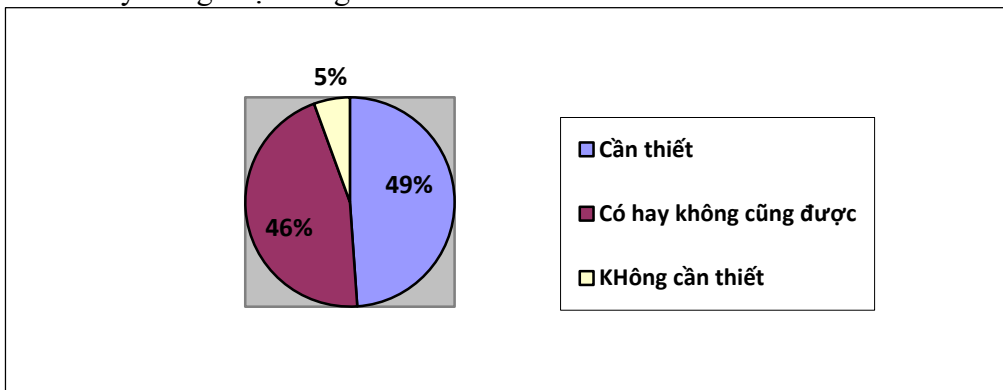
Có đến 78% sinh viên (280 ý kiến) cho rằng dịch vụ tham vấn tâm lý là cần thiết đối với sinh viên hiện nay, chỉ có một phần sinh viên (22%) cho rằng dịch tham vấn tâm lý là không cần thiết (Hình 1). Điều này cho thấy, sinh

viên đã nhận thức được vai trò của tham vấn tâm lý, là một hoạt động trợ giúp sinh viên giải quyết những khó khăn, rắc rối trong cuộc sống. Tuy vậy, do chưa nhận thức được tầm quan trọng của tham vấn và hiệu quả của nhà tham vấn, nên một số sinh viên cho rằng tham vấn tâm lý không cần thiết để trợ giúp sinh viên giải quyết những khó khăn trong cuộc sống hàng ngày.



Hình 1. Mức độ cần thiết của tham vấn tâm lý

Ngoài ra, nghiên cứu tìm hiểu nhận thức của sinh viên về sự cần thiết của việc thành lập một phòng tham vấn tâm lý cho sinh viên ở trong trường. Kết quả phản ánh, có đến 49% sinh viên (173 lựa chọn) nhận thấy cần thiết phải thành lập phòng tham vấn tâm lý trong trường đại học và 46% sinh viên (165 lựa chọn) cho rằng có cũng được, không có cũng được và chỉ có 5% sinh viên (22 lựa chọn) cho rằng không cần thiết thành lập phòng tham vấn tâm lý ở trong trường (Hình 2). Nhìn chung, sinh viên đã nhận thức được vai trò và tầm quan trọng của tham vấn tâm lý trong cuộc sống của mình.



Hình 2. Mức độ cần thiết của phòng tham vấn tâm lý

Phần lớn sinh viên đã nhận thức được vai trò cần thiết của tham vấn hiện nay đối với sinh viên nhưng chưa hiểu rõ lợi ích của tham vấn tâm lý.

Qua việc tìm hiểu sự đánh giá về mức độ cần thiết của tham vấn tâm lý để trợ giúp sinh viên giải quyết những khó khăn gặp phải trong cuộc sống, chúng tôi nhận thấy nhu cầu tham vấn tâm lý là một nhu cầu cần thiết hiện nay của sinh viên. Trong phạm vi đề tài, chúng tôi chỉ đi sâu tìm hiểu nhu cầu được tham vấn tâm lý của sinh viên về vấn đề phát triển năng lực bản thân, định hướng nghề nghiệp.

