MỐI LIÊN HỆ GIỮA GẮN BÓ VỚI CHA, MẸ, BẠN BÈ VÀ HÀI LÒNG CUỘC SỐNG Ở VỊ THÀNH NIÊN

Vũ Thảo Uyên, Đặng Hoàng Phúc, Trần Thị Kim Chi, Tô Thị Ngọc Yến
Trường Đại học Sư Phạm Thành phố Hồ Chí Minh

Tóm tắt: *Nghiên cứu xác định mối liên hệ giữa gắn bó với cha, mẹ, bạn bè và hài lòng cuộc sống ở vị thành niên tại huyện Di Linh, tỉnh Lâm Đồng. Nghiên cứu cắt ngang trên 999 học sinh tại hai trường THCS và THPT, chọn mẫu thuận tiện. Dữ liệu được thu thập bằng IPPA và MSLSS-VN, phân tích bằng tương quan Spearman. Kết quả cho thấy gắn bó với cha, mẹ và bạn bè đều tương quan thuận với hài lòng cuộc sống chung. Gắn bó với cha và mẹ liên hệ mạnh nhất với hài lòng về gia đình (ρ =0,593; ρ =0,521), trong khi gắn bó với bạn bè liên hệ mạnh nhất với hài lòng về bạn bè (ρ =0,729). Tin cậy và giao tiếp tương quan thuận, còn xa lánh tương quan nghịch với phần lớn các lĩnh vực hài lòng cuộc sống. Chất lượng gắn bó với cha mẹ và bạn bè có liên hệ đáng kể với hài lòng cuộc sống ở vị thành niên. Thiết kế cắt ngang chưa cho phép suy luận nhân quả.*

Từ khóa: *vị thành niên; sự gắn bó; hài lòng cuộc sống.*

ASSOCIATIONS BETWEEN ATTACHMENT TO FATHERS, MOTHERS, AND PEERS AND LIFE SATISFACTION AMONG ADOLESCENTS

Abstract: *This study examined the associations between attachment to fathers, mothers, and peers and life satisfaction among adolescents in Di Linh District, Lam Dong Province, Vietnam. A cross-sectional study was conducted with 999 students from one lower secondary school and one upper secondary school using convenience sampling. Data were collected using the Inventory of Parent and Peer Attachment (IPPA) and the Vietnamese version of the Multidimensional Students' Life Satisfaction Scale (MSLSS-VN) and analyzed using Spearman's rank correlation. The results showed that attachment to fathers, mothers, and peers was positively correlated with overall life satisfaction. Attachment to fathers and mothers showed the strongest associations with family satisfaction (ρ =.593 and ρ =.521, respectively), whereas peer attachment was most strongly associated with friendship satisfaction (ρ =.729). Trust and communication were positively correlated with most domains of life satisfaction, whereas alienation was negatively correlated with these domains. These findings indicate that the quality of adolescents' attachment to parents and peers is significantly associated with their life satisfaction. However, the cross-sectional design does not permit causal inferences.*

Keywords: *adolescents; attachment; life satisfaction.*

Nhận bài: 16/05/2026 Phản biện: 16/06/2026 Duyệt đăng: 22/06/2026

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Sự gắn bó và hài lòng cuộc sống là hai thành tố quan trọng trong nghiên cứu về sự phát triển tâm lý xã hội ở vị thành niên. Lý thuyết gắn bó, do Bowlby (1958) đề xuất, cho rằng mối quan hệ gắn bó an toàn với người chăm sóc là nền tảng hình thành cảm giác an toàn tâm lý và khả năng điều hòa cảm xúc. Ở vị thành niên, quá trình phát triển gắn bó mở rộng từ cha mẹ sang bạn bè đồng trang lứa, phản ánh nhu cầu phát triển quyền tự chủ nhưng vẫn duy trì kết nối cảm xúc (Allen & Land, 1999; Guarnieri et al., 2010).

