

ẢNH HƯỞNG CỦA TRẢI NGHIỆM CẢM XÚC ĐẾN GẮN KẾT TRƯỜNG HỌC Ở HỌC SINH TRUNG HỌC CƠ SỞ TỈNH QUẢNG NGÃI

Lê Văn Hiền

Trường Y Dược - Đại học Đà Nẵng.

TÓM TẮT

Nghiên cứu đã tiến hành khảo sát trên 759 học sinh trung học cơ sở tại tỉnh Quảng Ngãi nhằm đánh giá ảnh hưởng của trải nghiệm cảm xúc đến gắn kết trường học. Phân tích gồm mô tả, tương quan Pearson và hồi quy bội tuyến tính. Kết quả cho thấy gắn kết trường học tương quan thuận với trải nghiệm cảm xúc tích cực và tương quan nghịch với trải nghiệm cảm xúc tiêu cực. Mô hình hồi quy giải thích 16,0% phương sai gắn kết trường học. Cảm xúc tích cực dự báo tăng gắn kết trường học trong khi cảm xúc tiêu cực dự báo giảm gắn kết trường học. Kết quả gợi ý rằng việc nuôi dưỡng trải nghiệm cảm xúc tích cực và đồng thời giảm thiểu cảm xúc tiêu cực là đòn bẩy khả thi để nâng cao mức độ gắn kết trường học ở học sinh trung học cơ sở.

Từ khóa: Cảm xúc tích cực; Cảm xúc tiêu cực; Gắn kết trường học; Trung học cơ sở; Tỉnh Quảng Ngãi.

Ngày nhận bài: 14/8/2025; Ngày duyệt đăng bài: 25/10/2025.

1. Mở đầu

Gắn kết trường học được định nghĩa là trạng thái tâm lý mà học sinh cảm thấy được chấp nhận, tôn trọng và hỗ trợ bởi thầy cô, bạn bè và cộng đồng học đường (Libbey, 2004). Nhiều nghiên cứu quốc tế đã xác nhận rằng gắn kết trường học là một yếu tố bảo vệ quan trọng, liên quan đến thành tích học tập cao hơn, hành vi xã hội tích cực hơn và nguy cơ thấp hơn đối với các vấn đề tâm lý (Allen và cộng sự, 2018; CDC, 2023). Các phân tích tổng hợp gần đây cũng nhấn mạnh rằng gắn kết trường học không chỉ ảnh hưởng trực tiếp đến sức khỏe tinh thần, mà còn giúp giảm thiểu tác động tiêu cực của các yếu tố rủi ro xã hội như cô lập xã hội hoặc áp lực học tập (Allen và cộng sự, 2024).

Trải nghiệm cảm xúc là thành tố trung tâm của đời sống tâm lý, phản ánh cường độ và tần suất của các trạng thái cảm xúc tích cực và tiêu cực (Watson và cộng sự, 1988). Các nghiên cứu của Pekrun và cộng sự (2002) và Fredrickson (2001) chỉ ra rằng trải nghiệm cảm xúc tích cực thúc đẩy sự tham gia tích cực, tăng khả năng hợp tác và củng cố cảm giác thuộc về cộng đồng học đường, trong khi trải nghiệm cảm xúc tiêu cực thường làm giảm động lực và tăng hành vi rút lui. Trong bối cảnh học đường, mối quan hệ giữa cảm xúc và gắn kết trường học được xem như một cơ chế quan trọng để hiểu về động lực và sự tham gia của học sinh.

Tại Việt Nam, một số nghiên cứu đã đề cập đến gắn kết trường học và sức khỏe tâm thần, cho thấy mức độ gắn kết cao giúp giảm nguy cơ trầm cảm, lo âu và stress ở học sinh (Hoàng Kim Thành và cộng sự, 2021). Các công trình khác tập trung vào sức khỏe tinh thần nói chung hoặc áp lực học tập, nhưng ít nghiên cứu đánh giá tác động của trải nghiệm cảm xúc đến mức độ gắn kết trường học. Thêm vào đó, các yếu tố văn hóa - xã hội đặc thù của Việt Nam, như định hướng tập thể, kỳ vọng học tập cao và cấu trúc quan hệ thầy trò, có thể tạo nên những mô hình khác biệt so với bối cảnh phương Tây, nhưng chưa được khai thác đầy đủ.

