

THỰC TRẠNG ỨNG PHÓ VỚI CĂNG THẺNG CỦA HỌC SINH TRUNG HỌC PHỔ THÔNG TẠI THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

Trần Văn Toàn
Trung tâm Đào tạo và Chăm sóc tinh thần Ý Tưởng Việt
Trần Phú Vinh
Đại học Sư Phạm Thành phố Hồ Chí Minh
Tô Thị Ngọc Yến
Đại học Sư Phạm Thành phố Hồ Chí Minh

Tóm tắt: Bài viết này trình bày kết quả nghiên cứu về ứng phó với căng thẳng của học sinh (HS) trung học phổ thông (THPT) tại Thành phố Hồ Chí Minh. Thực trạng cho thấy đa số HS THPT trong mẫu nghiên cứu có xu hướng sử dụng chiến lược ứng phó tránh né (tự phân tán tư tưởng và chuyển hướng xã hội), số ít HS sử dụng ứng phó tập trung vào cảm xúc và ứng phó tập trung vào vấn đề theo thang đo CISS-SSC-V-13. Kết quả nghiên cứu nhấn mạnh tầm quan trọng của việc rèn luyện kỹ năng ứng phó với căng thẳng ở HS THPT.

Từ khóa: căng thẳng; ứng phó với căng thẳng; học sinh; trung học phổ thông

STRESS COPING STRATEGIES AMONG HIGH SCHOOL STUDENTS IN HO CHI MINH CITY

Abstract: This paper presents the results of a study on the coping strategies among high school students in Ho Chi Minh City. The current situation shows that most high school students in the research sample tend to use avoidance coping strategies—specifically, distracting themselves and seeking social diversion—according to the CISS-SSC-V-13 scale. Only a small proportion of students employ emotion-focused coping or problem-focused coping strategies. The study highlights the importance of developing coping skills to help high school students manage stress effectively.

Keywords: stress; coping with stress; students; high school

Nhận bài: 27.12.2025

Phản biện: 19.01.2026

Duyệt đăng: 24.01.2026

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Những số liệu gần đây cho thấy vấn đề sức khỏe tâm thần ở trẻ vị thành niên Việt Nam đang trở thành mối quan tâm đặc biệt của cộng đồng khoa học. Báo cáo của Viện Xã hội học (2022) ghi nhận rằng 21,7% trẻ vị thành niên gặp khó khăn về sức khỏe tâm thần, nhưng chỉ 8,4% trong số này tiếp cận được các dịch vụ hỗ trợ hoặc tư vấn liên quan đến cảm xúc và hành vi. Trong bối cảnh dịch COVID-19, tỷ lệ vị thành niên có các vấn đề cảm xúc và hành vi cao hơn mức bình thường đạt 7,7%. Một số nghiên cứu khác cũng đưa ra những phát hiện đáng chú ý: 26,3% thanh thiếu niên có biểu hiện trầm cảm; 6,3% suy nghĩ về cái chết; 4,6% lập kế hoạch tự tử; và 5,8% đã từng cố gắng tự tử (Do, 2022). Đáng lưu ý, Hội thảo “Sức khỏe tâm thần học đường” (3/2022) báo cáo hơn 40.000 trường hợp tự làm hại bản thân hoặc tự tử trong năm trước đó, trong đó nhóm 11–17 tuổi là nhóm có tỷ lệ cao nhất. Các vấn đề về lo âu và trầm cảm được ghi nhận tăng từ 3 đến 5 lần so với thời điểm bình thường (Minh, 2022). Đối với căng thẳng ở vị thành niên, khảo sát của Bệnh viện Nhi Trung ương tại Hà Nội (2022) cho thấy tỷ lệ sàng lọc căng thẳng lên đến 33%.

