

Thực trạng và một số giải pháp nâng cao chất lượng thông tin về sức khỏe tâm thần trên báo mạng điện tử Việt Nam hiện nay

Ngày nhận bài: 11/11/2025 | Ngày phản biện: 14/11/2025 | Ngày xuất bản: 16/03/2026

Tác giả: Nguyễn Thị Thanh Tâm (Báo điện tử VTC News)

Tóm tắt: Đề tài tập trung nghiên cứu vai trò của thông tin về sức khỏe tâm thần trên báo mạng điện tử, đồng thời, khảo sát thực tiễn trên các báo điện tử tiêu biểu như Sức khỏe & Đời sống, VTCNews, Dân trí. Nghiên cứu làm rõ vai trò của báo mạng điện tử trong việc nâng cao hiểu biết của cộng đồng về sức khỏe tâm thần, giảm kỳ thị đối với người mắc rối loạn tâm lý và thúc đẩy các hành vi chăm sóc sức khỏe tinh thần tích cực. Qua khảo sát thực tiễn, đề tài chỉ ra nhiều kết quả tích cực như số lượng bài viết tăng, tính nhân văn cao và khả năng lan tỏa rộng rãi, nhưng cũng tồn tại những hạn chế như thiếu chuyên sâu về kiến thức y học, còn thiên về khai thác khía cạnh giật gân hoặc thiếu góc nhìn khoa học. Từ đó, tác giả đề xuất các giải pháp như tăng cường hợp tác giữa cơ quan báo chí với chuyên gia tâm lý, y tế; nâng cao kỹ năng truyền thông khoa học cho phóng viên; đa dạng hóa hình thức thể hiện bằng video, podcast, infographic và xây dựng chuyên mục chuyên sâu nhằm nâng cao chất lượng, tính chính xác và sức thuyết phục của thông tin về sức khỏe tâm thần.

1. Đặt vấn đề

Trong những năm gần đây, vấn đề sức khỏe tâm thần ngày càng được xã hội Việt Nam quan tâm khi tỉ lệ người mắc các rối loạn lo âu, trầm cảm, stress nghề nghiệp, sang chấn tâm lý ở trẻ em và người trưởng thành có xu hướng gia tăng. Tỷ lệ mắc 10 rối loạn tâm thần thường gặp là 14,9% dân số, nghĩa là có khoảng 15 triệu người. Trầm cảm, lo âu chiếm tỷ lệ cao, tới 5 đến 6% dân số, còn lại là các rối loạn tâm thần khác như rối loạn cảm xúc lưỡng cực, rối loạn tâm thần liên quan tới sử dụng rượu bia, ma túy và các chất gây nghiện khác... (Báo Nhân dân, 2023). Kết quả khảo sát năm 2022 của Cục Quản lý khám, chữa bệnh cho thấy, có 61,3% (398 trong tổng số 649)

bệnh viện huyện, trung tâm y tế quận, huyện tổ chức khám, chữa bệnh ngoại trú cho người bệnh tâm thần, nhưng chỉ có 9,1% (59 cơ sở) tổ chức khám, chữa bệnh nội trú cho người bệnh tâm thần. Kết quả này cho thấy khoảng trống lớn về điều trị rối loạn tâm thần (Bộ Y tế, 2023). Trong bối cảnh ấy, báo mạng điện tử giữ vai trò đặc biệt quan trọng trong việc cung cấp thông tin chính xác, khoa học và nhân văn về sức khỏe tâm thần, góp phần nâng cao nhận thức, thay đổi thái độ kỳ thị và khuyến khích người dân chủ động chăm sóc đời sống tinh thần. Tuy nhiên, thực tế cho thấy nội dung thông tin về lĩnh vực này trên nhiều báo mạng điện tử Việt Nam vẫn còn phân tán, thiếu hệ thống và chưa đáp ứng được yêu cầu về tính chuyên sâu, tính tương tác cũng như trách nhiệm xã hội. Trước yêu cầu mới của công tác truyền thông y tế trong kỷ nguyên số, việc nghiên cứu đề tài “Thực trạng và một số giải pháp nâng cao chất lượng thông tin về sức khỏe tâm thần trên báo mạng điện tử Việt Nam hiện nay” có ý nghĩa thiết thực, nhằm nhận diện rõ thực trạng, phân tích những hạn chế còn tồn tại và đề xuất các giải pháp toàn diện giúp báo chí mạng phát huy tốt hơn vai trò giáo dục, định hướng và hỗ trợ cộng đồng trong việc chăm sóc sức khỏe tinh thần cho người dân.

2. Phương pháp nghiên cứu

Để làm rõ thực trạng và đề xuất giải pháp nâng cao chất lượng thông tin về sức khỏe tâm thần trên báo mạng điện tử Việt Nam hiện nay, nghiên cứu sử dụng kết hợp nhiều phương pháp của khoa học xã hội và truyền thông.

Trước hết, phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu được sử dụng nhằm hệ thống hóa các công trình nghiên cứu, văn bản chính sách, báo cáo của cơ quan quản lý và các tài liệu khoa học liên quan đến sức khỏe tâm thần và truyền thông y tế. Qua đó, tác giả xây dựng cơ sở lý luận cho việc đánh giá vai trò của báo mạng điện tử trong truyền thông về sức khỏe tâm thần.

