

BỘ NÔNG NGHIỆP VÀ PHÁT TRIỂN NÔNG THÔN
TRƯỜNG CAO ĐẲNG CƠ GIỚI NINH BÌNH

GIÁO TRÌNH

MÔ ĐUN: THAM VẤN

NGHỀ: CÔNG TÁC XÃ HỘI

TRÌNH ĐỘ: CAO ĐẲNG/TRUNG CẤP

*Ban hành kèm theo Quyết định số: /QĐ-TCGNB ngày.....tháng....năm
2018 của Hiệu trưởng Trường Cao đẳng Cơ giới Ninh Bình*

TUYÊN BỐ BẢN QUYỀN

Tài liệu này thuộc loại sách giáo trình nên các nguồn thông tin có thể được phép dùng nguyên bản hoặc trích dùng cho các mục đích về đào tạo và tham khảo.

Mọi mục đích khác mang tính lệch lạc hoặc sử dụng với mục đích kinh doanh thiếu lành mạnh sẽ bị nghiêm cấm.

TaiLieu.vn

MỤC LỤC

LỜI NÓI ĐẦU

Bài 1: Một số vấn đề cơ bản về tham vấn

1. Khái niệm tham vấn các khái niệm có liên quan
2. Mục đích ý nghĩa của tham vấn
3. Phân loại tham vấn
4. Các quan điểm giá trị và nguyên tắc đạo đức cơ bản của tham vấn
5. Lịch sử nghề tham vấn

Bài 2: Tham vấn cá nhân

1. Khái niệm chung về tham vấn cá nhân
2. Một số cơ sở lý thuyết cho tham vấn cá nhân
3. Kỹ năng tham vấn cơ bản
4. Các bước tham vấn sử dụng mô hình của Egans

Bài 3: Tham vấn gia đình

1. Một số vấn đề chung về tham vấn gia đình
2. Một số mô hình can thiệp trong tham vấn gia đình
3. Quy trình tham vấn trong gia đình
4. Một số kỹ thuật, kỹ năng trong tham vấn gia đình

Bài 4: Tham vấn nhóm

1. Khái quát chung về tham vấn nhóm .
2. Tương tác giữa các thành viên trong nhóm
3. Tiến trình hoạt động nhóm
4. Kết thúc cuộc tham vấn nhóm
5. Đánh giá nhóm
6. Một số kỹ năng trong tham vấn nhóm

TÀI LIỆU THAM KHẢO

LỜI NÓI ĐẦU

Trong những năm gần đây, cùng với sự phát triển của kinh tế con người ngày nay cũng phải đối mặt với nhiều vấn đề trong cuộc sống, khi lâm vào những hoàn cảnh như vậy nhiều khi họ không tự giải quyết được mà cần tới sự giúp đỡ từ những người bên ngoài: đó có thể là các nhân viên tâm lý hoặc các nhân viên công tác xã hội. Vì thế các kiến thức và kỹ năng tham vấn trở nên rất cần thiết với những người đang học và làm việc trong nghề này. Không chỉ như vậy đối với hầu hết tất cả mọi người các kiến thức và kỹ thuật trong việc trò chuyện với người khác cũng nên được phổ biến, để mỗi cá nhân, gia đình hay nhóm trở nên hiểu biết về nhau, có bầu không khí tâm lý lành mạnh từ đó giảm bớt đi những căng thẳng, áp lực và những xung đột trong cuộc sống.

Xuất phát từ lý do đó chúng tôi đã biên tập giáo trình này dựa trên chương trình khung của Tổng cục giáo dục nghề nghiệp đã ban hành. Tài liệu tham khảo chính của chúng tôi khi biên tập giáo trình này là dựa trên cuốn giáo trình Tham vấn tâm lý của Giáo sư Trần Thị Minh Đức – Trường Đại học Khoa học xã hội và Nhân Văn Hà Nội và cuốn giáo trình Tham vấn của Tiến sĩ Bùi Thị Xuân Mai – Trường Đại học Lao động Xã hội. Cuốn giáo trình này gồm có 4 bài:

Bài 1: Một số vấn đề cơ bản về tham vấn

Bài 2: Tham vấn cá nhân

Bài 3: Tham vấn gia đình

Bài 4: Tham vấn nhóm

Trong quá trình biên soạn do năng lực và thời gian còn hạn chế, chúng tôi thiết nghĩ giáo trình chắc không tránh khỏi những sai sót. Chúng tôi rất mong nhận được sự góp ý của các đồng nghiệp và các em học sinh để hoàn thiện trong những lần biên tập sau.

Xin chân thành cảm ơn!

Ninh Bình, ngày tháng năm 2018

Tham gia biên soạn:

1. Nguyễn Thị Lành
2. Lê Hùng Cường
3. Phạm Thu Phương

GIÁO TRÌNH THAM VẤN

Tên mô đun: Tham vấn

Mã mô đun: MD18

Ví trí, tính chất, ý nghĩa và vai trò của môn học/mô đun:

- Vị trí: Tham vấn là môn học lý thuyết chuyên môn nghề quan trọng của chương trình đào tạo nghề công tác xã hội được sắp xếp sau khi đã học các môn cơ sở nghề và đã học một số môn học chuyên môn nghề công tác xã hội.

