

BÙI PHƯƠNG NGÀ

MODULE TH



**HƯỚNG DẪN, TƯ VẤN
CHO HỌC SINH TIỂU HỌC**



A. GIỚI THIỆU TỔNG QUAN

Học sinh tiểu học là những người đang ở trong giai đoạn liên tục phát triển và thay đổi về thể chất, tâm lý và quan hệ xã hội trong sự tương tác với thế giới ngày càng đa dạng, với những cơ hội mở rộng nhưng cũng đầy rủi ro, cám dỗ. Ngoài nhu cầu học tập văn hoá, tiếp thu những kiến thức khoa học, học sinh tiểu học cũng có nhu cầu chăm sóc về mặt tâm lý, được trang bị những kĩ năng sống để sống an toàn, biết khắc phục những khó khăn trong học tập và cuộc sống. Việc chăm sóc sức khoẻ tinh thần một cách toàn diện cho học sinh ngay từ cấp Tiểu học bên cạnh việc trang bị kiến thức là yêu cầu hàng đầu đối với gia đình, nhà trường và xã hội.

Thực tế trong các nhà trường Việt Nam hiện nay là chưa có một đội ngũ các nhà tư vấn về tâm lý – xã hội cho học sinh. Bởi vậy, cùng với tác động của chính sách giáo dục, chương trình giáo dục, cơ sở vật chất của nhà trường thì chất lượng giáo dục phụ thuộc phần lớn vào trình độ chuyên môn, trình độ nghiệp vụ sư phạm và năng lực trợ giúp, tư vấn tâm lý cho học sinh của giáo viên. Trong những năm vừa qua hệ thống các trường sư phạm đào tạo giáo viên các cấp chưa đáp ứng được yêu cầu tư vấn tâm lý cho học sinh. Tài liệu này nhằm hướng dẫn, hỗ trợ giáo viên tiểu học tự bồi dưỡng để tiếp cận với công tác tư vấn học sinh tiểu học. Đây là một trong những nội dung cần thiết đã được Bộ Giáo dục và Đào tạo khẳng định trong công tác bồi dưỡng thường xuyên, phát triển nghề nghiệp của các giáo viên tiểu học.

Module “Tư vấn cho học sinh tiểu học” là một module tự học có hướng dẫn. Các nội dung học tập được thiết kế theo một cấu trúc thống nhất để người học dễ dàng tiếp cận. Các hoạt động trong từng vấn đề dẫn dắt người học đi từ những kinh nghiệm đã có đến tiếp thu những cái mới bằng cách tự nghiên cứu các thông tin được cung cấp trong phần Phụ lục và trao đổi, thảo luận với đồng nghiệp. Những câu hỏi, bài tập và thông tin phản hồi được cung cấp xuyên suốt trong tài liệu nhằm giúp người học tự nhận thấy những tiến bộ của mình trong quá trình bồi dưỡng thường xuyên. Những bài tập phát triển kĩ năng giúp người học áp dụng những điều đã học vào thực tế công tác tư vấn cho học sinh tiểu học cũng như công tác chủ nhiệm.



B. MỤC TIÊU TÀI LIỆU

1. MỤC TIÊU CHUNG

Bước đầu trang bị cho giáo viên tiểu học một số kiến thức và kỹ năng tư vấn để họ có thể vận dụng trong hoạt động dạy học, giáo dục và trợ giúp tâm lý cho học sinh tiểu học.

2. MỤC TIÊU CỤ THỂ

2.1. Kiến thức

- Xác định được đặc điểm nhận thức, một số nét nhân cách, nhu cầu và khó khăn của học sinh tiểu học.
- Phân biệt được khái niệm tư vấn và hướng dẫn; xác định được mục tiêu, nhiệm vụ, các kỹ năng và hình thức tư vấn cho học sinh tiểu học.

2.2. Kỹ năng

- Tự rèn luyện một số kỹ năng tư vấn cơ bản như: kỹ năng lắng nghe tích cực, kỹ năng hỏi, kỹ năng phản hồi, kỹ năng thấu cảm.
- Hình thành năng lực tư vấn cá nhân và tư vấn nhóm cho học sinh tiểu học.

2.3. Thái độ

- Có nhận thức đúng đắn về tầm quan trọng của việc rèn luyện nâng cao năng lực tư vấn cho học sinh của người giáo viên tiểu học.
- Tôn trọng các thân chủ (học sinh) khi tư vấn cho các em.



C. NỘI DUNG

TT	Nội dung	Thời gian
1	Học sinh tiểu học và sự cần thiết nâng cao năng lực tư vấn cho giáo viên tiểu học	3 tiết
2	Tư vấn học đường	4 tiết
3	Một số kĩ năng tư vấn cơ bản cho học sinh tiểu học	4 tiết
4	Tư vấn cá nhân và tư vấn nhóm	4 tiết
	Tổng cộng	15 tiết

Nội dung 1

HỌC SINH TIỂU HỌC VÀ SỰ CẦN THIẾT NÂNG CAO NĂNG LỰC TƯ VẤN CHO GIÁO VIÊN TIỂU HỌC (3 tiết)

Hoạt động 1. Tìm hiểu đặc điểm nhận thức và một số nét nhân cách của học sinh tiểu học

Là giáo viên tiểu học, mỗi chúng ta không chỉ làm nhiệm vụ hướng dẫn, giảng dạy cho học sinh, mà còn phải thường xuyên “tư vấn” giúp các em vượt qua những khó khăn của mình. Muốn làm tốt được những công việc đó chúng ta cần phải có hiểu biết nhất định về đặc điểm nhận thức, nhân cách và những khó khăn về học tập và tâm lí của học sinh tiểu học. Hoạt động này đòi hỏi trước hết mỗi người phải làm việc độc lập với những bài tập dưới đây. Sau đó, mỗi người có thể chia sẻ kết quả với các bạn đồng nghiệp trong nhóm và đối chiếu với đáp án ở mục *Thông tin phản hồi cho hoạt động 1*.

Bài tập 1. Dựa vào hiểu biết của bạn (có thể tham khảo Mục 1. Một số đặc điểm tâm lí nhận thức thuộc Mục I. Học sinh tiểu học trong Nội dung I ở phần E. Phụ lục trang 40) để hoàn thành bảng 1 dưới đây.

Bảng 1. Đặc điểm nhận thức của học sinh tiểu học

	Đầu cấp (lớp 1, lớp 2)	Cuối cấp (lớp 4, lớp 5)
<i>Nhận thức cảm tính: Tri giác</i>		
<i>Nhận thức lí tính:</i> Tư duy Ngôn ngữ Chú ý Trí nhớ		

Bài tập 2. Hãy điền các từ cho trước trong khung vào chỗ trống trong đoạn văn nói về đặc điểm hình thành nhân cách của học sinh tiểu học dưới đây.

tính đang hình thành, tính chính thể và hồn nhiên, tính tiềm ẩn

“Nhìn chung việc hình thành nhân cách của học sinh tiểu học mang những đặc điểm cơ bản sau:

Nhân cách của các em lúc này mang, trong quá trình phát triển học sinh luôn bộc lộ những nhận thức, tư tưởng, tình cảm, ý nghĩ của mình một cách vô tư, hồn nhiên, thật thà và ngay thẳng; nhân cách của các em lúc này còn mang
, những năng lực, tố chất của các em còn chưa được bộc lộ rõ rệt, nếu có được tác động thích ứng chúng sẽ bộc lộ và phát triển; và đặc biệt nhân cách của các em còn mang, việc hình thành nhân cách không thể diễn ra một sớm một chiều, với học sinh tiểu học còn đang trong quá trình phát triển toàn diện về mọi mặt, vì thế mà nhân cách của các em sẽ được hoàn thiện dần cùng với tiến trình phát triển của mình”.

Bài tập 3. Hãy trình bày một số nét nhân cách của học sinh lớp bạn đang dạy theo gợi ý sau:

– Tính cách:

– Hứng thú:

– Ước mơ (lí tưởng):

– Xúc cảm – tình cảm:

Hãy đối chiếu với các thông tin dưới đây để tăng thêm hiểu biết về vấn đề này.

THÔNG TIN PHẢN HỒI

Đáp án bài tập 1:

Bảng 1. Đặc điểm tâm lí nhận thức của học sinh tiểu học

	Đầu cấp (lớp 1, lớp 2)	Cuối cấp (lớp 4, lớp 5)
<i>Nhận thức cảm tính: Tri giác</i>	<ul style="list-style-type: none">– Đại thể, ít chi tiết.– Mang tính không ổn định.– Gắn với hành động trực quan.	<ul style="list-style-type: none">– Mang tính xúc cảm, thích quan sát các hiện tượng, sự vật có màu sắc sặc sỡ, hấp dẫn.– Mang tính mục đích (biết lập kế hoạch học tập, làm các bài tập từ dễ đến khó,...).

	Đầu cấp (lớp 1, lớp 2)	Cuối cấp (lớp 4, lớp 5)
<i>Nhận thức lí tính:</i>		
<i>Tư duy</i>	– Tư duy trực quan hành động chiếm ưu thế.	– Các phẩm chất tư duy chuyển dần từ cụ thể sang trừu tượng. – Bước đầu biết khái quát hoá.
<i>Ngôn ngữ</i>	– Có ngôn ngữ nói thành thạo. – Xuất hiện ngôn ngữ viết.	– Ngôn ngữ viết đã thành thạo và bắt đầu hoàn thiện về mặt ngữ pháp, chính tả và ngữ âm.
<i>Chú ý</i>	– Chú ý không chủ định chiếm ưu thế hơn chú ý có chủ định. – Chú ý có chủ định còn yếu, khả năng kiểm soát, điều khiển chú ý còn hạn chế.	– Chú ý có chủ định phát triển dần và chiếm ưu thế, đã có sự nỗ lực về ý chí trong hoạt động học tập như học thuộc một bài thơ, một công thức toán hay một bài hát dài...
<i>Trí nhớ</i>	– Ghi nhớ máy móc phát triển tương đối tốt và chiếm ưu thế hơn so với ghi nhớ có ý nghĩa.	– Ghi nhớ có ý nghĩa và ghi nhớ từ ngữ được tăng cường. Ghi nhớ có chủ định đã phát triển.

Đáp án bài tập 2:

“Nhìn chung việc hình thành nhân cách của học sinh tiểu học mang những đặc điểm cơ bản sau:

Nhân cách của các em lúc này mang *tính chính thể và hồn nhiên*, trong quá trình phát triển học sinh luôn bộc lộ những nhận thức, tư tưởng, tình cảm, ý nghĩ của mình một cách vô tư, hồn nhiên, thật thà và ngay thẳng; nhân cách của các em lúc này còn mang *tính tiềm ẩn*, những năng lực, tố chất của các em còn chưa được bộc lộ rõ rệt, nếu có được tác động thích ứng chúng sẽ bộc lộ và phát triển; và đặc biệt nhân cách của các em còn mang *tính đang hình thành*, việc hình thành nhân cách không thể diễn ra một sớm một chiều, với học sinh tiểu học còn đang trong quá trình phát triển toàn diện về mọi mặt, vì thế mà nhân cách của các em sẽ được hoàn thiện dần cùng với tiến trình phát triển của mình”.

Bài tập 3. Không có đáp án (Bạn có thể tham khảo một số nét nhân cách nổi bật của học sinh tiểu học ở nội dung I, phần E, phụ lục trang 40).

Hoạt động 2. Tìm hiểu nhu cầu và một số khó khăn trong học tập của học sinh tiểu học

Giáo dục con người muốn thành công cần được tiếp cận theo nhu cầu của người học. Nếu các em được đáp ứng các nhu cầu sẽ tạo cho học sinh điều kiện thuận lợi để phát triển. Lạm dụng hoặc ngược đãi đối với học sinh sẽ tạo cản trở nghiêm trọng cho khả năng thoả mãn các nhu cầu cũng như sự phát triển của học sinh. Trong hoạt động này chúng ta cần làm sáng tỏ những nhu cầu căn bản của học sinh ở lứa tuổi tiểu học cũng như những khó khăn thách thức thường gặp của các em.

Làm việc cá nhân.

Bài tập 1. Bạn hãy viết ra suy nghĩ của mình để trả lời những câu hỏi sau:

- Học sinh tiểu học cũng là con người, các em đều có những nhu cầu bản thân. Theo bạn, đó là những nhu cầu gì?

- Hiểu biết về nhu cầu của con người theo thang nhu cầu của Maslow có thể đem lại lợi ích gì trong công tác tư vấn tâm lý cho học sinh tiểu học của giáo viên?

Bài tập 2. Qua kinh nghiệm dạy học và làm công tác chủ nhiệm, theo bạn, học sinh tiểu học thường gặp những khó khăn gì? Nêu ít nhất một ví dụ cụ thể.

Bạn hãy đọc những thông tin dưới đây để tăng thêm hiểu biết về những khó khăn trong học tập của học sinh tiểu học.

THÔNG TIN PHẢN HỒI

Gợi ý trả lời bài tập 1:

Câu 1. Các nhu cầu của học sinh tiểu học

1. **Nhu cầu sinh lí:** cần được ăn no, mặc ấm, ngủ yên, được vận động (nhu cầu ở bậc thấp nhất, tối thiểu của con người để tồn tại).
2. **Nhu cầu giao lưu tình cảm:** được người khác yêu thương, được yêu thương người khác; **nhu cầu hoà nhập cộng đồng:** cảm thấy mình gắn bó với một tập thể, là thành viên của một tập thể, không sống lẻ loi đơn chiếc.
3. **Nhu cầu an toàn:** cảm thấy cuộc sống không bị đe dọa, không những về vật chất mà cả về mặt tinh thần và các mối quan hệ xã hội.
4. **Nhu cầu tự khẳng định bản thân** được diễn đạt bởi tình cảm riêng, được hoạt động phát huy tiềm lực về nhiều mặt, có một cương vị, một vai trò trong xã hội (nhu cầu ở bậc cao nhất).

(Bạn có thể tìm hiểu thêm về thang nhu cầu của Maslow trong nội dung I phần E, phụ lục, trang 40).

Câu 2. Biết được các thứ bậc về nhu cầu con người (theo Maslow) giúp người tư vấn xác định được nhu cầu hiện tại của học sinh tiểu học ở thứ bậc nào và các em cần tư vấn gì. Từ đó, giáo viên xây dựng chiến lược giúp đỡ cho các em. Mỗi cá nhân trong quá trình tồn tại và phát triển của mình đều trải qua mức độ phát triển nhu cầu khác nhau, đi từ thấp đến cao. Sự không đáp ứng của một bậc thang nhu cầu nào cũng có ảnh hưởng mất cân bằng trong quá trình phát triển, hoàn thiện nhân cách của cá nhân. Đó cũng là nguyên nhân gây ra khó khăn tâm lí cho người được tư vấn.

