

Quan niệm của người phụ nữ về hạnh phúc (Nghiên cứu trường hợp tại tỉnh Ninh Bình)

Bùi Thị Hương Trâm

Viện Nghiên cứu Gia đình và Giới

Tóm tắt: Hạnh phúc là một hiện tượng xã hội đa chiều và có nhiều yếu tố ảnh hưởng. Việc đánh giá cuộc sống hạnh phúc của một người thường dựa trên hai yếu tố: đầu tiên là nhận thức và hai là cảm nhận thực tế. Dựa trên số liệu của đề tài độc lập cấp Nhà nước “Hạnh phúc của người Việt Nam: quan niệm, thực trạng và chỉ số đánh giá” do Viện Nghiên cứu Gia đình và Giới thực hiện, Bài viết phân tích quan niệm của người phụ nữ về hạnh phúc từ các yếu tố thuộc ba lĩnh vực kinh tế - môi trường tự nhiên; gia đình - xã hội và đời sống cá nhân⁽¹⁾.

Từ khóa: Phụ nữ; Hôn nhân - Gia đình; Hạnh phúc; Giá trị.

Giới thiệu

Ở phương Tây, hạnh phúc bắt đầu trở thành đối tượng nghiên cứu của khoa học thực nghiệm từ những năm 1960 và hạnh phúc của người phụ nữ được quan tâm nghiên cứu từ những năm 1970. Chủ đề hạnh phúc của người phụ nữ tập trung chủ yếu ở ngành Tâm lý học xã hội và Xã hội học. Tâm lý học chú trọng đến trị liệu và tư vấn để người phụ nữ có những cảm xúc tích cực hơn. Xã hội học chú trọng lý giải nguồn gốc và các yếu tố tác động tới hạnh phúc của người phụ nữ từ các góc độ: cá nhân, gia đình, xã

hội. Hạnh phúc là chủ đề rất được quan tâm trong lĩnh vực nghiên cứu giới, đặc biệt khi nghiên cứu về bất bình đẳng: bất bình đẳng trong giáo dục, bất bình đẳng trong việc làm, bất bình đẳng trong tham chính, bất bình đẳng trong thụ hưởng hạnh phúc... Hạnh phúc của người phụ nữ là một trong những nội dung quan trọng của điều tra xã hội của Mỹ (General Social Survey - GSS). Điều tra này bắt đầu từ năm 1972 và được lặp lại hằng năm. Khoảng thời gian dài của GSS và việc sử dụng phương án khảo sát phù hợp để đo lường hạnh phúc là rất lý tưởng cho việc phân tích xu hướng hạnh phúc theo thời gian.

Ở Việt Nam, hạnh phúc với tư cách là đối tượng nghiên cứu của khoa học thực nghiệm, đặc biệt là xã hội học, hầu như còn vắng bóng cả trên bình diện hạnh phúc xã hội nói chung và hạnh phúc của các nhóm xã hội nói riêng, trong đó có nhóm phụ nữ. Cho đến nay, ở Việt Nam chỉ có một số rất ít nghiên cứu trực tiếp về hạnh phúc và chưa có nghiên cứu riêng nào về hạnh phúc của người phụ nữ. Trong khi vấn đề hạnh phúc của người phụ nữ thường vắng bóng ở các công trình nghiên cứu thì lại được nhắc đến khá thường xuyên trên báo chí Việt Nam, tiêu biểu là Báo Phụ nữ Việt Nam, Báo Phụ nữ Thủ đô, Báo Phụ nữ thành phố Hồ Chí Minh, Báo Thanh niên hay một số báo mạng như Phununet.com, Vietnamnet.vn...

