

TRƯỜNG ĐẠI HỌC VĂN LANG
KHOA XÃ HỘI VÀ NHÂN VĂN

ĐỀ THI, ĐÁP ÁN/RUBRIC VÀ THANG ĐIỂM
THI KẾT THÚC HỌC PHẦN
Học kỳ 3, năm học 2024-2025

I. Thông tin chung

Tên học phần:	Can thiệp khủng hoảng		
Mã học phần:	243_71PYST40083	Số tín chỉ:	3
Mã nhóm lớp học phần:	243_71PYST40083_01, 243_71PYST40083_02, 243_71PYST40083_03		
Hình thức thi: Tự luận	Thời gian làm bài:	90	phút
☐ Đề thi có sử dụng phần mềm riêng	GV ghi cụ thể tên phần mềm:		
<i>Thí sinh được tham khảo tài liệu:</i>	☐ Có	☒ Không	

III. Nội dung câu hỏi thi

Phần A: Lý thuyết (5 điểm)

Câu 1: (2 điểm)

Trình bày khái niệm khủng hoảng tâm lý và phân biệt nó với căng thẳng (stress) và sang chấn tâm lý (trauma).

Câu 2: (3 điểm):

- Trình bày các lý thuyết nền tảng trong lĩnh vực can thiệp khủng hoảng tâm lý. (2 điểm)
- Phân tích cách các lý thuyết này hỗ trợ việc hiểu phản ứng tâm lý của thân chủ trong khủng hoảng và định hướng quá trình can thiệp như thế nào? (1 điểm)

Phần B: Áp dụng kỹ năng vào xử lý tình huống (5 điểm)

Tình huống

Sau một đợt thiên tai nghiêm trọng tại miền Trung, bạn là một trong những cán bộ được phân công hỗ trợ tâm lý tại điểm sơ tán xã. Trong ngày thứ ba, bạn nhận thấy ông T., 60 tuổi, thường ngồi một mình ở góc sân, không tham gia sinh hoạt chung, và dường như tránh tiếp xúc với người khác. Khi bạn nhẹ nhàng hỏi thăm, ông chỉ nói: “Tôi không cần gì cả. Có những người cần giúp hơn tôi. Tôi còn sống là may mắn rồi. Cảm ơn.”

Bạn quan sát thấy ông có biểu hiện mệt mỏi, ánh mắt trống rỗng, không ăn trưa cùng mọi người, và hai đêm liền không ngủ trong lán trú bão.

Cùng thời điểm đó, tại khu vực sinh hoạt chung, một nhóm gồm 5 phụ nữ và 3 trẻ em có biểu hiện hoảng loạn sau khi nghe tin đồn sạt lở đất tiếp theo sẽ xảy ra gần đây. Họ khóc lóc, gào thét gọi tên người thân bị mất tích và có một trẻ bị lên cơn hen nhẹ. Một đồng nghiệp của bạn đang tìm cách trấn an nhưng nhóm này bắt đầu gây mất trật tự trong khu vực, ảnh hưởng đến các hộ sơ tán khác và một đồng nghiệp khác đã gọi hỗ trợ.

Bạn chỉ có thể ưu tiên chọn một để can thiệp ngay tại thời điểm này.

Câu 3 (2 điểm): Trong tình huống trên bạn sẽ lựa chọn can thiệp cho đối tượng nào? Phân tích các dấu hiệu khủng hoảng tâm lý ở cả hai đối tượng và đánh giá mức độ nguy cơ của từng trường hợp, nêu rõ cơ sở. Đồng thời, phân tích xung đột đạo đức tiềm ẩn giữa quyền từ chối hỗ trợ, việc đọc tín hiệu không lời, và nhu cầu cấp bách của cộng đồng.

Câu 4 (2 điểm): Lựa chọn một mô hình can thiệp phù hợp với đối tượng bạn đã ưu tiên hỗ trợ và giải thích lý do lựa chọn. Trình bày kế hoạch can thiệp cụ thể theo các bước của mô hình đã chọn.

Câu 5 (1 điểm): Tình huống trên có thể tạo ra gánh nặng cảm xúc kéo dài cho người làm công tác hỗ trợ. Phân tích vai trò của chăm sóc bản thân trong tình huống như vậy. Bạn sẽ áp dụng chiến lược tự chăm sóc cụ thể nào để giữ vững sự hiện diện, lòng trắc ẩn và năng lực chuyên môn?

