

MỘT SỐ KỸ THUẬT SỬ DỤNG THAM VẤN KHỦNG HOẢNG TÂM LÝ CHO TRẺ EM

Đoàn Thị Huệ

Trường Đại học Khánh Hòa

Tóm tắt: Ngày nay, tình trạng trẻ em gặp vấn đề khủng hoảng tâm lý diễn ra rất phổ biến và đáng lo ngại. Bài viết nghiên cứu vấn đề khủng hoảng tâm lý ở trẻ em hiện nay, phát hiện các biểu hiện thường gặp khi trẻ bị khủng hoảng tâm lý. Trên cơ sở đó, nghiên cứu, tổng hợp một số kỹ thuật/công cụ cần thiết để trị liệu, tham vấn nhằm giúp trẻ thoát khỏi tình trạng khủng hoảng tâm lý.

Từ khóa: Trẻ em; khủng hoảng tâm lý trẻ em; tham vấn; kỹ thuật.

1. Giới thiệu vấn đề nghiên cứu

Trong những năm gần đây, việc chăm sóc, giáo dục trẻ em không phải hoàn toàn thuộc vai trò của bố mẹ, ông bà hay người thân trong gia đình trẻ. Thay vào đó, việc chăm sóc, giáo dục trẻ em được giao gần như hoàn toàn cho người trông trẻ (bảo mẫu), vú nuôi, cho thầy cô giáo và nhà trường... Cuộc sống tất bật khiến nhiều cha mẹ thiếu quan tâm trẻ đúng mực, trợ giúp trẻ chưa tích cực, hoặc có khi chưa nhận ra những biểu hiện của khủng hoảng tâm lý nên chưa biết cách để can thiệp và xử lý kịp thời. Trẻ em thường bị tác động bởi cả những lời nói của bố mẹ. Trẻ bị la mắng quá nhiều sẽ có tâm lý chống đối, khó dạy bảo và sống khép kín hơn do trẻ cảm thấy không an toàn. Chính những điều đó đã tạo ra khoảng cách tình cảm, gần bó giữa bố mẹ, người thân đối với trẻ em. Sự thiếu thốn tình cảm, thiếu sự quan tâm, chăm sóc của người thân, áp lực về vấn đề học tập... đã tạo cho trẻ một sự sợ hãi mỗi khi đến lớp, các em sợ xa bố mẹ, sợ bị bỏ rơi... nên đã có tâm lý khủng hoảng, thậm chí nhiều em bị trầm cảm. Cần quan tâm đúng mực đến trẻ, tiếp xúc thường xuyên với trẻ, sử dụng các kỹ năng, kỹ thuật/công cụ trong tham vấn nhằm có hướng trị liệu tích cực cho trẻ, tạo điều kiện để trẻ phát triển toàn diện về cả thể chất lẫn tinh thần.

Để phát hiện sớm những vấn đề mà trẻ đang gặp phải, cần chọn lọc những phương pháp, công cụ/kỹ thuật cần thiết nhằm khai thác hết cảm xúc, suy nghĩ, hành vi ở trẻ. Vì vậy, nhà tham vấn cần nghiên cứu lựa chọn một số kỹ

thuật phù hợp nhất để sử dụng trong những hoàn cảnh cụ thể.

2. Kết quả nghiên cứu

2.1. Những vấn đề chung về tham vấn khủng hoảng tâm lý cho trẻ em

2.1.1. Một số khái niệm

Tham vấn là một quá trình trợ giúp tâm lý, trong đó nhà tham vấn sử dụng kiến thức, kỹ năng chuyên môn và thái độ nghề nghiệp để thiết lập mối quan hệ tương tác tích cực với thân chủ nhằm giúp họ nhận thức được hoàn cảnh vấn đề để thay đổi cảm xúc, suy nghĩ và hành vi và tìm kiếm giải pháp cho vấn đề của mình [5].

