

THE NEED FOR PSYCHOLOGICAL COUNSELING AMONG FIRST-YEAR STUDENTS AT THE UNIVERSITY OF MEDICINE AND PHARMACY, HUE UNIVERSITY, 2025

Nguyen Thi Hoai Phuong¹, Bui Le Thao Phuong¹, Tran Quoc Nhat Truong¹, Ngo Ngoc Hung¹, Huynh Nhu Tra My¹, Tran Trung Kien¹, Tran Thi Quy¹, Ho Duc Cuong¹, Mai Linh Ngoc¹, Hoang Trong Nhat¹, Tran Binh Thang¹, Le Dinh Duong¹, Nguyen Thanh Gia¹, Dang Cao Khoa¹, Nguyen Truong An¹, Nguyen Minh Tu^{1*}

¹ University of Medicine and Pharmacy, Hue University - 06 Ngo Quyen, Thuan Hoa ward, Hue city, Vietnam

Received: 31/08/2025

Revised: 05/10/2025; Accepted: 18/11/2025

ABSTRACT

Objective: To determine the psychological counseling needs and related factors among first-year students at the University of Medicine and Pharmacy, Hue University.

Methods: A cross-sectional descriptive study was conducted among 463 first-year students at the University of Medicine and Pharmacy, Hue University, from April to June 2025. Data were collected using a self-administered questionnaire consisting of 17 items designed to explore aspects related to students' psychological counseling needs. The questionnaire comprised four domains: academic learning, career orientation, personal life skills, and special student support. A multivariable logistic regression model was employed to identify factors associated with the need for psychological counseling.

Results: The mean age of the students was 18 ± 0.31 years. A total of 81.9% of students expressed a need for psychological counseling, with 71.3% preferring face-to-face sessions. The highest-rated counseling needs were in the academic domain (4.05 ± 0.79), followed by career orientation (3.81 ± 0.79) and personal life skills (3.81 ± 0.78). The domain of special support activities had the lowest score (3.58 ± 0.80). Factors significantly associated with the need for psychological counseling included gender (OR = 0.42), academic performance (OR = 1.88), and level of interest in the major (OR = 2.74), with $p < 0.05$.

Conclusion: First-year students demonstrated a high demand for psychological counseling. Therefore, it is recommended that the university develop and implement appropriate psychological counseling programs to support its students.

Keywords: Need, Psychological counseling, Medical students.

*Corresponding author

Email: nmtu@huemed-univ.edu.vn Phone: (+84) 369754313 <https://doi.org/10.52163/yhc.v66iCD21.3827>

NHU CẦU THAM VẤN TÂM LÝ CỦA SINH VIÊN NĂM THỨ NHẤT TRƯỜNG ĐẠI HỌC Y - DƯỢC, ĐẠI HỌC HUẾ NĂM 2025

Nguyễn Thị Hoài Phương¹, Bùi Lê Thảo Phương¹, Trần Quốc Nhật Trường¹, Ngô Ngọc Hưng¹, Huỳnh Như Trà My¹, Trần Trung Kiên¹, Trần Thị Quý¹, Hồ Đức Cường¹, Mai Linh Ngọc¹, Hoàng Trọng Nhất¹, Trần Bình Thắng¹, Lê Đình Dương¹, Nguyễn Thanh Gia¹, Đặng Cao Khoa¹, Nguyễn Trường An¹, Nguyễn Minh Tú^{1*}

¹ Trường Đại học Y - Dược, Đại học Huế - 06 Ngô Quyền, phường Thuận Hoá, thành phố Huế, Việt Nam

Ngày nhận bài: 31/08/2025

Ngày chỉnh sửa: 05/10/2025; Ngày duyệt đăng: 18/11/2025

TÓM TẮT

Mục tiêu: Xác định nhu cầu tham vấn tâm lý và một số yếu tố liên quan ở sinh viên năm thứ nhất Trường Đại học Y - Dược, Đại học Huế.

Phương pháp nghiên cứu: Nghiên cứu mô tả cắt ngang trên 463 sinh viên năm thứ nhất Trường Đại học Y - Dược, Đại học Huế, từ tháng 04/2025 đến tháng 06/2025. Dữ liệu được thu thập thông qua bảng hỏi tự điền gồm 17 câu hỏi, được thiết kế để khảo sát các khía cạnh liên quan đến nhu cầu tham vấn tâm lý của sinh viên. Bộ câu hỏi được chia làm 4 lĩnh vực: Học tập (5 câu), định hướng nghề nghiệp (4 câu), kỹ năng sống cá nhân (4 câu) và hỗ trợ đặc biệt dành cho sinh viên (4 câu). Mô hình hồi quy logistic đa biến được sử dụng nhằm xác định các yếu tố liên quan đến nhu cầu tham vấn tâm lý của sinh viên.

Kết quả: Độ tuổi trung bình của sinh viên ($18 \pm 0,31$), có 81,9% sinh viên có nhu cầu tham vấn tâm lý, trong đó 71,3% mong muốn hình thức trực tiếp. Sinh viên có nhu cầu tham vấn tâm lý cao nhất ở lĩnh vực học tập ($4,05 \pm 0,79$), tiếp đến là định hướng nghề nghiệp ($3,81 \pm 0,79$) và kỹ năng sống cá nhân ($3,81 \pm 0,78$), cuối cùng là hoạt động hỗ trợ đặc biệt ($3,58 \pm 0,80$). Một số yếu tố liên quan đến nhu cầu tham vấn tâm lý là giới tính (OR=0,42), kết quả học tập (OR=1,88) và mức độ yêu thích ngành học (OR=2,74) với ($p < 0,05$).

