

# NGHIÊN CỨU THỰC TRẠNG CĂNG THẲNG, LO ÂU CỦA HỌC SINH LỚP 9 MỘT SỐ TRƯỜNG THUỘC QUẬN HẢI CHÂU, THÀNH PHỐ ĐÀ NẴNG

## RESEARCH ON STRESS, ANXIETY OF 9TH GRADE PUPILS IN SOME SCHOOLS IN HAI CHAU DISTRICT, DANANG CITY

Lê Thị Phương Thanh\*, Đỗ Thị Xuân Hiền, Võ Viết Tiến

Trường Đại học Ngoại ngữ - Đại học Đà Nẵng, Việt Nam<sup>1</sup>

\*Tác giả liên hệ / Corresponding author: ltpthanh@ufl.udn.vn

(Nhận bài / Received: 15/3/2024; Sửa bài / Revised: 06/5/2024; Chấp nhận đăng / Accepted: 13/5/2024)

**Tóm tắt** - Nghiên cứu mô tả về mức độ căng thẳng, lo âu và một số yếu tố ảnh hưởng đến tâm lý học sinh (HS) đang học lớp 9 một số trường thuộc quận Hải Châu, Tp. Đà Nẵng thông qua việc sử dụng thang đo DASS-21 và thang đo lo âu học đường của Philips. Kết quả cho thấy, tỷ lệ HS có biểu hiện căng thẳng có tỷ lệ ở mức bình thường, nhẹ, vừa lẫn lượt là 16,3%; 23,8%; 59,9%, không có HS căng thẳng ở mức nặng và rất nặng. Tỷ lệ lo âu ở mức độ bình thường, nhẹ, vừa, nặng và rất nặng là 3,9%; 23,8%; 66,3%; 4,7%; 1,3%. Gia đình, học tập và giao tiếp trước đám đông là các nguyên nhân chủ yếu ảnh hưởng đến sự căng thẳng, lo âu của HS lớp 9. Bên cạnh đó, còn có những yếu tố khác tác động đến tâm lý các em khiến cho các em dễ mắc căng thẳng, lo âu, dễ rơi vào suy nghĩ tiêu cực. Những giải pháp như lắng nghe, chia sẻ và đồng hành cùng con sẽ giúp giảm thiểu căng thẳng, lo âu ở HS lớp 9.

**Từ khóa** - Căng thẳng; lo âu; học sinh lớp 9; quận Hải Châu; thành phố Đà Nẵng

### 1. Đặt vấn đề

Theo Tổ chức Y tế thế giới (WHO), ước tính đến năm 2030 căng thẳng và rối loạn lo âu sẽ là những nguyên nhân chính tạo gánh nặng bệnh tật cho y tế toàn cầu [1]. Học sinh (HS) là đối tượng thường chịu nhiều tác động bởi những thay đổi về học tập, môi trường, gia đình, bạn bè và cuộc sống. Đặc biệt, tình trạng lo lắng và căng thẳng trong học tập và sinh hoạt đang trở thành một hiện trạng đáng lo ngại, tác động đến sự phát triển toàn diện của HS THCS nói chung và HS lớp 9 nói riêng. Bên cạnh đó, HS lớp 9 là độ tuổi đang phát triển về nhiều mặt, việc căng thẳng và lo âu sẽ làm ảnh hưởng đến chất lượng học tập và cuộc sống của HS. Đây là giai đoạn chuyển cấp từ bậc THCS lên THPT, giai đoạn này là một trong những giai đoạn quan trọng đối với các em. Bên cạnh cơ hội cũng như những điều kiện thuận lợi thì HS lớp 9 cũng đối mặt với áp lực, căng thẳng và lo âu. Hiện nay, chưa có nghiên cứu nào tại Việt Nam đánh giá tình trạng căng thẳng, lo âu của các HS lớp 9 tại khu vực quận Hải Châu, thành phố Đà Nẵng. Chính vì vậy, nhóm tác giả thực hiện nghiên cứu với mục tiêu: “Đánh giá thực trạng căng thẳng, lo âu của HS lớp 9 một số trường thuộc quận Hải Châu, Tp. Đà Nẵng”.