Ở nhóm học sinh THPT, các khảo sát tại

nhều địa phương khẳng định mức độ căng thẳng cao đang là một thực trạng phổ biến. Tỷ lệ HS THPT gặp căng thẳng được ghi nhận là 62,7% tại Hà Nội (Nguyen et al., 2018), 71,9% tại Đà Nẵng (Nguyen et al., 2019), 36,1% tại TP. Hồ Chí Minh (Thai et al., 2020), 52,1% tại Hậu Giang (Danh et al., 2021) và 46,1% tại Hưng Yên (Le et al., 2017). Bên cạnh việc mô tả thực trạng, một số nghiên cứu cũng góp phần làm rõ các yếu tố gây căng thẳng và cơ chế tự điều chỉnh của học sinh trong quá trình ứng phó (Do, 2013). Tuy nhiên, hướng nghiên cứu tập trung vào việc nâng cao khả năng đối phó với căng thẳng cho học sinh THPT vẫn còn tương đối hạn chế tại Việt Nam, từ đó đặt ra nhu cầu tiếp tục mở rộng các công trình theo hướng này.

Từ những bằng chứng nói trên, việc nghiên cứu về ứng phó với căng thẳng ở HS THPT không chỉ có ý nghĩa trong việc cung cấp nền tảng lý luận, mà còn mang lại những dữ liệu thực nghiệm quan trọng, góp phần hoàn thiện bức tranh nghiên cứu về chủ đề này trong bối cảnh Việt Nam hiện nay.

II. ĐỐI TƯỢNG VÀ PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

2.1. Cơ sở lý thuyết

Ứng phó với căng thẳng được nghiên cứu nhằm lý giải cách cá nhân nhận diện, đánh giá và điều chỉnh trước các áp lực phát sinh từ môi trường. Các tiếp cận ban đầu về ứng phó với căng thẳng được ghi nhận trong trường phái Phân tâm học, với trọng tâm là các phản ứng mang tính phòng vệ của cá nhân trước lo âu và xung đột tâm lý. Tuy nhiên, những tiếp cận này chủ yếu tập trung vào động lực vô thức và chưa hình thành được một khung khái niệm rõ ràng để nghiên cứu ứng phó với căng thẳng trong bối cảnh thực nghiệm.

Sự phát triển quan trọng trong nghiên cứu ứng phó với căng thẳng gắn liền với tiếp cận nhận thức – hành vi, tiêu biểu là các công trình của Lazarus và Folkman. Theo quan điểm này, căng thẳng không được xem là phản ứng tự động trước các tác nhân từ môi trường, mà là kết quả của quá trình cá nhân đánh giá mối quan hệ giữa yêu cầu của tình huống và khả năng, nguồn lực của bản thân. Trên cơ sở đó, ứng phó với căng thẳng được hiểu là những nỗ lực nhận thức và hành vi nhằm quản lý, giảm thiểu hoặc thích nghi với các yêu cầu được cá nhân đánh giá là gây áp lực hoặc vượt quá khả năng đáp ứng (Lazarus & Folkman, 1984).

Trong cách tiếp cận này, Lazarus nhấn mạnh rằng quá trình ứng phó với căng thẳng bao gồm ba bước cơ bản. Thứ nhất, cá nhân tiến hành đánh giá tình huống để xác định mức độ đe dọa hoặc thách thức của hoàn cảnh gây căng thẳng. Thứ hai, cá nhân xem xét các nguồn lực cá nhân và bối cảnh nhằm lựa chọn những cách ứng phó phù hợp. Thứ ba, các chiến lược ứng phó được triển khai thông qua hành vi cụ thể và sự điều chỉnh cảm xúc trong quá trình đối diện với căng thẳng (Lazarus, 1966; Lazarus & Folkman, 1984). Trên cơ sở này, các tác giả phân biệt hai nhóm chiến lược ứng phó chủ yếu: ứng phó tập trung vào vấn đề, hướng tới việc thay đổi hoặc kiểm soát các yếu tố gây căng thẳng trong tình huống; và ứng phó tập trung vào cảm xúc, nhằm điều chỉnh trạng thái cảm xúc của cá nhân khi nguồn gây căng thẳng khó có thể thay đổi.

Kế thừa khung lý thuyết của Lazarus và Folkman, Endler và Parker đã phát triển một hệ

thống phân loại chiến lược ứng phó mang tính khái quát và phù hợp với nghiên cứu thực nghiệm. Theo đó, các chiến lược ứng phó được chia thành ba nhóm chính: ứng phó tập trung vào nhiệm vụ, phản ánh các nỗ lực chủ động nhằm giải quyết vấn đề hoặc thay đổi tình huống gây căng thẳng; ứng phó tập trung vào cảm xúc, thể hiện xu hướng tập trung vào các phản ứng cảm xúc tiêu cực; và ứng phó né tránh, bao gồm các hành vi tránh né trực tiếp vấn đề thông qua phân tán tư tưởng hoặc tìm kiếm các hoạt động mang tính chuyển hướng xã hội (Endler & Parker, 1990).

