

ẢNH HƯỞNG CỦA NGUY CƠ TRẦM CẢM ĐẾN ĐỘNG LỰC HỌC TẬP CỦA HỌC SINH: NGHIÊN CỨU TẠI MỘT TRƯỜNG TRUNG HỌC CƠ SỞ TẠI HÀ NỘI

Lâm Thái Việt¹, Lại Thùy Thanh², Nguyễn Tân Hùng²
Đoàn Bảo Lâm³, Nguyễn Thị Thuý Hằng⁴ và Ngô Anh Vinh^{2,✉}

¹Trường Đại học Đại Nam

²Bệnh viện Nhi Trung ương

³Trường Trung học Phổ thông chuyên Nguyễn Huệ

⁴Trường Đại học Y Dược Hải Phòng

Nghiên cứu này nhằm đánh giá ảnh hưởng của nguy cơ trầm cảm, được xác định thông qua thang đo Short Mood and Feelings Questionnaire (SMFQ) với điểm cắt ≥ 12 , tới động lực học tập của học sinh lớp 6 tại một trường Trung học cơ sở công lập nội thành ở Hà Nội. Nghiên cứu được thiết kế theo phương pháp mô tả cắt ngang, sử dụng phương pháp chọn mẫu toàn bộ trên 537 học sinh lớp 6. Dữ liệu được thu thập bằng bảng hỏi tự báo cáo, bao gồm thang SMFQ để đánh giá nguy cơ trầm cảm và Academic Motivation Scale (AMS) để đo lường động lực học tập. Từ các thành phần động lực nội tại, ngoại tại và động lực tiêu cực, chỉ số tự quyết trong học tập (Self-Determination Index - SDI) được tính toán nhằm phản ánh mức độ tự chủ trong động lực học tập. Kết quả cho thấy học sinh có nguy cơ trầm cảm có mức động lực học tập thấp hơn đáng kể so với nhóm không có nguy cơ, đặc biệt ở chỉ số SDI ($3,29 \pm 4,92$ so với $9,16 \pm 3,00$; $p = 0,000$). Phân tích hồi quy Tobit cho thấy điểm SMFQ có mối liên quan nghịch đáng kể với SDI ($\beta = -0,42$; $p < 0,001$), ngay cả khi đã kiểm soát các yếu tố nhân khẩu học và kết quả học tập. Kết quả nghiên cứu khẳng định rằng học sinh lớp 6 có nguy cơ trầm cảm có động lực học tập thấp hơn, đặc biệt là trong động lực nội tại và mức độ tự quyết.

Từ khóa: Động lực học tập, trầm cảm, học sinh trung học cơ sở.

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Sức khỏe tâm thần ở lứa tuổi học đường, đặc biệt là học sinh trung học cơ sở (THCS), đang ngày càng nhận được sự quan tâm tại Việt Nam trong bối cảnh gia tăng các áp lực học tập và thay đổi tâm – sinh lý mạnh mẽ trong giai đoạn đầu vị thành niên. Theo báo cáo của UNICEF (2018), khoảng 26% học sinh tại Việt Nam tự báo cáo có nguy cơ gặp các vấn đề sức khỏe tâm thần từ mức trung bình đến cao, với các biểu hiện phổ biến như lo âu và triệu chứng

trầm cảm.¹ Những vấn đề tâm lý này không chỉ ảnh hưởng đến chất lượng cuộc sống mà còn cản trở khả năng học tập, sự phát triển xã hội và các kỹ năng thích ứng của học sinh.²

Lứa tuổi THCS được xem là giai đoạn có nhiều biến động cả về sinh học (thay đổi nội tiết, phát triển vỏ não trước trán), tâm lý (tăng nhu cầu khẳng định bản thân, nhạy cảm với đánh giá từ người khác), cũng như xã hội (tăng tương tác nhóm bạn, áp lực từ thầy cô và cha mẹ). Những yếu tố này, kết hợp với kỳ vọng học tập cao độ, môi trường cạnh tranh và sự thiếu hụt hỗ trợ tâm lý phù hợp, dễ khiến học sinh gặp phải các khó khăn về cảm xúc, bao gồm rối loạn trầm cảm.^{3,4}

