



THỰC TRẠNG HOẠT ĐỘNG TRUYỀN THÔNG VỀ CHĂM SÓC SỨC KHỎE TÂM THẦN CHO HỌC SINH TRUNG HỌC PHỔ THÔNG TRÊN ĐỊA BÀN THÀNH PHỐ ĐÀ NẴNG

CURRENT STATUS OF COMMUNICATION ACTIVITIES ON MENTAL HEALTH CARE FOR HIGH
SCHOOL STUDENTS IN DA NANG CITY

Phạm Thị Kiều Duyên, Phạm Minh Tuấn*, Hà Văn Hoàng

Trường Đại học Sư phạm Đà Nẵng

DOI: <https://doi.org/10.65934/mkusj.2026.02-e.891>

*Email: phamminhtuan20ctxh@gmail.com

Ngày nhận bài: 09/02/2026

Ngày phản biện: 12/03/2026

Ngày duyệt bài: 28/08/2026

TÓM TẮT

Nghiên cứu khảo sát 310 học sinh THPT tại thành phố Đà Nẵng về hoạt động truyền thông chăm sóc sức khỏe tâm thần trong bối cảnh giáo dục chuyển đổi số. Kết quả cho thấy học sinh chủ yếu chỉ tiếp cận các hoạt động truyền thông ở mức “thỉnh thoảng”, trong khi mức độ hài lòng đối với cả nội dung và hình thức triển khai đều ở mức trung bình thấp, phản ánh hiệu quả truyền thông chưa đáp ứng yêu cầu thực tiễn. Nội dung truyền thông vẫn tập trung chủ yếu vào cung cấp thông tin và nhận diện vấn đề, trong khi các nội dung về kỹ năng ứng phó và kết nối dịch vụ hỗ trợ còn hạn chế, dù đã có sự hỗ trợ từ các nền tảng số trong nhà trường. Phân tích T-test và ANOVA cũng ghi nhận sự khác biệt có ý nghĩa thống kê theo giới tính và khối lớp ở một số nội dung và hình thức truyền thông. Kết quả này cho thấy hoạt động truyền thông hiện nay còn tồn tại khoảng cách giữa nhu cầu hỗ trợ tâm lý của học sinh và cách thức triển khai trong bối cảnh chuyển đổi số giáo dục.

Từ khóa: Chăm sóc sức khỏe tâm thần, Đà Nẵng, hoạt động truyền thông, Học sinh THPT, sức khỏe tâm thần.

ABSTRACT

This study surveyed 310 high school students in Da Nang City regarding mental health communication activities in the context of digital transformation in education. The findings indicate that students mainly accessed communication activities only “occasionally”, while their satisfaction with both the content and implementation methods remained at a relatively low average level, reflecting that the effectiveness of communication activities has not met practical needs. Communication content still primarily focuses on providing information and identifying mental health issues, whereas content related to coping skills and connection to support services remains limited, despite support from digital platforms in schools. T-test and ANOVA analyses also revealed statistically significant differences by gender and grade level in several communication contents and delivery methods. These findings suggest that current communication activities still exhibit a gap between students’ psychological support needs and the ways these activities are implemented within the context of educational digital transformation.

Keywords: Mental health care, Da Nang, communication activities, high school students, mental health.

MỞ ĐẦU

Sức khỏe tâm thần hiện nay đang trở thành một trong những vấn đề được đặc biệt quan tâm, nhất là đối với lứa tuổi học sinh nhóm đối tượng đang phải đối mặt với nhiều áp lực trong học tập, các mối quan hệ xã hội cũng như những biến đổi tâm sinh lý ở giai đoạn vị thành niên. Trong bối cảnh xã hội hiện đại và sự phát triển mạnh mẽ của công nghệ số, học sinh không chỉ chịu tác

động từ môi trường học đường mà còn bị ảnh hưởng bởi mạng xã hội, áp lực thể hiện bản thân, tình trạng so sánh xã hội và sự thay đổi nhanh chóng của các giá trị sống. Những yếu tố này đã và đang tạo ra nhiều nguy cơ đối với sức khỏe tâm thần của thanh thiếu niên. Trước đây, sức khỏe tâm thần thường chưa được quan tâm đúng mức trong môi trường giáo dục. Tuy nhiên, hiện nay vấn đề này đã trở thành một thành tố quan trọng trong phát triển toàn diện học sinh.

Theo Tổ chức Y tế Thế giới (WHO), sức khỏe tâm thần được định nghĩa là “trạng thái sức khỏe mà mỗi cá nhân nhận thức rõ khả năng của mình, có thể đối phó với những căng thẳng bình thường trong cuộc sống, làm việc hiệu quả và có thể đóng góp cho cộng đồng” (WHO, 2018).

