

TÌNH HÌNH PHÁT TRIỂN NGÀNH TÂM LÝ TRỊ LIỆU Ở VIỆT NAM

■ Nguyễn Văn Thọ *

TÓM TẮT

Tâm lý trị liệu (Psychotherapy) là phương pháp tâm lý dùng để chữa trị những vấn đề tâm lý, cảm xúc chủ yếu bằng lời nói hoặc các kỹ năng giao tiếp khác giữa nhà trị liệu và thân chủ.

Bài báo phác họa một vài nét khái quát về tình hình phát triển ngành tâm lý trị liệu còn non trẻ ở nước ta, trong đó có đề cập đến:

Chuyên ngành Tâm lý trị liệu trong Tâm lý học Y học: Từ khi Y học thừa nhận rằng, ngoài những bệnh lý về cơ thể, còn có những bệnh lý tâm thần, và bệnh lý này đã cuốn hút sự tham gia nghiên cứu của các nhà Tâm lý học. Từ đó xuất hiện ngành khoa học mới liên ngành Y học và Tâm lý học: Tâm lý học Y học. Trong Tâm lý học Y học, xuất hiện các kỹ thuật Tâm lý trị liệu.

Tình hình thực hành Trị liệu tâm lý ở Việt Nam nói chung chưa phát triển, chưa đáp ứng nhu cầu được chữa trị của người bệnh.

Hệ thống nhà trường đào tạo chuyên ngành Tâm lý trị liệu ở nước ta chưa có nhiều, cũng chưa đáp ứng nhu cầu của xã hội. Trường Đại học Văn Hiến là trường đầu tiên đào tạo cử nhân tâm lý chuyên ngành Tham vấn và Trị liệu tâm lý. Trong thời gian tới, trường vẫn tiếp tục hướng đào tạo này và có sự gắn kết chặt chẽ hơn nữa với các bệnh viện để nâng cao kỹ năng thực hành cho sinh viên.

ABSTRACT

The development of psychotherapy in Vietnam

Psychotherapy is a method used to treat psychological or emotional problems, mainly through conversations or other communication skills between a therapist and his client.

This article outlines the overview situation of the development of the young psychotherapy in our country, including:

Psychotherapy Specialization in Medical Psychology: Since Medicine recognized mental health problems alongside with physical illnesses, this disease has attracted the researching participation of many Psychologies. Therefore, a new science was born which is the combination between Medicine and Psychology: Psychological Medicine. In Psychological Medicine there are Psychotherapy techniques.

The practice of Psychotherapy in Vietnam has been undeveloped and therefore has not met the needs of patients for treatment.

The education system specialized in Psychotherapy is weak and has not met the needs of the society. Van Hien University is the first that has Psychology Bachelor program specialized in Psychotherapy and counseling. In the near future, we continue this path with closer connection to hospitals to improve practice skills for students.

* PGS.TS.BS, Đại học Văn Hiến

Tâm lý trị liệu hay Liệu pháp tâm lý (Psychotherapy) là phương pháp tâm lý "dùng để chữa trị các vấn đề tâm lý, cảm xúc chủ yếu bằng lời nói hoặc các kỹ năng giao tiếp khác giữa nhà trị liệu và thân chủ".

Mặc dù việc tác động tâm lý lên người bệnh nhằm mục đích chữa bệnh đã có từ rất sớm, nhưng mãi đến cuối thế kỷ XIX, liệu pháp tâm lý mới trở thành một lĩnh vực khoa học thực sự. Đó là nói về phạm vi trên thế giới, còn trong nước ta, Liệu pháp tâm lý còn là một chuyên ngành rất non trẻ.

Trong bài trình bày này, chúng tôi xin phác họa một vài nét khái quát về tình hình phát triển chuyên ngành Trị liệu tâm lý non trẻ ở nước ta hiện nay.

1. Tình hình phát triển chung của Trị liệu tâm lý trong Tâm lý học y học

Trong việc chữa trị bệnh, như chúng ta đã biết, y học là khoa học và nghệ thuật chữa bệnh đã xuất hiện rất sớm trong lịch sử nhân loại. Y khoa sơ khởi được ghi nhận từ lâu trong nhiều nền văn minh cổ như Ấn Độ, Ai Cập, Trung Hoa hay Hy Lạp. Trong nền văn minh cổ đại đó, Hippocrates được xem là người thầy của ngành y thế giới mà kế thừa ngày nay là Y học phương Tây hay Tây y.

