

Bài báo nghiên cứu

**THỬ NGHIỆM MÔ HÌNH CHĂM SÓC SỨC KHỎE TÂM THẦN
HỌC ĐƯỜNG ĐÁP ỨNG TIÊU CHÍ XÂY DỰNG TRƯỜNG HỌC HẠNH PHÚC:
MỘT NGHIÊN CỨU TRƯỜNG HỢP TẠI THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH**

**Giang Thiên Vũ^{*}, Đinh Quỳnh Châu¹, Huỳnh Văn Sơn¹,
Nguyễn Ngọc Phi Bảo¹, Hà Hữu Thạch², Nguyễn Huỳnh Ngọc Trâm¹**

¹Trường Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh, Việt Nam

²Trường THPT Lương Thế Vinh, Thành phố Hồ Chí Minh, Việt Nam

^{*}Tác giả liên hệ: Giang Thiên Vũ – Email: vugt@hcmue.edu.vn

Ngày nhận bài: 29-7-2025; ngày nhận bài sửa: 22-12-2025; ngày duyệt đăng: 22-01-2026

TÓM TẮT

Nghiên cứu này trình bày quá trình thiết kế, triển khai và đánh giá một mô hình chăm sóc sức khỏe tâm thần học đường tại Trường Trung học phổ thông (THPT) Lương Thế Vinh, với mục tiêu thử nghiệm mức độ đáp ứng của mô hình đối với bộ tiêu chí xây dựng trường học hạnh phúc theo Quyết định 3442/QĐ-SGDĐT của Sở Giáo dục và Đào tạo Thành phố Hồ Chí Minh (TPHCM). Mô hình được xây dựng theo hướng tích hợp các hoạt động sàng lọc, phòng ngừa và can thiệp tâm lý học đường, gắn với giáo dục cảm xúc - xã hội và xây dựng môi trường học đường tích cực. Nghiên cứu sử dụng phương pháp nghiên cứu lồng ghép (embedded research), kết hợp dữ liệu định lượng từ công cụ DASS-21 với dữ liệu định tính các hình ảnh sản phẩm hoạt động, nhật ký tham vấn và đánh giá cảm nhận từ học sinh. Kết quả cho thấy, mô hình đã hỗ trợ sàng lọc tâm lý học đường cho 1359 học sinh, phát hiện 7,35% có biểu hiện trầm cảm nặng và 13,85% lo âu nặng. Trong năm học thực nghiệm, 382 lượt học sinh được can thiệp tâm lý, với 30,1% là tham vấn cá nhân chuyên sâu. Các chương trình phòng ngừa giáo dục sức khỏe tâm thần cho học sinh, giáo viên và phụ huynh được triển khai đa dạng và hiệu quả, góp phần nâng cao nhận thức, xây dựng năng lực cảm xúc - xã hội và thúc đẩy các giá trị hạnh phúc học đường. Nghiên cứu gợi mở một mô hình chăm sóc sức khỏe tâm thần học đường phù hợp với bối cảnh Việt Nam, góp phần làm rõ vai trò của phòng tham vấn học đường như một thiết chế hỗ trợ thiết yếu trong chiến lược xây dựng trường học hạnh phúc.

Từ khóa: trường học hạnh phúc; can thiệp tâm lý; mô hình tư vấn học đường; giáo dục cảm xúc - xã hội; chăm sóc sức khỏe tâm thần học đường

1. Đặt vấn đề

Sức khỏe tâm thần (SKTT) học đường đã và đang trở thành một trong những vấn đề cấp bách của giáo dục Việt Nam trong bối cảnh chuyển đổi số và hậu COVID-19, khi tỉ lệ học sinh (HS) gặp các rối loạn sức khỏe tâm thần như lo âu, trầm cảm ngày càng gia tăng.

Cite this article as: Giang, T. V., Dinh, Q. C., Huynh, V. S., Nguyen, N. P. B., Ha, H. T., & Nguyen, H. N. T. (2026). Piloting a school mental health care model for the development of happy schools: A case study in Ho Chi Minh City. *Ho Chi Minh City University of Education Journal of Science*, 23(1), 60-69. [https://doi.org/10.54607/hcmue.js.23.1.5156\(2026\)](https://doi.org/10.54607/hcmue.js.23.1.5156(2026))

