

THE CORRELATION BETWEEN PERSONALITY TRAITS, DEPRESSION AND QUALITY OF LIFE AMONG MEDICAL STUDENTS AT HUE UNIVERSITY OF MEDICINE AND PHARMACY.

Le Thi Bich Thuy^{1*}, Bui Thi Thuy¹, Chau Nguyen Dan¹, Nguyen Cat Tuong¹, Vo Nu Hong Duc¹

¹Faculty of Public Health, Hue University of Medicine and Pharmacy, Hue University-6 Ngo Quyen, Vinh Ninh Ward, Hue City, Vietnam

Received: 16/04/2026

Revised: 06/05/2026; Accepted: 25/06/2026

ABSTRACT

Objective: Describe personality traits, quality of life, depression rates and correlations between these variables in medical students at the University of Medicine and Pharmacy, Hue University.

Method: A cross-sectional descriptive study was conducted among 387 students using a questionnaire comprising general information, personality traits (BFI-2), depression (PHQ-9), and quality of life (SF-36). Spearman correlation analysis was used to determine the correlation between variables.

Results: Students showed higher mean scores in Agreeableness (3.4, SD=0.4) and Openness (3.3, SD=0.4), and the lowest in Extraversion (2.9, SD=0.4). The prevalence of depression was 37.2%, mostly mild. The mean quality-of-life score was 61.1 (SD=14.9), with 24.8% reporting low or very low levels. Neuroticism was positively correlated with depression ($R_s=0.310$; $p<0.001$) and negatively correlated with quality of life ($R_s=-0.387$; $p<0.001$). The remaining personality groups are negatively correlated with depression and positively correlated with quality of life ($p<0.001$).

Conclusion: Students with high score in negative personality tendency get depression and have a poorer quality of life. Therefore, further indepth studies on personality traits are needed to develop psychological support measures and improve the quality of life among medical students.

Keywords: personality traits, depression, quality of life, medical students

*Corresponding author

Email: ltbthuy@huemed-univ.edu.vn Phone: (+84) 352917559 DOI: 10.52163/yhc.v67iCD8.5698



MỐI TƯƠNG QUAN GIỮA ĐẶC ĐIỂM NHÂN CÁCH VỚI TRẦM CẢM VÀ CHẤT LƯỢNG CUỘC SỐNG CỦA SINH VIÊN Y KHOA, ĐẠI HỌC Y-DƯỢC, ĐẠI HỌC HUẾ

Lê Thị Bích Thúy^{1*}, Bùi Thị Thúy¹, Châu Nguyên Đan¹, Nguyễn Cát Tường¹, Võ Nữ Hồng Đức¹

¹Khoa Y tế Công cộng, Trường Đại học Y-Dược, Đại học Huế-6 Ngô Quyền, P. Vinh Ninh, Thành phố Huế, Việt Nam

Ngày nhận bài: 16/04/2026

Ngày chỉnh sửa: 06/05/2026; Ngày duyệt đăng: 25/06/2026

TÓM TẮT

Mục tiêu: Mô tả đặc điểm nhân cách, chất lượng cuộc sống, tỷ lệ trầm cảm và tìm hiểu mối tương quan giữa các yếu tố này trên sinh viên y khoa trường Đại học Y-Dược, Đại học Huế.

Phương pháp nghiên cứu: Nghiên cứu mô tả cắt ngang trên 387 sinh viên, sử dụng bộ câu hỏi gồm các phần: thông tin chung, đặc điểm nhân cách (BFI-2), trầm cảm (PHQ-9) và chất lượng cuộc sống (SF-36). Phân tích tương quan Spearman được sử dụng để xác định mối tương quan giữa các biến số.

