

NGHIÊN CỨU TÌNH TRẠNG CĂNG THẰNG TÂM LÝ VÀ LO ÂU Ở THỦY THỦ TÀU HẢI QUÂN

*Nguyễn Hoàng Luyến,
Nguyễn Tùng Linh,
Học viện Quân y*

TÓM TẮT

Nghiên cứu mô tả cắt ngang tình trạng căng thẳng tâm lý, lo âu ở 123 thủy thủ tàu hải quân độ tuổi trung bình $30,5 \pm 2,8$ tuổi, thời gian trong tháng 7/2014, tại căn cứ Hải quân X. Tình trạng căng thẳng tâm lý được đánh giá bằng trắc nghiệm GHQ12, tỷ lệ thủy thủ bị căng thẳng tâm lý là 77,3% (điểm GHQ12 ≥ 4), hệ số tin cậy Cronbach's alpha của trắc nghiệm bằng 0,907. Tình trạng lo âu được đánh giá bằng trắc nghiệm Spielberger, tỷ lệ thủy thủ có trạng thái lo âu thường xuyên mức độ vừa chiếm ưu thế với 70,7%; số lo âu mức độ cao chiếm 7,3% và số có xu hướng bệnh lý chiếm 0,8%. Điểm trắc nghiệm căng thẳng tâm lý GHQ12 có tương quan với điểm trắc nghiệm lo âu Spielberger ($p < 0,01$).

ABSTRACT

STUDY OF STRESS AND ANXIETY OF NAVAL SAILOR

*Nguyen Hoang Luyen,
Nguyen Tung Linh,
Institute of Military Medicine*

A cross-sectional study of stress and anxiety was carried on 123 Naval sailors (mean age was 30.5 ± 2.8 years) at Naval Base X, in July 2014. Psychological stress was assessed by GHQ12 questionnaire, mean score of GHQ12 was 8.43 ± 5.57 ; sailors suffered from stress case were 77.3% (GHQ12 score ≥ 4), Cronbach's alpha of GHQ12 was 0.907. Anxiety was assessed by Spielberger questionnaire, mean score of trait anxiety was $36,47 \pm 6,96$; most of sailors suffered from moderate trait anxiety (70.7%); severe trait anxiety was 7.3% and pathological anxiety was 0.8%. GHQ12 stress score and Spielberger anxiety score were significantly correlated ($p < 0.01$).

Keyword: navy, sailor, stress, anxiety, GHQ12, Spielberger.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Lực lượng tàu là một trong các lực lượng chủ lực đặc biệt tinh nhuệ và hiện đại của Quân chủng Hải quân, đóng vai trò rất quan trọng trong sự nghiệp bảo vệ chủ quyền Tổ quốc Việt Nam trên hướng biển, đảo.

Thủy thủ tàu hải quân phải đối mặt với nhiều yếu tố gây trạng thái stress: tình trạng biệt lập trong huấn luyện và đi biển, không gian chật hẹp, chế độ làm việc ca kíp, làm ca đêm, công việc đơn điệu; trong công tác có nhiều nguy cơ đe dọa mất an toàn như khí có thể gây độc, gây nổ, đối phương theo dõi và tấn công, tai nạn trong công tác và huấn luyện thoát hiểm,...[6].

Theo Hans Selye thì stress là một hội chứng bao gồm các đáp ứng không đặc hiệu của cơ thể với kích thích từ môi trường, ông cũng cho rằng stress là cần thiết cho cuộc sống và stress không chỉ gây hậu quả xấu. Theo tác giả Lê Trung thì stress nghề nghiệp là sự mất cân bằng giữa yêu cầu lao động và khả năng lao động. Các yếu tố môi trường, điều kiện lao động có thể góp phần gây ra đáp ứng stress như áp lực công việc, điều kiện tài chính, điều kiện gia đình và xã hội, thiếu thời gian giải trí, công việc ca kíp, lương thưởng không hợp lý,...[4].