Theo nghiên cứu của Giang Thiên Vũ và cộng sự (2023a), có đến 21,13% học sinh trung học tại TPHCM có biểu hiện lo âu, 11,7% bị stress, và 10% rơi vào tình trạng trầm cảm mức nặng đến rất nặng. Thực tiễn này cho thấy, bên cạnh việc phát triển năng lực học thuật thông qua hoạt động dạy học và giáo dục ở trường học, công tác chăm sóc SKTT cần trở thành một trụ cột quan trọng trong chiến lược phát triển toàn diện HS mà các trường học cần quan tâm đầu tư và có những định hướng vận hành phù hợp. Đáp ứng nhu cầu đó, ngành giáo dục TPHCM đã ban hành Kế hoạch số 6040/KH-SGDĐT năm 2023 và Quyết định số 3442/QĐ-SGDĐT về triển khai bộ tiêu chí “Trường học hạnh phúc”, nhấn mạnh vai trò của môi trường sư phạm tích cực, an toàn, hỗ trợ sự phát triển hài hòa giữa trí tuệ và cảm xúc HS. Trong đó, chăm sóc SKTT thường được xác định là một cấu phần cốt lõi để đạt được mục tiêu hạnh phúc trong trường học. (HCMC Department of Education and Training, 2023a, 2023b)

Tuy nhiên, phần lớn các mô hình chăm sóc SKTT hiện nay tại Việt Nam vẫn thiên về hướng “phản ứng sau sự kiện”, chủ yếu dừng lại ở hoạt động tham vấn cá nhân, thiếu tính hệ thống, phòng ngừa, và phối hợp liên ngành trong hỗ trợ tâm lý cho HS (Huynh et al., 2023). Thêm vào đó, đội ngũ nhân lực thực hiện công tác tâm lý học đường còn thiếu hụt cả về số lượng lẫn chuyên môn. Các hoạt động hỗ trợ thường mang tính đơn lẻ, thiếu sự tích hợp giữa nhà trường – gia đình – cộng đồng. Trong bối cảnh đó, một số trường phổ thông tại TPHCM đã chủ động triển khai mô hình phòng tham vấn học đường (TVHD) với cách tiếp cận đa chiều, tích hợp các thành tố của tư vấn tâm lý – công tác xã hội – giáo dục kỹ năng sống, đồng thời hướng đến việc đáp ứng các tiêu chí của trường học hạnh phúc khi tập trung sâu vào khía cạnh thúc đẩy các chương trình dự phòng nâng cao nhận thức về SKTT, giáo dục kỹ năng cảm xúc – xã hội và thực hành lòng biết ơn cho HS (Giang et al., 2023b). Những nỗ lực thử nghiệm này cần được đánh giá khoa học để đề xuất khung mô hình chuẩn áp dụng rộng rãi trong bối cảnh hiện nay.

Bài báo này nhằm trình bày kết quả thử nghiệm mô hình chăm sóc SKTT học đường tại một trường trung học ở TPHCM, đánh giá mức độ đáp ứng của mô hình này đối với bộ tiêu chí xây dựng trường học hạnh phúc do Sở Giáo dục và Đào tạo TPHCM ban hành, từ đó đề xuất những hàm ý thực tiễn và định hướng chính sách phát triển công tác tâm lý học đường trong thời gian tới.

2. Nội dung nghiên cứu

2.1. Tổ chức và phương pháp nghiên cứu

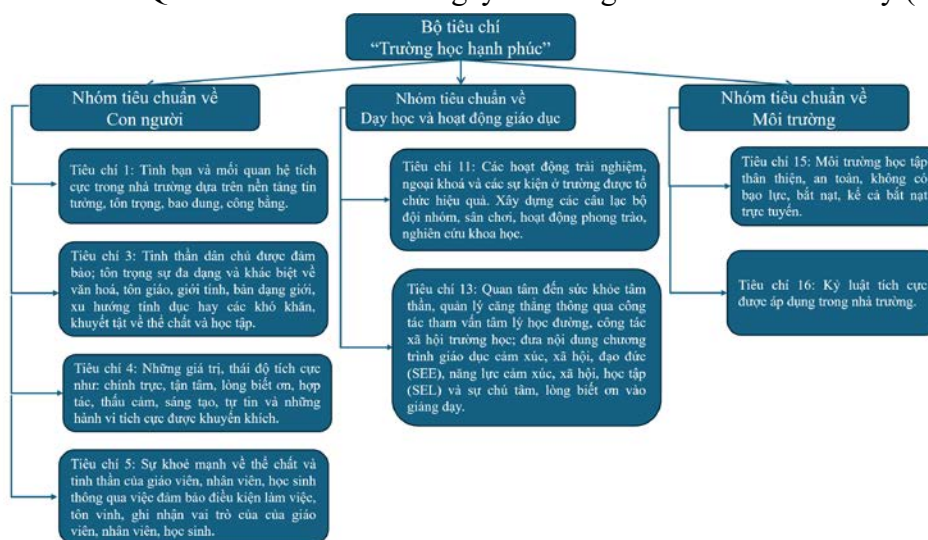
Nghiên cứu này được thiết kế theo hướng nghiên cứu lồng ghép (embedded research) thực nghiệm trường học tại 1 phòng TVHD vận hành bởi các thành viên nhóm nghiên cứu để thử nghiệm và kiểm chứng tác động của mô hình chăm sóc SKTT học đường đến đời sống tinh thần của HS theo định hướng xây dựng trường học hạnh phúc. Thời điểm thực hiện nghiên cứu này bắt đầu từ tháng 09 năm 2024 đến hết tháng 05 năm 2025 (01 năm học 2024-2025) tại trường THPT Lương Thế Vinh (phường Cầu Ông Lãnh, TPHCM).

