

ĐỊNH HƯỚNG GIẢI QUYẾT KHÓ KHĂN TRONG TÌNH BẠN CỦA HỌC SINH TRƯỜNG TRUNG HỌC CƠ SỞ HIỆP HÒA, HUYỆN ĐỨC HÒA, TỈNH LONG AN

Lê Thị Xuân Mai
 Trường Đại học Trà Vinh
 Email: lexuanmai@tvu.edu.vn

Tóm tắt: Tuổi thiếu niên trải qua những thay đổi lớn về mặt tâm sinh lý, giao lưu với bạn bè trở nên cực kỳ quan trọng. Sự thích nghi tốt trước những thay đổi đó và những trải nghiệm tích cực trong mối quan hệ với bạn bè sẽ giúp trẻ tự tin, phát triển lành mạnh. Ngược lại, những khó khăn trong mối quan hệ ấy sẽ cản trở sự phát triển của trẻ. Tất nhiên, đứng trước khó khăn không phải trẻ nào cũng có định hướng giải quyết phù hợp. Vì thế, việc tìm hiểu định hướng giải quyết của trẻ trong bối cảnh ấy là điều quan trọng. Bài viết mô tả thực tế “định hướng giải quyết những khó khăn trong tình bạn của học sinh Trường Trung học cơ sở Hiệp Hòa, huyện Đức Hòa, tỉnh Long An”. Từ đó, đề xuất biện pháp giúp các em có định hướng đúng đắn khi giải quyết những khó khăn ấy.

Từ khóa: Định hướng, giải quyết khó khăn, tình bạn, tuổi thiếu niên
 Nhận bài: 20/06/2021; Phản biện: 25/06/2021; Duyệt đăng: 28/06/2021

1. Đặt vấn đề

Tuổi thiếu niên hay lứa tuổi trung học cơ sở (THCS) được nhiều nhà nghiên cứu xem là giai đoạn chuyển tiếp từ tuổi thơ sang người lớn. Trẻ ở lứa tuổi này có những biến động mạnh mẽ về mặt tâm sinh lý. Đó là những thay đổi của cơ thể do dậy thì, sự phát triển của tự ý thức, sự hình thành kiểu quan hệ mới, khát vọng độc lập, tự khẳng định, xu hướng vươn lên làm người lớn và nhu cầu mở rộng giao lưu với bạn, nhóm bạn diễn ra ngày càng rõ ràng và mạnh mẽ hơn [5].

Giao lưu với bạn bè và sự phát triển tình bạn ở tuổi thiếu niên có ý nghĩa quan trọng. Nó ảnh hưởng sâu sắc đến sự phát triển tâm lý của trẻ. Tình bạn ở lứa tuổi này có những sắc thái mới so với lứa tuổi trước do những thay đổi mạnh mẽ trên. Những thay đổi này một mặt giúp cho sự hình thành những cấu trúc tâm lý mới ở thiếu niên, mặt khác nó cũng gây ra không ít khó khăn cho các em [1].

Khảo sát về sức khỏe tâm thần của Tổ chức Y tế Thế giới (WHO) cho thấy trên mẫu nghiên cứu gồm 1.202 học sinh tiểu học và trung học cơ sở Việt Nam trong độ tuổi 10-16 tuổi, tỷ lệ học sinh có vấn đề về sức khỏe tâm thần chung là 19,46% [4].

Tuy nhiên, cần nhìn nhận rằng những khó khăn trên không nhất thiết phải xảy ra với mọi trẻ ở lứa tuổi này đồng thời mức độ khó khăn là khác nhau ở mỗi em tùy thuộc vào những yếu tố chủ quan và khách quan. Nhưng cần khẳng định một điều vô cùng quan trọng là muốn giải quyết hiệu quả những khó khăn ấy các em cần có

định hướng giải quyết đúng đắn. Trên cơ sở đó, tác giả đã tìm hiểu “định hướng giải quyết những khó khăn trong tình bạn của học sinh Trường Trung học cơ sở Hiệp Hòa, huyện Đức Hòa, tỉnh Long An” để làm cơ sở đề xuất biện pháp hỗ trợ các em vượt qua những khó khăn đó. Bài viết tập trung phân tích kết quả khảo sát từ 247 học sinh lớp 8, 9 trường Trung học cơ sở Hiệp Hòa, huyện Đức Hòa, tỉnh Long An.

