

Hiện tượng tự tử ở học sinh Việt Nam hiện nay

Bùi Thị Hồng^(*)

Tóm tắt: Trong thời gian gần đây, hiện tượng tự tử ở học sinh diễn ra khá nhiều, trở thành vấn đề đáng báo động trên toàn cầu. Ở Việt Nam dù chưa có những thống kê đầy đủ và chi tiết về tình hình tự tử nói chung và tự tử ở học sinh nói riêng, song trên thực tế đây lại là vấn đề gây nhức nhối trong dư luận thời gian qua. Việc tự tử xảy ra ở học sinh có chiều hướng gia tăng, gây ra những căng thẳng, lo lắng cho gia đình, nhà trường và xã hội. Dựa vào các nguồn tài liệu thứ cấp, chủ yếu là các bài viết trên các trang báo mạng chính thống, bài viết bàn về thực trạng tự tử ở học sinh Việt Nam trong khoảng thời gian 10 năm trở lại đây, đồng thời chỉ ra các nguyên nhân, dấu hiệu nhận biết và những giải pháp phù hợp để giảm thiểu vấn nạn này.

Từ khóa: Tự tử, Hiện tượng tự tử, Học sinh, Gia đình, Nhà trường, Việt Nam

Abstract: In recent times, student suicide phenomenon has become increasingly common which raises the alarm over a global issue. In Vietnam, although detailed and complete statistics on suicide in general and student suicide in particular have not been made, the painful reality has been widely discussed during these times. Student suicides tend to increase which lead to more stress and anxiety in families, schools and the whole society. Mainly based on secondary sources on official online newspapers, the article indicates the situation of suicide among Vietnam students over the past 10 years, its reasons and signs of suicidal behavior, as well as appropriate solutions to control this problem.

Keywords: Suicide, Suicide Phenomenon, Student, Family, School, Vietnam

1. Đặt vấn đề

Nhà xã hội học nổi tiếng người Pháp Emile Durkheim (1858-1917) đã đưa ra định nghĩa về tự tử trong cuốn *Tự tử* (Suicide) xuất bản năm 1897 như sau: Tự tử được áp dụng cho mọi cái chết trực tiếp hoặc gián tiếp, xảy ra bởi hành vi tích cực hoặc tiêu cực của chính bản thân nạn nhân, người biết rõ sẽ gây ra kết quả này (Dẫn theo: Phạm Thu Hương, 2012: 37). Theo Edwin Shneidman trong cuốn *Định nghĩa*

về tự tử (*Definition of Suicide*) xuất bản năm 1985, tự tử (tự sát) là một hành động tự kết liễu sự sống của bản thân một cách có ý thức. Ở đó, người ta phải đối mặt với một tình cảnh vô cùng khó khăn, phức tạp và họ nhận thấy rằng tự tử là giải pháp tốt nhất để giải quyết khó khăn đó (Dẫn theo: Lương Phương Dung, 2016). Hiện tượng tự tử xảy ra do nhiều nguyên nhân với nhiều dấu hiệu thể hiện khác nhau như trầm cảm, lo âu,... Dù ở hình thức nào thì tự tử không chỉ gây đau đớn cho người ra đi mà còn khiến người ở lại day dứt, ám ảnh. Thời gian gần đây, hiện tượng tự tử ngày một gia tăng, nhất là ở đối tượng học sinh.

^(*) ThS., Viện Thông tin Khoa học xã hội, Viện Hàn lâm Khoa học xã hội Việt Nam;
Email: buihongxhh@gmail.com

2. Thực trạng tự tử ở học sinh Việt Nam thời gian gần đây

Hiện tượng tự tử ở học sinh hay còn được gọi là tự tử học đường hiện đang có chiều hướng gia tăng tại tất cả các quốc gia trên thế giới, trong đó có Việt Nam. Theo Tổ chức Y tế Thế giới (WHO), cứ 40 giây lại có một người tự tử và hành động này là nguyên nhân gây tử vong đứng thứ hai trong giới trẻ hiện nay chỉ sau tai nạn giao thông (Theo: Hải Yến, 2019). Chính vì các trường hợp tự tử ngày càng nhiều nên Hiệp hội Phòng, chống tự tử toàn cầu và WHO chọn ngày 10/9 hằng năm là “Ngày Thế giới phòng, chống tự tử”.

