

**KHẢO SÁT RỐI NHIỄU LO ÂU CỦA SINH VIÊN NĂM THỨ TƯ
TRƯỜNG ĐẠI HỌC ĐIỀU DƯỠNG NAM ĐỊNH**

Nguyễn Thu Hằng¹, Vũ Thị Hải Oanh¹, Chu Thị Thơm¹, Bùi Thị Hiệu¹

¹Trường đại học Điều Dưỡng Nam Định

TÓM TẮT:

Mục tiêu: Khảo sát rối nhiễu lo âu của sinh viên năm thứ 4 hệ chính quy đang theo học tại trường. **Phương pháp:** nghiên cứu mô tả cắt ngang trên 500 SV chính quy khóa 9. **Kết quả:** Kết quả nghiên cứu cho thấy tỷ lệ SV không có rối nhiễu lo âu chiếm tỷ lệ tương đối cao là 59,7 %. Trên 69% đối tượng tham gia nghiên cứu có sự hiểu biết về lo âu thông qua sự tự đánh giá mức độ hiểu biết của mỗi sinh viên và 88.3 % SV đã biết tìm các hoạt động để làm giảm lo lắng, căng thẳng. Yếu tố ảnh hưởng đến lo

âu ở SV năm thứ 4 trường ĐH ĐDNĐ rất đa dạng, trong đó yếu tố học tập và công việc sau khi ra trường là yếu tố chủ đạo, ảnh hưởng trực tiếp gây ra tình trạng lo âu căng thẳng cho SV. **Kết luận:** Kết quả nghiên cứu mà đề tài có được hoàn toàn phù hợp với thực tế những SV có sự hiểu biết về lo âu, biết cách ứng xử trước các tình huống căng thẳng, biết cách phòng tránh lo âu sẽ không rơi vào trạng thái lo âu.

Từ khóa: lo âu, sinh viên.

**SURVEY ON ANXIETY DISORDER AMONG 4TH YEAR STUDENTS
AT NAM DINH UNIVERSITY OF NURSING**

ABSTRACT

Objective: To examine the anxiety disorder among 4th year students of Nam Dinh university of Nursing. **Method:** A cross-sectional study on 500 full-time students of the 9th course. **Results:** The results of the study showed a relatively high percentage of non-anxiety students with 59.7%. Over 69% of the participants had an understanding of anxiety through self-evaluation. 88.3% of students know how to find activities to reduce anxiety and stress. Factors influencing anxiety in the 4th year students of NamDinh University of Nursing are diverse. Learning activities

and job opportunity after graduation are the main factors contributing to students' anxiety and stress. **Conclusion:** Research results are completely consistent with the fact that students have an understanding of anxiety and knowhow to deal with stressful situations and how to prevent anxiety which will help them not to be in anxiety state.

Key words: anxiety, students

1. ĐẶT VẤN ĐỀ.

Trong xã hội hiện đại đời sống của con người ngày càng được nâng cao, nhu cầu vật chất ngày càng được đáp ứng đầy đủ. Bên cạnh đó, họ cũng phải đối mặt với mọi khó khăn của cuộc sống luôn luôn thay đổi. Đây cũng là nguyên nhân gây nên nhiều vấn đề về sức khỏe tinh thần. Một trong những rối loạn có liên quan đến căn nguyên tâm lý thì lo âu rất thường gặp. Theo khuyến cáo của Tổ chức Y tế thế giới (WHO) thì ngày

Người chịu trách nhiệm: Nguyễn Thu Hằng
Email: thuhang2511990@gmail.com
Ngày phản biện: 3/12/2018
Ngày duyệt bài: 4/3/2019
Ngày xuất bản: 14/3/2019