Freud S. coi lo âu là dấu hiệu cơ bản và vấn đề trung tâm của rối loạn thần kinh chức năng, ông đã định nghĩa lo âu là sự cảm nhận về trạng thái cảm xúc không thoải mái bao gồm e sợ, căng thẳng, lo lắng và hoạt hóa sinh lý. Mức độ lo âu tăng lên trong các đáp ứng với tình huống stress. Lo âu thời điểm hiện tại là cảm xúc chủ quan của đối tượng tại thời điểm nhất định, còn trạng thái lo âu thường xuyên bền vững hơn, phản ánh cảm xúc trong quá khứ và có thể dự kiến sự kiện xảy ra trong tương lai [9].

Bộ câu hỏi phỏng vấn sức khỏe chung (General Health Questionnaire – GHQ12) là bộ câu hỏi có độ tin cậy cao, được áp dụng rộng rãi trong lâm sàng, nghiên cứu dịch tễ học và nghiên cứu tâm lý học để đánh giá stress (căng thẳng tâm lý) trong cộng đồng [5],[7]. Trắc nghiệm tâm lý để đánh giá trạng thái tâm lý lo âu được dùng phổ biến là bộ câu hỏi trắc nghiệm Spielberger [1],[3],[8].

Nghiên cứu được thực hiện với các mục tiêu:

- Bước đầu áp dụng trắc nghiệm GHQ12 khảo sát tình trạng căng thẳng tâm lý ở thủy thủ tàu Hải quân, đánh giá độ tin cậy của trắc nghiệm.
- Đánh giá tình trạng lo âu, tương quan giữa trắc nghiệm GHQ12 và Spielberger trong nghiên cứu trạng thái tâm lý của thủy thủ tàu Hải quân.

2. ĐỐI TƯỢNG VÀ PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

2.1. Đối tượng, thời gian địa điểm nghiên cứu

- Đối tượng nghiên cứu là 123 thủy thủ tàu Đơn vị X Hải quân, tuổi trung bình là $30,5 \pm 2,8$ tuổi; trong đó có 97 thủy thủ tàu tham gia làm trắc nghiệm GHQ12.
- Nghiên cứu được tiến hành trong tháng 7/2014, tại Khánh Hòa.

2.2. Phương pháp nghiên cứu

Nghiên cứu được tiến hành theo phương pháp mô tả cắt ngang, phỏng vấn thủy thủ tàu bằng các bộ câu hỏi đã được chuẩn hóa.

* Nghiên cứu tình trạng căng thẳng tâm lý bằng bộ câu hỏi GHQ12

Bộ câu hỏi GHQ12 gồm 12 câu hỏi, mỗi câu hỏi có 4 đáp án trả lời sẵn (phụ lục). Thủy thủ tàu đọc kỹ câu hỏi và khoanh tròn vào câu trả lời mà mình lựa chọn phù hợp nhất. Cách chấm điểm như sau:

- Các câu hỏi dương tính (positive items) gồm 1, 3, 4, 7, 8, 12: điểm 0 cho câu trả lời “LUÔN LUÔN”; điểm 1 cho câu trả lời “THƯỜNG”; điểm 2 cho câu trả lời “ÍT KHI”; điểm 3 cho câu trả lời “RẤT HIẾM KHI”.

- Các câu hỏi âm tính (negative items) gồm 2, 5, 6, 9, 10, 11: điểm 3 cho câu trả lời “LUÔN LUÔN”; điểm 2 cho câu trả lời “THƯỜNG”; điểm 1 cho câu trả lời “ÍT KHI”; điểm 0 cho câu trả lời “KHÔNG BAO GIỜ”.

Tổng điểm các câu hỏi từ 4 điểm trở lên là có căng thẳng tâm lý [5],[7].

* Nghiên cứu tình trạng lo âu bằng trắc nghiệm Spielberger

Bộ câu hỏi gồm hai phần:

- Phần I: gồm các câu từ 1 đến 20 đánh giá căng thẳng cảm xúc ở thời điểm hiện tại (Spielberger LT).

- Phần II: gồm các câu từ 21 đến 40 đánh giá trạng thái căng thẳng cảm xúc trong cuộc sống hàng ngày (Spielberger LN):

Phân loại mức độ lo âu thấp khi điểm trắc nghiệm Spielberger dưới 30 điểm; mức độ vừa khi điểm Spielberger từ 31 đến 45 điểm; mức độ cao khi điểm Spielberger từ 46 đến 64 điểm; có xu hướng bệnh lý khi điểm Spielberger trên 64 điểm [1],[2].