Hài lòng cuộc sống phản ánh sự đánh giá chủ quan của cá nhân về cuộc sống nói chung và các lĩnh vực cụ thể như gia đình, bạn bè, trường học, bản thân và môi trường sống (Huebner, 1994). Các nghiên cứu cho thấy gắn bó với cha mẹ và bạn bè có liên hệ với hài lòng cuộc sống ở vị thành niên (Jiang et al., 2013; Nickerson & Nagle, 2004), trong khi sự xa lánh với cha mẹ hoặc bạn bè có tương quan nghịch với hài lòng cuộc sống (Chen et al., 2022).

Tuy nhiên, phần lớn các nghiên cứu về mối liên hệ giữa gắn bó và hài lòng cuộc sống ở vị thành niên tập trung tại các quốc gia phương Tây. Tại Việt Nam, bằng chứng thực nghiệm còn hạn chế, đặc biệt trong việc phân tích riêng biệt vai trò của từng đối tượng gắn bó (cha, mẹ, bạn bè) đối với các khía cạnh cụ thể của hài lòng cuộc sống.

Trước khoảng trống đó, nghiên cứu này được thực hiện nhằm khám phá mối liên hệ giữa sự gắn bó với cha, mẹ, bạn bè và mức độ hài lòng cuộc sống ở vị thành niên. Nghiên cứu tập trung làm rõ vai trò khác biệt của từng đối tượng gắn bó đối với các lĩnh vực hài lòng cụ thể, góp phần bổ sung bằng chứng thực nghiệm trong bối cảnh văn hóa Việt Nam.

II. ĐỐI TƯỢNG VÀ PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

2.1. Thiết kế nghiên cứu

Nghiên cứu sử dụng thiết kế cắt ngang, được thực hiện tại Trường THCS Tân Lâm và Trường THPT Nguyễn Huệ, huyện Di Linh, tỉnh Lâm

Đồng. Đối tượng nghiên cứu là học sinh đang theo học tại hai trường, có mặt tại thời điểm khảo sát và đồng ý tham gia. Những học sinh vắng mặt, từ chối tham gia hoặc không hoàn thành đầy đủ bảng hỏi được loại khỏi nghiên cứu.

Cỡ mẫu tối thiểu được xác định theo công thức ước lượng một tỷ lệ trong quần thể, với mức tin cậy 95%, (p=0,5) và sai số cho phép (d=0,05), tương ứng 384 học sinh. Nghiên cứu sử dụng phương pháp chọn mẫu thuận tiện. Tổng cộng 1.200 học sinh được mời tham gia và thu được 999 bảng hỏi hợp lệ để đưa vào phân tích.

2.2. Công cụ thu thập dữ liệu

Dữ liệu được thu thập bằng bộ câu hỏi tự điền gồm thông tin nhân khẩu học và hai thang đo.

Thang đo Gắn bó với cha mẹ và bạn bè (Inventory of Parent and Peer Attachment – IPPA) của Armsden và Greenberg (1987) được sử dụng để đánh giá chất lượng gắn bó với cha, mẹ và bạn bè. Mỗi tiểu thang gồm 25 mục, đo lường ba thành phần: tin cậy, giao tiếp và xa lánh. Các mục được trả lời theo thang Likert 5 mức, từ 1 – "không bao giờ đúng" đến 5 – "luôn luôn đúng". Các mục diễn đạt theo chiều nghịch được đảo điểm trước khi tính điểm. Trong nghiên cứu này, hệ số Cronbach's alpha của các tiểu thang gắn bó với cha, mẹ và bạn bè lần lượt là 0,886; 0,885 và 0,878.

Thang đo Đa diện về sự hài lòng cuộc sống phiên bản Việt Nam (MSLSS-VN) gồm 38 mục, đánh giá năm lĩnh vực: gia đình, bạn bè, trường học, bản thân và môi trường sống (Huỳnh Mai Trang et al., 2023). Các mục được trả lời theo thang Likert 6 mức, từ 1 – "rất không đồng ý" đến 6 – "rất đồng ý"; điểm cao hơn phản ánh mức độ hài lòng cao hơn. Hệ số Cronbach's alpha của các lĩnh vực dao động từ 0,701 đến 0,843 và đạt 0,900 đối với toàn thang.