Bài tập 2. Không có đáp án (Bạn có thể tham khảo một số khó khăn về học tập và tâm lí của học sinh tiểu học ở nội dung I, phần E, phụ lục trang 40).

Hoạt động 3. Sự cần thiết phải nâng cao năng lực tư vấn cho giáo viên tiểu học

Trong hoạt động này, tốt nhất là bạn hãy làm việc theo cặp hoặc theo nhóm để cùng nhau thảo luận các câu hỏi sau khi đọc thông tin dưới đây.

“Ngày 7/4/2005, trong một cuộc họp đánh giá mô hình tư vấn tâm lí học đường tại 19 trường THCS ở TP. Hồ Chí Minh có ý kiến đã phát biểu: “Mỗi thầy cô là một nhà tư vấn”, đó là phương châm của một số trường. Tư vấn viên là một người biết tôn trọng, lắng nghe và giúp “thân chủ” của mình tự lực giải quyết khó khăn. Nguyên tắc này có thể và phải áp dụng trong mọi hoạt động giáo dục...” (theo báo Phụ nữ TP. Hồ Chí Minh).

Câu 1. Theo bạn, trong nhà trường tiểu học hiện nay, mỗi giáo viên đã đủ năng lực để trở thành một nhà tư vấn cho học sinh của mình chưa? Tại sao?

Câu 2. Theo bạn, phẩm chất mong muốn của nhà tư vấn cho học sinh tiểu học là gì?

Câu 3. Hãy đưa ra những lí do để nêu lên sự cần thiết phải nâng cao năng lực tư vấn của giáo viên cho học sinh tiểu học.

THÔNG TIN PHẢN HỒI

Gợi ý trả lời câu hỏi 1:

Câu trả lời này không có đúng hay sai, tùy theo góc nhìn và sự lập luận của mỗi người vì trong thực tế, có người chưa được đào tạo nghề tư vấn một cách khoa học, nhưng họ vẫn đáp ứng được yêu cầu đối với người làm công tác trợ giúp ở học đường, do một mặt họ có một số tư chất nhất định, mặt khác do họ có quá trình tự học hỏi, tích lũy kinh nghiệm sống. Nhưng theo chúng tôi, trong nhà trường tiểu học hiện nay, các giáo viên chưa đủ năng lực để trở thành một nhà tư vấn tâm lí. Để tư vấn có hiệu quả cho học sinh, người giáo viên ngoài việc có hiểu biết về đặc điểm tâm lí học sinh còn cần được rèn luyện các kĩ năng cơ bản của nhà tư vấn như kĩ năng thiết lập mối quan hệ, kĩ năng lắng nghe, kĩ năng thấu cảm, kĩ năng hỏi chuyện, kĩ năng sử dụng trắc nghiệm để hỗ trợ đánh giá,...

Lưu ý: Ở Hoa Kỳ, một người muốn trở thành nhà tư vấn học đường phải được học các chương trình chuyên sâu riêng, có bằng thạc sĩ và có 3 năm kinh nghiệm làm việc được giám sát tại các cơ sở.

Gợi ý trả lời câu hỏi 2:

Để làm việc với học sinh tiểu học, thì nhà tư vấn trước tiên phải yêu nghề, có sự hiểu biết sâu sắc về đối tượng học sinh tiểu học, tôn trọng và giữ bí mật và có các kỹ năng cơ bản cần thiết của nhà tư vấn.

Câu 3. Bạn có thể đối chiếu câu trả lời của nhóm bạn với mục II, nội dung I, phần E, phụ lục trang 40.

Nội dung 2

TƯ VẤN HỌC ĐƯỜNG (4 tiết)

Hoạt động 1. Tìm hiểu một số khái niệm

Hãy dựa vào kinh nghiệm cá nhân để làm các bài tập sau, chúng sẽ giúp bạn trình bày được khái niệm về tư vấn và hướng dẫn, đồng thời giải thích được mối quan hệ giữa tư vấn và hướng dẫn trong công tác giáo dục.

Bài tập 1. Đọc các ví dụ dưới đây và cho biết trường hợp nào là tư vấn, trường hợp nào là hướng dẫn. Giải thích tại sao?

Ví dụ 1. Có một học sinh mới chuyển đến, em đó chưa quen với nề nếp sinh hoạt của lớp. Giáo viên chủ nhiệm lớp đã lập kế hoạch để giúp đỡ em đó trong một thời gian ngắn nhất có thể thích ứng được với môi trường học tập mới.

Ví dụ 2. Gần đây cô giáo chủ nhiệm lớp 5B phát hiện em Hoa, một học sinh hiền lành, chăm học có thái độ lo lắng, buồn rầu, có hôm nghỉ học không có lí do. Cô giáo đã gặp riêng Hoa vài lần, qua những câu hỏi gợi mở, ân cần, Hoa đã nói cho cô giáo biết lí do khiến em nghỉ học và lo lắng: Hoa đã bị mấy học sinh lớn hơn ở trường cấp 2 trêu chọc. Có hôm trên đường đi học, trông thấy mấy học sinh đó từ xa, em đã tránh mặt bằng cách quay về nhà. Sau khi được Hoa chia sẻ, cô giáo và Hoa đã cùng thảo luận về các cách khắc phục hiện tượng em bị các bạn học sinh lớn bắt nạt. Sau khi cân nhắc, so sánh mặt lợi và bất lợi của mỗi cách, Hoa đã chọn giải pháp tự mình đối mặt với mấy bạn học sinh nói trên và nói rõ, nếu các bạn còn trêu chọc em một lần nữa, em sẽ báo với cô giáo của các bạn đó và nói với bố mẹ mình để bố mẹ Hoa gặp bố mẹ của các bạn. Vấn đề được giải quyết, Hoa trở nên vui vẻ và tự tin hơn.

Ví dụ 3. Cô giáo lớp 4A trường... là người biết khá rõ năng lực, sở thích và phong cách học tập của học sinh trong lớp. Vì vậy, cô đã đưa ra được những lời khuyên, những bài tập phù hợp với các nhóm đối tượng học sinh, nhờ vậy, học sinh của cô đã có nhiều tiến bộ và đạt được thành tích học tập cao so với các học sinh lớp 4 khác.

Bài tập 2:

- 2.1. Bạn hiểu hướng dẫn là gì? Tư vấn là gì?
- 2.2. Hãy liệt kê từ hai đến ba hoạt động bạn đã thực hiện trong công tác dạy học và chủ nhiệm mang thuộc tính của:
 - a. Hoạt động hướng dẫn.
 - b. Hoạt động tư vấn.
- 2.3. Qua hoạt động hướng dẫn, tư vấn mà bạn đã thực hiện, kết hợp với hiểu biết về khái niệm hướng dẫn và tư vấn trong giáo dục, theo bạn hướng dẫn và tư vấn có quan hệ với nhau như thế nào?
 - Làm việc cá nhân.
 - Làm việc nhóm:
 - + Các cá nhân trao đổi kết quả bài tập số 1 và số 2.
 - + Phát hiện những quan điểm khác nhau về tư vấn, hướng dẫn dựa trên kết quả của bài tập 1 và 2 của mỗi cá nhân. Nêu những nhận xét về các quan điểm đó.

THÔNG TIN PHẢN HỒI

Gợi ý trả lời bài tập 1:

Ví dụ	Loại hoạt động	Giải thích
1	Hướng dẫn	Trong ví dụ 1, giáo viên đã <i>hướng dẫn</i> , giúp em đó điều chỉnh nền nếp sinh hoạt của mình để thích nghi được với môi trường học tập mới.
2	Tư vấn	Trong ví dụ 2, giáo viên đã thực hiện sự tương tác với Hoa qua nhiều lần tiếp xúc nói chuyện. Thông qua kĩ năng trao đổi chia sẻ và tâm tình của cô giáo, Hoa đã nhận ra vấn đề của mình, em đã tự lựa chọn giải pháp để thực hiện giải quyết vấn đề của chính mình.

Ví dụ	Loại hoạt động	Giải thích
3	Hướng dẫn	Trong ví dụ 3, giáo viên đã thực hiện tốt nhiệm vụ hướng dẫn học sinh học tập. Đặc biệt giáo viên đã sử dụng tốt chiến lược dạy học phân hoá để giúp các nhóm đối tượng học sinh có trình độ, sở thích khác nhau cùng tiến bộ.

Bài tập 2:

2.1. Bạn có thể đưa ra các định nghĩa về tư vấn và hướng dẫn theo cách hiểu của mình và đối chiếu với thông tin trong Mục I. Một số khái niệm thuộc Nội dung 2 ở mục E. Phụ lục (trang 44).

2.2. Không có đáp án chung.

2.3. Xem thông tin cho Nội dung 2. Mục 2.3. Mối quan hệ giữa hướng dẫn và tư vấn ở phần E. Phụ lục (trang 46). Có thể tóm tắt như sau:

Hướng dẫn và tư vấn là quá trình được sử dụng để giải quyết các vấn đề của cuộc sống, đều đóng vai trò quan trọng giúp việc học của học sinh trở nên thành công. Sự khác biệt cơ bản là trong cách tiếp cận.

- Hướng dẫn (Guidance) là một quá trình liên tục. Các hoạt động hướng dẫn mang tính cụ thể, có kế hoạch và phát triển để đảm bảo hiệu quả chương trình. Hướng dẫn là quá trình học tập, là giáo dục, nhưng không phải tất cả giáo dục là hướng dẫn.
- Tư vấn (Counseling) hay còn được gọi là tham vấn: Đó là việc người tư vấn (NTV) sử dụng những phương pháp tâm lý giúp người được tư vấn (NĐTV) lựa chọn giải pháp tốt nhất cho một vấn đề thông qua quá trình lắng nghe và đặt câu hỏi. Điều quan trọng cần lưu ý là NTV không được đưa ra ý kiến chủ quan của mình mà chỉ giúp NĐTV nhìn vấn đề như nó vốn có. Giúp họ tự giải quyết vấn đề của mình. Nói cách khác, tư vấn là một nghề giúp người khác giúp đỡ chính họ.

Hoạt động 2. Tìm hiểu về hoạt động tư vấn học đường (tham vấn học đường)

Hoạt động này giúp các bạn có hiểu biết về hoạt động tư vấn trong trường học ở một số nước trên thế giới và một số trường phổ thông ở Việt Nam để từ đó đề xuất được mục tiêu, nhiệm vụ và nội dung tư vấn cho học sinh tiểu học tại trường của bạn.

Bài tập 1. Hãy đọc Mục II. *Tư vấn học đường ở một số nước trên thế giới và một số trường phổ thông Việt Nam thuộc Nội dung 2. Tư vấn học đường ở phần E. Phụ lục (trang 48)* kết hợp với các nguồn thông tin khác mà bạn sưu tầm được (nếu có) để trả lời các câu hỏi dưới đây.

Câu 1. Theo bạn, tư vấn học đường là gì?

Câu 2. Nhà tư vấn học đường với khả năng nghề nghiệp của mình có thể giúp nhà trường giải quyết những vấn đề gì?

Bài tập 2. Hãy đọc Mục 1. *Mục tiêu tư vấn cho học sinh tiểu học* trong mục III, thuộc Nội dung 2. Tư vấn học đường ở phần E. Phụ lục (trang 49) để làm bài tập này.

Câu 1. Hãy đề xuất mục tiêu tư vấn cho học sinh tiểu học ở trường bạn.

Câu 2. Hãy khoanh vào câu trả lời phù hợp với ý kiến của bạn.

Khi cô học sinh (người được tư vấn: NĐTV) tìm đến bạn với vai trò là nhà tư vấn (NTV), theo bạn ai là người xác định mục tiêu tư vấn?

A. Đó chính là trách nhiệm của NĐTV.

B. Đó chính là trách nhiệm của NTV.

C. Đó là sự hợp tác giữa NĐTV và NTV.

Giải thích về sự lựa chọn của bạn

.....

Bài tập 3. Nghiên cứu mục 2. *Nhiệm vụ của tư vấn*, trong mục III, thuộc Nội dung 2. Tư vấn học đường ở phần E. Phụ lục (trang 49) để làm bài tập này.

Trên cơ sở hiểu biết về nhiệm vụ của NTV, theo bạn NTV nên và không nên làm những việc nào trong bảng dưới đây. Giải thích tại sao và viết vào dưới đây:

Việc làm của NTV	Nên	Không nên	Giải thích lí do
1. Lắng nghe, tôn trọng, chấp nhận thái độ của NĐTV.			
2. Đưa ra lời khuyên hay chỉ cho NĐTV cách giải quyết vấn đề.			

Việc làm của NTV	Nên	Không nên	Giải thích lí do
3. Chất vấn NĐTV để khai thác thông tin, cố gắng làm cho vấn đề của NĐTV sáng tỏ.			
4. Trò chuyện với NĐTV và những người có liên quan (nếu cần) để thu thập thông tin, sàng lọc các nguyện vọng, nhu cầu của NĐTV; cung cấp thông tin để giảm thiểu những quan niệm lệch lạc, những suy nghĩ không đúng của NĐTV.			
5. Chỉ tập trung vào vấn đề khó khăn của NĐTV mà không để ý nhiều đến con người tạo ra khó khăn đó.			
6. Cùng NĐTV phân tích những khó khăn, tìm ra những giải pháp thay thế; sàng lọc hậu quả của mỗi quyết định được đưa ra và sự thay thế các giải pháp.			
7. Khuyến khích NĐTV thực hiện các kế hoạch họ đề ra. Trang bị cho NĐTV các kĩ năng sống phù hợp để có thể thích nghi với hành vi hay điều kiện mới.			
8. Thuyết phục, áp đặt ý kiến lên NĐTV.			

Bài tập 4. Đọc thông tin tham khảo về những nội dung có thể tư vấn cho học sinh tiểu học, trên cơ sở thực tiễn nhu cầu của học sinh trường bạn, bạn hãy đề xuất các nội dung có thể tư vấn cho học sinh trường bạn.

THÔNG TIN PHẢN HỒI

Gợi ý trả lời bài tập 1:

Câu 1. Bạn có thể đưa ra định nghĩa về tư vấn học đường theo quan niệm của bạn hoặc có thể tham khảo các định nghĩa về tư vấn học đường của một số nước trong Nội dung 2. Tư vấn học đường ở phần E. Phụ lục (trang 44). Đồng thời bạn cũng có thể tham khảo thêm định nghĩa dưới đây.

