

# TÌNH HÌNH TRẦM CẢM VÀ MỘT SỐ YẾU TỐ LIÊN QUAN Ở HỌC SINH TRUNG HỌC PHỔ THÔNG TẠI TỈNH BẾN TRE

Hồ Thế Nhân\*, Phạm Thị Tâm

Trường Đại học Y Dược Cần Thơ

\*Email: thenhanyct@gmail.com

## TÓM TẮT

**Đặt vấn đề:** Bệnh trầm cảm ở lứa tuổi học sinh làm ảnh hưởng đến kết quả học tập, giảm chất lượng cuộc sống và dẫn đến nguy cơ tự tử cao. **Mục tiêu nghiên cứu:** Xác định tỷ lệ trầm cảm và một yếu tố liên quan đến trầm cảm ở học sinh trung học phổ thông. **Đối tượng và phương pháp nghiên cứu:** Nghiên cứu mô tả cắt ngang có phân tích trên 810 học sinh trung học phổ thông tại tỉnh Bến Tre từ 9/2017 đến 6/2019. Trầm cảm đo lường dựa trên thang điểm CES-D. Kết quả thể hiện bằng tần số, tỷ lệ (%), tỷ số chênh, khoảng tin cậy 95%; kiểm định có ý nghĩa với  $\alpha=0,05$ . Hồi quy logistic đã biến được sử dụng để loại bỏ các yếu tố nhiễu. **Kết quả:** 27,7% học sinh mắc trầm cảm ( $CES-D \geq 25$ ). Các yếu tố liên quan có ý nghĩa thống kê đến trầm cảm: khối lớp 10 (so với lớp 11) ( $OR=1,96$ ;  $p=0,009$ ), thường đánh nhau ( $OR=1,93$ ;  $p=0,017$ ), thường xuyên tham gia mạng xã hội internet ( $OR=1,92$ ;  $p=0,024$ ); suy nghĩ tự tử ( $OR=2,03$ ;  $p=0,007$ ), tìm cách tự tử ( $OR=2,30$ ;  $p=0,045$ ); gia đình không hạnh phúc ( $OR=2,46$ ;  $p=0,005$ ), bị ngược đãi tình cảm ( $OR=1,60$ ;  $p=0,046$ ); bị bỏ mặc ( $OR=2,2$ ;  $p<0,001$ ), áp lực học tập cao ( $OR=7,54$ ;  $p<0,001$ ), gắn kết trường học yếu ( $OR=4,80$ ,  $p=0,001$ ). **Kết luận:** Nghiên cứu này cung cấp một tín hiệu báo động cho các chuyên gia và các nhà hoạch định chính sách y tế, giáo dục tại tỉnh Bến Tre cần có sự quan tâm về bệnh trầm cảm và các yếu tố liên quan ở học sinh trung học phổ thông.