2. Nội dung nghiên cứu

2.1. Định hướng giải quyết những khó khăn trong tình bạn của học sinh THCS Hiệp Hòa, huyện Đức Hòa

2.1.1. Những nhân tố chi phối định hướng giải quyết khó khăn trong tình bạn của học sinh.

Trước khi phân tích kết quả khảo sát, tác giả muốn làm rõ tác động của những nhân tố chủ quan, khách quan đến định hướng giải quyết những khó khăn trong tình bạn ở lứa tuổi này. Có thể nói, khả năng đương đầu, giải quyết những vấn đề phát sinh trong mối quan hệ bạn bè không những phụ thuộc vào chính bản thân của các em mà còn phụ thuộc vào những yếu tố khách quan đó là sự quan tâm, hỗ trợ từ cha mẹ, thầy cô, bạn bè, nhà trường. Cần khẳng định rằng sự tác động qua lại giữa những nhân tố chủ quan và khách quan là chìa khóa cho định hướng giải quyết vấn đề ở trẻ. Việc chủ động tìm kiếm sự hỗ trợ bên cạnh những nỗ lực của bản thân các em thì sự quan tâm thường xuyên từ những nguồn lực bên ngoài là rất quan trọng.

Sự quan tâm hỗ trợ từ cha mẹ là một trong những nhân tố tác động lớn đến định hướng giải quyết khó khăn trong tình bạn ở lứa tuổi thiếu niên. Thiếu niên có khó khăn hay không, khó khăn ít hay nhiều, giải quyết vấn đề ra sao phụ thuộc vào mức độ quan tâm, cách quan tâm của cha mẹ và những người thân trong gia đình. Thiếu niên càng nhận được nhiều sự quan tâm đúng cách của cha mẹ càng ít gặp khó khăn, tự tin đương đầu với vấn đề. Ngược lại, những trẻ không nhận được sự quan tâm hoặc quan tâm không đúng mức, đúng cách sẽ gặp nhiều khó khăn hơn.

Trên thực tế không phải lúc nào thiếu niên cũng nhận được sự quan tâm đúng mức, đúng cách của các bậc cha mẹ. Bước vào tuổi thiếu niên, các em có nhiều thay đổi trong cách suy nghĩ, nhìn nhận vấn đề, có nhu cầu mở rộng quan hệ bạn bè và dần ít phụ thuộc vào sự bảo vệ của gia đình. Thêm vào đó, thiếu niên có xu hướng tự khẳng định, vươn lên làm người lớn nên các em mong muốn mình được tự do trong các mối quan hệ giao tiếp với bạn bè, tự lực trong giải quyết vấn đề của bản thân. Trong khi đó, một bộ phận các bậc cha mẹ chưa thật sự hiểu những đặc điểm tâm lý của trẻ ở giai đoạn này, chưa thích ứng kịp với những thay đổi ở trẻ. Điều này dẫn đến sự can thiệp quá mức và không đúng cách đến các vấn đề của trẻ, làm xảy ra mâu thuẫn giữa người lớn và thiếu niên. Mối quan hệ với người lớn càng không thuận hòa bao nhiêu thì các em càng khó lòng muốn chia sẻ những khó khăn của bản thân nếu có, sự ảnh hưởng của bạn bè cũng vì thế càng tăng. Do vậy, các bậc cha mẹ cần xây dựng mối quan hệ tin cậy, bình đẳng, thường xuyên quan tâm để các em có thể chia sẻ những vướng mắc trong tình bạn.

