

HẠNH PHÚC CỦA HỌC SINH VÀ MỐI LIÊN HỆ VỚI CÁC YẾU TỐ NHÂN KHẨU HỌC, KINH TẾ - XÃ HỘI¹

TRẦN QUÝ LONG^(*)

Tóm tắt: Bài viết trình bày kết quả nghiên cứu tổng quan, phân tích về các yếu tố nhân khẩu học, kinh tế - xã hội ảnh hưởng đến hạnh phúc của học sinh. Kết quả nghiên cứu cho thấy, học sinh có xu hướng đạt được sự hạnh phúc thấp hơn khi thuộc về nhóm dễ bị tổn thương hoặc nguồn lực, điều kiện kinh tế - xã hội thấp hơn (nữ, dân tộc thiểu số, mức sống nghèo, ở nông thôn). Bên cạnh đó, học sinh hạnh phúc hơn nếu gia đình đầy đủ bố mẹ, có sự gắn kết, yêu thương, tôn trọng lẫn nhau giữa các thành viên. Kết quả nghiên cứu gợi mở cho gia đình, nhà trường, Nhà nước có những cách tiếp cận, luận cứ để giảm thiểu sự bất bình đẳng cũng như duy trì, nâng cao hạnh phúc cho học sinh một cách hiệu quả, đặc biệt là tập trung vào nhóm học sinh yếu thế.

Từ khóa: *Chất lượng cuộc sống; Hạnh phúc; HÀi lòng cuộc sống; Học sinh; Vị thành niên.*

STUDENT HAPPINESS AND ITS RELATIONSHIP TO DEMOGRAPHIC, SOCIO-ECONOMIC FACTORS

Abstract: This article presents an overview and analysis of research findings on the demographic and socio-economic factors that influence students' happiness. The results show that students tend to report lower levels of happiness when they belong to vulnerable groups or have lower socio-economic resources and conditions (e.g., female, ethnic minorities, low standard of living, living in rural areas). On the other hand, students are happier when they live in households with both parents and where there are cohesion, love, and mutual respect among family members. These findings provide insights for families, schools, and the government to develop approaches and arguments to reduce inequality and effectively maintain and enhance student happiness, with a particular focus on disadvantaged student groups.

Keywords: *Adolescents; Happiness; Life satisfaction; Quality of life; Students.*

Ngày nhận bài: 30/7/2025; Ngày gửi phản biện: 31/7/2025; Ngày duyệt đăng bài: 06/10/2025.

^(*) Viện Nghiên cứu Con người, Gia đình và Giới, Viện Hàn lâm Khoa học xã hội Việt Nam.

¹ Bài viết trong khuôn khổ Nhiệm vụ khoa học công nghệ cấp Cơ sở: *Hạnh phúc của học sinh trung học phổ thông ở địa bàn Hà Nội*; Viện Nghiên cứu Con người, Gia đình và Giới là cơ quan chủ trì; TS. Trần Quý Long làm chủ nhiệm; thực hiện năm 2025.

1. Đặt vấn đề

Hạnh phúc vừa là một nhu cầu tự thân vừa là mục tiêu phát triển của con người, luôn gắn liền với niềm vui, sự lạc quan và hy vọng và có mối quan hệ đặc biệt với sức khỏe, thể chất và tinh thần của một cá nhân. Hạnh phúc là một cấu trúc đa chiều cạnh và là một giá trị quan trọng phản ánh chất lượng sống của con người và có thể được coi là một mục tiêu cốt lõi mà mỗi quốc gia, cộng đồng và cá nhân muốn hướng đến (Trần Quý Long, 2023). Nhận thức được tầm quan trọng của việc bảo đảm hạnh phúc cho trẻ em, Điều 3 Công ước Liên hợp quốc về Quyền trẻ em yêu cầu “các quốc gia thành viên cam kết bảo đảm cho trẻ em được bảo vệ và chăm sóc như vậy cần thiết cho hạnh phúc của trẻ em”. Đại hội lần thứ XIII của Đảng cũng đặt ra mục tiêu “Thực hiện đầy đủ quyền trẻ em, tạo môi trường lành mạnh, thuận lợi để trẻ em được phát triển toàn diện” trong việc thực hiện chiến lược phát triển kinh tế - xã hội 10 năm 2021 - 2030 (Đảng Cộng sản Việt Nam, 2021).

