

NHẬN THỨC VÀ CÁC VẤN ĐỀ SỨC KHỎE TÂM THẦN CỦA HỌC SINH TRƯỜNG TRUNG HỌC PHỔ THÔNG CHUYÊN KHOA HỌC HUẾ

Huỳnh Thị Ánh Phương, Nguyễn Thị Hoài Phương*

Khoa Xã hội học và Công tác xã hội, Trường Đại học Khoa học, Đại học Huế

*Email: phuonnguyens244@husc.edu.vn

Ngày nhận bài: 9/8/2024; ngày hoàn thành phản biện: 20/8/2024; ngày duyệt đăng: 4/9/2024

TÓM TẮT

Nghiên cứu này phân tích nhận thức và những vấn đề liên quan đến sức khỏe tâm thần của học sinh tại Trường Trung học phổ thông Chuyên Khoa học Huế dựa trên khảo sát bằng bảng hỏi với 267 học sinh. Kết quả cho thấy tỷ lệ học sinh trung học phổ thông có nhận thức đúng về sức khỏe tâm thần khá cao. Tuy nhiên, nhiều học sinh vẫn thường gặp phải các vấn đề liên quan đến sức khỏe tâm thần, đặc biệt là các vấn đề về cảm xúc và tương tác xã hội. Học sinh nữ có xu hướng gặp phải các vấn đề về sức khỏe tâm thần nhiều hơn so với học sinh nam, đặc biệt trạng thái tiêu cực, cảm thấy kiệt sức, cô đơn và gặp khó khăn trong học tập. Kết quả nghiên cứu nhấn mạnh sự cần thiết của các chương trình hỗ trợ sức khỏe tâm thần có tính nhạy cảm giới trong trường học nhằm cải thiện sức khỏe tinh thần và khả năng tương tác xã hội của học sinh.

Từ khóa: Sức khỏe tâm thần, vị thành niên, học sinh trung học phổ thông, hỗ trợ tâm lý – xã hội.

1. MỞ ĐẦU

Vị thành niên (10 - 19 tuổi) là giai đoạn chuyển tiếp từ trẻ em thành người trưởng thành. Đây là giai đoạn quan trọng trong cuộc đời, là thời kỳ phát triển đặc biệt của mỗi người. Trong quá trình phát triển ở giai đoạn này, các yếu tố thể chất, tâm lý – xã hội của vị thành niên cũng có sự thay đổi nhanh chóng. Trong bối cảnh hiện nay, cùng với sự phát triển nhanh chóng của công nghệ thông tin và mối quan hệ trong gia đình – xã hội, các vấn đề liên quan tới sức khỏe tâm thần cũng có xu hướng gia tăng, đặc biệt ở tuổi vị thành niên. Theo Tổ chức Y tế Thế giới (WHO), có khoảng 15% trẻ vị thành niên ở lứa tuổi từ 10 đến 19 tuổi gặp các vấn đề về sức khỏe tâm thần, cụ thể cứ 7 trẻ vị thành niên sẽ có 1 trẻ mắc ít nhất một vấn đề sức khỏe tâm thần nào đó [10]. Có thể nói, học sinh trung học phổ thông thuộc lứa tuổi vị thành niên từ 15 đến khoảng 18 tuổi. Đây là lứa tuổi có nhiều sự chuyển biến và phát triển mạnh mẽ cả về thể chất, tâm

lý và xã hội, là giai đoạn chuyển giao quan trọng giữa tuổi thiếu niên và tuổi trưởng thành. Quá trình này bao gồm sự chín muồi về thể chất, những biến đổi và điều chỉnh về tâm lý, cũng như sự gia tăng các mối quan hệ xã hội để đáp ứng các yêu cầu và nhiệm vụ phát triển. Giai đoạn này cũng đánh dấu sự bứt phá trong việc phát triển các mối quan hệ xã hội, có thể tạo động lực mạnh mẽ cho sự hình thành nhân cách và cái tôi xã hội tích cực. Tuy nhiên, đây cũng là thời điểm dễ phát sinh xung đột và rối loạn tâm trí nhiều hơn so với các giai đoạn trước đó [1].