Kết luận: Sinh viên năm thứ nhất có nhu cầu tham vấn tâm lý ở mức cao. Do đó Nhà trường cần xây dựng chương trình tham vấn tâm lý phù hợp nhằm hỗ trợ sinh viên.

Từ khóa: Nhu cầu, Tham vấn tâm lý, Sinh viên y khoa.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Sức khỏe tâm thần đang là vấn đề y tế công cộng được quan tâm hàng đầu trên toàn cầu, đặc biệt ở nhóm dân số trẻ [1]. Nhiều nghiên cứu chỉ ra rằng sinh viên đại học là đối tượng có nguy cơ cao gặp các vấn đề tâm lý như căng thẳng, lo âu, trầm cảm do áp lực học tập, kỳ vọng của gia đình, xã hội và thách thức trong việc tự học [2]. Những vấn đề này nếu không được giải quyết kịp thời có thể dẫn đến hậu quả nghiêm trọng, bao gồm giảm hiệu suất học tập và các hành vi tự hủy hoại bản thân. Đặc biệt, đối với sinh viên y khoa, những áp lực này còn nặng nề hơn, với khối lượng kiến thức khổng lồ và yêu cầu độ chính xác cao [3]. Giai đoạn năm thứ nhất là thời điểm chuyển tiếp

đầy thách thức, khi sinh viên phải thích nghi với môi trường học tập mới và thiếu hụt các kỹ năng sống cơ bản, khiến họ dễ bị tổn thương về mặt tâm lý [4].

Tham vấn tâm lý là quá trình hỗ trợ sinh viên giải quyết vấn đề thông qua hướng dẫn và lời khuyên, đồng thời thúc đẩy họ trở thành trung tâm của quá trình giáo dục và phát triển toàn diện về tâm lý, xã hội, học thuật, văn hóa, tôn giáo, trí tuệ và sức khỏe [5]. Nó được xem là một trong những giải pháp hiệu quả giúp sinh viên vượt qua những khó khăn này. Bằng cách cung cấp một không gian an toàn, riêng tư, và được dẫn dắt bởi các chuyên gia tâm lý, giúp sinh viên nhận diện vấn đề, khám phá các cơ chế đối

*Tác giả liên hệ

Email: nmtu@huemed-univ.edu.vn Điện thoại: (+84) 369754313 <https://doi.org/10.52163/yhc.v66iCD21.3827>

phó tích cực, và phát triển sự tự nhận thức [6]. Nhiều nghiên cứu trên thế giới đã chứng minh rằng các dịch vụ tham vấn tâm lý trong trường học có vai trò quan trọng trong việc cải thiện sức khỏe tâm thần, nâng cao thành tích học tập và giảm tỷ lệ bỏ học [7].

Tại Việt Nam, các nghiên cứu cho thấy sinh viên, đặc biệt là sinh viên y khoa có nhu cầu tham vấn tâm lý khá cao, tập trung chủ yếu vào các vấn đề học tập, định hướng nghề nghiệp và phát triển kỹ năng sống. Một khảo sát tại Trường Đại học Y Hà Nội (2019) ghi nhận nhu cầu tham vấn liên quan đến học tập chiếm tỷ lệ cao [8]. Tương tự, nghiên cứu trên sinh viên năm cuối Trường Đại học Y Dược Thái Bình (2022) cho thấy có tới 60,3% mong muốn được tham vấn tâm lý, trong đó 34,4% có nhu cầu về khía cạnh học tập [9]. Trong khi đó, khảo sát tại Trường Đại học Quốc tế Hồng Bàng (2024) cho thấy sinh viên quan tâm nhiều nhất đến tham vấn định hướng nghề nghiệp và ít nhất đến các dịch vụ hỗ trợ khác [10]. Như vậy, nhìn chung sinh viên Việt Nam có nhu cầu tham vấn tâm lý ở mức cao, trong đó nổi bật nhất là các vấn đề liên quan đến học tập, định hướng nghề nghiệp và phát triển kỹ năng sống. Tuy nhiên hoạt động tham vấn chuyên biệt cho sinh viên khối ngành khoa học sức khỏe vẫn là một lĩnh vực cần quan tâm, do đó chúng tôi tiến hành khảo sát nhu cầu tham vấn tâm lý của sinh viên năm thứ nhất tại Trường Đại học Y - Dược, Đại học Huế nhằm xác định nhu cầu tham vấn tâm lý và tìm hiểu các yếu tố liên quan, từ đó xây dựng các chương trình hỗ trợ hiệu quả hơn cho sinh viên.

2. ĐỐI TƯỢNG VÀ PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

2.1. Thiết kế nghiên cứu

Nghiên cứu sử dụng thiết kế nghiên cứu mô tả cắt ngang.

2.2. Địa điểm và thời gian nghiên cứu

Địa điểm nghiên cứu: Trường Đại học Y - Dược, Đại học Huế.