“Tu vấn học đường là tất cả những hoạt động liên quan đến công tác trợ giúp giữa nhà tư vấn học đường với học sinh, sinh viên, phụ huynh học sinh,... nhằm mục đích giúp học sinh có điều kiện, cơ hội phát triển tốt nhất, hay giúp phụ huynh có cách nhìn nhận, dạy dỗ, quản lí con em mình trong hoạt động học tập, vui chơi giải trí,... một cách khoa học, hiệu quả nhất” (Đề tài nghiên cứu: *Nghiên cứu các mô hình tham vấn học đường trên thế giới và đề xuất mô hình ở Việt Nam*. Mã số: Q.TTPN.08.02. Trung tâm nghiên cứu về phụ nữ, trang 18).

Câu 2. Nhà tư vấn học đường sử dụng những kiến thức tâm lí học và các kĩ năng tư vấn có thể giúp nhà trường giải quyết các vấn đề sau:

- Hỗ trợ học sinh giải quyết những khó khăn trong việc phát triển nhân cách, năng lực và kĩ năng học tập, định hướng nghề nghiệp, lối sống khoẻ mạnh, các mối quan hệ liên nhân cách và những rối loạn cảm xúc và nhân cách.
- Hỗ trợ phụ huynh trong việc quan tâm, chăm sóc và giáo dục con cái, phát triển mối quan hệ với nhà trường một cách tích cực, phát hiện những khó khăn của con cái và phối hợp với nhà trường trong việc giáo dục.
- Hỗ trợ giáo viên và những thành viên khác của nhà trường trong việc giao tiếp và tiếp cận với học sinh, kịp thời phát hiện những nhu cầu và vấn đề cần sự can thiệp của nhà tư vấn.
- Hỗ trợ nhà trường trong việc hoạch định các chiến lược giáo dục toàn diện cho học sinh, cách thức phối hợp với phụ huynh trong việc giáo dục, cách thức tổ chức các hoạt động nhằm phát triển và ngăn ngừa các hành vi nguy cơ trong trường học của học sinh.
- Phối hợp với các tổ chức liên quan trong việc hỗ trợ và can thiệp trong trường hợp học sinh có những vấn đề liên quan đến những hoạt động bên ngoài như các vấn đề pháp luật, các vấn đề về bệnh tâm lí... Lưu giữ hồ sơ những học sinh có vấn đề về tâm lí để có thể sử dụng trong những trường hợp cần thiết sau này.

Gợi ý trả lời bài tập 2:

Câu 1. Không có đáp án.

Câu 2. Đáp án: A.

Mục tiêu tư vấn cho học sinh tiểu học luôn được xác định từ nhu cầu của chính các em – NĐTV và NTV cần nắm rõ nhu cầu tư vấn của NĐTV. Với

một số trường hợp, đơn thuần các em chỉ mong muốn được giải toả bớt cảm xúc tiêu cực. Vì vậy, việc lắng nghe các em và sử dụng kỹ năng thấu cảm (xem Nội dung 3. Một số kỹ năng tư vấn cơ bản ở mục E. Phụ lục, trang 50) là NĐTV thấy được tôn trọng, được chấp nhận là đủ. Nhưng với một số trường hợp khác, mục tiêu tư vấn không đơn giản chỉ là giải toả cảm xúc, nhận biết vấn đề của mình, hay biết cách đối phó mà các em cần thay đổi hành vi. Do đó, NTV phải dành nhiều thời gian và cân nhắc các phương pháp tiếp cận để giúp NĐTV đạt được cả bốn mục tiêu tư vấn của họ.

Gợi ý trả lời bài tập 3:

Việc làm của NTV	Nên	Không nên	Giải thích lí do
1. Lắng nghe, tôn trọng, chấp nhận thái độ của NĐTV.	X		Làm thư giãn, giải toả cảm xúc của NĐTV; giúp NĐTV học cách bộc lộ cảm xúc tiêu cực và tự chủ hành vi.
2. Đưa ra lời khuyên hay chỉ cho NĐTV cách giải quyết vấn đề.		X	Có thể giúp NĐTV giải thoát được sự đối mặt với căng thẳng tạm thời nhưng khiến NĐTV không nhận ra vấn đề của mình một cách rõ ràng. Về lâu dài NĐTV khó có khả năng đương đầu với vấn đề của mình, dần trở nên không chịu trách nhiệm về bản thân và hành động của mình mà lệ thuộc vào NTV.
3. Chất vấn NĐTV để khai thác thông tin, cố gắng làm cho vấn đề của NĐTV sáng tỏ.		X	Làm như vậy, vô tình NTV đã bộc lộ sự không chấp nhận, không hài lòng về vấn đề và con người của NĐTV. Sự chất vấn có thể còn gây ra thái độ đe dọa làm tăng lo lắng, sợ hãi cho NĐTV. Có thể làm cho NĐTV co mình lại, dẫn đến sự phòng vệ và tiến trình tư vấn sẽ bị dừng lại.
4. Trò chuyện với NĐTV và những người có liên	X		Giúp NĐTV nhận diện được vấn đề, cải thiện được những suy nghĩ

Việc làm của NTV	Nên	Không nên	Giải thích lí do
quan (nếu cần) để thu thập thông tin, sàng lọc các nguyện vọng, nhu cầu của NĐTV; cung cấp thông tin để giảm thiểu những quan niệm lệch lạc, những suy nghĩ không đúng của NĐTV.			tiêu cực không hợp lí, chịu trách nhiệm trước vấn đề của mình, nhận biết tiềm năng cũng như hạn chế của mình.
5. Chỉ tập trung vào vấn đề khó khăn của NĐTV mà không để ý nhiều đến con người tạo ra khó khăn đó.		X	Việc làm này giống như bác sĩ chỉ tập trung chữa triệu chứng cụ thể của bệnh nhân. Bằng một số tác động, triệu chứng có thể tạm thời lắng xuống nhưng nguyên nhân gây ra nó vẫn còn đấy và khi có điều kiện nó lại tái phát. Như vậy NTV sẽ không giúp được cho NĐTV cơ hội tự khám phá bản thân mình, họ không ý thức được con người mình có liên quan như thế nào đến vấn đề khó khăn đó. Lần sau họ lại lệ thuộc vào sự giúp đỡ.
6. Cùng NĐTV phân tích những khó khăn, tìm ra những giải pháp thay thế; sàng lọc hậu quả của mỗi quyết định được đưa ra và sự thay thế các giải pháp.	X		Giúp NĐTV tự tìm ra được các giải pháp hiệu quả, đưa ra các quyết định hành động cụ thể và biết cách quản lí vấn đề.
7. Khuyến khích NĐTV thực hiện các kế hoạch họ đề ra. Trang bị cho NĐTV các kĩ năng sống phù hợp để có thể thích nghi với hành vi hay điều kiện mới.	X		Giúp NĐTV có kế hoạch thay đổi hành vi; giúp họ đánh giá được những thay đổi trong nhận thức và hành vi.

Việc làm của NTV	Nên	Không nên	Giải thích lí do
8. Thuyết phục, áp đặt ý kiến lên NĐTV.		X	Khi NTV có xu hướng thuyết phục NĐTV sẽ tin tưởng vào quan điểm và kinh nghiệm của bản thân, nên dễ phủ nhận hay bỏ qua quyết định của NĐTV. Nguyên tắc đạo đức là NTV không được đưa ra lời thuyết phục để NĐTV làm theo ý muốn, quan điểm chủ quan của mình.

Bài tập 4. Không có đáp án.

Nội dung 3

MỘT SỐ KĨ NĂNG TƯ VẤN CƠ BẢN (4 tiết)

Hoạt động 1. Tìm hiểu lí thuyết về một số kĩ năng tư vấn cơ bản

Hoạt động này giúp bạn có hiểu biết về một số kĩ năng tư vấn cơ bản như kĩ năng lắng nghe tích cực, kĩ năng hỏi, kĩ năng phản hồi, kĩ năng thấu cảm. Đây là hành trang quan trọng trong bước đầu phấn đấu để trở thành NTV học đường. Sản phẩm của bạn trong hoạt động này sẽ là một “bức tranh tổng thể” của riêng bạn hoặc nhóm bạn mô tả về kĩ năng lắng nghe tích cực.

Các bước tiến hành trong hoạt động này:

Bước 1. Bạn hãy đọc thật kĩ *Nội dung 3. Một số kĩ năng tư vấn cơ bản* trong phần E. Phụ lục (trang 50) và gạch dưới những cụm từ chủ chốt trong mỗi mục.

Bước 2. Hãy chuẩn bị giấy A4 hoặc A3 và các bút màu để “ghi lại một cách sáng tạo” phần lí thuyết về “một số kĩ năng tư vấn” bạn vừa nghiên cứu.

Bước 3. Vẽ “sơ đồ tư duy” để xây dựng một “bức tranh tổng thể” mô tả về kĩ năng lắng nghe tích cực.

Lưu ý: Hoạt động này bạn có thể làm việc cá nhân hoặc theo cặp hay nhóm.

THÔNG TIN PHẢN HỒI

Hướng dẫn lập sơ đồ tư duy về “Một số kĩ năng tư vấn cơ bản”

Bước 1. Ở vị trí trung tâm sơ đồ vẽ một hình ảnh thể hiện NTV đang trò chuyện với NĐTV (là học sinh) hay viết cụm từ “Một số kĩ năng tư vấn cơ bản”.

Bước 2. Từ hình ảnh hay cụm từ nêu trên ở trung tâm sẽ được phát triển bằng các nhánh chính nối với các cụm từ hay hình ảnh cấp 1. Ví dụ các cụm từ cấp 1 trong sơ đồ tư duy này là: “Kĩ năng lắng nghe tích cực”, “Kĩ năng đặt câu hỏi”, “Kĩ năng phản hồi”, “Kĩ năng thấu hiểu”.

Bước 3. Từ các cụm từ hay hình ảnh cấp 1 lại được phát triển thành các nhánh phụ dẫn đến các cụm từ hay hình ảnh cấp 2, cấp 3,...

Hình thức thể hiện:

- Mỗi từ, cụm từ/ảnh/ý nên đứng độc lập và được nằm trên một nhánh. Các nhánh chính cần được tô đậm, các nhánh cấp 2, cấp 3 mảnh dần.
- Tạo ra một kiểu sơ đồ riêng cho mình (kiểu đường kẻ, màu sắc,...). Bố trí thông tin đều quanh hình ảnh trung tâm.
- Từ cụm từ/hình ảnh trung tâm toả đi các nhánh nên sử dụng các màu sắc khác nhau. Màu sắc của các nhánh chính được duy trì tới các nhánh phụ.
- Nên dùng các đường kẻ cong thay vì các đường thẳng vì các đường cong được tổ chức rõ ràng sẽ thu hút được sự chú ý của mắt hơn rất nhiều.

Hoạt động 2. Thực hành một số kĩ năng tư vấn cơ bản

Bài tập 1. Hãy đọc kĩ ví dụ về một cuộc trò chuyện của NTV với học sinh chưa thành niên vi phạm pháp luật (trong cuốn *Kĩ năng tham vấn cho người chưa thành niên vi phạm pháp luật* của GS.TS. Trần Thị Minh Đức) và dựa vào những hiểu biết về một số kĩ năng tư vấn cơ bản đã tìm hiểu ở hoạt động 1. *Bạn hãy đặt mình là NTV để bình luận và đưa ra cách ứng xử về ngôn ngữ không lời và có lời qua ví dụ này.*

- NTV: Chúng ta sẽ bắt đầu trò chuyện về mẹ em. Mẹ em là người như thế nào?

(Bình luận: ...)

- NĐTV: Mẹ em năm nay 42 tuổi, mẹ em ít nói, cô lẽ vì bố em hay nói nhiều, bố hay say rượu và chửi mẹ em, còn mẹ thì hiền. Em nhớ nhất cái lần đi làm đồng về mẹ nhặt được 50.000đ ai đánh rơi, mẹ cho em luôn. Có vẻ mẹ cũng chiều em. Mẹ rất muốn em được học hành để thoát khỏi

cơ cực như mẹ, nhưng nhà em cũng nghèo lắm, có đồ cao cũng chả có tiền đi học. Hôm nào được điểm cao em chỉ muốn về nhà thật nhanh để khoe mẹ em ngay, em biết là mẹ em sẽ vui lắm.

(Đưa ra những ngôn ngữ không lời và bằng lời để chứng tỏ NTV đang lắng nghe tích cực: ...)

- NTV: Có lẽ em rất quý mẹ em, vì khi em làm cho mẹ vui em cũng thấy mình vui và em cho rằng mẹ em sẽ sống tốt hơn nếu em ngoan, học hành tốt. Điều gì làm em hài lòng nhất về mẹ mình?

(Bình luận: ...)

- NĐTV: Mẹ hiền và không bao giờ đánh em. Còn bố em thì hay đánh em làm em chán nản chẳng thiết học gì nữa. Em rất muốn học hành chăm chỉ để mẹ em vui nhưng từ lần không thi được vào cấp 3, em bỏ học luôn theo chúng bạn hừ, từ đó trong gia đình em xảy ra lắm chuyện, vì em mà mẹ em khổ...

- NTV: Ý em là gì khi nói vì em mà mẹ em khổ?

(Bình luận: ...)

- NĐTV: Là em nói em đi theo chúng bạn ăn trộm điện thoại để chơi điện tử rồi bị bắt. Công an gọi mẹ em lên bắt kí vào nhiều tờ giấy và nộp phạt. Từ đó lúc nào bố cũng chửi mẹ em, cho rằng mẹ nuông chiều em nên mới làm em hư hỏng, nhưng không phải là vậy, khi em vào trường thì nghe mẹ nói bố đã bỏ nhà đi luôn. Từ khi vào đây bố cũng chưa lên thăm em lần nào, mà cũng tại em cả thôi.

- NTV: Sau tất cả những gì em chia sẻ, cô có cảm nhận rằng câu chuyện của em gắn liền với nỗi nhớ mẹ và em đang ân hận vì cho rằng việc học hành chểnh mảng và theo chúng bạn lấy trộm đồ đã làm ảnh hưởng đến tình cảm của bố với mẹ. Chỉ có những người con thật sự có tình yêu thương cha mẹ mới có nỗi lòng day dứt như thế.

(Bình luận: ...)

Bài tập 2. Dựa vào ví dụ mẫu trên, bạn hãy cùng với thành viên trong nhóm lựa chọn một tình huống thực trong lớp của mình để thực hành một số kĩ năng tư vấn cơ bản bằng cách:

- Xây dựng kịch bản.
- Phân vai đóng thử, lần lượt hai người là một cặp. Các thành viên khác quan sát, dựa vào các kĩ năng tư vấn cơ bản để góp ý cho nhau.