Bạn bè vừa là nguồn lực hỗ trợ cũng vừa là nơi mà những khó khăn có thể nảy sinh trong quá trình các em tương tác, giao tiếp với nhau. Cần nhìn nhận rằng, ở tuổi thiếu niên, hoạt động giao lưu với bạn bè, tình bạn trở nên quan trọng hơn lúc nào hết. Học sinh có nhu cầu mở rộng mối quan hệ bạn bè, muốn xây dựng hình ảnh của bản thân trong nhóm bạn. Quá trình ấy luôn chịu sự tác động của đặc điểm tâm sinh lý ở tuổi thiếu niên. Tình bạn đẹp, hỗ trợ, động viên nhau lúc khó khăn sẽ giúp các em định hướng đúng đắn khi giải quyết chính những vấn đề gặp phải trong tình bạn. Ngược lại, những tác động tiêu cực hay sự hỗ trợ chưa phù hợp từ bạn bè sẽ ảnh hưởng lớn đến tâm lý cũng như định hướng giải quyết vấn đề của trẻ.

Nhà trường là nơi thiếu niên có cơ hội gặp gỡ, tiếp xúc với bạn bè nhiều nhất. Ở đây, nếu học sinh được thầy cô quan tâm, bạn bè yêu mến, lớp học gắn bó thì sẽ tạo được tâm lý thoải mái, gần gũi, các em cũng dễ dàng

trò chuyện, chia sẻ những vấn đề của bản thân hơn. Ngược lại, nếu không khí lớp học căng thẳng, học sinh không nhận được sự quan tâm của thầy cô, tập thể thiếu gắn kết thì sẽ ảnh hưởng rất lớn đến tâm lý của các em. Vì vậy, nhà trường cần chủ động tạo ra môi trường, nguồn lực để việc hỗ trợ được vận hành theo một hệ thống.

Nguồn lực con người tại nhà trường chắc chắn phải kể đến *đội ngũ giáo viên*. Họ có cơ hội tiếp xúc nhiều nhất với học sinh. Thầy cô không chỉ có vai trò hướng dẫn học sinh lĩnh hội tri thức, kỹ năng mà còn xây dựng ở các em những phẩm chất, kỹ năng sống. Điều này giúp các em có kiến thức và kỹ năng khi đương đầu với những vấn đề của bản thân. Tuy nhiên, cần khẳng định rằng điều này chỉ xảy ra khi hai bên xây dựng được mối quan hệ tin tưởng, gần gũi đồng thời có sự chủ động từ cả hai phía.

Song song đó, nhìn từ góc độ chuyên môn, *đội ngũ nhà tham vấn học đường* là lực lượng vô cùng cần thiết giúp các em có định hướng đúng đắn khi đương đầu với những khó khăn ở lứa tuổi này. Tuy nhiên, không phải trường nào cũng có đội ngũ tham vấn có chuyên môn. Một số trường lực lượng này là kiêm nhiệm từ các cán bộ đoàn, giáo viên chủ nhiệm. Vì vậy hiệu quả tham vấn không cao.

Trong các yếu tố chi phối định hướng giải quyết khó khăn trong tình bạn của học sinh thì yếu tố trực tiếp quyết định nhất chính là bản thân các em. Đó chính là sự chủ động trong việc tìm kiếm sự trợ giúp khi nhận thấy bản thân chưa có hướng giải quyết khả thi. Đó chính là ý thức nỗ lực, kiến thức, kỹ năng đương đầu của chính bản thân các em khi đứng trước một tình huống khó khăn.

