

THỰC TRẠNG SỬ DỤNG CHẤT KÍCH THÍCH Ở HỌC SINH TRUNG HỌC PHỔ THÔNG TRÊN ĐỊA BÀN HUYỆN MỸ ĐỨC, THÀNH PHỐ HÀ NỘI

Nguyễn Ngọc Tùng¹
Đinh Thị Quỳnh Như²
Võ Hoàng Quý³
Hồ Thanh Hoàng⁴

Tóm tắt: Nhiều nghiên cứu gần đây cho thấy việc sử dụng một số chất kích thích độc hại (bao gồm thức uống có cồn, ethanol, thuốc lá, thuốc lá điện tử, các dạng ma túy truyền thống và tổng hợp...) có xu hướng gia tăng trong lứa tuổi trẻ em và vị thành niên. Ngày nay, không chỉ là sự thu hút, đa dạng về mẫu mã, loại hình, quá trình tiếp cận, sử dụng dễ dàng, mà chất kích thích còn làm những người sử dụng trẻ tuổi trở nên lệ thuộc hơn, tạo ra nhiều nguy cơ khó lường về sức khỏe, tác động tiêu cực đến sự phát triển thể chất, tinh thần, tâm lý, quá trình học tập, lao động ở mọi lứa tuổi. Bài viết tập trung vào việc phân tích thực trạng sử dụng các sản phẩm chứa chất kích thích của học sinh Trung học phổ thông trên địa bàn huyện Mỹ Đức, TP. Hà Nội bao gồm: sử dụng thuốc lá điện tử, sử dụng rượu bia và sử dụng các chất ma túy; đồng thời đề xuất một số giải pháp hướng tới ngăn chặn, giảm thiểu tình trạng sử dụng chất kích thích độc hại trong lứa tuổi ở học sinh hiện nay.

Từ khóa: Sử dụng chất kích thích, tác hại, học sinh Trung học phổ thông.

Abstract: Recent studies have shown an increasing trend in the use of various harmful stimulants including alcoholic beverages, ethanol, tobacco, e-cigarettes, and both traditional and synthetic drugs among children and adolescents. Today, the appeal and diversity of these substances in terms of form and accessibility, coupled with ease of use, have made young users more vulnerable to dependency. This poses unpredictable health risks and exerts negative impacts on their physical, mental, and psychological development, as well as their learning and working capacity across all age groups. This article focuses on analyzing the current situation regarding the use of stimulant-containing products among high school students in My Duc District, Hanoi City, including e-cigarette use, alcohol consumption, and drug use. It also proposes several solutions aimed at preventing and mitigating the use of harmful stimulants among students in this age group.

Keywords: Stimulant use, harm, high school students.

Nhận bài: 15/04/2025 Gửi phản biện: 25/04/2025 Duyệt đăng: 19/05/2025

1 Thạc sĩ, Giảng viên Khoa công tác xã hội, Học viện Thanh thiếu niên Việt Nam
2,3,4 Sinh viên, Khóa 10, Khoa Công tác xã hội, Học viện Thanh thiếu niên Việt Nam

1. Mở đầu

Trong bối cảnh toàn cầu hóa và sự phát triển vượt bậc của công nghệ, các loại chất kích thích ngày càng trở nên đa dạng và phổ biến trên nhiều lĩnh vực của đời sống xã hội. Các chất này không chỉ thay đổi về hình thức, mẫu mã mà còn tinh vi hơn về cơ chế tác động lên thần kinh con người. Chúng được ngụy trang dưới nhiều dạng sản phẩm hợp pháp, gây nhầm lẫn và thu hút mạnh mẽ người sử dụng, đặc biệt là giới trẻ, nhóm đối tượng có tâm lý tò mò, thích khám phá và chưa có đầy đủ kiến thức cũng như kỹ năng để nhận diện rủi ro. Trên thế giới, nhiều cơ quan báo chí, tạp chí học thuật uy tín đã lên tiếng cảnh báo về xu hướng gia tăng mạnh mẽ của hành vi sử dụng chất kích thích, đặc biệt trong nhóm vị thành niên. Việc sử dụng các chất này có xu hướng gia tăng nhanh chóng trong giai đoạn chuyển tiếp từ bậc trung học cơ sở lên trung học phổ thông - một giai đoạn nhạy cảm về cả thể chất lẫn tâm lý, khi học sinh dễ bị ảnh hưởng bởi áp lực học tập, sự thay đổi môi trường sống và tác động từ các mối quan hệ xã hội mới.

Không nằm ngoài xu hướng chung đó, tại Việt Nam, tình trạng sử dụng chất kích thích trong giới trẻ đặc biệt là học sinh trung học phổ thông đang là vấn đề nổi cộm, thường xuyên xuất hiện trên các trang tin điện tử, báo chí và mạng xã hội. Những “tin nóng” liên quan đến hành vi sử dụng, tàng trữ, mua bán các chất kích thích trong học đường hay trong cộng đồng thanh thiếu niên đang gióng lên hồi chuông cảnh báo về mức độ nghiêm trọng của vấn đề. Ở lứa tuổi học sinh THPT, khi tâm sinh lý đang trong giai đoạn phát triển chưa ổn định, các em rất dễ bị hấp dẫn bởi những trải nghiệm mới lạ, mang tính “*thử nghiệm*” theo trào lưu, đặc biệt là những yếu tố tác động mạnh đến

thị giác, xúc giác, cảm xúc... như chất kích thích. Một số loại còn được quảng bá hoặc truyền miệng như phương tiện giúp tăng sự tập trung, giảm căng thẳng học tập, khiến học sinh dễ dàng sa vào con đường nghiện ngập mà không nhận thức được hết những hệ lụy nghiêm trọng mà chúng gây ra.