Tác giả liên hệ: Ngô Anh Vinh

Bệnh viện Nhi Trung Ương

Email: drngovinh@gmail.com

Ngày nhận: 28/03/2025

Ngày được chấp nhận: 17/04/2025

Trầm cảm học đường không chỉ tồn tại ở dạng lâm sàng mà còn có thể biểu hiện dưới dạng nguy cơ trầm cảm, được đánh giá thông qua các thang đo sàng lọc như Short Mood and Feelings Questionnaire (SMFQ). Những học sinh có điểm SMFQ cao hơn ngưỡng cắt (cut-off ≥ 12) được xem là có nguy cơ cao mắc rối loạn trầm cảm và cần được theo dõi, hỗ trợ kịp thời.^{5,6} Trạng thái tâm lý này có thể làm suy giảm động lực học tập, đặc biệt là động lực nội tại – yếu tố đóng vai trò cốt lõi giúp học sinh duy trì hứng thú và chủ động trong học tập.⁴

Mặc dù đã có nhiều nghiên cứu về sức khỏe tâm thần và động lực học tập của học sinh, song mối quan hệ giữa nguy cơ trầm cảm và động lực học tập vẫn chưa được nghiên cứu sâu ở nhóm học sinh lớp 6 – nhóm chuyển giao từ bậc tiểu học lên THCS, dễ tổn thương về tâm lý nhưng thường bị bỏ sót trong các chương trình hỗ trợ. Việc xác định mối liên quan này có ý nghĩa quan trọng trong việc cung cấp bằng chứng khoa học cho các chương trình can thiệp tâm lý – giáo dục trong nhà trường, từ đó tạo dựng môi trường học tập hỗ trợ và toàn diện cho học sinh. Do đó, nghiên cứu này được thực hiện nhằm: *Đánh giá ảnh hưởng nguy cơ trầm cảm tới động lực học tập ở học sinh tại một trường trung học cơ sở ở Hà Nội.*

II. ĐỐI TƯỢNG VÀ PHƯƠNG PHÁP

1. Đối tượng

Đối tượng nghiên cứu là học sinh lớp 6 đang theo học tại một trường Trung học cơ sở công lập nội thành Hà Nội. Lý do lựa chọn học sinh lớp 6 là vì đây là giai đoạn chuyển tiếp từ tiểu học lên trung học cơ sở, khi học sinh bắt đầu đối mặt với sự thay đổi mạnh mẽ về sinh lý, tâm lý và môi trường học tập, dễ bị tác động bởi các yếu tố cảm xúc và áp lực học đường. Mặc dù không đại diện hoàn toàn cho toàn bộ học sinh THCS, học sinh lớp 6 là nhóm dễ tổn thương và có ý nghĩa lâm sàng trong nghiên

cứu dự phòng. Tiêu chuẩn lựa chọn bao gồm: học sinh đang theo học lớp 6 tại trường, có mặt tại thời điểm khảo sát, có khả năng đọc hiểu bảng hỏi và có sự đồng ý tham gia từ phụ huynh hoặc người giám hộ. Học sinh có tiền sử bệnh lý tâm thần, đang điều trị tâm lý hoặc sử dụng thuốc ảnh hưởng đến trạng thái tâm lý, hoặc không hoàn thành bộ câu hỏi sẽ bị loại khỏi nghiên cứu.

2. Phương pháp

Thiết kế nghiên cứu

Nghiên cứu sử dụng thiết kế mô tả cắt ngang nhằm đánh giá mối liên quan giữa nguy cơ trầm cảm và động lực học tập của học sinh tại một thời điểm cụ thể.

Thời gian và địa điểm nghiên cứu

Nghiên cứu được thực hiện trong khoảng thời gian từ tháng 9/2024 đến tháng 12/2024 tại một trường Trung học cơ sở công lập nội thành ở Hà Nội.

Cỡ mẫu và chọn mẫu

Phương pháp chọn mẫu toàn bộ được áp dụng để đảm bảo tính bao quát và tránh sai số chọn mẫu. Tất cả học sinh lớp 6 của nhà trường được mời tham gia, tổng số mẫu thu được là 537 học sinh, đạt tỷ lệ phản hồi 100%.

Câu hỏi nghiên cứu

Câu hỏi nghiên cứu: “Nguy cơ trầm cảm có ảnh hưởng đến động lực học tập ở học sinh lớp 6 không?”.

Giả thuyết nghiên cứu: “Học sinh có nguy cơ trầm cảm sẽ có chỉ số động lực học tập thấp hơn học sinh không có nguy cơ”.

