

Tác động của đại dịch đến tâm lý thuyền viên Việt Nam làm việc trên biển dài ngày và vai trò của yếu tố gia đình

The impact of the pandemic on the psychological of Vietnamese seafarers on prolonged ocean voyage and the role of the family factor

Đinh Gia Huy*, Phạm Thái Hoàng

Trường Đại học Giao thông vận tải Thành phố Hồ Chí Minh

Tác giả liên hệ: huy.dinh@ut.edu.vn

Ngày nhận bài: 4/8/2023 ; Ngày chấp nhận đăng: 6/9/2023

Tóm tắt:

Đại dịch COVID-19 đã gây ra tác động to lớn đến nhiều lĩnh vực khác nhau trên toàn cầu và kể cả ngành giao thông vận tải. Trong số đó, ngành hàng hải phải đối mặt với những thách thức đáng kể, đặc biệt liên quan cuộc sống và công việc của thuyền viên trên tàu. Việc giới hạn di chuyển và các biện pháp phòng chống dịch bệnh, nhiều thuyền viên đã ở trên tàu trong một thời gian dài và không thể hồi hương. Điều này gây ra nhiều áp lực về tinh thần, sức khỏe và đời sống của họ. Một trong số triệu chứng tâm lý thuyền viên gặp phải, nhiều nhất là hội chứng lo âu, bởi lo lắng cho an toàn của gia đình, người thân trong đại dịch. Để hiểu rõ về tình hình này, một cuộc phỏng vấn đã được tiến hành với 20 thuyền viên đang làm việc trên các tàu thương mại vào tháng 8 năm 2022. Kết quả cho thấy đại dịch đã ảnh hưởng đáng kể đến tâm lý và sức khỏe tinh thần của các thuyền viên, đặc biệt là lo âu kéo dài vì an toàn của gia đình, khiến công việc của các thuyền viên trên biển không được đảm bảo, mong muốn nhanh chóng hồi hương để trợ giúp gia đình.

Từ khoá: Sức khỏe tinh thần thuyền viên; Mệt mỏi; Lo lắng; Căng thẳng, Đại dịch COVID-19.

Abstract:

The COVID-19 pandemic has had a significant impact on many different sectors globally, and the transportation industry is no exception. Among them, the maritime industry has had to face considerable challenges, particularly with the lives and work of sailors on ships. With travel restrictions and disease prevention measures, many sailors have been stranded in the middle of the ocean and unable to return to land. This has caused a lot of pressure on their mental health, well-being, and way of life. One of the factors that causes the most anxiety and mental distress for sailors is the worry about the safety of their families during the pandemic. To better understand this situation, an interview was conducted with 20 sailors working on commercial ships in August 2022. The results showed that the pandemic has had a significant impact on the mental health and well-being of sailors, especially their constant worry for the safety of their families, making their work at sea insecure and causing them to long to return home to help theirs.

Keywords: Mental health seafarers; Fatigue; Anxiety; Stress; COVID-19 pandemic.

1. Giới thiệu

Có rất nhiều nghiên cứu đã chỉ ra rằng môi trường làm việc trên biển rủi ro và mất an toàn hơn nhiều so với trên đất liền [1], [2], [3]. Bên cạnh đó, dưới tác động của đại dịch COVID-19

đã làm tăng thêm những thách thức mới cho ngành hàng hải [4]. Để tuân thủ các hiệp định hàng hải quốc tế nhằm bảo vệ an toàn, sức khỏe và phúc lợi cho khoảng 1,6 triệu thủy thủ trên toàn cầu, cần có khoảng 150.000 lượt thay thế thuyền viên mỗi tháng. Tuy nhiên, từ tháng 3