Tác động của các chất kích thích không chỉ dừng lại ở mặt thể chất như suy giảm sức khỏe, tổn thương não bộ, rối loạn chức năng thần kinh, mà còn kéo theo hàng loạt hậu quả tiêu cực về mặt tâm lý - xã hội. Việc sử dụng chất kích thích có thể dẫn đến rối loạn hành vi, suy giảm khả năng học tập, gia tăng hành vi bạo lực hoặc vi phạm pháp luật, thậm chí là tự gây hại cho bản thân. Đồng thời, nó còn ảnh hưởng gián tiếp đến những người xung quanh như bạn bè, người thân và gây xáo trộn môi trường học đường. Trước thực trạng đáng lo ngại này, hệ thống pháp luật Việt Nam đã có nhiều biện pháp xử lý và kiểm soát chất kích thích trên thị trường. Tuy nhiên, pháp luật thôi là chưa đủ. Nhà trường là nơi trực tiếp quản lý và giáo dục học sinh cần phải có những bước đi cụ thể, kịp thời và chuyên nghiệp hơn trong việc phát hiện, hỗ trợ và can thiệp đối với các trường hợp học sinh có nguy cơ hoặc đã sử dụng chất kích thích góp phần xây dựng môi trường học đường an toàn, lành mạnh, đồng thời bảo vệ sức khỏe, tinh thần và tương lai của thế hệ trẻ - những chủ nhân tương lai của đất nước.

2. Phương pháp nghiên cứu

Bài viết áp dụng phương pháp phân tích tài liệu đối với một số báo cáo khoa học, sách chuyên khảo và bài viết liên quan đến hành vi sử dụng chất kích thích ở học sinh trung học phổ thông. Đồng thời, bài viết sử dụng dữ liệu thu thập từ đề tài nghiên cứu: “*Thực trạng sử dụng chất kích thích ở học*

sinh trung học phổ thông trên địa bàn huyện Mỹ Đức, thành phố Hà Nội” do nhóm tác giả thực hiện. Nghiên cứu này tiến hành khảo sát 300 học sinh tại ba trường: trường THPT Mỹ Đức A, trường THPT Mỹ Đức B, trường THPT Hợp Thanh thông qua bảng

hỏi (Anket), kết hợp với phỏng vấn sâu 9 học sinh và 9 giáo viên trên địa bàn, nhằm làm rõ hơn nhận thức, thái độ và hành vi liên quan đến việc sử dụng chất kích thích trong học đường. Dưới đây là chi tiết đặc điểm mẫu nghiên cứu:

Bảng 2.1. Đặc điểm khách thể nghiên cứu

Các tiêu chí học sinh		Số lượng	Tỷ lệ (%)
Giới tính	Nam	158	52,7
	Nữ	142	47,3
Địa bàn	Trường THPT Mỹ Đức A	100	33,3
	Trường THPT Mỹ Đức B	100	33,3
	Trường THPT Hợp Thanh	100	33,3
Trình độ	Lớp 10	69	23,0
	Lớp 11	122	40,7
	Lớp 12	109	36,3
Các tiêu chí giáo viên		Số lượng	Tỷ lệ (%)
Giới tính	Nam	4	45,4
	Nữ	5	55,6
Trình độ	Thạc sĩ	2	22,2
	Cử nhân	7	77,8

Nguồn: Kết quả nghiên cứu của nhóm tác giả, năm 2024

3. Kết quả và bàn luận

3.1. Thực trạng nhận thức và hành vi sử dụng chất kích thích của học sinh trung học phổ thông hiện nay

Tình trạng sử dụng chất kích thích ở học sinh hiện nay, không phải là một điểm mới, nhưng nó vẫn luôn là chủ đề nóng, thu hút rất nhiều sự quan tâm của người dân trên cả nước. Rất nhiều kênh truyền thông, báo chí cũng như trang mạng xã hội đã lên tiếng phản ánh về việc thanh thiếu niên lạm dụng các chất kích thích. Tình trạng học sinh

THPT sử dụng chất kích thích gây loạn thần, hoang tưởng... có dấu hiệu gia tăng, khiến phụ huynh lo lắng. Chính vì vậy, việc trang bị những kiến thức cần thiết cho các bạn học sinh là điều rất cần thiết. Lứa tuổi trung học phổ thông là lứa tuổi rất dễ bị phân tâm bởi những yếu tố bên ngoài như mạng xã hội, điện tử, nặng hơn là xa vào những cạm bẫy của xã hội như ma túy, Heroin, bóng cười...

