MỐI LIÊN HỆ GIỮA KHÓ KHĂN VIỆC LÀM VÀ SỨC KHOẺ TÂM LÝ CỦA NGƯỜI LAO ĐỘNG DI CƯ QUỐC TẾ HỒI HƯƠNG

Lưu Thị Lịch*, Phạm Thị Hồng Phương, Lê Thị Thanh Thủy****
***Viện Xã hội học và Tâm lý học**
****Đại học Đại Nam**
*****Học viện Thanh thiếu niên**

Tóm tắt: *Hồi hương không chỉ là sự kết thúc của một quá trình di cư lao động mà còn là giai đoạn người lao động phải tái thiết lập việc làm, sinh kế và thích ứng với đời sống tại quê nhà. Nghiên cứu này phân tích mối liên hệ giữa khó khăn việc làm và sức khỏe tâm lý của người lao động di cư quốc tế hồi hương, dựa trên khảo sát 200 người lao động hồi hương tại Bắc Giang và Hà Tĩnh, kết hợp với dữ liệu phỏng vấn sâu người lao động hồi hương, người nhà và cán bộ địa phương. Sức khỏe tâm lý được xem xét theo hai chiều: cảm xúc tích cực và các biểu hiện trầm cảm, lo âu, căng thẳng đo bằng DASS-21. Kết quả cho thấy điểm trung bình các biểu hiện trầm cảm, lo âu và căng thẳng lần lượt là 4,27; 5,48 và 7,30; điểm cảm xúc tích cực trung bình đạt 2,58/3. Nhóm có việc làm thời vụ/không ổn định hoặc không có hoạt động tạo thu nhập có điểm cảm xúc tích cực thấp hơn và điểm trầm cảm, lo âu, căng thẳng cao hơn có ý nghĩa thống kê so với những người còn lại. Khó tìm việc phù hợp với tay nghề/năng lực, khó tìm việc có thu nhập đáp ứng mong đợi và khó khăn do vay nợ đều tương quan rõ với sức khỏe tâm lý; ngược lại, mức thu nhập hiện tại không có tương quan có ý nghĩa với các chỉ báo này. Phỏng vấn sâu cho thấy khoảng cách giữa kỳ vọng và thực tế sau hồi hương, áp lực nợ, cảm nhận về kết quả của hành trình di cư và khả năng chủ động tái thiết lập sinh kế là những cơ chế quan trọng giải thích sự khác biệt về tâm lý. Kết quả gợi ý cần xem việc làm sau hồi hương không chỉ như nguồn thu nhập mà còn là một nguồn lực tâm lý – xã hội trong quá trình tái hòa nhập.*

Từ khóa: *lao động di cư hồi hương; khó khăn việc làm; sức khỏe tâm lý; DASS-21; cảm xúc tích cực; tái hòa nhập.*

THE RELATIONSHIP BETWEEN EMPLOYMENT DIFFICULTIES AND PSYCHOLOGICAL HEALTH AMONG INTERNATIONAL RETURNEE MIGRANT WORKERS

Abstract: *Return is not merely the end of a labour migration journey but also a period in which migrant workers have to re-establish employment, livelihoods and everyday life in their communities of origin. This study examines the relationship between employment difficulties and psychological health among international returnee migrant workers. Data were drawn from a survey of 200 returnees in Bac Giang and Ha Tinh, complemented by in-depth interviews with returnees, family members and local officials. Psychological health was examined through positive affect and symptoms of depression, anxiety and stress measured by the DASS-21. Mean scores for depression, anxiety and stress were 4.27, 5.48 and 7.30, respectively, while the mean positive-affect score was 2.58 on a 0–3 scale. Returnees engaged in casual/unstable work or without income-generating activities reported significantly lower positive affect and higher depression, anxiety and stress than other workers. Difficulties in finding employment matching one's skills, obtaining work that met income expectations, and dealing with debt were consistently associated with poorer psychological outcomes, whereas current income level itself showed no significant association. Qualitative findings suggest that expectation–reality gaps, debt burdens, perceived outcomes of the migration experience and the capacity to regain control over one's livelihood are important mechanisms underlying these associations. The findings highlight the need to understand post-return employment not only as an economic resource but also as a psychosocial resource for sustainable reintegration.*

Keywords: *returnee migrant workers; employment difficulties; psychological health; DASS-21; positive affect; reintegration.*

