UED Journal of Social Sciences, Humanities & Education, ISSN: 1859 - 4603
https://doi.org/10.47393/jshe.vol16.i1.3946

TẠP CHÍ KHOA HỌC XÃ HỘI, NHÂN VĂN VÀ GIÁO DỤC

THỰC TRẠNG TRẦM CẢM Ở HỌC SINH TRUNG HỌC PHỔ THÔNG THÀNH PHỐ HUẾ

Kiều Công Phước Nguyên
Trường Đại học Sư phạm, Đại học Huế
Tác giả liên hệ: Kiều Công Phước Nguyên - Email: kieuphuocnguyen2004@gmail.com
Ngày nhận bài: 02-4-2026; ngày nhận bài sửa: 22-4-2026; ngày duyệt đăng: 10-5-2026

Tóm tắt: Nghiên cứu khảo sát thực trạng trầm cảm của 409 học sinh THPT tại thành phố Huế bằng thang đo DASS-21. Kết quả sàng lọc ghi nhận 49,1% học sinh bộc lộ các mức độ triệu chứng trầm cảm từ nhẹ đến rất nặng; trong đó mức độ "Vừa" và "Rất nặng" chiếm tỷ trọng lớn nhất (lần lượt là 15,6% và 15,2%). Nghiên cứu xác lập sự phân hóa có ý nghĩa thống kê theo khối lớp (p=0,013), với học sinh lớp 10 bộc lộ mức độ tổn thương cao nhất (điểm trung bình đạt 15,19). Ngược lại, yếu tố giới tính không tạo ra sự khác biệt có ý nghĩa thống kê trong mẫu khách thể này (p=0,194). Những phát hiện này nhấn mạnh nhu cầu thiết lập mạng lưới sàng lọc và tham vấn tâm lý học đường sớm, đặc biệt ưu tiên nhóm học sinh mới chuyển cấp nhằm giảm thiểu các nguy cơ tổn thương sức khỏe tâm thần tại địa phương.

Từ khóa: trầm cảm; Học sinh THPT; Thành phố Huế; Sức khỏe tâm thần.

1. Giới thiệu

Trầm cảm hiện là một trong những vấn đề sức khỏe tâm thần phổ biến và nghiêm trọng nhất ở lứa tuổi vị thành niên. Theo Tổ chức Y tế Thế giới (WHO, 2017), rối loạn khí sắc này là nguyên nhân hàng đầu gây ra gánh nặng bệnh tật và suy giảm khả năng thực hiện các chức năng xã hội, học tập ở học sinh trung học toàn cầu. Trầm cảm không chỉ dừng lại ở các phản ứng cảm xúc tiêu cực mà còn tác động sâu sắc đến cấu trúc nhận thức và hệ thống sinh lý, tạo ra vòng lặp suy nhược tâm thần nếu không được nhận diện và can thiệp kịp thời.

Tại Việt Nam, thực trạng sức khỏe tâm thần của học sinh trung học phổ thông (THPT) bộc lộ những con số biến động mạnh theo địa phương nhưng đều ở mức báo động. Các nghiên cứu dịch tễ cắt ngang ghi nhận tỷ lệ học sinh bộc lộ các triệu chứng trầm cảm dao động từ 31,7% tại TP. Hồ Chí Minh (Trần et al., 2024) đến 51,9% tại Hà Nội (Nguyễn et al., 2025) và đạt ngưỡng 60% tại Thái Bình (Ngô et al., 2021). Những số liệu này minh chứng cho tính cấp thiết của việc nghiên cứu sâu về các yếu tố tác động và mức độ phân hóa của triệu chứng trong môi trường học đường.

