

# RỐI LOẠN LO ÂU Ở HỌC SINH TRƯỜNG PHỔ THÔNG TRUNG HỌC NGUYỄN THỊ MINH KHAI, HÀ NỘI NĂM HỌC 2018 - 2019 VÀ MỘT SỐ YẾU TỐ LIÊN QUAN

Lê Thị Vũ Huyền✉, Đỗ Nhật Phương

Trường Đại học Y Hà Nội

*Nghiên cứu nhằm xác định tỷ lệ rối loạn lo âu và một số yếu tố liên quan đến rối loạn lo âu ở học sinh trường trung học phổ thông Nguyễn Thị Minh Khai, Hà Nội năm học 2018 - 2019. Nghiên cứu đã sử dụng thiết kế nghiên cứu mô tả cắt ngang trên 341 học sinh, công cụ để đánh giá rối loạn lo âu là thang Zung. Kết quả nghiên cứu cho thấy tỷ lệ rối loạn lo âu ở học sinh trường trung học phổ thông Nguyễn Thị Minh Khai là 26,39%. Các yếu tố liên quan đến rối loạn lo âu ở học sinh bao gồm yếu tố cá nhân: giới, học lực, nhân cách; yếu tố gia đình: áp lực học tập từ gia đình, bạo hành ở gia đình; yếu tố nhà trường: áp lực học tập từ nhà trường, mối quan hệ với bạn bè, bắt nạt ở trường học. Vì vậy, học sinh trường trung học phổ thông cần được sàng lọc rối loạn lo âu trong quá trình học tại trường và tìm hiểu những yếu tố liên quan tới rối loạn lo âu để có những can thiệp kịp thời và phù hợp.*

**Từ khóa:** Rối loạn lo âu, học sinh trường trung học phổ thông, yếu tố liên quan

## I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Rối loạn lo âu đề cập đến một nhóm các rối loạn tâm thần đặc trưng bởi cảm giác lo lắng và sợ hãi. Khoảng thời gian tồn tại các triệu chứng ở người bị rối loạn lo âu khiến nó trở thành một bệnh mãn tính hơn là rối loạn nhất thời hoặc thỉnh thoảng xảy ra.<sup>1</sup> Trên thế giới, tỷ lệ mắc rối loạn lo âu trong quần thể dao động từ 0,9% đến 28,3% dân số.<sup>2</sup> Tổng số người sống với rối loạn lo âu vào năm 2015 ước tính là 264 triệu người.<sup>1</sup>

Tuổi vị thành niên là giai đoạn có nhiều thay đổi về tâm sinh lý. Trẻ cần phải đối mặt với những vấn đề khó khăn và mâu thuẫn cần giải quyết.<sup>3</sup> Nếu trẻ không kịp thích nghi với những thay đổi đó sẽ dễ dẫn đến những suy nghĩ, cảm xúc, hành vi mang tính tiêu cực, trong đó có các vấn đề sức khỏe liên quan đến tâm thần.<sup>4</sup> Rối loạn lo âu là một trong những rối loạn tâm lý phổ biến của thời thơ ấu và vị thành niên.<sup>5</sup>

11,7% - 15,0% Vị thành niên được chẩn đoán lo lắng có xu hướng cảm thấy quá sức, bị mắc kẹt trong các triệu chứng rối loạn lo âu của họ và có thể coi tự tử là một phương tiện để giải thoát.<sup>6</sup>

Các nghiên cứu trên thế giới về rối loạn lo âu ở trẻ em và vị thành niên cho tỉ lệ rối loạn lo âu ở quần thể này dao động từ 6,9% đến 31,9%.<sup>7-10</sup> Tại Việt Nam, các nghiên cứu về rối loạn lo âu ở đối tượng này đặc biệt là ở học sinh trường trung học phổ thông (THPT) đều cho những con số đáng báo động, thậm chí cứ khoảng chưa đến 3 em học sinh thì có 1 em có biểu hiện rối loạn lo âu với kết quả 38% học sinh có biểu hiện rối loạn lo âu.<sup>11</sup> Hay nghiên cứu của Nguyễn Tấn Đạt, Dedding C., Phạm Thị Tâm và các cộng sự cho thấy những học sinh mắc rối loạn lo âu có nguy cơ tự tử cao gấp hơn 3 lần so với học sinh không có rối loạn lo âu.<sup>12</sup> Những con số biết nói này đang hỏi sự quan tâm đúng mức từ phía nhà trường, phụ huynh và xã hội đối với rối loạn lo âu ở học sinh.