3.2.2. Thực trạng nhu cầu tham vấn tâm lý về phát triển năng lực bản thân và định hướng nghề nghiệp của sinh viên Trường ĐHLN

(1) *Thực trạng chung về nhu cầu tham vấn tâm lý về phát triển năng lực bản thân và định hướng nghề nghiệp của sinh viên Trường ĐHLN*

Khi gặp những vấn đề khó khăn trong cuộc sống làm ảnh hưởng đến tâm lý, hầu hết sinh

viên đều có mong muốn giải quyết khó khăn (Trần Thị Minh Đức, 2012). Sinh viên có mức độ mong muốn được trợ giúp tâm lý để giải quyết những khó khăn về phát triển năng lực cá nhân, định hướng nghề nghiệp là khá cao. Đặc biệt là khó khăn trong định hướng công việc tương lai, phát triển kỹ năng sống cá nhân hay thích nghi với môi trường làm việc.

Bảng 4. Mức độ mong muốn được trợ giúp tâm lý của sinh viên

TT	Khó khăn về phát triển năng lực cá nhân, định hướng nghề nghiệp	Tỷ lệ (%)			
		Rất mong muốn	Mong muốn	Bình thường	Không mong muốn
1	Thiếu thông tin hiểu biết về giới tính	2,22	15,56	51,11	31,11
2	Khó thích nghi với môi trường, văn hoá	3,33	18,89	57,78	20,00
3	Luôn cảm thấy thiếu tự tin	2,22	23,33	55,56	18,89
4	Bé tắc trong định hướng công việc tương lai	12,22	26,67	48,89	12,22
5	Không tìm thấy hứng thú với nghề đang học	7,78	14,44	57,78	20,00
6	Thiếu điều kiện phát triển kỹ năng sống cá nhân	10,00	20,00	54,44	15,56

Nguồn: Số liệu điều tra

Vấn đề “Cảm thấy bé tắc trong định hướng công việc tương lai” có mức độ mong muốn được trợ giúp là cao nhất với số sinh viên lựa chọn mức độ “rất mong muốn và mong muốn” là gần 40%. Vấn đề nghề nghiệp tương lai

thuận lợi hay khó khăn được đa số sinh viên quan tâm và mong muốn được trợ giúp. Các sinh viên không chỉ có nhu cầu giải tỏa trạng thái lo âu, căng thẳng mà còn mong muốn được các chuyên gia định hướng cho các sinh

viên về những việc cần làm trong hiện tại và sự chuẩn bị hành trang cần thiết cho công việc tương lai. Ngoài ra, vấn đề “Lo lắng vì không có điều kiện phát triển kỹ năng sống của cá nhân” có mức độ mong muốn chiếm 30%. Như vậy, có thể thấy, sinh viên đã nhận thức được vai trò quan trọng của kỹ năng sống, các em muốn học tập, nâng cao về kỹ năng sống cho cá nhân nhưng lại thiếu điều kiện để thực hiện nó. Việc hình thành và phát triển kỹ năng sống cho thế hệ trẻ là rất quan trọng. Bởi vì có kiến thức, có thái độ tích cực thì chưa đủ mà còn lại là những kỹ năng cần cho cuộc sống mà ta thường gọi là kỹ năng sống. Vì vậy, nhu cầu được học tập, cung cấp rèn luyện những kỹ năng sống cơ bản cho cá nhân là rất cần thiết

đối với sinh viên hiện nay. Sự hình thành và phát triển kỹ năng sống là một mặt quan trọng của nhân cách con người hiện đại.

(2) *Thực trạng nhu cầu tham vấn tâm lý về phát triển năng lực bản thân và định hướng nghề nghiệp của sinh viên Trường ĐHLN theo giới tính*

Theo giới tính, sinh viên nữ có nhu cầu tham vấn tâm lý cao hơn sinh viên nam. Đặc biệt là khó khăn về vấn đề “Bé tắc trong định hướng nghề nghiệp tương lai”, nữ sinh viên có nhu cầu tham vấn cao về khó khăn này với mong muốn được trợ giúp tâm lý là 46,67%. Nam sinh viên luôn có cái nhìn lạc quan hơn và tự tin hơn ở nghề nghiệp, tương lai của mình (bảng 5).

