



DOI: <https://doi.org/10.52714/dthu.sch.2595.1845>

XÂY DỰNG CẨM NANG SONG NGỮ TÍCH HỢP CÔNG NGHỆ NHẪM HỖ TRỢ SỨC KHỎE TÂM THẦN CHO HỌC SINH DÂN TỘC KHMER CẤP TRUNG HỌC PHỔ THÔNG

Phó Đăng Khoa*, Nguyễn Thị Bích Ngân và Lê Anh Thư

Trường Trung học phổ thông Sơn Cang, Vĩnh Long, Việt Nam

*Tác giả liên hệ, Email: phodangkhoa.hcmue@gmail.com

Lịch sử bài báo

Ngày nhận: 21/7/2025; Ngày nhận chỉnh sửa: 27/9/2025; Ngày duyệt đăng: 22/12/2025

Tóm tắt

Sức khỏe tâm thần học đường đang là một lĩnh vực được quan tâm trong giáo dục phổ thông, đặc biệt với nhóm học sinh dân tộc thiểu số - đối tượng thường chịu tác động kép từ áp lực học tập và rào cản ngôn ngữ, văn hóa. Trong bối cảnh đó, nghiên cứu này được thực hiện nhằm xây dựng một cẩm nang song ngữ (Việt - Khmer) tích hợp công nghệ, với mục tiêu hỗ trợ học sinh dân tộc Khmer cấp trung học phổ thông nâng cao nhận thức, kỹ năng và thái độ tích cực trong chăm sóc sức khỏe tâm thần. Cẩm nang được thiết kế trên nền tảng sự phạm tích hợp, ứng dụng các công cụ số như mã QR, biểu mẫu và nền tảng tương tác để tăng tính tiếp cận và phù hợp với đặc điểm tâm lý lứa tuổi. Nghiên cứu sử dụng phương pháp phỏng vấn, khảo sát nhu cầu thực tiễn, kết hợp với đánh giá phản hồi sau thử nghiệm trong môi trường học đường. Kết quả cho thấy cẩm nang góp phần tích cực trong truyền thông giáo dục sức khỏe tâm thần, đồng thời mở ra hướng phát triển tài liệu giáo dục bản địa hóa, ứng dụng công nghệ, lấy người học làm trung tâm trong bối cảnh giáo dục đa văn hóa.

Từ khóa: Giáo dục sức khỏe tâm thần, giáo dục thích ứng văn hóa, tài liệu song ngữ.

Trích dẫn: Phó, Đ. K., Nguyễn, T. B. N., & Lê, A. T. (2026). Xây dựng cẩm nang song ngữ tích hợp công nghệ nhằm hỗ trợ sức khỏe tâm thần cho học sinh dân tộc Khmer cấp trung học phổ thông. *Tap chí Khoa học Đại học Đồng Tháp, Online First*, 1-13. <https://doi.org/10.52714/dthu.sch.2595.1845>

Copyright © 2025 The author(s). This work is licensed under a CC BY-NC 4.0 License.

DEVELOPING A TECHNOLOGY-INTEGRATED BILINGUAL HANDBOOK TO PROMOTE MENTAL HEALTH AMONG KHMER ETHNIC MINORITY HIGH SCHOOL STUDENTS

Pho Dang Khoa^{*}, Nguyen Thi Bich Ngan, and Le Anh Thu

Son Cang High School, Vinh Long, Vietnam

**Corresponding author, Email: phodangkhoa.hcmue@gmail.com*

Article history

Received: 21/7/2025; Received in revised form: 27/9/2025; Accepted: 22/12/2025

Abstract

School-based mental health has become an increasingly important area in general education, particularly among ethnic minority students. These students appear to often face dual challenges from academic pressure and cultural-linguistic barriers. Thus, the present study aims to develop a bilingual (Vietnamese–Khmer) technology-integrated handbook to support mental health among Khmer ethnic minority students at the upper secondary level. The handbook is designed based on an integrated pedagogical approach, incorporating digital tools such as QR codes, interactive forms, and online platforms. This approach helps enhance accessibility and engagement aligned with adolescent psychological characteristics. The research employs a needs-based survey method combined with feedback evaluation after pilot implementation in the school setting. Results indicate that the handbook contributes positively to mental health education and communication while also offering a potential model for developing culturally responsive, learner-centered, and technology-enhanced educational resources in multicultural school environments.

Keywords: *Mental health education, bilingual resources, culturally responsive pedagogy.*

1. Đặt vấn đề

Giáo dục hiện đại không chỉ hướng đến việc trang bị tri thức mà còn đóng vai trò then chốt trong việc hình thành nhân cách và phát triển toàn diện con người, bao gồm cả thể chất, tinh thần và cảm xúc. Trong đó, sức khỏe tâm thần ngày càng được nhìn nhận như một thành tố nền tảng để học sinh (HS) có thể học tập hiệu quả, ứng xử lành mạnh và phát triển bền vững. Đối với HS trung học phổ thông, đặc biệt là HS dân tộc Khmer, các vấn đề liên quan đến tâm lý học đường như lo âu, áp lực học tập, tự ti hay khó khăn trong hòa nhập văn hóa không chỉ ảnh hưởng đến kết quả học tập mà còn cản trở quá trình phát triển cá nhân và hội nhập xã hội.

Trong thực tế giáo dục phổ thông, dù đã có những tài liệu nghiên cứu về chăm sóc sức khỏe tâm thần như: *Tâm lý học lứa tuổi và Tâm lý học sư phạm* (Lê & cs., 1999), *Tâm lý học Giáo dục* (Nguyễn & cs., 2008), *Thực trạng nguy cơ stress, lo âu, trầm cảm của HS trung học phổ thông huyện Yên Định, tỉnh Thanh Hóa* (Nguyễn & cs., 2022), *Tài liệu truyền thông về sức khỏe tâm thần của HS phổ thông* (Bộ Giáo dục và Đào tạo, 2023),... Tuy nhiên, nội dung giáo dục sức khỏe tâm thần vẫn còn rời rạc, chưa được tích hợp hiệu quả trong chương trình học hoặc các hoạt động giáo dục toàn diện. Mặt khác, HS dân tộc Khmer với đặc thù ngôn ngữ và văn hóa riêng, lại càng khó tiếp cận các tài liệu giáo dục chính thống vốn thiên về đơn ngữ và lý thuyết. Bên cạnh đó, hình thức trình bày truyền thông thường thiếu tương tác, chưa phù hợp với nhu cầu tiếp nhận thông tin của HS trong thời đại công nghệ. Điều này đặt ra yêu cầu cấp thiết đối với việc phát triển các sản phẩm giáo dục chuyên biệt, đảm bảo vừa thân thiện với người học, vừa tích hợp công nghệ để nâng cao tính tiếp cận, hiệu quả và sự chủ động của HS trong hành trình giáo dục sức khỏe tinh thần.