Các yếu tố liên quan đến rối loạn lo âu được nhiều tác giả nghiên cứu. Trong đó có thể kể đến: yếu tố cá nhân: kiểu nhân cách, giới;<sup>8, 12</sup>

*Tác giả liên hệ: Lê Thị Vũ Huyền,*

*Trường Đại học Y Hà Nội*

*Email: levuhuyen@hmu.edu.vn*

*Ngày nhận: 18/05/2020*

*Ngày được chấp nhận: 13/08/2020*

<sup>13, 14</sup> Yếu tố gia đình: áp lực học tập và bạo lực gia đình;<sup>11,12,15,16</sup> Yếu tố trường học: áp lực học tập, bắt nạt học đường và mối quan hệ với bạn bè.<sup>11,17,18</sup> Hiện tại vẫn chưa có nghiên cứu nào về rối loạn lo âu và các yếu tố liên quan đến rối loạn lo âu tại Trường THPT Nguyễn Thị Minh Khai. Việc tìm hiểu về rối loạn lo âu và các yếu tố liên quan là cơ sở để nhà trường, phụ huynh hiểu thêm về tình trạng sức khỏe của các em học sinh, từ đó lập kế hoạch giáo dục, tổ chức các hoạt động phù hợp.

Với những lí do đã nêu trên, chúng tôi chọn đề tài: “Rối loạn lo âu ở học sinh trường phổ thông trung học Nguyễn Thị Minh Khai, Hà Nội năm học 2018 - 2019 và một số yếu tố liên quan” với 2 mục tiêu:

1. Xác định tỷ lệ rối loạn lo âu của học sinh tại trường phổ thông trung học Nguyễn Thị Minh Khai, Hà Nội năm học 2018 - 2019.

2. Mô tả một số yếu tố liên quan tới rối loạn lo âu của học sinh trường phổ thông trung học Nguyễn Thị Minh Khai, Hà Nội năm học 2018 - 2019.

## II. ĐỐI TƯỢNG VÀ PHƯƠNG PHÁP

### 1. Đối tượng

- Học sinh trường THPT Nguyễn Thị Minh Khai, Phường Phúc Diễn – Quận Bắc Từ Liêm - TP Hà Nội.

*Tiêu chuẩn lựa chọn:* (1) Học sinh trường THPT Nguyễn Thị Minh Khai năm học 2018 - 2019; (2) Học sinh đồng ý tham gia nghiên cứu và cha mẹ học sinh đồng ý cho con tham gia nghiên cứu.

*Tiêu chuẩn loại trừ:* Học sinh nghỉ học thời gian lấy số liệu

*Thời gian nghiên cứu*

- Nghiên cứu tiến hành từ tháng 10 năm 2018 đến tháng 6 năm 2020 . Thời gian thu thập số liệu là tháng 1 năm 2019

### 2. Phương pháp

*Thiết kế nghiên cứu:* Nghiên cứu sử dụng thiết kế nghiên cứu mô tả cắt ngang.

*Cỡ mẫu và cách chọn mẫu:*

Áp dụng công thức tính cỡ mẫu ước tính một tỷ lệ trong quần thể:

$$n = Z_{1 - \alpha/2}^2 \frac{p(1 - p)}{(\epsilon p)^2}$$

Với độ tin cậy 95%: Z = 1,96 Chọn p = 0.2166 lấy từ nghiên cứu của Nguyễn Thị Hằng Phương;<sup>19</sup> 0,205 ta có:

$$n = 1,96^2 \frac{0,2166 \times (1 - 0,2166)}{(0,205 \times 0,2166)^2} = 331$$

- Áp dụng công thức ta tính được n = 330. Để tránh một số đối tượng từ chối không tham gia nghiên cứu hoặc nghỉ học tại ngày điều tra hoặc phiếu điền không hợp lệ, cỡ mẫu được tăng lên 10% và làm tròn số n = 360. Sau khi thu thập số liệu, loại 19 phiếu bị lỗi do thiếu thông tin. Cỡ mẫu cuối cùng còn 341

- Mỗi khối có số lượng học sinh gần tương đương nhau với tỷ lệ 1:1:1, mỗi lớp có 45 - 50 học sinh. Với tổng số học sinh cần lấy là 360 học sinh. Bốc thăm gia chọn ngẫu nhiên mỗi khối 3 lớp, trong mỗi lớp được lấy toàn bộ học sinh để tiến hành nghiên cứu.

*Các biến số nghiên cứu*

Các biến số về đặc điểm chung của đối tượng nghiên cứu:

+ Giới, học lực.

Các biến số cho mục tiêu 1:

+ Tỷ lệ rối loạn lo âu của học sinh

Biến số và chỉ số cho mục tiêu 2:

+ Yếu tố cá nhân: giới, học lực, nhân cách

+ Yếu tố gia đình: áp lực học tập từ gia đình, bạo hành gia đình

+ Yếu tố nhà trường: áp lực học tập từ nhà trường, mối quan hệ với bạn bè, bắt nạt trường học.