Hạnh phúc của học sinh là vấn đề cần được quan tâm nghiên cứu, không chỉ bởi mức độ phổ biến của các vấn đề về sức khỏe tâm thần đối với trẻ vị thành niên mà còn vì những tác động đến đời sống tinh thần của học sinh ngày càng phức tạp hơn trong xã hội có nhiều biến đổi như hiện nay. Theo một nghiên cứu, có khoảng 20% dân số vị thành niên trên thế giới phải đối mặt với những vấn đề về sức khỏe tâm thần. Tỷ lệ mắc các vấn đề sức khỏe tâm thần của trẻ em và vị thành niên ở Việt Nam dao động trong ngưỡng từ 8% đến 29% tùy theo tỉnh, thời điểm khảo sát, giới tính và đặc điểm của người trả lời. Loại hình sức khỏe tâm thần phổ biến nhất trong trẻ em Việt Nam là các vấn đề về lo âu, trầm cảm hoặc có thể là tăng động và giảm chú ý (ODI, UNICEF, 2018). Theo Santrock (2001), vị thành niên nói chung luôn được mô tả là một nhóm trong quá trình phát triển dần thành người lớn và có tính tự tin, tinh thần lạc quan về tương lai. Ít nhất 73% trẻ vị thành niên đều có những khác biệt nhưng đa số họ đều vui vẻ, hạnh phúc, yêu đời, tự chủ, đề cao công việc và học tập, thể hiện cảm xúc tích cực về gia đình và tin rằng mình có thể chịu đựng và chống chọi được với những bất trắc của cuộc đời (John W. Santrock, 2001). Theo một nghiên cứu, phần lớn thời gian giáo viên thấy học sinh ở trạng thái tràn đầy năng lượng với cái nhìn lạc quan. Các giáo viên đều đồng ý rằng hầu hết học sinh đều hạnh phúc (UNICEF, 2022). Một nghiên cứu khác cho thấy, điểm trung bình hạnh phúc chung của 664 học sinh trung học từ 12-18 tuổi tại 5 trường trung học cơ sở và trung học phổ thông trên địa bàn tỉnh Bắc Ninh và thành phố Hà Nội là 3,42 (thang đo Likert từ 1 đến 5), trong đó 15,8% học sinh có cảm nhận hạnh phúc thấp, 69,9% ở mức trung bình và 14,3% ở mức cao. Như vậy, học sinh có mức cảm nhận hạnh phúc cao nhiều hơn số cảm nhận hạnh phúc thấp (Đào Lan Hương và cộng sự, 2020).

Nghiên cứu về hạnh phúc của học sinh quan tâm đến những chỉ báo được coi là quan trọng đối với nhóm xã hội này, từ đó hướng đến các giải pháp nhằm mang lại

cuộc sống hạnh phúc hơn cho các em. Các nghiên cứu tập trung tìm hiểu hạnh phúc chủ quan (subjective well-being) của học sinh, thanh thiếu niên với các yếu tố cấu thành như hài lòng với cuộc sống, cảm xúc tích cực và không có những cảm xúc tiêu cực. Tổ chức OECD nghiên cứu hạnh phúc chủ quan của học sinh trung học phổ thông ở 39 quốc gia thành viên và các quốc gia khác, trong đó có Việt Nam bằng cách khảo sát sự hài lòng cuộc sống với một số yếu tố thành phần (OECD, 2017). Một nhóm tác giả nghiên cứu hạnh phúc chung của học sinh trung học (bao gồm trung học cơ sở và trung học phổ thông) gồm 3 thành tố: hài lòng với cuộc sống, hạnh phúc tinh thần và hạnh phúc phụ thuộc (Đào Lan Hương và cộng sự, 2020).

Bài viết có mục tiêu phân tích, tìm hiểu những yếu tố đặc trưng nhân khẩu học - xã hội, gia đình có mối liên hệ như thế nào với hạnh phúc của học sinh qua việc tổng quan, tổng hợp những nghiên cứu trong nước. Việc tiến hành nghiên cứu tìm hiểu về các yếu tố tác động đến hạnh phúc của học sinh nhằm xác định ảnh hưởng trực tiếp của các lĩnh vực cụ thể đến nhóm xã hội đặc biệt này. Vì thế nghiên cứu về các yếu tố ảnh hưởng đến hạnh phúc của học sinh không chỉ có ý nghĩa đối với sự phát triển của cá nhân học sinh mà còn đáp ứng nhu cầu thúc đẩy các vấn đề về phát triển con người, an toàn và gắn kết xã hội.

2. Các yếu tố ảnh hưởng đến hạnh phúc của học sinh

2.1. Yếu tố giới tính

Là một biến số nhân khẩu học - xã hội cơ bản, giới tính đã được tìm hiểu trong nhiều nghiên cứu về hạnh phúc chủ quan của học sinh. Theo một số nghiên cứu, học sinh nữ là nhóm không hạnh phúc và thường gặp nhiều vấn đề sức khỏe tinh thần hơn so với nhóm học sinh nam. Chẳng hạn, nam học sinh trung học trong độ tuổi 12-18 có cảm nhận hạnh phúc cao hơn nữ học sinh trung học (Đào Lan Hương, 2020a). Kết quả phân tích số liệu khảo sát với 1.023 học sinh từ lớp 6 đến lớp 12 tại 4 tỉnh cũng xác nhận, nam học sinh có điểm số hài lòng với cuộc sống cao hơn nữ học sinh (Trong Dam V.A. và cộng sự, 2023). Nam học sinh có mức độ hài lòng với cuộc sống cao hơn nữ học sinh được xác nhận trong một nghiên cứu khảo sát học sinh trung học cơ sở và trung học phổ thông tại 2 tỉnh (Trần Quý Long, 2024).

Theo phân tích của các nghiên cứu, các yếu tố nguy cơ liên quan đến việc hạnh phúc của học sinh nữ thấp hơn là những quan niệm tiêu cực về đặc điểm thể chất vị thành niên chẳng hạn như những lo ngại bắt đầu xuất hiện trong giai đoạn đầu của lứa tuổi vị thành niên, đặc biệt ở những em gái có lo lắng về chu kỳ kinh nguyệt hoặc những em bị coi là thừa cân. Những mối lo khác xoay quanh hình thể thấp bé, dẫn đến việc bị chọc ghẹo, gọi tên và phân biệt đối xử trong các hoạt động thể thao tại trường học. Bên cạnh đó, các em gái cho rằng, các em cảm thấy căng thẳng nhất là gánh nặng việc nhà và trách nhiệm chăm sóc. Các em gái cảm thấy áp lực nặng nề từ phía cha mẹ và thường bị so sánh với các anh chị em trong gia đình (ODI, UNICEF, 2018).

