MỐI QUAN HỆ GIỮA BIỂU HIỆN TRẦM CẢM VÀ CẢM NHẬN HỖ TRỢ XÃ HỘI Ở HỌC SINH LỚP 9 TRƯỚC KÌ THI TUYỂN SINH VÀO LỚP 10

Ngô Ngọc Diễm Châu
Khoa Tâm lý học, Trường Đại học Văn Hiến

***Tóm tắt**: Nghiên cứu này nhằm tìm hiểu mối quan hệ giữa biểu hiện trầm cảm và cảm nhận hỗ trợ xã hội ở 447 học sinh lớp 9 tại một trường Trung học cơ sở ở Thành phố Hồ Chí Minh trong giai đoạn chuẩn bị tham gia kì thi tuyển sinh vào lớp 10. Kết quả cho thấy mối quan hệ tương quan nghịch giữa biểu hiện trầm cảm và cảm nhận hỗ trợ xã hội đa diện ở học sinh lớp 9 với r = -0,425; p < 0,001. Kết quả nghiên cứu góp phần làm rõ vai trò của các nguồn hỗ trợ xã hội đối với sức khoẻ tinh thần của học sinh lớp 9, đồng thời cung cấp cơ sở thực tiễn cho việc đề xuất các biện pháp hỗ trợ phù hợp giúp học sinh thích ứng tốt hơn với áp lực học tập trong giai đoạn thi chuyển cấp.*

***Từ khóa:** cảm nhận hỗ trợ xã hội; biểu hiện trầm cảm; học sinh lớp 9; thi chuyển cấp; sức khoẻ tinh thần học đường.*

THE RELATIONSHIP BETWEEN DEPRESSIVE SYMPTOMS AND PERCEIVED SOCIAL SUPPORT AMONG NINTH-GRADE STUDENTS PRIOR TO THE GRADE 10 ENTRANCE EXAMINATION

***Abstract:** This study aimed to examine the relationship between depressive symptoms and perceived social support among 447 ninth-grade students at a lower secondary school in Ho Chi Minh City during the period of preparation for the Grade 10 entrance examination. The results indicated a negative correlation between depressive symptoms and multidimensional perceived social support among ninth-grade students, r = -0.425, p < 0.001. The findings contribute to clarifying the role of social support sources in the mental health of ninth-grade students and provide practical evidence for proposing appropriate support measures to help students better adapt to academic pressure during the school transition period.*

***Keywords:** perceived social support; depressive symptoms; ninth-grade students; school transition; school mental health.*

Nhận bài: 19/05/2026 Phản biện: 19/06/2026 Duyệt đăng: 22/06/2026

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Tiếp cận theo thuyết hệ thống sinh thái của Bronfenbrenner (1979), sự phát triển của cá nhân được xem là kết quả của quá trình tương tác liên tục giữa cá nhân và các hệ thống môi trường xung quanh. Đối với học sinh, các bối cảnh gần gũi như gia đình, nhà trường, thầy cô và nhóm bạn bè có ảnh hưởng trực tiếp đến đời sống tâm lý, cảm xúc và hành vi. Ở lứa tuổi vị thành niên, khi học sinh đang hình thành nhận thức về bản thân, mở rộng các mối quan hệ xã hội và trở nên nhạy cảm hơn với sự đánh giá từ người khác thì chất lượng của các mối quan hệ trong những môi trường này giữ vai trò đặc biệt quan trọng. Vì vậy, cảm nhận được sự quan tâm, lắng nghe và hỗ trợ từ gia đình, thầy cô và bạn bè có thể trở thành nguồn lực giúp học sinh ổn định cảm xúc, củng cố sự tự tin và thích ứng tốt hơn với các áp lực học tập.