Y học lúc ban đầu chỉ chăm sóc cho những người có bệnh lý cơ thể thuần túy, nghĩa là những người có bệnh, có tật. Mãi sau này y học mới thừa nhận còn có những người bệnh mà về hoạt động tâm lý không bình thường: bệnh lý về tâm thần.

Người ta cho rằng, sự mô tả bệnh tâm thần đầu tiên và sớm nhất là phần ghi lại của kinh Ayur Veda của người Hindu vào thế kỷ thứ XIV trước công nguyên. Trong kinh này có mô tả một người đàn ông háu ăn, bần thủ, trần truồng, không có trí nhớ và đi đứng một cách khó khăn.

Đến thời Trung cổ, mặc dù vẫn còn quan niệm như thời cổ đại rằng bệnh tâm thần là do ma ám, nhưng

cũng đã có quan niệm điên loạn cho rằng là một bệnh nên thái độ ngược đãi bệnh nhân đã giảm bớt. Cũng từ thế kỷ XVII, người ta đã đặt vấn đề về tiêu chuẩn bác sĩ không chỉ biết chữa bệnh cơ thể mà còn phải biết chữa bệnh tâm thần.

Như vậy, mặc dù bệnh lý tâm thần đã được mô tả từ thế kỷ XIV, nhưng mãi đến thế kỷ XVIII Tâm thần học mới được thừa nhận là một ngành của y học.

Để nghiên cứu sâu hơn về lĩnh vực Tâm thần học, lĩnh vực khá đặc biệt, nơi chứa đựng sự đung độ lâu dài trong triết học với các trường phái duy tâm và duy vật xoay quanh về vật chất và ý thức, Tâm thần học đã là nơi cuốn hút những nhà Tâm lý học vào cuộc nghiên cứu. Từ đó đã phát sinh một ngành khoa học mới, giao thoa giữa Tâm lý học và y học, đó là ngành Tâm lý học y học.

Tâm lý học y học là khoa học nghiên cứu khá rộng: về tâm lý người bệnh, tâm lý nhân viên y tế trong quá trình phòng và chữa bệnh, tâm lý bệnh học, tâm lý thần kinh... Nhờ có tâm lý học y học mà nhu cầu điều trị toàn diện, nhu cầu không ngừng nâng cao cả sức khỏe thể chất và sức khỏe tâm lý của con người ngày càng được đáp ứng tốt hơn.

Môn được nghiên cứu chủ yếu nhất trong Tâm lý học Y học là môn Tâm lý bệnh học, trong đó có hình thành môn Tâm lý lâm sàng, và trong Tâm lý lâm sàng bao gồm Chẩn đoán tâm lý lâm sàng, Tâm bệnh học và Liệu pháp tâm lý (hay trị liệu tâm lý).

Liệu pháp tâm lý là một trong những liệu pháp cổ xưa nhất: từ xa xưa, người ta đã biết sử dụng tác động tâm lý trong việc chữa trị. Tuy nhiên, do quan niệm thời đó rằng bệnh tật là do ma quỷ gây ra nên việc chữa bệnh mang tính "ma thuật huyền bí". Sau này liệu pháp tâm lý mới dần mang tính khoa học và những người khởi đầu sáng tạo ra các liệu pháp tâm lý thường là những nhà Tâm thần học.

Vào khoảng thế kỷ XVI, với sự phát minh ra nam châm và xuất hiện khái niệm "từ tính" đã tác động tới sự phát triển của liệu pháp tâm lý mang tính khoa học.

Mesmer, nhà Tâm thần học người Áo, đưa ra thuyết "Thế lỏng từ tính động vật" và giải thích cơ chế chữa bệnh bằng thôi miên (cuối TK XVIII).