Trong thiết kế nghiên cứu này, chúng tôi sử dụng kết hợp các phương pháp định lượng và định tính để đánh giá hiệu quả của mô hình. Quá trình thu thập dữ liệu đảm bảo các quy

tác đạo đức trong nghiên cứu khoa học được thông qua bởi Hội đồng đạo đức nghiên cứu trong khoa học xã hội và nhân văn, Trường Đại học Sư phạm TPHCM cũng như Ban Giám hiệu trường THPT Lương Thế Vinh. Với dữ liệu định lượng, chúng tôi sử dụng dữ liệu thu thập từ báo cáo công tác tư vấn tâm lý (TVTL) học đường từ thực tiễn công tác TVHĐ ở trường thực nghiệm, người nghiên cứu thống kê số lượt HS đến sử dụng dịch vụ TVTL học đường tại phòng tâm lý của trường dựa trên báo cáo ghi chép của chuyên viên trực tại phòng; kết hợp với trình bày dữ liệu sàng lọc tâm lý học đường bằng thang đo DASS-21. Với dữ liệu định tính, nhóm nghiên cứu trình bày các minh chứng về hình ảnh thực tế các hoạt động sàng lọc, phòng ngừa, can thiệp đã triển khai tại trường để làm căn cứ phân tích, bình luận các hoạt động đã triển khai và diễn tả trải nghiệm của học sinh khi tham gia các hoạt động kiến tạo hạnh phúc ở trường thực nghiệm.

2.2. Mô tả trường hợp về mô hình phòng TVHĐ tại trường THPT Lương Thế Vinh thiết kế theo hướng áp dụng các tiêu chí xây dựng trường học hạnh phúc

Trường hợp mô hình phòng TVHĐ được trình bày sau đây là mô hình phòng TVHĐ của Trường THPT Lương Thế Vinh (liên cấp THCS và THPT) – mô hình phòng TVHĐ mẫu được thực hiện trong việc hợp tác giữa khoa Tâm lý học và Trường THPT Lương Thế Vinh. Mô hình này được nhóm tác giả xây dựng dựa trên mô hình gốc là mô hình phòng TVHĐ theo định hướng phát triển của tác giả Huỳnh Văn Sơn và Giang Thiên Vũ (2021), kết hợp với 3 nhóm tiêu chuẩn lớn và các tiêu chí xây dựng trường học hạnh phúc ban hành theo Quyết định số 3442/QĐ-SGDĐT TPHCM ngày 16 tháng 10 năm 2023 sau đây (Hình 1):



Hình 1. Khung mô hình TVHĐ đáp ứng các tiêu chí trường học hạnh phúc (Huỳnh & Giang, 2021)

Từ các cơ sở pháp lý, cơ sở lý luận và thực tiễn trên, mô hình phòng TVHĐ được đề xuất có chức năng, nhiệm vụ và nhân sự thực hiện như sau:

a. Chức năng

- Tham vấn cho HS các khó khăn tâm lý có thể gặp phải khi thực hiện các hoạt động giáo dục.

- Phát triển các cảm xúc, hứng thú của HS trong hoạt động giáo dục mới mà rõ nhất là hoạt động trải nghiệm - hướng nghiệp để phát triển bản thân theo định hướng.
- Hỗ trợ tổ chức hoạt động trải nghiệm - hướng nghiệp ở HS trung học với các nhiệm vụ chuyên biệt như: trải nghiệm về sở trường, tính cách và xu hướng nghề nghiệp; hỗ trợ học sinh tìm hiểu miền chọn nghề tối ưu của bản thân, hỗ trợ tư vấn nghề nghiệp trong hoạt động trải nghiệm hướng nghiệp.
- Tham vấn HS khai thác kinh nghiệm và thế mạnh thông qua hoạt động chọn môn học, định hướng phát triển bản thân thông qua các hình thức tự chọn hoạt động hoặc hình thức trong hoạt động trải nghiệm để phát triển hiệu quả.
- Tổ chức các hoạt động chăm sóc tinh thần, cân bằng tâm lí, phòng ngừa rối nhiễu... Sàng lọc thông qua các chương trình cụ thể để có thể hỗ trợ, nâng đỡ tinh thần, tiến hành các hoạt động công tác xã hội học đường phù hợp.
- Hỗ trợ rèn luyện kỹ năng sống với chủ đề giáo dục kỹ năng sống ở môn Giáo dục công dân, Giáo dục kinh tế và pháp luật; Hoạt động trải nghiệm - hướng nghiệp...
- Hỗ trợ học sinh, nhóm HS, nhà trường nói chung thông qua các hoạt động, chương trình hành động cụ thể để phát triển năng lực và phẩm chất.