*Công cụ thu thập số liệu*

Bộ câu hỏi về thông tin chung của học sinh, áp lực học tập từ gia đình, bạo hành gia đình, áp lực học tập từ nhà trường, quan hệ bạn bè, bất nạt trường học

Bảng nghiệm kê nhân cách của Hans Eysenck (EPI) với 57 câu hỏi.<sup>20</sup> Có 4 kiểu nhân cách tổng hợp như sau: bình thản, ưu tư, hoạt bát, nóng nảy.

Thang đo Zung để đánh giá rối loạn lo âu của học sinh.<sup>21</sup> Thang đo gồm 20 câu hỏi, mỗi câu có 4 lựa chọn từ 1 - 4. Tổng điểm là 80 điểm. Mức độ rối loạn lo âu được đánh giá như sau:<sup>22</sup>

Không lo âu:  $\leq 40$  điểm

Lo âu mức độ nhẹ: 41 - 50 điểm

Lo âu mức độ vừa: 51 - 60 điểm

Lo âu mức độ nặng: 61 - 70 điểm

Lo âu mức độ rất nặng: 71 - 80 điểm

### 3. Xử lý số liệu

Số liệu sau khi được làm sạch được nhập vào phần mềm Epidata 3.1

## III. KẾT QUẢ

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

**Bảng 1. Một số thông tin chung về đối tượng nghiên cứu**

Đặc điểm chung	Số học sinh	Tỷ lệ
	(n)	(%)
Giới		
Nam	111	32,6
Nữ	230	67,4
Học lực		
Giỏi	287	84,1
Khá	51	15,0
Trung bình	3	0,9
Yếu/kém	0	0,0
Tổng	341	100

Học sinh nữ tham gia vào nghiên cứu nhiều hơn học sinh nam, chiếm tỷ lệ là 67,4%. Tỷ lệ học sinh có học lực giỏi chiếm đa số (84,1%), học lực khá và trung bình chiếm 15,9%, đặc biệt là không

Phần mềm Stata 12.0 được sử dụng trong phân tích số liệu. Nghiên cứu sử dụng phân tích đơn biến để xác định một số yếu tố liên quan đến rối loạn lo âu.

### 4. Đạo đức nghiên cứu

Nghiên cứu được sự đồng ý của ban giám hiệu trường THPT Nguyễn Thị Minh Khai - Hà Nội, trường Đại học Y Hà Nội, phụ huynh và học sinh tham gia nghiên cứu.

Đối tượng nghiên cứu được cung cấp đầy đủ thông tin về mục đích, nội dung của nghiên cứu, tự nguyện tham gia bằng cách xác nhận vào bản thỏa thuận tham gia nghiên cứu

Thông tin của đối tượng tham gia nghiên cứu hoàn toàn được giữ bí mật

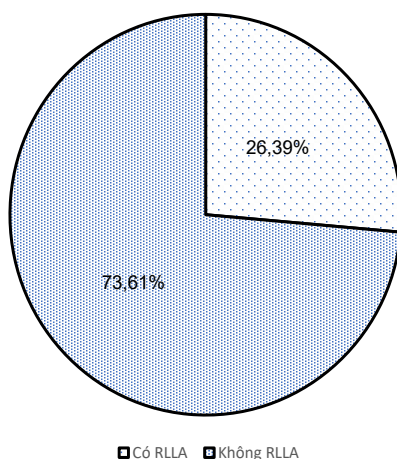
Nếu đối tượng từ chối hoặc ngưng giữa chừng thì không bắt ép họ tiếp tục tham gia.

Đối tượng được phát hiện có rối loạn lo âu sẽ được thông báo đến gia đình và nhà trường để có những can thiệp phù hợp và kịp thời

có học lực yếu/kém.

## 2. Tỷ lệ rối loạn lo âu ở học sinh

Phần lớn học sinh không bị rối loạn lo âu (73,61%). Học sinh bị rối loạn lo âu chiếm 26,39%



