



TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH
Ho Chi Minh City University of Education

Chất lượng - Sáng tạo - Nhân văn

Chương trình tập huấn

NÂNG CAO NĂNG LỰC TƯ VẤN TÂM LÝ VÀ CHĂM SÓC SỨC KHỎE TINH THẦN CHO HỌC SINH TRONG BỐI CẢNH MỚI

TS. GIANG THIÊN VŨ

**Khoa Tâm lý học, Trường ĐH Sư phạm
TP. Hồ Chí Minh**



NỘI DUNG

1. **Tìm hiểu thực trạng Sức khỏe Tâm thần hiện nay trong bối cảnh học đường**
2. **Tìm hiểu một số công cụ sàng lọc, nhận diện SKTT cho học sinh ở trường phổ thông**
3. **Quy trình sàng lọc, phòng ngừa SKTT cho học sinh.**



KHỞI ĐỘNG. GIẢI MÃ ẨN SỐ

Theo Thầy/Cô, các con số sau đây có ý nghĩa gì?

800.000

02

15 - 24

40 GIÂY

25-30%

Gợi ý: Liên quan đến thực trạng SKTT ở vị thành niên

NHỮNG SỰ THẬT VỀ SỨC KHỎE TÂM THẦN TRẺ EM, VTN

Mỗi năm trên thế giới có hơn 800.000 ca tự sát

80% các vụ tự sát diễn ra tại những quốc gia thu nhập thấp và trung bình

Tự sát là nguyên nhân thứ 02 gây tử vong cho trẻ em, thanh thiếu niên và thanh niên từ 15 đến 24 tuổi

40 giây lại có một người chết do tự tử

Một bác sỹ tâm thần/ một chuyên gia tâm lý gặp khoảng 6 thân chủ có khả năng tự tử mỗi năm hành nghề

Số vụ tự tử thực tế có lẽ cao hơn 25-30% so với những gì được ghi nhận

Trong số những người từ 15-24 tuổi, 73% là nam, sống trong gia đình có mức sống khá và cao

Phương tiện phổ biến nhất cho trẻ em dưới 15 tuổi là nhảy từ các tòa nhà và chạy vào dòng xe cộ

Hơn 2/3 số người tự tử cho biết trước ý định của họ không chỉ một lần

Các dấu hiệu để nhận biết sớm hành vi “bất ổn” ở học sinh



LỜI NÓI

“Sẽ không còn làm
phiền ai nữa đâu...”

"Chả còn gì quan
trọng cả..."

“Con muốn chết/ tự
giết bản thân.”

"Con không nên có
mặt trên đời này."

"Chả còn gặp ai nữa
đâu mà nói..."

"Con ước mình có thể
biến mất vĩnh viễn."

“Con không muốn /
không còn lý do gì để
sống nữa”

"Có những giọng nói
trong đầu con bảo con
đi chết đi."

"Cha mẹ con sẽ không
tiếc thương con đâu"