Xuất phát từ nhu cầu đó, nghiên cứu này hướng đến việc khảo sát thực trạng nhận thức, nhu cầu và rào cản của HS dân tộc Khmer trong tiếp cận thông tin và dịch vụ hỗ trợ sức khỏe tâm thần tại trường trung học phổ thông, đồng thời nhận diện các yếu tố văn hóa, ngôn ngữ ảnh hưởng đến hiệu quả truyền thông giáo dục. Trên cơ sở đó, nhóm nghiên cứu xây dựng và thử nghiệm một cẩm nang song ngữ Việt - Khmer về chăm sóc sức khỏe tâm thần, tích hợp công nghệ số nhằm nâng cao khả năng tiếp cận và ứng dụng trong môi trường học đường. Kết quả nghiên cứu góp phần đề xuất hướng phát triển học liệu giáo dục sức khỏe tâm thần mang tính bản địa hóa, hỗ trợ xây dựng trường học an toàn, hạnh phúc và thân thiện với HS dân tộc thiểu số trong bối cảnh chuyển đổi số giáo dục.

2. Tổng quan nghiên cứu

2.1. Vấn đề sức khỏe tâm thần ở lứa tuổi trung học phổ thông

Sức khỏe tâm thần là một thành tố không thể tách rời của sức khỏe toàn diện, được định nghĩa bởi Tổ chức Y tế Thế giới (World Health Organization, 2022) là trạng thái mà trong đó mỗi cá nhân nhận thức được tiềm năng của bản thân, có thể đối phó với những áp lực trong cuộc sống, làm việc hiệu quả và đóng góp cho cộng đồng. Khái niệm này vượt khỏi phạm vi bệnh lý, bao hàm cả khía cạnh phòng ngừa, phát triển năng lực cảm xúc – xã hội và năng lực thích ứng.

Trong môi trường giáo dục, đặc biệt ở cấp trung học phổ thông, sức khỏe tâm thần đóng vai trò nền tảng trong quá trình hình thành nhân cách, thái độ học tập, khả năng tương tác xã hội và hoạch định tương lai của HS. Tuy nhiên, theo báo cáo Điều tra quốc gia về vị thành niên và thanh niên Việt Nam (SAVY 2) (Bộ Y tế, Tổng cục Thống kê, Tổ chức Y tế Thế giới (WHO), Quỹ Nhi đồng Liên Hợp Quốc (UNICEF), 2010) và Viện Xã hội học, Đại học Queensland, Trường Y tế Công cộng Bloomberg - Đại học Johns Hopkins (2022) sự ảnh hưởng của sức khỏe tâm thần và rối loạn cảm xúc học đường hiện nay đang là một trong những nguyên nhân quan trọng tác động tới sự phát triển của trẻ vị thành niên trong học đường. Kết quả cho thấy, 73.1% trẻ vị thành niên và thanh niên trong độ tuổi từ 14-25 từng cảm thấy buồn,

27,6% cảm thấy buồn hoặc bất lực tới mức không thể thực hiện các hoạt động bình thường và 21,3% cảm thấy mất niềm tin vào tương lai (Bùi & cs., 2019), không có sự khác biệt về tỉ lệ mắc giữa nam và nữ hoặc giữa nhóm vị thành niên trẻ hơn (10-13 tuổi) và nhóm lớn hơn (14-17 tuổi).

Những đặc điểm tâm lý nổi bật ở HS trung học phổ thông như nhu cầu được khẳng định bản thân, áp lực từ kỳ vọng học tập, các mối quan hệ bạn bè - gia đình, cùng sự biến động nội tiết tố ở tuổi dậy thì là các yếu tố dễ dẫn đến tổn thương tinh thần nếu thiếu kỹ năng thích ứng. Ngoài ra, trong thời đại công nghệ số và truyền thông mạng xã hội phát triển, HS ngày càng dễ tiếp xúc với thông tin tiêu cực, so sánh bản thân và đối diện với các hình thức bắt nạt tinh thần trực tuyến (cyberbullying), từ đó làm gia tăng nguy cơ khủng hoảng tâm lý.

Lý thuyết về sự phát triển tâm lý vị thành niên (Erikson, 1968) cũng chỉ ra rằng giai đoạn này là bước ngoặt trong việc hình thành bản sắc cá nhân. Nếu HS không vượt qua được những khủng hoảng hiện sinh và mâu thuẫn nội tại, các em sẽ dễ rơi vào trạng thái mơ hồ về giá trị bản thân, mất định hướng, lo âu, và hình thành các hành vi tự tổn thương.

2.2. Đặc điểm tâm lý học sinh Khmer và rào cản ngôn ngữ - văn hóa

HS dân tộc Khmer là nhóm HS thiểu số đặc thù với những nét tâm lý và văn hóa riêng biệt cần được nhận diện đúng mức trong các chương trình giáo dục, đặc biệt là tư vấn/ hỗ trợ tâm lý học đường. Nhiều nghiên cứu cho thấy, HS Khmer ở bậc trung học phổ thông thường có xu hướng hướng nội, thận trọng trong biểu đạt cảm xúc và chịu ảnh hưởng sâu sắc từ nền tảng văn hóa cộng đồng. Điều này dẫn đến việc các em thường ít chia sẻ cảm xúc tiêu cực hoặc chủ động tìm kiếm sự hỗ trợ khi gặp khó khăn về mặt tâm lý, một phần do thói quen sinh hoạt, một phần do ảnh hưởng của tư tưởng chịu đựng và sự rụt rè trong giao tiếp với người ngoài cộng đồng.

Về mặt ngôn ngữ, HS Khmer nói riêng và người dân tộc Khmer nói chung đều có thể sử dụng đồng thời hai hệ thống tiếng nói: tiếng Khmer trong sinh hoạt gia đình và cộng đồng, tiếng Việt trong môi trường học tập (Trường, 1993). Trong đó tiếng Khmer là phương tiện giao tiếp chính thức và tiêu chuẩn để đánh giá trình độ giáo lý, trình độ văn hóa của dân tộc Khmer. Vì vậy, trình độ tiếng Việt của HS dân tộc Khmer phụ thuộc vào mức độ các em tiếp xúc với tiếng Việt nhiều hay ít, sớm hay muộn và tùy vào năng lực trí tuệ, khả năng thích ứng của mỗi em (Mai, 2022), xét về khả năng tiếp nhận một số từ tiếng Việt, đặc biệt là các khái niệm mang tính trừu tượng như “cảm xúc”, “tự nhận thức”, “kiểm soát hành vi”, “rối loạn tâm thần” thì HS Khmer vẫn còn nhiều hạn chế. Trong khảo sát sơ bộ của nhóm nghiên cứu tại hai trường trung học phổ thông ở Vĩnh Long và Sóc Trăng, trong số 312 HS Khmer tham gia khảo sát có 65,3% HS thừa nhận gặp khó khăn trong việc hiểu các nội dung liên quan đến sức khỏe tâm thần nêu chỉ trình bày bằng tiếng Việt và 78,6% bày tỏ mong muốn có tài liệu song ngữ để dễ tiếp cận và học tập hiệu quả hơn.