Trong bối cảnh giáo dục hiện nay, định hướng xây dựng trường học hạnh phúc cũng nhấn mạnh vai trò của môi trường học đường an toàn, yêu thương và tôn trọng. Một môi trường học tập tích cực không chỉ hướng đến kết quả học tập mà còn quan tâm đến cảm xúc, nhu cầu kết nối và sức khỏe tinh thần của học sinh. Đối với học sinh lớp 9, điều này càng trở nên cần thiết khi các em đang chuẩn bị bước vào kì thi tuyển sinh lớp 10, một dấu mốc quan trọng trong quá trình chuyển tiếp sau trung học cơ sở. Áp lực từ chương trình học, kết quả thi, lựa chọn nguyện vọng và kỳ vọng của gia đình có thể làm gia tăng căng thẳng, lo âu, buồn bã hoặc suy giảm động lực học tập. Nghiên cứu của Nguyễn Đức Khánh, Lê Minh Thi và Ngô Anh Vinh (2023) đã đưa ra tỉ lệ trầm cảm ở học sinh Trung học Cơ sở tại Thành phố Hà Nội là 27%. Nguy cơ trầm cảm ở các em học sinh lớp 8 và 9 cao gấp 1,73 lần so với khối đầu cấp. Ngoài ra, kết quả nghiên cứu thực trạng căng thẳng, lo âu của học sinh lớp 9 tại một số trường thuộc Đà Nẵng cho thấy sự lo âu chiếm 96,1% (Lê Thị Phương Thanh, Đỗ Thị Xuân Hiền, Võ Viết Tiến, 2024). Một nghiên cứu gần đây được khảo sát trên 986 học sinh khối 12 trên địa bàn Hà Nội cũng đưa ra các con số đáng lo ngại khi cho thấy tỉ lệ trầm cảm chiếm 51,9%, trong đó mức độ tối thiểu là 29,9% (Nguyễn Thị Hà et al., 2025).

Trong bối cảnh đó, cảm nhận hỗ trợ xã hội được xem là một yếu tố bảo vệ quan trọng đối với sức khỏe tinh thần của học sinh. Theo Zimet et al. (1988), hỗ trợ xã hội đa diện được hiểu là mức độ cá nhân nhận thức và cảm nhận được sự quan tâm, chia sẻ, động viên và giúp đỡ từ ba nguồn chính: gia đình, bạn bè và người có ý nghĩa đặc biệt trong

cuộc sống. Đối với học sinh, việc cảm nhận được sự đồng hành, thấu hiểu và hỗ trợ từ những người xung quanh có thể góp phần nâng cao khả năng ứng phó với áp lực, giảm cảm giác cô lập và hạn chế các phản ứng cảm xúc tiêu cực.

Nhiều nghiên cứu đã chỉ ra mối liên hệ giữa hỗ trợ xã hội và sức khỏe tinh thần ở thanh thiếu niên. Hoferichter et al. (2021), trong nghiên cứu trên 733 học sinh lớp 7 và lớp 8 tại Đức, cho thấy sự hỗ trợ từ cha mẹ, bạn bè và giáo viên có liên hệ khác nhau với các khía cạnh hạnh phúc của học sinh, trong đó, hỗ trợ từ cha mẹ có liên quan tích cực đến cả ba phương diện gồm giá trị bản thân, sức khỏe tâm lý và sức khỏe thể chất. Cherewick et al. (2024) với nghiên cứu trên 274 học sinh vị thành niên ở Darjeeling, Ấn Độ gợi ý rằng các nguồn hỗ trợ xã hội và năng lực bản thân có vai trò quan trọng đối với triệu chứng tâm lý và trạng thái sức khỏe tinh thần tích cực của trẻ vị thành niên.

Tại Việt Nam, nghiên cứu của Hồ Thị Trúc Quỳnh và Nguyễn Văn Bắc (2021) trên 606 sinh viên Đại học Huế cho thấy hỗ trợ xã hội có mối tương quan nghịch với trầm cảm. Cụ thể, hỗ trợ từ cha mẹ, bạn bè và người đặc biệt khác đều có tương quan âm với trầm cảm, lần lượt là r = -0,187; r = -0,130 và r = -0,149, đều có ý nghĩa thống kê ở mức p < 0,01. Kết quả này cho thấy mức độ cảm nhận hỗ trợ xã hội càng cao thì biểu hiện trầm cảm càng có xu hướng giảm, trong đó hỗ trợ từ cha mẹ là nguồn hỗ trợ có mối liên hệ mạnh nhất với trầm cảm. Ngoài ra, kết quả nghiên cứu của Minh Thị Lâm và cộng sự (2026) ghi nhận mối tương quan nghịch có ý nghĩa giữa cảm nhận hỗ trợ xã hội và mức độ trầm cảm. Trong ba nguồn hỗ trợ được khảo sát, hỗ trợ từ bạn bè có mối tương quan mạnh nhất với trầm cảm (r = -0,221), tiếp theo là hỗ trợ từ người đặc biệt (r = -0,124) và hỗ trợ từ gia đình (r = -0,116). Điều này cho thấy việc cá nhân cảm nhận được sự quan tâm, chia sẻ và hỗ trợ từ những người xung quanh có thể góp phần làm giảm các biểu hiện trầm cảm.