Kết quả: Sinh viên y khoa có điểm trung bình cao ở mặt dễ chịu ($3,4 \pm 0,4$) và tư duy cởi mở ($3,30 \pm 0,43$), thấp nhất là hướng ngoại ($2,9 \pm 0,4$). Tỷ lệ trầm cảm là 37,2%, chủ yếu ở mức độ nhẹ. Điểm trung bình chất lượng cuộc sống là $61,2 \pm 14,9$; trong đó 24,8% đối tượng có chất lượng cuộc sống thấp và rất thấp. Mặt nhân cách cảm xúc tiêu cực có tương quan thuận với trầm cảm và tương quan nghịch với chất lượng cuộc sống (Rs lần lượt là 0,310; -0,387). Các mặt nhân cách còn lại có tương quan nghịch với trầm cảm và tương quan thuận với chất lượng cuộc sống ($p < 0,001$).

Kết luận: Sinh viên có điểm cao về mặt cảm xúc tiêu cực thường có xu hướng liên quan đến mức độ trầm cảm cao hơn và có chất lượng cuộc sống kém hơn. Vì vậy cần thực hiện những nghiên cứu chuyên sâu về đặc điểm nhân cách để xây dựng các biện pháp hỗ trợ tâm lý và nâng cao chất lượng cuộc sống cho sinh viên.

Từ khóa: đặc điểm nhân cách, trầm cảm, chất lượng cuộc sống, sinh viên y khoa

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Khoa học sức khỏe là một lĩnh vực liên ngành rộng rãi nhằm ứng dụng khoa học cho mục đích chăm sóc sức khỏe con người, trong đó y khoa là một ngành học đặc thù liên quan đến khám bệnh, chẩn đoán, điều trị và dự phòng. Sinh viên y khoa phải tiếp nhận một khối lượng lớn kiến thức chuyên môn và các kỹ năng lâm sàng trong quá trình học tập. Với chương trình học trải dài nhiều năm cùng sự kỳ vọng cao về thành tích học tập đã tạo ra những áp lực nhất định cho sinh viên y khoa dẫn đến nguy cơ suy giảm sức khỏe, chất lượng cuộc sống (CLCS) và một số rối loạn tâm lý từ nhẹ đến nặng, đặc biệt là trầm cảm. Trầm cảm và CLCS là những yếu tố có quan hệ chặt chẽ, ngày càng phổ biến và gây ra những ảnh hưởng đáng kể đến từng cá nhân ở mỗi giai đoạn khác nhau [1]. Các yếu tố tác động đến trầm cảm và ảnh hưởng CLCS không chỉ đến từ môi trường xung quanh mà có thể xuất phát từ chính bản thân của sinh viên, đó chính là đặc điểm nhân cách. Đặc điểm nhân cách có ảnh hưởng sâu sắc đến cách thức cá nhân phản ứng với những yếu tố gây căng thẳng trong cuộc sống. Theo lý thuyết của Costa và McCrae, có 5 nhóm đặc điểm nhân cách là cảm xúc tiêu cực, hướng

ngoại, cởi mở, dễ chịu và tận tâm. Các mặt nhân cách này phản ánh một phần cảm xúc hành vi cá nhân thông qua các chỉ số về sức khỏe tâm thần [2].

Trên thế giới, các nghiên cứu cho thấy tỷ lệ sinh viên y khoa có các triệu chứng trầm cảm dao động từ 11,0% đến 34,6% và một số báo cáo tỷ lệ này có liên quan đến CLCS kém [3]. Đặc điểm nhân cách của sinh viên có thể ảnh hưởng đến nhiều khía cạnh khác nhau trong cuộc sống. Tại Việt Nam, mặc dù có nhiều nghiên cứu về trầm cảm và CLCS ở sinh viên y khoa, song việc xem xét đặc điểm nhân cách như là yếu tố dự đoán dẫn đến các ảnh hưởng về sức khỏe tâm thần và CLCS còn hạn chế. Vì vậy chúng tôi tiến hành “Mối tương quan giữa đặc điểm nhân cách với trầm cảm và chất lượng cuộc sống của sinh viên y khoa, Đại học Y-Dược, Đại học Huế” với hai mục tiêu:

- 1) Mô tả đặc điểm nhân cách, chất lượng cuộc sống và tỷ lệ trầm cảm ở sinh viên y khoa Trường Đại học Y-Dược, Đại học Huế.
- 2) Tìm hiểu mối tương quan giữa đặc điểm nhân cách với trầm cảm và chất lượng cuộc sống ở đối tượng nghiên cứu.