2.3. Phương pháp xử lý số liệu

Các số liệu thu được được xử lý bằng máy vi tính trên phần mềm SPSS v19.0 theo phương pháp thống kê y sinh học. Kết quả được thể hiện dưới dạng: số trung bình (**Error! Objects cannot be created from editing field codes.**), độ lệch chuẩn (SD), tỷ lệ phần trăm (%), hệ số tương quan Pearson (r); giá trị khác biệt có ý nghĩa thống kê với $p < 0,05$; tính độ tin cậy của trắc nghiệm tâm lý GHQ12 bằng hệ số Cronbach's Alpha (α), trắc nghiệm có độ tin cậy khi $\alpha \geq 0,7$.

3. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

3.1. Tình trạng căng thẳng tâm lý ở thủy thủ tàu Hải quân

Bảng 1. Kết quả khảo sát căng thẳng tâm lý với GHQ12 (n=97)

Kết quả		Nhóm ngành										Chung	
		Điều khiển		Cơ điện-Thợ máy		Quân y-Hóa học		Vũ khí-Ngư lôi		Thông tin-Ra đa-Sona			
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%		
Tỷ lệ	Bình thường	5	22,7	10	26,3	1	14,3	1	12,5	5	22,7	22	22,7
	Có căng thẳng tâm lý	17	77,3	28	73,7	6	85,7	7	87,5	17	77,3	75	77,3

	Cộng	22	100	38	100	7	100	8	100	22	100	97	100
		p > 0,05											
Điểm GHQ12		8,09±4,98		8,89±6,72		7,28±2,87		7,25±3,28		8,77±5,46		8,43±5,57	
$\bar{X} \pm SD$		p > 0,05											

- Điểm trung bình trắc nghiệm GHQ12 là 8,43±5,57 điểm, ở mức có căng thẳng tâm lý chung.

- Tỷ lệ thủy thủ có căng thẳng tâm lý là 75/97 người (77,3%).

- Tỷ lệ căng thẳng tâm lý giữa các nhóm ngành không có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê (p>0,05; test χ^2).

- Điểm trắc nghiệm GHQ12 giữa các nhóm ngành không có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê (p > 0,05; Kruskal Wallis H).

Bảng 2. Độ tin cậy của trắc nghiệm GHQ12 (n=97)

Câu hỏi	Câu 1	Câu 2	Câu 3	Câu 4	Câu 5	Câu 6	Câu 7	Câu 8	Câu 9	Câu 10	Câu 11	Câu 12
Câu 1	1											
Câu 2	0,46**	1										
Câu 3	0,33**	0,30**	1									
Câu 4	0,53**	0,54**	0,30**	1								
Câu 5	0,52**	0,62**	0,15	0,51**	1							
Câu 6	0,49**	0,46**	0,35**	0,44**	0,42**	1						
Câu 7	0,50**	0,59**	0,35**	0,55**	0,61**	0,38**	1					
Câu 8	0,65**	0,48**	0,32**	0,53**	0,49**	0,56**	0,42**	1				
Câu 9	0,56**	0,35**	0,21	0,41**	0,50**	0,47**	0,47**	0,51**	1			
Câu 10	0,24	0,41**	0,21	0,45**	0,36**	0,60**	0,37**	0,33**	0,36**	1		
Câu 11	0,54**	0,33**	0,25	0,50**	0,31**	0,58**	0,41**	0,39**	0,54**	0,46**	1	
Câu 12	0,53**	0,49**	0,44**	0,55**	0,64**	0,48**	0,66**	0,39**	0,52**	0,43**	0,44**	1
$\bar{X} \pm SD$	0,59± 0,65	0,95± 0,73	0,50± 0,56	0,65± 0,64	1,19± 0,77	0,51± 0,61	0,85± 0,67	0,71± 0,64	0,67± 0,62	0,55± 0,76	0,26± 0,51	0,93± 0,67
Tương quan biến tổng	0,74**	0,73**	0,48**	0,75**	0,74**	0,73**	0,75**	0,71**	0,69**	0,63**	0,66**	0,78**
Cronbach's α khi bỏ biến	0,897	0,898	0,909	0,897	0,898	0,898	0,896	0,899	0,900	0,905	0,901	0,895
Cronbach's α	0,907											

** p < 0,0; * p < 0,05

– Các câu hỏi có tương quan với nhau ($r \geq 0,3$; $p < 0,05$; Pearson Two-Tailed); giữa câu hỏi 3 với câu hỏi 5 và câu 11 không có tương quan với nhau ($r < 0,3$; $p > 0,05$).

