

THAM VẤN – TRỊ LIỆU TÂM LÝ ĐỐI VỚI HỌC SINH CÓ BIỂU HIỆN RỐI NHIỀU HÀNH VI

Bùi Thị Thu Huyền

Khoa Tâm lý - Giáo dục, Trường ĐHSP Hà Nội.

Trong những năm gần đây hiện tượng học sinh trong nhà trường có biểu hiện hành vi “bất thường” như: ngất tập thể, trầm cảm, sợ học, gây rối và thậm chí có hành vi chống đối rất mạnh mẽ và dữ dội... ngày càng có chiều hướng gia tăng. Điều này không chỉ gây nên những xáo trộn trong đời sống tinh thần mà có ảnh hưởng lớn đối với sự phát triển tâm lý, trí tuệ của các em. Rất nhiều nhà khoa học, nhà tâm lý học, giáo dục học đã đưa ra các cách lý giải khác nhau về nguyên nhân của hiện tượng này, như: do ảnh hưởng của đặc điểm tâm lý lứa tuổi, do tác động tiêu cực từ môi trường bên ngoài, do áp lực học tập, thi cử... Tuy nhiên, vấn đề quan trọng và cần thiết là: làm thế nào để dự phòng, khắc phục và chữa trị được những biểu hiện rối nhiễu hành vi nói trên thì vẫn chưa được giải quyết một cách thỏa đáng.

1. Thế nào là trẻ có rối nhiễu hành vi?

Rối nhiễu hành vi chỉ là một trong số những biểu hiện của chứng rối nhiễu tâm trí nói chung. Rối nhiễu tâm trí hiện nay được coi là một căn bệnh phổ biến của xã hội hiện đại, ngày càng có chiều hướng gia tăng và nó được thể hiện ở nhiều mức độ khác nhau. Ở mức độ nhẹ, rối nhiễu tâm trí được thể hiện dưới dạng những triệu chứng rất chung chung như: nhức đầu, chóng mặt, mệt mỏi không rõ nguyên nhân, chán ăn, học tập sút kém, cáu giận vô cớ hay cáu gắt... Nếu những biểu hiện này không được chẩn đoán và điều trị kịp thời sẽ dẫn đến tình trạng trầm trọng hơn, khiến người bệnh rơi vào trạng thái cô đơn, trầm cảm, xa lánh bạn bè và người thân, có hành vi tự hủy hoại hay thậm chí tự tử.

Như vậy, chúng ta có thể thấy rằng, những biểu hiện của chứng rối nhiễu tâm trí rất khác nhau, đôi khi khó chẩn đoán hoặc chẩn đoán nhầm sang các bệnh thực thể khác và rất dễ bị bỏ qua. Vì thế, việc nhận diện các biểu hiện rối

hiếu tâm trí và giúp cho mọi người trong xã hội có hiểu biết về chứng bệnh phổ biến này là điều vô cùng cần thiết, đặc biệt với cha mẹ và thầy cô giáo trong nhà trường.

Theo quan niệm của tổ chức Y tế Thế giới (WHO) cho rằng: “Rối nhiễu hành vi là toàn bộ hành vi có tính chất chống đối xã hội, xâm phạm hay khiêu khích được lặp lại và kéo dài. Một hành vi như vậy trong hình thái cực độ sẽ đưa đối tượng đến chỗ vi phạm các quy tắc xã hội chủ yếu tương ứng với lứa tuổi của trẻ, điều này vượt quá hành vi ranh mãnh thông thường và các thái độ nhiễu loạn của thanh thiếu niên”.

Giáo sư Debray - Rizen (Trường Đại học Y khoa Paris) đưa ra ý kiến: “Rối nhiễu hành vi là những hành vi không phù hợp với chuẩn mực, mà biểu hiện của hành vi đó nếu thường xuyên xảy ra sẽ thực sự ảnh hưởng xấu đến sự thích nghi xã hội của mỗi cá nhân” (5, tr. 34).