Biểu đồ 1. Tỷ lệ lo âu chung và tỷ lệ lo âu từng mức độ của học sinh

## 3. Một số yếu tố liên quan đến rối loạn lo âu của học sinh

Bảng 2. Một số yếu tố liên quan đến rối loạn lo âu ở học sinh

Yếu tố	Rối loạn lo âu	Không rối loạn lo âu	OR (95%CI)	P
	n (%)	n (%)		
<b>Yếu tố cá nhân</b>				
Giới				
Nữ	50 (21,74)	180 (78,26)	1	0,005
Nam	40 (36,04)	71 (63,96)	<b>2,03 (1,22 - 3,36)</b>	
Học lực				
Giỏi	68 (23,69)	219 (76,31)	1	0,002
Khá	19 (37,25)	32 (62,75)	<b>1,91 (1,01 - 3,60)</b>	
Trung bình	3 (100)	0	-	
Yếu tố thần kinh				
Ổn định	11 (15,71)	59 (84,29)	1	0,02
Không ổn định	79 (29,15)	192 (70,85)	<b>2,21 (1,09 - 4,45)</b>	
Kiểu nhân cách				
Bình thân	5 (11,63)	38 (88,37)	1	0,04
Ưu tư	43 (26,71)	118 (73,29)	<b>2,76 (1,01 - 7,59)</b>	
Hoạt bát	6 (22,22)	21 (77,78)	2,17 (0,58 - 8,16)	

Yếu tố	Rối loạn lo âu	Không rối loạn lo âu	OR (95%CI)	P
	n (%)	n (%)		
Nóng nảy	36 (32,73)	74 (67,27)	<b>3,7 (1,31 – 10,48)</b>	0,008
<b>Yếu tố gia đình</b>				
<i>Áp lực học tập từ gia đình</i>				
Kết quả học tập như bố mẹ mong đợi				
Có	24 (15,69)	129 (84,31)	1	0,0001
Không	66 (35,11)	122 (64,89)	<b>2,9 (1,69 - 5,00)</b>	
Bố mẹ ép học đến mức không chịu được				
Không	80 (24,92)	241 (75,08)	1	0,01
Có	10 (50)	10 (50)	<b>3,01 (1,2 – 7,57)</b>	
Sự mong mỏi thành tích của bố mẹ				
Không	54 (21,77)	194 (78,23)	1	0,002
Có	36 (38,71)	57 (61,29)	<b>2,27 (1,34 - 3,83)</b>	
<i>Bạo hành ở gia đình</i>				
Bố mẹ sỉ nhục khi điểm kém				
Không	47 (22,38)	163 (77,62)	1	0,006
Thỉnh thoảng	27 (29,03)	66 (70,97)	1,42 (0,81 - 2,47)	
Thường xuyên	12 (57,14 )	9 (42,86)	<b>4,62 (1,79 - 11,96)</b>	
Bố mẹ sỉ nhục khi mắc lỗi không liên quan tới học tập				
Không	56 (25)	168 (75)	1	
Thỉnh thoảng	21 (25,3)	62 (74,7)	1,02 (0,57 – 1,82)	0,96
Thường xuyên	8 (50)	8 (50)	<b>3,00 (1,06 – 8,47)</b>	0,03
<b>Yếu tố nhà trường</b>				
<i>Áp lực học tập từ nhà trường</i>				
Yêu cầu của thầy cô quá cao				
Không	28 (20,59)	108 (79,41)	1	0,04
Có	39 (34,51)	74 (65,49)	<b>2,03 (1,14 - 3,62)</b>	
Áp lực việc học ở trường				
Không	21 (20)	84 (80)	1	0,01
Có	54 (33,96)	105 (66,04)	<b>2,06 (1,14 - 3,7)</b>	
Mối quan hệ với bạn bè				
Chia sẻ với bạn thân				
Có	63 (22,74)	214 (77,26)	1	0,002

Yếu tố	Rối loạn lo âu	Không rối loạn lo âu	OR (95%CI)	P
	n (%)	n (%)		
Không	27 (42,19)	37 (57,81)	<b>2,48 (1,39 - 4,43)</b>	
Bất nạt ở trường học				
Bị bạn đánh				
Không	58 (21,72)	209 (78,28)	1	0,002
Thỉnh thoảng	16 (38,1)	26 (61,9)	2,22 (1,11 - 4,44)	
Thường xuyên	11 (52,38)	10 (47,62)	<b>3,96 (1,58 - 9,97)</b>	
Bị cô lập khỏi nhóm bạn				
Không	79 (24,61)	242 (75,39)	1	0,003
Có	11 (55)	9 (45)	<b>3,74 (1,48 - 9,49)</b>	
Bị đe dọa/ sỉ nhục bằng lời nói				
Không	29 (19,73)	118 (80,27)	1	0,001
Thỉnh thoảng	24 (34,29)	46 (65,71)	2,12 (1,11 - 4,06)	
Thường xuyên	14 (53,85)	12 (46,15)	4,74 (1,91 - 11,81)	

Kết quả phân tích đơn biến (Bảng 2) cho thấy các yếu tố liên quan đến rối loạn lo âu của học sinh như sau:

#### *Yếu tố cá nhân:*

**Giới:** Học sinh nam có nguy cơ bị rối loạn lo âu cao gấp hơn 2 lần so với học sinh nữ, sự khác biệt này có ý nghĩa thống kê (OR = 2,03; 95%CI: 1,22 - 3,36;  $p < 0,05$ ).