Bên cạnh yếu tố ngôn ngữ, các đặc điểm văn hóa cũng góp phần tạo nên rào cản nhất định trong tiếp nhận nội dung giáo dục sức khỏe tâm thần. Cộng đồng Khmer đề cao giá trị cộng đồng, tính khiêm nhường và sự nhẫn nại, đó là những giá trị tốt đẹp, song có thể khiến HS ngại ngại khi nói về những tổn thương tâm lý cá nhân. Hơn nữa, vẫn tồn tại quan niệm cho rằng việc đề cập đến các vấn đề tâm thần là điều “nhạy cảm” hoặc “tự nhiên sẽ hết” khiến HS e ngại khi tiếp cận các hoạt động tư vấn hay đọc tài liệu có liên quan. Bên cạnh đó, hầu hết các tài liệu giáo dục tâm lý hiện nay được thiết kế chung cho đối tượng phổ thông, chưa có sự bản địa hóa phù hợp với hệ giá trị và biểu đạt của HS Khmer.

Từ thực tiễn trên, có thể thấy rằng rào cản ngôn ngữ – văn hóa không chỉ ảnh hưởng đến hiệu quả tiếp cận thông tin mà còn tác động trực tiếp đến nhận thức và thái độ của HS Khmer trong việc chăm sóc sức khỏe tinh thần. Đây chính là lý do nghiên cứu này lựa chọn

xây dựng một cảm nang song ngữ Việt - Khmer, sử dụng cách diễn đạt gần gũi, hình ảnh sinh động và tích hợp công nghệ để tăng khả năng tiếp cận và phù hợp với đặc điểm tâm lý lứa tuổi. Sự thấu hiểu đặc điểm văn hóa - ngôn ngữ của đối tượng không chỉ giúp tăng tính hiệu quả của học liệu mà còn thể hiện cam kết giáo dục toàn diện, lấy người học làm trung tâm trong môi trường đa văn hóa.

2.3. Học liệu bản địa hóa và ứng dụng công nghệ trong giáo dục tâm lý học đường

Theo The Oxford Modern English Dictionary, “bản địa hóa” là gây dựng hoặc tạo nên những đặc điểm của một nơi nhất định (Delahunty & Dignen, 1995), nói cách khác, “bản địa hóa” hay “địa phương hóa” là quá trình chuyển đổi những đối tượng mới mẻ, xa lạ trở nên mang đậm dấu ấn của địa phương tại nơi nó hiện hữu. Tương tự, học liệu bản địa hóa là tài liệu có những kiến thức mới nhưng được chuyển hóa cho phù hợp, gần gũi với phong cách và nhu cầu của con người bản địa. Trong lĩnh vực giáo dục tâm lý học đường, nhu cầu phát triển học liệu bản địa hóa đang ngày càng trở nên cấp thiết, đặc biệt đối với nhóm HS dân tộc thiểu số như HS Khmer. Có thể nói, việc tiếp nhận thông tin về sức khỏe tâm thần không chỉ phụ thuộc vào nội dung kiến thức mà còn chịu ảnh hưởng sâu sắc bởi yếu tố ngôn ngữ, văn hóa và phương thức truyền tải. Vì vậy học liệu được thiết kế phù hợp với đặc điểm ngôn ngữ – văn hóa của người học góp phần quan trọng trong nâng cao hiệu quả tiếp cận, tăng tính chủ động và giảm rào cản tâm lý trong tiếp nhận nội dung giáo dục. Ở Việt Nam, đa số tài liệu giáo dục sức khỏe tâm thần hiện hành được biên soạn bằng tiếng Việt và theo cấu trúc chuẩn hóa dành cho HS phổ thông nói chung. Điều này tồn tại hạn chế nhất định đối với HS Khmer - đối tượng có nền tảng ngôn ngữ mẹ đẻ khác biệt và được nuôi dưỡng trong không gian văn hóa đặc thù. Việc thiếu tài liệu tham khảo bằng tiếng dân tộc hoặc các sản phẩm giáo dục bản địa hóa khiến HS dân tộc thiểu số khó hình thành sự gắn kết cảm xúc với nội dung học tập, đặc biệt là trong các chủ đề nhạy cảm như cảm xúc, lo âu, trầm cảm hoặc tổn thương tâm lý.

Bên cạnh bản địa hóa nội dung, ứng dụng công nghệ số cũng đóng vai trò quan trọng trong nâng cao hiệu quả giáo dục sức khỏe tâm thần. Các nền tảng tương tác như mã QR, biểu mẫu Google Forms, bảng điện tử Padlet, ứng dụng trò chuyện ẩn danh,... cho phép HS tiếp cận thông tin một cách linh hoạt, cá nhân hóa và phù hợp với thói quen sử dụng thiết bị di động hiện nay. Báo cáo của UNICEF năm 2021 về can thiệp tâm lý học đường tại Đông Nam Á nhấn mạnh rằng hình thức hỗ trợ tinh thần qua công nghệ có khả năng xóa bỏ rào cản tâm lý, đồng thời tăng cường cảm giác an toàn và tự chủ cho HS (UNICEF East Asia & Pacific Regional Office, 2021).

Như vậy, việc kết hợp giữa học liệu bản địa hóa và công nghệ giáo dục không chỉ góp phần nâng cao năng lực tự chăm sóc sức khỏe tâm thần của HS Khmer mà còn phù hợp với định hướng giáo dục đa văn hóa, lấy người học làm trung tâm trong Chương trình giáo dục phổ thông 2018. Mô hình cảm nang song ngữ tích hợp công nghệ được đề xuất trong nghiên cứu này xuất phát từ nhu cầu thực tiễn và nền tảng lý luận vững chắc, hướng đến việc xây dựng một công cụ giáo dục tâm lý thiết thực, thân thiện và dễ tiếp cận với đối tượng HS dân tộc thiểu số.

4. Phương pháp nghiên cứu

Nghiên cứu được thực hiện theo hướng nghiên cứu phát triển ứng dụng nhằm thiết kế, xây dựng và thử nghiệm cảm nang song ngữ (Việt – Khmer) tích hợp công nghệ phục vụ mục tiêu hỗ trợ sức khỏe tâm thần cho HS dân tộc Khmer cấp trung học phổ thông. Tính chất đặc thù của đối tượng và mục tiêu nghiên cứu đòi hỏi sự kết hợp linh hoạt giữa phương pháp định tính và định lượng, từ đó vừa đảm bảo hiểu sâu thực tiễn, vừa có thể lượng hóa mức độ hiệu quả của sản phẩm sau thử nghiệm.