- Tính chất: Là mô đun chuyên môn nghề bắt buộc

- Ý nghĩa và vai trò của mô đun: Môn học tham vấn có ý nghĩa rất quan trọng trong chương trình đào tạo nghề công tác xã hội và cung cấp dịch vụ trợ giúp đối tượng.

Mục tiêu của mô đun:

- Về kiến thức: Trình bày được khái niệm, các nguyên tắc đạo đức trong tham vấn và quy trình tham vấn

- Về kỹ năng: Vận dụng các kỹ năng lắng nghe, thấu cảm, phản hồi, đặt câu hỏi, hỗ trợ thân chủ xây dựng chiến lược và kế hoạch quản lý vấn đề của mình trong quá trình tham vấn cá nhân, nhóm và gia đình.

- Về năng lực tự chủ và trách nhiệm: Rèn luyện đức tính tôn trọng, chia sẻ, đồng cảm với đối tượng, cam kết hỗ trợ thân chủ giải quyết vấn đề của họ; Tích cực học tập và nghiên cứu bồi dưỡng kiến thức chuyên môn.

Nội dung của mô đun:

BÀI 1: MỘT SỐ VẤN ĐỀ CƠ BẢN VỀ THAM VẤN

Mã bài: MĐ 18 – 01

Mục tiêu:

- Về kiến thức:
 - + Trình bày được những kiến thức chung về tham vấn: khái niệm, ý nghĩa, các loại hình tham vấn
 - + Các nguyên tắc đạo đức nghề tham vấn
- Về kỹ năng: Vận dụng đúng và linh hoạt các lý thuyết, nguyên tắc đạo đức và kỹ năng trong các ca tham vấn
- Năng lực tự chủ và trách nhiệm: Cảm thông, thấu cảm và tôn trọng tính riêng tư, cá biệt của đối tượng trợ giúp; Tích cực học tập và rèn luyện nâng cao khả năng tự học, tự nghiên cứu.

Nội dung chính:

1. Khái niệm chung về tham vấn

1.1 Khái niệm tham vấn

Trong cuộc đời mỗi con người đều có thể gặp phải những khó khăn về sức khỏe, công việc, tài chính, quan hệ xã hội... Trong những tình huống đó một số người rơi vào tình trạng mất cân bằng tâm lý khiến họ có những cảm xúc, suy nghĩ, hành vi không hợp lý và sự hòa nhập xã hội của họ gặp nhiều trở ngại. Trong bối cảnh như vậy họ đã không tự giải quyết được vấn đề của mình mà cần tới sự trợ giúp từ bên ngoài. Hoạt động trợ giúp lúc đầu mang tính tự phát sau đó trở nên khoa học hơn với tên gọi là tham vấn.

Tham vấn trong tiếng Anh là Counseling.

Một số định nghĩa về tham vấn như sau:

Rogers Jenny (1990): Tham vấn là hoạt động nhằm giúp đỡ con người tự giúp chính họ. Hoạt động tham vấn sẽ giúp họ nâng cao khả năng tự tìm giải pháp đối phó với vấn đề và thực hiện tốt chức năng của mình trong cuộc sống.

P.K. Odhner (1998): Tham vấn là quá trình trợ giúp chuyên nghiệp có mục đích rõ ràng đòi hỏi nhà tham vấn sử dụng thời gian, thuần thực trong kỹ năng để giúp đỡ đối tượng tìm hiểu, xác định vấn đề và triển khai giải pháp trong điều kiện cho phép.

J. Mielke (1999): lại coi tham vấn là một quá trình, một mối quan hệ nhằm giúp đỡ thân chủ cải thiện cuộc sống của thân chủ bằng cách khai thác, nhận thức và thấu hiểu những suy nghĩ, cảm xúc và hành vi của họ

Nguyễn Thị Giồng cũng nhận định tham vấn là tiến trình liên hệ tương hỗ giữa nhà tham vấn- là người được huấn luyện và thân chủ- là người cần được giúp đỡ vì người đó không thể tự mình giải quyết được.

Như vậy qua nghiên cứu một số khái niệm trên về tham vấn, chúng ta có thể nhận thấy một số nét chung nhất được các tác giả đề cập tới, đó là:

Hoạt động tham vấn là hoạt động trợ giúp con người tự giúp chính bản thân họ. Là một quá trình trợ giúp tâm lý, trong đó nhà tham vấn sử dụng kiến thức, kỹ năng chuyên môn và thái độ nghề nghiệp để thiết lập mối quan hệ tương tác tích cực với thân chủ nhằm giúp họ nhận thức được hoàn cảnh vấn đề thay đổi cảm xúc, suy nghĩ và hành vi, tìm kiếm giải pháp cho vấn đề của mình.

