

VẬN DỤNG TÂM LÝ HỌC TRONG GIÁO DỤC HỌC SINH Ở NHÀ TRƯỜNG PHỔ THÔNG THỜI ĐẠI SỐ

TS. Phan Bích Ngọc

Trường Đại học Ngoại ngữ, Đại học Quốc gia Hà Nội

Email: ngocgd57@yahoo.com.vn.

Tóm tắt: Trong bối cảnh chuyển đổi số diễn ra mạnh mẽ, đời sống tâm lý - xã hội của học sinh phổ thông chịu tác động sâu sắc từ công nghệ số, mạng xã hội và môi trường học tập số hóa. Những thay đổi này vừa mở ra cơ hội nâng cao hiệu quả giáo dục, vừa đặt ra nhiều thách thức mới đối với công tác giáo dục toàn diện trong nhà trường phổ thông. Bài viết tiếp cận từ góc nhìn tâm lý học giáo dục và tâm lý học phát triển, làm rõ vai trò của việc vận dụng các tri thức tâm lý học trong quá trình giáo dục học sinh trong thời đại số. Bài viết chỉ ra những hạn chế trong việc vận dụng tâm lý học trong hoạt động giáo dục ở nhà trường. Từ đó, tác giả đề xuất một số gợi mở giải pháp nhằm tăng cường ứng dụng tâm lý học trong giáo dục học sinh phổ thông, góp phần nâng cao hiệu quả giáo dục toàn diện, phát triển nhân cách hài hòa cho học sinh trong bối cảnh chuyển đổi số hiện nay.

Từ khóa: Tâm lý học giáo dục, giáo dục học sinh phổ thông, thời đại số, tư vấn học đường, sức khỏe tâm thần học đường.

Nhận bài: 05/01/2026; Biên tập: 06/01/2026; Phản biện: 12/01/2026; Duyệt đăng: 19/01/2026.

1. Đặt vấn đề

Trong bối cảnh chuyển đổi số diễn ra mạnh mẽ trên phạm vi toàn cầu, giáo dục phổ thông đang đứng trước nhiều cơ hội và thách thức mới. Sự phát triển nhanh chóng của internet, mạng xã hội, thiết bị thông minh và các nền tảng học tập trực tuyến đã làm thay đổi sâu sắc môi trường học tập cũng như đời sống tâm lý - xã hội của học sinh. Học sinh ngày nay có điều kiện tiếp cận tri thức nhanh chóng, đa dạng và linh hoạt hơn, đồng thời cũng phải đối mặt với nhiều áp lực và nguy cơ mới như quá tải thông tin, lệ thuộc công nghệ, bạo lực mạng và các vấn đề sức khỏe tâm thần. Những biến đổi này đặt ra yêu cầu cấp thiết đối với nhà trường trong việc đổi mới phương pháp giáo dục, đặc biệt là tăng cường vận dụng các tri thức tâm lý học trong quá trình giáo dục học sinh. Tâm lý học giáo dục cung cấp cơ sở khoa học quan trọng giúp giáo viên hiểu rõ đặc điểm tâm lý lứa tuổi, nhu cầu, động cơ và sự khác biệt cá nhân của học sinh. Việc vận dụng hiệu quả các nguyên lý tâm lý học không chỉ hỗ trợ quá trình dạy học theo hướng lấy học sinh làm trung tâm, mà còn góp phần phát hiện sớm và can thiệp kịp thời các vấn đề tâm lý nảy sinh trong môi trường học đường. Trong bối cảnh thời đại số, việc hiểu đúng và vận dụng phù hợp các tri thức tâm lý học càng trở nên cần thiết nhằm hỗ trợ học sinh phát triển toàn diện về trí tuệ, cảm xúc và nhân cách.

Từ thực tiễn đó, việc nghiên cứu và làm rõ vai trò của tâm lý học trong giáo dục học sinh ở nhà trường phổ thông thời đại số có ý nghĩa quan trọng cả về lý luận và thực tiễn, góp phần nâng cao chất lượng giáo dục và xây dựng môi trường học đường an toàn, thân thiện, đáp ứng yêu cầu đổi mới giáo dục hiện nay.

