

## Những yếu tố trường học đặc trưng của nhóm trẻ hạnh phúc và không hạnh phúc

**Phan Thị Mai Hương**

Viện Tâm lý học

**Nguyễn Hữu Minh**

Viện Nghiên cứu Gia đình và Giới

**Tóm tắt:** Dựa trên mẫu nghiên cứu gồm 402 học sinh từ lớp 10 đến lớp 12 của Trường THPT Vĩnh Bảo, Hải Phòng, bài viết phân tích những yếu tố trường học đặc trưng cho nhóm trẻ hạnh phúc và không hạnh phúc. Kết quả chỉ ra rằng, ngoại trừ yếu tố kết quả học tập, các đặc trưng trường học khác bao gồm khối lớp, áp lực học tập, giá trị bản thân ở trường học, hỗ trợ của bạn bè, hỗ trợ của thầy cô, giới tính của giáo viên chủ nhiệm, và học sinh có giáo viên yêu quý là những yếu tố có liên quan đến cảm nhận hạnh phúc và không hạnh phúc của học sinh. Kết quả này gợi ra rằng những hoạt động trợ giúp tại trường học cần bám sát các yếu tố đặc trưng của nhóm trẻ hạnh phúc và nhóm trẻ không hạnh phúc để tạo dựng một cuộc sống ở trường có ý nghĩa với các em và để trẻ cảm thấy hạnh phúc hơn khi tới trường.

**Từ khóa:** Trẻ em; Giáo dục; Học sinh Trung học phổ thông; Môi trường giáo dục; Hạnh phúc; Cảm nhận hạnh phúc của học

### 1. Mở đầu

Hạnh phúc có thể được hiểu là biểu hiện của trạng thái an lạc (well-being) (Diener, 2000; Cummins, Lau, 2010), là trạng thái cảm xúc dương

tính trội hơn cảm xúc âm tính (Diener và các tác giả khác, 2009; Seligman, 2011), là sự hài lòng với cuộc sống (Diener, 2000; Seligman, 2011), hoặc là chất lượng cuộc sống (Dodge và các tác giả khác, 2012; The International Wellbeing Group, 2013). Dù cách hiểu về hạnh phúc có khác nhau, nhưng điểm chung nhất của khái niệm này vẫn là trạng thái thoải mái, dễ chịu, hài lòng của con người với cuộc sống nói chung của họ.

Nghiên cứu về hạnh phúc của trẻ em quan tâm đến những chỉ báo được coi là quan trọng đối với chúng, từ đó hướng đến các dịch vụ trợ giúp nhằm mang lại cuộc sống hạnh phúc hơn cho trẻ. Các chỉ báo rất đa dạng, từ sức khỏe, kinh tế, chất lượng cuộc sống, luật pháp bảo đảm quyền trẻ em, môi trường trường học, gia đình, bạn bè, cộng đồng, các hoạt động của trẻ, sự phát triển xã hội, cảm xúc, hành vi... Tổ chức Xã hội trẻ em (The Children's society, 2016) của Anh đã chỉ ra 10 lĩnh vực quan trọng của trẻ: gia đình, sức khỏe, nhà ở, bạn bè, sử dụng thời gian, tiền, tương lai, sự lựa chọn, hình thức và trường học có liên quan chặt chẽ với cảm nhận hạnh phúc chủ quan của chúng. Tổng quan các nghiên cứu của Holder và các tác giả khác (2011) đã chỉ ra 74 lĩnh vực được cho là quan trọng đối với cuộc sống của trẻ. Tuy nhiên, so với nghiên cứu về hạnh phúc của người lớn thì nghiên cứu về hạnh phúc của trẻ em còn rất hạn chế (Selwyn, Wood, 2015), trong khi trẻ em chiếm một tỷ lệ không nhỏ trong tổng dân số.

Nhiều nghiên cứu đã chỉ ra mối quan hệ giữa cảm nhận hạnh phúc với cuộc sống nói chung của trẻ ở các lĩnh vực khác nhau. Trẻ hạnh phúc hơn thường có tự trọng và tự tin cao hơn (Gilman, Huebner, 2006), sức khỏe hoặc sức khỏe tâm thần tốt hơn (The Children's society, 2016; Layard, Hagell, 2015; Shoshani và các tác giả khác, 2013), hài lòng với gia đình cao hơn bạn bè (Huebner, 1991), gần gũi với gia đình hơn, được tự chủ trong lựa chọn hơn, có nhiều tiền và đồ vật hơn (the Children's society, 2016). Một số nghiên cứu cũng cho thấy sự khác biệt của trẻ hạnh phúc và không hạnh phúc ở các yếu tố trường học như thái độ đối với giáo viên (Gilman, Huebner, 2006), nhu cầu về thành tích học tập (Samuel và các tác giả khác, 2013), với thành tích học tập, một số yếu tố cá nhân như giới tính, sức khỏe, sự tự tin, sự kỳ vọng cá nhân... và trường học như thái độ đối với học tập, thái độ đối với trường học, với giáo viên (Huebner, 1991; Gilman, Huebner, 2006; Tabbodi và các tác giả khác, 2015).