Chất kích thích ở đây được hiểu: “Là một thuật ngữ bao quát bao gồm nhiều loại thuốc làm tăng hoạt động của hệ thống thần kinh trung ương vào cơ thể, thuốc tạo cảm

Ý KIẾN VÀ KINH NGHIỆM

giác mê và tăng sinh lực, hoặc các loại thuốc có tác dụng lên thần kinh giao cảm” (Nguồn: Tổng hợp của nhóm tác giả xây dựng từ khung cơ sở lý luận của đề tài). Thực tế, có rất nhiều sản phẩm chứa chất kích thích gây hại khác nhau, phổ biến nhất phải kể đến đó chính là thuốc lá, ma túy và rượu bia.

3.1.1. Nhận thức của học sinh trung học phổ thông về các thông tin liên quan đến chất kích thích

Kết quả nghiên cứu nhận thức của học sinh tại ba trường về 3 sản phẩm chứa chất kích thích phổ biến gồm thuốc lá điện tử, ma túy và rượu bia cho thấy, hơn 85% học sinh khẳng định đã nắm được khái niệm, các loại hình và tác hại của chất kích thích (thuốc lá điện tử, ma túy, rượu bia). Tỷ lệ này cho thấy hầu hết các em đã được tiếp cận với kiến thức cơ bản, tuy nhiên 15% còn lại vẫn

chưa có đủ thông tin - một nhóm nhỏ nhưng không thể xem nhẹ, bởi chính các em rất dễ trở thành đối tượng thụ động khi đối mặt với nguy cơ thử nghiệm lần đầu.

Trước những tác hại khôn lường của việc lạm dụng, sử dụng các chất kích thích, tại Việt Nam đã có một số chính sách pháp luật được ban hành nhằm điều chỉnh hành vi, đồng thời phòng chống tác hại của chất kích thích đối với người dân. Trong đó, phổ biến là Luật Phòng, chống ma túy (luật số 73/2021/QH14); Đề án “*Tăng cường năng lực phòng chống ma túy trong trường học năm 2020*” và Luật Phòng, chống tác hại của rượu bia (số 44/2019/QH14).

Khi được hỏi về những văn bản pháp luật nêu trên, đa số học sinh tham gia khảo sát đều trả lời có biết ít nhất một trong ba văn bản. Kết quả cụ thể được trình bày tại bảng số liệu dưới đây:

Bảng 3.1. Hiểu biết của học sinh về các văn bản pháp luật liên quan tới chất kích thích của học sinh THPT

Đơn vị: %

STT	Văn bản pháp luật	Ý kiến	
		Có	Không
1	Luật phòng, chống ma túy (luật số 73/2021/QH14)	79,3	20,7
2	Đề án” Tăng cường năng lực phòng chống ma túy trong trường học năm 2020”	61,7	38,3
3	Luật phòng chống tác hại của bia rượu (số 44/2019/QH14)	74,9	25,1

Nguồn: Kết quả nghiên cứu của nhóm tác giả, năm 2024

Với Luật Phòng, chống ma túy (luật số 73/2021/QH14) có 79,3% học sinh tham gia khảo sát trả lời đã biết đến văn bản này. Đây cũng là văn bản có tỷ lệ học sinh biết đến nhiều nhất. Kế tiếp là Luật Phòng, chống tác hại của bia rượu (số 44/2019/QH14) với 74,9% và cuối cùng là Đề án “*Tăng cường*

năng lực phòng chống ma túy trong trường học năm 2020” với 61,7% học sinh có biết.

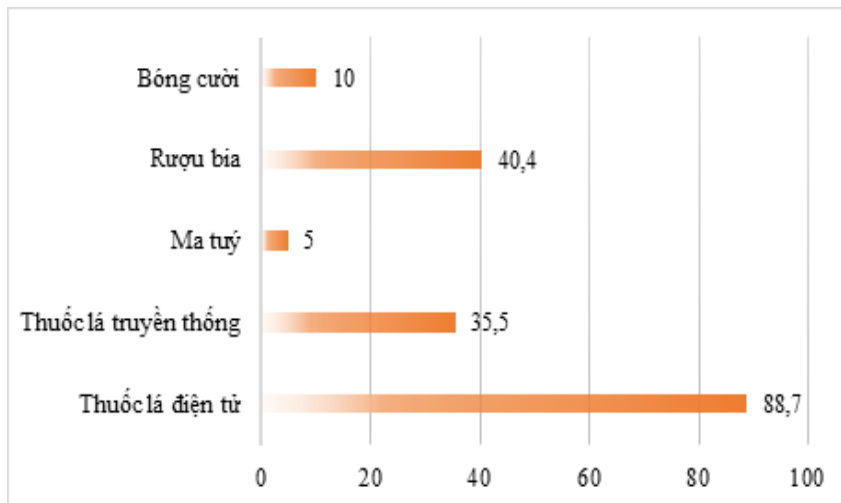
Như vậy có thể thấy, hơn 50% số học sinh đã biết đến các văn bản pháp luật về chất kích thích. Tuy nhiên thì số các bạn học sinh không biết đến văn bản thì cũng còn chiếm một tỷ lệ khá cao 20,7%.

