



REFERENCES

- Aktekin, M., Karaman, T., Yesim, Y. S., Erdem, S., Erengin, H., & Akaydin, M. (2001). Anxiety, depression and stressful life events among medical students: a prospective study in Antalya, Turkey. Medical Education. 35(1), 12-17
- Burns, J. M., Andrews, G., & Szabo, M. (2002). Depression in young people: What cause it and can we prevent it? The Medical Journal of Australia. 177, 93-96.
- Chan, G. C., & Koh, D. (2007). Understanding the psychosocial and physical work environment in a Singapore medical school. Singapore Med J. 48(2), 166-171.
- Cho, M. J., Nam, J. J., & Suh G. H. (1998). Prevalence of symptoms of depression in a nationwide sampel of Korean adults. Psychiatry research. 81(3), 341-352.
- Dahlin, M. (2007). Future doctor;Mental distress during medical education:cross-sectional and longitudinal studies. Doctoral dissertation, Clinical Neroscience, Division of psychiatry St.Goran, Karilinska Institute.
- Dahlin, M., Joneborg, N., & Runeson, B. (2005). Stress and depression among medical students: a cross-sectional study. Medical Education. 39(6), 594-604.
- David, A. C., & Nolen-Hoeksema, S. (2006). Stress exposure and stress generation in child and adolescent depression: A Latent trait-state-error approach to longitudinal analyses. Journal of Abnormal Psychology. 115(1), 40-51.
- Dyerbye, L. N., R.Thomas, m., & Shanafelt, T. D. (2005). Medical student distress: causes, consequences, and proposed solutions. Mayo Clinic Proceedings. 80(12), 1613-1622.

- Dyson, R., & Renk, K. (2006). Freshmen adaptation to university life: Depressive symptoms, stress, and coping. J Clin Psychol. 62(10), 1231-1244.
- Field, T., Diego, M., & Sander, C. (2001). Adolescent depression and risk factors. Adolescence. 36(143), 491-498.
- Insel, P. M., & Roth, W. T. (1985). Core concepts in health. Palo Alto: CA: Mayfield.
- Iwata, N., & Buka, S. (2002). Race/ethnicity and depressive symptoms: a cross-cultural/ethnic comparison among university students in East Asia, North and South America. Social Science & Medicine. 55(12), 2243-2252.
- Lazarus, R. S. (1993). From Psychological stress to the emotions: a history of changing outlooks. Annual Review of Psychology. 44, 1-22.
- Lee, J., & Graham, A. V. (2001). Students' perception of medical school stress and their evaluation of a wellness elective. Medical Education. 35(7), 652-659.
- Lee, S., Tsang, A., Zhang, M.-Y., Kessler, R., Shen, Y.-c., Liu, Z.-R., et al. (2007). Life time prevalence and Inter-cohort variation in DSM-IV disorders in Metropolitan China. Psycho Med. 37(1), 61-71.
- Liaison Committee on Medical Education [LCME]. (2003). Functions and structure of a medical school: Standards for Accreditation of Medical education programs. Leading to the M.D. Degree. Washington, DC.: Liaison Committee on Medical Education.
- McDowell, I. (2006). Measuring Health, A guide to rating scales and questionnaires (3rd ed.). New York: Oxford University press.
- Mikolajczyk, R. T., Maren, B., Nadia, K., Claudia, M., & E, M. A. (2007). Correlates of depressive symptoms among Latino and Non-Latino white adolescents:

- Findings from the 2003 California health interview survey. BMC Public health. 7(21), 1-9.
- Ministry of Health [MOH]-Vietnam. (2005). Survey assessment of Vietnamese youth. Hanoi: MOH.
- Misra, R., & McKean, M. (2000). College students' academic stress and its relation to their anxiety, time management, and leisure satisfaction. American Journal of Health Studies. 16(1), 41-51.
- Morrison, J., & Moffat, K. (2001). More on medical student stress. Medical Education. 35(7), 617-618.
- Paul Ballas, D. O. (2006). Stress management. Retrieved February 15, 2008, from <http://yourtotalhealth.ivillage.healthline.com/adamcontent/stress-management>
- Radloff, L. S. (1991). The use of The Center for Epidemiologic studies Depression Scale in adolescents and young adults. Journal of Youth and Adolescence. 20(2), 149-166.
- Rebecca, J. F. (2003). Stress. Gale Encyclopedia of Mental Disorders. Retrieved January 12, 2008, from <http://yourtotalhealth.ivillage.healthline.com/galecontent/stress-4/3>
- Ross, S. E., Niebling, B. C., & Hecker, T. M. (1999). Sources of stress among college students. College student Journal. 33, 312-314.
- Screeramareddy, C. T., Shankar, P. R., Binu, V., & Menezes, R. G. (2007). Psychological morbidity, sources of stress and coping strategies among undergraduate medical students of Nepal. BMC Medical Education. 7, 26.
- Syedfatemi, N., Tafreshi, M., & Hagani, H. (2007). Experienced stressors and coping strategies among Iranian nursing students. BMC Nursing. 6, 11.

