

ĐÁNH GIÁ SỨC KHỎE TÂM THẦN CỦA GIẢNG VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC KINH TẾ KỸ THUẬT CÔNG NGHIỆP DƯỚI TÁC ĐỘNG CỦA ĐẠI DỊCH COVID – 19

PGS.TS. Đinh Khánh Thu¹; ThS. Phạm Văn Tuất²

Tóm tắt: Đại dịch Covid 19 ảnh hưởng toàn diện đến kinh tế xã hội của đất nước nhưng nó đã tác động như thế nào đến một đối tượng hết sức nhạy cảm là giảng viên các trường đại học nói chung và Trường Đại học Kinh tế Kỹ thuật Công nghiệp nói riêng? Nghiên cứu này sử dụng 04 phương pháp nghiên cứu thường quy trong đó có phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu, chuyên gia, điều tra xã hội học và trắc nghiệm tâm lý với mục đích đánh giá toàn diện tác động của đại dịch Covid - 19 đến giảng viên, đồng thời tập trung đánh giá những ảnh hưởng đó tác động đến sức khỏe tâm thần của giảng viên như thế nào.

Kết quả cho thấy 2/3 số giảng viên sức khỏe tinh thần bị ảnh hưởng; 90,4% xuất hiện một hoặc nhiều tình trạng tâm lý. Về sức khỏe tâm thần có 24,7% mắc bệnh lo âu, 19,2% mắc chứng trầm cảm và 15,1% mắc stress từ nhẹ đến rất nặng. Giới tính Nam mắc chứng lo âu và Stress cao hơn nữ, nhưng mức độ trầm cảm tương đương nhau rơi vào độ tuổi từ 33-54 có thu nhập dưới 10 triệu và phải chăm sóc từ 2-4 người.

Đây là những con số đáng báo động để nhà trường có giải pháp hạn chế ảnh hưởng tiêu cực của đại dịch đến sức khỏe tâm thần cho giảng viên

Từ khóa: Sức khỏe tâm thần; Covid - 19; Đại dịch; Đại học; Giảng viên

Summary: The Covid-19 pandemic has comprehensively affected the country's socio-economics, but how has it affected a very sensitive audience, lecturers of universities in general and the University of Economics - Technology for Industries in particular? This study uses 04 conventional research methods, including document analysis and synthesis, experts, sociological investigation, and psychological tests, to comprehensively assess the impact of the Covid-19 pandemic on lecturers, and at the same time focus on assessing how those effects affect the mental health of lecturers. The results show that two-thirds of lecturers' mental health is affected: 90.4% had one or more psychological conditions. Regarding mental health, 24.7% suffered from anxiety, 19.2% suffered from depression, and 15.1% suffered from mild to severe stress. The male gender has higher anxiety and stress than the female, but the same level of depression falls in the age group from 33-54 with an income of less than 10 million and has to take care of 2-4 people. These are alarming numbers for the university board to have solutions to limit the negative impacts of the pandemic on lecturers' mental health.

Keywords: Mental health; Covid – 19; Pandemic; University; Lecturers

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Từ khi xuất hiện, không ai có thể ngờ rằng đại dịch COVID - 19 có thể ảnh hưởng sâu rộng đến mọi mặt đời sống xã hội trên phạm vi toàn cầu. Song song với những thiệt hại về kinh tế - xã hội là gánh nặng bệnh tật và nguy cơ rối loạn thần kinh như trầm cảm, lo lắng, hoang mang, rơi vào trạng thái khủng hoảng gia tăng khi tình hình dịch bệnh, phong tỏa và giãn cách xã hội kéo dài.