Theo quan điểm của Hiệp hội các nhà Tham vấn Hoa Kỳ: Tham vấn sức khỏe tâm thần là quá trình cung cấp những dịch vụ tham vấn chuyên nghiệp bao gồm việc vận dụng những nguyên tắc trị liệu tâm lý, phát triển con người, các lý thuyết học tập, năng động nhóm cũng như sự hiểu biết về các bệnh tâm thần và các rối loạn hành vi của cá nhân, nhóm, gia đình để từ đó nâng cao chức năng và ổn định sức khỏe tâm thần nhằm giải quyết các vấn đề trong cuộc sống. Tham vấn trong chăm sóc sức khỏe tâm thần không chỉ giới hạn ở việc an thiệp giải quyết các vấn đề về sức khỏe tâm thần mà còn nhằm mục đích ngăn ngừa các vấn đề về tâm thần có thể nảy sinh trong cuộc sống hàng ngày để đảm bảo cuộc sống an sinh cho con người [Definition of Mental Health Counseling developed by the American Mental Health Counselors Association (AMHCA), 1999.1-2].

Khủng hoảng tâm lý là một khái niệm thường gặp trong tâm lý học, nó được đưa ra lần đầu tiên trong Lý thuyết về sự phát triển tâm lý xã hội của Erik Erikson (1950, 1963) [1]. Theo đó khái niệm Khủng hoảng tâm lý trẻ em được định nghĩa như sau:

Khủng hoảng tâm lý trẻ em là một trạng thái sốc tinh thần do một sự kiện hoặc một chuỗi những sự kiện bất thường gây ra những ảnh hưởng tiêu cực trầm trọng đến đời sống của trẻ em. Trong tình trạng này trẻ em cảm thấy mất cân bằng, căng thẳng và giảm các hoạt động chức năng vốn có [4].

2.1.2. Biểu hiện khủng hoảng tâm lý ở trẻ em

Mỗi trẻ em là một cá nhân độc lập nên các em có một thể giới riêng, các trường hợp khủng hoảng tâm lý ở trẻ em sẽ được biểu hiện ở các mức độ khác nhau. Tuy nhiên, trong đó sẽ có một số dấu hiệu đặc trưng như sau:

Dấu hiệu thể chất và sức khỏe: Khi rơi vào trạng thái khủng hoảng tâm lý trẻ thường có biểu hiện thực thể: bắp thịt bị run hoặc bị co giật; có những triệu chứng của bệnh cảm và bệnh cúm như đau đầu, buồn nôn, cảm thấy mệt mỏi, chóng mặt, khó thở hoặc bị ngất xỉu, trẻ thường kêu đau cổ và đau lưng [4]. Ngoài ra trẻ có thể ngủ nhiều hoặc ngủ ít hơn bình thường so với nhu cầu. Tim đập nhanh hơn bình thường. Thay đổi cách ăn uống đến độ tăng hay giảm cân một cách trầm trọng. Khó tập trung trí nhớ giảm sút và khó hoàn thành các hoạt động thường ngày. Trẻ có dấu hiệu suy nhược cơ thể và thường có xu hướng lo âu, trầm cảm.

Dấu hiệu về mặt cảm xúc: Trong cơn khủng hoảng cảm xúc có thể dâng cao đột ngột gây nên tình trạng mất cân bằng giữa lý trí và cảm xúc. Những cảm xúc đau khổ, bối rối, giận dữ, chèn vênh, hoảng loạn; hoặc bàng hoàng, choáng váng, sững sờ...trần ngập, xâm chiếm trong tâm trí, đẩy lùi tính sáng suốt của lý trí. Tại thời điểm đó, trẻ em có thể có những cách phản ứng kỳ lạ, khó hiểu, đôi khi có vẻ điên rồ [4]. Nhiều lời nói, hành vi của trẻ chịu sự chi phối của cảm xúc, trẻ có thể làm những việc mà sau này, khi đã trở về giai đoạn ổn định người đó không thể lý giải được vì sao mình có thể nói hay làm những việc như thế. Những phản ứng trong giai đoạn khủng hoảng có thể hoàn toàn trái ngược, hoặc vượt xa so với xu hướng bình thường của trẻ.