nay có ¼ nhân loại bị ảnh hưởng bởi sức khỏe tâm thần và tới năm 2020 trầm cảm – lo âu chỉ đứng sau các bệnh tim mạch về gánh nặng bệnh tật. Đặc biệt là dạng trầm cảm - lo âu do căn nguyên tâm lý xã hội gây nên [5]. Gro Harlem nguyên tổng thư ký Tổ chức Y tế thế giới đã phát biểu: *“Ngày nay, không một cá nhân nào, không một gia đình nào, lúc này hay lúc khác lại không có vấn đề về sức khỏe tâm thần”* [5]. Nghiên cứu dịch tễ các rối loạn tâm thần của tác giả Nguyễn Hằng Phương với đề tài luận văn thạc sĩ “Nghiên cứu một số nguyên nhân gây ra rối loạn lo âu ở học sinh trung học phổ thông” cho biết: trong số 600 khách thể nghiên cứu thì có 130 em RLLA, chiếm 21,66%[3]. Trong luận văn của tác giả Lê Minh Thuận với đề tài *“một số rối nhiễu tâm lý của sinh viên đại học y dược tp.Hồ Chí Minh”* đã thu được kết quả tỉ lệ sinh viên lo âu ở mức độ nặng là 13%, mức độ rất nặng 11%, đây là một con số báo động mà chúng ta cần quan tâm [4]. Sinh viên(SV) ngành Điều Dưỡng có nguy cơ bị rối nhiễu tâm lý trong đó có lo âu khá cao bởi những đặc thù trong học tập của ngành này. SV phải dành nhiều thời gian để đi thực tập thực tế trong bệnh viện, môi trường căng thẳng vì có nhiều yếu tố bất lợi, như: vi sinh vật gây bệnh; phải chăm sóc người đang bị bệnh nặng, thời gian làm việc của SV cũng thất thường (phải trực đêm). SV không được quyền tự quyết trong công việc của mình, luôn phải thực hiện theo y lệnh của bác sĩ... SV năm 4 ngoài những áp lực kể trên các em còn phải hoàn thành các đợt kiểm tra định kỳ hoặc đợt xuất về kỹ năng lâm sàng và kiến thức nghề nghiệp của điều dưỡng mà còn chịu áp lực về công việc sau khi ra trường thì sẽ xin việc ở đâu và xin như thế nào ... Những yếu tố đó vô hình chung đã tạo nên một áp lực không nhỏ tác động mạnh đến sức khỏe tinh thần và tâm lí của SV. Chúng tôi tiến hành nghiên cứu nhằm mục tiêu: mô tả thực trạng rối nhiễu lo âu của SV năm thứ 4 hệ chính quy đang theo học tại trường.

2. ĐỐI TƯỢNG VÀ PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU.

2.1.Đối tượng, thời gian, địa điểm:

SV đại học điều dưỡng chính qui khóa 9. Thời gian nghiên cứu từ tháng 5/2017 - 11/2017. Phương pháp chọn mẫu: Lấy mẫu toàn bộ SV đại học điều dưỡng chính qui khóa 9. Cỡ mẫu: 500 SV.

2.2.Phương pháp nghiên cứu:

Thiết kế: Nghiên cứu mô tả cắt ngang: nhằm đánh giá rối nhiễu lo âu của SV năm 4 trường Đại học Điều Dưỡng Nam Định

Công cụ thu thập số liệu.

Chúng tôi sử dụng phương pháp tự điền phiếu với bảng câu hỏi DASS-42 và bảng hỏi nhóm nghiên cứu tự thiết kế theo mục tiêu của nghiên cứu.

- Thang đánh giá DASS 42 gồm 42 câu hỏi mỗi câu hỏi có 4 phương án trả lời theo thang likert từ không đúng với tôi chút nào đến Hoàn toàn đúng với tôi, hoặc hầu hết thời gian là đúng Người trả lời đọc kỹ và lựa chọn một trong 4 phương án trả lời phù hợp với mình nhất tại thời điểm hiện tại. Kết quả DASS-21 được tính theo cách sau:

DASS-42	LO ÂU
Mức độ	Điểm
Không có	0-7
Nhẹ	8-9
Vừa	10-14
Nặng	15-19
Rất nặng	≥20

- Điều tra bằng bảng hỏi.

Xây dựng phiếu khảo sát

Trên cơ sở lý luận của đề tài, chúng tôi xây dựng phiếu khảo sát chính thức với những nội dung như sau:

Phần 1: Tỷ lệ về rối nhiễu lo âu của sinh viên.

Phần 2: Kiến thức hiểu biết về lo âu của sinh viên

Phần 3: Cách ứng phó với lo âu của sinh viên .

Phần 4: Các yếu tố ảnh hưởng đến lo âu của sinh viên .

Phương pháp phân tích số liệu:

Số liệu sau khi thu thập, được làm sạch và được nhập, phân tích bằng phần mềm SPSS 22.0. sử dụng tỷ lệ % và bảng để mô tả các biến số theo mục tiêu nghiên cứu.

3. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

3.1. Thông tin chung về đối tượng nghiên cứu.

Số SV đại học chính quy khóa 9 theo thống kê của danh sách là 552, tuy nhiên tại thời điểm chúng tôi làm nghiên cứu theo tiêu chuẩn loại trừ (SV vắng mặt tại thời điểm nghiên cứu, từ chối không tham gia nghiên cứu và một số phiếu không hợp lệ) số phiếu thu về là 300 phiếu.

Tỷ lệ SV nữ tham gia nghiên cứu đề tài chiếm tỷ lệ cao 86%. Đây cũng là một trong những nét đặc trưng trong các trường đào tạo của ngành điều dưỡng tại Việt Nam hiện nay. Đối tượng nghiên cứu của đề tài có độ tuổi dao động từ 22- 25 tuổi.

3.2.Thực trạng lo âu của SV năm thứ 4 của trường Đại học Điều Dưỡng Nam Định

3.2.1. Tỷ lệ lo âu của SV năm thứ 4 của trường ĐHĐDNĐ theo thang DASS-42.

Bảng 3.1. Các mức lo âu theo thang DASS-42 của sinh viên năm thứ 4 của trường ĐHĐDNĐ

STT	Các mức độ lo âu	SL	TL
1	Không có lo âu	179	59.7%
2	Lo âu ở mức độ nhẹ	54	18 %
3	Lo âu ở mức độ vừa	51	17 %
4	Lo âu ở mức độ nặng	11	3.7 %
5	Lo âu ở mức độ nặng	5	1.6 %

Tỷ lệ SV không có lo âu chiếm tỷ lệ tương đối cao là 59,7 %. Lo âu ở mức độ từ nhẹ đến vừa là chiếm 35%, mức độ nặng chiếm 3,7% và rất nặng chiếm 1.6 %.

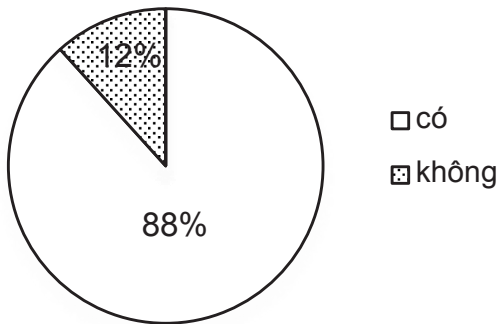
3.2.2. Sự hiểu biết về lo âu ở SV năm thứ 4 trường ĐHĐDNĐ.

Bảng 3.2. Sự hiểu biết về lo âu ở sinh viên năm thứ 4 trường ĐHĐDNĐ

STT	Sự hiểu biết về lo âu	SL	TL
1	Phản ứng tự nhiên của con người và nó rất phổ biến và nó không ảnh hưởng gì đến con người chúng ta	11	3.7 %
2	Một cảm giác bất an, lo sợ lan tỏa hết sức khó chịu	82	27.3 %
3	Một rối loạn cảm xúc đặc trưng bởi cảm giác lo sợ lan tỏa, khó chịu, mơ hồ kèm theo các triệu chứng thần kinh tự chủ như đau đầu, vã mồ hôi, siết chặt ở ngực, khô miệng, khó chịu ở thượng vị, bức rức, không thể ngồi yên hoặc đứng yên một chỗ.	207	69%

Tỉ lệ hiểu về khái niệm lo âu là gì ở SV năm thứ 4 trường ĐHĐDNĐ là 207 sinh viên chiếm 69%, điều này chứng tỏ sự hiểu biết về lo âu của SV ở mức độ tương đối cao.

3.3. Ứng phó với lo âu ở của SV năm thứ 4 trường ĐHĐDNĐ



Biểu đồ 3.1. Tỷ lệ sinh viên tìm cách ứng phó trước tình huống gây căng thẳng

Kết quả thu được chúng tôi thấy khi các em gặp tình huống gây lo lắng, căng thẳng thì các em đã biết tìm các hoạt động để làm giảm lo lắng biểu hiện tỷ lệ là 88.3 %. Tuy nhiên không phải sinh viên nào cũng có cách ứng phó hợp lý trước tình huống gây căng thẳng đến trong cuộc sống cũng như trong học tập.