ĐÁP ÁP VÀ THANG ĐIỂM

Phần câu hỏi	Nội dung đáp án	Thang điểm	Ghi chú
A. Lý thuyết		5.0	
Câu 1		2.0	
Khủng hoảng tâm lý:	James và Gilliland (2013), khủng hoảng thường được định nghĩa là “nhận thức về một sự kiện hoặc tình huống như là một khó khăn không thể chịu đựng được, vượt quá khả năng và cơ chế đối phó của một người”.	1.0	
Phân biệt với căng thẳng (stress):	○ Căng thẳng là phản ứng bình thường của cơ thể trước áp lực, có thể tích cực hoặc tiêu cực. ○ Người trải qua căng thẳng vẫn giữ được chức năng sống cơ bản và có thể điều chỉnh hành vi. ○ Trong khi đó, khủng hoảng là mức độ cao hơn, thường khiến cá nhân rơi vào trạng thái bất lực, mất phương hướng.	0.5	
Phân biệt với sang chấn tâm lý (trauma):	○ Sang chấn là hậu quả lâu dài của các sự kiện đe dọa đến tính mạng hoặc toàn vẹn cá nhân (tai nạn, chiến tranh, lạm dụng...). ○ Khủng hoảng có thể không dẫn đến sang chấn nếu được can thiệp hiệu quả. ○ Trauma để lại di chứng tâm lý sâu hơn (như PTSD), trong khi khủng hoảng có thể mang tính tạm thời và hồi phục nếu được hỗ trợ kịp thời.	0.5	
Câu 2		3.0	
a. Trình bày các lý thuyết nền tảng	○ Thuyết phân tâm học (Psychoanalytic Theory) ○ Thuyết hiện sinh (Existential Theory) ○ Trường phái nhân văn (Humanistic Approach) ○ Các lý thuyết nhận thức – hành vi (Cognitive-Behavioral Theories) ○ Lý thuyết hệ thống gia đình (Family Systems Theory)	2.0	
b. Phân tích cách các lý thuyết định hướng can thiệp	Từng lý thuyết cần nêu được sự đóng góp ○ Mức độ phản ứng phù hợp với bối cảnh (phân biệt phản ứng bình thường với nguy cơ bệnh lý). ○ Nhu cầu của thân chủ theo từng giai đoạn khủng hoảng.	1.0	

	○ Định hướng phương pháp can thiệp: ví dụ như ưu tiên ổn định tâm lý trước khi can thiệp nhận thức sâu. ○ Giúp chuyên viên điều chỉnh cách tiếp cận phù hợp: cá nhân hóa, không phán xét, đảm bảo an toàn.		
B. Áp dụng kỹ năng vào xử lý tình huống		5.0	
Câu 3		2.0	
Lựa chọn can thiệp	sinh viên có thể chọn ông T. hoặc nhóm phụ nữ và trẻ em, miễn là lập luận hợp lý.	0.5	
Phân tích dấu hiệu khủng hoảng:	<i>Ông T.</i> ○ Biểu hiện: thu mình, tách biệt, không ăn, không ngủ, từ chối giúp đỡ. ○ Ngôn ngữ gián tiếp: "Tôi còn sống là may mắn rồi" → biểu hiện của ý nghĩ tiêu cực, mất ý nghĩa sống. ○ Nguy cơ: Cao, do có yếu tố rút lui xã hội kéo dài, sử dụng ngôn ngữ tiêu cực, mất ngủ và ăn uống, từ chối trợ giúp, có thể dẫn đến tự hủy hoại hoặc suy sụp trầm trọng. <i>Nhóm phụ nữ và trẻ em:</i> ○ Biểu hiện: kích động, la hét, hoảng loạn, phản ứng thân thể (trẻ bị hen). ○ Nguy cơ: Trung bình đến cao, cần can thiệp tâm lý – y tế ngay lập tức để giảm hoảng loạn lan truyền.	1.0	
Phân tích xung đột đạo đức:	○ Quyền từ chối hỗ trợ: ông T. từ chối giúp, nhưng không có nghĩa là không cần giúp → phải cân nhắc đạo đức nghề nghiệp về "nghĩa vụ quan tâm đến lợi ích thân chủ" với "tôn trọng quyền tự quyết". ○ Tín hiệu không lời: ông T. cho thấy nhiều dấu hiệu nguy cơ nặng dù lời nói phủ nhận nhu cầu → yêu cầu chuyên viên cần có kỹ năng đọc ẩn ý và cảnh giác với ngôn ngữ phủ nhận. ○ Nhu cầu cộng đồng: nhóm phụ nữ – trẻ em đang khủng hoảng cấp tính, có thể gây ảnh hưởng lây lan nên cần được ưu tiên hỗ trợ nhanh để ổn định cộng đồng.	0.5	<i>Đây là tình huống không có “đúng – sai” tuyệt đối, điểm cao dành cho khả năng biện luận, phân tích nguy cơ và mâu thuẫn đạo đức thuyết phục, nhất quán.</i>
Câu 4		2.0	
Chọn mô hình	○ Nếu chọn ông T. → nên chọn Mô hình Roberts (7 bước) vì: ▪ Phù hợp với khủng hoảng có nguy cơ cao, trầm cảm, rút lui xã hội.	1.0	Lựa chọn mô hình hợp lý với đối tượng được ưu