Nhận bài: 04/07/2026 *Phản biện: 04/08/2026* *Duyệt đăng: 07/08/2026*

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Hồi hương là một giai đoạn quan trọng trong chu trình di cư lao động. Việc trở về không đồng nghĩa với quá trình tái hòa nhập đã hoàn thành; người lao động còn phải chuyển hóa vốn tài chính, kỹ năng, kinh nghiệm và các nguồn lực tích lũy trong thời gian di cư thành việc làm và sinh kế tại nơi trở về. Các nghiên cứu về tái hòa nhập ở ASEAN cho thấy người lao động hồi hương có thể gặp khó khăn trong tiếp cận việc làm phù hợp, sử dụng kỹ năng tích lũy ở nước ngoài và kết nối với các dịch vụ hỗ trợ tại quê hương (Wickramasekara, 2019). Ở Việt Nam, ILO, IOM và UN Women (2014) cũng đã chỉ ra sự cần thiết phải coi giai đoạn hồi hương và tái hòa nhập là một bộ phận của chính sách di cư lao động thay vì chỉ tập trung vào quá trình trước khi đi và làm việc ở nước ngoài.

Việc làm sau hồi hương có ý nghĩa vượt ra ngoài chức năng tạo thu nhập. Việc có một công việc ổn định và phù hợp còn gắn với cảm nhận về năng lực, vai trò xã hội, khả năng tự chủ và mức độ thành công mà cá nhân gán cho hành trình di cư của mình. Tổng quan hệ thống của Koseoglu Ornek và cộng sự (2022) cho thấy các chiều cạnh của việc làm bấp bênh, như việc làm tạm thời và

không ổn định, bất an việc làm, thu nhập thấp, hạn chế quyền của người lao động và sự bất cân xứng quyền lực trong quan hệ việc làm, có liên quan đến các vấn đề sức khỏe tâm thần ở lao động di cư, trong đó căng thẳng, trầm cảm, lo âu và sức khỏe tâm thần tổng quát kém là những kết quả được ghi nhận phổ biến. Mặc dù bằng chứng này chủ yếu được xây dựng từ các nghiên cứu về người lao động trong quá trình di cư, nó có ý nghĩa quan trọng đối với việc phân tích giai đoạn sau hồi hương, khi người lao động có thể tiếp tục đối mặt với thất nghiệp, việc làm không ổn định, thu nhập thấp hoặc công việc không tương xứng với kỹ năng và kinh nghiệm tích lũy ở nước ngoài. Những bất ổn nghề nghiệp sau hồi hương vì vậy có thể trở thành một nguồn căng thẳng đáng kể, làm gia tăng nguy cơ gặp các khó khăn tâm lý và cản trở quá trình tái hòa nhập bền vững của người lao động hồi hương.

Tuy nhiên, một câu hỏi cần được làm rõ là liệu khó khăn tâm lý của lao động hồi hương chủ yếu liên quan đến mức thu nhập thực tế, hay liên quan nhiều hơn đến chất lượng và ý nghĩa chủ quan của tình trạng việc làm sau hồi hương. Đặc biệt, người lao động có thể đánh giá công việc hiện tại trong tương quan với thu nhập, kinh nghiệm và kỳ vọng được hình thành trong quá trình di cư. Theo cách tiếp cận về mức độ chuẩn bị hồi hương (return preparedness), triển vọng tái hòa nhập được định hình bởi sự sẵn sàng trở về của người di cư, bao gồm khả năng huy động các nguồn lực hữu hình như vốn tài chính và các nguồn lực vô hình như kỹ năng, kiến thức, quan hệ và vốn xã hội. Quá trình này đồng thời chịu ảnh hưởng của điều kiện tại cả quốc gia đến và quốc gia gốc nơi người di cư trở về (Cassarino, 2004)

Từ đó, bài viết tập trung phân tích mối liên hệ giữa tình trạng và khó khăn việc làm sau hồi hương với sức khỏe tâm lý, đồng thời sử dụng dữ liệu phỏng vấn sâu để làm rõ các cơ chế tâm lý – xã hội đứng sau những mối liên hệ định lượng được ghi nhận.

II. PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

2.1. Mẫu và dữ liệu nghiên cứu

Nghiên cứu sử dụng phương pháp kết hợp định lượng và định tính. Dữ liệu định lượng gồm 200 người lao động di cư quốc tế hồi hương, trong đó 100 người tại Bắc Giang và 100 người tại Hà Tĩnh. Nam giới chiếm 55% và nữ giới 45%. Bài viết đồng thời sử dụng 13 phỏng vấn sâu (PVS) gồm người lao động hồi hương, người nhà và cán bộ địa phương. Phần định tính được sử dụng để giải thích các kết quả liên quan đến việc làm, thu nhập, vay nợ, kỳ vọng kinh tế và trạng thái tâm lý.