năm 2020, việc thay thế thuyền viên đã tạm ngừng do các biện pháp được thực hiện để giảm thiểu sự lây lan của COVID-19, như một giải pháp ngắn hạn nhằm tránh gián đoạn chuỗi cung ứng toàn cầu. Những thủy thủ hết hạn hợp đồng vẫn buộc phải làm việc trên tàu, không thể rời tàu hoặc trở về nhà do chính sách mới được triển khai bởi đại dịch như: đóng cửa biên giới, đóng cửa chuyến bay quốc tế và các công ty vận tải biển bị động trong việc thay thế thuyền viên. Điều này đã làm cho ngành phải đối mặt với những thách thức chưa từng có, khiến nhiều thuyền viên trên bờ không thể lên tàu công tác hoặc rời khỏi tàu khi đến hạn hợp đồng. Việc đi bờ bị hạn chế hoặc hoàn toàn bị cấm ở nhiều cảng. Nhiều nghiên cứu đã chỉ ra rằng điều này làm cho sự tiếp cận dịch vụ y tế trên bờ của thuyền viên trở nên khó khăn [4] – [6]. Những thách thức khác bao gồm lo lắng mắc bệnh trong môi trường bị cô lập trên tàu và lo lắng cho gia đình, người thân khi đại dịch hoành hành đã góp phần tăng tỷ lệ các vấn đề sức khỏe tâm thần như lo âu, trầm cảm và căng thẳng ở các thủy thủ [4], [7], [8].

Bài báo đưa ra kết quả phỏng vấn đối với các thuyền viên vừa được hồi hương sau quãng thời gian dài lao động trên biển trong đại dịch. Dữ liệu thu được từ cuộc phỏng vấn 20 thuyền viên Việt Nam đang làm việc trên các tàu thương mại quốc tế, tiến hành vào tháng 8 năm 2022. Đây là những thuyền viên đã ở trên biển trong thời gian rất dài, có thuyền viên phải ở trên biển đến 16 tháng. Có thể thấy, kết quả nghiên cứu đã tìm ra các yếu tố và mức độ ảnh hưởng đến tâm lý thuyền viên khi đại dịch diễn ra, đồng thời phân tích các giải pháp cần thiết ứng phó cho một kịch bản tương tự như đại dịch COVID-19.

2. Sức khỏe tinh thần của thuyền viên và tác động của đại dịch COVID-19

Việc duy trì các tuyến vận tải trong thời gian đại dịch diễn biến phức tạp trên toàn cầu, môi trường làm việc của thuyền viên trên tàu biển trở nên rất áp lực, luôn tồn tại nguy cơ lây

nh nhiễm cao ảnh hưởng tới tính mạng và sức khỏe. Các hạn chế trong việc đi lại và kiểm soát biên giới liên quan đến COVID-19, cũng như việc đình chỉ hoạt động của các chuyến bay quốc tế, đã làm ảnh hưởng đáng kể đến hoạt động thay đổi thuyền viên của các công ty vận tải biển trên toàn thế giới. Khi tàu đến các cảng, ngay cả khi về Việt Nam, thuyền viên trên tàu được giám sát ở chế độ đặc biệt, họ không được lên bờ, thậm chí không được xuống cầu cảng. Theo thống kê của Văn phòng Vận tải biển quốc tế (ICS), từ tháng 3 đến tháng 8 năm 2020, chỉ có khoảng 25% hoạt động thay đổi thuyền viên thông thường được thực hiện, trong khi đó ít nhất 500.000 thuyền viên đã bị ảnh hưởng do các chính sách hạn chế đi lại. Đến tháng 3 năm 2021, ước tính có khoảng 200.000 thuyền viên vẫn còn “mắc kẹt” trên các tàu thương mại, không thể hồi hương mặc dù đã hết hạn hợp đồng lao động. Số lượng thuyền viên mắc kẹt đồng nghĩa với việc một số lượng tương đương những thuyền viên trên bờ không thể xuống tàu công tác. Tình trạng sa sút tinh thần cũng xuất hiện từ những thuyền viên trên bờ không thể lên tàu, họ mất đi cơ hội việc làm, và nhiều trường hợp không có sự hỗ trợ về tài chính khi các công ty vận tải biển đang gặp khó khăn. Theo Tổ chức Hàng hải quốc tế (IMO), tại một thời điểm, số lượng thuyền viên làm việc trên khoảng 60.000 tàu chở hàng cỡ lớn hoạt động trên toàn thế giới là khoảng 1.000.000 người. Cuộc khủng hoảng thay đổi thuyền viên là yếu tố chủ chốt dẫn tới mối lo ngại các công ty tàu biển không thể đảm bảo đủ và đúng các quy định của pháp luật quốc tế liên quan tới phúc lợi của thuyền viên. Qua đó, ngày càng tồn tại nhiều rủi ro khiến nhiều thuyền viên trở nên mệt mỏi, có thể dẫn đến những sai sót trong vận hành tàu và thậm chí gây ra các tai nạn nghiêm trọng. Đại dịch COVID-19 có thể gây căng thẳng cho các thủy thủ đoàn. Trong suốt thời gian hành trình trên biển, thuyền viên thường xuyên sống và làm việc trong môi trường khó khăn như tiếng ồn, rung động. Những tác nhân khác có thể gây ra căng thẳng tâm lý cho thuyền viên, có thể kể đến như: Hoạt động thường ngày đơn điệu dễ

