

TÌM HIỂU NHỮNG KHÓ KHĂN TÂM LÝ Ở HỌC SINH TRUNG HỌC CƠ SỞ

• TS. ĐỖ THỊ HẠNH PHÚC
Đại học Sư phạm Hà Nội

1. Đặt vấn đề

Học sinh (HS) trung học cơ sở (THCS) đang trong lứa tuổi thiếu niên, lứa tuổi mà nhân cách các em đang có sự rung chuyển mạnh, đánh dấu thời kì phát triển quan trọng nhất trong suốt cuộc đời của mỗi con người. Thời kì này bao gồm một loạt những biến đổi sâu sắc về sinh lí, tâm lí và xã hội của lứa trẻ, giúp các em dần hoà nhập vào thế giới người trưởng thành. Đời sống tâm lí của lứa tuổi thiếu niên rất phức tạp, phong phú nhưng chứa đầy mâu thuẫn, biến động. Chính những điều này ảnh hưởng đến sự hình thành và phát triển nhân cách của thiếu niên, đồng thời cũng dễ trở thành nguyên nhân khiến các em có những băn khoăn, lo lắng, mất tập trung trong học tập, rèn luyện.

Xã hội ngày càng phát triển trên nhiều lĩnh vực nên thiếu niên cũng có nhiều điều kiện thuận lợi hơn trong cuộc sống và học tập. Các em được hưởng một mức sống cao hơn, cha mẹ dành nhiều sự chăm sóc đặc biệt cho các em; nhà trường và xã hội quan tâm đầu tư, tạo mọi điều kiện về cơ sở vật chất để các em có thể học tập tốt nhất. Tuy nhiên, sự phát triển của lứa tuổi và những thay đổi quá mạnh mẽ về điều kiện kinh tế, văn hoá - xã hội đã ảnh hưởng trực tiếp đến lối sống, cách ứng xử, giao tiếp, kết bạn của

thiếu niên. Ngoài ra, sự quá tải trong nội dung học tập, áp lực của những kì thi, sự kì vọng của gia đình... cũng khiến cho một số HS THCS bị căng thẳng. Ngược lại, một số gia đình quá bận rộn, ít quan tâm đến các em, làm các em có thể lười học, ham chơi, rời sa vào các tệ nạn xã hội, gia nhập vào các nhóm trẻ hư, ảnh hưởng đến sự phát triển nhân cách. Điều này gây khó khăn, bức xúc không chỉ cho cha mẹ các em mà còn cho toàn xã hội.

Bởi vậy, việc tìm hiểu những khó khăn tâm lí của học sinh THCS để đề xuất một số biện pháp giáo dục là rất quan trọng và cần thiết trong thực tiễn công tác giáo dục thiếu niên.

2. Khách thể nghiên cứu: 286 HS THCS thuộc hai trường THCS Thanh Xuân Nam (quận Thanh Xuân) và THCS Tân Trào (quận Hoàn Kiếm) thành phố Hà Nội, trong đó có 148 HS nam, 138 HS nữ, 143 HS khối lớp 8 và 143 HS khối lớp 9.

3. Kết quả nghiên cứu

Để tìm hiểu thực trạng những khó khăn tâm lí của HS THCS, chúng tôi đưa ra câu hỏi: "Các em thường gặp khó khăn nào trong cuộc sống và trong học tập?". Kết quả được tính theo điểm trung bình và được thể hiện trong bảng 1:

Bảng 1. Nội dung khó khăn tâm lí của học sinh THCS

STT	Khó khăn	Tổng chung		Theo giới tính				Theo lớp			
				Nam		Nữ		Lớp 8		Lớp 9	
		\bar{X}	Thứ bậc	\bar{X}	Thứ bậc	\bar{X}	Thứ bậc	\bar{X}	Thứ bậc	\bar{X}	Thứ bậc
1	A	2.05	2	2.07	1	2.04	2	1.99	3	2.12	1
2	B	1.95	4.5	1.94	4	1.96	5	1.98	4	1.92	5
3	C	1.95	4.5	1.91	5.5	1.99	4	1.92	5	1.97	4
4	D	1.76	9	1.82	9	1.69	9	1.78	9	1.75	9
5	E	1.86	6	1.86	7	1.86	6	1.83	6	1.89	6
6	F	1.83	7.5	1.84	8	1.81	7	1.81	7	1.85	8
7	G	2.08	1	2.05	2	2.11	1	2.06	2	2.11	2
8	H	2.02	3	2.02	3	2.03	3	2.07	1	1.98	3
9	I	1.83	7.5	1.91	5.5	1.75	8	1.79	8	1.88	7
Σ HS		286		RS1= 0.88				RS2 =0.90			

Ghi chú:

- A. Khó khăn trong quan hệ, ứng xử với bạn bè
- B. Khó khăn trong quan hệ, ứng xử với bạn khác giới
- C. Khó khăn trong việc tham gia sinh hoạt tập thể và tu dưỡng đạo đức
- D. Khó khăn trong quan hệ, ứng xử với thầy, cô giáo
- E. Băn khoăn lo lắng về sự phát triển cơ thể và hình thức của mình
- F. Khó khăn trong quan hệ, ứng xử với cha mẹ
- G. Băn khoăn, lo lắng từ sự đánh giá của người khác về mình
- H. Khó khăn, vướng mắc trong học tập
- I. Khó khăn nảy sinh khi suy nghĩ, ước mơ về tương lai của mình

Bảng 1 cho thấy, khó khăn tâm lí khiến HS THCS xếp vị trí số 1 với điểm trung bình 2,08 là những vấn đề nảy sinh từ sự đánh giá của người khác về mình. HS THCS đang ở lứa tuổi thiếu niên, tự ý thức đã phát triển mạnh, đặc biệt ở những lớp cuối cấp nên các em thường rất nhạy cảm với những nhận xét, đánh giá của người khác về bản thân. Em T.L. (lớp 9 Trường THCS Tân Trào) tâm sự: "Em rất lo khi thầy cô giáo nhận xét về mình, nhất là khi thầy cô đánh giá chưa tốt về kết quả học tập và rèn luyện".

Xếp vị trí thứ hai là những khó khăn trong quan hệ với bạn mà HS mong muốn được chia sẻ với điểm trung bình 2,05.

Khó khăn, vướng mắc trong học tập được HS xếp thứ 3 với điểm trung bình là 2,02. Nội dung học quá tải, phương pháp học tập mới lạ khiến một số HS THCS chưa hoàn toàn thích ứng với học tập. Việc tổ chức thi tốt nghiệp THPT và thi tuyển sinh đại học dưới hình thức trắc nghiệm trong hai năm gần đây cũng làm cho một số HS lo lắng ngay từ bậc học THCS. Mặt khác, thời gian tự học của các em cũng còn ít do phải tham gia nhiều nhóm học thêm.

Xếp vị trí thứ tư là những khó khăn trong việc tham gia các sinh hoạt tập thể và tu dưỡng đạo đức của HS THCS (điểm trung bình là 1,95). Trong bối cảnh xã hội Việt Nam hiện nay với xu hướng hội nhập và toàn cầu hoá, có sự giao lưu về văn hoá với thế giới nên thiếu niên có điều kiện cập nhật được một số thông tin mới nhưng đôi khi các em cũng thể hiện những hành vi chưa chuẩn mực. Bởi vậy việc tuân thủ các hoạt động

tập thể và rèn luyện cách ứng xử, các hành vi đạo đức là những khó khăn với HS THCS.

Cùng xếp vị trí thứ tư (1,95 điểm) là những khó khăn xuất hiện trong quan hệ, ứng xử với bạn khác giới.

Tiếp theo là những băn khoăn, lo lắng về sự phát triển cơ thể, hình thức bề ngoài của thiếu niên với điểm trung bình là 1,86, xếp thứ sáu.