THÔNG TIN PHẢN HỒI

Bài tập 1. Gợi ý bình luận diễn biến của ví dụ về một cuộc trò chuyện của NTV với học sinh chưa thành niên vi phạm pháp luật.

- NTV: Chúng ta sẽ bắt đầu trò chuyện về mẹ em. Mẹ em là người như thế nào?

(Bình luận: NTV đặt một câu hỏi bao quát nhất).

- NĐTV: Mẹ em năm nay 42 tuổi, mẹ em ít nói, cô lẽ vì bố em hay nói nhiều, bố hay say rượu và chửi mẹ em, còn mẹ thì hiền. Em nhớ nhất cái lần đi làm đồng về mẹ nhặt được 50.000đ ai đánh rơi, mẹ cho em luôn. Có về mẹ cũng chiều em. Mẹ rất muốn em được học hành để thoát khỏi cơ cực như mẹ, nhưng nhà em cũng nghèo lắm, có đồ cao cũng chả có tiền đi học. Hôm nào được điểm cao em chỉ muốn về nhà thật nhanh để khoe mẹ em ngay, em biết là mẹ em sẽ vui lắm.

(Bình luận: Khi NĐTV nói NTV bày tỏ những tín hiệu đáp ứng tối thiểu như gật đầu, nói “ừ”, tốc độ và giọng nói phù hợp với sự bày tỏ của NĐTV; NTV nhấn mạnh điều mà NĐTV đang nói đến bằng cách đáp ứng như “Ừ, cô cũng thấy như vậy!” khi NĐTV nói “có về mẹ cũng chiều em”)

- NTV: Có lẽ em rất quý mẹ em, vì khi em làm cho mẹ vui em cũng thấy mình vui và em cho rằng mẹ em sẽ sống tốt hơn nếu em ngoan, học hành tốt. Điều gì làm em hài lòng nhất về mẹ mình?

(Bình luận: NTV phản hồi tập trung vào thái độ của NĐTV với mẹ và để NĐTV hiểu là đã được lắng nghe tốt. NTV tiếp tục đưa câu hỏi khích lệ – khám phá những sự kiện, ý tưởng, khuyến khích NĐTV tiếp tục nói về mẹ.)

- NĐTV: Mẹ hiền và không bao giờ đánh em. Còn bố em thì hay đánh em làm em chán nản chẳng thiết học gì nữa. Em rất muốn học hành chăm chỉ để mẹ em vui nhưng từ lần không thi được vào cấp 3, em bỏ học luôn theo chúng bạn hư, từ đó trong gia đình em xảy ra lắm chuyện, vì em mà mẹ em khổ...

- NTV: Ý em là gì khi nói vì em mà mẹ em khổ?

(Bình luận: NTV lưu ý điều mập mờ, không rõ ràng trong câu nói của NĐTV)

- NĐTV: Là em nói em đi theo chúng bạn ăn trộm điện thoại để chơi điện tử rồi bị bắt. Công an gọi mẹ em lên bắt kị vào nhiều tờ giấy và nộp phạt.

Từ đó lúc nào bố cũng chửi mẹ em, cho rằng mẹ nuông chiều em nên mới làm em hư hỏng, nhưng không phải là vậy, khi em vào trường thì nghe mẹ nói bố đã bỏ nhà đi luôn. Từ khi vào đây bố cũng chưa lên thăm em lần nào, mà cũng tại em cả thôi.

- NTV: Sau tất cả những gì em chia sẻ, cô có cảm nhận rằng câu chuyện của em gắn liền với nỗi nhớ mẹ và em đang ân hận vì cho rằng việc học hành chểnh mảng và theo chúng bạn lấy trộm đồ đã làm ảnh hưởng đến tình cảm của bố với mẹ. Chỉ có những người con thật sự có tình yêu thương cha mẹ mới có nỗi lòng day dứt như thế.

(Bình luận: NTV tóm lược câu chuyện ở dạng thấu cảm, nhấn mạnh vấn đề chính của NĐTV.)

Bài tập 2. Không có đáp án.

Nội dung 4

TƯ VẤN CÁ NHÂN VÀ TƯ VẤN NHÓM CHO HỌC SINH TIỂU HỌC (4 tiết)

Hoạt động 1. Tìm hiểu về tư vấn cá nhân

Các câu hỏi và bài tập trong hoạt động này nhằm giúp bạn củng cố những hiểu biết về khái niệm tư vấn đã được tìm hiểu ở *Nội dung 2. Tư vấn học đường* và các kiến thức, kĩ năng đã thu được trong *Nội dung 3. Một số kĩ năng tư vấn cơ bản*.

Bài tập 1. Làm việc cá nhân

Bạn hãy nghiên cứu *Mục I. Tư vấn cá nhân* thuộc *Nội dung 4* trong phần E. Phụ lục (trang 55), kết hợp với những kiến thức và kĩ năng đã học được trong các hoạt động ở *Nội dung 3*, theo bạn để đạt được các yêu cầu trong mỗi bước của quy trình tư vấn cá nhân, NTV cần áp dụng những kĩ năng cơ bản nào?

Bài tập 2. Làm việc theo nhóm

Lựa chọn một tình huống thực trong lớp của mình để thực hành ít nhất 2 trong 5 bước của quy trình tư vấn cá nhân bằng cách:

- Xây dựng kịch bản.

- Phân vai đóng thứ, lần lượt hai người là một cặp. Các thành viên khác quan sát, dựa vào những kĩ năng cơ bản cần áp dụng cho mỗi bước của quy trình tư vấn cá nhân để góp ý cho nhau.

THÔNG TIN PHẢN HỒI

Bài tập 1:

Gợi ý trả lời:

1. Những kĩ năng cần có của NTV trong bước tiếp cận ban đầu là nhóm các kĩ năng giao tiếp, trong đó đặc biệt lưu ý:
 - Các kĩ năng ứng xử, xây dựng mối quan hệ tin cậy lẫn nhau bằng ngôn ngữ nói và ngôn ngữ không lời, bằng cảm nhận, sự thông cảm và khuyến khích.
 - Kĩ năng lắng nghe tích cực, kĩ năng lựa chọn, gợi mở, kĩ năng hỗ trợ khuyến khích để NĐTV kể chuyện của họ một cách cởi mở.
2. Trong bước tập hợp khai thác thông tin, NTV cần xác định rõ ràng các thế mạnh, tiềm năng, mặt tích cực của NĐTV. Đây là bước quan trọng, vì vậy NTV nếu chỉ thông qua ngôn ngữ khô cứng thường khó có tác dụng khai thác thông tin từ các em. Đặc biệt ở lứa tuổi tiểu học, khả năng diễn đạt của các em còn yếu hoặc có em do quá phiền muộn hay bị rối loạn cảm xúc, các em không có đủ vốn từ để diễn đạt vấn đề của mình. Trong những trường hợp như vậy, NTV cần sử dụng các hình thức khác như kể chuyện, trò chơi, đóng vai hoặc vẽ tranh. Với các hình thức nêu trên có thể giúp NTV tiếp cận với NĐTV dễ dàng hơn. Ví dụ:
 - Yêu cầu NĐTV vẽ nhà, vẽ gia đình, từ đó NTV dần dần trò chuyện, gợi mở để NĐTV giải thích ý tưởng của mình qua hình vẽ.
 - Nên nhớ rằng khi có phương tiện và trò chơi thích hợp, học sinh có thể bộc lộ câu chuyện của mình.
 - Qua kể chuyện, học sinh làm sáng tỏ về sự kiện. Bộc lộ rõ tâm trạng, tiến sâu vào quá trình tư vấn.
 - Quá trình tư vấn có thể làm cho NĐTV xáo trộn về tâm lí, xử sự không ổn định, khó phân biệt, khó biểu lộ cảm xúc của mình hoặc khó tự chủ việc kiểm chế xung động hoặc phân tán chú ý.
 - Nên dùng các câu gián dị, dễ hiểu, tránh các khái niệm trừu tượng. Có NTV hỏi: “Em hãy nói rõ tâm trạng và cảm xúc của em khi sự việc ấy xảy

ra(!)". Học sinh tiểu học hiểu sao được "cảm xúc... tâm trạng...". NTV có thể dùng lời lẽ đơn giản hơn. Ví dụ: Khi sự việc xảy ra em thấy thế nào?...

Ngoài những điều trên, trong bước 2, còn cần chú ý vận dụng các kĩ năng thu thập thông tin, các câu hỏi gợi mở, hệ thống hoá lại sự kiện, phản ánh tình cảm.

3. Những kĩ năng cần có của NTV trong bước xác định mục tiêu cần đạt là:

- Kĩ năng đặt kế hoạch hành động.
- Các câu hỏi gợi mở, hệ thống hoá lại mục tiêu, nội dung của các vấn đề, phản ánh tình cảm.

4. Những kĩ năng cần có của NTV trong bước tìm kiếm giải pháp là các kĩ năng:

- Giải quyết vấn đề.
- Tìm kiếm và xác định các phương án tối ưu.
- Vận dụng các kĩ năng sống khác.
- Xác định hệ thống hỗ trợ...

Lưu ý: NTV cần hiểu rằng, NĐTV có những cách quyết định riêng. Điều NTV cho rằng đúng, có khi lại trở thành sai đối với NĐTV. Nhìn chung, NTV lắng nghe và để NĐTV dẫn dắt tìm kiếm vấn đề, hãy luôn luôn thông cảm với NĐTV. Đây là một giai đoạn mất nhiều thời gian nhất, giúp NĐTV hình dung ra được cái gì sẽ đến nếu họ làm theo cách a, b, c,... n.

Khi làm việc với học sinh tiểu học, NTV cần giúp các em chia những vấn đề phức tạp thành từng bước nhỏ có thể thực hiện được. Giúp các em có viễn cảnh về tương lai và hình dung được kết quả về mặt tinh thần của các giải pháp sẽ thực hiện. Làm như vậy có thể đưa lại kết quả cho quá trình tư vấn.

5. Những kĩ năng cần có của NTV trong bước theo dõi, xem xét lại quá trình thực hiện giải pháp là các kĩ năng:

- Củng cố và ủng hộ những thay đổi đã làm được.
- Xác định lại mục tiêu nếu không phù hợp.
- Giúp các em nắm được các kĩ năng cần thiết.
- Chuẩn bị kết thúc ca tư vấn.

Bài tập 2. Không có đáp án

Hoạt động 2. Tìm hiểu về tư vấn nhóm

Bài tập 1. Làm việc cá nhân

Bạn hãy nghiên cứu *Mục II.1. Tư vấn nhóm là gì?* và *Mục II.2. Mục đích ở Mục II. Tư vấn nhóm* thuộc Nội dung 4 trong phần E. Phụ lục (trang 56, 57) để làm bài tập này.

Hãy điền các cụm từ thích hợp vào chỗ trống trong đoạn văn dưới đây cho phù hợp.

Tư vấn nhóm là một mà các vấn đề của được đề cập đến trong phạm vi Nó là một biện pháp để giúp đỡ, tác động đến cuộc sống của cùng một lúc. Tư vấn nhóm là một liệu pháp rất tốt, giúp cho các em của mình bằng cách nói ra những điều băn khoăn, trăn trở.

Tư vấn nhóm luôn luôn phục vụ cho làm thế nào đó để giúp các của nhóm vượt qua khó khăn của họ bằng sự hỗ trợ của các khác.

Bài tập 2:

- Bạn hãy nghiên cứu *Mục II.3. Các giai đoạn của tư vấn nhóm ở Mục II. Tư vấn nhóm* thuộc Nội dung 4 trong phần E. Phụ lục (trang 57), kết hợp với những kiến thức và kỹ năng đã học được trong các hoạt động ở Nội dung 3, theo bạn để thực hiện tốt mỗi bước của các giai đoạn tư vấn nhóm, NTV cần áp dụng những kỹ năng nào?

Bài tập 3. Thực hành kỹ năng tư vấn nhóm theo các bước sau:

Bước 1. Chuẩn bị

Lựa chọn tình huống, xây dựng kịch bản. Lưu ý trong kịch bản cần có các mục sau:

- Đặt mục tiêu cần đạt cho từng phiên làm việc với nhóm; những lần tư vấn sau nên xem xét các mục tiêu đặt ra từ lần gặp gỡ trước.
- Dự kiến số lượng các thành viên đóng vai học sinh (từ 6 đến 12 người). Có thể chia theo giới tùy theo chủ đề được lựa chọn.
- Bố trí phòng họp phù hợp với không khí cởi mở, tin cậy lẫn nhau (có thể vẽ sơ đồ bố trí chỗ ngồi, khoảng không gian trống để đảm bảo tổ chức các trò chơi,...); chuẩn bị văn phòng phẩm, tranh ảnh,... nếu cần.

Bước 2. Thực hành

Lần lượt thay nhau đóng vai NTV (mỗi giáo viên chỉ thực hành một bước trong số các giai đoạn tư vấn nhóm), những thành viên khác đóng vai học sinh.

THÔNG TIN PHẢN HỒI

Bài tập 1:

Tư vấn nhóm là một hình thức mà các vấn đề của cá nhân được đề cập đến trong phạm vi nhóm. Nó là một biện pháp để giúp đỡ, tác động đến cuộc sống của nhiều em cùng một lúc. Tư vấn nhóm là một liệu pháp rất tốt, giúp cho các em bộc lộ những cảm xúc của mình bằng cách nói ra những điều băn khoăn, trăn trở.

Tư vấn nhóm luôn luôn phục vụ cho mục tiêu làm thế nào đó để giúp các thành viên của nhóm vượt qua khó khăn của họ bằng sự hỗ trợ của các thành viên khác.

Bài tập 2:

1. Một số kĩ năng tư vấn nhóm ở giai đoạn hình thành

- NTV có thể bắt đầu bằng những trò chơi “*phá băng*” có liên quan đến nội dung của buổi giao lưu hoặc thông qua hoạt động tự giới thiệu để tạo nên không khí gần gũi, thoải mái, gây quan hệ thân mật giữa các thành viên, thu hẹp khoảng cách. NTV gợi ý để mọi người tự giới thiệu mình, càng nói rõ (không phải nói nhiều) càng tốt. Trong trường hợp các em tự đánh giá khắt khe về mình, NTV có thể phát huy tính hài hước. *Ví dụ:* Có em tự giới thiệu rằng: “*cá tính của tôi là hay cục càn, câu bẩn...*”, NTV nói đỡ: “*nhưng chưa đến nỗi thành Giám đốc công ti mắm tôm phải không?*”.
- Để có thể tạo không khí cởi mở, tin tưởng, thoải mái, NTV chỉ định một nhóm trưởng điều khiển. NTV khéo giúp nhóm trưởng, không nôn nóng làm thay, để các em chia sẻ với bạn, hỗ trợ cho các em tự xử lí các vấn đề và những thách thức đặt ra cho họ. Trong trường hợp các em gặp phải vấn đề tế nhị không thể chia sẻ với nhóm, NTV sẽ làm việc riêng với em đó.

