

Bài tập về nhà buổi 3

- Xem tài liệu phát tay Phần III, bài tập 3.
- Dựa trên tình huống bạn chọn hay tình huống trong tài liệu phát tay, mô phỏng một đoạn vấn đàm. Viết cho giai đoạn tiếp cận mà thôi, cẩn thận không đi giai đoạn khác (không làm kế hoạch, v.v).
- Dùng 5 câu hỏi mở, 5 câu phản hồi (bao gồm phản hồi cảm xúc), 2 câu khẳng định, 1 câu tóm tắt, 1 câu cung cấp thông tin nếu cần. Viết ra từng câu (câu hỏi mở #1, câu hỏi mở #2, v.v...).

Bài tập 1

Bài tập của Chị Trịnh Thị Huệ

Cơ quan công tác: Đại học Y tế Công cộng
Tình huống:

A decorative horizontal bar at the bottom of the slide featuring a complex, low-poly geometric pattern in shades of gray and white.

1. Bài tập 1

TVV: Chào em, Chị có thể giúp gì cho em ? (CHM#1)

BN: Em chào chị ạ. Hôm nay em đến đây theo lời của bố em. Em có chơi ma túy được 2 năm. Bố em biết chuyện liền bắt em đến đây . Lúc đầu em không chịu vì em thấy em không bị nghiện nhưng sau khi tìm hiểu trên mạng nên em nghĩ mình nên đến đây.

TVV: Em đã chơi ma túy được 2 năm. Bố em biết chuyện và bảo em tới đây nhưng em thấy mình không bị nghiện nên không cần phải tới .Và rồi sau khi tìm hiểu trên mạng thì em nghĩ mình nên đến . (CPHĐG#1)

Theo chị thấy, mặc dù không thực sự muốn đến đây nhưng em vẫn đồng ý đến đây, như vậy là tốt.(CKĐ #1)

Giờ em kể cho chị nghe em đã sử dụng ma túy như thế nào?(CHM#2)

BN: Em chơi nó khi còn năm 3 đại học do một người bạn rủ em chơi. Lúc đầu thì chơi 1-2 lần /1 tháng vì dùng không quen. Sau dùng quen thì em dùng khoảng 1-2 lần/ 1 tuần. Có những lúc chuyện gia đình khiến em chơi nó cả tuần.

2. Bài tập 1

TVV: Em đã chơi ma túy từ năm 3 đại học do một người bạn của em rủ. Lúc đầu, do không quen thì em chơi 1-2 lần/ 1 tháng. Sau đó em dùng 1-2 lần/ 1 tuần.(CPHĐG#2)

Còn những lúc chuyện gia đình làm em chán nản và buồn bã thì em chơi ma túy cả tuần (CPHCX#1)

Trong lúc em dùng ma túy em có thấy bản thân thay đổi như thế nào?(CHM#3)

BN: Em lần đầu chơi em thì cảm giác năng và phê lắm chị nhưng khi tỉnh thì em nằm liệt luôn cả ngày. Mệt và oải hết tay chân. Nhưng mấy lần chơi cũng quen rồi thì chỉ mệt một lúc khi tỉnh thôi. Em ăn ít đi, có sút cân đôi lúc, cũng có choáng đầu. Dạo gần đây, không hiểu sao em choáng đầu nhiều hơn, sút cân nhanh và em thấy run tay chân chị ạ. Rồi bố em biết chuyện bảo em bỏ máy túy đá đi không thì chỉ có chết. Lúc đó nghe bố em nói em không tin nhưng em thấy dạo gần đây em thấy em yếu hẳn chị ạ. Và rồi em tìm hiểu thì nghĩ chắc do mình chơi ma túy. Nhưng chị ơi! Em cũng muốn bỏ chơi nó lắm, nhưng cứ đến tầm tối khó chịu lắm nên phải đi tìm hàng để chơi thì mới đi ngủ.

3. Bài tập 1

TVV: Khoảng thời gian đầu em chơi em chỉ mệt và oải chân tay thôi. Do dùng quen rồi em chỉ mệt khi tỉnh, em ăn ít, bị sút ít cân và đôi lúc hơi choáng đầu. Gần đây, em bị choáng đầu nhiều hơn, sút cân nhanh và xuất hiện run tay chân. Bố em biết chuyện khuyên em bỏ ma túy mà em đã không nghe lời bố. Sau khi thấy sức khỏe yếu đi em có tìm hiểu và em nghĩ là do mình chơi ma túy .(CPHĐG#3)

Một mặt em muốn từ bỏ ma túy , mặt khác em lại không thể cưỡng lại được cảm giác thèm ma túy vào buổi tối (CPH- HC#1)

Em có sử dụng biện pháp cai ma túy nào không?