Những khó khăn trong quan hệ, ứng xử với cha mẹ và khó khăn khi nghĩ và mơ ước về tương lai cùng xếp thứ bảy với điểm trung bình là 1,83. Em M.L (lớp 9, Trường THCS Thanh Xuân Nam) tâm sự "Em rất muốn làm cô giáo dạy văn nhưng bố mẹ em lại muốn em học kinh tế vì cả gia đình em làm về lĩnh vực đó. Em lo lắng và chưa biết phải làm sao".

Lĩnh vực theo các em thường ít gây khó khăn, ít phải suy nghĩ nhất đó là những vấn đề nảy sinh trong cách cư xử với thầy, cô giáo (điểm trung bình là 1,76, xếp vị trí thứ 9).

Xét theo giới, có sự tương quan giữa nam và nữ trong việc đánh giá về khó khăn tâm lí ở HS THCS (với $RS1 = 0,88$). Tuy nhiên, có sự khác nhau trong ý kiến của nam và nữ HS về thứ bậc các khó khăn tâm lí. Với nam HS, các em cho rằng vấn đề cần suy nghĩ nhiều nhất thường nảy sinh trong quan hệ bạn bè (số điểm trung bình là 2,07, xếp thứ nhất). Tiếp theo là khó khăn tâm lí nảy sinh từ sự đánh giá của người khác về mình (xếp thứ 2, đạt điểm trung bình là 2,05). HS nữ lại xếp vị trí thứ nhất là những khó khăn nảy sinh từ sự đánh giá của người khác về mình (với số điểm trung bình là 2,11) và đứng thứ 2 sau đó là những vấn đề nảy sinh trong quan hệ bạn bè (điểm trung bình là 2,04 điểm).

Xét theo khối lớp, có sự tương quan trong đánh giá của HS khối lớp 9 và HS khối lớp 8 về những khó khăn tâm lí với $RS2 = 0,90$. Song cũng có sự khác biệt nhất định về nội dung các khó khăn tâm lí giữa HS hai khối. Trong khi HS khối lớp 9 xếp vị trí thứ nhất là những khó khăn nảy sinh trong quan hệ bạn bè (đạt điểm trung bình là 2,12) thì ở khối lớp 8 vấn đề này chỉ đứng thứ 3 (với điểm trung bình là 1,99). Ngược lại, khó khăn trong học tập mà HS khối lớp 8 xếp thứ nhất với điểm là 2,07 thì HS khối lớp 9 lại xếp thứ ba với số điểm là 1,98.

Vậy những khó khăn tâm lí trên đã ảnh hưởng thế nào đến cuộc sống và học tập của các em? Kết quả khảo sát được thể hiện ở bảng 2.

Bảng 2. Ảnh hưởng của những khó khăn tâm lí đến cuộc sống và học tập của HS THCS

STT	Các mức độ	Theo giới tính				Theo địa bàn				Tổng chung	
		Nam		Nữ		Thanh Xuân Nam		Tân Trào			
		SL	%	SL	%	SL	%	SL	%	SL	%
1	Rất ảnh hưởng	39	26,35	36	26,09	38	25,33	37	27,21	75	26,22
2	Ít ảnh hưởng	90	60,81	83	60,14	93	62,00	80	58,82	173	60,49
3	Không ảnh hưởng	19	12,84	19	13,77	19	12,67	19	13,97	38	13,29
Σ HS		148		138		150		136		286	

Bảng 2 cho thấy phần lớn những khó khăn tâm lí mà HS thường gặp ít có ảnh hưởng đến cuộc sống và học tập của các em. So với 73,78% HS thấy những khó khăn tâm lí đó không hoặc ít ảnh hưởng đến cuộc sống và học tập của các em thì chỉ có 26,22% HS cho rằng những khó khăn tâm lí đã nêu rất ảnh hưởng đến các em. Số liệu này không lớn nhưng cho thấy

Tân Trào.

Như vậy HS THCS đã gặp một số khó khăn tâm lí khác nhau và những khó khăn này bước đầu có ảnh hưởng đến cuộc sống và học tập của các em. Vậy thái độ của các em như thế nào khi gặp phải những khó khăn đó. Kết quả được thể hiện ở bảng 3.