2.1. Hiện trạng học sinh tự tử qua các con số thống kê

Ở Việt Nam, tự tử là một trong 10 nhóm nguyên nhân gây tử vong ở mọi lứa tuổi. Năm 2020, trong số 6.407 học sinh ở độ tuổi từ 13-17, có 11% có ý tưởng tự tử (Ngọc Trang, 2022).

Nghiên cứu so sánh giữa vị thành niên Việt Nam và Trung Quốc của Blum và các cộng sự năm 2012 đối với 17.000 vị thành niên và thanh niên cho thấy tỷ lệ có ý định tự tử trong 12 tháng trước đó ở Hà Nội là 2,3% (n = 6.191), thấp nhất trong mẫu nghiên cứu so với mức 8,1% ở Thượng Hải (n = 6.212) và 17% tại Đài Bắc (n = 4.706). Trong đó, nhóm tuổi từ 15-19 ghi nhận tỷ lệ có yếu tố tự tử và từng cố gắng tự tử cao hơn nhóm tuổi từ 20-24 (Xem: UNICEF, 2018).

Số liệu từ Bệnh viện Trung Vương (thành phố Hồ Chí Minh), Bệnh viện Tâm thần Mai Hương và Trung tâm Phòng, chống khủng hoảng tâm lý (PCP) cũng cho thấy tỷ lệ tự tử ở học sinh ngày càng nhiều. Trung bình một năm, Khoa Cấp cứu Bệnh viện Trung Vương tiếp nhận 310 ca tự tử dưới 16 tuổi. Trong số 10.000 thanh thiếu niên Việt Nam, có 25% đã tìm cách tự tử, 20% học sinh ở độ tuổi từ 10-16 gặp khó khăn về sức khỏe tâm thần (Dẫn theo: Minh Nguyệt, 2017).

Năm 2018, theo thống kê của Trung tâm Chống độc, Bệnh viện Bạch Mai, số người chết do tự tử chiếm 33,7%, xếp thứ hai sau tai nạn giao thông. Người tự tử chủ yếu là những người trẻ tuổi, một số ít ở trẻ em và người cao tuổi, đặc biệt nữ giới nhiều hơn nam giới. Mỗi năm, Trung tâm tiếp nhận trên dưới 300 ca ngộ độc thuốc diệt cỏ Paraquat, chủ yếu là ở nhóm người trẻ tuổi (Dẫn theo: Diệu Hương, 2019).

Mặc dù tỷ lệ học sinh tự tử và có ý định tự tử ở Việt Nam thấp so với các nước phát triển trên thế giới, nhưng hiện tượng này có chiều hướng gia tăng trong vài năm trở lại đây¹. Có thể thấy, hiện tượng tự tử ở học sinh hiện nay thực sự trở thành một vấn đề xã hội nghiêm trọng và dường như đang trở thành một trào lưu của nhóm tuổi này.

2.2. Đặc điểm xã hội của nhóm học sinh tự tử

Đặc trưng về tuổi, giới tính là một trong những chỉ báo quan trọng cho thấy

¹ Xem: Vụ treo cổ tự tử của nữ sinh lớp 12 tại ký túc xá trường THPT chuyên thuộc tỉnh Nam Định do bị nghi lấy trộm đồ của bạn cùng phòng (Báo *dantri.com.vn* ngày 13/3/2012); vụ một học sinh lớp 9 tại một trường THCS ở quận 1, thành phố Hồ Chí Minh nhảy từ tầng 7 xuống đất tử vong do bị điểm kém môn tiếng Anh (Báo *thanhnien.vn* ngày 15/9/2017); vụ nữ sinh lớp 10 uống thuốc tự tử tại trường THPT ở tỉnh An Giang vì uất ức do trường xử lý sai phạm (Báo *thanhnien.vn* ngày 10/12/2020); gần đây nhất là vụ nam sinh học tại một trường THPT chuyên ở Hà Nội để lại lá thư tuyệt mệnh cho gia đình trước khi nhảy lầu tự tử đã giống hồi chuông cảnh tỉnh về nạn tự tử ở lứa tuổi học đường (Báo *tienphong.vn* ngày 01/4/2022),... Đáng chú ý là, bên cạnh các vụ tự tử cá nhân còn xuất hiện không ít trường hợp học sinh rủ nhau tự tử tập thể. Minh chứng là trường hợp hai anh em (anh 16 tuổi, em 14 tuổi) ở huyện Trà My, tỉnh Quảng Nam cùng ăn lá ngón tự tử do cãi nhau (Báo *tuoitre.vn* ngày 19/11/2021); hay ngày 02/3/2022, Bệnh xá Quân dân y Đoàn Kinh tế quốc phòng 4 (Nghệ An) đã cấp cứu 3 học sinh tự ăn lá ngón tự tử do mâu thuẫn với bạn học (Báo *phapluatplus.vn* ngày 03/3/2022).

