

MỐI QUAN HỆ VỚI GIÁO VIÊN VÀ CĂNG THẲNG TÂM LÝ CỦA HỌC SINH: NGHIÊN CỨU TẠI MỘT TRƯỜNG TIỂU HỌC TRÊN ĐỊA BÀN HUYỆN ĐÔNG ANH, THÀNH PHỐ HÀ NỘI

Lê Thanh Hà¹, Bùi Hương Nhài¹, Nguyễn Văn Thường¹,
Trần Thị Loan¹, Nguyễn Thị Vui¹

Tóm tắt: Mục đích của nghiên cứu là làm rõ ảnh hưởng của mối quan hệ với giáo viên và căng thẳng tâm lý của học sinh tiểu học. Đây là nghiên cứu cắt ngang với mẫu nghiên cứu là 212 học sinh tiểu học của một trường tiểu học trên địa bàn huyện Đông Anh, thành phố Hà Nội (lớp 3: 49,1%; lớp 4: 51,9%). Chúng tôi sử dụng 7 item đo căng thẳng tâm lý trong thang đo DASS21 (Cronbach alpha: 0,67) và 10 item đo mối quan hệ giữa giáo viên và học sinh (Cronbach alpha: 0,84). Kết quả nghiên cứu cho thấy tỷ lệ học sinh có căng thẳng tâm lý là 16,5% và học sinh tự đánh giá mối quan hệ với giáo viên ở mức độ tích cực ($M=3,9;SD=1,33$). Mối quan hệ với giáo viên có tương quan nghịch chiều với căng thẳng tâm lý ở học sinh tiểu học ($r = -0,16, p<0,05$).

Từ khóa: Căng thẳng tâm lý, mối quan hệ giữa giáo viên và học sinh, học sinh tiểu học

1. MỞ ĐẦU

Hiện nay, tình trạng học sinh gặp các vấn đề về sức khỏe tinh thần đang ngày càng tăng. Theo thống kê từ UNICEF, trong hơn một thập kỉ qua, khoảng 20% trẻ em và thanh thiếu niên trên toàn thế giới có các vấn đề về sức khỏe tâm thần (SKTT), tăng thêm 13% so với trước đó. Có thể thấy, SKTT đã và đang trở thành mối quan tâm lớn đối với các cơ sở giáo dục, gia đình và toàn xã hội. Ở Việt Nam, tình trạng học sinh gặp các vấn đề trầm cảm (depression), lo âu (anxiety), căng thẳng (stress) cũng tăng lên đáng kể với con số 15% – 30% thanh thiếu niên gặp các vấn đề về SKTT theo UNICEF đưa ra vào năm 2022 [1].

Mối quan hệ giữa thầy cô giáo và học sinh tiểu học đóng vai trò quan trọng trong việc xây dựng môi trường học tập tích cực và giảm căng thẳng tâm lý cho học sinh. Một mối quan tích cực với thầy cô giáo sẽ khiến học sinh cảm thấy an toàn về mặt tâm lý, từ đó thúc đẩy động cơ học tập và tăng cường sự gắn bó của học sinh với trường học [2].

Mặc dù có nhiều nghiên cứu chỉ ra ảnh hưởng của mối quan hệ giữa giáo viên với học sinh đến sức khỏe tinh thần của học sinh, việc xem xét vấn đề này trên đối tượng học sinh tiểu học vẫn còn hạn chế do đa số các nghiên cứu tập trung vào đối tượng học sinh

¹ Trường Đại học Sư phạm Hà Nội 2

trung học và sinh viên đại học. Trong nghiên cứu này, chúng tôi xem xét ảnh hưởng của mối quan hệ với giáo viên và căng thẳng tâm lý của học sinh tiểu học.