Học sinh nữ quan tâm nhiều hơn về những điều mà bố mẹ nghĩ về mình, dễ bị tổn thương và nhạy cảm hơn nhiều trước những lời phê bình, chế nhạo so với nam học sinh. Thêm vào đó, nữ học sinh càng có nhiều trách nhiệm gia đình phải gánh vác ở lứa tuổi lớn hơn dẫn đến việc học tập bị ảnh hưởng, tinh thần lạc quan giảm sút vì thế mức độ hài lòng với cuộc sống của các em cũng giảm theo (Trần Quý Long, 2024).

Qua đó cho thấy, việc chú trọng đầu tư chăm sóc, tạo điều kiện, giảm bớt sự thiệt thòi cho học sinh nữ trong các khía cạnh của đời sống vật chất và tinh thần là rất cần thiết nhằm cải thiện mức độ hạnh phúc cho nhóm xã hội này.

2.2. Tuổi

Các nghiên cứu xác nhận có mối liên hệ giữa tuổi và hạnh phúc của học sinh. Theo nghiên cứu của Đào Lan Hương (2020a), cảm nhận hạnh phúc chung giảm dần ở nhóm tuổi lớn hơn. Kết quả khảo sát học sinh từ 12 đến 18 tuổi ở các trường trung học cơ sở và trung học phổ thông cho thấy nhóm học sinh hạnh phúc nhất tập trung ở độ tuổi đầu thiếu niên (12 - 14 tuổi). Điều này cũng dễ lý giải bởi ở độ tuổi này các em không có nhiều vấn đề phải lo nghĩ (việc học hành, lựa chọn nghề nghiệp tương lai) như ở độ tuổi cuối thiếu niên/đầu thanh niên. Hơn thế nữa, quan niệm về hạnh phúc của các em cũng đơn giản. Nghiên cứu này cũng lý giải thêm, mặc dù học sinh có sự thay đổi về mặt sinh lý và tâm lý rõ rệt, đây là giai đoạn khủng hoảng tuổi dậy thì, tuy nhiên cảm nhận hạnh phúc các em ở nhóm nhỏ tuổi lại cao hơn so với các nhóm tuổi lớn hơn là tín hiệu đáng mừng cho thấy những khủng hoảng ở lứa tuổi này không ảnh hưởng nhiều đến cảm nhận hạnh phúc của các em. Nhóm tuổi cuối thanh thiếu niên mặc dù đã có sự trưởng thành và ổn định hơn về mặt tâm lý so với hai giai đoạn đầu và giữa nhưng các em lại chịu áp lực về học hành, thi cử, lựa chọn nghề nghiệp cho tương lai. Do đó mà nhóm này thường gặp stress hơn, vì thế làm cho hạnh phúc giảm đi (Đào Lan Hương, 2020a). Học sinh ở nhóm 12 tuổi hài lòng với cuộc sống cao nhất và giảm ở nhóm tuổi 17, 18 được xác nhận trong nghiên cứu với học sinh trung học ở Bắc Ninh. Sự suy giảm về sự hài lòng với cuộc sống theo tuổi của học sinh có thể là do độ tuổi này các em có sự thay đổi về tâm sinh lý, về cảm xúc, mối quan hệ với những người khác, thay đổi môi trường học tập từ trung học cơ sở lên trung học phổ thông (Đào Lan Hương, 2020b).

Tuổi tăng lên thì sự hài lòng với cuộc sống của học sinh giảm xuống trong nghiên cứu của một tác giả với học sinh tiểu học và trung học cơ sở (Ngô Thị Hoàng Giang, 2020a). Sự hài lòng với cuộc sống nói chung của học sinh giảm theo độ tuổi được chỉ ra trong một công bố phân tích số liệu khảo sát 1.270 học sinh từ 8 đến 12 tuổi đang học tại các trường tiểu học và trung học cơ sở trên địa bàn Hà Nội, Bắc Giang, Thái Nguyên. Theo đó, nhóm học sinh 8 tuổi có mức độ hài lòng cao nhất, tiếp đến là nhóm học sinh 10 tuổi, cuối cùng là nhóm học sinh 12 tuổi (Ngô Thị Hoàng Giang, 2022). Phân tích kết quả khảo sát học sinh từ lớp 6 đến lớp 12 bằng