Bên cạnh đó, nghiên cứu sử dụng phương pháp phân tích nội dung báo chí để khảo sát các tin, bài viết về sức khỏe tâm thần đăng tải trên một số báo mạng điện tử tiêu biểu của Việt Nam như Sức khỏe & Đời sống, VTCNews và Dân trí trong một khoảng thời gian xác định. Các tác phẩm báo chí được lựa chọn và phân tích theo những tiêu chí như: chủ đề nội dung, cách tiếp cận thông tin, nguồn trích dẫn chuyên gia, hình

thức thể hiện và mức độ khoa học của thông tin.

Ngoài ra, phương pháp thống kê mô tả, so sánh và tổng hợp cũng được sử dụng nhằm xử lý dữ liệu thu thập được, từ đó rút ra những nhận xét, đánh giá khách quan về thực trạng thông tin sức khỏe tâm thần trên báo mạng điện tử. Trên cơ sở kết quả phân tích, nghiên cứu đề xuất một số giải pháp nhằm nâng cao chất lượng, tính chính xác và hiệu quả truyền thông về sức khỏe tâm thần trên báo chí điện tử Việt Nam hiện nay.

3. Vai trò của thông tin về sức khỏe tâm thần trên báo mạng điện tử

Thông tin về sức khỏe tâm thần trên báo mạng điện tử có vai trò đặc biệt trong việc nâng cao nhận thức xã hội và định hướng hành vi của công chúng đối với một lĩnh vực vốn nhạy cảm, phức tạp nhưng ngày càng mang tính thời sự. Trong đời sống hiện đại, áp lực công việc, học tập, kinh tế và các mối quan hệ xã hội khiến nhiều người rơi vào trạng thái căng thẳng, trầm cảm hoặc rối loạn cảm xúc mà không nhận thức được đầy đủ. Năm 2024, Đại hội đồng Y tế Thế giới đã phê duyệt nghị quyết tăng cường hỗ trợ sức khỏe tâm thần và tâm lý xã hội ở tất cả các giai đoạn của khẩn cấp, đồng thời cung cấp dịch vụ sức khỏe tâm thần chất lượng, tích hợp và tiếp cận được cho tất cả mọi người. Nghị quyết kêu gọi các quốc gia thành viên thực hiện Kế hoạch hành động toàn diện về sức khỏe tâm thần của WHO 2013–2030, đồng thời đầu tư lâu dài vào các dịch vụ dựa vào cộng đồng và tăng cường phối hợp liên ngành (Bộ Y tế, 2025). Trong bối cảnh ấy, báo mạng điện tử với ưu thế về tốc độ, tính đa phương tiện và khả năng tiếp cận đại chúng đã trở thành kênh truyền thông chủ lực giúp phổ biến kiến thức, lan tỏa thông tin nhân văn và điều chỉnh cách nhìn của cộng đồng. Trên báo Dân trí, bài viết “1/5 trẻ vị thành niên Việt Nam có vấn đề về sức khỏe tâm thần” ngày 16/4/2024 đã đưa ra con số tới 21,7 % trẻ từ 10 đến 17 tuổi gặp các vấn đề như lo âu, trầm cảm, rối loạn cảm xúc cùng với thực trạng thiếu hụt nghiêm trọng các dịch vụ tư vấn và trị liệu tâm lý. Những số liệu khách quan này không chỉ giúp công chúng hiểu rằng sức khỏe tâm thần là vấn đề có thật, đang diễn ra trong đời sống, mà còn góp phần phá vỡ tâm lý kỳ thị, xem nhẹ hoặc né tránh khi nhắc đến bệnh tâm thần. Cũng trên báo Dân trí, bài viết “Trẻ em Việt Nam sử dụng mạng xã hội 5 đến 7 giờ mỗi ngày” đăng tháng 10/2024 đã chỉ ra các ảnh hưởng tiêu cực từ việc lạm dụng mạng xã hội như mất ngủ, trầm cảm, cô đơn, tăng nguy cơ rối loạn hành vi ở thanh thiếu niên. Bài

viết này giúp phụ huynh và nhà trường hình dung cụ thể những tác động tâm lý đang len lỏi vào đời sống trẻ em thời đại số, từ đó định hướng hành vi sử dụng mạng xã hội một cách lành mạnh hơn. Trong khi đó, báo VTC News với bài “Ngủ 2 tiếng mỗi ngày người phụ nữ nhập viện tâm thần” đăng tháng 11/2024 lại sử dụng câu chuyện thực tế để cảnh báo rằng mất ngủ kéo dài, áp lực và suy nghĩ tiêu cực có thể dẫn đến suy kiệt tinh thần và buộc phải can thiệp y tế. Bài viết đã chạm tới yếu tố cảm xúc, khiến người đọc nhận ra rằng sức khỏe tâm thần không phải khái niệm xa vời mà gắn liền với nhịp sống hằng ngày, có thể xảy ra với bất kỳ ai, và hoàn toàn có thể điều trị nếu can thiệp đúng lúc. Mỗi bài viết, phóng sự, video hay chuyên đề về sức khỏe tâm thần không chỉ là nguồn thông tin y học mà còn mang ý nghĩa giáo dục xã hội, góp phần phá vỡ sự im lặng, giảm bớt sự kỳ thị và tạo dựng thái độ đồng cảm, tôn trọng đối với những người đang gặp khó khăn về tâm lý.

