

# Một số biện pháp nâng cao hiệu quả công tác tư vấn, trợ giúp tâm lý cho sinh viên của giáo viên chủ nhiệm – cố vấn học tập ở trường cao đẳng

Phan Đức Tuấn\*

\*ThS. Trường Cao đẳng Sư phạm Trung ương Nha Trang

Received: 2/6/2023; Accepted: 8/6/2023; Published: 15/6/2023

**Abstract:** Students in professional educational institutions in general and colleges in particular have to face a lot of pressure, affecting their psychological life, further affecting their self-improvement and development. Therefore, they are always in need of counseling and psychological support. One of the forces that play an important role in psychological support counseling for students in colleges and universities is the homeroom teacher - academic advisor. The article points out the role and responsibilities of counseling and psychological support for students of form teachers - academic advisors in colleges, thereby suggesting a few measures to improve the efficiency of counseling and psychological support for students by form teachers - academic advisors.

**Keywords:** Counseling, psychological support, form teacher - academic advisor.

## 1. Đặt vấn đề

Bước vào môi trường giáo dục chuyên nghiệp, sinh viên (SV) có rất nhiều cơ hội để khẳng định, hoàn thiện và phát triển bản thân về mọi mặt. Tuy nhiên, môi trường giáo dục chuyên nghiệp trong thời đại công nghệ số này cũng tạo ra nhiều áp lực đối với họ. Vì vậy, nhu cầu được tư vấn, trợ giúp về tinh thần để phát triển, hoàn thiện bản thân của SV trong các trường cao đẳng, đại học càng trở nên cấp thiết. Giáo viên chủ nhiệm (GVCN) – cố vấn học tập (CVHT) là một lực lượng đóng vai trò quan trọng trong hoạt động tư vấn, trợ giúp tâm lý cho SV tại các trường cao đẳng. Ngoài vai trò, chức năng là cầu nối giữa nhà trường với SV để triển khai thực hiện các mục tiêu, kế hoạch giáo dục và đào tạo của nhà trường, GVCN – CVHT còn như là “chuyên gia” tâm lý giúp SV tránh các áp lực của cuộc sống, giải tỏa những vướng mắc, khó khăn trong đời sống tâm lý.

## 2. Nội dung nghiên cứu

### 2.1. Khái niệm hoạt động tư vấn, trợ giúp tâm lý cho SV và vai trò, ý nghĩa của nó trong các trường giáo dục chuyên nghiệp

#### 2.1.1. Khái niệm hoạt động tư vấn tâm lý cho SV

Hoạt động tư vấn, trợ giúp tâm lý cho SV được hiểu là hình thức hỗ trợ SV phòng ngừa, tháo gỡ, giải tỏa những khó khăn tâm lý thông qua quá trình giao tiếp, chia sẻ, đồng cảm giữa người tư vấn và SV được tư vấn, từ đó giúp SV tự tin, chủ động giải quyết các vấn đề trong cuộc sống theo hướng tích cực.[3]

#### 2.1.2. Vai trò, ý nghĩa của nó trong các trường giáo

#### dục chuyên nghiệp

Hoạt động tư vấn, trợ giúp tâm lý cho SV có vai trò và ý nghĩa quan trọng trong môi trường giáo dục chuyên nghiệp. Cụ thể:

- Giúp SV giải quyết được các vướng mắc trong học tập và cuộc sống.

- Giúp SV có lối sống trong sáng, lành mạnh, có suy nghĩ tích cực, biết cách và chủ động giải quyết mọi vấn đề trong cuộc sống.

- Góp phần ngăn chặn các nguy cơ mắc bệnh tâm lý học đường ở SV.

- Hỗ trợ SV rèn luyện các kỹ năng sống, tăng cường ý chí, niềm tin, bản lĩnh để khẳng định và phát triển bản thân; có thái độ ứng xử phù hợp trong các mối quan hệ xã hội.

- Tạo môi trường giáo dục an toàn, lành mạnh, thân thiện và nhân văn.[3]

### 2.2. Một số biểu hiện tâm lý thường gặp ở SV

#### 2.2.1. Biểu hiện tâm lý của SV năm thứ nhất

- SV còn mang những nét tâm lý của học sinh phổ thông nên khá bỡ ngỡ trước một môi trường sống và học tập hoàn toàn mới mẻ ở trường cao đẳng. Một số SV chưa thật sự sẵn sàng cho việc sống và học tập tại môi trường mới này.

