TRUYỀN THÔNG – GIÁO DỤC VỀ MỨC SINH THẤP CHO THANH NIÊN TRONG BỐI CẢNH NHÂN KHẨU HỌC Ở VIỆT NAM

Nguyễn Quang Việt Ngân, Lê Đặng Thảo Uyên, Tô Thị Thùy Loan
Trường Đại học Khoa học Xã hội và Nhân văn, Đại học Quốc gia Thành phố Hồ Chí Minh, Thành phố Hồ Chí Minh, Việt Nam
Email: vietngan@hcmussh.edu.vn, uyenle.fos@hcmussh.edu.vn, thuyloanto@hcmussh.edu.vn

Tóm tắt: *Việt Nam đang bước vào giai đoạn chuyển đổi nhân khẩu học mang tính bước ngoặt: tổng tỷ suất sinh (TFR) toàn quốc giảm còn 1,96 con/phụ nữ năm 2023 và tiếp tục xuống 1,91 con/phụ nữ năm 2024 – mức thấp nhất từ trước đến nay (Tổng cục Thống kê, 2025). Trong khi đó, quá trình già hóa dân số diễn ra với tốc độ thuộc nhóm nhanh nhất thế giới, và mức sinh phân hóa sâu sắc giữa các vùng, với các đô thị lớn như Thành phố Hồ Chí Minh chỉ còn 1,32 con/phụ nữ (2023) – thấp nhất cả nước (Chi cục Dân số – Kế hoạch hóa gia đình Thành phố Hồ Chí Minh, 2025). Bài viết được thực hiện bằng phương pháp phân tích tổng hợp và dựa trên dữ liệu dân số từ năm 2020 đến này. Bài viết lần lượt (i) mô tả thực trạng nhân khẩu học, (ii) phân tích nguyên nhân qua lăng kính lý thuyết, (iii) đề xuất khung nội dung giảng dạy, (iv) đề xuất phương pháp sư phạm phù hợp với người học Gen Z, và (v) kiến nghị giải pháp liên ngành.*

Từ khóa: *mức sinh thấp; biến đổi nhân khẩu học; giáo dục dân số; thanh niên; truyền thông giáo dục.*

COMMUNICATING AND EDUCATING YOUTH ON LOW FERTILITY AMID VIETNAM'S DEMOGRAPHIC TRANSITION

Abstract: *Vietnam is entering a landmark demographic transition: the national total fertility rate (TFR) dropped to 1.96 children per woman in 2023 and further declined to 1.91 in 2024—the lowest level on record (Tổng cục Thống kê, 2025). Meanwhile, population aging is occurring at one of the fastest rates in the world, and fertility levels exhibit sharp regional disparities, with major urban centers such as Ho Chi Minh City dropping to just 1.32 children per woman (2023)—the lowest in the country (Chi cục Dân số – Kế hoạch hóa gia đình Thành phố Hồ Chí Minh, 2025). Utilizing a synthesis analysis method based on population data from 2020 to the present, this paper sequentially (i) describes the current demographic situation, (ii) analyzes its underlying causes through theoretical lenses, (iii) proposes a teaching framework, (iv) suggests pedagogical methods suitable for Gen Z learners, and (v) recommends interdisciplinary solution strategies.*

Keywords: *low fertility; demographic change; population education; youth; educational communication.*

Nhận bài: 06/06/2026 *Phản biện: 06/07/2026* *Duyệt đăng: 09/07/2026*

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong suốt nhiều thập kỷ của thế kỷ XX và đầu thế kỷ XXI, công tác dân số Việt Nam xoay quanh một định hướng chủ đạo là giảm sinh, với thông điệp quen thuộc "Mỗi gia đình chỉ nên có từ 1 đến 2 con". Điều này đã ăn sâu vào nhận thức của nhiều thế hệ. Không thể phủ nhận kết quả của công tác dân số đã thay đổi bức tranh nhân khẩu học của Việt Nam, Việt Nam chính thức đạt mức sinh thay thế từ năm 2006 (Tổng suất sinh TFR = 2,09) và duy trì tương đối ổn định quanh ngưỡng này trong gần 15 năm. Tuy nhiên, từ năm 2023, mức sinh bắt đầu giảm nhanh và rơi xuống dưới mức sinh thay thế, cụ thể năm 2023 còn 1,96 con/ phụ nữ và năm 2024 còn 1,91 con/ phụ nữ. (Tổng cục Thống kê, 2025).