**Từ khóa:** trầm cảm, yếu tố liên quan, học sinh trung học phổ thông, Bến Tre.

## ABSTRACT

### DEPRESSION AND ITS RELATED FACTORS AMONG HIGH SCHOOL STUDENTS IN BEN TRE PROVINCE

Nhan The Ho\*, Tam Thi Pham

Can Tho University of Medicine and Pharmacy

**Background:** Depression among students affected learning outcomes, decreased quality of life and increased high risk of suicide. **Objectives:** To determine the rate of depression and its associated factors among high school students. **Materials and methods:** A descriptive cross-sectional study with an analytic component was conducted among 810 high school students in Ben Tre province from Sep 2017 to June 2019. Depression was measured with the CES-D scale. The results are expressed in frequency, percentage (%), odds ratio (OR), 95% confidence interval (95% CI) of OR; test at the significance level  $\alpha=0.05$ . Multivariate logistic regression is used to eliminate the interfering factors. **Results:** 27.7% of students suffered from depression ( $CES-D \geq 25$ ). The statistical significant factors associated with depression: grade 10 (compared to grade 11) ( $OR=1.96$ ,  $p=0.009$ ), often fighting ( $OR=1.93$ ;  $p=0.017$ ), often joining internet social networks ( $OR=1.92$ ;  $p=0.024$ ); thinking of suicide ( $OR=2.03$ ;  $p=0.007$ ), suicide attempt ( $OR=2.30$ ;  $p=0.045$ ); unhappy family ( $OR=2.46$ ;  $p=0.005$ ), emotional abuse ( $OR=1.60$ ;  $p=0.046$ ), Being abandoned ( $OR=2.2$ ;  $p<0.001$ ), high academic pressure ( $OR=7.54$ ;  $p<0.001$ ), weak schools connection ( $OR=4.80$ ,  $p=0.001$ ). **Conclusion:** This study provides an alarming signal for health and education policy makers and experts in Ben Tre province for the need of drawing attention to depression and its associated factors in high school students.

**Keywords:** depression, related factors, high school students, Ben Tre.

## I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Bệnh trầm cảm ngày nay là một trong những rối loạn tâm thần phổ biến và có xu hướng ngày càng tăng ở nhiều nước trên thế giới. Vấn đề trầm cảm ở trẻ vị thành niên đặc biệt là đối tượng học sinh rất đáng quan tâm, vì đây là lứa tuổi mà các em không hoàn toàn là trẻ con và cũng chưa phải là người lớn, giai đoạn này các em phải trải qua nhiều thay đổi quan trọng tâm sinh lý. Giai đoạn của quá trình hình thành và phát triển mạnh mẽ về nhân cách, trải nghiệm cuộc sống chưa nhiều, năng lực giải quyết vấn đề khó khăn còn hạn chế, trước áp lực nhiều mặt của cuộc sống (quan hệ bạn bè, thầy cô, áp lực học tập, thi cử, sang chấn tâm lý,...) dễ gây cho các em những rối loạn về tâm thần, nổi bật hơn cả là bệnh trầm cảm. Nếu không được quan tâm và can thiệp phù hợp sẽ để lại hậu quả không chỉ cho cá nhân trẻ, mà còn có gia đình các em và sẽ trở thành gánh nặng cho cộng đồng. Theo Tổ chức Y tế Thế Giới, trong năm 2015 có khoảng 322 triệu người trên thế giới hiện đang sống với trầm cảm, ước tính 4,4% dân số toàn cầu, tăng 18,4% trong khoảng từ năm 2005 đến năm 2015, mỗi năm trung bình có hơn 800.000 người tử vong do bệnh trầm cảm [12]. Vấn đề trầm cảm ở đối tượng học sinh được tiến hành tại các thành phố lớn như Hà Nội, Hồ Chí Minh, Cần Thơ nhưng hiện vẫn chưa có nghiên cứu nào về vấn đề trầm cảm ở học sinh trên địa bàn tỉnh Bến Tre [2], [5], [11]. Xuất phát từ thực tế trên chúng tôi tiến hành đề tài với 2 mục tiêu sau:

1. Xác định tỷ lệ học sinh trầm cảm tại các trường Trung học phổ thông tại tỉnh Bến Tre năm 2018;
2. Tìm hiểu các yếu tố liên quan đến trầm cảm ở học sinh Trung học phổ thông tại tỉnh Bến Tre năm 2018.

## II. ĐỐI TƯỢNG VÀ PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

### 2.1. Đối tượng nghiên cứu

**Tiêu chuẩn chọn mẫu:** Học sinh Trung học phổ thông (THPT) đang học tại ba trường bao gồm một trường THPT chuyên, một trường THPT thuộc trung tâm thành phố Bến Tre và một trường THPT thuộc huyện nông thôn thuộc tỉnh Bến Tre. Đồng ý tham gia nghiên cứu.