BN: Dạ chưa chị ơi. Nhưng em đang có ý định dùng methadone. Nhưng em chưa tìm hiểu được nhiều thông tin lắm

TVV: Em biết đến methadone như thế nào? (CHM#4)

4. Bài tập 1

BN: Em thấy người ta bảo methadone là chất dùng để cai nghiện ma túy. Họ bảo dùng nó thì cai được ma túy.

TVV: Điều gì khiến em muốn điều trị bằng methadone?(CHM#5)

BN: Em mong sức khỏe em khỏe hơn không bị phụ thuộc vào ma túy nữa. Nhưng em chẳng biết mình nên dùng methadone ra sao.

TVV: Em muốn chị chia sẻ một chút thông tin về methadone không? (Kĩ năng xin cung cấp thông tin)

BN: Dạ có chị

TVV: Methadone là thuốc có tác dụng giống với heroin nhưng không gây phê, mỗi ngày em chỉ cần uống một liều và một liều lượng phù hợp với cơ thể em sẽ không còn cảm giác vã thuốc đặc biệt là thuốc này sẽ khóa tác động của heroin nên em chơi bao nhiêu ma túy thì cũng không còn nữa. Ở đây chỉ có mấy

5. Bài tập 1

BN: Dạ em xin chị ạ.


TVV: Theo những gì chúng ta trao đổi em đã dùng ma túy được 2 năm và bố em đã khuyên em bỏ ma túy và khuyên em nên đi tư vấn. Khi mới chơi thì em chơi 1-2 lần/ tháng nhưng sau đó em dùng 1- 2 lần / tuần và nếu khi gặp vấn đề về gia đình thì em chơi ma túy cả tuần. Lúc đầu em không muốn nhưng do sự nhận thấy sức khỏe giảm sút do các biểu hiện như: choáng đầu, sút cân nhanh run tay chân xuất hiện nhiều em cũng quyết định đến đây để tư vấn. Em cũng tìm hiểu tìm hiểu về methadone nhưng chưa được nhiều thông tin và chị cũng đã nói cho em sơ qua về methadone và đưa em một số tờ rơi để em tham khảo. Chị tóm lại như vậy có đúng ý em không? (Kĩ năng tóm tắt)

BN: Dạ đúng rồi ạ.

TVV: Ừ , như vậy thì được rồi. Chị cảm ơn em vì đã đến gặp chị ngày hôm nay (CKĐ#2). Hẹn gặp em vào buổi tư vấn tiếp theo. Chào em

BN: Em chào chị ạ.

Bài tập 2

- **BÀI TẬP CỦA ANH CHUNG HOÀNG MINH TRUNG**
 - **Cơ quan công tác: Trung Tâm giải cứu gia đình NISSI Center**
 - **Tình huống:** Một người nghiện ma túy 10 năm, đã từng tự cai nhiều lần tại nhà và nhiều lần tại các cơ sở cai khác nhưng không thành công. Và được biết tới trung tâm Nissi nên đã quyết định đến và cai nghiện tại trung tâm. Câu chuyện giữa tư vấn viên là lãnh đạo tại trung tâm và bệnh nhân.
- 

1. Bài tập 2

- TVV : Chào bạn. Điều gì khiến bạn đã đến với trung tâm Nissi (#1 câu hỏi mở)
- BN : Em đã nghiện ma túy 10 năm, nhiều lần em muốn tự cai tại nhà nhưng không thành công. Em cũng đã từng đi cai nhiều nơi , nhiều cơ sở nhưng vẫn không thành. Có người bạn bên nhà đã cai nghiện thành công tại Nissi đã hướng dẫn em tới đây.
- TVV : Bạn đã từng cai nghiện nhiều nơi mà không thành ? (#2 câu hỏi mở)
- BN : Vâng ạ, vì anh biết đây. Nghiện mà khó có bỏ được lắm. Nhiều lần quyết tâm trói tay trói chân lại. Nhưng rồi vài ngày là tự cởi trói đi tìm hàng chơi. Em tuyệt vọng nghĩ rằng ma túy sẽ theo em suốt đời.
- TVV : Bạn nghĩ ma túy không thể cai được. (#3 câu hỏi mở)
- BN : Đúng. nhiều lần em tuyệt vọng và nghĩ rằng mình sẽ không bỏ được nó. Nhưng rồi được nghe giới thiệu tới trung tâm Nissi, nhiều con người được thay đổi. Họ thay đổi cả suy nghĩ và cai nghiện thành công trở thành một con người hoàn toàn mới. Nên em quyết tâm đến đây để cai nghiện ạ.