Thời gian nghiên cứu: Thời gian thu thập số liệu từ tháng 04/2025 đến tháng 06/2025.

2.3. Đối tượng nghiên cứu

- Tiêu chuẩn lựa chọn: Sinh viên năm thứ nhất thuộc bốn ngành Y khoa, Y học dự phòng, Điều dưỡng, Kỹ thuật Hình ảnh y học trúng tuyển vào Trường Đại học Y - Dược, Đại học Huế năm 2024, đồng ý tham gia nghiên cứu.

- Tiêu chuẩn loại trừ: Sinh viên từ chối tham gia nghiên cứu.

2.4. Cỡ mẫu

Cỡ mẫu được tính theo công thức:

$$n = Z_{1-\alpha/2}^2 \frac{[px(1-p)]}{d^2}$$

Trong đó: $n = 1,96$ ($\alpha = 0,05$), sai số cho phép $d = 0,05$, $p = 0,60$ [9].

Từ công thức tính được cỡ mẫu tối thiểu là $n = 370$. Để tăng thêm độ chính xác cho nghiên cứu và dự phòng mất mẫu, chúng tôi lấy thêm 20% từ cỡ mẫu tối thiểu, ước tính cỡ mẫu cuối cùng là 444 đối tượng. Thực tế, nghiên cứu chúng tôi thu thập được 463 mẫu hợp lệ.

2.5. Phương pháp chọn mẫu

- Bước 1: Tiến hành chọn mẫu có chủ đích các sinh viên năm thứ nhất thuộc các ngành Y khoa, Y học dự phòng, Điều dưỡng và Hình ảnh y học đang theo học tại Trường Đại học Y - Dược, Đại học Huế.

- Bước 2: Trong từng ngành học, thực hiện chọn ngẫu nhiên một lớp từ các khối lớp sinh viên năm thứ nhất tham gia vào nghiên cứu.

- Bước 3: Trong mỗi lớp được chọn, chọn toàn bộ sinh viên đáp ứng tiêu chuẩn chọn mẫu vào nghiên cứu.

2.6. Công cụ thu thập thông tin và biến số

Sử dụng bộ câu hỏi được thiết kế sẵn, đã được thử nghiệm và chỉnh sửa cho phù hợp gồm 3 phần:

Phần 1: Đặc điểm chung của đối tượng nghiên cứu, gồm: tuổi, giới tính, kinh tế gia đình, tình trạng hôn nhân của bố mẹ, đi làm thêm ngoài giờ, tiền trợ cấp, kết quả học tập học kì 1, mức độ yêu thích ngành học.

Phần 2: Nhu cầu tham vấn tâm lý gồm 17 câu hỏi được chia làm 4 lĩnh vực: Học tập (5 câu), Định hướng nghề nghiệp (4 câu), Kỹ năng sống của cá nhân (4 câu), Hỗ trợ đặc biệt cho sinh viên (4 câu), giá trị trung bình 17 câu là $65,06 \pm 11,12$. Được đánh giá theo thang điểm Likert 5 mức độ từ rất không mong muốn đến rất mong muốn (tương ứng từ 1 đến 5 điểm). Độ tin cậy Cronbach's Alpha của thang đo trong nghiên cứu này là 0,933. Trong đó, các lĩnh vực học tập, định hướng nghề nghiệp, kỹ năng sống cá nhân và hỗ trợ đặc biệt cho sinh viên lần lượt có hệ số là 0,980; 0,849; 0,848 và 0,854. Đối tượng có nhu cầu tham vấn tâm lý khi tổng điểm ≥ 65 ; Không có nhu cầu tham vấn < 65 [8-11].

2.6. Phân tích và xử lý số liệu

Số liệu sau khi thu thập được làm sạch và nhập bằng phần mềm Epidata 3.1. Phân tích số liệu bằng phần mềm thống kê SPSS 27.0. Kết quả được mô tả bằng bảng tần số và tỷ lệ phần trăm. Kiểm định χ^2 (Chi square test) được sử dụng để kiểm định mối liên quan giữa 2 biến định tính. Sử dụng mô hình hồi quy logistic đa biến để xác định các yếu tố liên quan đến nhu cầu tham vấn tâm lý của đối tượng nghiên cứu.

2.7. Đạo đức trong nghiên cứu

Nghiên cứu được sự thông qua của Hội đồng đạo đức trong nghiên cứu Y sinh học của trường Đại học Y - Dược,

Đại học Huế (số 3545/QĐ–ĐHYD ngày 26/07/2024) và chỉ thực hiện khi có sự đồng ý tham gia của đối tượng nghiên cứu. Đối tượng tham gia được giải thích rõ mục đích, nội dung nghiên cứu. Các thông tin thu thập được bảo mật chỉ sử dụng cho mục đích nghiên cứu.

3. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

3.1. Đặc điểm chung của đối tượng nghiên cứu

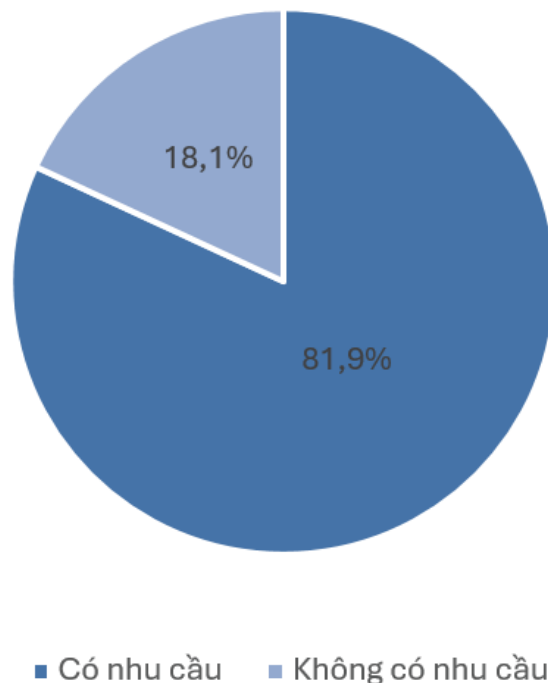
Bảng 1. Đặc điểm chung của đối tượng nghiên cứu (n=463)

Đặc điểm		Tần số (n)	Tỷ lệ (%)
Giới tính	Nam	149	32,2
	Nữ	314	67,8
Tuổi	18 tuổi	412	89,0
	> 18 tuổi	51	11,0
Trung bình ± Độ lệch chuẩn Min – Max		18,11 ± 0,31 18 – 19	
Nơi ở hiện tại	Ở với gia đình	90	19,4
	Ở nhà người quen hoặc họ hàng	25	5,5
	Ở trọ một mình	208	44,9
	Ở cư xá/ở chung với bạn	140	30,2
Kinh tế gia đình	Hộ nghèo/hộ cận nghèo	15	3,2
	Bình thường	448	96,8
Làm việc bán thời gian	Có	59	12,7
	Không	404	87,3
Tiền trợ cấp hàng tháng	> 3.000.000 đ	167	36,1
	≤ 3.000.000 đ	296	63,9
Kết quả học tập học kì 1 năm học 2024-2025	≤ Khá	248	53,6
	> Khá	215	46,4
Mức độ yêu thích ngành	Có	378	81,6
	Không	85	18,4

Trong số 463 sinh viên tham gia nghiên cứu, nữ giới chiếm tỷ lệ cao gấp đôi nam giới (67,8% so với 32,2%). Độ tuổi chủ yếu tập trung ở 18 tuổi (89,0%). Về nơi ở hiện tại, phần lớn sinh viên ở trọ một mình (44,9%) hoặc ở cư xá/ở chung với bạn (30,2%). Đa số sinh viên có điều kiện kinh tế gia đình bình thường (96,8%), chỉ có 3,2% thuộc hộ nghèo hoặc cận nghèo. Tỷ lệ sinh viên có làm thêm bán thời gian là 12,7%. Về học lực,

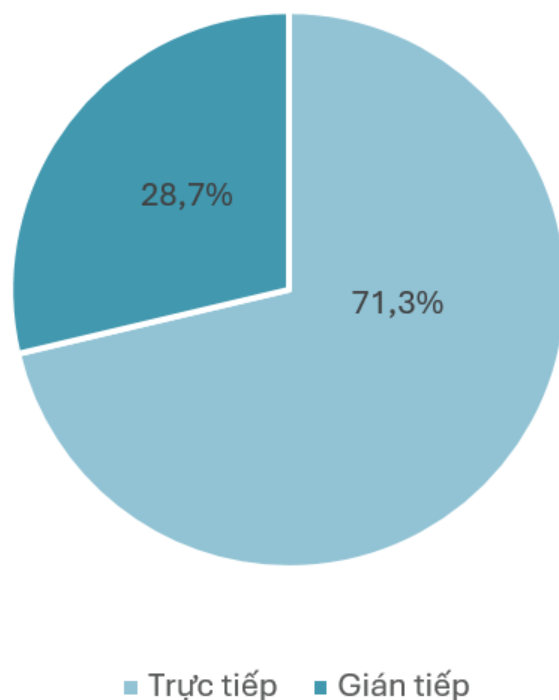
có 46,4% sinh viên đạt trên mức khá. Đáng chú ý, phần lớn sinh viên cho biết yêu thích ngành học (81,6%).

3.2. Nhu cầu tham vấn tâm lý



Biểu đồ 1. Nhu cầu tham vấn tâm lý của sinh viên năm thứ nhất (n=463)

Phần lớn sinh viên có nhu cầu tham vấn tâm lý (81,9%), trong khi đó chỉ 18,1% không có nhu cầu tham vấn tâm lý.



Biểu đồ 2. Hình thức tham vấn mong muốn của sinh viên (n=463)

Hơn hai phần ba số sinh viên có nhu cầu tham vấn tâm lý trực tiếp (71,3%).