Tuy nhiên, mãi đến thế kỷ XIX, Liệu pháp tâm lý mới trở thành một lĩnh vực khoa học thực sự. Thời kỳ đầu thế kỷ này là thời kỳ của nhiều trường phái và quan điểm về thôi miên: Braid, năm 1843, người Anh và là người đầu tiên đưa ra thuật ngữ "thôi miên" (hypnotism) trong cuốn sách "Thần kinh học thôi miên". Ở Pháp, có hai trường phái thôi miên: ở Paris, đứng đầu là Charcot và ở Nancy, đứng đầu là Bernheim.

Năm 1903, P. Dubois, nhà Tâm thần học Thụy sĩ đã đề ra Liệu pháp giải thích hợp lý. Theo ông, bệnh loạn thần kinh chức năng là do tư duy lệch lạc về bệnh tật của người bệnh. Do vậy, muốn chữa khỏi bệnh, người thầy thuốc phải giải thích và thuyết phục người bệnh hiểu về những ý nghĩ sai lệch của họ.

S.Freud, nhà Thần kinh học đã đề xướng học thuyết và Liệu pháp tâm lý Phân tâm học (Psychoanalysis) nổi tiếng nửa đầu thế kỷ XX. Đây là liệu pháp coi trọng tới bản năng tình dục, những xung đột trong thời kỳ thơ ấu và hiện tượng dồn ép bản năng tình dục trong vô thức. Nguyên lý của điều trị là chuyển những phức cảm tình dục bị dồn nén trong vô thức lên mặt bằng ý thức của người bệnh để giải quyết.

Cũng trong những năm nửa đầu thế kỷ XX, khuynh hướng liệu pháp tâm lý mới xuất hiện với những phương pháp thư giãn, rèn luyện tự sinh, nổi bật là những tác giả như: Kretschmer, Jacobson, Schultz...

Từ giữa thế kỷ XX, trên cơ sở những thành tựu của tâm lý học hành vi và những thành tựu của học thuyết phản xạ có điều kiện của Pavlov, Liệu pháp hành vi ra đời với các nhà liệu pháp tên tuổi như Watson, Wolpe, Skinner...

Tiếp đó là những Liệu pháp Nhận thức và Nhận thức - Hành vi với những nhà trị liệu tên tuổi như Ellis, Beck...

Về sau, cùng với sự phát triển của các trường phái

Tâm lý học, một loạt các dạng Liệu pháp tâm lý xuất hiện như kết quả của việc ứng dụng những lý thuyết Tâm lý học khác nhau vào lĩnh vực Lâm sàng tâm thần học.

Từ những năm 1970 của thế kỷ XX, đặc biệt khoảng 2 thập kỷ gần đây, Liệu pháp tâm lý đã có những thay đổi đáng kể. Về mục đích, Liệu pháp tâm lý mở rộng từ mục đích điều trị sang cải thiện tình hình sức khỏe cả về tâm lý lẫn thể chất, nâng cao chất lượng cuộc sống của người bệnh. Về phạm vi ứng dụng, Liệu pháp tâm lý đã vượt ra ngoài Lâm sàng tâm thần và đi vào tất cả các chuyên khoa khác và những lĩnh vực chăm sóc sức khỏe con người nói chung. Liệu pháp tâm lý cũng vượt ra ngoài các khuôn khổ các cơ sở điều trị nội trú, đã được sử dụng ở các cơ sở điều trị ngoại trú và sử dụng cả trong các hoạt động Tư vấn, Tham vấn Tâm lý - Xã hội khác nhau.

Mặc dù như vậy, Lâm sàng tâm thần và trước hết là những rối loạn thần kinh chức năng vẫn là đối tượng chính của Liệu pháp tâm lý.

2. Tình hình phát triển thực hành Tâm lý trị liệu tại Việt Nam

Chuyên ngành Trị liệu tâm lý (TLTL) ở nước ta còn rất non trẻ. Cũng như xu hướng phát triển chung của chuyên ngành này trên thế giới, việc thực hành TLTL ở Việt Nam ban đầu cũng xuất phát từ lâm sàng và điều trị Tâm thần học. Vì vậy, chúng tôi xin điểm lại tình hình phát triển TLTL tại một số cơ sở điều trị tâm thần lớn của nước ta.