mô hình hồi quy đa biến, nghiên cứu của một nhóm tác giả xác nhận thực tế học sinh ở bậc trung học phổ thông có điểm số hài lòng với cuộc sống thấp hơn học sinh ở bậc trung học cơ sở (Trong Dam V.A. và cộng sự, 2023). Trần Quý Long (2024) trong nghiên cứu phân tích đa biến hồi quy với học sinh trung học (bao gồm trung học cơ sở và trung học phổ thông) cũng cho thấy, tuổi là một biến số quan trọng và có mối quan hệ nghịch biến với mức độ hài lòng với cuộc sống của học sinh. Khi tăng thêm 1 tuổi thì điểm số trung bình hài lòng với cuộc sống của học sinh lại giảm xuống. Có thể cho rằng, nhiệm vụ học tập càng nặng, áp lực học tập, chia sẻ công việc với gia đình càng tăng ở độ tuổi lớn hơn khiến cho học sinh có nhiều lo lắng hơn vì thế mức độ hài lòng với cuộc sống của các em giảm đi. Thêm vào đó, ở độ tuổi lớn hơn càng xuất hiện nhiều vai trò của người trưởng thành, hoạt động ngày càng phong phú và phức tạp hơn, không chỉ mở rộng về số lượng và phạm vi mà còn biến đổi cả về chất lượng vì thế mức độ hài lòng với cuộc sống của học sinh giảm dần khi tuổi tăng lên (Trần Quý Long, 2024). Một nhóm tác giả trong nghiên cứu của mình xác nhận có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê về mức độ hạnh phúc ở trường học của học sinh trung học phổ thông ở 3 khối lớp. Tuy nhiên, những học sinh khối lớp 11 có tỷ lệ hạnh phúc cao nhất, ngược lại học sinh lớp 10 ít hạnh phúc nhất. Có thể học sinh lớp 10 là nhóm mới vào trường và chưa đủ thời gian để có các mối quan hệ bạn bè thân thiết cũng như làm quen với môi trường học tập mới, còn học sinh lớp 12 thì đang chịu áp lực rất lớn của các kỳ thi quan trọng cuối cấp (Phan Thị Mai Hương, Nguyễn Hữu Minh, 2017).

2.3. Dân tộc

Thành phần dân tộc có mối quan hệ với hạnh phúc của học sinh. Phân tích dữ liệu cắt ngang từ khảo sát Young Lives đối với nhóm trẻ em 12 tuổi ở Việt Nam cho thấy trẻ em thuộc các nhóm dân tộc thiểu số mức độ hạnh phúc thấp hơn (Ngoc P. Nguyen, 2011). Theo kết quả phân tích số liệu Điều tra các mục tiêu phát triển bền vững về trẻ em và phụ nữ Việt Nam 2020 - 2021 (Tổng cục Thống kê và UNICEF, 2021), nhóm vị thành niên học sinh 15 - 17 tuổi người Kinh có tỷ lệ hạnh phúc cao hơn nhóm vị thành niên học sinh dân tộc thiểu số. Học sinh trung học cơ sở và học sinh trung học phổ thông dân tộc thiểu số có mức độ hạnh phúc thấp hơn học sinh người Kinh khi có điểm số trung bình về hài lòng với cuộc sống thấp hơn. Mức độ hài lòng với cuộc sống của học sinh người Kinh cao hơn nhóm học sinh dân tộc thiểu số là do điều kiện kinh tế - xã hội cũng như đời sống vật chất và tinh thần tốt hơn (Trần Quý Long, 2024).

2.4. Mức sống

Các nghiên cứu cho thấy, điều kiện kinh tế gia đình, mức sống ảnh hưởng đến hạnh phúc của học sinh theo hình thức đồng biến, nghĩa là gia đình có mức sống cao hơn thì học sinh hạnh phúc hơn. Lớn lên trong nghèo khó có thể có một tác động bất lợi

đáng kể đối với hạnh phúc, chất lượng cuộc sống và tác động vào các cơ hội tương lai của trẻ em. Đói nghèo có thể có tác động vào mọi lĩnh vực của cuộc sống của một đứa trẻ, từ sức khỏe, giáo dục và đến hạnh phúc (Tạ Thị Thanh Thủy, 2022). Học sinh có điều kiện kinh tế khá giả có cảm nhận hạnh phúc cao hơn những học sinh sống ở gia đình có điều kiện kinh tế khó khăn. Phần lớn học sinh trung học ở nhóm hạnh phúc đều sống trong các gia đình có điều kiện kinh tế trung bình và khá giả, không có em nào có hoàn cảnh khó khăn (Đào Lan Hương, 2020a). Nhóm học sinh ở gia đình có mức sống nghèo có mức độ hạnh phúc thấp hơn nhóm học sinh ở gia đình không nghèo được tìm thấy qua phân tích dữ liệu cắt ngang từ khảo sát Young Lives ở Việt Nam với nhóm trẻ em 12 tuổi (Ngọc P. Nguyen, 2011). Nếu học sinh được hưởng những điều kiện sống cần thiết sẽ hài lòng với cuộc sống nói chung cao hơn (Ngô Thị Hoàng Giang, 2020b). Yếu tố vật chất có ảnh hưởng đến cảm nhận hạnh phúc của học sinh cũng được khẳng định qua nghiên cứu Đào Lan Hương (Đào Lan Hương, 2022). Phân tích số liệu Điều tra các mục tiêu phát triển bền vững về trẻ em và phụ nữ Việt Nam 2020 - 2021 (Tổng cục Thống kê và UNICEF, 2021) cho thấy, nhóm vị thành niên học sinh 15 - 17 tuổi ở gia đình có mức sống (theo ngũ phân vị điểm số tài sản) cao hơn có tỷ lệ hạnh phúc cao hơn. Phân tích số liệu Khảo sát trẻ em thế giới của 35 quốc gia, trong đó có Việt Nam cho thấy, mối liên hệ giữa thang đo mức độ sung túc của gia đình và hạnh phúc chủ quan của trẻ em ở hầu hết các quốc gia là rất thấp và thường không đáng kể. Tuy nhiên, mối tương quan này của Việt Nam là khá cao và rất có ý nghĩa thống kê. Nghĩa là mức độ sung túc của gia đình càng cao thì hạnh phúc chủ quan của trẻ em càng cao (Gross-Manos, D., Bradshaw, J., 2022).