– Hệ số tin cậy Cronbach's alpha của trắc nghiệm GHQ12 bằng 0,907. Hệ số Cronbach's alpha khi bỏ biến của các câu hỏi (trừ câu 3) nhỏ hơn hệ số Cronbach's alpha chung. Hệ số tin cậy khi bỏ câu 3 (0,909) lớn hơn hệ số tin cậy Cronbach's alpha.

3.2. Tình trạng lo âu ở thủy thủ

Bảng 3. Mức độ lo âu của thủy thủ (n=123)

Kết quả		n	Tỷ lệ (%)	
Lo âu ở thời điểm hiện tại	Tỷ lệ	Thấp	101	82,1
		Vừa	20	16,3
		Cao	2	1,6
		Xu hướng bệnh lý	0	0
		Cộng	123	100
	Điểm Spielberger LT ($\bar{X} \pm SD$)		21,00 \pm 9,76	
Trạng thái lo âu thường xuyên	Tỷ lệ	Thấp	26	21,1
		Vừa	87	70,7
		Cao	9	7,3
		Xu hướng bệnh lý	1	0,8
		Cộng	123	100
	Điểm Spielberger LN ($\bar{X} \pm SD$)		36,47 \pm 6,96	

Bảng 4. Tương quan giữa các trắc nghiệm trạng thái tâm lý

		GHQ12 (1)	Spielberger LT (2)
Spielberger LT (2)	r	0,311	
	p	< 0,01	
	n	91	
Spielberger LN (3)	r	0,339	0,825
	p	< 0,01	< 0,01
	n	91	123

GHQ12: điểm của trắc nghiệm GHQ12.

Spielberger LT: điểm của trắc nghiệm Spielberger lo âu thời điểm hiện tại.

Spielberger LN: điểm của trắc nghiệm Spielberger lo âu thường xuyên.

Các yếu tố căng thẳng tâm lý thể hiện bằng điểm trắc nghiệm GHQ12 và trạng thái lo âu bằng trắc nghiệm Spielberger có tương quan thuận với nhau (r_{1-2} ; r_{1-3} $r_{2-3} > 0,3$; $p < 0,01$; Pearson Two-Tailed).

4. BÀN LUẬN

4.1. Tình trạng căng thẳng tâm lý

Kết quả nghiên cứu ở bảng 1 cho thấy có 75/97 thủy thủ tàu hải quân có kết quả trắc nghiệm tâm lý GHQ12 đạt từ 4 điểm trở lên (77,3%). Điểm trung bình trắc nghiệm GHQ12 là $8,43 \pm 5,57$ điểm, ở mức có căng thẳng tâm lý chung. Như vậy, tỷ lệ thủy thủ tàu Hải quân bị căng thẳng tâm lý là 77,3% với trắc nghiệm GHQ12.

Hệ số Cronbach's alpha được sử dụng để đánh giá độ tin cậy của trắc nghiệm tâm lý GHQ12 trong nghiên cứu là 0,907. Theo nhiều tác giả nghiên cứu sức khỏe nghề nghiệp thì hệ số Cronbach's alpha $\geq 0,7$ là nghiên cứu có giá trị. Hệ số tương quan biến tổng của từng câu hỏi trắc nghiệm đều lớn hơn 0,4 có nghĩa là các câu hỏi đều có giá trị trong bộ câu hỏi chung. Hệ số Cronbach's alpha khi bỏ biến của các câu hỏi (trừ câu 3) nhỏ hơn hệ số Cronbach's alpha chung. Hệ số tin cậy khi bỏ câu 3 (0,909) lớn hơn hệ số tin cậy Cronbach's alpha chung (0,907), có nghĩa là mức độ phù hợp của câu hỏi số 3 với các câu khác không cao.