- Shaikh, B. T., Kahloon, A., Kazmi, M., Khalid, H., Nawaz, K., Khan, N., et al. (2004). Students, stress and coping strategies: a case of Pakistani medical school. Educ Health (Abingdon). 17(3), 346-353.
- Shields, N. (2001). Stress, active coping, and academic performance among persisting and nonpersisting college students. Journal of Applied biobehavioral research. 6(2), 65-81.
- Smith, M., Jaffe-Gill, E., Segal, J., & Segal, R. (2007). Preventing Burnout. Signs, symptoms, and strategies to avoid it. Retrieved March 21, 2008, from http://www.helpguide.org/mental/burnout_signs_symptoms.htm
- Somrongthong, R. (2004). Adolescent health needs, Accessibility of services, Depression and Quality of Life by assisting in the development of community partnerships. Doctoral dissertation, College of Public Health, Chulalongkorn University.
- Supe, A. (1998). A study of stress in medical students at Seth G.S. Medical College. Journal of Postgraduate Medicine. 44(1), 1-6.
- The World Health Organization [WHO]-Regional Office for South-East Asia. (2001). Conquering depression: WHO.
- Trangkasombat, U., Lapboonsap, V., & Hawanond, P. (1997). CES-D as a screen for depression in adolescents. Journal of Psychiatric Association of Thailand. 42(1), 2-13.
- Voorhees, B. W. V. (2007). Adolescent depression. Retrieved November 05, 2007, from <http://yourtotalhealth.ivillage.healthline.com/adamcontent/adolescent-depression>

- World Health Organization [WHO]. (2003). Investing in mental health. Geneva: Nove Impression, Switzerland.
- World Health Organization [WHO]. (2008). Depression. Retrieved October 15, 2007, from <http://www.who.int/topics/depression/en/>
- Wise, L. A., Adams-Campbell, L. L., Palme, J. R., & Rosenberg, L. (2006). Leisure time physical activity in relation to depressive symptoms in the Black women's health study. Ann Behav Med. 32(1), 68-76.
- Yeh, Y.C., Yen, C.F., Lai, C.S., Huang, C.H., Liu, K.M., & Huang, I.T. (2007). Correlations between academic achievement and anxiety and depression in Medical Students experiencing integrated curriculum reform. Kaohsiung J Medicice Science. 23(8), 379-386.
- Ying, Y.W., Lee, P. A., & Tsai, J. L. (2007). Attachment, sense of coherence, and mental health among Chinese American college students: variation by migration status. International Journal of Intercultural relations. 31(5), 531-544.
- Yuqing, S., Yueqin, H., Liu, D., Kwan, J. S. H., Fuquan, Z., Sham, P. C., et al. (2008). Depression in college: depressive symptoms and personality factors in Beijing and Hong Kong college freshmen. Comprehensive Psychiatry. (In Press Corrected Proof)

APPENDICES

APPENDIX A

RELATIONSHIP BETWEEN DEPRESSION AND RELATED FACTORS

The relationship between depression and leisure activities

| Leisure* | Depression (n=351) | | χ^2 (df) | P-value |
|------------------------|----------------------------------|---------------------------|---------------|---------|
| | Non Depressive symptoms n (%) | Depressive symptoms n (%) | | |
| Go out with friend | 69 (66.3) | 35 (33.7) | 2.185(1) | .139 |
| Listen to music/ book/ | | | | |
| TV/game | 161 (61.7) | 100 (38.3) | .705(1) | .401 |
| Sport | 35 (68.6) | 16 (31.4) | 1.689(1) | .194 |
| Sleep | 8 (66.7) | 4 (33.3) | ** | .770 |
| Others | 18 (58.1) | 13 (41.9) | .077(1) | .781 |