Nội dung nghiên cứu:

Sức khỏe tâm thần được đánh giá bằng Short Mood and Feelings Questionnaire (SMFQ) do Angold và cộng sự phát triển.⁷ Đây là một công cụ sàng lọc ngắn gọn gồm 13 mục, sử dụng thang điểm 3 mức (0: không đúng, 1: thỉnh thoảng, 2: đúng), với tổng điểm dao động

từ 0 đến 26. Trong nghiên cứu này, điểm cắt ≥ 12 được sử dụng để xác định học sinh có nguy cơ trầm cảm, theo hướng dẫn từ các nghiên cứu trước.^{5,6} Hệ số Cronbach's alpha của thang đo SMFQ trong nghiên cứu đạt 0,8882, cho thấy độ tin cậy tốt.

Động lực học tập được đo lường bằng Academic Motivation Scale (AMS) do Vallerand và cộng sự phát triển, với phiên bản được điều chỉnh phù hợp cho học sinh Việt Nam, gồm 28 câu hỏi trên thang Likert 7 điểm (1: hoàn toàn không đúng đến 7: hoàn toàn đúng).^{8,9} Cronbach's alpha của thang đo AMS đạt 0,9231 trong nghiên cứu này, thể hiện mức độ tin cậy rất cao. Theo hướng dẫn của Vallerand và cộng sự (1992), trên thang đo từ 1 đến 7, điểm trung bình trên 5,0 được xem là cao, phản ánh mức độ đồng thuận rõ rệt với các tuyên bố tích cực về động lực. Ngược lại, điểm dưới 3,0 thường được coi là thấp, cho thấy mức độ đồng thuận kém hoặc biểu hiện động lực yếu. Thang đo gồm 7 nhóm động lực:

- Động lực nội tại hướng đến sự hiểu biết (IMK).
- Hướng đến cảm giác thành tựu (IMA).
- Hướng đến trải nghiệm kích thích (IMS).
- Động lực ngoại tại xác định (EMID).
- Ngoại tại nội nhập (EMIN).
- Ngoại tại điều chỉnh từ bên ngoài (EME).
- Động lực tiêu cực (AM).

Điểm số của từng nhóm được sử dụng để tính chỉ số tự quyết trong học tập – Self-Determination Index (SDI), theo công thức:

$$SDI = 2 \times (IMK + IMA + IMS) / 3 - EMID - (EMIN + EME) / 2 - 2 \times AM$$

Chỉ số này phản ánh mức độ tự chủ trong học tập, với điểm cao cho thấy học sinh có động lực học tập chủ động và tích cực hơn. Việc không tính điểm trung bình riêng biệt cho

toàn nhóm “động lực nội tại” hay “động lực ngoại tại” là do mỗi nhóm này bao gồm nhiều dạng động lực khác nhau, với các cơ chế tâm lý riêng biệt (ví dụ, động lực nội tại có ba thành phần khác nhau là hiểu biết, thành tựu và trải nghiệm; tương tự, động lực ngoại tại gồm cả yếu tố đồng thuận và ép buộc). Việc gộp thành một chỉ số trung bình có thể làm mất ý nghĩa phân tích chi tiết giữa các nhóm thành phần. Thay vào đó, chỉ số SDI được sử dụng để thể hiện mức độ tự chủ tổng thể trong động lực học tập – một biến tổng hợp đã được kiểm chứng về giá trị sử dụng trong nghiên cứu học đường.

Xử lý và phân tích số liệu

Dữ liệu được nhập và xử lý bằng phần mềm Stata 16.0. Thống kê mô tả được sử dụng để trình bày đặc điểm nhân khẩu học và các biến chính dưới dạng tần suất, tỷ lệ phần trăm, giá trị trung bình và độ lệch chuẩn. Kiểm định Chi-square (χ^2) được sử dụng để so sánh tỷ lệ giữa các nhóm, trong khi kiểm định t độc lập (Independent-samples t-test) được áp dụng nhằm so sánh giá trị trung bình của các chỉ số động lực học tập theo nhóm nguy cơ trầm cảm. Để đánh giá mối liên quan giữa điểm số SMFQ (nguy cơ trầm cảm) và chỉ số tự quyết trong học tập (SDI), mô hình hồi quy Tobit được sử dụng do biến phụ thuộc có phân phối lệch và có giới hạn dưới. Mô hình được điều chỉnh theo các biến độc lập bao gồm giới tính, tình trạng sống cùng cha mẹ, điều kiện kinh tế và kết quả học tập. Mức ý nghĩa thống kê được xác định là $p < 0,05$.