b. Nhiệm vụ

- Khảo sát, đánh giá nhu cầu của HS, thực hiện các giải pháp phòng ngừa sớm những khó khăn tâm lí gặp phải trong học tập, cuộc sống của HS;
- Tiếp nhận, đánh giá những HS đang gặp những khó khăn tâm lí thông qua các kênh thông tin, các công cụ sàng lọc;
- Triển khai các chương trình phòng ngừa tâm lí học đường hướng đến mục tiêu giáo dục nâng cao nhận thức về SKTT học đường cho HS và các nhóm đối tượng có liên quan;
- Cung cấp các dịch vụ phòng ngừa, hỗ trợ, TVTL, can thiệp trị liệu tâm lí cho HS đang gặp phải những vấn đề hoặc có nhu cầu;
- Kết nối cơ sở can thiệp, trị liệu tâm lí, chuyên gia tâm lí để chuyển gửi với những trường hợp đặc biệt cần hỗ trợ;
- Hợp tác và hỗ trợ triển khai các nhiệm vụ nghiên cứu khoa học các cấp phối hợp giữa trường phổ thông và cơ sở giáo dục đại học, viện nghiên cứu, hội nghề nghiệp...

c. Nhân sự

Trong khuôn khổ thực nghiệm nghiên cứu tại trường thực nghiệm, các thành viên nhóm nghiên cứu được nhìn nhận như 01 chuyên viên chuyên trách công việc TVHĐ cho HS. Nhân sự này thực hiện các chức năng và nhiệm vụ của công tác TVHĐ được tuyên bố ở trên. Trong đó, nhiệm vụ cụ thể của chuyên viên là: phòng ngừa tâm lí, sàng lọc tâm lí và can thiệp tâm lí cho học sinh, cũng như những đối tượng có tác động đến đời sống tâm lí HS theo mô hình cấu trúc được trình bày ở Mục 2.3.2 (Bảng 1).



Hình 2. Cấu trúc của mô hình phòng TVHĐ Trường THPT Lương Thế Vinh đáp ứng các tiêu chí xây dựng trường học hạnh phúc tại TPHCM (Nguồn: Nhóm tác giả tạo bởi NotebookLM)
d. Cơ chế vận hành

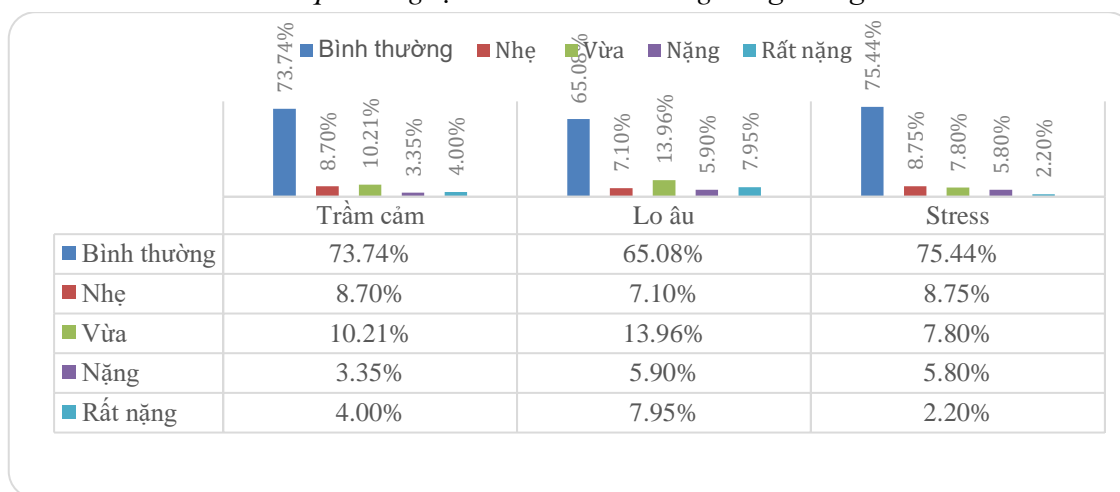
Mô hình phòng TVHĐ được vận hành theo cơ chế ba tầng (sàng lọc – phòng ngừa – can thiệp) được liên kết chặt chẽ với nhau trong một chu trình khép kín. Ở tầng 1 (sàng lọc), chuyên viên TVHĐ chủ động thu thập dữ liệu SKTT toàn trường 2 lần/năm học và tiếp nhận các trường hợp chuyển gửi từ giáo viên, cha mẹ và HS. Dữ liệu sàng lọc đóng vai trò “bản đồ tâm lý” giúp nhà trường dự báo nguy cơ và phân loại nhóm HS cần hỗ trợ. Ở tầng 2 (phòng ngừa), phòng TVHĐ triển khai các chương trình giáo dục SKTT – SEL – kỹ năng sống một cách có hệ thống nhằm giảm thiểu nguy cơ phát sinh vấn đề tâm lý và nâng cao năng lực tự điều chỉnh cảm xúc của HS. Ở tầng 3 (can thiệp), chuyên viên tiến hành tham vấn cá nhân, tham vấn nhóm hoặc chuyển gửi chuyên môn đối với các trường hợp cần hỗ trợ chuyên sâu. Ba tầng này được điều phối thông qua cơ chế báo cáo - giám sát - hỗ trợ liên tục giữa chuyên viên TVHĐ, giáo viên chủ nhiệm và Ban Giám hiệu, đảm bảo mô hình vận hành xuyên suốt, minh bạch và an toàn cho HS.