2. Một số kĩ năng tư vấn nhóm ở giai đoạn xung đột

Trong tư vấn nhóm, có thể gặp những trường hợp quậy phá, chế nhạo, phỉ báng lẫn nhau, không chấp nhận sự phản hồi, bỏ nhóm... Khi đó,

NTV cần khéo ứng xử lấy lại không khí hoà dịu, định hướng vấn đề, hướng vào nội dung cần thiết. Khi gặp một trường hợp “phá đám”, nếu cần, NTV khuyến khích nhóm “đối mặt” với sự thật, khơi gợi để các em thấy ảnh hưởng của hành vi thái độ đó như thế nào? Và các em nên hay không nên có thái độ ấy?... NTV cũng có thể dùng thông điệp không lời để điều khiển các em thay đổi hành vi.

3. Một số kĩ năng tư vấn nhóm ở giai đoạn hoà hợp

- Hoạt động tư vấn có thể diễn ra theo hướng gợi mở, có thể là đối thoại cùng nhau, NTV điều khiển thế nào đó để các em trong nhóm có sự hỗ trợ khuyến khích, phản hồi cảm xúc. Thường đối với lứa tuổi học sinh tiểu học, các em có thể bộc lộ những lời lẽ chân thực, có những phản hồi, hoặc ý kiến đề xuất rất cụ thể, thẳng thắn hơn người lớn. NTV không đóng vai trò giáo viên, không xuất hiện như người chức trọng, quyền cao, lên mặt kẻ bề trên, rao giảng... mà như người đồng hành với các em.
- Tất cả mọi điều, việc làm các em nói ra đều có thể được chấp nhận như thực tế vốn có mà không bị phê phán đánh giá về đạo đức. Những thông tin trong tư vấn cần được NTV giữ kín.
- NTV phải nắm chắc những thông tin của nhóm học sinh được tư vấn, thúc đẩy những mặt tích cực của các thành viên. NTV cần tránh “những vết thương không thể hàn gắn”. Phải giúp các em tự chủ sau khi đã hỏi tương, bộc lộ cảm xúc – không được để các em quẩn trí thêm.

4. Một số kĩ năng tư vấn nhóm ở giai đoạn thực hiện

- Khuyến khích mỗi người thể hiện nội tâm.
- Chẩn đoán, đánh giá mức độ tiến bộ của nhóm và cá nhân.
- Phát huy những kết quả của các thành viên để họ tạo ra những ảnh hưởng tốt đối với những bạn có cùng hoàn cảnh.

5. Một số kĩ năng tư vấn nhóm ở giai đoạn kết thúc

NTV trước khi kết thúc cần cảm ơn các em vì đã chia sẻ cùng nhau, khuyến khích họ vì đã dũng cảm nói lên những vấn đề khó nói và bức xúc của họ, và chỉ ra rằng cảm xúc của các em đang trải qua là bình thường và có thể hiểu được.

Bài tập 3. Không có đáp án.



D. KIỂM TRA, ĐÁNH GIÁ TOÀN BỘ MODULE

Bài tập 1. Lựa chọn đúng/sai

Đọc các phát biểu dưới đây, theo bạn ý kiến nào đúng, ý kiến nào sai?

Hãy đánh dấu x vào cột phù hợp với ý kiến của bạn.

Phát biểu	Đúng	Sai
1. Tư vấn là quá trình lắng nghe, trao đổi và giúp đỡ, cùng phân tích diễn tiến của sự việc xảy ra, cùng bàn bạc, phân tích cách xử lý khác nhau để giúp NĐTV thêm nhận thức, nghị lực và sức mạnh để tin tưởng tự chọn quyết định và giải pháp hành động thích hợp cho hoàn cảnh của họ.		
2. Tư vấn là cho lời khuyên, giảng giải vấn đề dựa vào kinh nghiệm cá nhân và chuẩn mực xã hội để giúp NĐTV thay đổi hành vi chưa tốt thành hành vi tốt giống như giáo viên giáo dục, dạy dỗ học sinh, hoặc giống như cha mẹ dạy bảo con em mình.		
3. NTV luôn luôn ghi nhớ rằng, thay đổi để cải thiện trạng thái tâm lý tiêu cực, thay đổi để đương đầu tốt hơn với cuộc sống là trách nhiệm của NĐTV. NTV hỗ trợ và hướng dẫn NĐTV để tạo ra những thay đổi tích cực, nhưng sự lựa chọn cuối cùng nằm ở chính NĐTV.		
4. Thấu cảm có nghĩa là sự đồng cảm của NTV với NĐTV.		
5. Thấu cảm có nghĩa là sự thông cảm, tôn trọng, chấp nhận và hiểu biết điều NĐTV đang trải nghiệm.		

Bài tập 2. Bài tập về một số kĩ năng tư vấn cơ bản

1. Một học sinh đến nhờ bạn tư vấn, em đó tỏ ra lúng túng, nói không có đầu, có đuôi.

Bạn có thể nói gì với em đó và/hoặc đưa ra câu hỏi nào?

2. Sau khi một học sinh kể lại câu chuyện em đã bị bạn khác dọa nạt, trấn lột nhiều lần với thái độ lo lắng, bất an.

Bạn có thể nói gì với em đó và/hoặc đưa ra những câu hỏi nào?

3. Sau khi được học sinh nói rõ lí do em muốn xin đổi lớp vì một số bạn trong lớp hay trêu chọc, chế giễu mình, bạn có thể nói gì với em đó và/hoặc đưa ra những câu hỏi nào?

Bài tập 3. Tự đánh giá

Bạn lắng nghe như thế nào?

Hãy khoanh tròn vào ô tương ứng với mỗi câu hỏi dưới đây.

Nội dung	Luôn luôn	Thường xuyên	Thỉnh thoảng	Rất ít khi
1. Mọi người cần phải nhắc lại thông tin cho tôi.	1	2	3	4
2. Tôi chờ họ nói xong ý của họ mới nói cho họ nghe ý kiến của mình.	4	3	2	1
3. Mọi người nói với tôi là tôi là người biết nghe chuyện.	4	3	2	1
4. Tôi thấy khó nghe một người nào đó mà tôi bất đồng ý kiến với họ.	1	2	3	4
5. Tôi thấy không có vấn đề gì khi tập trung lắng nghe người khác nói chuyện.	4	3	2	1
6. Tôi giả vờ lắng nghe nhưng không chú ý tới họ nói gì.	1	2	3	4
7. Mỗi khi có ai đó nói chuyện với tôi, tôi bỏ công việc đang làm để tập trung chú ý tới họ.	4	3	2	1
8. Khi có điều gì đó quan trọng, người ta không nói với tôi mà viết giấy đưa cho tôi xem.	1	2	3	4
9. Khi nghe người khác nói chuyện tôi dễ bị phân tâm vì có tiếng nhạc hay nhìn thấy ai đó.	1	2	3	4
10. Tôi thường là người nói nhiều trong cuộc nói chuyện.	1	2	3	4

Tự đánh giá:

- Từ 30 điểm trở lên: Nghe tốt.
- Từ 20 đến 29 điểm: Nghe trung bình.
- Từ 10 đến 19 điểm: Nghe yếu.



E. PHỤ LỤC

Nội dung 1

HỌC SINH TIỂU HỌC VÀ SỰ CẦN THIẾT PHẢI NÂNG CAO NĂNG LỰC TƯ VẤN CỦA GIÁO VIÊN CHO HỌC SINH TIỂU HỌC

I. HỌC SINH TIỂU HỌC

1. Một số đặc điểm tâm lí nhận thức

Tri giác: Tri giác của học sinh tiểu học mang tính đại thể, ít đi vào chi tiết và mang tính không ổn định: ở đầu tuổi tiểu học, tri giác thường gắn với hành động trực quan, đến cuối tuổi tiểu học, tri giác bắt đầu mang tính xúc cảm, các em thích quan sát các sự vật, hiện tượng có màu sắc sặc sỡ, hấp dẫn, tri giác của học sinh đã mang tính mục đích, có phương hướng rõ ràng – tri giác có chủ định (các em biết lập kế hoạch học tập, biết sắp xếp công việc nhà, biết làm các bài tập từ dễ đến khó...).

Tư duy: Tính chất trực quan, cụ thể chuyển dần sang tính chất trừu tượng. Hoạt động trừu tượng hoá và khái quát hoá. Hoạt động phán đoán, suy luận phát triển.

Ngôn ngữ:

Ngữ âm: Ngôn ngữ nói đã thành thạo, tuy nhiên vẫn còn một số từ phát âm chưa đúng.

Ngữ pháp: Đã hoàn chỉnh hơn mẫu giáo nhưng vẫn còn viết câu cụt, chưa biết đặt câu.

Từ ngữ: Trong sáng, giàu hình ảnh, tuy nhiên cách dùng từ chưa hợp lí.

Chú ý: Do yêu cầu hoạt động học tập là phải tập trung nên chú ý có chủ định phát triển (chú ý không chủ định vẫn chiếm ưu thế). Phân phối chú ý còn hạn chế (tập viết, quên tư thế ngồi). Di chuyển chú ý của học sinh

nhanh hơn người lớn do có khả năng hưng phấn và ức chế rất linh hoạt (dễ dàng chuyển đổi, tùy mức độ hấp dẫn mà quên nhiệm vụ học tập).

Trí nhớ: Loại trí nhớ trực quan hình tượng chiếm ưu thế hơn trí nhớ logic trừu tượng.

Giai đoạn lớp 1, 2, ghi nhớ máy móc phát triển tương đối tốt và chiếm ưu thế hơn so với ghi nhớ có ý nghĩa. Nhiều học sinh chưa biết tổ chức việc ghi nhớ có ý nghĩa, chưa biết dựa vào các điểm tựa để ghi nhớ, chưa biết cách khái quát hoá hay xây dựng dàn bài để ghi nhớ tài liệu.

Giai đoạn lớp 4, 5, ghi nhớ có ý nghĩa và ghi nhớ trừu tượng được tăng cường. Ghi nhớ có chủ định đã phát triển. Tuy nhiên, hiệu quả của việc ghi nhớ có chủ định còn phụ thuộc vào nhiều yếu tố như mức độ tích cực tập trung trí tuệ của các em, sức hấp dẫn của nội dung tài liệu, yếu tố tâm lý tình cảm hay hứng thú của các em...

2. Một số nét nhân cách nổi bật

Tính cách: Tính cách đang dần được hình thành, đặc biệt trong môi trường nhà trường còn mới lạ, học sinh có thể nhút nhát, rụt rè, cũng có thể sôi nổi, mạnh dạn... Sau 5 năm học, "tính cách học đường" mới dần ổn định và bền vững ở học sinh. Biểu hiện rõ nhất là tính xung động (hành động ngay). Sự điều chỉnh ý chí với hành vi còn yếu (do tính hiếu động). Đã có thái độ đối với mọi người xung quanh và đối với bản thân, biết đánh giá bản thân nhưng còn phải dựa vào ý kiến người khác.

Hứng thú: Bước đầu hướng đến hứng thú nhận thức và học tập.

Lí tưởng: Tồn tại dưới dạng ước mơ nhưng chưa bền vững. *Ví dụ:* Mơ ước trở thành hoạ sĩ,...

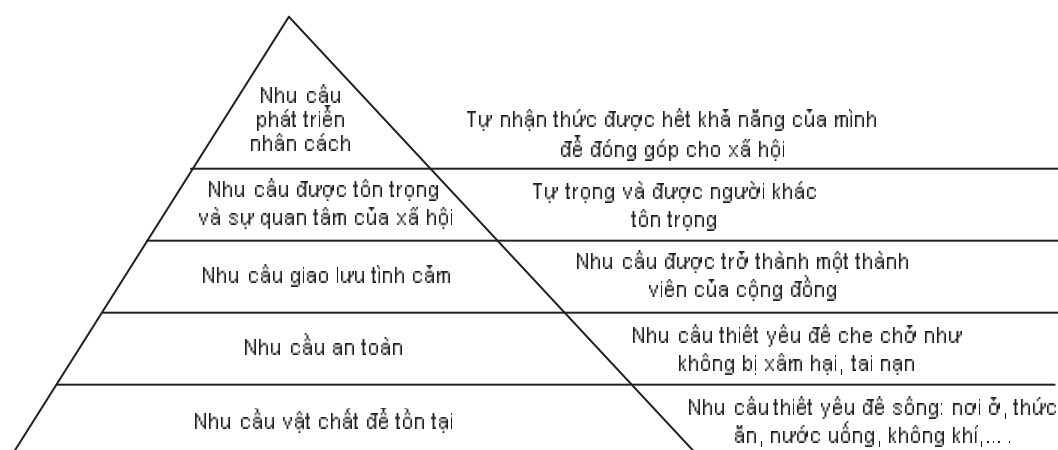
Xúc cảm – tình cảm: Tình cảm là đặc tính cơ bản, các em sống bằng tình cảm (các xúc cảm bắt đầu phát triển cao hơn mẫu giáo nhưng chưa bền vững).

Tình cảm đạo đức phát triển khá mạnh, trong đó tình cảm gia đình giữ vai trò quan trọng trong đời sống của học sinh.

3. Nhu cầu của con người

Theo nhà tâm lý học Mỹ Abraham Maslow, con người ai cũng như ai khi sinh ra, đều giống nhau về mặt sinh học, trần trụi, yếu ớt nhưng điểm kết thúc của con người lại không giống nhau. Có nhiều yếu tố và các biến cố khiến cho mỗi người có thân phận không giống nhau. Một trong những

yếu tố cần được chú ý là trong quá trình phát triển, mức độ đáp ứng nhu cầu có liên quan đến sự phát triển của cá nhân. Hệ thống cấp bậc nhu cầu của Maslow thường được thể hiện dưới dạng một hình kim tự tháp, các nhu cầu ở bậc thấp (nhu cầu tồn tại) thì xếp phía dưới, trong khi những nhu cầu cho sự phát triển, sự hoàn thiện cá nhân được coi là quan trọng hơn, giá trị hơn, chúng được xếp ở các thang bậc trên cao của kim tự tháp.



Sơ đồ “Các bậc thang nhu cầu” của Maslow

4. Một số khó khăn về học tập và tâm lí của học sinh tiểu học

Khó khăn về học tập: Học đọc, học viết, học chính tả, học toán; học sinh cũng có thể bị rối loạn ngôn ngữ hoặc có khó khăn trong các hoạt động tâm vận động...