### 2. Khách thể và đối tượng nghiên cứu

#### 2.1. Đối tượng nghiên cứu

Đối tượng nghiên cứu: thực trạng căng thẳng, lo âu và các yếu tố gây tác động đến tâm lý căng thẳng, lo âu của HS lớp 9 và những yếu tố khác.

**Abstract** - The research describes the level of stress, anxiety and some factors affecting the psychology of 9th grade pupils in some schools in Hai Chau district, Danang city through the use of the DASS-21 Scale and the Philips School Anxiety Scale. The results showed that the proportion of pupils showing signs of stress was at the normal, mild, and moderate levels, respectively 16.3%; 23.8%; 59.9%, no one is stressed at Severe or Very Severe level. The rate of anxiety at normal, mild, moderate, severe and very severe levels is 3.9%; 23.8%; 66.3%; 4.7%; 1.3%. Family, study and communication in public are the main causes affecting the stress and anxiety of 9th grade pupils. Besides, there are other factors that affect their psychology, making them susceptible to stress, anxiety, and falling into negative thoughts. Solutions such as listening, sharing and accompanying children will help reduce stress and anxiety in 9th grade pupils.

**Key words** - Stress; anxiety; 9th grade students; Hai Chau district; Danang City

### 2.2. Khách thể nghiên cứu

**Khách thể nghiên cứu:** HS đang học lớp 9.

**Tiêu chuẩn lựa chọn:** HS lớp 9 tại các trường THCS Kim Đồng, THCS Tây Sơn, đồng ý tham gia khảo sát, có mặt tại lớp trong thời gian khảo sát.

**Tiêu chuẩn loại trừ:** Không đồng ý hợp tác, trả lời không đủ thông tin số liệu trong bảng câu hỏi và có kết luận y tế là rối loạn tâm lý.

**Địa điểm và thời gian nghiên cứu:** Nghiên cứu khảo sát và thu thập số liệu được thực hiện tại 02 trường THCS tại quận Hải Châu, thành phố Đà Nẵng là: THCS Kim Đồng và THCS Tây Sơn từ tháng 01 năm 2024 đến tháng 03 năm 2024.

### 3. Phương pháp nghiên cứu

#### 3.1. Cỡ mẫu và phương pháp chọn mẫu

**Cỡ mẫu:** 252 HS đồng ý khảo sát và đến tại trường để phát phiếu khảo sát.

**Phương pháp chọn mẫu:** Mẫu được lựa chọn ngẫu nhiên dựa vào địa điểm trường ở khu vực đầu và cuối địa bàn quận Hải Châu, có số lượng lớp 9 đồng (từ 11-15 lớp), đủ tiêu chuẩn lựa chọn khách thể nghiên cứu. Tổng số phiếu phát ra là 252 phiếu (trong đó nữ: 134 phiếu, nam: 118 phiếu).

#### 3.2. Công cụ thu thập số liệu

Nghiên cứu sử dụng phương pháp điều tra bảng hỏi bằng bộ câu hỏi có sẵn và khuyết danh, bộ câu hỏi gồm các phần:

<sup>1</sup> The University of Danang - University of Foreign Language Studies, Vietnam (Le Thi Phuong Thanh, Do Thi Xuan Hien, Vo Viet Tien)

Phần I thông tin cá nhân người tham gia khảo sát.

Phần II là các câu hỏi liên quan đến các yếu tố ảnh hưởng đến căng thẳng, lo âu và quan sát đánh giá mức độ căng thẳng, lo âu của HS với gia đình, học tập, bạn bè và cuộc sống.

Thang đo DASS-21 bao gồm 09 câu trong đó đánh giá căng thẳng của đối tượng tham gia khảo sát (Đánh giá căng thẳng: Câu 1, 2, 4, 11, 12). Mỗi câu có các mức độ trả lời như (chưa bao giờ, thỉnh thoảng, thường xuyên, rất thường xuyên).