Bảng 3 cho thấy, có 179 HS cảm thấy lo

Bảng 3. Thái độ của học sinh THCS trước những khó khăn tâm lí

STT	Thái độ của HS THCS	Tổng chung		Theo giới tính				Theo địa bàn			
				Nam		Nữ		Thanh Xuân Nam		Tân Trào	
		SL	%	SL	%	SL	%	SL	%	SL	%
1	Bình thường	107	37,41	62	41,89	45	32,61	54	36,00	53	38,97
2	Lo lắng	156	54,55	75	50,68	81	58,70	86	57,33	70	51,47
3	Rất lo lắng	23	8,04	11	7,43	12	8,70	10	6,67	13	9,56
Σ HS		286		148		138		150		136	

một bộ phận HS THCS đã bắt đầu lo nghĩ về những khó khăn đang xảy ra trong cuộc sống hàng ngày của các em. Em Ng. T. M (lớp 8, Trường THCS Thanh Xuân Nam) chia sẻ: "Ở lớp thì bị cô gọi là "cây sào di động", về nhà thì bố mẹ gọi là "cò lửa". Các bạn không cho em tham gia vào đội bóng vì em cao hơn các bạn những 10 cm. Học môn nào em cũng bị gán cho 1 cái tên giống với chiều cao của em. Giờ em không muốn tiếp xúc với nhiều người nữa".

Ảnh hưởng của những khó khăn tâm lí đến HS có sự tương quan giữa nam và nữ, giữa HS hai trường THCS Thanh Xuân Nam và THCS

lắng trước những khó khăn tâm lí khác nhau mà các em gặp phải trong cuộc sống cũng như trong học tập (chiếm 62,59%). Trong đó 54,55% HS cảm thấy lo lắng (ở vị trí thứ nhất) và có 8,04% các em cảm thấy rất lo lắng (ở vị trí thứ 3). Còn lại 37,41% HS cho rằng những khó khăn tâm lí mà các em gặp phải trong cuộc sống và trong học tập là chuyện bình thường vì phải có khó khăn con người mới cần đến sự cố gắng, nỗ lực của bản thân (đứng ở vị trí thứ 2). Những con số trên đây chứng tỏ đã có những lo lắng tồn tại trong suy nghĩ của một bộ phận HS THCS. Nếu những băn khoăn, lo lắng này tồn tại trong một

thời gian dài sẽ dễ làm các em căng thẳng thần kinh, thiếu tự tin, dẫn đến những hành vi không phù hợp như tự ti, thu mình vào một chỗ, ngại giao tiếp hoặc nổi cáu... ảnh hưởng đến sự phát triển nhân cách của các em.

Khi gặp những khó khăn khiến HS THCS thấy lo lắng thì các em thường tìm cách nào để giải quyết? Kết quả được thể hiện ở bảng 4.

đứng ở vị trí thứ 3 và thứ 5 (nhờ cha mẹ giúp có 17,83% HS lựa chọn và nhờ thầy cô giúp đỡ chỉ có 6,64% HS lựa chọn). Có thể một phần do các bậc cha mẹ luôn coi thiếu niên còn nhỏ nên những tâm sự của các em không quan trọng, phần khác là do cha mẹ, thầy, cô giáo quá bận rộn không có nhiều thời gian gần gũi lắng nghe tâm sự của các em.