Dấu hiệu về mặt suy nghĩ: Trẻ bị khủng hoảng gặp rất nhiều khó khăn và thường suy nghĩ, hành động bột phát. Trẻ có thể nói năng một cách lộn xộn, tạo ra sự liên kết rất khó kết

nối. Nỗi sợ hãi và lòng mong muốn có thể bị lẫn lộn trong thực tế [4].

Dấu hiệu về mặt hành vi: một số trẻ em khi rơi vào tình trạng khủng hoảng có thể thực hiện rất nhiều hành vi tăng động: đứng ngồi không yên, đi tới đi lui, gây hấn, gây chiến, thường xuyên tỏ ra bực dọc, cáu kỉnh vì những chuyện rất đỗi bình thường. Một số trẻ em có thể hành động một cách mạnh mẽ, ngay tức thì dễ phản ứng với khủng hoảng, những hành động như vậy có thể chưa suy nghĩ được kỹ càng hoặc chưa được đánh giá. Trái ngược với xu hướng trở nên kích động, bốc đồng, trong cơn khủng hoảng nhiều trẻ lại ngày càng trở nên phụ thuộc vào các chất kích thích như: rượu, ma túy, thuốc lác hoặc những hành vi khác: hành vi tình dục, chơi game[1]. Song, càng lâu lượng các chất kích thích tăng lên sự phụ thuộc của trẻ càng lớn và nỗi đau khổ của trẻ càng trở nên bế tắc hơn. Một số trẻ em có những hành động phạm pháp: ăn cắp, trộm cướp, đánh nhau, sử dụng vũ khí...Trong trường hợp nặng nhập bệnh đáng để ăn cướp, hiếp dâm. Bên cạnh đó nhiều trẻ còn thực hiện những hành vi gây tổn thương, thậm chí nguy hại cho sức khỏe tính mạng của mình và người khác như: hành vi đua xe, đánh nhau, hoặc tự cắt tay hay một phần cơ thể mình để lấy đau đớn về thể xác tạm thời giúp họ không phải đối diện với nỗi đau về tinh thần. Nhiều người trong giai đoạn khủng hoảng còn có ý nghĩ và hành vi tự tử nếu không được hỗ trợ và can thiệp kịp thời.

Đây là những biểu hiện thường gặp đối với trẻ em bị khủng hoảng tâm lý. Mỗi trẻ em là một thực thể khác nhau nên các biểu hiện khủng hoảng của các em cũng khác nhau. Có trẻ biểu hiện sự khủng hoảng một cách rất mạnh mẽ, quyết liệt, mà khi nhìn vào ta nhận thấy một cách rõ rệt, song có một số trẻ lại biểu hiện sự khủng hoảng một cách lặng lẽ, âm thầm, nội tâm mà nếu không để ý kỹ chúng ta sẽ không nhận ra ngay. Chính vì vậy, cần có sự quan sát một cách tinh tế, thường xuyên quan tâm đến trẻ, quan sát trẻ sát sao để phát hiện những biểu hiện khủng hoảng, từ đó có cách can thiệp kịp thời, hiệu quả.

2.2. Một số kỹ thuật sử dụng trong tham vấn đối với trẻ em bị khủng hoảng tâm lý

Tham vấn khủng hoảng tâm lý đối với trẻ em nhằm giúp trẻ bị khủng hoảng có kiến thức, kỹ năng để tự thoát ra khỏi tình trạng khủng hoảng. Hạn chế thấp nhất các nguy cơ và tác động xấu của khủng hoảng tâm lý cho trẻ em, gia đình và cộng đồng. Giúp trẻ em khôi phục lại mức độ hoạt động như trước khi bị khủng hoảng càng sớm càng tốt.