Trong môi trường học đường hiện nay, học sinh trung học phổ thông đang phải chịu nhiều áp lực từ kết quả học tập, kỳ vọng của gia đình, cạnh tranh trong giáo dục, định hướng nghề nghiệp tương lai cũng như các mối quan hệ bạn bè và thầy cô. Bên cạnh đó, việc tiếp cận internet và mạng xã hội từ sớm cũng khiến nhiều học sinh dễ rơi vào trạng thái căng thẳng, lo âu, mất tự tin hoặc khủng hoảng tâm lý khi thiếu kỹ năng quản lý cảm xúc và cân bằng cuộc sống. Nhiều nghiên cứu cho thấy đây là giai đoạn dễ xuất hiện các vấn đề như stress, trầm cảm, rối loạn lo âu và các hành vi tiêu cực khác. Theo thống kê từ Global Burden of Disease Collaborative Network (2024), các rối loạn tâm thần thường gặp ở thanh thiếu niên bao gồm rối loạn lo âu, trầm cảm, tăng động giảm chú ý và rối loạn hành vi. Cụ thể, tỷ lệ rối loạn lo âu ở trẻ chiếm khoảng 4,6% ở nhóm 15-19; trong đó, tỷ lệ trầm cảm chiếm 2,8%; rối loạn tăng động giảm chú ý và các rối loạn hành vi khác chiếm khoảng (Global Burden of Disease Collaborative Network, 2024). Bên cạnh đó, nghiên cứu của Katharine Sadler và các cộng sự tại Anh cho thấy 8,1% trẻ em và thanh thiếu niên (5-19 tuổi) mắc rối loạn cảm xúc, 4,6% mắc rối loạn hành vi và 1,6% mắc rối loạn tăng động giảm chú ý (Sadler et al., 2018). Những kết quả này cho thấy sự khác biệt giữa các quốc gia, có thể xuất phát từ yếu tố dịch tễ học, điều kiện xã hội và phương pháp nghiên cứu khác nhau.

Theo báo cáo của UNICEF, các vấn đề sức khỏe tâm thần ở trẻ em và vị thành niên tại Việt Nam đang ngày càng gia tăng. UNICEF (2019) cho biết tỷ lệ hiện mắc các vấn đề sức khỏe tâm thần dao động từ 8% - 29%, trong đó khoảng 12% trẻ em Việt Nam, tương đương hơn 3 triệu em, cần được hỗ trợ và can thiệp tâm lý (Weiss et al., 2014). Các vấn đề phổ biến bao gồm lo âu, trầm cảm, cô đơn, tăng động giảm chú ý và rối loạn hành vi (Anh et al., 2006; Nguyen et al., 2013). Đến năm 2022, UNICEF tiếp tục ghi nhận tỷ lệ này tăng lên khoảng 15% -30%,

nhấn mạnh nữ sinh có nguy cơ gặp các vấn đề cảm xúc như lo âu và trầm cảm cao hơn, trong khi nam sinh thường xuất hiện nhiều rối loạn hành vi hơn (UNICEF, 2022). Các yếu tố nguy cơ chủ yếu gồm áp lực học tập kéo dài, căng thẳng gia đình, thiếu hỗ trợ tâm lý và hạn chế gắn kết với nhà trường, xã hội.

Trong bối cảnh đó, trường học không chỉ là nơi truyền đạt kiến thức mà còn đóng vai trò quan trọng trong việc hỗ trợ, chăm sóc và nâng cao sức khỏe tâm thần cho học sinh. Tại Việt Nam nói chung và thành phố Đà Nẵng nói riêng, vấn đề chăm sóc sức khỏe tâm thần cho học sinh trung học phổ thông đã dần nhận được sự quan tâm trong các chính sách giáo dục. Tuy nhiên, hoạt động truyền thông về sức khỏe tâm thần trong nhà trường hiện vẫn còn thiếu tính hệ thống, chưa được triển khai đồng đều giữa các trường ở khu vực trung tâm và ngoại thành. Nhiều hoạt động truyền thông còn mang tính hình thức, nội dung chưa thật sự gần gũi với nhu cầu của học sinh, trong khi hình thức triển khai vẫn chưa tạo được sức hút trong bối cảnh học sinh ngày càng chịu ảnh hưởng mạnh từ môi trường truyền thông số.

Các nghiên cứu trước đây chủ yếu tập trung vào thực trạng stress, lo âu hoặc nhu cầu hỗ trợ tâm lý của học sinh, trong khi hoạt động truyền thông về chăm sóc sức khỏe tâm thần trong trường THPT vẫn chưa được phân tích đầy đủ dưới góc độ nội dung, hình thức triển khai và mức độ hài lòng của học sinh. Nghiên cứu tiếp cận hoạt động truyền thông sức khỏe tâm thần dưới mối liên hệ giữa nội dung truyền thông, hình thức triển khai và mức độ hài lòng của học sinh trong bối cảnh chuyển đổi số giáo dục hiện nay. Từ đó, nghiên cứu góp phần làm rõ sự chênh lệch giữa nhu cầu hỗ trợ tâm lý của học sinh với cách thức tổ chức truyền thông trong nhà trường hiện nay, từ đó đề xuất định hướng truyền thông theo hướng tăng tính tương tác, phát triển kỹ năng và kết nối hỗ trợ tâm lý trong môi trường học đường.