2. Nội dung nghiên cứu

2.1. Cơ sở lý luận về vận dụng tâm lý học trong giáo dục học sinh ở nhà trường phổ thông thời đại số

2.1.1. Khái quát về tâm lý học và tâm lý học giáo dục

Tâm lý học là khoa học nghiên cứu các hiện tượng tâm lý của con người, bao gồm quá trình nhận thức, cảm xúc, ý chí, hành vi và các đặc điểm nhân cách trong những điều kiện sống và hoạt động cụ thể. Trong lĩnh vực giáo dục, tâm lý học giáo dục giữ vai trò nền tảng khoa học giúp giải thích cơ chế hình thành, phát triển tâm lý người học, cũng như các quy luật tâm lý chi phối hoạt động dạy học và giáo dục. Việc vận dụng các tri thức tâm lý học vào giáo dục không chỉ giúp giáo viên hiểu rõ đặc điểm lứa tuổi, nhu cầu, động cơ học tập của học sinh mà còn góp phần thiết kế các tác động sư phạm phù hợp, hiệu quả.

Ở bậc phổ thông, học sinh đang trong giai đoạn phát triển mạnh mẽ về thể chất, trí tuệ, cảm xúc và nhân cách. Những biến đổi tâm sinh lý ở lứa tuổi thiếu niên và thanh niên học đường thường diễn ra nhanh chóng, không đồng đều và chịu ảnh hưởng mạnh mẽ từ môi trường xã hội. Do đó, giáo dục học sinh phổ thông đòi hỏi phải dựa trên hiểu biết khoa học về đặc điểm tâm lý lứa tuổi, quy luật phát triển tâm lý, cũng như sự khác biệt cá nhân giữa các học sinh.

2.1.2. Đặc trưng tâm lý học sinh phổ thông trong bối cảnh thời đại số

Thời đại số với sự phổ biến của internet, mạng xã hội, thiết bị thông minh và môi trường học tập trực tuyến đã tạo ra những biến đổi sâu sắc trong đời sống tâm lý của học sinh. Học sinh ngày nay tiếp cận thông tin nhanh chóng, đa chiều, có khả năng tự học, tự tìm kiếm tri thức tốt hơn so với các thế hệ trước. Tuy nhiên, môi trường số cũng làm gia tăng nguy cơ quá tải thông tin, lệ thuộc vào thiết bị công nghệ, suy giảm khả năng tập trung và tương tác trực tiếp.

Về mặt cảm xúc - xã hội, học sinh chịu ảnh

hưởng mạnh từ các mối quan hệ ảo trên mạng xã hội, dễ bị tác động bởi dư luận, bình luận tiêu cực, bạo lực mạng. Những yếu tố này có thể dẫn đến các vấn đề về tự ti, lo âu, trầm cảm, khủng hoảng tâm lý ở lứa tuổi học đường. Bên cạnh đó, áp lực học tập trong môi trường cạnh tranh cao, cùng với kỳ vọng từ gia đình và xã hội, càng làm gia tăng gánh nặng tâm lý cho học sinh.

2.1.3. Ý nghĩa của việc vận dụng tâm lý học trong giáo dục học sinh thời đại số

Việc vận dụng tâm lý học trong giáo dục học sinh phổ thông thời đại số có ý nghĩa quan trọng trên nhiều phương diện. Trước hết, nó giúp giáo viên và nhà trường hiểu đúng, hiểu sâu về đặc điểm tâm lý của học sinh trong bối cảnh mới, từ đó điều chỉnh phương pháp dạy học, giáo dục phù hợp với nhu cầu và khả năng của người học. Thứ hai, các tri thức tâm lý học hỗ trợ công tác tư vấn học đường, phòng ngừa và can thiệp sớm các vấn đề tâm lý - hành vi nảy sinh trong môi trường số. Thứ ba, việc ứng dụng tâm lý học còn góp phần xây dựng môi trường học đường an toàn, thân thiện, hỗ trợ sự phát triển toàn diện về trí tuệ, cảm xúc và nhân cách của học sinh.