Tại các tỉnh phía Bắc:

Tại Trường Đại học Y Hà Nội, trước và trong những năm 1960-1970 của thế kỷ XX, với sự ra đời của Bộ môn Tâm thần học và sự sửa chữa, cải tạo Khoa Tâm thần, Bệnh viện Bạch Mai (cơ sở thực hành của bộ môn), một số Liệu pháp tâm lý (LPTL) được áp dụng như: liệu pháp giải thích hợp lý, liệu pháp ám thị lúc thức và liệu pháp thôi miên. Tiếp sau đó, GS. Nguyễn Việt, đầu ngành Tâm thần Việt Nam, chỉ đạo phát triển liệu pháp thư giãn luyện tập trên cơ sở liệu pháp thư giãn tập trung của

Schultz và cải biên, kết hợp thêm một số động tác yoga và cách thở theo kiểu khí công.

Cơ sở lớn tương đương, đầu ngành Tâm thần học quân đội là trường Đại học Quân y (nay là Học viện Quân y), với Bộ môn Tâm thần và Tâm lý y học cùng Khoa Tâm thần, Viện Quân y 103, nơi điều trị bệnh nhân tâm thần. Có thể nói, Trường Đại học Quân y là nơi thành lập bộ môn Tâm lý y học đầu tiên ở Việt Nam. Trong khi ở Khoa Tâm thần, Bệnh viện Bạch Mai, GS. Nguyễn Việt chỉ đạo phát triển Liệu pháp thư giãn cải biên thì những năm 1980, tại Khoa Tâm thần Viện Quân y 103, dưới sự chỉ đạo của GS. Lê Hải Chi đã phát triển Liệu pháp âm nhạc (tuy nhiên còn rất đơn giản).

Các liệu pháp khác được đẩy mạnh tại đây, chủ yếu là tổ chức các hoạt động phục hồi chức năng cho bệnh nhân tâm thần trong bệnh viện như: lao động, văn hóa, văn nghệ, thể dục thể thao, vui chơi giải trí...

Tại Bệnh viện Tâm thần Trung ương 1 (Thường Tín, Hà Nội), là cơ sở chỉ đạo ngành tâm thần các tỉnh phía Bắc cũng triển khai các LPTL như ở Bệnh viện Bạch Mai và Học viện Quân y. Bệnh viện cũng thành lập Khoa Tâm lý lâm sàng và đẩy mạnh tổ chức hoạt động phục hồi chức năng cho bệnh nhân tâm thần.

Có nhận xét chung, các cơ sở điều trị bệnh nhân tâm thần lớn ở miền Bắc mới triển khai các Liệu pháp tâm lý cổ điển, chưa triển khai điều trị bằng các Liệu pháp tâm lý hiện đại như Liệu pháp Hành vi, Liệu pháp Nhận thức - hành vi cũng như những Liệu pháp theo xu hướng Nhân văn - Hiện sinh.

Tại các tỉnh phía Nam:

Tại Bệnh viện Tâm thần Trung ương 2 (Biên Hòa, Đồng Nai), cơ sở chỉ đạo ngành Tâm thần các tỉnh phía Nam (từ Đà Nẵng đến Cà Mau) cũng phát triển mạnh mẽ các hoạt động phục hồi chức năng cho bệnh nhân tâm thần, và gần như trở thành cơ sở có hoạt động mạnh số một trong cả nước. Bệnh viện đã thành lập trong bệnh viện một khoa Tâm lý lâm sàng, một khoa Hoạt động phục hồi chức năng, đồng thời chỉ đạo và

giúp đỡ các bệnh viên tâm thần các tỉnh thành lập khoa Tâm lý lâm sàng và triển khai mô hình hoạt động điều trị Tâm lý - Xã hội trong các bệnh viện.

Từ những năm 1990, Bệnh viện đã áp dụng Liệu pháp hành vi trong điều trị bệnh nhân rối loạn lo âu. Đặc biệt, ở đây cho đến những năm 2000, đã phát triển mạnh liệu pháp âm nhạc.

Tại Bệnh viện Tâm thần Tp.HCM, ở đây mới thành lập khoa Tâm lý lâm sàng năm 2004. Về thực hành TLTL, Bệnh viện đã triển khai các kỹ thuật: Tâm lý nâng đỡ, LPTL cá nhân Nhận thức - Hành vi, LPTL hệ thống, LPTL thư giãn...