Học sinh ở độ tuổi này phải đối mặt với sự gia tăng các quan hệ xã hội, áp lực học tập, cũng như sự kỳ vọng từ gia đình và xã hội, dẫn đến nhiều xung đột tâm lý. Theo Ocansey và Gyimah (2016), đây là giai đoạn mà các vấn đề sức khỏe tâm thần như căng thẳng, lo âu, và xung đột nội tâm thường xuất hiện nhiều hơn so với các giai đoạn trước [5]. Các nghiên cứu gần đây cho thấy, ở lứa tuổi này, học sinh trung học phổ thông thường gặp những vấn đề sức khỏe tâm thần như sau:

Thứ nhất, các vấn đề liên quan đến cảm xúc: Học sinh trung học phổ thông đối mặt với nhiều nguy cơ liên quan đến sức khỏe tâm thần, bao gồm căng thẳng, lo âu, và trầm cảm, đặc biệt khi họ phải đối mặt với những yêu cầu cao từ học tập mà không nhận được sự hỗ trợ cần thiết. Kỳ vọng về thành tích học tập, đặc biệt là trong giai đoạn chuẩn bị cho các kỳ thi quan trọng như thi đại học, khiến nhiều học sinh cảm thấy quá tải và gặp khó khăn trong việc duy trì động lực học tập [3].

Thứ hai, vấn đề về hành vi: Theo Merikangas (2010), những biểu hiện của rối loạn hành vi, bao gồm hành vi chống đối hoặc không tuân thủ nội quy, thường là cách phản ứng của học sinh với những mâu thuẫn hoặc xung đột trong cuộc sống. Đây là những vấn đề liên quan tới sức khỏe tâm thần khá phổ biến ở lứa tuổi học sinh trung học phổ thông [4].

Thứ ba, các vấn đề liên quan đến tương tác và kết nối xã hội: Vị thành niên ở lứa tuổi từ 15-18 tuổi thường trở nên nhạy cảm hơn với những thay đổi của cuộc sống và có xu hướng tách rời khỏi sự quan tâm và gắn kết với bố mẹ để tìm kiếm sự độc lập và tự do. Ngoài ra, một trong những nét tâm lý đặc trưng của lứa tuổi này là tương tác với bạn bè là nhu cầu thiết yếu. Đối với trẻ ở lứa tuổi này, việc thuộc về một nhóm bạn nào đó rất quan trọng và cần thiết. Tuy nhiên, những áp lực về bạn bè và nhóm bạn cũng gây cho học sinh nhiều rắc rối. Thanh thiếu niên thường cảm thấy áp lực từ nhóm bạn đồng trang lứa trong việc tuân theo các chuẩn mực hành vi và giá trị của nhóm [2]. Do đó, học sinh thường có xu hướng tránh né, cảm thấy cô đơn hoặc cô lập.

Ở Việt Nam, các bằng chứng thực tế cho thấy, tỷ lệ trẻ vị thành niên có vấn đề liên quan tới sức khỏe tâm thần chiếm tỷ lệ 8-20%, trong đó trạng thái lo âu, căng thẳng, cảm thấy đơn độc là những vấn đề phổ biến ở trẻ ở lứa tuổi này [6]. Học sinh trung học phổ thông là nhóm ở lứa tuổi vị thành niên, từ khoảng 15 đến 18 tuổi. Đây là nhóm lứa tuổi có nhiều sự thay đổi lớn về thể chất, tâm lý – xã hội và cũng là nhóm dễ

gặp phải các vấn đề về sức khỏe tâm thần nhất [9]. Kết quả nghiên cứu của Tạ Thị Thủy và Nguyễn Thị Ngọc Bé (2022) cho thấy có 26.6% học sinh trung học phổ thông có các rối loạn về vấn đề sức khỏe tâm thần; trong đó học sinh nữ gặp phải các vấn đề liên quan tới cảm xúc, bạn bè cao hơn so với học sinh nam [7]. Trong khi đó, theo báo cáo tóm tắt chính sách của Quỹ Nhi đồng Liên Hợp Quốc (UNICEF), sức khỏe tâm thần là nền tảng quyết định năng lực suy nghĩ, cảm nhận, học tập, làm việc, xây dựng những mối quan hệ có ý nghĩa và đóng góp cho cộng đồng của mỗi người. Sức khỏe tâm thần cũng là một phần nội tại của sức khỏe cá nhân và là nền tảng cho một cộng đồng và quốc gia khỏe mạnh. Trẻ em và thanh niên rất có thể sẽ trải qua nhiều mức độ của sức khỏe tâm thần và tâm trí tích cực cũng như tình trạng sức khỏe tâm thần ở các mức độ khác nhau trong nhiều trường hợp [6]. Các vấn đề sức khỏe tâm thần của vị thành niên nếu không được hiểu rõ và có những hỗ trợ phù hợp sẽ ảnh hưởng nghiêm trọng đến sự phát triển, thành tích học tập và tiềm năng của học sinh.