Thang đo lo âu học đường của Philips bao gồm 08 câu hỏi trong đó đánh giá lo âu của đối tượng tham gia khảo sát (Đánh giá lo âu: Câu 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 13, 14). Mỗi câu có các mức độ trả lời khác nhau như (thường xuyên, thỉnh thoảng, ít khi, hiếm khi, không bao giờ)

Cách tính điểm mức độ căng thẳng: 0 - 7 điểm: bình thường; 8 - 9 điểm: nhẹ; 10 - 14 điểm: vừa; 15 - 19 điểm: nặng; 20 - 42 điểm: rất nặng [2].

**3.3. Phương pháp xử lý số liệu**

Số liệu được kiểm tra kỹ trước khi nhập. Các biến định tính sẽ được mô tả bằng tỷ lệ phần trăm, phân bố tần suất. Các biến định lượng sẽ được mô tả bằng giá trị trung bình, độ lệch chuẩn.

**3.4. Đạo đức trong nghiên cứu.**

Khảo sát dựa trên nguyên tắc khuyết danh.

Nghiên cứu được sự chấp nhận của Ban Giám hiệu các trường THCS. Đồng thời cũng xin ý kiến và nhận được sự đồng ý từ các HS khối 9.

Nghiên cứu này không có tác động trực tiếp đến các đối tượng nghiên cứu và mọi thông tin về đối tượng nghiên cứu, số liệu của cuộc điều tra sẽ được giữ kín để đảm bảo tính riêng tư của các đối tượng nghiên cứu, chỉ phục vụ nghiên cứu.

**4. Kết quả nghiên cứu**

Theo đánh giá chung của xã hội hiện nay về thực trạng ngành Giáo dục trên toàn quốc, đặc biệt ở các tỉnh thành phố lớn, hàng triệu HS lớp 9 phải nỗ lực học tập để tìm cho mình một suất học lớp 10 trường công lập, trước áp lực đó vô hình chung đã tạo cho các em một sự cạnh tranh căng thẳng, dẫn đến lo âu, sợ hãi đối với nhiều bạn trẻ.

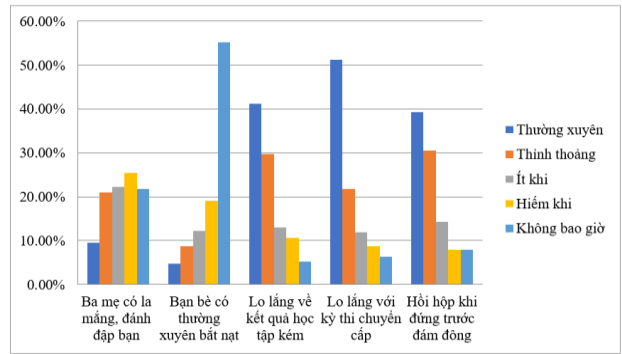
**Bảng 1.** Thực trạng căng thẳng và lo âu của HS lớp 9 địa bàn quận Hải Châu Tp. Đà Nẵng

Sức khỏe tâm thần	Số lượng 252 (HS)	Tỷ lệ (%)
<b>Căng thẳng</b>		
Bình thường	41	16,3
Nhẹ	60	23,8
Vừa	151	59,9
<b>Lo âu</b>		
Bình thường	10	3,9
Nhẹ	60	23,8
Vừa	167	66,3
Nặng	12	4,7
Rất nặng	3	1,3

Mức độ căng thẳng của HS khối lớp 9 dựa vào thang đo DASS-21 ở mức nhẹ có 23,8% và vừa là 59,9%, mức độ bình thường là 16,3%, mức độ nặng và rất nặng của sự căng thẳng không có ở các em HS. Mức độ căng thẳng vừa chiếm tỷ lệ khá cao, có nguyên nhân một phần từ đặc điểm phát triển của lứa tuổi thiếu niên, các em luôn muốn được thể hiện

sự độc lập, tự chủ, phát triển tính người lớn,... dẫn tới sự căng thẳng trong suy nghĩ và hành vi.