Trong những lĩnh vực trên, yếu tố trường học được nhắc đến như một chỉ báo quan trọng với hạnh phúc của trẻ, tuy nhiên chưa được nghiên cứu một cách chi tiết. Ngoài ra, các nghiên cứu tập trung vào hạnh phúc nói chung mà chưa tìm hiểu về hạnh phúc của các em ở trường học. Trong khi đó, trường học là nơi phải đem lại cho trẻ em niềm hạnh phúc, sự vui vẻ để làm nền tảng cho sự sẵn sàng và hào hứng của chúng với việc học kiến thức và kỹ năng cuộc sống.

Tại Việt Nam, những nghiên cứu về cảm nhận hạnh phúc ở trường học của trẻ em còn chưa nhiều. Trong bối cảnh giáo dục nước ta được cho là còn có nhiều vấn đề cần tháo gỡ như: chương trình quá tải, chất lượng giáo dục chưa được như kỳ vọng của cha mẹ và xã hội, trẻ thiếu kỹ năng mềm, học sinh chán học, học thêm tràn lan, áp lực của bệnh thành tích... thì một nghiên cứu về cảm nhận hạnh phúc ở trường học của trẻ là điều cần thiết.

## 2. Phương pháp nghiên cứu

### *Mẫu nghiên cứu*

Nghiên cứu này mang tính khám phá về cảm nhận hạnh phúc của trẻ em ở trường học và được thực hiện năm 2017 ở trường Trung học phổ thông Vĩnh Bảo, một trường công ở vùng ngoại ô thành phố Hải Phòng. Năm học 2016-2017, nhà trường có tổng số 1892 học sinh, mỗi khối có từ 12-15 lớp. Các lớp tham gia nghiên cứu là các lớp bình thường, không thuộc các lớp chọn của nhà trường.

Mẫu nghiên cứu trong điều tra một lần theo lát cắt ngang là 410 học sinh, sử dụng bảng hỏi tự điền tại lớp học dưới sự hướng dẫn của người điều tra với thời gian khoảng từ 25 đến 30 phút. Có 402 phiếu thu được là hợp lệ để đưa vào phân tích (có đầy đủ thông tin và thông tin được điền không theo qui luật bất thường như chỉ chọn 1 số liên tục qua nhiều câu hỏi, hay chọn số theo qui luật lặp lại). Tất cả học sinh đều tự nguyện tham gia cuộc nghiên cứu. Phân bố mẫu ở ba khối lớp là: lớp 10 (23,9%), lớp 11 (28,9%) và lớp 12 (47,3%). Tỷ lệ học sinh nam trả lời là 47,3% và nữ là 52,7%.

### *Công cụ nghiên cứu*

*Thang Cảm nhận hạnh phúc ở trường:* thang đo được xây dựng gồm 6 mệnh đề đánh giá về trạng thái cảm xúc tích cực hay tiêu cực mà trẻ trải nghiệm ở trường<sup>(1)</sup>. Thang điểm Likert 5 bậc được sử dụng để đo lường mức độ thường xuyên trải nghiệm cảm xúc trong vòng 1 tháng vừa qua, với 1 “Không bao giờ”, và 5 “Rất thường xuyên”. Thang được kiểm chứng là đảm bảo về độ ổn định (hệ số Cronbach Alpha là 0,941) và độ xác thực. Phép phân tích nhân tố chiết xuất một nhân tố duy nhất, giải thích được 80% cho sự biến thiên của bộ dữ liệu, chứng minh độ hội tụ của thang, các mệnh đề chỉ đo một khái niệm duy nhất.

Trên cơ sở tổng hợp 2.412 ý kiến của học sinh qua câu hỏi mở ở giai đoạn đầu nghiên cứu về những điều ở trường khiến các em thích nhất hoặc chán ghét nhất, kết hợp với một số yếu tố nhân khẩu xã hội, nghiên cứu đã chỉ ra “Các yếu tố trường học” có liên quan đến cảm xúc ở trường của học sinh gồm 4 lĩnh vực cơ bản: các yếu tố học tập (áp lực học tập, điểm số), yếu tố bạn bè (có bạn thân, sự hỗ trợ của bạn bè), thầy cô (sự hỗ trợ

của thầy cô, giới tính của giáo viên chủ nhiệm, có thầy cô yêu thích) và giá trị cá nhân ở trường học. Trong nghiên cứu này, các yếu tố đó được diễn đạt như sau: “Bạn bè cạnh tranh và ghen tị với em”; “Thầy cô động viên khích lệ em”; “Em có môn học mình yêu thích” hay “ Mọi người không để ý tới những cống hiến của em cho trường, lớp”. Mỗi mệnh đề có 4 phương án trả lời với các mức độ từ 1 “Không đúng với em” đến 4 “Đúng hoàn toàn với em”.