Bên cạnh vai trò cung cấp kiến thức, báo mạng điện tử còn là cầu nối tương tác giữa người dân, chuyên gia và cơ quan y tế, giúp các vấn đề về tâm lý được chia sẻ cởi mở và khoa học hơn. Với tính năng bình luận, thảo luận trực tuyến, các tờ báo mạng như Sức khỏe & Đời sống, Dân trí, VTCNews, Vietnamnet đã hình thành những diễn đàn công khai nơi độc giả có thể đặt câu hỏi, kể lại trải nghiệm và nhận lời khuyên từ chuyên gia tâm lý. Các chuyên mục như “Tư vấn sức khỏe tâm hồn” của báo Sức khỏe & Đời sống, “Tư vấn y khoa” của báo Dân trí, “Tư vấn” của VTCnews trở thành không gian an toàn để cộng đồng tìm đến, thể hiện nhu cầu được lắng nghe và chia sẻ. Ở đó, báo chí không còn giữ vai trò một chiều mà đã trở thành người đồng hành, người dẫn dắt cảm xúc, góp phần tạo dựng văn hóa ứng xử lành mạnh với các vấn đề tinh thần trong xã hội. Trên báo Dân trí, bài “Nghiên cứu về bệnh ‘có gì mà buồn’ gây chết người, sinh viên giành giải lớn” đăng ngày 10/11/2024 đã giới thiệu công trình nghiên cứu áp dụng phương pháp chánh niệm, so sánh bằng số liệu đo tín hiệu điện não và hành vi của nhóm học sinh có biểu hiện trầm cảm, giúp khẳng định trầm cảm là một bệnh lý có thể đo lường, có thể điều trị và cần sự phối hợp giữa nhà trường, chuyên gia và gia đình. Trên báo Dân trí, bài viết “Rối loạn tâm thần vì áp lực thi cử” đăng ngày 12/07/2024 đã phản ánh kết quả khảo sát thực tế tại một trường học cho thấy có tới 97% học sinh từ 15 đến 18 tuổi bị stress nhẹ, gần 3% có mức độ stress trung bình và hơn 45% gặp các vấn đề liên quan đến lo âu, trầm cảm do áp lực học tập, kỳ vọng từ gia đình và thi cử. Điều đáng chú ý là bài báo không chỉ đưa ra số liệu,

mà còn trích dẫn ý kiến của các chuyên gia tâm lý giáo dục, bác sĩ chuyên khoa tâm thần để lý giải cơ chế hình thành các rối loạn tâm lý ở lứa tuổi học đường, đồng thời nhấn mạnh vai trò quan trọng của phụ huynh, nhà trường và cơ sở y tế trong việc hỗ trợ tinh thần và can thiệp tâm lý đúng thời điểm. Những phân tích này đã tạo ra một diễn đàn mở, nơi người dân có thể hiểu rằng stress, lo âu, trầm cảm không phải là dấu hiệu của sự yếu đuối hay thiếu nghị lực, mà là hệ quả tâm lý có thể đo lường, chẩn đoán và điều trị bằng các phương pháp khoa học. Chính sự tương tác này giúp báo mạng điện tử vượt ra khỏi phạm vi đưa tin đơn thuần để trở thành công cụ trị liệu truyền thông, góp phần cải thiện sức khỏe tinh thần cộng đồng bằng ngôn ngữ gần gũi, dễ hiểu và giàu tính nhân văn.

Ở tầm vĩ mô hơn, thông tin về sức khỏe tâm thần trên báo mạng điện tử còn là công cụ phản ánh và hỗ trợ quá trình hoạch định chính sách của Nhà nước trong lĩnh vực y tế và an sinh xã hội. Qua việc tổng hợp phản hồi của người đọc, phân tích dữ liệu tương tác, các cơ quan báo chí có thể giúp cơ quan chức năng nhận diện kịp thời những xu hướng tiêu cực, nhóm đối tượng dễ tổn thương và khoảng trống trong hệ thống hỗ trợ tâm lý cộng đồng. Đồng thời, báo mạng điện tử cũng góp phần cổ vũ các chương trình hành động quốc gia về sức khỏe tâm thần, thúc đẩy các chiến dịch tuyên truyền như “Chung tay vì hạnh phúc tinh thần”, “Vì một môi trường học đường an toàn”, qua đó lan tỏa thông tin tích cực tới hàng triệu người. Trên báo VTC News, bài viết “Số người tự sát gia tăng, bác sĩ cảnh báo điều này đang bị xem nhẹ” đăng ngày 13/07/2024 là một ví dụ tiêu biểu cho thấy thông tin về sức khỏe tâm thần trên báo mạng điện tử không chỉ phản ánh thực trạng xã hội mà còn góp phần hỗ trợ quá trình hoạch định chính sách trong lĩnh vực y tế và an sinh xã hội. Trên báo Dân trí, bài viết “80% trẻ em có vấn đề sức khỏe tâm thần sẽ được tiếp cận các dịch vụ hỗ trợ” đăng ngày 22/02/2024 đã giới thiệu kế hoạch hành động của chính quyền nhằm bảo đảm đến năm 2030 có tới 80% trẻ em gặp vấn đề tâm thần được tiếp cận các dịch vụ tư vấn, trị liệu và hỗ trợ y tế phù hợp.

Bài viết không chỉ truyền tải thông tin chính sách, mà còn giúp cộng đồng hiểu rõ quyền được thụ hưởng dịch vụ chăm sóc tâm thần, qua đó thúc đẩy sự giám sát xã hội đối với cơ quan quản lý. Tiếp đó, bài “Chỉ 8,4% trẻ vị thành niên tiếp cận dịch vụ hỗ trợ, tư vấn” đăng ngày 25/03/2024 đã phản ánh khoảng cách lớn giữa nhu

cầu và khả năng đáp ứng của hệ thống chăm sóc tâm thần khi có tới hơn 21,7% trẻ gặp vấn đề nhưng chỉ 8,4% được tiếp cận hỗ trợ chuyên môn. Có thể nói, vai trò của báo mạng điện tử không chỉ dừng lại ở việc truyền tải thông tin mà còn là cầu nối tri thức, là động lực để xã hội hướng tới sự phát triển bền vững về cả thể chất lẫn tinh thần, khẳng định báo chí đương đại như một nhân tố quan trọng trong công cuộc chăm sóc sức khỏe tâm thần cộng đồng.