Theo bảng phân loại của Hội Tâm thần học Hoa Kỳ (DSM - IV), các tiêu chí dùng để chẩn đoán rối nhiễu hành vi được quy định gồm 15 biểu hiện khác nhau như: Thường bắt nạt, đe dọa hay uy hiếp người khác; Thường khởi xướng đánh nhau; Đã dùng vũ khí có thể gây hại nghiêm trọng về thể chất cho người khác; Có hành vi độc ác về thể chất với người khác; Có hành vi độc ác với súc vật; Có hành vi ăn cắp trong khi đối mặt với nạn nhân; Cường bức hoặc có hành vi lạm dụng tình dục với người khác; Có hành vi cố ý gây cháy với ý định gây thiệt hại nghiêm trọng; Có hành vi cố ý phá hoại tài sản của người khác; Có hành vi xông vào nhà, ô tô của người khác; Thường nói dối để được đồ vật hay ân huệ, hay để tránh các nghĩa vụ; Có hành vi ăn cắp các đồ vật có giá trị lớn không đối mặt với nạn nhân; Thường sống qua đêm ở ngoài gia đình, mặc dù bố mẹ cấm đoán, bắt đầu trước 13 tuổi; Bỏ nhà đi qua đêm ít nhất 2 lần trong khi đang sống với bố mẹ hay nhà bố mẹ nuôi (hoặc một lần không trở về trong thời gian dài); Thường bỏ học, trốn tiết bắt đầu trước tuổi 13.

Với các trẻ có ít nhất 3 trong số 15 biểu hiện trên đây hoặc có ít nhất một biểu hiện hành vi xuất hiện liên tục, thường xuyên trong 6 tháng thì có thể chẩn đoán trẻ có biểu hiện rối nhiễu hành vi. Từ những quan niệm về rối nhiễu hành vi đã nêu trên, chúng ta có thể thấy, khi chẩn đoán trẻ có biểu hiện rối nhiễu hành vi cần phải nghiên cứu trên cả ba mặt: quan hệ xã hội, thể chất và tâm lý. Cả ba mặt này đều có thể trở thành căn nguyên gây ra rối nhiễu hành vi cho trẻ.

2. Tình hình rối nhiễu hành vi của học sinh ở Hà Nội

Trước sự tăng nhanh của các bệnh tâm lý trong học đường, gần đây có nhiều công trình nghiên cứu của các nhà tâm lý học, giáo dục học Việt Nam về tình hình học sinh có hiện tượng rối nhiễu tâm lý. Những con số về tỉ lệ học sinh có biểu hiện này khiến chúng ta phải giật mình. Năm 1999, Hội Tâm lý

học Hà Nội đã nghiên cứu thử nghiệm trên trên 1266 học sinh THPT Hà Nội, kết quả cho thấy có 117 em (chiếm 9.24%) có biểu hiện rối nhiễu hành vi. Năm 2000, tác giả Nguyễn Công Khanh cũng tiến hành cuộc khảo sát trên 503 học sinh THCS Hà Nội phát hiện có khoảng 18% học sinh có biểu hiện rối nhiễu lo âu và 19% học sinh thiếu hụt kỹ năng thích ứng xã hội (1, tr. 27). Trong công trình nghiên cứu của chúng tôi, với việc sử dụng trắc nghiệm CBCL (Child behavior checklist - phiếu liệt kê hành vi trẻ em dành cho lứa tuổi từ 11- 18 do các nhà tâm lý học người Úc xây dựng) trên 157 học sinh (năm 2004) tại trường THCS N.T quận Cầu Giấy - Hà Nội, cũng cho thấy, tỉ lệ học sinh THCS có biểu hiện rối nhiễu hành vi cần được can thiệp là 19.7% và 21.6% học sinh đang ở mức ranh giới dẫn đến hành vi rối nhiễu. Rối nhiễu hành vi ở học sinh được biểu hiện ở nhiều dạng khác nhau như: rối nhiễu hướng nội (bao gồm các dạng như: than phiền cơ thể; lo âu; trầm cảm; thu mình) và rối nhiễu hướng ngoại (bao gồm các dạng như: hành vi sai phạm và hành vi công kích). Tuy nhiên, tỉ lệ trẻ có biểu hiện rối nhiễu hành vi dạng hướng nội chiếm tỉ lệ cao hơn dạng hướng ngoại (23.6% so với 6.7%).

Rõ ràng, tình trạng rối nhiễu tâm lý của học sinh là vấn đề có tính thời sự cấp thiết, bởi lẽ các em học sinh đang trong giai đoạn quan trọng của cuộc đời để phát triển nhân cách, tích lũy tri thức cho cuộc sống tương lai. Những biểu hiện rối nhiễu hành vi trên sẽ ngăn cản quá trình phát triển tâm lý bình thường của các em. Vì thế, vấn đề đặt ra là cần phải có những đội ngũ cán bộ có chuyên môn để phát hiện, điều trị kịp thời, cũng như có phương pháp phòng ngừa và chăm chữa những biểu hiện rối nhiễu này ở học sinh một cách có hiệu quả.