Thành phố Huế được nhận diện là địa bàn nghiên cứu có tính đặc thù về văn hóa - giáo dục với truyền thống hiếu học lâu đời, song bối cảnh này cũng gắn liền với hệ thống kỳ vọng học thuật và áp lực thành tích lớn từ gia đình và xã hội (Ngô et al., 2022). Nghiên cứu thực chứng của nhóm tác giả này vào năm 2022 đã xác nhận tỷ lệ học sinh THPT tại Huế bộc lộ các triệu chứng trầm cảm, lo âu và stress ở mức 46,1%. Tuy nhiên, trong bối cảnh môi trường học tập có nhiều biến động mới, việc cung cấp một cơ sở dữ liệu cập nhật và chi tiết hơn vẫn là yêu cầu cấp thiết. Điểm mới của nghiên cứu này so với công trình của Ngô et al. (2022) nằm ở việc mở rộng quy mô mẫu khảo sát (409 học sinh) nhằm phân tích sâu cấu trúc các mức độ triệu chứng (nhẹ, vừa, nặng) theo thang đo chuẩn hóa quốc tế DASS-21. Đặc biệt, nghiên cứu tập trung nhận diện sự biến thiên của thực trạng này theo diễn trình học tập từ lớp 10 đến lớp 12, qua đó xác định các giai đoạn rủi ro tâm lý cụ thể của học sinh địa phương mà các nghiên cứu trước đó chưa làm rõ.

Cite this article as: Kieu, C. P. N. (2026). The prevalence of depression among high school students in Hue city. *UED Journal of Social Sciences, Humanities and Education*, *16*(01), 180-185.
https://doi.org/10.47393/jshe.vol16.i1.3946

Mục tiêu của bài viết này nhằm đánh giá thực trạng tỷ lệ, các mức độ bộc lộ triệu chứng trầm cảm và phân tích sự phân hóa của thực trạng này theo giới tính, khối lớp ở học sinh THPT thành phố Huế. Kết quả nghiên cứu là căn cứ khoa học quan trọng để xác định nhóm đối tượng dễ bị tổn thương, từ đó đề xuất các biện pháp sàng lọc và hỗ trợ tâm lý phù hợp nhằm nâng cao sức khỏe tinh thần cho học sinh tại địa phương.

2. Phương pháp nghiên cứu

2.1. Khách thể nghiên cứu

Nhằm đảm bảo tính đại diện và khách quan cho dữ liệu thực trạng, mẫu khảo sát được lựa chọn theo phương pháp chọn mẫu phân tầng có mục đích trên 409 học sinh đang theo học tại 03 trường Trung học phổ thông (THPT) công lập trên địa bàn thành phố Huế. Các đơn vị khảo sát được xác định dựa trên tiêu chí bao quát các loại hình đào tạo và đặc điểm khu vực địa lý đặc thù của địa phương, bao gồm: trường THPT Gia Hội (n=137; 33,5%) đại diện cho mô hình trường công lập có bề dày truyền thống lâu đời; trường THPT Nguyễn Trường Tộ (n=146; 35,7%) đại diện cho trường khu vực trung tâm thành phố với đặc thù chuyển đổi mô hình đào tạo; và trường THPT Cao Thắng (n=126; 30,8%) đại diện cho mô hình trường gắn liền với định hướng giáo dục kỹ thuật và hướng nghiệp sớm.

Việc bao quát các mô hình giáo dục khác nhau tạo cơ sở thực chứng để đánh giá sát thực thực trạng bộc lộ các triệu chứng tâm lý của học sinh phổ thông trong bối cảnh kỳ vọng thành tích tại địa phương. Về lộ trình học tập, khách thể nghiên cứu được phân bổ cân đối qua ba khối học để nhận diện sự biến thiên của thực trạng theo diễn trình phát triển: khối 10 ghi nhận 128 học sinh (31,3%), khối 11 có 151 học sinh (36,9%) và khối 12 gồm 130 học sinh (31,8%). Trong tổng mẫu nghiên cứu chính thức, cơ cấu giới tính bao gồm 185 học sinh nam (chiếm 45,2%) và 224 học sinh nữ (chiếm 54,8%).

2.2. Công cụ đo lường

Nghiên cứu sử dụng phân thang đo Trầm cảm nằm trong bộ Thang đo Lo âu - Trầm cảm - Stress (DASS-21) do Lovibond & Lovibond (1995) xây dựng nhằm sàng lọc các triệu chứng bệnh lý về khí sắc ở học sinh.