2.3. Phân tích dữ liệu

Dữ liệu được xử lý bằng phần mềm SPSS phiên bản 26. Thống kê mô tả được sử dụng để trình bày đặc điểm mẫu và các biến nghiên cứu. Phân phối dữ liệu và giá trị ngoại lai được kiểm tra bằng biểu đồ histogram, Q–Q plot, kiểm định Kolmogorov–Smirnov và boxplot. Căn cứ kết quả kiểm tra phân phối dữ liệu, hệ số tương quan Spearman được sử dụng để xác định mối liên hệ giữa gắn bó với cha, mẹ, bạn bè và các lĩnh vực hài lòng cuộc sống. Mức ý nghĩa thống kê được xác định tại $p < 0,05$.

III. KẾT QUẢ

3.1. Đặc điểm mẫu nghiên cứu

Bảng 1. Đặc điểm mẫu nghiên cứu (n=999)

Đặc điểm		Tần số	Tỉ lệ %
Giới tính	Nam	466	46.6
	Nữ	533	53.4
Khối học	THCS	551	55.2
	THPT	448	44.8
Tình trạng hôn nhân của cha mẹ	Hiện đang sống chung	903	90.4
	Ly hôn/ Ly thân	78	7.8
	Goá	18	1.8

Tổng cộng có 999 học sinh tham gia nghiên cứu. Về giới tính, tỷ lệ học sinh nữ (53.4%) nhỉnh hơn học sinh nam (46.6%). Về khối học, học sinh THCS chiếm 55.2%, trong khi học sinh THPT chiếm 44.8%, cho thấy sự phân bố tương đối cân bằng giữa hai cấp học. Đa số học sinh sống trong gia đình có cha mẹ đang sống chung (90.4%), chỉ một tỷ lệ nhỏ có cha mẹ ly hôn/ly thân (7.8%) hoặc goá (1.8%).

3.2. Kết quả nghiên cứu mối liên hệ giữa gắn bó với cha, mẹ, bạn bè với các khía cạnh của hài lòng cuộc sống

Trong ba đối tượng gắn bó, học sinh có điểm trung bình cao nhất ở gắn bó với mẹ (ĐTB = 3,86; ĐLC = 0,58), tiếp đến là gắn bó với cha (ĐTB = 3,64; ĐLC = 0,61) và gắn bó với bạn bè (ĐTB = 3,51; ĐLC = 0,59). Về hài lòng cuộc sống, điểm trung bình cao nhất thuộc lĩnh vực bạn bè (ĐTB = 4,68; ĐLC = 0,86), tiếp theo là gia đình (ĐTB = 4,62; ĐLC = 1,00), môi trường sống (ĐTB = 4,55; ĐLC = 0,88), trường học (ĐTB = 4,26; ĐLC = 0,92) và bản thân (ĐTB = 4,10; ĐLC = 0,87).

Bảng 2. Hệ số tương quan Spearman gắn bó với các khía cạnh của hài lòng với cuộc sống

	Gắn bó cha	Gắn bó mẹ	Gắn bó bạn bè
HL với bản thân	0.270**	0.264**	0.300**
HL với gia đình	0.593**	0.521**	0.221**
HL với bạn bè	0.281**	0.232**	0.729**
HL với trường học	0.344**	0.351**	0.235**
HL với môi trường sống	0.435**	0.420**	0.291**
HLCS chung	0.543**	0.499**	0.487**

*Ghi chú: ρ là hệ số tương quan Spearman; ** p<0,01.*

Kết quả phân tích tương quan Spearman cho thấy gắn bó với cha, mẹ và bạn bè đều có tương quan thuận có ý nghĩa thống kê với hài lòng cuộc sống chung và các lĩnh vực cụ thể. Gắn bó với cha và mẹ có tương quan mạnh nhất với hài lòng về gia đình (ρ = 0,593 và ρ = 0,521), trong khi gắn bó với bạn bè có tương quan mạnh nhất với hài lòng về bạn bè (ρ = 0,729). Nhìn chung, mức độ gắn bó cao hơn đi cùng với mức độ hài lòng cuộc sống cao hơn ở vị thành niên.