2.1.2. Mức độ khó khăn trong tình bạn của học sinh trường THCS Hiệp Hòa, huyện Đức Hòa

Tác giả tìm hiểu mức độ khó khăn trong tình bạn của học sinh ở các lĩnh vực nhận thức, cảm xúc, thích nghi và ứng xử. Nhận thức đầy đủ, chính xác, tích cực sẽ dẫn đến cảm xúc, thái độ tích cực, thể hiện ở việc dễ dàng thích nghi với những thay đổi của môi trường và biểu hiện qua hành động, cử chỉ, lời nói trong các tình huống giao tiếp ứng xử. Ngược lại, bất kỳ khó khăn ở lĩnh vực nào cũng có thể làm nảy sinh những vướng mắc ở lĩnh vực khác.

* Quy ước thang đo

Thang đo mức độ/định hướng giải quyết khó khăn: Không bao giờ = 1 điểm, Thỉnh thoảng = 2 điểm, Thường xuyên = 3 điểm; được quy ước tương ứng với các mức độ sau:

- *Mức 1*: có ĐTB cộng từ 1,00 đến <= 1,60 -> Không có khó khăn/định hướng giải quyết ở mức độ không bao giờ.

- *Mức 2*: có ĐTB cộng từ 1,60 đến $\leq 2,20$ -> Thỉnh thoảng khó khăn/định hướng giải quyết ở mức độ thỉnh thoảng.

- *Mức 3*: có ĐTB cộng từ 2,20 đến $\leq 3,00$ -> Thường xuyên khó khăn/định hướng giải quyết ở mức độ thỉnh thoảng.

Kết quả nghiên cứu về mức độ khó khăn trong tình bạn thể hiện ở *bảng 1*.

Bảng 1. Mức độ khó khăn trong tình bạn biểu hiện ở các mặt

TT	Khó khăn	Mức độ		Thứ hạng
		Trung bình	Độ lệch chuẩn	
1	Khó khăn nhận thức	1,64	0,70	2
2	Khó khăn cảm xúc	1,89	0,59	1
3	Khó khăn thích nghi	1,53	0,60	3
4	Khó khăn ứng xử	1,46	0,62	4

Mức độ khó khăn trong tình bạn được các em đánh giá ở hai mặt *nhận thức* và *cảm xúc* với mức *"thỉnh thoảng"* với điểm trung bình khó khăn khá cao. Trong đó, mức độ khó khăn cao nhất biểu hiện ở mặt cảm xúc với ĐTB=1,89, xếp thứ hai về mức độ khó khăn là nhận thức (ĐTB: 1,64). Mặt khác, học sinh tự đánh giá mức độ biểu hiện khó khăn ở hai mặt *thích nghi* và *ứng xử* là *"không bao giờ"* với ĐTB lần lượt là 1,53 và 1,46. Nhận thức, cảm xúc là điều kiện để học sinh thích nghi và ứng xử tốt. Mặc dù vậy, kết quả cho thấy những khó khăn trong tình bạn ở hai mặt trên chưa được các em biểu hiện khi ứng xử với bạn.

Như vậy, nhìn chung học sinh trường THCS Hiệp Hòa đều gặp khó khăn trong tình bạn, trong đó mức độ khó khăn cảm xúc và nhận thức là cao hơn cả.

2.1.3. Tự đánh giá của học sinh trường THCS Hiệp Hòa, huyện Đức Hòa về định hướng giải quyết những khó khăn trong tình bạn.

Tác giả tìm hiểu định hướng giải quyết khó khăn trong tình bạn của học sinh. Kết quả tính theo trị trung bình được thể hiện ở *bảng 2*.