HÀNH ĐỘNG



Sắp xếp mọi vật dụng cá nhân theo thứ tự



Viết nhật ký (di chúc) sẽ cho người này món đồ yêu quý



Tự nhiên dọn dẹp phòng ốc sạch sẽ



Hành động như để trả ơn bố mẹ

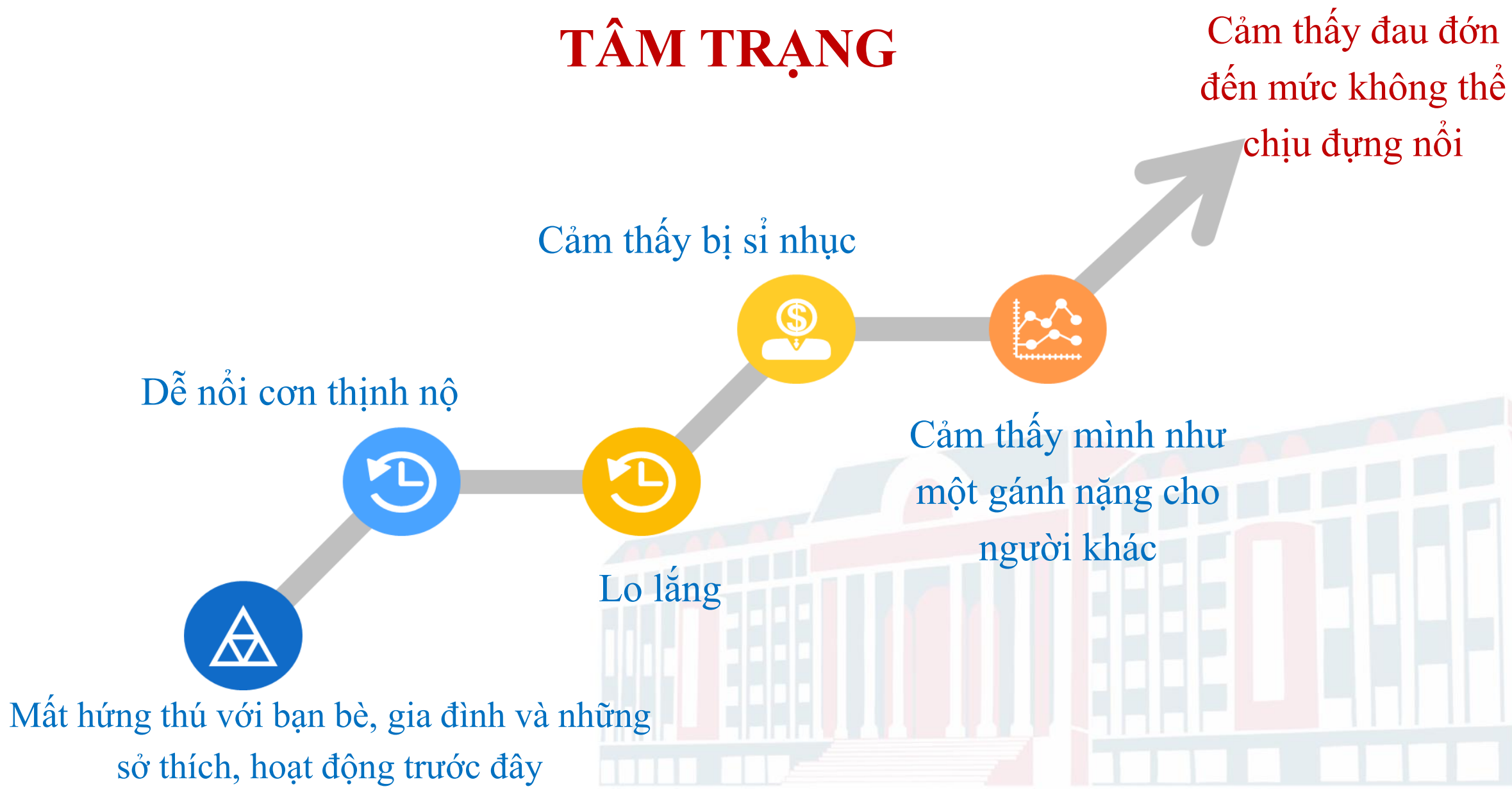


Thu mình khỏi với bạn bè, gia đình và các hoạt động đã từng yêu thích trước đó

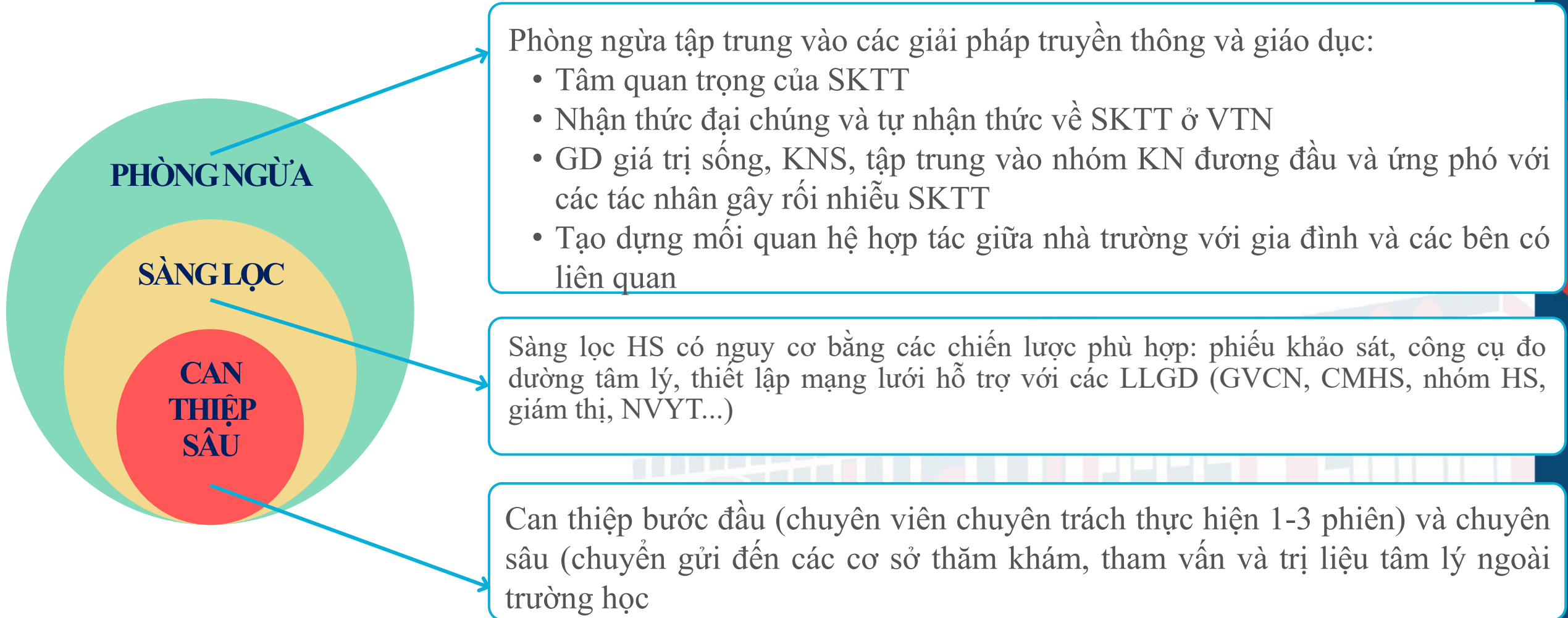


Hành động liều lĩnh

TÂM TRẠNG



Mô hình tâm lý học đường và công tác xã hội học đường tiếp cận 3 tầng dịch vụ hỗ trợ trong trường học



Công tác sàng lọc tâm lý học đường

- Đánh giá, tầm soát các vấn đề tâm lý và sức khỏe tâm thần
- Khảo sát nhu cầu tư vấn tâm lý
- Báo cáo kết quả định kỳ cho Ban giám hiệu và lãnh đạo
- Xây dựng kế hoạch phòng ngừa và can thiệp SKTT



Sàng lọc chủ động

- Tổ chức định kỳ 2 lần/năm (đầu học kỳ 1 và cuối học kỳ 2)
- Sử dụng thang đánh giá DASS-21 để đo căng thẳng, lo âu, trầm cảm
- Sử dụng bảng kiểm CBCL để đo các chỉ số: rối loạn lo âu/trầm cảm, hành vi tự sát, thu mình, vấn đề xã hội, rối loạn tư duy, chú ý, hành vi sai phạm, gây hấn
- Xử lý kết quả sàng lọc: chuyển các trường hợp có nhu cầu hỗ trợ đặc biệt đến phòng tâm lý (trực tiếp hoặc qua giáo viên chủ nhiệm)

Sàng lọc thụ động

- Nhờ chuyên viên tâm lý có mặt tại phòng trong khung giờ cố định
- Tiếp nhận thông tin cần hỗ trợ từ giáo viên, quản lý, phụ huynh, nhân viên y tế học đường,...