Bảng 5. Mức độ mong muốn được trợ giúp tâm lý của sinh viên theo giới tính

DVT: %

TT	Khó khăn về phát triển năng lực cá nhân, định hướng nghề nghiệp	Nam		Nữ	
		Mong muốn	Không mong muốn	Mong muốn	Không mong muốn
1	Thiếu thông tin hiểu biết về giới tính, SKSS	17,78	82,22	31,33	68,67
2	Khó thích nghi với môi trường, văn hoá	22,22	77,78	26,67	73,33
3	Luôn cảm thấy thiếu tự tin	25,56	74,44	30,67	69,33
4	Bé tắc trong định hướng công việc tương lai	38,89	61,11	46,67	53,33
5	Không tìm thấy hứng thú với nghề đang học	22,22	77,78	26,67	73,33
6	Thiếu điều kiện phát triển kỹ năng sống cá nhân	30,00	70,00	36,00	64,00

Nguồn: Số liệu điều tra

(3) *Thực trạng nhu cầu tham vấn tâm lý về phát triển năng lực bản thân và định hướng nghề nghiệp của sinh viên Trường Đại học Lâm nghiệp theo khóa học*

Theo khoá học, sinh viên các khóa khác nhau đều có nhu cầu tham vấn tâm lý cao, đặc biệt là sinh viên năm thứ ba và sinh viên năm

cuối. Sinh viên có nhu cầu mong muốn được trợ giúp tâm lý khá tương đồng giữa sinh viên khóa 61 và 62; sinh viên khóa 63 và 64. Nhu cầu tham vấn về vấn đề “Bé tắc về định hướng nghề nghiệp tương lai” của sinh viên ở các khoá là khá cao và không có sự chênh lệch lớn.

Bảng 6. Mức độ mong muốn được trợ giúp tâm lý của sinh viên theo khóa học

DVT: %

TT	Khó khăn về phát triển năng lực cá nhân, định hướng nghề nghiệp	Khóa học			
		K61	K62	K63	K64
1	Thiếu thông tin hiểu biết về giới tính, SKSS	24,89	21,33	14,22	10,67
2	Khó thích nghi với môi trường, văn hoá	31,11	26,67	17,78	13,33
3	Luôn cảm thấy thiếu tự tin	35,78	30,67	20,44	15,33
4	Bé tắc trong định hướng công việc tương lai	54,44	46,67	31,11	23,33
5	Không tìm thấy hứng thú với nghề đang học	31,11	26,67	17,78	13,33
6	Thiếu điều kiện phát triển kỹ năng sống cá nhân	42,00	36,00	24,00	18,00

Nguồn: Số liệu điều tra

(4) *Thực trạng nhu cầu tham vấn tâm lý về phát triển năng lực bản thân và định hướng nghề nghiệp của sinh viên Trường Đại học Lâm nghiệp theo khu vực*

Theo khu vực, sinh viên nông thôn và miền núi có nhu cầu trợ giúp cao hơn sinh viên ở thành thị về vấn đề phát triển năng lực cá nhân và định hướng nghề nghiệp. Đặc biệt là vấn đề “Bế tắc trong định hướng công việc tương lai”.

Nhiều sinh viên không xác định rõ mục đích, kế hoạch cuộc sống tương lai của bản thân. Trong khi đó, quãng đời sinh viên là khoảng thời gian có ảnh hưởng sâu sắc đến cuộc sống và sự trưởng thành của họ sau này. Không ít người chọn ngành học không phải vì sự quan tâm hay niềm đam mê cá nhân mà do sự tác động của người thân, vì áp lực xã hội hay trào lưu chung.