**Tiêu chuẩn loại trừ:** Học sinh bệnh, nghỉ học dài hạn trong quá trình nghiên cứu.

### 2.2. Phương pháp nghiên cứu

**Thiết kế nghiên cứu:** Nghiên cứu mô tả cắt ngang có phân tích.

**Cỡ mẫu:** Áp dụng công thức tính cỡ mẫu ước lượng một tỉ lệ với độ tin cậy 95%, sai số ước lượng 4%, tỉ lệ trầm cảm ước đoán 18,7% [1]. Sử dụng hiệu lực thiết kế bằng 2 và tăng 5% cỡ mẫu trừ hao hụt, cỡ mẫu nghiên cứu thực tế là 810 học sinh (tỷ lệ phản hồi 100%).

**Áp dụng** phương pháp chọn mẫu nhiều giai đoạn. Giai đoạn 1 chọn 3 trường THPT trong số 33 trường THPT trong tỉnh Bến Tre. Giai đoạn 2 chọn 3 lớp ở mỗi khối lớp 10, 11, 12 tại mỗi trường. Giai đoạn 3 chọn ngẫu nhiên 30 HS mỗi lớp.

**Nội dung nghiên cứu:** Tình hình trầm cảm ở học sinh: đánh giá dựa trên thang đo trầm cảm CES-D (Center for Epidemiological Studies Depression) là bảng câu hỏi tự đánh giá, sử dụng để sàng lọc trầm cảm và phát hiện những nguy cơ rối loạn trầm cảm. CES-D đánh giá mức độ trầm cảm trong 1 tuần trước điều tra, gồm 20 tiêu chí, điểm dao động từ 0-60 điểm. Các nghiên cứu ở Việt Nam đánh giá độ tin cậy của thang đo này ở đối tượng VTN với kết quả Cronbach's  $\alpha=0,82-0,89$  [2], [7], [11]. Trong nhiều nghiên cứu trên thế giới, trong đó có Việt Nam chọn điểm cắt CES-D $<16$  là không có nguy cơ trầm cảm,  $\geq 16$

là có nguy cơ trầm cảm,  $\geq 21$  là có triệu chứng trầm cảm và  $\geq 25$  là trầm cảm, chúng tôi chọn CES-D $\geq 25$  để đánh giá tình hình và phân tích yếu tố liên quan [2], [9], [11]. Một số yếu tố liên quan đến trầm cảm gồm các yếu tố cá nhân, yếu tố gia đình, yếu tố trường học và yếu tố cộng đồng xã hội

**Phương pháp thu thập số liệu:** Nghiên cứu sử dụng bộ câu hỏi tự điền dấu tên, phát bộ câu hỏi trực tiếp đến từng HS và HS có thời gian 7 ngày để hoàn thành bộ câu hỏi. Sau đó bỏ vào phong bì dán kín, nộp lại cho lớp trưởng.

**Phương pháp xử lý số liệu:** Phân tích số liệu bằng phần mềm SPSS 18.0. Kết quả được thể hiện dưới dạng tần số, tỷ lệ phần trăm (%), tỷ số chênh (OR), khoảng tin cậy 95% (KTC 95%) của OR; kiểm định có ý nghĩa với  $\alpha=0,05$ . Hồi quy logistic đa biến phân tích các yếu tố liên quan đến trầm cảm với  $p<0,1$  trong phân tích đơn biến được sử dụng để loại bỏ các biến nhiễu không tham gia vào mô hình giải thích cho biến phụ thuộc. Tất cả các biến độc lập được đưa vào xử lý cùng lúc bằng phương pháp Enter.