Ở hầu hết các quốc gia, cuộc chiến chống đại dịch COVID-19 tập trung nguồn lực chủ yếu vào ngăn chặn sự bùng phát, lây lan và chữa trị người bệnh, song ít chú ý đến hệ lụy của đại dịch đối với sức khỏe tinh thần. Các rối loạn sức khỏe tâm thần là một vấn

đề sức khỏe lớn trên toàn thế giới, ước tính xảy ra ở khoảng 450 triệu người. Dịch bệnh COVID-19 là một sang chấn tâm lý nghiêm trọng đối với sức khỏe con người, dẫn đến trầm cảm, lo âu, rối loạn cảm xúc, một số người còn phải đối mặt với thực tế nghiệt ngã bị kỳ thị và phân biệt đối xử liên quan đến tình trạng nhiễm COVID-19. Đây là chủ đề mới vẫn đang được quan tâm, chú ý và nghiên cứu ở Việt Nam. Cho đến nay, tổ chức Y tế Thế giới (WHO) vẫn chưa thể khẳng định bao giờ đại dịch chấm dứt và việc phải chung sống với COVID - 19 dường như là một thực tại hiện hữu. Ở Việt Nam, ngày 3/6/2023, tại Phiên họp thứ 20 Ban chỉ đạo Quốc gia phòng, chống dịch COVID-19 đã ban hành hướng

1: Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

2: Trung tâm Giáo dục thể chất, Trường Đại học Hàng Hải Việt Nam

dẫn việc áp dụng các biện pháp phòng, chống dịch COVID-19 nhóm B và xây dựng Kế hoạch kiểm soát, quản lý bền vững giai đoạn 2023-2025 phù hợp với tình hình mới.

Đối với các giảng viên (GV) các trường đại học nói chung và GV Trường Đại học Kinh tế Kỹ thuật Công nghiệp (ĐH KTKTCN) nói riêng, bên cạnh những ảnh hưởng do đại dịch covid tác động đến tất cả người dân, thì người GV còn phải chịu thêm những áp lực nghề nghiệp, tất cả những vấn đề này đặt ra yêu cầu cấp thiết cần phải đánh giá được những ảnh hưởng do đại dịch Covid 19 mang tới cuộc sống nói chung và sức khỏe tâm thần nói riêng làm cơ sở hạn chế ảnh hưởng tiêu cực của đại dịch Covid - 19 đến sức khỏe tâm thần của GV.

Các phương pháp nghiên cứu được sử dụng: phân tích và tổng hợp tài liệu; chuyên gia; điều tra xã hội học; trắc nghiệm tâm lý và toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

2.1. Đánh giá tác động của đại dịch Covid - 19 đến GV Trường ĐH KTKTCN

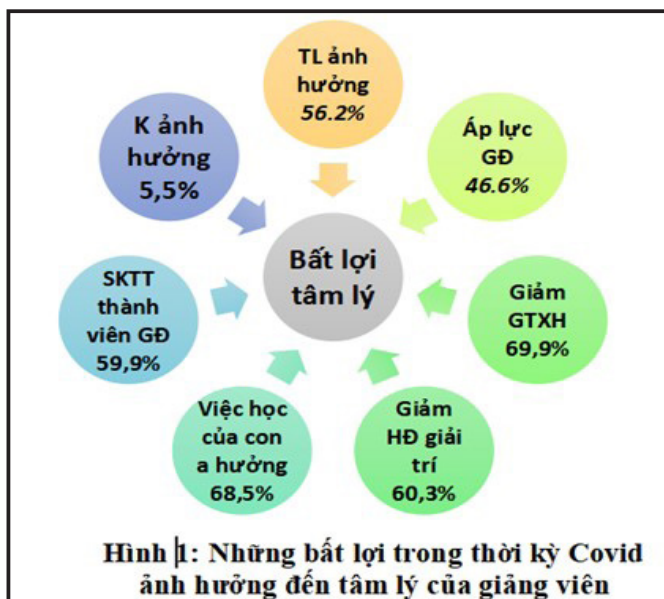
Trên cơ sở của kết quả phỏng vấn, nghiên cứu đã lựa chọn được 5 tiêu chí đánh giá mức độ tác động của đại dịch Covid đến GV. Kết quả điều tra xã hội học trên cỡ mẫu 73 GV cụ thể như sau:

- Những tác động đến tình trạng nhập viện hoặc cách ly của GV

Kết quả nghiên cứu cho thấy, số GV trực tiếp bị nhập viện chiếm tỉ lệ 41%. Số lượng thành viên trong gia đình các GV phải nhập viện chiếm tỉ lệ 61.6%. Số GV phải sống trong khu vực cách ly cũng chiếm tỉ lệ tương đối cao là 35,6%.