- Cấu trúc: Phân thang đo này bao gồm 7 mục hỏi tập trung vào việc nhận diện các trạng thái tâm lý tiêu cực diễn ra trong vòng một tuần qua như: sự suy giảm năng lượng tinh thần, cảm giác vô vọng về tương lai, sự mất hứng thú với các hoạt động đời sống và xu hướng tự đánh giá thấp giá trị bản thân.

- Cách thức đánh giá: Học sinh trả lời dựa trên trải nghiệm cá nhân theo thang Likert 4 mức độ từ 0 đến 3 (tương ứng từ "Hoàn toàn không đúng" đến "Rất đúng với em"). Điểm trầm cảm chính thức được tính bằng tổng điểm của 7 mục hỏi, sau đó tiến hành nhân hệ số 2 để quy đổi về thang điểm 42 (tương đương với bộ công cụ DASS-42 chuẩn). Dựa trên điểm số quy đổi này, tình trạng của học sinh được phân loại thành 5 mức độ bệnh lý cụ thể tại bảng dưới đây:

Bảng 1. *Ngưỡng điểm phân loại mức độ trầm cảm theo thang DASS-21*

Mức độ	Trầm cảm
Bình thường	0 - 9
Nhẹ	10 - 13
Vừa	14 - 20
Nặng	21 - 27
Rất nặng	≥28

- Độ tin cậy: Qua kiểm định trên mẫu nghiên cứu thực tế gồm 409 học sinh tại thành phố Huế, thang đo ghi nhận hệ số Cronbach's Alpha đạt mức 0,947. Đây là chỉ số độ tin cậy xuất sắc, khẳng định bộ công cụ có tính nhất quán nội tại rất cao, đảm bảo tính chính xác và giá trị khoa học cho các phân tích tiếp theo của đề tài.

2.3. Quy trình và xử lý dữ liệu

Khảo sát được tiến hành trực tiếp tại các lớp học trong năm học 2025-2026. Thời điểm khảo sát được lựa chọn vào giai đoạn học tập ổn định giữa kỳ nhằm hạn chế các sai số do yếu tố căng thẳng nhất thời từ các kỳ thi tập trung tác động đến phản hồi của học sinh. Quy trình thực hiện tuân thủ nghiêm ngặt các bước: (1) Xin phép Ban Giám hiệu và giáo viên chủ nhiệm; (2) Giải thích rõ mục đích nghiên cứu, quyền từ chối tham gia và cam kết bảo mật thông tin để lấy sự đồng thuận tự nguyện của học sinh; (3) Học sinh tự điền phiếu dưới sự giám sát của tác

giả để đảm bảo tính khách quan và thu hồi phiếu ngay sau khi hoàn thành.

Toàn bộ dữ liệu sau khi thu thập được làm sạch, mã hóa và xử lý bằng phần mềm SPSS. Các kỹ thuật thống kê mô tả được sử dụng để phân tích thực trạng các mức độ triệu chứng. Các phép kiểm định thống kê bao gồm Independent Samples T-test (so sánh giới tính) và One-Way ANOVA (so sánh khối lớp) được ứng dụng để kiểm chứng sự khác biệt nhóm tại ngưỡng ý nghĩa $p<0,05$.

3. Kết quả nghiên cứu

3.1. Nhận định chung về thực trạng trầm cảm ở học sinh THPT thành phố Huế

Nhằm phác thảo bức tranh thực trạng về sức khỏe tâm thần của học sinh THPT tại thành phố Huế, nghiên cứu đã tiến hành phân loại và thống kê tần suất các mức độ trầm cảm dựa trên kết quả khảo sát từ mẫu 409 học sinh. Số liệu chi tiết về sự phân bố các ngưỡng bệnh lý được tổng hợp cụ thể tại bảng dưới đây:

Bảng 2. *Thực trạng các mức độ trầm cảm của học sinh (N=409)*

Mức độ trầm cảm	Tần số (n)	Tỷ lệ (%)
Bình thường	208	50,9
Nhẹ	28	6,8
Vừa	64	15,6
Nặng	47	11,5
Rất nặng	62	15,2
Tổng cộng	409	100,0