3.1.2. *Hành vi của học sinh trung học phổ thông về các thông tin liên quan đến chất kích thích*

Hiện nay, rất nhiều chất kích thích được tung ra thị trường, len lỏi vào mọi góc

ngách của cuộc sống, ở nhiều đối tượng khác nhau, bảng số liệu dưới đây cho thấy thực trạng sử dụng chất kích thích của học sinh THPT trên địa bàn huyện Mỹ Đức như sau:

Biểu đồ 3.1. Biểu đồ thực trạng sử dụng các sản phẩm chứa chất kích thích của học sinh THPT



Đơn vị: %

Nguồn: Kết quả nghiên cứu của nhóm tác giả, năm 2024

Từ biểu đồ có thể thấy, thuốc lá điện tử là chất kích thích được đánh giá có sức ảnh hưởng lớn nhất, với 88,7% người tham gia khảo sát cho rằng học sinh có xu hướng sử dụng loại này. Con số này không quá bất ngờ, bởi trong thực tế, thuốc lá điện tử hiện đang được sử dụng khá phổ biến trong học đường và ngày càng trở nên phổ biến trong giới trẻ. Tiếp theo, 40,4% người khảo sát cho rằng rượu bia là chất kích thích thường được học sinh sử dụng. Thuốc lá truyền thống cũng được đề cập với tỷ lệ 35,5%. Trong khi đó, các chất kích thích khác như bóng cười và ma túy có tỷ lệ thấp hơn rõ rệt, lần lượt là 10% và 5%. Nhìn chung, có thể nhận thấy học sinh hiện nay chủ yếu tiếp cận và sử dụng các chất kích thích dạng nhẹ, dễ tiếp cận và ít bị kiểm soát chặt chẽ hơn so với các chất gây nghiện nặng như ma túy.

Khi được phỏng vấn: Em T.T.K lớp

10A5 trường THPT Mỹ Đức B chia sẻ “Theo em những loại chất kích thích thường được sử dụng là thuốc lá điện tử, thuốc lá thường và rượu bia.” Em N.L.H.L lớp 12A7 trường THPT Mỹ Đức A “Theo em thì học sinh thường sử dụng các chất kích thích là thuốc lá điện tử, thuốc lá truyền thống và shisha”. Em Đ.T.T.T lớp 12A9 trường THPT Hợp Thành “Những loại chất kích thích mà em thường bắt gặp học sinh sử dụng là: Bóng cười, vapes, pod...”. Có thể thấy, tất cả những loại chất kích thích mà các em học sinh trả lời ở trên đều phổ biến trong cuộc sống đặc biệt là thuốc lá điện tử và rượu bia. Tuy nhiên thì nhóm nghiên cứu vẫn lựa chọn thêm việc sử dụng ma túy để phân tích, số phiếu trên tuy chỉ có 5% số học sinh chọn nhưng vì ma túy là một chất cấm đặc biệt ở nước ta nên việc tìm hiểu về thực trạng và hành vi sử dụng ma túy là điều cần thiết.

Ý KIẾN VÀ KINH NGHIỆM

Kết quả khảo sát cho thấy học sinh THPT có đến 70% thời gian trong ngày là ở trường, bảng 2 chỉ ra thực trạng thời gian

sử dụng chất kích thích khi học sinh đang ở trường như sau:

Bảng 3.2. Thực trạng về thời gian sử dụng chất kích thích

Đơn vị: %

STT	Thời gian sử dụng	Không đúng	Đúng một phần	Hoàn toàn đúng
1	Lúc rảnh rỗi	23,0	46,7	30,3
2	Giờ ra chơi	64,3	27,0	8,7
3	Lúc lên cơn nghiện	0,0	30,0	70,0
4	Những lúc áp lực mệt mỏi	20,7	42,6	36,7
5	Sử dụng vào ban đêm	19,7	55,9	24,4

Nguồn: Kết quả nghiên cứu của nhóm tác giả, năm 2024

Thời gian sử dụng chất kích thích của học sinh THPT ở nhiều thời điểm khác nhau. Cụ thể, sử dụng thuốc lá điện tử lúc rảnh rỗi có 30,3% cho là hoàn toàn đúng, đúng một phần là 46,7% và 23% cho là không đúng. Sử dụng vào giờ ra chơi thì chỉ có 8,7% số học sinh cho là hoàn toàn đúng, 27% cho là đúng một phần và 64,3% cho là không đúng. Lúc lên cơn nghiện, không có học sinh nào cho là không đúng, 30% cho là đúng một phần và 70% cho là đúng hoàn toàn. Sử dụng chất kích thích vào những lúc áp lực, mệt mỏi, 36,7% cho là hoàn toàn đúng, đúng một phần là 42,6% và 20,7% là không đúng. Cuối cùng là sử dụng vào ban đêm, hoàn toàn đúng là 24,4%; đúng một phần là 55,9% và không đúng là 19,7%. Có thể thấy, con số ở bảng này đã bắt đầu có sự chênh lệch khá