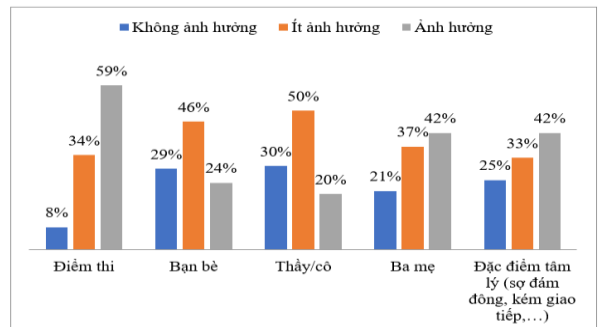
Được xem là thời kỳ quá độ từ trẻ con lên người lớn, ở “lứa tuổi khủng hoảng” này luôn có những thay đổi lớn về tâm lý lứa tuổi, phát triển trí tuệ, nếu không có được sự quan tâm, hiểu và sẻ chia kịp thời của cha mẹ, thầy cô, và bạn bè, lứa tuổi HS trung học cơ sở rất dễ rơi vào tình trạng lo lắng quá mức [3], [4]. Lo âu dựa trên thang đo của Philips cho thấy đối với HS lớp 9 được khảo sát, những em có biểu hiện lo âu ở mức độ bình thường là 3,9%, nhẹ là 23,8%, vừa là 66,3%, đặc biệt lo âu ở mức nặng xuất hiện 10 HS tương đương với 4,7% và rất nặng 3 HS tương đương 1,3%.



**Hình 1.** Nguyên nhân lo âu của HS lớp 9 quận Hải Châu

Trong số 252 HS tham gia khảo sát, phần lớn các đối tượng HS đang thường xuyên đối mặt với sự lo âu về kết quả học kém chiếm 41,26%, lo lắng với kỳ thi chuyên cấp sắp tới chiếm 51,21% và hồi hộp trước khi đứng trước đám đông chiếm 39,29%.

Theo Điều tra Đánh giá Thanh niên Việt Nam (SAVY I), 32% thanh niên 14-25 tuổi nói chung cảm thấy buồn về cuộc sống của mình [5]. Nghiên cứu Lo âu và cách ứng phó của HS THCS thuộc tỉnh Ninh Bình của tác giả Trần Thị Thương, Trường ĐH KHXH và NV, ĐHQG HN năm 2014 cho thấy HS không có lo âu học đường chiếm 65,5%, HS lo âu ở mức độ cao hơn bình thường chiếm 33,3% và có lo âu ở mức độ cao chiếm 1,2% [6]. Kết quả nghiên cứu về Sức khỏe tâm thần và sự phát triển toàn diện của trẻ vị thành niên ở Việt Nam do Unicef thực hiện năm 2021 cho thấy 34% HS THCS xuất hiện lo âu [7]. Qua kết quả khảo sát ở Hình 1, chúng ta có thể thấy rõ mức độ lo âu cao của HS khối 9 THCS trên địa bàn quận Hải Châu, thành phố Đà Nẵng khi phải đối mặt với kết quả học tập kém và đặc biệt là lo lắng với kỳ thi chuyên cấp lên lớp 10 với tỷ lệ rất cao 51,21% trên tổng số 252 HS tham gia bài khảo sát.