Trên thực tế, công tác truyền thông – giáo dục đóng vai trò quan trọng trong việc nâng cao nhận thức người dân, đồng thời giúp duy trì bền vững chính sách. Để ứng phó với tình trạng mức sinh thấp, việc hình thành các chương trình giáo dục phổ cập cho thanh niên về mức sinh thấp, nguyên nhân và hệ lụy của mức sinh thấp là hết sức cần thiết. Việc thực hiện bài viết dựa trên cơ sở tổng hợp các dữ liệu về nhân khẩu học và các công tác truyền thông về dân số, phân tích nguyên nhân và đề xuất các phương pháp hoạt động truyền thông – giáo dục nâng cao nhận thức của thanh niên về vấn đề mức sinh thấp, ứng phó với bẫy mức sinh thấp, cần một cuộc chuyển đổi tương ứng trong truyền thông – giáo dục dân số: từ mệnh lệnh hành chính sang giáo dục nhận thức tự nguyện, dựa trên bằng chứng khoa học và sự đồng cảm với những áp lực thực tế của thanh niên.

II. THỰC TRẠNG MỨC SINH THẤP TẠI VIỆT NAM

2.1. Mức sinh xuống thấp và phân hóa sâu sắc theo vùng

Theo kết quả Điều tra dân số và nhà ở giữa kỳ năm 2024, TFR của Việt Nam năm 2023 là 1,96 con/phụ nữ và giảm tiếp còn 1,91 con/phụ nữ năm 2024 – mức thấp nhất trong lịch sử, thấp hơn mức sinh thay thế 2,1 con/phụ nữ (Tổng cục Thống kê, 2025). Mức sinh khu vực thành thị (1,67) thấp

hơn đáng kể so với nông thôn (2,08). Đáng chú ý, xu hướng mức sinh thấp tập trung ở các vùng đô thị hóa cao: Đông Nam Bộ và Đồng bằng sông Cửu Long là hai trong sáu vùng kinh tế – xã hội có mức sinh dưới mức sinh thay thế. Thành phố Hồ Chí Minh ghi nhận mức sinh chỉ 1,32 con/phụ nữ năm 2023 – thấp nhất cả nước – và nhích lên khoảng 1,39 con/phụ nữ năm 2024 (Chi cục Dân số – Kế hoạch hóa gia đình Thành phố Hồ Chí Minh, 2024; Lê, 2024).

Bảng 1. Diễn biến tổng tỷ suất sinh (TFR) của Việt Nam, 2006–2024

Năm	TFR (con/phụ nữ)	Ghi chú
2006	2,09	Chính thức đạt mức sinh thay thế
2021	2,11	Duy trì mức sinh thay thế
2022	2,01	Mức sinh có xu hướng giảm
2023	1,96	Dưới mức thay thế
2024	1,91	Mức sinh thấp nhất trong lịch sử

Nguồn: Tổng cục Thống kê (2025).

2.2. Xu hướng trì hoãn và từ chối hôn nhân

Quyết định sinh con của thanh niên chịu tác động bởi ba nhóm yếu tố chính: áp lực kinh tế, chuyển dịch hệ giá trị và bất an về tương lai. Mức sinh thấp không chỉ thể hiện ở việc sinh ít con mà còn ở xu hướng kết hôn và sinh con muộn. Tuổi kết hôn trung bình lần đầu ở Việt Nam tăng từ 24,1 tuổi (1999) lên 27,2 tuổi (2023), trong đó TP. Hồ Chí Minh có mức cao nhất cả nước (30,4 tuổi) (Tổng cục Thống kê, 2025; Võ, 2024). Đồng thời, lối sống độc thân và các mô hình DINK ngày càng phổ biến.

2.2.1. Áp lực kinh tế và chi phí cơ hội

Chi phí nhà ở, giáo dục, y tế và chăm sóc trẻ ngày càng cao khiến nhiều người trẻ trì hoãn hoặc từ bỏ kế hoạch sinh con. Giá nhà tại Hà Nội và TP. Hồ Chí Minh hiện cao gấp khoảng 25–30 lần thu nhập bình quân năm của hộ gia đình, vượt xa mức khuyến nghị quốc tế (Doanh nghiệp & Hội nhập, 2026). Cùng với áp lực công việc, việc sinh con được xem là một quyết định có chi phí cơ hội lớn.