Quá trình nghiên cứu được triển khai qua ba giai đoạn chính:

Ở giai đoạn đầu, mục tiêu là xác định thực trạng nhận thức, hành vi và nhu cầu của HS Khmer trong việc tiếp cận thông tin, dịch vụ hỗ trợ sức khỏe tâm thần. Dữ liệu được thu thập bằng hai công cụ chính: Phỏng vấn bán cấu trúc với HS, giáo viên chủ nhiệm và cán bộ quản lý để thu thập thông tin sâu về nhận thức, rào cản, mong muốn và đặc điểm tiếp cận tài liệu học tập của HS Khmer; Bảng hỏi khảo sát định lượng gồm các câu hỏi dạng Likert nhằm lượng hóa mức độ quan tâm, thái độ và hành vi tự chăm sóc sức khỏe tâm thần, cũng như nhu cầu tiếp cận học liệu thân thiện và tích hợp công nghệ.

Trên cơ sở phân tích dữ liệu khảo sát, nhóm nghiên cứu tiến hành xây dựng cẩm nang với cấu trúc rõ ràng, nội dung khoa học và ngôn ngữ song ngữ Việt – Khmer. Nội dung cẩm nang được tổ chức thành ba phần: kiến thức nền tảng về sức khỏe tâm thần, nhận diện một số rối loạn phổ biến ở lứa tuổi học đường và các kênh hỗ trợ thiết thực. Hình thức trình bày được thiết kế gần gũi, sinh động, tích hợp các công cụ công nghệ như mã QR, Google Forms và nền tảng tương tác Padlet nhằm tăng cường tính kết nối, thuận tiện và cá nhân hóa trải nghiệm của HS.

Sau quá trình xây dựng, cẩm nang được thẩm định bởi các chuyên gia, người có uy tín tại địa phương về nội dung chuyên môn và phần dịch tiếng Khmer, sau đó triển khai thử nghiệm tại một trường trung học phổ thông có đông HS Khmer tại tỉnh Vĩnh Long. Tiêu chí chọn mẫu bao gồm: HS thuộc dân tộc Khmer, đang theo học tại khối lớp 10 hoặc 11, có khả năng sử dụng thiết bị thông minh và đồng ý tham gia nghiên cứu với sự đồng thuận của phụ huynh. Trong giai đoạn này, nhóm nghiên cứu sử dụng các phương pháp: Quan sát thực địa để ghi nhận cách thức HS tiếp cận và sử dụng cẩm nang; Phản hồi mở thu thập qua Google Form và Padlet nhằm đánh giá trải nghiệm người dùng; Bảng hỏi sau thử nghiệm để đo lường mức độ thay đổi nhận thức, thái độ và mức độ hài lòng về cẩm nang.

Dữ liệu định lượng được xử lý bằng phương pháp thống kê mô tả, trong khi dữ liệu định tính được phân tích nội dung theo chủ đề. Cách tiếp cận đa phương pháp này giúp đảm bảo tính khách quan và độ tin cậy trong đánh giá hiệu quả bước đầu của sản phẩm, đồng thời cung cấp cơ sở thực tiễn cho việc hoàn thiện và nhân rộng cẩm nang trong tương lai.

5. Kết quả và thảo luận

5.1. Kết quả khảo sát thực trạng về sức khỏe tâm thần của học sinh dân tộc Khmer

5.1.1. Thực trạng sức khỏe tâm thần của học sinh trung học phổ thông người dân tộc Khmer

Nhằm đánh giá thực trạng sức khỏe tâm thần của HS Khmer tại một số trường trung học phổ thông ở khu vực Tây Nam Bộ, nhóm nghiên cứu đã tiến hành khảo sát 312 HS đến từ ba trường có tỉ lệ HS Khmer chiếm trên 40%. Phiếu khảo sát được thiết kế trên nền tảng Google Forms, gồm 20 câu hỏi thuộc các nhóm nội dung: nhận thức về sức khỏe tâm thần, biểu hiện cảm xúc tiêu cực, nhu cầu hỗ trợ, và mức độ tiếp cận thông tin chăm sóc tâm lý. Kết quả khảo sát cho thấy có đến 61,5% HS từng cảm thấy lo âu hoặc buồn bã kéo dài nhưng không biết cách gọi tên tình trạng này; 48,7% thừa nhận từng có thời gian mất ngủ hoặc suy nghĩ tiêu cực ảnh hưởng đến học tập. Đáng chú ý, chỉ 13,2% HS cho biết đã từng chia sẻ vấn đề tâm lý với giáo viên hoặc người lớn trong trường học. Khi được hỏi về kênh tiếp cận thông tin hỗ trợ tâm lý, hơn 70% HS lựa chọn “không rõ” hoặc “chưa từng nghe đến”. Một số HS trong phần trả lời mở chia sẻ: “Em hay bị mệt mỏi, lo lắng, nhưng ngại nói vì sợ bị nghĩ là yếu đuối” hoặc “Ở nhà em không biết nói với ai, ở trường cũng không thấy có ai nói về mấy chuyện tâm lý”. Những phản hồi này cho thấy rõ một khoảng trống trong việc truyền thông và hỗ trợ sức khỏe tâm thần học đường, đặc biệt với đối tượng HS Khmer vừa chịu tác động của áp lực học đường, vừa gặp khó khăn trong giao tiếp do rào cản ngôn ngữ và khoảng cách văn hóa.

Từ thực trạng trên, có thể thấy việc xây dựng một tài liệu hỗ trợ sức khỏe tâm thần dành riêng cho HS Khmer là cần thiết và mang tính khả thi. Tài liệu này không chỉ đóng vai trò phổ biến kiến thức tâm lý theo cách gần gũi và dễ hiểu mà còn tạo môi trường thân thiện, giúp HS cảm thấy được đồng hành và thấu hiểu. Cẩm nang song ngữ tích hợp công nghệ chính là giải pháp thiết thực để thu hẹp khoảng cách thông tin, nâng cao nhận thức và hỗ trợ kịp thời cho HS trong hành trình chăm sóc sức khỏe tinh thần của bản thân.

5.1.2. Nhận thức của học sinh trung học phổ thông dân tộc Khmer về sức khỏe tâm thần

Kết quả khảo sát 312 HS dân tộc Khmer tại ba trường trung học phổ thông thuộc hai tỉnh Trà Vinh và Sóc Trăng cho thấy mức độ nhận thức về sức khỏe tâm thần của HS còn nhiều hạn chế. Bộ công cụ khảo sát được thiết kế dựa trên thang đo đánh giá hiểu biết về sức khỏe tâm thần (Mental Health Literacy Scale – MHLS, O'Connor & Casey, 2015), được điều chỉnh cho phù hợp với bối cảnh học đường Việt Nam và đặc thù đối tượng HS Khmer. Ba nhóm nội dung được khảo sát bao gồm: (1) hiểu biết khái niệm, (2) nhận diện dấu hiệu rối loạn tâm thần và (3) nhận thức về các nguồn hỗ trợ. Kết quả khảo sát cho thấy:

Bảng 1. Kết quả khảo sát nhận thức về sức khỏe tâm thần của học sinh Khmer

Nội dung khảo sát	Tỉ lệ HS trả lời đúng (%)
Hiểu đúng khái niệm sức khỏe tâm thần toàn diện	12,4
Phân biệt trạng thái buồn bã thông thường và trầm cảm	18,3
Nhận diện dấu hiệu phổ biến của lo âu học đường	27,8
Nhận biết đúng người có thể hỗ trợ tâm lý trong trường	33,6
Biết cách tiếp cận nguồn thông tin hỗ trợ tâm lý phù hợp	21,5