### III. KẾT QUẢ

#### 3.1. Đặc điểm chung của đối tượng nghiên cứu

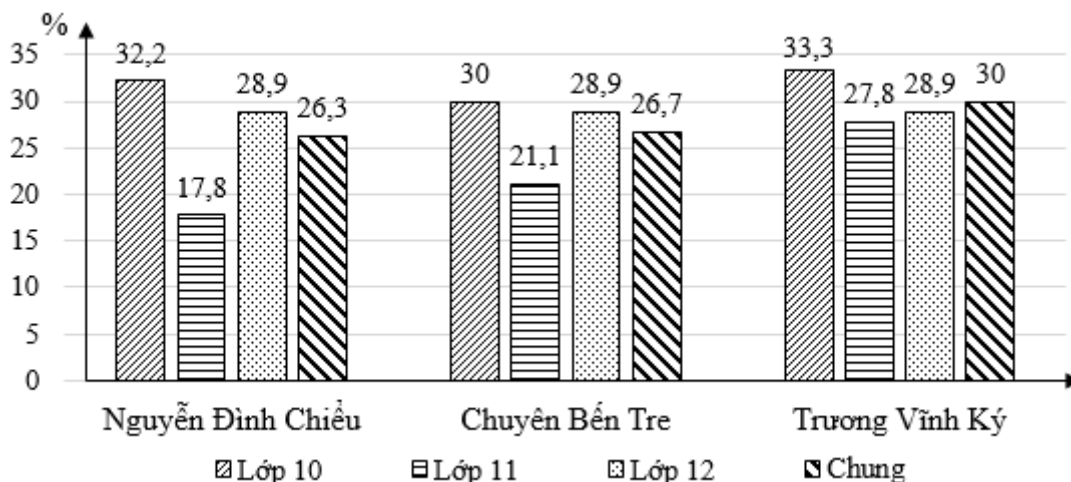
Trong số 810 HS, nam giới chiếm tỷ lệ 39,5% và nữ giới là 60,4%. Số lượng HS ở mỗi trường, khối lớp là như nhau 270 HS/trường, 270 HS/khối lớp. Dân tộc Kinh chiếm đa số 98,9%. HS đa phần không có tôn giáo. Nơi sinh sống 56,8% ở nông thôn, 43,2% ở thành thị.

#### 3.2. Tình hình trầm cảm ở học sinh Trung học phổ thông

Bảng 1. Tình hình trầm cảm ở học sinh (n=810)

Tình hình trầm cảm		Tần số	Tỷ lệ (%)
Nguy cơ trầm cảm (CES-D $\geq 16$ )	Có	430	53,1
	Không	380	46,9
Triệu chứng trầm cảm (CES-D $\geq 21$ )	Có	314	38,8
	Không	496	61,2
Trầm cảm (CES-D $\geq 25$ )	Có	224	27,7
	Không	586	72,3

Có 224/810 HS THPT mắc trầm cảm, chiếm tỷ lệ 27,7%.



Biểu đồ 1. Tình hình trầm cảm ở học sinh theo trường, lớp (n=810)

Tỷ lệ trầm cảm chung tại mỗi trường là 26,3% trường Nguyễn Đình Chiểu; 26,7% trường Chuyên Bến Tre và 30,0% trường Trương Vĩnh Ký. Tỷ lệ trầm cảm không có sự khác biệt giữa các trường THPT ( $p=0,570$ ). Tại mỗi trường, tỷ lệ trầm cảm cao nhất ở khối lớp 10 với tỷ lệ lần lượt là 32,2%; 30,0% và 33,3%.