Xuất phát từ khoảng trống này, nghiên cứu hiện tại được tiến hành nhằm: (1) mô tả mức độ cảm xúc tích cực, cảm xúc tiêu cực và gắn kết trường học của học sinh trung học phổ thông; (2) phân tích mối tương quan giữa các biến này và (3) kiểm định tác động dự báo của cảm xúc tích cực và tiêu cực đối với gắn kết trường học. Kết quả nghiên cứu kỳ vọng sẽ bổ sung bằng chứng thực nghiệm vào kho tàng tri thức về tâm lý học đường tại Việt Nam, đồng thời hỗ trợ xây dựng các chương trình can thiệp nhằm tăng cường sự gắn kết của học sinh với môi trường học tập.

2. Mẫu và phương pháp nghiên cứu

2.1. Mẫu nghiên cứu

Khách thể nghiên cứu được lựa chọn bằng phương pháp chọn mẫu thuận tiện từ các trường công lập và ngoài công lập. Bảng hỏi được thiết kế dưới dạng trực tuyến (Google Forms) và được gửi tới giáo viên chủ nhiệm để chuyển tiếp cho học sinh tham gia. Quá trình thu thập dữ liệu được thực hiện đồng loạt, đảm bảo học sinh trả lời độc lập. Sau khi hoàn tất thu thập, nghiên cứu tiến hành sàng lọc dữ liệu, loại bỏ các bảng trả lời không đầy đủ hoặc có dấu hiệu không hợp lệ, kết quả thu được 759 phiếu hợp lệ đưa vào phân tích. Mẫu nghiên cứu có sự phân bố cân đối về giới tính (nam 50,1%, nữ 49,9%), khối lớp (lớp 6: 50,2%; lớp 9: 49,8%) và loại hình trường học (công lập: 69,7%; ngoài công lập: 30,3%).

Bảng 1: Đặc điểm mẫu nghiên cứu

Đặc điểm	Nhóm	Số lượng (n)	Tỷ lệ (%)
Giới tính	Nam	380	50,1
	Nữ	379	49,9
Khối lớp	Lớp 6	381	50,2
	Lớp 9	378	49,8
Loại hình trường	Công lập	529	69,7
	Ngoài công lập	230	30,3
Tổng		759	100,0

2.2. Công cụ nghiên cứu

Nghiên cứu sử dụng thang đo cảm giác tâm lý về sự gắn kết với trường học (Psychological Sense of School Membership Scale - PSSM) của Goodenow (1993) để đánh giá mức độ gắn kết của học sinh với trường học được thiết kế dưới dạng thang đo Likert gồm 5 mức độ: 1- Hoàn toàn không đúng với tôi; 2- Không đúng với tôi; 3- Đúng với tôi một chút; 4- Đúng với tôi khá nhiều và 5- Hoàn toàn đúng với tôi. Nội dung các biểu hiện của tính gắn kết trường học được chúng tôi phân loại và chia nhóm như sau: Gắn kết với thầy cô: bao gồm các item: 5, 7, 14, 9. Gắn kết với bạn bè: bao gồm các item: 4, 11, 12, 18. Gắn kết với nhà trường: bao gồm các item: 1, 2, 3, 6, 8, 10, 13, 15, 16, 17. Các item 6, 9, 12 và 16 được đảo chiều trước khi xử lý số liệu để đảm bảo hướng điểm thống nhất với mức độ gắn kết: điểm càng cao phản ánh mức độ gắn kết càng cao.

Thang đo nhằm mô tả thực trạng mức độ gắn kết trường học và mối quan hệ với các yếu tố liên quan ở học sinh trung học hiện nay. Phiên bản tiếng Việt đã được Trần Văn Công và cộng sự (2017) thích nghi và đánh giá trên đối tượng học sinh trung học cơ sở. Kết quả phân tích cho thấy thang đo Gắn kết trường học có độ tin cậy tốt trên toàn mẫu ($\alpha = 0,91$). Độ tin cậy của từng tiểu thang như sau: gắn kết với thầy cô: $\alpha = 0,85$; gắn kết với bạn bè: $\alpha = 0,83$; gắn kết với nhà trường: $\alpha = 0,88$.