Việc đánh giá chất lượng cuộc sống ở các quốc gia ngày nay, trong đó có Việt Nam, không thể không tính đến việc tìm hiểu quan niệm hạnh phúc nói chung và hạnh phúc của người phụ nữ nói riêng. Người phụ nữ ngày nay đang nghĩ gì về hạnh phúc của họ? Bài viết sử dụng bộ số liệu của đề tài độc lập cấp Nhà nước “Hạnh phúc của người Việt Nam: quan niệm, thực trạng và chỉ số đánh giá” (ĐTĐL.XH-03/15) do Viện Nghiên cứu Gia đình và Giới thực hiện năm 2015-2018. Đề tài khảo sát tại 05 tỉnh/thành (Ninh Bình, Sơn La, Đắk Lắk, Tp. Hồ Chí Minh, An Giang). Mỗi tỉnh/thành điều tra 500 phiếu hỏi. Tuy nhiên, trong phạm vi bài viết này, tác giả chỉ nghiên cứu trường hợp ở tỉnh Ninh Bình. Nghiên cứu này tìm hiểu quan niệm về hạnh phúc của người phụ nữ nên tác giả chỉ sử dụng mẫu phân tích người trả lời là nữ để có được thông tin trực tiếp về hạnh phúc theo quan niệm của chính họ. Các phương án trả lời ghi nhận đánh giá của mỗi phụ nữ về hạnh phúc. Mẫu định lượng được sử dụng phân tích là 267 phiếu và 40 phỏng vấn sâu thực hiện tại 01 phường và 01 xã thuộc tỉnh Ninh Bình.

Tìm hiểu quan niệm hạnh phúc của người phụ nữ là một điều khó khăn bởi bản chất hạnh phúc mang tính chủ quan của người trả lời. Bài viết tìm hiểu quan niệm về hạnh phúc qua ba lĩnh vực: kinh tế - môi trường tự

nhiên; gia đình - xã hội; đời sống cá nhân.

1. Quan niệm hạnh phúc trong lĩnh vực kinh tế - môi trường tự nhiên

Các yếu tố thuộc lĩnh vực kinh tế - môi trường tự nhiên được quan niệm là tất cả những gì do con người sáng tạo, tiếp thu, lựa chọn trong mối tương quan với môi trường tự nhiên, nhằm đáp ứng các nhu cầu sinh tồn hàng ngày của họ. Biểu hiện tập trung của nhóm này là các yếu tố đáp ứng nhu cầu ăn, mặc, ở, đi lại. Tuy nhiên, trong việc thoả mãn các nhu cầu bất biến này, ở mỗi thời kỳ lịch sử, biểu hiện của chúng lại có sự biến đổi rất đáng kể (Lê Ngọc Văn và các tác giả, 2016). Ở nghiên cứu này, người phụ nữ được yêu cầu lựa chọn 5/11 yếu tố cho là quan trọng trong đảm bảo hạnh phúc.

Số liệu Bảng 1 cho thấy 5 yếu tố người phụ nữ ưu tiên lựa chọn là: có thu nhập ổn định; có công ăn việc làm đầy đủ; môi trường tự nhiên trong lành; có nhà ở riêng và an toàn vệ sinh thực phẩm tốt.

Thu nhập là một trong những yếu tố chủ điểm khi nghiên cứu về hạnh phúc. Có hai luồng tranh luận về sự cần thiết đo lường mối quan hệ giữa thu nhập và hạnh phúc. Quan điểm thứ nhất, ví dụ quan điểm của Doh Chull Shin (2009), đo lường hạnh phúc thoát ly khỏi yếu tố thu nhập vì theo kinh nghiệm nghiên cứu hạnh phúc ở những quốc gia Nho giáo (trong đó có Việt Nam) nếu phát biểu những quan niệm gắn liền với vật chất có thể bị coi là người dung tục, tầm thường. Quan điểm thứ hai cởi mở, cân

Bảng 1. Ý kiến của phụ nữ về các yếu tố thuộc nhóm kinh tế - môi trường tự nhiên có vai trò quan trọng trong đảm bảo hạnh phúc (xếp theo thứ tự ưu tiên của người trả lời)