MỘT SỐ CÔNG CỤ SÀNG LỌC TÂM LÝ TRONG TRƯỜNG HỌC ĐƠN GIẢN VÀ CÁCH SỬ DỤNG



Bảng Câu Hỏi Kiểm Tra Triệu Chứng Trẻ Em (PSC)

PSC (Pediatric Symptom Checklist) là bảng câu hỏi kiểm tra Triệu chứng Trẻ em gồm 35 câu hỏi giúp xác định và đánh giá những thay đổi của những vấn đề cảm xúc và hành vi cho trẻ từ 4 đến 16 tuổi. PSC do bác sĩ Michael Jellinek (Hiện là giáo sư trường đại học Y khoa Harvard – Mỹ) và tiến sĩ giáo dục Michael Murphy (bệnh viện Đa khoa Massachusetts – Mỹ) xây dựng. Công cụ này đã được sử dụng trong hơn 200 nghiên cứu trên toàn thế giới, hiện được Viện Nhi khoa Mỹ, bang Massachusetts và nhiều tổ chức khác sử dụng.

PSC sẽ giúp khảo sát những vấn đề liên quan đến rối loạn kém tập trung, rối loạn lo âu/trầm cảm và rối loạn hành vi gây rối. Tuy nhiên, đây là bảng khảo sát để định hướng cho những đánh giá chuyên sâu tiếp theo, vì vậy đây không phải là công cụ dùng để chẩn đoán xác định.

Bảng Câu Hỏi Kiểm Tra Triệu Chứng Trẻ Em (PSC)

Đánh dấu bên dưới cột có câu trả lời đúng nhất đối với con của quý vị:

		Không bao giờ Never	Đôi khi Sometimes	Thường Often		
1. Than phiền bị đau nhức/Complains of aches and pains	1				22. Quá lo lắng/Worries a lot	22
2. Thường sống cô lập một mình/Spends more time alone	2				23. Muốn gần cha mẹ nhiều hơn trước/Wants to be with you more	23
3. Dễ mệt, yếu sức/Tires easily, has little energy	3				24. Mặc cảm xấu về bản thân/Feels he or she is bad	24
4. Cựa quậy, đứng ngồi không yên/Fidgety, unable to sit still	4				25. Hành động rủi ro không cần thiết/Takes unnecessary risks	25
5. Có vấn đề với thầy/cô giáo/Has trouble with teacher	5				26. Thường bị tổn thương/Gets hurt frequently	26
6. Không thích đi học/Less interested in school	6				27. Có vẻ ít vui chơi hơn trước/Seems to be having less fun	27
7. Hành động như có xung lực thúc đẩy/Acts as if driven by a motor	7				28. Hành động như trẻ ít tuổi hơn/Acts younger than his/her age	28
8. Mơ mộng quá nhiều/Daydreams too much	8				29. Không tuân theo điều luật/Does not listen to rules	29
9. Dễ xao lãng/Distracted easily	9				30. Không biểu lộ cảm xúc/Does not show feelings	30
10. Sợ hoàn cảnh mới/Is afraid of new situations	10				31. Không hiểu cảm nghĩ của người khác/Not understand other's feeling	31
11. Buồn, không vui vẻ/Feels sad, unhappy	11				32. Chọc ghẹo người khác/Teases others	32
12. Khó chịu, dễ giận/Is irritable, angry	12				33. Đổ lỗi cho người khác/Blames others for his or her troubles	33
13. Tuyệt vọng/Feels hopeless	13				34. Lấy đồ vật của người khác/Takes things not belong to him/her	34
14. Kém tập trung/Has trouble concentrating	14				35. Không chia sẻ cho người khác/Refuses to share	35
15. Không thích chơi với bạn/Less interested in friends	15					
16. Gây gổ với trẻ em khác/Fights with other children	16					
17. Vắng mặt ở trường/Absent from school	17					
18. Sụt hạng trong lớp học/School grades dropping	18					
19. Chán bản thân/Is down on him or herself	19					
20. Thường đến bác sĩ mà không có bệnh/Visits doctor, nothing wrong	20					
21. Mất ngủ/Has trouble sleeping	21					
					Tổng số điểm/Total score	

Bảng Câu Hỏi Kiểm Tra Triệu Chứng Trẻ Em (PSC)

Để xác định loại vấn đề sức khỏe tâm thần nào đang hiện diện, hãy xác định ba điểm yếu tố trên PSC:

(a) Thang đo chú ý PSC bao gồm 5 mục:

- 4. Bồn chồn, không thể ngồi
- 7. Hành động như thể được điều khiển bởi một động cơ
- 8. Mơ mộng quá nhiều
- 9. Dễ bị mất tập trung
- 14. Khó tập trung

(b) Thang đo nội tâm hóa PSC bao gồm 5 mục:

- 11. Cảm thấy buồn
- 13. Cảm thấy tuyệt vọng
- 19. Tự ti
- 22. Lo lắng nhiều
- 27. Có vẻ ít vui hơn

(c) Thang đo ngoại tâm hóa PSC bao gồm 7 mục:

- 16. Đánh nhau với trẻ khác
- 29. Không nghe theo quy tắc
- 31. Không hiểu cảm xúc của người khác
- 32. Chọc ghẹo người khác
- 33. Đổ lỗi cho người khác về những rắc rối của mình
- 34. Lấy những thứ không thuộc về mình
- 35. Từ chối chia sẻ

Một số công cụ sàng lọc tâm lý học đường cơ bản và cách sử dụng ở học sinh Trung học

1. DASS-21

STT	Câu hỏi	Thang điểm
S	1. Tôi thấy khó mà thoải mái được	0 1 2 3
A	2. Tôi bị khô miệng	0 1 2 3
D	3. Tôi không thấy có chút cảm xúc tích cực nào	0 1 2 3
A	4. Tôi bị rối loạn nhịp thở (thở gấp, khó thở dù chẳng làm việc gì nặng)	0 1 2 3
D	5. Tôi thấy khó bắt tay vào công việc	0 1 2 3
S	6. Tôi đã phản ứng thái quá khi có những sự việc xảy ra	0 1 2 3
A	7. Tôi bị ra mồ hôi (chẳng hạn như mồ hôi tay...)	0 1 2 3
S	8. Tôi thấy mình đang suy nghĩ quá nhiều	0 1 2 3
A	9. Tôi lo lắng về những tình huống có thể khiến tôi hoảng sợ hoặc biến tôi thành trò cười	0 1 2 3
D	10. Tôi thấy mình chẳng có gì để mong đợi cả	0 1 2 3