Nhìn chung, dưới 35% HS trả lời đúng ở tất cả các nội dung khảo sát. So với kết quả nghiên cứu của UNICEF năm 2021, tỉ lệ HS trung học có nhận thức cơ bản về sức khỏe tâm thần đạt khoảng 48,2% (UNICEF East Asia & Pacific Regional Office, 2021), thì mức độ hiểu biết của HS Khmer trong khảo sát này thấp hơn rõ rệt. Điều này phần nào phản ánh khoảng cách trong tiếp cận thông tin và tài liệu giáo dục tâm lý học đường do ảnh hưởng của yếu tố ngôn ngữ và văn hóa. Thực tế này cho thấy sự cần thiết của việc thiết kế tài liệu có tính bản địa hóa, sử dụng song ngữ (Việt – Khmer) để đảm bảo tính dễ tiếp cận và phù hợp với đặc điểm của người học. Cẩm nang được xây dựng trong nghiên cứu này nhằm đáp ứng trực tiếp nhu cầu đó, giúp HS Khmer cải thiện hiểu biết cơ bản về sức khỏe tâm thần, từ đó nâng cao khả năng nhận diện, phòng ngừa và tìm kiếm sự hỗ trợ một cách chủ động.

5.1.3. Tỉ lệ biểu hiện rối loạn tâm lý ở học sinh dân tộc Khmer

Bên cạnh mức độ nhận thức còn hạn chế, khảo sát cũng ghi nhận một tỉ lệ đáng kể HS Khmer xuất hiện các biểu hiện liên quan đến rối loạn tâm lý học đường. Các nội dung khảo sát được xây dựng dựa trên nhóm triệu chứng phổ biến trong các rối loạn như trầm cảm, lo âu, stress học đường (American Psychiatric Association, 2013), với cách diễn đạt đơn giản, phù hợp với lứa tuổi HS trung học. Bảng sau trình bày kết quả tổng hợp từ 312 phiếu khảo sát hợp lệ:

Bảng 2. Tỉ lệ biểu hiện rối loạn tâm lý ở học sinh dân tộc Khmer

Biểu hiện tâm lý	Tỉ lệ HS từng gặp phải (% tổng số)
Thường xuyên cảm thấy buồn bã, không có động lực trong thời gian từ 2 tuần trở lên	61,5%

Biểu hiện tâm lý	Tỉ lệ HS từng gặp phải (% tổng số)
Thường lo lắng quá mức về kết quả học tập, kiểm tra	58,7
Có cảm giác bản thân kém cỏi, tự ti, không muốn giao tiếp với người khác	42,3
Mất ngủ hoặc ngủ không ngon do lo nghĩ	38,6
Có lúc muốn từ bỏ hoặc cảm thấy cuộc sống vô nghĩa	15,4
Không biết chia sẻ với ai khi gặp vấn đề tâm lý	49,8

Dữ liệu khảo sát cho thấy một tỉ lệ đáng kể HS Khmer có biểu hiện liên quan đến các rối loạn tâm lý học đường. Cụ thể, có đến 61,5% HS cho biết từng trải qua trạng thái buồn bã, không có động lực kéo dài từ hai tuần trở lên - đây là một trong những tiêu chí phổ biến để sàng lọc trầm cảm theo tiêu chuẩn DSM-5 (American Psychiatric Association, 2013). Đồng thời, 58,7% HS thường xuyên lo lắng quá mức về kết quả học tập, cho thấy mức độ căng thẳng và áp lực học đường ở nhóm đối tượng này là rất đáng lưu ý. Một yếu tố đáng quan tâm khác là 42,3% HS thừa nhận thường cảm thấy tự ti, kém cỏi và có xu hướng thu mình, không muốn giao tiếp. Đây là biểu hiện điển hình của cả lo âu xã hội lẫn sự suy giảm lòng tự trọng, ảnh hưởng trực tiếp đến sự phát triển tâm lý xã hội của HS vị thành niên. Tỉ lệ HS bị mất ngủ do lo nghĩ (38,6%) tiếp tục khẳng định mức độ ảnh hưởng tiêu cực của stress học đường đối với sức khỏe tâm thần nói chung. Đáng chú ý, có đến 15,4% HS từng có cảm giác muốn từ bỏ hoặc cho rằng cuộc sống trở nên vô nghĩa. Mặc dù không thể kết luận HS có ý định tự tử từ con số này, nhưng đây là dấu hiệu báo động cho thấy một bộ phận HS đang rơi vào trạng thái tâm lý nguy hiểm, cần được quan tâm và hỗ trợ kịp thời. Đặc biệt, gần một nửa số HS (49,8%) cho biết không biết chia sẻ với ai khi gặp vấn đề tâm lý. Điều này cho thấy sự thiếu hụt hệ thống hỗ trợ tâm lý học đường hiệu quả và phù hợp về ngôn ngữ, văn hóa với HS dân tộc thiểu số. Trong bối cảnh đó, việc cung cấp một tài liệu giáo dục tâm lý học đường có tính bản địa hóa, sử dụng song ngữ Việt - Khmer, đồng thời tích hợp các công cụ công nghệ nhằm hỗ trợ tiếp cận thông tin và hỗ trợ tinh thần, là thực sự cấp thiết.

Như vậy, các kết quả khảo sát đã làm rõ vấn đề trung tâm mà nghiên cứu này đặt ra, đồng thời khẳng định tính cấp thiết và thực tiễn của việc thiết kế một cẩm nang hỗ trợ sức khỏe tâm thần phù hợp với đặc điểm của HS dân tộc Khmer cấp trung học phổ thông.

5.1.4. Rào cản tiếp cận thông tin hỗ trợ

Bên cạnh sự hạn chế trong nhận thức và biểu hiện rối loạn tâm lý, khảo sát còn cho thấy HS Khmer cấp trung học phổ thông gặp nhiều rào cản trong việc tiếp cận thông tin và các dịch vụ hỗ trợ về sức khỏe tâm thần. Các yếu tố này bao gồm rào cản ngôn ngữ, sự thiếu hụt tài liệu phù hợp với văn hóa, cảm giác e ngại khi chia sẻ và hạn chế trong ứng dụng công nghệ phục vụ chăm sóc sức khỏe tinh thần. Kết quả khảo sát cụ thể như sau:

Bảng 3. Kết quả khảo sát về rào cản tiếp cận thông tin hỗ trợ của học sinh dân tộc Khmer

Rào cản tiếp cận thông tin và hỗ trợ	Tỉ lệ HS gặp phải (%)
Không hiểu rõ nội dung tài liệu vì dùng từ chuyên môn, ngôn ngữ khó hiểu	46,2%
Ngại nói ra vì sợ bị người khác đánh giá là “yếu đuối”, “bất thường”	54,8%