2. Bài tập 2

TVV : Bạn nghĩ như thế nào nếu cai nghiện bằng tình yêu thương (#4 câu hỏi mở)

BN : Em đã nghe về cách cai nghiện bên mình. Lúc đầu em cũng chưa tin lắm, nhưng khi được giới thiệu tận tình và nghe nhiều người đã từng cai nghiện thành công tại đây giới thiệu. Thì em hoàn toàn tin và đến đây với lòng muốn được thay đổi hoàn toàn trở thành con người mới.

TVV : Wow, Thật tuyệt vời. Bạn thật chu đáo khi đã tìm hiểu kỹ trước khi đến đây. Anh rất vui mừng vì sự quyết tâm của em. Vậy em có muốn anh chia sẻ và giới thiệu thêm về cách điều trị và cách chăm sóc cai nghiện tại Nissi không ? (#5 phần hỏi cảm xúc #6 khẳng định + xin phép cung cấp thông tin)

BN : Có ạ. Anh nói đi.

TVV : Trung tâm giải cứu gia đình Nissi đặt nền tảng niềm tin nơi tin lành của Chúa Giê Xu. Nissi Center được thành lập bởi những con người đã chiến thắng trong hành trình cai nghiện ma túy và các nạn tệ nạn xã hội khác . Nơi đây các bạn sẽ được học tập, chia sẻ yêu thương chăm sóc huấn luyện và định hướng để chiến thắng ma túy, rượu bia thuốc là cờ bạc game,...Bằng tình yêu thương và sự thấu hiểu cảm thông. Chúng tôi mong muốn giúp đỡ những người nghiện để họ hướng đến một lối sống lành mạnh. Có ích cho xã hội trở thành niềm vui lớn cho cộng đồng và gia đình. (#7 cung cấp thông tin)

3. Bài tập 2

BN : Đây là một phương pháp cai rất hay. Em rất nôn nóng để được vào trung tâm và cai nghiện thành công. Em không muốn ở ngoài và làm cho ba mẹ gia đình phải khổ sở vì em nữa. Muốn mau từ bỏ ma túy.

- TVV : Anh thấy em quyết tâm, nghĩ cho gia đình cho Ba Mẹ là rất tốt. Em rất có hiếu. Nhưng thời gian đầu thời gian cắt cơn sẽ rất mệt và khó chịu. (#8 câu khẳng định)

- BN : Em biết là sẽ rất khó chịu, nhưng em tin với lòng quyết tâm của mình và được chăm sóc với tình yêu thương trong trung tâm, tình yêu thương của anh em Nissi. Em tin chắc chắn mình sẽ cai nghiện thành công và trở thành con người mới.

- TVV : Tuyệt vời. Em có một suy nghĩ rất tích cực. Anh tin với lòng quyết tâm của em, sự có hiếu của em. Thì em sẽ cai nghiện thành công và trở thành con người mới có ích cho gia đình và xã hội. (#9 câu khẳng định)

4. Bài tập 2

BN : Dạ vâng ạ. Em cảm ơn anh.

- TVV : Vậy là em quyết tâm được cai nghiện tại trung tâm, Em mong muốn được từ bỏ hoàn toàn ma túy, quyết tâm được học tập và huấn luyện tại trung tâm. Thay đổi tư duy suy nghĩ trở thành một con người mới có ích cho gia đình và xã hội. Anh có nói thiếu gì không ? (#10 câu tóm tắt)

- BN : Dạ đúng rồi anh.

- TNN : Ok. Chào mừng em đến với gia đình Nissi.