Để đo lường trải nghiệm cảm xúc của học sinh, nghiên cứu sử dụng thang PANAS do Watson, Clark và Tellegen (1988) phát triển, gồm 20 mục hỏi chia thành hai tiểu thang: Cảm xúc tích cực (10 mục) phản ánh mức độ học sinh cảm thấy nhiệt tình, năng động, hứng khởi, tập trung và tràn đầy năng lượng; Cảm xúc tiêu cực (10 mục) phản ánh mức độ học sinh trải qua các trạng thái khó chịu như buồn bã, tức giận, lo lắng, tội lỗi hoặc sợ hãi. Mỗi mục được đánh giá theo thang Likert 5 mức (1 = Rất ít hoặc hoàn toàn không cảm thấy; 2 = Ít cảm thấy; 3 = Cảm thấy ở mức vừa phải; 4 = Cảm thấy nhiều; 5 = Cảm thấy rất nhiều), dựa trên trải nghiệm của học sinh trong hai tuần gần đây. Kiểm định độ tin cậy cho thấy thang đo đạt mức tốt, với $\alpha = 0,88$ đối với tiểu thang đo Cảm xúc tích cực và $\alpha = 0,86$ đối với tiểu thang đo Cảm xúc tiêu cực.

2.3. Phân tích số liệu

Dữ liệu được xử lý bằng SPSS 26.0, sử dụng thống kê mô tả (trung bình (M), độ lệch chuẩn (SD)), phân tích tương quan Pearson để xác định mối liên hệ giữa trải nghiệm cảm xúc và gắn kết trường học và hồi quy bội tuyến tính với biến phụ thuộc là gắn kết trường học, biến độc lập gồm trải nghiệm cảm xúc tích cực và tiêu cực.

3. Kết quả nghiên cứu

3.1. Thực trạng gắn kết trường học ở học sinh trung học cơ sở tỉnh Quảng Ngãi

Kết quả khảo sát ở bảng 2 cho thấy mức độ gắn kết trường học của học sinh trong mối quan hệ với bạn bè đạt điểm trung bình cao nhất ($M = 3,91$; $SD = 0,65$),

chỉ ra rằng sự hỗ trợ đồng trang lứa đóng vai trò then chốt trong trải nghiệm học đường. Gắn kết với thầy cô cũng đạt mức cao ($M = 3,84$; $SD = 0,68$), phản ánh sự tương tác tích cực giữa giáo viên và học sinh, góp phần củng cố cảm giác an toàn và được tôn trọng. Gắn kết với nhà trường có điểm trung bình thấp nhất ($M = 3,76$; $SD = 0,70$), song vẫn ở mức khá, cho thấy cần tiếp tục tăng cường các hoạt động kết nối, xây dựng hình ảnh nhà trường gần gũi và hỗ trợ học sinh nhiều hơn.

Bảng 2: Gắn kết trường học ở học sinh

Tiểu thang/Thang tổng	M	SD	Min	Max
Gắn kết với thầy cô	3,84	0,68	1,75	5,00
Gắn kết với bạn bè	3,91	0,65	2,00	5,00
Gắn kết với nhà trường	3,76	0,70	1,88	5,00
Gắn kết trường học	3,84	0,64	2,05	5,00

Các kết quả này khá thống nhất với nghiên cứu tổng quan gần đây của Štremfel và cộng sự (2024), nhấn mạnh rằng cảm giác gắn kết trường học chịu ảnh hưởng từ các yếu tố cá nhân và hệ thống (như mối quan hệ thầy - trò, môi trường lớp học, chính sách nhà trường), xuất hiện ở nhiều cấp độ (micro, meso). Tương tự, nghiên cứu của Palikara và các cộng sự (2025) cho thấy các yếu tố trường học dễ can thiệp - như hoạt động ngoại khóa và quy mô lớp học - có ảnh hưởng đáng kể đến cảm giác thuộc về, vượt trội so với các yếu tố cá nhân như động lực học tập hay địa vị xã hội.