### **Phân tích thống kê**

Điểm *Cảm nhận hạnh phúc ở trường* là tổng điểm của 6 mệnh đề đánh giá sau khi đã đổi điểm 2 mệnh đề nghịch đảo. Những học sinh trải nghiệm các cảm xúc dương tính thường xuyên hơn, và ít trải nghiệm cảm xúc âm tính được coi là những em có mức độ hạnh phúc cao hơn.

Trẻ thuộc nhóm hạnh phúc hay không hạnh phúc căn cứ vào điểm *Cảm nhận hạnh phúc ở trường*. Trẻ có điểm tổng nhỏ hơn 12 (trung bình nhỏ hơn 2 điểm mỗi mệnh đề, ở mức rất ít khi hoặc không bao giờ cảm thấy hạnh phúc) thuộc nhóm không hạnh phúc và những trẻ có điểm trên 24 (trung bình trên 4 điểm mỗi mệnh đề, tức là nhiều khi hoặc luôn luôn cảm thấy hạnh phúc ở trường) thuộc nhóm trẻ hạnh phúc. Do nghiên cứu chỉ quan tâm đến những đặc trưng của trẻ hạnh phúc và không hạnh phúc nên trẻ thuộc nhóm điểm trung gian giữa 2 khoảng này sẽ không đưa vào phân tích.

Khi phân tích, câu trả lời về các yếu tố trường học được nhóm gộp như sau: “Không đúng với em” và “Chỉ đúng một chút với em” gộp thành 1 phương án là “Không đúng với em”. Còn “Đúng phần nhiều với em” và “Đúng hoàn toàn với em” nhóm gộp thành “Đúng với em”. Sự chênh lệch cao đáng kể giữa tỷ lệ % số học sinh trả lời “Đúng” của 2 nhóm hạnh phúc và không hạnh phúc ở các yếu tố trường học tương ứng được xem xét sẽ chỉ ra những yếu tố đặc trưng cho nhóm trẻ cảm thấy hạnh phúc và không hạnh phúc khi tới trường.

## **3. Kết quả nghiên cứu**

### **3.1. Cảm nhận hạnh phúc ở trường học của học sinh**

Kết quả cho thấy điểm hạnh phúc thấp nhất của mẫu là 9 (1,7%) và điểm cao nhất là 28 (4,5%), điểm trung vị của mẫu là 20 điểm, trên dải điểm của thang đo từ 6 (tối thiểu) đến 30 (tối đa). Phân bố điểm khá dàn trải, với nhiều đỉnh ở các mức độ điểm khác nhau. Điều đó cho thấy cảm nhận hạnh phúc của các học sinh không những khá khác biệt, mà còn được phân bố ở mọi khu vực của thang điểm. Số học sinh hầu như không bao giờ, hoặc rất ít khi cảm thấy hạnh phúc ở trường (có điểm cảm nhận hạnh phúc nhỏ hơn 12) chiếm tỷ lệ 25,4%, và số học sinh có điểm cảm nhận hạnh phúc trung bình lớn hơn 24 (tức là những em khá thường xuyên cảm

thấy hạnh phúc khi tới trường) chiếm 29,1%.

Đa số học sinh trải nghiệm nhiều loại cảm xúc tích cực lẫn tiêu cực, nhưng về tổng thể thì cảm xúc tích cực vẫn được trẻ cảm nhận nhiều hơn khi đến trường. Tuy nhiên, có đến 1/4 số học sinh không hoặc ít cảm thấy hạnh phúc khi tới trường là một con số mà công tác học đường cần quan tâm.

Dữ liệu cũng cho thấy, mức độ hạnh phúc không khác biệt giữa trẻ nam và nữ, nhưng chênh lệch khá rõ giữa trẻ ở các khối lớp khác nhau. Điểm hạnh phúc ở trường của trẻ lớp 10, 11 và 12 lần lượt là 13,3; 24,1 và 19,8. Có thể thấy, trẻ lớp 11 hạnh phúc nhất và lớp 10 là ít hạnh phúc nhất. Điều này có thể hiểu được khi trẻ lớp 10 là những em mới vào trường, có thể 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 trẻ lớp 12 thì đang chịu áp lực rất lớn của các kỳ thi quan trọng cuối cấp.