2.3. Kết quả nghiên cứu thực tiễn

2.3.1. Đánh giá về hoạt động sàng lọc tâm lý học đường

Có tổng cộng 1359 học sinh tham gia đợt sàng lọc sức khỏe tinh thần lần 1 (dựa trên số liệu phiếu khảo sát thu về được). Các mức độ trầm cảm, lo âu, căng thẳng có tỉ lệ không đồng đều giữa các mặt (Xem Biểu đồ 1).

Biểu đồ 1. Kết quả sàng lọc SKTT toàn trường bằng thang đo DASS-21



Kết quả sàng lọc cho thấy, mức độ trầm cảm, lo âu, căng thẳng ở mức “bình thường” và “nhẹ” chiếm tỉ lệ khá cao (Trầm cảm: 82,44%, Lo âu: 72,18%, Căng thẳng: 84,19%) phản ánh SKTT của HS toàn trường ở mức độ khá tốt. Ở mức độ “nặng” và “rất nặng”, trầm cảm có tỉ lệ 7,35%, lo âu có tỉ lệ 13,85%, căng thẳng có tỉ lệ 8%. Trầm cảm chiếm tỉ lệ thấp nhất và lo âu chiếm tỉ lệ cao nhất. Tuy nhiên, tỉ lệ trầm cảm ở mức “nặng” thấp hơn tỉ lệ trầm cảm ở mức “rất nặng” (3,35% < 4%) cũng là một điều cần được quan tâm. Đặc biệt HS lo âu ở mức độ “nặng” chiếm tỉ lệ 5,9% cao hơn so với trầm cảm (3,35%) và căng thẳng (5,8%). Đặc biệt, tỉ lệ HS lo âu ở mức độ “rất nặng” lại cao hơn tỉ lệ HS có mức độ lo âu “nặng” (7,95% > 5,9%). Điều này cho thấy có một tỉ lệ tương đối cao HS ở trường đang gặp các vấn đề liên quan đến lo âu. Trầm cảm và căng thẳng ở mức độ “rất nặng” chiếm tỉ lệ lần lượt là 4%, 2,2%. Điều này cho thấy các vấn đề có liên quan đến trầm cảm và căng thẳng ở HS chiếm một tỉ lệ nhỏ nhưng cũng cần được quan tâm và hỗ trợ phù hợp. Trên cơ sở dữ liệu sàng lọc này, các chương trình giáo dục phòng ngừa tâm lí học đường, nâng cao hiểu biết về SKTT và can thiệp, hỗ trợ tâm lí chuyên sâu cho HS được thực hiện để giải quyết thực trạng trên hướng đến xây dựng trường học hạnh phúc.

2.3.2. Đánh giá về hoạt động can thiệp tâm lí học đường

Trong năm học thực nghiệm vừa qua, hoạt động can thiệp tâm lí đã đạt được một số thành quả nhất định trong công tác chăm sóc SKTT học đường. Điều đó đã được thể hiện thông qua kết quả thống kê về số lượt HS được tham vấn tâm lí trong năm học:

Bảng 1. Thống kê số lượt tham vấn học đường cho học sinh

Khối Hình thức	Khối 6	Khối 7	Khối 8	Khối 9	Khối 10	Khối 11	Khối 12	Tổng	Tỉ lệ (%)
Tư vấn	61	14	30	16	22	49	65	257	67,27
Tham vấn nhóm	0	0	0	0	0	0	10	10	2,61
Tham vấn cá nhân chuyên sâu	19	13	11	1	24	18	29	115	30,10
Tổng lượt	80	27	41	17	46	67	104	382	100