*Tác giả liên hệ

Email: ltbthuy@huemed-univ.edu.vn Điện thoại: (+84) 352917559 DOI: 10.52163/yhc.v67iCD8.5698

2. ĐỐI TƯỢNG VÀ PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

2.1. Đối tượng nghiên cứu: Sinh viên hệ chính quy ngành y khoa đang học tại Trường Đại học Y-Dược, Đại học Huế.

Tiêu chuẩn lựa chọn: Sinh viên ngành y khoa năm học 2023-2024 từ năm một đến năm ba và đồng ý tham gia nghiên cứu.

Tiêu chuẩn loại trừ: Sinh viên không có mặt tại thời điểm nghiên cứu.

2.2. Thời gian và địa điểm nghiên cứu: tháng 01-04/2024 tại Trường Đại học Y-Dược, Đại học Huế.

2.3. Phương pháp nghiên cứu:

2.3.1. Thiết kế nghiên cứu: Nghiên cứu mô tả cắt ngang.

Nghiên cứu thực hiện trên đối tượng sinh viên từ năm một đến năm ba nhằm đảm bảo tính đồng nhất về chuyên ngành đào tạo, phản ánh giai đoạn học tập có nhiều áp lực thích nghi và khối lượng kiến thức cơ bản. Sinh viên từ năm thứ tư trở đi không được đưa vào mẫu nghiên cứu do đặc thù chương trình học lâm sàng và sự khác biệt về trải nghiệm học tập, có thể ảnh hưởng đến tính nhất quán của dữ liệu.

2.3.2. Cỡ mẫu và phương pháp thu thập số liệu:

Toàn bộ sinh viên đáp ứng tiêu chuẩn nghiên cứu được mời tham gia và khảo sát được thực hiện bằng bộ câu hỏi tự điền. Tổng cộng có 387 phiếu khảo sát hợp lệ được đưa vào phân tích.

2.4. Biến số và tiêu chuẩn đánh giá:

Đặc điểm nhân cách được đánh giá theo mô hình The Big Five Personality Test (BFI-2) nhằm đo lường năm mặt nhân cách chính: Hướng ngoại (Extraversion), Dễ chịu (Agreeableness), Tận tâm (Conscientiousness), Cảm xúc tiêu cực (Neuroticism) và Tư duy cởi mở (Openness) [4]. Thang đo gồm 60 mục, mỗi mặt nhân cách được đánh giá bằng 12 câu hỏi theo thang Likert 5 mức độ. Điểm số là trung bình của các câu hỏi trong từng mặt. Mỗi đối tượng có đủ 5 mặt nhân cách; tuy nhiên điểm của mặt nào càng cao phản ánh mức độ nổi trội của mặt đó.

Trầm cảm được đánh giá bằng Patient Health Questionnaire (PHQ-9), một công cụ sàng lọc và đo lường mức độ trầm cảm trong 2 tuần qua, dựa trên 9 tiêu chí chẩn đoán theo DSM-IV [5]. Mỗi câu hỏi được chấm điểm từ 0 đến 3, tổng điểm dao động từ 0 đến 27. Điểm số càng cao phản ánh mức độ trầm cảm càng nghiêm trọng. Điểm cắt ≥ 10 được sử dụng để phân loại có hoặc không có dấu hiệu trầm cảm; trong đó đối tượng có dấu hiệu trầm cảm được phân loại thành ba mức độ: nhẹ (10–14 điểm), trung bình (15–19 điểm) và nặng (20–27 điểm) [5].