Bảng 7. Mức độ mong muốn được trợ giúp tâm lý của sinh viên theo khu vực

DVT: %

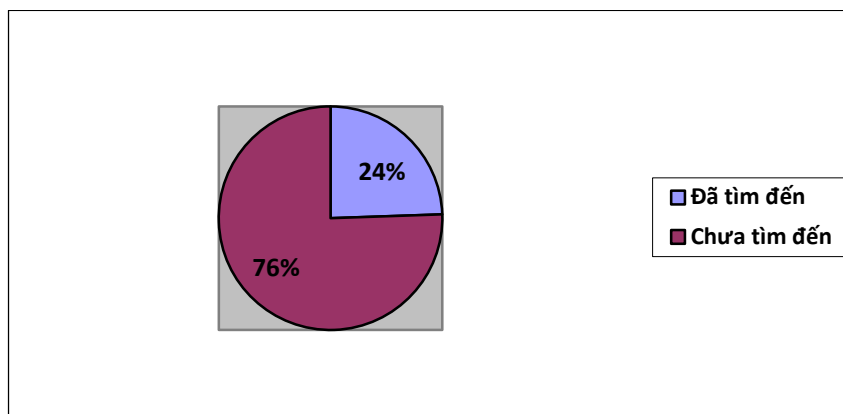
TT	Khó khăn về phát triển năng lực cá nhân, định hướng nghề nghiệp	Khu vực		
		Thành thị	Nông thôn	Miền núi
1	Thiếu thông tin hiểu biết về giới tính, SKSS	15,45	23,11	28,45
2	Khó thích nghi với môi trường, văn hoá	16,55	28,89	30,55
3	Luôn cảm thấy thiếu tự tin	17,89	33,22	40,88
4	Bế tắc trong định hướng công việc tương lai	27,22	50,56	52,22
5	Không tìm thấy hứng thú với nghề đang học	18,55	28,89	31,55
6	Thiếu điều kiện phát triển kỹ năng sống cá nhân	21,00	39,00	42,00

Nguồn: Số liệu điều tra

3.2.3. Thực trạng sử dụng các dịch vụ tham vấn tâm lý của sinh viên Trường ĐHLN

Mặc dù nhu cầu được tham vấn tâm lý ở nhiều lĩnh vực, nhiều vấn đề của sinh viên là khá cao, nhưng chỉ một số ít sinh viên đã sử dụng các dịch vụ tham vấn để thoả mãn nhu cầu tham vấn tâm lý của mình qua việc tìm đến

các trung tâm, các phòng tham vấn tâm lý với nhiều hình thức khác nhau như qua thư báo, điện thoại hay trực tiếp (Trần Đình Tuấn, 2013). Qua khảo sát thực tế, có đến 24% sinh viên (86 ý kiến) đã có hành vi thoả mãn nhu cầu tham vấn tâm lý và 76% sinh viên (274 ý kiến) chưa bao giờ tìm đến tham vấn tâm lý.



Hình 3. Mức độ sử dụng dịch vụ tham vấn tâm lý

Khi gặp khó khăn trong cuộc sống, nhiều sinh viên cảm thấy bối rối hoặc chán nản vì không biết làm như thế nào để vượt qua những

khó khăn tâm lý mà mình đang gặp phải (Bùi Thị Xuân Mai, 2008). Một số sinh viên thì bỏ mặc, số khác thì tự tìm cách giải quyết, và một

bộ phận nhỏ sinh viên đã tìm đến sự trợ giúp của các nhà tham vấn tâm lý qua các hình thức khác nhau. Cụ thể, hình thức tham vấn mà sinh viên đã sử dụng nhiều nhất là mạng internet và qua điện thoại với tỷ lệ đã sử dụng nhiều lần là 27,27% và 18,18%. Tham vấn qua mạng internet đang ngày càng phát triển, nó không những đáp ứng được nhu cầu trợ giúp khó khăn của sinh viên, mà hình thức tham vấn này

còn đảm bảo tính bí mật thông tin của sinh viên. Mặt khác, tham vấn trực tiếp tại văn phòng, trung tâm lại có số sinh viên lựa chọn rất ít. Điều này cho thấy, sinh viên thường có tâm lý e ngại, sợ mọi người dị nghị khi đến văn phòng tham vấn, địa điểm tham vấn chưa thuận tiện, do đó chưa thu hút nhiều sinh viên đến tham vấn.

