CÁC YẾU TỐ TẠO NÊN SỰ KHÁC BIỆT VỀ NĂNG LỰC SỨC KHOẺ TÂM THẦN TRONG SINH VIÊN HỌC VIỆN CÁN BỘ THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

Lê Thị Linh Trang, Nguyễn Thu Hà, Đặng Thị Duy Tư
Học viện Cán bộ Thành phố Hồ Chí Minh

Tóm tắt: *Hiểu biết về sức khỏe tâm thần (MHL) đóng vai trò quan trọng trong việc thúc đẩy sức khỏe tâm thần ở sinh viên. Nghiên cứu này xem xét sự khác biệt về MHL giữa các sinh viên tại Học viện Cán bộ Thành phố Hồ Chí Minh dựa trên các yếu tố nhân khẩu học. Các phát hiện chỉ ra rằng giới tính, nơi cư trú, năm học, tiền sử sức khỏe tâm thần và việc tham gia các hoạt động liên quan đến tâm lý ảnh hưởng đáng kể đến MHL, trong khi trình độ học vấn của cha mẹ thì không. Sinh viên nữ, sinh viên thành thị, sinh viên năm hai và những người có kinh nghiệm về sức khỏe tâm thần trước đó hoặc tham gia các hoạt động tâm lý có MHL cao hơn. Những kết quả này nêu bật nhu cầu tăng cường các chương trình nâng cao nhận thức về sức khỏe tâm thần tại các trường đại học, đặc biệt là đối với sinh viên nam, sinh viên nông thôn và sinh viên năm nhất.*

Từ khóa: *Hiểu biết về sức khỏe tâm thần, Sinh viên, Sự khác biệt về giới, Hoạt động tâm lý, Chênh lệch thành thị-nông thôn, Nhận thức về sức khỏe tâm thần*

FACTORS CONTRIBUTING TO DIFFERENCES IN MENTAL HEALTH LITERACY AMONG STUDENTS OF HO CHI MINH CITY CADRE ACADEMY

Le Thi Linh Trang, Nguyen Thu Ha, Dang Thi Duy Tu
Ho Chi Minh City Cadre Academy

Abstract: *Mental Health Literacy (MHL) plays a crucial role in promoting mental well-being among university students. This study examines the differences in MHL among students at Ho Chi Minh City Cadre Academy based on demographic factors. The findings reveal that gender, place of residence, academic year, history of mental health issues, and participation in psychological activities significantly influence MHL, while parental education level does not. Female students, urban students, second-year students, and those with prior mental health experience or involvement in psychological activities tend to have higher MHL. These results highlight the need to strengthen mental health awareness programs in universities, especially targeting male students, rural students, and first-year students.*

Keywords*: Mental Health Literacy, Students, Gender Differences, Psychological Activities, Urban-Rural Gap, Mental Health Awareness*

Nhận bài: 15/02/2025 *Phản biện: 18/03/2025* *Duyệt đăng: 22/03/2025*

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Sự thiếu hụt nghiên cứu về sự khác biệt trong năng lực SKTT giữa các nhóm sinh viên Việt Nam đặt ra một thách thức lớn trong việc xây dựng các chương trình can thiệp và hỗ trợ phù hợp. Trong bối cảnh Việt Nam đang ngày càng chú trọng đến SKTT, đặc biệt trong môi trường học đường, việc nghiên cứu và hiểu rõ những yếu tố tác động đến MHL là rất cần thiết. Kết quả của nghiên cứu này không chỉ có ý nghĩa học thuật mà còn có thể hỗ trợ các nhà quản lý giáo dục trong việc xây dựng các chương trình nâng cao SKTT, góp phần cải thiện chất lượng sống và học tập của sinh viên trong giai đoạn hiện nay.

Nghiên cứu hiện tại trên sinh viên Học viện Cán bộ Thành phố Hồ Chí Minh nhằm xác định các yếu tố nhân khẩu tạo nên sự khác biệt về MHL, mong rằng sẽ cung cấp những phát hiện quan trọng để định hướng các chiến lược can thiệp nhằm nâng cao nhận thức và khả năng tìm kiếm sự trợ giúp về SKTT trong cộng đồng sinh viên Học viện Cán bộ Thành phố Hồ Chí Minh nói riêng cũng như sinh viên Việt Nam nói chung.