2.2. Vai trò của tâm lý học trong giáo dục học sinh ở nhà trường phổ thông thời đại số

Trong bối cảnh thời đại số, vai trò của tâm lý học trong giáo dục học sinh phổ thông ngày càng trở nên nổi bật và có ý nghĩa quyết định đối với chất lượng giáo dục toàn diện. Trước hết, tâm lý học cung cấp cơ sở khoa học cho việc đổi mới phương pháp dạy học theo hướng lấy học sinh làm trung tâm. Việc hiểu rõ đặc điểm nhận thức, phong cách học tập, động cơ học tập và sự khác biệt cá nhân giúp giáo viên thiết kế các hoạt động học tập phù hợp với khả năng và nhu cầu của từng nhóm học sinh. Trong môi trường học tập số hóa, khi các hình thức học trực tuyến, học kết hợp (blended learning) ngày càng phổ biến, tri thức tâm lý học càng trở nên quan trọng để đảm bảo người học không bị “bỏ rơi” trong không gian số, đồng thời duy trì được động lực và hứng thú học tập.

Bên cạnh đó, tâm lý học giữ vai trò quan trọng trong việc hỗ trợ phát triển đời sống cảm xúc - xã hội của học sinh. Thời đại số tạo ra nhiều cơ hội giao tiếp nhưng cũng làm nảy sinh không ít rủi ro về mặt tâm lý, như cảm giác cô đơn trong thế giới ảo, lệ thuộc vào mạng xã hội, hoặc chịu áp lực từ việc so sánh bản thân với người khác trên không gian mạng. Việc vận dụng các nguyên lý tâm lý học phát triển và tâm lý học xã hội giúp giáo viên, cán bộ tư vấn học đường nhận diện sớm các biểu hiện bất ổn tâm lý, từ đó có biện pháp hỗ trợ, tư vấn kịp thời cho học sinh. Điều này góp phần phòng ngừa các hành vi lệch chuẩn, bạo lực học đường, bạo lực mạng và các vấn đề sức khỏe tâm thần ở lứa tuổi học đường.

Ngoài ra, tâm lý học còn đóng vai trò nền tảng trong giáo dục giá trị sống, kỹ năng sống và năng lực thích ứng của học sinh trong thời đại số. Trước những biến động nhanh chóng của xã hội và công nghệ, học sinh cần được trang bị năng lực tự nhận thức, quản lý cảm xúc, kỹ năng giao tiếp, hợp tác và giải quyết vấn đề. Việc tích hợp các nội dung giáo dục kỹ năng sống dựa trên cơ sở tâm lý học giúp học sinh hình thành năng lực tự chủ, biết kiểm soát hành vi khi sử dụng công nghệ số, có khả năng đánh giá thông tin một cách критич, tránh bị lôi kéo vào các hành vi tiêu cực trên môi trường mạng. Qua đó, tâm lý học không chỉ hỗ trợ việc “dạy chữ” mà còn góp phần quan trọng trong “dạy người”, hướng tới mục tiêu phát triển nhân cách hài hòa cho học sinh trong bối cảnh chuyển đổi số.

2.3. Thực trạng vận dụng tâm lý học trong nhà trường phổ thông hiện nay

Thực tiễn giáo dục phổ thông hiện nay cho thấy việc vận dụng tâm lý học trong nhà trường đã được quan tâm ở một mức độ nhất định, song nhìn chung vẫn còn nhiều hạn chế cả về nhận thức, nguồn lực và cơ chế triển khai. Trước hết, ở nhiều cơ sở giáo dục, đội ngũ giáo viên đã có ý thức vận dụng các hiểu biết tâm lý lứa tuổi trong quá trình giảng dạy và giáo dục học sinh. Một số trường đã tổ chức các hoạt động tư vấn học đường, giáo dục kỹ năng sống, phòng chống bạo lực học đường, xâm hại trẻ em và các vấn đề tâm lý nảy sinh trong học sinh. Tuy nhiên, các hoạt động này phần lớn mang tính phong trào, chưa được tổ chức một cách hệ thống, bài bản và dựa trên cơ sở khoa học tâm lý học vững chắc.