3.3. Đặc điểm nhu cầu tham vấn tâm lý

Bảng 2. Nhu cầu tham vấn tâm lý của sinh viên

Đặc điểm	Điểm trung bình	Độ lệch chuẩn
Nhu cầu tham vấn tâm lý về khía cạnh học tập		
Mong muốn được tham vấn về phương pháp học tập và chuẩn bị thi cử (cả lý thuyết và thực hành)	3,98	0,94
Mong muốn được tham vấn về cách tìm kiếm, lựa chọn và đọc hiểu tài liệu học tập	4,09	0,88
Mong muốn được tham vấn về kỹ năng ứng phó với căng thẳng trước, trong và sau các kỳ thi	3,90	0,94
Mong muốn được tham vấn về các biện pháp tăng cường sự tập trung, trí nhớ và khả năng tư duy khi học	4,16	0,89
Mong muốn được tham vấn để cải thiện kỹ năng lập kế hoạch học tập, phân bổ thời gian hiệu quả	4,11	0,97
Mong muốn chung về khía cạnh học tập	4,05	0,79
Nhu cầu tham vấn tâm lý về định hướng nghề nghiệp		
Mong muốn được tham vấn để xác định ngành nghề phù hợp với năng lực, sở thích và giá trị cá nhân	3,67	0,96
Mong muốn được tham vấn để xây dựng kế hoạch nghề nghiệp dài hạn, định hướng phát triển bản thân	3,81	0,92
Mong muốn được tham vấn về kỹ năng viết lý lịch, phỏng vấn, và chuẩn bị hồ sơ xin việc	3,83	0,98
Mong muốn được tham vấn về tìm hiểu cơ hội thực tập, việc làm và xu hướng nghề nghiệp hiện nay	3,94	0,95
Mong muốn chung về định hướng nghề nghiệp	3,81	0,79
Nhu cầu tham vấn tâm lý về phát triển kỹ năng sống của cá nhân		
Mong muốn được tham vấn để rèn luyện kỹ năng giao tiếp, thuyết trình và làm việc nhóm	3,78	0,93
Mong muốn được tham vấn về học cách quản lý cảm xúc, kiểm soát căng thẳng trong học tập và cuộc sống	3,85	0,98
Mong muốn được tham vấn để cải thiện kỹ năng giải quyết vấn đề và ra quyết định	3,84	0,92
Mong muốn được tham vấn về cách xây dựng các mối quan hệ xã hội tích cực, lành mạnh	3,77	0,94
Mong muốn chung về phát triển kỹ năng sống của cá nhân	3,81	0,78
Nhu cầu tham vấn tâm lý về các hỗ trợ đặc biệt cho sinh viên		
Mong muốn được tham vấn khi gặp khó khăn về tài chính, học phí hoặc học bổng	3,55	1,02
Mong muốn được tham vấn khi gặp vấn đề về sức khỏe tinh thần (lo âu, trầm cảm, áp lực thi cử...)	3,68	0,93
Mong muốn được tham vấn khi gặp khó khăn trong việc thích nghi với môi trường học tập mới	3,54	0,92
Mong muốn được tham vấn về các chính sách hỗ trợ học tập, phúc lợi sinh viên trong nhà trường	3,56	0,98
Mong muốn chung về các hỗ trợ đặc biệt cho sinh viên	3,58	0,80

Kết quả nghiên cứu cho thấy sinh viên năm thứ nhất có mức độ mong muốn cao đối với nhu cầu tham vấn liên quan đến học tập (điểm trung bình chung $4,05 \pm 0,79$), trong đó nhu cầu cao nhất là về tăng cường tập trung, trí nhớ và tư duy khi học, trong khi kỹ năng lập kế hoạch học tập và phân bổ thời gian hiệu quả được đánh giá thấp hơn. Về định hướng nghề nghiệp, điểm trung bình chung đạt $3,81 \pm 0,79$; cụ thể, xác định ngành nghề phù hợp ($3,67 \pm 0,96$), lập kế hoạch phát triển nghề nghiệp ($3,81 \pm 0,92$), chuẩn bị hồ sơ xin việc ($3,83 \pm 0,98$) và tìm hiểu cơ hội thực tập, việc làm ($3,94 \pm 0,95$). Ở lĩnh vực kỹ năng sống, sinh viên mong muốn được tham vấn phát triển các kỹ năng với điểm trung bình dao động từ 3,77 đến 3,85, trong đó quản lý cảm xúc, kiểm soát căng thẳng và cải thiện kỹ năng giải quyết vấn đề, ra quyết định được quan tâm nhiều hơn. Bên cạnh đó, phần lớn sinh viên bày tỏ mong muốn được tham vấn tâm lý khi gặp khó khăn về sức khỏe tinh thần ($3,68 \pm 0,93$), trong khi các vấn đề khác như chính sách hỗ trợ học tập ($3,56$), khó khăn tài chính ($3,55$) và thích nghi với môi trường học tập mới ($3,54$) cũng được ghi nhận.

3.4. Một số yếu tố liên quan đến nhu cầu tham vấn tâm lý của sinh viên năm nhất

Bảng 3. Một số yếu tố liên quan đến nhu cầu tham vấn tâm lý của sinh viên năm nhất

Đặc điểm		OR (95% CI)	p
Giới tính	Nữ	1	
	Nam	0,42 (0,26-0,70)	<0,001
Tuổi	18 tuổi	1	
	> 18 tuổi	0,55 (0,27-1,15)	0,114
Tiền trợ cấp hàng tháng	> 3.000.000 đ	1	
	≤ 3.000.000 đ	1,34 (0,79-2,25)	0,277
Kết quả học tập học kì 1 năm học 2024-2025	> Khá	1	
	≤ Khá	1,88 (1,10-3,19)	0,020
Mức độ yêu thích ngành học	Không	1	
	Có	2,74 (1,52-4,95)	<0,001