Bảng 8. Những hình thức tham vấn tâm lý đã sử dụng của sinh viên

STT	Yếu tố	Tỷ lệ (%)			
		Nhiều lần	Một vài lần	Một lần	Không lần nào
1	Tham vấn qua thư báo	0,00	40,91	13,64	45,45
2	Tham vấn qua điện thoại	18,18	31,82	31,82	18,18
3	Tham vấn qua đài FM	0,00	4,55	13,64	81,82
4	Tham vấn qua mạng Internet	27,27	22,73	31,82	18,18
5	Tham vấn trực tiếp tại văn phòng, trung tâm	0,00	13,64	9,09	77,27

Nguồn: Số liệu điều tra

3.3. Các yếu tố ảnh hưởng đến việc đáp ứng nhu cầu tham vấn tâm lý của sinh viên Trường ĐHLN

3.3.1. Các yếu tố chủ quan

Mức độ ảnh hưởng, tác động của các yếu tố chủ quan đối với hành vi thoả mãn nhu cầu tham vấn của sinh viên là khác nhau. Các yếu

tố thúc đẩy sinh viên tìm đến các dịch vụ tham vấn tâm lý là rất nhiều, nó ảnh hưởng và tác động đến sinh viên ở các mức độ khác nhau. Chủ yếu là do “Vấn đề khó khăn không tự giải quyết được”. Đây cũng chính là lý do chủ quan tác động nhiều nhất và thúc đẩy mạnh mẽ nhu cầu tham vấn tâm lý của sinh viên.

Bảng 9. Yếu tố thúc đẩy sử dụng dịch vụ tham vấn của sinh viên

TT	Các yếu tố	Tỷ lệ (%)	
		Đúng	Sai
1	Vấn đề khó khăn không tự giải quyết được	95,45	4,55
2	Tò mò	50,00	50,00
3	Nhiều người đã sử dụng dịch vụ này	22,73	77,27
4	Thói quen sử dụng của bản thân	18,18	81,82
5	Hiểu biết về tác dụng của tham vấn	63,64	36,36
6	Cảm giác được chia sẻ và giữ bí mật	50,00	50,00
7	Do bạn bè giới thiệu	18,18	81,82
8	Tin tưởng vào trình độ chuyên môn của nhà tham vấn	40,91	59,09

Nguồn: Số liệu điều tra

Sau khi tìm đến các hình thức tham vấn tâm lý khác nhau, đa số sinh viên chưa cảm thấy hiệu quả tích cực. Chỉ có 68,18% là tỷ lệ cao nhất sinh viên lựa chọn dịch vụ tham vấn tâm lý đã giúp họ đỡ căng thẳng một chút nhưng chưa hài lòng. Sinh viên mong muốn có cảm xúc tích cực đối với tham vấn như cảm thấy thoải mái dễ chịu, đỡ lo lắng, hiểu và tìm ra

cách giải quyết vấn đề của mình... Như vậy, chưa có nhiều sinh viên đã sử dụng dịch vụ tham vấn cho rằng tham vấn có vai trò tích cực giải toả tâm lý, giúp họ giải quyết vấn đề. Đây cũng là một nguyên nhân tiếp tục thúc đẩy hành vi thoả mãn nhu cầu tham vấn tâm lý sau này của sinh viên.

Bảng 10. Kết quả sử dụng dịch vụ tham vấn của sinh viên

TT	Các yếu tố	Tỷ lệ (%)	
		Đúng	Sai
1	Không thấy nhà tham vấn giúp được gì	40,91	59,09
2	Đỡ căng thẳng một chút nhưng chưa hài lòng	68,18	31,82
3	Yên tâm và hài lòng	40,91	59,09
4	Hiểu ra vấn đề và tự tìm cách giải quyết hợp lý	36,36	63,64
5	Cảm thấy thú vị và có nhiều thông tin bổ ích	54,55	45,45

Nguồn: Số liệu điều tra

3.3.2. Các yếu tố khách quan

Trong tổng số sinh viên được điều tra có tới 76% sinh viên chưa bao giờ tiếp cận các hình thức tham vấn tâm lý để thỏa mãn nhu cầu tham vấn tâm lý khi gặp khó khăn trong cuộc sống. Các yếu tố nào đã cản trở hành vi thỏa mãn nhu cầu tham vấn tâm lý của sinh viên.