những ảnh hưởng của nhận thức lứa tuổi, giới tính đến hành vi, cũng như khả năng xã hội hóa của mỗi cá nhân. Nghiên cứu của Phạm Thu Hương, Rơ Đăm Thị Bích Ngọc (2013) chỉ ra ở hầu hết các độ tuổi đều có người tự tử, nhóm tuổi học sinh dưới 18 tuổi chiếm 19,8%. Tỷ lệ nữ giới chọn cách thức tự tử bằng việc uống các loại thuốc (thuốc ngủ, thuốc bệnh...) cao hơn so với nam giới (lần lượt là 71,4% và 28,6%), trong khi đó, tỷ lệ nam giới sử dụng cách thức tự tử nhảy lầu và sử dụng chất độc (thuốc trừ sâu, lá ngón...) cao hơn nữ giới (66,7% và 33,3%) và khả năng tự tử thành công ở nam giới cũng cao hơn so với nữ giới.

Các vụ tự tử ở Việt Nam trong thời gian gần đây cho thấy, nhóm người trẻ tự tử ngày càng có xu hướng gia tăng, trong đó đáng chú ý là con số tự tử ở lứa tuổi học đường. Theo UNICEF (2017), nữ giới có ý định tự tử cao gần gấp đôi nam giới, tỷ lệ thanh thiếu niên có ý nghĩ tự tử ở thành thị cao hơn so với khu vực nông thôn (5,4% so với 3,6%), nhóm tuổi từ 14-17 có ý nghĩ tự tử chiếm 4,1%.

Tương tự như vậy, Ngọc Trang (2022) chỉ ra ở lứa tuổi vị thành niên, ý tưởng tự tử ở nữ sinh cao hơn nam sinh liên quan đến những khác biệt về tâm sinh lý, giới tính. Trong quá trình thực hiện hành vi tự tử, nam giới thường chọn phương thức có tính sát thương cao hơn so với nữ giới.

Như vậy có thể thấy, hành vi tự tử đều xuất hiện ở cả hai giới nam sinh và nữ sinh và để lại nhiều hậu quả bi thương. Nữ giới có ý định tự tử cao hơn nam giới, còn nam giới có tỷ lệ tự tử mang tính sát thương cao hơn nữ giới. Các con số thống kê ở trên cho thấy, học sinh trung học cơ sở (THCS) và trung học phổ thông (THPT) có hành vi tự tử cao hơn so với những nhóm học sinh khác. Đây cũng là một thực tế đau lòng xảy ra khá nhiều trong thời gian gần đây.

3. Nguyên nhân tự tử

3.1. Trầm cảm tuổi học đường

Các kết quả nghiên cứu cho thấy nguyên nhân hàng đầu dẫn đến tình trạng tự tử ở trẻ vị thành niên là do lo âu, trầm cảm. Đây là vấn đề hay gặp và phổ biến trong giai đoạn phát triển của lứa tuổi này (giai đoạn chuyển tiếp từ trẻ con thành người lớn). Ở độ tuổi này, trẻ rất nhạy cảm trước các tác động của môi trường, xã hội do những thay đổi về tâm sinh lý. Theo UNICEF (2018), số trẻ em và vị thành niên Việt Nam mắc các vấn đề về sức khỏe tâm thần chiếm khoảng 8-29% và 2,3% trong tổng số vị thành niên tự tử.