II. NỘI DUNG NGHIÊN CỨU

2.1. Khái niệm "Năng lực sức khoẻ tâm thần của sinh viên Học viện Cán bộ Thành phố Hồ Chí Minh"

Năng lực SKTT của sinh viên có thể được hiểu là mức độ hiểu biết, nhận thức và khả năng áp dụng kiến thức về SKTT của nhóm đối tượng sinh viên, giúp họ có thể nhận biết các dấu hiệu rối loạn tâm lý, tìm kiếm sự trợ giúp và duy trì sức khỏe tinh thần tốt trong môi trường học tập và xã hội (Jorm et al., 1997; Kutcher et al., 2016).

Nhiều nghiên cứu quốc tế chỉ ra rằng sinh viên là nhóm có nguy cơ cao gặp phải các vấn đề SKTT, đặc biệt là trầm cảm, lo âu và stress do áp lực học tập và cuộc sống (Reavley et al., 2012; Kim et al., 2016). Các nghiên cứu tại Việt Nam cũng cho thấy tình trạng SKTT của sinh viên cần được quan tâm, với tỷ lệ từ 20% - 50% sinh

viên gặp các vấn đề về tâm lý xã hội (Nguyễn Thị Bích Ngân & Lê Thành Tài, 2018; Tôn Thất Minh Thông et al., 2022).

Trong nghiên cứu, các yếu tố có thể ảnh hưởng đến năng lực SKTT của sinh viên Học viện Cán bộ Thành phố Hồ Chí Minh sẽ được xem xét dưới các thành phần của nó, bao gồm nhận thức, thái độ và hành vi tìm kiếm sự trợ giúp.

2.2. Sự khác biệt về năng lực sức khoẻ tâm thần của sinh viên Học viện Cán bộ Thành phố Hồ Chí Minh theo các yếu tố

2.2.1. Yếu tố giới tính

Kết quả kiểm định T-test cho thấy có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê giữa nam và nữ trong một số thành phần của năng lực SKTT (MHL). Cụ thể, nữ sinh có điểm trung bình MHL cao hơn nam sinh (M_nam = 91.63, M_nữ = 93.64, p = .023), phản ánh mức độ hiểu biết và nhận thức về SKTT của nữ giới cao hơn so với nam giới.

Một khác biệt đáng chú ý được ghi nhận ở định kiến đối với bệnh tâm thần, trong đó nam sinh có xu hướng mang nhiều định kiến tiêu cực hơn so với nữ sinh (M_nam = 30.27, M_nữ = 32.15, p = .004). Điều này có thể phản ánh các chuẩn mực xã hội và nhận thức giới tính, theo đó nam giới có thể ít cởi mở hơn trong việc nhìn nhận và tiếp cận các vấn đề SKTT, cũng như ít sẵn sàng tìm kiếm sự trợ giúp khi cần thiết.

Kết quả phân tích bảng chéo tiếp tục củng cố phát hiện này khi cho thấy có mối liên hệ có ý nghĩa giữa giới tính và mức độ MHL ($\chi^2(2) = 7.214$, p = .027). Nhìn chung, nữ sinh có tỷ lệ rơi vào nhóm MHL cao cao hơn so với nam sinh, trong khi nam sinh có xu hướng nằm trong nhóm MHL trung bình hoặc thấp nhiều hơn. Sự khác biệt này hoàn toàn phù hợp với kết quả kiểm định T-test đã đề cập trước đó, khẳng định rằng nữ sinh có nhận thức tốt hơn về các vấn đề SKTT.

2.2.2. Yếu tố tham gia hoạt động liên quan đến tâm lý học

Một khía cạnh quan trọng khác được xem xét là tác động của việc tham gia các hoạt động về tâm lý học (hội thảo, tọa đàm, workshop, v.v.) đối với MHL. Kết quả kiểm định T-test cho thấy những sinh viên từng tham gia các hoạt động này có điểm số nhận biết về SKTT cao hơn so với những sinh viên chưa từng tham gia (M_đã_từng = 27.59, M_chưa_từng = 26.70, p = .054). Tuy nhiên, sự khác biệt này chưa đạt mức ý nghĩa thống kê, cho thấy rằng việc tham gia hội thảo có thể mang lại lợi ích nhất định, nhưng chưa đủ tạo ra tác động rõ rệt đến nhận thức chung.