Bảng 4. Cách giải quyết khó khăn của học sinh THCS

STT	Các cách giải quyết	Tổng chung			Theo giới					
					Nam			Nữ		
		SL	%	TB	SL	%	TB	SL	%	TB
1	Âm thầm chịu đựng	42	14.69	4	21	14.19	4	21	15.22	4
2	Tìm cách tự giải quyết	118	41.26	2	68	45.95	2	50	36.23	2
3	Trao đổi, nhờ bạn bè giúp đỡ	145	50.69	1	70	47.31	1	75	54.35	1
4	Nhờ cha mẹ giúp	51	17.83	3	24	16.22	3	27	19.57	3
5	Nhờ thầy cô giáo giúp	19	6.64	5	13	8.78	5	6	4.35	6
6	Tham vấn trực tiếp tại các trung tâm tham vấn	8	2.79	7	7	4.73	6	1	0.72	7
7	Tham vấn gián tiếp (qua thư, điện thoại...)	13	4.55	6	6	4.05	7	7	5.07	5
Σ HS		286			148			138		

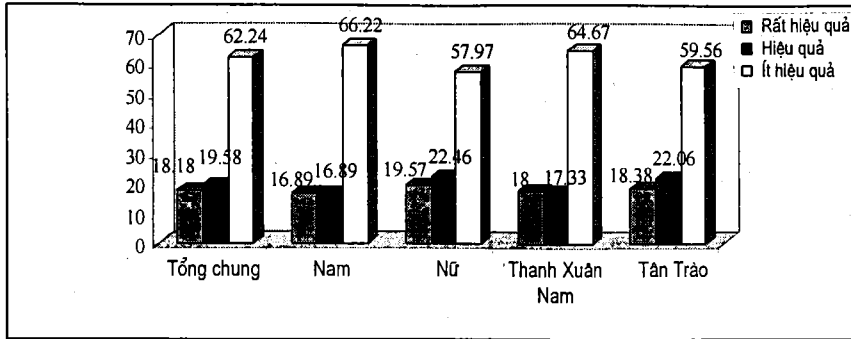
Bảng 4 cho thấy có 145 HS (chiếm 50,69%, xếp thứ nhất) giải quyết những khó khăn tâm lý thường gặp bằng phương thức trao đổi, nhờ bạn bè giúp đỡ. Ở lứa tuổi thiếu niên được bạn quan tâm và quan tâm đến bạn là một phần tất yếu của cuộc sống. Phương án được các em lựa chọn tiếp theo là hướng về mình, tìm cách tự giải quyết (41,26%, xếp thứ 2), hoặc âm thầm chịu đựng (14,69%, xếp thứ tư). Cách thức “tự giải quyết” có thể chưa thực sự hiệu quả do lứa tuổi các em chưa đủ chín chắn và sự hiểu biết để giải quyết mọi việc một cách thấu đáo. Điều này cho thấy HS THCS rất cần có sự trợ giúp, hướng dẫn của những người lớn giàu kinh nghiệm nhằm giúp các em biết nhận thức đúng đắn về các vấn đề khác nhau trong cuộc sống để các em có sự phát triển nhân cách lành mạnh. Trong khi HS THCS rất coi trọng, tin tưởng nhờ bạn bè giúp đỡ thì cách thức nhờ cha mẹ và thầy cô giáo chỉ

Cách thức giải quyết mà HS THCS ít lựa chọn nhất là tham vấn trực tiếp tại các trung tâm tham vấn (có 8 em, chiếm 2,79%, xếp thứ 7), xếp thứ 6 là cách tham vấn gián tiếp qua thư, điện thoại... (4,55% HS lựa chọn). Thiếu niên dường như còn xa lạ với các hình thức tham vấn, đặc biệt hình thức tham vấn trực tiếp với sự trợ giúp của những nhà tham vấn chuyên nghiệp.

Xét về giới, cả nam và nữ đều lựa chọn cách “trao đổi, nhờ bạn bè giúp đỡ” nhiều nhất (đều xếp thứ nhất). Tuy nhiên HS nữ có xu hướng lựa chọn cách này nhiều hơn HS nam (54,35% so với 47,31%). Nam HS lựa chọn phương án “tìm cách tự giải quyết” nhiều hơn nữ HS (45,95% so với 36,23%).