Theo chia sẻ của Em T.T.K lớp 10A5 trường THPT Mỹ Đức B “*thời gian sử dụng chất kích thích thường là vào những lúc thèm thuốc*”. Em Đ.T.L lớp 11A9 trường THPT Mỹ Đức B “*theo em thì các bạn thường sẽ sử dụng chất kích thích vào những lúc mà đang cảm thấy buồn, và cần sử dụng chất*

kích thích để có thể làm nguôi đi cơn ham muốn của mình”. Em H.T.T.T lớp 11A7 trường THPT Hợp Thành “*thường sử dụng vào các giờ ra chơi, giờ nghỉ trưa hoặc là tối*”. Em P.V.P lớp 12A8 trường THPT Hợp Thành “*theo em thì học sinh thường sử dụng chất kích thích vào giờ ra chơi hoặc là giờ ra về*”. Em N.L.H.L lớp 12A7 trường THPT Mỹ Đức A “*Theo em nghĩ học sinh thường sử dụng vào giờ ra chơi và những lúc rảnh rỗi*”. Từ những ý kiến của học sinh, có thể thấy, gần như các em học sinh sẽ cho rằng thời gian sử dụng sẽ thường vào những lúc lên cơn nghiện là nhiều nhất hoặc là những lúc gặp vấn đề về cảm xúc, tâm trạng áp lực. Có những bạn thì lại chọn sẽ sử dụng vào những lúc rảnh rỗi không có gì làm hoặc là sử dụng vào ban đêm để không ai thấy.

Khi đã biết về thực trạng thời gian sử dụng chất kích thích ở học sinh THPT thì điều đáng quan tâm hơn nữa là mức độ sử dụng. Nhóm nghiên cứu chủ yếu tập trung vào 3 loại chất kích thích nên bảng dưới đây chỉ lấy ý kiến về mức độ sử dụng của 3 chất kích thích là thuốc lá điện tử, ma túy và rượu bia. Chúng ta cùng nhìn xuống bảng sau:

Bảng 3.3. Thực trạng về biểu hiện về mức độ sử dụng chất kích thích ở học sinh THPT

STT	Thời gian sử dụng	Tần suất (lần/ngày)		
		0 – 3	3 – 6	6 – 9
1	Thuốc lá điện tử	31,9	58,1	10,0
2	Ma túy	100,0	0,0	0,0
3	Rượu bia	100,0	0,0	0,0

Nguồn: Kết quả nghiên cứu của nhóm tác giả, năm 2024

Kết quả nghiên cứu cho thấy, đối với thuốc lá điện tử 31,9% số học sinh cho rằng tần suất hút TLĐT vào khoảng 0 - 3 lần trong một ngày và 58,1% cho rằng những học sinh hút TLĐT sẽ hút với tần suất khoảng 3 - 6 lần trong một ngày và nặng nhất là có 10% cho rằng học sinh nghiện thuốc lá điện tử sẽ sử dụng với tần suất từ 6 - 9 lần trong một ngày. Thứ hai là với ma túy thì 100% học sinh cho rằng nếu là sử dụng ma túy thì tần suất sử dụng khoảng từ 0 - 3 lần trong một ngày và khoảng cách giữa các lần cũng sẽ xa nhau, không đều như thuốc lá điện tử. Với rượu bia, cũng tương tự như ma túy 100% học sinh đều lựa chọn phương án là 0 - 3 lần trong một ngày. Cũng dễ hiểu, vì học sinh còn thời gian để học, nếu như một ngày uống quá nhiều sẽ bị phụ huynh cấm cản phản ánh ngay.

Như vậy, nếu xét trên phương diện tổng quát. Nếu không tính ma túy thì với mức độ như thế cũng không khiến cho mọi người xung quanh phải sốt sắng. Tuy nhiên, không nghĩa là không gây tác hại. Có sử dụng lần 1 là sẽ có lần 2, việc này đòi hỏi nhà trường, phụ huynh và xã hội liên kết để quản lý hành vi sử dụng chất kích thích của học sinh THPT một cách chặt chẽ.

3.1.3. Một số yếu tố tác động đến hành vi sử dụng chất kích thích của học sinh

Từ kết quả nghiên cứu và khảo sát

thực tế, có thể nhận thấy hành vi sử dụng chất kích thích của học sinh chịu tác động bởi hai nhóm yếu tố chính, bao gồm: yếu tố khách quan và yếu tố chủ quan.

Về yếu tố khách quan, kết quả nghiên cứu cho thấy hơn 77% học sinh thừa nhận đã từng được bạn bè giới thiệu trực tiếp về các loại chất kích thích như thuốc lá điện tử, “bóng cười” hay rượu bia dưới hình thức “*thử cho biết*”. Việc tiếp cận dễ dàng qua mạng xã hội, kênh bán hàng trực tuyến không kiểm soát cùng với sự thiếu vắng quy định nghiêm ngặt trong việc kiểm tra độ tuổi mua bán đã tạo ra một “*thị trường ngầm*” hấp dẫn đối với lứa tuổi vị thành niên. Bên cạnh đó, áp lực thi cử và học tập ngày càng nặng nề, đặc biệt trong giai đoạn chuyển cấp lên THPT cũng là lý do khiến học sinh tìm đến chất kích thích như một hình thức “*giải tỏa*” tạm thời. Khi phụ huynh đặt kỳ vọng cao về thành tích điểm số, giải thưởng học tập, căng thẳng không được giải tỏa hợp lý sẽ tích tụ, làm giảm khả năng tự kiểm soát hành vi.