3.4. Các yếu tố ảnh hưởng đến lo âu ở SV năm thứ 4 trường ĐH ĐDNĐ

Bảng 3.3. Thứ bậc những yếu tố ảnh hưởng đến lo âu ở sinh viên năm thứ 4 trường ĐHĐDNĐ

STT	Các yếu tố ảnh hưởng	SD	ĐTB	Thứ bậc
1	Học tập	0.50	2.18	2
2	Sức khỏe	0.51	1.97	4
3	Công việc sau khi ra trường	0.58	2.44	1
4	Mối quan hệ với bạn bè	0.44	1.90	5
5	Tiền bạc	0.56	2.17	3

Các yếu tố ảnh hưởng đến lo âu ở SV năm thứ 4 rất đa dạng và phong phú. Trong nghiên cứu này chúng tôi chỉ tập trung vào 5 yếu tố chủ yếu sau: học tập, sức khỏe, công việc sau khi ra trường, mối quan hệ với bạn bè, tiền bạc. Chúng tôi thấy trong các yếu tố ảnh hưởng thì công việc sau khi ra trường và việc học tập có điểm trung

bình cao và điều này nói lên rằng giai đoạn này sinh viên đang chịu áp lực về học tập, thi cử và công việc sau khi ra trường là rất lớn (Bảng 3.3).

3.4.1. Yếu tố học tập

Bảng 3.4. Tỷ lệ các tình huống trong quá trình học tập gây ra lo âu cho sinh viên năm thứ 4 trường ĐH ĐDNĐ

Thứ bậc	Tình huống gây căng thẳng	SL	TL (%)
5	Học cả ngày và gần như không có thời gian thư giãn	19	6.3
3	Kết quả học tập không như mong muốn	70	23.3
1	Kì thi quan trọng sắp đến	88	29.3
4	Phải học thuộc nhiều môn học cùng một lúc	39	13
2	Đi thực tập	84	28

Theo bảng thống kê trong nhóm yếu tố học tập gây ra lo âu cho sinh viên năm thứ 4 thì nội dung đi thực tập và kì thi quan trọng sắp đến chiếm tỷ lệ cao 57,3 %. Nội dung ít gây ra căng thẳng lo âu cho SV đó là nội dung phải học thuộc nhiều môn học cùng lúc.

3.4.2. Yếu tố công việc sau khi ra trường

Bảng 3.5. Tỷ lệ dự định công việc của SV năm thứ 4 trường ĐHĐDNĐ sau khi ra trường

Thứ bậc	Dự định công việc của SV sau khi ra trường	SL	TL (%)
2	Chưa định hướng	70	23.3
1	Chưa có chỗ làm.	121	40.3
3	Làm trái ngành nghề.	67	22.3
4	Đã có chỗ làm sẵn	42	14

Theo kết quả bảng 5 cho thấy tỉ lệ sinh viên trả lời phỏng vấn chưa có chỗ làm chiếm tỉ lệ cao hơn 40%. Và với Với 23.3%

sinh viên trả lời bảng hỏi cho rằng chưa định hướng được công việc sau khi ra trường của mình là gì đây là con số đáng báo động và đây là một trong yếu tố nguy hiểm dẫn đến lo âu của sinh viên.

4. BÀN LUẬN

4.1. Tỷ lệ lo âu của SV năm thứ 4 của trường ĐHĐDNĐ theo thang DASS-42.

Kết quả nghiên cứu thu được có sự khác biệt so với các kết quả nghiên cứu về lo âu ở các tác giả đã từng nghiên cứu về sức khỏe tâm thần nói chung và về lo âu nói riêng như: Nghiên cứu của nhóm tác giả Hồ Hữu Tính, Nguyễn Doãn Thành (2009) “Thực trạng stress lo âu và những liên quan đến lo âu ở học sinh Trường THPT Phan Bội Châu, Phan Thiết, Bình Thuận”, nhóm nghiên cứu đã sử dụng phương pháp cắt ngang mô tả, trên khách thể 311 học sinh lớp 12. Kết quả nghiên cứu cho thấy tỉ lệ học sinh có biểu hiện stress lo âu chiếm khoảng 38% [5]. Tác giả Bayram, Bilgel.N mô tả cắt ngang trên 1.617 sinh viên, trầm cảm, lo âu và stress mức độ nặng vừa phải hoặc cao hơn là 27%, 47% và 27% % trên tổng số khách thể nghiên cứu.. Sinh viên năm thứ hai tỉ lệ trầm cảm, lo âu và stress cao hơn năm khác. Tỉ lệ trầm cảm, lo âu và stress cao giữa các sinh viên là đáng báo động[1]. So sánh với nghiên cứu trên chúng ta thấy rằng tỷ lệ SV có tỷ lệ tương đối cao hơn so với mức chung và SV có những lo âu ở các mức độ khác nhau là do họ phải đối mặt với nhiều vấn đề căng thẳng như tình trạng quá tải học tập. Sinh viên phải dành nhiều thời gian để đi thực tập thực tế trong bệnh viện, môi trường căng thẳng, SV cũng chịu áp lực khi không được quyền tự quyết trong công việc của mình... Vì vậy mà ở SV luôn xuất hiện những lo âu là điều dễ thấy.