**Hình 2.** Yếu tố ảnh hưởng đến sự căng thẳng của HS lớp 9 quận Hải Châu

**Bảng 2.** Phân tích tương quan mức độ tác động của các yếu tố đến căng thẳng, lo âu của HS lớp 9

	X1	X2	X3	Y
Hệ số tương quan Pearson	1	-.654**	-.535*	-.130*
Giá trị Sig. X1		.000	.000	.039
Cỡ mẫu	252	252	252	252
Hệ số tương quan Pearson	-.645*	1	-.467**	-.336**
Giá trị Sig. X2	.000		.000	.000
Cỡ mẫu	252	252	252	252
Hệ số tương quan Pearson	-.535**	-.467**	1	-.046
Giá trị Sig. X3	.000	.000		.463
Cỡ mẫu	252	252	252	252
Hệ số tương quan Pearson	-.130*	-.336**	.046	1
Giá trị Sig. Y	.039	.000	.463	
Cỡ mẫu	252	252	252	252

Hệ số tương quan:

\*\* Cặp biến có sự tương quan tuyến tính ở mức tin cậy đến 99% (tương ứng mức ý nghĩa 1%=0,01).

\* Cặp biến có sự tương quan tuyến tính ở mức tin cậy đến 95% (tương ứng mức ý nghĩa 5%=0,05).

**Bảng 3.** Tổng hợp kết quả mô hình

Mẫu	Giá trị R	Giá trị R bình phương (hệ số xác định)	Giá trị R bình phương chỉnh (hệ số xác định hiệu chỉnh)	Ước lượng của sai số chuẩn	Giá trị Durbin-Watson
1	.573 <sup>a</sup>	.329	.321	.27265	.092

Những biến số: (hằng số), X3, X2, X1; Biến phụ thuộc: Y

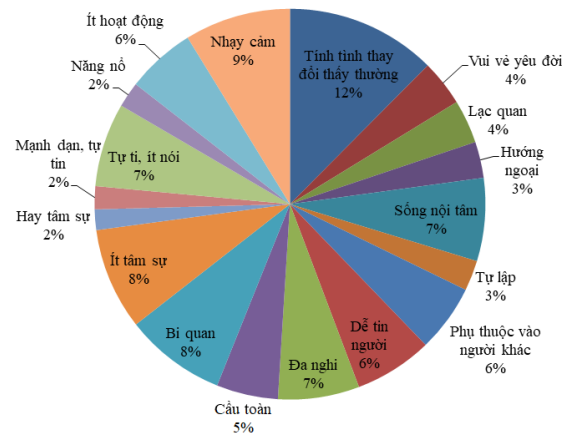
Kết quả phân tích hồi quy tuyến tính cho thấy, hệ số R<sup>2</sup>= 0,329, điều này thể hiện mô hình hồi quy đa biến được xây dựng phù hợp với tập dữ liệu là 32,9% hoặc có thể nói với tập dữ liệu thu thập được thì khoảng 32,9% sự thay đổi của biến phụ thuộc Y bị ảnh hưởng bởi 2 biến độc lập: X1, X2. Còn lại 67,1% là do các biến ngoài mô hình và sai số ngẫu nhiên.

Hình 2 thể hiện rõ yếu tố ảnh hưởng đến trạng thái căng thẳng của HS khối 9 được kể đến cao nhất là Điểm thi 59%, yếu tố Cha mẹ và Đặc điểm tâm lý (sợ đám đông, kém giao tiếp) là 42%, cao gấp 2 lần so với yếu tố đến từ Thầy cô 20% và Bạn bè 24%.

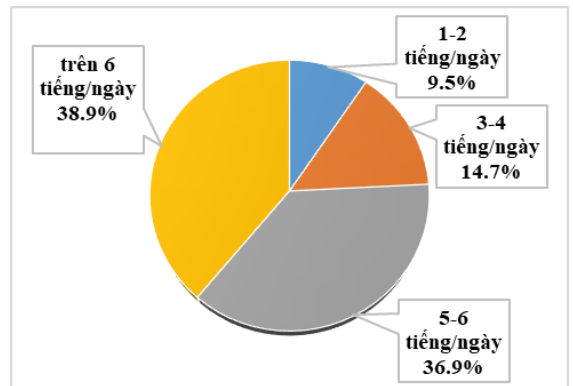
Trong số những HS lớp 9 tại địa bàn quận Hải Châu, Tp. Đà Nẵng tham gia khảo sát, nhiều em có nguy cơ mắc phải tình trạng lo âu và căng thẳng cao xuất phát từ yêu cầu của việc học tập, liên quan đến điểm thi và kết quả học tập của bản thân. Và việc thiếu hụt sự kết nối với cha mẹ cũng phần nào gây ra tình trạng lo âu, căng thẳng của các em.