* Multiple choices question. More than choice can be chosen

** Fisher's exact test

The relationship between depression and leisure (Combinational choices)

| Leisure | Depression (n=351) | | χ^2 (df) | P-value |
|----------------------|----------------------------------|---------------------------|---------------|---------|
| | Non Depressive symptoms n (%) | Depressive symptoms n (%) | | |
| Less than one choice | 159 (57.6) | 117 (42.4) | 4.204(1) | .040 |
| More than 2 choices | 53 (70.7) | 22 (29.3) | | |

* Multiple choices question. More than choice can be chosen. This combination was gathered by Go out with friend and Listen to music/ book/ TV/game and play sport and others

APPENDIX B

CES-D Reliability Statistics

| Cronbach's Alpha | N of Items |
|------------------|------------|
| .775 | 20 |

Item-Total Statistics

| | Scale Mean if Item Deleted | Scale Variance if Item Deleted | Corrected Item-Total Correlation | Cronbach's Alpha if Item Deleted |
|-----|-------------------------------|--------------------------------------|--|--|
| d1 | 25.4667 | 48.326 | .476 | .760 |
| d2 | 25.2667 | 51.030 | .057 | .788 |
| d3 | 24.9333 | 44.823 | .612 | .746 |
| d4 | 23.8000 | 50.166 | .137 | .781 |
| d5 | 24.5333 | 48.051 | .364 | .764 |
| d6 | 25.2000 | 46.993 | .561 | .753 |
| d7 | 24.1333 | 49.223 | .179 | .779 |
| d8 | 23.2000 | 52.028 | .126 | .776 |
| d9 | 25.3667 | 47.689 | .360 | .764 |
| d10 | 25.1000 | 46.576 | .467 | .757 |
| d11 | 25.1000 | 48.645 | .268 | .771 |
| d12 | 23.7667 | 50.806 | .105 | .782 |
| d13 | 25.0333 | 43.206 | .645 | .740 |
| d14 | 25.1000 | 49.748 | .179 | .777 |
| d15 | 25.2333 | 48.668 | .340 | .766 |
| d16 | 23.7000 | 50.838 | .121 | .779 |
| d17 | 24.7333 | 44.616 | .638 | .744 |
| d18 | 24.5333 | 47.292 | .501 | .756 |
| d19 | 25.0667 | 47.926 | .382 | .763 |
| d20 | 25.3667 | 48.792 | .437 | .762 |

APPENDIX C

ID: ---/---/---/

University of Medicine & Pharmacy

QUESTIONNAIRE

Dear students, being a lecturer in our University, we conduct a study to measure prevalence of depressive symptoms and related factors in learning environment. Your information will be managed confidentially, only for research purpose and contributed to improve quality of academic environment and your well-being as well. Please fill this questionnaire in 15 minutes.

Fill this box with your suitable choice

Part I: General information

| | | | |
|---|---------------------------------------|---|---|
| 1. Gender: Female/Male | | 2. Birth year: 19..... | |
| 3. Ethnic | Khmer <input type="checkbox"/> | 4. Resident of Hochiminh city | <input type="checkbox"/> |
| Kinh <input type="checkbox"/> | Chăm <input type="checkbox"/> | Non Hochiminh's resident | <input type="checkbox"/> |
| Hoa (Chinnes) <input type="checkbox"/> | Other..... <input type="checkbox"/> | | |
| 5. Living status: | Suburban <input type="checkbox"/> | Dormitory <input type="checkbox"/> | Your own house <input type="checkbox"/> |
| | inner city <input type="checkbox"/> | Room/house rent <input type="checkbox"/> | Other: <input type="checkbox"/> |
| 6. Religion: | Buddhist <input type="checkbox"/> | 7. How often do you practice your religion? | |
| | Christian <input type="checkbox"/> | Rarely <input type="checkbox"/> | |
| | Other <input type="checkbox"/> | Sometime <input type="checkbox"/> | |
| | Non-religion <input type="checkbox"/> | Often <input type="checkbox"/> | |
| <i>(if non-religion, movè to question 8)</i> | | Always <input type="checkbox"/> | |
| 8. Live with whom? | Alone <input type="checkbox"/> | 9. Parents' status | |
| | Friend <input type="checkbox"/> | Live together | <input type="checkbox"/> |
| | Relative <input type="checkbox"/> | Separated | <input type="checkbox"/> |
| | Family <input type="checkbox"/> | Divorce | <input type="checkbox"/> |
| | | Parental loss | <input type="checkbox"/> |