Thời gian gần đây, các bệnh viện cũng ghi nhận có sự gia tăng đáng kể bệnh nhân trầm cảm trẻ tuổi, đa số là học sinh. Việc thường xuyên gặp áp lực học hành, thi cử cũng như sự kỳ vọng quá lớn của cha mẹ là hai lý do chính dẫn đến tình trạng trẻ hóa lứa tuổi mắc bệnh trầm cảm ở Việt Nam hiện nay. Theo thống kê của Bệnh viện Tâm thần Trung ương, trong tổng số 5.000 người có biểu hiện bất bình thường đến khám, tư vấn thì có đến 30% là học sinh, sinh viên (Kim Anh, 2020). Kết quả khảo sát 834 học sinh tại Hà Nội và 726 học sinh tại tỉnh Hưng Yên năm 2019 của Bệnh viện Nhi Trung ương cho thấy, tỷ lệ học sinh trầm cảm với các mức độ khác nhau ở Hà Nội là 31% và tỉnh Hưng Yên gần 19%. Tỷ lệ học sinh Hà Nội bị stress gần 39% và tỉnh Hưng Yên gần 22% (Nguyễn Thị Nhiên, 2020).

Nghiên cứu về vấn đề rối loạn tâm thần ở học sinh THPT của Trường Đại học Y Dược thành phố Hồ Chí Minh thực hiện năm 2018 tại 3 trường THPT trên địa bàn thành phố Hồ Chí Minh (gồm: Nguyễn Khuyến, Nam Kỳ Khởi Nghĩa, Nguyễn Thái Bình) với 1.114 học sinh tham gia ở quy mô 27 lớp gồm cả 3 khối trên cơ sở đánh giá cả ba khía cạnh trầm cảm, lo âu, stress cho thấy: Tỷ lệ stress ở học sinh chiếm hơn 35,1%; lo âu là 59% và trầm cảm là 38,7%. Trong

đó, nhiều trẻ đang đối mặt với những vấn đề nghiêm trọng về mặt sức khỏe tâm thần, không ít trường hợp mắc cả 3 vấn đề nêu trên (Theo: Vân Sơn, 2018).

Việc học sinh phải học trực tuyến quá lâu trong thời gian thực hiện các qui định phòng, chống dịch Covid-19 cũng là một trong những nguyên nhân dẫn đến gia tăng bệnh trầm cảm ở các em. Nhiều học sinh ngồi hàng giờ liền trên máy tính vừa học tập vừa chơi game, không được tiếp xúc với thế giới bên ngoài và giao lưu với mọi người khiến các em dần trở nên trầm tính hơn. Thêm vào đó là sự kiểm soát của cha mẹ về giờ giấc ăn ngủ, học tập cũng khiến nhiều em khó chịu và dễ dẫn đến những hành vi thiếu kiểm soát (Xem: Quang Vinh, 2022).

Ngoài ra, bệnh trầm cảm của học sinh còn xuất phát từ việc các em mâu thuẫn với thầy cô, bạn bè, gặp trục trặc về tình cảm hay thường xuyên bị bạn học sử dụng bạo lực. Khi không tìm được cách giải quyết thỏa đáng, các em dễ rơi vào trạng thái khủng hoảng và có những hành động không kiểm soát.

Nhìn chung, trầm cảm học đường là nguyên nhân sâu xa dẫn đến hàng loạt vụ tự tử ở học sinh Việt Nam hiện nay. Bệnh trầm cảm có thể xuất phát từ nhiều phía cũng như từ sự biến đổi về tâm sinh lý trong giai đoạn vị thành niên - giai đoạn nhạy cảm, dễ tổn thương.

3.2. Môi trường xã hội phức tạp

Trong bối cảnh hiện nay, khi công nghệ thông tin ngày càng phát triển thì dường như giới trẻ cũng dành nhiều thời gian cho các hoạt động thông qua mạng xã hội hơn là các giao tiếp trực tiếp với bạn bè, người thân và các mối quan hệ có ý nghĩa. Thực tế đã có nhiều vụ tự tử đau lòng của học sinh liên quan đến các trò chơi trực tuyến, mạng xã hội. Chẳng hạn, năm 2013, một nữ sinh lớp 12 ở Đà Nẵng đã uống thuốc an thần tự tử khi bị một trang fanpage viết bài vu khống

để thỏa mạ, bôi nhọ trên mạng Facebook (Theo: Xuân Phuong, 2015). Hay trường hợp nam sinh học tại một trường THCS ở tỉnh Đồng Tháp tự tử vì bị mẹ mắng do chơi game (Theo: Tào Nga, 2021).