1. DASS-21

STT	Câu hỏi		Thang điểm			
S	11.	Tôi thấy bản thân dễ bị kích động	0	1	2	3
S	12.	Tôi thấy khó thư giãn được	0	1	2	3
D	13.	Tôi cảm thấy chán nản, thất vọng	0	1	2	3
S	14.	Tôi không chấp nhận được việc có cái gì đó xen vào cản trở việc tôi đang làm	0	1	2	3
A	15.	Tôi thấy mình gần như hoảng loạn	0	1	2	3
D	16.	Tôi không thấy hăng hái với bất kỳ việc gì nữa	0	1	2	3
D	17.	Tôi cảm thấy mình chẳng đáng làm người	0	1	2	3
S	18.	Tôi thấy mình khá dễ phật ý, tự ái	0	1	2	3
A	19.	Tôi nghe thấy rõ tiếng nhịp tim dù chẳng làm việc gì cả (ví dụ, tiếng nhịp tim tăng, tiếng tim loạn nhịp)	0	1	2	3
A	20.	Tôi hay sợ vô cớ	0	1	2	3
D	21.	Tôi thấy cuộc sống vô nghĩa	0	1	2	3

2. PHQ-9

1. Ít hứng thú hoặc là không có niềm vui thích làm việc gì	1	2	3	4
2. Cảm thấy chán nản kiệt sức, trầm cảm, hoặc tuyệt vọng	1	2	3	4
3. Khó ngủ, ngủ không lâu hoặc ngủ quá nhiều	1	2	3	4
4. Cảm thấy mệt mỏi hoặc kém năng lực hoạt động	1	2	3	4
5. Ăn kém ngon hoặc ăn quá nhiều	1	2	3	4
6. Cảm thấy mình tệ, cho rằng mình là người thất bại hoặc đã làm cho chính mình hay gia đình thất vọng	1	2	3	4
7. Khó tập trung làm việc gì, ví dụ như là đọc báo hay xem tivi	1	2	3	4
8. Đi đứng hoặc nói năng chậm chạp đến nỗi mọi người lưu ý. Hoặc ngược lại quá bồn chồn, đứng ngồi không yên cho nên bạn đã đi quanh quẩn nhiều hơn bình thường	1	2	3	4
9. Có ý nghĩ làm điều gì đó gây đau đớn cho bản thân hoặc nghĩ rằng thà mình chết đi cho rồi	1	2	3	4

Tổng số điểm cao nhất của bộ câu hỏi là 27. Câu trả lời sẽ tương ứng với số điểm bên cạnh, nếu tổng số điểm:

- 0-4: Bình thường
- 5-9: Ở mức trầm cảm tối thiểu
- 10-14: Trầm cảm nhẹ
- 15-19: Trầm cảm trung bình
- >19: Trầm cảm nặng

3. PSC-17

Tổng số điểm PSC-17 được thiết kế để đánh giá chức năng tâm lý xã hội tổng thể của trẻ. Điểm số có trọng số cho 17 mục được tổng hợp để tạo ra tổng số điểm từ 0 đến 34.

Điểm cao hơn cho thấy rủi ro lớn hơn.

Tổng số điểm cũng được mã hóa lại một cách phân đôi, dựa trên điểm số giới hạn được xác thực là ≥ 15 trên phạm vi toàn thang đo để chỉ ra nguy cơ sức khỏe tâm thần tổng thể.

Tổng điểm và điểm số phân loại được tính theo cùng một cách. Điểm của ≥ 7 cho thấy rủi ro đối với cả vấn đề chú ý và vấn đề ngoại hóa và điểm số ≥ 5 cho thấy rủi ro trên đăng ký nội tâm hóa.

Phân 1: Bạn hãy đọc mỗi câu và khoanh tròn vào các số 0, 1, và 2 ứng với tình trạng mà bạn cảm thấy

	Không bao giờ	Đôi khi	Thường xuyên
1. Bồn chồn, ngồi không yên	0	1	2
2. Cảm thấy buồn bã, không vui	0	1	2
3. Mơ mộng giữa ban ngày nhiều	0	1	2
4. Từ chối chia sẻ với người khác	0	1	2
5. Không hiểu được cảm giác của người khác	0	1	2
6. Cảm thấy tuyệt vọng	0	1	2
7. Có vấn đề trong việc tập trung	0	1	2
8. Mâu thuẫn với bạn bè	0	1	2
9. Chán nản về bản thân	0	1	2
10. Đổ lỗi cho người khác về vấn đề của chính mình	0	1	2
11. Dường như ít khi cảm thấy vui	0	1	2
12. Bất chấp luật lệ	0	1	2
13. Có xu hướng hoạt động nhiều, không ngại nghỉ	0	1	2
14. Chọc ghẹo người khác	0	1	2
15. Lo lắng quá nhiều	0	1	2
16. Lấy đồ không thuộc về mình	0	1	2
17. Dễ bị sao nhãng	0	1	2

4. CBCL (Child Behavior Checklist)

Nhà tâm lý học Thomas M. Achenbach, Ph.D. đã phát triển CBCL vào năm 1966. Ông đã nghiên cứu các hành vi có vấn đề chung ở trẻ em và sử dụng các phát hiện của mình để tạo ra một bảng câu hỏi mô tả và phát hiện những hành vi đó.

Bản tự kiểm kê hành vi trẻ em (CBCL) là bản công cụ nhằm đánh giá năng lực và các vấn đề hành vi, cảm xúc trẻ em từ 6-18 tuổi thông qua cách tự đánh giá của trẻ em.

Cấu trúc của thang gồm 112 biểu hiện vấn đề cảm xúc, hành vi ở trẻ em. Các vấn đề này được phân làm 8 trục hội chứng chính của các vấn đề hành vi và cảm xúc thường gặp ở trẻ em và vị thành niên theo bảng phân loại bệnh lần thứ 4 của Hoa Kỳ - DSM 4.

BẢN KIỂM KÊ HÀNH VI TRẺ EM
(CBCL - Child Behavior Checklist)

Họ và tên:.....