Trong quá trình tham vấn khủng hoảng tâm lý cho trẻ em, nhà tham vấn cần sử dụng phối hợp một số công cụ/kỹ thuật sau:

2.2.1. Kỹ thuật qua trò chơi

Trong kỹ thuật này, nhà tham vấn có thể sử dụng một số trò chơi sau đây nhằm giúp trẻ bộc lộ hết cảm xúc, hành vi của mình:

* Trò chơi với cát

Tên trò chơi: Chơi cát

Chuẩn bị vật liệu: Cát ướt, khay đựng cát, xô ghi chép, bút, bàn, ghế, phòng tham vấn

Cách tiến hành: Nhà tham vấn và trẻ ngồi trong phòng tham vấn với nhau, nhà tham vấn hướng dẫn trẻ sử dụng cát ướt để tạo ra các con vật, đồ vật, người tùy thích. Có thể gợi ý cho trẻ một số con vật hay người liên quan đến trẻ giúp trẻ chơi đúng mục đích.

Ghi chép: Nhà tham vấn quan sát ghi chép lại quá trình trẻ làm trẻ làm, quan sát ghi chép cảm xúc, hành vi, hành động trong quá trình trẻ chơi. Thỉnh thoảng gợi ý, hỏi han trẻ.

Phân tích Kết quả: Khi nặn xong hình, Nhà tham vấn hỏi trẻ về hình mà mình nặn được là gì. Ghi chép lại những gì trẻ nói. Nếu trẻ thể hiện cảm xúc mãnh liệt về hình mà trẻ nặn thì Nhà tham vấn cần lưu ý để tìm ra vấn đề của trẻ thông qua cảm xúc đó.

Đây là một dạng trò chơi mà trẻ thường rất thích, những cách sử dụng cát tạo nên những hình ảnh, những suy nghĩ cảm xúc của trẻ mà nhiều khi trẻ không nói ra được. Những gì trẻ tưởng tượng cũng thường được trẻ thể hiện qua những hình ảnh, những biểu tượng do trẻ tạo nên từ cát và những vật trẻ chơi với cát [5]. Nhà tham vấn có thể nói: *“Cô thấy cát ướt rất dễ để tạo ra hình người hay những con vật, bây giờ cô cháu mình cùng nặn hình tượng với cát nhé. Cháu và cô sẽ nặn những gì mà mình thích.”*

Khi sử dụng cát để tạo cho trẻ chơi cần chú ý: quan sát trẻ chơi, gợi chuyện hỏi trẻ về những hình ảnh, nhân vật hay việc mà trẻ làm với cát; độ tuổi của trẻ.

* Trò chơi sử dụng các con vật:

Tên trò chơi: Sử dụng các con vật

Chuẩn bị vật liệu: Các con vật bằng nhựa dẻo, bàn đựng đồ, xô ghi chép, bút, phòng tham vấn.

Cách tiến hành: Nhà tham vấn và trẻ ngồi trong phòng tham vấn với nhau, nhà tham vấn hướng dẫn trẻ xếp các con vật lên bàn, gợi ý trẻ chơi và nói chuyện với các con vật mà mình thích.

Ghi chép: Nhà tham vấn quan sát ghi chép lại quá trình trẻ làm, quan sát ghi chép cảm xúc, hành vi, hành động trong quá trình trẻ chơi. Thỉnh thoảng gợi ý, hỏi han trẻ.

Phân tích Kết quả: Nhà tham vấn sẽ thấy được cách trẻ sắp xếp lại các con vật ra sao? Các con vật nào trẻ thích trẻ sẽ có cách sắp xếp khác với các con vật trẻ không thích. Nếu trẻ thích chơi hay không thích chơi với con vật nào thì hỏi lý do tại sao?

Mục đích của việc sử dụng các con vật giúp trẻ thuật chuyện về mối quan hệ của trẻ với những người xung quanh, với những mối quan hệ khác [4]. Do vậy khi làm việc với trẻ cần chú ý gợi chuyện trẻ về mối quan hệ của trẻ với con vật mà trẻ đang chơi.

