

# Trường Đại học Đông Á: Nhận diện và chăm sóc sức khỏe tinh thần học đường

18:59 10/10/2024

Tác giả: Đang cập nhật

**Kỷ niệm ngày sức khỏe tâm thần thế giới 10/10, Đại học Đông Á tổ chức chương trình “Nhận diện và chăm sóc sức khỏe tinh thần trong trường học”.**

Chương trình có sự tham dự của đại diện đến từ các bệnh viện, trung tâm tham vấn tâm lý, các trường học trên địa bàn thành phố Đà Nẵng cùng hơn 400 sinh viên đến từ ngành Tâm lý học và các ngành khác của Đại học Đông Á.



## Tư vấn tâm lý cho sinh viên

Phát biểu tại chương trình, thầy thuốc nhân dân, BS.CKII. Lâm Tú Trung, Phó Chủ tịch Hội tâm lý trị liệu Việt Nam, Giám đốc Trung tâm tham vấn và chăm sóc sức khỏe tinh thần Đại học Đông Á nhận định: “Nhìn chung, giới trẻ hiện nay thường đối mặt với rất nhiều áp lực đến từ việc học tập, kỳ vọng của gia đình, những vấn đề về kinh tế, sức khỏe, những tác động của mạng xã hội, bạo lực

học đường... có xu hướng tăng cao và phức tạp"

Theo bác sỹ Lâm Tứ Trung, chỉ xét riêng về các yếu tố liên quan đến trường học ảnh hưởng đến sức khỏe tâm thần và sự phát triển toàn diện của vị thành niên do UNICEF tại Việt Nam phối hợp với Bộ GD&ĐT công bố, thì có khoảng 20% trẻ vị thành niên có vấn đề về sức khỏe tâm thần. Đây vừa là nguyên nhân, vừa là biểu hiện, đồng thời là hệ quả của những áp lực mà học sinh đang gánh chịu.

Có nhiều nguyên nhân khiến không ít các bạn trẻ ngại nói về sức khỏe tâm thần. Đó có thể do nhận thức của giới trẻ về sức khỏe tâm thần chưa đúng đắn, ngại phải đối mặt với sự kỳ thị của cộng đồng... Hơn nữa, tâm lý chung của người trẻ thường cho rằng mình ổn và có thể tự "chữa lành" những thương tổn về tâm lý. Chưa kể, có một bộ phận chưa chấp nhận mình có các triệu chứng rối loạn tâm lý, hoặc ngại và sợ cái nhìn từ xung quanh về chuyện thăm khám, điều trị các rối nhiễu tâm lý."



*Ký kết giữa Đại học Đông Á và hệ thống mầm non Gia Viên, trường THPT Phan Châu Trinh, trường TH, THCS và THPT Hy vọng để tầm soát sức khoẻ tinh thần, tham vấn và trị liệu cho học sinh, giáo viên*

Dịp này, hợp tác chương trình chăm sóc sức khoẻ tinh thần trong trường học cũng được ký kết giữa Đại học Đông Á và hệ thống mầm non Gia Viên, trường THPT Phan Châu Trinh, trường TH, THCS và THPT Hy vọng. Theo đó, trong năm học 2024-2025, các chuyên gia tâm lý giáo dục từ Đại học Đông Á sẽ xúc tiến các hoạt động tầm soát sức khoẻ tinh thần, tham vấn và trị liệu cho học sinh, giáo viên... theo lộ trình cụ thể, cũng như phối hợp định kỳ tổ chức các chuyên đề tâm lý và kỹ năng sống cho các đối tượng trên.

Đồng thời, Viện Nghiên cứu và đào tạo kỹ năng mềm Young Lion Đại học Đông Á cũng chính thức khởi động chương trình tầm soát và chăm sóc sức khoẻ tinh thần trong sinh viên và giảng viên toàn trường Đại học Đông Á. Chương trình được tổ chức xuyên suốt trong tháng 10/2024 bên cạnh các hoạt động thường xuyên tại phòng Tham vấn tâm lý nhà trường. Theo đó, các bàn tư vấn do các bác sĩ, chuyên gia tâm lý trực tiếp tham gia sẽ được đặt thêm tại tiền sảnh để hỗ trợ nhận diện tiến tới phối hợp can thiệp sớm sau tầm soát cho sinh viên, giảng viên.

Tại chương trình, chuyên đề “Hẹn hò với hạnh phúc” là cách gần gũi và dễ hiểu để TS Nguyễn Hoàng Khắc Hiếu, chuyên gia tâm lý chuyển tải các nội dung về chăm sóc sức khoẻ tinh thần trong trường học. Thông qua các thang đánh giá lo âu, diễn giả cũng giúp các bạn sinh viên có mặt tại chương trình trực tiếp tự nhận diện các dấu hiệu và mức độ của mệt mỏi tinh thần, qua đó tiếp cận với các nhóm liệu pháp tự phục hồi đa dạng.

Tiếp nối chuyên đề là phần đối thoại đầy cởi mở giữa sinh viên với các chuyên gia và khách mời về nhận diện và chăm sóc sức khoẻ tinh thần. Dẫn dắt bằng chính những “ca” đã điều trị thành công của bác sĩ tâm thần, bằng chính câu chuyện trải nghiệm sau khi trải qua và vượt lên của “nhân vật”, diễn đàn đã giúp sinh viên được “giải mã” các vấn đề về sức khoẻ tinh thần mà các bạn trẻ thường ngại nói, nhất là các áp lực đồng trang lứa thường gặp và tìm được “liệu pháp chữa lành” tích cực cho bản thân.



*Trao học bổng và vinh danh thủ khoa đầu vào ngành Tâm lý học Đại học Đông Á*

Dịp này, sinh viên Phan Thị Hương Trà, thủ khoa 2024 ngành Tâm lý học Đại học Đông Á cũng được vinh danh và nhận học bổng mùa gieo hạt khoa Sư phạm trị giá 10 triệu đồng. Trước đó, tại lễ khai giảng năm học 2024-2025, Hương Trà cũng đã đón nhận suất học bổng tài năng Hoa Anh Đào toàn phần trị giá 100% học phí toàn khoá.



### *Chương trình chăm sóc sức khỏe tinh thần cho học sinh*

Được biết, chuỗi chương trình chăm sóc sức khỏe tinh thần cho học sinh THPT 2024 Đại học Đông Á cũng đã đến với hàng nghìn học sinh các tỉnh miền Trung Tây Nguyên từ đầu năm 2024.

**Thanh Bình**

**Link bài viết:** <https://nguoilambao.vn/truong-dai-hoc-dong-a-nhan-dien-va-cham-soc-suc-khoe-tinh-than-hoc-duong>