Theo phân tích của Tạ Thị Thanh Thủy (2022), thu nhập gia đình có thể ảnh hưởng đáng kể đến cảm nhận hạnh phúc của trẻ em và thanh thiếu niên, nhiều trẻ em cảm thấy thiếu thốn và không vui vì họ đã bỏ lỡ những thứ mà những đứa trẻ khác có. Khi thời gian sống trong cảnh nghèo đói tăng lên, trẻ em cũng có cảm giác bất hạnh, lo lắng và phụ thuộc. Nó cũng ảnh hưởng lên cảm xúc khi trẻ em phải vật lộn để đối phó với rủi ro xã hội của sự khác biệt và bất lợi (Tạ Thị Thanh Thủy, 2022). Trẻ em trong những gia đình nghèo có thể cảm thấy khác biệt, thấp kém và các em có thể lo lắng, sợ hãi về việc bị bắt nạt, bị cô lập, bị bỏ rơi. Nghèo khổ mang lại sự không chắc chắn, bất an đối với trẻ em trong cuộc sống, làm mất lòng tự trọng và sự tự tin, làm suy yếu niềm tin trong cuộc sống hàng ngày và niềm tin của các em vào phúc lợi trong tương lai (UNICEF, UBND Thành phố Hồ Chí Minh, 2017). Học sinh ở những gia đình có mức sống cao hơn có mức độ hài lòng với cuộc sống cao hơn do khả năng đáp ứng tốt hơn những mong muốn, nhu cầu vật chất và tinh thần của gia đình. Ngược lại, học sinh ở những gia đình có mức sống thấp hơn có mức độ hài lòng với cuộc sống thấp hơn do gặp rất nhiều khó khăn từ đời sống vật chất, tinh thần (Trần Quý Long, 2024).

2.5. Sự gắn kết gia đình

Gia đình là môi trường xã hội quan trọng cho sự phát triển của học sinh và một môi trường gia đình lành mạnh, yêu thương, gắn kết góp phần không chỉ xây dựng gia đình khỏe mạnh mà còn đảm bảo sự hạnh phúc cho các em. Căng thẳng trong mối quan hệ gia đình liên quan đến hôn nhân bất hạnh có thể làm xói mòn sức khỏe và niềm hạnh phúc của con cái (John W. Santrock, 2001). Theo nghiên cứu của Đào Lan Hương (2022a), gắn kết gia đình là một thước đo để đánh giá về hạnh phúc của học sinh. Gắn kết gia đình thể hiện qua việc quan tâm, ủng hộ nhau của các thành viên trong gia đình, bao gồm cả sự gắn bó về tình cảm của học sinh đối với gia đình. Trong quá trình tương tác, giao tiếp giữa các thành viên trong gia đình, sự gắn kết càng được nảy nở và củng cố. Gia đình có mức độ gắn kết cao và không có sự xung đột, cãi nhau giữa bố mẹ làm cho học sinh hạnh phúc hơn. Trong mô hình phân tích, tác giả cho thấy yếu tố gắn kết gia đình dự báo 28,6% sự biến thiên trong cảm nhận hạnh phúc chung của học sinh trung học. Sự gắn kết gia đình chính là điều kiện cần thiết để đem lại cảm giác an toàn, hạnh phúc cho học sinh. Qua đó, tác giả đặt ra vấn đề là cần nâng cao sự gắn kết giữa các thành viên trong gia đình bao gồm sự gắn kết về hành vi và gắn kết về cảm xúc để nâng cao cảm nhận hạnh phúc của học sinh (Đào Lan Hương, 2020a). Sự gắn kết gia đình tương quan thuận với hài lòng cuộc sống của học sinh được Đào Lan Hương (2022b) xác nhận khi phân tích kết quả khảo sát 257 học sinh trung học cơ sở và học sinh trung học phổ thông ở tỉnh Bắc Ninh. Theo đó, học sinh sống trong gia đình có xung đột và bạo hành giữa bố mẹ ít hạnh phúc hơn so với học sinh sống trong gia đình không có xung đột và bạo hành giữa bố mẹ (Đào Lan Hương, 2020b). Trải nghiệm bầu không khí hòa thuận trong gia đình là điều kiện tốt nhất cho sự phát triển chất lượng cuộc sống của học sinh. Một khi không còn tìm thấy ở gia đình sự bình yên cần thiết thì học sinh sẽ có những tổn thương tâm lý dẫn đến sự rối nhiễu cảm xúc, tinh thần bất an và có mức độ hài lòng với cuộc sống thấp (Trần Quý Long, 2024).

Được lắng nghe, khích lệ, tin tưởng, và được đánh giá cao là những yếu tố tâm lý thực sự làm bình an trạng thái nội tâm và mang tính nâng đỡ tinh thần và làm cho học sinh hạnh phúc (Phan Thị Mai Hương, Nguyễn Hữu Minh, 2017). Sự quan tâm, lắng nghe, hỗ trợ của cha mẹ là một trong những yếu tố quan trọng giúp học sinh cảm thấy hài lòng với cuộc sống (Trương Thị Khánh Hà và cộng sự, 2017). Theo ODI và UNICEF (2018), gia đình có mối quan hệ tình cảm bền chặt là một yếu tố bảo vệ quan trọng giúp học sinh tránh những căng thẳng và tổn thương tâm lý xã hội. Qua kết quả các cuộc phỏng vấn của nghiên cứu, học sinh cảm nhận được sự yêu thương nhiều nhất từ cha mẹ và ông bà, và các em thấy hạnh phúc khi có thể chia sẻ cảm xúc và những mối quan tâm với cha mẹ và ông bà. Thông tin định tính của nghiên cứu này còn cho thấy, gia đình có mức độ gắn kết cao làm cho các em