Đối với yếu tố chủ quan, yếu tố này trực tiếp xuất phát từ chính bản thân của mỗi học sinh như là không làm chủ được cảm xúc. Đối với mỗi cá nhân học sinh, việc quyết định thử nghiệm và tiếp tục sử dụng chất kích thích thường xuất phát từ thiếu hụt kỹ năng tự điều tiết cảm xúc và đánh giá rủi

ro. Nhiều em mang tâm lý chủ quan, cho rằng “*dùng một lần không sao*”, đồng thời thiếu nhận thức về những dạng chất kích thích ít được nhấn mạnh trong truyền thông như shisha, thiết bị vaping, hoặc thuốc lắc. Điều này khiến việc ngăn chặn ngay từ lần thử đầu trở nên khó khăn, bởi sự chủ quan và thiếu hiểu biết đã hình thành trước khi các em nhận thức đầy đủ về nguy cơ.

3.3. Giải pháp nâng cao nhận thức, ngăn chặn hành vi sử dụng chất kích thích ở học sinh trung học phổ thông trên địa bàn huyện Mỹ Đức, thành phố Hà Nội

Trước thực trạng sử dụng chất kích thích ở học sinh trung học phổ thông đã phân tích ở phần trên, nhóm nghiên cứu đã xây dựng hai giải pháp mới nhằm góp phần nâng cao hiệu quả phòng ngừa và hỗ trợ học sinh trong bối cảnh hiện nay.

Một là, giải pháp hoạt động Công tác xã hội nhóm trong trường học. Đây là một trong những giải pháp can thiệp trực tiếp nhằm giảm thiểu hành vi sử dụng chất kích thích trong môi trường học đường là triển khai hoạt động công tác xã hội nhóm. Đây là một phương pháp tác nghiệp đặc trưng trong lĩnh vực công tác xã hội, cho phép can thiệp ở cấp độ bán cá nhân, tập trung vào nhóm học sinh có nguy cơ cao hoặc đã từng có hành vi liên quan đến việc sử dụng chất kích thích. Mục tiêu chính của hoạt động này là hỗ trợ học sinh nâng cao nhận thức, điều chỉnh hành vi, rèn luyện kỹ năng xã hội và xây dựng mạng lưới hỗ trợ tích cực từ bạn bè, gia đình và nhà trường. Đặc biệt, hoạt động công tác xã hội nhóm cần có sự phối hợp đa ngành. Nhà trường cần mời phụ huynh, chuyên viên tâm lý, nhân viên y tế và thậm chí cả cán bộ công an khu vực tham gia vào các buổi thảo luận hoặc tổng kết nhóm nhằm

tạo nên một mạng lưới hỗ trợ toàn diện. Khi nhóm can thiệp được tổ chức bài bản, theo chu kỳ khoa học và có giám sát chuyên môn, hiệu quả phòng ngừa và giảm thiểu hành vi sử dụng chất kích thích trong học sinh sẽ được nâng cao rõ rệt.

Hai là xây dựng mô hình công tác xã hội trường học toàn diện. Đây là mô hình tích hợp, trong đó công tác xã hội không chỉ là hoạt động ngoại vi mà trở thành một bộ phận cấu thành trong cấu trúc vận hành của nhà trường. Mô hình này được xây dựng trên nguyên lý: phòng ngừa sớm, can thiệp đúng lúc và hỗ trợ toàn diện, hướng đến mục tiêu nâng cao năng lực nội tại của học sinh và phát triển môi trường học đường lành mạnh. Nhà trường sẽ tổ chức các lớp học chuyên đề định kỳ về tác hại của chất kích thích, được xây dựng theo lứa tuổi và trình độ phát triển tâm lý của học sinh. Nội dung giáo dục không chỉ dừng lại ở thông tin lý thuyết mà còn tích hợp các phương pháp tương tác như trình chiếu minh họa, trò chơi học tập, phỏng vấn tình huống hoặc mô phỏng các kịch bản trong đời sống. Qua đó, học sinh được tiếp cận kiến thức một cách trực quan, sinh động và dễ ghi nhớ hơn.

Mỗi trường cần bố trí một phòng tư vấn tâm lý - xã hội, nơi học sinh có thể tìm đến chia sẻ một cách riêng tư và nhận sự hỗ trợ chuyên sâu từ cán bộ công tác xã hội hoặc chuyên viên tâm lý. Theo đó, học sinh có dấu hiệu bất ổn sẽ được theo dõi thông qua một “*hồ sơ tâm lý học đường*”, qua đó giúp xây dựng kế hoạch can thiệp riêng biệt cho từng trường hợp. Mô hình này đặc biệt hữu ích trong việc hỗ trợ các em học sinh đang trải qua khủng hoảng tâm lý, áp lực học tập hoặc bị ảnh hưởng bởi yếu tố gia đình. Việc tổ chức các câu lạc bộ, nhóm sở thích, sân chơi kỹ năng mềm giúp học sinh có cơ

hội kết nối bạn bè, thể hiện bản thân và học cách giải tỏa áp lực lành mạnh. Đồng thời, qua các hoạt động ngoại khóa, nhà trường có thể lồng ghép nội dung giáo dục phòng chống chất kích thích một cách nhẹ nhàng và hiệu quả hơn.