Qua kết quả điều tra, có rất nhiều các yếu tố ảnh hưởng tới việc sử dụng các dịch vụ tham vấn để giải quyết khó khăn về tâm lý của sinh viên. Các yếu tố gây ảnh hưởng nhiều nhất là “Phí tham vấn cao”, “Không có thói quen tìm đến tham vấn” và “Không tin tưởng vào trình độ chuyên môn của nhà tham vấn”.

Bảng 11. Yếu tố cản trở sử dụng dịch vụ tham vấn của sinh viên

TT	Các yếu tố	Tỷ lệ (%)	
		Đúng	Sai
1	Thiếu tự tin để tìm đến sự trợ giúp	60,00	40,00
2	Không có thói quen tìm đến tham vấn	82,22	17,78
3	Sợ dư luận xã hội cho là không bình thường	66,67	33,33
4	Không hiểu biết về tác dụng của tham vấn	67,78	32,22
5	Không tin tưởng vào trình độ chuyên môn của nhà tham vấn	73,33	26,67
6	Ít thông tin quảng bá về dịch vụ này	60,00	40,00
7	Phí tham vấn cao	82,22	17,78
8	Cảm thấy khó tiếp cận các dịch vụ tham vấn	66,67	33,33

Nguồn: Số liệu điều tra

3.4. Một số giải pháp góp phần đáp ứng nhu cầu tham vấn tâm lý của sinh viên Trường ĐHLN

Một số đề xuất, kiến nghị của sinh viên để góp phần đáp ứng nhu cầu tham vấn tâm lý của sinh viên trong Nhà trường được tổng hợp qua bảng 12.

Bảng 12. Một số kiến nghị đáp ứng nhu cầu tham vấn tâm lý của sinh viên

TT	Các yếu tố	Tỷ lệ (%)	
		Kiến nghị	Không kiến nghị
1	Dễ dàng tiếp cận các dịch vụ tham vấn	60,00	40,00
2	Nhà tham vấn được đào tạo chuyên nghiệp	82,22	17,78
3	Hoạt động tham vấn đảm bảo nguyên tắc nghề nghiệp	66,67	33,33
4	Cần có sự quảng bá về vai trò của tham vấn đối với việc bảo vệ sức khỏe tâm thần cho con người	67,78	32,22
5	Nâng cao nhận thức trong xã hội để xóa bỏ suy nghĩ cho rằng người tìm đến tham vấn là không bình thường	73,33	26,67

Nguồn: Số liệu điều tra

- Nâng cao chất lượng cơ sở đào tạo chuyên sâu về lĩnh vực tâm lý học, tham vấn tâm lý. Các nhà tham vấn cần được đào tạo một cách

chuyên nghiệp (Trần Thị Minh Đức, 2012). Ngoài ra, bản thân nhà tham vấn phải tự mình học hỏi và nâng cao hiểu biết các vấn đề kinh

tế, chính trị, xã hội; chủ động tham gia các chương trình tập huấn để nâng cao năng lực chuyên môn, rèn luyện đạo đức và nguyên tắc hành nghề, từ đó tạo niềm tin và ấn tượng tốt đối với sinh viên.

- Nâng cao nhận thức trong xã hội để xóa bỏ suy nghĩ cho rằng người tìm đến tham vấn là không bình thường. Tham vấn tâm lý đã phát triển lâu đời ở nước ngoài nhưng ở Việt Nam thì phát triển chưa lâu. Vì vậy, xã hội vẫn chưa nhận thức được tham vấn tâm lý là dịch vụ trợ giúp con người tự vượt qua được những bất ổn trong tâm lý, khó khăn trong cuộc sống. Các trung tâm dịch vụ tham vấn cần phải phổ biến, truyền thông và quảng bá về tham vấn; xoá bỏ dư luận xã hội không đúng về tham vấn; cung cấp những địa chỉ của các trung tâm tham vấn tâm lý uy tín cho sinh viên.