Nhằm hiểu rõ và cung cấp thêm bằng chứng thực tiễn về sức khỏe tâm thần của trẻ vị thành niên, đặc biệt nhấn mạnh sự khác biệt về giới, bài viết này tập trung vào 3 nội dung sau: (i) làm rõ nhận thức của học sinh trung học phổ thông về sức khỏe tâm thần, (ii) xác định các vấn đề sức khỏe tâm thần của học sinh, (iii) đề xuất một số giải pháp nhằm hỗ trợ tăng cường sức khỏe tâm thần của học sinh.

2. PHƯƠNG PHÁP VÀ GIẢ THUYẾT NGHIÊN CỨU

2.1. Phương pháp nghiên cứu

2.1.1. Phương pháp thu thập thông tin

Phương pháp khảo sát bằng bảng hỏi là phương pháp thu thập thông tin chính được sử dụng để thu thập các dữ liệu nhằm kiểm định các giả thuyết đặt ra trong bài viết. Phương pháp này sử dụng một bảng hỏi được xây dựng dựa trên cơ sở các tiêu chí cụ thể nhằm đo lường nhận thức và các vấn đề liên quan tới sức khỏe tâm thần của thanh thiếu niên nói riêng tham khảo từ các nguồn tài liệu có sẵn. Bảng hỏi được thiết kế và triển khai dưới hình thức trực tuyến, sử dụng Google form. Đối tượng tham gia khảo sát là học sinh tại Trường Trung học phổ thông Chuyên Khoa học Huế. Thời gian thực hiện khảo sát trong tháng 09 năm 2024. Việc sử dụng khảo sát trực tuyến giúp việc tiếp cận với đối tượng khảo sát là học sinh dễ dàng, nhanh chóng nhưng vẫn đảm bảo tính hệ thống, tính tin cậy của việc thu thập thông tin. Kết quả có 272 học sinh trả lời phiếu khảo sát, sau khi làm sạch dữ liệu (loại bỏ các phiếu không hợp lệ), số phiếu khảo sát đủ tiêu chuẩn để phân tích là 267 phiếu.

2.1.2. Phương pháp xử lý thông tin

Dữ liệu thu thập được từ phương pháp phỏng vấn bán cấu trúc được nhập vào phần mềm SPSS và được xử lý bằng các phương pháp như thống kê mô tả (tần suất, trung bình). Dữ liệu cũng được xử lý bằng bảng chéo (crosstabs) để kiểm định Chi-bình phương (Chi-square) về mối quan hệ giữa biến giới tính và các biến về các vấn đề liên quan tới sức khỏe tâm thần (có/không).

2.2. Giả thuyết nghiên cứu

Dựa trên kết quả tổng quan tài liệu và mục tiêu của bài viết, nhóm tác giả xây dựng 4 giả thuyết nghiên cứu như sau:

Giả thuyết 1: Học sinh trung học phổ thông có nhận thức chưa cao về sức khỏe tâm thần.

Giả thuyết 2: Có sự khác biệt về nhận thức về sức khỏe tâm thần giữa học sinh nam và học sinh nữ.

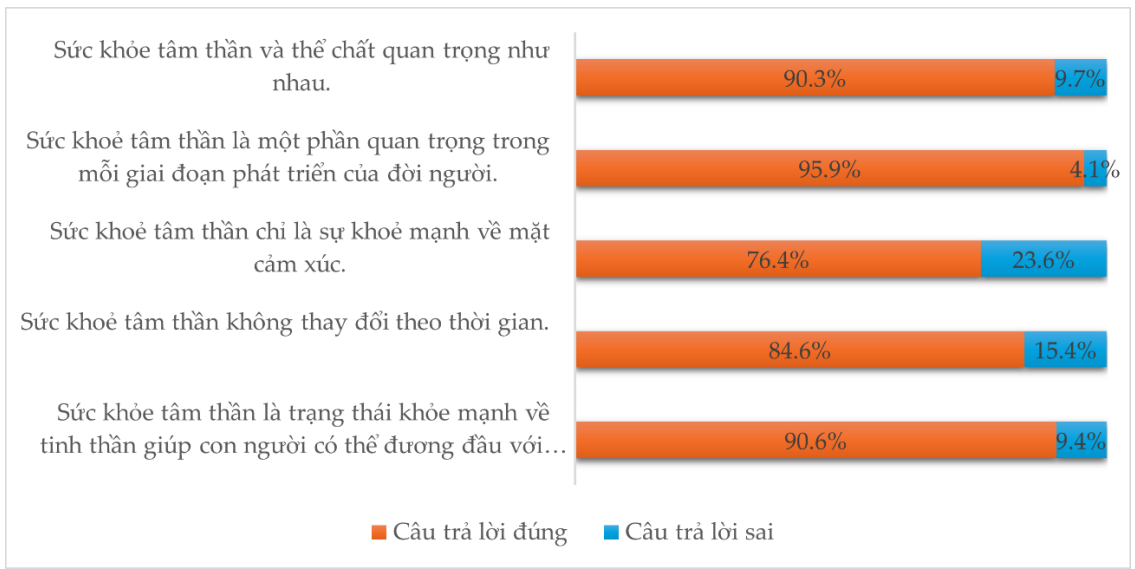
Giả thuyết 3: Tỷ lệ học sinh gặp phải các vấn đề liên quan tới sức khỏe tâm thần cao, đặc biệt các vấn đề liên quan tới cảm xúc và xã hội.