Khó khăn với môi trường học tập ở trường: Chỗ ngồi không dễ chịu, thoải mái, không nhìn rõ chữ viết trên bảng, không nghe rõ lời nói của giáo viên, không ghi nhớ kịp lời dặn dò của giáo viên nên không thực hiện đúng yêu cầu, thiếu hoặc đánh mất dụng cụ học tập nhưng không biết báo với cha mẹ,...

Khó khăn về hành vi ứng xử: Học sinh có vấn đề về hành vi ứng xử, chẳng hạn trong lớp các em không bao giờ ngồi yên, hay gây gổ với bạn, các em thiếu tập trung chú ý, không chịu tham gia các hoạt động của lớp, hoặc thậm chí có những học sinh “chẳng nói chẳng rằng” gì cả. Tất cả các thông tin này đều quan trọng vì sẽ là căn cứ định hướng cho việc can thiệp tâm lí đối với học sinh.

Khó khăn trong quan hệ với bạn bè: Không biết làm quen với bạn nên lẻ loi không có bạn chơi cùng, bị bạn tẩy chay, e dè, thụ động nên bị bạn lấn lướt...

Khó khăn do kì vọng của cha mẹ: Nghiên cứu của Viện Tâm lý học Việt Nam với 270 phụ huynh có con đang học lớp 3 và lớp 4 tại một số trường tiểu học ở Hà Nội cho thấy, việc kì vọng quá lớn vào các em đã gây ra một số hiệu ứng tiêu cực như tạo ra sức ép về học tập. Ngay từ khi học mẫu giáo các em đã phải học quá nhiều môn như: học vẽ, học nhạc, học chữ... Việc học trước chương trình hiện nay đang trở thành phổ biến đối với một số học sinh ở các thành phố lớn. Dịp hè thay vì nghỉ ngơi thì lại là dịp chạy đua đối với các em bởi lịch học kín mít mà bố mẹ đã xếp sẵn.

II. SỰ CẦN THIẾT PHẢI NÂNG CAO NĂNG LỰC TƯ VẤN CỦA GIÁO VIÊN CHO HỌC SINH TIỂU HỌC

Ở Việt Nam hiện nay chưa hình thành được một phân ngành tâm lý học đường chính thức, chưa đào tạo được nhiều các nhà tư vấn học đường chuyên nghiệp, mô hình tư vấn trong nhà trường chưa được xác định cụ thể, thống nhất; trong khi đó những vấn đề tâm lý học đường vẫn tồn tại khách quan, hiện diện hàng ngày trong cuộc sống gia đình, nhà trường và xã hội, vì vậy, việc nâng cao năng lực tư vấn của giáo viên cho học sinh tiểu học nói riêng và học sinh các cấp nói chung là quan trọng và cần thiết với mong muốn:

- Học sinh có thể tìm đến giáo viên để được tư vấn với bất kì khó khăn nào liên quan đến vấn đề học tập, tâm lý và các vấn đề khác xung quanh cuộc sống của học sinh.
- Giáo viên được tăng cường khả năng giao tiếp và tiếp cận với học sinh, kịp thời phát hiện những nhu cầu và những vấn đề cần được can thiệp tư vấn.
- Giáo viên có khả năng hỗ trợ học sinh giải quyết những khó khăn trong việc phát triển nhân cách, năng lực và kĩ năng học tập, lối sống khoẻ mạnh, định hướng nghề nghiệp,... Hỗ trợ phụ huynh trong việc chăm sóc và giáo dục con cái, phát triển mối quan hệ với nhà trường một cách tích cực, phát hiện những khó khăn của con cái và phối hợp với nhà trường trong việc giáo dục.

Nội dung 2

TƯ VẤN HỌC ĐƯỜNG

(School counseling còn được dịch là Tham vấn học đường)

I. MỘT SỐ KHÁI NIỆM

1. Tư vấn là gì?

Có nhiều định nghĩa về tư vấn (thuật ngữ “tư vấn” trong tài liệu này được hiểu như thuật ngữ “tham vấn” trong một số tài liệu khác – được dịch từ thuật ngữ tiếng Anh là “counseling”), dưới đây là một số định nghĩa được sử dụng trong tài liệu này.

Thuật ngữ “tư vấn” được hiểu là sự “đóng góp ý kiến về những vấn đề được hỏi đến, nhưng không có quyền quyết định”, Hoàng Phê, *Từ điển tiếng Việt*, NXB Đà Nẵng, 2000.

- Tư vấn là một quá trình tương tác giữa nhà tư vấn với NĐTV. Thông qua kỹ năng trao đổi chia sẻ và tâm tình, NĐTV hiểu và chấp nhận thực tế của mình, tự tìm lấy tiềm năng bản thân để giải quyết vấn đề của chính mình (Trần Thị Minh Đức, *Bàn về thuật ngữ tư vấn*, Tạp chí Đại học và Giáo dục chuyên nghiệp, 2000).
- Theo Mielke J. (1999), yếu tố tâm lý là động cơ rõ rệt thúc đẩy con người tìm đến tư vấn. Do đó khái niệm tư vấn nói đến sự trợ giúp tâm lý, chứ không đơn thuần là sự hỏi đáp về thông tin, kiến thức (theo *Tài liệu về công tác tham vấn*, Hà Nội, UNICEF Việt Nam, 2002).
- P.K. Onner cho rằng tư vấn là quá trình, vì vậy đòi hỏi nhà tư vấn phải dành thời gian nhất định và sử dụng các kỹ năng một cách thuần thực để giúp đỡ đối tượng tìm hiểu xác định vấn đề và triển khai các giải pháp trong điều kiện cho phép.
- Tư vấn là khoa học thực tiễn nhằm giúp đỡ NĐTV vượt qua khó khăn của họ, cải thiện tình huống nặng nề mà NĐTV đang gánh chịu, chữa trị những rối nhiễu tâm lý, phòng ngừa những hành vi sai lệch có thể xảy ra.
- Tư vấn là “nghề trợ giúp” cho người khác để họ tự giúp bản thân.

2. Hướng dẫn là gì?

Thuật ngữ “hướng dẫn” được hiểu là:

- *Hành động hoặc chức năng hướng dẫn, lãnh đạo, chỉ đạo.*

– *Tư vấn hoặc tư vấn về các vấn đề giáo dục, dạy nghề hoặc tâm lý.*

(Theo *Từ điển tiếng Anh 1986* @ Harper Collins, xuất bản năm 1998, 2000, 2003, 2005, 2006, 2007, 2009).

Hướng dẫn là quá trình tác động có chủ định của người hướng dẫn đến quá trình phát triển tự nhiên của đối tượng được hướng dẫn/giúp đỡ nhằm làm cho người đó hiểu, chấp nhận và sử dụng được những năng lực, khả năng và những mối quan tâm của mình trong việc đạt đến các mục tiêu phải thực hiện (mục tiêu do người được hướng dẫn tự đặt ra, hoặc được đặt ra từ bên ngoài nhưng người được hướng dẫn phải đạt được).

Ở bình diện xã hội, hướng dẫn có thể được xem như một chương trình trong số những dịch vụ trợ giúp con người dựa trên nhu cầu của mỗi cá nhân. Nó giúp cho người ta hiểu về môi trường xung quanh mình, về ảnh hưởng của những yếu tố môi trường đến mỗi cá nhân và về những đặc điểm riêng của môi trường. Hoạt động hướng dẫn được thiết lập để giúp mỗi người điều chỉnh theo môi trường của cá nhân, phát triển khả năng đặt ra những mục tiêu thiết thực cho bản thân họ, và để hoàn thiện kế hoạch tổng thể của người đó. Với tư cách là một quá trình, hoạt động hướng dẫn không phải là một việc làm đơn giản mà bao gồm hàng loạt các hành động và các bước tiến hành tăng dần hướng theo một mục đích.

Trong lĩnh vực giáo dục ở từng cơ sở giáo dục, sự hướng dẫn, với tư cách là một kiến tạo giáo dục, đòi hỏi phải có những người có nhiều kinh nghiệm (cán bộ quản lý cơ sở giáo dục, giáo viên có kinh nghiệm) để giúp cho mỗi người khác (đồng nghiệp, học sinh) tự hiểu được mình, biết chấp nhận mình và biết sống một cách có ích trong môi trường hoạt động của mình. Điều đó cũng giúp cho những người được hướng dẫn có những kinh nghiệm sống, kinh nghiệm hoạt động và kinh nghiệm về các mối quan hệ xã hội mà họ tham gia.

Tóm lại, hướng dẫn là một thuật ngữ khái quát được áp dụng cho các chương trình hoạt động và các dịch vụ của nhà trường nhằm giúp đỡ học sinh lập ra và thực hiện những kế hoạch thích hợp, giúp họ có được sự điều chỉnh hợp lý trong cuộc sống.

Sự hướng dẫn trong giáo dục thường được xác định theo ba hoạt động chính, đó là sự hướng dẫn về giáo dục (theo nghĩa rộng của thuật ngữ giáo dục), về nghề nghiệp và về ứng xử giữa cá nhân và xã hội.

Hướng dẫn về giáo dục (nghĩa rộng): Hướng dẫn về giáo dục liên quan đến việc cung cấp sự giúp đỡ cho các học sinh trong những lựa chọn của họ và điều chỉnh theo chương trình giảng dạy của nhà trường và cuộc sống trường học nói chung. Bởi vậy, hướng dẫn học tập là chủ yếu nhất trong hoạt động hướng dẫn giáo dục.

Hướng dẫn về nghề nghiệp: Hướng dẫn về nghề nghiệp bao gồm hướng dẫn cho giáo viên (đồng nghiệp) và hướng dẫn cho học sinh.

Khi giáo viên là đối tượng được hướng dẫn/giúp đỡ, nội dung sự hướng dẫn tập trung giúp giáo viên giải quyết được những vướng mắc, khó khăn trong quá trình lao động nghề nghiệp của họ (dạy học và giáo dục học sinh).

Đối với học sinh (đặc biệt học sinh THPT), hướng dẫn về nghề nghiệp có nội hàm là quá trình hướng nghiệp. Hướng nghiệp là quá trình giúp đỡ các cá nhân lựa chọn cơ hội, chuẩn bị và bước vào nghề cũng như tiến bộ trong nghề nghiệp.

Hướng dẫn ứng xử cá nhân và cộng đồng: Hướng dẫn ứng xử cá nhân và cộng đồng là quá trình giúp đỡ một cá nhân về cách cư xử có quan tâm đến người khác. Trước hết, hướng dẫn ứng xử cá nhân và cộng đồng giúp cho mỗi người hiểu được bản thân mình, cách sống cùng với mọi người, cách xử sự và phép xã giao, các hoạt động lúc rảnh rỗi, các kĩ năng xã hội, gia đình và các mối quan hệ gia đình và hiểu biết về vai trò của nam giới và của nữ giới.

3. Quan hệ giữa tư vấn và hướng dẫn trong trường học

Từ hiểu biết về các thuật ngữ “hướng dẫn” và “tư vấn” có thể rút ra mối quan hệ giữa hướng dẫn và tư vấn: Hướng dẫn và tư vấn có quan hệ mật thiết với nhau vì cùng thực hiện mục đích tạo ra một cơ hội cho một người nào đó thấy được nhiều lựa chọn có thể và sau đó giúp người đó có được sự lựa chọn sáng suốt. Sự khác biệt cơ bản là trong cách tiếp cận. Hướng dẫn và tư vấn thường có quan hệ với hoàn cảnh và điều kiện môi trường. Hướng dẫn là quá trình mang tính trực tiếp, thường diễn ra tại thời điểm xác định mà ở đó cần có một sự chọn lựa... Trong khi đó, tư vấn là quá trình mang tính khái quát hơn, không bị hạn chế về cả không gian và thời gian. Tư vấn được hiểu là sự giúp đỡ với sự quan tâm đến mọi mặt của một lựa chọn tiềm tàng, ngay cả trước khi lựa chọn đó được đưa ra, thậm chí cả khi một lựa chọn cần phải sửa đổi, củng cố hoặc từ bỏ (không đưa ra lời khuyên, nặng về cung cấp thông tin để tự giải quyết

vấn đề...). Hoạt động tư vấn tập trung vào giúp đỡ cá nhân hoặc nhóm đương đầu với những khó khăn trong việc tự quyết, tính độc lập... Những lưu ý được đưa ra nhằm làm rõ những sở trường, những kĩ năng, những điểm mạnh và những tiềm năng cá nhân của một người liên quan đến sự phát triển vai trò cá nhân. Phương thức tư vấn được dựa nhiều vào việc nhấn mạnh những tư liệu rõ ràng hiện có (tư liệu sẵn có trong nhận thức của cá nhân).

II. TƯ VẤN HỌC ĐƯỜNG Ở MỘT SỐ NƯỚC TRÊN THẾ GIỚI VÀ MỘT SỐ TRƯỜNG PHỔ THÔNG VIỆT NAM

1. Tư vấn học đường ở một số nước trên thế giới

- * **Tại Mỹ:** Theo Hiệp hội Tư vấn trong trường học Mỹ (ASCA, 1990): “Tư vấn học đường là công việc giúp đỡ tất cả các học sinh trong học tập, trong quan hệ xã hội, trong công việc, trong việc nâng cao năng lực cá nhân và giúp họ trở thành người có trách nhiệm và hữu ích. Nhà tư vấn trong trường học trợ giúp hình thành và tổ chức tất cả những chương trình này, cũng như cung cấp các hoạt động can thiệp tư vấn thích hợp”.

Tư vấn ở trường tiểu học: NTV ở trường quan sát học sinh trong hoạt động học tập và vui chơi. Hội ý với giáo viên và cha mẹ học sinh để đánh giá điểm mạnh, các vấn đề của học sinh, hoặc các nhu cầu đặc biệt. Cùng với giáo viên và cán bộ quản lí đảm bảo chương trình giảng dạy phù hợp với việc học tập và các nhu cầu phát triển của học sinh. Các nhà tư vấn ở trường tiểu học tư vấn nghề và học tập ít hơn so với các nhà tư vấn ở trường trung học.