Cách phân loại này tạo nền tảng lý luận cho việc nghiên cứu và đo lường các khuynh hướng ứng phó với căng thẳng trong các nhóm đối tượng khác nhau. Trong bối cảnh học sinh trung học phổ thông, khung tiếp cận này cho phép nhận diện tương đối rõ ràng các hình thức ứng phó phổ biến trước các áp lực học tập và xã hội.

2.2. Đối tượng nghiên cứu

Ứng phó với căng thẳng của HS THPT tại Thành phố Hồ Chí Minh.

2.3. Phương pháp nghiên cứu

Nghiên cứu được thực hiện theo thiết kế khảo sát cắt ngang nhằm mô tả thực trạng các chiến lược ứng phó với căng thẳng của học sinh trung học phổ thông tại Thành phố Hồ Chí Minh. Dữ liệu được thu thập tại 05 trường trung học phổ thông trên địa bàn Thành phố Hồ Chí Minh. Chúng tôi sử dụng thang đo CISS-SSC-V-13 do nhóm tác giả Lê Đại Minh và Nguyễn Thị Minh Hằng thích ứng tại Việt Nam năm 2021 với việc loại bỏ 8 nhân tố từ thang đo CISS-21 của Endler N.S. & Parker J. D. A. (1994) với độ tin cậy Composite Reliability là 0,937.

2.4. Mô tả khách thể nghiên cứu

Khách thể nghiên cứu gồm 586 học sinh trung học phổ thông tại 05 trường trên địa bàn Thành phố Hồ Chí Minh. Dữ liệu của 586 học sinh được sử dụng để mô tả đặc điểm mẫu và thực trạng ứng phó với căng thẳng. Trong quy trình xử lý dữ liệu, nghiên cứu cũng ghi nhận một nhóm dữ liệu sau sàng lọc gồm 410 học sinh, được sử dụng cho các phân tích chuyên biệt theo mục tiêu nghiên cứu. Đặc điểm mẫu theo giới tính, khối lớp và phân ban được trình bày trong Bảng 1.

Bảng 1. Đặc điểm khách thể nghiên cứu chính của đề tài

Đặc điểm		Trước sàng lọc		Sau sàng lọc	
		N	%	N	%
Giới tính	Nam	273	46.6	182	44.4
	Nữ	313	53.4	228	55.6
Khối lớp	Lớp 10	181	30.9	126	30.7
	Lớp 11	246	42.0	172	42.0
	Lớp 12	159	27.1	112	27.3
Phân ban	Khoa học tự nhiên	206	35.2	132	32.2
	Khoa học xã hội và nhân văn	380	64.8	278	67.8
		-	-	-	-
Tổng		586	100	410	100

2.5. Kết quả và bàn luận**2.5.1. Thực trạng ứng phó với căng thẳng ở học sinh trung học phổ thông****Bảng 2. Ứng phó với căng thẳng ở học sinh trung học phổ thông**

Chiến lược ứng phó	Giới tính		Khối lớp			Phân ban		Tổng
	Nam	Nữ	L10	L11	L12	KHTN	KHXXH	
Tập trung vấn đề	2,3	2,22	2,33	2,31	2,14	2,23	2,3	2,26
Tập trung cảm xúc	2,44	2,62	2,45	2,36	2,78	2,54	2,52	2,53
Phân tán tư tưởng (*)	2,78	2,86	2,76	2,83	2,87	2,79	2,84	2,82
Chuyển hướng xã hội (*)	2,67	2,59	2,53	2,67	2,7	2,59	2,66	2,63