Đặc biệt, ngoài các bệnh viện tâm thần, năm 1989, GS.BS. Nguyễn Khắc Viện đã sáng lập ra Trung tâm Nghiên cứu Tâm lý Trẻ em. Trung tâm đã nghiên cứu nhiều về lý thuyết và thực hành những can thiệp Tâm lý - Giáo dục cho trẻ em ở Việt Nam.

Đó là thống kê sơ lược hoạt động TLTL tại những cơ sở điều trị của hệ thống nhà nước lớn. Ngoài ra, tại Tp.HCM, nhiều cơ sở điều trị tư nhân cũng triển khai nhiều kỹ thuật LPTL tùy theo trình độ của các nhà thực hành hoạt động TLTL. Những can thiệp TLTL cho trẻ em kết hợp can thiệp giáo dục đã phát triển mạnh hơn.

Tuy nhiên, để tóm lại phần này, chúng tôi thống nhất với nhận định của TS.Võ Văn Bản, tác giả cuốn "Thực hành điều trị tâm lý" (2002) là: Liệu pháp tâm lý ở nước ta vẫn chưa được phát triển so với nhu cầu được chữa trị của người bệnh. Hy vọng trong tương lai gần đây chúng ta sẽ nghiên cứu và đưa vào áp dụng nhiều Liệu pháp tâm lý hiện đại, phù hợp với điều kiện tâm sinh lý của người Việt Nam.

3. Tình hình đào tạo chuyên ngành Tâm lý trị liệu ở Việt Nam

Trước hết, do nhiều hoàn cảnh, nền Y học và Tâm lý học nước ta nói chung, và ngành Tâm lý học y học nói riêng còn chậm phát triển. Từ khi thống nhất đất nước, Tâm lý y học được thống nhất và phát triển mạnh

mẽ, đặc biệt khi chúng ta hội nhập với thế giới, đã tiếp thu nhiều tri thức và thành quả khoa học của nhân loại. Nhiều thành tựu trong nghiên cứu lý thuyết và thực hành lâm sàng Y học và Tâm lý học lâm sàng chúng ta đã đạt được.

Bằng những con đường khác nhau, nhiều nhà Y học (Tâm thần học) và Tâm lý học Việt Nam đã đến với Tâm lý học y học với tinh thần xây dựng cao và trở thành những chuyên gia sâu về Tâm lý học y học ở nước ta. Những vị giáo sư đầu ngành Tâm thần học đáng kính có thể kể ra như: GS. Nguyễn Việt, Trường Đại học Y Hà Nội; GS. Lê Hải Chi, Trường Đại học Quân y; GS. Trần Đình Xiêm, Trường Đại học Y Dược Tp.HCM; GS. Nguyễn Khắc Viện, người sáng lập Trung tâm Nghiên cứu Tâm lý Trẻ em đầu tiên ở Việt Nam...

Với sự tiếp cận Tâm lý học y học ban đầu từ các nhà tâm thần học như vậy, việc đào tạo chuyên ngành TLTL của chúng ta thường theo các nguồn như sau:

Dưới sự chỉ đạo của các vị giáo sư đầu ngành Tâm thần học, hầu hết các trường đại học y khoa mời chuyên gia nước ngoài tập huấn, nâng cấp trình độ lý thuyết và thực hành TLTL cho chính đội ngũ cán bộ, giảng viên chuyên ngành tâm thần của mình và một số cán bộ có liên quan trong ngành. Điều này được thấy rõ ở Trường Đại học Y Hà Nội, Đại học Quân y và Đại học Y dược Tp.HCM.

Các trường đại học y và các trường đại học khác có bộ môn tâm lý cử cán bộ đi học tập, đào tạo tại nước ngoài để về xây dựng đội ngũ giáo viên chuyên ngành TLTL cho trường.

Một số bệnh viện tâm thần kể cả trung ương và các tỉnh, thành phố lớn mời các chuyên gia nước ngoài mở các khóa đào tạo tại bệnh viện và mời cán bộ làm việc ở các cơ sở có Tham vấn và Trị liệu tâm lý về tham dự các khóa, các lớp này. Thí dụ, Bệnh viện Tâm thần Tp.HCM mời nhiều chuyên gia nước ngoài như Pháp, Bỉ, Mỹ.