2. NỘI DUNG NGHIÊN CỨU

2.1. Tổng quan nghiên cứu vấn đề

Boyu Li (2022) đã có nghiên cứu về “Ảnh hưởng của mối quan hệ giáo viên – học sinh đến sự lo lắng và trầm cảm ở trẻ em” và chỉ ra rằng mối quan hệ giữa giáo viên – học sinh càng gần gũi thì xung đột càng ít và mức độ trầm cảm càng thấp; học sinh ở các lớp khác nhau có mức độ trầm cảm và lo âu khác nhau [3]. Roopan, Khangura (2019) đã đưa ra kết luận qua nghiên cứu của mình về mối quan hệ giáo viên – học sinh tích cực rất quan trọng đối với sức khỏe tinh thần của học sinh. Người giáo viên phải đối mặt với những rào cản trong việc xây dựng một mối quan hệ tốt với học sinh của mình [4]. Hay cũng nghiên cứu vấn đề này, Maldonado-Carreño, C., & Votruba-Drzal, E (2011) chỉ ra rằng mối quan hệ giáo viên – học sinh có liên quan đến thành tích học tập và các vấn đề hành vi của học sinh [5]. Trong một nghiên cứu khác, Lauren, Miller-Lewis và cộng sự (2014) đưa ra nhận định rằng: trẻ em có chất lượng mối quan hệ giữa học sinh và giáo viên cao ổn định có ít vấn đề về sức khỏe tâm thần hơn trong năm học thứ hai và việc xây dựng mối quan hệ giữa học sinh – giáo viên ổn định có thể cải thiện sức khỏe tâm thần của trẻ [6].

Các nghiên cứu về sức khỏe tinh thần của học sinh ở nước ta và đặc biệt xem xét từ góc nhìn mối quan hệ giữa giáo viên với học sinh lại càng ít. Có thể kể đến dưới đây một số nghiên cứu như “Sức khỏe tâm thần của học sinh: nghiên cứu tại một trường trung học phổ thông ở thành phố Hà Nội” (Nguyễn Thị Hoa Mỹ, 2024). Kết quả phân tích theo giới tính và độ tuổi cho thấy sự chênh lệch đáng kể trong mức độ vấn đề cảm xúc giữa nam và nữ cũng như giữa các khối lớp. Đặc biệt, học sinh nữ và học sinh ở các khối lớp cao hơn thường gặp những vấn đề sức khỏe tâm thần nhiều hơn [7]. Tạp chí Khoa học Xã hội và Nhân văn ĐHQGHN (2023) phân tích cho thấy học sinh đang phải đối mặt với những triệu chứng tiêu cực về sức khỏe tâm thần, tập trung vào hai vấn đề về quan hệ bạn bè, vấn đề hiệu động thái quá [8].

Bác sĩ Đào Thị Tuyết (2014) chỉ ra yếu tố liên quan với sức khỏe tinh thần học sinh được xác định là bạo lực học đường. Khi bạo lực học đường tăng lên thì nguy cơ có vấn đề sức khỏe tinh thần cũng tăng lên [9]. Bên cạnh nghiên cứu về SKTT đó, nghiên cứu của Trần Bá Hoàn (2006) về “Vấn đề giáo viên – Những nghiên cứu lí luận và thực tiễn” chỉ ra rằng: mối quan hệ giữa giáo viên với học sinh được xem là nền tảng trong giáo dục nhà trường” [10]. Mối quan hệ này được Lê Thị Ngọc Thúy kết luận là có những tác động nhất định đến sức khỏe tinh thần của học sinh trung học phổ thông và mối quan

hệ với thầy cô giáo không tốt, thể hiện ở sự tồn tại bạo lực của giáo viên với học sinh Nguyễn Thị Minh Sao (2015) [11, 12].

Như vậy, các nghiên cứu trước đây đã chỉ ra ảnh hưởng của mối quan hệ với giáo viên đến sức khỏe tinh thần và căng thẳng tâm lý của học sinh. Một mối quan hệ tích cực với giáo viên sẽ giúp giảm thiểu căng thẳng và tăng cường sự phát triển toàn diện ở học sinh.

2.2. Phương pháp nghiên cứu

2.2.1. Đặc điểm mẫu nghiên cứu

Quá trình khảo sát diễn ra từ tháng 2 đến tháng 4 năm 2024 tại một trường tiểu học trên địa bàn huyện Đông Anh, thành phố Hà Nội. Số khách thể của mẫu gồm 212 học sinh thuộc hai khối lớp 3 và 4, trong đó số học sinh lớp 3 chiếm 49,1%, học sinh lớp 4 chiếm 50,9%.

2.2.2. Công cụ nghiên cứu

Bảng hỏi được thiết kế để thực hiện khảo sát trong nghiên cứu này gồm 2 phần : (1) Đặc điểm nhân khẩu học; (2) Các thang đo.