**Học lực:** Học lực khá có nguy cơ mắc rối loạn lo âu cao gấp gần 2 lần so với học lực giỏi, sự khác biệt này có ý nghĩa thống kê (OR = 1,91; 95%CI: 1,01 - 3,60;  $p < 0,05$ ).

**Nhân cách:** Học sinh có kiểu nhân cách không ổn định có nguy cơ bị rối loạn lo âu gấp hơn 2 lần so với học sinh có kiểu nhân cách ổn định và sự khác biệt này có ý nghĩa thống kê (OR = 2,21; 95%CI: 1,09 - 4,45;  $p < 0,05$ ). Học sinh có kiểu nhân cách ưu tư và nóng nảy có nguy cơ bị rối loạn lo âu gấp lần lượt gần 3 lần và gần 4 lần so với học sinh có kiểu nhân cách bình thản. Sự khác biệt này có ý nghĩa thống kê (lần lượt là OR = 2,76; 95%CI: 1,01 - 7,59 và

OR = 3,7 95%CI: 1,31 - 10,48),  $p < 0,05$ .

#### *Yếu tố gia đình*

**Áp lực học tập từ gia đình:** Học sinh có kết quả học tập không như bố mẹ mong đợi có nguy cơ bị rối loạn lo âu cao gấp gần 3 lần so với học sinh có kết quả như bố mẹ mong đợi (OR = 2,9; 95%CI: 1,69 - 5,00). Học sinh có bố mẹ ép học đến mức không thể chịu được có nguy cơ rối loạn lo âu cao gấp hơn 3 lần so với học sinh không bị bố mẹ ép học (OR = 3,01; 95% CI: 1,2 - 7,57). Ngoài ra, sự mong mỏi thành tích của bố mẹ khiến học sinh có nguy cơ rối loạn lo âu cao gấp hơn 2 lần so với học sinh có bố mẹ không mong đợi thành tích của con (OR = 2,27; 95% CI: 1,34 - 3,83). Các sự khác biệt này đều có ý nghĩa thống kê với  $p < 0,05$ .

**Bạo hành gia đình:** Học sinh thường xuyên bị bố mẹ sỉ nhục khi điểm kém có nguy cơ lo âu gấp hơn 4,5 lần so với học sinh không bị bố mẹ sỉ nhục khi điểm kém (OR = 4,62, 95% CI: 1,79 - 11,96). Tương tự vậy, học sinh thường xuyên bị bố mẹ sỉ nhục khi mắc lỗi không liên

quan đến học tập có nguy cơ lo âu gấp 3 lần so với học sinh không bị bố mẹ sỉ nhục khi mắc lỗi không liên quan đến học tập (OR = 3,00, 95% CI: 1,06 – 8,47) Những sự khác biệt này đều có ý nghĩa thống kê ( $p < 0,05$ ).

Yếu tố nhà trường

Áp lực học tập từ nhà trường: Học sinh nhận thấy yêu cầu của thầy cô quá cao và có áp lực việc học ở trường có nguy cơ bị rối loạn lo âu gấp hơn 2 lần so với học sinh không thấy điều đó và sự khác biệt này có ý nghĩa thống kê (OR lần lượt là OR = 2,03; 95%CI: 1,14 - 3,62 và OR = 2,06; 95%CI: 1,14 - 3,7;  $p < 0,05$ ).

Mối quan hệ với bạn bè: Học sinh không chia sẻ với bạn thân có nguy cơ bị rối loạn lo âu gấp gần 2,5 lần so với học sinh chia sẻ với bạn thân (OR = 2,48; 95%CI: 1,39 - 4,43). Những sự khác biệt này đều có ý nghĩa thống kê ( $p < 0,05$ ).

Bạo lực ở trường học: Học sinh bị bạn đánh có nguy cơ bị rối loạn lo âu cao gấp hơn 2 lần so với học sinh không bị bạn đánh (OR = 2,22; 95%CI: 1,11 - 4,44). Những học sinh bị bạn bè cô lập có nguy cơ bị rối loạn lo âu cao gấp gần 4 lần so với học sinh không bị bạn bè cô lập (OR = 3,74; 95%CI: 1,48 - 9,49). Ngoài ra, học sinh bị bạn đe dọa, nói xấu, sỉ nhục bằng lời nói thường xuyên có nguy cơ rối loạn lo âu cao gấp gần 5 lần so với học sinh không bị đe dọa bằng lời nói (OR = 4,74; 95%CI: 1,91 - 11,81). Những mối liên quan này đều có ý nghĩa thống kê ( $p < 0,05$ ).