- Phần lớn SV thuộc các tỉnh, các địa phương khác đến học nên phải sống xa nhà, thiếu sự gần gũi, quan tâm, chia sẻ trực tiếp và thường xuyên từ phía gia đình nên cảm thấy tủi thân, cô đơn. Các em cần có người thấu hiểu, sẻ chia để vững vàng hơn trong cuộc sống tự lập.

- SV còn rất thụ động trong việc tiếp nhận các thông tin của nhà trường, khoa, lớp, chưa nắm được nội quy, quy chế của nhà trường, của khoa, dẫn đến có sự lo lắng, buồn chán. Sự thụ động này là do môi trường giáo dục chuyên nghiệp có nhiều khác biệt với môi trường giáo dục phổ thông mà các em vừa trải qua.

- Từ các địa phương khác nhau đến để học, tất cả SV còn lạ lẫm, chưa hề hiểu biết gì về nhau nên rất e dè trong giao tiếp, thậm chí tự ti trong giao tiếp, ứng xử.

- Tư duy và phương pháp học bậc phổ thông hoàn toàn khác với bậc cao đẳng chuyên nghiệp, vì vậy SV chưa quen với cách học, cách tiếp cận kiến thức các môn học của bậc cao đẳng. Vì thế, nhiều SV tỏ ra nản chí, một số có tư tưởng bỏ học.

### 2.2.2. Biểu hiện tâm lý của SV năm thứ hai, thứ ba

- Nhiều SV do hoàn cảnh kinh tế gia đình khó khăn nên phải đi làm thêm để có tiền trang trải trong thời gian đi học. Trong khi đó, các em chưa biết sắp xếp, bố trí, cân đối thời gian học tập và thời gian làm thêm một cách hợp lý, dẫn đến mệt mỏi, mất tập trung khi lên lớp học. Điều này đã ảnh hưởng rất lớn kết quả học tập của các em.

- SV còn thiếu hoặc yếu các kỹ năng mềm cần thiết như kỹ năng giao tiếp, kỹ năng làm việc nhóm, kỹ năng ứng phó, kỹ năng ra quyết định, kỹ năng quản lý thời gian.... Cho nên các em gặp nhiều khó khăn trong học tập và cuộc sống. Thậm chí nhiều em rơi vào tình trạng “bị động” hoặc lúng túng trong việc ra quyết định trước một yêu cầu nào đó.

- Do ảnh hưởng tiêu cực của cuộc sống, một số em có lối sống buông thả, ham chơi hơn ham rèn luyện, trau dồi tri thức; một số SV nữ sống chung, “sống thử” với người yêu, dẫn đến mang thai ngoài ý muốn, phải tạm thời nghỉ học hoặc bỏ học để kết hôn và sinh con. Tâm lý của đa phần SV nữ khi gặp “sự cố” này thường lo sợ, hoang mang, không dám chia sẻ với mọi người, đặc biệt là gia đình, dẫn đến, nhiều khi có những hành vi tiêu cực ảnh hưởng đến sức khỏe và tính mạng.

### 2.3. Vai trò, trách nhiệm của GVCN – CVHT trong việc tư vấn, trợ giúp tâm lý cho SV

Có thể khẳng định, SV rất cần sự định hướng, tư vấn, hỗ trợ từ phía nhà trường để duy trì, ổn định trình trạng tâm lý, từ đó có cách tư duy, suy nghĩ, nhìn nhận, giải quyết các vấn đề trong cuộc sống một cách đúng đắn, hiệu quả, hạn chế tối đa các nguy cơ tiềm ẩn ảnh hưởng đến sự phát triển và hoàn thiện nhân cách. Nhiều lực lượng trong nhà trường cao đẳng có

thể tham gia vào công tác tư vấn, hỗ trợ tâm lý cho SV, trong đó có GVCN – CVHT. GVCN – CVHT không chỉ là người thầy, người cô mà còn là người bạn, người thân của SV thực hiện vai trò và trách nhiệm giúp SV phòng ngừa, giải tỏa các áp lực, khó khăn ảnh hưởng đến đời sống tâm lý. Cụ thể:

- Cung cấp cho SV các thông tin về nhà trường, khoa chuyên môn, ngành/chương trình đào tạo và các thông tin khác liên quan đến môi trường học tập của SV.

- Hướng dẫn, giúp SV hình thành động cơ học tập đúng đắn để từ đó có hứng thú học tập tích cực.

- Tư vấn, hướng dẫn SV phát huy tối đa khả năng học tập với các phương pháp học tập, nghiên cứu phù hợp, hiệu quả.

- Cung cấp thông tin và định hướng nghề nghiệp, cơ hội việc làm cho SV.