3. Đạo đức nghiên cứu

Nghiên cứu tuân thủ đầy đủ các quy định về đạo đức trong nghiên cứu khoa học. Học sinh, phụ huynh/giám hộ và nhà trường được cung cấp đầy đủ thông tin về mục đích và nội dung nghiên cứu, đảm bảo sự tham gia là hoàn toàn tự nguyện.

III. KẾT QUẢ

Bảng 1. Thông tin chung của đối tượng nghiên cứu

Đặc điểm		Nữ		Nam		Tổng	
		n	%	n	%	n	%
Tổng		283	52,7	254	47,3	537	100,0
Sống cùng	Bố	274	96,8	246	96,9	520	96,8
	Mẹ	278	98,2	250	98,4	528	98,3
	Anh/Chị	9	3,2	7	2,8	16	3,0
	Khác	2	0,7	3	1,2	5	0,9
Kinh tế gia đình	Thấp	13	4,6	13	5,1	26	4,8
	Trung bình	186	65,7	162	63,8	348	64,8
	Cao	84	29,7	79	31,1	163	30,4
Kết quả học tập	Kém	19	6,7	16	6,3	35	6,5
	Khá	59	20,9	89	35,0	148	27,6
	Giỏi	205	72,4	149	58,7	354	65,9
Nhóm SMFQ	Không có nguy cơ trầm cảm	262	92,6	247	97,2	509	94,8
	Có nguy cơ trầm cảm	21	7,4	7	2,8	28	5,2
Điểm SMFQ, Trung bình (SD)		3,27 (4,61)		2,36 (3,40)		2,82 (4,10)	

Về kết quả học tập, 65,9% học sinh đạt loại giỏi, 27,6% đạt loại khá, và 6,5% thuộc nhóm có kết quả kém. Khi đánh giá sức khỏe tâm thần qua thang đo SMFQ, 94,8% học sinh không có nguy cơ trầm cảm, trong khi 5,2% có nguy cơ, với tỷ lệ nguy cơ thấp hơn ở nhóm nam (2,8%)

so với nhóm nữ (7,4%). Các kết quả này phản ánh bức tranh tổng quan về đặc điểm nhân khẩu học, điều kiện kinh tế, thành tích học tập và sức khỏe tâm thần của học sinh lớp 6 trong nghiên cứu.

Bảng 2. Động lực học tập của đối tượng nghiên cứu

Đặc điểm	Nữ	Nam	Tổng	p-value
	Trung bình (SD)	Trung bình (SD)	Trung bình (SD)	
Động lực nội tại				
Hướng đến sự hiểu biết (IMK)	6,28 (0,81)	6,33 (0,82)	6,31 (0,82)	0,47
Hướng đến cảm giác thành tựu (IMA)	6,06 (0,89)	6,12 (0,90)	6,09 (0,90)	0,39

Đặc điểm	Nữ	Nam	Tổng	p-value
	Trung bình (SD)	Trung bình (SD)	Trung bình (SD)	
Hướng đến trải nghiệm kích thích (IMS)	5,92 (1,04)	5,95 (1,02)	5,94 (1,03)	0,76
Động lực ngoại tại				
Thể hiện sự quan trọng và giá trị bản thân (EMID)	6,29 (0,86)	6,39 (0,81)	6,34 (0,84)	0,19
Sự áp lực và trách phạt từ bên ngoài (EMIN)	5,99 (0,98)	6,02 (0,96)	6,01 (0,97)	0,75
Các hậu quả tiêu cực hoặc những phần thưởng (EME)	6,25 (0,88)	6,24 (0,85)	6,24 (0,87)	0,97
Động lực học tập tiêu cực (AM)	1,71 (1,10)	1,88 (1,23)	1,79 (1,17)	0,09
Chỉ số tự quyết trong học tập (SDI)	8,93 (3,34)	8,77 (3,43)	8,86 (3,38)	0,58