Thực trạng ứng phó với căng thẳng ở HS THPT cho thấy: Chiến lược ứng phó được sử dụng nhiều nhất là phân tán tư tưởng (ĐTB = 2,82), điều này cho thấy HS có xu hướng tìm cách phân tán suy nghĩ để tránh những tình huống gây căng thẳng thay vì đối mặt trực tiếp. Các em chủ yếu dùng các hoạt động giải trí, ăn uống, ngủ nghỉ,... để lẩn tránh căng thẳng, không tìm ra nguyên nhân và cách giải quyết trực diện. Việc phân tán tư tưởng quá mức ngụ ý rằng các em thiếu kỹ năng và sự sẵn sàng đối mặt với những áp lực tâm lý từ căng thẳng. Tiếp đến là chuyển hướng xã hội (ĐTB = 2,63), điều này phản ánh xu hướng tìm đến bạn bè, người thân để chia sẻ, kể lể những phiền muộn, lo âu. Việc chuyển hướng sang các hoạt động xã hội hoặc tương tác với người khác giúp các em giải tỏa được phần nào căng thẳng. Tuy nhiên, chủ yếu vẫn là tránh né vấn đề, ít tập trung vào giải quyết trực diện nguyên nhân.

Chiến lược tập trung vấn đề là chiến lược ứng phó ít được HS THPT sử dụng nhất (ĐTB=2,26). Điều này phản ánh HS ít có xu hướng đối mặt và giải quyết trực diện các nguyên nhân, tình huống gây ra căng thẳng. Có thể các em thiếu các kỹ năng cần thiết để phân tích vấn đề một cách khách quan, tỉnh táo và tìm ra giải pháp thích hợp.

Khi so sánh sự khác biệt trong ứng phó với căng thẳng của HS THPT theo các yếu tố, cho thấy có sự

khác biệt rõ rệt về cách ứng phó căng thẳng của HS THPT theo giới tính, lớp và khối. Có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê giữa nam và nữ ở tất cả các chiến lược (sig < 0.05), nam giới có điểm cao hơn ở chiến lược tập trung vấn đề còn nữ giới cao hơn ở các chiến lược còn lại. Tất cả các chiến lược có sự khác biệt có ý nghĩa giữa các khối (sig < 0.05), HS lớp 12 có điểm cao nhất ở chiến lược tập trung cảm xúc và phân tán tư tưởng, thấp nhất ở chiến lược tập trung vấn đề. Cũng có sự khác biệt có ý nghĩa ở tất cả các chiến lược (sig < 0.05), khối KHTN cao hơn ở chiến lược tập trung vấn đề, KHXXH cao hơn ở các chiến lược còn lại.

Như vậy, HS THPT có xu hướng sử dụng các chiến lược né tránh nhiều hơn so với các chiến lược khác. Nam giới có xu hướng đối mặt trực diện hơn, nữ giới lại hay sử dụng các chiến lược né tránh, tập trung vào cảm xúc hơn. HS lớp lớn có xu hướng tránh né và tập trung vào cảm xúc hơn là giải quyết trực diện vấn đề. HS KHTN có xu hướng đối mặt trực tiếp hơn là HS KHXXH lại hay né tránh, tập trung vào cảm xúc hơn. Một phần là vì xu hướng lựa chọn con đường tránh né dễ dàng hơn là đương đầu với thử thách, khó khăn. Phần khác phản ánh HS đang thiếu kiến thức và kỹ năng cần thiết, đúng cách để ứng phó với căng thẳng.

2.5.2. Thảo luận

Kết quả nghiên cứu cho thấy HS THPT tại địa bàn khảo sát có xu hướng ưu tiên các chiến lược ứng phó né tránh hơn so với các chiến lược tập trung vào vấn đề hoặc cảm xúc. Việc phân tán tư tưởng và chuyển hướng xã hội giữ mức điểm trung bình cao nhất phản ánh khuynh hướng lẫn tránh các tình huống gây căng thẳng, tìm kiếm sự giải tỏa nhất thời thay vì giải quyết tận gốc áp lực mà các em đang đối diện. Xu hướng này có thể liên quan đến đặc điểm phát triển tâm lý lứa tuổi, khả năng điều chỉnh cảm xúc còn hạn chế và những thiếu hụt về kỹ năng giải quyết vấn đề trong bối cảnh học tập cạnh tranh, nhiều đòi hỏi.

Thứ nhất, việc chiến lược tập trung vấn đề ghi nhận điểm thấp nhất cho thấy HS chưa có sự chuẩn bị đầy đủ về mặt kỹ năng nhận diện vấn đề, phân tích tình huống và xây dựng phương án đối phó phù hợp. Kết quả này có thể phản ánh sự thiếu hụt của nhà trường trong giáo dục kỹ năng thích ứng, kỹ năng quản lý căng thẳng hoặc sự thiếu cơ hội để HS rèn luyện tư duy giải quyết vấn đề trong các tình huống thực tế.