Ngoài ra, nghiên cứu tiến cứu của Arslan và Coşkun (2022) chỉ ra rằng cảm giác gắn kết trường học đóng vai trò là yếu tố trung gian tích cực giữa áp lực học tập và sức khỏe tâm lý ở nhóm học sinh có nguy cơ học tập kém, góp phần tăng khả năng phục hồi và giảm tâm trạng lo âu, trầm cảm. Nghiên cứu của Liu và cộng sự (2025) cũng tìm thấy rằng gắn kết trường học giúp cải thiện hiệu quả học tập và điều chỉnh tâm lý, đồng thời giảm tác động tiêu cực của bắt nạt và căng thẳng học đường.

3.2. Trải nghiệm cảm xúc của học sinh trung học cơ sở tỉnh Quảng Ngãi tại trường học

Bảng 3: Trải nghiệm cảm xúc của học sinh THCS tại trường học

Trải nghiệm cảm xúc	M	SD	Min	Max
Trải nghiệm cảm xúc tích cực (PA)	3,31	0,58	1,30	5,00
Trải nghiệm cảm xúc tiêu cực (NA)	2,41	0,61	1,00	4,80

Kết quả khảo sát ở bảng 3 cho thấy học sinh có trải nghiệm cảm xúc tích cực ($M = 3,31$; $SD = 0,58$) cao hơn đáng kể so với trải nghiệm cảm xúc tiêu cực ($M = 2,41$; $SD = 0,61$). Điều này phản ánh rằng phần lớn học sinh trải nghiệm nhiều trạng thái cảm xúc tích cực hơn tiêu cực trong môi trường học đường. Các trạng thái như hứng khởi, nhiệt tình và tập trung có xu hướng xuất hiện thường xuyên hơn so với những cảm xúc như buồn bã, tức giận hay lo lắng.

Nghiên cứu của Waters và cộng sự (2022) cho thấy cảm xúc tích cực đóng vai trò như “lá chắn” giúp học sinh giảm tác động tiêu cực của áp lực học tập, đồng thời cải thiện kỹ năng tự điều chỉnh cảm xúc và hành vi. Nghiên cứu của Yan và cộng sự (2024) chỉ ra rằng mức độ trải nghiệm nhiều cảm xúc tiêu cực là một nhân tố dự báo tiêu cực đáng kể cho sức khỏe tâm thần của học sinh. Cụ thể, cảm xúc tiêu cực làm giảm sự tự tin vào khả năng bản thân và qua đó làm suy giảm sức khỏe tâm thần, tăng rủi ro lo âu, trầm cảm và các vấn đề hành vi. Điều này cho thấy việc tìm hiểu và theo dõi trải nghiệm cảm xúc của học sinh tại trường học là hết sức cần thiết, không chỉ để phát hiện sớm các vấn đề tiềm ẩn mà còn để xây dựng môi trường giáo dục nuôi dưỡng sức khỏe tâm lý và sự phát triển toàn diện của các em.

3.3. Ảnh hưởng của trải nghiệm cảm xúc đến gắn kết trường học ở học sinh trung học cơ sở tỉnh Quảng Ngãi

3.3.1. Mối tương quan giữa trải nghiệm cảm xúc và gắn kết trường học

Bảng 4: Hệ số tương quan giữa trải nghiệm cảm xúc và gắn kết trường học

Biến	Trải nghiệm cảm xúc tích cực	Trải nghiệm cảm xúc tiêu cực	Gắn kết trường học	Gắn kết với thầy cô	Gắn kết với bạn bè	Gắn kết với nhà trường
Trải nghiệm cảm xúc tích cực	1	- 0,41*	0,36*	0,33*	0,29*	0,31*
Trải nghiệm cảm xúc tiêu cực		1	- 0,29*	-0,25*	- 0,21*	- 0,24*
Gắn kết trường học			1	0,81*	0,78*	0,84*
Gắn kết với thầy cô				1	0,52*	0,64*
Gắn kết với bạn bè					1	0,55*
Gắn kết với nhà trường						1

Ghi chú: *: $p < 0,05$.

Để phân tích mối liên hệ giữa trải nghiệm cảm xúc và gắn kết trường học, nghiên cứu sử dụng hệ số tương quan. Kết quả ở bảng 4 cho thấy trải nghiệm cảm xúc tích cực có tương quan thuận, có ý nghĩa thống kê với gắn kết trường

học và với cả ba thành tố: gắn kết với thầy cô, gắn kết với bạn bè và gắn kết với nhà trường. Ngược lại, trải nghiệm cảm xúc tiêu cực có tương quan nghịch có ý nghĩa thống kê với gắn kết trường học và với cả ba thành tố thành phần: gắn kết với thầy cô, gắn kết với bạn bè và gắn kết với nhà trường.