- Phần nhân khẩu học bao gồm các biến số: Giới tính (Nam/Nữ); Lớp (Lớp 3/Lớp 4); Đang sống cùng với bố/mẹ (Có/Không); Điểm kiểm tra Toán cuối kì; Điểm kiểm tra tiếng Việt cuối kì; Số lượng bài tập/ngày.

- Thang đo Mức độ căng thẳng tâm lý: Chúng tôi sử dụng thang đo căng thẳng tâm lý (Stress) (tiểu thang đo của DASS21) để đo lường mức độ căng thẳng tâm lý của học sinh tiểu học [13]. Chúng tôi sử dụng bộ 7 câu hỏi đánh giá mức độ Stress là các câu 1, 6, 8, 11, 12, 14, 18 của DASS21. Học sinh sẽ khoanh tròn vào các chữ số 0, 1, 2 hoặc 3 (trong đó 0 – hoàn toàn không xảy ra, 1 – một phần nào xảy ra/thỉnh thoảng, 2 – thường xảy ra/nhiều lần và 3 – rất thường xảy ra/hầu hết mọi lúc) để trả lời cho mỗi nhận định về mức độ mà học sinh cảm nhận. Cách tính điểm căng thẳng từ kết quả thang đo bằng (tổng điểm các câu 1, 6, 8, 11, 12, 14, 18) x 2. Tổng điểm của 7 câu hỏi càng cao cho thấy mức độ căng thẳng của học sinh càng cao. Thang đo này có hệ số Cronbach alpha là 0,67. Chúng tôi sử dụng thang đo này để đo mức độ căng thẳng tâm lý do thang đo được sử dụng phổ biến ở Việt Nam, số lượng câu hỏi ít nên phù hợp trong khảo sát đối với học sinh tiểu học.

- Thang đo mối quan hệ giữa giáo viên và học sinh: Mối quan hệ giữa giáo viên và học sinh được đo bằng 10 mệnh đề. Trong đó, các mệnh đề là nhận định về sự thấu hiểu, quan tâm của giáo viên đến học sinh và tương lai của học sinh, sẵn sàng lắng nghe, trò chuyện, ứng xử hòa thuận giữa giáo viên và học sinh, sự giúp đỡ, sự hài lòng của học sinh về thầy cô giáo, cũng như học sinh được nêu ý kiến của mình, được công nhận thành tích và học tập trong môi trường khiến các em say mê. Với thang đo này, học sinh lựa chọn 5

phương án trả lời cho 5 mức độ : 1 là “Rất đồng ý”, 2 là “Phần lớn không đồng ý”, 3 là “Nửa đồng ý nửa không đồng ý”, 4 là “Phần lớn đồng ý” và 5 là “Rất đồng ý”. Điểm trung bình của 10 mệnh đề càng cao cho thấy mối quan hệ giữa giáo viên và học sinh càng tích cực. Thang đo có độ tin cậy Alpha của Cronbach là 0,84. Để xác định mức độ của mối quan hệ giữa học sinh và thầy cô giáo, điểm trung bình của thang đo được giải thích như sau:

Bảng 1: Các mức độ đánh giá mối quan hệ giữa học sinh và thầy cô giáo

Điểm trung bình	Mức độ	Điểm trung bình	Mức độ
4,51 – 5,00	Rất tích cực	1,51 – 2,50	Không tích cực
3,51 – 4,50	Tích cực	1,00 – 1,50	Rất không tích cực
2,51 – 3,50	Trung bình		

Các số liệu thu thập được từ khảo sát được thực tiễn được chúng tôi xử lý bằng phần mềm SPSS 26.

2.3. Kết quả nghiên cứu và bàn luận

2.3.1. Thực trạng sức khỏe tinh thần của học sinh tiểu học

Bảng 2: Tỷ lệ căng thẳng tinh thần của học sinh tiểu học với các đặc điểm của mẫu nghiên cứu (n, %)

		Mức độ bình thường	Mức độ nhẹ	Mức độ vừa phải	Mức độ nghiêm trọng	Mức độ rất nghiêm trọng	Tổng cộng
Giới tính	Nam	47(42)	20(17,9)	27(24,1)	16(14,3)	2(1,8)	112
	Nữ	46(46)	19(19)	18(18)	15(15)	2(2)	100
Lớp	Lớp 3	44(42,3)	22(21,2)	22(21,2)	15(14,4)	1(1)	104
	Lớp 4	49(45,4)	17(15,7)	23(21,3)	16(14,8)	3(2,8)	108
Sống cùng với bố mẹ	Có	81(43,3)	34(18,2)	40(21,4)	29(15,5)	3(1,6)	187
	Không	12(48)	5(20)	5(20)	2(8)	1(4)	25
Tổng		93(43,9)	39(18,4)	45(21,2)	31(14,6)	4(1,9)	212