Điểm đáng chú ý hơn là sự khác biệt trong mức độ định kiến đối với bệnh tâm thần giữa hai nhóm. Sinh viên từng tham gia các hoạt động liên quan đến tâm lý học có mức độ định kiến thấp hơn đáng kể (M_đã_từng = 30.53, M_chưa_từng = 32.04, p = .017), cho thấy rằng việc tiếp cận thông tin một cách chủ động có thể giúp thay đổi nhận thức theo hướng tích cực hơn.

Phân tích bảng chéo cũng chỉ ra rằng việc tham gia các hoạt động này có mối liên hệ đáng kể với mức độ MHL ($\chi^2(2) = 9.802$, p = .017). Cụ thể, sinh viên từng tham gia các hoạt động tâm lý có tỷ lệ thuộc nhóm MHL cao hơn rõ rệt, trong khi nhóm chưa từng tham gia lại có xu hướng nằm trong nhóm MHL trung bình hoặc thấp.

2.2.3. Yếu tố nơi sinh sống

Kết quả phân tích tiếp tục cho thấy sự khác biệt rõ rệt về MHL giữa sinh viên thành thị và nông thôn. Sinh viên đến từ khu vực thành thị có điểm MHL trung bình cao hơn đáng kể so với sinh viên từ vùng nông thôn (M_thành_thị = 93.90, M_nông_thôn = 91.54, p = .005). Điều này cho thấy sinh viên thành thị có mức độ nhận thức và hiểu biết về SKTT tốt hơn, có thể do họ có điều kiện tiếp cận thông tin, tài nguyên và dịch vụ hỗ trợ thuận lợi hơn so với sinh viên đến từ vùng nông thôn.

Đặc biệt, khi xem xét riêng khả năng nhận biết các vấn đề SKTT, sinh viên thành thị tiếp tục có điểm số cao hơn đáng kể so với sinh viên nông thôn (M_thành_thị = 27.50, M_nông_thôn = 26.40, p = .015). Điều này cho thấy rằng môi trường sống ảnh hưởng đến mức độ nhận diện các vấn đề tâm lý, với những sinh viên ở khu vực thành thị có nhiều cơ hội hơn để tìm hiểu về các rối loạn tâm thần, nhận diện triệu chứng và hiểu biết về cách tiếp cận các dịch vụ hỗ trợ phù hợp.

Kết quả kiểm định Chi-square tiếp tục củng cố phát hiện này khi cho thấy có mối quan hệ có ý nghĩa giữa nơi sinh sống và mức độ MHL ($\chi^2(2) = 10.231$, p = .006). Cụ thể, sinh viên thành thị có tỷ lệ thuộc nhóm MHL cao nhiều hơn so với sinh viên nông thôn, trong khi sinh viên nông thôn có xu hướng rơi vào nhóm MHL thấp nhiều hơn. Điều này tiếp tục khẳng định rằng điều kiện môi trường sống, đặc biệt là mức độ tiếp cận thông tin và các nguồn lực hỗ trợ về SKTT, đóng vai trò quan trọng trong việc hình thành năng lực SKTT của sinh viên.

2.2.4. Yếu tố năm học

Kết quả phân tích ANOVA cho thấy có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê giữa các nhóm sinh viên theo năm học về khả năng nhận biết các vấn đề SKTT ($F(3, 730) = 14.905$, $p < .001$). Cụ thể, sinh viên năm hai có điểm số nhận biết cao hơn đáng kể so với sinh viên năm nhất (M_năm_2 = 29.06, M_năm_1 = 25.60, $p < .001$). Kết quả phân tích hậu kiểm LSD tiếp tục chỉ ra rằng sự khác biệt giữa sinh viên năm hai và năm ba cũng có ý nghĩa thống kê (M_năm_2 = 29.06, M_năm_3 = 27.33, $p = .006$). Tuy nhiên, từ năm ba trở đi, mức độ nhận biết về SKTT không có sự khác biệt đáng kể giữa các nhóm.

Điều này có thể phản ánh quá trình tích lũy kiến thức về SKTT trong những năm đầu đại học. Khi mới nhập học, sinh viên năm nhất có thể chưa có nhiều cơ hội tiếp cận thông tin về SKTT, dẫn đến khả năng nhận biết thấp hơn. Trong khi đó, sinh viên năm hai có thể đã được tiếp xúc nhiều hơn với các hoạt động tuyên truyền, đào tạo hoặc các nguồn tài liệu về tâm lý học, từ đó giúp họ có mức độ nhận thức tốt hơn. Tuy nhiên, từ năm ba trở đi, sự khác biệt không còn rõ ràng, có thể do ảnh hưởng của các yếu tố khác như mức độ quan tâm cá nhân hoặc khối lượng học tập chuyên ngành.