CLCS được đánh giá bằng thang đo Short form 36 (SF-36) gồm 36 câu hỏi đánh giá 8 lĩnh vực sức khỏe thuộc hai nhóm chính [6]. Sức khỏe thể chất bao gồm 4 lĩnh vực: Chức năng thể chất, Hạn chế vai trò do vấn đề thể chất, Cảm nhận đau của cơ thể, Nhận thức về sức khỏe chung. Sức khỏe tinh thần bao gồm 4 lĩnh vực: Chức năng xã hội, Hạn chế vai trò do vấn đề cảm xúc, Cảm nhận sức sống, Sức khỏe tinh thần tổng quát. Mỗi lĩnh vực được chấm điểm từ 0 đến 100, với điểm cao hơn phản ánh CLCS tốt hơn. Dựa trên tổng điểm trung bình, CLCS được chia thành 4 mức độ: CLCS rất thấp ($CLCS \leq 25$ điểm), CLCS

thấp ($25 < CLCS \leq 50$ điểm), CLCS trung bình ($50 < CLCS \leq 75$ điểm), CLCS cao ($CLCS > 75$ điểm) [7].

2.5. Phân tích xử lý số liệu: Thống kê mô tả (tần suất, tỷ lệ, giá trị trung bình (TB), độ lệch chuẩn (ĐLC) và trung vị) được sử dụng để mô tả các biến số nghiên cứu. Phân tích tương quan Spearman được sử dụng để tìm hiểu mối tương quan giữa các biến số vì biến số nghiên cứu không theo phân phối chuẩn. Mức $= 0,05$ được chọn để xác định ý nghĩa thống kê.

2.6. Đạo đức trong nghiên cứu: Đối tượng nghiên cứu được cung cấp đầy đủ thông tin và tự nguyện tham gia nghiên cứu. Các thông tin cá nhân thu thập từ sinh viên được mã hóa và chỉ được sử dụng cho mục đích nghiên cứu.

3. KẾT QUẢ

3.1. Đặc điểm nhân cách, chất lượng cuộc sống và tỷ lệ trầm cảm ở sinh viên y khoa

Trong số sinh viên tham gia nghiên cứu, nữ giới chiếm hơn một nửa (57,6%). Phần lớn đối tượng là người kinh (94,8%) và không theo tôn giáo (80,1%). Về nơi ở, 48,8% sinh viên ở trọ một mình, 34,9% ở trọ cùng bạn và 16,3% ở ký túc xá. Tỷ lệ sinh viên thuộc hộ nghèo hoặc cận nghèo là 6,7%.

Bảng 1. Đặc điểm nhân cách của sinh viên y khoa (n=387)

Đặc điểm nhân cách	TB $\pm$ ĐLC	Nhỏ nhất-Lớn nhất
Mặt hướng ngoại	2,9 $\pm$ 0,4	1,3-4,3
Dễ chịu	3,4 $\pm$ 0,4	1,3-4,7
Tận tâm	3,1 $\pm$ 0,4	1,7-4,4
Cảm xúc tiêu cực	3,1 $\pm$ 0,5	1,5-4,7
Tư duy cởi mở	3,3 $\pm$ 0,4	2,0-4,9

Nhận xét: Sinh viên có xu hướng thiên về đặc điểm dễ chịu và tư duy cởi mở, điểm trung bình lần lượt là 3,4 $\pm$ 0,4 và 3,3 $\pm$ 0,4; sau đó là cảm xúc tiêu cực và tận tâm với số điểm tương đương nhau; thấp nhất là mặt hướng ngoại với 2,9 điểm.

Bảng 2. Đặc điểm trầm cảm theo thang đo PHQ-9 của sinh viên (n=387)

Đặc điểm		Tần số (n)	Tỷ lệ (%)
Có dấu hiệu trầm cảm (TB $\pm$ ĐLC: 9,1 $\pm$ 5,3)	Không có (<10 điểm)	243	62,8
	Có (≥ 10 điểm)	114	37,2
Mức độ trầm cảm	Nhẹ (10–14)	79	20,4
	Trung bình (15–19)	55	14,2
	Nặng (20–27)	10	2,6

Nhận xét: Theo thang đo PHQ-9, điểm trung bình trầm cảm của sinh viên là 9,1 $\pm$ 5,3. Tỷ lệ trầm cảm là 37,2%, trong đó chủ yếu ở mức độ nhẹ (20,4%), tiếp đến là mức trung bình (14,2%) và nặng (2,6%).

Bảng 3. Điểm chất lượng cuộc sống sinh viên theo tám lĩnh vực (n=387).