Rào cản tiếp cận thông tin và hỗ trợ	Tỉ lệ HS gặp phải (%)
Không biết nơi nào có thể hỗ trợ hoặc hướng dẫn về tâm lý	40,7%
Không tự tin sử dụng nền tảng công nghệ để tìm kiếm hỗ trợ	35,6%
Chưa từng được giới thiệu về các kênh, ứng dụng, tổng đài hỗ trợ tâm lý	62,1%

Kết quả khảo sát chỉ ra rằng HS dân tộc Khmer cấp trung học phổ thông đang gặp phải nhiều rào cản đáng kể trong quá trình tiếp cận thông tin và các nguồn hỗ trợ về sức khỏe tâm thần. Trong đó, rào cản phổ biến nhất là việc chưa từng được giới thiệu hoặc tiếp cận các kênh hỗ trợ tâm lý đáng tin cậy, với tỉ lệ lên đến 62,1%. Điều này phản ánh rõ sự thiếu hụt hệ thống thông tin và tài liệu hỗ trợ tâm lý phù hợp được phổ biến đến HS, đặc biệt tại các khu vực có đông HS dân tộc thiểu số. Đồng thời, có tới 54,8% HS cho biết các em ngại chia sẻ về vấn đề tâm lý vì sợ bị đánh giá, kỳ thị, cho rằng nói ra cảm xúc buồn, lo lắng hay mất phương hướng sẽ bị người khác xem là “yếu đuối” hoặc “không bình thường”. Đây là biểu hiện phổ biến của sự kỳ thị nội tại và kỳ thị xã hội đối với sức khỏe tâm thần – một vấn đề được xác định là rào cản lớn trong các nghiên cứu toàn cầu về tâm lý học đường (World Health Organization, 2022). Bên cạnh đó, yếu tố ngôn ngữ tiếp tục là một rào cản quan trọng với 46,2% HS phản ánh khó hiểu nội dung các tài liệu giáo dục tâm lý học đường hiện hành do cách diễn đạt quá chuyên môn, phức tạp và không thân thiện với nhóm HS sử dụng tiếng mẹ đẻ là Khmer. Đây là minh chứng rõ ràng cho nhu cầu cấp thiết về việc bản địa hóa nội dung giáo dục tâm lý học đường, trong đó ngôn ngữ cần được điều chỉnh cho phù hợp với đặc điểm nhận thức và văn hóa của người học. Đáng lưu ý, 35,6% HS được khảo sát cho biết chưa sẵn sàng hoặc không tự tin trong việc sử dụng công nghệ để tìm kiếm thông tin hỗ trợ tâm lý. Điều này đặt ra yêu cầu rằng các sản phẩm tích hợp công nghệ, dù là mã QR, biểu mẫu, hay nền tảng tương tác phải được thiết kế với giao diện thân thiện, dễ sử dụng, có hướng dẫn cụ thể, đồng thời cần có sự hỗ trợ trực tiếp từ nhà trường trong quá trình triển khai.

Nhìn chung, các rào cản trên đã cho thấy một vấn đề đáng quan tâm trong hệ thống giáo dục tâm lý học đường dành cho HS dân tộc thiểu số. Việc xây dựng một cảm nang song ngữ tích hợp công nghệ không chỉ giúp xóa nhòa khoảng cách ngôn ngữ, mà còn mở ra hướng tiếp cận mới: thân thiện, gần gũi, phù hợp văn hóa và lấy HS làm trung tâm. Từ đó, cảm nang đóng vai trò như một công cụ hỗ trợ thiết thực trong truyền thông giáo dục sức khỏe tâm thần, hướng đến một môi trường học đường an toàn và tích cực.

5.2. Kết quả thực nghiệm cảm nang

5.2.1. Thiết kế cảm nang phù hợp tâm lý và văn hóa của học sinh Khmer

Dựa trên những kết quả khảo sát, nhóm nghiên cứu xác định rõ nhu cầu cấp thiết trong việc cung cấp tài liệu giáo dục sức khỏe tâm thần dành riêng cho HS dân tộc Khmer, với đặc điểm bản địa hóa cao về ngôn ngữ, hình thức truyền tải thân thiện và ứng dụng công nghệ phù hợp với lứa tuổi trung học phổ thông. Trên cơ sở đó, nhóm thực hiện đã tiến hành thiết kế cảm nang song ngữ Việt - Khmer tích hợp công nghệ với ba nội dung chính:

- Chương I: Hiểu về Thương (យល់ដឹងអំពីស្រឡាញ់), giới thiệu khái niệm, vai trò, yếu tố ảnh hưởng đến sức khỏe tâm thần bằng ngôn ngữ gần gũi, minh họa sinh động, kết hợp hình ảnh và sơ đồ dễ tiếp cận.

- Chương II: Khi tâm hồn lên tiếng (នៅពេលដែលអារម្មណ៍ចេះនិយាយ), trình bày các dạng rối loạn phổ biến (trầm cảm, lo âu, rối loạn ám sợ, ám ảnh cưỡng chế, rối loạn hành vi,...) dưới dạng câu chuyện, ví dụ tình huống thực tế, có phần giải thích dễ hiểu, bảng so sánh nhận

diện và lời khuyên đơn giản.

- Chương III: Bước tới ánh sáng (ឈានទៅរកពន្លឺ), hướng dẫn HS cách tự chăm sóc tinh thần, giới thiệu phương pháp hiện đại (có mã QR liên kết), danh sách tổng đài – trung tâm hỗ trợ uy tín và đặc biệt có thêm bảng tự đánh giá trước khi tìm đến chuyên gia.

Cẩm nang được thiết kế dưới dạng tập tài liệu in A5 kèm bản mềm trên nền tảng Google Drive, liên kết các mục nội dung với mã QR động giúp HS tra cứu nhanh, truy cập vào các biểu mẫu Google Forms, trang Padlet chia sẻ tâm sự ẩn danh và video hướng dẫn chăm sóc tinh thần. Tài liệu sử dụng song ngữ Việt – Khmer với phần Khmer được hiệu đính bởi giáo viên dân tộc Khmer có uy tín, nhằm đảm bảo tính chính xác và thân thiện về ngôn ngữ.