Trên toàn bộ mẫu nghiên cứu, điểm trung bình của các nhóm động lực học tập nội tại (IMK, IMA, IMS) dao động từ 5,94 đến 6,31, và các nhóm động lực ngoại tại (EMID, EMIN, EME) từ 6,01 đến 6,34, phản ánh mức động lực tương đối cao (trên thang đo 7 điểm Likert). Trong khi đó, động lực học tập tiêu cực (AM) có điểm trung bình chỉ $1,79 \pm 1,17$ – thấp hơn rõ rệt so với các nhóm động lực còn lại. Điều này hoàn toàn phù hợp với kỳ vọng lý thuyết, vì AM thể hiện mức độ không có động lực (amotivation) – tức học sinh học tập trong trạng thái thiếu định hướng, không thấy ý nghĩa hoặc không có mục tiêu rõ ràng. Do vậy, mức điểm thấp ở thang AM phản ánh tình trạng động lực học tập tiêu cực ở mức thấp – là một tín hiệu

tích cực trong mẫu nghiên cứu. Điểm trung bình của các yếu tố IMK, IMA, IMS, EMID, EMIN, và EME trong nghiên cứu hiện tại đều thuộc mức cao, trong khi AM nằm trong ngưỡng thấp – như kỳ vọng. So sánh theo giới tính, không có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê giữa nam và nữ ở bất kỳ chỉ số động lực nào ($p > 0,05$). Tuy nhiên, nam có xu hướng cao hơn về động lực học tập tiêu cực (1,88 so với 1,71), còn nữ có chỉ số tự quyết SDI cao hơn (8,93 so với 8,77), nhưng các chênh lệch này không đạt mức ý nghĩa thống kê. Nhìn chung, động lực học tập giữa hai giới khá tương đồng, và đa số học sinh thể hiện mức động lực tích cực, với SDI trung bình toàn mẫu là $8,86 \pm 3,38$.

Bảng 3. Động lực học tập của đối tượng nghiên cứu theo nguy cơ trầm cảm

Đặc điểm	Không có nguy cơ trầm cảm	Có nguy cơ trầm cảm	p-value
	Trung bình (SD)	Trung bình (SD)	
Động lực nội tại			
Hướng đến sự hiểu biết (IMK)	6,36 (0,75)	5,30 (1,26)	0,000
Hướng đến cảm giác thành tựu (IMA)	6,13 (0,85)	5,38 (1,37)	0,000

Đặc điểm	Không có nguy cơ trầm cảm	Có nguy cơ trầm cảm	p-value
	Trung bình (SD)	Trung bình (SD)	
Hướng đến trải nghiệm kích thích (IMS)	6,01 (0,96)	4,57 (1,39)	0,000
Động lực ngoại tại			
Thể hiện sự quan trọng và giá trị bản thân (EMID)	6,38 (0,80)	5,56 (1,06)	0,000
Sự áp lực và trách phạt từ bên ngoài (EMIN)	6,05 (0,96)	5,27 (0,94)	0,000
Các hậu quả tiêu cực hoặc những phần thưởng (EME)	6,27 (0,85)	5,72 (1,10)	0,001
Động lực học tập tiêu cực (AM)	1,69 (1,07)	3,47 (1,47)	0,000
Chỉ số tự quyết trong học tập (SDI)	9,16 (3,00)	3,29 (4,92)	0,000

Kết quả cho thấy học sinh có nguy cơ trầm cảm có mức động lực học tập thấp hơn đáng kể so với nhóm không có nguy cơ ($p < 0,05$ ở tất cả các chỉ số). Cụ thể, ở nhóm động lực nội tại, học sinh không có nguy cơ trầm cảm có điểm trung bình cao hơn ở IMK ($6,36 \pm 0,75$ so với $5,30 \pm 1,26$), IMA ($6,13 \pm 0,85$ so với $5,38 \pm 1,37$) và IMS ($6,01 \pm 0,96$ so với $4,57 \pm 1,39$), với sự khác biệt có ý nghĩa thống kê ($p = 0,000$). Tương tự, ở nhóm động lực ngoại tại, học sinh không có nguy cơ trầm cảm có điểm số cao hơn ở EMID ($6,38 \pm 0,80$ so với $5,56 \pm 1,06$),

EMIN ($6,05 \pm 0,96$ so với $5,27 \pm 0,94$) và EME ($6,27 \pm 0,85$ so với $5,72 \pm 1,10$), với p-value dao động từ 0,000 đến 0,001. Đáng chú ý, học sinh có nguy cơ trầm cảm có động lực học tập tiêu cực (AM) cao hơn đáng kể ($3,47 \pm 1,47$ so với $1,69 \pm 1,07$, $p = 0,000$), cho thấy nhóm này có xu hướng mất động lực hoặc bị ảnh hưởng tiêu cực từ môi trường học tập. Ngoài ra, chỉ số tự quyết trong học tập (SDI) ở nhóm có nguy cơ trầm cảm thấp hơn đáng kể ($3,29 \pm 4,92$ so với $9,16 \pm 3,00$, $p = 0,000$), phản ánh mức độ tự chủ và động lực học tập thấp hơn rõ rệt.