Lĩnh vực	TB $\pm$ ĐLC	Trung vị	Khoảng tứ phân vị (Q1-Q3)
Chức năng thể chất	76,0 $\pm$ 21,2	80,0	60,0–95,0
Hạn chế vai trò do vấn đề thể chất	65,2 $\pm$ 39,6	75,0	25,0–100,0

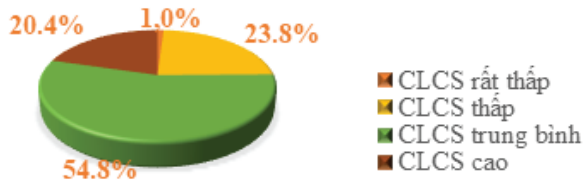
Lĩnh vực	TB±ĐLC	Trung vị	Khoảng tứ phân vị (Q1-Q3)
Cảm nhận đau của cơ thể	73,5±22,5	77,5	57,5–100,0
Nhận thức về sức khỏe chung	48,7±15,5	50,0	37,5–58,3
Chức năng xã hội	50,9±42,9	33,3	0,5–100,0
Hạn chế vai trò do vấn đề cảm xúc	54,9±13,8	55,0	50,0–65,0
Cảm nhận sức sống	68,1±17,4	75,0	62,5–75,0
Sức khỏe tinh thần tổng quát	51,9±13,1	50,0	42,0–62,0

Nhận xét: Trong các khía cạnh đánh giá CLCS, chức năng xã hội có điểm trung vị thấp nhất (33,3), trong khi chức năng thể chất đạt cao nhất (80,0).

Bảng 4. Điểm chất lượng cuộc sống theo các tình trạng sức khỏe (n=387)

Đặc điểm	TB±ĐLC	Trung vị	Khoảng tứ phân vị (Q1-Q3)
Sức khỏe thể chất	65,8±17,2	68,3	52,8–80,1
Sức khỏe tinh thần	56,4±15,9	55,8	45,2–68,8
CLCS	61,1±14,9	62,1	50,1–72,6

Nhận xét: Điểm trung vị CLCS của sinh viên y khoa là khá thấp, chỉ đạt 62,1. Trong đó điểm trung vị của sức khỏe tinh thần thấp hơn sức khỏe thể chất, lần lượt 55,8 và 68,3.



Biểu đồ 1. Phân loại chất lượng cuộc sống của sinh viên (n=387)

Nhận xét: Đa số sinh viên có CLCS ở mức trung bình, chỉ có 20,4% sinh viên có CLCS cao. Trong khi đó, tỷ lệ sinh viên có CLCS thấp và rất thấp chiếm tỷ lệ lần lượt là 23,8% và 1,0%.

3.2. Mối tương quan giữa đặc điểm nhân cách với trầm cảm và chất lượng cuộc sống.

Bảng 5. Mối tương quan giữa đặc điểm nhân cách với trầm cảm và chất lượng cuộc sống của sinh viên y khoa (n=387)

Đặc điểm nhân cách	Trầm cảm				CLCS			
	Rs	KTC 95%	p		Rs	KTC95%	p	
Mặt hướng ngoại	-0,224	-0,319 -0,125	<0,001		0,232	0,142 0,334	<0,001	
Dễ chịu	-0,319	-0,411 -0,218	<0,001		0,205	0,100 0,305	<0,001	
Tận tâm	-0,278	-0,371 -0,171	<0,001		0,251	0,163 0,345	<0,001	
Cảm xúc tiêu cực	0,310	0,205 0,406	<0,001		-0,387	-0,471 -0,300	<0,001	
Tư duy cởi mở	-0,232	-0,329 -0,127	<0,001		0,088	-0,015 0,189	0,083	

Nhận xét: Các đặc điểm nhân cách đều có mối tương quan với trầm cảm và CLCS với $p < 0,001$, ngoại trừ tư duy cởi mở không tìm thấy mối tương quan với CLCS.