- Những tác động bất lợi đến tâm lý của GV

Kết quả được thể hiện trong hình 1. Qua hình 1 cho thấy, số người bị tác động bởi các yếu tố bất lợi



đến tâm lý rất cao. Số người cho rằng tâm lý bị ảnh hưởng do môi trường sống không an toàn chiếm tỉ lệ 56.2%; Có 46.6% bị áp lực về thời gian chăm sóc gia đình con cái; Có 69.9% bị giảm thiểu giao tiếp xã hội; Có 60.3% bị giảm thiểu hoặc không được tham gia các hoạt động vui chơi giải trí; Có 68.5% cho rằng việc học tập của con cái không đảm bảo do học Online; Có 58.9% số GV có các thành viên trong gia đình bị ảnh hưởng về sức khỏe tinh thần, chỉ có 5,5% cho biết không bị các yếu tố tiêu cực nào gây ảnh hưởng đến cuộc sống.

GV cấp bậc càng thấp càng cảm thấy môi trường sống không an toàn. Những người có học vị thạc sĩ bị ảnh hưởng tâm lý nhiều hơn tiến sĩ. Những người đơn thân bị ảnh hưởng đến tâm lý lớn nhất sau đó là những người độc thân và cuối cùng những người có gia đình toàn vẹn có áp lực tâm lý thấp hơn. Đối tượng GV cao cấp bị ảnh hưởng nhiều về giao tiếp xã hội với 40% trong khi 2 đối tượng còn lại chỉ bị ảnh hưởng khoảng 16%. Những người thuộc nhóm thu nhập thấp không có cảm giác an toàn như những nhóm thu nhập cao.

- Những tác động đến cuộc sống của GV

Kết quả nghiên cứu cho thấy, đại dịch Covid đã ảnh hưởng nghiêm trọng đến cuộc sống của GV, với tỉ lệ bị ảnh hưởng từ 61,6% - 79,5%. Có 72,6% bị gián đoạn công việc không thực hiện được; có 65,8% bị giảm thu nhập do các hoạt động kiếm sống khác (ngoài giảng dạy) bị ảnh hưởng; Có 61,6% gia đình có người thân (vợ hoặc chồng) bị giảm thu nhập làm ảnh hưởng đến chất lượng sống chung của gia đình; Có 79,5% gia đình có con cái bị ảnh hưởng đến học tập; Có 64,4% sinh hoạt gia đình GV bị đảo lộn.

- Những tác động đến công tác giảng dạy

Ảnh hưởng của đại dịch đến công tác giảng dạy được thực hiện qua việc tự đánh giá của GV. Thống kê cho kết quả rất nghiêm trọng, có 80,8% GV cho rằng sinh viên không có đủ trải nghiệm học tập; 61,6% - 67,1% chất lượng giảng dạy bị ảnh hưởng do yếu tố công nghệ, khó tương tác với sinh viên; Thi và kiểm tra không đảm bảo chính xác năng lực của sinh viên. Công việc của GV nhiều hơn do phải biên soạn và giảng dạy online chiếm tỉ lệ 54,8%, và cũng có đến 49,3% không thể thực hiện được các hoạt động nghiên cứu do giãn cách xã hội làm gián đoạn việc triển khai điều tra hoặc thực nghiệm.