Sau khi hoàn thiện, cẩm nang được triển khai thử nghiệm trong thời gian 01 tháng tại một trường trung học phổ thông có đông HS dân tộc Khmer ở tỉnh Vĩnh Long. Quy trình thực nghiệm gồm hai giai đoạn chính: phát hành cẩm nang đến 120 HS khối lớp 10 và 11 dưới hai hình thức – bản in và mã QR liên kết đến phiên bản số hóa; tổ chức buổi truyền thông hướng dẫn sử dụng cẩm nang, kết hợp thu thập phản hồi thông qua khảo sát trực tuyến (Google Forms) và phỏng vấn nhóm nhỏ gồm 10 HS, 2 giáo viên chủ nhiệm và 1 cán bộ Đoàn. Các công cụ đánh giá được xây dựng dựa trên mục tiêu nghiên cứu và cấu trúc nội dung cẩm nang, tập trung vào ba khía cạnh trước thực nghiệm: (1) hiểu biết khái niệm, (2) nhận diện dấu hiệu rối loạn tâm thần và (3) nhận thức về các nguồn hỗ trợ

5.2.2. Hiệu quả tiếp cận và tương tác

Sau quá trình thử nghiệm ban đầu cẩm nang tại một trường trung học phổ thông có đông HS Khmer ở tỉnh Vĩnh Long, nhóm nghiên cứu đã thu thập được 98 phiếu phản hồi từ HS (trên tổng số 120 phiếu được phát) và 3 phiếu từ giáo viên có tham gia hướng dẫn, triển khai. Kết quả được phân tích theo ba khía cạnh: mức độ tiếp cận – hiểu nội dung, mức độ phù hợp - hữu ích, và khả năng áp dụng - lan tỏa trong môi trường học đường.

Bảng 4. Phản hồi của học sinh về cẩm nang song ngữ hỗ trợ sức khỏe tâm thần

Tiêu chí đánh giá	Tỉ lệ đồng thuận (%)
Nội dung dễ hiểu, gần gũi, đúng với nhu cầu tâm lý lứa tuổi	92,8
Việc trình bày song ngữ giúp hiểu rõ hơn và tự tin hơn khi đọc	85,3
Mã QR, Padlet, Forms... dễ sử dụng, tạo cảm giác thú vị khi tiếp cận thông tin	81,6
Cảm thấy thoải mái hơn khi nói về cảm xúc của bản thân sau khi đọc cẩm nang	78,4
Có thể áp dụng các phương pháp tự chăm sóc được giới thiệu trong cẩm nang	73,5
Sẵn sàng chia sẻ cẩm nang với bạn bè hoặc giới thiệu cho người khác	89,1

Kết quả cho thấy đa số HS đánh giá cao tính dễ hiểu (92,8%) và cảm thấy nội dung gần gũi, phản ánh đúng những vấn đề tâm lý mà các em đang gặp phải. Việc sử dụng song ngữ Việt - Khmer đã giúp tăng khả năng tiếp cận thông tin, nhất là với những HS chưa thực sự thông thạo tiếng Việt (85,3% đồng thuận). Đây là điểm nổi bật của mô hình cẩm nang so với các tài liệu giáo dục tâm lý học đường thông thường hiện nay. Đặc biệt, tỉ lệ HS cảm thấy thoải mái hơn khi nói về cảm xúc sau khi sử dụng cẩm nang đạt gần 80%. Điều này cho thấy sản phẩm không chỉ cung cấp thông tin đơn thuần mà còn góp phần giảm bớt sự e ngại, kỳ thị nội tại, khơi mở không gian an toàn để HS thể hiện cảm xúc. Việc tích hợp công nghệ thông qua mã QR, biểu mẫu và nền tảng chia sẻ trực tuyến cũng được đánh giá là phù hợp và tạo trải nghiệm tích cực.

Từ phía giáo viên, các phản hồi cho thấy cảm nang là một công cụ hỗ trợ tốt cho hoạt động giáo dục tâm lý học đường, dễ tích hợp vào tiết sinh hoạt lớp, giờ giáo dục kỹ năng sống hoặc các hoạt động Đoàn - Hội. Giáo viên cũng đề xuất nên định kỳ cập nhật nội dung và hướng dẫn kỹ năng sử dụng công nghệ cho HS nhằm phát huy tối đa hiệu quả ứng dụng.

Những phản hồi tích cực từ cả HS và giáo viên cho thấy tính khả thi và hiệu quả bước đầu của cảm nang song ngữ tích hợp công nghệ. Kết quả này cũng là cơ sở quan trọng để đề xuất mở rộng quy mô triển khai, đồng thời phát triển thêm các phiên bản phù hợp với những nhóm HS dân tộc khác trong tương lai.

5.3. Thảo luận

Kết quả triển khai thử nghiệm bước đầu cho thấy cảm nang song ngữ tích hợp công nghệ không chỉ là một tài liệu truyền thông giáo dục sức khỏe tâm thần, mà còn là một giải pháp khả thi trong việc tiếp cận HS dân tộc thiểu số – nhóm HS dễ bị bỏ sót trong chính sách chăm sóc sức khỏe học đường hiện hành. Từ quá trình khảo sát nhu cầu, thiết kế tài liệu đến thu thập phản hồi sau thử nghiệm, nghiên cứu đã mang đến một số phát hiện và vấn đề cần được quan tâm:

5.3.1. Nhu cầu thiết thực về tài liệu bản địa hóa

Một trong những đóng góp quan trọng của nghiên cứu là chứng minh được tính cần thiết và hiệu quả của học liệu song ngữ trong bối cảnh giáo dục đa văn hóa. So với những thực trạng ban đầu, phản hồi sau khi sử dụng cảm nang cho thấy 85,3% HS cảm thấy dễ hiểu và tự tin hơn nhờ có phần ngôn ngữ Khmer đi kèm.

Sự hiện diện của ngôn ngữ mẹ đẻ trong một lĩnh vực thường bị xem là “nhạy cảm” như tâm lý học đường không chỉ góp phần giảm bớt rào cản tiếp cận, mà còn giúp HS cảm thấy được công nhận về văn hóa và danh tính cá nhân, yếu tố quan trọng trong việc hình thành sự an toàn tâm lý (psychological safety).

5.3.2. Ứng dụng công nghệ giúp học sinh chủ động và an toàn

Phản hồi từ HS cho thấy việc tích hợp công nghệ số như mã QR, Google Forms, Padlet... trong nội dung cảm nang không những tạo điều kiện truy cập thuận lợi mà còn tăng sự chủ động, tương tác. Cụ thể, có 81,6% HS đánh giá việc sử dụng mã QR là tiện lợi và thú vị, đồng thời 78,4% HS chia sẻ rằng các hoạt động chia sẻ ẩn danh qua Padlet giúp các em cảm thấy nhẹ lòng hơn khi nói về những vấn đề khó bày tỏ.

Kết quả này củng cố cho quan điểm rằng, trong bối cảnh giáo dục số, việc chuyển đổi học liệu truyền thống sang hình thức đa phương tiện không chỉ đáp ứng xu thế mà còn nâng cao hiệu quả sư phạm nếu được thiết kế đúng cách. Tuy nhiên, thách thức đặt ra là không phải tất cả HS đều thành thạo công nghệ, đặc biệt là ở vùng nông thôn, đây là điều mà nhóm nghiên cứu cũng ghi nhận qua tỉ lệ 18% HS gặp khó khăn bước đầu khi tiếp cận mã QR hoặc biểu mẫu.