4. BÀN LUẬN

4.1. Đặc điểm nhân cách, chất lượng cuộc sống và tỷ lệ trầm cảm ở sinh viên y khoa

Trong nghiên cứu của chúng tôi, sinh viên y khoa có xu hướng dễ chịu và tư duy cởi mở với điểm trung bình lần lượt là $3,4 \pm 0,4$ và $3,3 \pm 0,4$; kết quả này tương tự với các nghiên cứu trên sinh viên y khoa ở Ả Rập [8] và Trung Quốc [9]. Sự dễ chịu thường phản ánh xu hướng vị tha, dịu dàng và khả năng tự chịu trách nhiệm cho hành vi bản thân, đồng thời khuyến khích các hành vi có lợi cho cộng đồng [10]. Đây là đặc điểm phù hợp với sinh viên y khoa—những bác sĩ tương lai cần sự thấu hiểu và cảm thông với nỗi đau của bệnh nhân, cũng như khả năng khuyến khích bệnh nhân thực hiện hành vi có lợi cho sức khỏe. Bên cạnh đó, tư duy cởi mở gắn với khả năng sáng tạo, thích ứng và đồng cảm, giúp sinh viên y có thể thấu hiểu cảm xúc và tâm lý người khác [11]. Đặc điểm này có liên quan tích cực đến sự đồng cảm—yếu tố quan trọng trong mối quan hệ bác sĩ–bệnh nhân [12]. Đặc điểm cảm xúc tiêu cực và tận tâm có điểm số tương đương, lần lượt là $3,1 \pm 0,5$ và $3,1 \pm 0,4$. Cảm xúc tiêu cực bao gồm các yếu tố về lo âu, trầm cảm và tính dễ dao động cảm xúc, các yếu tố này có liên hệ với chứng rối loạn thần kinh và gây ra sự đau khổ cá nhân [13].

Tỷ lệ trầm cảm chung của sinh viên là 37,2%, cao hơn so với tỷ lệ trầm cảm chung của sinh viên y khoa trên toàn thế giới (28%) [14]; thấp hơn so với nghiên cứu của Trần Quỳnh Anh trên sinh viên y khoa của 8 trường Đại học tại Việt Nam (43,2%) [15]. Nghiên cứu chúng tôi thực hiện trên sinh viên từ năm 1 đến năm 3, chưa đi thực hành lâm sàng nhiều có thể là lý do cho sự khác biệt này. Với nhiều áp lực từ môi trường học tập và thực hành tại bệnh viện, sinh viên y khoa dễ mắc các vấn đề về sức khỏe tâm thần hơn từ đó dẫn đến trầm cảm, làm giảm CLCS so với các nhóm đối tượng khác.

Bảng 4 cho thấy điểm trung vị CLCS của sinh viên y khoa là 62,1; trong đó, sức khỏe thể chất có điểm số cao hơn so với sức khỏe tinh thần (68,3 và 55,8); sự chênh lệch này tương đồng với nghiên cứu trên sinh viên y khoa tại Brazil (2023) và Hà Nội (2022) [16], [17]. Điều này dễ hiểu với đặc điểm của sinh viên y khoa, chương trình học nặng, thi cử và sự kỳ vọng cao vào thành tích nên có thể làm giảm các chỉ số sức khỏe tinh thần. Có khoảng 3/4 sinh viên tự đánh giá CLCS đạt mức trung bình trở lên, song vẫn còn tỷ lệ đáng kể có CLCS thấp và rất thấp (23,8% và 1,0%). Kết quả này tương tự với nghiên cứu của Nguyễn Lương Hiền và cộng sự (2018), 74% sinh viên trường Đại học Thăng Long có CLCS từ trung bình trở lên [18].

4.2. Mối tương quan giữa đặc điểm nhân cách với trầm cảm và chất lượng cuộc sống của sinh viên y khoa

Phân tích cho thấy các mặt tính cách đều có mối tương quan với trầm cảm và CLCS ($p < 0,05$), ngoại trừ tư duy cởi mở không có mối tương quan với CLCS. Đáng chú ý, mặt cảm xúc tiêu cực có mối tương quan thuận với trầm cảm và tương quan nghịch với CLCS (Rs lần lượt là 0,310; -0,387), nghĩa là những người có thiên hướng cảm xúc tiêu cực sẽ dễ bị trầm cảm và có CLCS kém hơn so với nhóm còn lại. Kết quả này phù hợp với các nghiên cứu trước đây trên thế giới; nhóm sinh viên có cảm xúc không ổn định thường có CLCS thấp và mức độ căng thẳng cao hơn [19], [20]. Nguyên nhân có thể do môi trường học tập nhiều áp lực, cùng với đặc điểm nhân cách dễ nhạy cảm, lo âu và khả năng ứng phó stress kém, khiến trạng thái căng thẳng gia tăng và CLCS suy giảm [21].