- Tham gia giáo dục, rèn luyện hoặc hướng dẫn SV rèn luyện các kỹ năng sống cần thiết.

- Theo dõi và giáo dục SV về tư tưởng, đạo đức, lối sống và thái độ ứng xử trong các mối quan hệ xã hội.

- Nắm bắt, chia sẻ, giúp SV giải tỏa các vướng mắc trong cuộc sống và học tập, nghiên cứu khoa học.

### 2.4. Một số biện pháp nâng cao hiệu quả công tác tư vấn, trợ giúp tâm lý cho SV của GVCN – CVHT

#### 2.4.1. Tăng cường bám sát, nắm bắt tình hình lớp chủ nhiệm

Để làm tốt công tác tư vấn, hỗ trợ tâm lý cho SV, GVCN – CVHT cần phải gần gũi, quan tâm lớp để thấu hiểu hoàn cảnh, đặc điểm và diễn biến tâm tư, nguyện vọng của từng SV cũng như những khó khăn, vướng mắc mà các em gặp phải. Muốn vậy, GVCN – CVHT phải luôn bám sát, nắm bắt kịp thời tình hình lớp chủ nhiệm.

- Ngay khi được giao lớp chủ nhiệm, bản thân GVCN – CVHT chủ động và nhanh chóng nắm bắt tình hình, đặc điểm của lớp nói chung và của từng SV nói riêng để động viên SV sớm ổn định, hòa nhập vào môi trường sống và học tập mới.

- Thường xuyên bám sát lớp để nắm bắt tình hình, kịp thời giải quyết các vấn đề nảy sinh liên quan tới lớp. GVCN – CVHT phải là người giữ vị trí trung tâm trong việc xây dựng một tập thể lớp đoàn kết, vững mạnh.

- Định hướng cho lớp để lựa chọn, bầu ra đội ngũ cán bộ lớp, cán bộ đoàn là những SV có tư chất đạo đức tốt, năng nổ, nhiệt tình, tinh thần trách nhiệm cao và đã có kinh nghiệm làm cán bộ lớp, đoàn ở bậc phổ thông.

- Phát huy tối đa vai trò tự quản của lớp. Hướng dẫn cán bộ lớp, cán bộ đoàn về việc ghi chép sổ sách, thực hiện các biểu mẫu văn bản báo cáo hàng tháng theo quy định. Từ đó hình thành và rèn kỹ năng quản lý, điều hành lớp cho SV.

- Thiết lập và duy trì quy định sinh hoạt lớp thường xuyên cũng như chế độ báo cáo tình hình lớp chủ nhiệm giữa cán bộ lớp, đoàn với GVCN – CVHT.

*2.4.2. Tăng cường công tác phối hợp với GV bộ môn, với phòng chức năng, khoa chuyên môn, các tổ chức đoàn, hội, các tổ chức xã hội trong công tác tư vấn, trợ giúp tâm lý và giáo dục SV*

- Phối hợp với GV bộ môn: Trong nhà trường, ngoài GVCN – CVHT, GV bộ môn cũng thường xuyên tiếp xúc với SV trong quá trình lên lớp, thậm chí thời gian tiếp xúc SV còn nhiều hơn so với GVCN – CVHT. Họ không những có những thông tin, đánh giá chính xác về năng lực, ý thức học tập, nghiên cứu của SV mà còn nắm được những biểu hiện về tâm lý, thái độ, tình cảm của SV qua những giờ lên lớp giảng dạy. Vì vậy, GVCN - CVHT cần phối hợp chặt chẽ với GV bộ môn để nắm bắt kịp thời tình hình SV khi tham gia các môn học, về ý thức thái độ học tập, nề nếp, cách ứng xử giao tiếp, thực hiện nội quy giảng đường cũng như tâm tư, nguyện vọng của SV.

- Phối hợp với khoa chuyên môn, các phòng chức năng để theo dõi, kiểm soát việc thực hiện các quy định, quy chế, các nhiệm vụ học tập và rèn luyện của SV v.v... Trong quá trình thực hiện nhiệm vụ chủ nhiệm, quản lý lớp, GVCN – CVHT luôn phải có sự kết nối thường xuyên và chặt chẽ với khoa chuyên môn và các phòng chức năng như phòng Đào tạo, phòng Quản lý SV để thực hiện chức năng điều phối các thông tin về công tác đào tạo, công tác SV tới lớp chủ nhiệm. Từ đó, theo dõi, nắm bắt tình hình học tập, rèn luyện của SV để có những hướng dẫn, hỗ trợ kịp thời.