học sinh nam hạnh phúc. Chẳng hạn, một em học sinh nam chia sẻ rằng “về nhà và ăn cơm với gia đình” khiến em hạnh phúc. Một nam học sinh khác cho rằng em cảm thấy “hạnh phúc nhất là khi ba mẹ không cãi nhau” (ODI, UNICEF, 2018). Yếu tố bảo vệ từ gia đình có tác động tích cực đến mức độ hài lòng với cuộc sống của học sinh cũng được xác nhận. Việc gặp phải sự cô đơn, cô lập trong gia đình và xung đột với bố là yếu tố tiêu cực làm giảm mức độ hài lòng với cuộc sống của học sinh. Bên cạnh đó nghiên cứu này còn xác nhận việc có nhiều người để tâm sự thì học sinh càng cảm thấy hạnh phúc hơn (Trong Dam V.A. và cộng sự, 2023). Mức độ hài lòng với cuộc sống của học sinh trung học cao hơn ở những gia đình mà bố mẹ dành nhiều thời gian để tâm sự trò chuyện với các em. Ngược lại, ở những gia đình bố mẹ dành ít thời gian tâm sự, trò chuyện với học sinh thì mức độ hài lòng với cuộc sống của các em thấp hơn. Điều này phản ánh thực tế, một số bố mẹ gặp khó khăn, hạn chế trong việc dành thời gian chăm sóc đời sống tinh thần cho con tuổi học sinh do sức ép của công việc và lao động kiếm sống, vì thế học sinh có mức độ hài lòng với cuộc sống thấp hơn (Trần Quý Long, 2024).

Mối quan hệ giữa bố và mẹ tích cực có tương quan thuận chiều cùng với hạnh phúc của học sinh trung học và dự báo 12,7% sự biến thiên cảm nhận hạnh phúc chung của các em. Các chỉ báo đo lường mối quan hệ bố mẹ tích cực được tác giả đo lường như “Bố mẹ tôi sống hòa thuận với nhau”, “Bố mẹ tôi quan tâm chăm sóc nhau”, “Bố mẹ tôi luôn biết cách giải quyết mâu thuẫn trong hòa bình”... Qua đó cho thấy, học sinh trung học sống trong gia đình bố mẹ có mối quan hệ tốt thì có khả năng hạnh phúc cao hơn (Đào Lan Hương, 2020a).

Một trong những yếu tố quan trọng giúp học sinh cảm thấy hài lòng và hạnh phúc với cuộc sống là sự lắng nghe, tôn trọng của cha mẹ (Ngô Thị Hoàng Giang, 2020b). Học sinh tiểu học và trung học cơ sở ở khu vực thành thị và ngoại thành trong một nghiên cứu định tính cho biết, các em cảm thấy hài lòng khi mối quan hệ gia đình chất lượng và tốt đẹp. Phát hiện của nghiên cứu này cũng ngụ ý rằng, học sinh rất nhấn mạnh tầm quan trọng của các mối quan hệ chất lượng, đặc biệt là mối quan hệ giữa các thành viên trong gia đình khi thể hiện nhận thức về hạnh phúc. Theo đó, gia đình vẫn luôn đóng vai trò thiết yếu trong việc hình thành và phát triển nhân cách của trẻ em Việt Nam bất chấp những thay đổi lớn trong xã hội Việt Nam (Trinh Thị Linh và cộng sự, 2021). Học sinh tuổi trung học có mức độ hài lòng với cuộc sống càng cao nếu có mối quan hệ với bố mẹ càng tốt được xác nhận ở nghiên cứu của Trần Quý Long (2024). Do đó, việc tăng cường sự gắn kết giữa bố mẹ và con tuổi học sinh trên cơ sở dành thời gian tâm sự, trò chuyện cần được các bậc bố mẹ đặc biệt quan tâm vì đây là điều kiện cốt lõi để học sinh có cơ hội có môi trường xã hội thuận lợi cho sự phát triển chất lượng cuộc sống và nâng cao đời sống tinh thần (Trần Quý Long, 2024).

Có thể thấy, gia đình có sự tác động không nhỏ đến hạnh phúc của học sinh. Không chỉ ở trường học, mà cả ở nhà, học sinh cần được khuyến khích chia sẻ cảm xúc và giải quyết xung đột với cha mẹ. Việc củng cố mối liên kết tình cảm trong gia đình cũng như cải thiện môi trường sống, không khí gia đình là những hàm ý quan trọng để nâng cao hạnh phúc của học sinh. Các bậc cha mẹ cần phải hiểu rõ gia đình là môi trường nuôi dưỡng, giáo dục đầu tiên và đặc biệt quan trọng đối với quá trình hình thành và phát triển chất lượng cuộc sống của con trong tuổi học sinh. Sự quan tâm dành cho con trong đời sống tâm lý, tình cảm của các bậc cha mẹ là hệ quả đặc biệt quan trọng cho tương lai của con (Trần Quý Long, 2014).