UMP - Vietnam - HIV

ATTC

Addiction Technology Transfer Center Network

Funded by the President's Emergency Plan for AIDS Relief through
the Substance Abuse and Mental Health Services Administration

BÀI 4:

GIAI ĐOẠN TẬP TRUNG KỸ NĂNG PVTĐL CỐT LÕI

PHẢN HỒI CẢM XÚC

Khi BN thể hiện cảm xúc mãnh liệt, TVV lắng nghe và phản hồi **cảm xúc** (thể hiện thấu cảm) và **nhu cầu** của họ. Khi họ cảm thấy được nghe và hiểu, sự căng thẳng giảm đi và họ bớt tức giận.

Khi BN nói câu có yếu tố cảm xúc, TVV cần:

- (1) Xác định cảm xúc và nhu cầu của người nói,
- (2) Tạo ra một câu phản hồi cảm xúc thấu cảm.

Câu trả lời đồng cảm ở dạng

"Bạn cảm thấy... và bạn cần (bạn nghĩ bạn cần được) ..."

Hoặc

"Có vẻ như bạn đang (cảm thấy) bởi vì và bạn muốn (cần)"

PHẢN HỒI CẢM XÚC

BN 1: “*Gia đình không bao giờ chịu nghe em cả!*”

Cảm xúc: bức bối/thất vọng - nhu cầu: tôn trọng

TVV 1: “*Em có vẻ thất vọng và em cần gia đình tôn trọng ý kiến em.*” (Phản hồi cảm xúc/thấu cảm)

BN 2: “*Em đã quyết tâm từ bỏ lắm rồi mà không ai hiểu, chỉ toàn là chửi rủa em*”

Cảm xúc: buồn/thất vọng - nhu cầu: thông cảm

TVV 2: “*Dường như em buồn và không ai thông cảm với em.*”

PHẢN HỒI CẢM XÚC

BN 3: *“Mới dương tính có vài lần mà cho em ra khỏi chương trình, điều trị methadone để giúp người gì mà đuổi vậy trời.”*

Cảm xúc: tức giận - nhu cầu: rộng lượng, thông cảm

TVV 3: *“Anh cảm thấy tức tối và anh nghĩ nhân viên ở đây nên thông cảm cho anh.”*

BN 4: *“Bỏ qua đi anh, em không thích nói chuyện này!”*

Cảm xúc: khó chịu - nhu cầu: tôn trọng đời tư

TVV 4: *“Em cảm thấy khó chịu và em cần anh có sự tôn trọng những chuyện riêng tư của em.”*

PHẢN HỒI CẢM XÚC

BN 5: “Sao ai cũng được tăng liều mà em xin hoài không được, anh khó với tôi quá vậy?”

Cảm xúc: tức giận/bị kỳ thị - nhu cầu: giải thích rõ ràng/ công bằng

TVV 5: “Em cảm thấy tức giận và em nghĩ cần được giải thích thỏa đáng hay đối xử một cách công bằng.”

BN 6: “Ngày nào cũng đi uống thuốc và tư vấn, còn giờ đâu mà đi xin việc làm nữa!”

Cảm xúc: chán nản - nhu cầu: bỏ bớt lượt tư vấn

TVV 6: “Em cảm thấy khó chịu với các buổi tư vấn và em cần có thời gian đi tìm việc làm.”

PHẢN HỒI CẢM XÚC

BN 7: “Anh thấy đó, em đến lãnh thuốc trễ có hai ngày mà làm khó này nọ, bắt tư vấn tuân thủ rồi còn kêu đi làm xét nghiệm tải lượng virút, mấy anh chị thật khó chịu!”

Cảm xúc: thất vọng/tức giận - nhu cầu: thông cảm

TVV 7: “Em cảm thấy thất vọng và em cần được thông cảm và cho lãnh thuốc.”

BN 8: “Ở đây chỉ phát thuốc hàng tháng thôi chứ đâu có khám gì đâu, mà nếu có khám cũng chỉ có Thứ Tư và Thứ Sáu à, đâu phải lúc nào em lãnh thuốc cũng trùng ngày đó.”

Cảm xúc: thất vọng - nhu cầu: được quan tâm

TVV 8: “Em cảm thấy thất vọng và em cần được nhân viên quan tâm thăm khám định kỳ để biết được tình trạng bệnh.”

PHẢN HỒI CẢM XÚC

BN 9: “Tháng trước lãnh thuốc bác sĩ đâu có nói gì em đâu, tự nhiên hôm nay cứ bắt em đi làm xét nghiệm tải lượng gì đó mà hôm nay em phải đi làm tưởng chỉ có nhận thuốc rồi về thôi, như vậy thì chủ la em chết luôn.”