- * **Tại Pháp:** Chức năng và nhiệm vụ của nhà tâm lí học đường được luật pháp quy định, với các hoạt động bao gồm: Phòng ngừa các khó khăn học đường; Triển khai và đánh giá công tác hỗ trợ tâm lí, chăm sóc sức khoẻ tinh thần cho học sinh; Cùng nhà trường xây dựng các kế hoạch su phạm và hỗ trợ thực hiện; Hỗ trợ hoà nhập cho học sinh tàn tật.
- * **Tại Singapore:** Các nhà tư vấn học đường làm việc trực tiếp với những người quản lí nhà trường để thiết kế các dịch vụ tư vấn học đường cho học sinh, đồng thời trực tiếp tư vấn, trị liệu cá nhân, nhóm, gia đình cho học sinh có khó khăn tâm lí và cá nhân viên trong trường. Các nhà tư vấn cũng đảm nhiệm việc thiết kế chương trình và tập huấn cho giáo viên, học sinh về sự phát triển tâm lí, xã hội và nhân cách con người, về các vấn đề sức khoẻ tâm thần, thiết kế và triển khai các chương trình đáp ứng các nhu cầu xã hội và tình cảm của học sinh. Đồng thời NTV cũng thực

hiện nhiệm vụ hướng nghiệp. Tư vấn học đường được thực hiện trong các trường từ tiểu học đến cấp THPT với các mục tiêu, chiến lược khác nhau, phù hợp với từng độ tuổi. Mục tiêu chung của hoạt động tư vấn là giải toả những chướng ngại, khó khăn của học sinh trong việc học tập, giúp quan hệ tốt hơn với bạn bè, thầy cô, đối phó vấn đề của bản thân, phát huy tối đa khả năng học tập và giảm nhẹ những căng thẳng trong thời kì chuyển tiếp của tuổi thanh thiếu niên.

- * *Lưu ý:* Ở một số nước, tư vấn trường học do các chuyên gia giáo dục đảm nhận (ví dụ, Botswana, Trung Quốc, Phần Lan, Israel, Malta, Nigeria, Romania, Đài Loan, Thổ Nhĩ Kỳ, Hoa Kỳ). Trong trường hợp khác, tư vấn trường học được thực hiện bởi các giáo viên dạy ngay trong lớp học hoặc các giáo viên trong trường làm nhiệm vụ kiêm nhiệm (ví dụ như Ấn Độ, Nhật Bản, Mexico, Hàn Quốc, Zambia).

2. Tư vấn học đường ở một số trường phổ thông Việt Nam

Ở Việt Nam, tư vấn học đường còn khá mới mẻ. Hiện nay tại một số trường THPT, THCS hay Tiểu học đã có phòng tư vấn và đối tượng được tư vấn chủ yếu là học sinh. Tuy nhiên, một số trường như trường THPT Đinh Tiên Hoàng (Hà Nội), trường THPT Nguyễn Tất Thành (Hà Nội) đối tượng được tư vấn mở rộng đến phụ huynh và giáo viên. Mục đích tư vấn của các trường cũng không hoàn toàn giống nhau. Ví dụ:

Mục đích tư vấn của trường THPT Đinh Tiên Hoàng là:

- Tìm hiểu đặc điểm tâm lý của học sinh, đặc biệt là những học sinh có khó khăn học đường (khó khăn trong học tập, trong quan hệ bạn bè, thầy cô và cán bộ nhà trường, trong việc thích nghi với nội quy nhà trường...);
- Tạo ra một môi trường để học sinh bộc lộ bản thân, chia sẻ khó khăn, băn khoăn thắc mắc, suy nghĩ;
- Cung cấp cho học sinh một số kĩ năng, thông tin và phương pháp đương đầu với các tình huống trong cuộc sống nói chung và trong nhà trường nói riêng nhằm giúp học sinh vượt qua về mặt tâm lý trong học tập;
- Cung cấp thông tin về tâm lý học sinh để giáo viên, gia đình học sinh hiểu học sinh hơn, từ đó đưa ra phương pháp giáo dục thích hợp;
- Rút ra những trường hợp điển hình phục vụ cho nghiên cứu khoa học.

Mục đích tư vấn của trường THPT Trần Nhân Tông là:

- Tư vấn hướng nghiệp cho học sinh, phương pháp học tập;

- Tư vấn tình cảm;
- Giúp thầy cô quản lí lớp, quản lí học sinh;
- Tham gia hoạt động ngoại khoá: Tổ chức các hoạt động giáo dục hướng nghiệp; sức khoẻ sinh sản; kĩ năng sống...

III. MỤC TIÊU, NHIỆM VỤ VÀ NỘI DUNG HOẠT ĐỘNG TƯ VẤN CHO HỌC SINH TIỂU HỌC

1. Mục tiêu tư vấn cho học sinh tiểu học

Mục tiêu tư vấn cho học sinh tiểu học luôn được xác định từ nhu cầu của các em. Dưới đây là một số mục tiêu tư vấn ở các cấp độ từ thấp đến cao:

- Giúp học sinh giảm bớt các cảm giác tiêu cực.
- Giúp học sinh tăng thêm hiểu biết về bản thân và hoàn cảnh của các em.
- Giúp học sinh đưa ra các quyết định lành mạnh, hiệu quả.
- Hướng dẫn học sinh thi hành các quyết định mà các em đã lựa chọn.

2. Nhiệm vụ tư vấn cho học sinh tiểu học

* Nhiệm vụ chung nhất của tư vấn là:

- Xác định vấn đề và nguyên nhân gây ra.
- Chẩn đoán, đánh giá, phân loại vấn đề.

* Nhiệm vụ cụ thể của tư vấn là:

- Làm thư giãn cảm xúc của NĐTV.
- Giúp NĐTV nhận diện vấn đề, cải thiện những suy nghĩ tiêu cực không hợp lí.
- Giúp NĐTV đưa ra các quyết định ưu tiên.
- Giúp NĐTV đưa ra các quyết định thay đổi hành vi.

3. Nội dung hoạt động tư vấn ở trường tiểu học

Hoạt động tư vấn ở trường tiểu học khác với trường trung học, trong đó, tư vấn ở trường tiểu học quan tâm đến sức khoẻ tâm thần khi phát triển chiến lược. Các mục đích của nhà tư vấn với học sinh tiểu học là giúp các em phát triển nhận thức lành mạnh, tin vào chính mình, tin vào năng lực của mình. Nhìn chung nội dung hoạt động tư vấn trong các trường tiểu học trên thế giới nhấn mạnh đến hoạt động “phòng, chống các nguy cơ có thể xảy ra với học sinh” và chú trọng đến việc can thiệp sớm. Dưới đây

là tổng hợp thông tin về nội dung hoạt động tư vấn tại một số trường tiểu học của Mỹ.

- Quan sát hoạt động học tập của học sinh trong lớp và trong các hoạt động khác ở trường. Thảo luận với giáo viên, cha mẹ học sinh để đánh giá điểm mạnh cũng như vấn đề khó khăn, nhu cầu đặc biệt của học sinh.
- Xác định và can thiệp sớm các nguy cơ, loại bỏ các rào cản đối với việc học tập, phát triển kiến thức, kĩ năng, thái độ đối với học sinh để các em có thể phát triển nhân cách lành mạnh như là nền tảng cho sự thành công tương lai.
- Hỗ trợ học tập, bao gồm cả nghiên cứu, tổ chức và kĩ năng làm bài thi.
- Giáo dục các kĩ năng sống như các kĩ năng đặt mục tiêu, ra quyết định, tự nhận thức, giao tiếp, quan hệ với bạn cùng lứa, các chiến lược ứng phó với những nguy cơ bị xâm hại, lạm dụng và các kĩ năng xã hội khác như giải quyết vấn đề, giải quyết xung đột.

Nội dung 3

MỘT SỐ KĨ NĂNG TƯ VẤN CƠ BẢN

I. KĨ NĂNG LẮNG NGHE TÍCH CỰC

1. Lắng nghe tích cực là gì?

Lắng nghe tích cực là không chỉ nghe bằng tai, trí tuệ mà nghe bằng cả trái tim. Sự lắng nghe thể hiện ở việc tập trung vào các từ ngữ NĐTV nói ra mà không cần xem xét các mối quan hệ khác, nghe mà không gợi ý, không khuyên, không hỏi vặn và phản hồi bằng những từ ngữ khách quan.

2. Các bước lắng nghe tích cực

NTV đặt một câu hỏi chung để NĐTV trò chuyện. Trong khi NĐTV trò chuyện, NTV thực hiện các bước sau:

- Hoà nhập những biểu hiện phi ngôn ngữ của mình với những biểu cảm cơ thể của NĐTV (thể hiện sự tương hợp trong ánh mắt, giọng nói, tốc độ nói, dáng vẻ, tư thế...).
- Sử dụng những câu trả lời đáp ứng tối thiểu (để tránh làm ngắt quãng dòng thông tin của NĐTV).
- Nhấn mạnh điểm chính trong câu nói của NĐTV (thỉnh thoảng chốt lại một vài từ ngữ chính để giúp thân chủ giữ mạch thông tin).

- Sử dụng sự phản hồi (khi nghe cần phản hồi để thân chủ biết là NTV đang tập trung vào NĐTV, cần đưa ra những phản hồi soi sáng).
- Đặt câu hỏi ngắn gọn (khuyến khích thân chủ tiếp tục câu chuyện).
- Lưu ý điều thiếu sót (khi nhận thấy thông tin của NĐTV chưa rõ ràng trong câu nói của NĐTV, cần hỏi lại, hoặc bình luận để NĐTV sáng rõ hơn về thông tin đó).
- Tóm tắt các ý cơ bản (tập trung chính vào thái độ cảm xúc của thân chủ, bày tỏ sự thấu cảm trong thông tin tóm tắt).

3. Tác dụng của lắng nghe tích cực trong tư vấn

- Lắng nghe tích cực giúp NTV đi vào nội tâm của NĐTV.
- Khi được lắng nghe tích cực, NĐTV sẽ cảm thấy:
 - + Muốn tiếp tục chia sẻ, do đó họ nói nhiều hơn, chia sẻ cảm giác của mình nhiều hơn. Điều này làm cho quá trình tư vấn được diễn ra theo ý muốn của NĐTV.
 - + Giải toả và giải phóng được bản thân khỏi sự kiểm chế của người khác, khỏi sự tự vệ “đeo mặt nạ”.
 - + Có trách nhiệm và tự lập luận với vấn đề của mình.
 - + Có người thông cảm, hiểu mình, từ đó có thể tự tìm ra giải pháp cho vấn đề của mình.

II. KĨ NĂNG HỎI

1. Hỏi là gì?

Hỏi là cách thức trong đó người hỏi muốn khai thác thông tin từ người được hỏi nhằm mục đích nào đó. Trong tư vấn, hỏi không chỉ khai thác những thông tin bề nổi liên quan đến sự kiện của NĐTV, mà qua đó làm toát lên những thông tin ẩn chứa đằng sau sự kiện đó.

2. Đặt câu hỏi hiệu quả

Trong tư vấn, một câu hỏi đặt ra cho NĐTV phải bao hàm hai khía cạnh là kĩ thuật đặt câu hỏi và nội dung hỏi.

Kĩ thuật đặt câu hỏi: Câu hỏi có kĩ thuật thể hiện người hỏi đã làm chủ được các dạng câu hỏi, đưa ra những câu hỏi thu thập được nhiều thông tin, câu hỏi khai thác được khía cạnh cảm xúc, nhận thức và hành vi của NĐTV, câu hỏi đặt ra khách quan, logic với cách nhìn của

NĐTV và ở dạng câu hỏi mở – câu hỏi có từ để hỏi: *Như thế nào? Cái gì? Bao giờ? Ở đâu? Ai?...*

Nội dung hỏi: Nội dung hỏi thể hiện tính mục đích và đúng vào trọng tâm vấn đề của NĐTV.

Để đưa ra được câu hỏi có hiệu quả, NTV phải trả lời được câu hỏi sau trước khi đặt câu hỏi cho NĐTV:

- Khi nào nên hỏi?
- Câu hỏi này sẽ đem lại mục đích gì?
- Câu hỏi này có làm xáo trộn nội tâm của NĐTV không?
- NTV có ý thức được hậu quả của câu hỏi mà mình đưa ra không?
- Câu hỏi thể hiện như thế nào thì tốt hơn?
- Vì sao lại phải đưa ra câu hỏi này?
- NTV liệu có ý thức được câu hỏi này đưa ra sẽ dẫn tới lạc hướng vấn đề của NĐTV?

3. Tác dụng của kĩ năng hỏi trong tư vấn

Hỏi là công cụ chính để thu thập thông tin của NTV, nếu đưa ra được câu hỏi hiệu quả, NTV không chỉ làm cho NĐTV nói ra những điều mình muốn biết, mà còn giúp họ nói ra những điều đã bị quên đi trong quá khứ, giúp họ ý thức tốt hơn về sự kiện hiện tại.

III. KĨ NĂNG PHẢN HỒI

1. Phản hồi là gì?

Phản hồi là nói lại bằng từ ngữ của mình hoặc nhắc lại lời của NĐTV một cách cô đọng những sự kiện hay cảm xúc, hoặc làm sáng tỏ điều NĐTV cảm thấy và đạt được sự tán thành của NĐTV. Trong tư vấn, phản hồi đạt được một sự khách quan khi NTV chỉ đơn giản nói lại những điều mình quan sát và nghe thấy liên quan đến sự kiện và cảm xúc của NĐTV mà không gắn với sự suy luận, đánh giá về vấn đề của NĐTV và con người của NĐTV.

2. Cách phản hồi và các loại phản hồi

Để phản hồi đạt hiệu quả, câu phản hồi thường kèm theo các mệnh đề đầu câu như: *Dường như..., Có vẻ như..., Hình như..., Tôi cảm thấy..., Có thể...*

Có nhiều loại phản hồi như phản hồi lặp lại, phản hồi cảm xúc, phản hồi soi sáng.

Phản hồi lặp lại: NTV sử dụng từ ngữ đơn giản để tóm lược lại câu chuyện với sự sắp xếp những điểm chính trong đó. Cách phản hồi này thường thiếu sự thấu hiểu. Loại phản hồi này không được đánh giá cao; thường được thực hiện khi bắt đầu tiếp cận với NĐTV, khi NTV còn thiếu hiểu biết về NĐTV.

Phản hồi cảm xúc: Phản hồi cảm xúc thể hiện những gì NTV nhìn thấy, nghe thấy, đưa ra những kết luận hoặc giả thiết từ một cảm xúc, một tình huống do NĐTV bộc lộ. Qua quan sát và lắng nghe câu chuyện của NĐTV, NTV phải gọi tên được loại cảm xúc, tình cảm NĐTV vừa bày tỏ theo cách làm cho NĐTV cảm thấy dễ chịu, phù hợp với sự diễn tả của NĐTV. Ví dụ:

* Để giúp NĐTV nhận thức lại cảm xúc mà họ vừa bộc lộ, NTV nói:

- Có vẻ như em không cảm thấy hài lòng.
- Dường như em có vẻ không vui.

* Để giúp NĐTV làm sáng tỏ nguyên nhân gây ra cảm xúc, NTV nói:

- Dường như em cảm thấy lo sợ mỗi khi nhận được điểm kém.
- Có vẻ như sắp đến kì thi là em lại bị óm.