Giới tính: Nam Nữ

Lớp.....

Ngày đánh giá.....

Là con thứ.....trong gia đình có.....anh/chị/em

Nghề nghiệp bố..... Tuổi.....

Trình độ học vấn của bố:.....

Nghề nghiệp mẹ..... Tuổi.....

Trình độ học vấn của mẹ:.....

Trong vòng 6 tháng gần đây, em cảm thấy mình có biểu hiện nào trong các biểu hiện dưới đây, **hãy khoanh tròn:**

Số 1 nếu biểu hiện đó hoàn toàn không đúng ở em.

Số 2: nếu biểu hiện đó thỉnh thoảng có hoặc đúng một phần.

Số 3: nếu biểu hiện đó hoàn toàn có, rất đúng với em.

+

1 2 3	1. Cư xử ở mức quá trẻ so với tuổi của mình
1 2 3	2. Gây tiếng động lạ trong giờ học
1 2 3	3. Phản đối hoặc tranh luận rất nhiều
1 2 3	4. Không hoàn thành những gì đã bắt đầu
1 2 3	5. Cư xử như một người thuộc giới đối lập
1 2 3	6. Thách thức, có câu trả lời xấc láo
1 2 3	7. Kiêu căng, phô trương
1 2 3	8. Không thể tập trung, không thể chú ý trong một thời gian dài
1 2 3	9. Không thể từ bỏ một ý nghĩ nào đó, có những ám ảnh
1 2 3	10. Không thể ngồi yên, không nghỉ, quá hiếu động
1 2 3	11. Bám lấy người lớn, quá phụ thuộc
1 2 3	12. Phàn nàn rằng mình cô đơn
1 2 3	13. Bối rối hoặc suy nghĩ rối loạn
1 2 3	14. Khóc rất nhiều
1 2 3	15. Nhức nhích, cựa quậy, không yên
1 2 3	16. Độc ác với người khác, trêu chọc người khác

1 2 3	17. Mơ mộng
1 2 3	18. Làm hại, làm bị thương bản thân hoặc cố tử tự
1 2 3	19. Đòi hỏi được chú ý nhiều
1 2 3	20. Phá vỡ đồ của mình
1 2 3	21. Phá vỡ đồ của người khác
1 2 3	22. Khó theo dõi các chỉ dẫn
1 2 3	23. Không vâng lời khi ở trường
1 2 3	24. Làm phiền những trẻ khác
1 2 3	25. Không hoà hợp với bạn bè
1 2 3	26. Không thấy có lỗi khi cư xử sai
1 2 3	27. Dễ ghen tức
1 2 3	28. Ăn hoặc uống những thứ không phải đồ ăn uống
1 2 3	29. Sợ một số động vật, tình huống hoặc nơi chốn trừ trường học
1 2 3	30. Sợ đi đến trường
1 2 3	31. Sợ rằng mình sẽ làm hoặc nghĩ điều gì đó tồi tệ, càn quấy
1 2 3	32. Nghĩ rằng mình cần phải hoàn hảo
1 2 3	33. Cảm thấy không được yêu mến
1 2 3	34. Có cảm giác bị coi thường
1 2 3	35. Cảm thấy tự ti, vô dụng
1 2 3	36. Dễ bị tai nạn hoặc bị làm thương
1 2 3	37. Dễ đánh nhau
1 2 3	38. Dễ bị trêu chọc
1 2 3	39. Chơi với những bạn bè xấu
1 2 3	40. Nghe thấy âm thanh không có thật
1 2 3	41. Bồng bột, hành động trước khi suy nghĩ
1 2 3	42. Thích một mình hơn là với bạn bè
1 2 3	43. Nói dối hoặc lừa dối
1 2 3	44. Cắn móng tay
1 2 3	45. Lo lắng hoặc căng thẳng
1 2 3	46. Có cử động lo lắng hoặc vận vẹo
1 2 3	47. Quá nghiêm khắc, cứng nhắc
1 2 3	48. Bị bạn bè ghét bỏ

1 2 3	49. Khó khăn về học tập
1 2 3	50. Quá lo lắng hoặc sợ hãi
1 2 3	51. Đôi khi thấy chóng mặt
1 2 3	52. Cảm thấy tội lỗi, có lỗi
1 2 3	53. Nói tranh luận
1 2 3	54. Quá mệt mỏi
1 2 3	55. Quá cân
1 2 3	56. Có vấn đề về sức khoẻ mà không rõ nguyên nhân y tế
1 2 3	56a. Đau
1 2 3	56b. Đau đầu
1 2 3	56c. Buồn nôn
1 2 3	56d. Có vấn đề về mắt
1 2 3	56e. Phát ban, mẩn ngứa
1 2 3	56f. Đau bụng, đau dạ dày
1 2 3	56g. Nôn
1 2 3	56h. Các vấn đề thể chất khác.....
1 2 3	57. Tấn công người khác về thể chất
1 2 3	58. Cấu mũi, cấu da
1 2 3	59. Ngủ trong giờ học
1 2 3	60. Thờ ơ, lơ đãng
1 2 3	61. Ít làm bài tập
1 2 3	62. Vụng về hoặc phối hợp kém
1 2 3	63. Thích chơi với trẻ lớn tuổi hơn
1 2 3	64. Thích chơi với trẻ nhỏ tuổi hơn
1 2 3	65. Không nói chuyện
1 2 3	66. Lặp lại liên tục một hành động, có các hành động bột phát
1 2 3	67. Làm dừng lớp học
1 2 3	68. La hét nhiều
1 2 3	69. Kín đáo, không cho người khác biết cảm xúc
1 2 3	70. Nhìn thấy những điều không có
1 2 3	71. Không tự nhiên, dễ xấu hổ
1 2 3	72. Công việc lộn xộn