Một hạn chế phổ biến là thiếu đội ngũ chuyên gia tâm lý học đường được đào tạo bài bản và bố trí chính thức trong nhà trường. Ở nhiều trường phổ thông, nhiệm vụ tư vấn tâm lý thường do giáo viên kiêm nhiệm hoặc cán bộ đoàn, đội đảm nhận, trong khi họ chưa được trang bị đầy đủ kiến thức và kỹ năng chuyên sâu về tâm lý học. Điều này dẫn đến việc phát hiện, tư vấn và can thiệp các vấn đề tâm lý của học sinh còn chậm trễ, thiếu hiệu quả, thậm chí có nguy cơ xử lý sai lệch, gây tác động ngược đến tâm lý người học.

Trong bối cảnh thời đại số, nhiều vấn đề tâm lý mới nảy sinh nhưng chưa được nhà trường quan tâm đúng mức. Các biểu hiện như nghiện trò chơi trực tuyến, lệ thuộc mạng xã hội, suy giảm khả năng tập trung, rối loạn cảm xúc do áp lực học tập và áp lực “so sánh trên mạng” ngày càng phổ biến ở học sinh. Tuy nhiên, việc giáo dục kỹ năng sử dụng công nghệ số an toàn, lành mạnh còn mang tính tuyên truyền chung chung, thiếu các chương trình can thiệp dựa trên cơ sở tâm lý học. Bên cạnh đó, sự phối hợp giữa nhà trường - gia đình - xã hội trong hỗ trợ tâm lý cho học sinh chưa thực sự chặt chẽ, dẫn đến khoảng trống trong việc đồng

hành cùng học sinh trước những thách thức tâm lý của thời đại số.

Ngoài ra, cơ chế, chính sách và điều kiện đảm bảo cho hoạt động tâm lý học đường ở nhiều địa phương còn chưa đồng bộ. Cơ sở vật chất dành cho phòng tư vấn tâm lý, tài liệu chuyên môn, công cụ đánh giá tâm lý còn thiếu; thời lượng dành cho giáo dục kỹ năng sống, giáo dục giá trị và tư vấn tâm lý trong chương trình chính khóa còn hạn chế. Những bất cập này cho thấy việc vận dụng tâm lý học trong nhà trường phổ thông hiện nay chưa tương xứng với vai trò và yêu cầu đặt ra trong bối cảnh chuyển đổi số mạnh mẽ.

2.4. Một số gợi mở giải pháp tăng cường vận dụng tâm lý học trong nhà trường phổ thông thời đại số

Để tăng cường hiệu quả vận dụng tâm lý học trong giáo dục học sinh phổ thông thời đại số, cần triển khai đồng bộ nhiều giải pháp ở cả cấp độ chính sách, nhà trường và đội ngũ giáo viên. Trước hết, cần nâng cao nhận thức của đội ngũ cán bộ quản lý, giáo viên và phụ huynh về vai trò của tâm lý học trong giáo dục toàn diện học sinh. Việc coi tâm lý học chỉ là hoạt động hỗ trợ “phụ trợ” cần được thay đổi theo hướng xem đây là một trụ cột quan trọng trong giáo dục học đường hiện đại, gắn với mục tiêu phát triển con người toàn diện trong bối cảnh chuyển đổi số.