Hình 3 thể hiện những đặc điểm tâm lý dễ mắc lo âu và căng thẳng. Nhóm đặc điểm tâm lý cao nhất là tình tình thay đổi thất thường 12%, nhạy cảm 9%, ít tâm sự 8%, bi quan 8%. So với những bậc học còn lại trong cấp học THCS, HS lớp 9 có khuynh hướng gia tăng cảm xúc căng thẳng, lo âu. Sự thay đổi mạnh mẽ của thiếu niên về phát triển cơ thể diễn ra thiếu cân đối làm cho các em thêm vụng về, lúng túng. Cùng với sự phát triển về ngoại hình như chiều cao, cơ bắp, cân nặng, hoạt động của hệ thần kinh và hiện tượng dậy thì cũng là những nguyên nhân ảnh hưởng đến sự phát triển tâm

lý lứa tuổi HS lớp 9 [8]. Ngoài ra yếu tố về điều kiện sống cũng khiến cho các em có sự tự tin, kiến thức phong phú hơn, kinh nghiệm nhiều hơn, hình thành và phát triển về đạo đức, nhân cách của các em.

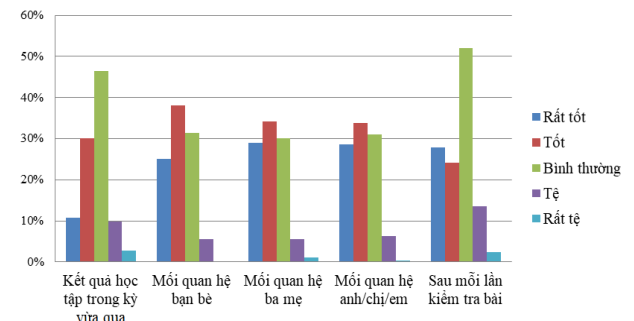


**Hình 3.** Đặc điểm tâm lý cá nhân dễ mắc lo âu



**Hình 4.** Phân bố thời gian dành cho việc học

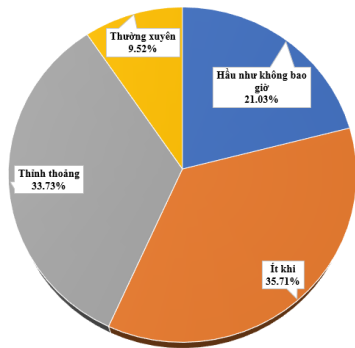
Với kết quả khảo sát được, phần lớn HS đều dành thời gian cho việc học trên 6 tiếng/ngày. Các em được cha mẹ đầu tư cho học nhiều môn, ngoài học trên trường thì các em còn dành thời gian học thêm, học luyện thi, buổi tối và cuối tuần hầu như đều kín lịch học, số lượng HS chỉ dành 1-2 tiếng/ngày cho việc học chiếm tỷ lệ vô cùng khiêm tốn. Ý thức học tập, áp lực cho việc thi tuyển vào lớp 10 trường công lập khiến cho HS phải trải qua giai đoạn này một cách căng thẳng, mệt mỏi, thậm chí nhiều em đối mặt với tinh thần sợ hãi, lo âu.