1 2 3	73. Cư xử vô trách nhiệm
1 2 3	74. Phô trương để thu hút sự chú ý
1 2 3	75. Nhút nhát, e thẹn
1 2 3	76. Dễ nổi nóng, hành vi khó dự đoán
1 2 3	77. Dễ cáu giận, muốn đáp lại mong muốn ngay lập tức
1 2 3	78. Không tập trung, dễ sao nhãng
1 2 3	79. Có vấn đề về nói
1 2 3	80. Nhìn trầm trầm một cách trống rỗng
1 2 3	81. Không chịu được sự chỉ trích
1 2 3	84. Hành vi kỳ quặc
1 2 3	85. Ý nghĩ kỳ quặc
1 2 3	86. Bướng bỉnh, dễ tức giận, ủ rũ, sưng sía mặt
1 2 3	87. Thay đổi tâm trạng
1 2 3	88. Hay hờn dỗi
1 2 3	89. Nghi ngờ
1 2 3	90. Chửi rủa
1 2 3	91. Nói đến việc tự tử
1 2 3	92. Không thành công
1 2 3	93. Nói quá nhiều
1 2 3	94. Hay trêu chọc người khác
1 2 3	95. Tính hay cáu gắt
1 2 3	96. Nghĩ quá nhiều về giới tính
1 2 3	97. Đe dọa người khác
1 2 3	98. Đến trường hoặc lớp muộn
1 2 3	99. Quá ngăn nắp, bận rộn với việc giữ sạch sẽ
1 2 3	100. Không làm, làm sai bài tập
1 2 3	101. Bỏ học không lí do
1 2 3	102. Chậm chạp, không đủ năng động, thiếu năng lực/nghị lực
1 2 3	103. Không vui, buồn, trầm cảm
1 2 3	104. Quá ồn ào
1 2 3	105. Uống rượu hoặc dùng ma túy
1 2 3	106. Thích làm người khác hài lòng

1 2 3	107.Không thích trường học
1 2 3	108.Sợ mắc lỗi
1 2 3	109.Rên rỉ
1 2 3	110.Có vẻ ngoài không sạch sẽ
1 2 3	111.Thu mình, không thích giao tiếp
1 2 3	112.Lo lắng quá nhiều
1 2 3	113.Các vấn đề khác.....



Quy trình sàng lọc tâm lý học đường

- Bước 1: Phân tích các thông tin từ đề xuất sàng lọc, đánh giá
- Bước 2: Quyết định tiếp nhận hoặc từ chối đánh giá
- Bước 3: Thu thập thông tin chung về đối tượng HS
- Bước 4: Cân nhắc tác động của những người liên quan
- Bước 5: Quan sát HS trong một vài tình huống khác nhau
- Bước 6: Lựa chọn và tiến hành các công cụ đánh giá cần thiết
- Bước 7: Phân tích kết quả sàng lọc
- Bước 8: Thiết kế và đề xuất các biện pháp phòng ngừa, can thiệp
- Bước 9: Viết báo cáo, lập kế hoạch
- Bước 10: Triển khai thực hiện các hỗ trợ, can thiệp và đánh giá quá trình

Công tác phòng ngừa tâm lý học đường

Truyền thông và nâng cao nhận thức

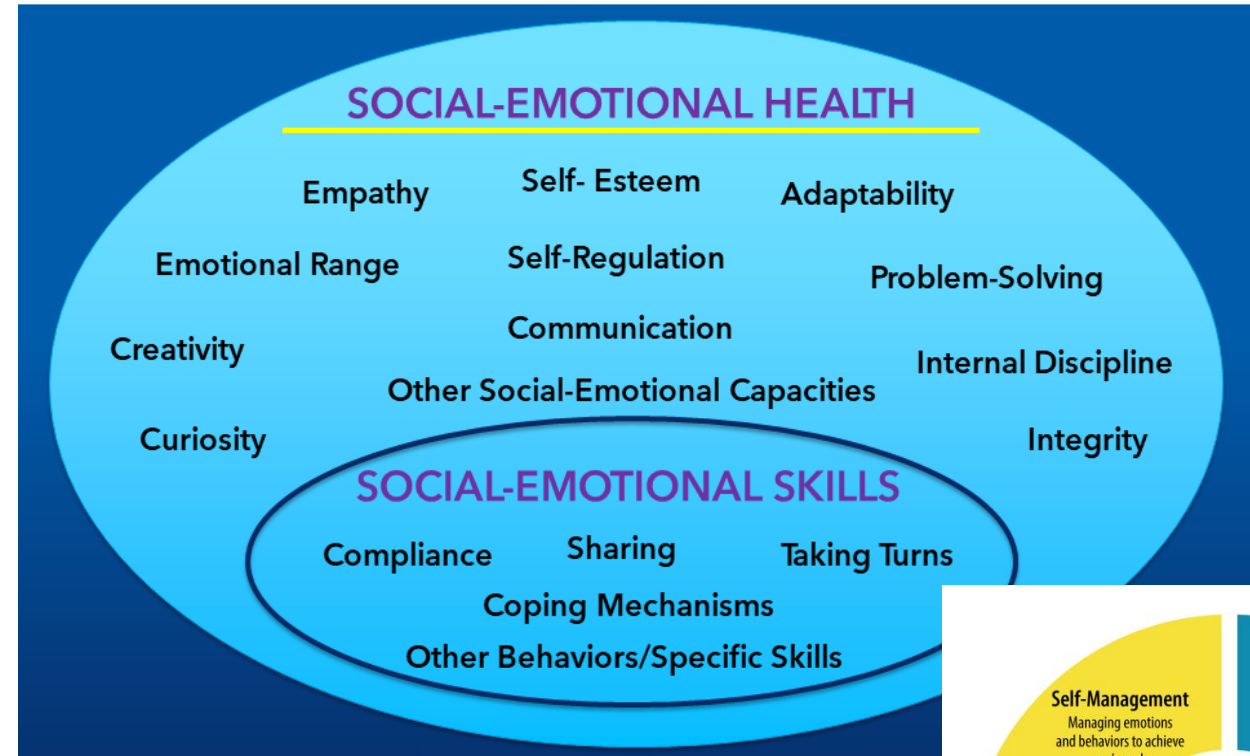
- Tổ chức chuyên đề, báo cáo chuyên sâu (ví dụ: sân cờ)
- Quản lý fanpage phòng tâm lý, phối hợp với các phòng ban (Đoàn – Đội, Công đoàn)
- Trang trí bảng tin tâm lý, giúp học sinh hiểu rõ và tiếp cận dịch vụ phòng tâm lý