- Phối hợp với các tổ chức đoàn thể để đốc thúc, hướng dẫn, động viên SV tham gia các hoạt động tình nguyện, hoạt động tập thể, các hoạt động cộng đồng nhằm giáo dục, rèn luyện phẩm chất đạo đức, bản lĩnh và các kỹ năng sống cho SV. Thực tế cho thấy, rất nhiều SV coi nhẹ và có thái độ hờ hững với các hoạt động phong trào do các tổ chức đoàn thể trong trường tổ chức. Vì vậy GVCN – CVHT cần tư vấn cho SV hiểu được ý nghĩa, tác dụng khi tham gia các hoạt động tình nguyện, nhân đạo, phục vụ cộng đồng... để SV chủ động, tích cực tham gia, từ đó có cơ hội hoàn thiện bản thân về phẩm chất đạo đức, ý chí bản lĩnh và các kỹ năng cần thiết.

- Phối hợp với gia đình: GVCN - CVHT được coi

là cầu nối giữa nhà trường và gia đình người học. Do đó, trong quá trình thực hiện chức năng, nhiệm vụ của mình GVCN - CVHT phải thường xuyên giữ liên lạc và phối hợp với gia đình để nắm bắt và hiểu được hoàn cảnh của SV, từ đó động viên, nhắc nhở, chia sẻ, giáo dục kịp thời những biểu hiện lệch lạc về đạo đức, ý thức và thái độ học tập, tình hình sức khỏe của SV.

- Phối hợp với các tổ chức xã hội ngoài trường: Trong quá trình đào tạo, các trường cao đẳng, đại học luôn thiết lập và thắt chặt mối quan hệ giữa nhà trường với các tổ chức xã hội. Trong một số trường hợp, GVCN – CVHT cần chủ động thay mặt nhà trường thiết lập và phối hợp với các tổ chức xã hội để tạo cơ hội cho SV được tham gia các hoạt động xã hội có ý nghĩa, giúp SV liên hệ các cơ sở thực tế, thực tập hoặc tìm hiểu các cơ hội tài trợ tài chính (học bổng), cơ hội tìm kiếm việc làm...

### 3. Kết luận

Hỗ trợ, tư vấn tâm lý cho SV trong quá trình đào tạo ở các trường cao đẳng, đại học là một trong những điều kiện bắt buộc để bảo đảm chất lượng giáo dục. Bởi lẽ, SV không chỉ có nhu cầu học tập, nghiên cứu, mà họ còn cần được tư vấn, hỗ trợ tâm lý để hoàn thiện và phát triển nhân cách. Là cầu nối giữa nhà trường với SV và phụ huynh, GVCN – CVHT đóng vai trò quan trọng trong việc tư vấn, hỗ trợ tâm lý cho SV, giúp SV né tránh, phòng ngừa, giải tỏa các khó khăn, vướng mắc về tâm lý. Theo đó, các trường đại học, cao đẳng muốn làm tốt công tác công tác tư vấn, trợ giúp tâm lý cho SV cần phát huy tối đa phát huy vai trò của GVCN – CVHT. Khi đó, sản phẩm đào tạo của nhà trường sẽ là những tân cử nhân có tri thức, kỹ năng và nhân cách đáp ứng tốt yêu cầu ngày càng cao của xã hội.

### Tài liệu tham khảo

[1] Bộ Giáo dục và Đào tạo (2007), *Quyết định số 43/2007/QĐ - BGDĐT về Quy chế đào tạo đại học và cao đẳng hệ chính quy theo hệ thống tín chỉ*, Hà Nội.

[2] Bộ Giáo dục và Đào tạo (2017), *Thông tư số 31, năm 2017 của Bộ Giáo dục và Đào tạo về hướng dẫn thực hiện công tác tư vấn tâm lý cho học sinh trong trường phổ thông*, Hà Nội.

[3] Chu Thị Lộc An (2021), *Sự cần thiết của hoạt động tư vấn tâm lý cho SV trong các trường đại học*, *Tuyển tập công trình khoa học Hội thảo quốc gia “Giải pháp phát triển tư vấn tâm lý trong các trường đáp ứng nhu cầu người học”*, NXB ĐHQG Hà Nội.

[4] Bùi Thị Xuân Mai (2009), *Thực trạng nhu cầu tham vấn tâm lý của học sinh SV Việt Nam hiện nay*, *Kỷ yếu hội thảo khoa học quốc tế “Nhu cầu, định hướng và đào tạo tâm lý học đường tại Việt Nam”*, Hà Nội.