### 3.3. Một số yếu tố liên quan với trầm cảm

Bảng 2. Phân tích hồi quy logistic đa biến giữa trầm cảm với các biến liên quan

Đặc điểm	Trầm cảm		Phân tích đơn biến		Hồi qui đa biến	
	Có n (%)	Không n (%)	OR (KTC 95%)	P	OR (KTC 95%)	P
<b>Khối lớp</b>						
Lớp 11	60 (22,2)	210 (77,8)	-	-	-	-
Lớp 10	86 (31,9)	184 (68,1)	<b>1,64 (1,11-2,38)</b>	<b>0,012</b>	<b>1,96 (1,19-3,23)</b>	<b>0,009</b>
Lớp 12	78 (28,9)	192 (71,1)	<b>1,42 (0,96-2,10)</b>	<b>0,076</b>	<b>1,65 (1,01-2,71)</b>	<b>0,047</b>
<b>Thường tham gia đánh nhau</b>						
Không	209 (26,9)	568 (73,1)	-	-	-	-
Có	15 (45,5)	18 (54,5)	<b>2,27 (1,12-4,58)</b>	<b>0,020</b>	<b>2,93 (1,21-7,09)</b>	<b>0,017</b>
<b>Thường xuyên tham gia mạng xã hội-internet (Facebook, Zalo,...)</b>						
Không	29 (16,7)	145 (83,3)	-	-	-	-
Có	195 (30,7)	441 (69,3)	<b>2,21 (1,43-3,41)</b>	<b>&lt;0,001</b>	<b>1,92 (1,09-3,39)</b>	<b>0,024</b>
<b>Nghĩ đến việc tự tử</b>						
Không	123 (19,6)	506 (80,4)	-	-	-	-
Có	101 (55,8)	80 (44,2)	<b>5,19 (3,65-7,40)</b>	<b>&lt;0,001</b>	<b>2,03 (1,22-3,39)</b>	<b>0,007</b>
<b>Tìm cách tự tử hoặc đã thực hiện</b>						
Không	184 (24,5)	568 (75,5)	-	-	-	-
Có	40 (69,0)	18 (31,0)	<b>6,86 (3,84-12,3)</b>	<b>&lt;0,001</b>	<b>2,30 (1,02-5,19)</b>	<b>0,045</b>
<b>Hạnh phúc gia đình</b>						
Có	168 (23,4)	551 (76,6)	-	-	-	-
Không	56 (61,5)	35 (38,5)	<b>5,25 (3,33-8,28)</b>	<b>&lt;0,001</b>	<b>2,46 (1,31-4,61)</b>	<b>0,005</b>
<b>Ngược đãi tình cảm</b>						
Không	97 (17,9)	445 (82,1)	-	-	-	-
Có	127 (47,4)	141 (52,6)	<b>4,13 (2,99-5,72)</b>	<b>&lt;0,001</b>	<b>1,60 (1,01-2,54)</b>	<b>0,046</b>
<b>Sự bỏ mặc</b>						
Không	94 (16,9)	462 (83,1)	-	-	-	-
Có	130 (51,2)	124 (48,8)	<b>5,15 (3,70-7,18)</b>	<b>&lt;0,001</b>	<b>2,25 (1,43-3,53)</b>	<b>&lt;0,001</b>
<b>Áp lực học tập</b>						
Thấp	16 (7,5)	198 (92,5)	-	-	-	-
Trung bình	58 (20,1)	230 (79,9)	<b>3,12 (1,74-5,60)</b>	<b>&lt;0,001</b>	<b>2,70 (1,38-5,29)</b>	<b>0,004</b>
Cao	150 (48,7)	158 (51,3)	<b>11,75(6,74-20,5)</b>	<b>&lt;0,001</b>	<b>7,54 (3,96-14,4)</b>	<b>&lt;0,001</b>
<b>Gắn kết trường học</b>						
Yếu	48 (48,0)	52 (52,0)	<b>6,13 (2,91-12,91)</b>	<b>&lt;0,001</b>	<b>4,80 (1,83-12,6)</b>	<b>0,001</b>
Trung bình	164 (26,2)	461 (73,8)	<b>2,38 (1,23-4,58)</b>	<b>0,010</b>	<b>2,59 (1,13-5,97)</b>	<b>0,025</b>
Mạnh	12 (14,1)	73 (85,9)	-	-	-	-

Mô hình phân tích đa biến cho thấy 10 yếu tố liên quan có ý nghĩa thống kê với trầm cảm với OR từ lớn đến nhỏ là áp lực học tập cao (OR=7,54), gắn kết yếu với trường học (OR=4,8), thường tham gia đánh nhau (OR=2,93), gia đình không hạnh phúc (OR=2,46), gia đình bỏ mặc (OR=2,25), tìm cách tự tử (OR=2,3), nghĩ đến việc tự tử (OR=2,03); khối lớp 10 (OR=1,96), thường xuyên tham gia mạng xã hội (OR=1,92), và bị ngược đãi tình cảm (OR=1,60).