Sự phát triển của Internet, mạng xã hội có ảnh hưởng không nhỏ đến suy nghĩ và hành vi của trẻ vị thành niên. Kết quả phỏng vấn sâu của Võ Thị Hường và cộng sự (2016) đối với 16 trường hợp vị thành niên đã từng có hành vi tự tử nhưng được cứu sống ở thành phố Hồ Chí Minh cho thấy, lúc buồn chán, các em lên mạng xã hội xem các cách thức tự tử như cắt tay, cắt cổ để chứng minh sự can đảm và làm theo. Ngoài ra, yếu tố về xã hội, các tệ nạn xã hội, lối sống không đúng chuẩn mực, bạo lực,... cũng ảnh hưởng không nhỏ đến sự phát triển về thể chất, tinh thần của vị thành niên và đó là căn nguyên dẫn đến hành vi tự tử của các em.

Có thể thấy, sự phát triển của công nghệ thông tin đã mang lại không ít lợi ích cho cuộc sống của con người, song nó cũng là con dao hai lưỡi nếu chúng ta không biết kiểm soát sử dụng đúng mục đích. Mạng xã hội tuy ảo nhưng đôi khi những cái like (thích), share (chia sẻ) hay comment (bình luận) có thể giết chết một con người. Chính vì thế, cần giáo dục trẻ cẩn trọng trong cách hành xử khi tham gia mạng xã hội.

4. Dấu hiệu nhận biết và cách phòng ngừa vấn nạn tự tử ở học sinh hiện nay

Vị thành niên tự tử là vấn đề nghiêm trọng và rất đáng lo ngại khi tình trạng này có xu hướng gia tăng, vì vậy các bậc phụ huynh cần biết cách nhận diện và có biện pháp phòng ngừa. Có những hành động tự tử ở học sinh là do bột phát nhưng phần lớn đều có những biểu hiện trước đó. Theo Mai Châm (2022), có thể nhận biết một số dấu hiệu tự tử ở con trẻ thông qua những hành vi của trẻ như: Thỉnh thoảng trẻ nói rằng “Con sẽ không còn làm phiền ai nữa đâu”, hay “Chả có gì quan trọng cả!”, “Mọi

việc đều vô ích thôi!", "Con chả còn gặp ai nữa đâu mà nói"... Tự nhiên trẻ sắp xếp mọi vật dụng cá nhân theo thứ tự và nói sẽ cho đi những vật dụng mà mình yêu quý, tặng người này món này, người khác món kia, tự dọn dẹp phòng ốc sạch sẽ, hay làm các hành động như để trả ơn bố mẹ... Hoặc trước đó các em có những dấu hiệu trầm cảm như thay đổi cách ăn uống và ngủ nghỉ, trốn tránh bạn bè, gia đình, và bỏ những thói quen thường nhật, có hành động cực cần, thô lỗ hoặc bỏ đi khỏi nhà, cầu thả trong cách ăn mặc, thay đổi tính cách một cách bất ngờ, thường xuyên chán nản, không tập trung vào việc gì, từ chối đi học... Ngoài ra cũng có những dấu hiệu "cấp báo" như nói đùa sẽ chết, viết truyện/thơ về cái chết, có những hành vi tự hủy hoại (như cắt tay, dùng tàn thuốc dí vào tay) hay hành vi liều lĩnh (đua xe, bỏ phanh khi đi xe), nói tạm biệt với gia đình, tìm kiếm những vũ khí hoặc phương tiện độc hại có thể sử dụng để tự tử.

Như Hương (2022) cũng chỉ ra một số biểu hiện khác của trẻ có ý định tự tử như trẻ luôn than thở buồn chán, nghĩ mình đầy tội lỗi xấu xa, cảm thấy bất tài vô dụng. Các em có ý định tàng trữ, cất giấu những vật dụng để thực hiện hành vi tự tử như thuốc ngủ, dây... hay đột ngột có những hành vi bất thường như dạn dỏ bạn bè, mặc quần áo đẹp, tự nhiên trò chuyện vui vẻ với mọi người xung quanh sau thời gian dài không giao tiếp với họ. Ở khía cạnh khác, Linh Trần (2022) cho rằng, trầm cảm ở trẻ là một trong những dấu hiệu rõ nhất ở những học sinh có ý định tự tử. Các vụ tự tử của học sinh thời gian gần đây đa phần xuất phát từ chứng bệnh trầm cảm do áp lực học tập và các yếu tố khác tạo nên. Các triệu chứng không đặc trưng là sự giảm sút học hành, giảm quan tâm về ngoại hình, sống khép kín, thu mình, giảm các mối quan hệ tương tác với bạn bè, gia đình, ít tham gia các hoạt động xã hội, dễ cáu gắt vô cớ...