Giả thuyết 4: Học sinh nữ có xu hướng gặp phải các vấn đề liên quan tới sức khỏe tâm thần cao hơn so với học sinh nam.

3. KẾT QUẢ VÀ THẢO LUẬN

3.1 Nhận thức của học sinh trung học phổ thông về sức khỏe tâm thần

Kết quả thống kê mô tả (tần suất) trình bày ở Biểu đồ 1 cho thấy tỷ lệ học sinh tham gia khảo sát có nhận thức đúng về sức khỏe tâm thần khá cao, trong đó có đến 95.9% học sinh nhận thức đúng rằng “sức khỏe tâm thần là một phần quan trọng trong mỗi giai đoạn phát triển của con người”, 90.6% học sinh hiểu đúng khái niệm về sức khỏe tâm thần “là trạng thái khỏe mạnh về tinh thần giúp con người có thể đương đầu với những căng thẳng trong cuộc sống, phát huy được khả năng của mình, học tập tốt, làm việc tốt và đóng góp cho cộng đồng.” như định nghĩa của WHO. Tuy nhiên, có đến 23.2% học sinh cho rằng “sức khỏe tâm thần chỉ là sự khỏe mạnh về mặt cảm xúc” trong khi sức khỏe tâm thần bao gồm cả sự khỏe mạnh về cảm xúc, tâm lý – xã hội và thể chất. 15.1% học sinh nhận thức rằng “sức khỏe tâm thần ở trạng thái không thay đổi theo thời gian” trong khi đây là trạng thái có thể thay đổi tùy vào hoàn cảnh, thời điểm và các yếu tố khác tác động. Kết quả nghiên cứu này phần lớn phản bác giả thuyết 1 “Học sinh trung học phổ thông có nhận thức chưa cao về sức khỏe tâm thần”.



Biểu đồ 1. Nhận thức của học sinh về sức khỏe tâm thần

Bảng 1 trình bày kết quả phân tích về nhận thức của học sinh nam và học sinh nữ dựa trên tỷ lệ phần trăm đồng ý và kiểm định Chi-bình phương để đánh giá sự khác biệt có ý nghĩa thống kê giữa nhóm học sinh nam và học sinh nữ. Nhìn chung, học sinh nữ và học sinh nam có mức độ nhận thức tương đồng với tỷ lệ đồng ý trung bình lần lượt là 87.7% và 87.3%. Câu hỏi về định nghĩa sức khỏe tâm thần là "trạng thái khỏe mạnh về tinh thần giúp con người có thể đương đầu với căng thẳng" cho thấy học sinh nam có tỷ lệ đồng ý cao hơn học sinh nữ với tỷ lệ 94.2% so với 87.7% với $p=0.051$, gần với ngưỡng 0.05. Điều này cho thấy sự khác biệt về giới gần như có ý nghĩa thống kê ở biến số này. Tuy nhiên, không có khác biệt đáng kể giữa hai nhóm trong các nhận thức còn lại với các giá trị p đều lớn hơn 0.05. Điều này cho thấy cả học sinh nam và nữ đều có ý thức tương đối cao và giống nhau về tầm quan trọng của sức khỏe tâm thần. Kết quả này giúp bác bỏ giả thuyết 2 rằng “Có sự khác biệt về nhận thức về sức khỏe tâm thần giữa học sinh nam và học sinh nữ.”.