#### IV. BÀN LUẬN

Thứ nhất, tỷ lệ học sinh trường THPT Nguyễn Thị Minh Khai bị rối loạn lo âu là 26,39%. Tỷ lệ này tương đương với nghiên cứu của Catherine Abbo và cộng sự về tỷ lệ rối loạn lo âu ở trẻ em và vị thành niên ở Uganda là 26,6%<sup>9</sup> gần tương đương với nghiên cứu của Nguyễn Thị Huệ ở 518 học sinh THPT tỉnh Đắk

Lắc với tỷ lệ lo âu ở học sinh là 24,13%.<sup>23</sup> Tuy nhiên, tỷ lệ của chúng tôi lại cao hơn so với nghiên cứu của Nguyễn Thị Hằng Phương với 21,66% số học sinh lo âu của ở trường THPT chuyên Quảng Bình năm 2008.<sup>19</sup> Kết quả này cũng cao hơn nhiều một số nghiên cứu về rối loạn lo âu trên thế giới.<sup>7,8</sup> Sự khác biệt này có thể do văn hóa, điều kiện và áp lực giáo dục khác nhau giữa nước ngoài và Việt Nam.

Thứ hai, những yếu tố cá nhân có liên quan đến rối loạn lo âu ở học sinh THPT là giới, học lực và kiểu nhân cách. Về giới, kết quả nghiên cứu của chúng tôi cho thấy tỷ lệ rối loạn lo âu ở nam (36,04%) cao hơn so với nữ (21,74%); học sinh nam có nguy cơ mắc rối loạn lo âu cao gấp hơn 2 lần so với học sinh nữ,  $p < 0,05$ . Kết quả này của chúng tôi trái ngược với kết quả các nghiên cứu khác cả trên thế giới và tại Việt Nam là tỷ lệ rối loạn lo âu ở nữ cao hơn ở nam.<sup>8,10,11</sup> hay học sinh nữ có nguy cơ bị rối loạn lo âu cao gấp gần 3 lần so với học sinh nam.<sup>12</sup> Kết quả này của chúng tôi có thể là do xã hội càng phát triển, khoảng cách giới tính bị xóa nhòa, nam hay nữ đều có thể bị rối loạn lo âu như nhau, thậm chí nam có thể rối loạn lo âu nhiều hơn nữ. Về học lực, những học sinh có học lực khá có nguy cơ rối loạn lo âu cao gấp gần 2 lần so với học lực giỏi, sự khác biệt này có ý nghĩa thống kê  $p < 0,05$ . Có thể thấy rằng, các em học sinh khá đang ở mức còn có thể cố gắng học tập để đạt được học lực giỏi nên áp lực của những em này là rất lớn điều này có thể khiến cho những học sinh này nguy cơ bị rối loạn lo âu cao hơn. Về nhân cách, nghiên cứu của chúng tôi chỉ ra rằng, học sinh có kiểu nhân cách không ổn định có nguy cơ bị rối loạn lo âu gấp hơn 2 lần so với học sinh có kiểu nhân cách ổn định. Học sinh có kiểu nhân cách ưu tư và nóng nảy có nguy cơ bị rối loạn lo âu gấp lần lượt gần 3 và 4 lần so với học sinh có kiểu nhân cách bình thản. Kết quả này tương tự với nghiên cứu tại Trung

Quốc rằng yếu tố thần kinh không ổn định có liên quan đến việc tăng triệu chứng rối loạn lo âu và tăng nguy cơ mắc rối loạn lo âu.<sup>13</sup> Hay một nghiên cứu tổng quan trên sinh viên cho thấy những sinh viên có nhân cách ưu tư và nóng nảy có nguy cơ mắc rối loạn lo âu cao hơn những sinh viên có kiểu nhân cách bình thản và hoạt bát<sup>14</sup>. Như vậy có thể nói cách phân chia kiểu nhân cách có thể khác nhau nhưng nhìn chung thì kiểu nhân cách có liên quan đến rối loạn lo âu và các kiểu nhân cách có nguy cơ gây rối loạn lo âu đều liên quan đến kiểu hệ thần kinh không ổn định

Thứ ba là yếu tố gia đình. Áp lực học tập vẫn luôn là vấn đề lớn đối với học sinh. Kết quả của chúng tôi cũng cho thấy học sinh có kết quả học tập không như bố mẹ mong đợi, bố mẹ ép học đến mức không thể chịu được hay sự mong mỏi thành tích của bố mẹ khiến học sinh có nguy cơ rối loạn lo âu cao gấp từ 2 đến hơn 3 lần so với học sinh không chịu áp lực từ gia đình. Bên cạnh đó đối với học sinh PTTH lòng tự trọng, hình ảnh bản thân có ý nghĩa rất lớn nên trong số các hình thức bạo lực ở gia đình thì bạo lực bằng lời nói như bị sỉ nhục khi bị điểm kém hoặc khi mắc lỗi khác có nguy cơ lo âu gấp 3 - 4 lần. Những kết quả này của chúng tôi đều tương đồng với một số nghiên cứu phân tích mối tương quan giữa yếu tố gia đình ảnh hưởng đến rối loạn lo âu ở trẻ.<sup>11,12, 15,16</sup>