Bảng 4. Mối liên quan giữa động lực học tập SDI và điểm SMFQ

Biến số	Hệ số (Coef.)	SE	p-value	95% KTC	
Điểm SMFQ	-0,42	0,04	0,000	-0,49	-0,34
Giới tính (Tham chiếu: Nữ)	-0,45	0,24	0,056	-0,92	0,01
Sống cùng bố (Tham chiếu: Không)	-0,77	0,62	0,219	-1,99	0,46
Sống cùng mẹ (Tham chiếu: Không)	0,76	1,03	0,461	-1,26	2,79
Có anh/chị (Tham chiếu: Không)	-0,77	0,79	0,331	-2,31	0,78
Sống với người khác (Tham chiếu: Không)	-1,63	1,95	0,404	-5,45	2,20

Biến số	Hệ số (Coef.)	SE	p-value	95% KTC	
Kinh tế gia đình (Tham chiếu: Thấp)					
Trung bình	1,21	0,70	0,085	-0,17	2,59
Cao	1,06	0,72	0,143	-0,36	2,48
Kết quả học tập (Tham chiếu: Kém)					
Khá	0,63	0,67	0,351	-0,70	1,96
Giỏi	1,31	0,64	0,041	0,06	2,56

Kết quả phân tích hồi quy Tobit cho thấy điểm SMFQ – chỉ báo mức độ biểu hiện triệu chứng trầm cảm – có mối liên hệ nghịch rõ rệt với chỉ số tự quyết trong học tập (SDI). Cụ thể, mỗi đơn vị tăng trong điểm SMFQ làm giảm trung bình 0,42 điểm SDI ($p < 0,001$; KTC 95%: -0,49 đến -0,34). Điều này hàm ý rằng càng nhiều biểu hiện trầm cảm (dù chưa vượt ngưỡng lâm sàng), học sinh càng có xu hướng giảm động lực học tập mang tính tự quyết – vốn là nền tảng của sự chủ động và bền vững trong học tập. Tuy tỷ lệ học sinh có điểm SMFQ ≥ 12 (nguy cơ trầm cảm theo khuyến nghị) chỉ chiếm 5,2% (28/537), nhưng mối liên hệ âm giữa điểm SMFQ và SDI vẫn rất rõ nét trên toàn thang điểm. Điều này gợi ý rằng ngay cả mức trầm cảm nhẹ (subthreshold) cũng có thể ảnh hưởng tiêu cực đến động lực học tập.

IV. BÀN LUẬN

Nghiên cứu đã chỉ ra rằng học sinh có nguy cơ trầm cảm có mức động lực học tập thấp hơn so với nhóm không có nguy cơ, đặc biệt là các chỉ số động lực nội tại, động lực ngoại tại và chỉ số tự quyết (SDI). Ngoài ra, kết quả hồi quy Tobit cũng cho thấy điểm SMFQ cao hơn có liên quan đến động lực học tập thấp hơn, ngay cả khi đã kiểm soát các yếu tố như giới tính, điều kiện kinh tế và kết quả học tập. Kết quả này cũng chỉ ra mối liên hệ chặt chẽ giữa động lực học tập và nguy cơ trầm cảm ở học sinh trung học.

Kết quả nghiên cứu cho thấy học sinh có nguy cơ trầm cảm (theo điểm cắt ≥ 12 của thang đo SMFQ) có mức động lực học tập thấp hơn đáng kể so với nhóm không có nguy cơ, thể hiện ở tất cả các chỉ số thành phần của thang Academic Motivation Scale (AMS) và chỉ số tự quyết trong học tập (SDI). Phân tích hồi quy Tobit khẳng định mối liên quan nghịch giữa điểm SMFQ và SDI, cho thấy mỗi đơn vị tăng trong điểm SMFQ sẽ kéo theo sự giảm đáng kể trong chỉ số SDI, ngay cả sau khi đã kiểm soát các yếu tố gây nhiễu như giới tính, tình trạng kinh tế và kết quả học tập. Các nghiên cứu trước đây đã ghi nhận rằng trầm cảm có tác động tiêu cực đến khả năng tập trung, ghi nhớ và quản lý thời gian, dẫn đến giảm hứng thú học tập và sự kiên trì trong học tập.¹⁰ Một phân tích tổng hợp đã chỉ ra rằng trầm cảm có mối liên quan với giảm động lực học tập và thành tích học tập thấp hơn, đồng thời có thể làm gia tăng nguy cơ thu mình lại của học sinh.¹¹ Những phát hiện này nhấn mạnh rằng sức khỏe tâm thần đóng vai trò quan trọng trong việc duy trì động lực học tập của học sinh.