### 3.2. Các yếu tố học tập ở trẻ hạnh phúc và không hạnh phúc

Học tập là hoạt động quan trọng ở trường học của học sinh. Ở Việt Nam, mặc dù giáo dục vẫn được coi gồm cả dạy kiến thức lẫn dạy đạo đức nhưng ở trường học, việc dạy kiến thức vẫn được chú trọng hàng đầu. Kết quả học tập của học sinh luôn là mối quan tâm không chỉ của giáo viên mà còn cả các bậc cha mẹ bởi đó là tiêu chuẩn đánh giá thành tích quan trọng bậc nhất ở trường học.

Dữ liệu ở Bảng 1 cho thấy áp lực về điểm số, về kiểm tra và thi cử là những vấn đề của nhóm trẻ không hạnh phúc. 100% số trẻ ở nhóm không

**Bảng 1. Các yếu tố liên quan đến học tập của trẻ hạnh phúc và không hạnh phúc ở trường (%)**

Các yếu tố đánh giá	Trẻ hạnh phúc (N= 123)	Trẻ không hạnh phúc (N = 102)
1. Điểm số luôn là vấn đề vô cùng quan trọng với em	18,7	100
2. Em luôn lo lắng về vấn đề thi và kiểm tra	31,7	100
3. Em lo lắng kiểm tra sẽ vượt ngoài sức học của em	9,8	70,6
4. Em có môn học mình yêu thích	74,0	53,9
5. Sau mỗi môn học, em có rất nhiều bài tập về nhà đến mức không đủ thời gian để làm	34,1	44,1
6. Thầy cô thường cảnh báo em về điểm số và thứ tự xếp hạng trong lớp	7,3	0,0
7. Xếp loại học lực giỏi	22,0	20,6

hạnh phúc đều coi điểm số là vô cùng quan trọng và luôn lo lắng về vấn đề thi và kiểm tra. Trong khi ở nhóm hạnh phúc, tỷ lệ này thấp hơn hẳn (18,7% và 31,7%).

Khoảng 3/4 số trẻ trong nhóm hạnh phúc khi đến trường đều có môn học nào đó mình cảm thấy yêu thích. Tỷ lệ này ở nhóm không hạnh phúc thấp hơn khoảng 20 điểm phần trăm.

Một điều đáng quan tâm là kết quả học tập ở hai nhóm trẻ này là tương đương nhau, cả về điểm trung bình (theo báo cáo của các học sinh thì điểm trung bình là 7,5 cho nhóm trẻ hạnh phúc và 7,4 cho nhóm trẻ không hạnh phúc) lẫn tỷ lệ học sinh giỏi (22,0% và 20,6%). Hay nói khác đi, áp lực học tập (chủ yếu về kết quả học hơn là về khối lượng bài phải học) đối với trẻ ở nhóm không hạnh phúc cao hơn hẳn nhưng kết quả đạt được ở hai nhóm lại như nhau.

### 3.3. Các yếu tố bạn bè của trẻ hạnh phúc và không hạnh phúc ở trường

Giao lưu, kết nối với bạn bè là nhu cầu rất mạnh của tuổi vị thành niên, và là hoạt động chủ đạo của lứa tuổi này. Đặc biệt ở giai đoạn cuối của tuổi vị thành niên, bạn bè là một trong những trụ cột giúp định hình nhân cách, củng cố hình ảnh cái tôi, sự tự tin, lòng tự trọng của trẻ. Bảng 2 trình bày những yếu tố liên quan đến lĩnh vực bạn bè ở trường của hai nhóm trẻ hạnh phúc và không hạnh phúc.

**Bảng 2. Các yếu tố liên quan đến bạn bè của trẻ hạnh phúc và không hạnh phúc ở trường (%)**

Các yếu tố đánh giá	Trẻ hạnh phúc (N= 123)	Trẻ không hạnh phúc (N = 102)
1. Bị bạn bè đốm chuyện và nói xấu sau lưng	8,9	100
2. Bạn bè cạnh tranh và ghen tị với em	10,6	100
3. Bạn bè lờ đi những ý kiến của em	16,3	100
4. Được bạn bè tin tưởng	90,2	10,8
5. Có những người bạn tin cậy để tâm sự những buồn phiền trong lòng	100	32,4
6. Bạn bè không quan tâm đến sự có mặt của em	8,1	71,6
7. Được bạn bè tôn trọng	83,7	22,5
8. Được các bạn hỗ trợ, giúp đỡ trong học tập	51,2	0
9. Nhận được nhiều lời khuyên chân thành từ bạn bè	68,3	19,6
10. Được bạn bè giúp đỡ lúc gặp vấn đề khó khăn	52,0	13,7
11. Có người bạn thực sự thân thiết cùng lớp	31,7	39,2

Số liệu chỉ ra rằng, 100% các em ở nhóm trẻ không hạnh phúc cho rằng luôn bị bạn bè có những hành động không đẹp với mình như nói xấu, đặt chuyện, ty nạn, cạnh tranh hoặc bị bạn bè không quan tâm, các em không được bạn bè lắng nghe, chia sẻ.