	%	N
Có thu nhập ổn định	79,4	212
Có công ăn việc làm đầy đủ	76,4	204
Môi trường tự nhiên trong lành	70,4	188
Có nhà ở riêng	66,3	177
An toàn vệ sinh thực phẩm tốt	63,3	169
Được làm công việc mình thích	41,2	110
Có đủ tiện nghi sinh hoạt	37,1	99
Có tài sản và tiền để dành	19,5	52
Có hệ thống dịch vụ tốt	19,5	52
Được ăn ngon	15,7	42
Được mặc đẹp	11,2	30

bằng hơn khi coi thu nhập là một trong những yếu tố có ảnh hưởng tới hạnh phúc. Ví dụ: Frijters, Haisken-DeNew & Shields (2004) ghi nhận sự tăng lên của thu nhập dẫn tới hạnh phúc chủ quan cao hơn. Hay nghiên cứu của Stevenson, B. and J.Wolfers (2008) cho thấy thu nhập rất quan trọng bởi nó định hướng mức sống và khả năng tiêu dùng - những yếu tố tiền đề của hạnh phúc.

Nghiên cứu này đã xem xét vai trò yếu tố thu nhập với quan niệm hạnh phúc của người phụ nữ. Kết quả chỉ ra rằng “có thu nhập ổn định” là ưu tiên lựa chọn hàng đầu, sau đó là “có công ăn việc làm đầy đủ”, là phương tiện để tạo thu nhập ổn định, bền vững. Như vậy, yếu tố sinh tồn đáp ứng nhu cầu sống cơ bản là rất quan trọng trong đảm bảo hạnh phúc của người phụ nữ tại địa bàn nghiên cứu. Kết quả phỏng vấn sâu cũng góp phần làm rõ điều này:

“Trước tiên cứ phải có thu nhập. Tiền vẫn quan trọng. Khi có tiền mình hạnh phúc hơn bởi vì mình tự tin hơn, có thể làm những việc mình thích, có thể giúp đỡ mọi người mà không cần phải lo lắng [...] Mình chủ động được thu nhập thì mình cũng chủ động được trong nắm giữ hạnh phúc” (PVS nữ, mức sống trung bình, xã Ninh Giang).

Các yếu tố được lựa chọn tiếp theo là “môi trường tự nhiên trong lành” và “có nhà ở riêng”. Kết quả này tương đồng với một số nghiên cứu quốc tế trước đây về các yếu tố tác động đến hạnh phúc. Ô nhiễm tiếng ồn và ô nhiễm không khí có tác động tiêu cực đáng kể đến sự hài lòng về cuộc sống (Dolan, Peasgood and White, 2007). Có những bằng chứng chứng tỏ rằng điều kiện nhà ở có tác động đến hạnh phúc (Oswald et al., 2003 trích theo Nguyễn Ngọc Trung, 2014). Hiểu được mối quan hệ giữa chất lượng môi trường với hạnh phúc là rất quan trọng để kết nối các điều kiện môi trường thực tế (bao gồm chất lượng nguồn không khí và mở rộng không gian xanh) với những chính sách đảm bảo hạnh phúc cho phụ nữ. Xác định được nhu cầu có nhà ở riêng như một thành tố quan trọng của điều kiện vật chất ảnh hưởng đến đời sống của người phụ nữ góp phần hướng sự quan tâm nhiều hơn của Nhà nước tới các chính sách nhằm nâng cao chất lượng sống cho người dân.

2. Quan niệm hạnh phúc trong lĩnh vực gia đình - xã hội

Những yếu tố thuộc lĩnh vực gia đình - xã hội phản ánh quan hệ giữa con người với con người. Về mặt tâm lý học, các mối quan hệ xã hội là một trong những động lực nội sinh (intrinsic motivation) có thể làm tăng hạnh phúc một cách mạnh mẽ (Deci & Ryan, 2000).