Bảng 1. Tỷ lệ học sinh nhận thức đúng về sức khỏe tâm thần theo giới tính

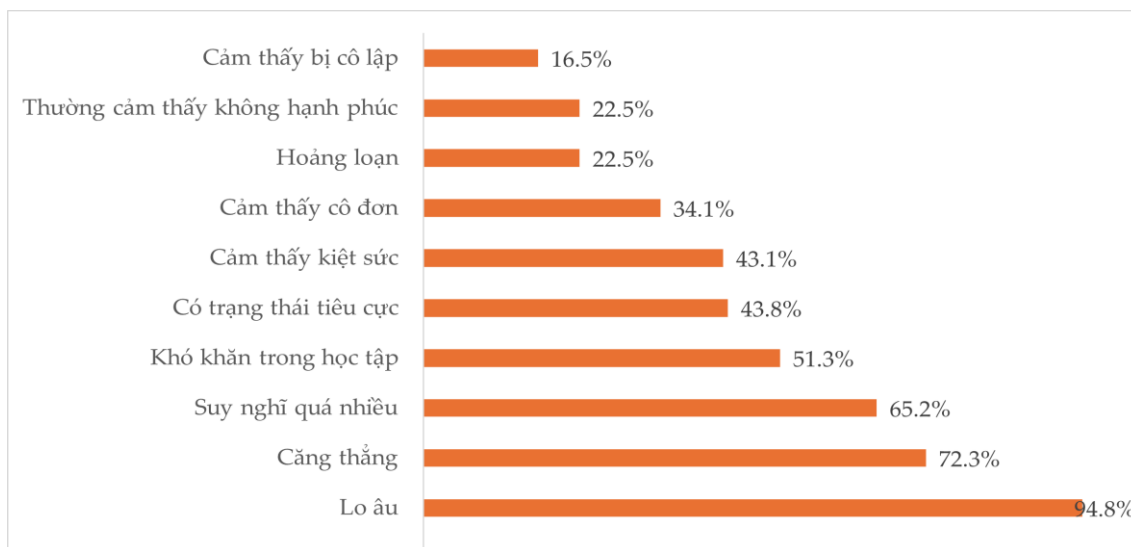
Các vấn đề	Học sinh nữ	Học sinh nam	Chi-square test	
	(n=146)	(n=121)	Value	Sig.
Sức khỏe tâm thần là trạng thái khỏe mạnh về tinh thần giúp con người có thể đương đầu với những căng thẳng trong cuộc sống, phát huy được khả năng của mình, học tập tốt, làm việc tốt và đóng góp cho cộng đồng.	87.7%	94.2%	2.338	.051

Sức khỏe tâm thần luôn ở trạng thái không thay đổi theo thời gian.	85.6%	83.5%	.234	.376
Sức khỏe tâm thần chỉ là sự khỏe mạnh về mặt cảm xúc.	77.4%	75.2%	.176	.391
Sức khỏe tâm thần là một phần quan trọng trong mỗi giai đoạn phát triển của đời người.	97.3%	94.2%	1.553	.174
Sức khỏe tâm thần và thể chất là quan trọng như nhau.	91.1%	89.3%	.255	.383

Nguồn: Kết quả khảo sát, 2024

3.2. Một số vấn đề sức khỏe tâm thần của học sinh trung học phổ thông

Biểu đồ 2 thể hiện tỷ lệ phần trăm học sinh gặp phải các vấn đề liên quan tới sức khỏe tâm thần như căng thẳng, lo âu, hoảng loạn... Kết quả cho thấy có đến 94.8% học sinh gặp thường có cảm giác lo âu và 72.3% học sinh có cảm giác căng thẳng trong quá trình phát triển của bản thân. Đây cũng là những vấn đề sức khỏe tâm thần phổ biến nhất của trẻ em Việt Nam [8]. Tỷ lệ học sinh suy nghĩ quá nhiều cũng chiếm tỷ lệ khá cao, với hơn 65% học sinh khẳng định. Đáng lưu ý, 51.3% học sinh cho rằng các em thường gặp khó khăn trong học tập như giảm chú ý, kém tập trung. Có thể thấy rằng tỷ lệ học sinh gặp phải nhiều vấn đề liên quan tới sức khỏe tâm thần ở mức cao và học sinh gặp phải nhiều hơn một vấn đề cùng lúc. Kết quả cơ bản ủng hộ giả thuyết 3 rằng tỷ lệ học sinh gặp phải các vấn đề liên quan tới sức khỏe tâm thần cao, đặc biệt các vấn đề liên quan tới cảm xúc như lo âu, căng thẳng.