1. Cơ sở lý thuyết

Học sinh Trung học phổ thông trong bối cảnh giáo dục hiện nay

Học sinh trung học phổ thông (THPT) là nhóm người học đang theo học ở bậc THPT

trong hệ thống giáo dục quốc dân, thường ở độ tuổi từ 15 đến 18. Theo tâm lý học lứa tuổi, đây là giai đoạn đầu của tuổi thanh niên - thời kỳ có nhiều thay đổi mạnh mẽ về thể chất, cảm xúc, nhận thức và các mối quan hệ xã hội.(Thuỷ,2008)

Trong bối cảnh đổi mới giáo dục và chuyển đổi số hiện nay, học sinh THPT không chỉ chịu áp lực từ học tập, thi cử và kỳ vọng gia đình mà còn chịu tác động từ môi trường số và mạng xã hội và các mối quan hệ xã hội. Những tác động này ảnh hưởng trực tiếp đến đời sống tinh thần, khả năng thích ứng và sức khỏe tâm thần của học sinh trong môi trường học đường hiện nay.

Sức khỏe tâm thần và sức khỏe tâm thần học đường

Theo Tổ chức Y tế Thế (WHO), sức khỏe tâm thần là *“trạng thái hoàn toàn thoải mái mà ở đó mỗi cá nhân nhận thức rõ khả năng của mình, có thể đối phó với những căng thẳng bình thường trong cuộc sống, làm việc hiệu quả và năng suất và đóng góp cho cộng đồng”* (WHO, n.d.). Quan điểm này cho thấy sức khỏe tâm thần không chỉ được hiểu là không có rối loạn tâm thần mà còn bao gồm khả năng thích ứng, kiểm soát và duy trì các mối quan hệ

Theo Bệnh viện Tâm thần Trung ương 1, sức khỏe tâm thần không chỉ là trạng thái không có rối loạn tâm thần mà còn là trạng thái cân bằng trong cảm xúc, hành vi và các mối quan hệ xã hội. (Bệnh viện Tâm thần Trung ương 1, n.d.)

Đối với học sinh THPT, sức khỏe tâm thần có mối liên hệ chặt chẽ với kết quả học tập, hành vi xã hội và sự phát triển toàn diện. Trong môi trường học đường hiện nay, các vấn đề như stress học tập, lo âu, trầm cảm, áp lực thành tích hay khủng hoảng cảm xúc đang có xu hướng gia tăng. Vì vậy, chăm sóc sức khỏe tâm thần học đường không chỉ là một hoạt động xây dựng hỗ trợ tâm lý mà còn trở thành một yêu cầu quan trọng trong quá trình xây dựng môi trường giáo dục an toàn, thân thiện và phát triển bền vững.

Hoạt động truyền thông trong chăm sóc sức khỏe tâm thần cho học sinh THPT

Hoạt động truyền thông trong chăm sóc sức khỏe cho học sinh THPT là quá trình cung cấp

thông tin, nâng cao nhận thức và hình thành kỹ năng giúp học sinh nhận diện, phòng ngừa và ứng phó với các vấn đề liên quan đến sức khỏe tâm thần. Nội dung truyền thông tập trung vào các vấn đề như stress học đường, rối loạn lo âu, trầm cảm, kỹ năng quản lý cảm xúc, kỹ năng ứng phó với áp lực học tập và xây dựng lối sống tích cực.

Trong bối cảnh chuyển đổi số, hoạt động truyền thông về sức khỏe tâm thần không chỉ được triển khai thông qua các hình thức truyền thống như chuyên đề, tư vấn học đường hay sinh hoạt ngoại khóa mà còn được mở rộng thông qua các nền tảng số như website trường học, fanpage, infographic, video clip ngắn và mạng xã hội. Việc đa dạng hoá hình thức truyền thông góp phần nâng cao khả năng tiếp cận thông tin của học sinh, tăng tính tương tác và phù hợp hơn với đặc điểm tiếp nhận thông tin của thế hệ học sinh hiện nay. Tuy nhiên, hiệu quả của hoạt động truyền thông còn phụ thuộc vào nội dung truyền tải, hình thức triển khai và mức độ quan tâm của nhà trường đối với sức khỏe tâm thần học sinh.

Khung lý thuyết nghiên cứu

Trong bối cảnh chuyển đổi số và yêu cầu nâng cao chất lượng giáo dục toàn diện hiện nay, hoạt động truyền thông về chăm sóc sức khỏe tâm thần trong trường THPT được xem là một trong những giải pháp quan trọng nhằm hỗ trợ học sinh nâng cao nhận thức, kỹ năng tự chăm sóc và khả năng thích ứng với các áp lực học đường.

Trên cơ sở lý thuyết về sức khỏe tâm thần học đường và truyền thông giáo dục, nghiên cứu xây dựng cách tiếp cận hoạt động truyền thông theo ba thành tố gồm: (1) nội dung truyền thông, (2) hình thức truyền thông và (3) mức độ hài lòng của học sinh. Ba thành tố này có mối liên hệ với nhau trong việc tác động đến khả năng tiếp cận thông tin, nhận thức và nhu cầu hỗ trợ tâm lý của học sinh THPT.