* Những yếu tố gây ảnh hưởng đến tâm lý của GV

Với tình trạng nhập viện và cách ly như trên, các GV gặp phải những yếu tố gây ảnh hưởng xấu đến tâm lý như thế nào? Kết quả thống kê cho thấy, có

90,4% xuất hiện một hoặc nhiều tình trạng tâm lý. Có 71,2% ngại khi phải đến nơi công cộng; 54,8% – 57,5% lo sợ bị nhiễm bệnh và lo lắng khi phải tiếp xúc với người khác; 41,1% lo lắng phải dừng công việc do bị cách ly; 34,2% - 38,4% mất động lực làm việc, bất an và mất hứng thú; 26% - 27,4% có các biểu hiện như lo lắng bị kỳ thị nếu bản thân hoặc người nhà nhiễm bệnh; Khả năng tập trung kém và mất ngủ. Ngoài ra có khoảng 10% có những biểu hiện như chán ăn hoặc ăn nhiều, đặc biệt có gần 20% có biểu hiện chán nản, không muốn giao tiếp.

Có thể thấy GV bị ảnh hưởng do đại dịch Covid tương đối nghiêm trọng và đa dạng từ cuộc sống, sinh hoạt, giảng dạy đến gia đình con cái và các khoản thu nhập làm thêm của bản thân hoặc người thân.

2.2. Thực trạng sức khỏe tâm thần của GV Trường ĐH KTKTCN dưới tác động của đại dịch Covid – 19

Thực trạng sức khỏe tâm thần của GV Trường ĐH KTKTCN dưới tác động của đại dịch Covid – 19 được đánh giá qua 21 tiêu chí đánh giá sức khỏe tâm thần (Theo Thang đo tổng hợp đánh giá Lo âu - Trầm cảm – Stress). Kết quả thống kê cho thấy:

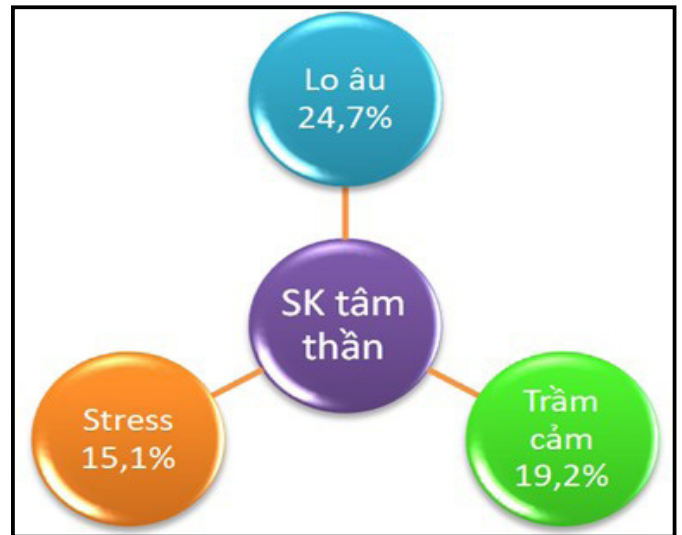
- Về các biểu hiện trầm cảm

Trầm cảm là một căn bệnh y tế quan trọng liên quan đến não. Đặc điểm chung là mang đến những cảm giác buồn bã, mất hứng thú kéo dài dẫn đến có ý định gây ảnh hưởng đến tính mạng của bản thân hoặc người thân. Kết quả thống kê cho thấy chỉ có 80,8% số GV ở thể bình thường, nhưng vẫn còn gần 20% mắc bệnh trầm cảm từ thể nhẹ đến rất nặng chia đều cho 4 nhóm nhẹ, vừa, nặng và rất nặng với tỉ lệ từ 4,1% - 5,5% ở mỗi nhóm. Những GV bị mắc bệnh trầm cảm ở mức nặng đến rất nặng không phân biệt học hàm, học vị, chức vụ giới tính đều có thể mắc chứng bệnh này. 100% số người đều đã lập gia đình và về gia cảnh phải chăm sóc từ 2 – 4 người; thu nhập chủ yếu dưới 10 triệu/tháng và độ tuổi từ

khoảng 33-54 tuổi.