2.6. Cấu trúc gia đình

Có một lượng nghiên cứu đáng kể về mối liên hệ giữa cấu trúc gia đình và hạnh phúc của trẻ em, phần lớn tập trung vào tác động của việc cha mẹ ly hôn, ly thân hoặc cha mẹ đơn thân. Theo đó, học sinh trung học sống trong gia đình có đầy đủ cha mẹ có cảm nhận hạnh phúc với cuộc sống cao hơn học sinh sống trong những gia đình với điểm khác biệt như chỉ có bố hoặc mẹ, gia đình bố mẹ ly hôn, ly thân, gia đình có mẹ kế bố dượng (Đào Lan Hương, 2020a). Học sinh có điểm trung bình hài lòng với cuộc sống thấp nhất nếu sống trong gia đình bố mẹ ly hôn, ly thân, tiếp theo là sống trong gia đình có bố hoặc mẹ mất. Ngược lại, điểm trung bình hài lòng với cuộc sống của học sinh cao nhất khi ở trong gia đình hạt nhân (Đào Lan Hương, 2020b).

2.7. Nơi cư trú

Hạnh phúc của học sinh có sự khác nhau theo nơi cư trú, địa bàn sinh sống của gia đình. Học sinh ở khu vực đô thị có xu hướng hạnh phúc hơn so với học sinh ở khu vực nông thôn. Chẳng hạn, tìm hiểu về hạnh phúc của học sinh đối với trường học, một nhóm tác giả xác nhận học sinh ở khu vực thành thị có mức độ hạnh phúc cao hơn so với học sinh ở khu vực nông thôn (Nguyễn Tuấn Anh, Trương Thị Khánh Hà, 2022). Học sinh trong hai nhóm 10 và 12 tuổi hài lòng với cuộc sống ở khu vực thành thị cao hơn khu vực nông thôn được xác nhận trong nghiên cứu của Ngô Thị Hoàng Giang (2020a). Đối với nhóm học sinh lớn tuổi hơn, Đào Lan Hương (2022a) phân tích kết quả khảo sát 664 học sinh trong độ tuổi từ 12 đến 18 tuổi đang học ở các trường trung học cơ sở và trung học phổ thông trên địa bàn tỉnh Bắc Ninh và thành phố Hà Nội nhận thấy, học sinh cư trú ở khu vực thành thị hạnh phúc hơn học sinh ở khu vực nông thôn.

Kết quả này có thể giải thích từ điều kiện kinh tế xã hội của môi trường sống ảnh hưởng đến cảm nhận hạnh phúc của học sinh trung học. Có thể học sinh trung học sống ở khu vực thành thị có cơ hội tiếp xúc với các dịch vụ giải trí, chăm sóc y tế, môi trường học tập tốt hơn, v.v. nên cũng có thể điều này thỏa mãn được các nhu cầu của các em và ảnh hưởng đến cảm nhận của các em về hạnh phúc (Đào Lan Hương, 2020a). Phân tích số liệu Điều tra các mục tiêu phát triển bền vững về trẻ em

và phụ nữ Việt Nam 2020-2021 (Tổng cục Thống kê và UNICEF, 2021) cũng cho kết quả tương tự, nhóm vị thành niên học sinh 15 - 17 tuổi cư trú ở khu vực thành thị có tỉ lệ hạnh phúc cao hơn nhóm vị thành niên học sinh cư trú ở khu vực nông thôn. Học sinh cư trú ở khu vực nông thôn có mức độ hài lòng với cuộc sống thấp hơn với học sinh thành thị cũng được một nghiên cứu phân tích số liệu khảo sát học sinh trung học cơ sở và học sinh trung học phổ thông ở hai tỉnh Thái Bình (cũ) và Sơn La xác nhận (Trần Quý Long, 2024).

3. Kết luận

Bài viết cho thấy các yếu tố nhân khẩu học, kinh tế - xã hội, đặc trưng gia đình có mối liên hệ với hạnh phúc của học sinh. Nhìn chung, học sinh ở nhóm yếu thế hoặc nguồn lực, điều kiện kinh tế - xã hội thấp hơn (nữ, dân tộc thiểu số, mức sống nghèo, ở nông thôn) có xu hướng đạt được sự hạnh phúc thấp hơn. Bên cạnh đó, yếu tố đặc trưng gia đình như gắn kết giữa các thành viên có vai trò quan trọng trong việc bảo đảm hạnh phúc cho học sinh. Qua đó, nghiên cứu gợi mở cho gia đình, nhà trường, Nhà nước những cách tiếp cận, luận cứ để duy trì và nâng cao hạnh phúc cho học sinh một cách hiệu quả. Việt Nam cần thực hiện những chính sách nhằm thu hẹp khoảng cách, bất bình đẳng trong hạnh phúc của trẻ em nói chung, học sinh nói riêng, hướng tới mục tiêu đảm bảo mọi học sinh đều hạnh phúc.