| | | |
|--|--|--|
| <p>10. Who financially support for your study?</p> <p>My parents <input type="checkbox"/></p> <p>My relative <input type="checkbox"/></p> <p>Brother/sister <input type="checkbox"/></p> <p>Parents & yourself <input type="checkbox"/></p> <p>Other: <input type="checkbox"/></p> | <p>11. How do you feel about your finance status?</p> <p>Not enough for tuition fee <input type="checkbox"/></p> <p>Not enough for living condition <input type="checkbox"/></p> <p>Nearly sufficient <input type="checkbox"/></p> <p>Sufficient <input type="checkbox"/></p> <p>More than enough <input type="checkbox"/></p> | |
| <p>12. Do you have a part-time job?</p> <p>No <input type="checkbox"/></p> <p>Yes, It is <input type="checkbox"/></p> | <p>13. Do you have close friends?</p> <p>Yes <input type="checkbox"/></p> <p>No <input type="checkbox"/></p> | |
| <p>14. Do you have boyfriend/girlfriend (lover)?</p> <p>Yes <input type="checkbox"/></p> <p>No <input type="checkbox"/></p> | <p>15. How do you feel about your relationship with friends?</p> <p>Very satisfy <input type="checkbox"/></p> <p>Satisfy <input type="checkbox"/></p> <p>Not satisfy <input type="checkbox"/></p> <p>Not satisfy at all <input type="checkbox"/></p> | |
| <p>16. How do you feel about your relationship with parents/family? (in case of parents loss, answer for family relationship)</p> <p>Very satisfy <input type="checkbox"/></p> <p>Satisfy <input type="checkbox"/></p> <p>Not satisfy <input type="checkbox"/></p> <p>Not satisfy at all <input type="checkbox"/></p> | <p>17. How often do you do excises?</p> <p>Never <input type="checkbox"/></p> <p>Seldom <input type="checkbox"/></p> <p>Sometime <input type="checkbox"/></p> <p>Often <input type="checkbox"/></p> <p>Always <input type="checkbox"/></p> | |
| <p>18. What do you often do in your free time? (can chose more than once choice)</p> <p>Go out with friends <input type="checkbox"/></p> <p>Listening to music/ Reading/watching <input type="checkbox"/></p> <p>TV/playing game <input type="checkbox"/></p> <p>Playing sport <input type="checkbox"/></p> <p>Nothing <input type="checkbox"/></p> <p>Other: <input type="checkbox"/></p> | <p>19. What do you do when facing problems? (can chose more than one choice)</p> <p>Talk with parents <input type="checkbox"/></p> <p>Talk with friend <input type="checkbox"/></p> <p>Praying <input type="checkbox"/></p> <p>Smoking/drinking <input type="checkbox"/></p> <p>Other <input type="checkbox"/></p> | |

Part II: CES-D questionnaire

Below is a list of the ways you might have felt or behaved. Please tell me how often you felt this way during the past week (circle your suitable choice)

| During the past week | Never or | Sometime or | Occasionally or | Mostly or |
|---|---------------------|--|---|-------------------------------|
| | Rarely (< 1 day) | a little of the time (1- 2 days) | moderate amount of the time (3-4 days) | all of the time (5-7 days) |
| 1. I was bothered by things that usually don't bother me | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 2. I did not feel like eating; my appetite was poor | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 3. I felt that I could not shake off the blues even with help from my family or friends | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 4. I felt that I was just as good as other people | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 5. I had trouble keeping my mind on what I was doing | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 6. I felt depressed | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 7. I felt that everything I did was an effort | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 8. I felt hopeful about the future | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 9. I thought my life had been a failure | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 10. I felt fearful | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 11. My sleep was restless | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 12. I was happy | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 13. I talked less than usual | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 14. I felt lonely | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 15. people were unfriendly | 0 | 1 | 2 | 3 |

| | | | | |
|----------------------------------|---|---|---|---|
| 16.I enjoyed life | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 17.I had crying spells | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 18.I felt sad | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 19.I felt that people dislike me | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 20.I could not get "going" | 0 | 1 | 2 | 3 |