Phản hồi soi sáng: NTV lời lên bề mặt ý thức những cảm nhận vô thức của NĐTV và làm sáng tỏ chúng ở dạng “cao cấp” hơn hoặc dựa trên quan sát những dấu hiệu ngầm ẩn, không lời như: sự lựa chọn từ, một tiếng thở dài, một sự ngập ngừng, một thoáng nổi giận trong cái nhìn, một giọng nói yếu nhưng quyết liệt hơn... các dấu hiệu này chưa đạt lên ngưỡng ý thức của NĐTV. Ví dụ:

* Để giúp NĐTV tập trung vào cảm xúc ngầm ẩn, chưa đạt đến mức nhận biết, NTV nói:

- Em nói sự việc đã qua rồi, điều đó không còn quan trọng với em nữa, nhưng em đã nói rất nhiều về chủ đề này. Hình như em vẫn đang giận các bạn gây ra việc đó.
- Có vẻ như em đang cảm thấy rất cô đơn, vì bạn thân nhất của em đã làm em thất vọng.

* Để động viên an ủi, giúp NĐTV nhìn nhận theo chiều hướng tích cực (mà không đưa ra nhận xét mang tính đánh giá), NTV nói:

- Em đã cố gắng rất nhiều trong kì thi vừa qua, kết quả như thế nào đôi khi lại nằm ngoài ý muốn của mình.

3. Tác dụng của kĩ năng phản hồi

- Phản hồi giúp NTV nhận ra điều mình hiểu là không sai, không suy diễn. Trong trường hợp nếu NTV hiểu chưa đúng, NĐTV sẽ giải thích để NTV hiểu đúng những gì NĐTV bày tỏ.
- Phản hồi của NTV còn giúp NĐTV:
 - + Cảm thấy có người lắng nghe và hiểu mình.
 - + Cảm thấy được khích lệ, được tôn trọng.
 - + Ý thức tốt hơn điều họ vừa nói.
 - + Có trách nhiệm với bản thân mình.

IV. KĨ NĂNG THẤU CẢM

1. Thấu cảm là gì?

Thấu cảm (thấu hiểu) là cảm nhận điều mà NĐTV đang cảm nhận. Đó là khả năng hiểu bằng cảm xúc cũng như bằng tư duy thế giới bên trong của NĐTV.

2. Luyện kĩ năng thấu cảm

- Đặt mình vào hoàn cảnh của NĐTV để cảm nhận về điều họ đang cảm thấy, cảm nhận nó “như thể của mình” – Đây là yêu cầu về sự tôn trọng, chấp nhận con người của NĐTV.
 - Nhắc lại cảm xúc mà NĐTV nói và nguyên nhân dẫn đến cảm xúc đó.
 - Nói rằng điều họ đang cảm thấy là đúng trong hoàn cảnh của họ.
 - Làm cho NĐTV thấy họ có giá trị trong hoàn cảnh của họ (đạt mức độ thấu cảm cao).
- * *Lưu ý: Tránh sử dụng khi nói lời thấu cảm:*
- Không đưa ra lời khuyên (hãy, nên) hoặc bảo họ làm gì, làm thế nào theo kiểu giáo dục chung chung.
 - Không đưa kinh nghiệm cá nhân của mình vào câu nói thấu cảm.
 - Không đứng về một phía nào đó – NĐTV hay các nhân vật trong câu chuyện của họ để bênh hoặc chê họ.
 - Không giảng đạo đức xã hội, hay bình luận vấn đề, con người NĐTV,
 - Không đặt câu hỏi.

3. Tác dụng của kĩ năng thấu cảm

- Khi NTV bày tỏ lời nói thấu cảm giúp thân chủ vui đi nỗi lòng, do cảm thấy có người hiểu mình.
- Sự bày tỏ của NTV đạt được mức độ sâu sắc về những điều NĐTV nói tới khi chỉ ra những giá trị tích cực của NĐTV và là NĐTV thấy mình có giá trị. Điều này hướng NĐTV đến thay đổi hành vi và tình trạng thực tế của họ.
- Khi NTV bày tỏ thấu cảm một cách công thức, máy móc, cường điệu, không tự nhiên, không kèm với thái độ tôn trọng NĐTV thì hiệu quả tác động có thể sẽ bị ngược lại.

Nội dung 4

TƯ VẤN CÁ NHÂN VÀ TƯ VẤN NHÓM

I. TƯ VẤN CÁ NHÂN

1. Đặc điểm tư vấn cá nhân cho học sinh tiểu học

Trong xã hội, khi các cá nhân có nhu cầu được giúp đỡ họ sẽ tìm đến các trung tâm tư vấn để được trợ giúp. Tuy nhiên, tư vấn học đường lại không phải như vậy. Đặc biệt với học sinh tiểu học, các em nhiều khi cũng không nhận ra được vấn đề của mình. Ví dụ, gần đây trên internet có nêu trường hợp một học sinh lớp 3 bị mẹ kế đánh bầm tím, chỉ được phát hiện khi mẹ đẻ của em đến thăm. Vì vậy, các giáo viên, trong vai trò của nhà tư vấn cần quan tâm phát hiện vấn đề của học sinh mình và chủ động đặt kế hoạch tiếp cận, trao đổi trò chuyện với các em, cùng các em tìm ra phương án tháo gỡ khó khăn.

Lưu ý: Quá trình tư vấn cho các em cũng cần được giữ kín, và có thể không được tiết lộ cho cha mẹ,... ngoại trừ tình trạng khẩn cấp.

2. Quy trình tư vấn cá nhân

Thông thường, tư vấn cá nhân có thể thực hiện theo 5 bước: *Tiếp cận ban đầu; Tập hợp khai thác thông tin; Xác định mục tiêu cần đạt; Tìm kiếm các giải pháp và cuối cùng là Theo dõi, xem xét lại các giải pháp.* Dưới đây là phần tóm tắt các yêu cầu cần đạt ở mỗi bước.

2.1. Tiếp cận ban đầu

- Xây dựng một sự hợp tác giữa NTV và NĐTV, giúp họ có cảm giác thoải mái, tin cậy ở NTV.

- Giải thích với NĐTV về những gì sẽ xảy ra trong cuộc tư vấn, tạo điều kiện cho cuộc nói chuyện tập trung và diễn ra theo dự kiến.
- Nói với NĐTV về việc đảm bảo tính riêng tư và nguyên tắc bảo mật giữ kín chuyện của các bạn.

2.2. Tập hợp khai thác thông tin

- Xác định phạm vi vấn đề để tránh mất thì giờ với những chủ đề không có mục đích.
- Tìm hiểu những nhân tố, sự kiện và ảnh hưởng của nó đối với hành vi, suy nghĩ, tình cảm của NĐTV.
- Khai thác thông tin xem đằng sau vấn đề còn có những mối quan hệ nào khác đáng đáng liên quan đến vấn đề của NĐTV.

2.3. Xác định mục tiêu cần đạt

- Xác định rõ ý đồ của NĐTV muốn cải thiện hoàn cảnh hiện tại của họ như thế nào?
- Vai trò là người bạn đồng hành với NĐTV của NTV rất cần thiết.

2.4. Tìm kiếm giải pháp

- Giúp NĐTV tìm ra kết quả một kế hoạch khả thi để đạt mục tiêu do họ đề ra.
- Giúp NĐTV xây dựng, sử dụng các kĩ năng có quan hệ đến việc thay đổi hành vi và tự lo cho bản thân.
- Giúp NĐTV trong việc đưa ra các quyết định.
- Xác định những khó khăn trong khi thực hiện các quyết định.

2.5. Theo dõi, xem xét lại quá trình thực hiện giải pháp

- NTV không được phép kết thúc mối quan hệ tư vấn khi chưa giúp được NĐTV vạch ra mục tiêu cụ thể cần đạt được và những công việc cụ thể cần làm.
- Khi gặp bế tắc, NTV có thể “hẹn gặp lại”.

II. TƯ VẤN NHÓM

1. Tư vấn nhóm là gì?

Tư vấn nhóm là tổ chức và tập hợp một số các em có hoàn cảnh tương đồng để các em trao đổi cùng nhau những vấn đề suy nghĩ, những cảm

xúc, những trải nghiệm của các em dưới hình thức trao đổi tâm sự, không ồn ào nhưng thông cảm chia sẻ, cởi mở. Tuy nhiên, cũng có thể thực hiện với cả lớp.

2. Mục đích

Tư vấn nhóm để giúp học sinh hiểu vì sao các em lại hành động như vậy. Suy nghĩ, cảm xúc của các em đã tác động lên hành vi của các em như thế nào. Làm thế nào để tháo gỡ vượt qua những rủi ro, những hệ quả xấu do những hành vi đó gây ra. Qua đó, hiểu thái độ, tính cách của các em. Đồng thời cũng xem xét những diễn biến qua tác động của nhóm và phản ứng của các thành viên trong nhóm.

3. Các giai đoạn của tư vấn nhóm

Tư vấn nhóm dựa trên mô hình tư vấn 5 giai đoạn, song không nhất thiết phải theo trình tự máy móc.

3.1. *Giai đoạn hình thành*

Giai đoạn này, học sinh mới biết nhau nhưng chưa thân, chưa quen, chưa thoải mái, còn ngượng ngịu, giữ ý, NTV giúp họ làm quen, thu hẹp khoảng cách.

3.2. *Giai đoạn xung đột*

Giai đoạn này phát triển những mâu thuẫn do cách nhìn, sự suy nghĩ khác nhau, có sự khẳng định mình, thách thức người khác. Do đó có thể đôi khi nảy sinh những đấu tranh xung đột giữa các thành viên, tùy theo ý nghĩ, cảm xúc và sự cạnh tranh giữa các thành viên.

3.3. *Giai đoạn hoà hợp*

Họ hiểu nhau hơn và chia sẻ những bức xúc, các em bớt đi cảm giác cô đơn, cô chổ dựa tinh thần ở người cùng chung hoàn cảnh.

3.4. *Giai đoạn thực hiện*

Các thành viên bắt đầu có sự sẻ chia thông cảm và nảy sinh lòng tin ở nhau cũng như với NTV. Tin ở bản thân, mong muốn vận dụng các kinh nghiệm đã học được, thái độ của các thành viên thể hiện ra vẻ ngoài bớt suy tư, bức xúc, cảm giác thoải mái, trò chuyện tự nhiên, hướng tới những viễn cảnh tốt đẹp.

3.5. Giai đoạn kết thúc

Khi kết thúc phải chia tay nhau. NTV có thể lập quyển sổ ghi nhớ, mỗi trang do một người viết. Sau đó gửi cho các thành viên để mỗi người đều có quyển được người khác nhớ và mình nhớ người khác.



F. DANH MỤC TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. GS.TS. Trần Thị Minh Đức. *Giáo trình tham vấn tâm lý*. NXB Đại học Quốc gia Hà Nội, 2011.
2. ThS. Nguyễn Thị Hằng Phương. *Tham vấn học đường và thực trạng nhu cầu tham vấn của học sinh trung học phổ thông* (trang 43 – 51, Kỷ yếu Hội thảo khoa học quốc tế: *Nhu cầu, định hướng và đào tạo tâm lý học đường tại Việt Nam*. Hà Nội 3 – 4/8/2009).
3. TS. Nguyễn Thị Minh Hằng, CN Nguyễn Thị Nga. *Lo âu học đường ở học sinh lớp 1* (trang 90 – 94 Kỷ yếu Hội thảo khoa học quốc tế: *Nhu cầu, định hướng và đào tạo tâm lý học đường tại Việt Nam*. Hà Nội 3 – 4/8/2009).
4. TS. Ngô Thị Thu Dung. *Nhu cầu tham vấn học đường và đề xuất nội dung tư vấn học đường cho thanh thiếu niên trong trường học* (trang 100 – 106 Kỷ yếu Hội thảo khoa học quốc tế: *Nhu cầu, định hướng và đào tạo tâm lý học đường tại Việt Nam*. Hà Nội 3 – 4/8/2009).
5. Vũ Ngọc Hà. *Thực trạng khó khăn tâm lý của học sinh đầu lớp 1 qua đánh giá của học sinh, giáo viên và phụ huynh* (trang 143 – 151 Kỷ yếu Hội thảo khoa học quốc tế: *Nhu cầu, định hướng và đào tạo tâm lý học đường tại Việt Nam*. Hà Nội 3 – 4/8/2009).
6. Kỷ yếu Hội thảo khoa học quốc tế. *Nhu cầu, định hướng và đào tạo tâm lý học đường tại Việt Nam*. Hà Nội 3 – 4/8/2009.
7. TS. Lã Thị Thu Thủy. *Mức độ kỳ vọng của cha mẹ đối với con cái lứa tuổi tiểu học* (trang 232 – 237 Kỷ yếu Hội thảo khoa học quốc tế: *Nhu cầu, định hướng và đào tạo tâm lý học đường tại Việt Nam*. Hà Nội 3 – 4/8/2009).
8. TS. Trần Thị Thu Hương. *Một số kỹ thuật đánh giá trong tâm lý học học đường: kinh nghiệm của Canada* (trang 370 – 378 Kỷ yếu Hội thảo khoa

học quốc tế: *Nhu cầu, định hướng và đào tạo tâm lý học đường tại Việt Nam*. Hà Nội 3 – 4/8/2009).

9. ThS. Võ Thị Tường Vy. *Thực trạng công tác tham vấn học đường và những kiến nghị đề xuất* (trang 386 – 391 Kỷ yếu Hội thảo khoa học quốc tế: *Nhu cầu, định hướng và đào tạo tâm lý học đường tại Việt Nam*. Hà Nội 3 – 4/8/2009).
10. J.P. Orliaguet. Trường Đại học Tổng hợp Mandès France, Giám đốc Trung tâm Đào tạo các nhà tâm lý học đường. *Tâm lý học đường và các hoạt động sư phạm*.
11. Lapan, RT, Gysbers, NC, & Kayson, MA. *Missouri trường tư vấn lợi ích tất cả các sinh viên*. Jefferson City, MO: Missouri, Sở Giáo dục Tiểu học và Trung học, 2007.
12. Webb, L., Brigman, G., & Campbell, C. *Linking school counselors and student success: A replication of the student success skills approach targeting the academic and social competence of students*. Professional School Counseling, 2005.
13. Baggerly, J., Parker, M. *Child – centered group play therapy with african american boys at the elementary school level*. Journal of Counseling and Development, 2005.
14. Henry, J., Coker, JK, & McNab, W. *The school counselor: An essential partner in today's coordinated school health climate*. Guidance & Counseling, 2005.