Tuy nhiên, các nghiên cứu tập trung vào học sinh lớp 9 trong giai đoạn chuẩn bị cho kì thi tuyển sinh vào lớp 10 vẫn còn tương đối hạn chế. Đây là nhóm học sinh phải đối mặt với những áp lực đặc thù liên quan đến việc lựa chọn nguyện vọng, môi trường học tập tương lai và định hướng học tập sau trung học cơ sở. Vì vậy, việc khảo sát mối quan hệ giữa cảm nhận hỗ trợ xã hội và biểu hiện trầm cảm ở học sinh lớp 9 kì vọng là cần thiết và góp phần bổ sung bằng chứng thực tiễn cho công tác tham vấn học đường, thúc đẩy xây dựng trường học hạnh phúc cũng như tăng cường sự phối hợp giữa gia đình và nhà trường trong hỗ trợ sức khỏe tinh thần học sinh.

II. NỘI DUNG NGHIÊN CỨU

2.1. Đối tượng và khách thể nghiên cứu

Đối tượng nghiên cứu là mối quan hệ giữa cảm nhận hỗ trợ xã hội đa diện và biểu hiện trầm cảm ở học sinh lớp 9 trong bối cảnh chuẩn bị tham gia kì thi tuyển sinh vào lớp 10.

Nghiên cứu được thực hiện trên 447 học sinh lớp 9 đang theo học tại Trường Trung học cơ sở Võ Thành Trang, Phường Phú Thọ Hòa, Thành phố Hồ Chí Minh. Trong đó có 222 học sinh nam (49,7%) và 225 học sinh nữ (50,3%). Mẫu nghiên cứu được lựa chọn theo phương pháp chọn mẫu thuận tiện. Nghiên cứu đã được sự đồng ý từ phía Ban giám hiệu nhà trường, học sinh và phụ huynh học sinh. Tiêu chí tham gia nghiên cứu bao gồm: (1) đang học lớp 9 tại thời điểm khảo sát; (2) có khả năng đọc hiểu và hoàn thành bảng hỏi; (3) tự nguyện đồng ý tham gia nghiên cứu. Thông tin cá nhân được bảo mật và chỉ được sử dụng cho mục đích nghiên cứu khoa học.

Việc lựa chọn học sinh lớp 9 Trường THCS Võ Thành Trang làm khách thể nghiên cứu xuất phát từ đặc điểm phát triển tâm lý và bối cảnh học tập của nhóm đối tượng này. Học sinh của nhà trường sinh sống trong môi trường đô thị có sự chuyển mình mạnh mẽ của Thành phố Hồ Chí Minh, chịu tác động từ nhiều yếu tố gia đình, nhà trường và xã hội trong quá trình học tập và phát triển. Bên cạnh những thay đổi về tâm sinh lý của lứa tuổi vị thành niên, các em còn phải đáp ứng kỳ vọng từ gia đình, giáo viên và bản thân về kết quả học tập cũng như lựa chọn môi trường học tập ở bậc học tiếp theo.

2.2. Phương pháp nghiên cứu

Nghiên cứu sử dụng thiết kế mô tả cắt ngang kết hợp phân tích tương quan nhằm khảo sát thực trạng cảm nhận hỗ trợ xã hội, biểu hiện trầm cảm và mối quan hệ giữa hai biến số này ở học sinh lớp 9.

Dữ liệu được thu thập bằng phương pháp điều tra bằng bảng hỏi tự báo cáo, sau đó mã hoá và được xử lý bằng phần mềm Jamovi.