Bảng 2. Định hướng giải quyết khó khăn trong tình bạn của học sinh

TT	Định hướng giải quyết	Mức độ	
		Trung bình	Độ lệch chuẩn
1	Độc lập giải quyết khó khăn	2,13	0,57
2	Trò chuyện với bạn bè	2,09	0,66
3	Trò chuyện với mẹ	2,09	0,79
4	Trò chuyện với cha	1,80	0,74
5	Khó khăn vẫn ở đó nhưng không trò chuyện, trao đổi với ai	1,68	0,70
6	Chuyên gia tâm lý, đội ngũ tham vấn học đường	1,62	0,62
7	Nhờ thầy cô	1,60	0,60

Kết quả cho thấy khi gặp khó khăn trong tình bạn, học sinh *không* tìm đến thầy cô (ĐTB=1,60). Trong khi đó, tất cả những định hướng giải quyết còn lại đều được các em đánh giá ở mức độ *thỉnh thoảng*. Điều này cho thấy khi gặp những trở ngại trong mối quan hệ bạn bè, học sinh chỉ *thỉnh thoảng* tự mình giải quyết vấn đề hoặc tìm sự hỗ trợ từ cha mẹ, người khác. Thậm chí thỉnh thoảng các em không tìm đến ai mặc dù khó khăn vẫn đang tồn tại. Đặc biệt, không có nội dung nào được các em đánh giá ở mức *thường xuyên*.

Định hướng đầu tiên học sinh lựa chọn khi gặp trở ngại trong tình bạn là độc lập giải quyết vấn đề trước (ĐTB=2,13) rồi mới tìm đến bạn bè (ĐTB=2,09) và trao đổi với các bậc cha mẹ (ĐTB=1,80 và ĐTB=2,09). Kết quả khảo sát đã phản ánh rõ nét đặc trưng tâm lý tuổi thiếu niên đó là nguyện vọng độc lập, tự khẳng định ở lứa tuổi này. Đồng thời chứng minh, khẳng định vai trò, vị trí quan trọng của bạn bè trong đánh giá của các em. Điều đáng mừng, các bậc phụ huynh vẫn là những người được các em chia sẻ, trò chuyện khi gặp khó khăn, mặc dù điều này chỉ được đánh giá ở mức *thỉnh thoảng* mới có sự chia sẻ.

Đáng lưu ý một bộ phận các em có khó khăn nhưng không tìm đến ai (ĐTB=1,68). Những trở ngại trong tình bạn cần được sớm tháo gỡ vì nếu để lâu dài sẽ ảnh hưởng đến những khía cạnh khác trong tâm lý của trẻ.

Dữ liệu từ *bảng 2* cũng cho thấy các em *thỉnh thoảng* nhờ đến sự hỗ trợ của chuyên gia tâm lý, đội ngũ tham vấn học đường với ĐTB=1,62.

Từ kết quả trên cho thấy cần tăng cường hơn nữa sự *chủ động, thường xuyên* của học sinh trong việc tìm kiếm sự hỗ trợ từ các nguồn lực. Để làm được điều này cần có sự phối hợp, chung tay từ cả hai phía học sinh và những nguồn lực khách quan trên.

2.1.4. Định hướng giải quyết khó khăn trong tình bạn ở hai nhóm giới tính

Tác giả tìm hiểu định hướng giải quyết những khó khăn trong tình bạn ở hai nhóm giới tính. Kết quả được thể hiện ở *bảng 3*.

Bảng 3. Cách giải quyết khó khăn ở hai nhóm giới tính

Cách giải quyết	Mức độ	Nam		Nữ	
		Trung bình	Độ lệch chuẩn	Trung bình	Độ lệch chuẩn
Độc lập giải quyết khó khăn		2,12	0,59	2,12	0,52
Trao đổi với bạn bè khác		2,00	0,65	2,06	0,67
Trao đổi với mẹ		1,90	0,77	2,21	0,75
Khó khăn vẫn ở đó nhưng không trò chuyện, trao đổi với ai		1,80	0,77	1,60	0,63
Chuyên gia tâm lý, đội ngũ tham vấn học đường		1,74	0,66	1,55	0,58
Trao đổi với cha		1,73	0,73	1,82	0,71
Nhờ thầy cô giúp		1,60	0,58	1,60	0,61