Cảm xúc: khó chịu/bị áp đặt - nhu cầu: quyền tự chủ

TVV 9: “Em cảm thấy bị áp đặt và em nghĩ mình cần được thông báo lịch xét nghiệm trước để sắp xếp công việc.”

BN 10: “Chị nói chuyện giống như em thích bỏ thuốc lắm á, ai chẳng muốn khỏe chỉ tại công việc chạy bàn nhiều lúc đông quá nên em quên thôi chứ có muốn vậy đâu.”

Cảm xúc: tức giận - nhu cầu: thông cảm,

TVV 10: “Em cảm thấy tức giận và em muốn chị thông cảm với em hơn.”

PHẢN HỒI CẢM XÚC

BN 11: *“Chị không cần phải theo em vô toilet đâu, em tự làm được chứ không có gian dối gì đâu mà lo!”*

Cảm giác: khó chịu - nhu cầu: tin tưởng

TVV 11: *“Anh cảm thấy khó chịu vì anh cần tôi tin tưởng anh.”*

BN 12: *“Điều trị gì mà hở tí đòi tiền hở tí đòi tiền, đóng trễ có mấy ngày mà nói nặng nói nhẹ”*

Cảm giác: bực bội - nhu cầu: thông cảm

TVV 12: *“Anh thấy bực bội vì anh cần được thông cảm cho việc đóng tiền trễ.”*

GIAI ĐOẠN TẬP TRUNG

Xác định vấn đề
Phát triển và duy trì tham vấn
về hướng thay đổi

ĐỊNH NGHĨA

- Tập trung là việc tìm kiếm một hoặc một vài vấn đề (có thể xem là mục tiêu của tham vấn) để cung cấp một hướng đi cho việc tham vấn.
- Vấn đề tham vấn có thể phát sinh từ BN, từ bối cảnh, hoặc từ TTV.
- Đôi khi có một chủ đề rõ ràng, đôi khi có nhiều chủ đề khác nhau, và đôi khi các vấn đề mơ hồ.
- TTV tiếp tục dùng phong cách hướng dẫn và kỹ năng PVTĐL để thăm dò lâu hơn, giúp BN khám phá bản thân hiểu mình rõ hơn.

XÁC ĐỊNH VẤN ĐỀ/CHỦ ĐỀ

Các vấn đề trong giai đoạn tập trung

1. Chấp nhận tình trạng mơ hồ

2. Hợp tác, trao quyền

3. Lắng nghe điểm mạnh, chú trọng đến cơ hội nói về thay đổi

4. Không giảng dạy, thuyết phục, chỉ bảo

5. Sơ đồ hóa dòng chảy của vấn đề (Agenda mapping)

XÁC ĐỊNH VẤN ĐỀ/CHỦ ĐỀ

1. Chấp nhận tình trạng mơ hồ

- TVV cần **kiên nhẫn** chấp nhận sự việc không rõ ràng, nhân thức không chắc chắn của BN.
- TVV tự kiềm chế **không giải quyết** vấn đề cho BN, mà tích cực ủng hộ những nỗ lực tự giải quyết cho bản thân của họ. Quan điểm này đòi hỏi một trạng thái khoan dung, tâm trí không vội vã và khả năng chịu đựng tình trạng mơ hồ.
- Nguyên tắc "**chậm là nhanh**": Nếu bạn hành động như bạn chỉ có vài phút để làm xong, có thể bạn sẽ mất cả ngày; Hành động như thể bạn có cả ngày để bàn về chủ đề của BN, có thể chỉ mất vài phút.

XÁC ĐỊNH VẤN ĐỀ/CHỦ ĐỀ

2. Hợp tác, trao quyền

- TTV trao cho BN quyền điều khiển, quyền tự quyết vấn đề của chính họ, với sự tin tưởng rằng, mặc dù lúc này còn mơ hồ nhưng rồi mọi chuyện sẽ rõ ràng.
- TTV phỏng vấn theo phong các hướng dẫn, đồng thời trao cho bệnh nhân **quyền tự do khám phá** và quyền ảnh hưởng đến chiều hướng tham vấn.
- Nếu bạn hướng về một lối và cảm thấy BN không ổn, không khí **bất hòa**, bạn hãy thử một cách khác thoải mái cho BN.