Nghiên cứu sử dụng 2 bộ công cụ khảo sát là thang đo trầm cảm trẻ em và thang đo cảm nhận hỗ trợ đa chiều.

Thang đo trầm cảm trẻ em CDI (Children Depression Inventory) được đưa vào sử dụng bởi Tiến sĩ Tâm lý học lâm sàng Maria Kovacs vào

năm 1979 nhằm đánh giá mức độ biểu hiện trầm cảm của học sinh thông qua các biểu hiện về cảm xúc, nhận thức và hành vi trong thời gian gần đây. CDI gồm 27 câu hỏi, mỗi câu được chấm điểm từ 0 – 2 điểm và diễn giải kết quả theo bảng tham chiếu: 0 – 12 điểm: không có trầm cảm; 13 – 19 điểm: có dấu hiệu trầm cảm; từ 20 điểm trở lên: có trầm cảm (Bộ Y Tế, 2025).

Thang đo cảm nhận hỗ trợ xã hội đa diện MSPSS (Multidimensional Scale of Perceived Social Support) của Zimet et al. (1988) với 12 mệnh đề, chia thành 3 tiểu thang đo tương ứng với hỗ trợ từ gia đình, bạn bè và người đặc biệt khác. Thang đo này đã được sử dụng nhiều trong các nghiên cứu tại Việt Nam trên nhiều đối tượng như học sinh, sinh viên, người lao động… với độ tin cậy cao và được chuyển ngữ bởi Nguyễn Phước Cát Tường, Đinh Thị Hồng Vân (2010). Trong nghiên cứu này, MSPSS được điều chỉnh theo thang Likert 5 mức để phù hợp với đối tượng học sinh lớp 9 và việc diễn giải điểm trung bình được thực hiện theo khoảng điểm của thang 5 mức. Kết quả trong nghiên cứu này có độ tin cậy cao là 0,915.

2.3. Kết quả nghiên cứu

2.3.1. Thực trạng biểu hiện trầm cảm ở học sinh lớp 9

Bảng 1: Kết quả thực trạng biểu hiện trầm cảm ở học sinh lớp 9 tại trường THCS Võ Thành Trang

Mức độ trầm cảm	Cỡ mẫu	%
Không có biểu hiện trầm cảm	174	38,9
Có dấu hiệu biểu hiện trầm cảm	141	31,5
Có biểu hiện trầm cảm cao	132	29,5

Theo số liệu thống kê từ Bảng 1, biểu hiện trầm cảm ở học sinh lớp 9 tại Trường THCS Võ Thành Trang xuất hiện với tỷ lệ đáng chú ý. Trong tổng số 447 học sinh tham gia khảo sát, có 174 học sinh (38,9%) không có biểu hiện trầm cảm. Tuy đây là nhóm chiếm tỷ lệ cao nhất trong ba nhóm phân loại nhưng tỷ lệ này chưa đến một nửa tổng số học sinh khảo sát.

Kết quả còn thể hiện có 141 học sinh (31,5%) được xếp vào nhóm có dấu hiệu biểu hiện trầm cảm và 132 học sinh (29,5%) thuộc nhóm có biểu hiện trầm cảm cao theo tiêu chuẩn phân loại của thang đo CDI. Khi gộp hai nhóm này, kết quả có 273 học sinh, chiếm 61,0% tổng mẫu. Tỷ lệ này cao hơn đáng kể so với nhóm không có biểu hiện trầm cảm (38,9%) cho thấy biểu hiện trầm cảm không phải là hiện tượng cá biệt ở một số ít học sinh mà xuất hiện ở một bộ phận tương đối lớn học sinh lớp 9 trong mẫu nghiên cứu.

Nhìn chung, kết quả này phản ánh sức khỏe tâm thần của học sinh lớp 9 cần được quan tâm nhiều hơn, nhất là khi các em đang ở giai đoạn cuối cấp và chuẩn bị bước vào kì thi tuyển sinh lớp 10. Đây cũng là cơ sở để tiếp tục tìm hiểu vai trò của cảm nhận hỗ trợ xã hội trong mối liên hệ với biểu hiện trầm cảm của học sinh ở các phân tích tiếp theo.