Từ định nghĩa trên chúng ta thấy tham vấn có một số đặc điểm như sau:

- Hoạt động này diễn ra trong một qui trình
- Hoạt động này không chỉ giúp con người giải quyết được vấn đề mà còn giúp họ nâng cao khả năng đối phó với vấn đề trong các hoàn cảnh khác.

- Để làm được nhiệm vụ trên, nhà tham vấn cần được đào tạo để trang bị kiến thức và kỹ năng tham vấn thành thạo. Đồng thời nhà tham vấn cũng cần có những phẩm chất nhất định.

Các định nghĩa trên cho ta thấy mục đích chung nhất của tham vấn là giúp đỡ đối tượng giải quyết vấn đề, tăng cường khả năng đối phó, phòng ngừa với vấn đề có thể xảy ra.

Các mục tiêu cụ thể trong tình huống tham vấn bao gồm:

- Giúp đối tượng giải tỏa tâm lý
- Giúp đối tượng tăng cường hiểu biết về bản thân và môi trường xung quanh từ đó thay đổi nhận thức, thái độ, hành vi.
- Giải quyết vấn đề đang tồn tại: có khả năng đưa ra những quyết định hợp lý và thi hành các quyết định đó.

1.2 Mục đích, ý nghĩa của tham vấn

a. Mục đích

Trong cuộc sống hàng ngày, con người thường phải đối mặt với những khó khăn nhất định. Ví dụ như sự ra đi của người thân, sự ốm đau, bệnh tật bản thân hay người trong gia đình, những mâu thuẫn giữa cha mẹ, vợ chồng hay con cái v.v. Trong những tình huống đó, các cá nhân và gia đình thường phát sinh những cảm xúc tiêu cực, hành vi không hợp lý và họ trở nên bối rối, lúng túng trong tìm biện pháp giải quyết. Do vậy, hoạt động tham vấn sẽ giúp cá nhân và gia đình trước hết giải tỏa được những cảm xúc tiêu cực, giúp họ trở nên sáng suốt hơn, có lý trí hơn để nhìn nhận vấn đề, hoàn cảnh thực tại từ đó đưa ra giải pháp phù hợp nhất với điều kiện của chính mình. Một ý nghĩa quan trọng khác của hoạt động tham vấn, đó là nó không chỉ dừng lại ở mục đích giải quyết vấn đề mà còn hướng tới việc giúp cá nhân tăng cường những kỹ năng, biết cách nhìn nhận vấn đề tự tin ở chính khả năng giải

quyết vấn đề của mình. Bằng những kỹ thuật chuyên môn nhà tham vấn giúp đối tượng khơi dậy được tiềm năng của mình. Đây cũng là cơ sở để cá nhân, gia đình không chỉ tăng cường giải quyết những vấn đề mà họ đang phải đối mặt mà còn khả năng đối phó với những vấn đề khác có thể xảy ra sau này. Đây cũng chính là mục tiêu cuối cùng của tham vấn.

Theo James Hunchingson Haney và Jacqueline Leibsohn tham vấn có những mục tiêu cụ thể sau:

- Nhằm thúc đẩy sự nhận biết của thân chủ nhận thức về cảm xúc hành vi và những trải nghiệm của chính họ.
- Thứ hai là nhằm tối ưu hóa hoặc thúc đẩy việc ra quyết định một cách đúng đắn thông qua khám phá cảm xúc hành vi và những giải pháp có thể.
- Thứ ba là triển khai hành động hợp lý nhằm tăng cường chức năng cá nhân và xã hội của đối tượng.

b. Ý nghĩa của tham vấn

Ngày nay, đặc biệt là ở các nước phát triển, sự tồn tại và phát triển của mỗi cá nhân của gia đình không chỉ phụ thuộc vào yếu tố vật chất mà họ còn phụ thuộc vào rất nhiều các yếu tố tinh thần, quan hệ xã hội khác trong cuộc sống. Một xã hội càng phát triển bao nhiêu thì các vấn đề tâm lý xã hội càng trở nên phức tạp bấy nhiêu, khiến cho các cá nhân và gia đình gần như phải đối mặt với chúng thường xuyên trong cuộc sống hằng ngày. Tồn tại những trường hợp khi cá nhân hoặc gia đình rơi vào tình huống căng thẳng, họ trở nên lúng túng và đã tìm đến những giải pháp tiêu cực như tự sát, bạo lực hay ly tán v.v. Việc tồn tại các trung tâm tham vấn tại các khu dân cư đóng vai trò như một công cụ cần thiết không những nhằm giúp cá nhân và gia đình giải quyết các vấn đề của họ nhanh chóng và kịp thời mà còn có tác dụng phòng ngừa được những hành vi tiêu cực bột phát khi họ đang ở trong tình huống

khủng hoảng. Chính vì vậy ở các nước phương Tây, nơi có nền kinh tế phát triển, xã hội phát triển ở trình độ cao, hoạt động tham vấn đã trở nên rất phổ biến.

