



MentalHigh

Dự án MentalHigh hoàn thành tốt đẹp, đạt nhiều kết quả ý nghĩa

Vào cuối tháng 4 năm 2026, dự án “MentalHigh”, được tài trợ bởi Liên minh châu Âu trong khuôn khổ chương trình Erasmus+, đã chính thức hoàn thành. Kết quả của dự án đã được công bố tại Hội nghị tổng kết quốc tế tổ chức vào tháng 3 năm 2026 tại Thành phố Hồ Chí Minh, Việt Nam.

Dự án do Hamburg University of Applied Sciences điều phối, phối hợp cùng bảy trường đại học đối tác tại Việt Nam và Campuchia nhằm nâng cao nhận thức về sức khỏe tinh thần, giảm kỳ thị xã hội và xây dựng các dịch vụ hỗ trợ dễ tiếp cận dành cho sinh viên trong các cơ sở giáo dục đại học.



Hội nghị tổng kết quốc tế dự án MentalHigh năm 2026 tại Thành phố Hồ Chí Minh

Bước vào môi trường đại học mang đến cho sinh viên nhiều thay đổi và thách thức mới, đồng thời cũng có thể tạo ra những áp lực ảnh hưởng đến sức khỏe tinh thần. Các vấn đề tâm lý sẵn có hoặc phát sinh trong quá trình học tập có thể tác động đáng kể đến kết quả học tập và sự phát triển toàn diện của sinh viên. Tuy nhiên, tại nhiều quốc gia Đông Nam Á, nhận thức về sức khỏe tinh thần vẫn còn hạn chế, dẫn đến tình trạng kỳ thị và thiếu sự hỗ trợ cần thiết. Bên cạnh đó, các dịch vụ tư vấn và hỗ trợ tâm lý tại trường học vẫn chưa được triển khai đầy đủ.

Hợp tác giữa các trường đại học Đông Nam Á và châu Âu

Trong khuôn khổ dự án MentalHigh do Hamburg University of Applied Sciences điều phối, ba trường đại học châu Âu và bảy trường đại học tại Việt Nam và Campuchia đã phối hợp triển khai nhiều hoạt động nhằm cải thiện sức khỏe tinh thần cho sinh viên.

Với sự tham gia thường xuyên của sinh viên, dự án đã xây dựng và điều chỉnh phù hợp với bối cảnh văn hóa địa phương một chương trình học trực tuyến nhằm nâng cao khả năng thích ứng tâm lý, đồng thời phát triển ứng dụng di động cung cấp thông tin và kiến thức liên quan đến sức khỏe tinh thần.

Theo hướng tiếp cận toàn diện trong môi trường giáo dục đại học, nhiều sự kiện truyền thông về sức khỏe tinh thần, cùng các khóa tập huấn dành cho cán bộ quản lý, giảng viên và nhân viên nhà trường đã được tổ chức thường xuyên.

Trong hai năm triển khai, hơn 90 sự kiện thuộc dự án MentalHigh đã được tổ chức tại các trường đại học đối tác ở Việt Nam và Campuchia, thu hút hơn 10.000 lượt người tham gia. Kết quả đánh giá cho thấy mức độ quan tâm cao của người tham dự, đồng thời góp phần nâng cao nhận thức cộng đồng về các vấn đề sức khỏe tinh thần.

Các giải pháp số: Shining Mind và MoodCare

Hàng trăm sinh viên từ các trường đại học đối tác đã tham gia chương trình thí điểm đối với các công cụ hỗ trợ số Shining Mind và MoodCare, được phát triển và điều chỉnh phù hợp với văn hóa địa phương trong khuôn khổ dự án.

Các chương trình này được đánh giá có giao diện thân thiện, dễ sử dụng và nhận được phản hồi tích cực từ người tham gia. Ứng dụng góp phần nâng cao hiểu biết về sức khỏe tinh thần, trong khi chương trình học trực tuyến giúp cải thiện khả năng thích ứng và vượt qua áp lực của sinh viên. Ngoài ra, nhiều ý kiến đóng góp nhằm hoàn thiện chương trình cũng đã được ghi nhận và triển khai.

Kết quả và triển vọng của dự án

Các tài liệu số, thông báo sự kiện và thông tin liên quan đến dự án đã được tổng hợp trên nền tảng trực tuyến chính thức của dự án là MentalHigh.net và hiện vẫn được duy trì để phục vụ cộng đồng.

Nhìn chung, kết quả của dự án cho thấy tiềm năng của các giải pháp số để tiếp cận trong việc nâng cao sức khỏe tinh thần cho sinh viên tại khu vực Đông Nam Á. Đồng thời, dự án cũng khẳng định rằng các hoạt động truyền thông thường xuyên trong khuôn viên trường học cùng các chương trình tập huấn chuyên môn có thể góp phần nâng cao nhận thức bền vững về tầm quan trọng của sức khỏe tinh thần và các dịch vụ hỗ trợ liên quan trong môi trường đại học.

Các đối tác tham gia dự án

Hamburg University of Applied Sciences – Trường Đại học Khoa học Ứng dụng Hamburg (Đơn vị điều phối dự án)

VNU University of Education – Trường Đại học Giáo dục, Đại học Quốc gia Hà Nội

Turku University of Applied Sciences – Trường Đại học Khoa học Ứng dụng Turku, Phần Lan

Universitat Jaume I – Trường Đại học Jaume I, Tây Ban Nha

VNUHCM University of Social Sciences and Humanities – Trường Đại học Khoa học Xã hội và Nhân văn, Đại học Quốc gia Thành phố Hồ Chí Minh

Thai Nguyen University of Agriculture and Forestry – Trường Đại học Nông Lâm, Đại học Thái Nguyên

Thai Nguyen University of Economics and Business Administration – Trường Đại học Kinh tế và Quản trị Kinh doanh, Đại học Thái Nguyên

Vinh University of Technology Education – Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Vinh

Royal University of Phnom Penh – Đại học Hoàng gia Phnom Penh, Campuchia

National Institute of Education – Viện Giáo dục Quốc gia Campuchia