#### IV. BÀN LUẬN

##### 4.1. Tình hình trầm cảm của đối tượng

Nghiên cứu chúng tôi ghi nhận có 27,7% HS mắc trầm cảm (CES-D $\geq$ 25). So với nghiên cứu của tác giả Nguyễn Tấn Đạt tỷ lệ trầm cảm ở HS THPT tại thành phố Cần Thơ là 18,7%, nghiên cứu của tác giả Chương Huỳnh Long thì tỷ lệ này là 20,2% [2], [4]. Nghiên cứu chúng tôi cho tỷ lệ cao hơn. Sử dụng cùng thang đo CES-D, cùng điểm cắt  $\geq$ 25 nhưng nghiên cứu của chúng tôi ghi nhận tỷ lệ trầm cảm cao hơn. Có thể lý giải sự khác biệt này là do nghiên cứu chúng tôi tiến hành mang tính cập nhật hơn, tỷ lệ bệnh trầm cảm gia tăng phù hợp xu hướng chung của thế giới, ngoài ra còn các yếu tố vùng địa dư khác nhau, dẫn đến môi trường nơi sinh sống, học tập, điều kiện xã hội khác nhau.

HS trường Trương Vĩnh Ký có tỷ lệ HS trầm cảm là 30%, cao hơn trường Nguyễn Đình Chiểu và Chuyên Bến Tre với tỷ lệ HS trầm cảm lần lượt là 26,3% và 26,7%. Chúng tôi chưa ghi nhận sự khác biệt về tỷ lệ trầm cảm giữa các trường THPT chuyên, trường THPT ở trung tâm thành phố và ở nông thôn. Tỷ lệ trầm cảm không có sự khác biệt giữa các trường THPT cũng được ghi nhận trong các nghiên cứu khác [2], [3].

##### 4.2. Một số yếu tố liên quan đến trầm cảm

Kết quả nghiên cứu chúng tôi ghi nhận HS lớp 10 và lớp 12 mắc trầm cảm cao hơn so với HS lớp 11 với tỷ số chênh lệch lần lượt là 1,96 và 1,65. Một số nghiên cứu trong nước như nghiên cứu của Phan Thị Mai Hương, Nguyễn Bá Đạt ghi nhận khối lớp càng cao thì trầm cảm tăng theo, lớp 12 tỷ lệ rối loạn trầm cảm cao nhất [1], [3]. Nghiên cứu chúng tôi ghi nhận HS lớp 10 mắc trầm cảm cao có thể vì thời điểm nghiên cứu HS đang ở giai đoạn mới bước vào cấp 3, tiếp xúc với một môi trường học tập đầy mới mẻ, áp lực học tập buộc các em phải thích nghi. HS lớp 12 là giai đoạn cuối cấp, khối lượng kiến thức lớn, các em ra sức học thật nhiều để đối diện với kỳ thi cuối cấp, kỳ thi THPT quốc gia.

HS thường tham gia đánh nhau có nguy cơ trầm cảm cao gấp 2,93 lần HS khác (p=0,017). Hành vi hung tính, gây hấn với những người xung quanh là một trong những biểu hiện vấn đề về sức khỏe tâm thần. Yếu tố này chưa được khảo sát nhiều trong các nghiên cứu. Về vấn đề sử dụng internet, chúng tôi ghi nhận những HS thường xuyên tham gia mạng xã hội (facebook, zalo, youtube,...) có nguy cơ trầm cảm cao gấp 1,92 lần (p=0,024) so với nhóm còn lại. Vấn đề này được ghi nhận trong nghiên cứu của tác giả Đặng Hoàng Minh về sự tương quan giữa mức độ sử dụng internet và lo âu/trầm cảm ở HS là mức độ trung bình (r=0,332), HS sử dụng internet ở mức độ càng cao thì vấn đề trầm cảm của các em càng tăng [6]. Dành quá nhiều thời gian cho internet thì đồng nghĩa với việc rút lui khỏi các mối quan hệ xã hội thực để đi vào thế giới ảo, tự cô lập bản thân. Từ đó việc hình thành nhân cách, phát triển nhận thức, xác lập các mối quan hệ xã hội thực tế sẽ gặp nhiều trở ngại, gây ra những vấn đề sức khỏe ở HS.