Tham vấn không chỉ có tác dụng đối với việc giúp con người giải quyết vấn đề mà nó có ý nghĩa quan trọng với việc tăng cường khả năng thích nghi xã hội của cá nhân và gia đình. Thông qua tham vấn, con người sẽ được bổ sung các kỹ năng sống cũng như các kỹ năng giao tiếp xã hội, tạo nền tảng cho sự nâng cao khả năng hoà nhập xã hội của mỗi cá nhân trong gia đình, cũng như cộng đồng xã hội nơi mà họ sinh sống và làm việc.

Hiện nay vấn đề sức khoẻ tâm thần của mỗi người dân là một trong những nội dung đang được các nước phát triển đặc biệt quan tâm, bởi nó có ý nghĩa tương đối quan trọng đối với sự phát triển của mỗi quốc gia. Một cá nhân hay gia đình có được cân bằng trong cuộc sống hay không sẽ là một nền tảng vững chắc cho phát huy năng lực, khả năng lao động sáng tạo và đóng góp nhiều hơn sản phẩm trí tuệ cho việc xây dựng quốc gia đó. Tham vấn với chức năng và nhiệm vụ xác định trở thành một trong những lĩnh vực chuyên môn tham gia tích cực cho việc nâng cao chất lượng cuộc sống, nền an sinh của mỗi cá nhân và gia đình từ đó góp phần cho quá trình ổn định xã hội.

1.3. Các khái niệm có liên quan.

Mặc dù dịch vụ tham vấn được sử dụng rộng rãi ở nhiều nước trên thế giới, nhưng việc hiểu biết chính xác về khái niệm này còn là một vấn đề, thậm chí người ta còn đánh đồng chúng với một số khái niệm khác có liên quan. Ở Việt Nam, không ít các tranh luận diễn ra trong thời gian gần đây về khái niệm tham vấn. Nhiều câu hỏi đặt ra rằng: Tham vấn có phải là tư vấn không? Tham vấn có khác với trị liệu tâm lý không? Và Tham vấn có bao gồm giáo dục không?...

Counseling - tiếng Anh được dịch ra tiếng Việt với những nghĩa khác nhau như Tham vấn, Tư vấn, Tư vấn tâm lý và được biết đến như là một hoạt động trợ giúp con người giải quyết các vấn đề tâm lý xã hội, những tình huống stress hay khủng hoảng tâm lý xảy ra đối với cá nhân và gia đình trong cuộc sống hàng ngày.

Trong từ điển bách khoa Việt Nam, **Tư vấn** được xem như là quá trình mà một cá nhân dựa trên hiểu biết của mình về một lĩnh vực nào đó đưa ra những hướng dẫn, chỉ bảo, lời khuyên. Nếu theo như nghĩa này của Tư vấn, thì Tư vấn sẽ không phải là Tham vấn và nó chỉ đúng với các loại hình tư vấn pháp luật, tư vấn đầu tư, tư vấn kinh tế v.v.. Hoạt động tham vấn về bản chất không phải là sự trợ giúp đơn thuần bằng việc đưa ra lời khuyên, mà đó là quá trình tương tác tích cực giữa nhà tham vấn và thân chủ. Trong quá trình này thân chủ là người chủ động trong quá trình đưa ra quyết định và giải pháp cho vấn đề của chính mình.

Trị liệu tâm lý là một khái niệm rất gần gũi với tham vấn và hiện đang có một tranh luận rằng trị liệu tâm lý có phải là tham vấn hay là một hoạt động khác biệt.

Một số tác giả cho rằng trị liệu tâm lý là một thuật ngữ chung nhất chỉ tất cả các can thiệp cho gia đình và cá nhân có những vấn đề về tâm lý. Nếu xem xét trên một trục có can thiệp mang tính tâm lý thì các tác giả cho rằng ở một đầu là những can thiệp chữa trị tâm lý cho những người có vấn đề rối loạn tâm lý và đầu bên kia là tham vấn bao gồm hoạt động giúp đỡ những người có những vấn đề tâm lý nhưng ở mức độ bình thường hàng ngày. Và như vậy những người theo xu hướng này cho rằng tham vấn là một dạng của trị liệu tâm lý (Robinson, 1950; Thorne, 1950)

Bên cạnh đó một số tác giả cho rằng Trị liệu tâm lý là dạng hoạt động chuyên môn chủ yếu tập trung vào việc khôi phục lại cá nhân ở cả hai mức

độ vô thức và ý thức. Và những tác giả này phân biệt sự khác biệt giữa tham vấn và trị liệu tâm lý. Họ cho rằng trị liệu tâm lý chú trọng tới *xóa bỏ những yếu tố mang tính bệnh lý nhiều hơn*, còn tham vấn lại *nhấn mạnh tới việc lên kế hoạch hợp lý để giải quyết vấn đề thích nghi như khó khăn trong cuộc sống hàng ngày* ví dụ như trong học tập, trong giao tiếp, những mâu thuẫn nhỏ làm xuất hiện sự lo lắng, tâm trạng hận thù (Tyler, 19958; Vance và Volvosky 1962).