Nhìn tổng quan, kết quả về tỉ lệ học sinh căng thẳng tâm lý ở mức độ nghiêm trọng và rất nghiêm trọng là 16,5% (n=35). Như vậy, trong số 100 học sinh có khoảng 16 – 17 học sinh gặp vấn đề căng thẳng tâm lý. Cụ thể:

Kết quả theo giới tính cho thấy ở mức độ nghiêm trọng và rất nghiêm trọng, học sinh nữ có tỉ lệ căng thẳng cao hơn so với học sinh nam (mức độ nghiêm trọng: 15% so với 14,3%; mức độ rất nghiêm trọng: 2% so với 1,8%).

Xét theo khối lớp, học sinh lớp 4 có tỉ lệ căng thẳng ở mức nghiêm trọng và rất nghiêm trọng cao hơn so với học sinh lớp 3 (mức độ nghiêm trọng: 14,8% so với 14,4%; mức độ rất nghiêm trọng: 2,8% so với 1%). Tỷ lệ này có thể đến những áp lực về học tập khi học sinh lớp 4 đang chuyển dần sang giai đoạn cuối cấp tiểu học, lượng kiến thức đối các em nhiều lên đáng kể và áp lực từ kiểm tra, thi đánh giá cũng tăng lên.

Bên cạnh những kết quả trên, việc học sinh có đang sinh sống cùng với bố mẹ hay không cũng phần nào cho thấy sức khỏe tâm lý của học sinh bị ảnh hưởng. Học sinh sống cùng bố mẹ có tỉ lệ căng thẳng tâm lý ở mức nghiêm trọng cao hơn so với học sinh không sống cùng bố mẹ (15,5% so với 8%). Tuy nhiên, ở mức độ rất nghiêm trọng, học sinh không sống cùng bố mẹ có tỉ lệ cao gần đôi học sinh sống cùng bố mẹ (4% so với 1,6%). Để giải thích được kết quả này, bằng kiến thức và hiểu biết hiện tại, chúng tôi có thể đề xuất nhìn nhận đến mối quan hệ trong gia đình của học sinh. Vô hình chung, bố mẹ có thể là người quan sát, giáo dục con cái theo cách của mình, đôi khi là định hướng nhưng có phần sắp đặt, kì vọng quá cao vào khả năng của con. Như vậy, áp lực và căng thẳng của học sinh không chỉ tại nhà trường và còn từ phía gia đình, kết quả này có phần tương đồng với nghiên cứu của Cai-na, Li (2011) rằng các vấn đề sức khỏe tâm thần được dự đoán bởi xung đột và sự chú ý của cha mẹ [14].

2.3.2. Thực trạng mối quan hệ của học sinh với giáo viên

Bảng 3: Đặc điểm mối quan hệ giữa giáo viên và học sinh

	ĐTB	ĐLC	Mức độ	Xếp hạng
Thầy/cô giáo thấu hiểu những khó khăn của học sinh.	3,69	1,39	Tích cực	8
Thầy cô giáo và các nhân viên nhà trường thực sự quan tâm đến tương lai của học sinh.	3,87	1,31	Tích cực	6
Khi học sinh muốn nói chuyện, thầy cô luôn sẵn sàng lắng nghe.	4,03	1,26	Tích cực	4

Nói chuyện với thầy/cô giáo rất dễ dàng.	3,69	1,37	Tích cực	8
Học sinh và thầy cô giáo hòa thuận với nhau.	4,14	1,16	Tích cực	2
Thầy cô giáo ở trường sẽ giúp đỡ học sinh giải quyết các khó khăn.	4,29	1,07	Tích cực	1
Thầy cô giáo quan tâm đến học sinh.	4,08	1,17	Tích cực	3
Thầy cô giáo khiến học sinh cảm thấy hài lòng về bản thân.	3,87	1,28	Tích cực	6
Học sinh có thể nêu ý kiến trong lớp học.	3,95	1,25	Tích cực	5
Thành tích xuất sắc của học sinh trong học tập, văn nghệ, thể thao đều được công nhận.	3,49	1,33	Trung bình	10
Trung bình chung	3,9	1,33	Tích cực	