Bảng 2. Ý kiến của người phụ nữ về các yếu tố thuộc nhóm gia đình-xã hội có vai trò quan trọng trong đảm bảo hạnh phúc (xếp theo thứ tự ưu tiên của người trả lời)

	%	N
Gia đình hoà thuận	97,0	259
Con cháu chăm ngoan	82,0	219
Quan hệ họ hàng tốt	60,7	162
An ninh, an toàn xã hội bảo đảm	59,6	159
Quan hệ láng giềng tốt	50,6	135
Được tự chủ, tự quyết về bản thân	39,3	105
Môi trường xã hội tự do, dân chủ	35,2	94
Có bạn bè tốt	26,6	71
Quan hệ nơi làm việc tốt	21,0	56
Chính quyền thân thiện, công tâm	20,2	54
Có vị thế, địa vị xã hội	7,9	21

Trong lĩnh vực này, người phụ nữ cũng được yêu cầu lựa chọn 5/11 yếu tố cho là có vai trò quan trọng trong đảm bảo hạnh phúc. Số liệu Bảng 2 cho thấy 5 yếu tố người phụ nữ ưu tiên lựa chọn là: gia đình hoà thuận; con cháu chăm ngoan, quan hệ họ hàng tốt; an ninh, an toàn xã hội bảo đảm và quan hệ láng giềng tốt.

Các nghiên cứu hạnh phúc ở châu Á cho rằng tính tập thể được bắt nguồn như một đặc điểm quan trọng. Điều này khác với phương Tây luôn coi cá nhân là trung tâm của mọi ý nghĩ, hành động. Một cuộc sống hạnh phúc trong bối cảnh văn hóa Nho giáo có đặc trưng mang tính chung, mục tiêu chung, sở thích chung và mong ước mang tính tập thể hơn là tính cá nhân. Hạnh phúc chỉ xuất hiện nếu một người có mối quan hệ tốt với mọi người và quan hệ này còn quan trọng hơn tri thức hay tiền bạc của cá nhân đó trong việc tạo nên hạnh phúc (Ed Diener & Lucas, 2000; Shin & Inoguchi, 2009 trích theo Nguyễn Ngọc Trung, 2014). Khi nghiên cứu hạnh phúc ở Hàn Quốc, Park (2009) cũng cho rằng mối quan hệ của một cá nhân rất quan trọng trong việc nâng cao hạnh phúc. Các mối quan hệ gia đình và cuộc sống tương đối đầy đủ về vật chất sẽ mang lại hạnh phúc, sự thỏa mãn và cuộc sống viên mãn cho mọi cá nhân. Bối cảnh châu Á mang tính chất tiêu biểu, chứng minh cho nhận định: “Con người là một sản phẩm của bối cảnh xã hội. Bất cứ nỗ lực nào nhằm cố gắng để hiểu được họ phải đánh giá dựa trên gia đình của họ” (Nichols & Schwartz, 1995:106).

Theo quan niệm của người phụ nữ tại địa bàn nghiên cứu, hạnh phúc

vẫn gắn liền với những mối quan hệ gia đình hơn là những yếu tố mang tính cá nhân - những giá trị tự thể hiện như “có vị thế, địa vị xã hội”, “được tự chủ, tự quyết về bản thân”. Yếu tố mang lại hạnh phúc cho người phụ nữ không gì khác đó chính là nhu cầu tình cảm đến từ gia đình, con cháu, họ hàng. Một phụ nữ còn chia sẻ quan điểm rằng nếu người phụ nữ hưởng quá nhiều tới thành công bên ngoài có thể lại là nguồn cơn của bất hạnh, chứ không phải tiền đề của hạnh phúc:

“Để người phụ nữ thực sự hạnh phúc thật không đơn giản vì phải phụ thuộc nhiều yếu tố, đặc biệt là những mối quan hệ với gia đình mình, gia đình hai bên. Phụ nữ vẫn trọng gia đình hơn. Gia đình hạnh phúc thì phụ nữ sẽ hạnh phúc [...] Nếu người phụ nữ hưởng quá nhiều tới thành công bên ngoài chưa chắc đã hạnh phúc đâu, nhiều khi là bất hạnh đấy và có thể có hậu quả nghiêm trọng” (PVS nữ, mức sống trung bình, phường Thanh Bình).