Dựa trên số liệu tại Bảng 2, kết quả sàng lọc cho thấy phần lớn học sinh (chiếm 50,9%) có trạng thái khí sắc ở ngưỡng bình thường. Tuy nhiên, tỷ lệ học sinh bộc lộ các mức độ triệu chứng trầm cảm từ nhẹ đến rất nặng chiếm tới 49,1% mẫu khảo sát. Con số này phản ánh một thực trạng đáng quan tâm về sức khỏe tâm thần của học sinh phổ thông tại địa phương hiện nay.

Khi phân tích cấu trúc các mức độ triệu chứng, nghiên cứu ghi nhận sự tập trung đáng kể ở nhóm bộc lộ triệu chứng mức độ vừa (15,6%) và mức độ rất nặng (15,2%). Nhóm có biểu hiện ở mức độ nặng chiếm 11,5%, trong khi tỷ lệ học sinh có triệu chứng mức độ nhẹ chiếm 6,8%. Việc có hơn 15% học sinh bộc lộ các dấu hiệu trầm cảm ở mức độ rất nặng là một chỉ báo quan trọng về tình trạng suy giảm năng lượng tinh thần và những bế tắc trong nhận thức của một bộ phận học sinh THPT.

Tổng hợp lại, tỷ lệ học sinh bộc lộ triệu chứng trầm cảm từ mức độ vừa trở lên đạt mức 42,3%. Thực trạng này gợi mở những áp lực học tập và kỳ vọng thành tích lớn - vốn là đặc điểm đặc thù tại địa bàn hiếu học như thành phố Huế - đang tạo ra sức ép tâm lý đáng kể đối với người học. Khi học sinh thiếu hụt các cơ chế giải tỏa hoặc niềm tin vào năng lực ứng phó của bản thân, những căng thẳng tâm lý thường nhật có xu hướng diễn tiến thành các trạng thái rối loạn khí sắc phức tạp, gây ảnh hưởng trực tiếp đến hiệu quả học tập và sự cân bằng trong đời sống tinh thần của các em.

3.2. Thực trạng trầm cảm ở học sinh THPT Thành phố Huế dưới lát cắt khối lớp

Để làm rõ sự biến thiên của trạng thái trầm cảm theo lộ trình học tập, nghiên cứu đã thực hiện phép so sánh điểm số giữa ba khối lớp thông qua kiểm định phương sai một chiều (ANOVA). Kết quả tổng hợp được trình bày tại bảng dưới đây:

Bảng 3. *Mức độ trầm cảm của học sinh phân theo khối lớp (N=409)*

Khối lớp	N	Mean	SD	F	Sig. (P)
Lớp 10	128	15,19	13,01	4,388	0,013
Lớp 11	151	12,82	11,41		
Lớp 12	130	10,75	11,72		
Tổng	409	12,90	12,13		

Số liệu thực chứng ghi nhận một xu hướng giảm dần về mức độ bộc lộ triệu chứng trầm cảm từ khối đầu cấp đến khối cuối cấp. Cụ thể, học sinh lớp 10 bộc lộ ngưỡng triệu chứng cao nhất (ĐTB=15,19), tiếp theo là khối lớp 11 (ĐTB=12,82) và thấp nhất là khối lớp 12 (ĐTB=10,75). Với giá trị $p=0,013<0,05$, kết quả phân tích phương sai một chiều (ANOVA) khẳng định tồn tại sự khác biệt có ý nghĩa thống kê về biểu hiện triệu chứng trầm cảm giữa các khối lớp.

Đi sâu vào phân tích sự khác biệt cụ thể giữa từng cặp lớp bằng phép thử hậu định (Post Hoc Test - LSD), nghiên cứu nhận thấy điểm số triệu chứng của học sinh lớp 10 cao hơn hẳn lớp 12 với mức chênh lệch đáng kể là 4,43 điểm (p=0,003<0,01). Trong khi đó, mức độ triệu chứng giữa lớp 10 với lớp 11, và giữa lớp 11 với lớp 12 không cho thấy sự khác biệt rõ rệt về mặt thống kê (p>0,05).