Nhìn chung, mối quan hệ với thầy cô giáo từ nhận định của học sinh ở mức độ tích cực ($M=3,9$; $SD=1,33$). Những biểu hiện trong mối quan hệ về sự thấu hiểu, sự quan tâm, lắng nghe, trò chuyện, sự hòa thuận, giúp đỡ, hài lòng hay sự công nhận, tôn trọng ý kiến của giáo viên mà học sinh cảm nhận với điểm trung bình dao động từ 3,49 đến 4,29.

Trong đó, đánh giá về sự giúp đỡ của giáo viên có số điểm cao nhất ($M=4,29$; $SD=1,07$). Đặc điểm này có phần tương đồng với kết quả nghiên cứu trước đây của Boyu Li (2022) [3]. Có thể thấy, nhu cầu về sự giúp đỡ ở lứa tuổi này khá lớn, đòi hỏi ở người giáo viên cần có sự giúp đỡ kịp thời để giải quyết vấn đề ngay khi học sinh gặp khó khăn trong học tập, hoạt động tại nhà trường.

Xếp thứ hai là sự hòa thuận trong mối quan hệ với thầy cô giáo ($M=1,14$; $SD=1,16$). Trong thực tiễn giảng dạy, giáo viên và học sinh đã hình thành mối quan hệ tích cực với học sinh, một số giáo viên có kinh nghiệm thậm chí sẽ chủ động hòa hợp tốt với học sinh và cố tình thu hẹp khoảng cách (Li, B. 2022) [3]. Mối quan hệ hòa thuận với giáo viên có thể giúp học sinh cảm thấy thoải mái và tự tin để tham gia vào quá trình học tập, truyền đạt ý kiến, đặt câu hỏi, tăng cường sự tương tác và học tập tích cực trong lớp học.

Tiếp theo là sự quan tâm của giáo viên đến học ($M=4,08$; $SD=1,17$). Việc học sinh cảm nhận được thầy cô giáo luôn quan tâm đến mình là một tín hiệu tích cực trong mối quan hệ giáo viên – học sinh. Học sinh tiểu học bắt đầu có thêm những mối quan hệ mới trong môi trường trường học, chính vì vậy, nhận được sự quan tâm từ giáo viên sẽ giúp các em có cảm nhận rằng các em đang được ghi nhận và lắng nghe những điều mình làm, mình nói. Cũng do đó, khi sự quan tâm được học sinh đánh giá cao cũng kéo theo cảm nhận của học sinh về việc được lắng và có thể nêu ý kiến của mình cũng cao theo.

Tiếp theo, sự sẵn sàng lắng nghe của thầy cô giáo ($M=4,03$; $SD=1,26$), việc học sinh được nêu ý kiến trong lớp học ($M=3,95$; $SD=1,25$), thầy cô giáo quan tâm đến tương lai của các em ($M=3,87$; $SD=1,31$) và thầy cô khơi dậy sự hài lòng về bản thân ($M=3,87$; $SD=1,28$). Học sinh tiểu học có nhu cầu được chia sẻ, quan tâm và sự gắn kết với các mối quan hệ trong trường học, đặc biệt với thầy cô giáo. Cảm giác hài lòng khuyến khích học sinh tự tin vào hoạt động xã hội, tinh thần và việc học tập của mình (Boyu Li, 2022) [3]. Kết quả nghiên cứu cho thấy việc giúp học sinh nhận thức đúng đắn về bản thân và xây dựng sự hài lòng với bản thân cần được giáo viên quan tâm và chú trọng trong quá trình giáo dục. Bởi, khi học sinh có cơ hội thể hiện mình, biết được điểm mạnh để phát huy và điểm yếu để khắc phục, giáo viên bằng cách khuyến khích học sinh theo đuổi và phát triển những gì các em yêu thích, có năng khiếu sẽ giúp học sinh cảm thấy tự hào về bản thân và nhận ra giá trị cá nhân của mình.