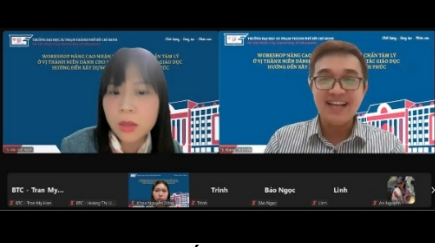
Bảng 1 cho thấy tổng số lượt can thiệp cho HS đã được phòng TVHD tiếp nhận là 382 trường hợp. Trong đó có 287 học sinh nữ (75,13%) và 95 học sinh nam (24,87%). Kết quả cho thấy có 10 trường hợp (chiếm 2,61%) tiếp nhận hỗ trợ tâm lí với hình thức tham vấn nhóm, có đến 115 trường hợp (chiếm 30,1%) được hỗ trợ với hình thức tham vấn cá nhân. Bên cạnh đó, ngoài việc HS đến để được hỗ trợ các khó khăn về tâm lí, vẫn có đến 257 lượt học sinh (67,27%) đến phòng TVHD để tư vấn, trò chuyện và thực hiện trắc nghiệm khám phá bản thân. Thêm vào đó, các kết quả thống kê cũng cho biết các nội dung tư vấn tâm lí thường gặp ở học sinh nhà trường trong năm học vừa qua là: (1) Gặp khó khăn trong vấn đề giao tiếp với bạn bè (áp lực đồng trang lứa, giao tiếp chưa phù hợp dẫn đến mâu thuẫn, chưa hiểu nhau). (2) Hiểu về sức khỏe sinh sản, giáo dục giới tính và tình yêu tuổi học trò (ngộ nhận trong tình cảm, rung động đầu đời, thất tình). (3) Phương pháp học tập và áp lực học tập từ nhiều phía (từ sự kì vọng của cha mẹ, chương trình mới thay đổi chưa thích ứng kịp, khó khăn trong việc giao tiếp với giáo viên, chưa hiểu được nội dung bài học và phương pháp học tập chưa hiệu quả). (4) Quản lí cảm xúc chưa hiệu quả ở lứa tuổi vị thành niên khi gặp các tình huống giao tiếp, ứng xử trong

cuộc sống, học tập. (5) Tư vấn hướng nghiệp và định hướng nghề nghiệp trong tương lai (khó khăn trong việc lựa chọn ngành nghề, việc lựa chọn ngành nghề bị áp lực từ phía cha mẹ và sự mong muốn của bản thân, căng thẳng khi chuyển cấp và chọn trường, chưa cập nhật đúng về thông tin tuyển sinh và ngành nghề bản thân lựa chọn).

2.3.3. *Đánh giá về hoạt động phòng ngừa tâm lý học đường*

Dựa trên thực trạng sàng lọc SKTT của HS, cũng như các vấn đề cá nhân được nhóm nghiên cứu phát hiện trong quá trình can thiệp tâm lý, nhóm đã chủ động xây dựng kế hoạch phòng ngừa giáo dục SKTT và tham mưu ý kiến của Ban Giám hiệu nhà trường để triển khai các chương trình giáo dục SKTT hướng đến xây dựng trường học hạnh phúc. Cụ thể, các chương trình đã triển khai được ghi nhận và diễn giải trong Bảng 2 dưới đây.

Bảng 2. Thống kê các chương trình phòng ngừa tâm lý học đường - giáo dục SKTT cho học sinh, giáo viên và phụ huynh đã triển khai

Đối tượng thụ hưởng	Hình ảnh minh chứng (dữ liệu thực tế của nhóm nghiên cứu)
<p data-bbox="252 1189 368 1227">Học sinh</p>	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div data-bbox="443 860 794 1128">  <p data-bbox="459 1133 783 1167">Hoạt động “Hộp lá duyên”</p> </div> <div data-bbox="943 860 1305 1128">  <p data-bbox="863 1133 1385 1211">Sinh hoạt Câu lạc bộ Tâm lý - Kỹ năng chủ đề “Ứng xử trong tình yêu tuổi học trò”</p> </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div data-bbox="443 1173 794 1442">  <p data-bbox="421 1447 815 1525">Lớp học Giáo dục Cảm xúc - Xã hội, chủ đề “Nhận thức bản thân”</p> </div> <div data-bbox="943 1218 1305 1487">  <p data-bbox="874 1491 1374 1570">Hoạt động “Chạm hạnh phúc” chào mừng ngày Quốc tế Hạnh phúc 20/03</p> </div> </div>
<p data-bbox="252 1720 368 1758">Giáo viên</p>	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div data-bbox="443 1570 810 1816">  <p data-bbox="421 1821 815 1910">Tập huấn giáo viên “Nâng cao năng lực tư vấn tâm lý học đường trong bối cảnh mới”</p> </div> <div data-bbox="906 1570 1342 1816">  <p data-bbox="874 1821 1374 1910">Tập huấn giáo viên “Nâng cao nhận thức về sang chấn tâm lý ở trẻ em và vị thành niên”</p> </div> </div>

Cha mẹ
học sinh



Tọa đàm cha mẹ học sinh
“Kỹ năng đồng hành và chăm sóc
SKTT cho con”



Tọa đàm cha mẹ học sinh
“Định hướng phân luồng sau THCS”