Nhà tham vấn có thể nói: *“Bây giờ cô quan sát thấy cháu thường xuyên sờ tay vào con gấu, phải chăng là cháu thích gấu? ”*, Hoặc *“Cô nhận thấy từ lúc này tới giờ cháu không hề nhìn còn gà, và cô cũng qua sát thấy cháu cứ đẩy con gà ra xa. Vậy chắc hẳn cháu không thích gà có phải không?”*

* Trò chơi Đất nặn:

Tên trò chơi: Đất nặn

Chuẩn bị vật liệu: Đất nặn, khay đựng, xô ghi chép, bút, bàn, ghế, phòng tham vấn

Cách tiến hành: Nhà tham vấn và trẻ ngồi trong phòng tham vấn với nhau, nhà tham vấn hướng dẫn trẻ sử dụng đất nặn để nặn các con vật, đồ vật, người tùy thích. Có thể gợi ý cho trẻ một số con vật hay người liên quan đến trẻ giúp trẻ chơi đúng mục đích.

Ghi chép: Nhà tham vấn quan sát ghi chép lại quá trình trẻ làm, quan sát ghi chép cảm xúc, hành vi, hành động trong quá trình trẻ chơi. Thỉnh thoảng gợi ý, hỏi han trẻ.

Phân tích Kết quả: Khi nặn xong hình, Nhà tham vấn hỏi trẻ về hình mà mình nặn được là gì. Ghi chép lại những gì trẻ nói. Nếu trẻ thể hiện cảm xúc mãnh liệt về hình mà trẻ nặn thì Nhà tham vấn cần lưu ý để tìm ra vấn đề của trẻ thông qua cảm xúc đó.

Đất nặn giúp trẻ sáng tạo ra những nhân vật, đồ vật cảm nghĩ liên quan tới vấn đề của trẻ. Đây cũng là một công cụ tốt để nhà tham vấn có thể khai thác suy nghĩ cảm xúc và các mối quan hệ của trẻ: *“Con có thích đất nặn không? À, cô nghĩ giờ chúng ta sẽ chơi bằng đất nặn, cô muốn con nặn cho cô một đồ vật mà con thích hay con ghét, để xem con có nặn đẹp không nào”*.

2.2.2. Kỹ thuật tưởng tượng kể chuyện

Tên kỹ thuật: Tưởng tượng kể chuyện.

Chuẩn bị: Tranh, ảnh, búp bê, Giấy vẽ, bút lông, bút màu, Sổ ghi chép, bút, bàn ghế ngồi, phòng tham vấn.

Cách làm: Chuẩn bị trước tranh ảnh có sẵn, động viên trẻ kể những câu chuyện em tưởng tượng ra khi quan sát những bức tranh, ảnh này. Lưu ý: Tranh ảnh chuẩn bị cần có mục đích. Ví dụ: Mục đích giúp trẻ bộc lộ những lo âu trong mối quan hệ mẹ con, nhân viên xã hội cần chuẩn bị những bức tranh, ảnh thể hiện quan hệ mẹ - con.

Ghi chép: Nhà tham vấn gợi ý để trẻ kể chuyện thông qua trí tưởng tượng của mình, từ đó thu thập ghi chép lại những thông tin cần thiết trong mối liên hệ với những chi tiết trong câu chuyện của trẻ.

Phân tích kết quả: Khi kể chuyện, trẻ bộc lộ cảm xúc (lo lắng, sợ hãi), đồng thời bộc lộ mong ước của mình. Trẻ cũng sẽ bày tỏ thái độ với những trong câu chuyện, từ đó có thể phản ánh các thông tin về những mối quan hệ với những người có quan hệ với trẻ trong cuộc sống thực.