Tài liệu tham khảo

1. Đảng Cộng sản Việt Nam. 2021. *Văn kiện Đại hội đại biểu toàn quốc lần thứ XIII - Tập 1*. Nxb. Chính trị quốc gia Sự thật. Hà Nội.
2. Đào Lan Hương. 2020a. *Cảm nhận hạnh phúc của thanh thiếu niên trong mối quan hệ với gia đình*. Luận án Tiến sĩ Tâm lý học. Đại học Quốc gia Hà Nội. Hà Nội.
3. Đào Lan Hương. 2020b. “Gắn kết với gia đình và hài lòng với cuộc sống của thanh thiếu niên”. *Tạp chí Tâm lý học*, số 1(250), pp. 62 - 75.
4. Đào Lan Hương. 2022. “Ảnh hưởng của chất lượng cuộc sống vật chất tới hạnh phúc tinh thần của thanh thiếu niên”. *Tạp chí Tâm lý học*, số 4(277), tr. 74 - 83.
5. Đào Lan Hương, Nguyễn Thị Thanh Hằng, Mai Thị Thúy Hào. 2020. “Hạnh phúc của thanh thiếu niên: Một nghiên cứu đa tiếp cận”. *Tạp chí Tâm lý học*, số 6, tr. 43 - 55.
6. Gross-Manos, D., Bradshaw, J. 2022. “The association between the material well-being and the subjective well-being of children in 35 countries”. *Child Indicators Research*, vol. 15, pp. 1 - 33.
7. John W. Santrock. 2001. *Adolescence*. University of Texas at Dallas. McGraw-Hill, New York.
8. Ngọc P. Nguyen. 2011. *What makes a child happy? The link between family income, social networks and subjective well-being in Vietnam*. Working paper No. 74. Young Lives, Oxford Department of International Development (ODID), University of Oxford.
9. Ngô Thị Hoàng Giang. 2020a. “Nghiên cứu sự hài lòng với cuộc sống của trẻ em từ 8 đến 12 tuổi”. *Tạp chí Tâm lý học Việt Nam*, số 10, tr. 27 - 36.

10. Ngô Thị Hoàng Giang. 2020b. “Nghiên cứu yếu tố ảnh hưởng đến sự hài lòng với cuộc sống của trẻ em”. *Tạp chí Tâm lý học Việt Nam*, số 9, tr. 75 - 82.
11. Ngô Thị Hoàng Giang. 2022. “Kiểm định thang đo sự hài lòng với cuộc sống của trẻ em ở Việt Nam”. *Tạp chí Tâm lý học Việt Nam*, số 7, tr. 17 - 27.
12. Nguyễn Tuấn Anh, Trương Thị Khánh Hà. 2022. “Cảm nhận hạnh phúc của trẻ em tại trường học”. *Tạp chí Tâm lý học*, số 1, tr. 3 - 19.
13. ODI, UNICEF. 2018. *Sức khỏe tâm thần và tâm lý xã hội của trẻ em và thanh niên tại một số tỉnh và thành phố ở Việt Nam*. Báo cáo nghiên cứu. Overseas Development Institute và UNICEF Việt Nam, Hà Nội.
14. OECD. 2017. *PISA 2015 Results (Volume III): Students' well-being*. OECD Publishing. Paris.
15. Phan Thị Mai Hương, Nguyễn Hữu Minh. 2017. “Những yếu tố trường học đặc trưng của nhóm trẻ hạnh phúc và không hạnh phúc”. *Tạp chí Nghiên cứu Gia đình và Giới*, số 6, tr. 81 - 92.
16. Tạ Thị Thanh Thủy. 2022. “Hội nhập xã hội và nâng cao chất lượng sống cho trẻ em hộ gia đình nghèo tại thành phố Hồ Chí Minh”. *Tạp chí Tâm lý học Việt Nam*, số 6, tr. 93 - 102.
17. Tổng cục Thống kê và UNICEF. 2021. *Điều tra các mục tiêu phát triển bền vững về trẻ em và phụ nữ Việt Nam 2020 - 2021*. Báo cáo kết quả điều tra. Tổng cục Thống kê. Hà Nội.
18. Trần Quý Long. 2014. “Sự quan tâm của cha mẹ đối với con cái vị thành niên trong đời sống tâm lý, tình cảm ở khu vực Bắc Trung bộ”. *Tạp chí Nghiên cứu Gia đình và Giới*, số 5, tr. 84 - 93.
19. Trần Quý Long. 2023. “Hạnh phúc của phụ nữ Việt Nam và các yếu tố ảnh hưởng”. *Tạp chí Nghiên cứu Gia đình và Giới*, số 3, tr. 49 - 63.
20. Trần Quý Long. 2024. “Mức độ hài lòng của trẻ vị thành niên với cuộc sống và các yếu tố ảnh hưởng”. *Tạp chí Khoa học xã hội Việt Nam*, số 8, tr. 3 - 10.
21. Trinh Thị Linh, Ngô Thị Hoàng Giang, Trương Thị Khanh Hà. 2021. “When are children satisfied with life? An initiative qualitative study from Vietnamese children sample”. *Science Progress*, vol. 104(4), pp. 1 - 19.
22. Trong Dam V.A., Do H.N., Thi Vu T.B. và cộng sự. 2023. “Associations between parent-child relationship, self-esteem, and resilience with life satisfaction and mental wellbeing of adolescents”. *Front. Public Health*, vol. 11, pp. 1012337.
23. Trương Thị Khánh Hà, Nguyễn Văn Lược, Trần Hà Thu. 2017. “Sự hài lòng với cuộc sống của trẻ em: Một số khía cạnh liên quan đến gia đình và trường học”. Kỷ yếu hội thảo quốc tế Tâm lý học khu vực Đông Nam Á lần thứ nhất: *Hạnh phúc con người và phát triển bền vững*. Nxb. Đại học Quốc gia Hà Nội. Hà Nội, tr. 65 - 73.
24. UNICEF. 2022. *Nghiên cứu toàn diện về các yếu tố liên quan đến trường học ảnh hưởng đến sức khỏe tâm thần và sự phát triển toàn diện của trẻ em nam và nữ vị thành niên tại Việt Nam*. Hà Nội.
25. UNICEF, UBND thành phố Hồ Chí Minh. 2017. *Phân tích tình hình trẻ em thành phố Hồ Chí Minh, Việt Nam năm 2017*.