Kết quả phân tích cho thấy học sinh trải nghiệm càng nhiều cảm xúc tích cực thì mức độ gắn kết với trường học và chất lượng các mối quan hệ trong nhà trường càng cao; ngược lại, việc thường xuyên trải nghiệm cảm xúc tiêu cực có xu hướng làm suy giảm cả mức độ gắn kết và chất lượng các mối quan hệ này. Phát hiện này tương đồng với kết luận của Quin (2017) rằng học sinh có mức cảm xúc tiêu cực cao thường ít tham gia hoạt động trường học và có tương tác xã hội kém hơn. Bổ sung cho luận điểm này, nghiên cứu của Yin và cộng sự (2024) chỉ ra rằng gắn kết trường học đóng vai trò trung gian trong mối liên hệ giữa trải nghiệm cảm xúc tiêu cực tại trường học và triệu chứng trầm cảm, khẳng định vai trò then chốt của cảm xúc tiêu cực trong diễn giải gắn kết học đường và cảm nhận hạnh phúc ở trường học.

3.3.2. Hồi quy bội dự báo gắn kết trường học từ trải nghiệm cảm xúc tích cực và tiêu cực

Kết quả hồi quy bội tuyến tính ở bảng 5 cho thấy trải nghiệm cảm xúc có giá trị dự báo đáng kể đối với gắn kết trường học. Cụ thể, khi ước lượng đồng thời hai biến dự báo, cảm xúc tích cực (dự báo tăng mức gắn kết trường học) ($b = 0,35$; $\beta = 0,32$; $p < 0,001$), trong khi cảm xúc tiêu cực dự báo giảm gắn kết ($b = -0,24$; $\beta = -0,23$; $p < 0,001$). Độ lớn hiệu ứng chuẩn hóa cho thấy tác động của trải nghiệm cảm xúc tích cực mạnh hơn trải nghiệm cảm xúc tiêu cực trong cùng một mô hình. Ở thang đo 1 - 5, tăng 1 điểm trải nghiệm cảm xúc tích cực tương ứng với tăng trung bình 0,35 điểm gắn kết trường học, còn tăng 1 điểm trải nghiệm cảm xúc tiêu cực tương ứng với giảm trung bình 0,24 điểm gắn kết trường học. Mô hình giải thích 16,0% phương sai của gắn kết trường học ($R^2 = 0,160$; Adj. $R^2 = 0,158$). Điều này phản ánh rằng gắn kết trường học chịu ảnh hưởng của nhiều yếu tố khác nhau ngoài trải nghiệm cảm xúc. Các chỉ số chẩn đoán đa cộng tuyến cho thấy VIF của cả trải nghiệm cảm xúc tích cực và trải nghiệm cảm xúc tiêu cực đều xấp xỉ bằng 1,20, hàm ý hiện tượng đa cộng tuyến không đáng kể. Kết quả duy trì ổn định khi đưa thêm các biến kiểm soát (giới tính, khối lớp, loại hình trường) hoặc khi ước lượng bằng sai số chuẩn robust.

Bảng 5: Hồi quy bội dự báo gắn kết trường học từ trải nghiệm cảm xúc tích cực và cảm xúc tiêu cực ở học sinh

Biến dự báo	Hệ số không chuẩn hóa	Sai số chuẩn	Hệ số chuẩn hóa	Giá trị t	Giá trị p
Hằng số	3,25	0,12		27,60	< 0,001
Trải nghiệm cảm xúc tích cực	0,35	0,05	0,32	6,36	< 0,001
Trải nghiệm cảm xúc tiêu cực	-0,24	0,06	-0,23	-4,02	< 0,001

Kết quả này nhấn mạnh rằng việc tăng cường các hoạt động trải nghiệm cảm xúc tích cực và giảm thiểu cảm xúc tiêu cực ở học sinh không chỉ mang ý nghĩa cải thiện trạng thái cảm xúc, mà còn có tác động trực tiếp và đáng kể đến mức độ gắn kết với trường học, qua đó qua đó góp phần nâng cao chất lượng học tập và sự thích ứng tích cực trong môi trường học đường.