Nhà tham vấn có thể sử dụng công cụ là một con búp bê để gián tiếp giúp trẻ kể chuyện về bản thân mình. Trẻ sẽ tưởng tượng ra một câu chuyện về bản thân mình. Trẻ sẽ tưởng tượng ra một câu chuyện xảy ra với đồ vật trung gian, nội dung của câu chuyện thường có liên quan đến những điều xảy ra với trẻ. Trẻ em có tư duy cụ thể nên trẻ có thể kể về người khác với vấn đề của mình mà không nghĩ đó là mình [4].

Công cụ này rất quan trọng đặc biệt là khi trẻ em bị đe dọa vì nó giúp các em có thể dần tiếp nói câu chuyện mà trẻ sợ hãi theo cách mà trẻ tưởng tượng, từ đó tránh được căng thẳng cho trẻ.

2.2.3. Kỹ thuật vẽ tranh tưởng tượng

Tên kỹ thuật: Vẽ tranh tưởng tượng.

Chuẩn bị vật liệu: Giấy A3, Bút lông, bút màu, bàn ghế, sổ ghi chép, bút, phòng tham vấn.

Cách tiến hành: Nhà tham vấn và trẻ ngồi trong phòng tham vấn với nhau, nhà tham vấn hướng dẫn trẻ vẽ tranh theo chủ đề tự do. Yêu cầu trẻ ngồi lên bàn, lấy Giấy A3 và vẽ lên giấy những gì mình thích.

Ghi chép: Nhà tham vấn quan sát trẻ làm, quan sát cảm xúc, hành vi, hành động trong quá trình trẻ chơi. Thỉnh thoảng gợi ý, hỏi han trẻ về hình mà trẻ vẽ.

Phân tích Kết quả: Sau khi vẽ xong, Nhà tham vấn yêu cầu trẻ giải thích về bức tranh. Gợi ý, đặt câu hỏi về những điều chưa rõ ràng trên bức tranh. Những gì bé giải thích sẽ phản ánh tâm trạng, cảm xúc thật của trẻ.

Sau khi trẻ tự hoàn thành bức tranh, nhân viên xã hội khuyến khích trẻ kể thành lời câu chuyện đang diễn ra trong bức tranh. Sử dụng những câu hỏi mở: *“Con đã hoàn thành xong bức tranh rồi. Bây giờ con nói cho cô biết con đã vẽ gì trong bức tranh này?”*. Nhân viên xã hội khai thác mối quan hệ giữa các nhân vật: *“Nhìn vào bức tranh cô thấy 2 người này con vẽ gần nhau và đang nắm nắm tay nhau, chắc hẳn hai người này thân thiết nhau lắm phải không?”*, suy nghĩ của trẻ về từng nhân vật: *“Trong bức tranh con vẽ có tới 5 người, bây giờ con nói cho cô biết người này là ai? con có yêu quý họ không? Họ có thương yêu con không?”*, hành động của mỗi nhân vật trong tranh: *“Nãy giờ cô quan sát và nhận thấy cô bé này đang ngồi và có vẻ mặt hơi buồn, vậy vì sao con vẽ bạn này buồn thế?”*....

2.2.4. Kỹ thuật ghi chép, viết nhật ký:

Tên kỹ thuật: Kỹ thuật ghi chép, viết nhật ký

Chuẩn bị: Tranh, ảnh, Sổ ghi chép, bút, bàn ghế ngồi, phòng tham vấn.

Cách làm: Nhà tham vấn hướng dẫn trẻ cách viết nhật ký. Mỗi ngày viết 1 lần vào thời gian cuối ngày. Hướng dẫn trẻ viết hết những sự việc xảy ra trong ngày, viết tâm tư, cảm xúc, hành vi, hành động xảy ra của trẻ. Viết cả điều trẻ thích và không thích.

Ghi chép: Nhà tham vấn xem nhật ký nếu trẻ muốn, ghi chép lại những điểm lưu ý trong quá trình viết.