Cuộc tranh luận phân biệt hai thuật ngữ này hiện nay vẫn chưa kết thúc. Song có một điều mà tất cả các tác giả đều thống nhất rằng cả tham vấn và trị liệu cần phải quan tâm tới mục đích là giúp con người thay đổi những suy nghĩ, cảm xúc hay hành vi tiêu cực và cần sử dụng những biện pháp tâm lý. Cũng chính vì vậy trong nhiều tài liệu, hai thuật ngữ Tham vấn (counseling) và trị liệu tâm lý (psychoterapy) được sử dụng thay thế cho nhau.

Trong thực tiễn tại một số nước hiện nay, nếu xét dưới góc độ chuyên môn sâu, các nhà trị liệu tâm lý thiên về việc sử dụng những kỹ thuật tác nghiệp bao gồm cả liệu pháp tâm lý và thậm chí bằng cả tác động y học như thuốc nhằm xử lý những rối nhiễu tâm lý mang tính bệnh lý nhiều hơn. Đối với tình huống có vấn đề về tâm lý xã hội, mối quan hệ xã hội mang tính thường ngày thì thường đòi hỏi sự can thiệp của hoạt động tham vấn và phương tiện chủ yếu là mối quan hệ tương tác tích cực giữa nhà tham vấn và đối tượng. Trong những trường hợp có rối nhiễu tâm lý nặng nhà tham vấn chuyển giao tới các nhà tâm lý trị liệu.

Cố vấn được định nghĩa là chuyên gia với những hiểu biết chuyên môn sâu sắc có khả năng tham mưu về một lĩnh vực hoạt động nào đó. Như vậy, ở đây cố vấn chỉ cá nhân có kinh nghiệm chuyên môn cao làm nhiệm vụ cung cấp những thông tin, đưa ra lời khuyên hay tham mưu cho cá nhân hay tổ chức về lĩnh vực kinh tế xã hội nào đó. Mối quan hệ hợp tác ở đây mang tính

chuyên gia nên nó hoàn toàn khác với mối quan hệ tương tác lấy đối tượng là trung tâm trong giải quyết vấn đề trong hoạt động tham vấn. Người ta thường nhắc tới cố vấn kinh tế, cố vấn pháp luật, cố vấn tài chính v.v. Hoặc khi một chuyên gia tham vấn với sự hiểu biết chuyên môn và kinh nghiệm lâu năm trong nghề họ cũng có thể sẽ là cố vấn cho các nhà tham vấn dưới quyền hoặc trẻ hơn.

Một số khác biệt giữa Tham vấn và Cố vấn

	<i>Tham vấn</i>	<i>Cố vấn</i>
<i>Tính chất quan hệ , giao tiếp giữa nhà tham vấn và đối tượng</i>	Bình đẳng Không mang tính “Trên - Dưới” Nhà tham vấn nghe nhiều nói ít	Tính “Trên - Dưới” thể hiện rõ Nhà cố vấn giải thích nhiều hơn, đối tượng nghe nhiều hơn Lời khuyên từ nhà cố vấn rất quan trọng
<i>Việc ra quyết định</i>	Dựa trên khả năng và hoàn cảnh thực tiễn của đối tượng là chính có sự trợ giúp của những thông tin từ nhà tham vấn	ý kiến của nhà cố vấn phần lớn có ảnh hưởng mang tính quyết định
<i>Thời gian tiến hành</i>	Diễn ra có thể nhiều lần: một vài tuần, tháng, thậm chí hàng năm	Có thể diễn ra một lần và ít lặp lại
<i>Yêu cầu thái độ kiến thức kỹ năng</i>	Thái độ thiện chí, thấu cảm là chìa khoá cho sự hợp tác trong giải quyết vấn đề Kiến thức về hành vi con người và kỹ năng giao tiếp và	Kiến thức về một lĩnh vực chuyên môn cụ thể (y tế, kinh tế, đầu tư, pháp luật..)

	tham vấn là yếu tố quan trọng để giúp đối tượng tìm kiếm nguồn lực và tìm giải pháp thích hợp	
--	---	--

Giáo dục: Giáo dục là hoạt động mang tính hướng dẫn, dạy bảo, giáo dục ý thức xã hội và cung cấp phương thức tư duy khoa học cho con người nói chung, là hoạt động truyền đạt kinh nghiệm thế hệ trước cho thế hệ sau.

Trong hoạt động tham vấn đôi khi nhà tham vấn cần đóng vai trò nhà giáo dục, song nhà tham vấn không phải là nhà giáo dục bởi lẽ: Đối tượng tác động trong giáo dục không phải là những cá nhân đang trong tình trạng có vấn đề tâm lý xã hội cần được giải quyết mà là những người có nhu cầu nâng cao trình độ hiểu biết về tự nhiên, xã hội để từ đó họ có khả năng cải tạo thế giới.