4.2. Sự hiểu biết về lo âu ở SV năm thứ 4 trường ĐHĐDNĐ

Tỉ lệ hiểu về khái niệm lo âu là gì ở SV năm thứ 4 trường ĐHĐDNĐ là 207 sinh viên chiếm 69%, điều này chứng tỏ sự hiểu biết về lo âu của SV ở mức độ tương đối cao điều này cũng dễ hiểu vì ngày nay xã hội phát triển con

người không chỉ chú trọng trong việc chăm sóc sức khỏe về mặt thể chất mà còn quan tâm đến mặt tinh thần, vậy việc các em SV tự mình tìm hiểu được các kiến thức chăm sóc về sức khỏe tâm thần nói chung và lo âu nói riêng trên các phương tiện truyền thông là một điều dễ hiểu từ đó giúp các em có thể đương đầu và phòng tránh được những căng thẳng xảy ra trong cuộc sống.

4.3. Ứng phó với lo âu ở của SV năm thứ 4 trường ĐHĐDNĐ.

Để tìm hiểu cách ứng phó với lo âu ở SV năm thứ 4 trường ĐHĐDNĐ chúng tôi đã điều tra xem trước những tình huống gây lo lắng, căng thẳng thì các bạn SV có tìm cách để giảm lo lắng, căng thẳng hay không và kết quả thu được có đến 88.3 % SV đã biết tìm các hoạt động để làm giảm lo lắng, căng thẳng. Tuy nhiên không phải SV nào cũng có cách ứng phó hợp lý trước tình huống gây căng thẳng đến trong cuộc sống cũng như trong học tập. Cách ứng phó tích cực mà SV lựa chọn nhiều nhất là: sử dụng internet để giảm thiểu lo âu như nghe nhạc, facebook, chat, lướt web, ... Đây là cách mà SV nghĩ rằng nó sẽ giúp xoa tan đi những căng thẳng, âu lo đồng thời lấy lại được sự cân bằng trong cuộc sống. Điều này cũng nói lên rằng những người trẻ tuổi gặp khó khăn trong việc tiếp cận dịch vụ y tế vì những sự kỳ thị vẫn còn liên kết với vấn đề sức khỏe tâm lý. Hiện nay, phổ biến trên truyền thông, thông tin đại chúng về các dịch vụ tham vấn/tư vấn sức khỏe tâm lý rất nhiều. Tuy nhiên qua kết quả nghiên cứu, chúng tôi thấy rằng tỷ lệ SV lựa chọn giải pháp: tìm đến chuyên viên tham vấn tâm lý, tổng đài tham vấn tâm lý hoặc Trung tâm sức khỏe tâm thần là thấp nhất. Điều này có thể gợi ý giả thuyết rằng SV ngành y tế không có nhiều thời ngoài việc học, nên không biết thêm các dịch vụ khác về tư vấn tâm lý, họ còn bận tâm trong việc phải kiếm tiền chăm lo cho cuộc sống của mình. Hoặc những trung tâm này chưa thật sự đáp ứng các dịch vụ chăm sóc sức khỏe tâm lý nên chưa trở thành những địa chỉ đáng tin cậy trong cộng đồng. Chính vì vậy SV biết rất ít và quan tâm đến các trung tâm này không nhiều. Khả năng khác có

thể xảy ra là SV chỉ chú trọng đến khoa tâm thần chưa xem trọng điều trị bằng liệu pháp tâm lý về những rối loạn tâm lý.