Part III: Student stress survey questions

Instruction: please check (X) the following items if you had experienced during current this academic year (9/2007- 1/2008)

| Items | Yes | No |
|---|-----|----|
| 1. Finding new friend | | |
| 2. Working with un-acquainted people | | |
| 3. Roommate's conflict? | | |
| 4. Change in social activities | | |
| 5. Fight with friend | | |
| 6. Trouble with parents | | |
| 7. New responsibilities | | |
| 8. Started college | | |
| 9. Change in sleeping habits | | |
| 10. Change in eating habits | | |
| 11. Outstanding personal achievement (excellent study performance) | | |
| 12. Financial difficulties | | |
| 13. Spoke in public | | |
| 14. Change in religious beliefs | | |
| 15. Minor law violation | | |
| 16. Decline in personal health | | |
| 17. Held a job | | |

| | | |
|---|--|--|
| 18. Change in use of alcohol or drugs (if yes: please write your change here.....) | | |
| 19. Engagement/Marriage | | |
| 20. Death of a family member | | |
| 21. Death of a friend | | |
| 22. Severe injury | | |
| 23. Increased class workload | | |
| 24. Lower grade than anticipated | | |
| 25. Change of Major | | |
| 26. Search for graduate school/job | | |
| 27. Missed too many classes | | |
| 28. Anticipation of graduation (expectation after graduation) | | |
| 29. Serious argument with instructor | | |
| 30. Transferred schools | | |
| 31. Vacations/breaks | | |
| 32. Waited in long line | | |
| 33. Placed in unfamiliar situation | | |
| 34. Change in living environment | | |
| 35. Car trouble | | |
| 36. Computer problems | | |
| 37. Messy living conditions | | |
| 38. Put on hold for extended period of time (waiting for something for uncertainty time) | | |
| 39. Quit job | | |
| 40. Divorce between parents | | |

Thank you so much for your cooperation!

APPENDIX D

QUESTIONNAIRE (VIETNAMESE VERSION)

MÃ SỐ:---/---/---

ĐẠI HỌC Y DƯỢC TP.HCM

BỘ CÂU HỎI

Bạn thân mến! là giảng viên tại Đại học Y Dược Tp.HCM, chúng tôi tiến hành nghiên cứu nhằm tìm hiểu cảm nhận của bạn và những yếu tố liên quan đến môi trường học tập tại Đại học Y Dược Tp.HCM. Thông tin của bạn sẽ được bảo mật và sử dụng vào mục đích nghiên cứu cũng như góp phần nâng cao chất lượng môi trường học tập. Xin bạn vui lòng dành khoảng 15 phút trả lời bộ câu hỏi sau

Hướng dẫn trả lời: Xin vui lòng tô đen hoặc khoanh tròn lựa chọn thích hợp với bạn

Phần I: Thông tin cá nhân

| | | | |
|--|--------------------------------------|--|--|
| 1. Giới tính: Nữ <input type="checkbox"/> Nam <input type="checkbox"/> | | 2. Năm sinh : 19..... | |
| 3. Dân tộc | | 4. Thường trú (hộ khẩu) tại thành phố <input type="checkbox"/> | |
| Kinh <input type="checkbox"/> | Khome <input type="checkbox"/> | Tạm trú tại thành phố <input type="checkbox"/> | |
| Hoa <input type="checkbox"/> | Chăm <input type="checkbox"/> | | |
| | Other..... <input type="checkbox"/> | | |
| 5. Hiện tại bạn đang sống ở đâu? | | Kí túc xá <input type="checkbox"/> | |
| | Ngoại thành <input type="checkbox"/> | Phòng/nhà thuê <input type="checkbox"/> | |
| | Nội thành <input type="checkbox"/> | Nhà của bạn <input type="checkbox"/> | |
| | | Khác : <input type="checkbox"/> | |
| 6. Tôn giáo: | | 7. Mức độ bạn thực hành tôn giáo của mình như thế nào? (như đi chùa hay đi nhà thờ và tuân giữ các qui định khác của tôn giáo) | |
| Phật giáo <input type="checkbox"/> | | Hiếm khi <input type="checkbox"/> | |
| Ki tô giáo (Công giáo, Tin lành) <input type="checkbox"/> | | Thỉnh thoảng (≤ 2 lần/năm) <input type="checkbox"/> | |
| Khác <input type="checkbox"/> | | Thường xuyên (≤ 2 lần/tháng) <input type="checkbox"/> | |
| Không tôn giáo <input type="checkbox"/> | | Luôn luôn, rất đều đặn (≥ 1 tuần/lần) <input type="checkbox"/> | |
| (nếu không tôn giáo, chuyển đến câu 8) | | | |
| 7. Hiện tại bạn sống với ai? | | 8. Hiện tại bố mẹ bạn? | |
| | Một mình <input type="checkbox"/> | Sống chung <input type="checkbox"/> | |
| | Bạn <input type="checkbox"/> | Ly thân <input type="checkbox"/> | |
| | Người thân <input type="checkbox"/> | Ly dị <input type="checkbox"/> | |
| | Gia đình <input type="checkbox"/> | Ba hoặc mẹ đã mất <input type="checkbox"/> | |