2.2.2. Chuyển dịch hệ giá trị và vai trò giới

Sự gia tăng trình độ học vấn và cơ hội nghề nghiệp của phụ nữ làm thay đổi quyết định sinh con. Nghiên cứu cho thấy phụ nữ có con thường chịu "hình phạt thiên chức", với mức lương thấp hơn và nguy cơ bất lợi trong tuyển dụng (Budig & England, 2001; Correll et al., 2007). Đồng thời, quan niệm tự chủ tài chính và đề cao phát triển cá nhân dần thay thế tư tưởng sinh con để bảo đảm tuổi già.

2.2.3. Giả thuyết "bẫy mức sinh thấp"

Theo Lutz, Skirbekk và Testa (2006), mức sinh thấp có thể tự duy trì thông qua ba cơ chế: (i) số phụ nữ trong độ tuổi sinh đẻ giảm; (ii) quy mô gia đình nhỏ làm giảm số con mong muốn; và (iii) áp lực kinh tế khiến người trẻ tiếp tục trì hoãn sinh con. Khi tổng tỷ suất sinh xuống dưới khoảng 1,5 con/phụ nữ, xu hướng này trở nên khó đảo ngược.

2.3. Thách thức của vấn đề mức sinh thấp

Việt Nam bắt đầu già hóa dân số từ năm 2011 và đang già hóa với tốc độ nhanh hơn nhiều so với hầu hết các quốc gia khác. Theo dự báo, Việt Nam sẽ trở thành quốc gia có dân số già vào khoảng năm 2036 và bước vào xã hội siêu già vào năm 2049 (Tổng cục Thống kê & Quỹ Dân số Liên Hợp Quốc, 2024). Hiện nay, đất nước vẫn đang trong thời kỳ "cơ cấu dân số vàng", nhưng chính sự cộng hưởng giữa mức sinh xuống thấp và tốc độ già hóa nhanh tạo nên nguy cơ "chưa giàu đã già", đặt áp lực lớn lên nguồn lao động và hệ thống an sinh xã hội. Vì thế, việc khuyến sinh và nâng cao nhận thức của thanh niên về vấn đề mức sinh đóng vai trò quan trọng.

2.4. Quan điểm về mức sinh của thanh niên

Thứ nhất, nội dung lạc hậu. Phần lớn tài liệu vẫn tập trung vào thách thức của quy mô dân số đông, biện pháp tránh thai và nguy cơ mang thai ngoài ý muốn, trong khi vấn đề cấp bách hiện nay lại là mức sinh xuống thấp.

Thứ hai là thiếu góc nhìn kinh tế – xã hội. Người trẻ ít được trang bị kiến thức về cơ cấu dân số, tháp dân số, cơ chế vận hành của quỹ bảo hiểm xã hội hay mối liên hệ giữa quyết định cá nhân và phát triển bền vững của quốc gia. Cũng như ngược lại, các vấn đề về dân số và phát triển hiện nay Hiện nay hầu như các bài học chỉ nằm trong môn Địa lý phổ thông và không phải học sinh nào cũng được tiếp cận

Thứ ba là cách tiếp cận chưa phù hợp tâm lý người trẻ. Cách tiếp cận truyền thông với các thông điệp nhấn mạnh sức ép "phải kết hôn trước 30 tuổi", "phải sinh đủ 2 con") dễ kích hoạt

phản ứng ngược. Lý thuyết phản kháng tâm lý (psychological reactance) chỉ ra rằng, khi cảm nhận quyền tự do bị đe dọa, con người có xu hướng làm ngược lại để khẳng định quyền tự chủ (Brehm, 1966).

IV. NHỮNG NỘI DUNG CẦN THIẾT TRONG CÔNG TÁC TRUYỀN THÔNG – GIÁO DỤC NÂNG CAO NHẬN THỨC

4.1. Trụ cột 1 – Kinh tế học nhân khẩu (Demographic economics)

Trụ cột đầu tiên tập trung giúp người học hiểu rõ bản chất kinh tế - xã hội của quy mô dân số thông qua khái niệm "bẫy mức sinh thấp". Khái niệm này làm rõ cơ chế tự củng cố của xu hướng giảm sinh, từ đó giải thích vì sao việc đưa ra các can thiệp chính sách sớm lại đóng vai trò sống còn đối với một quốc gia (Lutz, Skirbekk, & Testa, 2006).