Điểm mới của nghiên cứu không chỉ dừng lại ở việc khảo sát thực trạng hoạt động truyền thông về chăm sóc sức khỏe tâm thần trong trường THPT mà còn phân tích mối liên hệ giữa nội dung truyền thông, hình thức triển khai và mức độ hài lòng của học sinh trong bối cảnh chuyển đổi số giáo dục hiện nay. Trên cơ sở đó, nghiên cứu góp phần đề xuất định hướng truyền

thông theo hướng tích hợp giữa cung cấp kiến thức, phát triển kỹ năng và tăng cường kết nối

hỗ trợ tâm lý trong môi trường học đường.

2. Phương pháp nghiên cứu

Bảng 1. Khách thể nghiên cứu (N=310)

Đặc điểm của khách thể nghiên cứu		Số lượng	Tỉ lệ (%)
Trường	THPT Tôn Thất Tùng	78	25,2
	THPT Hoàng Hoa Thám	77	24,8
	THPT Nguyễn Văn Thoại	78	25,2
	THPT Nguyễn Thượng Hiền	77	24,8
Giới tính	Nam	138	44,5
	Nữ	172	55,5
Khối lớp	Lớp 10	103	33,2
	Lớp 11	103	33,2
	Lớp 12	104	33,5

(Nguồn: Kết quả khảo sát 2025)

Kết quả bảng 1 cho thấy mẫu nghiên cứu gồm 310 học sinh đến từ bốn trường THPT trên địa bàn thành phố Đà Nẵng với tỷ lệ phân bố tương đối đồng đều giữa các trường. Về giới tính, học sinh nữ chiếm tỷ lệ cao hơn học sinh nam. Ngoài ra, cơ cấu mẫu giữa các khối lớp 10, 11 và 12 khá cân đối và đảm bảo tính đại diện cỡ mẫu khảo sát

Về phạm vi, nghiên cứu được thực hiện tại bốn trường THPT trên địa bàn thành phố Đà Nẵng trong năm học 2024 - 2025, tập trung đánh

giá thực trạng hoạt động truyền thông về sức khỏe tâm thần cho học sinh THPT.

Về giới hạn, nghiên cứu chỉ khảo sát học sinh, chưa mở rộng đến giáo viên, phụ huynh và cán bộ quản lý, ngoài ra chủ yếu mang tính mô tả thực trạng, chưa phân tích sâu các quan hệ nhân quả giữa các yếu tố.

3. Thực trạng thực hiện các nội dung hoạt động truyền thông trong việc chăm sóc sức khỏe tâm thần cho học sinh Trung học Phổ thông

Bảng 2. Mức độ thực hiện các nội dung của hoạt động truyền thông trong việc chăm sóc sức khỏe tâm thần cho học sinh tại các trường Trung học phổ thông (N=310)

STT	Mã hóa	Nội dung	ĐTB	ĐLC
1	NDTT1	Cung cấp thông tin về các vấn đề sức khỏe tâm thần thường gặp ở lứa tuổi học sinh	2.75	.836
2	NDTT2	Nội dung truyền thông cung cấp kiến thức về các dấu hiệu nhận biết sớm các vấn đề sức khỏe tâm thần ở bản thân và bạn bè.	2.85	1.042
3	NDTT3	Hướng dẫn các kỹ năng quản lý cảm xúc, giảm căng thẳng và tự chăm sóc sức khỏe tâm thần.	2.33	.969
4	NDTT4	Cung cấp thông tin về các kênh hỗ trợ tâm lý trực tiếp và trực tuyến cho học sinh.	2.60	1.143

(Nguồn: Kết quả khảo sát 2025)

Kết quả khảo sát cho thấy nội dung truyền thông về sức khỏe tâm thần trong trường THPT hiện nay vẫn nghiêng về cung cấp thông tin nhận diện hơn là phát triển kỹ năng thực hành cho học sinh. Trong đó, nội dung “nhận biết sớm các dấu hiệu sức khỏe tâm thần” đạt mức cao nhất (ĐTB = 2,85), cho thấy nhà trường bước đầu quan tâm

đến nâng cao khả năng nhận diện vấn đề tâm lý cho học sinh trong bối cảnh áp lực học tập và tác động của môi trường số ngày càng gia tăng. Tuy nhiên, học sinh vẫn chủ yếu dừng ở mức nhận biết khái quát, chưa hình thành được hiểu biết các dấu hiệu cụ thể.

Tiếp theo, các nội dung “*cung cấp thông tin về các vấn đề sức khỏe tâm thần thường gặp*” (ĐTB = 2,75) và “*cung cấp thông tin về các kênh hỗ trợ tâm lý trực tiếp và trực tuyến*” (ĐTB = 2,60) đều ở mức trung bình, cho thấy hoạt động truyền thông chủ yếu dừng lại ở việc cung cấp thông tin rời rạc, chưa tạo được mạng lưới hỗ trợ rõ ràng và chưa giúp học sinh dễ dàng tiếp cận các nguồn lực tư vấn khi cần thiết.