4.4. Các yếu tố ảnh hưởng đến lo âu ở SV năm thứ 4 trường ĐH ĐĐNĐ

Nhóm yếu tố học tập được SV đánh giá là yếu tố chủ đạo gây lo âu là rất cao so với các nhóm yếu tố khác. Trong nhóm yếu tố học tập “nội dung đi thực tập và kì thi quan trọng sắp đến” là 2 nội dung SV lựa chọn nhiều chiếm tỷ lệ 57,3 % . Điều này rất dễ hiểu vì 4 năm học tập ngồi trên giảng đường của trường đại học sắp hết đây là giai đoạn gấp rút chạy đua để về đích vì vậy áp lực về việc học tập càng cao. Trường đại học ĐHĐĐNĐ hiện nay đã liên hệ cho SV địa điểm thực tập nhưng không phải SV nào cũng được nơi thực tập như mong muốn của mình. Và khi đi thực tập ở cơ sở mới thì các em thường hay bối ngỡ, lạ lẫm với môi trường mới nên nhiều SV gặp không ít khó khăn trong quá trình thực tập vì trước đó đã không chăm chỉ trao dồi kỹ năng lâm sàng của mình nên khi gặp phải sự cố các em lung túng và không biết xử trí thế nào và dẫn đến lo âu căng thẳng. Với 23.3% SV trả lời bằng hỏi cho rằng chưa định hướng được công việc sau khi ra trường của mình là gì đây là con số đáng báo động và đây là một trong yếu tố nguy hiểm dẫn đến lo âu của SV bởi vì sau 4 năm học trên giảng đường đại học mà bây giờ các em vẫn chưa định hướng nghề nghiệp vẫn chưa rõ mục tiêu của mình sau khi ra trường là gì, đây là một lối sống không có mục đích không có tương lai vì vậy khi gặp phải tình huống căng thẳng, lo lắng rất dễ rơi vào tình trạng lo âu. Theo nghiên cứu thì có 40.3 % SV chưa có chỗ làm và 22.3 % SV làm trái ngành nghề con số này đã thể hiện đúng tình hình chung của SV trên cả nước sau khi ra trường. Đây thực sự là nỗi lo chung của bất cứ SV nào sau khi tốt nghiệp. Nỗi lo đó hoàn toàn có cơ sở khi mà theo số liệu thống kê gần đây thì rất nhiều SV ra trường chưa có việc làm hoặc có việc làm nhưng “trái ngành, trái nghề”. Theo ông Nguyễn Hoàng Khang, Trưởng phòng Lao động – Tiền công – Tiền

lương thuộc Sở Lao động – Thương binh – Xã hội Tp Hồ Chí Minh cho biết: Mỗi năm Tp Hồ Chí Minh có khoảng 32.000 SV đại học tốt nghiệp, trong đó có khoảng 30% SV có việc làm phù hợp, khoảng 50% có việc làm trái ngành đào tạo [2].

5. KẾT QUẢ

Con số thống kê cho thấy kết quả nghiên cứu mà đề tài có được hoàn toàn phù hợp với thực tế những SV có sự hiểu biết về lo âu, biết cách ứng xử trước các tình huống căng thẳng, biết cách phòng tránh lo âu sẽ không rơi vào trạng thái lo âu. Chính vì vậy, trong đề tài nghiên cứu mà chúng tôi thực hiện tỷ lệ SV có rối nhiễu lo âu không cao 59,7 % . Yếu tố ảnh hưởng đến lo âu ở SV năm thứ 4 trường ĐH ĐĐNĐ rất đa dạng và phong phú và 2 yếu tố học tập và công việc sau khi ra trường là 2 yếu tố chủ đạo, ảnh hưởng trực tiếp gây ra tình trạng lo âu căng thẳng cho SV và nếu chúng ta không nhìn nhận đúng đắn thì sẽ làm tình trạng lo âu của các em ngày càng trở nên trầm trọng hơn.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Lê Duy Biên (2012), Báo cáo hội nghị khoa học kỹ thuật, Bệnh viện Tâm thần Tiền Giang lần thứ 5, trang 10.
2. Trần Khánh Đức, Lao động việc làm và nguồn nhân lực ở Việt Nam 15 năm đổi mới, Nxb Thế giới, Hà nội, 2001),
3. Nguyễn Hằng Phương (2008), “Nghiên cứu một số nguyên nhân gây ra rối loạn lo âu ở học sinh trung học phổ thông”, luận văn thạc sĩ trường ĐHKHXH&NV, Hà Nội.
4. Lê Minh Thuận (2011), “Sức khỏe tâm lý sinh viên: nghiên cứu cắt ngang”. Y học thực hành, Bộ Y Tế Xuất Bản, 7, (774), 71-74.
5. Bayram. N, N Bilgel (2008), “The prevalence and socio-demographic correlations of depression, anxiety and stress among a group of university students”. Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol, 43, (8), 667-672.
6. <http://tcyh.yds.edu.vn/2010/Tap%2014%20Phu%20ban%20so20OK/Chuyen%20de%20YTCC%20%20YHDP/180-187.htm>.