gây cảm giác buồn chán, người lao động chủ yếu là nam giới, tâm lý xa gia đình, người thân, thiếu phương tiện thông tin, giải trí, sống và làm việc dài ngày trong một không gian hạn chế,... Các biện pháp y tế công cộng, chẳng hạn như giữ khoảng cách tiếp xúc, có thể khiến thủy thủ đoàn cảm thấy bị cô lập và cô đơn, điều này góp phần làm gia tăng căng thẳng và lo lắng, mặc dù những hoạt động này là cần thiết để giảm thiểu sự lây lan của COVID-19. Nhận thức về tầm quan trọng của sức khỏe tinh thần, nâng cao chất lượng nơi làm việc của thuyền viên và tâm lý của người đi biển đã trở thành những vấn đề được quan tâm trong thời gian gần đây. Tuy nhiên, các nghiên cứu thực tế về sức khỏe tinh thần của thuyền viên trên thế giới còn tương đối hạn chế [9], tại Việt Nam rất ít nghiên cứu về vấn đề này được công bố. Dựa trên một nghiên cứu toàn diện [10], đã cho thấy với 25% thuyền viên tham gia báo cáo có dấu hiệu trầm cảm và 17% theo báo cáo là lo lắng, tỷ lệ của trầm cảm và lo lắng cao hơn so với các nhóm lao động thuộc lĩnh vực khác, chẳng hạn như so với công nhân dầu khí. Mặc khác, trong một vài nghiên cứu trước đó [11] cho thấy các vấn đề sức khỏe tinh thần đã tăng lên trong giai đoạn 2011–2016 đối với các thuyền viên, vào năm 2016, 37% thuyền viên cảm thấy sức khỏe tinh thần đã bị giảm sút rất nhiều. Bài báo này thực hiện một khảo sát với số lượng 20 thuyền viên nhằm cho thấy trực quan thực tế liên quan đến sức khỏe tâm lý của thuyền viên trong đại dịch COVID-19 ảnh hưởng đến khả năng lao động và tầm quan trọng cũng như vai trò của yếu tố gia đình.

3. Giá trị gia đình trong quan điểm phương Đông và phương Tây

Giá trị gia đình của người phương Đông và người phương Tây có những sự khác biệt về quan điểm và cách thức thể hiện. Tuy nhiên, đây là những đặc điểm khái quát, tương đối. Có thể thấy rằng, người phương Đông thường xem gia đình là trung tâm của cuộc sống, và tình cảm gia đình rất quan trọng đối với họ. Gia đình không chỉ bao gồm cha mẹ và con cái, kể cả tổ tiên ông