Kết quả ở Bảng 3 cho thấy, học sinh đánh giá thầy cô thấu hiểu khó khăn của học sinh ở mức độ tích cực ($M=3,69$; $SD=1,39$) và thầy cô dễ gần ($M=3,69$; $SD=1,37$). Học sinh trong nhóm mẫu nghiên cứu cảm nhận thầy cô thấu hiểu các em và việc nói chuyện với thầy cô giáo khá dễ dàng. Đặc điểm này của mối quan hệ với thầy cô giáo có sự khác biệt so với lứa tuổi học sinh phổ thông - “Nhiều học sinh vẫn còn e dè trong quan hệ với thầy cô giáo chủ nhiệm, chưa dám thổ lộ, tâm sự và tìm lời khuyên của thầy cô giáo về những vấn đề riêng của mình.” (Lê Thị Ngọc Thúy, 2019) [11].

“Thành tích xuất sắc của học sinh trong học tập, văn nghệ, thể thao đều được công nhận” được học sinh đánh giá ở mức trung bình ($M=3,49$; $SD=1,33$). Điều này cho thấy, giáo viên tiểu học có thể quan tâm tới thành tích học tập hơn là các thành tích văn nghệ, thể thao. Việc chú trọng vào quá trình học tập và hoạt động của học sinh là rất cần thiết, song bên cạnh đó, giáo viên cũng cần có những sự khích lệ, cổ vũ dành cho các hoạt động khác trong nhà trường.

Chính vì vậy, nhu cầu được công nhận ở học sinh lứa tuổi tiểu học cần được giáo viên chú trọng hơn. Giải thích cho điều này, trong cuốn giáo trình Tâm lý học tiểu học (2008) đã chỉ ra rằng, học sinh tiểu học có đặc điểm về nhân cách xuất hiện nhu cầu mới liên quan đến cuộc sống nhà trường và hoạt động học tập, trong đó kể đến nhu cầu về sự hài lòng của người lớn (nhất là các thầy cô giáo và bố mẹ) [15]. Học sinh cần được khích lệ và động viên để có thể hoàn thành xuất sắc hơn những nhiệm vụ được giao. Không những thế, có được thành tựu khiến bản thân các em tự hào cũng là nguồn động lực không nhỏ để các em phấn đấu hơn mỗi ngày.

Như vậy, hầu hết các đặc điểm trong mối quan hệ với giáo viên được học sinh tiểu học đánh giá ở mức độ tích cực. Kết quả này đóng góp cho những nghiên cứu về mối quan hệ giữa giáo viên và học sinh tiểu học.

2.3.3. Mối quan hệ với giáo viên và căng thẳng tâm lý của học sinh tiểu học

Bảng 4: Tương quan giữa sức khỏe tinh thần của học sinh và các yếu tố liên quan

	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
(1) Căng thẳng tâm lý	-	-0.16*	-0.15*	-0.18**	-0.15*
(2) Mối quan hệ với giáo viên		-	0.16*	0.19**	0.15*
(3) Điểm kiểm tra Toán (cuối kì)			-	0.44**	-0.02
(4) Điểm kiểm tra tiếng Việt (cuối kì)				-	0.14
(5) Số lượng bài tập/ngày					-

Ghi chú: (*) Tương quan với mức ý nghĩa $p < 0,05$

(**) Tương quan với mức ý nghĩa $p < 0,01$

Bảng 4 trình bày tương quan của các biến số trong nghiên cứu vừa có tương quan thuận chiều, vừa có tương quan ngược chiều ở mức độ trung bình và yếu. Căng thẳng tâm lý có mối tương quan yếu và ngược chiều với tất cả các biến số trong nghiên cứu. Căng thẳng tâm lý với mối quan hệ với giáo viên ($r = -0,16$; $p < 0,05$), với điểm kiểm tra Toán ($r = -0,15$; $p < 0,05$), với điểm kiểm tra tiếng Việt ($r = -0,18$; $p < 0,01$) và với số lượng bài tập/ngày ($r = -0,15$; $p < 0,05$).

Mối quan hệ tích cực với giáo viên có tương quan yếu và thuận chiều với các biến số về điểm kiểm tra Toán ($r = 0,16$; $p < 0,05$), với điểm kiểm tra tiếng Việt ($r = 0,19$; $p < 0,01$) và với số lượng bài tập về nhà/ngày ($r = 0,15$; $p < 0,05$). Số liệu của kết quả cho thấy rằng, mối quan hệ tích cực với thầy cô giáo tăng cho thấy mức độ căng thẳng tâm lý của học sinh càng giảm. Kết quả này tương đồng với nghiên cứu trước đây của Boyu Li (2022) [3].