Bên cạnh đó, nghiên cứu này cũng chỉ ra rằng chỉ số động lực học tập tiêu cực (AM) ở nhóm học sinh có nguy cơ trầm cảm cao gấp hơn hai lần so với nhóm không có nguy cơ (3,47 so với 1,69). Đây là một phát hiện đáng lưu ý, bởi nó cho thấy học sinh có biểu hiện trầm cảm không chỉ thiếu động lực tích cực mà còn có nguy cơ

bị thúc đẩy bởi các yếu tố tiêu cực như sợ hãi, lo lắng hoặc ép buộc. Hơn nữa, chỉ số SDI trung bình ở nhóm nguy cơ trầm cảm chỉ đạt 3,29, so với mức 9,16 ở nhóm không có nguy cơ – cho thấy sự thiếu vắng động lực mang tính tự nguyện và nội tại ở nhóm này. So với các nghiên cứu khác sử dụng cùng thang đo, mức SDI trung bình ở nhóm có nguy cơ trầm cảm trong nghiên cứu hiện tại thấp hơn rõ rệt, phản ánh ảnh hưởng tiêu cực mạnh mẽ của các triệu chứng trầm cảm lên khả năng duy trì động lực học tập.^{8,9}

Mặc dù nghiên cứu này không nhằm mục tiêu xác định nguyên nhân, kết quả gợi mở giả thuyết rằng các biểu hiện trầm cảm dưới lâm sàng, vốn phổ biến ở học sinh lớp 6 – một giai đoạn chuyển tiếp tâm lý quan trọng – có thể ảnh hưởng tiêu cực đến việc học thông qua cơ chế giảm khả năng tự điều chỉnh và giảm cảm nhận giá trị nội tại của việc học. Học sinh trầm cảm thường có xu hướng tự đánh giá thấp, cảm thấy bất lực trước các yêu cầu học tập, và thiếu kết nối với trường học – những yếu tố đã được chứng minh là làm suy giảm động lực học tập.¹⁰ Hơn nữa, kết quả của nghiên cứu hiện tại cũng cho thấy học sinh có kết quả học tập giỏi có SDI cao hơn đáng kể so với nhóm học lực kém ($p = 0,041$), củng cố nhận định rằng thành tích học tập tích cực có thể củng cố động lực tự thân.

Tuy nhiên, số lượng học sinh có nguy cơ trầm cảm trong nghiên cứu tương đối nhỏ (5,2%), điều này cho thấy phần lớn học sinh chưa có dấu hiệu nghiêm trọng. Tuy nhiên, ngay cả khi tỷ lệ thấp, các ảnh hưởng tiêu cực đến động lực học tập đã có thể được quan sát rõ rệt, cho thấy cần có sự quan tâm đặc biệt đối với nhóm học sinh này. Ngoài ra, không có sự khác biệt đáng kể về động lực học tập giữa nam và nữ trong toàn bộ mẫu, nhưng tỷ lệ có nguy cơ trầm cảm lại cao hơn ở học sinh nữ (7,4% so với 2,8%), điều này phù hợp với các nghiên cứu tại Việt Nam và quốc tế.

V. KẾT LUẬN

Nhìn chung, kết quả từ nghiên cứu cho thấy có mối liên hệ rõ rệt giữa động lực học tập và sức khỏe tâm thần ở học sinh lớp 6, đặc biệt liên quan đến biểu hiện nguy cơ trầm cảm. Việc duy trì động lực học tập bền vững không chỉ phụ thuộc vào phương pháp giảng dạy hay điều kiện học tập, mà còn phụ thuộc rất lớn vào trạng thái cảm xúc và tâm lý của học sinh.

LỜI CẢM ƠN

Nhóm nghiên cứu xin cảm ơn tới nhà trường, người giám hộ và các học sinh đã tham gia và cung cấp thông tin cho nghiên cứu này.