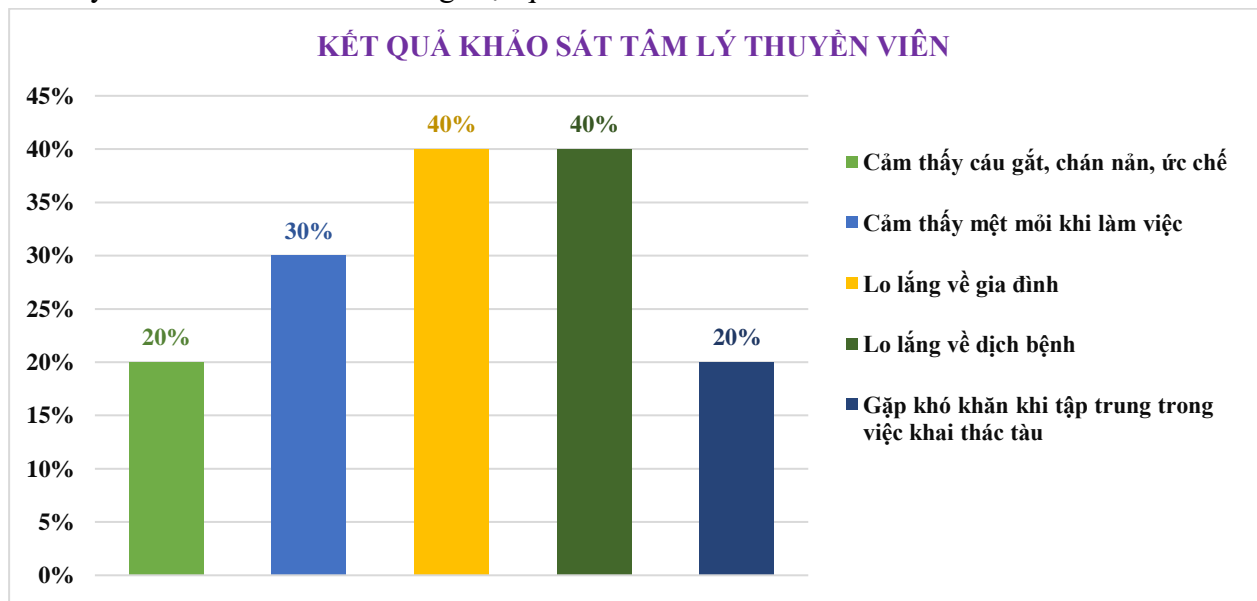
bà, họ hàng. Trách nhiệm của mỗi thành viên gia đình là giữ gìn và thể hiện lòng tôn kính đối với các thế hệ trước. Truyền thống và nghi lễ cũng rất quan trọng đối với người phương Đông. Họ thường tôn trọng dựa trên tuổi tác, vai vế trong gia đình, tộc họ. Trong khi đó, người phương Tây cho rằng gia đình như một mối quan hệ quan trọng, nhưng không nhất thiết phải là trung tâm của cuộc sống. Hơn thế, bạn bè và đồng nghiệp chiếm phần khá quan trọng trong đời sống, có xu hướng tập trung vào sự độc lập và tự do cá nhân hơn là tập thể và truyền thống gia đình. Trách nhiệm của mỗi thành viên gia đình cũng khác, với sự phân biệt rõ ràng giữa trách nhiệm của cha mẹ và con cái. Người phương Tây thường có nhiều thói quen cá nhân và quan tâm đến sự tiến bộ cá nhân, mặc dù họ cũng có những nghĩa vụ đối với gia đình. Gia đình đóng một vai trò quan trọng đối với cả người phương Đông và người phương Tây. Tuy nhiên, cách nhìn nhận và cách thể hiện tình cảm đối với gia đình có thể khác nhau tùy thuộc vào văn hóa và truyền thống dân tộc. Sự quan tâm đến các thành viên trong gia đình là một giá trị quan trọng trong văn hóa Đông Tây, tuy nhiên, có một số sự khác biệt về đánh giá và thể hiện giá trị gia đình. Trong văn hóa phương Đông, gia đình được coi là một tập thể, một đơn vị xã hội và sự quan tâm đến các thành viên trong gia đình là một nghĩa vụ và trách nhiệm vô cùng quan trọng. Họ xem trọng trách nhiệm của bản thân đối với gia đình, và có xu hướng đặt lợi ích của gia đình trước tiên. Họ cũng thường có xu hướng sống chung với gia đình, các thế hệ có thể sống cùng nhau và chia sẻ trách nhiệm trong việc chăm sóc các thành viên khác. Trong khi đó, văn hóa phương Tây, cá nhân và độc lập được coi là quan trọng hơn và sự quan tâm đến gia đình có thể không được coi là một trách nhiệm quan trọng đối với một số người. Họ thường đánh giá cao sự độc lập và khả năng tự chăm sóc bản thân, và có thể quan tâm nhiều hơn đến sự thành công và hạnh phúc cá nhân. Xu hướng sống của họ có phần độc lập hơn, hiện hữu sự tách biệt đáng kể giữa các thế hệ trong gia đình. Như vậy, sự quan tâm đến các