Còn phần lớn trẻ trong nhóm hạnh phúc thì được bạn tin tưởng, có bạn tin cậy để chia sẻ chuyện buồn vui, được bạn tôn trọng, hỗ trợ giúp đỡ trong học tập, lúc khó khăn, có được lời khuyên chân thành từ bạn bè.

Kết quả trên cho thấy bạn bè là chỗ dựa tinh thần khá vững chắc cho những trẻ hạnh phúc trong khi lại là vấn đề của trẻ không hạnh phúc.

Tuy nhiên, dữ liệu cũng cho thấy rằng, việc có bạn thân thiết học chung một lớp không phải là yếu tố đặc trưng cho hạnh phúc của trẻ ở trường khi tỷ lệ có bạn thân thiết cùng lớp ở nhóm hạnh phúc và nhóm không hạnh phúc không khác biệt quá lớn. Việc có một hay vài người bạn thân trong lớp chưa đủ làm trẻ hạnh phúc mà chúng cần được sự ủng hộ của nhiều bạn trong tập thể hơn. Trong khi đó, đối với nhóm trẻ hạnh phúc, các em khi đến trường có cảm nhận được sống giữa tập thể bạn bè thân ái, tin cậy và tôn trọng lẫn nhau.

### **3.4. Các yếu tố giáo viên của trẻ hạnh phúc và không hạnh phúc ở trường**

Quan hệ thầy trò là mối quan hệ đặc biệt của trẻ ở trường. Mỗi quan hệ có chất lượng với thầy cô có thể mang đến cho trẻ cảm giác được bảo vệ, được ủng hộ, giúp trẻ không những thực hiện tốt các nhiệm vụ học tập ở trường mà còn hướng các em đến những giá trị tốt đẹp của cuộc sống. Bởi sản phẩm của giáo dục không chỉ là một học sinh có những kiến thức phổ thông cần thiết mà còn là một con người có tâm hồn.

Bảng 3 liệt kê các đánh giá có liên quan đến giáo viên ở nhóm trẻ hạnh phúc và không hạnh phúc, cho thấy ở nhóm trẻ không hạnh phúc, tất cả trẻ đều cảm thấy mình không được phép đưa ra ý kiến phản biện trong giờ học. Các em cũng thấy mình không được thầy cô đối xử công bằng và ít được thầy cô để ý. Những cảm giác như thế có rất ít ở nhóm trẻ hạnh phúc.

Phần lớn trong nhóm trẻ hạnh phúc đánh giá có thầy cô mà mình thực sự yêu quý. Thầy cô cũng là nguồn hỗ trợ tích cực cho các em như: đánh giá cao mỗi tiến bộ của các em, động viên khích lệ, tạo động lực học tập cho các em, có biện pháp giúp em chăm học. Với những trẻ hạnh phúc, thầy cô thực sự là chỗ dựa vững chắc về mặt tinh thần cho trẻ ở trường. Trong khi đó, thực sự rất ít trẻ ở nhóm không hạnh phúc đánh giá cao sự quan tâm của giáo viên đối với các em với những khía cạnh đó. Một điểm đáng lưu ý là phần lớn những trẻ hạnh phúc học ở lớp có thầy giáo làm chủ nhiệm, trong khi nhóm trẻ không hạnh phúc lại phần lớn học ở lớp do

**Bảng 3. Các yếu tố liên quan đến giáo viên của trẻ hạnh phúc  
và không hạnh phúc (%)**

Các yếu tố đánh giá	Trẻ hạnh phúc (N= 123)	Trẻ không hạnh phúc (N = 102)
1. Thầy cô không cho phép em được đưa ra ý kiến phản biện trong giờ học	0	100
2. Em không được thầy cô đối xử công bằng trong lớp học	6,5	100
3. Trong lớp học em ít được thầy cô để ý đến	7,3	100
4. Có thầy cô mà em thực sự yêu quý	95,1	6,9
5. Sự tiến bộ của em được các thầy cô đánh giá cao	97,6	12,7
6. Thầy cô động viên khích lệ em	97,6	22,5
7. Thầy cô tạo động lực học tập cho em	100	44,1
8. Giáo viên chủ nhiệm là nam	83,7	30,4
9. Giáo viên chủ nhiệm là nữ	16,3	69,6
10. Em có thể tâm sự với thầy cô chuyện của mình thầy cô lắng nghe những tâm tư tình cảm của em	33,3	0,0
11. Thầy cô luôn thô thiến và có các biện pháp giúp em chăm học	70,7	38,2
12. Em được thầy cô tư vấn trong học tập	91,1	64,7
13. Thầy cô đưa ra những lời khuyên trong nhiều tình huống	80,5	100
15. Em được thầy cô khích lệ tham gia các hoạt động tập thể	97,6	100
16. Nhờ thầy cô giúp đỡ mà em tự tin hơn	85,4	87,3

cô giáo làm chủ nhiệm. Thực sự, liệu giới tính của giáo viên chủ nhiệm có là một yếu tố liên quan đến cảm nhận hạnh phúc của trẻ hay không còn cần được kiểm chứng thêm nhưng phát hiện này gợi ý cho những nghiên cứu xem trẻ thích cách ứng xử nào của thầy và cô giáo với mình.