Cam kết xung đột lợi ích: Nghiên cứu cũng cam kết không có bất kỳ xung đột lợi ích nào từ kết quả của nghiên cứu.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. UNICEF. *Tác động của trường học tới sức khỏe tâm thần và sự phát triển toàn diện của thanh thiếu niên tại Việt Nam: Báo cáo tóm tắt chính sách của unicef*. UNICEF; 2018.
2. Kieling C, Baker-Henningham H, Belfer M, Conti G, Ertem I, Omigbodun O, et al. Child and adolescent mental health worldwide: evidence for action. *Lancet*. Oct 22 2011; 378(9801): 1515-25. doi:10.1016/s0140-6736(11)60827-1.
3. Mahdavi P, Valibeygi A, Moradi M, Sadeghi S. Relationship Between Achievement Motivation, Mental Health and Academic Success in University Students. *Community Health Equity Res Policy*. Apr 2023; 43(3): 311-317. doi:10.1177/0272684x211025932.
4. Monzonís-Carda I, Rodríguez-Ayllon M, Adelantado-Renau M, Moliner-Urdiales D. Bidirectional longitudinal associations of mental health with academic performance in adolescents: DADOS study. *Pediatr Res*. May 2024; 95(6): 1617-1624. doi:10.1038/s41390-023-02880-z

5. Vinh NA, Long NT, Trang DT, Trang LT, Thuy LTT. Utilizing the Short Mood and Feelings Questionnaire to measure symptoms of depression among Vietnamese adolescents in Hanoi, Vietnam, during the COVID-19 pandemic. *Front Psychiatry*. 2024; 15: 1400128. doi:10.3389/fpsy.2024.1400128.
6. Eyre O, Bevan Jones R, Agha SS, Wootton RE, Thapar AK, Stergiakouli E, et al. Validation of the short Mood and Feelings Questionnaire in young adulthood. *J Affect Disord*. Nov 1 2021; 294: 883-888. doi:10.1016/j.jad.2021.07.090.
7. Angold A, Costello EJ, Messer SC, Pickles A. Development of a short questionnaire for use in epidemiological studies of depression in children and adolescents. *International journal of methods in psychiatric research*. 1995;
8. Vallerand RJ, Pelletier LG, Blais MR, Brière NM, Senécal CB, Vallières ÉF. Academic Motivation Scale. *Contemporary Educational Psychology*. 2015;
9. Nguyen Q, Nguyen Van L. Assessing the construct validity and reliability of the Academic Motivation Scale in the Vietnamese context. *Current Issues in Personality Psychology*. 02/04 2019; 7:64-79. doi:10.5114/cipp.2019.82752.
10. Pascoe M, Hetrick S, Parker A. The impact of stress on students in secondary school and higher education. *International Journal of Adolescence and Youth*. 04/11 2019; 25: 1-9. doi:10.1080/02673843.2019.1596823.
11. Wickersham A, Sugg HVR, Epstein S, Stewart R, Ford T, Downs J. Systematic Review and Meta-analysis: The Association Between Child and Adolescent Depression and Later Educational Attainment. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry*. Jan 2021; 60(1): 105-118. doi:10.1016/j.jaac.2020.10.008.

Summary

THE IMPACT OF DEPRESSION ON ACADEMIC MOTIVATION AMONG STUDENTS: A STUDY AT A SECONDARY SCHOOL IN HANOI

This study aims to evaluate the impact of depression - identified using the Short Mood and Feelings Questionnaire (SMFQ) with a cutoff score of ≥ 12 - on the academic motivation of Grade 6 students at a public secondary school in central Hanoi. A cross-sectional descriptive design was conducted with a full-sample approach involving 537 sixth-grade students. Data were collected through self-reported questionnaires, including the SMFQ to assess depression and the Academic Motivation Scale (AMS) to measure academic motivation. Based on intrinsic, extrinsic, and amotivation subscales, a Self-Determination Index (SDI) was calculated to reflect students' autonomy in learning motivation. Results showed that students at risk of depression had significantly lower academic motivation than their counterparts, particularly in the SDI score (3.29 ± 4.92 vs. 9.16 ± 3.00 ; $p = 0.000$). Tobit regression analysis revealed a significant negative association between SMFQ scores and SDI ($\beta = -0.42$; $p < 0.001$), even after adjusting for demographic factors and academic performance. These findings confirm that Grade 6 students with a higher risk of depression tend to exhibit lower academic motivation, especially in terms of intrinsic motivation and self-determination.

Keywords: Academic motivation, depression, lower secondary students.