Bên cạnh đó, chương trình đi sâu phân tích gánh nặng tỷ số phụ thuộc (dependency ratio), cảnh báo nguy cơ mất cân đối nghiêm trọng của hệ thống an sinh xã hội khi lực lượng lao động đóng góp bị thu hẹp, trong khi nhóm đối tượng thụ hưởng lại không ngừng mở rộng theo tốc độ già hóa dân số.

Tình trạng này kéo theo những tác động tiêu cực đến tăng trưởng kinh tế tổng thể: một khi dân số già đi sẽ đối mặt với sự thiếu hụt lao động trẻ, làm suy giảm sức hút đầu tư nước ngoài, thu hẹp quy mô tiêu dùng nội địa và trực tiếp làm tổn hại năng lực cạnh tranh quốc gia trên trường quốc tế

4.2. Trụ cột 2 – Y học sinh sản và "cửa sổ sinh học"

Hiện nay, nhiều người trẻ đang có sự lầm tưởng rằng các tiến bộ trong công nghệ hỗ trợ sinh sản — chẳng hạn như thụ tinh trong ống nghiệm (IVF) hay trữ trứng — có thể cho phép họ hoãn lại việc sinh con vô thời hạn. Do đó, chương trình giáo dục cần làm rõ hai sự thật khoa học quan trọng:

Sự suy giảm chất lượng của cơ quan sinh sản: Chất lượng noãn và tinh trùng đều giảm dần theo tuổi tác. Đặc biệt sau mốc 35 tuổi, khả năng thụ thai tự nhiên của phụ nữ giảm nhanh chóng, đồng thời nguy cơ gặp các bất thường về nhiễm sắc thể ở thai nhi tăng cao.

Giới hạn của công nghệ: IVF hoàn toàn không phải là một "chìa khóa vạn năng". Tỷ lệ thành công của phương pháp này phụ thuộc rất lớn vào tuổi của người mẹ tại thời điểm lấy trứng (Centers for Disease Control and Prevention, 2024).

Dữ liệu tổng hợp từ Centers for Disease Control and Prevention (2024) và Society for Assisted Reproductive Technology phản ánh rõ mối tương quan giữa tuổi mẹ và hiệu quả điều trị IVF:

Bảng 2. Tỷ lệ trẻ sinh sống trên mỗi chu kỳ IVF theo tuổi mẹ (dùng noãn của chính người phụ nữ)

Độ tuổi người phụ nữ	Tỷ lệ trẻ sinh sống/chu kỳ (khoảng ước tính)
Dưới 35 tuổi	≈ 40% – 50%
35 – 37 tuổi	≈ 30% – 35%
38 – 40 tuổi	≈ 20% – 25%
Trên 40 tuổi	thường ở mức một chữ số (< 8%)

Nguồn: tổng hợp từ dữ liệu quốc gia của Centers for Disease Control and Prevention (2024) và Society for Assisted Reproductive Technology; số liệu là khoảng tham khảo, thay đổi theo từng cơ sở điều trị.

4.3. Trụ cột 3 – Bình đẳng giới và chia sẻ trách nhiệm gia đình

Trụ cột thứ ba nhấn mạnh tầm quan trọng của việc tái định nghĩa vai trò của nam giới trong gia đình hiện đại. Nam giới không chỉ đóng vai trò là người cung cấp tài chính đơn thuần, mà phải trở thành người bạn đời bình đẳng, chủ động chia sẻ công việc nhà và việc chăm sóc con cái. Sự thay đổi này nhằm trút bỏ "gánh nặng tinh thần" cũng như giảm bớt khối lượng lao động chăm sóc không được trả công vốn đang dồn nặng lên vai người phụ nữ.

Trên cơ sở đó, việc xây dựng mô hình quan hệ bình đẳng sẽ trang bị cho các cặp vợ chồng những kỹ năng thiết yếu như thương lượng, lập kế hoạch tài chính chung và phân công lao động hợp lý. Đây được xem là yếu tố then chốt, bởi sự lo sợ phải "độc hành" trên hành trình làm mẹ chính là một trong những rào cản tâm lý lớn nhất khiến phụ nữ trẻ ngần ngại sinh con.

4.4. Trụ cột 4 – Chính sách hỗ trợ và khung pháp lý mới

Tại Việt Nam, Chương trình điều chỉnh mức sinh phù hợp các vùng, đối tượng đến năm 2030 (ban hành theo Quyết định số 588/QĐ-TTg ngày 28/4/2020) đã xác định rõ mục tiêu duy trì vững chắc mức sinh thay thế và thúc đẩy tăng mức sinh tại các địa phương có mức sinh thấp — trong đó

TP. Hồ Chí Minh nằm trong nhóm 21 tỉnh, thành phố trọng điểm (Thủ tướng Chính phủ, 2020).