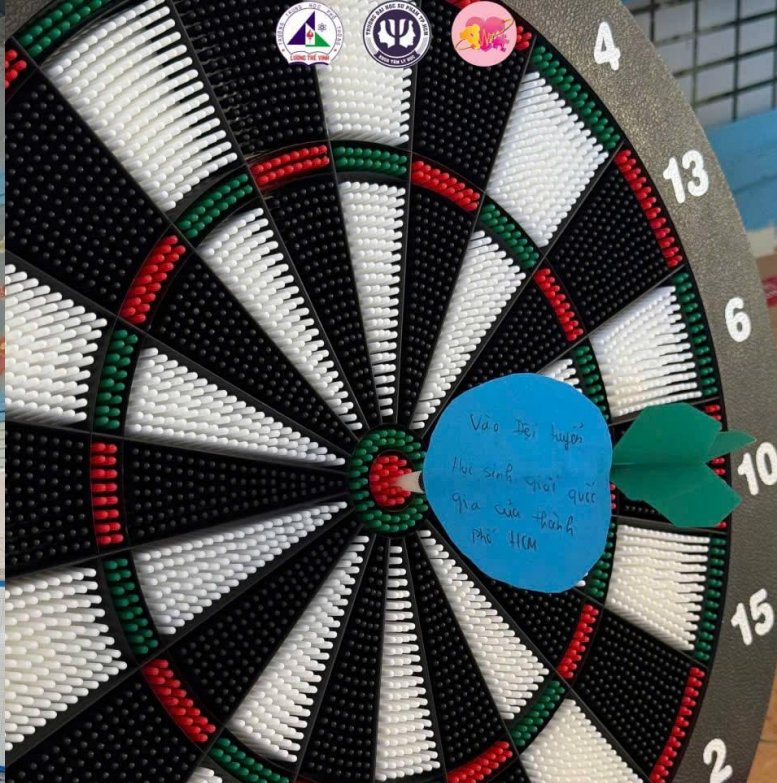
Công tác phòng ngừa tâm lý học đường

Giáo dục kỹ năng cảm xúc – xã hội

- Lớp học kỹ năng cảm xúc – xã hội (trong lớp hoặc hội trường; 45-90 phút/chuyên đề)
- Chuyên đề, workshop phát triển năng lực cảm xúc – xã hội
- Tích hợp nội dung kỹ năng sống trong các hoạt động ngoại khóa: Ngày hội hướng nghiệp, Thanh lịch học đường, Hội thao, Sân chơi trải nghiệm, Ngày hội đọc sách,...










Ở đây chúng mình có
NÉM PHI TIÊU - MỤC TIÊU VỀ ĐÍCH

CÁC BẠN SẼ NHẬN ĐƯỢC

- * **LẬP KẾ HOẠCH DÀI HẠN:** Định hướng tương lai, đạt mục tiêu lớn!
- * **BÀI HỌC QUÝ:** Hiểu quá trình đạt mục tiêu!
- * **GIAO LƯU KẾT BẠN:** Vui vẻ, kết nối, mở rộng quan hệ!

JOIN US NOW



Thứ 5, 26/02/2025
Vào giờ ra chơi buổi sáng

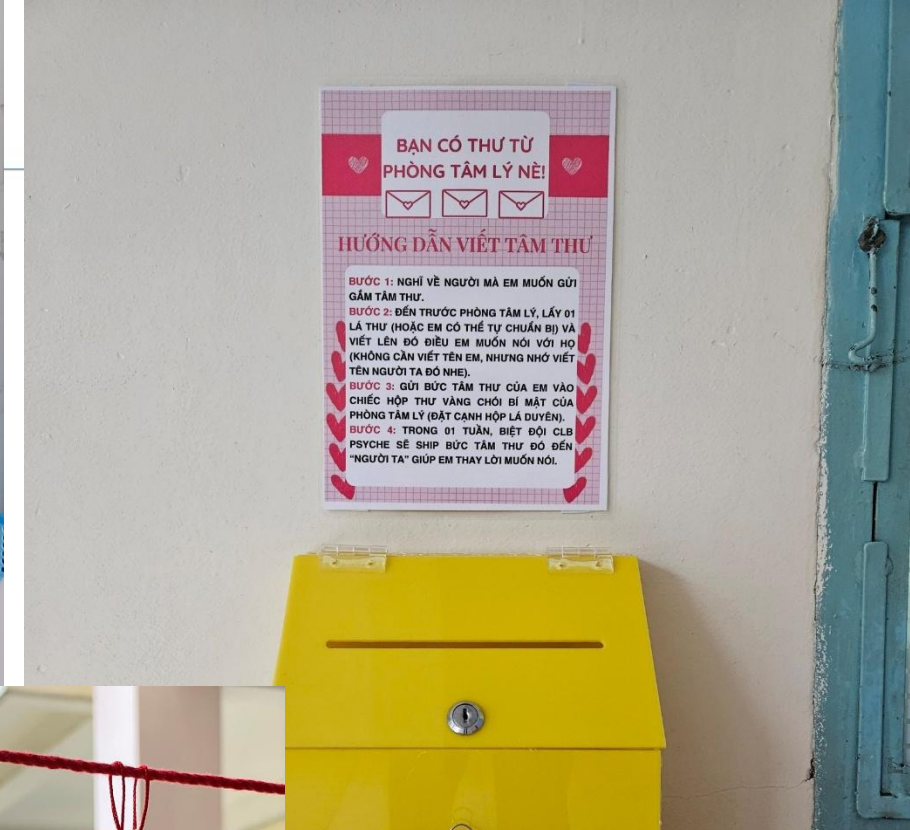
Thứ 6, 27/02/2025
Vào giờ ra chơi buổi chiều

Trước Phòng Tâm lý











Tư vấn tâm lý học đường - THPT Lương Thế Vinh, Quận 1

791 lượt thích • 994 người theo dõi



[Bài viết](#) [Giới thiệu](#) [Lượt nhắc](#) [Đánh giá](#) [Người theo dõi](#) [Ảnh](#) [Xem thêm ▾](#)

Giới thiệu

Tư vấn tâm lý học đường dành cho học sinh, giáo viên và quý phụ huynh tại trường THPT Lương Thế Vinh - Q1
Email liên hệ: tvtl.luongthevinh.q1@gmail.com

[Chỉnh sửa tiểu sử](#)

[Trang](#) · Trang web giáo dục · Tư vấn viên giáo dục

[Lầu 2, số 131 đường Cô Bắc, phường Cô Giang, Quận 1, Ho Chi Minh City, Vietnam](#)



Bạn đang nghĩ gì?