Có thể nói, trong suy nghĩ của người phụ nữ, gia đình là một tổ ấm cho cá nhân, là nơi mà các sợi dây ràng buộc về mặt tình cảm giữ vai trò trung tâm. Hạnh phúc cá nhân chính là sự hài hoà các mối quan hệ trong gia đình. Việc nuôi dưỡng tốt các mối quan hệ gia đình cũng là tạo điểm tựa cho hạnh phúc cá nhân. Điều này đưa đến một nhận định rằng: thay đổi bối cảnh gia đình (hoặc các mối quan hệ gia đình) sẽ tạo ra sự thay đổi mạnh mẽ đối với các thành viên trong gia đình nói chung và đối với cảm nhận hạnh phúc của người phụ nữ nói riêng.

3. Quan niệm hạnh phúc trong đời sống cá nhân

Khi tiến hành đo lường, tính toán về hạnh phúc, một khía cạnh không thể bỏ qua trong cấu trúc hạnh phúc của con người là những yếu tố thuộc đời sống cá nhân như sức khỏe, trình độ học vấn, năng lực làm việc... Trong đó, có cả những yếu tố tinh tế và phức tạp như niềm tin cá nhân, đời sống tinh thần, cảm nhận thành công trong cuộc sống...

Với 11 yếu tố đưa ra ở nghiên cứu này, 05 yếu tố được người phụ nữ lựa chọn có vai trò quan trọng trong đảm bảo hạnh phúc là: có sức khỏe tốt; đời sống tinh thần, tâm linh yên ổn; có thời gian nghỉ ngơi, giải trí; làm được việc có ý nghĩa và có niềm tin vào con người, xã hội.

Nhiều nghiên cứu cho thấy, cả sức khỏe thể chất và tinh thần đều có mối liên hệ với mức độ hạnh phúc. Khảo sát ở các nhóm gặp vấn đề về sức khỏe thấy có sự suy giảm hạnh phúc. Những người khỏe mạnh có tỷ lệ hài lòng về cuộc sống cao hơn rất nhiều những người ốm đau dài hạn. Kết quả từ các nghiên cứu lịch đại quy mô lớn đại diện quốc gia đã ghi nhận sự ốm yếu, bất lực có liên quan đến mức độ giảm sút hạnh phúc (ONS (2012),

Bảng 3. Ý kiến của người phụ nữ về yếu tố thuộc nhóm đời sống cá nhân có vai trò quan trọng trong đảm bảo hạnh phúc (xếp theo thứ tự ưu tiên của người trả lời)

	%	N
Có sức khỏe tốt	98,9	264
Đời sống tinh thần, tâm linh yên ổn	66,3	177
Có thời gian nghỉ ngơi, giải trí	55,1	147
Làm được việc có ý nghĩa	53,2	142
Có niềm tin vào con người, xã hội	46,4	124
Luôn có mục tiêu phấn đấu	41,6	111
Có trình độ học vấn	38,2	102
Có năng lực làm việc	33,7	90
Thành công trong cuộc sống	30,3	81
Thể hiện được năng lực của mình	23,2	62
Thích ứng nhanh với cuộc sống	12,7	34

Lucas (2007) trích theo Nguyễn Ngọc Trung, (2014).

Trong nghiên cứu này, “có sức khỏe tốt” là yếu tố được người phụ nữ ưu tiên lựa chọn cao nhất (98,9%). Sức khỏe mang tính chất nền tảng cho mọi hoạt động hướng đến hạnh phúc:

“Một người hạnh phúc chắc chắn là một người khỏe mạnh. Khi mình khỏe, mình mới cảm nhận được cuộc sống, mình mới có thể vạch ra các kế hoạch của cuộc đời và nỗ lực để đạt được nó [...] Khi mình khỏe mạnh, mình có nhiều điều để ước. Còn khi không khỏe mạnh thì chỉ có một điều ước duy nhất là được khỏe mạnh mà thôi” (PVS nữ, mức sống khá, kết hôn hơn 20 năm, xã Ninh Giang).