Khi nhận biết trẻ có dấu hiệu tự tử, việc tìm ra các giải pháp khắc phục tình trạng này là vô cùng quan trọng. Vấn đề đặt ra ở đây là rất khó có thể xác định được giải pháp cụ thể bởi nó không đơn giản là việc đo đếm số lượng. Các nhà tâm lý học chỉ ra rằng, tự tử là một quá trình gồm ba giai đoạn: Ý định tự tử, chuẩn bị tự tử và tiến hành tự tử. Do đó, để hạn chế hiện tượng này thì biện pháp tốt nhất là không để ý định tự tử xuất hiện. lứa tuổi học sinh là giai đoạn rất dễ gặp phải những rối loạn tâm lý - tâm thần. Dù chứa đựng nhiều tâm tư, nhu cầu, mong muốn được giải bày, nhưng các em lại chưa biết cách thổ lộ phù hợp. Để hạn chế tối đa những nguy cơ đẩy trẻ vào trạng thái khủng hoảng tâm lý dẫn tới trầm cảm, rối loạn tâm thần và có những hành động tiêu cực như tự tử, các chuyên gia tâm lý cho rằng, sự quan tâm của gia đình, thầy cô, bạn bè là yếu tố đặc biệt quan trọng giúp các em vượt qua khó khăn trở ngại. Cha mẹ, thầy cô không nên đặt kỳ vọng quá lớn vào thành tích học tập của trẻ để tránh gây áp lực, căng thẳng. Cần động viên, chia sẻ và sắp xếp việc học tập, vui chơi một cách hợp lý, khoa học để các em có điều kiện phát triển cân bằng cả thể lực, trí lực, tâm lý luôn thoải mái, vui vẻ, tự giác (Vân Sơn, 2022).

Trong xã hội hiện nay, nhiều học sinh chưa được trang bị kỹ năng ứng phó với những khó khăn trong cuộc sống, kỹ năng giải quyết vấn đề, nhất là kỹ năng kiểm soát cảm xúc bản thân. Chính vì thế, khi gặp vấn đề lớn khó giải quyết, cú sốc tinh thần khó vượt qua, trong tâm trí các em thường là hai từ "bế tắc" và muốn tìm cách giải thoát. Thực tế cho thấy một bộ phận học sinh có tâm lý khá bất ổn, dễ hành động dạn dỏ, song cũng thể hiện sự buông lỏng quản lý, quan tâm chưa đúng mức của phụ huynh và giáo viên đến các em. Theo Trương Quan (2021), các phòng tư vấn tâm lý học đường ở các trường học nên xây dựng lại kế hoạch hoạt động. Cần bổ sung những cán bộ có

chuyên ngành tâm lý học để tăng cường kiến thức, kỹ năng cho những học sinh gặp vấn đề, chủ động nắm bắt, nhận diện những học sinh có biểu hiện bất thường về mặt sức khỏe tâm thần thay vì thụ động ngồi chờ các em đến nhờ tư vấn và để giáo viên kiêm nhiệm việc này như hiện nay.

Khi xã hội ngày càng phát triển, các thiết bị thông minh ngày càng phổ biến thì cũng là lúc các mối quan hệ xã hội càng trở nên rời rạc. Khi mạng xã hội dần trở thành thế giới ảo mà nhiều người trong đó có học sinh đam mê, hay các trò chơi trực tuyến (game online) cuốn hút các em chơi thâu đêm suốt sáng thì cũng là lúc nhiều vấn nạn xung quanh nó xuất hiện. Trên mạng xã hội hiện nay xuất hiện vô số các hội nhóm tư vấn về tự tử với sự tham gia đông đảo của giới trẻ trong đó có cả học sinh. Hay các phương tiện thông tin đại chúng đăng tin bài quá chi tiết về các vụ tự tử của học sinh, dễ làm các em chú ý và tò mò. Để hạn chế vấn đề này, chuyên gia tâm lý Đỗ Ngọc Khanh cho rằng, các phương tiện truyền thông đại chúng không nên đưa những tin bài quá chi tiết về hiện tượng tự tử của học sinh hiện nay. Thêm vào đó, cần kiểm soát và có hình thức xử phạt nghiêm khắc các trang thông tin đưa tin bài với mục đích tăng lượt xem (câu view). Cần thực hiện cuộc khảo sát xã hội học đầy đủ về thực trạng tự tử để có nhận định chính xác mức độ, từ đó xây dựng hệ thống giải pháp hiệu quả. Trong đó, quan trọng nhất là giải pháp ngăn ngừa hành động tiêu cực này xảy ra. Hoàn toàn có thể nhận biết sớm người đang le lói suy nghĩ sẽ tự tử hay đã lập kế hoạch cụ thể cho hành động này (Quốc Minh, 2016).