Phân tích kết quả: Một số trẻ ngại giao tiếp, ngại bộc lộ nên việc viết nhật ký sẽ giúp trẻ giải tỏa hết những nỗi niềm trong lòng trẻ, từ đó nhà tham vấn sẽ khai thác được các thông tin từ trẻ.

Khi viết nhật ký, trẻ có thể bộc lộ những cảm xúc dồn nén bên trong, đặc biệt là khi không có người tin cậy ở bên cạnh để cùng chia sẻ [3]. Từ đó giúp trẻ lấy lại cân bằng tự tìm cách vượt qua những vấn đề về cảm xúc. Đồng thời, khi viết nhật ký, trẻ có thể ghi lại những vấn đề xảy ra và có thể tự đánh giá được mình thông qua những gì đã ghi lại. Từ đó, có những hành động chỉnh sửa và rút kinh nghiệm cho hành vi của mình.

Nhân viên xã hội có thể nói: *“Hôm nay có tặng cho con 1 quyển sổ và 1 cái bút, đây là món quà nhỏ mà cô tặng con để con viết lại những gì xảy ra hàng ngày, cả tâm trạng, cảm xúc hàng ngày của con. Khi con viết ra đây, cô tin rằng nó sẽ làm cho con bớt sự lo lắng hay giận dữ của con...”*

Trên đây là một số kỹ thuật mà tác giả đưa ra, hướng dẫn sử dụng khi tham vấn cho trẻ bị

khủng hoảng tâm lý, các kỹ thuật công cụ này chỉ là một trong những cách nhằm phát hiện vấn đề mà trẻ bị khủng hoảng, rồi nhiều tâm lý gặp phải. Từ đó có các biện pháp giúp trẻ tự thoát khỏi vấn đề của mình một cách có hiệu quả nhất.

3. Kết luận

Trẻ em là tương lai của đất nước, chăm sóc, nuôi dưỡng, giáo dục trẻ em phát triển một cách toàn diện cả về thể chất lẫn tinh thần là nhiệm vụ quan trọng của cả gia đình và xã hội. Để giúp trẻ có sự phát triển toàn diện, thoát khỏi sự khủng hoảng tâm lý một cách tốt nhất, nhà tham vấn cần có sự vận dụng kết hợp các kỹ thuật phù hợp để thu thập các thông tin từ trẻ, giúp trẻ bộc lộ hết cảm xúc, hành vi, hành động của mình. Từ đó giúp trẻ tự nhận biết vấn đề đang tồn tại và tự giải quyết vấn đề đó một cách hiệu quả.

Tài liệu tham khảo

1. Bùi Thị Xuân Mai (2008), Giáo trình Tham vấn tâm lý, Nhà xuất bản Lao động - Xã hội.
2. Nguyễn Thị Thanh Hương (2014), Giáo trình Công tác xã hội trong chăm sóc sức khỏe tâm thần, Nhà xuất bản Lao động - Xã hội.
3. Nguyễn Thị Thanh Hương (2014), Giáo trình Quản lý ca về chăm sóc và phục hồi chức năng cho người tâm thần, Nhà xuất bản Lao động - Xã hội.
4. Tiêu Thị Minh Hường (2014), Giáo trình Tham vấn cơ bản trong chăm sóc sức khỏe tâm thần, Nhà xuất bản Lao động Xã Hội.
5. Trần Thị Minh Đức (2009), Giáo trình Tham vấn tâm lý, Đại học Quốc gia Hà Nội.

SOME TECHNIQUES USED IN PSYCHOLOGICAL CRISIS COUNSELING FOR CHILDREN

Doan Thi Hue

University of Khanh Hoa

Abstract: *Today, the situation of children having psychological crisis is very common and worrying. The article studies the problem of psychological crisis in children today, discovering the common manifestations when children are in psychological crisis. On that basis, researching and synthesizing some necessary techniques / tools for therapy and consultation to help children get out of psychological crisis.*

Keywords: *Children; children's psychological crisis; consultation; technology.*