Đặc biệt, hệ thống pháp luật vừa ghi nhận những bước chuyển mình mang tính nền tảng:

• Pháp lệnh số 07/2025/UBTVQH15 đã chính thức bãi bỏ quy định khống chế "mỗi cặp vợ chồng chỉ nên có từ một đến hai con" (Ủy ban Thường vụ Quốc hội, 2025).

• Luật Dân số số 113/2025/QH15 được Quốc hội thông qua ngày 10/12/2025 (có hiệu lực từ ngày 01/7/2026) thay thế Pháp lệnh Dân số 2003, đánh dấu bước ngoặt chuyển trọng tâm từ "kế hoạch hóa gia đình" sang "dân số và phát triển".

Luật mới chính thức trao quyền tự quyết hoàn toàn cho các cặp vợ chồng về thời điểm, số lượng và khoảng cách giữa các lần sinh; đồng thời bổ sung nhiều chính sách khuyến sinh thiết thực như kéo dài thời gian nghỉ thai sản khi sinh con thứ hai (Quốc hội, 2025). Sự thay đổi vượt bậc này đòi hỏi các chương trình giáo dục dân số phải liên tục cập nhật đồng bộ.

Cuối cùng, việc đưa kinh nghiệm quốc tế vào tham chiếu sẽ mang lại cái nhìn đa chiều cho người học. Bài học từ Hàn Quốc — quốc gia từng ghi nhận mức sinh thấp nhất thế giới với TFR 0,72 vào năm 2023, nhích nhẹ lên 0,75 vào năm 2024 sau nhiều nỗ lực (OECD, 2024; Statistics Korea, dẫn theo NBC News, 2025) hay Nhật Bản với TFR 1,20 (2023) đã chứng minh rằng: nếu chỉ tập trung chi tiêu tài chính lớn mà thiếu đi các giải pháp đồng bộ về cân bằng công việc - cuộc sống và bình đẳng giới thì rất khó để đảo ngược xu hướng giảm sinh. Trái lại, mô hình tại một số quốc gia Bắc Âu lại cho thấy việc duy trì hệ thống hỗ trợ gia đình toàn diện chính là chìa khóa giúp giữ vững mức sinh ở ngưỡng tương đối cao.

V. PHƯƠNG PHÁP GIẢNG DẠY PHÙ HỢP VỚI NGƯỜI HỌC TRẺ

5.1. Nguyên tắc "ba không"

1. Không thuyết giáo đạo đức (no preachiness): Thay vì sử dụng những khẩu hiệu khô cứng như "sinh con là nghĩa vụ thiêng liêng", tiếp cận giáo dục nên bắt nguồn từ các giá trị cảm xúc chân thật, sự trưởng thành của bản thân và những trải nghiệm sống phong phú mà việc lập gia đình mang lại.

2. Không hù dọa một chiều: Việc chỉ liên tục cảnh báo về các rủi ro vĩ mô như "vỡ quỹ hưu trí" hay "suy thoái kinh tế" dễ kích hoạt cơ chế phòng vệ tâm lý ở người trẻ. Điều này khiến họ dán nhãn thông tin là "tuyên truyền định hướng" và nhanh chóng gạt bỏ.

3. Không phán xét lựa chọn cá nhân: Sự tôn trọng đối với những người lựa chọn sống độc thân hoặc không sinh con (childfree) là điều bắt buộc để giữ tính trung lập và xây dựng niềm tin. Tiếp cận này hoàn toàn phù hợp với tinh thần quyền tự quyết đã được luật hóa (Quốc hội, 2025), đồng thời tuân thủ nguyên lý tránh kích hoạt phản kháng tâm lý trong giáo dục (Brehm, 1966).

5.2. Các phương pháp tương tác

● Mô phỏng quản trị gia đình (gamification & simulation): Phương pháp này cho phép người học đóng vai các cặp vợ chồng trẻ với mức thu nhập cố định, tự lập ngân sách phân bổ cho các nhu cầu thiết yếu như nhà ở, sinh hoạt, tích lũy và chi phí nuôi dạy con. Qua quá trình thực hành, người học sẽ tự mình khám phá tác động thực tế của các chính sách hỗ trợ (như trợ giá thuê nhà hay việc chia sẻ công việc nhà) lên bài toán kinh tế gia đình.