2.3.2. Thực trạng cảm nhận hỗ trợ xã hội đa diện ở học sinh lớp 9

Bảng 2: Kết quả thực trạng cảm nhận hỗ trợ xã hội đa diện ở học sinh lớp 9 tại trường THCS Võ Thành Trang

	M	SD
Cảm nhận hỗ trợ xã hội đa diện	3,75	0,81
Cảm nhận hỗ trợ từ gia đình	3,75	0,95
Cảm nhận hỗ trợ từ bạn bè	3,70	0,89
Cảm nhận hỗ trợ từ người đặc biệt	3,80	0,99

Ghi chú: M là điểm trung bình; SD là độ lệch chuẩn.

Dựa trên kết quả phân tích từ Bảng 2, điểm trung bình cảm nhận hỗ trợ xã hội đa diện của học sinh lớp 9 đạt M = 3,75 (SD = 0,81). Với thang đo Likert 5 mức, kết quả này cho thấy học sinh trong mẫu nghiên cứu nhìn chung có mức cảm nhận hỗ trợ xã hội ở mức tương đối.

Xét theo từng nguồn hỗ trợ, cảm nhận hỗ trợ từ người đặc biệt có điểm trung bình cao nhất (M = 3,80 ± 0,99) , tiếp theo là cảm nhận hỗ trợ từ gia đình (M = 3,75 ± 0,95) và cảm nhận hỗ trợ từ bạn bè (M = 3,70 ± 0,89). Trong ba nguồn hỗ trợ xã hội, học sinh có xu hướng cảm nhận được sự hỗ trợ từ người đặc biệt nhiều nhất, trong khi bạn bè là nguồn hỗ trợ có điểm trung bình thấp nhất. Sự khác biệt giữa các nguồn hỗ trợ không lớn, phản ánh rằng học sinh đều cảm nhận được sự hỗ trợ

từ nhiều nguồn khác nhau trong môi trường sống và học tập.

Kết quả thống kê mô tả góp phần làm rõ học sinh lớp 9 trong mẫu nghiên cứu có mức cảm nhận hỗ trợ xã hội tương đối khá ở cả ba khía cạnh: gia đình, bạn bè và người đặc biệt.

2.3.3. Mối quan hệ giữa cảm nhận hỗ trợ xã hội và biểu hiện trầm cảm ở học sinh lớp 9

Bảng 3: Kết quả mối tương quan giữa biểu hiện trầm cảm và cảm nhận hỗ trợ đa diện ở học sinh lớp 9 tại trường THCS Võ Thành Trang

	r	p
Cảm nhận hỗ trợ xã hội đa diện	-0,425	<0,001
Cảm nhận hỗ trợ từ gia đình	-0,432	<0,001
Cảm nhận hỗ trợ từ bạn bè	-0,300	<0,001
Cảm nhận hỗ trợ từ người đặc biệt	-0,362	<0,001

Ghi chú: r là hệ số tương quan Pearson; p là mức ý nghĩa thống kê.

Kết quả phân tích tương quan Pearson ở Bảng 3 phản ánh cảm nhận hỗ trợ xã hội đa diện có mối tương quan nghịch mức trung bình với biểu hiện trầm cảm ở học sinh lớp 9 ($r = -0,425$; $p < 0,001$). Điều này có nghĩa là khi mức độ cảm nhận hỗ trợ xã hội tăng thì mức độ biểu hiện trầm cảm có xu hướng giảm và ngược lại. Đồng thời, giá trị $p < 0,001$ cho thấy mối tương quan này có ý nghĩa thống kê.

Xét theo từng nguồn hỗ trợ xã hội, cả ba nguồn hỗ trợ đều có mối tương quan nghịch với biểu hiện trầm cảm và đều đạt ý nghĩa thống kê ($p < 0,001$). Trong đó, cảm nhận hỗ trợ từ gia đình có hệ số tương quan lớn nhất ($r = -0,432$), cho thấy đây là nguồn hỗ trợ có mối liên hệ chặt chẽ nhất với biểu hiện trầm cảm trong số các nguồn hỗ trợ được khảo sát. Cảm nhận hỗ trợ từ người đặc biệt có hệ số tương quan $r = -0,362$, phản ánh mối tương quan nghịch ở mức trung bình. Trong khi đó, cảm nhận hỗ trợ từ bạn bè có hệ số tương quan $r = -0,300$, là thấp nhất trong ba nguồn hỗ trợ nhưng vẫn đạt mức tương quan có ý nghĩa thống kê. Tất cả các hệ số tương quan đều mang giá trị âm, phản ánh xu hướng nhất quán rằng học sinh có mức cảm nhận hỗ trợ xã hội cao hơn sẽ có mức độ biểu hiện trầm cảm thấp hơn.