Đặc điểm		OR (95% CI)	p
Hình thức tham vấn tâm lý	Trực tiếp	1	
	Online qua Google Meet, Zoom	1,95 (0,81-4,70)	0,135
	Gián tiếp qua Mail hoặc Facebook	0,61 (0,33-1,16)	0,132

Phân tích hồi quy logistic đa biến cho thấy sinh viên nam có nhu cầu tham vấn tâm lý thấp hơn 0,42 lần so với sinh viên nữ ($p < 0,05$). Sinh viên có học lực khá trở xuống có nhu cầu tham vấn tâm lý cao hơn 1,88 lần so với học lực từ giỏi trở lên ($OR = 1,88$; KTC 95%: 1,10-3,19). Sinh viên có yêu thích ngành học có nhu cầu tham vấn tâm lý cao hơn 2,74 lần so với không yêu thích ngành học ($OR = 2,74$; KTC 95%: 1,52-4,95).

4. BÀN LUẬN

4.1. Nhu cầu tham vấn tâm lý của sinh viên

Kết quả nghiên cứu của chúng tôi cho thấy phần lớn sinh viên năm nhất đều có nhu cầu tham vấn tâm lý (81,9%). Những sinh viên này chủ yếu đối diện với các khó khăn trong việc thích nghi với môi trường học tập mới, thiếu kỹ năng quản lý thời gian, và chưa có phương pháp học hiệu quả. Điều này được củng cố bởi nghiên cứu của Ngô Văn Mạnh (2023) khi phần lớn sinh viên mong muốn tham vấn tâm lý chiếm 45,9% và rất mong muốn chiếm 14,4% [9].

Khó khăn về việc không sống cùng gia đình là một trong những rào cản ảnh hưởng đến khả năng tiếp cận nhu cầu tham vấn tâm lý ở sinh viên năm thứ nhất. Một số sinh viên không sống cùng gia đình cho biết họ thường bị ảnh hưởng những mâu thuẫn trong quan hệ sống chung [12]. Việc thường xuyên đối mặt với xung đột này kéo dài dẫn đến trạng thái căng thẳng, thiếu không gian an toàn sẽ khiến họ khó bộc lộ cảm xúc hoặc tìm kiếm sự hỗ trợ phù hợp. Đồng thời, nghiên cứu cũng ghi nhận 3,2% sinh viên có hoàn cảnh gia đình thuộc hộ nghèo hoặc cận nghèo và 12,7% sinh viên làm việc bán thời gian. Một nghiên cứu cho thấy có đến 40,98% sinh viên nhận định khi đi làm thêm có tiền đóng học phí [13]. Với thu nhập gia đình thấp buộc sinh viên phải ưu tiên chi tiêu cho các nhu cầu thiết yếu như học phí, ăn ở và sinh hoạt dẫn đến việc bỏ qua hoặc trì hoãn tiếp cận các nhu cầu tham vấn tâm lý khi cần thiết.

Bên cạnh đó, nghiên cứu của chúng tôi cũng chỉ ra nhu cầu tham vấn tâm lý trong lĩnh vực học tập được sinh viên năm nhất đánh giá cao nhất ($4,05 \pm 0,79$), phản ánh rõ nét mức độ căng thẳng liên quan đến học tập mà sinh viên đang trải qua. Phát hiện này

khác với nghiên cứu của Lê Thị Ngọc Thương (2024), khi “học tập” là lĩnh vực mà sinh viên có nhu cầu tham vấn xếp thứ ba [10]. Sự khác biệt này có thể xuất phát từ đặc điểm đối tượng nghiên cứu là sinh viên Y - Dược, với cường độ học tập rất lớn, yêu cầu cả về kiến thức lẫn thực hành. Bên cạnh đó, vẫn còn nhiều sinh viên chưa xác định rõ định hướng nghề nghiệp của mình. Điều này khiến các bạn mong muốn được tham vấn tâm lý nhằm tháo gỡ khó khăn, ổn định cảm xúc và nâng cao hiệu quả học tập.

Xếp thứ hai và ba trong các lĩnh vực được sinh viên quan tâm là định hướng nghề nghiệp ($3,81 \pm 0,79$) và kỹ năng sống cá nhân ($3,81 \pm 0,78$) với điểm số gần tương đương nhau. Kết quả này tương tự với nghiên cứu của Nguyễn Thị Thu Thủy (2023) khi hai lĩnh vực này cũng lần lượt được sinh viên xếp ở vị trí thứ hai và ba [8]. Việc sinh viên tìm đến tham vấn tâm lý trong hai lĩnh vực này chủ yếu do thiếu thông tin, kinh nghiệm, định hướng với mục đích hiểu rõ bản thân và chuẩn bị tốt hơn cho tương lai học tập, nghề nghiệp và cuộc sống.

Ngược lại, lĩnh vực về hoạt động hỗ trợ cho thấy sinh viên được ghi nhận mức điểm trung bình thấp hơn so với các lĩnh vực khác. Kết quả này tương tự nghiên cứu tại trường Đại học Hồng Bàng cũng ghi nhận “dịch vụ hỗ trợ khác” có điểm trung bình thấp nhất trong bốn lĩnh vực [10]. Điều này có thể phản ánh việc sinh viên chưa nhận thức đầy đủ vai trò của các dịch vụ hỗ trợ, thiếu thông tin tiếp cận hoặc chưa từng trải nghiệm thực tế nên chưa đánh giá cao hiệu quả của các hoạt động này.