Vậy hiệu quả của những cách giải quyết khó khăn ở HS THCS thế nào?. Kết quả tự đánh giá của các em được thể hiện ở biểu đồ 1:

Biểu đồ 1. Hiệu quả việc giải quyết khó khăn tâm lí của HS THCS



Kết quả từ biểu đồ 1: 62,24% HS cho rằng các cách giải quyết mà các em thường sử dụng ít mang lại hiệu quả. Chỉ có tổng số 37,76% HS sử dụng các cách giải quyết đã nêu một cách hiệu quả và rất hiệu quả. Điều này cho thấy rõ ràng HS THCS rất cần sự trợ giúp của người lớn trong việc hướng dẫn các em có những cách thức phù hợp để giải quyết những khó khăn tâm lí mà các em gặp phải trong cuộc sống cũng như trong học tập.

Xét theo giới, đa số nam HS và nữ HS đều cho rằng các cách giải quyết đó ít mang lại hiệu quả. Số HS nam thấy ít hiệu quả nhiều hơn HS nữ (66,22% so với 57,97%). Ngược lại, số HS nữ lại sử dụng các cách giải quyết đã nêu đạt hiệu quả cao hơn nam. Cụ thể, có 22,46% HS nữ cho rằng các cách giải quyết trên đạt hiệu quả và 19,57% thấy rất hiệu quả.

Theo địa bàn, các cách giải quyết khó khăn tâm lí của HS hai trường THCS Thanh Xuân Nam và Tân Trào cũng thể hiện tính hiệu quả chưa cao.

4. Kết luận

Qua tìm hiểu thực trạng về những khó khăn tâm lí của 286 HS hai trường: THCS Thanh Xuân Nam và THCS Tân Trào- Hà Nội, chúng tôi nhận thấy:

1. Khó khăn về tâm lí của HS THCS thường nảy sinh trong học tập, trong mối quan hệ, ứng xử, nhận xét, đánh giá của các em với bạn bè, cha mẹ, trong sự phát triển cơ thể. Nhận thức của HS THCS về những khó khăn tâm lí có sự tương quan giữa nam và nữ, giữa HS khối lớp 8

và khối lớp 9.

2. Những khó khăn tâm lí đã ảnh hưởng phần nào đến cuộc sống và học tập, làm một số HS THCS có thái độ bồn chồn, lo lắng trong học tập, rèn luyện.

3. Khi gặp khó khăn, HS THCS thường chia sẻ với bạn bè hoặc tự giải quyết và những cách giải quyết này chưa thực sự có hiệu

quả. Từ đây chúng tôi xin có một số kiến nghị:

* Cùng với học tập, các trường THCS cần tổ chức các hoạt động tập thể phong phú, hấp dẫn về nội dung và hình thức để giáo dục đạo đức cho HS. Khi cùng tham gia hoạt động, các em sẽ hiểu biết và đồng cảm, dễ chia sẻ với nhau những khó khăn trong học tập, trong cuộc sống.

* Các bậc cha mẹ và các giáo viên, đặc biệt là giáo viên chủ nhiệm nên gần gũi với HS hơn nữa để lắng nghe và trợ giúp kịp thời khi các em gặp khó khăn.

* Bộ Giáo dục và Đào tạo cũng như các cơ quan chức năng có thể xem xét để xây dựng mô hình Phòng Tham vấn học đường trong trường THCS hoặc trong các cụm trường để các nhà tham vấn chia sẻ, trợ giúp kịp thời khi thiếu niên gặp khó khăn.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Đặng Phương Kiệt, *Cơ sở tâm lí học ứng dụng*. NXB ĐH Quốc gia Hà Nội, 2001
2. A.V. Petrovski. *Tâm lí học lứa tuổi và Tâm lí học Sư phạm*. NXB Giáo dục, Hà Nội, 1982.
3. Pierre Daco. *Những thành tựu lý luận trong tâm lí học hiện đại*. NXB Thống kê, Hà Nội, 2004.
4. John Dacey, Maurren Kenny. *Adolescent Development*. NXB Brown & Benchmark, 1997.

SUMMARY

The article analyzes a number of psychological difficulties among lower secondary school students on which basis to put forth some measures to overcome these difficulties effectively.