Đồng thời, các bệnh viện tâm thần cũng liên kết với các trường đại học trong nước và ngoài nước đào tạo

đội ngũ cán bộ chuyên ngành. Thí dụ, Bệnh viện Tâm thần Tp.HCM đã liên kết với Trường Tâm lý thực hành Paris, từ năm 2004 đến nay đã mở các khóa học 2004-2006, 2006-2009, 2009-2012 với 72 học viên; liên kết với Trường Đại học Y khoa Phạm Ngọc Thạch đào tạo thạc sĩ Tâm lý Thực hành khóa 2012-2014 với 36 học viên; liên kết với Viện Đại học Louvain của Bỉ đào tạo các khóa về trị liệu hệ thống... Các học viên này hiện đang làm việc ở các bệnh viện, các trung tâm tư vấn, các đơn vị công tác xã hội tại Tp.HCM và các tỉnh khác.

Trong khi các trường đại học y khoa không đào tạo chuyên ngành TLTL (trừ trường Đại học Phạm Ngọc Thạch sau này), thì chính các trường đại học, các viện nghiên cứu có bộ môn Tâm lý học lại mở các ngành đào tạo TLTL cho các bậc học đại học, sau đại học.

Hiện nay, ở Tp.HCM và khu vực phía Nam, trường Đại học Văn Hiến có niềm tự hào là trường đầu tiên đào tạo cử nhân chuyên ngành Tham vấn và Trị liệu Tâm lý. Mục tiêu đầu ra cho sinh viên ngành Tâm lý học, chuyên ngành Tham vấn và Trị liệu tâm lý là:

Làm việc tại các bệnh viện tâm thần và bệnh viện nhi đồng với chức danh "Kỹ thuật viên" Trị liệu tâm lý (theo qui định hiện tại của ngành Y tế).

Làm việc tại các cơ sở có thực hành Tham vấn và Trị liệu tâm lý tại địa bàn dân cư với chức danh "Chuyên viên Tham vấn và Trị liệu tâm lý".

Làm việc tại các trường phổ thông với chức danh "Tham vấn viên tâm lý" trong nhà trường.

Tiếp theo là trường Đại học Khoa học Xã hội và Nhân văn, mặc dù khuynh hướng là đào tạo nghiên cứu lý thuyết cơ bản, nay cũng có đào tạo chuyên ngành này.

Ở miền Bắc, gần đây nhất, trường Đại học Giáo dục, Đại học Quốc gia Hà Nội đã làm việc cùng các chuyên gia Tâm lý lâm sàng Đại học Vanderbilt, Mỹ, xây dựng chương trình đào tạo thạc sĩ tâm lý học lâm sàng trẻ em và vị thành niên đầu tiên tại Việt Nam (đã chiêu sinh

năm 2013).

Như vậy có thể thấy, hệ thống nhà trường đào tạo chuyên ngành Tham vấn và Trị liệu tâm lý một cách bài bản, chính qui chưa nhiều, chưa đáp ứng nhu cầu xã hội. Đồng thời trên thực tế, chúng ta đang có những bất cập trong đào tạo chuyên ngành Trị liệu tâm lý cũng như trong thực hành Trị liệu tâm lý, thể hiện như sau:

Nơi đào tạo lý thuyết Trị liệu tâm lý lại không có cơ sở thực hành Trị liệu tâm lý:

Hiện nay, một số trường đại học có ngành Tâm lý học đã đào tạo chuyên ngành Trị liệu tâm lý (như Đại học Khoa học Xã hội và Nhân văn, Đại học Quốc gia Hà Nội, Đại học Văn Hiến...), nhưng các trường không có cơ sở bệnh viện thực hành. Điều này khiến chất lượng đào tạo kỹ năng thực hành Trị liệu tâm lý không cao: "Có lý luận mà không có thực hành".

Nơi thực hành điều trị bệnh nhân lại không đào tạo Tâm lý trị liệu:

Thực tế là, tất cả các trường đại học y đều có bệnh viện là cơ sở thực hành cho việc đào tạo bác sĩ, tuy nhiên, hầu như tất cả các trường đại học y này lại không đào tạo chuyên ngành Tâm lý trị liệu. Mặc dù bác sĩ đều nhận biết vai trò của Tâm lý trị liệu và đôi khi thực hành Tâm lý trị liệu, nhưng thực hành một cách đơn giản, không bài bản. Ở khu vực này thực tế là "có thực hành mà không có lý luận".