Nhìn chung, cho đến nay, các giải pháp phòng, chống vấn nạn tự tử ở học sinh Việt Nam mới dừng lại ở mức độ cảnh báo chung chung chứ chưa có chiến lược cụ thể thành văn bản. Đây là hiện tượng mới xảy ra nhiều trong thời gian gần đây, nhất là trong giai đoạn dịch bệnh Covid-19

diễn biến phức tạp, khi các em phải ở nhà học trực tuyến một thời gian khá dài cùng những áp lực, căng thẳng trong học tập, cuộc sống khiến các em bị quá tải. Cũng giống như các vấn nạn khác, tự tử khó có thể được chấm dứt hoàn toàn, tuy nhiên vẫn có thể ngăn ngừa và giảm thiểu tình trạng này nếu có sự can thiệp và hỗ trợ kịp thời từ nhiều phía và quan trọng nhất vẫn là từ nhận thức của chính bản thân học sinh.

5. Kết luận

Các bài viết bàn về vấn nạn tự tử ở học sinh Việt Nam thời gian gần đây trên các trang báo mạng điện tử và các tài liệu thứ cấp khác đã phân nào cho thấy tính chất nghiêm trọng của hiện tượng tự tử ở học sinh. Các thông tin này đã góp phần chỉ ra hiện tượng tự tử ở học sinh Việt Nam ngày càng có xu hướng gia tăng, cũng như làm rõ nguyên nhân dẫn đến hành vi tự tử của các em. Phần lớn, hiện tượng tự tử ở học sinh hiện nay là do chứng trầm cảm vì chịu quá nhiều áp lực từ nhiều phía cũng như chịu tác động từ môi trường xã hội phức tạp. Đối tượng tự tử thường tập trung vào lứa tuổi học sinh THCS và THPT, nữ sinh có ý định và hành vi tự tử cao hơn nam sinh.

Ngoài ra, nhiều tài liệu cũng chỉ rõ những dấu hiệu nhận biết học sinh có ý định tự tử và các biện pháp phòng ngừa vấn nạn này. Muốn ngăn chặn được tình trạng tự tử của học sinh hiện nay, trách nhiệm không chỉ của riêng gia đình mà cần có sự phối hợp đồng bộ giữa gia đình và các cơ quan chức năng khác như y tế, giáo dục, truyền thông đại chúng, các hội, đoàn thể của thanh thiếu niên... trong việc tổ chức tuyên truyền giáo dục, góp phần giải tỏa các ức chế tâm lý trong cuộc sống cho lứa tuổi mới lớn. Đồng thời, cần có những nghiên cứu mang tính thực nghiệm ở quy mô lớn nhằm thống kê, phân tích về mặt xã hội để có chương trình can thiệp, hỗ trợ kịp thời cho những học sinh gặp bế tắc trong học tập, cuộc sống thường ngày □