thành viên trong gia đình là một giá trị quan trọng trong cả phương Đông và phương Tây. Tuy nhiên, đối với người phương Đông, giá trị gia đình được đánh giá cao hơn và được xem là một trách nhiệm quan trọng, trong khi người phương Tây, sự độc lập và cá nhân được xem trọng và sự quan tâm đến gia đình không hẳn là một trách nhiệm thiết yếu. Qua những phân tích trên có thể thấy đối với thuyền viên làm việc trong một thời gian dài trên biển, việc bản thân họ đang phải đối mặt với những nguy cơ nguy hiểm do công việc và dịch bệnh khiến họ mắc phải những vấn đề nghiêm trọng về tâm lý. Thế nhưng vấn đề này có thể nghiêm trọng hơn khi họ hiểu rằng gia đình tại quê nhà cũng đang phải đối mặt với mối nguy hiểm cao từ dịch bệnh. Điều này ảnh hưởng vô cùng lớn đối với tâm lý của thuyền viên, họ trở nên lo âu tột độ và khó tập trung trong công việc có thể dẫn đến mất an toàn trong lao động.

4. Khảo sát tâm lý thuyền viên Việt Nam công tác dài ngày trên tàu trong đại dịch COVID-19

Vào tháng 8 năm 2022, dữ liệu đã được thu thập thông qua một cuộc phỏng vấn trực tuyến với 20 thuyền viên trên các tàu thương mại quốc tế

và trong nước. Việc tham gia vào nghiên cứu được các thuyền viên chấp thuận và họ được cam kết khuyết danh nhằm đảm bảo các quy định trong nghiên cứu. Trước khi bắt đầu phỏng vấn, các thuyền viên đã được thông báo về mục đích của cuộc nghiên cứu và xác nhận đồng ý tham vấn. Các thuyền viên được yêu cầu cung cấp thông tin về trình độ học vấn, độ tuổi và thâm niên trong nghề, từ 3 năm đến hơn 20 năm. Tất cả các thuyền viên đã làm việc trên tàu trong thời gian COVID-19 từ 4 đến 16 tháng. Hầu hết thuyền viên tham gia phỏng vấn đều làm việc trong bộ phận boong và máy, đa số là sĩ quan và thủy thủ. Họ chia sẻ về tình trạng sức khỏe và tâm lý của bản thân trong đại dịch, bao gồm mức độ căng thẳng, lo lắng về gia đình và ảnh hưởng tiêu cực đến sức khỏe của họ. Kết quả khảo sát cho thấy, thuyền viên cảm thấy mệt mỏi do thời gian làm việc trên biển quá dài chiếm 80%, lo lắng về gia đình và dịch bệnh với 40%, lo ngại về sự an toàn trên tàu khi có thuyền viên bị nhiễm bệnh ở mức 40% và 40% cho rằng điều kiện làm việc trên biển khắc nghiệt, nặng nhọc và thêm áp lực của hạn hạm đồng trong mùa dịch cùng với những vấn đề khác liên quan.



Hình 1. Kết quả khảo sát tâm lý thuyền viên.