- Nâng cao nhận thức cho sinh viên về tham vấn, vai trò của tham vấn trong cuộc sống. Sinh viên cần có thái độ tích cực và niềm tin vững chắc đối với tham vấn, tạo tâm thế và thói quen tham vấn khi gặp những vấn đề tâm lý khó giải quyết. Đặc biệt, những học sinh đang có khó khăn tâm lý nên nỗ lực tìm cách vượt qua hoặc tìm kiếm dịch vụ trợ giúp phù hợp để tránh những tác động tiêu cực do khó khăn tâm lý gây ra. Ý thức được sự cần thiết của việc trau dồi các kiến thức tâm lý học và các kiến thức xã hội khác để hiểu được tâm lý của bản thân và tự nhận ra vấn đề khó khăn của mình. Sinh viên nên chuẩn bị tâm thế trước mọi hoàn cảnh, sẵn sàng đón nhận thử thách, khó khăn trong cuộc sống, học tập và nỗ lực tìm cách khắc phục chúng. Khi cần trợ giúp nên tìm đến những dịch vụ hay những loại hình trợ giúp tâm lý chuyên nghiệp để tránh những rủi ro.

- Nâng cao sự hiểu biết của giáo viên về đặc điểm tâm sinh lý học sinh mình đang giảng dạy để lựa chọn phương pháp, hình thức dạy học phù hợp. Giáo viên cần gần gũi học sinh, không chỉ thông qua giao lưu trong tiết học mà nên chủ động trò chuyện, quan tâm tới học sinh để xóa đi khoảng cách giữa người học và người dạy; để thấu hiểu học sinh; biết được

nhu cầu và nguyện vọng của học sinh; tránh gây áp lực không cần thiết lên học sinh. Tìm hiểu tâm tư nguyện vọng của học sinh; để hỗ trợ học sinh phòng ngừa, phát hiện sớm những khó khăn tâm lý và trợ giúp kịp thời.

- Tạo điều kiện hỗ trợ các học sinh đang có khó khăn tâm lý từ các khoa viện, nhà trường. Thành lập phòng tư vấn tâm lý học đường trong trường học. Quan tâm đầu tư cả nguồn nhân lực và tài chính cho việc đào tạo chuyên sâu đội ngũ chuyên gia tư vấn tâm lý học đường. Khi có đội ngũ chuyên gia tâm lý học đường được đào tạo chuyên sâu thì họ không chỉ giúp học sinh giải quyết những khó khăn tâm lý gặp phải mà họ còn giúp phòng ngừa những khó khăn có thể xảy ra; đặc biệt là phát hiện và can thiệp sớm những khó khăn tâm lý mới xuất hiện. Chuyên gia tâm lý học đường không chỉ trợ giúp cho các em học sinh mà còn hỗ trợ giáo viên, nhà trường và cả phụ huynh học sinh trong việc chăm sóc cho các em có đời sống tâm trí khỏe mạnh. Nâng cao nhận thức trong xã hội để xóa bỏ suy nghĩ cho rằng người tìm đến tham vấn là không bình thường

4. KẾT LUẬN

Nghiên cứu đã chỉ ra những khó khăn mà sinh viên gặp phải trong cuộc sống rất phong phú và đa dạng. Sinh viên gặp phải đó là các khó khăn về học tập, về phát triển bản thân và định hướng nghề nghiệp, về quan hệ xã hội. Khi gặp khó khăn trong cuộc sống, sinh viên đã có nhu cầu chia sẻ và giải quyết những khó khăn của mình. Trong đó, đối tượng mà các em lựa chọn để chia sẻ và giúp đỡ là người thân trong gia đình, bạn bè, thầy cô giáo và các chuyên gia tham vấn tâm lý. Nhiều sinh viên đã nhận thức được vai trò của tham vấn tâm lý là cần thiết và rất cần thiết trong cuộc sống, chỉ có một bộ phận nhỏ sinh viên chưa hiểu hết tầm quan trọng của tham vấn tâm lý.