Hải quân Anh tiến hành nghiên cứu mô tả cắt ngang về tình trạng stress trong lực lượng tàu ngầm bằng bộ câu hỏi GHQ12, tỷ lệ thủy thủ tàu ngầm Anh bị căng thẳng tâm lý là 40%, cao hơn so với tỷ lệ căng thẳng tâm lý trong lực lượng tàu mặt nước là 33% [5]. Tỷ lệ thủy thủ tàu hải quân Việt Nam bị căng thẳng tâm lý cao hơn so với thủy thủ tàu ngầm hạt nhân Anh, có thể là do thủy thủ tàu ngầm Anh đã huấn luyện nhiều năm với tàu ngầm, nên đã quen với điều kiện làm việc trong tàu ngầm.

Kết quả nghiên cứu này có hệ số tin cậy gần bằng hệ số tin cậy của bản trắc nghiệm tâm lý GHQ12 của tác giả Lesage và cs trên 1.040 công nhân Pháp ($\alpha = 0,94$) [7].

4.2. Tình trạng lo âu của thủy thủ tàu hải quân

Điểm trung bình lo âu thời điểm hiện tại (Spielberger LT) của thủy thủ tàu hải quân là $21,00 \pm 9,76$; trong đó tỷ lệ thủy thủ có lo âu mức độ thấp chiếm ưu thế là 82,1%; tỷ lệ lo âu mức độ vừa chiếm 16,3%; lo âu mức độ cao chiếm 1,6%, không có thủy thủ nào lo âu mức độ bệnh lý.

Điểm trung bình của trạng thái lo âu thường xuyên (Spielberger LN) là $36,47 \pm 6,96$. Tỷ lệ thủy thủ tàu hải quân có trạng thái lo âu mức độ vừa chiếm ưu thế với 70,7%; số lo âu mức độ cao chiếm 7,3% và số có xu hướng bệnh lý chiếm 0,8%.

Như vậy, đặc điểm về cảm xúc của thủy thủ tàu hải quân là trạng thái căng thẳng cảm xúc, lo âu thường xuyên. Trạng thái lo âu thường xuyên là cảm nhận chủ quan của thủy thủ tàu về stress, về tình trạng điển hình mà họ trải qua. Số liệu nghiên cứu của chúng tôi tương đương trạng thái lo âu thường xuyên của thủy thủ tàu ngầm Hoa Kỳ với điểm trung bình trắc nghiệm Spielberger LN là $35,3 \pm 5,9$ ($p > 0,05$) [8] và cao hơn của thủy thủ tàu ngầm Pháp với điểm trung bình $33,79 \pm 9,13$ ($p < 0,01$) [10]. Kết quả nghiên cứu cũng phù hợp tác giả Nguyễn Minh Phương khi nghiên cứu căng thẳng cảm xúc ở bộ đội trinh sát điện tử: tỷ lệ lo âu thường xuyên mức độ vừa và cao chiếm tới 96% [3].

Điểm lo âu hiện tại trong nghiên cứu của chúng tôi thấp hơn của tác giả Nguyễn Minh Hải nghiên cứu phi công chiến đấu (Spielberger LT là $35,78 \pm 7,56$), điểm lo âu thường xuyên của thủy thủ tàu hải quân tương đương của phi công chiến đấu (Spielberger LN là $38,94 \pm 7,29$) [1].

Trạng thái lo âu thường xuyên phản ánh tâm lý của thủy thủ tàu với thời gian dài trong đó có cả giai đoạn huấn luyện trên biển là giai đoạn căng thẳng, khó khăn nhất. Ảnh hưởng của các yếu tố bất lợi khi hoạt động trong tàu chiến đấu tác động gây biến đổi về sinh lý, tâm lý thủy thủ tàu ở mức độ khác nhau, những biến đổi này tồn tại thời gian dài sau khi làm việc, gây nên trạng thái căng thẳng tâm lý thường xuyên ở thủy thủ tàu chiến đấu.