Thứ hai, sự khác biệt theo giới tính và khối lớp cho thấy định hướng ứng phó chịu ảnh hưởng của đặc điểm tâm lý - xã hội. Nữ sinh có xu hướng sử dụng nhiều hơn các chiến lược tập trung cảm xúc và né tránh, trong khi nam sinh lại nghiêng về đối mặt trực tiếp. Lý do có thể xuất phát từ sự khác biệt về khuôn mẫu giới, cách nuôi dưỡng và kỳ vọng xã hội. Bên cạnh đó, HS lớp 12 có điểm né tránh cao nhất phản ánh áp lực học tập và thi cử tăng mạnh trong giai đoạn cuối cấp, khiến các em dễ chọn những cách giảm căng thẳng nhanh chóng thay vì đầu tư vào giải quyết vấn đề.

Thứ ba, kết quả so sánh theo phân ban KHTN và KHXH cũng cho thấy sự khác biệt đáng chú ý. HS KHTN thường có xu hướng tập trung vào vấn đề hơn,

trong khi HS KHXH sử dụng nhiều chiến lược né tránh và tập trung cảm xúc. Có thể liên quan đến sự khác biệt về phương thức học tập, đặc điểm môn học, và cách tiếp cận vấn đề của từng nhóm chuyên ban.

III. KẾT LUẬN VÀ KIẾN NGHỊ

Kết quả nghiên cứu phản ánh hạn chế trong kỹ năng nhận diện vấn đề, điều chỉnh cảm xúc và lựa chọn giải pháp phù hợp khi đối diện áp lực. Các nhóm giới tính, khối lớp và phân ban có sự khác biệt đáng kể trong cách thức ứng phó, cho thấy ứng phó với căng thẳng chịu ảnh hưởng của đặc điểm tâm lý - xã hội, áp lực học tập và định hướng nghề nghiệp.

Đối với nhà trường: Cần tích hợp các chương trình giáo dục kỹ năng ứng phó với căng thẳng vào hoạt động ngoại khóa, sinh hoạt hướng nghiệp, hoặc các tiết học kỹ năng sống. Nội dung tập trung vào: kỹ năng nhận diện căng thẳng, kỹ năng điều chỉnh cảm xúc và kỹ năng giải quyết vấn đề. Đồng thời, tăng cường triển khai các hoạt động tham vấn học đường, đồng thời xây dựng môi trường tâm lý học đường an toàn, hỗ trợ và thân thiện giúp học sinh có điều kiện chia sẻ, tìm kiếm trợ giúp và hình thành tư duy đối mặt thay vì né tránh.

Đối với giáo viên: Cần tăng cường quan sát, phát hiện sớm biểu hiện căng thẳng ở học sinh, đồng thời hỗ trợ các em thực hành các kỹ thuật quản lý căng thẳng phù hợp với từng tình huống học tập. Hướng dẫn học sinh thực hành tư duy giải quyết vấn đề trong các nhiệm vụ học tập, tạo cơ hội để các em tập luyện năng lực đối mặt và vượt qua áp lực.