2.4. Kết quả đạt được về tính hiệu quả của mô hình

Kết quả triển khai mô hình tại Trường THPT Lương Thế Vinh cho thấy mô hình phòng TVHĐ vận hành theo ba trụ cột (sàng lọc – phòng ngừa – can thiệp) không chỉ khả thi trong điều kiện thực tế trường phổ thông mà còn tạo ra những tác động tích cực, rõ rệt đối với HS và nhà trường. Thứ nhất, hoạt động sàng lọc SKTT toàn trường được thực hiện cho 1.359 HS đã giúp nhà trường nắm được bức tranh tổng thể về sức khỏe tâm thần, từ đó xác định 7,35% học sinh có biểu hiện trầm cảm nặng và 13,85% có biểu hiện lo âu nặng – một dữ liệu đầu vào quan trọng để triển khai các biện pháp hỗ trợ phù hợp. Thứ hai, mô hình đã tiếp nhận và can thiệp 382 lượt HS, trong đó có 115 lượt tham vấn cá nhân chuyên sâu và 10 lượt tham vấn nhóm, cho thấy mức độ tin cậy và chủ động tìm kiếm hỗ trợ của học sinh tăng lên. Thứ ba, chuỗi chương trình phòng ngừa – giáo dục SKTT đa dạng và có hệ thống (Lá duyên hạnh phúc, Check-in cảm xúc, các lớp học kỹ năng cảm xúc – xã hội, Câu lạc bộ Tâm lý – Kỹ năng, tập huấn giáo viên, tọa đàm phụ huynh...) đã tạo môi trường thực hành liên tục giúp HS củng cố kỹ năng cảm xúc - xã hội, cải thiện khả năng quản lý cảm xúc và xây dựng các mối quan hệ tích cực.

Ngoài ra, tỉ lệ học sinh tự nguyện đến phòng TVHĐ “để được trò chuyện, tư vấn hoặc khám phá bản thân” chiếm tới 67,27%, cho thấy hình ảnh phòng tham vấn trở nên thân thiện, giảm kì thị và trở thành một phần thiết yếu của đời sống học đường. Sự phối hợp hiệu quả giữa chuyên viên tâm lý – giáo viên chủ nhiệm – Ban Giám hiệu – cha mẹ HS cũng khẳng định tính khả thi của mô hình khi áp dụng tại các cơ sở giáo dục phổ thông. Những kết quả này là minh chứng rõ ràng cho hiệu quả của mô hình trong hỗ trợ SKTT học đường và góp phần hiện thực hóa các tiêu chí “Trường học hạnh phúc”.

3. Kết luận

Nghiên cứu đã chỉ ra rằng việc thiết kế và vận hành mô hình chăm sóc SKTT học đường tích hợp ba trụ cột của công tác TVTL học đường vào các tiêu chí xây dựng trường học hạnh phúc theo chỉ đạo của Sở Giáo dục và Đào tạo TPHCM không chỉ giúp phát hiện sớm các vấn đề tâm lý ở HS mà còn tạo dựng môi trường học tập an toàn, tích cực, góp phần hiện thực hóa mục tiêu xây dựng trường học hạnh phúc một cách khoa học, hiệu quả, bền vững. Việc tích hợp các hoạt động giáo dục cảm xúc – xã hội, kỹ năng sống, giáo dục giá trị sống và truyền thông SKTT trong chương trình học đường đã tạo nền tảng vững chắc cho sự phát triển toàn diện về mặt học thuật và tâm lý của HS, hướng đến con đường xây dựng trường học hạnh phúc

đích thực là con đường ứng dụng tâm lí học vào trường học. Bên cạnh đó, mô hình cho thấy vai trò then chốt của chuyên viên TVHĐ như một mắt xích chuyên môn giữa nhà trường – HS – cha mẹ HS, đồng thời mở ra các hướng hợp tác liên ngành giữa cơ sở giáo dục và các đơn vị chuyên môn ngoài nhà trường. Từ kết quả triển khai, nghiên cứu đề xuất một số khuyến nghị nhằm mở rộng và áp dụng mô hình tại các cơ sở giáo dục khác:

- Đối với Ban Giám hiệu các trường: Cần xem phòng TVHĐ như một thiết chế quan trọng trong cấu trúc trường học hạnh phúc; tạo điều kiện về phòng ốc, nhân lực, thời gian, và gắn công tác TVHĐ với các hoạt động giáo dục cảm xúc – xã hội, hoạt động trải nghiệm - hướng nghiệp, công tác chủ nhiệm.

- Đối với giáo viên: Tăng cường phối hợp với chuyên viên TVHĐ thông qua phát hiện sớm HS gặp khó khăn, chuyển gửi kịp thời và tham gia các hoạt động tập huấn kỹ năng chăm sóc SKTT.

- Đối với cha mẹ HS: Cải thiện nhận thức về SKTT, hợp tác với nhà trường trong việc hỗ trợ HS và tham gia các buổi tọa đàm, tập huấn.