Kết quả này chỉ ra rằng giai đoạn lớp 10 là thời điểm học sinh dễ gặp các xáo trộn tâm lý nhất do áp lực thích nghi với môi trường học tập mới và cường độ kiến thức bậc THPT. Đối với khối lớp 11, mặc dù điểm số đã có xu hướng giảm so với khối 10 nhưng vẫn duy trì ở ngưỡng cao (12,82 điểm) và chưa bộc lộ sự khác biệt rõ rệt về mặt thống kê. Điều này có thể lý giải bởi lớp 11 là giai đoạn khối lượng kiến thức bắt đầu trở nên chuyên sâu và phức tạp nhất, tạo nên áp lực tâm lý âm ỉ trước khi bước vào năm học cuối cấp. Ngược lại, học sinh lớp 12 dường như đã hình thành được cơ chế ứng phó và thích nghi tâm lý vững vàng hơn sau quãng thời gian rèn luyện dài hơi, dẫn đến chỉ số bộc lộ triệu chứng thấp nhất trong cả ba khối lớp. Phát hiện này là cơ sở quan trọng để nhà trường ưu tiên các hoạt động sàng lọc và hỗ trợ tâm lý sớm ngay từ giai đoạn học sinh mới nhập cấp trên địa bàn thành phố Huế.

3.3. Thực trạng trầm cảm ở học sinh THPT Thành phố Huế dưới lát cắt giới tính

Nhằm kiểm chứng liệu yếu tố giới tính có tạo ra sự khác biệt về mức độ trầm cảm ở học sinh hay không, nghiên cứu đã tiến hành so sánh điểm số giữa hai nhóm học sinh nam và nữ. Kết quả phân tích thống kê mô tả và kiểm định Independent Samples T-test được tổng hợp cụ thể tại bảng dưới đây:

Bảng 4. *So sánh mức độ trầm cảm của học sinh theo giới tính (N=409)*

Giới tính	N	Mean (Trung bình)	SD (Độ lệch chuẩn)	t	Sig. (P)
Nam	185	13,76	12,05	1,301	0,194
Nữ	224	12,20	12,17		
Tổng	409	12,90	12,13		

Số liệu tại Bảng 4. cho thấy có sự chênh lệch nhẹ về điểm số trầm cảm giữa hai giới. Cụ thể, học sinh nam có điểm trung bình trầm cảm đạt 13,76 điểm, cao hơn so với học sinh nữ là 12,20 điểm. Chỉ số độ lệch chuẩn ở cả hai nhóm đều ở mức cao (xấp xỉ 12,0), phản ánh sự phân hóa rất lớn về trạng thái tâm lý giữa các cá nhân trong cùng một nhóm giới tính.

Tuy nhiên, khi tiến hành kiểm định sự khác biệt về mặt thống kê, kết quả t-test cho thấy giá trị P = 0,194, lớn hơn ngưỡng ý nghĩa cho phép (>0,05). Điều này khẳng định rằng sự khác biệt về điểm số trầm cảm giữa học sinh nam và nữ trong mẫu nghiên cứu tại thành phố Huế là không có ý nghĩa về mặt thống kê. Nói cách khác, giới tính không phải là nhân tố quyết định hay tạo ra sự khác biệt rõ rệt đối với biểu hiện trầm cảm của học sinh THPT trong bối cảnh này.

Thực trạng này cho thấy học sinh THPT, bất kể là nam hay nữ, đều đang đối mặt với những áp lực và nguy cơ tổn thương sức khỏe tâm thần tương đương nhau. Mặc dù các nghiên cứu lý thuyết thường cho rằng nữ giới nhạy cảm hơn đối với các rối loạn khí sắc, nhưng trong bối cảnh môi trường học đường tại Huế, các tác nhân gây stress như kỳ vọng thành tích và áp lực thi cử dường như tác động đồng đều lên cả hai giới. Kết quả này là cơ sở quan trọng để khẳng định rằng các chiến lược can thiệp và hỗ trợ tâm lý học đường cần được triển khai phổ quát cho toàn thể học sinh, thay vì chỉ tập trung ưu tiên vào một nhóm giới tính nhất định.