Bảng 3. Hệ số tương quan Spearman giữa các thành phần của sự gắn bó với cha và các khía cạnh của hài lòng cuộc sống

Hài lòng	Các thành phần của sự gắn bó với cha		
	Tin cậy	Giao tiếp	Xa lánh
Bản thân	0.206**	0.236**	-0.112**
Gia đình	0.485**	0.473**	-0.326**
Bạn bè	0.227**	0.193**	-0.145**
Trường học	0.238**	0.276**	-0.241**
Môi trường sống	0.342**	0.327**	-0.262**

*Ghi chú: ρ là hệ số tương quan Spearman; ** p<0,01.*

Kết quả cho thấy tin cậy và giao tiếp với cha có tương quan thuận với tất cả các lĩnh vực hài lòng cuộc sống, với hệ số tương quan từ 0,193 đến 0,485 (p < 0,01). Ngược lại, xa lánh với cha có tương quan nghịch với các lĩnh vực này, với hệ số từ −0,326 đến −0,112 (p < 0,01). Mối liên hệ rõ nhất được ghi nhận đối với hài lòng về gia đình.

Tin cậy và giao tiếp với mẹ có tương quan thuận với tất cả các lĩnh vực hài lòng cuộc sống, với hệ số tương quan từ 0,185 đến 0,524 (p < 0,01). Xa lánh với mẹ có tương quan nghịch với các lĩnh vực này, với hệ số từ −0,332 đến −0,112 (p < 0,01). Các thành phần gắn bó với mẹ có mối liên hệ rõ nhất với hài lòng về gia đình.

Tin cậy và giao tiếp với bạn bè có tương quan thuận với các lĩnh vực hài lòng cuộc sống, với hệ số tương quan từ 0,125 đến 0,721 (p < 0,01). Mối liên hệ mạnh nhất được ghi nhận giữa tin cậy với bạn bè và hài lòng về bạn bè (ρ = 0,721). Xa lánh với bạn bè có tương quan nghịch với hài lòng về gia đình, bạn bè, trường học và môi trường sống; mối liên hệ với hài lòng về bản thân không có ý nghĩa thống kê.

IV. BÀN LUẬN

Kết quả nghiên cứu cho thấy gắn bó với cha, mẹ và bạn bè đều có tương quan thuận với hài lòng cuộc sống chung và các lĩnh vực cụ thể ở vị thành niên. Gắn bó với cha mẹ có mối liên hệ rõ nhất với hài lòng về gia đình, trong khi gắn bó với bạn bè liên hệ mạnh nhất với hài lòng về quan hệ bạn bè. Điều này cho thấy sự hài lòng trong từng lĩnh vực có quan hệ mật thiết với chất lượng của mối quan hệ tương ứng. Kết quả phù hợp với cách tiếp cận đa diện của Huebner (1994), theo đó vị thành niên có thể đánh giá riêng biệt mức độ hài lòng đối với gia đình, bạn bè, trường học, bản thân và môi trường sống.

Gắn bó với cha và mẹ đều có tương quan thuận với hài lòng cuộc sống chung, trong đó mối liên hệ nổi bật nhất được ghi nhận ở hài lòng về gia đình. Kết quả này tương đồng với Nickerson và Nagle (2004), khi chất lượng gắn bó với cha mẹ có liên hệ rõ hơn với những đánh giá thuộc đời

sống gia đình. Sự tin cậy, hỗ trợ và khả năng trao đổi với cha mẹ có thể đi cùng với cảm nhận tích cực hơn về gia đình và các môi trường sống gần gũi. Các nghiên cứu trước cũng ghi nhận mối liên hệ thuận giữa gắn bó cha mẹ và hài lòng cuộc sống ở vị thành niên (Jiang et al., 2013).