5. Phân tích kết quả khảo sát tâm lý thuyền viên Việt Nam công tác dài ngày trong đại dịch COVID-19

Các nghiên cứu trước đây về sức khỏe tâm thần của thuyền viên trong đại dịch COVID-19 [12], [13] gợi ý rằng đại dịch có thể đã dẫn đến sự gia tăng các vấn đề sức khỏe tâm thần. Theo nghiên cứu [12] xác định các đặc điểm của người khảo sát như tuổi tác, tình trạng hôn nhân và các yếu tố liên quan đến công việc chẳng hạn là thời gian lưu trú trên tàu và cấp bậc trên tàu có mối liên hệ đáng kể với mức độ trầm cảm, lo lắng và các triệu chứng căng thẳng. Điều này được các thuyền viên lao động trong đại dịch COVID-19 cho biết. Căn cứ nghiên cứu về cơ cấu bệnh tật của thuyền viên tàu vận tải Viễn Dương [14] cũng đã chỉ ra rằng thuyền viên có loại mắc chứng u sầu chiếm khoảng 43,66% do thuyền viên làm việc trên biển dài ngày, cô lập với cuộc sống sôi động trên đất liền, với người thân, thêm vào đó, cuộc sống trên tàu có nhịp điệu buồn tẻ, làm việc theo ca kíp dẫn đến thuyền viên luôn bị cô đơn và gây ra tình trạng phát triển rối loạn hành vi tâm thần. Khi tiến hành khảo sát nghiên cứu (hình 1), nhóm tác giả cũng nhận thấy mức độ phát triển rối loạn hành vi tâm thần ở các thuyền viên trong đại dịch COVID-19 cao hơn so với bình thường, cụ thể chiếm 80% số người được phỏng vấn.

Thuyền viên đứng trước nguy cơ rất cao bị nhiễm bệnh do phải di chuyển thường xuyên giữa các cảng và tiếp xúc với nhiều người khi bốc xếp hàng hóa, làm thủ tục xuất nhập cảnh, tiếp nhận vật tư, nhiên liệu,... trong thời gian lưu lại trong cảng. Trong số những thuyền viên tham gia phỏng vấn có 40% thuyền viên cho rằng họ luôn lo sợ về tình hình diễn biến phức tạp của dịch bệnh, lo lắng nếu trong trường hợp dịch bệnh xảy ra tại tàu họ đang làm việc, thuyền viên chưa rõ về phương thức hỗ trợ từ phía các phòng ban liên quan trên bờ và công ty. Thuyền viên rất khó tiếp cận với dịch vụ y tế trên bờ trong trường hợp bị bệnh tật hay bị thương trong khi trên tàu không có đội ngũ chăm sóc y tế chuyên môn dẫn đến quyền

được chăm sóc y tế của họ không được đảm bảo. Các thủy thủ cho biết đã bị khủng hoảng và luôn quan ngại về bản thân có nguy cơ nhiễm bệnh, gây ra tâm lý bị hoảng sợ tiếp xúc với những người khác hay khi lúc làm việc trên tàu, họ phải đề phòng lây bệnh ở các cảng đến, một số thuyền viên họ đã không giữ được bình tĩnh và tăng thêm căng thẳng.

Dưới những tác động tiêu cực từ dịch bệnh và phải làm việc nhiều ngày trên tàu càng làm nghiêm trọng hơn các vấn đề tâm lý của thuyền viên, đôi lúc họ cảm thấy cực kỳ mệt mỏi khi làm việc (30%). Theo khảo sát, tồn tại những khoảng thời gian thuyền viên cảm thấy vô cùng bí bách, chán nản thậm chí chậm tiến độ thực hiện công việc, không tuân thủ cấp trên (20%). Trong số thuyền viên tham gia cuộc phỏng vấn đề cập đến năng suất làm việc bị giảm sút (20%) vì trên tàu khi có thuyền viên nhiễm bệnh, phải tiến hành cách ly, không được tiếp xúc gần, những vị trí phù hợp cần có người thay thế, những vị trí quan trọng như đi ca biển bắt buộc có chức danh phải có người đủ kinh nghiệm đảm nhận, nếu không đủ số lượng phải đi thay. Đôi khi họ phải làm việc 12 tiếng một ngày và tăng lên 16 tiếng một ngày, có trường hợp thuyền viên rời tàu hết ca neo ngoài biển, thuyền trưởng ở lại đi ca 24/24. Những tổn hại này làm ảnh hưởng nghiêm trọng đến an toàn của cá nhân thuyền viên, cho tàu và an toàn hàng hải nói chung.