3. Giúp trẻ có rối nhiễu hành vi bằng con đường nào?

Thực tế cho thấy tỉ lệ trẻ có rối nhiễu tâm trí ngày càng tăng nhanh trong xã hội hiện đại, và gây nên những hậu quả lớn cho xã hội. Vì thế, ai sẽ là người giúp trẻ? Và giúp trẻ bằng cách nào? Đó là những câu hỏi lớn đặt ra cho các nhà tâm lý - giáo dục và cho toàn xã hội.

Một số nhà tâm lý học và bác sĩ y khoa cho rằng, chứng rối nhiễu tâm trí nói chung và rối nhiễu hành vi nói riêng có thể điều trị được với sự can thiệp của nhiều liệu pháp khác nhau. Nhìn chung, cả hai biểu hiện này cần phải có sự chẩn đoán và phân tích lâm sàng tỉ mỉ thông qua các test tâm lý, và quan trọng hơn cả là có sự kết hợp giữa tư vấn tâm lý – trị liệu và thay đổi môi trường sống. Tuy nhiên, có một vấn đề lớn cần được lưu tâm ở đây là: mặc dù các biểu hiện hành vi rối nhiễu ở học sinh tương đối cụ thể và ngày càng nhiều, song không phải đã được mọi người trong xã hội, nhất là cha mẹ và thầy cô ý thức rõ ràng, đầy đủ. Chính vì thế họ thường coi nhẹ, thậm chí không thừa nhận con em mình là những đứa trẻ có hành vi rối nhiễu. Do đó, trẻ không được đối xử và chăm sóc phù hợp.

Ngay cả khi phát hiện ra con em mình có những hành vi khác thường làm ảnh hưởng đến học tập, sinh hoạt và giao tiếp hàng ngày thì không phải các bậc phụ huynh đều có ý thức đưa con đến các trung tâm tham vấn tâm lý hay cơ sở y tế để khám chữa. Thực tế trên càng đặt ra yêu cầu cần thiết phải có những chuyên gia tâm lý ngay trong trường phổ thông để tham vấn, cung cấp kiến thức và giúp cha mẹ, thầy cô nhận ra những biểu hiện “không bình thường” của học sinh. Đồng thời chia sẻ, tham vấn cho cha mẹ, thầy cô và chính bản thân đứa trẻ có thể tìm ra phương pháp ứng xử phù hợp với tình trạng hiện tại của các em.

Ở một số nước phương Tây việc có các chuyên gia tham vấn và trị liệu tâm lý trong nhà trường được đặc biệt coi trọng. Chính những chuyên gia tham vấn học đường sẽ góp phần giúp phát hiện tình trạng bệnh của học sinh một cách dễ dàng và nhanh chóng, đồng thời có sự tác động và can thiệp đúng mức để giảm nhẹ tình trạng rối nhiễu hành vi của học sinh.

Như vậy, có thể thấy vai trò cần thiết, không thể thiếu của nhà tham vấn trong môi trường học đường. Do đó, việc đào tạo và sử dụng có hiệu quả các nhà tham vấn trong nhà trường nói chung cũng như trong quá trình tham vấn và trị liệu cho học sinh có biểu hiện hành vi rối nhiễu nói riêng, cần được ngành giáo dục và xã hội quan tâm, giải quyết thỏa đáng.

Tài liệu tham khảo

1. Nguyễn Công Khanh. *Tâm lý trị liệu*. NXB Đại học Quốc gia, Hà Nội, 2000.
2. Nguyễn Thơ Sinh. *Tư vấn tâm lý căn bản*. NXB Lao động, 2006.
3. Robert S. Feldman. *Những điểm trọng yếu trong tâm lý học*. NXB Thống kê, 2003.
4. *Diagnostic Criteria from DSM – IV*, 1996.
5. P. Debray – Ritzen, P. Meserschritt, B. Golse. *Tâm bệnh học trẻ em*. Trung tâm nghiên cứu tâm lý trẻ em (Trung tâm N - T) dịch. NXB Y học, 1992.