Một số hệ số tương quan của gắn bó với cha cao hơn các hệ số tương ứng của gắn bó với mẹ, đặc biệt đối với hài lòng về gia đình và hài lòng cuộc sống chung. Tuy nhiên, nghiên cứu chưa kiểm định sự khác biệt giữa các hệ số này nên chưa đủ cơ sở kết luận rằng gắn bó với cha có vai trò lớn hơn gắn bó với mẹ. Có thể khẳng định rằng cả hai mối quan hệ đều có ý nghĩa đối với cách vị thành niên đánh giá cuộc sống của mình.

Gắn bó với bạn bè có tương quan thuận với tất cả các lĩnh vực hài lòng cuộc sống và liên hệ đặc biệt mạnh với hài lòng về bạn bè. Kết quả này phù hợp với đặc điểm phát triển của tuổi vị thành niên, khi quan hệ đồng trang lứa ngày càng giữ vị trí quan trọng trong đời sống tình cảm và xã hội. Bạn bè là nguồn chia sẻ, công nhận và hỗ trợ trong nhiều vấn đề của lứa tuổi này. Tuy vậy, hệ số tương quan cao giữa gắn bó với bạn bè và hài lòng về bạn bè cũng có thể liên quan đến sự gần gũi về nội dung đo lường, vì cả hai biến đều phản ánh chất lượng của cùng một lĩnh vực quan hệ.

Khi xem xét các thành phần của sự gắn bó, tin cậy và giao tiếp với cha, mẹ và bạn bè đều có tương quan thuận với phần lớn các lĩnh vực hài lòng cuộc sống, trong khi xa lánh có tương quan nghịch. Kết quả này phù hợp với cấu trúc của IPPA, trong đó tin cậy phản ánh cảm nhận được tôn trọng và thấu hiểu; giao tiếp thể hiện khả năng trao đổi, chia sẻ; còn xa lánh phản ánh cảm giác cách biệt hoặc thiếu kết nối trong mối quan hệ (Armsden & Greenberg, 1987).

Đối với cha mẹ, tin cậy và giao tiếp có tương quan mạnh nhất với hài lòng về gia đình, còn xa lánh cũng có tương quan nghịch rõ nhất với lĩnh vực này. Điều đó cho thấy trải nghiệm được lắng nghe, tôn trọng và có thể trao đổi với cha mẹ đi cùng với đánh giá tích cực hơn về đời sống gia đình. Ngược lại, cảm giác xa cách hoặc không được thấu hiểu có thể liên hệ với mức độ hài lòng thấp hơn. Mối liên hệ nghịch giữa xa lánh với cha mẹ và hài lòng cuộc sống cũng được ghi nhận trong các nghiên cứu trước (Chen et al., 2022).

Đối với bạn bè, tin cậy và giao tiếp có tương quan mạnh nhất với hài lòng về bạn bè, trong khi xa lánh có tương quan nghịch rõ nhất với lĩnh vực này. Như vậy, sự hài lòng trong quan hệ bạn bè không chỉ liên quan đến việc có bạn, mà còn gắn với mức độ an toàn, thấu hiểu và khả năng chia sẻ trong mối quan hệ. Kết quả nhấn mạnh vai trò của chất lượng quan hệ đồng trang lứa đối với đời sống tâm lý của vị thành niên.

Từ các kết quả trên, việc tăng cường giao tiếp trong gia đình, nâng cao khả năng lắng nghe của cha mẹ và xây dựng môi trường bạn bè an toàn tại trường học là những hướng cần được quan tâm. Tuy nhiên, do nghiên cứu sử dụng thiết kế cắt ngang, các kết quả chỉ phản ánh mối liên hệ giữa các biến, chưa cho phép xác định quan hệ nhân quả.