4. Thực trạng thông tin về sức khỏe tâm thần trên báo mạng điện tử Việt Nam hiện nay

4.1. Thực trạng nội dung thông tin

Tờ báo	Thông tin về chủ trương, chính sách của Đảng, Nhà nước về sức khỏe tâm thần	Thông tin thực trạng sức khỏe tâm thần ở Việt Nam	Thông tin về giải pháp tăng cường chăm sóc sức khỏe tâm thần ở Việt Nam	Tổng
Sức khỏe & Đời sống	185	237	167	589
Dân trí	136	207	162	505
VTCNews	112	142	99	353
Tổng	433	586	428	1447

Bảng 1. Thống kê số lượng tin, bài thông tin về sức khỏe tâm thần trên báo mạng điện tử Việt Nam thuộc diện khảo sát. (Nguồn: tác giả tự khảo sát từ tháng 1 tới tháng 12 năm 2024)

Số liệu trong bảng cho thấy trong năm 2024, nội dung thông tin về sức khỏe tâm thần trên ba báo mạng điện tử Sức khỏe & Đời sống, Dân trí và VTCNews có sự phân bố tương đối hợp lý, phản ánh rõ định hướng tuyên truyền và thế mạnh riêng của từng tờ báo. Tổng cộng có 1.447 thông tin được ghi nhận, trong đó Sức khỏe & Đời sống chiếm ưu thế với 589 thông tin, tương ứng hơn 40 % tổng số, thể hiện vai trò trung tâm của cơ quan báo chí thuộc Bộ Y tế trong việc truyền tải chính thống các chủ trương, chính sách và định hướng truyền thông của Nhà nước. Dân trí có 505 thông

tin, chiếm khoảng 35 %, cho thấy thế mạnh trong khai thác các vấn đề xã hội gắn với đời sống thường nhật của người dân. VTCNews với 353 thông tin, chiếm khoảng 25 %, thể hiện phong cách báo chí năng động, chú trọng yếu tố nhanh và đa phương tiện. Xét theo nhóm nội dung, thông tin về thực trạng sức khỏe tâm thần ở Việt Nam chiếm số lượng lớn nhất với 586 bài, phản ánh nỗ lực của báo chí trong việc phản ánh bức tranh toàn cảnh vấn đề này. Nhóm thông tin về chủ trương, chính sách của Đảng và Nhà nước có 433 bài, thể hiện vai trò định hướng, phổ biến văn bản và chiến lược quốc gia về sức khỏe tâm thần. Nhóm thông tin về giải pháp tăng cường chăm sóc sức khỏe tinh thần có 428 bài, tập trung đề xuất các biện pháp cải thiện hệ thống tư vấn, đào tạo nhân lực và tăng cường hỗ trợ cộng đồng. Từ cơ cấu này có thể nhận thấy báo mạng điện tử Việt Nam đã bước đầu hình thành được hệ thống nội dung tương đối cân đối giữa phản ánh, tuyên truyền và định hướng chính sách, song vẫn cần tăng cường thêm các bài viết mang tính giải pháp để góp phần thúc đẩy hành động cụ thể và thay đổi nhận thức xã hội về sức khỏe tinh thần.

4.2. Thực trạng hình thức thông tin

- Về thể loại

Thể loại	Sức khỏe & Đời sống	Dân trí	VTCNews	Tổng
Tin	212	176	121	509
Phản ánh	137	128	92	357
Bình luận	83	91	59	233
Phóng sự	79	64	49	192
Phỏng vấn	78	46	32	156
Tổng	589	505	353	1447

Bảng 2. Thống kê thể loại tác phẩm thông tin về sức khỏe tâm thần trên báo mạng điện tử Việt Nam thuộc diện khảo sát. (nguồn: tác giả khảo sát, thống kê)

Số liệu trong bảng cho thấy nội dung thông tin về sức khỏe tâm thần trên báo mạng điện tử Việt Nam hiện nay được thể hiện qua nhiều thể loại khác nhau, trong đó thể loại Tin chiếm tỷ lệ cao nhất với 509 bài, tương ứng 35,1% tổng số 1447 bài, phản ánh đặc điểm của báo điện tử là ưu tiên truyền tải nhanh các thông tin mang tính cập nhật,