5.3.3. Chuyển biến tích cực trong nhận thức về sức khỏe tâm thần

Điểm đáng chú ý trong phản hồi của HS là sự thay đổi về nhận thức sau khi tiếp cận tài liệu. Trước triển khai, chỉ có 12,4% HS hiểu đúng về sức khỏe tâm thần toàn diện; sau triển khai, con số này tăng lên 92,8% HS hiểu được những vấn đề về sức khỏe tâm thần. Đồng thời, tỉ lệ HS cho biết sẵn sàng chia sẻ cảm xúc của bản thân đạt 78,4%. Đây là dấu hiệu tích cực, cho thấy cảm nang không chỉ cung cấp thông tin mà còn góp phần giải trừ định kiến và thúc đẩy hành vi chủ động chăm sóc bản thân.

Phân tích thêm từ các cuộc phỏng vấn nhóm nhỏ cũng cho thấy HS cảm thấy được thấu

hiều hơn khi nội dung tài liệu phản ánh chính những nỗi lo mà các em gặp phải hằng ngày: áp lực học tập, tự ti về ngoại hình, khó chia sẻ với cha mẹ, ... Một số em chia sẻ rằng, lần đầu tiên các em cảm thấy có người đang thật sự lắng nghe mình, dù chỉ là qua một tài liệu, điều đó cho thấy vai trò không nhỏ của công cụ sư phạm “mềm” trong việc chạm tới những vùng im lặng trong tâm lý học đường.

Nhìn chung, những thảo luận trên không chỉ khẳng định tính hiệu quả và cấp thiết của việc xây dựng cẩm nang song ngữ tích hợp công nghệ cho HS Khmer, mà còn góp phần mở rộng hướng đi cho các mô hình giáo dục tâm lý học đường bản địa hóa trong trường phổ thông. Điều này hoàn toàn có khả năng nhân rộng ở nhiều vùng có HS dân tộc thiểu số khác, khi có sự phối hợp bài bản giữa nhà nghiên cứu, nhà trường, giáo viên và cộng đồng địa phương.

6. Kết luận

Nghiên cứu “Xây dựng cẩm nang song ngữ tích hợp công nghệ nhằm hỗ trợ sức khỏe tâm thần cho HS dân tộc Khmer cấp trung học phổ thông” được thực hiện trong bối cảnh sức khỏe tâm thần học đường ngày càng được xem là một thành tố quan trọng của giáo dục toàn diện, đặc biệt với nhóm HS dân tộc thiểu số – những đối tượng dễ gặp rào cản trong tiếp cận thông tin và hỗ trợ tâm lý do khác biệt ngôn ngữ và văn hóa. Kết quả nghiên cứu cho thấy, cẩm nang song ngữ (Việt – Khmer) tích hợp các công cụ công nghệ số như mã QR, biểu mẫu tương tác và nền tảng trực tuyến đã phát huy hiệu quả trong việc nâng cao nhận thức, điều chỉnh thái độ và thúc đẩy hành vi chăm sóc sức khỏe tâm thần tích cực ở HS Khmer. Việc sử dụng ngôn ngữ bản địa kết hợp công nghệ không chỉ tạo điều kiện thuận lợi cho HS tiếp cận nội dung một cách gần gũi, thân thiện mà còn góp phần giảm thiểu sự kỳ thị, e ngại khi tiếp cận các vấn đề tâm lý.

Đồng thời, nghiên cứu cũng khẳng định tiềm năng của việc phát triển học liệu bản địa hóa ứng dụng công nghệ trong bối cảnh giáo dục đa văn hóa. Mô hình này có thể là một gợi ý hữu ích cho các nhà giáo dục, nhà quản lý và chuyên gia tâm lý trong việc thiết kế tài liệu can thiệp phù hợp với từng nhóm đối tượng HS, hướng đến xây dựng một môi trường học đường lành mạnh, nhân văn và phát triển bền vững.

Tài liệu tham khảo

- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). American Psychiatric Publishing.
- Bộ Giáo dục và Đào tạo. (2023). *Tài liệu truyền thông về sức khỏe tâm thần của học sinh phổ thông*.
- Bộ Y tế, Tổng cục Thống kê, Tổ chức Y tế Thế giới (WHO), Quỹ Nhi đồng Liên Hợp Quốc (UNICEF). (2010). *Điều tra quốc gia về vị thành niên và thanh niên Việt Nam*.
- Bùi, V. H., Vũ, Đ. A., Nguyễn, Q. H., & Chu, V. T. (2019). Thực trạng sức khỏe tâm thần của học sinh hai trường trung học cơ sở tại thành phố Vĩnh Yên, tỉnh Vĩnh Phúc năm 2019. *Tap chí Y học cộng đồng*, 6(53), 80-87.
- Delahunty, A., & Dignen, S. (1995). *The Oxford modern English dictionary*. Oxford University Press.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. New York: W. W. Norton & Company.
- Lê, V. H., Lê, N. L., & Nguyễn, V. T. (1999). *Tâm lý học lứa tuổi và Tâm lý học sư phạm*. Hà Nội: NXB Đại học Quốc gia.
- Mai, T. V. (2022). Lỗi và nguyên tắc sửa lỗi viết câu trong văn bản cho học sinh dân tộc Khmer ở các trường trung học phổ thông trên địa bàn tỉnh An Giang. *Tap chí Khoa học Đại*

- học Đồng Tháp, 11(1), 91-99. <https://doi.org/10.52714/dthu.11.1.2022.929>.*
- Nguyễn, T. T., Đinh, Q. C., Lý, M. T., Huỳnh, M. T., & Kiều, T. T. T. (2008). *Tâm lý học Giáo dục*. Thành phố Hồ Chí Minh: NXB Đại học Sư phạm.
- Nguyễn, D. L., Lê, M. G., Nguyễn, T. P. M., Nguyễn, T. D. T., & Nguyễn, T. T. M. (2022). Thực trạng nguy cơ stress, lo âu, trầm cảm của học sinh trung học phổ thông huyện Yên Định, tỉnh Thanh Hóa. *Tạp chí Y học Việt Nam, 516* (1), 67-70.
- O'Connor, M., & Casey, L. (2015). The Mental Health Literacy Scale (MHLS): A new scale-based measure of mental health literacy. *Psychiatry Research, 229*(1-2), 511-516. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2015.05.064>.
- Trương, L. (1993). *Văn hóa người Khmer vùng đồng bằng sông Cửu Long*. Hà Nội: NXB Văn hóa Dân tộc.
- UNICEF East Asia & Pacific Regional Office. (2021). *Supporting mental health and psychosocial well-being of children and young people during and after public health emergencies: A regional priority in East Asia and the Pacific*. UNICEF. Truy cập từ <https://www.unicef.org/eap/reports/supporting-mental-health-and-psychosocial-well-being>.
- Viện Xã hội học, Đại học Queensland, Trường Y tế Công cộng Bloomberg - Đại học Johns Hopkins.(2022). *Điều tra sức khỏe tâm thần vị thành niên Việt Nam: Báo cáo kết quả chủ yếu*. Viện Xã hội học -Viện Hàn lâm Khoa học xã hội Việt Nam.
- World Health Organization. (2022). *Mental health*. Truy cập từ <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>.