Kết quả cũng cho thấy, một số yếu tố thuộc giáo viên được đánh giá như nhau (chênh lệch không lớn) ở 2 nhóm trẻ như đưa ra lời khuyên cho trò, động viên các em tham gia hoạt động tập thể, hay giúp trẻ tự tin hơn. Yếu tố “Thầy cô đưa ra những lời khuyên trong nhiều tình huống” thậm chí còn được trẻ ở nhóm không hạnh phúc nhìn nhận cao hơn so với nhóm trẻ hạnh phúc (100% so với 80,5%).

**Bảng 4. Các yếu tố liên quan đến giá trị cá nhân trong tập thể ở nhóm hạnh phúc và không hạnh phúc (%)**

Các yếu tố đánh giá	Trẻ hạnh phúc (N= 123)	Trẻ không hạnh phúc (N = 102)
1. Ý kiến em đưa ra được mọi người lắng nghe, ủng hộ	98,4	0
2. Mọi người không để ý tới những cống hiến của em cho trường, lớp	9,8	100
3. Em không quan tâm tới các hoạt động của trường, lớp	12,2	83,3
4. Em giúp đỡ các bạn học kém tiến bộ hơn	23,6	0
5. Em có nhiều đóng góp cho tập thể lớp	26,0	20,6
6. Em góp phần xây dựng tập thể lớp vững mạnh	26,0	27,5

### 3.5. Cảm nhận về giá trị bản thân trong tập thể của trẻ hạnh phúc và không hạnh phúc ở trường

Trong đời sống trường học, trẻ tham gia vào nhiều hoạt động tập thể khác nhau. Mỗi quan hệ của mỗi học sinh và tập thể lớp là mối quan hệ qua lại và bổ trợ cho nhau. Mỗi đóng góp của cá nhân được tập thể ghi nhận là nguồn động lực để cá nhân gắn bó hơn, tham gia nhiều hơn với tập thể. Và tập thể sẽ ngày càng vững mạnh hơn khi các cá nhân trong tập thể tôn trọng, bình đẳng và cùng quan tâm đến mục đích chung. Chính thông qua hoạt động tập thể, mà trẻ cảm nhận được giá trị của bản thân mình. Ở đây sẽ tìm hiểu xem sự đánh giá các giá trị này ở hai nhóm trẻ hạnh phúc và không hạnh phúc như thế nào.

Bảng 4 liệt kê các dữ liệu này ở 2 nhóm trẻ cho thấy, nhóm trẻ hạnh phúc cảm thấy được giá trị của bản thân, cảm thấy ý kiến đóng góp của mình được lắng nghe, được ủng hộ. Trong khi nhóm trẻ không hạnh phúc thì lại cảm thấy những đóng góp của mình cho tập thể không được mọi người ghi nhận và các em cũng không quan tâm đến các hoạt động của lớp, của trường. Đáng chú ý là cả hai nhóm đều có tỷ lệ trẻ tự đánh giá về sự đóng góp của mình xây dựng tập thể là như nhau. Nói cách khác, sự khác biệt giữa 2 nhóm trẻ này là rõ rệt ở việc được tập thể công nhận hay không các giá trị đóng góp của bản thân chứ không ở các hoạt động đóng góp phần xây dựng tập thể ấy.

Như vậy, những học sinh cảm thấy hạnh phúc thì có tỷ lệ nhìn nhận giá trị bản thân trong tập thể được đánh giá cao hơn, ngược lại, các học sinh

cảm thấy không hạnh phúc thì nhìn nhận các giá trị của bản thân được đánh giá không đúng như kỳ vọng có tỷ lệ cao hơn.

#### **4. Bàn luận và gợi ý rút ra cho hoạt động trợ giúp trẻ ở trường học**

##### **Những điểm khác biệt nhất giữa trẻ hạnh phúc và không hạnh phúc**

Tổng hợp lại những kết quả ở trên, có thể liệt kê ra những yếu tố trường học đặc trưng nhất cho 2 nhóm trẻ hạnh phúc và không hạnh phúc ở trường (Độ chênh lệch giữa tỷ lệ ở hai nhóm là trên 75%).