Thứ tư là yếu tố trường học. Có thể thấy áp lực học tập ở trường cũng giống như là ở nhà đều ảnh hưởng lớn tới các em: cảm thấy áp lực việc học ở trường hay yêu cầu của thầy cô quá cao khiến học sinh có nguy cơ bị rối loạn lo âu cao gấp hơn 2 lần. Mối quan hệ với bạn bè được coi như là một trong số những biện pháp hỗ trợ giúp học sinh vượt qua những khó khăn của lứa tuổi. Tuy nhiên điều này không phải lúc nào cũng thuận lợi đối với các em. Kết quả cho thấy không chia sẻ với bạn thân khiến học sinh

có nguy cơ bị rối loạn lo âu cao hơn. Đặc biệt bạo lực học đường như: Thường xuyên bị bạn đánh, bị cô lập khỏi nhóm bạn và thường xuyên bị các bạn nói xấu /sỉ nhục/đe dọa bằng lời nói hoặc gọi những biệt danh không thích có nguy cơ bị rối loạn lo âu cao gấp gần 4 - 5 lần so với các học sinh không bị bắt nạt. Các kết quả này của chúng tôi tương đồng với các một số nghiên cứu đã chỉ ra một số yếu tố trường học như trên gây ra nguy cơ rối loạn lo âu ở trẻ.

<sup>11,17,18</sup>

## V. KẾT LUẬN

Tỷ lệ rối loạn lo âu ở học sinh là 26,39%. Về các yếu tố liên quan thì các yếu tố cá nhân, gia đình và nhà trường đều có liên quan đến rối loạn lo âu. Trong đó phải kể đến trước tiên là các hình thức bạo lực như: Bị đe dọa bằng lời nói, bị bố mẹ sỉ nhục khi bị điểm kém, bị cô lập bởi nhóm bạn, bị bạn đánh sau đó là kiểu nhân cách đặc biệt là kiểu nhân cách nóng nảy; Các yếu tố về áp lực học tập ở gia đình và nhà trường, mối quan hệ bạn bè đều có liên quan

### Lời cảm ơn

Xin cảm ơn Ban giám hiệu trường THPT Nguyễn Thị Minh Khai, Hà Nội đã giúp chúng tôi hoàn thành hoàn thành nghiên cứu.

### TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. WHO. *Depression and Other Common Mental Disorders Global Health Estimates.*; 2017.
2. Baxter AJ, Scott KM, Vos T, et al. Global prevalence of anxiety disorders: A systematic review and meta - regression. *Psychological Medicine.* 2013;43(5):897 - 910. doi:10.1017/S003329171200147X
3. Trương Thị Khánh Hà. *Giáo Trình Tâm Lý Học Phát Triển.* Nhà xuất bản Đại học quốc gia Hà Nội; 2013.
4. UNICEF Việt Nam. *Sức Khỏe Tâm Thần*



và Tâm Lý Xã Hội Của Trẻ Em và Thanh Thiếu Niên Tại Một Số Tỉnh và Thành Phố ở Việt Nam.; 2018.

5. Costello EJ, Mustillo S, Erkanli A, et al. Prevalence and development of psychiatric disorders in childhood and adolescence. *Archives of General Psychiatry*. 2003;60(8):837 - 844. doi:10.1001/archpsyc.60.8.837

6. Taylor PJ, Gooding P, Wood AM, et al. The Role of Defeat and Entrapment in Depression, Anxiety, and Suicide. *Psychological Bulletin*. 2011;137(3):391 - 420. doi:10.1037/a0022935

7. Lawrence D, Johnson S, Hafekost J, et al. *The Mental Health of Children and Adolescents : Report on the Second Australian Child and Adolescent Survey of Mental Health and Wellbeing.*; 2015.