4.2. Một số yếu tố liên quan đến nhu cầu tham vấn tâm lý ở sinh viên

Nghiên cứu của chúng tôi phát hiện ra rằng sinh viên nam có nhu cầu tham vấn tâm lý thấp hơn so với sinh viên nữ. Điều này phù hợp với nghiên cứu của Lei Qiu (2024) khi sinh viên nam có nhu cầu hỗ trợ tâm lý thấp hơn đáng kể so với nữ giới [14]. Một vài nghiên cứu khác cũng chỉ ra rằng nam có mức độ hỗ trợ xã hội thấp hơn nữ [15]. Mặt khác, nghiên cứu của Nguyễn Minh Tú và cộng sự (2022) cho thấy sinh viên nam có kỹ năng máy tính, internet và giao tiếp trực tuyến tốt hơn nữ giới [16]. Những phát hiện này cũng nhấn mạnh tầm quan trọng của các chiến lược can thiệp và tư vấn hướng đến từ nhóm giới tính khác nhau.

Bên cạnh đó, kết quả nghiên cứu cũng cho thấy sinh viên có học lực khá trở xuống có nhu cầu tham vấn tâm lý cao hơn so với sinh viên có học lực từ giỏi trở lên. Nghiên cứu của Trường Đại học Y Dược Thái Bình cũng củng cố mối quan hệ này, khi sinh viên có học lực khá trở xuống thấp hơn 0,029 lần so với học lực xuất sắc/giỏi [17]. Đáng chú ý, một nghiên cứu trên 1823 sinh viên cho thấy tình trạng sức khỏe tâm thần suy giảm ở sinh viên trong học kỳ đầu là yếu tố dự báo quan trọng cho nguy cơ kết

quả học tập kém trong suốt quá trình học đại học [18]. Nghiên cứu của Diane M Quinn (2023) cũng chỉ ra rằng các triệu chứng trầm cảm ở sinh viên ngay ở giai đoạn đầu có thể là nguyên nhân dẫn đến điểm trung bình học tập (GPA) thấp hơn và có thể khiến việc bỏ học nhiều hơn [19].

Một phát hiện thú vị từ nghiên cứu của chúng tôi cho thấy sinh viên yêu thích ngành học có nhu cầu tham vấn tâm lý cao hơn 2,74 lần so với không yêu thích ngành học. Hiện tại, chúng tôi chưa tìm ra mối liên hệ trực tiếp nào giữa mức độ yêu thích ngành học và nhu cầu tham vấn tâm lý. Tuy nhiên, một nghiên cứu nói rằng khi những sinh viên quan tâm đến chuyên ngành của mình thì ít có khả năng bị trầm cảm hơn [20]. Như đã biết, mức độ yêu thích ngành học thường được xem là yếu tố tích cực trong học tập. Tuy nhiên, phát hiện từ nghiên cứu của chúng tôi cho thấy sinh viên yêu thích ngành có thể chịu nhiều áp lực hơn và dễ gặp khó khăn tâm lý khi không đạt kỳ vọng. Do đó, cần có các hỗ trợ phù hợp nhằm giúp nhóm này quản lý kỳ vọng cá nhân, hạn chế căng thẳng kéo dài và nguy cơ trầm cảm trong quá trình học tập.

5. KẾT LUẬN

Sinh viên năm thứ nhất có nhu cầu tham vấn tâm lý khá cao, tập trung chủ yếu vào các vấn đề liên quan đến học tập, định hướng nghề nghiệp và kỹ năng sống cá nhân. Các cơ sở giáo dục đại học cần xây dựng và triển khai các chương trình tham vấn tâm lý chuyên biệt nhằm hỗ trợ sinh viên thích nghi với môi trường học tập mới. Việc thiết lập hệ thống tham vấn bài bản, có cơ sở khoa học và phù hợp với đặc điểm tâm lý của sinh viên sẽ góp phần nâng cao hiệu quả đào tạo, đồng thời cải thiện chất lượng cuộc sống học đường.

6. TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1] World Health Organization. World Mental Health Report; 2022. Truy cập ngày 17/08/2025. Truy cập từ: <https://www.who.int/teams/mental-health-and-substance-use/world-mental-health-report>.
- [2] Le Minh Cong, Nguyen Van Tuong, Nguyen Hoang Anh Thu. Mental health and attitudes toward seeking professional help among students of Vietnam National University - Ho Chi Minh City. *Tạp chí Khoa học Xã hội và Nhân văn VMOST*. 2025; <https://doi.org/10.31276/VMOSTJOSSH.2024.0103>.
- [3] Lương Thị Thu Thảo, Nguyễn Hoàng Phương Yến, Lê Nhật Quyên, et al. Áp lực học tập và một số yếu tố liên quan của sinh viên y khoa trường đại học Y - Dược, đại học Huế. *Tạp chí Y tế Công cộng*. 2022; <https://doi.org/10.53522/ttcc.vi60.76518>. (60).