Đáng chú ý, nội dung “*hướng dẫn kỹ năng quản lý cảm xúc, giảm căng thẳng và tự chăm sóc sức khỏe tâm thần*” có mức thấp nhất (ĐTB = 2,33), cho thấy khoảng trống rõ rệt trong việc phát triển kỹ năng thực hành cho học sinh. Kết quả này cho thấy hoạt động truyền thông hiện nay vẫn chưa chú trọng

đầy đủ đến việc phát triển kỹ năng thực hành cho học sinh, chưa thực sự hỗ trợ học sinh hình thành các kỹ năng ứng phó và tự chăm sóc sức khỏe tâm thần trong thực tế.

Kết quả trên cho thấy hoạt động truyền thông hiện nay vẫn thiên về cung cấp kiến thức nhận thức, trong khi nội dung phát triển kỹ năng và hỗ trợ ứng phó tâm lý cho học sinh còn hạn chế, chưa đáp ứng đầy đủ yêu cầu thực tiễn trong bối cảnh giáo dục hiện đại.

Để làm rõ hơn sự khác biệt trong mức độ tiếp nhận các nội dung truyền thông về chăm sóc sức khỏe tâm thần giữa các nhóm học sinh, nghiên cứu tiến hành phân tích theo giới tính và khối lớp, kết quả được trình bày ở Bảng 3.

Bảng 3. So sánh nội dung của hoạt động truyền thông trong việc chăm sóc sức khỏe tâm thần cho học sinh trung học phổ thông dưới góc độ giới tính và lớp (N=310)

STT			NDTT1		NDTT2		NDTT3		NDTT4	
			ĐTB	ĐLC	ĐTB	ĐLC	ĐTB	ĐLC	ĐTB	ĐLC
1	Giới tính	Nam (N=138)	2.81	.851	2.75	1.088	2.64	.482	2.33	.470
		Nữ (N=172)	2.69	.819	2.91	1.002	2.58	.496	2.30	.461
	p		0.048		0.037		0.028		0.036	
2	Lớp	Lớp 10 (N=103)	2.76	.834	2.83	1.061	2.60	.492	2.31	.465
		Lớp 11 (N=103)	2.74	.840	2.84	1.046	2.58	.496	2.30	.461
		Lớp 12 (N=104)	2.74	.836	2.85	1.031	2.63	.486	2.33	.471
	p		0.084		0.057		0.082		0.021	

(Nguồn Kết quả khảo sát 2025)

Kết quả phân tích từ bảng 3, cho thấy mức độ tiếp nhận các nội dung truyền thông về chăm sóc SKTT của học sinh THPT có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê theo các nhóm giới tính và khối lớp.

Theo giới tính, học sinh nam tiếp nhận tốt hơn các nội dung mang tính hệ thống và thông tin như “*NDTT1*” (ĐTB nam = 2,81; nữ = 2,69; $p = 0,048$) và “*NDTT4*” ($p = 0,036$), trong khi học sinh nữ nổi trội hơn ở nội dung “*NDTT2*” (ĐTB nữ = 2,91; nam = 2,75; $p = 0,037$). Kết quả cho thấy có sự khác biệt nhất định trong mức độ tiếp nhận các nội dung truyền thông giữa học sinh nam và nữ. Sự khác biệt này có thể liên quan đến đặc điểm tâm lý và nhu cầu tiếp nhận thông tin khác nhau giữa các nhóm học sinh.

Theo khối lớp, học sinh lớp 12 có mức độ tiếp nhận cao hơn đối với các “*NDTT4*” ($p = 0,021$), trong khi các nội dung còn lại không có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê ($p > 0,05$).

Kết quả này cho thấy nhu cầu tìm kiếm sự hỗ trợ tâm lý có xu hướng gia tăng lên ở giai đoạn cuối cấp, tuy nhiên chưa đi kèm với sự phát triển tương ứng về kỹ năng tự chăm sóc và ứng phó tâm lý.

Từ kết quả trên, cho thấy hoạt động truyền thông hiện nay vẫn đang nghiêng về cung cấp kiến thức và nhận diện vấn đề, trong khi hai thành tố quan trọng là phát triển kỹ năng và kết nối hệ thống hỗ trợ chưa được chú trọng tương xứng. Đây là một khoảng trống mang tính hệ thống trong thiết kế truyền thông trong chăm sóc sức khỏe tâm thần học đường, đòi hỏi chuyển dịch theo hướng tích hợp giữa ba thành phần: nhận thức - kỹ năng - tiếp cận dịch vụ hỗ trợ nhằm nâng cao hiệu quả cho học sinh trong bối cảnh giáo dục hiện nay.