Bên cạnh đó, điểm học tập và số lượng bài tập về nhà cũng có ảnh hưởng nhất định tới căng thẳng tâm lý của học sinh với tương quan ngược chiều. Đồng nghĩa rằng, khi điểm kiểm tra (cụ thể trong nghiên cứu là khảo sát điểm của 2 môn học Toán và tiếng Việt) càng cao thì mức độ căng thẳng của học sinh càng giảm. Nhận định rằng, ngoài ảnh hưởng từ mối quan hệ với giáo viên như đã phân tích ở trên, căng thẳng tâm lý của học sinh tiểu học còn được xác định là từ áp lực học tập.

Như vậy, kết quả nghiên cứu cho thấy mối liên quan giữa mối quan hệ giáo viên – học sinh với sức khỏe tinh thần của học sinh tiểu học dẫn tới những nhận định nghiêng về việc cần quan tâm tới mối quan hệ này để sức khỏe tinh thần của các em thay đổi tích cực hơn. Theo kết quả ở Bảng 2, tỉ lệ học sinh có căng thẳng tâm lý là tương đối cao

(nghiêm trọng: 14,6% và rất nghiêm trọng 1,9%). Mỗi quan hệ tích cực với thầy cô giáo có tương quan nghịch chiều với căng thẳng tâm lý ở học sinh tiểu học (Bảng 4).

Trong thực tiễn, một mối quan hệ thân thiết và gần gũi với giáo viên là điều kiện để chúng ta thấy học sinh trong giai đoạn tiểu học trở nên tích cực hơn. Học sinh có thể thoải mái nói lên suy nghĩ, phát biểu ý kiến, trò chuyện và hứng thú với lớp học khi giáo viên giống như một người bạn đồng hành của chúng. Trái lại, sự mâu thuẫn và xung đột, khó chịu giữa mối quan hệ này có thể để lại tâm lý sợ hãi, lo âu, căng thẳng ở học sinh. Tương quan nghịch mang cái nhìn “đòn bẩy” khi đề cập kết quả trong nghiên cứu này rằng: mối quan hệ tích cực với giáo viên có thể làm giảm nguy cơ gây căng thẳng tâm lý ở học sinh tiểu học.

3. KẾT LUẬN

Kết quả của nghiên cứu cho thấy, tỉ lệ học sinh có mức độ căng thẳng tâm lý là 16,5% từ nghiêm trọng đến rất nghiêm trọng. Mối quan hệ giữa thầy cô giáo với học sinh ở mức độ tích cực ($M=3,9$). Mối quan hệ với thầy cô giáo có ảnh hưởng tới sức khỏe tinh thần của học sinh. Khi mối quan hệ đó là tích cực, đồng nghĩa rằng mức độ căng thẳng tâm lý ở học sinh sẽ có xu hướng giảm. Cụ thể, người giáo viên dành cho học sinh sự quan tâm, thấu hiểu học sinh hơn, tạo môi trường cởi mở để học sinh dễ dàng chia sẻ hay công nhận thành tích mà học sinh đạt được sẽ giúp các em có tinh thần thoải mái và tự tin hơn về bản thân mình. Như vậy, mối quan hệ với thầy cô giáo có sự tác động nhất định đến sức khỏe tinh thần của học sinh tiểu học.

Lời cảm ơn: Nghiên cứu này được tài trợ từ nguồn kinh phí Khoa học Công nghệ của Trường Đại học Sư phạm Hà Nội 2 cho đề tài Khoa học, mã số: HPU2.2023-UT-22

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. 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*, UNICEF Việt Nam, Hà Nội, truy cập ngày 15-10-2024, tại trang web <https://www.unicef.org/vietnam/vi/báo-cáo/nghiên-cứu-về-sức-khỏe-tâm-thần-và-sự-phát-triển-toàn-diện-của-trẻ-vị-thành-niên>.
2. Đặng Hoàng Minh và các cộng sự. (2022), "Năng lực cảm xúc xã hội và mối quan hệ với sức khỏe tâm thần của trẻ em ở lứa tuổi tiểu học", *Tâm lý học*. 03.
3. Li, Boyu (2022), *The influence of teacher-student relationship on anxiety and depression in children*, Journal of Education, Humanities and Social Sciences, 3, tr. 232-238.