- [4] Jinpei Song, Kai Feng, Dian Zhang, Shengnan Wang, Wei Wang, Yongxin Li. The Relationship Between Mental Health Literacy, Overall Adaptation and Mental Health of University Freshers. *Psychology Research and Behavior Management*. 2023; <https://doi.org/10.2147/PRBM.S437718>. 6(16):4935-4947.
- [5] Mohammad Omar AL-Momani. Educational and Psychological counseling and its role in achieving the aims of the educational process-an analytical study. *Jurnal Penelitan Humaniora*. 2022; <https://doi.org/10.23917/humaniora.v23i2.17383>. 23(2):115-128.
- [6] Isabella Giulia Franzoi, Maria Domenica Sauta, Giuliano Carnevale, Antonella Granieri. Student Counseling Centers in Europe: A Retrospective Analysis. *Frontiers in Psychology*. 2022; <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.894423>. 13:894423.
- [7] Peter LeViness. College counseling services: a high impact practice. *Journal of College Student Mental Health*. 2024; <https://doi.org/10.1080/28367138.2024.2399546>. 38(4):817-827.
- [8] Nguyễn Thị Thu Thủy, Đặng Thùy Dương. Nhu cầu tham vấn tâm lý của sinh viên năm thứ nhất Trường Đại học Y Hà Nội năm 2019. *Tạp chí Nghiên cứu Y học*. 2023; 129(5):216-224.
- [9] Ngô Văn Mạnh, Bùi Thị Huyền Diệu. Nhu cầu tham vấn tâm lý của sinh viên y khoa năm cuối trường đại học y dược thái bình năm 2022. *Tạp chí Y học Việt Nam*. 2023; <https://doi.org/10.51298/vmj.v525i1B.5091>. 525(1B):159-162.
- [10] Lê Thị Ngọc Thương, Trần Phan Thảo Vy, Trần Thị Kiều Hạnh. Nhu cầu tham vấn tâm lý của sinh viên Trường đại học Quốc tế Hồng Bàng. *Tạp chí Thiết bị Giáo dục*. 2024; 317.
- [11] Stacy J Priniski, Erin Winterrowd. Proof in the Pudding: Implications of Measure Selection in Academic Outcomes Assessment. *Research & Practice in Assessment*. 2017; 12:32-43.
- [12] Việt Nam News. Surging accommodation prices in Hà Nội force students into uncomfortable living arrangements; 2023. Truy cập ngày 08/08/2025. Truy cập từ: <https://vietnamnews.vn/society/1492357/surging-accommodation-prices-in-ha-noi-force-students-into-uncomfortable-living-arrangements.html>.
- [13] Lê Hồng Nga, Nguyễn Lý Vĩnh Nghi, Nguyễn Trọng Nhân, Phạm Gia Kiệt, Hứa Quỳnh Mai, Huỳnh Tuyết Bằng. Tác động của việc làm thêm đến kết quả học tập của sinh viên Trường Đại học Bạc Liêu *Tạp chí Khoa học Trường Đại học Bạc Liêu*. 2024; 4(6):84-91.
- [14] Lei Qiu, Hengyi Xu, Yingqi Li, Yonghui Zhao, Qin Yang. Gender differences in attitudes towards psychological help-seeking among chinese medical students: a comparative analysis. *BMC Public Health*. 2024; <http://dx.doi.org/10.1186/s12889-024-18826-x>. 24(1):1314.
- [15] Ho Thi Truc Quynh. Social support among Vietnamese University students: evidence of gender differences. *Dalat University Journal of Science*. 2025; [https://doi.org/10.37569/DalatUniversity.12.1.777\(2022\)](https://doi.org/10.37569/DalatUniversity.12.1.777(2022)). 12(1):69-77.
- [16] Nguyen Minh Tu, Tran Binh Thang, Nguyen Thanh Gia, Phan Minh Tri, Luong Thi Thu Tham, Le Dinh Duong. Self-control as an important factor affecting the online learning readiness of Vietnamese medical and health students during the COVID-19 pandemic: a network analysis. *Journal of Educational Evaluation for Health Professions*. 2022; <https://doi.org/10.3352/jeehp.2022.19.22>. 19.
- [17] Phạm Thị Hương Ly. Một số yếu tố liên quan đến nhu cầu tham vấn tâm lý của sinh viên Y khoa năm cuối trường Đại học Y dược Thái Bình năm 2022. *Tạp chí Y học Cộng đồng*. 2024; <https://doi.org/10.52163/yhc.v65iCD2.1032>. 65 (CĐ 2):219-228.
- [18] Tianshu Chu, Xin Liu, Shigemi Takayanagi, Tomoko Matsushita, Hiro Kishimoto. Association between mental health and academic performance among university undergraduates: The interacting role of lifestyle behaviors. *International Journal of Methods in Psychiatric Research*. 2023; <https://doi.org/10.1002/mpr.1938>. 32(1):e1938.
- [19] Diane M. Quinn, Amy Canevello, Jennifer K. Crocker. Understanding the role of depressive symptoms in academic outcomes: A longitudinal study of college roommates. *PLoS One*. 2023; <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0286709>. 18(6):e0286709.
- [20] Lu Li, Grace KI Lok, Song-Li Mei, et al. Prevalence of depression and its relationship with quality of life among university students in Macau, Hong Kong and mainland China. *Scientific Reports*. 2020; <https://doi.org/10.1038/s41598-020-72458-w>. 10(1):15798.