- Về các biểu hiện lo âu

Kết quả thống kê cho thấy tỉ lệ GV mắc chứng lo âu cao hơn chứng trầm cảm và Stress với 24,7% có những biểu hiện từ nhẹ đến rất nặng. Có 4,1% biểu hiện lo âu nhẹ; Tuy nhiên có đến 20,6% có các biểu hiện lo âu từ mức vừa đến mức rất nặng trong đó có 9,6% biểu hiện lo âu nặng đến rất nặng với đủ các thành phần như thạc sỹ, tiến sỹ, lãnh đạo bộ môn và lãnh đạo trung tâm. Về độ tuổi đều tập trung ở tuổi 33 – 54. Đặc điểm chung đều có thu nhập dưới 10 triệu/tháng và phải chịu trách nhiệm gia cảnh với 3 hoặc 4 người, trong số đó chỉ có 28,6% là nữ nhưng có đến 71,4% là nam. Như vậy có thể thấy tình trạng thu nhập thấp và phải chăm sóc nhiều người khiến các GV Nam chịu áp lực dẫn đến lo âu nhiều hơn nữ.



Hình 2: Ảnh hưởng của đại dịch Covid đến sức khỏe tâm thần của GV

- Về các biểu hiện stress

Stress gắn với những căng thẳng về thần kinh. Nếu stress quá độ, diễn ra liên tục sẽ dẫn tới sức khỏe tâm lý và thể chất chán nản, mệt mỏi, tiêu hóa

Bảng 1: Thực trạng sức khỏe tâm thần của GV Trường ĐH KTKTCN dưới tác động của đại dịch Covid – 19

Mức độ	Trầm cảm (D) Depression		Lo âu (A) Anxiety		Stress (S)	
	n	%	n	%	n	%
Bình thường	59	80,8	55	75,3	62	84,9
Nhẹ	4	5,5	3	4,1	4	5,5
Vừa	4	5,5	8	11	3	4,1
Nặng	3	4,1	3	4,1	1	1,4
Rất nặng	3	4,1	4	5,5	3	4,1

kém, suy giảm miễn dịch...

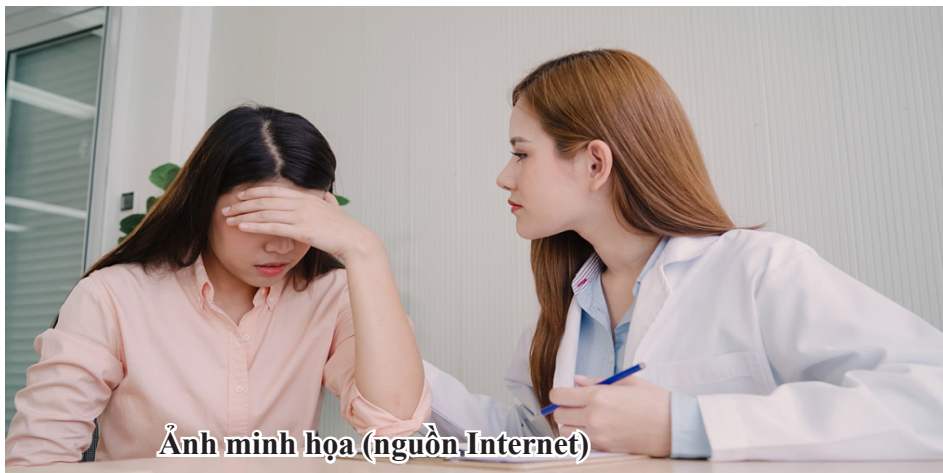
Kết quả thống kê cho thấy số người mắc stress chiếm 15,1%, trong đó stress nhẹ chiếm tỉ lệ 5,5%, mức độ vừa chiếm tỉ lệ 4,1%. Có 1 người stress nặng đó là một nữ thạc sỹ độ tuổi từ 33 – 44 với thu nhập từ 5 – 7 triệu. Tỉ lệ người stress rất nặng chiếm 4,1%. Có một sự trùng hợp đó là cả 3 người đều là Nam có độ tuổi từ 33 - 44 và phải chăm sóc cho 4 người trong khi lương đều <10 triệu đồng/tháng. Như vậy nếu thu nhập thấp và phải chăm sóc nhiều người sẽ gây ra tình trạng stress nặng đến rất nặng cho GV trong độ tuổi 33-44 đặc biệt là GV Nam.