Khảo sát cho thấy, thuyền viên có hiện tượng lo âu kéo dài do nghĩ về gia đình, người thân khi trong đình dịch, có 40% thuyền viên trong tâm trạng ấy. Họ không thể đánh giá rủi ro đối với gia đình và hạn chế thông tin với người thân khi làm việc trên biển. Thuyền viên lo lắng không thể trở về nhà khi có người thân ốm đau hoặc những tình huống khẩn cấp khác. Tình trạng lo âu kéo dài dẫn đến mất ngủ nhiều ngày, làm ảnh hưởng đến hiệu suất làm việc. Với sự bùng phát của dịch bệnh, các thuyền viên trên tàu buộc phải thích ứng với những giới hạn chịu đựng mới. Điều này đã dẫn đến tình trạng sức khỏe tâm lý của một số thuyền viên bị ảnh

hưởng. Một số người bị căng thẳng, vượt sức chịu đựng dẫn đến mệt mỏi, chán nản và không còn cảm thấy hứng thú với công việc của họ. Đến 20% thuyền viên cho rằng họ khó tập trung trong công việc vì lo lắng quá mức về gia đình trong đại dịch.

Từ khảo sát nghiên cứu, nhóm tác giả đề xuất một số giải pháp nhằm giúp thuyền viên giảm bớt sự lo lắng và giữ vững tâm lý:

- Liên lạc thường xuyên với gia đình: Thuyền viên có sự liên lạc với gia đình một cách thường xuyên thông qua điện thoại, tin nhắn hoặc cuộc gọi trực tuyến để cập nhật tình hình và động viên lẫn nhau;

- Cung cấp thông tin liên quan đến dịch bệnh: Những thông tin mới nhất về tình hình dịch bệnh và biện pháp phòng ngừa cần được cập nhật đầy đủ và chính xác để giúp thuyền viên có sự yên tâm;

- Hỗ trợ tâm lý: Các nhà tài trợ và công ty đang cung cấp nhiều dịch vụ hỗ trợ tâm lý miễn phí cho thuyền viên trên biển, giúp họ giải quyết các vấn đề tâm lý và căng thẳng trong thời gian dài đang làm việc trên biển;

- Tổ chức các hoạt động giải trí và giao lưu: Các hoạt động giải trí và giao lưu được tổ chức trên tàu giúp thuyền viên giảm bớt căng thẳng và tạo sự thoải mái trong môi trường làm việc;

- Cung cấp các dịch vụ tiện ích trên tàu: Các dịch vụ tiện ích như khu vui chơi, thư viện, phòng tập thể dục, các dịch vụ tâm lý khác, giúp thuyền viên có thể giải trí và nâng cao sức khỏe trong thời gian làm việc trên biển.

6. Kết luận

Bài báo đã đưa ra các tác động của đại dịch COVID-19 đến tâm lý của thuyền viên, các vấn đề ảnh hưởng tiêu cực đến sức khỏe của thuyền viên Việt Nam trong thời kỳ dịch bệnh diễn biến phức tạp. Kết quả cho thấy, yếu tố tác động lớn nhất đến tâm lý thuyền viên Việt Nam là cảm giác mong đợi, lo lắng về gia đình, từ đó gây ra các triệu chứng cáu gắt, chán nản, ức chế. Nghiên cứu này nhằm thúc đẩy các nghiên cứu

chuyên sâu hơn về sức khỏe tâm thần của thuyền viên nói chung và tác động của đại dịch đang diễn ra đến tâm lý thuyền viên nói riêng. Qua đó, góp phần củng cố thêm nhận thức về các yếu tố tác động từ đại dịch đến đời sống thuyền viên nhằm đề xuất các giải pháp, chính sách để đảm bảo tốt sức khỏe tâm thần cho thuyền viên, giúp họ an tâm khi lao động trong môi trường trên biển.