Nghiên cứu còn một số hạn chế. Mẫu được chọn thuận tiện tại hai trường thuộc cùng một địa phương nên khả năng khái quát còn hạn chế. Các biến đều được đo bằng bảng hỏi tự báo cáo, do đó có thể chịu ảnh hưởng của xu hướng trả lời xã hội và thiên lệch phương pháp chung. Nghiên cứu cũng chưa kiểm soát một số yếu tố như điều kiện kinh tế gia đình, sức khỏe tâm lý, kết quả học tập và cấu trúc gia đình. Các nghiên cứu tiếp theo nên mở rộng phạm vi khảo sát, sử dụng thiết kế dọc và bổ sung các phân tích đa biến để làm rõ hơn mối liên hệ giữa gắn bó và hài lòng cuộc sống.

V. KẾT LUẬN

Nghiên cứu cho thấy sự gắn bó với cha, mẹ và bạn bè có tương quan thuận với hài lòng cuộc sống ở vị thành niên. Gắn bó với cha mẹ liên hệ rõ nhất với hài lòng về gia đình, trong khi gắn bó với bạn bè liên hệ mạnh nhất với hài lòng về quan hệ bạn bè. Tin cậy và giao tiếp có tương quan thuận, còn xa lánh có tương quan nghịch với phần lớn các lĩnh vực hài lòng cuộc sống. Kết quả góp phần nhấn mạnh ý nghĩa của chất lượng quan hệ gia đình và bạn bè đối với đời sống tâm lý của vị thành niên. Tuy nhiên, do nghiên cứu sử dụng thiết kế cắt ngang, các kết quả chỉ phản ánh mối liên hệ và chưa cho phép xác định quan hệ nhân quả.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

Allen, J. P., & Land, D. J. (1999). Attachment in adolescence. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications (pp. 319–335). Guilford Press.

Armsden, G. C., & Greenberg, M. T. (1987). The Inventory of Parent and Peer Attachment: Individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence. Journal of Youth and Adolescence, 16(5), 427–454. https://doi.org/10.1007/BF02202939

Bowlby, J. (1958). The nature of the child's tie to his mother. International Journal of Psycho-Analysis, 39(5), 350–373.

Chen, N., Jing, Y., & Pang, Y. (2022). Relation between parent and child or peer alienation and life satisfaction: The mediation roles of mental resilience and self-concept clarity. Frontiers in Psychology, 13, Article 1023133. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1023133

Guarnieri, S., Ponti, L., & Tani, F. (2010). The Inventory of Parent and Peer Attachment (IPPA): A study on the validity of styles of adolescent attachment to parents and peers in an Italian sample. TPM—Testing, Psychometrics, Methodology in Applied Psychology, 17(3), 103–130. https://doi.org/10.4473/TPM.17.3.1

Huebner, E. S. (1994). Preliminary development and validation of a multidimensional life satisfaction scale for children. Psychological Assessment, 6(2), 149–158. https://doi.org/10.1037/1040-3590.6.2.149

Huỳnh Mai Trang, Mai Hồng Đào, & Lê Thị Toàn. (2023). Độ tin cậy của Thang đo đa diện về sự hài lòng cuộc sống phiên bản Việt Nam dành cho trẻ vị thành niên (MSLSS-VN). Tạp chí Khoa học Trường Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh, 20(2), 303–316. https://doi.org/10.54607/hcmue.js.20.2.3641(2023)

Jiang, X., Huebner, E. S., & Hills, K. J. (2013). Parent attachment and early adolescents' life satisfaction: The mediating effect of hope. Psychology in the Schools, 50(4), 340–352. https://doi.org/10.1002/pits.21680

Nickerson, A. B., & Nagle, R. J. (2004). The influence of parent and peer attachments on life satisfaction in middle childhood and early adolescence. Social Indicators Research, 66(1–2), 35–60. https://doi.org/10.1023/B:SOCI.0000007496.42095.2c