4. Thảo luận

Kết quả nghiên cứu ghi nhận tỷ lệ học sinh THPT tại thành phố Huế bộc lộ các triệu chứng trầm cảm ở mức 49,1%. Con số này cho thấy một thực trạng sức khỏe tâm thần đáng quan ngại và có tính ổn định khi đối chiếu với nghiên cứu của Ngô Thị Diệu Hường và cộng sự vào năm 2022 tại địa bàn này (46,1%). Đáng lưu ý, tỷ lệ này cao hơn đáng kể so với mức trung bình toàn cầu (khoảng 34%) được ghi nhận trong phân tích gộp của Shorey và cs. (2021). Sự khác biệt này có thể được lý giải thông qua đặc điểm văn hóa - giáo dục đặc thù của địa phương: Huế là vùng đất giàu truyền thống hiếu học, nơi thành tích học thuật thường được xem là thước đo giá trị cá nhân và bộ mặt của gia đình. Chính hệ thống kỳ vọng khắt khe này vô hình trung đã tạo ra gánh nặng tâm lý thường trực, đẩy mức độ căng thẳng nội tại của học sinh lên cao hơn so với các khu vực có xu hướng giáo dục cởi mở hơn.

Đi sâu vào cấu trúc mức độ, việc nhóm có biểu hiện triệu chứng "Vừa" (15,6%) và "Rất nặng" (15,2%) chiếm tỷ trọng lớn nhất phản ánh sự phân cực trong trạng thái khí sắc của học sinh. Theo nghiên cứu gộp của Lim và cs. (2018), khi triệu chứng đạt ngưỡng trung bình trở lên, học sinh không chỉ gặp khó khăn trong việc điều tiết cảm xúc mà còn bị suy giảm nghiêm trọng các chức năng nhận thức như khả năng tập trung và trí nhớ ngắn hạn. Điều này tạo ra một vòng lặp tiêu cực: áp lực học tập gây ra triệu chứng trầm cảm, và chính các triệu chứng này lại làm sa sút kết quả học tập, từ đó lại gia tăng áp lực và cảm giác bất lực của người học. Phát hiện này khẳng định các vấn đề tâm lý ở học sinh Huế không đơn thuần là những biến động cảm xúc lứa tuổi mà đã đạt đến ngưỡng cần được can thiệp chuyên môn để phòng ngừa các hành vi tự hủy hoại.

Sự biến thiên của triệu chứng theo lộ trình học tập bộc lộ quy luật thích nghi tâm lý rõ rệt. Điểm trung bình cao nhất ở khối lớp 10 (15,19 điểm) minh chứng cho hiện tượng "khủng hoảng chuyển cấp". Học sinh lớp 10 phải đối mặt với sự thay đổi đồng thời về môi trường, bạn bè và phương pháp giảng dạy bậc THPT, khiến cơ chế phòng vệ tâm lý dễ bị tổn thương. Trong khi đó, học sinh khối lớp 11 vẫn duy trì ngưỡng triệu chứng cao (12,82 điểm) do đây là giai đoạn kiến thức bắt đầu trở nên chuyên sâu và phức tạp nhất. Tuy nhiên, việc học sinh khối 12 có mức điểm thấp nhất (10,75 điểm) gợi mở về sự hình thành các chiến lược ứng phó thích nghi: sau hai năm rèn luyện dưới áp lực, học sinh cuối cấp dường như đã xây dựng được cơ chế "miễn dịch tâm lý" vững vàng hơn để đối trọng với sự căng thẳng của các kỳ thi quan trọng.