Kết quả *bảng 3* cho thấy đối với các em nam, “*độc lập giải quyết vấn đề*” là sự lựa chọn đầu tiên, rồi mới đến “*trao đổi với bạn bè*” và “*trao đổi với mẹ*”. Trong khi đó, đối với các em nữ “*trao đổi với mẹ*” được các em lựa chọn trước tiên rồi mới đến “*độc lập giải quyết vấn đề*” và “*trao đổi với bạn bè*”. Điều này cho thấy sự khác nhau trong thứ tự lựa chọn cách giải quyết khó khăn giữa các em nam và các em nữ. Các em nam có phần mạnh mẽ, độc lập hơn các em nữ trong việc giải quyết những khó khăn trong mối quan hệ với bạn bè. Đáng chú ý khi gặp khó khăn trong mối quan hệ bạn bè các em nam *thỉnh thoảng* chọn phương án không trò chuyện, trao đổi với ai với ĐTB cao= 1,80. Trong khi đó, kết quả tự đánh giá ở điều này đối với học sinh nữ là ở mức *không bao giờ* với ĐTB=1,60. Kết quả trên còn cho thấy các em nữ thường gần gũi, tâm sự với mẹ nhiều hơn các em nam. Bạn bè vẫn chiếm một vị trí quan trọng, có ý nghĩa đối với các em.

Đối với học sinh nữ các em không tìm đến sự hỗ trợ từ người khác (ĐTB=1,55) trong khi các em nam đánh giá điều này ở mức *thỉnh thoảng* với ĐTB=1,73, cao hơn nhiều so với các em nữ.

Kết quả khảo sát cũng cho thấy mức độ đánh giá về định hướng *độc lập giải quyết vấn đề* và *nhờ thầy cô hỗ trợ* cả hai nhóm học sinh nam và nữ là tương đương nhau với cùng ĐTB=2,12 và ĐTB=1,60.

Khi tìm hiểu sâu hơn trong các nhóm giới tính, kết quả nghiên cứu cho thấy có sự khác biệt giữa hai nhóm khi giải quyết các khó khăn trong tình bạn: học sinh nữ trao đổi với mẹ thường xuyên hơn so với học sinh nam, kiểm định T cho thấy sự khác biệt trung bình này có ý nghĩa về mặt thống kê ($sig=.002<.005$) (xem *bảng 4*).

Bảng 4. Kết quả về sự khác biệt trung bình giữa hai nhóm giới tính

Cách giải quyết	Giới tính	Nam		Nữ		Kiểm định T (sig)
		Trung bình	Độ lệch chuẩn	Trung bình	Độ lệch chuẩn	
Trao đổi với mẹ		1,90	0,77	2,21	0,75	,002
Khó khăn vẫn ở đó nhưng không trò chuyện, trao đổi với ai		1,80	0,77	1,60	0,63	,027

Chúng tôi cũng tìm hiểu cách giải quyết khó khăn trong mối quan hệ bạn bè ở hai nhóm khối lớp. Kết quả cho thấy chỉ có sự khác biệt về mức độ giải quyết khó khăn giữa hai khối lớp trong việc trao đổi với người mẹ là có ý nghĩa về mặt thống kê ($sig=.003<.005$). Điều này cho thấy chúng ta cần quan tâm đến nhân tố giới tính ở hai khía cạnh trên khi định hướng giải quyết vấn đề của trẻ.

2.2. Đề xuất biện pháp giúp học sinh Trường THCS Hiệp Hòa, huyện Đức Hòa có định hướng đúng đắn khi gặp những khó khăn trong tình bạn

Từ kết quả nghiên cứu thực trạng, tác giả đưa ra một số kiến nghị về phía gia đình, nhà trường và học sinh như sau:

2.2.1. Về phía gia đình

Kết quả nghiên cứu cho thấy ở mức độ nhất định các bậc cha mẹ vẫn là những người các em tin tưởng khi gặp những trở ngại trong tình bạn, vì thế để tăng củng cố và tăng cường điều này hơn nữa, các bậc phụ huynh cần:

- Trang bị kiến thức và kỹ năng cần thiết để hướng dẫn, hỗ trợ khi trẻ cần. Việc hiểu rõ đặc điểm tâm sinh lý ở lứa tuổi này giúp phụ huynh có cách ứng xử khéo léo, phù hợp với trẻ, tạo sự gắn gũi trong mối quan hệ;

- Thường xuyên, chủ động trò chuyện để tìm hiểu những suy nghĩ, khó khăn của các em;

- Quan sát những biểu hiện cảm xúc, ứng xử hàng ngày để kịp thời phát hiện những khó khăn của học sinh và hỗ trợ;

- Xây dựng môi trường gia đình hòa thuận để các em tin tưởng, tự tin, an tâm khi ở trong môi trường khác, trong mối quan hệ bạn bè;

- Chủ động phối hợp với nhà trường, giáo viên chủ nhiệm để nắm tình hình, kịp thời phát hiện những vấn đề nảy sinh trong các mối quan hệ bạn bè;

- Động viên, khích lệ và định hướng trẻ tìm đến những địa chỉ tin cậy có thể hướng dẫn trẻ tháo gỡ khó khăn.

2.2.2. Về phía nhà trường

Nhà trường là nơi học sinh thường xuyên gặp gỡ, giao lưu với với bạn bè, trong hoạt động học tập và các hoạt động khác. Để nơi đây thật sự trở thành môi trường lành mạnh, an toàn, tin cậy trong việc phát triển, duy trì những mối quan hệ bạn bè tích cực, nhà trường có thể:

- Trang bị cho học sinh kiến thức kỹ năng cần thiết (kỹ năng giải quyết vấn đề, kỹ năng giao tiếp...) thông qua việc tổ chức thường xuyên các khóa rèn luyện kỹ năng, buổi nói chuyện chuyên đề, các cuộc thi. Để các hoạt động diễn ra hiệu quả cần đa dạng các hình thức tổ chức, có sự tham gia của đội ngũ nhân lực có chuyên môn đồng thời lên kế hoạch cụ thể, rõ ràng đáp ứng mục tiêu đặt ra;

- Thấy cô cần nhìn nhận rõ tầm quan trọng của việc tăng cường hướng dẫn, chia sẻ với các em các kỹ năng xã hội thông qua các môn học, tiết học. Đặc biệt, thầy cô giáo chủ nhiệm cần tăng cường sự quan tâm đối với học sinh, tạo một tập thể lớp đoàn kết, vừa là cầu nối giữa học sinh, phụ huynh và nhà trường. Kết quả khảo sát cho thấy các em không tìm đến thầy cô khi gặp những trở ngại trong tình bạn. Đây cũng là thông tin đáng lưu

tâm để nhà trường, giáo viên có định hướng cụ thể hơn tạo sự gắn gũi, tin cậy trong mối quan hệ với học sinh;

- Thành lập phòng tham vấn học đường để giúp các em bày tỏ và giải quyết những khó khăn trong tình bạn. Để học sinh thật sự tin tưởng và tìm đến phòng tham vấn học đường khi gặp những khó khăn nói chung và khó khăn trong tình bạn nói riêng, cần sự chung tay của gia đình, nhà trường và xã hội. Phòng tham vấn học đường phải là cơ sở tham vấn đáng tin cậy, đảm bảo sự riêng tư, nhạy cảm và bí mật, đặt ở địa điểm phù hợp, và những người làm công tác tham vấn tâm lý còn phải được tăng cường bồi dưỡng, nâng cao năng lực chuyên môn, phẩm chất, tư cách đạo đức để xây dựng uy tín, là điểm tựa tinh thần vững chắc cho học sinh. Song song đó, nhà trường cần có những hình thức tư vấn đa dạng, sinh động để có thể đáp ứng nhu cầu tham vấn ở các em. Được biết tại thời điểm khảo sát Trường chưa có phòng tham vấn. Vì thế cần nhanh chóng xây dựng phòng tham vấn góp phần cho việc hỗ trợ tâm lý cho các em một cách hiệu quả [2].