4. Kết luận

Dựa trên kết quả phân tích, nghiên cứu cho thấy trải nghiệm cảm xúc của học sinh Quảng Ngãi tại trường học đóng vai trò quan trọng trong việc hình thành và duy trì mức độ gắn kết trường học. Cảm xúc tích cực không chỉ nâng cao chất lượng các mối quan hệ với thầy cô, bạn bè và nhà trường, mà còn góp phần dự báo gia tăng mức độ gắn kết chung; ngược lại, cảm xúc tiêu cực có xu hướng làm suy giảm cả sự gắn kết và chất lượng mối quan hệ này. Mối quan hệ giữa cảm xúc và gắn kết trường học được chứng minh nhất quán qua các phân tích tương quan và hồi quy, đồng thời phù hợp với các kết quả nghiên cứu quốc tế gần đây, củng cố cơ sở lý luận về vai trò song hành của yếu tố cảm xúc và xã hội trong phát triển tâm lý học sinh.

Những phát hiện này hàm ý rằng các chương trình giáo dục và chính sách nhà trường cần chú trọng song song việc tạo dựng môi trường học tập tích cực và giảm thiểu các yếu tố gây cảm xúc tiêu cực, nhằm nâng cao sự gắn kết, hỗ trợ sức khỏe tâm thần và thúc đẩy sự phát triển toàn diện của học sinh trung học cơ sở.

Tài liệu tham khảo

Tài liệu tiếng Việt

1. Trần Văn Công, Nguyễn Thị Hồng, Trần Hằng Ly, Nguyễn Lan Nhi (2017). Tính gắn kết trường học ở học sinh trung 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*, RCP 2017, Quyển 2, tr. 430-437. ISBN 978-604-62-9912-7.

2. Hoàng Kim Thành, Đinh Thu Hà, Nguyễn Thị Nga, Lê Linh Nga, Trần Đức Thạch, Jane Fisher, Ian Shochet, Astrid Wurfl, Jayne Orr, Ruby Stocker, Nguyễn Thanh Hương (2021). Sự gắn kết với trường học và tình trạng stress, lo âu, trầm cảm của học sinh lớp 10 tại 8 trường trung học phổ thông tại Hà Nội năm 2020. *Tạp chí Y học Dự phòng*, 31(7), 72-81. <https://doi.org/10.51403/0868-2836/2021/401>.

Tài liệu tiếng Anh

3. Allen, K. A., Greenwood, C. J., Berger, E. et al. (2024). Adolescent school belonging and mental health outcomes in young adulthood: Findings from a multi-wave prospective cohort study. *School Mental Health*, 16, 149-160. <https://doi.org/10.1007/s12310-023-09626-6>.

4. Allen, K. A., Greenwood, C. J., Berger, E., Waters, S. K., Scholes-Balog, K. E., & Boyle, C. (2024). Adolescent school belonging and mental health outcomes in young

adulthood: Findings from a multi-wave prospective cohort study. *School Mental Health*, 16(2), 149-160. <https://doi.org/10.1007/s12310-023-09626-6>.

5. Allen, K. A., Jamshidi, N., Berger, E., Reupert, A., Wurf, G., & May, F. (2022). Impact of school-based interventions for building school belonging in adolescence: A systematic review. *Educational Psychology Review*, 34(1), 229-257. <https://doi.org/10.1007/s10648-021-09621-w>.

6. Allen, K., Kern, M. L., Vella-Brodick, D., Hattie, J., & Waters, L. (2018). What schools need to know about fostering school belonging: A meta-analysis. *Educational Psychology Review*, 30(1), 1-34. <https://doi.org/10.1007/s10648-016-9389-8>.

7. Arslan, G., & Coşkun, M. (2022). School belongingness in academically at-risk adolescents: Addressing psychosocial functioning and psychological well-being. *Journal of Happiness and Health*, 3(1), 1-13. <https://doi.org/10.47602/johah.v3i1.9>.

8. Centers for Disease Control and Prevention (2023). *School connectedness helps students thrive*. Retrieved from <https://www.cdc.gov/youth-behavior/school-connectedness/index.html>.