8. Adewuya AO, Ola BA, Adewumi TA. The 12 - month prevalence of DSM - IV anxiety disorders among Nigerian secondary school adolescents aged 13 - 18 years. *Journal of Adolescence*. 2007;30(6):1071 - 1076. doi:10.1016/j.adolescence.2007.08.002

9. Abbo C, Kinyanda E, Kizza RB, et al. Prevalence, comorbidity and predictors of anxiety disorders in children and adolescents in rural north - eastern Uganda. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*. 2013;7(1):21. doi:10.1186/1753 - 2000 - 7 - 21

10. Merikangas KR, He JP, Burstein M, et al. Lifetime prevalence of mental disorders in U.S. adolescents: Results from the national comorbidity survey replication - adolescent supplement (NCS - A). *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*. 2010;49(10):980 - 989. doi:10.1016/j.jaac.2010.05.017

11. Hồ Hữu Tính, Nguyễn Doãn Thành. Thực trạng stress lo âu và những liên quan đến lo âu ở học sinh cấp 3 trường THPT Phan Bội Châu, Phan Thiết, Bình Thuận tháng 4 - 2009.

*Nghiên cứu Y học*. 2010;14(2):180 - 187.

12. Nguyễn Tấn Đạt, Dedding C, Phạm Thị Tâm, et al. Depression, anxiety, and suicidal ideation among Vietnamese secondary school students and proposed solutions: A cross - sectional study. *BMC Public Health*. 2013;13(1):1195. doi:10.1186/1471 - 2458 - 13 - 1195

13. Shi M, Liu L, Wang ZY, et al. The mediating role of resilience in the relationship between big five personality and anxiety among chinese medical students: A cross - sectional study. *PLoS ONE*. 2015;10(3). doi:10.1371/journal.pone.0119916

14. Andrews G. Anxiety, personality and anxiety disorders. *International Review of Psychiatry*. 1991;3(2):293 - 302. doi:10.3109/09540269109110408

15. Quach AS, Epstein NB, Riley PJ, et al. Effects of Parental Warmth and Academic Pressure on Anxiety and Depression Symptoms in Chinese Adolescents. *Journal of Child and Family Studies*. 2013;24(1):106 - 116. doi:10.1007/s10826 - 013 - 9818 - y

16. Banducci AN, Lejuez CW, Dougherty LR, et al. A Prospective Examination of the Relations Between Emotional Abuse and Anxiety: Moderation by Distress Tolerance. *Prevention Science*. 2017;18(1):20 - 30. doi:10.1007/s11121 - 016 - 0691 - y

17. Stapinski LA, Bowes L, Wolke D, et al. Peer victimization during adolescence and risk for anxiety disorders in adulthood: A prospective cohort study. *Depression and Anxiety*. 2014;31(7):574 - 582. doi:10.1002/da.22270

18. Mann RE, Paglia - Boak A, Adlaf EM, et al. Estimating the Prevalence of Anxiety and Mood Disorders in an Adolescent General Population: An Evaluation of the GHQ12. *International Journal of Mental Health and*

*Addiction*. 2011;9(4):410 - 420. doi:10.1007/s11469 - 011 - 9334 - 5

19. Nguyễn Thị Hằng Phương. *Nghiên Cứu Một Số Nguyên Nhân Gây Ra Rối Loạn Lo Âu ở Học Sinh Trung Học Phổ Thông*. Trường Đại học Khoa học Xã hội và Nhân văn, Đại học Quốc gia Hà Nội: Luận văn Thạc sỹ Tâm lý học; 2008.

20. Đào Thị Oanh. *Vấn Đề Nhân Cách Trong Tâm Lý Học Ngày Nay*. Hà Nội: Nhà xuất bản Giáo dục; 2007.

21. Zung WWK. A Rating Instrument For Anxiety Disorders. *Psychosomatics*. 1971;12(6):371 - 379. doi:10.1016/S0033 - 3182(71)71479 - 0

22. Nguyễn Sinh Phúc. *Trắc Nghiệm Tâm Lý Lâm Sàng*. Nhà xuất bản Quân đội nhân dân; 2004.

23. Nguyễn Thị Huệ, Nguyễn Thị Hằng. Ảnh hưởng của khí chất đến mức độ lo âu ở lứa tuổi học sinh trung học phổ thông. *Tạp chí tâm lý học*. 2012;3(156):24 - 33.

### Summary

## ANXIETY DISORDERS IN NGUYEN THI MINH KHAI HIGH SCHOOL STUDENTS, HANOI AND RELATED FACTORS, SCHOOL YEAR 2018 - 2019

The purpose of this study is to determine the prevalence of anxiety and factors related to anxiety disorder among high school students at Nguyen Thi Minh Khai high school, Hanoi 2018-2019. This is a cross-sectional study performed on 341 students, using the Zung scale to assess anxiety. The results showed that the anxiety rate was 26.39%. The factors related to anxiety disorders are personal (gender, education, personality), family (academic pressure from family, abuse at home), and school (academic pressure from the school, relationships with friends, bullying at school). Therefore, schools should have a program to screen their students for anxiety and educate them about anxiety-related factors for timely and appropriate interventions.

**Keywords:** Anxiety, high school students, related factors.