**Hình 5.** Thái độ của HS lớp 9 trong các mối quan hệ

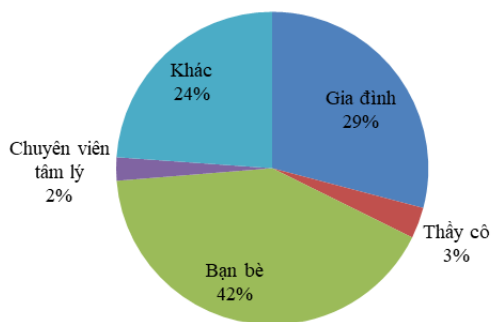
Hình 5 thể hiện thái độ, cảm nhận của HS lớp 9 trong các mối liên hệ gồm 5 phương án theo cấp độ rất tốt – tốt – bình thường – tệ – rất tệ. Nhóm phương án bình thường và tốt chiếm tỷ lệ cao. Tuy nhiên, vẫn có những trường hợp cảm thấy tệ và rất tệ với các mối liên hệ nêu trên. Có thể kể đến kết quả

học tập của bản thân trong kỳ học vừa qua với mức rất tốt 10,7%, tốt 30,1%, bình thường 46,42%, tỷ lệ tệ và rất tệ ở phương án này lần lượt là 9,9% và 2,77%. Cũng giống như kết quả học tập, tỷ lệ sau mỗi lần kiểm tra bài của HS lớp 9 mức tệ và rất tệ lần lượt là 9,5% và 2,3%. Thái độ và sự cảm nhận của HS trong các mối quan hệ vô cùng quan trọng, từ đó cho thấy tâm lý HS chịu ảnh hưởng từ mỗi quan hệ nào. Cảm nhận tích cực sẽ giúp cho HS dễ dàng tìm thấy sự kết nối và chia sẻ trong mỗi quan hệ đó, ngược lại, đối với những quan hệ đem lại cảm nhận tệ, sẽ càng khiến cho HS dễ nảy sinh suy nghĩ tiêu cực, gây ra sự căng thẳng, lo âu sau mỗi va chạm.



**Hình 6.** Khảo sát tần suất tâm sự giữa cha mẹ và con cái

Kết quả trên cho thấy, có 21,03% HS không bao giờ tâm sự về những khó khăn của bản thân với cha mẹ, 35,71% HS ít khi tâm sự với cha mẹ. Điều này cho thấy tần suất chia sẻ về những khó khăn trong cuộc sống của các HS lớp 9 với cha mẹ khá ít, vô tình khiến tình trạng căng thẳng, lo âu ở HS ngày càng tăng cao. 33,73% là tỷ lệ của việc chia sẻ, tâm sự của HS đối với cha mẹ, mức độ thường xuyên tâm sự chỉ có 9,52%. Tần suất tâm sự thường xuyên giữa cha mẹ và HS là giá trị thấp nhất, điều đó đồng nghĩa với việc chỉ có số ít HS trong số 252 HS thực hiện khảo sát là thường xuyên chia sẻ và tâm sự những vấn đề xoay quanh cuộc sống bản thân cho cha mẹ, từ đó các em sẽ nhận được những lời khuyên, những hỗ trợ của cha mẹ để đưa ra những giải pháp an toàn, đúng đắn để có được tâm lý ổn định, thoải mái và vui vẻ.



**Hình 7.** Các kênh chia sẻ vấn đề căng thẳng, lo âu của HS lớp 9

Theo khảo sát, tỷ lệ HS lớp 9 trường THCS của quận Hải Châu, thành phố Đà Nẵng chọn chia sẻ tình trạng căng thẳng, lo âu của bản thân chủ yếu với bạn bè 42%. Điều này cho thấy, các em tìm thấy sự đồng cảm, suy nghĩ cùng trang lứa, và thậm chí đặt sự tin tưởng vào bạn bè rất cao, việc chia sẻ với bạn bè dễ tìm được tiếng nói chung, dễ xoa dịu những lo

lắng mà các em gặp phải, phần lớn các em cho rằng khi chia sẻ với cha mẹ và thầy cô sẽ bị la mắng, đánh đập hay chỉ trích. Có thể thấy, tỷ lệ các bạn chia sẻ tình trạng căng thẳng, lo âu với gia đình và thầy cô chỉ có 29% và 3%, thấp gấp đôi so với lựa chọn chia sẻ cùng bạn bè. Và hầu như các bạn rất ít khi tìm đến chuyên viên tâm lý.