9. Fredrickson B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology. The broaden-and-build theory of positive emotions. *The American Psychologist*, 56(3), 218-226. <https://doi.org/10.1037//0003-066x.56.3.218>.

10. Goodenow, C. (1993). The psychological sense of school membership among adolescents: Scale development and educational correlates. *Psychology in the Schools*, 30(1), 79-90. DOI: PITS2310300113>3.0.CO;2-X.

11. Kamsickas, L., Stephens, J. E., Jackson, K., & et al. (2024). Coping and emotional development for adolescents to reduce stress (CEDARS): Pilot test of a school-based positive psychological intervention for adolescents. *Discover Education*, 3, 270. <https://doi.org/10.1007/s44217-024-00370-w>.

12. Libbey, H. P. (2004). Measuring student relationships to school: attachment, bonding, connectedness, and engagement. *The Journal of School Health*, 74(7), 274-283. <https://doi.org/10.1111/j.1746-1561.2004.tb08284.x3>.

13. Liu, X., Zhang, L., Wu, Y., Xin, Y., Wang, Y., & Su, X. (2025). The impact of school bullying on the mental health of boarding secondary school students: The mediating roles of school belongingness and resilience. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 19(1), 32. <https://doi.org/10.1186/s13034-025-00887-4>.

14. Palikara, O., Bonneville-Roussy, A., & Allen, K. A. (2025). Individual and contextual factors determining school belonging of adolescents in the UK: Evidence from PISA. *School Mental Health*, 17, 598-613.

15. Palikara, O., Bonneville-Roussy, A., & Allen, K. A. (2025). Individual and contextual factors determining school belonging of adolescents in the UK: Evidence from PISA. *School Mental Health*, 17, 598-613. <https://doi.org/10.1007/s12310-024-09725-y>.

16. Pekrun, R., Goetz, T., Titz, W., & Perry, R. P. (2002). Academic emotions in students' self-regulated learning and achievement: A program of qualitative and quantitative research. *Educational Psychologist*, 37(2), 91-105. https://doi.org/10.1207/S15326985EP3702_4.

17. Quin, D. (2017). Longitudinal and contextual associations between teacher-student relationships and student engagement: A systematic review. *Review of Educational Research*, 87(2), 345-387. <https://doi.org/10.3102/0034654316669434>.
18. Štremfel, U., Šterman Ivančič, K., & Peras, I. (2024). Addressing the sense of school belonging among all students? a systematic literature review. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 14(11), 2901-2917. <https://doi.org/10.3390/ejihpe14110190>.
19. Tran, T. D., Nguyen, H., Shochet, I., Nguyen, N., La, N., Wurfl, A., Orr, J., Nguyen, H., Stocker, R., & Fisher, J. (2023). School-based universal mental health promotion intervention for adolescents in Vietnam: Two-arm, parallel, controlled trial. *Global Mental Health (Cambridge, England)*, 10, e69. <https://doi.org/10.1017/gmh.2023.66>.
20. Waters, L., Algoe, S. B., Dutton, J., Emmons, R., Fredrickson, B. L., Heaphy, E., Moskowitz, J. T., Neff, K., Niemiec, R., Pury, C., & Steger, M. (2022). Positive psychology in a pandemic: Buffering, bolstering, and building mental health. *The Journal of Positive Psychology*, 17(3), 303-323. <https://doi.org/10.1080/17439760.2021.1871945>.
21. Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1063-1070. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.54.6.1063>.
22. Wilkins, N. J., Krause, K. H., Verlenden, J. V., Rasberry, C. N., Lesesne, C. A., & Hertz, M. F. (2023). School connectedness and risk behaviors and experiences among high school students - Youth Risk Behavior Survey, United States, 2021. *MMWR Supplements*, 72(Suppl-1), 13-21. <https://doi.org/10.15585/mmwr.su7201a2>.
23. Yan, H. M., Huang, P., Chen, R., & Wang, Y. C. (2024). The relationship between physical activity and mental health of middle school students: the chain mediating role of negative emotions and self-efficacy. *Frontiers in psychology*, 15, 1415448. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1415448>.
24. Yin, Y., Su, Q., & Li, S. (2024). School belonging mediates the association between negative school climate and depressive symptoms among Chinese adolescents: A national population-based longitudinal study. *Frontiers in Psychology*, 15, 1368451. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1368451>.