Ảnh/video



Thước phim

Đáng chú ý

Mọi người sẽ không nhìn thấy phần này, trừ khi bạn ghim gì đó.

Bài viết



Chi hội Tâm lý học trường học Ý Tưởng Việt

3,3K lượt thích • 3,3K người theo dõi



[Bài viết](#) [Giới thiệu](#) [Lượt nhắc](#) [Đánh giá](#) [Reels](#) [Ảnh](#) [Xem thêm ▾](#)

Giới thiệu

Chi hội thành lập theo QUYẾT ĐỊNH 112/QĐ-BCH ngày 18.07.2022

[Chỉnh sửa tiểu sử](#)

[Trang](#) · Nhà tâm lý học

[41 Hiền Vương, Phường Phú Thạnh, Quận Tân Phú, Ho Chi Minh City, Vietnam](#)

[+84 28 2214 4941](#)

[ytuongviet.org.vn](#)



Bạn đang nghĩ gì?



Ảnh/video



Thước phim



Video trực tiếp

Đáng chú ý

Mọi người sẽ không nhìn thấy phần này, trừ khi bạn ghim gì đó.

[Quản lý](#)

Bài viết

[Bộ lọc](#)

[Quản lý bài viết](#)

Chất lượng - Sáng tạo - Nhân văn



[Trắc nghiệm Eysenck (EPI)] Trắc nghiệm tính cách

Tâm lý học đường - Quận 3

Bạn cần tìm hiểu về?

PHÒNG TÂM LÝ HỌC ĐƯỜNG TRỰC TUYẾN

DÀNH CHO HỌC SINH TRÊN ĐỊA BÀN QUẬN 3 TP. HỒ CHÍ MINH

Blog về Tâm lý

Tư vấn Tâm lý

Trắc nghiệm

Hướng nghiệp

Đã có kết quả đánh giá chất lượng sức khỏe tinh thần và trắc nghiệm xu hướng nghề nghiệp lần 1

Xem ngay >

Phát triển bản thân

Căng thẳng

Kỹ năng sống

Mối quan hệ

Cha mẹ

Giao tiếp

Hướng nghiệp

Bắt nạt trực tuyến

Tình bạn - tình yêu

Giới tính

ỦY BAN NHÂN DÂN QUẬN 3 - TP. HCM

PHÒNG GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO

Xin chào bạn, [đăng nhập ngay](#) để dùng nhiều tính năng hơn!

Đăng nhập/Đăng ký

THÔNG BÁO

Khảo sát và đánh giá chất lượng sức khỏe tinh thần và trắc nghiệm xu hướng nghề nghiệp học sinh lần 1

Thực hiện theo công văn của Phòng GD&ĐT Quận 3 về việc tiếp tục đẩy mạnh Sử dụng Phòng tâm lý học đường tư vấn trực tuyến Năm học 2024 - 2025. Phòng Tâm lý học đường trực tuyến tổ chức thực hiện 2 giai đoạn đánh giá sức khỏe tinh thần của học sinh Quận 3 như sau:

- Giai đoạn 1 (từ ngày 05/10/2024): Đánh giá chất lượng sức khỏe tinh thần cho toàn bộ học sinh 4 khối 6, 7, 8, 9.

- Giai đoạn 2 (từ ngày 10/10/2024): Tổ chức khảo sát định hướng nghề nghiệp ban đầu cho học sinh khối 7 và khối 9.

TRẮC NGHIỆM

Video đáng xem

Phát triển Tâm lý học đư...

PHÁT TRIỂN TÂM LÝ HỌC ĐƯỜNG QUẬN 3

Watch on YouTube

LÀM KHẢO SÁT TÂM LÝ BAN ĐẦU

Được sự cho phép của Phòng GD&ĐT Quận 8, chúng tôi đang thực hiện khảo sát tâm lý ban đầu cho học sinh THCS trên toàn Quận 8. **Chỉ cần khoảng 5 phút** để làm khảo sát này. Mời bạn tham gia cùng chúng tôi!

BẮT ĐẦU KHẢO SÁT

Thời hạn: 31/03/2024

Bài nên đọc



Chủ đề: Cha mẹ

Hiểu con qua những nét vẽ

Tranh vẽ là một phương tiện tuyệt vời để trẻ bộc lộ cảm xúc. Khi trẻ chưa thể dùng lời nói để bày tỏ cảm xúc và suy nghĩ của bản thân, trẻ có thể gia...

Bài đăng đọc nhiều



01 Chủ đề: Giới tính

Hành vi xem sex ở lứa tuổi thiếu niên

Một nghiên cứu tạm dịch “Xem sex trên tivi có ảnh hưởng đến...”



02 Chủ đề: Bắt nạt trực tuyến



MÓN QUÀ THÔNG DIỆP

Trong quá trình hỗ trợ tâm lý, hãy giúp học sinh hiểu rằng:

1. Những gì các em trải qua là **khó khăn tâm lý tạm thời** và các em rất **nỗ lực, cố gắng** trong việc đương đầu với trải nghiệm này.
2. Điều cần thiết là các em **được nói ra** và **nhận được sự thấu cảm** khi chia sẻ vấn đề.
3. **Các em không đơn độc!** Hãy mở lòng bằng tất cả sự hiểu biết, kỹ năng cùng sự đồng hành với người mà các em tin tưởng.
4. Thầy, cô và những người xung quanh luôn **tôn trọng, sẵn sàng giúp đỡ và kiên nhẫn** chờ đợi khi các em sẵn sàng thích ứng với khó khăn tâm lý.