Biểu đồ 2. Tỷ lệ học sinh gặp các vấn đề về sức khỏe tâm thần phổ biến

Kiểm định Chi-bình phương được thực hiện đối với mỗi biến để kiểm định giả thuyết 3 của bài viết “Học sinh nữ có xu hướng gặp phải các vấn đề liên quan tới sức khỏe tâm thần cao hơn so với học sinh nam”. Kết quả trình bày ở Bảng 2 cho thấy mặc dù nhiều học sinh gặp phải các vấn đề như lo âu, căng thẳng và suy nghĩ quá nhiều nhưng không có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê về các vấn đề này giữa nhóm học sinh nam và học sinh nữ.

Kết quả phân tích cho thấy trong số 10 biến số đo lường các vấn đề liên quan tới sức khỏe tâm thần, đa số học sinh thường xuyên có cảm giác lo lắng (94.8%), căng thẳng (72.3%), suy nghĩ quá nhiều (65.2%). Mặc dù học sinh nam có tỷ lệ lo âu cao hơn một chút so với học sinh nữ (95.9% so với 93.8%), nhưng sự khác biệt này không có mức ý nghĩa về mặt thống kê, do đó không thể kết luận rằng giới tính ảnh hưởng đến mức độ lo âu. Về căng thẳng, có 76.0% học sinh nữ so với 67.8% học sinh nam có cảm giác căng thẳng nhưng sự khác biệt này không có ý nghĩa thống kê ($p=0.086$), do đó không thể kết luận rằng học sinh nữ căng thẳng nhiều hơn nam giới một cách chắc chắn. Tương tự, mặc dù tỷ lệ học sinh nữ có cảm giác suy nghĩ quá nhiều hơn so với học sinh nam, tuy nhiên với mức ý nghĩa ($p=0.084$) cho thấy không có sự khác biệt rõ nét về giới tính ở biến số này.

Đáng chú ý, với mức trung bình gặp khó khăn trong học tập của tổng mẫu khảo sát là 51.3%, nhưng kết quả cho thấy tỷ lệ học sinh nữ gặp khó khăn trong học tập cao hơn đáng kể so với học sinh nam (62.3% so với 38.0%) với giá trị $p=0.001$ nhỏ hơn 0.05, cho thấy sự khác biệt có ý nghĩa thống kê giữa hai giới. Điều này cho thấy có mối liên hệ rõ ràng giữa giới tính và khó khăn trong học tập, trong đó học sinh nữ có xu hướng gặp khó khăn trong học tập như giảm chú ý, kém tập trung cao hơn so với học sinh nam.

Về cảm giác tiêu cực, có 43.8% học sinh thường có trạng thái tiêu cực – thấp hơn nhiều so với các vấn đề khác như lo âu, căng thẳng. Tuy nhiên, kết quả phân tích Chi-bình phương cho thấy có sự khác biệt về giới ở biến số này, trong đó nữ giới có xu hướng gặp phải trạng thái tiêu cực nhiều hơn nam giới. Tỷ lệ học sinh nữ có trạng thái tiêu cực (52.7%) cao hơn đáng kể so với học sinh nam (33.1%) có giá trị thống kê ($p=0.001$). 34.1% học sinh cảm thấy cô đơn, trong đó tỷ lệ học sinh nữ cảm thấy cô đơn (43.2%) cao hơn đáng kể so với học sinh nam (23.1%) ở mức ý nghĩa thống kê ($p=0.001$). Điều này chứng tỏ có mối liên hệ giữa giới tính và cảm giác cô đơn. Sự khác biệt này cần được chú ý trong việc hỗ trợ học sinh, đặc biệt là các biện pháp giúp học sinh nữ vượt qua khó khăn trong học tập, cảm xúc tiêu cực và cô đơn.

Bảng 2. Tỷ lệ học sinh gặp các các vấn đề sức khỏe tâm thần theo lát cắt giới tính

Các vấn đề	Học sinh nữ	Học sinh nam	Chi-square test	
			Value	Sig.
Cảm giác lo lắng	93.8%	95.9%	0.55	0.324
Căng thẳng	76.0%	67.8%	2.253	0.086
Suy nghĩ quá nhiều	69.2%	60.3%	2.282	0.084
Khó khăn trong học tập	62.3%	38.0%	15.654	0.001
Có trạng thái tiêu cực	52.7%	33.1%	10.411	0.001
Cảm thấy kiệt sức	50.0%	34.7%	6.308	0.008
Cảm thấy cô đơn	43.2%	23.1%	11.792	0.001
Hoảng loạn	25.3%	19.0%	1.524	0.138
Thường cảm thấy không hạnh phúc	26.0%	18.2%	2.338	0.083
Cảm thấy bị cô lập	17.8%	14.9%	0.413	0.318

Nguồn: Kết quả khảo sát, 2024

Tóm lại, kết quả phân tích cho thấy có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê giữa học sinh nam và nữ ở một số vấn đề liên quan tới sức khỏe tâm thần, cụ thể gồm: có trạng thái tiêu cực ($p = 0.001$), khó khăn trong học tập ($p = 0.001$), cảm thấy kiệt sức ($p = 0.008$), cảm thấy cô đơn ($p = 0.001$). Kết quả này ủng hộ giả thuyết 2 rằng “Học sinh nữ có xu hướng gặp phải các vấn đề liên quan tới sức khỏe tâm thần cao hơn so với học sinh nam”, đặc biệt là ở các khía cạnh về cảm xúc và tương tác xã hội.