● Tranh luận mở (debate): Việc tổ chức thảo luận xoay quanh các chủ đề thời sự mang tính đa chiều — như chính sách đánh thuế người độc thân, xu hướng sống không sinh con, hay bài toán ưu tiên sự nghiệp so với kế hoạch sinh con — sẽ giúp người học tiếp thu tri thức một cách chủ động, tư duy sâu thay vì thụ động lắng nghe.

● Chia sẻ từ diễn giả và kể chuyện thực tế (guest speaker & storytelling): Chương trình nên chủ động mời các bác sĩ sản phụ khoa, chuyên gia tài chính cá nhân và đại diện các cặp vợ chồng trẻ đến chia sẻ. Những câu chuyện chân thực về hành trình đối mặt với hiếm muộn, quá trình chuẩn bị tài chính bài bản hay những giá trị tinh thần vô giá từ việc nuôi dạy con cái sẽ tạo nên sự kết nối cảm xúc sâu sắc và giàu sức thuyết phục.

VI. GIẢI PHÁP VÀ KHUYẾN NGHỊ LIÊN NGÀNH

6.1. Xây dựng trục giáo dục xuyên suốt các cấp học

● Bậc Trung học phổ thông: Nội dung tập trung trang bị kiến thức sức khỏe sinh sản chính xác, nâng cao nhận thức về giới và hướng dẫn xây dựng các mối quan hệ lành mạnh, trên cơ sở tôn trọng bản thân và bạn đời.

● Bậc Đại học, Cao đẳng và Giáo dục nghề nghiệp: Tích hợp module kiến thức "Nhân khẩu học, kinh tế gia đình và phát triển bền vững" dưới hình thức học phần tự chọn hoặc lồng ghép linh hoạt vào các môn học về kinh tế, xã hội học và kỹ năng sống.

● Giai đoạn tiền hôn nhân: Khuyến khích các cặp đôi tham gia các khóa học chuyên đề nhằm

trang bị kỹ năng quản lý tài chính gia đình, chăm sóc sức khỏe sinh sản, tâm lý lứa đôi và phương pháp phân công lao động bình đẳng trong gia đình.

6.2. Truyền thông đa nền tảng

Trong bối cảnh người trẻ tiếp cận thông tin chủ yếu qua không gian mạng, công tác truyền thông bắt buộc phải "tìm đến nơi người trẻ đang ở". Cụ thể, cần tập trung sản xuất các chuỗi podcast và video ngắn chất lượng cao, ứng dụng đồ họa thông tin (infographic) và đồ họa chuyển động (motion graphics) để giải thích trực quan các khái niệm chuyên ngành như tháp dân số, lợi tức nhân khẩu học hay tổng tỷ suất sinh (TFR). Đồng thời, việc hợp tác với những người có ảnh hưởng trên mạng xã hội (KOLs/KOCs) sở hữu hình mẫu gia đình hạnh phúc, cân bằng sẽ giúp lan tỏa năng lượng tích cực, từng bước thay thế định kiến tiêu cực cho rằng "sinh con là gánh nặng, là chấm dứt thanh xuân".

6.3. Tạo môi trường hỗ trợ thực chất (policy alignment)

Giáo dục sẽ trở nên sáo rỗng nếu thực tế xã hội tạo ra rào cản chống lại việc sinh con. Do đó, nội dung giảng dạy phải đi đôi với sự thay đổi thể chế toàn diện:

• Môi trường làm việc thân thiện với gia đình: Doanh nghiệp cần áp dụng giờ làm việc linh hoạt, mô hình làm việc kết hợp (hybrid), bố trí phòng vắt sữa và nhà trẻ ngay tại nơi làm việc.

• Giải quyết rào cản an cư và an sinh: Tháo gỡ "bẫy an cư" bằng chính sách ưu tiên tiếp cận nhà ở xã hội cho các cặp vợ chồng trẻ; đồng thời nâng cao chất lượng hệ thống mầm non công lập và thực hiện chính sách miễn giảm học phí.

Các biện pháp hỗ trợ toàn diện về nghỉ thai sản, bảo hiểm xã hội và nhà ở đã được luật hóa rõ ràng trong Luật Dân số 2025 (Quốc hội, 2025) chính là bước đi thể chế hóa quan trọng theo hướng này.

