ĐẠI HỌC THÁI NGUYÊN
TRƯỜNG ĐẠI HỌC Y DƯỢC

NGÔ THỊ TRANG

THỰC TRẠNG STRESS VÀ MỘT SỐ YẾU TỐ LIÊN QUAN Ở HỌC SINH TRƯỜNG TRUNG HỌC PHỔ THÔNG LƯƠNG PHÚ - PHÚ BÌNH THÁI NGUYÊN

LUẬN VĂN THẠC SĨ Y HỌC

THÁI NGUYÊN - NĂM 2017

ĐẠI HỌC THÁI NGUYÊN
TRƯỜNG ĐẠI HỌC Y DƯỢC

NGÔ THỊ TRANG

THỰC TRẠNG STRESS VÀ MỘT SỐ YẾU TỐ LIÊN QUAN Ở HỌC SINH TRƯỜNG TRUNG HỌC PHỔ THÔNG LƯƠNG PHÚ - PHÚ BÌNH THÁI NGUYÊN

Chuyên ngành: Y HỌC DỰ PHÒNG
Mã số : 60 72 01 63

LUẬN VĂN THẠC SĨ Y HỌC

HƯỚNG DẪN KHOA HỌC: TS. ĐÀM THỊ BẢO HOA

THÁI NGUYÊN - NĂM 2017

LỜI CAM ĐOAN

Tôi xin cam đoan luận văn ***"Thực trạng stress và một số yếu tố liên quan ở học sinh trường trung học phổ thông Lương Phú - Phú Bình -Thái Nguyên"*** là công trình nghiên cứu của riêng tôi, do tôi thực hiện dưới sự hướng dẫn của TS Đàm Thị Bảo Hoa.

Các số liệu, kết quả trong luận văn là trung thực và chưa từng được công bố trong bất kỳ một công trình nghiên cứu nào khác.

Tác giả luận văn

Ngô Thị Trang

LỜI CẢM ƠN

Tôi xin trân trọng cảm ơn Đảng ủy, Ban giám hiệu, Phòng đào tạo, Khoa Y tế công cộng – Trường đại học Y Dược Thái Nguyên; Đảng ủy, Ban Giám hiệu trường Cao đẳng Y tế Thái Nguyên đã tạo điều kiện thuận lợi cho tôi trong quá trình học tập, nghiên cứu và hoàn thành luận văn này.

Tôi xin bày tỏ lòng biết ơn chân thành tới các Thầy, Cô giáo đã tận tình giảng dạy, cung cấp kiến thức cho tôi trong quá trình học tập, nghiên cứu và đóng góp những ý kiến vô cùng quý giá để tôi hoàn thành luận văn và khóa học này.

Đặc biệt tôi xin bày tỏ lòng biết ơn sâu sắc và lời cảm ơn chân thành tới TS Đàm Thị Bảo Hoa - người thầy đã tận tình giảng dạy, cung cấp cho tôi những kiến thức, phương pháp luận quý báu và trực tiếp hướng dẫn tôi suốt quá trình nghiên cứu để tôi hoàn thành luận văn này.

Với lòng biết ơn sâu sắc, tôi xin chân thành cảm ơn những người thân yêu trong gia đình đã luôn động viên, tạo mọi điều kiện thuân lợi cho tôi trong quá trình học tập. Tôi xin gửi lời cảm ơn tới bạn bè, đồng nghiệp đã dành cho tôi những tình cảm tốt đẹp cũng như sự giúp đỡ tận tình để tôi vượt qua mọi khó khăn, hoàn thành tốt nhiệm vụ của mình.

Thái Nguyên, tháng 10 năm 2017

Học viên

Ngô Thị Trang

KÝ HIỆU VIẾT TẮT

ĐTNC	: Đối tượng nghiên cứu
ĐTV	: Điều tra viên
KAP	: Knowledge – Attitudes - Practices (Kiến thức, Thái độ, Thực hành)
PCP	: Trung tâm phòng chống khủng hoảng tâm lý
PVS	: Phỏng vấn sâu
SKTT	: Sức khỏe tâm thần
THPT	: Trung học phổ thông
THCS	: Trung học cơ sở
TP	: Thành phố
VTN	: Vị thành niên
WHO	: World Health Organization (Tổ chức Y tế thế giới)
YSR	: Youth Self - Report (Thang đo về hành vi)
DASS	: Depression – Anxiety – Stress Scale 21 (Thang đo Trầm cảm – Lo âu – Căng thẳng)