thông báo chính sách, cảnh báo thực trạng hoặc phổ biến các khuyến cáo y tế. Tiếp đến là thể loại Phản ánh với 357 bài, chiếm 24,6%, thể hiện rõ xu hướng báo chí đi sâu vào diễn giải các vấn đề thực tiễn, mô tả đời sống tâm lý của các nhóm xã hội như học sinh, người lao động, phụ nữ sau sinh hay người chịu ảnh hưởng sau dịch bệnh. Thể loại Bình luận có 233 bài, chiếm 16,1%, tuy không chiếm tỷ trọng lớn nhưng lại đóng vai trò quan trọng trong việc định hướng dư luận, giải thích nguyên nhân, gợi mở giải pháp, đánh giá chính sách và đề xuất khuyến nghị chuyên môn, góp phần gia tăng chất lượng thông tin và tính phản biện xã hội. Phóng sự có 192 bài, tương ứng 13,3%, cho thấy các tòa soạn đã khai thác nhiều câu chuyện nhân vật, các trường hợp điển hình về trầm cảm, rối loạn lo âu, tự kỷ hoặc tổn thương tâm lý, qua đó khơi gợi cảm xúc và thúc đẩy sự quan tâm, chia sẻ của cộng đồng đối với những nhóm dễ bị tổn thương về tâm thần. Mặc dù có số lượng thấp nhất, thể loại Phỏng vấn với 156 bài, chiếm 10,8% vẫn cho thấy vai trò quan trọng vì kết nối trực tiếp tiếng nói của chuyên gia tâm thần, nhà nghiên cứu, nhà hoạch định chính sách và các cơ quan quản lý y tế với công chúng, qua đó góp phần lan tỏa tri thức khoa học, đồng thời tạo cầu nối giữa truyền thông, y tế và cộng đồng. Nhìn tổng thể, các báo không chỉ dừng lại ở việc đưa tin đơn thuần, mà còn chuyển dần sang các thể loại chuyên sâu hơn như phản ánh, bình luận và phóng sự, thể hiện xu hướng báo chí sức khỏe tâm thần ngày càng mang tính nghiên cứu, phân tích và định hướng chính sách rõ nét hơn.

- Về tần suất thông tin

Tháng 2024	Sức khỏe & Đời sống	Dân trí	VTCNews	Tổng
Tháng 1	47	38	26	111
Tháng 2	42	34	27	103
Tháng 3	53	39	29	121
Tháng 4	48	44	30	122
Tháng 5	54	45	31	130
Tháng 6	51	43	32	126
Tháng 7	49	42	28	119
Tháng 8	55	41	33	129
Tháng 9	48	40	29	117
Tháng 10	45	38	28	111
Tháng 11	49	44	30	123
Tháng 12	48	37	30	115
Tổng	589	505	353	1447

Bảng 3. Thống kê tần suất tin, bài thông tin về sức khỏe tâm thần trên báo mạng điện tử Việt Nam thuộc diện khảo sát. (nguồn: tác giả khảo sát, thống kê)

Số liệu trong bảng tần suất đăng tải thông tin về sức khỏe tâm thần trên ba báo mạng điện tử trong năm 2024 cho thấy xu hướng truyền thông có sự phân bố tương đối đều nhưng vẫn xuất hiện những thời điểm tăng mạnh, phản ánh sự quan tâm của xã hội và báo chí theo từng giai đoạn. Tờ Sức khỏe và Đời sống luôn duy trì số lượng bài viết cao nhất, dao động từ 45 đến 55 bài mỗi tháng, thể hiện rõ vai trò của một cơ quan báo chí chuyên ngành y tế, có nhiệm vụ truyền tải các khuyến cáo, hướng dẫn chuyên môn, phản ánh thực trạng và hỗ trợ về mặt truyền thông cho hệ thống y tế quốc gia. Dân trí có mức độ duy trì tương đối ổn định, từ 37 đến 45 bài mỗi tháng, nổi bật nhất ở các tháng 4, 5 và 11, cho thấy Báo thường tăng cường nội dung về sức khỏe tâm thần vào những thời điểm gắn với các sự kiện truyền thông như Ngày Sức khỏe Thế giới mừng 7 tháng tư, mùa thi cử học sinh tháng năm hay thời điểm tổng kết năm. VTC News dù có số lượng thấp nhất nhưng vẫn thể hiện sự ổn định và có điểm nhấn, đặc biệt ở các tháng 5, 8 và 11, với số bài cao nhất là 33 bài. Tổng số bài viết giữa các tháng dao động từ 103 đến 130 bài, trong đó tháng 5 và tháng 8 là hai tháng có số bài cao nhất, lần lượt đạt 130 và 129 bài, cho thấy giai đoạn giữa năm là thời kỳ cao điểm

của truyền thông về sức khỏe tâm thần. Đây là thời điểm diễn ra nhiều chiến dịch truyền thông của Bộ Y tế, mùa thi cử, áp lực công việc, kết quả học tập và cũng là lúc các báo tăng cường phản ánh tâm lý cộng đồng. Ngược lại, tháng 2 và tháng 10 là những tháng có số lượng bài thấp nhất, nhưng vẫn duy trì ở mức trên 100 bài, phản ánh tính ổn định và khả năng duy trì sự quan tâm của các báo đối với chủ đề này. Nhìn chung, số liệu cho thấy báo mạng điện tử Việt Nam đã duy trì sự quan tâm liên tục đối với vấn đề sức khỏe tâm thần, đồng thời phản ánh sự điều chỉnh linh hoạt trong hoạt động truyền thông theo mùa vụ, sự kiện và tâm lý xã hội.