| | |
|---|---|
| <p>9. Ai hỗ trợ tài chính cho việc học của bạn?</p> <p>Ba mẹ <input type="checkbox"/></p> <p>Người thân <input type="checkbox"/></p> <p>Anh/chị <input type="checkbox"/></p> <p>Gia đình, nhưng bạn phải tự làm để bổ sung thêm <input type="checkbox"/></p> <p>Khác: <input type="checkbox"/></p> | <p>10. Bạn cảm thấy như thế nào tình trạng tài chính của bạn ?</p> <p>Không đủ tiền đóng học phí <input type="checkbox"/></p> <p>Không đủ chi phí sinh hoạt <input type="checkbox"/></p> <p>Gần đủ, phải đắn đo khi tiêu xài <input type="checkbox"/></p> <p>Đủ <input type="checkbox"/></p> <p>Cảm thấy thoải mái <input type="checkbox"/></p> |
| <p>2. Bạn có việc làm thêm không ?</p> <p>Không <input type="checkbox"/></p> <p>Có (xin vui lòng viết rõ việc của bạn.....) <input type="checkbox"/></p> | <p>3. Bạn có bạn thân không?</p> <p>Có <input type="checkbox"/></p> <p>Không <input type="checkbox"/></p> |
| <p>4. Bạn có bạn trai/bạn gái (người yêu) không?</p> <p>Có <input type="checkbox"/></p> <p>Không <input type="checkbox"/></p> <p><i>(nếu trả lời không câu 13 và câu 14, chuyển đến câu.16)</i></p> | <p>5. Bạn cảm thấy mối quan hệ của mình với bạn bè như thế nào?</p> <p>Rất hài lòng <input type="checkbox"/></p> <p>Hài lòng <input type="checkbox"/></p> <p>Không hài lòng <input type="checkbox"/></p> <p>Rất không hài lòng <input type="checkbox"/></p> |
| <p>15. Bạn cảm thấy mối quan hệ của bạn với ba mẹ/gia đình như thế nào? <i>(nếu ba mẹ mất, nghĩ về gia đình của bạn)</i></p> <p>Rất hài lòng <input type="checkbox"/></p> <p>Hài lòng <input type="checkbox"/></p> <p>Không hài lòng <input type="checkbox"/></p> <p>Rất không hài lòng <input type="checkbox"/></p> | <p>16. Mức độ thường xuyên của việc tập thể dục?</p> <p>Không bao giờ <input type="checkbox"/></p> <p>Hiếm khi (< 1 lần/tháng) <input type="checkbox"/></p> <p>Thỉnh thoảng (≤3 lần/tháng) <input type="checkbox"/></p> <p>Thường xuyên (< 3 lần/tuần) <input type="checkbox"/></p> <p>Luôn luôn, rất đều đặn (≥ 3 lần/tuần) <input type="checkbox"/></p> |
| <p>17. Bạn thường làm gì trong lúc rảnh?</p> <p><i>(Có thể chọn nhiều lựa chọn)</i></p> <p>Đi chơi với bạn bè <input type="checkbox"/></p> <p>Nghe nhạc/Đọc sách/coi tivi/chơi game <input type="checkbox"/></p> <p>Chơi thể thao <input type="checkbox"/></p> <p>Ngủ <input type="checkbox"/></p> <p>Khác (xin ghi rõ)..... <input type="checkbox"/></p> | <p>18. Bạn thường làm gì khi gặp khó khăn?</p> <p><i>(Có thể chọn nhiều lựa chọn)</i></p> <p>Tâm sự với bạn bè <input type="checkbox"/></p> <p>Tâm sự với ba mẹ <input type="checkbox"/></p> <p>Cầu nguyện <input type="checkbox"/></p> <p>Hút thuốc/uống rượu-bia <input type="checkbox"/></p> <p>Khác (xin ghi rõ)..... <input type="checkbox"/></p> |