XÁC ĐỊNH VẤN ĐỀ/CHỦ ĐỀ

3. Lắng nghe điểm mạnh, chú trọng đến cơ hội nói về thay đổi

- Khi tham vấn, TVV luôn nghĩ đến nhiều việc như nhận thức vấn đề, quản lý rủi ro, quản lý vấn đề, v.v nên dễ bỏ lỡ cơ hội **nói chuyện về thay đổi**.
- TVV liên tục **lắng nghe** những dịp, những điểm có thể trở thành động cơ dẫn đến BN nói chuyện thay đổi.
- TVV lắng nghe những **điểm mạnh, giá trị và khát vọng thay đổi của BN, tìm hiểu về tiềm năng của BN** và các lối thay đổi phù hợp với BN.

XÁC ĐỊNH VẤN ĐỀ/CHỦ ĐỀ

4. Vấn đề

- Khi đã có một vấn đề rõ ràng, TVV cần tự kiểm chế, không giảng dạy, thuyết phục, chỉ bảo cách thức BN cần thay đổi.
- Khi có nhiều vấn đề, TVV có khuynh hướng tập trung quá nhanh. TVV để BN tự nhận ra và lựa chọn vấn đề ưu tiên theo quan niệm của chính họ.
- Lập sơ đồ dòng chảy của vấn đề (Agenda mapping).
- Kiểm chứng: nhìn nhận lại những nội dung BN đã chia sẻ để cân nhắc về hướng đi sắp tới. Lập sơ đồ dòng chảy của vấn đề sẽ hữu ích khi thay đổi hướng tham vấn đang bị mắc kẹt, hoặc khi TVV cần nêu lên một vấn đề tế nhị khó nói.

XÁC ĐỊNH VẤN ĐỀ/CHỦ ĐỀ

Câu nói tóm tắt để tìm vấn đề

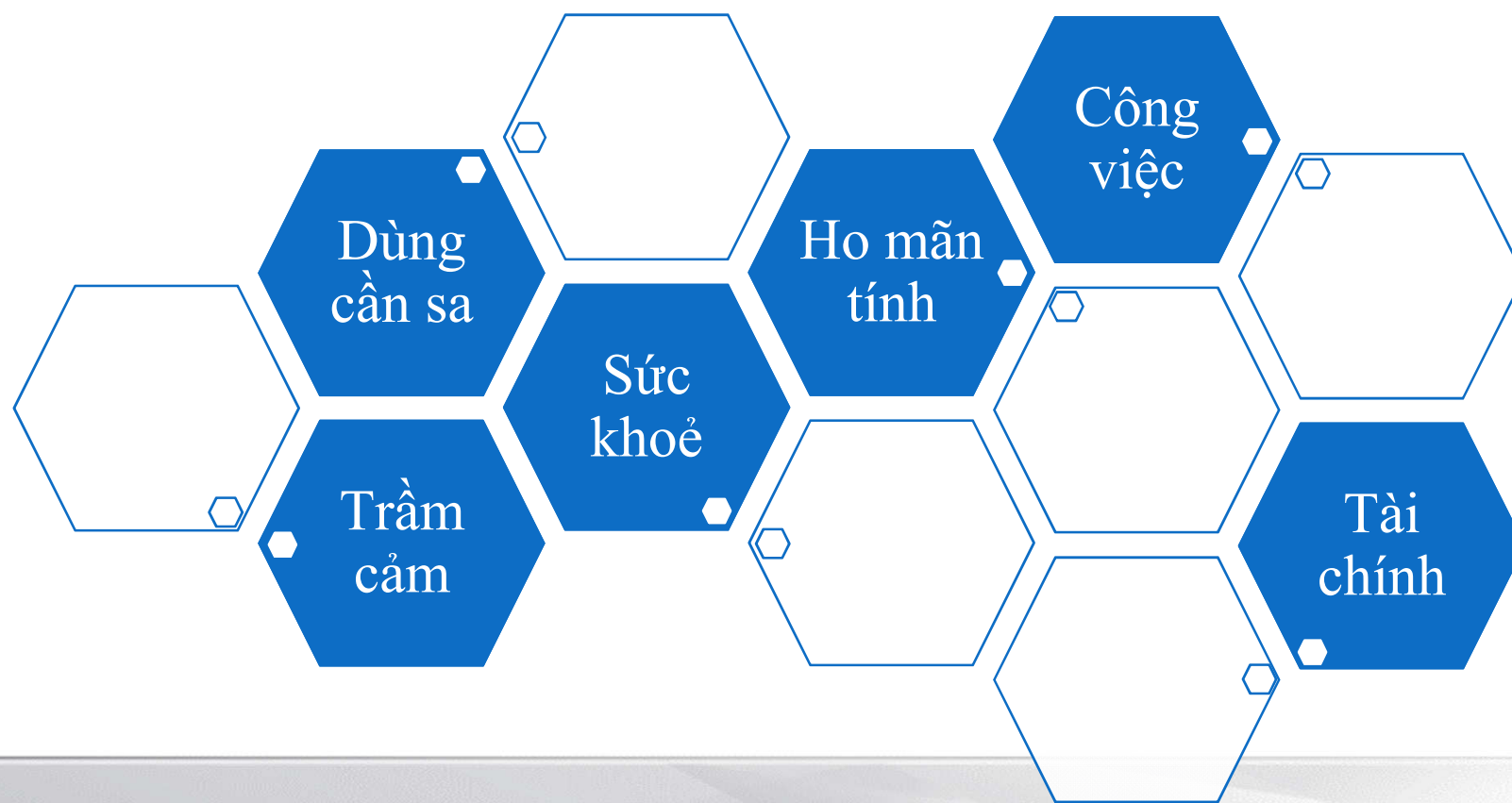
"Chúng ta hãy dừng lại một chút để xem mình đã trao đổi những gì nhé. Chúng ta đã nói chuyện về việc thỉnh thoảng em có sử dụng đá; Em cũng đã nói đến việc cảm thấy chán vì ngày nào cũng đi uống thuốc rồi về không biết làm gì; Đồng thời em cũng nghĩ đến chuyện đi kiếm việc làm; và ngoài ra em vẫn thấy khó khăn để có thể nói chuyện được với ba như trước. Vậy để bắt đầu trao đổi sâu hơn, em muốn tập trung vào vấn đề nào trước?"