Yếu tố tiếp theo được lựa chọn là “có đời sống tinh thần, tâm linh yên ổn”. Một nghiên cứu gần đây về giá trị gia đình đã chỉ ra rằng: gia đình là cội nguồn nuôi dưỡng đời sống tinh thần, tâm linh của mỗi người. Những giá trị mà gia đình mang đến hết sức bền vững, ẩn sâu, lan tỏa và tạo nên giá trị tâm linh của văn hóa gia đình. Xét đến cùng, con người cần tổ ấm gia đình tức là cần có một giá trị tâm linh để duy trì sự sống của mình trên một bình diện văn hóa mà chỉ ở đó con người mới có.

Như vậy, yếu tố sức khỏe và đời sống tinh thần, tâm linh yên ổn là hai yếu tố quan trọng trong đảm bảo hạnh phúc. Liên hệ với kết quả nghiên cứu của NEF (New Economics Foundation), một Tổ chức nghiên cứu kinh tế - xã hội có trụ sở chính tại Vương quốc Anh, dựa vào các số liệu chọn lọc từ các quốc gia, các tổ chức quốc tế và các số liệu do chính NEF điều tra, NEF đã tập hợp và đưa ra được bức tranh về thực trạng hạnh phúc của

178 nước (tức là hầu hết các nước và vùng lãnh thổ trên thế giới). Trong báo cáo, chỉ số hạnh phúc của Vanuatu là 68,2 - cao nhất thế giới. Vanuatu - tên gọi đảo quốc này nghĩa là “Miền đất vĩnh hằng” nằm ở phía nam Thái Bình Dương, là nơi có nhiều sắc tộc chung sống rất hoà thuận với nhau. Ở Vanuatu hiện có rất ít các thiết bị tiêu dùng hiện đại và ít những dịch vụ kiểu siêu thị hay nhà hàng Mc Donald nhưng ở đây phần đông dân số sống thanh thản bình yên đến tận 85-90 tuổi. Nhiều tài liệu ca ngợi Vanuatu là thiên đường nơi hạ giới bởi môi trường trong lành, con người khoẻ mạnh, thân thiện (Hồ Sĩ Quý, 2007). Mặc dù còn có những tranh cãi về báo cáo HPI của NEF khi quá quy giản các chỉ số đo hạnh phúc nhưng không thể phủ nhận rằng hai yếu tố sức khỏe và đời sống tinh thần, tâm linh yên ổn là hai yếu tố quan trọng trong đảm bảo hạnh phúc.

Kết luận

Quan niệm về hạnh phúc của người phụ nữ được khảo sát qua ba lĩnh vực được xem là có liên quan đến hạnh phúc toàn diện của người phụ nữ. Mỗi lĩnh vực lại bao gồm nhiều yếu tố phản ánh quan niệm chung về những điều người phụ nữ cho rằng có tác động quan trọng tới hạnh phúc. Bài viết đã phân tích tổng thể 33 yếu tố đại diện cho ba lĩnh vực nhưng rõ ràng 33 yếu tố này chưa thể bao quát đầy đủ hết.

Trong lĩnh vực kinh tế - môi trường tự nhiên, đa số phụ nữ lựa chọn “thu nhập ổn định” - là yếu tố sinh tồn đáp ứng nhu cầu sống cơ bản, là yếu tố rất quan trọng trong đảm bảo hạnh phúc của người phụ nữ tại địa bàn nghiên cứu. Một số nghiên cứu xã hội học cũng chỉ ra rằng tiền bạc có tạo ra hạnh phúc nhưng đây là quan hệ khá phức tạp, bởi tiền bạc tạo ra hạnh phúc thường đi kèm với một số điều kiện như người làm ra tiền phải cảm thấy họ kiếm được nhiều tiền hơn người khác; nhưng khi tiền bạc đã đáp ứng được nhu cầu của con người ở một mức nhất định thì tiền bạc không còn là thước đo của hạnh phúc nữa.