Thứ hai, cần chú trọng phát triển đội ngũ chuyên gia tâm lý học đường được đào tạo bài bản, có vị trí việc làm rõ ràng trong nhà trường phổ thông. Việc từng bước chuẩn hóa chức danh, nhiệm vụ của cán bộ tư vấn tâm lý học đường sẽ tạo điều kiện để hoạt động hỗ trợ tâm lý cho học sinh được triển khai chuyên nghiệp, liên tục và hiệu quả. Song song với đó, cần tăng cường bồi dưỡng kiến thức tâm lý học ứng dụng cho giáo viên chủ nhiệm, giáo viên bộ môn, giúp họ có năng lực nhận diện sớm các vấn đề tâm lý của học sinh và phối hợp kịp thời với bộ phận tư vấn học đường.

Thứ ba, cần tích hợp các nội dung giáo dục tâm lý học, kỹ năng sống và năng lực thích ứng trong môi trường số vào chương trình giáo dục phổ thông một cách linh hoạt, phù hợp với đặc điểm lứa tuổi. Các chuyên đề về quản lý cảm xúc, kỹ năng giao tiếp trong môi trường số, phòng ngừa bạo lực mạng, sử dụng công nghệ an toàn và có trách nhiệm nên được thiết kế dựa trên cơ sở tâm lý học phát triển và tâm lý học xã hội, đồng thời gắn với các tình huống thực tiễn của học sinh.

Cuối cùng, cần tăng cường phối hợp giữa nhà trường - gia đình - xã hội trong việc hỗ trợ tâm lý cho học sinh. Trong thời đại số, môi trường giáo dục của học sinh không chỉ giới hạn trong không gian lớp học mà mở rộng ra không gian mạng và cộng đồng xã hội. Do đó, việc xây dựng các cơ chế phối hợp, chia sẻ thông tin, hỗ trợ lẫn nhau giữa các chủ

thể giáo dục sẽ góp phần tạo nên mạng lưới hỗ trợ tâm lý toàn diện, giúp học sinh phát triển lành mạnh cả trong môi trường thực và môi trường số.

3. Kết luận và kiến nghị

3.1. Kết luận

Trong bối cảnh chuyển đổi số diễn ra sâu rộng, đời sống tâm lý của học sinh phổ thông đang chịu tác động đa chiều từ môi trường công nghệ, mạng xã hội và các hình thức học tập số hóa. Những biến đổi này không chỉ làm thay đổi cách thức học tập, giao tiếp và hình thành nhân cách của học sinh, mà còn đặt ra yêu cầu mới đối với nhà trường trong việc tổ chức các hoạt động giáo dục toàn diện. Trên cơ sở tiếp cận từ góc nhìn tâm lý học giáo dục và tâm lý học phát triển, bài viết đã làm rõ vai trò nền tảng của việc vận dụng các tri thức tâm lý học trong giáo dục học sinh ở nhà trường phổ thông thời đại số; đồng thời phân tích thực trạng và chỉ ra những hạn chế trong công tác tâm lý học đường hiện nay.

Có thể khẳng định rằng, tâm lý học không chỉ là công cụ hỗ trợ xử lý các vấn đề nảy sinh trong học sinh, mà cần được xem như một trụ cột khoa học của hoạt động giáo dục nhà trường hiện đại. Việc vận dụng hiệu quả tâm lý học góp phần quan trọng trong việc nâng cao chất lượng dạy học, hỗ trợ phát triển đời sống cảm xúc - xã hội, phòng ngừa các nguy cơ rối loạn tâm lý học đường và hình thành năng lực thích ứng của học sinh trước những biến đổi nhanh chóng của môi trường số. Trong thời đại số, nếu thiếu nền tảng tâm lý học vững chắc, các hoạt động giáo dục rất dễ rơi vào tình trạng chạy theo công nghệ, chú trọng “công cụ” mà thiếu quan tâm đến “con người” - chủ thể trung tâm của quá trình giáo dục.