Tâm lý học lâm sàng là một khoa học quan tâm tới việc mô tả, phân loại, chẩn đoán những bệnh tâm lý và những người này thường làm trong các bệnh viện. Các nhà tâm lý học lâm sàng có nhiệm vụ hỗ trợ các nhà tâm thần học trong việc chẩn đoán và đánh giá những rối loạn tâm lý. (S.Narayana, 1984)

Theo S.Narayana, 1984, Các nhà tâm thần học (psychiatry) quan tâm tới những rối loạn tâm lý nặng và đòi hỏi sự chăm sóc tại các cơ sở đặc biệt, các nhà trị liệu tâm lý quan tâm tới những người có rối nhiễu tâm lý ít nặng hơn không đòi hỏi sự chăm sóc tại bệnh viện. Còn đối với những người có những vấn đề khó khăn thích nghi cần tới sự trợ giúp của phần lớn là những nhà tham vấn.

Tham vấn và công tác xã hội: Mặc dù các nhân viên công tác xã hội truyền thống làm việc như những người bênh vực cho người nghèo và túng quẫn, nhưng ngay từ năm 1990 cách thức tiếp cận trao đổi tâm tình với người

nghèo đã được Mary Richmon xem như là hình thức trợ giúp có hiệu quả và tổng kết thành phương pháp trợ giúp cá nhân. Phương pháp này đã được đưa vào chương trình đào tạo nhân viên trợ giúp với cá nhân. Tuy nhiên vẫn tồn tại sự phân biệt về lý thuyết giữa thực sĩ công tác xã hội và thực sĩ tham vấn, theo E.Neukrug (1999), hai vị trí này tương đồng nhau hơn là cách biệt. Với những khóa đào tạo thêm về công tác giám sát thực hành tham vấn hoặc trở thành nhân viên công tác xã hội có thể hoạt động như một nhà tham vấn hoặc trở thành nhân viên công tác xã hội lâm sàng được cấp phép. Tuy nhiên thực tế thì các nhân viên công tác xã hội thường được thuê bởi các dịch vụ cứu trợ trẻ em, các cơ quan bao cấp của chính phủ, hay các tổ chức cộng đồng, các dịch vụ dành cho gia đình, thực hành trong các bệnh viện, các trung tâm sức khỏe tâm thần hay các nhà tạm cho những người vô gia cư, hoặc là người quản lý các dịch vụ xã hội mà ít làm việc với tư cách là một nhà tham vấn hay trị liệu độc lập trên các đối tượng có tổn thương tâm lý. Và cho dù các nhân viên công tác xã hội được đào tạo khái quát về các kỹ thuật tham vấn nhưng họ thường không đi sâu vào lĩnh vực tham vấn - một nghề đòi hỏi sử dụng thông thạo nhiều hơn về các kiến thức tâm lý.

1.4. Các loại hình tham vấn

Dựa vào đối tượng, khách thể và tính chất của dịch vụ tham vấn, người ta có thể nhận diện các hình thức tham vấn khác nhau. Ví dụ căn cứ vào đối tượng của sự trợ giúp chúng ta thấy người làm tham vấn được phân hoá về chuyên môn khá sâu như tham vấn học đường (các vấn đề của học sinh liên quan đến trường học và sự trưởng thành của cá nhân), tham vấn HIV/AIDS, tham vấn sức khỏe sinh sản, tham vấn hôn nhân gia đình, tham vấn tuổi già, tham vấn sức khỏe tâm thần...

Dựa trên tính chất của hoạt động tham vấn có thể chia thành hai hình thức: tham vấn trực tiếp và gián tiếp. Tham vấn trực tiếp là hình thức tương

tác trực tiếp mặt đối mặt giữa nhà tham vấn. Đây là hình thức tham vấn phổ biến khi thân chủ và nhà tham vấn ngồi cùng nhau trong một phòng. Do có thể trực tiếp nghe và quan sát nhau nên hiệu quả thu được là khá cao, không tốn thời gian và nó tạo cơ hội cho những phản hồi tức thời, hai bên nhận được những biểu hiện phi ngôn ngữ của cơ thể. Thân chủ trong tham vấn trực tiếp có thể là một cá nhân, một nhóm người hay một gia đình. Hình thức tham vấn gián tiếp – tham vấn thông qua phương tiện trung gian như điện thoại, viết thư hay tham vấn trực tuyến, qua đài phát thanh...

Trong các hình thức tham vấn gián tiếp thì tham vấn qua mạng Internet được sử dụng khá phổ biến ở các nước có hệ thống dịch vụ Internet phát triển. Còn trong các hình thức tham vấn trực tiếp cả loại hình tham vấn cá nhân, tham vấn gia đình và tham vấn nhóm đều phát triển trên thế giới. Ba loại hình này chúng tôi sẽ trình bày ở phần sau.