3. KẾT LUẬN

- Đại dịch Covid đã ảnh hưởng đến 2/3 số GV phải nhập viện, cách ly, bị ảnh hưởng tâm lý do môi trường sống không an toàn; áp lực về thời gian chăm sóc gia đình con cái; giảm thiểu giao tiếp xã hội; bị

giảm thiểu hoặc không được tham gia các hoạt động vui chơi giải trí; ảnh hưởng về sức khỏe tinh thần; gián đoạn công việc không thực hiện được; giảm thu nhập; con cái bị ảnh hưởng đến học tập; sinh hoạt gia đình GV bị đảo lộn. Đặc biệt ảnh hưởng nghiêm trọng đến công tác giảng dạy, thi kiểm tra và quản lý giáo dục sinh viên; 90,4% đều xuất hiện một hoặc nhiều tình trạng tâm lý trong thời kỳ giãn cách xã hội do dịch Covid – 19, 20% có biểu hiện chán nản, không muốn giao tiếp.

- Sức khỏe tâm thần của GV trong thời kỳ Covid – 19: Tỉ lệ mắc bệnh lo âu chiếm (24,7%), trầm cảm (19,2%) và stress (15,1%) từ mức nhẹ đến mức rất nặng. Giới tính Nam mắc chứng lo âu và Stress cao hơn nữ, nhưng mức độ trầm cảm tương đương nhau rơi vào độ tuổi từ 33-54 có thu nhập dưới 10 triệu và phải chăm sóc từ 2-4 người khác.



Ảnh minh họa (nguồn,Internet)

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Brook S.K., Webster R.K., Smith L.E., Woodland L., Wessely S., and Greenberg, N. (2020), “The Psychological Impact of Quarantine and How to Reduce it: Rapid Review
2. Ormel J, Petukhova M, Chatterji S, et al (2008), “Disability and treatment of specific mental and physical disorders across the world”, Br J Psychiatry. 192(5), tr. 368-375.
3. (WHO), World Health Organization (2003), “Investing in Mental Health”, Geneva, Switzerland.
4. Gasteiger N., Vedhara, K., Massey, A., Jia, R., Ayling, K., Chalder, T., Coupland, C., and, Broadbent, E. (2021), “Depression, Anxiety and Stress During the COVID-19
5. Chakraborty, Kaustav, Chatterjee, Moumita (2020), “Psychological impact of COVID-19 pandemic on general population in West Bengal: A cross-sectional study”, Indian Journal of Psychiatry. 62(3), tr. 266.
6. <https://covid19.gov.vn/thong-nhat-chuyen-covid-19-tu-benh-truyen-nhiem-nhom-a-xuong-nhom-b-171230603231955945.htm>.
7. Gasteiger N., Vedhara, K., Massey, A., Jia, R., Ayling, K., Chalder, T., Coupland, C., and, Broadbent, E. (2021), “Depression, Anxiety and Stress During the COVID-19

Nguồn bài báo: được trích dẫn từ đề tài KHCN cấp cơ sở: Giải pháp hạn chế ảnh hưởng tiêu cực của đại dịch Covid - 19 đến sức khỏe tâm thần của GV Trường ĐH KTKTCN”. Mã số: TL/22/04. Chủ nhiệm đề tài: PGS.TS Đinh Khánh Thu, Viện KH&CN TĐTT, Trường Đại học TĐTT Bắc Ninh, 2022.

Ngày nhận bài: 20/2/2024; **Ngày duyệt đăng:** 15/4/2024.