Sinh viên có nhu cầu tham vấn tâm lý, nhưng ở mức độ ý muốn là chủ yếu. Một số ít sinh viên đã tìm đến tham vấn tâm lý và đã lựa chọn các hình thức tham vấn khác nhau, nhưng chủ yếu là tham vấn qua điện thoại. Nghiên cứu chỉ ra thực trạng nhu cầu tham vấn tâm lý

của sinh viên Trường Đại học Lâm nghiệp và các yếu tố ảnh hưởng đến việc thoả mãn nhu cầu tham vấn tâm lý của sinh viên. Một số giải pháp nhằm đáp ứng nhu cầu tham vấn tâm lý của sinh viên trong Nhà trường như nâng cao chất lượng cơ sở đào tạo chuyên sâu về lĩnh vực tâm lý học, tham vấn tâm lý; nâng cao nhận thức cho sinh viên về tham vấn, vai trò của tham vấn trong cuộc sống; tạo điều kiện hỗ trợ các học sinh đang có khó khăn tâm lý từ các khoa, viện, Nhà trường.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Phạm Thanh Bình (2005), *Nhu cầu tham vấn tâm lý của học sinh một số trường trung học trên địa bàn Hà Nội*, Luận văn Thạc sỹ Trường Đại học Sư phạm Hà Nội.
2. Trần Thị Minh Đức (2012), *Giáo trình Tham vấn*

tâm lý, Nhà xuất bản Đại học Quốc gia, Hà Nội.

3. Triệu Thị Hương (2016), *Nhu cầu tham vấn tâm lý của sinh viên trường Học viện Cảnh sát*, Luận văn Thạc sỹ Trường Đại học Sư phạm Hà Nội.

4. Bùi Thị Xuân Mai (2006), *Thực trạng nhu cầu tham vấn của học sinh, sinh viên hiện nay - những khuyến nghị, giải pháp, Kỳ yếu hội thảo: Xây dựng và phát triển mạng lưới tham vấn trong trường học, Sở GD&ĐT Hà Nội.*

5. Bùi Thị Xuân Mai, Nguyễn Thái Lan, Lim Shaw Hui (2008), *Giáo trình tham vấn*, NXB Lao động - Xã hội.

6. Chu Thị Hương Nga (2010), *Nhu cầu tham vấn tâm lý của sinh viên ở một số trường đại học trên địa bàn thành phố Hà Nội*, Luận văn Thạc sỹ Trường Đại học KHXH&NV Hà Nội.

7. Trần Đình Tuấn (2013), *Tham vấn tâm lý cá nhân và gia đình*, NXB Đại học Quốc gia Hà Nội.

8. Nguyễn Quang Uẩn (2006), *Giáo trình Tâm lý học đại cương*, NXB Đại học Sư phạm Hà Nội.

DEMAND FOR COUNSELING PSYCHOLOGY FOR STUDENTS AT VIETNAM NATIONAL UNIVERSITY OF FORESTRY

Bui Thi Ngoc Thoa¹

¹*Vietnam National University of Forestry*

SUMMARY

This research is conducted to assess the reality of the demand for counseling psychology of personal ability development and career orientation for students at Vietnam National University of Forestry (VNUF). The random survey findings carried out by questionnaire of 360 students studying at the school showed that they needed counseling psychology. Students have a desperate need to share and see their problems. According to the survey, they have chosen their family members, friends, teachers and counseling psychologists with a view to sharing and being helped. Counseling psychology has been found by some students who have also chosen many different consultative forms mainly done by telephone. Many of them have recognized counseling psychology plays a pivotal role in their life. The study pointed out factors influencing the students' satisfaction of counseling psychology needs and make some recommendations on how to meet these of students in VNUF as well.

Keywords: consultative form, counselling psychologist, counseling psychology, Vietnam National University of Forestry.

Ngày nhận bài : 24/9/2020
Ngày phản biện : 19/11/2020
Ngày quyết định đăng : 30/11/2020