4. Khangura, Roopan (2019), *What are the perceptions of teachers in India regarding positive teacher-student relationships as a protective factor for the mental health of students?*, Faculty of Education, Vancouver Island University.
5. Maldonado-Carreño, C. và Votruba-Drzal, E. (2011), *Teacher-child relationships and the development of academic and behavioral skills during elementary school: a within- and between-child analysis*, Child Dev. 82(2), tr. 601-16.
6. Miller-Lewis, Lauren R. và các cộng sự. (2014), *Student-teacher relationship trajectories and mental health problems in young children*, BMC Psychology, 2(1), tr. 27.
7. Nguyễn Thị Hoa Mỹ (2024), *Sức khỏe tâm thần của học sinh: nghiên cứu tại một trường trung học phổ thông ở thành phố Hà Nội*, Tạp Chí Giáo dục, 24(6).
8. Le Thi Hien, Bui Phuong Thao (2023), *Mental Health Problems in High School Students and Their Information Channels - A Cross Sectional Study in Bac Giang, Can Tho and Da Nang*, VNU Journal of Social Sciences and Humanities, Vol 9, No 2 (2023).
9. Đào Thị Tuyết (2014), *Thực trạng sức khỏe tâm thần và một số yếu tố liên quan của học sinh trường trung học cơ sở Tam Khương, Đống Đa, Hà Nội năm 2014*, Kỷ yếu các đề tài nghiên cứu khoa học của hệ truyền thông giáo dục sức khỏe năm 2014, tr. 201-220.
10. Trần Bá Hoàn (2006), *Vấn đề giáo viên : Những nghiên cứu lí luận và thực tiễn*, Đại học sư phạm, Hà Nội, 390.
11. Lê Thị Ngọc Thúy (2019), *Mối quan hệ giữa giáo viên với học sinh và tác động của nó đến sức khỏe tinh thần của học sinh trung học phổ thông*, Tạp chí Tâm lý học, 10(247), tr. 77-87.
12. Nguyễn Thị Minh Sao (2015), *Tình trạng bạo lực của giáo viên đối với học sinh: một phân tích xã hội học*, Tạp chí Xã hội học, 4(132), tr. 122-129.
13. Lovibond, S. H., Lovibond, Peter F. và Psychology Foundation of, Australia (1995), *Manual for the depression anxiety stress scales*, 2nd ed, Psychology Foundation monograph, Psychology Foundation of Australia, Sydney, N.S.W.
14. Cai-na, Li (2011), *Relationship Between Mental Health and Family Function, Teacher-Student Relations and Five-Factor Personality of Adolescents*, Chinese journal of clinical psychology.
15. Bùi Văn Huệ, Phan Thị Hạnh Mai, Nguyễn Xuân Thúc (2018), *Giáo trình Tâm lí học tiểu học*, NXB Đại học Sư phạm, Hà Nội.

RELATIONSHIP WITH TEACHERS AND PSYCHOLOGICAL STRESS OF STUDENTS: A STUDY AT THE PRIMARY SCHOOL IN DONG ANH DISTRICT, HANOI CITY

*Le Thanh Ha, Bui Huong Nhai, Nguyen Van Thuong,
Tran Thi Loan, Nguyen Thi Vui*

Abstract: *The purpose of the study is to clarify the influence of relationships with teachers and psychological stress of primary school students. This is a cross-sectional study with a sample of 212 elementary school students at a primary school in Dong Anh district, Hanoi city (grade 3: 49.1%; grade 4: 51.9%). We used 7 items measuring psychological stress in the DASS21 scale (Cronbach alpha: 0.67) and 10 items measuring the relationship between teachers and students (Cronbach alpha: 0.84). Research results showed that the rate of students with psychological stress was 16.5% and students self-reported their relationship with teachers at a positive level ($M=3.9$; $SD=1.33$). Positive relationships with teachers are a factor in preventing psychological stress in primary school students ($r = -0.16$, $p<0.05$).*

Keywords: *Psychological stress, relationships between teachers and students, primary school students*

(Ngày Tòa soạn nhận được bài: 28-8-2024; ngày phản biện đánh giá: 13-9-2024; ngày chấp nhận đăng: 24-10-2024)