- Đối với chuyên viên TVHĐ: Cần được bồi dưỡng thường xuyên về sàng lọc nguy cơ, can thiệp cá nhân – nhóm, SEL và các kỹ thuật tham vấn phù hợp với lứa tuổi HS; đồng thời tuân thủ chuẩn đạo đức nghề nghiệp và quy trình chuyển gửi an toàn.

Cơ chế vận hành và các khuyến nghị này góp phần hoàn thiện mô hình, gia tăng khả năng nhân rộng và phù hợp với chiến lược phát triển trường học hạnh phúc của ngành giáo dục TPHCM.

❖ **Tuyên bố về quyền lợi:** Các giả xác nhận hoàn toàn không có xung đột về quyền lợi.

❖ **Lời cảm ơn:** Nghiên cứu này được tài trợ bởi Nguồn ngân sách khoa học và công nghệ Trường Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh trong đề tài mã số CS.2024.19.04TĐ.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- Giang, T. V., Cao, D. N. T., Do, M. Y. N., Phan, T. N., & Do, T. B. T. (2023a). Sức khỏe tâm thần của vị thành niên địa bàn Thành phố Hồ Chí Minh: Sàng lọc nguy cơ và giải pháp [Mental health of the adolescents in Ho Chi Minh City: risk screening and solutions]. *Ho Chi Minh City University of Education Journal of Science*, 20(8), 1453-1464. <https://doi.org/10.54607/hcmue.js.20.8.3811>
- Giang, T. V., Pham, N. T. N., Tran, H. A., Nguyen, T. L. A., & Nguyen, D. L. (2023b). Thử nghiệm mô hình tư vấn tâm lí học đường tại các trường trung học phổ thông: Nghiên cứu trường hợp tại Thành phố Hồ Chí Minh [Piloting the operation of the school psychological counseling model in high schools: A case study in Ho Chi Minh City]. In *Proceedings of the 7th International Conference on School Psychology*, pp.580-597. VNU-HCM Publishing House.
- Ho Chi Minh City Department of Education and Training (2023a). *Plan No. 6040/KH-SGDĐT on the implementation of the Happy School initiative in educational institutions in Ho Chi Minh City*. Ho Chi Minh City.
- Ho Chi Minh City Department of Education and Training (2023b). *Decision No. 3442/QĐ-SGDĐT on the promulgation of the criteria set for Happy Schools in educational institutions in Ho Chi Minh City*.

Huynh, V. S. (Ed.), Nguyen, T. T., Do, T. T., Giang, T. V., & Nguyen, T. H. (2023). *Nhập môn tâm lí học đường [Introductory Textbook for School Psychology]*. Ho Chi Minh City University of Education Publishing House.

Huynh, V. S., & Giang, T. V. (2021). The competency-based school counseling model in high schools: A Vietnamese case. *Children and Youth Services Review*, 120, 105713.

PILOTING A SCHOOL MENTAL HEALTH CARE MODEL FOR THE DEVELOPMENT OF HAPPY SCHOOLS: A CASE STUDY IN HO CHI MINH CITY

Giang Thien Vu^{1*}, Dinh Quynh Chau¹, Huynh Van Son¹,
Nguyen Ngoc Phi Bao¹, Ha Huu Thach², Nguyen Huynh Ngoc Tram¹

¹Ho Chi Minh City University of Education, Vietnam

²Luong The Vinh high school, Ho Chi Minh City, Vietnam

*Corresponding author: Giang Thien Vu – Email: vugt@hcmue.edu.vn

Received: July 29, 2025; Revised: December 22, 2025; Accepted: January 22, 2026

ABSTRACT

This study presents the process of designing, implementing and evaluating a school mental health care model at Luong The Vinh High School (HCMC), with the aim of testing the model's level of response to the criteria for building a happy school according to Decision 3442/QĐ-SGDĐT of the Department of Education and Training of HCMC. The model was designed as an integrated framework incorporating school-based psychological screening, preventive and intervention activities, social-emotional education and the development of a positive school environment. The study employed an embedded mixed-methods design, combining quantitative data derived from the DASS-21 scale with qualitative data collected from activity products, photographic documentation, counseling diaries, and student evaluations. The results show that the model supported school psychological screening for 1359 students, detecting 7.35% with severe depression and 13.85% with severe anxiety. During the experiment year, 382 students received intervention, of whom 30.1% participated in intensive individual counseling. Mental health education and prevention programs for students, teachers, and parents were implemented diversely and effectively, contributing to raising awareness, building social-emotional competence, and promoting school happiness values. The study suggests a school mental health care model suitable for the Vietnamese context, contributing to clarifying the role of school counseling rooms as an essential support institution in the strategy of building happy schools.

Keywords: happy schools; psychological intervention; school counseling model; social-emotional learning; school mental health care