Về định kiến đối với SKTT, kết quả ANOVA tiếp tục cho thấy sự khác biệt có ý nghĩa thống kê giữa các năm học ($F(3, 730) = 21.463$, $p < .001$). Cụ thể, sinh viên năm nhất có mức độ định kiến cao nhất (M_năm_1 = 33.89), trong khi sinh viên năm hai có mức độ định kiến thấp nhất (M_năm_2 = 28.48, $p < .001$). Điều này gợi ý rằng quá trình học tập và tiếp cận thông tin về SKTT có thể giúp sinh viên giảm bớt định kiến. Ở năm nhất, do chưa có nhiều hiểu biết về các vấn đề tâm lý, sinh viên có thể mang theo những định kiến xã hội phổ biến. Tuy nhiên, khi tiến lên các năm cao hơn, đặc biệt là năm hai, việc tiếp cận với các nguồn thông tin khoa học có thể giúp sinh viên thay đổi thái độ theo hướng tích cực hơn.

Khi xem xét tổng điểm MHL, mặc dù có sự khác biệt giữa các năm học, nhưng sự khác biệt này không đạt mức ý nghĩa thống kê ($F(3, 730) = 1.735$, $p = .158$). Điều này cho thấy rằng không có xu hướng nhất quán về việc năng lực SKTT tăng lên theo số năm học, mà có thể chịu tác động bởi các yếu tố khác như trải nghiệm cá nhân, môi trường sống và sự quan tâm của từng sinh viên đối với chủ đề này.

Kết quả kiểm định Chi-square tiếp tục khẳng định mối liên hệ có ý nghĩa giữa năm học và mức độ MHL ($\chi^2(6) = 13.482$, $p = .037$). Cụ thể, sinh viên năm nhất có tỷ lệ rơi vào nhóm có MHL thấp cao hơn so với sinh viên các năm trên. Trong khi đó, sinh viên năm hai và năm ba có tỷ lệ cao nhất trong nhóm MHL cao, nhưng tỷ lệ này lại giảm nhẹ ở sinh viên năm tư. Điều này có thể do sinh viên năm tư phải đối mặt với áp lực học tập, thực tập và định hướng nghề nghiệp, khiến họ ít dành sự quan tâm hơn đến các vấn đề SKTT.

2.2.5. Yếu tố tiền sử cá nhân về SKTT

Kết quả kiểm định T-test cho thấy những sinh viên từng có tiền sử về các vấn đề SKTT (ví dụ: lo âu, trầm cảm) có điểm số nhận biết cao hơn đáng kể so với những sinh viên chưa từng gặp phải các vấn đề này (M_có_tiền_sử = 28.11, M_không_có = 26.66, $p = .005$). Bên cạnh đó, tổng điểm MHL cũng cao hơn ở nhóm này (M_có_tiền_sử = 94.33, M_không_có = 92.40, $p = .045$), cho thấy trải nghiệm cá nhân có thể giúp nâng cao nhận thức và hiểu biết về các vấn đề SKTT.

Tồn tại mối liên hệ có ý nghĩa thống kê giữa việc sinh viên có tiền sử về các vấn đề SKTT (căng thẳng, lo âu, trầm cảm, hưng-trầm cảm, v.v.) và mức độ MHL ($\chi^2(2) = 9.462$, $p = .008$). Cụ thể: Sinh viên có tiền sử về SKTT có tỷ lệ thuộc nhóm MHL cao cao hơn đáng kể so với sinh viên chưa từng gặp phải các vấn đề này. Ngược lại, sinh viên chưa từng trải qua các vấn đề SKTT có tỷ lệ cao hơn trong nhóm MHL trung bình hoặc thấp. Kết quả này cho thấy rằng trải nghiệm cá nhân về SKTT có thể giúp nâng cao hiểu biết và nhận thức về các vấn đề này. Những sinh viên đã từng đối mặt với các vấn đề tâm lý có thể chủ động tìm hiểu về SKTT, dẫn đến mức độ MHL cao hơn. Điều này phù hợp với các nghiên cứu trước đây cho thấy rằng những người có kinh nghiệm cá nhân hoặc từng chứng kiến người thân gặp vấn đề về SKTT thường có hiểu biết tốt hơn về lĩnh vực này (Furnham et al., 2011; Lauber et al., 2005).