Mô hình nhấn mạnh vào việc kết nối gia đình - cộng đồng, tạo nên một hệ sinh thái hỗ trợ vững chắc xung quanh học sinh. Nhà trường cần tổ chức các buổi hội thảo dành cho phụ huynh, kết hợp với chính quyền địa phương và các tổ chức y tế, nhằm truyền thông và nâng cao nhận thức về trách nhiệm đồng hành cùng con trong phòng tránh chất kích thích. Việc đồng bộ hóa hành động giữa nhà trường, gia đình và cộng đồng chính là chìa khóa để xây dựng môi trường học đường an toàn, nhân văn và phát triển toàn diện.

Cùng với các giải pháp đề xuất, nhóm nghiên cứu cũng xây dựng hệ thống khuyến nghị cụ thể đối với từng nhóm đối tượng liên quan, nhằm tạo sự phối hợp đồng bộ và hiệu quả trong công tác phòng ngừa hành vi sử dụng chất kích thích trong học đường.

- Đối với Nhà nước

Trước sự phát triển ngày càng tinh vi và đa dạng của các loại chất kích thích hiện nay, đặc biệt là trong môi trường học đường, việc tăng cường các biện pháp phòng chống tác hại của chất kích thích không chỉ là trách nhiệm của ngành giáo dục mà còn là yêu cầu cấp thiết đối với hệ thống pháp luật. Trên cơ sở đó, kiến nghị Nhà nước cần sớm hoàn thiện khung pháp lý liên quan, trong đó đặc biệt nhấn mạnh đến việc ban hành các chế tài xử phạt nghiêm minh đối với các hành vi sản xuất, mua bán, tàng trữ, trao đổi và dụ dỗ học sinh sử dụng các loại chất kích thích. Đặc biệt, đối với các đối tượng có hành vi lôi

kéo trẻ em, vị thành niên sử dụng chất kích thích, cần có quy định xử lý nghiêm khắc nhằm răn đe và ngăn chặn nguy cơ lan rộng. Bên cạnh đó, cần ban hành các quy định cụ thể về việc cấm tuyệt đối hành vi sử dụng chất kích thích trong khuôn viên trường học và các khu vực lân cận, tạo hành lang pháp lý an toàn cho học sinh trong quá trình học tập.

Ngoài ra, việc xây dựng và triển khai các chương trình giáo dục tích hợp về tác hại của chất kích thích, bao gồm cả nội dung về ảnh hưởng đến sức khỏe thể chất, tinh thần và kết quả học tập của học sinh, cũng cần được đưa vào chương trình giáo dục chính khóa. Song song với đó, các cơ quan chức năng cần tăng cường công tác kiểm tra, giám sát định kỳ và đột xuất tại các cơ sở giáo dục để đảm bảo việc thực hiện nghiêm túc các quy định liên quan. Những biện pháp này, nếu được thực hiện đồng bộ và nghiêm túc, sẽ góp phần quan trọng trong việc nâng cao hiệu quả phòng chống chất kích thích trong trường học, đồng thời xây dựng một môi trường giáo dục an toàn, lành mạnh và phát triển toàn diện cho thế hệ trẻ.

- Đối với chính quyền địa phương

Để góp phần phòng ngừa hành vi sử dụng chất kích thích trong học đường, nhà trường cần đóng vai trò chủ động trong việc tạo ra một môi trường học tập tích cực và lành mạnh thông qua việc tổ chức các hoạt động ngoại khóa phong phú và đa dạng. Cụ thể, việc xây dựng và phát triển các lớp kỹ năng mềm, câu lạc bộ sở thích, các chương trình văn hóa, văn nghệ, thể dục, thể thao hay các hoạt động cộng đồng sẽ không chỉ giúp học sinh có cơ hội giao lưu, học hỏi mà còn tạo điều kiện để các em mở rộng mối quan hệ xã hội tích cực với thầy cô và bạn bè.

Những hoạt động này có tác dụng định hướng giá trị sống lành mạnh, nâng cao kỹ năng tự nhận thức, quản lý cảm xúc và ứng xử xã hội, những yếu tố quan trọng giúp học sinh phát triển nhân cách toàn diện và hạn chế nguy cơ rơi vào các hành vi lệch chuẩn như sử dụng chất kích thích. Đồng thời, môi trường học đường tích cực cũng sẽ thu hút học sinh tham gia các hoạt động tập thể, từ đó hạn chế tình trạng học sinh lãng phí thời gian vào những hành vi tiêu cực do thiếu không gian vui chơi lành mạnh. Do đó, việc mở rộng các sân chơi giáo dục này không chỉ mang lại giá trị thiết thực cho sự phát triển của học sinh mà còn là một trong những chiến lược hiệu quả nhằm ngăn chặn và đẩy lùi tệ nạn chất kích thích trong học đường.

- Đối với gia đình

Trong bối cảnh gia tăng các nguy cơ liên quan đến hành vi sử dụng chất kích thích trong học đường, vai trò của gia đình, đặc biệt là các bậc phụ huynh, trở nên vô cùng quan trọng trong việc phòng ngừa và định hướng hành vi tích cực cho học sinh. Theo đó, cha mẹ cần duy trì sự quan tâm thường xuyên, thiết lập mối quan hệ giao tiếp thân thiện, cởi mở với con cái và tạo điều kiện để trẻ được chia sẻ những suy nghĩ, khó khăn trong học tập cũng như trong cuộc sống thường ngày. Việc áp dụng các phương pháp giáo dục tích cực, tránh các hành vi gây áp lực như quát mắng, áp đặt, so sánh hay chê bai con cái là yếu tố then chốt nhằm ngăn ngừa các rối loạn cảm xúc tiêu cực như căng thẳng, lo âu, trầm cảm.