TÌNH HUỐNG

- Anh A là một người đàn ông 38 tuổi, làm việc phục vụ tại một nhà hàng. Anh đã bị bệnh trầm cảm, cũng như ho mãn tính. Anh lo nghĩ rằng việc sử dụng cần sa là nguyên nhân gây ho mãn tính.
- Anh hút cần sa 2 lần một ngày. Anh luôn tự nhủ mình cần phải cắt giảm dùng cần sa, nhưng dường như không thể làm được. Anh đang lo lắng việc hút cần sa bắt đầu ảnh hưởng đến công việc tại nhà hàng.
- Anh đang gặp khó khăn về tài chính. Hút cần sa là một trong những cách chính để anh đối phó với căng thẳng hằng ngày, anh nhận thấy mình sử dụng nhiều hơn trong vài năm qua.

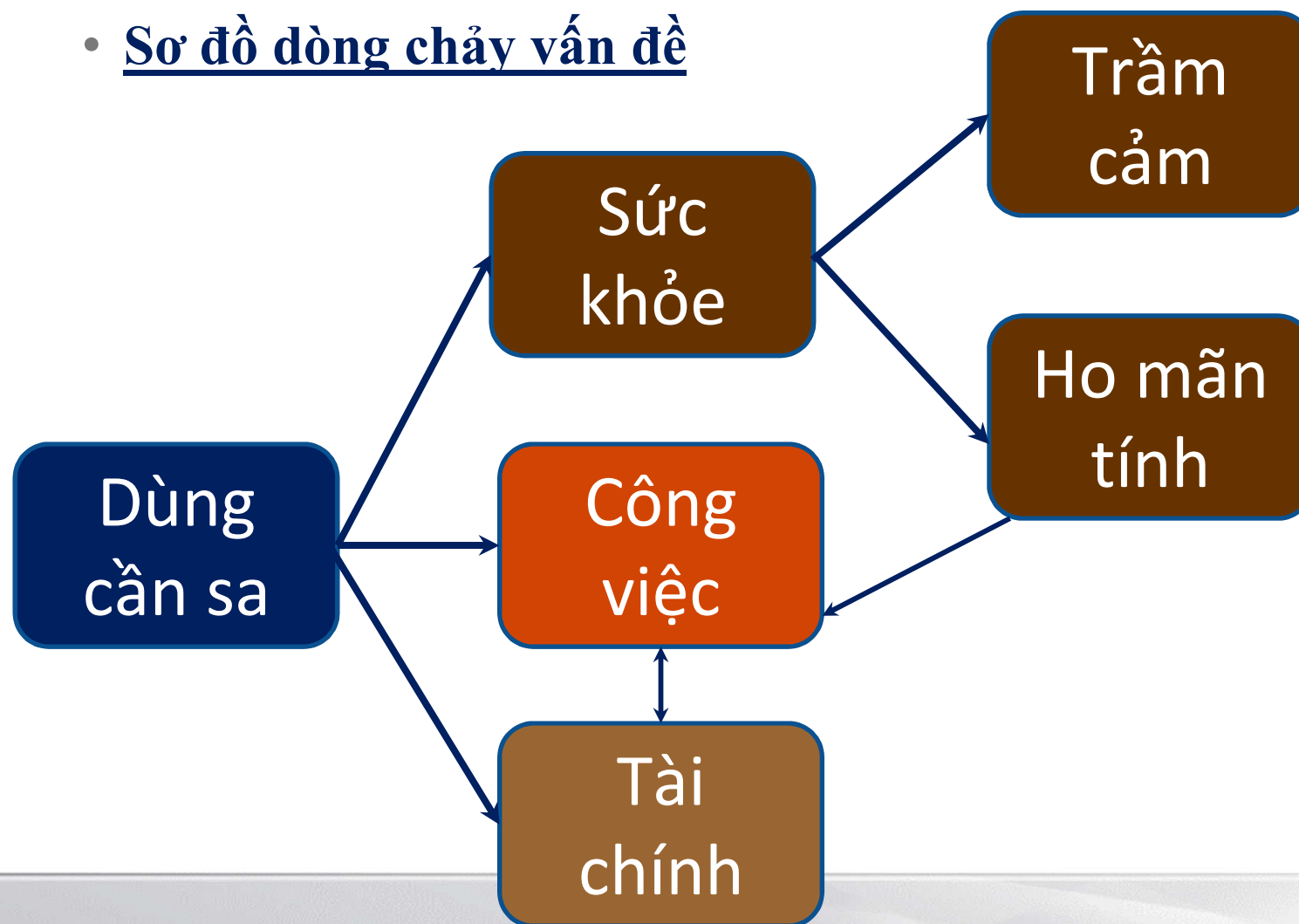
XÁC ĐỊNH VẤN ĐỀ/CHỦ ĐỀ

Sơ đồ hóa vấn đề



XÁC ĐỊNH VẤN ĐỀ/CHỦ ĐỀ

- Sơ đồ dòng chảy vấn đề



KẾT THÚC BÀI 4

- Ai có câu hỏi?
- Bài tập về nhà
 - Đọc tài liệu phát tay Phần II, giai đoạn Tiếp cận và giai đoạn Tập Trung, và Phần III, bài tập buổi 4.