Phần II: câu hỏi về sức khỏe tinh thần

Xin vui lòng cho biết mức độ thường xuyên mà bạn cảm nhận hoặc một số thói quen bạn có thể có trong tuần qua: (khoanh tròn số điểm mỗi câu)

| Trong tuần qua | Không bao giờ hoặc | Một vài khi hoặc | Thỉnh thoảng, đôi khi hoặc | Rất hay xảy ra hoặc |
|--|--------------------|------------------|-------------------------------|------------------------------|
| | Hiếm khi < 1 ngày | từ 1-2 ngày | Trung bình khoảng từ 3-4 ngày | Hầu hết thời gian từ -7 ngày |
| 1. Tôi cảm thấy khó chịu, bực mình với những điều mà trước đây bình thường đối với tôi | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 2. Tôi cảm thấy thấy không thèm ăn. Ăn không thấy ngon miệng. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 3. Tôi cảm thấy không thể thoát khỏi nỗi buồn dù gia đình hoặc bạn bè đã giúp đỡ | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 4. Tôi cảm thấy mình tốt/bình thường như bao người khác | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 5. Tôi cảm thấy khó khăn khi kiểm soát suy nghĩ của mình (khó tập trung) | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 6. Tôi cảm thấy chán nản, thất vọng | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 7. Tôi cảm thấy mình đã phải cố gắng để hoàn tất mọi việc | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 8. Tôi hi vọng về tương lai | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 9. Tôi nghĩ cuộc sống mình chỉ toàn là thất bại | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 10. Tôi cảm thấy lo lắng, sợ hãi | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 11. Tôi ngủ không yên giấc | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 12. Tôi cảm thấy mình hạnh phúc | 0 | 1 | 2 | 3 |

| | | | | |
|--|---|---|---|---|
| 13. Tôi cảm thấy mình nói ít hơn bình thường | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 14. Tôi cảm thấy cô đơn | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 15. Mọi người không thân thiện với tôi | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 16. Tôi được tận hưởng cuộc sống | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 17. Tôi đã có lúc khóc lóc | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 18. Tôi cảm thấy buồn | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 19. Tôi cảm thấy mọi người không thích mình | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 20. Tôi đã không thể tiếp tục điều gì, hay chán nản (bỏ việc giữa chừng) | 0 | 1 | 2 | 3 |

Phần III: câu hỏi về môi trường học

Xin vui lòng đánh dấu chéo (X) vào cột "có" nếu bạn đã từng trải qua những kinh nghiệm hoặc cảm nhận sau trong năm học qua (từ tháng 9/200 đến nay)

| Nội dung | Có | Không |
|------------------------------------|----|-------|
| 1. Khó khăn trong việc tìm bạn mới | | |
| 2. Làm việc với không quen biết | | |
| 3. Mâu thuẫn với bạn cùng phòng | | |
| 4. Thay đổi hoạt động xã hội | | |
| 5. Đánh nhau với bạn | | |
| 6. Gặp rắc rối với ba mẹ | | |
| 7. Nhiều trách nhiệm mới | | |
| 8. Bắt đầu khóa học đại học | | |
| 9. Thay đổi thói quen ngủ | | |

| | | |
|---|--|--|
| 10. Thay đổi thói quen ăn | | |
| 11. Đạt thành tích xuất sắc (<i>việc học, ...</i>) | | |
| 12. Khó khăn tài chính | | |
| 13. Phát biểu trước công chúng | | |
| 14. Thay đổi niềm tin tôn giáo | | |
| 15. Vi phạm lỗi nhỏ của bất kì luật (<i>ví dụ luật an toàn giao thông, ...</i>) | | |
| 16. Giảm sút sức khỏe | | |
| 17. Có việc làm | | |
| 18. Thay đổi việc sử dụng rượu (<i>nếu có, xin vui lòng viết rõ, bắt đầu sử dụng hay giảm hay tăng sử dụng</i>) | | |
| 19. Đính hôn hoặc kết hôn | | |
| 20. Người thân trong gia đình qua đời | | |
| 21. Bạn thân qua đời | | |
| 22. Chấn thương nặng | | |
| 23. Tăng áp lực học hành | | |
| 24. Điểm thấp hơn mong đợi | | |
| 25. Thay đổi chuyên ngành | | |
| 26. Tìm công việc hoặc trường học (<i>chuẩn bị cho sau khi tốt nghiệp</i>) | | |
| 27. Bỏ nhiều tiết học | | |
| 28. Chuẩn bị, mong đợi tốt nghiệp | | |
| 29. Tranh cãi (bất đồng, xích mích) với thầy/cô giáo | | |
| 30. Chuyển trường | | |
| 31. Ngày nghỉ, ngày lễ quá ngắn hoặc không đủ | | |
| 32. Xếp hàng chờ đợi (<i>chờ đợi cái gì đó rất lâu mới đến lượt của mình</i>) | | |