Tài liệu tham khảo

- [1] J. R. Jepsen, Z. Zhao, C. Pekcan, M. Barnett, and W. M. A. van Leeuwen, "Risk Factors for Fatigue in Shipping, the Consequences for Seafarers' Health and Options for Preventive Intervention," in *Maritime Psychology: Research in Organizational & Health Behavior at Sea*. Cham, Switzerland: Springer, 2017, pp. 127-150.
- [2] T. R. Poulsen, H. Burr, H. L. Hansen, and J. R. Jepsen, "Health of Danish seafarers and fishermen 1970-2010: What have register-based studies found?," *Scand. J. Pub. Heal.*, vol. 42, no. 6, pp. 534-45, Aug. 2014, doi: 10.1177/1403494814534538.
- [3] S. E. Roberts, "Hazardous occupations in Great Britain," *The Lancet*, vol. 360, no. 9332, pp. 543-544, Aug. 2002, doi: 10.1016/S0140-6736(02)09708-8.
- [4] D. Shan, "Occupational health and safety challenges for maritime key workers in the global COVID-19 pandemic," *Int. Lab. Rev.*, vol. 161, no. 2, pp. 267-287, Jun. 2022, doi: 10.1111/ilr.12220.
- [5] C. Doumbia-Henry, "Shipping and COVID-19: protecting seafarers as frontline workers," *WMU J. Marit. Aff.*, vol. 19, no. 3, pp. 279-293, Sep. 2020, doi: 10.1007/s13437-020-00217-9.
- [6] A. A. Hebbbar and N. Mukesh, "COVID-19 and seafarers' rights to shore leave, repatriation, and medical assistance: a pilot study," *Int. Marit. Health.*, vol. 71, no. 4, pp. 217-228, Dec. 2020, doi: 10.5603/IMH.2020.0040.
- [7] A. Coutroubis, A. Menelaou, and E. -H. Adami, "Impact of Coronavirus Disease (COVID-19) on Seafarers' Life and Well-

- Being,” *Int. J. Trop. Dis. Heal.*, vol. 41, no. 21, pp. 16-27, Jan. 2021, doi: 10.9734/ijtdh/2020/v41i2130398.
- [8] A. Slišković, “Seafarers' well-being in the context of the COVID-19 pandemic: A qualitative study,” *Work*, vol. 67, no. 4, pp. 799-809, Dec. 2020, doi: 10.3233/WOR-203333.
- [9] A. Mellbye and T. Carter, “Seafarers’ depression and suicide,” *Int. Marit. Health.*, vol. 68, no. 2, pp. 108-114, Jun. 2017, doi: 10.5603/IMH.2017.0020.
- [10] R. Y. Lefkowitz, M. D. Slade, “Seafarer mental health study: Final report, October 2019,” ITF Sea. Tru., London, UK, Oct. 2019.
- [11] H. Sampson and N. Ellis, “Stepping up: the need for Proactive Employer Investment in Safeguarding Seafarers’ Mental Health and Wellbeing,” *Marit. Pol. Man.*, vol. 48, no. 8, pp. 1069-1081, Nov. 2021, doi: 10.1080/03088839.2020.1867918.
- [12] F. Baygi, N. Mohammadian Khonsari, A. Agoushi, S. Hassani Gelsefid, A. Mahdavi Gorabi, and M. Qorbani, “Prevalence and associated factors of psychosocial distress among seafarers during COVID-19 pandemic,” *BMC Psy.*, vol. 21, no. 1, Apr. 2021, Art. no. 222, doi: 10.1186/s12888-021-03197-z.
- [13] W. Qin, L. Li, D. Zhu, C. Ju, P. Bi, and S. Li, “Prevalence and risk factors of depression symptoms among Chinese seafarers during the COVID-19 pandemic: A cross-sectional study,” *BMJ Open*, Article vol. 11, no. 6, Jun. 2021, Art. no. e048660, doi: 10.1136/bmjopen-2021-048660.
- [14] N. T. H. Hà, N. B. Nam, “Nghiên cứu cơ cấu bệnh tật của thuyền viên tàu vận tải Viễn Dương,” *TC YHVN*, tập 509, tr. 56-63, 12. 2022. [Online]. Available: <https://sti.vista.gov.vn/tw/Lists/TaiLieuKHCN/Attachments/342233/CVv46V509SCD12022056.pdf>.