MỤC LỤC

ĐẶT VẤN ĐỀ 1
Chương 1. TỔNG QUAN 3
1.1. Một số khái niệm cơ bản 3
1.1.1. Khái niệm về stress 3
1.1.2. Các dấu hiệu của stress 3
1.1.3. Nguyên nhân của stress 4
1.1.4. Ảnh hưởng của stress 6
1.2. Thực trạng rối loạn stress ở học sinh phổ thông trên Thế giới và Việt Nam 8
1.2.1. Thực trạng rối loạn stress ở học sinh phổ thông trên Thế giới 8
1.2.2. Thực trạng rối loạn stress ở học sinh phổ thông tại Việt Nam 9
1.3. Các yếu tố liên quan đến rối loạn stress ở học sinh 12
1.3.1. Các nghiên cứu trên thế giới 12
1.3.2. Các nghiên cứu tại Việt Nam 15
1.4. Công cụ sử dụng nghiên cứu stress ở học sinh - sinh viên 18
1.5. Giới thiệu về địa bàn nghiên cứu 20
Chương 2. ĐỐI TƯỢNG VÀ PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU 21
2.1. Đối tượng nghiên cứu 21
2.2. Thời gian và địa điểm nghiên cứu 21
2.3. Phương pháp nghiên cứu 21
2.4. Cỡ mẫu và kĩ thuật chọn mẫu 21
2.5. Công cụ và vật liệu nghiên cứu 23
2.5.1. Công cụ và vật liệu dành cho nghiên cứu thực trạng stress và tác hại tâm lý của stress sở học sinh 23
2.5.2. Công cụ và vật liệu dành cho nghiên cứu các yếu tố liên quan đến stress ở học sinh 23

2.6. Kĩ thuật thu thập số liệu 23
2.6.1. Đối với học sinh và cha mẹ của học sinh 23
2.6.2. Đối với giáo viên chủ nhiệm và ban lãnh đạo nhà trường 24
2.7. Chỉ số nghiên cứu 24
2.7.1. Các chỉ số về thông tin chung của đối tượng nghiên cứu 24
2.7.2. Mục tiêu 1: Các chỉ số về thực trạng stress ở học sinh 24
2.7.3. Mục tiêu 2: Các chỉ số về yếu tố liên quan đến stress ở học sinh 24
2.8. Phương pháp đánh giá 25
2.9. Biện pháp khống chế sai số 26
2.10. Xử lý và phân tích số liệu 27
2.11. Đạo đức nghiên cứu 27
Chương 3. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU 28
3.1. Đặc điểm chung của đối tượng tham gia nghiên cứu 28
3.1.1. Các thông tin chung của học sinh 28
3.1.2. Thông tin chung về nhóm cha mẹ học sinh 29
3.2. Thực trạng stress ở học sinh trường THPT Lương Phú - Phú Bình - Thái Nguyên 30
3.3. Các yếu tố liên quan 35
Chương 4. BÀN LUẬN 45
4.1. Đặc điểm chung của đối tượng tham gia nghiên cứu 45
4.1.1. Các đặc điểm chung về nhóm học sinh nghiên cứu 45
4.1.2. Các đặc điểm chung về nhóm cha mẹ học sinh 46
4.2. Thực trạng stress ở học sinh trường THPT Lương Phú – Phú Bình – Thái Nguyên 46
4.3. Một số yếu tố liên quan đến stress ở học sinh trường Trung học phổ thông Lương Phú – Phú Bình – Thái Nguyên 49
4.3.1. Liên quan theo khối học, giới tính và dân tộc 49
4.3.2. Liên quan giữa yếu tố gia đình và stress ở học sinh 51

4.3.3. Liên quan giữa các yếu tố thuộc về nhà trường với stress ở học sinh.....53
4.3.4. Liên quan giữa các hành vi sức khỏe và stress ở học sinh.....55
KẾT LUẬN.....57
1. Về thực trạng stress ở học sinh trường THPT Lương Phú – Phú Bình – Thái Nguyên.....57
2. Một số yếu tố liên quan đến stress ở học sinh trường THPT Lương Phú – Phú Bình – Thái Nguyên.....57
KHUYẾN NGHỊ.....58
TÀI LIỆU THAM KHẢO.....
PHỤ LỤC.....

DANH MỤC BẢNG

Bảng 3.1. Đặc điểm về thông tin chung của học sinh 28
Bảng 3.2. Đặc điểm chung về nhóm cha mẹ học sinh 29
Bảng 3.3. Mức độ stress theo khối học 31
Bảng 3.4. Các đặc điểm của stress theo thang đo DASS 21 32
Bảng 3.5. Tỷ lệ lo âu và trầm cảm ở học sinh do stress theo thang DASS 21 32
Bảng 3.6. Đặc điểm của lo âu do stress theo thang DASS 21 33
Bảng 3.7. Đặc điểm của trầm cảm do stress theo thang DASS 21 33
Bảng 3.8. Phân bố stress theo giới, dân tộc 35
Bảng 3.9. Phân bố stress theo khối học 35
Bảng 3.10. Phân tích đặc điểm giới tính của học sinh mắc stress theo khối lớp 36
Bảng 3.11. Mối liên quan giữa học thêm ngoài trường với stress ở học sinh 36
Bảng 3.12. Phân bố stress theo dự định tương lai của học sinh 37
Bảng 3.13. Phân bố stress theo đặc điểm của cha mẹ học sinh 37
Bảng 3.14. Phân bố stress theo các yếu tố gia đình 39
Bảng 3.15. Phân bố stress theo cảm nhận của học sinh về nhà trường 40
Bảng 3.16. Phân bố stress theo các yếu tố về nhà trường 41
Bảng 3.17. Phân bố stress theo các hành vi sức khỏe 42

DANH MỤC BIỂU ĐỒ

Biểu đồ 3.1. Tỷ lệ stress ở học sinh 30
Biểu đồ 3.2. Mức độ stress ở học sinh 30
Biểu đồ 3.3. Đặc điểm kiến thức, thái độ, thực hành của cha mẹ học sinh về chăm sóc rối loạn stress ở học sinh 38