	▪ Có các bước đánh giá nguy cơ – thiết lập liên minh trị liệu – kế hoạch theo dõi dài hạn. ○ Nếu chọn nhóm phụ nữ và trẻ em → nên chọn SAFER-R hoặc PFA vì: ▪ Phù hợp ứng phó khủng hoảng cộng đồng, phản ứng cấp tính, cần trấn an nhanh.		tiên (0.5 điểm); Giải thích rõ lý do lựa chọn mô hình (0.5 điểm)
Trình bày kế hoạch can thiệp	○ Chọn ông T.: mô hình Roberts: 1. Đánh giá mức độ nguy cơ tự hại. 2. Thiết lập mối quan hệ tin cậy và lắng nghe cảm xúc mất mát. 3. Khuyến khích bộc lộ nỗi đau (kể chuyện mất người thân). 4. Đánh giá sức mạnh cá nhân, niềm tin tồn tại. 5. Tạo niềm hy vọng và kế hoạch ứng phó nhỏ. 6. Thiết lập mạng lưới hỗ trợ xã hội/tôn giáo nếu có. 7. Kết nối chuyên gia tâm thần, theo dõi lâu dài. ○ Chọn nhóm phụ nữ và trẻ em: (mô hình SAFER-R): 1. Stabilize (Ổn định) – ổn định cảm xúc nhóm, tách người kích động nặng. 2. Acknowledge (Thừa nhận cảm xúc) – xác nhận cảm xúc mất mát. 3. Facilitate Understanding (Hỗ trợ hiểu sự kiện) – cung cấp thông tin rõ ràng, phân bác tin đồn. 4. Encourage Adaptive Coping (Khuyến khích đối phó tích cực) – hướng dẫn hít thở, ôm con, ổn định nhịp sinh hoạt. 5. Restore Functioning (Khôi phục chức năng) – kết nối nhóm để hỗ trợ nhau. 6. Refer (Giới thiệu chuyên sâu nếu cần) – trẻ bị hen → hỗ trợ y tế, phụ nữ bị sang chấn nặng → giới thiệu chuyên gia.	1.0	

Câu 5		1.0	
Vai trò của chăm sóc bản thân:	○ Hạn chế kiệt sức nghề nghiệp, sang chấn thứ phát. ○ Duy trì năng lực chuyên môn, lòng trắc ẩn và hiện diện bền vững với người gặp nạn. ○ Là nền tảng của đạo đức nghề nghiệp: “Không thể rút từ chiếc ly rỗng”.	0.5	
Chiến lược tự chăm sóc cụ thể:	○ Nghỉ ngắn sau mỗi ca trực căng thẳng. ○ Viết nhật ký cảm xúc sau mỗi ngày hỗ trợ. ○ Trò chuyện chia sẻ với đồng nghiệp (tâm lý đồng đẳng). ○ Thiết lập ranh giới công việc – đời sống cá nhân. ○ Thực hành chánh niệm hoặc thể dục nhẹ để giải tỏa.	0.5	
	Điểm tổng	10.0	

TP. Hồ Chí Minh, ngày 29 tháng 06 năm 2025

Người duyệt đề



ThS. Trần Thư Hà

Giảng viên ra đề



ThS. Đặng Thị Hồng Nhung