| | | |
|---|--|--|
| 33. Được đặt vào nhiều tình huống khác nhau | | |
| 34. Thay đổi môi trường sống | | |
| 35. Vấn đề rắc rối về xe cộ | | |
| 36. Vấn đề rắc rối về máy tính | | |
| 37. Môi trường sống lộn xộn, bừa bãi | | |
| 38. Chờ đợi điều gì đó mà không biết bao giờ xảy ra (<i>lâu hơn thời gian mong đợi</i>) | | |
| 39. Bỏ việc làm | | |
| 40. Ba mẹ ly dị | | |

Chân thành cảm ơn sự hợp tác của bạn!

APPENDIX E

SCHEDULE ACTIVITIES

| No | Activities | November | | | | December | | | | January | | | | February | | | | March | | | | April | | | | May | | | | | | | |
|----|------------------------------|----------|---|---|---|----------|---|---|---|---------|---|---|---|----------|---|---|---|-------|---|---|---|-------|---|---|---|-----|---|---|---|--|--|--|--|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | | | | |
| 1 | Writing proposal | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2 | Submit first draft | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3 | Revise first draft | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 4 | Submit for proposal exam | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 5 | Proposal exam | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 6 | Revise proposal | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 7 | Pretest questionnaire | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 8 | Revise questionnaire | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 9 | Conduct structured interview | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 10 | Data management | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 11 | Data analysis | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 12 | Report writing | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 13 | Submit for final defense | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 14 | Thesis exam | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 15 | Revision | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 16 | Submit as the final product | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

APPENDIX F

ADMINISTRATION COST

| No | Activities | Unit | Price (baht) | Unit (number) | Total Budget (Baht) |
|--------------------------------|----------------------------|----------|-----------------|------------------|---------------------------|
| 1. | Pre-testing | | | | |
| | - Photocopy | Quest. | 7 | 30 | 210 |
| | - Stationery | Set | 300/set | 1 | 300 |
| 2 | Air fare : BKK - HCM - BKK | Trip | 7.000/tr | 2 x Trip | 14,000 |
| 3 | Data Collection | | | | |
| | - Photocopy | Quest. | 0.5 | 7 x 100 | 350 |
| | - Interviewers per diem | Person | 300/p/d | 2 pr x 20day | 12,000 |
| | - Transportation cost | Trip/day | 200/p | 2 pr x 20day | 8,000 |
| | - Data Processing | Person | 200/p | 2 pr x 10day | 4,000 |
| DATA COLLECTING PROCESS | | | | | 38,860 |
| 4 | Document Printing | | | | |
| | - Paper + Printing | Page | 5/page | 600 pages | 3,000 |
| | - Photocopy | Page | 0.5/pag | 10 x 300 | 1,500 |
| | - Stationery | Set | 300/set | 1 set | 300 |
| | - Binding Paper (exam) | Set | 100/set | 5 set | 500 |
| | - Binding Paper (submit) | Set | 200/set | 5 set | 1,000 |
| THESIS DOCUMENT PROCESS | | | | | 6,300 |
| TOTAL | | | | | 45,160 |

Note: a half of this expenditure will be provided by "Comlombo Plan-Thailand International Cooperation Agency" Scholarship.

CURRICULUM VITAE

Name : Ms. Quyen Dinh Do

Date of Birth : 6 September 1980

Place of Birth : Vietnam

Education : Bachelor of Public Health, University of Medicine and Pharmacy at Hochiminh, Vietnam (1999-2003 academic years)

Experience : 2003 until now, assistant lecture in Health Management Department, Faculty of Public Health, University of Medicine and Pharmacy at Hochiminh, Vietnam