Trẻ hạnh phúc có cảm nhận cao hơn hẳn nhóm trẻ không hạnh phúc về việc được lắng nghe, được khích lệ, được tin tưởng, được đánh giá cao và có thầy cô mình yêu quý ở trường. Đây thực sự là những yếu tố tâm lý làm bình an trạng thái nội tâm và mang tính chất nâng đỡ tinh thần cho học sinh. Những điều làm các em hạnh phúc đòi hỏi thầy cô phải trở thành những người khiến các em yêu quý, tin cậy, đòi hỏi trẻ phải xây dựng được mối quan hệ tin tưởng, chân thành với bạn bè.

Trong khi đó, đối với nhóm trẻ cảm nhận không hạnh phúc thì có tỷ lệ cao đánh giá rằng các em không được có ý kiến phản biện, không được đối xử công bằng, không được thầy cô để ý đến cũng như cảm thấy không được đánh giá đúng giá trị đóng góp ở trường. Đồng thời, một bộ phận lớn các em ở nhóm không hạnh phúc cảm thấy không có được chỗ dựa tinh thần từ những người bạn đúng nghĩa. Đó là những điều khiến các em cảm thấy mình không được bảo vệ, bị đứng ngoài tập thể, cảm thấy không có giá trị hoặc có cảm giác bất công.

Những yếu tố trường học được nghiên cứu ở đây không tồn tại độc lập mà có mối tương quan khá mạnh với nhau. Hệ số tương quan Pearson của từng cặp các yếu tố áp lực học tập, sự hỗ trợ của bạn bè, của thầy cô và cảm nhận giá trị cá nhân trong tập thể có độ lớn (theo giá trị tuyệt đối) từ 0,55 đến 0,78 ( $p<0,01$ ), trong khi kết quả học tập không tương quan có ý nghĩa thống kê với hạnh phúc.

Nhu vậy, các yếu tố trường học đặc trưng của nhóm trẻ hạnh phúc hay không hạnh phúc chủ yếu là việc các em cảm nhận về giá trị của chúng ở môi trường trường học, về sự đối xử công bằng và tình yêu thương của các thầy cô, về mối quan hệ bạn bè. Có một khuôn mẫu cảm nhận ít áp lực học tập hơn, hỗ trợ cao hơn từ bạn bè và thầy cô giáo và cảm nhận giá trị cao hơn trong số các em cảm thấy hạnh phúc so với các em cảm thấy không hạnh phúc. Kết quả này đặt ra vấn đề là những trẻ đang phải sống với các yếu tố trường học bất lợi cần được quan tâm hỗ trợ như thế nào để từng bước giảm đi tính bất lợi của các yếu tố đó đối với chúng, từ đó bảo đảm rằng tất cả học sinh đều có được cảm giác “mỗi ngày đến trường là một ngày vui”!

Kết quả này cũng cho thấy công tác xã hội trường học cần bám sát các yếu tố đặc trưng của nhóm trẻ hạnh phúc và nhóm trẻ không hạnh phúc để tạo dựng được một cuộc sống ở trường có ý nghĩa với các em. Cụ thể là, các em cần thấy được không bị áp lực học tập bởi cha mẹ, thầy cô, và chính bản thân mình, nhất là khi điểm số không là điểm khác biệt giữa trẻ hạnh phúc và không hạnh phúc. Trẻ cũng cần được hướng dẫn kỹ năng xây dựng quan hệ bạn bè, làm người bạn tốt cũng như được trợ giúp để có tư duy tích cực, thể hiện giá trị của bản thân trong tập thể thông qua tham gia hoạt động tập thể. Giáo viên cũng cần được cung cấp kiến thức để có cách ứng xử và thái độ mang tính hỗ trợ đối với học sinh.

### Những hạn chế của nghiên cứu

Trong những yếu tố có sự khác biệt cao nhất giữa trẻ hạnh phúc và không hạnh phúc, không có kết quả học tập, điều này dường như đang đi ngược với những điều mà thầy cô và cha mẹ quan tâm, coi yếu tố kiến thức học tập là điều quan trọng nhất của các em ở trường học chứ không phải là làm sao cho trẻ cảm thấy hạnh phúc ở trường. Tuy nhiên, dữ liệu phân tích (không nêu cụ thể ở đây) cho thấy có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê về mức độ hạnh phúc của học sinh ở 3 khối lớp. Những học sinh hạnh phúc dường như phần nhiều rơi vào khối lớp 11, còn những trẻ không hạnh phúc phần nhiều ở khối lớp 10. Trong khi đó, lớp 12 mới là khối lớp chịu áp lực học tập cao hơn cả khi phải đổi mặt với các kỳ thi quan trọng nhất của đời học sinh. Như thế, áp lực học tập thực sự và áp lực học tập mà mỗi trẻ cảm nhận thấy là có thể khác nhau. Điều này cũng một phần làm giảm đi tác động thực sự của yếu tố học tập đến cảm nhận hạnh phúc của trẻ trong nghiên cứu này.