Từ kết quả phân tích có thể khẳng định rằng biểu hiện trầm cảm ở học sinh lớp 9 có mối tương quan nghịch có ý nghĩa thống kê với cảm nhận hỗ trợ xã hội đa diện. Kết quả này góp phần làm sáng tỏ mối quan hệ giữa hai biến nghiên cứu, đồng thời là cơ sở để tiếp tục thảo luận về vai trò của các nguồn hỗ trợ xã hội đối với biểu hiện trầm cảm của học sinh trong bối cảnh chuẩn bị tham gia kì thi tuyển sinh vào lớp 10.

III. BÀN LUẬN VÀ KIẾN NGHỊ

Kết quả nghiên cứu phù hợp với các công trình trước đây khi cho thấy học sinh cuối cấp là nhóm có nguy cơ cao xuất hiện biểu hiện trầm cảm (Nguyễn Đức Khánh et al., 2023; Lê Thị Phương Thanh et al., 2024; Nguyễn Thị Hà et al., 2025). Đồng thời, học sinh có mức cảm nhận hỗ trợ xã hội khá từ gia đình, bạn bè và người đặc biệt, tương đồng với nghiên cứu của Hồ Thị Trúc Quỳnh và Nguyễn Văn Bắc (2021) và Minh Thị Lâm et al. (2026). Tuy nhiên, việc vẫn tồn tại một bộ phận học sinh có biểu hiện trầm cảm cho thấy hỗ trợ xã hội không phải yếu tố duy nhất, mà còn chịu tác động của áp lực học tập, khả năng ứng phó, đặc điểm cá nhân và môi trường gia đình.

Từ kết quả này, việc hỗ trợ sức khỏe tâm thần cho học sinh lớp 9 cần được thực hiện theo hướng phòng ngừa, phát hiện sớm và can thiệp kịp thời. Nhà trường cần phát huy vai trò của tư vấn tâm lý học đường, tổ chức sàng lọc định kỳ, giáo dục kỹ năng quản lý cảm xúc, ứng phó với căng thẳng và tham vấn cá nhân cho học sinh có nguy cơ. Đồng thời, cần tăng cường phối hợp với phụ huynh nhằm tạo môi trường gia đình an toàn, giảm áp lực thành tích và khuyến khích sự đồng hành với con. Giáo viên chủ nhiệm cũng cần được bồi dưỡng kỹ năng nhận diện sớm các dấu hiệu khó khăn tâm lý, xây dựng lớp học thân thiện và kết nối học sinh với bộ phận tư vấn khi cần thiết.

Các nghiên cứu tiếp theo nên mở rộng phạm vi khảo sát và xem xét thêm các yếu tố như áp lực học tập, kỳ vọng của cha mẹ, sự gắn kết gia đình,

năng lực ứng phó, mối quan hệ với giáo viên và hạnh phúc tâm lý để làm rõ hơn các yếu tố nguy cơ và bảo vệ, từ đó đề xuất các chương trình can thiệp tâm lý học đường hiệu quả hơn.