4. Thực trạng thực hiện các hình thức hoạt động truyền thông trong việc chăm sóc sức khỏe tâm thần cho học sinh trung học phổ thông

Bảng 4. Mức độ thực hiện các hình thức của hoạt động truyền thông trong việc chăm sóc sức khỏe tâm thần cho học sinh tại các trường Trung học Phổ thông (N=310)

STT	Mã hóa	Hình thức	ĐTB	ĐLC
1	HTTT1	Các buổi nói chuyện chuyên đề, hội thảo về sức khỏe tâm thần được tổ chức phù hợp và dễ tiếp cận	2.65	.996
2	HTTT2	Tài liệu truyền thông và trực quan (poster, infographic, video ngắn...) được thiết kế hấp dẫn	2.73	.982
3	HTTT3	Thông tin về sức khỏe tâm thần được truyền tải trên các nền tảng số của nhà trường tải (website, fanpage, bảng tin điện tử...)	3.76	.427
4	HTTT4	Các hoạt động truyền thông được lồng ghép vào các môn học hoặc hoạt động trải nghiệm	2.24	.831

(Nguồn Kết quả khảo sát 2025)

Kết quả từ *Bảng 4* cho thấy sự phân hóa rõ rệt giữa các hình thức truyền thông về sức khỏe tâm thần trong trường THPT. Nổi bật nhất là hình thức “truyền tải thông tin qua các nền tảng số của nhà trường (website, fanpage, bảng tin điện tử)” điểm trung bình cao nhất (ĐTB = 3,76). Kết quả này cho thấy kênh truyền thông số đang trở thành phương thức tiếp cận chủ đạo, phù hợp với đặc điểm sử dụng công nghệ thường xuyên của học sinh trong bối cảnh chuyển đổi số giáo dục. Đây cũng là hình thức duy nhất đạt mức khá, trong khi các hình thức còn lại chỉ dừng ở mức trung bình hoặc thấp.

Ngược lại, các hình thức truyền thống như “nói chuyện chuyên đề, hội thảo” (ĐTB = 2,65) và “tài liệu truyền thông trực quan” (ĐTB = 2,73) chưa phát huy hiệu quả tương xứng, chủ yếu do tần suất triển khai hạn chế và chưa tạo được sức hấp dẫn trong tiếp nhận thông tin của học sinh. Đặc biệt, hình thức “lồng ghép nội

dung sức khỏe tâm thần vào môn học và hoạt động trải nghiệm” có mức thấp nhất (ĐTB = 2,24), cho thấy một khoảng trống mang tính hệ thống trong việc tích hợp giáo dục sức khỏe tâm thần vào chương trình học chính khóa.

Từ các kết quả trên có thể thấy hoạt động truyền thông về sức khỏe tâm thần trong trường học hiện nay vẫn thiên về truyền tải thông tin một chiều qua nền tảng số, trong khi các hình thức mang tính trải nghiệm và tương tác cho học sinh còn hạn chế. Vì vậy, cần đa dạng hóa hình thức triển khai theo hướng tăng tính tương tác và gắn với trải nghiệm thực tế nhằm nâng cao hiệu quả tiếp cận của học sinh.

Để đi sâu hơn nhóm tác giả đã xem xét sự khác biệt của các hình thức của hoạt động truyền thông dưới góc độ giới tính, lớp được thể hiện kết quả bảng như sau:

Bảng 5. So sánh hình thức của hoạt động truyền thông trong việc chăm sóc sức khỏe tâm thần cho học sinh trung học phổ thông dưới góc độ giới tính và lớp (N=310)

STT			HTTT1		HTTT2		HTTT3		HTTT4	
			ĐTB	ĐLC	ĐTB	ĐLC	ĐTB	ĐLC	ĐTB	ĐLC
1	Giới tính	Nam (N=138)	2.59	1.058	2.63	1.054	3.75	.432	2.25	.870
		Nữ (N=172)	2.70	.942	2.80	.915	3.76	.427	2.23	.805
p			0.032		0.017		0.074		0.041	
2	Lớp	Lớp 10 (N=103)	2.56	.925	2.67	.845	3.75	.437	2.26	.828
		Lớp 11 (N=103)	2.67	1.014	2.74	1.029	3.77	.425	2.22	.839
		Lớp 12 (N=104)	2.72	1.047	2.77	1.063	3.76	.429	2.23	.839
p			0.049		0.060		0.038		0.077	

(Nguồn Kết quả khảo sát 2025)

Kết quả phân tích T-test và ANOVA cho thấy mức độ đánh giá các hình thức truyền

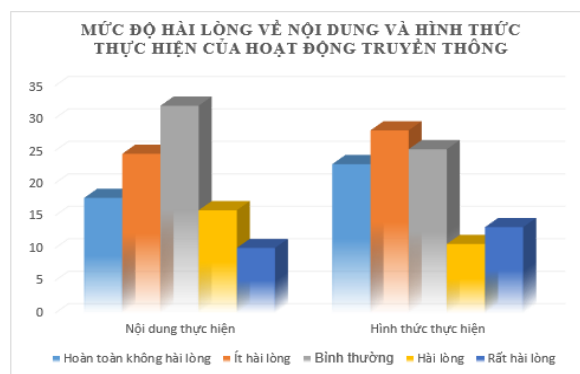
thông về sức khỏe tâm thần trong trường học có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê theo giới tính và khối lớp, cụ thể như sau:

Theo giới tính, nữ sinh có xu hướng đánh giá cao hơn các hình thức mang tính trực quan và tương tác như “HTTT1” (M nam = 2,70; nữ = 2,59; $p = 0,032$) và “HTTT2” (M nam = 2,80; nữ = 2,63; $p = 0,017$). Kết quả này cho thấy nhóm nữ sinh có xu hướng phù hợp hơn với các hình thức truyền thông giàu yếu tố giao tiếp và biểu đạt cảm xúc. Ngược lại, nam sinh đánh giá phù hợp hơn với hình thức “HTTT4” ($p = 0,041$), phản ánh thiên hướng tiếp nhận thông tin qua hoạt động trải nghiệm thay vì truyền tải trực tiếp. Đáng chú ý, “HTTT3” không có sự khác biệt theo giới ($p = 0,745$), cho thấy kênh truyền thông số của nhà trường đang đóng vai trò tiếp cận đồng đều, tuy nhiên chủ yếu dừng lại ở mức truyền tải thông tin, chưa thể hiện rõ tính tương tác và cá nhân hoá trong môi trường chuyển đổi số.

Theo khối lớp, học sinh lớp 12 có xu hướng đánh giá cao hơn đối với “HTTT1” ($p = 0,049$) và “HTTT3” ($p = 0,038$), phản ánh nhu cầu tiếp cận thông tin và hỗ trợ tâm lý trong giai đoạn chịu áp lực học tập và định hướng tương lai. Tuy nhiên, các hình thức còn lại cũng không có sự khác biệt đáng kể giữa các khối ($p > 0,05$), cho thấy việc tích hợp nội dung sức khỏe tâm thần vào chương trình học chưa tạo ra sự khác biệt thực chất giữa các khối lớp.

Từ các kết quả trên, có thể rút ra một phát hiện mang tính phản biện: hoạt động truyền thông về sức khỏe tâm thần trong nhà trường hiện nay vẫn còn khoảng cách giữa nhu cầu tiếp cận của học sinh với cách thức triển khai hoạt động truyền thông trong nhà trường hiện nay. Mặc dù các kênh số giúp mở rộng khả năng tiếp cận, nhưng cách triển khai hiện nay vẫn mang tính đồng loạt, chưa dựa trên đặc điểm giới tính và giai đoạn học tập của học sinh, từ đó làm hạn chế hiệu quả tác động thực tiễn của hoạt động truyền thông trong trường học.

5. Đánh giá mức độ hài lòng của hoạt động truyền thông trong việc chăm sóc sức khỏe tâm thần cho học sinh tại các trường Trung học Phổ thông trên địa bàn thành phố Đà Nẵng



(Nguồn: Kết quả khảo sát 2025)

Hình 1. Đánh giá mức độ hài lòng về nội dung và hình thức thực hiện của hoạt động truyền thông trong việc chăm sóc sức khỏe tâm thần cho học sinh THPT (N=310)

Kết quả khảo sát cho thấy mức độ hài lòng của học sinh đối với hoạt động truyền thông về sức khỏe tâm thần trong trường THPT hiện chưa cao, ở cả nội dung và hình thức triển khai.

Đối với nội dung truyền thông, mức độ hài lòng tập trung chủ yếu ở mức “bình thường” (31,9%) và “ít hài lòng” (24,5%) chiếm tỷ lệ cao, trong khi mức “rất hài lòng” chỉ đạt 10%. Kết quả này cho thấy nội dung truyền thông hiện nay vẫn thiên về phổ biến kiến thức chung, chưa chú trọng nhiều đến các nội dung mang tính ứng dụng như kỹ năng nhận diện cảm xúc, căng thẳng hay tìm kiếm hỗ trợ tâm lý khi cần thiết. Điều này cho thấy khoảng cách giữa nhu cầu thực tế của học sinh và cách xây dựng nội dung truyền thông trong nhà trường vẫn còn khá lớn.

Đối với hình thức triển khai, chỉ 13,2 % học sinh đánh giá “hài lòng”, trong khi tỷ lệ “ít hài lòng” chiếm 28,1%. Dù các nền tảng số như website, fanpage hay bảng tin điện tử đã được sử dụng trong truyền thông sức khỏe tâm thần, hoạt động triển khai vẫn chủ yếu mang tính truyền tải thông tin, thiếu sự tương tác và chưa tạo được môi trường kết nối, chia sẻ phù hợp với đặc điểm tiếp nhận của học sinh hiện nay. Kết quả này cho thấy quá trình chuyển đổi số trong truyền thông học đường mới dừng ở mức ứng dụng công cụ, chưa phát huy đầy đủ hiệu quả trong việc hỗ trợ và kết nối tâm lý cho học sinh trong môi trường học đường.

Từ các kết quả trên, nghiên cứu làm rõ một vấn đề đáng chú ý là hoạt động truyền thông về sức khỏe tâm thần trong trường THPT hiện nay

đang tồn tại sự lệch pha giữa nhu cầu hỗ trợ tâm lý của học sinh và cách thức tổ chức truyền thông trong nhà trường. Đây cũng là cơ sở cho thấy cần chuyển từ mô hình truyền thông mang tính phổ biến thông tin sang cách tiếp cận tích hợp giữa cung cấp kiến thức, phát triển kỹ năng và tăng cường kết nối hỗ trợ tâm lý trong bối cảnh giáo dục hiện nay.