Bên cạnh đó, cha mẹ cũng cần xây dựng các sân chơi lành mạnh, phù hợp với sở thích và độ tuổi của trẻ, đồng thời tạo điều kiện cho con được tham gia các hoạt động xã hội bổ ích. Sự quan tâm đúng mức, dựa trên

nguyên tắc tôn trọng và lắng nghe, không chỉ giúp học sinh cảm thấy được thấu hiểu mà còn là nền tảng quan trọng trong việc thúc đẩy sự phát triển ổn định và toàn diện về mặt tâm lý, cảm xúc và hành vi. Việc đồng hành của cha mẹ với con cái, khi được thực hiện một cách khoa học và phù hợp, sẽ góp phần đáng kể vào công tác phòng ngừa nguy cơ sử dụng chất kích thích trong lứa tuổi học sinh.

- Đối với học sinh

Cần nhận thức được những tác hại của việc sử dụng chất kích thích, ảnh hưởng tiêu cực của chất kích thích đối với bản thân và những người xung quanh. Nó tác động trực tiếp đến kết quả học tập, cách đánh giá và nhìn nhận của những người xung quanh đến hành vi sử dụng chất kích thích của học sinh.

Học sinh chủ động tham gia nhiều các hoạt động ngoại khoá do nhà trường và gia đình tổ chức để có thời gian, không gian lành mạnh, thúc đẩy sự tham gia và phát triển bản thân tốt hơn.

4. Kết luận

Có thể thấy rằng, tình trạng học sinh sử dụng chất kích thích đang có xu hướng ngày càng trẻ hóa và phổ biến, đặc biệt là thuốc lá điện tử - sản phẩm đang trở thành “*xu hướng*” trong giới trẻ hiện nay. Việc học sinh sử dụng thuốc lá điện tử trong và xung quanh khuôn viên trường học ngày càng phổ biến, phản ánh một thực trạng đáng báo động về hành vi lệch chuẩn trong lứa tuổi vị thành niên. Tuy nhiên, cần ghi nhận rằng phần lớn học sinh đã có nhận thức nhất định về các loại chất kích thích, các dấu hiệu nhận biết người sử dụng cũng như các địa điểm thường diễn ra hành vi này. Đây là tín hiệu tích cực cho thấy các hoạt động tuyên truyền, giáo dục đã bước đầu phát huy hiệu quả trong việc nâng cao nhận thức của học sinh.

Kết quả bài viết không chỉ phản ánh đúng thực trạng tại địa bàn khảo sát mà còn cung cấp những luận cứ khoa học quan trọng để đề xuất các giải pháp cụ thể cho từng nhóm đối tượng, gồm nhà trường, gia đình và chính quyền địa phương nhằm phối hợp

chặt chẽ hơn trong công tác phòng ngừa và can thiệp. Đồng thời, nghiên cứu cũng gợi mở hướng tiếp cận liên ngành trong việc xây dựng môi trường học đường an toàn, lành mạnh và phát triển toàn diện cho học sinh trung học phổ thông hiện nay.

Tài liệu tham khảo

1. Ann E. Klega, & Jennifer Tickal Keehbauch (2018), *Stimulant and designer drug use: Primary care management*, American Academy of Family Physicians.
<https://www.aaafp.org/pubs/afp/issues/2018/0715/p85.html>
2. Bảo Châu (2020), *Vấn nạn lạm dụng chất kích của giới trẻ*, Báo Thừa Thiên Huế.
3. Chapman Professor Georgiana Bostean (2020), *Researcher's vaping policy role focuses on teen access to products*.
<https://news.chapman.edu.2020/02/10>
4. Linh Hân (2022), *Thú vui “ảo giác” đang gây hại giới trẻ thế nào?*, Báo Tuổi Trẻ.
5. Mayo Clinic (2022), *Drug addiction (substance use disorder)*.
<https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions>
6. Ngô Anh Vinh (2022), *Hút thuốc lá điện tử: Rủi ro và hậu quả khôn lường với trẻ vị thành niên*, Trang điện tử Bệnh viện Nhi Trung ương.
7. Office on Smoking and Health (2021), *Health effects of cigarette smoking*, National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion.
https://www.cdc.gov/tobacco/data_sheets/health_effects/index.htm
8. Quốc Phương (2023), *Cảnh báo thuốc lá điện tử xâm nhập giới trẻ*. Báo Bắc Giang.
9. Seri Ledbetter (2016), *Chapman University research looks at e-cigarette use by Orange County teens*.
<https://news.chapman.edu/2016/11/02>
10. Tạp chí Ban Tuyên giáo Trung ương (2021), *Tác hại của thuốc lá điện tử, thuốc lá nung nóng*.
11. Vũ Lành (2020), *Nuôi con thời 4.0: Con lốc chất kích thích tấn công giới trẻ*, Báo Pháp Luật.
12. Wellness Resource Center (2017), *Stimulant addiction signs, symptoms & effects*.
<https://www.wellnessresourcecenter.com>