VII. KẾT LUẬN

Mức sinh thấp là kết quả của những thay đổi kinh tế, xã hội và văn hóa lâu dài, nên không thể khắc phục bằng các biện pháp hành chính đơn lẻ. Trong bối cảnh cơ cấu dân số vàng thu hẹp và già hóa dân số diễn ra nhanh, Việt Nam cần hành động sớm để tránh bài học từ Hàn Quốc và Nhật Bản.

Theo định hướng của Luật Dân số 2025, truyền thông – giáo dục dân số cần thực hiện ba chuyển đổi: (1) từ tư duy kế hoạch hóa gia đình sang phát triển dân số bền vững; (2) tiếp cận người trẻ bằng bằng chứng khoa học, sự đồng cảm và thấu hiểu áp lực thực tế; (3) gắn giáo dục với các chính sách hỗ trợ thiết thực. Chỉ khi việc sinh và nuôi con được xã hội đồng hành, mức sinh mới có thể phục hồi bền vững.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

Brehm, J. W. (1966). A theory of psychological reactance. Academic Press.

Budig, M. J., & England, P. (2001). The wage penalty for motherhood. American Sociological Review, 66(2), 204–225. https://doi.org/10.2307/2657415

Centers for Disease Control and Prevention. (2024). Assisted reproductive technology (ART) success rates. U.S. Department of Health and Human Services. https://www.cdc.gov/art/

Chi cục Dân số – Kế hoạch hóa gia đình Thành phố Hồ Chí Minh. (2024). Xu hướng ngại sinh con đang dần phổ biến tại Thành phố Hồ Chí Minh. https://dansohcm.gov.vn/

Correll, S. J., Benard, S., & Paik, I. (2007). Getting a job: Is there a motherhood penalty? American Journal of Sociology, 112(5), 1297–1338. https://doi.org/10.1086/511799

Doanh nghiệp & Hội nhập. (2026, tháng 4). Giá nhà Hà Nội, Thành phố Hồ Chí Minh gấp 25–30 lần thu nhập, đại biểu Quốc hội đề nghị đánh phí lũy tiến. https://doanhnghiephoinhap.vn/

Lê, N. (2024, tháng 12). Mức sinh Thành phố Hồ Chí Minh dự kiến tăng nhẹ. VnExpress. https://vnexpress.net/

Lutz, W., Skirbekk, V., & Testa, M. R. (2006). The low fertility trap hypothesis: Forces that may lead to further postponement and fewer births in Europe. Vienna Yearbook of Population Research, 4, 167–192. https://doi.org/10.1553/populationyearbook2006s167

NBC News. (2025, tháng 2). South Korea's birth rate rises for the first time in nine years [Dẫn số liệu của Statistics Korea]. https://www.nbcnews.com/

OECD. (2024). Society at a glance 2024 – Country notes: Korea. OECD Publishing. https://www.oecd.org/

Quốc hội. (2025). Luật Dân số (Luật số 113/2025/QH15). Ban hành ngày 10/12/2025, hiệu lực từ ngày 01/7/2026.

Thủ tướng Chính phủ. (2020). Quyết định số 588/QĐ-TTg ngày 28/4/2020 phê duyệt Chương trình điều chỉnh mức sinh phù hợp các vùng, đối tượng đến năm 2030.

Tổng cục Thống kê. (2023). Thông cáo báo chí về tình hình dân số, lao động việc làm quý IV và năm 2023. https://www.gso.gov.vn/

Tổng cục Thống kê. (2025). Thông cáo báo chí kết quả Điều tra dân số và nhà ở giữa kỳ năm 2024. https://www.nso.gov.vn/

Tổng cục Thống kê, & Quỹ Dân số Liên Hợp Quốc (UNFPA). (2024). Kết quả nghiên cứu về già hóa dân số và mức sinh tại Việt Nam. https://vietnam.unfpa.org/

Ủy ban Thường vụ Quốc hội. (2025). Pháp lệnh số 07/2025/UBTVQH15 sửa đổi, bổ sung Điều 10 của Pháp lệnh Dân số. Ban hành ngày 16/6/2025.

Võ, T. (2024, tháng 8). Độ tuổi kết hôn của người Việt ngày càng cao, vùng nào muộn nhất? [Dẫn số liệu Tổng cục Thống kê]. VietNamNet. https://vietnamnet.vn/