 - Dựa trên tình huống trong bài, mô phỏng một đoạn vấn đàm. Viết cho giai đoạn Tiếp cận và Tập Trung, cẩn thận không đi giai đoạn khác (không giải quyết mâu thuẫn, không lên kế hoạch, v.v). Kết thúc bằng việc BN và TVV đồng ý vấn đề chính. Áp dụng các kỹ năng PVTĐL (đặc biệt là phản hồi cảm xúc, cung cấp tin tức, và tóm tắt).
 - Ghi lại những chỗ nào TVV vấp/không biết nói tiếp.
 - Gởi lại theo email: baitapcolien@gmail.com và svhattc@gmail.com vào trước 17.00 thứ CN ngày 17/05/2020

SƯỜN BÀI GD TẬP TRUNG

TVV: Để anh tóm tắt lại những gì chúng ta đã trao đổi:....
Còn điều gì khác quan trọng mà em lo lắng lúc này không?

BN: Có,

TVV (phản hồi)

BN: (Nói thêm)

TVV: Cảm ơn em... còn điều nào khác em muốn anh hiểu em hơn không?

BN: Không

TVV: Vậy trong tất cả những vấn đề này, em thấy chuyện gì quan trọng nhất (dùng sơ đồ giúp BN thấy việc nào là gốc rễ ảnh hưởng đến mọi vấn đề khác)

TVV:(kết thúc giai đoạn tập trung, chuyển qua giai đoạn khơi gợi)