Về loại hình tham vấn qua mạng (online counseling) là một hình thức tham vấn gián tiếp. Nó được định nghĩa là việc thực hành nghề tham vấn và cung cấp thông tin được diễn ra thông qua mạng internet giữa nhà tham vấn và thân chủ ở hai nơi khác nhau và thân chủ tự xác định địa điểm, thời gian bộc lộ vấn đề của họ. Ngay từ khi mới xuất hiện tham vấn mạng đã gây ra nhiều tranh cãi về tính hiệu quả cũng như tính đạo đức của loại hình trợ giúp này. Tham vấn mạng không phù hợp với những vấn đề về lạm dụng tình dục, bạo hành, rối loạn ăn uống, rối loạn tâm thần, những người có ý tưởng tự sát, giết người hay lạm dụng trẻ em. Dù bị phản đối nhiều nhưng tham vấn mạng vẫn tồn tại và ngày càng phát triển cùng với sự phát triển của công nghệ thông tin.

Trên thế giới, dịch vụ được biết đến sớm nhất trong việc cung cấp lời khuyên về tâm thần trực tuyến là “Hãy hỏi Bác Ezra”, một dịch vụ miễn phí dành cho các sinh viên trường Đại học Cornell Ithaca, New York. Hoạt động

tham vấn qua internet với những hình thức kết nối đặc trưng bao gồm thư điện tử, nói chuyện trực tuyến, diễn đàn và các loại hình khác. Hoạt động tham vấn qua internet với những hình thức kết nối đặc trưng bao gồm thư điện tử, nói chuyện trực tuyến, diễn đàn và các loại hình khác. Từ những năm 1990, với sự xuất hiện phổ biến của internet, trị liệu đã chuyển từ ranh giới mặt đối mặt hay qua điện thoại, sau đó là tham vấn qua thư điện tử, tham vấn trực tuyến, tham vấn qua web hay tham vấn qua internet. Cách thức giao tiếp này có những ưu điểm của viết thư, ngoài ra điểm mạnh còn là tốc độ truyền tin, phản hồi nhanh. Những ưu điểm khác là khả năng gửi tư liệu một cách nhanh chóng hoặc các văn bản điền theo mẫu, đường dẫn tới những trang web hữu ích khả năng tiếp cận với những chuyên gia ở xa. Loại hình tham vấn này có thể duy trì liên lạc với nhà trị liệu khi đi xa nhà hay cơ quan, thời gian tùy thuộc vào nhà tham vấn và thân chủ.

Theo Wallbank, tham vấn qua hình thức viết thư có một số ưu điểm sau:

- Có cơ hội để bộc lộ những suy nghĩ, cảm xúc và giải tỏa những vấn đề tâm lý khi chúng đang lên cao trào.
- Viết thư có thể được thực hiện vào bất cứ lúc nào, như vào buổi đêm khi bạn trẻ đã đi ngủ và vợ/chồng không ở bên cạnh
- Thư có thể viết tiếp tục khi đã ngừng nhiều ngày, tuần hay tháng
- Thân chủ chủ động được thời gian
- Giảm được những cảm xúc bị kìm nén bằng cách viết ra trên giấy những suy nghĩ, ý tưởng, cảm xúc và những mối quan tâm
- Biết rằng nhà tham vấn sẽ trả lời có thể giúp cho quá trình tiến triển của thân chủ và được bí mật

2. Các quan điểm giá trị và nguyên tắc đạo đức cơ bản của tham vấn

2.1 Giá trị và nguyên tắc đạo đức trong tham vấn

Đạo đức là những nguyên lí, quy tắc quy định hành vi phải theo trong quan hệ giữa người với người, giữa cá nhân với xã hội, tùy theo thể chế chính trị xã hội mà các cá nhân sống trong đó.

Đạo đức trong tham vấn là thước đo quyết định xem hành vi của nhà tham vấn trong quá trình tham vấn có đúng không, có tốt, có làm sai, làm hại đến thân chủ hay không. Đạo đức trong tham vấn đi xa hơn so với đạo đức thông thường trong đời sống hàng ngày, nó không chỉ quy định nhà tham vấn không làm điều xấu cho thân chủ mà còn đặt ra vấn đề nhà tham vấn đã làm hết sức vì lợi ích của thân chủ hay chưa?

Theo Egan giá trị không chỉ là những quan niệm mà nó còn là hệ thống tiêu chí và ảnh hưởng tới sự ra quyết định của con người (1994). Do vậy, ông cho rằng trong quá trình trợ giúp giá trị nghề nghiệp sẽ có ảnh hưởng tới việc nhà tham vấn sẽ thực thi nhiệm vụ của mình như thế nào.

Ông đưa ra các giá trị trong hoạt động tham vấn như sau: thực tế, năng lực phù hợp, tôn trọng, trung thực, trách nhiệm của đối tượng.

Các nguyên tắc đạo đức trong tham vấn được đưa ra trên cơ sở giá trị nghề tham vấn, Chúng đóng vai trò như công cụ có ý nghĩa định hướng cho những hành vi của nhà tham vấn nhằm bảo vệ uy tín của nghề nghiệp cũng như quyền lợi của đối tượng.

Hoạt động tham vấn xuất phát từ quan điểm nhân đạo. Nguyên tắc hành động là đặt lợi ích của đối tượng lên hàng đầu, coi trọng giá trị nhân phẩm của họ, coi đối tượng đều có tiềm năng và khả năng tự giải quyết được vấn đề của mình và mỗi đối tượng đều có tính độc đáo riêng nhà tham vấn cần phải tôn trọng.