- Học sinh cần chủ động tìm hiểu và trang bị cho mình những kiến thức và kỹ năng cần thiết để hiểu rõ về bản thân và giải quyết những khó khăn hiệu quả từ các nguồn, các kênh khác nhau;

- Khi gặp những khó khăn trong tình bạn mà không thể tự mình tháo gỡ, học sinh cần chủ động tìm sự giúp đỡ từ cha mẹ, thầy cô và những người đáng tin cậy khác (chuyên gia tâm lý, nhà tham vấn học đường,...);

- Tăng cường tương tác, mạnh dạn trò chuyện với thầy cô để có định hướng giải quyết vấn đề đúng đắn;

- Tích cực tham gia các hoạt động của trường, lớp, nhóm bạn (các buổi nói chuyện chuyên đề, các khóa rèn

luyện kỹ năng giao tiếp, các hoạt động giao lưu bè bạn, các cuộc thi) để rèn luyện sự tự tin, năng động [3].

3. Kết luận

Học sinh tự đánh giá các em có khó khăn về nhận thức và cảm xúc xảy ra ở mức "thỉnh thoảng", trong đó mức độ khó khăn cảm xúc cao nhất (ĐTB= 1,89), mức độ khó khăn nhận thức xếp thứ hai (ĐTB=1,64);

Hầu hết những định hướng giải quyết đều được các em đánh giá ở mức độ *thỉnh thoảng*, không có nội dung nào được các em đánh giá ở mức *thường xuyên*;

Có sự khác biệt trung bình có ý nghĩa về mặt thống kê giữa học sinh nam và học sinh nữ, giữa hai khối lớp trong việc tìm đến người mẹ khi gặp khó khăn trong tình bạn;

Để các biện pháp có hiệu quả giúp học sinh định hướng đúng đắn khi có trở ngại trong mối quan hệ bạn bè cần có sự quan tâm, phối hợp đồng bộ từ phía nhà trường, phụ huynh, học sinh và các nguồn lực khác. □

Tài liệu tham khảo

- [1]. Hoàng Anh (2007), *Hoạt động - Giao tiếp - Nhân cách*, NXB Đại học Sư phạm.
- [2]. Lê Phạm Phương Lan (2019), *Rào cản tham vấn tâm lý học đường*, <https://www.sggp.org.vn>, [6/5/2017].
- [3]. Quang Lâm, *Những kỹ năng sống dành cho học sinh THCS*, NXB Dân Trí.
- [4]. Trịnh Thị Mai (2013), *Thực trạng các vấn đề Sức khỏe tâm thần của học sinh trung học phổ thông nội trú ở vùng dân tộc thiểu số phía Bắc*, <https://xemtailieu.com>.
- [5]. Vũ Thị Nho (1999), *Tâm lý học phát triển*, NXB Đại học Quốc gia Hà Nội.

Orientation to solve difficulties in friendship of students at Hiep Hoa Junior High School, Hiep Duc district, Long An province

Le Thi Xuan Mai

Tra Vinh University

Email: lexuanmai@tvu.edu.vn

Abstract: Teenagers undergo major psychological and physiological changes; socializing with friends becomes extremely important. Good adaptation to those changes and positive experiences in relationships with friends will help the children to have confidence and healthy development. Otherwise, the difficulties in this relationship will hinder the child's development. Facing the difficulties, not all of them can have appropriate solutions. Therefore, it is important to learn about the children's solving direction. The article describes the reality of "the orientation to solve the difficulties in friendship of students at Hiep Hoa Junior High School, Hiep Duc district, Long An Province". On that basis, the author proposes some measures to help them get the right direction in solving those difficulties.

Keywords: Orientation, solving difficulty, friendship, teenagers.