5. Đánh giá về thành công và hạn chế thông tin

5.1. Thành công

Thứ nhất, thông tin về sức khỏe tâm thần trên báo mạng điện tử Việt Nam hiện nay có sự đa dạng về hình thức thể hiện và thể loại báo chí, từ tin ngắn, phản ánh, phóng sự, bình luận đến phỏng vấn chuyên gia. Điều này giúp nội dung không chỉ dừng lại ở mức thông báo, mà còn tạo sự hấp dẫn, gần gũi và có chiều sâu hơn trong tiếp cận người đọc. Chẳng hạn, báo VTC News ngày 13 tháng 7 năm 2024 đăng bài viết “Số người tự sát gia tăng, bác sĩ cảnh báo điều này đang bị xem nhẹ”, sử dụng thể loại phản ánh kết hợp phỏng vấn để kể về những trường hợp trầm cảm dẫn đến hành vi tiêu cực, đồng thời dẫn lời bác sĩ phân tích nguyên nhân và khuyến nghị các mô hình hỗ trợ tâm lý phù hợp. Bên cạnh đó, báo Dân trí ngày 10/11/2024 đăng bài “Nghiên cứu về bệnh có gì mà buồn gây chết người, sinh viên giành giải lớn” theo dạng bài phân tích chuyên sâu, thể hiện cách thức báo mạng chuyển tải tri thức khoa học về trầm cảm, sử dụng hình thức kể chuyện kết hợp nghiên cứu thực nghiệm. Những hình thức thể hiện sinh động và đa dạng đó giúp thông tin vừa mang tính giáo dục, vừa có chiều sâu phân tích, vừa gợi cảm xúc, từ đó góp phần thay đổi cách nhìn nhận của công chúng về sức khỏe tâm thần.

Thứ hai, các tờ báo mạng điện tử đã kết nối thông tin đời sống với tri thức chuyên môn và phân tích khoa học, giúp người đọc hiểu đúng bản chất vấn đề tâm thần dưới góc nhìn y học và tâm lý học. Báo Dân trí ngày 12/4/2024 có bài “1 trên 5 trẻ vị thành niên Việt Nam có vấn đề về sức khỏe tâm thần”, dẫn kết quả khảo sát của UNICEF kèm phân tích của chuyên gia tâm lý về ảnh hưởng của áp lực học tập, mạng xã hội và môi

trường gia đình tới tâm lý trẻ em. Bài viết không chỉ đưa ra số liệu phản ánh thực trạng, mà còn giúp phụ huynh, nhà trường và xã hội hiểu rằng các vấn đề tâm thần cần được tiếp cận bằng kiến thức khoa học, thay vì phán xét hay xem nhẹ. Hoặc báo VTC News ngày 4/11/2024 đăng bài “Ngủ 2 tiếng mỗi ngày, người phụ nữ nhập viện tâm thần”, không chỉ kể câu chuyện cá nhân mà còn có phần tư vấn chuyên môn của bác sĩ chuyên khoa, giúp độc giả hiểu rõ cơ chế bệnh sinh, nguyên nhân và phương pháp điều trị rối loạn tâm thần. Những bài viết như vậy thể hiện rõ thành công trong việc chuyển đổi từ cung cấp thông tin sang cung cấp tri thức, giải thích, hướng dẫn, và định hướng nhận thức cộng đồng.

Thứ ba, các tờ báo mạng điện tử trong thông tin về sức khỏe tâm thần thể hiện rõ vai trò phản ánh và hỗ trợ quá trình hoạch định chính sách của Nhà nước trong lĩnh vực y tế và an sinh xã hội. Đây là khía cạnh thể hiện rõ nhất vai trò xã hội của báo chí. Ví dụ, bài báo “80 % trẻ em có vấn đề sức khỏe tâm thần sẽ được tiếp cận các dịch vụ hỗ trợ” đăng trên báo Dân trí ngày 22/2/2024 đã giới thiệu kế hoạch hành động của chính quyền về mở rộng mạng lưới dịch vụ tư vấn và trị liệu tâm lý giai đoạn hai nghìn không trăm hai ba đến hai nghìn không trăm ba mươi, qua đó báo chí trở thành cầu nối truyền tải chính sách đến với cộng đồng. Hay bài “Chỉ 8 phẩy 4 % trẻ vị thành niên tiếp cận dịch vụ hỗ trợ tư vấn” đăng ngày 25/3/2024 trên báo Dân trí tiếp tục phản ánh khoảng cách giữa nhu cầu và thực tế chính sách, góp phần làm rõ các vấn đề trong triển khai chính sách và thúc đẩy hoàn thiện hệ thống chăm sóc tâm thần. Không dừng lại ở phản ánh, các bài viết này còn mang tính chất giám sát chính sách, tạo áp lực xã hội tích cực và định hướng thay đổi từ phía cơ quan quản lý. Điều đó khẳng định thành công của báo mạng điện tử không chỉ ở việc truyền thông, mà còn ở việc góp phần thúc đẩy phát triển chính sách y tế và bảo trợ xã hội một cách thiết thực và hiệu quả.

5.2. Hạn chế

Mặc dù đạt được nhiều thành công, thông tin về sức khỏe tâm thần trên báo mạng điện tử Việt Nam hiện nay vẫn tồn tại một số hạn chế nhất định về nội dung và hình thức thể hiện, nhưng các hạn chế này không phủ nhận vai trò tích cực đã đạt được, mà cho thấy báo mạng vẫn cần tiếp tục hoàn thiện để đáp ứng tốt hơn yêu cầu truyền thông y tế trong bối cảnh xã hội hiện đại.

Thứ nhất, nhiều bài viết vẫn thiên về tính cảm xúc, giật tít và mô tả tình huống cá nhân nhưng chưa cung cấp đầy đủ kiến thức khoa học hoặc hướng dẫn chuyên môn cụ thể, khiến độc giả dễ hiểu vấn đề theo cảm tính, thậm chí tạo tâm lý lo sợ hoặc hiểu sai bản chất các rối loạn tâm thần. Chẳng hạn, bài “Nam sinh lớp 11 tử vong sau thời gian bị trầm cảm” đăng trên VTC News ngày 14/9/2024 đã thu hút sự chú ý nhờ tiêu đề mạnh và nội dung đầy cảm xúc, nhưng phần thông tin chuyên môn chỉ dừng ở mức cảnh báo mà thiếu phân tích sâu về dấu hiệu nhận biết, phương pháp can thiệp hoặc kênh hỗ trợ tâm lý phù hợp. Hay bài “Con có dấu hiệu bệnh tâm thần, mẹ mời 7 thầy cúng đến... chữa” đăng ngày 24/6/2024 trên báo Dân trí. Bài viết giúp công chúng đồng cảm với nhân vật, nhưng chưa thực sự định hướng cách ứng phó khi gặp vấn đề tương tự trong thực tế. Điều này cho thấy báo mạng đôi khi vẫn ưu tiên tính thu hút hơn là tính định hướng và giáo dục trong truyền thông sức khỏe tâm thần.