Về giới tính, sự tương đồng trong mức độ bộc lộ triệu chứng (p=0,194) phản ánh xu hướng bình đẳng hóa các tác nhân gây stress. Khác với một số nghiên cứu quốc tế thường khẳng định nữ giới nhạy cảm hơn, kết quả tại Huế cho thấy áp lực từ kỳ vọng thành tích đang tác động đồng đều lên cả hai giới. Điều này đòi hỏi các giải pháp hỗ trợ tâm lý học đường phải mang tính phổ quát, không nên có sự phân biệt đối xử dựa trên giới tính.

Về định hướng hỗ trợ và can thiệp, kết quả nghiên cứu đặt ra yêu cầu cấp thiết về việc chuyển đổi từ mô hình "can thiệp khi có biến" sang "phòng ngừa chủ động". Cụ thể, nhà trường cần thiết lập mạng lưới sàng lọc tâm lý định kỳ ngay từ lớp 10 để nhận diện sớm các nhóm đối tượng rủi ro cao. Đồng thời, phòng tham vấn học đường cần được chuẩn hóa để huấn luyện cho học sinh các kỹ năng quản lý stress và điều tiết cảm xúc thực tiễn. Đặc biệt, công tác truyền thông cho phụ huynh cần được chú trọng nhằm điều chỉnh kỳ vọng học thuật phù hợp với năng lực thực tế của con em, tạo ra một "vùng an toàn" về tâm lý từ phía gia đình - yếu tố bảo vệ quan trọng nhất giúp học sinh vượt qua những áp lực của lộ trình học tập phổ thông.

5. Kết luận

Từ kết quả nghiên cứu thực chứng trên 409 học sinh tại 03 trường trung học phổ thông trên địa bàn thành phố Huế, bài viết rút ra các kết luận trọng tâm sau:

Thứ nhất, kết quả sàng lọc cho thấy thực trạng bộc lộ các triệu chứng trầm cảm ở học sinh THPT thành phố Huế đang ở mức cao với tỷ lệ 49,1%. Trong đó, cấu trúc mức độ triệu chứng bộc lộ tính chất phức tạp khi nhóm biểu hiện ở mức độ "Vừa" và "Rất nặng" chiếm tỷ trọng cao nhất (lần lượt là 15,6% và 15,2%). Kết quả này phản ánh gánh nặng về sức khỏe tâm thần học đường tại địa phương là rất lớn, đòi hỏi các biện pháp hỗ trợ tâm lý kịp thời nhằm ngăn chặn sự diễn tiến xấu của các dấu hiệu tâm lý tiêu cực.

Thứ hai, nghiên cứu xác lập có sự phân hóa rõ rệt về mức độ bộc lộ triệu chứng trầm cảm theo lộ trình học tập (p=0,013). Theo đó, học sinh khối lớp 10 bộc lộ chỉ số triệu chứng cao nhất (15,19 điểm) và có xu hướng giảm dần ở các khối lớp sau, đạt mức thấp nhất ở khối lớp 12 (10,75 điểm). Diễn trình này cho thấy giai đoạn chuyển cấp và thích nghi với môi trường mới là thời điểm học sinh dễ gặp các xáo trộn khí sắc nhất. Đáng chú ý, yếu tố giới tính không tạo ra sự khác biệt có ý nghĩa thống kê về mức độ biểu hiện triệu chứng trầm cảm (p=0,194), cho thấy các tác nhân gây stress học đường đang tác động tương đối đồng đều lên cả nam sinh và nữ sinh.

Tổng hòa các kết quả cho thấy, vấn đề triệu chứng trầm cảm học đường tại Huế là một thách thức sức khỏe cộng đồng cấp thiết. Những phát hiện này là căn cứ thực chứng để các nhà trường và cơ quan quản lý giáo dục triển khai mạng lưới sàng lọc tâm lý sớm, đặc biệt ưu tiên hỗ trợ nhóm học sinh mới nhập cấp lớp 10. Việc xây dựng hệ thống tham vấn học đường chuyên nghiệp, huấn luyện kỹ năng quản lý cảm xúc và điều chỉnh kỳ vọng học thuật từ phía gia đình là giải pháp nòng cốt để nâng cao sức khỏe tinh thần và khả năng ứng phó cho học sinh trước áp lực học tập hiện nay.