Trong Hình 7, tỷ lệ câu trả lời lựa chọn khác chiếm 24%. Cho thấy tình trạng HS lớp 9 ngoài cách chia sẻ vấn đề bản thân với người khác thì còn rất nhiều bạn thuộc nhóm không chia sẻ với ai, chưa từng muốn chia sẻ, chưa có ai để chia sẻ,...

## 5. Kết luận

Theo thống kê, kỳ thi tuyển sinh lớp 10 năm học 2023-2024 toàn thành phố Đà Nẵng có 11.243 HS được xét tuyển vào các trường THPT công lập, đáp ứng 70% nhu cầu của HS toàn thành phố [9]. Điều này cho thấy 1/3 tổng số toàn thể HS lớp 9 phải vào học các trường dân lập hoặc trường dạy nghề. Với thực trạng phần lớn các em tham gia khảo sát xuất hiện sự lo âu chiếm 96,1%, chỉ 3,9% xuất hiện mức lo âu bình thường, đây là một trong những nguyên nhân khiến cho tâm lý các em trở nên căng thẳng, hơn 50% HS xuất hiện căng thẳng vừa. Căng thẳng, lo âu của HS lớp 9 chủ yếu xuất phát từ học tập, thi chuyển cấp và giao tiếp với bên ngoài. Nếu các em không chấp nhận sự thực không được như ý muốn về sự nghiệp học hành của mình, các em rất dễ rơi vào khủng hoảng tâm lý dẫn đến căng thẳng, lo âu. Mặc dù vậy, với sự quan tâm của các cấp cùng với tình thương và trách nhiệm của gia đình, nhà trường và xã hội, các em vẫn có những điểm tựa vững chắc, tiếp nối truyền thống hiếu học của dân tộc ta.

Chúng ta rất cần những hoạt động thiết thực trong Nhà trường và sự quan tâm kịp thời của gia đình, thầy cô, hướng dẫn các em xác định được khả năng học tập của bản thân để có lựa chọn phù hợp, bên cạnh đó là sự nhìn nhận của xã hội về nghề nghiệp, về cơ hội phát triển cá nhân trong cộng đồng sẽ giúp cho HS lớp 9 có được điều kiện phát triển tốt nhất về trí tuệ cũng như tâm lý lứa tuổi. Chúng ta sẽ có một thế hệ trẻ năng động, hoà nhập, mạnh mẽ và thành công.

## TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1] World Health Organization, "The global burden of disease: 2004 update", Geneva, Switzerland, 2008.
- [2] Quang Ninh Provincial General Hospital, "Anxiety-Depression-Stress Scale (DASS 21)", *benhviendakhoatinhquangninh.vn*, 2022. [Online], <https://www.benhviendakhoatinhquangninh.vn/quy-trinh-lao-khoa/thang-lo-au-tram-cam-stress-dass-21.4883.html> [Accessed February 26, 2024].
- [3] N. D. Quang, *Adolescent Children's Education*, Education Publishing House, 2004.
- [4] N.V Siem, *Psychopathology of Children and Adolescents*, Hanoi National University Publishing House, 2007.
- [5] Ministry of Health - General Statistics Office, *National Survey of Adolescents and Vietnamese youth (SAVY I)*, Hanoi, 2005.
- [6] T.T. Thuong, *Research on anxiety and coping of middle school pupils*, Hanoi, 2014
- [7] Unicef, *Comprehensive research on school factors affecting the mental health and comprehensive development of adolescent boys and girls in Vietnam*, 2021.
- [8] L.V. Hong, L.N Lan, and N.V Thang, *Age Psychology and Pedagogical Psychology*, Hanoi National University Publishing House, 2007.
- [9] Thanh Niên Magazine, "10th grade admission: Nearly 15,500 Danang candidates entered the first exam day", *thanhnien.vn*, 2023. [Online], <https://thanhnien.vn/tuyen-sinh-lop-10-gan-15500-thi-sinh-da-nang-buoc-vao-ngay-thi-dau-tien-18523060681554343.htm> [Accessed February 26, 2024].