Điều bất cập trên khiến những cơ sở đào tạo Tâm lý trị liệu phải có sự kết hợp với các bệnh viện thực hành trong tương lai.

Như ở phần mở đầu, chúng tôi đã thống nhất với nhiều ý kiến nhận định rằng, chuyên ngành Tham vấn và Trị liệu tâm lý ở nước ta còn non trẻ và chưa đáp ứng với nhu cầu xã hội. Có thể do những nguyên nhân như sau:

Theo truyền thống lịch sử, bệnh viện tâm thần là nơi phát triển các kỹ thuật liệu pháp tâm lý mạnh hơn bất cứ nơi nào khác. Nhưng ở nước ta hiện nay không phải như

vậy, điều này do thực tế:

Các bác sĩ đa khoa, ngay cả các bác sĩ Tâm thần học không được đào tạo bài bản về Tham vấn và Trị liệu tâm lý trong nhà trường Y khoa. Các Bộ môn Tâm thần và Tâm lý y học (nếu có) của trường Y khoa cũng chỉ dạy môn này kiểu "cưỡi ngựa xem hoa".

Trong những thập niên gần đây, hóa dược trong điều trị các bệnh lý và rối loạn tâm thần rất phát triển và hiệu quả điều trị khá cao. Điều này khiến các bác sĩ quá thiên về sử dụng hóa dược và có phần nào coi nhẹ Trị liệu tâm lý. Thêm vào đó, chính bản thân các bác sĩ cũng không mạnh về Trị liệu tâm lý nên càng không thiết tha với công việc trị liệu này.

Sự quá tải bệnh nhân trong các bệnh viện nhà nước: Quá tải đến mức bác sĩ chỉ có khoảng 5-10 phút tiếp xúc mỗi lần khám bệnh cho bệnh nhân. Như vậy làm sao nói đến thời gian tiếp xúc tâm lý, trong khi trị liệu tâm lý đòi hỏi nhiều thời gian dành cho bệnh nhân?

Chính lãnh đạo nhiều bệnh viện cũng không mặn mà với Trị liệu tâm lý. Nơi nào Giám đốc hay Ban giám đốc bệnh viện hứng thú với Trị liệu tâm lý, bệnh viện đó mới phát triển mạnh. Điều này thực tế chưa có nhiều ở các bệnh viện.

Các cơ sở ngoài công lập khám chữa bệnh có can thiệp Tham vấn và Trị liệu tâm lý tại Tp.HCM đang mở ra nhiều, tuy nhiên nhiều người thực hành còn chưa được đào tạo bài bản và còn ở trình độ đào tạo thấp. Có những Chuyên viên tâm lý chỉ có khả năng làm công tác Tư vấn tâm lý cũng tiến hành Trị liệu tâm lý cho thân chủ/ người bệnh, vì vậy hiệu quả điều trị thấp.

Ngoài ra, nhà nước chưa có Quy chế quản lý hành nghề Trị liệu Tâm lý cho phù hợp. Hiện nay Bộ Y tế mới qui định Trị liệu tâm lý là một kỹ thuật điều trị nằm trong ngành Tâm thần học, như vậy hạn chế cho các nhà Trị liệu tâm lý. Ở các nước tiên tiến trên thế giới, hội Tâm lý học quản lý việc cho phép các cá nhân đủ tiêu chuẩn hành nghề và giám sát việc hành nghề Tâm lý trị liệu.

Cuối cùng, nhận thức của người dân, người bệnh chưa đầy đủ, chưa đúng về công việc Trị liệu tâm lý. “Nghề” Trị liệu tâm lý chưa có sức cạnh tranh trong xã hội.

4. Kết luận và khuyến nghị

Chúng ta đã nhận thức được nhu cầu của xã hội là rất cao, nhưng mức độ đáp ứng của ngành Tâm lý học lâm sàng còn nhiều hạn chế, chưa phát triển. Sự kém phát triển thể hiện cả ở khâu đào tạo lẫn khâu thực hành.