Chúng tôi tìm thấy mối liên quan có ý nghĩa thống kê giữa trầm cảm và hành vi tự tử của HS trong 12 tháng qua. HS có suy nghĩ tự tử có nguy cơ trầm cảm gấp 2,03 lần so

với HS chưa từng nghĩ đến việc tự tử ( $p=0,007$ ). HS đã lên kế hoạch tìm cách tự tử hoặc đã thực hiện tự tử tăng nguy cơ trầm cảm gấp 2,30 lần ( $p=0,045$ ). Tương tự như kết quả nghiên cứu ở HS THPT ở Cần Thơ, nghiên cứu Nguyễn Tấn Đạt ghi nhận HS lên kế hoạch tự tử có nguy cơ trầm cảm gấp 4,8 lần so với HS chưa từng lên kế hoạch tự tử ( $OR=4,8$ ,  $p<0,001$ ); nghiên cứu Chương Huỳnh Long cho thấy những HS suy nghĩ việc tự tử gia tăng nguy cơ trầm cảm gấp 3,15 lần [2], [4].

Về yếu tố gia đình, HS sống trong gia đình theo cảm nhận là không hạnh phúc có nguy cơ mắc trầm cảm cao hơn gấp 2,46 lần nhóm gia đình hạnh phúc ( $p=0,005$ ). HS từng bị ngược đãi về tình cảm, bị bỏ mặc không quan tâm từ gia đình có nguy cơ trầm cảm cao hơn nhóm còn lại. Trong nghiên cứu của HT Nguyen và MP Dunne ghi nhận trầm cảm có mối liên quan với các hình thức ngược đãi (tình cảm, bỏ mặc, thể chất, tình dục), càng chịu nhiều hình thức ngược đãi càng gia tăng nguy cơ trầm cảm [8].

Về áp lực học tập, chúng tôi ghi nhận áp lực học tập càng cao thì càng có nhiều nguy cơ trầm cảm. HS phải chịu áp lực học tập trung bình và cao làm gia tăng nguy cơ trầm cảm với OR lần lượt 2,70 và 7,54. Điều này phù hợp với kết quả nghiên cứu trong và ngoài nước như Nguyễn Tấn Đạt [2], Thái Thanh Trúc [11] và Sun [10]. Kết quả này là điều cảnh báo đối với nền giáo dục của nước nhà, các bậc phụ huynh, liệu rằng việc tạo ra áp lực học tập cao có thể hình thành những HS giỏi góp phần phát triển đất nước hay chúng ta đang vô tình gây ra những vấn đề sức khỏe tâm thần nặng nề cho giới trẻ.

Sự gắn kết giữa trường học và HS cũng là một yếu tố có liên quan đến trầm cảm. HS có sự gắn kết với trường học mức yếu, trung bình có nguy cơ trầm cảm cao hơn hẳn HS gắn kết mạnh với trường học (OR lần lượt là 5,62 và 2,16). Kết quả được ghi nhận tương tự trong nghiên cứu các tác giả khác [4], [11]. Kết quả cho thấy việc chú trọng tăng cường sự gắn kết giữa trường học với HS là yếu tố góp phần làm giảm bớt nguy cơ trầm cảm ở HS.

## V. KẾT LUẬN

Trầm cảm là bệnh khá phổ biến ở HS THPT tại tỉnh Bến Tre. HS có nguy cơ mắc trầm cảm cao là những HS phải gánh chịu áp lực học tập cao, có sự gắn kết với trường học kém, HS mới bước vào ngưỡng cửa cấp ba; HS thường tham gia đánh nhau, dành nhiều thời gian tham gia mạng xã hội internet; HS có suy nghĩ về việc tự tử hoặc tìm cách tự tử; HS sống trong gia đình không hạnh phúc, bị ngược đãi về tình cảm, bị bỏ mặc không được quan tâm. Từ đó đặt ra yêu cầu nhà trường phải tăng cường sự gắn kết với HS và gia đình HS, giảm tải áp lực học tập cho các em, tạo cho các em một môi trường học tập và rèn luyện bản thân tốt. Bên cạnh đó, gia đình và phụ huynh cũng có trách nhiệm quan tâm đến tâm tư tình cảm của con trẻ, xây dựng cho các em một gia đình hạnh phúc.

## TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Nguyễn Bá Đạt (2003), "Kết quả chẩn đoán trầm cảm học sinh trung học phổ thông Hà Nội", *Tạp chí Tâm lý học*, Số 7, tr 57.
2. Nguyễn Tấn Đạt (2015), *Nghiên cứu tình trạng sức khỏe tâm thần học sinh trung học phổ thông thành phố Cần Thơ*, Đề tài Nghiên cứu khoa học công nghệ cấp trường, Trường Đại học Y dược Cần Thơ, Cần Thơ.
3. Phan Thị Mai Hương (2016), *Tỷ lệ rối loạn trầm cảm qua sàng lọc bằng thang đo CES-D và các yếu tố liên quan ở học sinh Trung học phổ thông tại thành phố Tân An - Long An*,

Luận văn thạc sĩ dịch vụ y tế, Đại học Y Dược thành phố Hồ Chí Minh, thành phố Hồ Chí Minh.

4. Chương Huỳnh Long (2013), *Nghiên cứu thực trạng sức khỏe tâm thần của học sinh phổ thông dân tộc nội trú tại Cần Thơ*, Đề tài Nghiên cứu khoa học công nghệ cấp trường, Trường Đại học Y Dược Cần Thơ, Cần Thơ.
5. Nguyễn Thị Mai (2013), *Tìm hiểu thực trạng các biểu hiện trầm cảm của học sinh trung học cơ sở quận Hoàng Mai, Hà Nội*, Luận văn thạc sĩ tâm lý học, Trường Đại học Quốc gia Hà Nội.
6. Đặng Hoàng Minh và Nguyễn Thị Phương (2013), "Tuong quan giữa mức độ sử dụng internet và các vấn đề sức khỏe tâm thần của học sinh trung học", *Tạp chí Khoa học Đại học quốc gia Hà Nội, Nghiên cứu giáo dục*, Tập 19, số 2, tr 34-42.
7. Nguyễn Đức Thành và Lê Cự Linh (2010), "Giá trị, độ tin cậy của thang đo trầm cảm của vị thành niên, thanh niên và một số yếu tố liên quan tại huyện Chí Linh, Hải Dương", *Tạp chí Y tế Công cộng*, 11.2010, Số 16 (16), tr 33-41.
8. Huong Thanh Nguyen, Michael P. Dunne and Anh Vu Le (2009), "Multiple types of child maltreatment and adolescent mental health in Viet Nam", *Bull World Health Organ* 2009, 87, pp.22-30.
9. Karen L. Smarr and Autumn L. Keefer (2011), "Measures of Depression and Depressive Symptoms: Beck Depression Inventory-II (BDI-II), Center for Epidemiologic Studies Depression Scale (CES-D), Geriatric Depression Scale (GDS), Hospital Anxiety and Depression Scale (HADS), and Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9)", *Arthritis Care & Research, American College of Rheumatology*, Vol. 63, No. S11, November 2011, pp S454-S466
10. Sun Jiandong et al (2012), *Educational Stress among Chinese Adolescents: Individual, Family, School and Peer Influences*, School of Public Health, Queensland University of Technology, Brisbane, Australia
11. Truc Thai Thanh (2010), *Educational stress and mental health among secondary and high school students in Ho Chi Minh city, Viet Nam*, Queensland University of Technology, Brisbane, Australia
12. World Health Organization (2017), *Depression and Other Common Mental Disorder*, Global Health Estimates, Geneva, Switzerland.

(Ngày nhận bài: 11/07/2019- Ngày duyệt đăng: 22/08/2019)

---