Tài liệu tham khảo

Lim, G. Y., Tam, W. W., et al. (2018). Prevalence of Depression in the Community from 30 Countries between 1994 and 2014. *Scientific Reports*, 8, 2861. https://doi.org/10.1038/s41598-018-21243-x

Lovibond, S. H., & Lovibond, P. F. (1995). Manual for the Depression Anxiety Stress Scales. *Psychology Foundation*. http://www2.psy.unsw.edu.au/dass/

Ngô, V. M., & Phạm, T. H. L. (2021). Thực trạng lo âu, trầm cảm ở học sinh lớp 12 tại 2 trường trung học phổ thông của thành phố Thái Bình năm 2020. *Tạp chí Y học Việt Nam*, 506(1), 126-131. https://tapchiyhocvietnam.vn/index.php/jdms/article/view/1230

Ngô, T. D. H., Đào, T. H. D., Võ, N. H. Đ., Phan, T. T. T., & Trương, T. C. T. (2022). Thực trạng trầm cảm, lo âu, stress ở học sinh trung học phổ thông thành phố Huế năm học 2020-2021. *Tạp chí Y học dự phòng*, 32(4), 165-173. https://vjpm.vn/index.php/vjpm/article/view/642

Nguyễn, Đ. K., Lê, M. T., & Ngô, A. V. (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.

Nguyễn, T. H., Ngô, V. L., et al. (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(CĐ11), 265-270. https://doi.org/10.52163/yhc.v66iCD11.2841

Pengpid, S., & Peltzer, K. (2020). Mental Health and Its Correlates Among School-Going Adolescents in Vietnam. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 18, 936-946. https://doi.org/10.1007/s11469-018-9993-z

Salk, R. H., Hyde, J. S., & Abramson, L. Y. (2017). Gender differences in depression in representative national samples: Meta-analyses of diagnoses and symptoms. *Psychological Bulletin*, 143(8), 783. https://doi.org/10.1037/bul0000102

Shorey, S., Ng, E. D., & Wong, C. H. (2022). Global prevalence of depression and elevated depressive symptoms among adolescents: A systematic review and meta-analysis. *British Journal of Clinical Psychology*, 61(2), 287-305. https://doi.org/10.1111/bjc.12328

Trần, H. V. L., Huỳnh, N. V. A., & Tô, G. K. (2024). Trầm cảm, lo âu, căng thẳng và các yếu tố liên quan ở học sinh trung học phổ thông tại Thành phố Hồ Chí Minh. *Tạp chí Y học Thành phố Hồ Chí Minh*, 27(5), 100-110. https://doi.org/10.32895/hcjm.m.2024.05.12

World Health Organization. (2017). *Depression and other common mental disorders: Global health estimates*. https://www.who.int/publications/i/item/9789241565417

THE PREVALENCE OF DEPRESSION AMONG HIGH SCHOOL STUDENTS IN HUE CITY

Kieu Cong Phuoc Nguyen

University of Education, Hue University, Vietnam

Corresponding Author: Kieu Cong Phuoc Nguyen - Email: kieuphuocnguyen2004@gmail.com

Article History: Received on 2nd April 2026; Revised on 22nd April 2026; Published on 10th May 2026

Abstract: This study investigates the prevalence of depression among 409 high school students in Hue city using the DASS-21 scale. Screening results reveal that 49.1% of students manifested various levels of depressive symptoms, ranging from mild to extremely severe; among these, "Moderate" and "Extremely Severe" levels accounted for the highest proportions (15.6% and 15.2%, respectively). The study established statistically significant differences across grade levels (p=0.013), with 10th-grade students exhibiting the highest level of vulnerability (mean score of 15.19). In contrast, gender was found not to be a statistically significant difference within this sample (p=0.194). These findings emphasize the urgent need for early school psychological screening and counseling networks, with particular priority given to newly enrolled high school students to mitigate the risks of mental health impairment in the locality.

Key words: Depression; high school students; Hue city; mental health.