4. KẾT LUẬN

Kết quả của bài viết cho thấy học sinh ở bậc trung học phổ thông (lứa tuổi từ 14 - 17 tuổi) có nhận thức khá đúng về sức khỏe tâm thần, trong đó không có sự khác biệt rõ nét giữa học sinh nam và học sinh nữ. Tỷ lệ học sinh gặp ít nhất một vấn đề liên quan tới sức khỏe tâm thần cao, trong đó đa số học sinh gặp các vấn đề về liên quan tới cảm xúc như lo âu, căng thẳng và suy nghĩ quá nhiều, tuy nhiên không có sự khác biệt rõ nét giữa nhóm học sinh nam và học sinh nữ ở các biến số này. Kết quả cho thấy học sinh nữ có xu hướng gặp phải các vấn đề như luôn ở trạng thái tiêu cực, khó khăn trong học tập, cảm thấy kiệt sức và cô đơn cao hơn so với nam giới ở mức ý nghĩa thống kê.

Kết quả nghiên cứu nhấn mạnh tầm quan trọng của việc tăng cường hơn nữa các hoạt động hỗ trợ tâm lý – xã hội cho học sinh nhằm phòng ngừa và hạn chế các vấn đề về sức khỏe tâm thần, trong đó chú ý tới sự khác biệt về giới tính.

Trên cơ sở kết quả nghiên cứu, bài viết đề xuất một số biện pháp sau:

Thứ nhất, các trường học cần tổ chức nhiều các chương trình ngoại khóa và ứng dụng công nghệ thông tin như fanpage nhằm tăng cường nhận thức của học sinh về sức khỏe tâm thần.

Thứ hai, trường học cần xây dựng và triển khai các bộ phận hỗ trợ tâm lý – xã hội học đường, đặc biệt đối với những học sinh có các dấu hiệu liên quan tới sức khỏe tâm thần. Nhà trường cần thực hiện việc đánh giá ban đầu và sàng lọc vào đầu mỗi năm học hoặc học kỳ để có thể phân loại các nhóm học sinh ở các mức độ nguy cơ khác nhau về sức khỏe tâm thần, trong đó lưu ý đến sự khác biệt về giới tính để đưa ra các giải pháp hỗ trợ và phòng ngừa hiệu quả hơn.

Thứ ba, cần tăng cường tính kết nối giữa gia đình và nhà trường trong việc hỗ trợ học sinh cải thiện sức khỏe tâm thần qua các buổi nói chuyện, các kênh tương tác nhằm giúp gia đình hiểu rõ hơn các vấn đề có yếu tố nguy cơ của học sinh và tăng cường vai trò của gia đình trong việc hỗ trợ con cái về tâm lý – xã hội.

Bài viết cũng nhấn mạnh cần có nhiều hơn các nghiên cứu thực tiễn về sức khỏe tâm thần, các yếu tố ảnh hưởng và nhu cầu hỗ trợ về sức khỏe tâm thần của mọi người, đặc biệt đối với lứa tuổi vị thành niên – lứa tuổi có nhiều những biến đổi về tâm sinh lý và xã hội để phát triển và hoàn thiện bản thân.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1]. Nguyễn Công Khanh (2018). *Tư vấn tâm lý tuổi vị thành niên*. NXB. Đại học Sư phạm, Hà Nội. ISBN 978-604- 54-2358-5.
- [2]. Nguyen Cong Khanh & Nguyen Thi My Linh (2017). Development of the social problem solving measure of adolescents' competences in dealing with interpersonal problems. *HNUE Journal of Science, Educational Sciences*, Vol. 62, Issue 12: 12-24. DOI: 10.18173/2354-1075.2017-0170.
- [3]. Nguyễn Danh Lâm và cộng sự (2022). Thực trạng nguy cơ Stress, lo âu, trầm cảm của học sinh trung học phổ thông huyện Yên Định, Thanh Hóa, *Tạp chí Y học Việt Nam*, tập 516 tháng 7, số 1, trang 67 -70.
- [4]. Merikangas, K. R., He, J.-P., Burstein, M., Swendsen, J., Avenevoli, S., Case, B., & Olfson, M. (2010). *Lifetime prevalence of mental disorders in U.S. adolescents: Results from the National Comorbidity Survey Replication-Adolescent Supplement (NCS-A)*.
- [5]. Ocansey, S. K., & Gyimah, E. K. (2016). Counselling Needs of Pupils with Special Educational Needs and Disabilities in the Greater Accra Region of Ghana: Implications