Đối với phụ huynh: Cần tạo môi trường gia đình “thoáng tâm lý”, nâng đỡ cảm xúc cho con khi gặp áp lực. Vừa tránh gây thêm kỳ vọng, áp lực học tập quá mức vừa đồng hành cùng con trong việc hình thành thói quen ứng phó lành mạnh.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- Danh, T. T., Le, M. T., & Huynh, N. T. (2021). *Tỷ lệ stress, lo âu, trầm cảm của học sinh Trường THPT Chuyên Vị Thanh, tỉnh Hậu Giang và các yếu tố liên quan* [The prevalence of stress, anxiety, and depression among high school students at Vi Thanh Specialized High School, Hau Giang Province, and associated factors]. *Ho Chi Minh City Journal of Medicine*, 25(2), 161–168.
- Do, M. L. (2022). *Trầm cảm ở trẻ vị thành niên*. Lao Động. <https://laodong.vn/suc-khoe/tram-cam-o-tre-vi-thanh-nien-1030181.ldo>
- Do, T. L. H. (2013). *Căng thẳng của học sinh trung học phổ thông* [Stress in high school students] (Master's thesis). Vietnam Academy of Social Sciences.
- Endler, N. S., & Parker, J. D. A. (1990). *Multidimensional assessment of coping: A critical evaluation*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(5), 844–854.
- Giang, T. V. (2023). *Sức khỏe tâm thần của vị thành niên trên địa bàn Thành phố Hồ Chí Minh: Sàng lọc nguy cơ và giải pháp* [Mental health of adolescents in Ho Chi Minh City: Risk screening and solutions]. *Ho Chi Minh City University of Education Journal of Science*, 20(8).
- Ho, H. T. (2010). *Thực trạng stress, lo âu và các yếu tố liên quan ở học sinh Trường THPT Phan Bội Châu, Phan Thiết, Bình Thuận* [Stress, anxiety, and related factors among high school students at

Phan Boi Chau High School]. *Ho Chi Minh City Medicine Journal*, 14(2), 180–186.

Horney, K. (1950). *Neurosis and human growth: The struggle toward self-realization*. W. W. Norton & Company.

Institute of Sociology, University of Queensland, & Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health. (2022). *Viet Nam adolescent mental health survey: Report on main findings*. Institute of Sociology. <https://qcmhr.org/docman/reports/15-vnamhs-report-eng-15-feb-2023/file>

Lazarus, R. S. (1966). *Psychological stress and the coping process*. McGraw-Hill.

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company.

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company.

Le, D. M., & Nguyen, T. M. H. (2021). *Thích ứng phiên bản rút gọn của bảng kiểm ứng phó với các tình huống căng thẳng trên nhóm mẫu Việt Nam* [Adaptation of the short version of the Coping Inventory for Stressful Situations in Vietnamese samples]. *Journal of Psychology*, (267), 65–81.

Le, T. T. A., Nguyen, T. H., Nguyen, Q. D., & Pham, T. X. (2017). *Thực trạng stress, lo âu, trầm cảm và một số yếu tố liên quan ở học sinh THPT Phù Cừ, tỉnh Hưng Yên năm học 2016–2017* [Stress, anxiety, depression, and related factors among high school students]. *Preventive Medicine Journal*, 27(10), 76–82.

Minh, D. (2022). *Chăm sóc sức khỏe tâm thần trong trường học, không thể trì hoãn*. Sức khỏe & Đời sống. <https://suckhoedoisong.vn/cham-soc-suc-khoe-tam-than-trong-truong-hoc-khong-the-tri-hoan-169220328201511687.htm>

Nguyen, T. H. P., & Dinh, X. L. (2019). *Thực trạng mức độ căng thẳng trong học tập của học sinh lớp 12 tại thành phố Đà Nẵng* [Stress levels among 12th-grade students in Da Nang City]. *Journal of Education, Special Issue* (May), 121–127.

Nguyen, T. M. H. (2022). *Stress và các yếu tố liên quan của học sinh Trường THPT Nguyễn Du, Quận 10, Thành phố Hồ Chí Minh* [Stress and related factors among students at Nguyen Du High School]. *Vietnam Medicine Journal*, 520(1B), 89–93.

Nguyen, T. P. T., Nguyen, T. T. T., Nguyen, T. Q. C., Nguyen, N. C., & Nguyen, T. L. (2018). *Thực trạng stress của học sinh Trường THPT Đinh Tiên Hoàng, Ba Đình, Hà Nội năm 2018* [Stress among high school students at Dinh Tien Hoang High School]. *Preventive Medicine*, 28(4), 20–28.

Thai, T. T., Vu, T. L. L. N., & Bui, T. H. H. (2020). *Mental health literacy and help-seeking preferences in high school students in Ho Chi Minh City, Vietnam*. *School Mental Health*, 12(2), 378–387. <https://doi.org/10.1007/s12310-019-09358-6>

Tran, V. T., & Mai, H. L. (2023). *Một số vấn đề lý luận về kỹ năng ứng phó với căng thẳng của học sinh trung học phổ thông* [Theoretical issues on high school students' stress coping skills]. In *Proceedings of the 7th International Conference on School Psychology* (pp. 253–265).