IV. KẾT LUẬN

Nghiên cứu đã khảo sát thực trạng biểu hiện trầm cảm, cảm nhận hỗ trợ xã hội đa diện và xác định mối quan hệ giữa hai biến ở 447 học sinh lớp 9 tại Trường THCS Võ Thành Trang. Kết quả cho thấy biểu hiện trầm cảm xuất hiện ở tỷ lệ đáng lưu ý, trong khi học sinh nhìn chung có mức cảm nhận hỗ trợ xã hội ở mức khá từ gia đình, bạn bè và người đặc biệt. Đồng thời, nghiên cứu ghi nhận mối tương quan nghịch có ý nghĩa thống kê giữa cảm nhận hỗ trợ xã hội đa diện và biểu hiện trầm cảm, trong đó hỗ trợ từ gia đình có mối liên hệ chặt chẽ nhất. Kết quả nghiên cứu góp phần bổ sung cơ sở thực tiễn về vai trò của hỗ trợ xã hội đối với biểu hiện trầm cảm ở học sinh lớp 9 và nhấn mạnh sự cần thiết của việc tăng cường phối hợp giữa nhà trường, gia đình cũng như giáo viên trong việc quan tâm, phát hiện sớm và hỗ trợ tâm lý cho học sinh, đặc biệt trong giai đoạn chuẩn bị tham gia kì thi tuyển sinh vào lớp 10.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

Bộ Y tế. (2025). Hướng dẫn quy trình kỹ thuật về Tâm thần – Tập 1 (Ban hành kèm theo Quyết định số 2531/QĐ-BYT ngày 08 tháng 8 năm 2025 của Bộ trưởng Bộ Y tế).

Bronfenbrenner, U. (1979). The ecology of human development: Experiments by nature and design. Harvard University Press.

Cherewick, M., Lama, R., Rai, R. P., Dukpa, C., Mukhia, D., Giri, P., & Matergia, M. (2024). Social support and self-efficacy during early adolescence: Dual impact of protective and promotive links to mental health and wellbeing. PLOS Global Public Health, 4(12), e0003904. https://doi.org/10.1371/journal.pgph.0003904

Hoferichter, F., Kulakow, S., & Hufenbach, M. C. (2021). Support from parents, peers, and teachers is differently associated with middle school students' well-being. Frontiers in Psychology, 12, Article 758226. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.758226

Hồ Thị Trúc Quỳnh, & Nguyễn Văn Bắc. (2021). Hỗ trợ xã hội và trầm cảm ở sinh viên Đại học Huế: Vai trò điều tiết của lòng tự trọng. Tạp chí Tâm lý học, 4(265), 47–59.

Lê Thị Phương Thanh, Đỗ Thị Xuân Hiền, & Võ Viết Tiến. (2024). Nghiên cứu thực trạng căng thẳng, lo âu của học sinh lớp 9 một số trường thuộc quận Hải Châu, thành phố Đà Nẵng. Tạp chí Khoa học và Công nghệ Đại học Đà Nẵng, 22(5B), 60–63.

Minh Thị Lâm, Nguyễn Thị Ngọc Mai, & Nguyễn Thị Thanh Trúc. (2026). Mối liên hệ giữa hỗ trợ xã hội và trầm cảm của sinh viên Trường Đại học Sài Gòn. Tạp chí Tâm lý học Việt Nam, 14(1), 257–272. https://doi.org/10.66270/vap26.v14.n1.18

Nguyễn Đức Khánh, Lê Minh Thi, & Ngô Anh Vinh. (2023). Thực trạng rối loạn trầm cảm ở học sinh trung học cơ sở tại thành phố Hà Nội năm 2021. Tạp chí Y học Việt Nam, 526(1A), 277–282. https://doi.org/10.51298/vmj.v526i1A.5344

Nguyễn Phước Cát Tường và Đinh Thị Hồng Vân (2010). Mối quan hệ giữa chỗ dựa xã hội và cách ứng phó với stress của sinh viên Trường Đại học Y Dược - Đại học Huế. Tạp chí Khoa học và Giáo dục, Trường Đại học Sư phạm Huế, 1(13), 93-100

Nguyễn Thị Hà, Ngô Văn Lăng, Nguyễn Hồng Minh, Nguyễn Thị Phương Anh, Nguyễn Thị Thảo, Ngô Ngọc Hoài, Lê Thị Minh Thư, Nguyễn Hữu Tài Vinh, Lê Huyền Trang, & Trần Phương Thảo. (2025). Thực trạng và một số yếu tố liên quan tới trầm cảm ở học sinh cuối cấp trung học phổ thông tại thành phố Hà Nội. Tạp chí Y học Cộng đồng, 66(Số đặc biệt 11), 265–270. https://doi.org/10.52163/yhc.v66iCD11.2841

Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. Journal of Personality Assessment, 52(1), 30–41. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2