Tài liệu tham khảo

1. Mai Châm (2022), “Vô cảm với con cái cũng là một tội ác”, Báo điện tử *Dân trí*, <https://dantri.com.vn/giao-duc-huong-nghiep/dau-hieu-canh-bao-hoc-sinh-muon-tu-tu-phu-huynh-can-nhan-biet-20220402024349797.htm>, truy cập ngày 15/4/2022.
2. Lương Phương Dung (2016), “Tự sát (tự tử, tự vẫn) là gì? Dấu hiệu của người muốn tự sát”, Trang tin điện tử *Sức khỏe*, <https://suckhoe.vn/cuoc-song/tu-sat-tu-tu-tu-van-la-gi-dau-hieu-cua-nguoi-muon-tu-sat.html>, truy cập ngày 25/11/2016.
3. Diệu Hương (2019), “Từ lúc nào tự tử đã biến thành ‘trào lưu’”, Báo điện tử *Pháp luật Việt Nam*, <https://baophapluat.vn/tu-luc-nao-tu-tu-da-bien-thanh-trao-luu-post303686.html>, truy cập ngày 18/4/2019.
4. Như Hương (2022), “Người trẻ muốn tự tử: Những nguyên nhân không ai ngờ tới”, Báo mạng điện tử *Kinh tế và Đô thị*, <https://kinhtedothi.vn/nguoi-tre-muon-tu-tu-nhung-nguyen-nhan-khong-ai-ngo-toi.html>, truy cập ngày 06/4/2022.
5. Phạm Thu Hương (2012), *Thông điệp về tự tử ở Việt Nam trên báo mạng điện tử hiện nay*, Luận văn thạc sĩ Xã hội học, Học viện Khoa học xã hội - Viện Hàn lâm Khoa học xã hội Việt Nam.
6. Phạm Thu Hương, Rơ Đăm Thị Bích Ngọc (2013), “Sự khác biệt về tuổi và giới tính của người tự tử ở Việt Nam hiện nay”, Tạp chí *Tâm lý học*, số 10 (157), tr. 70-80.
7. Võ Thị Hương, Đinh Công Thành, Võ Lê Thu Trang, Bùi Hoàng Quân (2016), “Những yếu tố tác động đến việc cấu thành suy nghĩ tự tử của vị thành niên hiện nay tại thành phố Hồ Chí Minh”, trong *Hội thảo Khoa học sinh viên lần thứ IX*.
8. Quốc Minh (2016), “Giải pháp nào giúp người thân vượt qua ý định tự tử”, Báo *Tuổi trẻ*, <https://tuoitre.vn/giai-phap-nao-giup-nguoi-than-vuot-qua-y-dinh-tu-tu-1119130.htm>, truy cập ngày 26/6/2016.
9. Tào Nga (2021), “Học online thành nghiện game, nam sinh 14 tuổi tự tử vì bị mẹ mắng”, Báo mạng *Dân Việt*, <https://danviet.vn/hoc-online-thanh-nghien-game-nam-sinh-14-tuoi-tu-tu-vi-bi-me-mang-20211023160613776.htm>, truy cập ngày 28/10/2021.
10. Minh Nguyệt (2017), “Tự tử học đường - lời kêu cứu của một thế hệ cô đơn”, Báo điện tử *Giáo dục Việt Nam*, <https://giaoduc.net.vn/giao-duc-24h/tu-tu-hoc-duong-loi-keu-cuu-cua-mot-the-he-co-don-post175259.gd>, truy cập ngày 08/4/2017.
11. Nguyễn Thị Nhiên (2020), “Báo động: Trẻ tự gây thương tích, tự tử vì rối loạn tâm thần”, Trang tin Bộ Y tế, https://moh.gov.vn/chuong-trinh-muc-tieu-quoc-gia/-/asset_publisher/7ng11fEWgASC/content/bao-ong-tre-tu-gay-thuong-tich-tu-tu-vi-roi-loan-tam-than, truy cập ngày 29/11/2020.
12. Xuân Phương (2015), “Tự tử vì mạng xã hội”, Báo điện tử *Thanh niên*, <https://thanhnien.vn/tu-tu-vi-mang-xa-hoi-post513980.html>, truy cập ngày 12/11/2015.
13. Tương Quan (2021), “Học sinh tự tử và khoảng trống tư vấn tâm lý học đường”, Báo điện tử *Thanh niên*, <https://thanhnien.vn/hoc-sinh-tu-tu-va-khoang-trong-tu-van-tam-ly-hoc-duong-post1046275.html>, truy cập ngày 26/3/2021.
14. Văn Sơn (2018), “Báo động tình trạng học sinh trầm cảm, tự tử”, Báo điện tử *Dân trí*, <https://dantri.com.vn/suckhoe/bao-dong-tinh-trang-hoc-sinh-tram-cam-tu-tu-20181121173011753.htm>, truy cập ngày 29/11/2018.

(xem tiếp trang 50)