Ngược lại với cảm xúc tiêu cực, đặc điểm nhân cách dễ chịu có mối tương quan nghịch với trầm cảm và mối tương quan thuận với CLCS (Rs lần lượt là -0,319; 0,205), điều này cho thấy sinh viên có tính dễ chịu cao hơn thường ít bị trầm cảm và có CLCS tốt hơn. Nghiên cứu trước đây đã chỉ ra rằng những người có tính cách dễ chịu thường thành công hơn trong học tập, công việc và hoạt động xã hội, có khả năng tự giải quyết vấn đề, từ đó có thể làm giảm áp lực và cải thiện CLCS [20].

Nhóm đặc điểm hướng ngoại, tận tâm và tư duy cởi mở đều có mối tương quan nghịch với trầm cảm và tương quan thuận với CLCS, ngoại trừ mặt tư duy cởi mở không tìm thấy mối liên hệ với CLCS. Kết quả này phù hợp với nghiên cứu của Fransen (2019) tại Netherlands [22]. Những nhóm nhân cách này thường gắn với sự bình tĩnh, thoải mái và khả năng đối mặt với các tình huống căng thẳng, giúp đối tượng ít gặp các vấn đề về sức khỏe tâm thần. Sinh viên có các tính này thường linh hoạt, dễ hòa nhập với mọi người xung quanh, điều này là một yếu tố thuận lợi giúp giảm bớt sự căng thẳng và cải thiện CLCS.

Nghiên cứu này vẫn còn một số hạn chế cần được quan tâm. Cỡ mẫu không lớn nên có thể không đại diện cho toàn bộ sinh viên y khoa. Bộ công cụ BFI-2 chưa có bản chuẩn hóa tiếng Việt, một số câu văn chưa được Việt hoá hoàn toàn; tuy nhiên độ tin cậy của bộ công cụ được kiểm định với hệ số Cronbach alpha là 0,868, do đó kết quả vẫn đáng tin cậy. Dù còn hạn chế, nghiên cứu này đã cung cấp bằng chứng về mối tương quan giữa đặc điểm nhân cách với một số yếu tố phản ánh sức khỏe ở sinh viên y khoa, làm tiền đề cho các nghiên cứu phân tích sâu hơn về mối tương quan này. Đây cũng là bằng chứng hỗ trợ cho các bên liên quan có góc nhìn toàn diện hơn và xem xét những biện pháp phù hợp nhằm cải thiện sức khỏe cho sinh viên y khoa nói riêng và cho sinh viên nói chung.

5. KẾT LUẬN VÀ KIẾN NGHỊ

Sinh viên có điểm cao về mặt cảm xúc tiêu cực thường dễ bị trầm cảm và có CLCS thấp hơn. Do đó, cần thực hiện những nghiên cứu chuyên sâu về đặc điểm nhân cách để xây dựng các biện pháp hỗ trợ tâm lý và nâng cao CLCS cho sinh viên. Nhằm nâng cao hiệu quả học tập và thích ứng với căng thẳng, các cơ sở đào tạo nên chú trọng triển khai các chương trình chăm sóc tâm thần, đồng thời khuyến khích tham gia hoạt động ngoại khóa và rèn luyện thể lực.

6. TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1] Carolina Meyer et al. (2012), "Qualidade de vida e estresse ocupacional em estudantes de medicina", *Revista brasileira de educação médica*. 36(04), p. 489-498.
- [2] Paul Costa (1992), "Neo PI-R professional manual", Psychological assessment resources.
- [3] Gin-Gin Gan & H Yuen Ling (2019), "Anxiety, depression and quality of life of medical students in Malaysia", *Med J Malaysia*. 74(1), p. 57-61.
- [4] Christopher J. Soto & Oliver P. John (2017), "The next Big Five Inventory (BFI-2): Developing and assessing a hierarchical model with 15 facets to enhance bandwidth, fidelity, and predictive power", *Journal of Personality and Social Psychology*. 113(1), p. 117-143.
- [5] K. Kroenke, R. L. Spitzer & J. B. Williams (2001), "The PHQ-9: validity of a brief depression severity measure", *J Gen Intern Med*. 16(9), p. 606-13.
- [6] John E. Jr. Ware & Cathy Donald Sherbourne (1992), "The MOS 36-Item Short-Form Health Survey (SF-36): I. Conceptual Framework and Item Selection", *Medical Care*. 30(6), p. 473-483.
- [7] Đỗ Thuý Hằng và cộng sự. (2020), "Khảo sát chất lượng cuộc sống bằng bảng điểm SF-36 ở bệnh nhân thận nhân tạo chu kỳ tại Bệnh viện Quân Y 103", *Tạp chí Y học Quân sự*, số đặc san, 45-52.
- [8] Sadia Sultan et al. (2023), "Relationship of big five personality traits and future specialty preference among undergraduate medical students: a cross-sectional study", *The Egyptian Journal of Neurology, Psychiatry and Neurosurgery*. 59(1), p. 103.
- [9] Yang Song & Meng Shi (2017), "Associations between empathy and big five personality traits among Chinese undergraduate medical students", *PLOS ONE*. 12(2), p. e0171665.
- [10] Oliver P John & Sanjay Srivastava (1999), "The Big-Five trait taxonomy: History, measurement, and theoretical perspectives".
- [11] Patrício Costa, Eunice Magalhães & Manuel João Costa (2013), "A latent growth model suggests that empathy of medical students does not decline over time", *Advances in Health Sciences Education*. 18(3), p. 509-522.
- [12] Martin Von Fragstein et al. (2008), "UK consensus statement on the content of communication curricula in undergraduate medical education", *Medical Education*. 42(11), p. 1100-1107.
- [13] Martin C. Melchers et al. (2016), "Similar Personality Patterns Are Associated with Empathy in Four Different Countries", *Frontiers in Psychology*. 7.
- [14] Rohan Puthran et al. (2016), "Prevalence of depression amongst medical students: a meta-analysis", *Medical Education*. 50(4), p. 456-468.
- [15] Anh Tran Quynh, Michael P Dunne & Hoat Luu Ngoc (2014), "Well-being, depression and suicidal ideation among medical students throughout Vietnam", *Vietnam J Med Pharm*. 6(3), p. 23-30.
- [16] Le Dai Minh et al. (2022), "Pattern and perceived changes in quality of life of Vietnamese medical and nursing students during the COVID-19 pandemic", *PLOS ONE*. 17(12), p. e0279446.
- [17] Endrew Eduardo Santos de Santana et al. (2023), "Physically Inactive Undergraduate Students Exhibit More Symptoms of Anxiety, Depression, and Poor Quality of Life than Physically Active Students", *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 20(5), p. 4494.
- [18] "Quality of life among the -year-4 students at Thang Long University in the academic year of 2018-2019 and associated factors", *Tạp chí Y tế Công cộng*. 49.
- [19] Z. Mohamed et al. (2022), "Adult Personality and Its Relationship with Stress Level, Coping Mechanism and Academic Performance among Undergraduate Nursing Students", *Malays J Med Sci*. 29(5), p. 117-125.
- [20] Meichen Liu et al. (2022), "Association of Personality Traits with Life and Work of Medical Students: An Integrative Review", *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 19(19), p. 12376.
- [21] Khuất Thị Hoa (2020), Nghiên cứu đặc điểm nhân cách và những vấn đề cảm xúc hành vi ở sinh viên ngành công nghệ thông tin, Đại học Quốc gia Hà Nội.
- [22] EB Fransen (2019), The potential buffering role of psychological flexibility on the relationship between personality and quality of life.