Kết quả ở bảng 4 cho thấy điểm trắc nghiệm GHQ12 có tương quan chặt chẽ với điểm trắc nghiệm Spielberger lo âu ở thời điểm hiện tại ($r_{1-2} = 0,331$; $p < 0,01$) và trạng thái lo âu thường xuyên ($r_{1-3} = 0,339$; $p < 0,01$); điểm của trắc nghiệm Spielberger cũng tương quan chặt chẽ với nhau ($r_{2-3} = 0,825$; $p < 0,01$).

Tỷ lệ thủy thủ tàu hải quân bị căng thẳng tâm lý (77,3%) cũng tương đương tỷ lệ thủy thủ có trạng thái lo âu thường xuyên mức độ vừa trở lên (78,8%) với $p < 0,05$. Như vậy, kết quả nghiên cứu góp phần khẳng định trắc nghiệm tâm lý Spilberger có độ tin cậy cao để đánh giá tình trạng căng thẳng tâm lý trong một số nghiên cứu sức khỏe nghề nghiệp, nghiên cứu dịch tễ học của các tác giả trong và ngoài nước [1],[3],[8],[10].

5. KẾT LUẬN

- Tỷ lệ thủy thủ tàu hải quân có căng thẳng tâm lý là 77,3%. Điểm trung bình trắc nghiệm GHQ12 là $8,43 \pm 5,57$ điểm, ở mức có căng thẳng tâm lý chung. Trắc nghiệm tâm lý GHQ12 có độ tin cậy cao với hệ số Cronbach's alpha là 0,907.
- Điểm trung bình của trạng thái lo âu thường xuyên là $36,47 \pm 6,96$. Tỷ lệ thủy thủ có trạng thái lo âu thường xuyên mức độ vừa chiếm ưu thế với 70,7%; tỷ lệ thủy thủ bị lo âu mức độ cao chiếm 7,3% và số có xu hướng bệnh lý chiếm 0,8%.
- Có mối tương quan thuận giữa các trắc nghiệm trạng thái tâm lý: căng thẳng tâm lý (GHQ12), lo âu (Spielberger).

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. **Nguyễn Minh Hải (2009)**, Nghiên cứu một số chỉ số sức khỏe tâm thần trong hoạt động bay ở phi công quân sự, Luận án tiến sỹ y học, Học viện Quân y, Hà Nội, tr. 56 – 89.
2. **Nguyễn Văn Nhận (2006)**, Tâm lý học y học, NXB Y học, Hà Nội, tr. 165 - 256.
3. **Nguyễn Minh Phương (2012)**, Nghiên cứu ảnh hưởng của môi trường và điều kiện lao động đến một số chỉ số sinh học ở bộ đội trinh sát kỹ thuật, Luận án tiến sỹ y học, Học viện Quân y, Hà Nội, tr. 102 - 106.
4. **Lê Trung (2000)**, Bệnh nghề nghiệp – Tập III, NXB Y học, tr. 335 – 343.
5. **Brasher K.S., Dew A.B.C., Kilminster S.G. et al (2010)**, “Occupational stress in submariners: The impact of isolated and confined work on psychological well-being”, *Ergonomics*, 53 (3), pp. 305–313.
6. **Bureau of Medicine and Surgery, United State Navy (2005)**, Submarine Medicine Practice, University Press of the Pacific, Honolulu, Hawaii, pp. 365 – 342.
7. **Lesage F.X., Resende S.M., Deschamps F. et al (2011)**, ”Validation of the General Health Questionnaire (GHQ12) adapted to a work related context”, *Open Journal of Preventive Medicine*, 1(2), pp. 44 – 48.
8. **Miller J.C., Dyche J., Cardenas R. et al (2003)**, Effect of three watchstanding schedules on submariner physiology, performance and mood, Technical report 1226, Naval Submariner Medical Research Laboratory, Groton, Connecticut, USA, pp.29.
9. **Spielberger C.D., Reheiser E.C. (2009)**, “Assessment of Emotion: Anxiety, Anger, Depression and Curiosity”, *Applied Psychology: Health and Well-being*, 1 (3), pp. 271 – 302.
10. **Trousselard M., Steiler D., Claverie D. et al (2012)**, “Relationship between mindfulness and psychological adjustment in soldiers according to their confrontation with repeated deployments and stressors”, *Psychology*, 3 (1), pp.100 – 115.