KẾT LUẬN VÀ KHUYẾN NGHỊ

Dựa trên các phát hiện nghiên cứu cho thấy hoạt động truyền thông về chăm sóc SKTT cho học sinh THPT trên địa bàn thành phố Đà Nẵng đã được triển khai nhưng hiệu quả vẫn chưa được đồng đều. Nội dung truyền thông hiện nay chủ yếu tập trung vào cung cấp kiến thức nhận diện các vấn đề tâm lý, trong khi các nội dung liên quan đến kỹ năng quản lý cảm xúc, ứng phó căng thẳng và kết nối hỗ trợ tâm lý vẫn còn hạn chế. Bên cạnh đó, hoạt động truyền thông trong nhà trường vẫn chủ yếu mang tính phổ biến thông tin, chưa tạo được tính tương tác và chưa đáp ứng đầy đủ nhu cầu hỗ trợ tâm lý của học sinh trong bối cảnh chuyển đổi số giáo dục hiện nay.

Từ kết quả nghiên cứu, nhóm tác giả đề xuất một số khuyến nghị như sau:

(1) Đối với nhà trường, cần tăng cường lồng ghép giáo dục sức khỏe tâm thần vào hoạt động trải nghiệm, sinh hoạt lớp và giáo dục kỹ năng sống; đẩy mạnh sử dụng các nền tảng số theo hướng tăng tính tương tác và phù hợp với đặc điểm tiếp nhận thông tin của học sinh hiện nay.

(2) Đối với giáo viên và bộ phận tư vấn học đường, cần nâng cao khả năng nhận diện sớm các biểu hiện tâm lý của học sinh, tăng cường hoạt động hỗ trợ, lắng nghe và kết nối học sinh với các nguồn lực tư vấn tâm lý trong trường học.

(3) Đối với phụ huynh, cần quan tâm nhiều hơn đến đời sống tinh thần, cảm xúc và áp lực học tập của con em thay vì chỉ chú trọng kết quả học tập. Việc duy trì giao tiếp tích cực trong gia đình sẽ góp phần hỗ trợ học sinh ổn định tâm lý trong bối cảnh hiện nay.

(4) Đối với học sinh, cần chủ động trang bị kiến thức và kỹ năng chăm sóc sức khỏe tâm thần, sử dụng mạng xã hội theo hướng tích cực

và mạnh dạn tìm kiếm hỗ trợ khi gặp khó khăn tâm lý.

(5) Đối với cơ quan quản lý giáo dục, cần tăng cường định hướng và hỗ trợ các trường triển khai hoạt động truyền thông sức khỏe tâm thần theo hướng gắn với chuyển đổi số và yêu cầu phát triển toàn diện học sinh. Việc xây dựng tài liệu hướng dẫn, tập huấn giáo viên và phát triển hệ thống tư vấn học đường là những giải pháp cần được quan tâm trong giai đoạn hiện nay.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- Anh et al. Social and behavioural problems among high school students (2006). Social and behavioural problems among high school students in Vietnam.
- Anh, H., Minh, H., Phuong, D. (2006). Social and behavioural problems among high school students in
- Bệnh viện Tâm thần Trung ương 1. (n.d.). Trang thông tin điện tử. <https://bvttw1.gov.vn/>
- Global Burden of Disease Collaborative Network. (2024). Global Burden of Disease Study 2021 (GBD 2021) [Data set]. Institute for Health Metrics and
- Evaluation.<https://vizhub.healthdata.org/gbd-results/>
- Katharine Sadler, Vizard, T., Ford, T., Marchesell, F., Pearce, N., Mandalia, D., & McManus, S. (2018). Mental health of children and young people in England, 2017.
- Nguyen, D. T., Dedding, C., Pham, T. T., Wright, P., Bunders, J. (2013). Depression, anxiety, and suicidal.
- Phạm Thị Thu Thủy. (2008). Tâm lý tuổi học trò. Nhà xuất bản Lao động.
- World Health Organization. (2018). *Mental health: Strengthening our response*.
- World Health Organization. (2022), Truy cập từ <http://www.wpro.who.int/vietnam/vi/>.
- UNICEF. (2019). Báo cáo tóm tắt: Sức khỏe tâm thần và tâm lý xã hội của trẻ em và thanh niên tại một số tỉnh và thành phố ở Việt Nam (p. 6).
- UNICEF. (2022), Nghiên cứu toàn diện về các yếu tố liên quan đến trường học ảnh hưởng đến sức khỏe tâm thần và sự phát triển toàn diện của trẻ em nam và nữ vị thành niên tại Việt Nam. <https://dera.ioe.ac.uk/32622/1/MHCYP%202017%20Summary.pdf>

Weiss, B., Minh, D., Trung, L., Nguyen, M.C., Thuy, N.T.H., Pollack., A, (2014), A Nationally Representative Epidemiological and Risk Factor Assessment of Child Mental

Health in Viet Nam, International Perspectives in Psychology: Research, Practice, Consultation, 3(3), pp. 139-53.