Đây là một nghiên cứu bước đầu thử phát hiện các yếu tố trường học có liên quan đến hạnh phúc ở trường của trẻ em ở một trường duy nhất. Điều đó cũng làm hạn chế tính khái quát của kết quả nghiên cứu cho tổng thể. Ngoài ra, bài viết tập trung vào đặc điểm cảm nhận của học sinh về các yếu tố trường học của trẻ ở nhóm cảm thấy hạnh phúc và không hạnh phúc chứ không đi sâu phân tích các quan hệ nhân quả vì các đặc trưng tâm lý đều được đo tại một thời điểm. Cần có những công cụ khác để phân tích sâu hơn mối quan hệ nhân quả về các yếu tố tác động đến cảm nhận hạnh phúc của học sinh.■

### Chú thích

<sup>(1)</sup> Sáu mệnh đề đánh giá bao gồm: Tôi cảm thấy vui vẻ khi đến trường; Tôi cảm thấy bực bội vì những chuyện ở trường; Tôi thích cười đùa với các bạn; Tôi cảm thấy ở trường thật thoải mái và dễ chịu; Tôi thấy lo lắng khi tới trường; Tôi thích đến lớp

### Tài liệu trích dẫn

- Cummins R.A., Lau A.L.D. 2010. *Personal Wellbeing Index – School Children (PWI-SC)*. 3<sup>rd</sup> Edition. Manual 2005. Published by Australian Centre on Quality of Life, School of Psychology, Deakin University. ISBN 1 74156 051 9.
- Diener E.D. 2000. "Subjective Well-Being - The Science of Happiness and a Proposal for a National Index". *American Psychologist*, Vol 55. No. 1: 34-43 DOI: 10.1037//0003-066X.55.1.34.
- Diener, E.D., Scollon, C.N., Lucas, R.E. 2009. "The evolving concept of subjective well-being: The multifaceted nature of happiness". In E. Diener (Ed.), *Assessing well-being: The collected works of Ed Diener* (Vol. 39: 67-100). London, UK: Springer.
- Dodge, R., Daly, A., Huyton, J., & Sanders, L. 2012. The challenge of defining wellbeing. *International Journal of Wellbeing*, 2(3): 222-235. doi:10.5502/ijw.v2i3.4.
- Gilman, R. & Huebner, E. S. 2006. Characteristics of adolescents who report very high life satisfaction. *Journal of Youth and Adolescence*, 35(3): 311-319.
- Holder J., Beecham J., Knapp E. 2011. *Developing a wellbeing outcome measure for use in economic evaluations of children's services: Identifying domains important to children and young people*. Childhood Wellbeing Research Centre CWRC WORKING PAPER 008. [http://www.cwrc.ac.uk/projects/documents/Developing\\_CYPOC\\_report\\_final\\_with\\_WP\\_number.pdf](http://www.cwrc.ac.uk/projects/documents/Developing_CYPOC_report_final_with_WP_number.pdf)
- Huebner, E.S. 1991. Correlates of life satisfaction in children. *School Psychology Quarterly*, 6(2): 103-111.
- Layard R., Hagell A. 2015. *Healthy young minds transforming the mental health of children*. Report of the WISH Mental Health and Wellbeing in Children Forum 2015. [www.wish-qatar.org/app/media/download/1432](http://www.wish-qatar.org/app/media/download/1432).
- Seligman, M.E.P. 2011. *Flourish*. Sydney, Australia: Random House Australia
- Selwyn, J., & Wood, M. 2015. Measuring Well-Being: A Literature Review. University of Bristol. [http://research-information.bristol.ac.uk/files/41278115/Measuring\\_Wellbeing\\_FINAL.pdf](http://research-information.bristol.ac.uk/files/41278115/Measuring_Wellbeing_FINAL.pdf)
- Shoshani Anat, Steinmetz Sarit. 2013. "Positive Psychology at School: A School-Based Intervention to Promote Adolescents' Mental Health and Well-Being". *Journal of Happiness Studies*. DOI 10.1007/s10902-013-9476-1.
- Tabbodi Meimanat, Hassan Rahgozar, Mohammad Mozaffari Makki Abadi. 2015. "The Relationship between Happiness and Academic Achievements". *European Online Journal of Natural and Social Sciences*; Vol.4, No.1 Special Issue on New Dimensions in Economics, Accounting and Management ISSN 1805-3602.
- The Children's society 2016. *The good childhood report 2016*. <https://www.childrenssociety.org.uk/what.../the-good-childhood-report2016>
- The International Wellbeing Group. 2013. *Personal Wellbeing Index – Adult (PWI-A)* 5<sup>th</sup> Edition MANUAL 2013. Published by Australian Centre on