Thứ hai, một số bài viết mới chỉ dừng ở việc nêu vấn đề và trích dẫn số liệu rời rạc, nhưng chưa gắn với bối cảnh chính sách, hệ thống hỗ trợ thực tế hoặc chưa chỉ ra ai là đối tượng chịu trách nhiệm giải quyết vấn đề. Ví dụ, bài “Hơn 30 % người trưởng thành từng trải qua triệu chứng lo âu hoặc mất ngủ kéo dài” trên báo Dân trí ngày 06/6/2024 chỉ dừng ở việc dẫn khảo sát và chia sẻ quan điểm của bác sĩ, nhưng không kết nối với các chương trình chăm sóc sức khỏe tâm thần hiện đang triển khai ở Việt Nam hoặc các khuyến nghị chính sách cụ thể. Bài viết đã phản ánh thực trạng đáng lo ngại, nhưng thiếu chiều sâu phân tích về hệ thống hỗ trợ y tế, giáo dục hay cộng đồng, khiến người đọc biết vấn đề nhưng không biết cách giải quyết. Hay bài viết “1/5 trẻ vị thành niên Việt Nam có vấn đề về sức khỏe tâm thần” đăng trên báo Dân trí ngày 16/4/2024 cũng tồn tại những hạn chế tương tự. Điều này cho thấy báo mạng vẫn còn hạn chế khi chuyển thông tin từ mức độ mô tả sang mức độ lý giải và định hướng.

Thứ ba, mức độ tương tác giữa người đọc với các chuyên gia và cơ quan quản lý thông qua báo điện tử còn hạn chế, vì phần lớn các bài viết vẫn mang tính một chiều, chưa tạo được diễn đàn trao đổi công khai, chưa mở rộng các hình thức như tọa đàm trực tuyến, hỏi đáp với chuyên gia hay kết nối với các đường dây tư vấn tâm lý. Chẳng hạn, bài “Người trẻ mất ngủ, lo âu vì áp lực cuộc sống hiện đại” đăng trên báo Sức khỏe và Đời sống ngày 08/8/2024 đã nêu rõ nguyên nhân, triệu chứng và lời khuyên

từ chuyên gia, nhưng sau bài viết không có phần tư vấn thêm, không có gợi ý liên hệ với các tổ chức hỗ trợ tâm thần, cũng không mở ra không gian để bạn đọc chia sẻ câu chuyện của chính mình. Đây là dạng bài tốt về mặt chuyên môn nhưng chưa phát huy vai trò kết nối giữa người dân và hệ thống hỗ trợ, chưa thực sự trở thành cầu nối tương tác giữa cộng đồng và chuyên gia. Nhìn chung, hạn chế này cho thấy báo mạng điện tử cần mở rộng hơn nữa các hình thức truyền thông tương tác, thay vì chỉ truyền tải thông tin một chiều như hiện nay.

6. Một số giải pháp nâng cao chất lượng thông tin về sức khỏe tâm thần trên báo mạng điện tử Việt Nam thời gian tới

Để khắc phục các hạn chế đã nêu trong thông tin về sức khỏe tâm thần trên báo mạng điện tử Việt Nam, cần triển khai các giải pháp có tính chuyên sâu, mang tính hệ thống, bảo đảm phù hợp với đặc thù lĩnh vực truyền thông y tế và nhiệm vụ định hướng xã hội của báo chí hiện nay.

Thứ nhất, nâng cao năng lực chuyên môn cho các phóng viên, biên tập viên phụ trách lĩnh vực sức khỏe tâm thần thông qua việc đào tạo định kỳ về kiến thức tâm lý học, y học hành vi, trị liệu tâm lý và hệ thống chính sách chăm sóc sức khỏe tâm thần quốc gia. Khi người viết hiểu đúng bản chất các rối loạn tâm thần, hiểu được nguyên nhân, triệu chứng, phương pháp điều trị và khung chính sách, họ sẽ tránh được tình trạng giật tít, mô tả cảm tính, hoặc truyền tải thông tin thiếu chính xác. Thay vào đó, nội dung sẽ được phản ánh đa chiều, khoa học và cân bằng giữa cảm xúc và lý trí. Việc phối hợp với Bộ Y tế, các bệnh viện tâm thần tuyến trung ương, các trường đại học y và các tổ chức tư vấn tâm lý để tổ chức các khóa tập huấn chuyên môn, hội thảo nghiệp vụ và thực tế tại các cơ sở điều trị sẽ giúp báo chí nâng cao chất lượng thông tin từ gốc, giảm nguy cơ sai lệch khi truyền thông.