for Inclusive Education in Ghana. *Journal of Education and Practice*, 7(21), 99-109.

- [6]. Quỹ Nhi đồng Liên Hợp Quốc (UNICEF) (2022). *Tóm tắt chính sách của UNICEF: Tác động của trường học tới sức khỏe tâm thần và sự phát triển toàn diện của thanh thiếu niên tại Việt Nam*. UNICEF.
- [7]. Tạ Thị Thủy và Nguyễn Thị Ngọc Bé (2022). Đánh giá sức khỏe tâm thần của học sinh trung học phổ thông thành phố Hồ Chí Minh. *Tạp chí Khoa học*, Trường Đại học Sư phạm, Đại học Huế, số 4 (64). 167-178.
- [8]. UNICEF (2023). Báo cáo tóm tắt Sức khỏe tâm thần và tâm lý xã hội của trẻ em và thanh niên tại một số tỉnh và thành phố ở Việt Nam. Tải về từ trang <https://www.unicef.org/vietnam/media/1016/file/B%C3%A1o%20c%C3%A1o%20t%C3%B3m%20t%E1%BA%Aft.pdf> ngày 10 tháng 09 năm 2024.
- [9]. Đinh Thị Hồng Vân, Nguyễn Thị Quỳnh Anh, Mai Thị Thanh Thủy (2020). Sức khỏe tâm thần của học sinh trung học phổ thông. *Tạp chí Khoa học*, Trường Đại học Sư phạm, Đại học Huế, số 2(58), 178-185.
- [10]. WHO (2024). Mental health of adolescents. Tải về từ trang <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health> ngày 10 tháng 11 năm 2024.

UNDERSTANDING AND MENTAL HEALTH PROBLEMS AMONG HIGH SCHOOL STUDENTS AT HUSC HIGH SCHOOL FOR THE GIFTED STUDENTS

Huynh Thi Anh Phuong, Nguyen Thi Hoai Phuong*

Faculty of Sociology and Social Work, Univeristy of Sciences, Hue University

*Email: phuongnguyens244@husc.edu.vn

ABSTRACT

This study examines the perceptions and mental health problems among students at HUSC High School for the Gifted based on an survey responses from 267 students. The findings indicate that the proportion of high school students with correct understanding of mental health is relatively high. However, many students reported to experience a variety of challenges related to mental health, particularly the challenges related to emotions and social interactions. Besides, female students are more likely to experience mental health-related challenges compared to male students, especially in the aspects such as negative states, burnout, loneliness, and learning difficulties. In this study, we would like to emphasize the need for gender-sensitive mental health support programs in schools, which aims to improve students' mental well-being and social interaction skills in the future.

Keywords: Adolescents, high school students, mental health, psychosocial support.



Huỳnh Thị Ánh Phương, sinh năm 1979 tại Quảng Ngãi. Năm 2014, bà nhận học vị Tiến sĩ chuyên ngành Giới và Phát triển tại Viện Công nghệ Châu Á (AIT), Thái Lan và được bổ nhiệm chức danh Phó Giáo sư ngành Xã hội học vào năm 2023. Bà công tác tại Trường Đại học Khoa học, Đại học Huế từ năm 2009 đến nay.

Lĩnh vực nghiên cứu: Giới và các vấn đề phát triển, gia đình, sinh kế, quản lý tài nguyên, tính tổn thương và thích ứng, phát triển nông thôn.



Nguyễn Thị Hoài Phương sinh ngày 24/04/1992 tại thành phố Huế. Năm 2022, cô hoàn thành chương trình Thạc sĩ chuyên ngành Công tác xã hội học tại Trường Đại học Khoa học, Đại học Huế. Cô hiện đang theo học Nghiên cứu sinh ngành Công tác xã hội tại Trường Đại học Khoa học Xã hội và Nhân văn, Đại học Quốc gia Hà Nội.

Lĩnh vực nghiên cứu: Sức khỏe tâm thần, Công tác xã hội.