Trong lĩnh vực gia đình - xã hội, theo quan niệm của người phụ nữ, hạnh phúc là “gia đình hoà thuận”. Kết quả của nghiên cứu này đồng thuận với một số nghiên cứu hạnh phúc ở châu Á khi chỉ ra rằng hạnh phúc của phụ nữ vẫn gắn liền với những mối quan hệ gia đình hơn là những yếu tố mang tính cá nhân. Như vậy nâng cao chất lượng các mối quan hệ trong gia đình, mang các thành viên lại gần nhau hoặc can thiệp nhằm tăng tính tương tác giữa các thành viên trong gia đình.

Trong lĩnh vực đời sống cá nhân, ngoài yếu tố sức khỏe được lựa chọn như yếu tố nền tảng cho mọi hoạt động hướng đến hạnh phúc thì người phụ nữ cũng đề cao vai trò đời sống tinh thần và tâm linh trong việc bảo

hạnh phúc.

Việc tìm hiểu quan niệm về hạnh phúc của người phụ nữ trong bài viết này mới là chỉ là nghiên cứu trường hợp ở tỉnh Ninh Bình, tuy nhiên, những kết quả nghiên cứu bước đầu này có thể gợi mở cho các nghiên cứu khác về hạnh phúc ở Việt Nam.■

Chú thích

⁽¹⁾ Bài viết trong khuôn khổ đề tài khoa học độc lập cấp quốc gia: “Hạnh phúc của người Việt Nam: Quan niệm, thực trạng và chỉ số đánh giá”, Mã số ĐTĐL.XH-03/15.

Tài liệu trích dẫn

- Deci, E. L., & Ryan, R.M. 2000. The “What” and “Why” of Goal Pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*. 11(4), 227-268. doi:10.1207/S15327965PL1104_01.
- Doh Chull Shin. 2009. *Chất lượng sống của người dân châu Á theo Nho giáo: Quan niệm về hạnh phúc*.
- Dolan, P., T. Peasgood and M.White. 2007. “Do we really know what makes us happy? A review of the economic literature on the factors associated with subjective well-being”. *Journal of Economic Psychology*. Vol. 29.Pp. 94-122.
- Frijters, P., J.P .Haisken-DeNew and M.A. Shields. 2004. “Money does matter! Evidence from increasing real income and life satisfaction in East Germany following reunification”. *American Economic Review*. Vol 94. Pp 730-740.
- Hồ Sĩ Quý. 2007. *Nghiên cứu định lượng về hạnh phúc và chỉ số hạnh phúc (HPI) của Việt Nam*.
- Lê Ngọc Văn, Mai Văn Hai, Đặng Thị Hoa, Bùi Thị Hương Trâm. 2016. *Hệ giá trị gia đình Việt Nam*. Nxb. Khoa học Xã hội.
- Nguyễn Ngọc Trung. 2014. *Một số vấn đề lý luận về chỉ số hạnh phúc và khả năng ứng dụng trong thực tiễn*. Đề tài cấp cơ sở. Viện Nghiên cứu Con người.
- Nichols, M. P. & Schwartz, R. C. 1995. *Family Therapy: Concepts and Methods* (3rd ed). Boston: Allyn & Bacon.
- Park, C.-M. 2009. *The quality of life in South Korea*. Social Indicators research. 92(2), 263-294.doi: 10.1007/s11205-008-9348-y.
- Stevenson, B. and J.Wolfers. 2008. *Economic growth and subjective wellbeing: researching the Easterlin paradox*. NBER working paper. No 14282.