3.2. Kiến nghị

Từ những phân tích trên, bài viết kiến nghị một số định hướng chính sách và giải pháp thực tiễn nhằm tăng cường vận dụng tâm lý học trong giáo dục học sinh phổ thông. Ở tầm vĩ mô, cần tiếp tục hoàn thiện các chủ trương, chính sách về phát triển dịch vụ tâm lý học đường như một cấu phần chính thức của hệ thống giáo dục phổ thông; từng bước chuẩn hóa vị trí việc làm của cán bộ tư vấn tâm lý trong nhà trường; đồng thời có cơ chế đầu tư thỏa đáng về nguồn lực, cơ sở vật chất và tài liệu chuyên môn phục vụ hoạt động tâm lý học đường. Bên cạnh đó, cần đưa các nội dung liên quan đến giáo dục sức khỏe tâm thần, kỹ năng sống trong môi trường số vào chương trình giáo dục phổ thông theo hướng thiết thực, phù hợp với đặc điểm tâm lý lứa tuổi.

Ở tầm vi mô, các cơ sở giáo dục phổ thông cần chủ động xây dựng môi trường học đường an toàn, thân thiện, lấy học sinh làm trung tâm; tăng cường bồi dưỡng năng lực tâm lý học ứng dụng cho đội ngũ giáo

viên, đặc biệt là giáo viên chủ nhiệm; phát huy vai trò của bộ phận tư vấn học đường trong việc hỗ trợ kịp thời học sinh gặp khó khăn tâm lý. Đồng thời, cần đẩy mạnh cơ chế phối hợp giữa nhà trường - gia đình - xã hội trong việc đồng hành cùng học sinh trước những thách thức tâm lý của thời đại số, hình thành mạng lưới hỗ trợ liên thông, liên tục và bền vững.

Về lâu dài, việc vận dụng tâm lý học trong giáo dục học sinh phổ thông thời đại số không chỉ nhằm giải quyết những vấn đề trước mắt, mà còn hướng tới mục tiêu phát triển con người toàn diện - những công dân có tri thức, có năng lực tự chủ, có bản lĩnh tâm lý và khả năng thích ứng cao trước sự biến đổi nhanh chóng của xã hội hiện đại. Đây chính là một trong những nền tảng quan trọng để nâng cao chất lượng nguồn nhân lực và bảo đảm sự phát triển bền vững của giáo dục Việt Nam trong kỷ nguyên số ■

Tài liệu tham khảo

- [1]. Nguyễn Văn Cường (2018). *Đổi mới phương pháp dạy học theo định hướng phát triển năng lực người học*. Hà Nội: Nxb. Giáo dục Việt Nam.
- [2]. Trần Thị Thu Hương (2021). *Phương pháp dạy học tích cực trong đào tạo giáo viên*. Hà Nội: Nxb. Đại học Sư phạm.
- [3]. Black, P., & Wiliam, D. (1998). *Assessment and classroom learning*. *Assessment in Education*, 5(1), 7 - 74.
- [4]. Carless, D. (2007). *Learning-oriented assessment: Conceptual bases and practical implications*. *Innovations in Education and Teaching International*, 44 (1), 57-66.
- [5]. Herreid, C. F. (2011). *Case study teaching*. *New Directions for Teaching and Learning*, (128), 31- 40.

Applying psychology in educating students in the general schools in the digital age

Dr. Phan Bích Ngọc

University of Languages and International Studies, Vietnam National University, Hanoi

Email: ngocgd57@yahoo.com.vn

Abstract: *In the context of rapid digital transformation, the socio-psychological lives of high school students are profoundly impacted by digital technology, social media, and the digitized learning environment. These changes both present opportunities to improve educational effectiveness and pose new challenges to holistic education in the general schools. This article approaches the topic from the perspective of educational psychology and developmental psychology, clarifying the role of applying psychological knowledge in the process of educating students in the digital age. It also points out the limitations in applying psychology to educational activities in the schools. From there, the author proposes several suggested solutions to enhance the application of psychology in the education of the general school students, contributing to improving the effectiveness of comprehensive education and developing harmonious personalities for them in the context of the current digital transformation.*

Keywords: *Educational psychology, educating general school students, digital age, school counseling, school mental health.*