Thứ hai, xây dựng quy chuẩn kiểm duyệt nội dung chuyên biệt đối với các tin, bài về sức khỏe tâm thần. Quy chuẩn này cần quy định rõ về cách sử dụng thuật ngữ khoa học, nguyên tắc mô tả các tình huống liên quan đến tự sát, trầm cảm hoặc rối loạn tâm thần, đồng thời yêu cầu bài viết phải kèm theo hướng dẫn tiếp cận dịch vụ hỗ trợ hoặc thông tin khuyến cáo của chuyên gia. Điều này sẽ hạn chế tình trạng bài viết chỉ dừng

ở mức cảnh báo hoặc mô tả bi thương mà thiếu giải pháp. Quy chuẩn cũng cần quy định việc bắt buộc trích dẫn nguồn chuyên môn tin cậy như bác sĩ tâm thần, chuyên gia tâm lý, viện nghiên cứu y tế hoặc tổ chức quốc tế như WHO, UNICEF, để bảo đảm thông tin có căn cứ và giá trị tham khảo. Bên cạnh đó, ở những bài viết có nguy cơ gây hoang mang như các trường hợp tự tử, hoang tưởng, bạo lực tâm thần, cần có biên tập viên có chuyên môn phụ trách kiểm duyệt trước khi xuất bản.

Thứ ba, tăng cường các hình thức truyền thông tương tác, tạo diễn đàn hai chiều giữa chuyên gia, người dân và cơ quan quản lý trên nền tảng báo mạng điện tử. Thay vì chỉ cung cấp nội dung một chiều dưới dạng tin, bài viết, các báo cần tổ chức tọa đàm trực tuyến với bác sĩ tâm thần, chuyên gia giáo dục, nhà xã hội học; mở chuyên mục tư vấn tâm lý định kỳ trả lời câu hỏi từ bạn đọc; hoặc xây dựng các video phỏng vấn chuyên gia về từng hội chứng tâm lý cụ thể như trầm cảm sau sinh, rối loạn lo âu xã hội, stress học đường. Ngoài ra, báo mạng có thể tích hợp mục "Hỏi chuyên gia", "Góc tư vấn y tế", hoặc kết nối với các đường dây nóng của bệnh viện, trung tâm hỗ trợ tâm lý, giúp độc giả không chỉ đọc thông tin mà còn biết cách tìm kiếm sự trợ giúp. Mô hình này không chỉ nâng cao hiệu quả truyền thông mà còn giúp báo chí thực sự trở thành cầu nối giữa cộng đồng và hệ thống hỗ trợ sức khỏe tâm thần.

Thứ tư, đẩy mạnh truyền thông chính sách theo hướng phản biện mang tính xây dựng, giúp báo chí không chỉ đưa tin về các chương trình, kế hoạch chăm sóc sức khỏe tâm thần mà còn phân tích mức độ thực thi, phản ánh những rào cản, khoảng trống và đề xuất cơ chế cải thiện từ thực tế. Các tờ báo cần tăng cường khai thác các bài viết điều tra, phóng sự chính sách, nghiên cứu tình huống tại các cơ sở điều trị tâm thần, trung tâm bảo trợ xã hội hoặc trường học, nơi dịch vụ tư vấn tâm lý còn hạn chế. Qua đó, báo chí không chỉ cung cấp thông tin, mà còn tham gia vào quy trình hoạch định chính sách bằng cách đưa ra tiếng nói phản hồi từ cộng đồng và minh chứng thực tiễn để cơ quan quản lý có thể điều chỉnh chính sách phù hợp hơn. Cách làm này sẽ giúp báo mạng điện tử không chỉ là kênh đưa tin, mà còn trở thành đối tác truyền thông chiến lược trong phát triển hệ thống chăm sóc sức khỏe tâm thần quốc gia.

7. Kết luận

Từ những phân tích trên có thể thấy rằng thông tin về sức khỏe tâm thần trên báo mạng điện tử Việt Nam không chỉ đơn thuần là hoạt động truyền tải kiến thức hay phản ánh thực trạng, mà còn từng bước khẳng định vai trò như một công cụ truyền thông mang tính định hướng, kết nối và hỗ trợ chính sách xã hội. Các tờ báo như Sức khỏe và Đời sống, Dân trí, VTC News đã mở rộng cách tiếp cận từ việc đưa tin sang phân tích, bình luận, phỏng vấn chuyên gia và phản biện chính sách, góp phần nâng cao nhận thức cộng đồng, giảm kỳ thị tâm lý, thúc đẩy đối thoại xã hội và lan tỏa các mô hình hỗ trợ tâm thần một cách khoa học, nhân văn hơn. Tuy nhiên, để phát huy đầy đủ vai trò của báo chí trong lĩnh vực này, cần tiếp tục nâng cao chất lượng nội dung, tăng tính tương tác hai chiều, đẩy mạnh kết nối với hệ thống chuyên môn và xây dựng cơ chế truyền thông chính sách bài bản, hiệu quả. Điều đó cho thấy báo mạng điện tử không chỉ đang làm tốt nhiệm vụ thông tin mà còn từng bước tham gia vào quá trình chăm sóc sức khỏe tinh thần cộng đồng, góp phần xây dựng một xã hội thấu hiểu, chia sẻ và có trách nhiệm hơn với sức khỏe tâm thần./.

Tài liệu tham khảo

1. Theo Báo Nhân dân. (2023). <https://nhandan.vn/khoang-15-so-dan-mac-roi-loan-tam-than-post776821.html>.
2. Bộ Y tế. (2023). Cục Quản lý khám chữa bệnh: Báo cáo tại Hội thảo Xây dựng đề án tăng cường năng lực hệ thống chăm sóc sức khỏe tâm thần giai đoạn 2023-3030.
3. Bộ Y tế. (2025). Tài liệu tuyên truyền Ngày Sức khỏe tâm thần thế giới 2025