Mặc dù một số trường đại học đã đào tạo chuyên ngành TLTL ở mức độ cử nhân, nhưng theo kinh nghiệm của các nước có ngành Tâm lý lâm sàng phát triển trên thế giới, việc đào tạo Tâm lý học lâm sàng ít nhất phải được thực hiện ở bậc thạc sĩ.

Với thực trạng đó, chúng tôi khuyến nghị các trường đại học y và các trường đại học có đào tạo ngành Tâm lý cần có chương trình đào tạo Tham vấn và Trị liệu tâm lý một cách cơ bản ở trình độ đại học và sau đại học.

Các bệnh viện tâm thần nên thành lập khoa Tâm lý lâm sàng và Phục hồi chức năng tâm thần để đẩy mạnh hoạt động điều trị bằng các phương pháp Tâm lý - Tái

thích ứng xã hội cho bệnh nhân tâm thần. Liệu pháp tâm lý cũng cần phát triển mạnh ra ngoài phạm vi bệnh viện chuyên khoa tâm thần, tới cả các khu vực bệnh viện đa khoa để điều trị cho những bệnh nhân với bệnh Tâm lý - Cơ thể và các bệnh lý đa khoa khác.

Gần đây, các dịch vụ trợ giúp tâm lý đã nở rộ. Tuy nhiên, những người thực hiện dịch vụ này đa số không được đào tạo bài bản về Tham vấn và Trị liệu tâm lý mà xuất phát từ nhiều ngành nghề khác nhau nên hành nghề gặp không ít khó khăn cũng như không hiệu quả. Các cơ sở dịch vụ cần phát triển đội ngũ chuyên môn kỹ thuật với chất lượng ngày càng cao hơn.

Chúng tôi cũng mong rằng, việc quản lý chất lượng các dịch vụ theo chuyên ngành Tham vấn và Trị liệu tâm lý nên có vai trò của hội Tham vấn và Trị liệu tâm lý chứ không phải chỉ là vai trò của ngành y tế.

Riêng trường Đại học Văn Hiến, những năm tới trường vẫn xác định hướng đi cho đào tạo ngành Tâm lý học là chuyên ngành Tham vấn và trị liệu tâm lý. Về mức độ đào tạo, trường sẽ tiến tới đào tạo bậc cao học chuyên ngành này. Để thực hiện theo mục tiêu đào tạo hướng tới kỹ năng thực hành cho sinh viên, học viên, nhà trường sẽ có sự liên kết, hợp tác chặt chẽ hơn nữa với các bệnh viện làm cơ sở thực hành cho nhà trường.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Võ Văn Bản (2002), *Thực hành điều trị tâm lý*, Nxb Y học.
 2. Lâm Xuân Điền, Phạm Quỳnh Diệp, Lâm Hiếu Minh (2008), *Bài giảng Tâm lý học lâm sàng, trường Đại học Văn Hiến*.
 3. Nguyễn Văn Nhận, Nguyễn Sinh Phúc (2007), *Tâm lý học Y học*, Nxb Y học.
 4. Ngô Ngọc Tản, Nguyễn Văn Ngân, Nguyễn Sinh Phúc (2007), *Tâm thần học và tâm lý y học*, Nxb Quân đội nhân dân.
 5. Trịnh Tất Thắng (2012), *"Tâm lý học lâm sàng", Kỷ yếu Hội thảo Khoa học - Thực tiễn Đào tạo và Sử dụng cử nhân Trị liệu Tâm lý, Tp.HCM*.
 6. Nguyễn Khắc Viên (1998), *Sức khỏe và văn minh Á Đông*, Kỷ yếu NT, Nxb Thế giới.
 7. Nguyễn Khắc Viên (1999), *Tâm lý lâm sàng trẻ em Việt Nam*, Nxb Y học
- Các trang web:
8. Bách khoa toàn thư mở (2013), Tâm lý trị liệu, <http://vi.wikipedia.org/wiki...>
 9. Bách khoa toàn thư mở (2013), Y học, <http://vi.wikipedia.org/wiki...>
 10. Bách khoa toàn thư mở (2013), Tâm lý học, <http://vi.wikipedia.org/wiki...>
 11. Ngọc Bích (2013), *"Tâm lý trị liệu"* - ngành học của tương lai