2.2.6. Yếu tố trình độ học vấn của cha mẹ

Không giống như các yếu tố khác, trình độ học vấn của cha mẹ không có ảnh hưởng đáng kể đến tổng điểm MHL của sinh viên ($F(3, 730) = 1.116$, $p = .342$). Tuy nhiên, khi xét về định kiến đối với bệnh tâm thần, có sự khác biệt có ý nghĩa ($F(3, 730) = 4.033$, $p = .007$), với sinh viên có cha mẹ có trình độ trên đại học mang ít định kiến hơn (M_trên_ĐH = 28.00, M_THPTH = 31.82, $p = .027$).

Cụ thể, sinh viên có cha mẹ có trình độ trên đại học có mức độ định kiến thấp hơn đáng kể so

với nhóm có cha mẹ chỉ hoàn thành trung học phổ thông (M_trên_ĐH = 28.00, M_THPT = 31.82, p = .027). Điều này có thể phản ánh sự ảnh hưởng của nền tảng gia đình và giáo dục đến nhận thức về các vấn đề SKTT.

Dữ liệu nghiên cứu không tìm thấy mối quan hệ có ý nghĩa thống kê giữa trình độ học vấn của cha với mức độ MHL ($\chi^2(6) = 5.214$, $p = .516$) cũng như trình độ học vấn của mẹ với mức độ MHL ($\chi^2(6) = 7.842$, $p = .247$) khi kiểm định bảng chéo. Mặc dù có sự khác biệt nhỏ về tỷ lệ sinh viên có MHL cao giữa các nhóm trình độ học vấn của cha mẹ (ví dụ: sinh viên có cha/mẹ có trình độ trên đại học có tỷ lệ MHL cao hơn một chút so với nhóm cha/mẹ có trình độ trung học phổ thông trở xuống), nhưng những khác biệt này không đạt mức ý nghĩa thống kê.

III. KẾT LUẬN

Nghiên cứu này đã xác định sự khác biệt về năng lực SKTT (MHL) của sinh viên Học viện Cán bộ TP. Hồ Chí Minh theo các yếu tố nhân khẩu học. Giới tính, nơi sinh sống, năm học, tiền sử cá nhân về SKTT và việc tham gia các hoạt động liên quan đến tâm lý học có ảnh hưởng đáng kể đến MHL, trong khi trình độ học vấn của cha mẹ không có mối quan hệ với MHL. Cụ thể, nữ sinh, sinh viên thành thị, sinh viên năm hai và những người từng có trải nghiệm tâm lý hoặc tham gia hoạt động tâm lý học có MHL cao hơn đáng kể so với các nhóm còn lại. Ngược lại, nam sinh, sinh viên nông thôn và sinh viên năm nhất có mức MHL thấp hơn. Kết quả nghiên cứu này không chỉ góp phần làm rõ những yếu tố ảnh hưởng đến MHL của sinh viên mà còn có ý nghĩa thực tiễn trong việc xây dựng các chương trình nâng cao nhận thức về SKTT trong trường đại học. Đặc biệt, nghiên cứu gợi ý rằng cần tập trung vào các nhóm sinh viên dễ bị ảnh hưởng tiêu cực, như nam sinh, sinh viên nông thôn và sinh viên năm nhất, nhằm tăng cường tiếp cận thông tin, giảm định kiến và nâng cao khả năng tìm kiếm sự trợ giúp khi cần thiết.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

Nguyễn Thị Bích Ngân & Lê Thành Tài. (2018). Nhận thức về SKTT của sinh viên tại Việt Nam: Thực trạng và giải pháp. *Tạp chí Khoa học Xã hội và Nhân văn*, 64(2), 45-56.

Tôn Thất Minh Thông, Lê Thị Thanh Thảo & Nguyễn Hoàng Vũ. (2022). Sự khác biệt về SKTT của sinh viên theo các yếu tố nhân khẩu học. *Tạp chí Tâm lý học Việt Nam,* 75(3), 30-42.

Furnham, A., Annis, J., & Cleridou, K. (2011). Gender differences in the mental health literacy of young people. *International Journal of Adolescent Medicine and Health,* 23(2), 171-178. https://doi.org/10.1515/ijamh.2011.023

Gulliver, A., Griffiths, K. M., & Christensen, H. (2012). Barriers and facilitators to mental health help-seeking for young elite athletes: A qualitative study. *BMC Psychiatry,* 12, 157. https://doi.org/10.1186/1471-244X-12-157