Sau đây là một số nguyên tắc cơ bản mà nhà tham vấn cần phải tuân thủ trong quá trình thực thi nhiệm vụ:

2.2. Nguyên tắc chấp nhận tôn trọng thân chủ (đối tượng)

Một trong những nguyên tắc cơ bản trước tiên mà nhà tham vấn cần phải đảm bảo đó là tôn trọng nhân phẩm của thân chủ. Carl Roger xem đây như là một phẩm chất đầu tiên mà mọi nhà tham vấn cần phải có và ông cũng coi đó như là một trong ba điều kiện tiên quyết cho sự thành công của ca tham vấn.

Thái độ Tôn trọng và chấp nhận của nhà tham vấn được thể hiện ở phong cách đối xử với đối tượng như một cá nhân với nhân cách độc lập: họ có giá trị riêng, có cách nhìn nhận riêng và có khả năng thay đổi. Khi đến với nhà tham vấn, họ có thể có những hành vi, suy nghĩ mà những người bình thường không chấp nhận, thậm chí còn lên án những hành vi hay suy nghĩ đó. Nhưng nhà tham vấn lại cần chấp nhận những tất cả những biểu hiện tiêu cực có thể thấy được ở thân chủ. Tuy nhiên điều này không có nghĩa rằng nhà tham vấn đồng tình với điều mà họ làm, cách mà họ nghĩ hay đánh giá hiện tượng và người khác. Với cách nhìn nhận rằng, những hành vi, suy nghĩ tiêu cực đó là hậu quả của một nguyên nhân nhất định chứ không phải là của do chính họ gây ra. Mặt khác nhà tham vấn phải chấp nhận với những suy nghĩ, hành vi của thân chủ thì thân chủ của họ mới dễ dàng bộc lộ và chia sẻ những vấn đề của họ và đi được đến cùng vấn đề của thân chủ. Như vậy, nhiệm vụ của nhà tham vấn là giúp họ tháo bỏ những rào cản xã hội để họ thay đổi hành vi, suy nghĩ đó cho phù hợp thực tiễn. Đây cũng chính là mục tiêu của quá trình tham vấn. Nhà tham vấn cần phải có lòng tin ở họ, tin rằng họ có khả năng thay đổi. Việc chấp nhận đối tượng trong suy nghĩ và thể hiện bằng hành vi thân thiện, không phân biệt đối xử sẽ là yếu tố tiền đề cho sự giúp đỡ chân thành của nhà tham vấn đối với vấn đề của thân chủ.

Việc chấp nhận vô điều kiện và sự trung thực, chân thành của nhà tham vấn đối với thân chủ đã được Carl Roger coi như là kỹ thuật cơ bản cho quá trình tương tác với thân chủ đồng thời cũng là hai trong ba điều kiện tiên quyết cho sự thành công của quá trình giúp đỡ.

2.3 . Không phán xét thân chủ

Không phán xét đối tượng thể hiện ở việc không chỉ trích hành vi suy nghĩ của họ dù cho những điều mà họ làm là không đúng, cách họ suy nghĩ hoặc cảm nhận là không hợp lý. Nguyên tắc này có mối liên quan mật thiết với nguyên tắc trên. Cần chân thành và không lên án họ khi mắc những sai lầm. Việc chấp nhận đối tượng đi cùng với việc không phán xét những hành vi, suy nghĩ tiêu cực ở họ. Khi đối tượng đến với nhà tham vấn, họ mong muốn sự thông cảm, lắng nghe và thấu hiểu họ. Đó chính là sự khác biệt của nhà tham vấn với những người giúp đỡ thông thường, và cũng vì vậy mà họ cần sự giúp đỡ từ nhà tham vấn chứ không phải những người khác.

2.4. Giành quyền tự quyết cho đối tượng

Tham vấn không phải là cho lời khuyên. Trong tham vấn với đúng nghĩa chuyên nghiệp, nhà tham vấn không đưa ra quyết định thay thân chủ mà để thân chủ tự đưa ra quyết định với sự lựa chọn cách giải quyết vấn đề của chính mình trên cơ sở những thông tin, kết quả trao đổi với nhà tham vấn. Nhà tham vấn chỉ đóng vai trò là người xúc tác và giúp đỡ thân chủ đưa ra các giải pháp và lựa chọn cho mình một hướng đi phù hợp nhất với hoàn cảnh của bản thân. Khi này đòi hỏi nhà tham vấn cần có niềm tin vào khả năng tự giải quyết của đối tượng, cần kiên trì với sự tiến bộ từng bước thậm chí thất bại ban đầu ở thân chủ, có như vậy mới tránh hiện tượng làm thay, làm họ hay gặp phải ở những nhà tham vấn thiếu kinh nghiệm. Việc thân chủ tự đưa ra quyết định còn có tác dụng giúp cho họ có trách nhiệm với lựa chọn của mình cũng như sự tham gia tích cực vào giải quyết vấn đề. Việc không lệ