2.2. Các biến nghiên cứu

Tình trạng việc làm hiện tại được khảo sát theo các nhóm như làm việc tại cơ quan/doanh nghiệp, tự kinh doanh, nông/lâm/ngư nghiệp, làm thuê thời vụ hoặc công việc không ổn định, các công việc khác và không có hoạt động tạo thu nhập. Trong phân tích này, nhóm "việc làm thiếu ổn định/không tạo thu nhập" gồm những người đang làm thuê thời vụ/công việc không ổn định hoặc không có hoạt động tạo thu nhập.

Ba khó khăn sau hồi hương được phân tích gồm: khó tìm việc phù hợp với tay nghề/năng lực; khó tìm việc có thu nhập đáp ứng mong đợi; và khó khăn do vay nợ. Các biến được đánh giá theo mức độ từ không khó khăn đến rất khó khăn (mức độ 0-3).

Sức khỏe tâm lý được xem xét theo hai chiều. Cảm xúc tích cực được tính từ sáu item về trạng thái tích cực và đánh giá cuộc sống, trên thang 0–3; độ tin cậy nội tại trong mẫu nghiên cứu đạt Cronbach's $\alpha = 0{,}937$. Khó khăn tâm lý được đánh giá bằng DASS-21 với ba tiểu thang biểu hiện trầm cảm, lo âu và căng thẳng. Điểm của mỗi tiểu thang được cộng từ bảy item và nhân hai theo hướng dẫn DASS-21. Các mức độ quy ước không đồng nghĩa với chẩn đoán lâm sàng. DASS-21 cũng đã được nghiên cứu kiểm định trong bối cảnh Việt Nam (Tran et al., 2013). Độ tin cậy trong mẫu hiện tại đạt $\alpha = 0{,}828$ đối với tiểu thang biểu hiện trầm cảm, 0,808 đối với tiểu thang biểu hiện lo âu và 0,806 đối với tiểu thang biểu hiện căng thẳng. (Sau đây, ba tiểu thang của DASS 21 được gọi tắt là Trầm cảm, Lo âu và Căng thẳng).

Phân tích sử dụng thống kê mô tả, tương quan Spearman, Mann–Whitney và Kruskal–Wallis. Dữ liệu phỏng vấn được phân tích theo chủ đề nhằm giải thích các mẫu hình định lượng.

III. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

3.1. Việc làm và sức khỏe tâm lý sau hồi hương

Sau hồi hương, 42,0% người có thông tin việc làm đang làm nông/lâm/ngư nghiệp, 21,8% làm thuê thời vụ hoặc công việc không ổn định và 8,8% không có hoạt động tạo thu nhập. Khi gộp hai nhóm sau, 59/193 người (30,6%) thuộc nhóm việc làm thiếu ổn định/không tạo thu nhập.

Nhìn chung, điểm DASS-21 trung bình của mẫu không cao: Trầm cảm M = 4,27/21, SD = 6,02; Lo âu M = 5,48/21, SD = 6,92; Căng thẳng

M = 7,30/21, SD = 7,33. Điểm cảm xúc tích cực trung bình là 2,58/3, SD = 0,61. Nếu sử dụng các mức độ quy ước của DASS-21, tỷ lệ có biểu hiện từ mức vừa trở lên là 10,1% đối với Trầm cảm, 23,5% đối với Lo âu và 11,0% đối với Căng thẳng. Các tỷ lệ này chỉ phản ánh mức độ triệu chứng tự báo cáo, không phải tỷ lệ rối loạn được chẩn đoán.

Đáng chú ý, tình trạng việc làm hiện tại tạo ra sự khác biệt khá nhất quán về cả hai chiều của sức khỏe tâm lý.

Bảng 1. Sức khỏe tâm lý theo tình trạng việc làm sau hồi hương

Chỉ báo	Việc làm thiếu ổn định /không tạo thu nhập	Các nhóm việc làm khác	p
Cảm xúc tích cực	2,45	2,62	0,004
Trầm cảm	7,10	3,14	<0,001
Lo âu	7,86	4,60	0,002
Căng thẳng	9,90	6,28	0,002

Ghi chú: So sánh bằng Mann–Whitney.

Như vậy, những người đang làm công việc thời vụ/không ổn định hoặc không tạo được thu nhập không chỉ có điểm trầm cảm, lo âu và căng thẳng cao hơn mà còn có mức cảm xúc tích cực thấp hơn.

Phân tích quỹ đạo việc làm trước di cư và sau hồi hương củng cố kết quả này. Trong 191 trường hợp có thông tin ở cả hai thời điểm, 35 người có tình trạng việc làm thiếu ổn định ở cả trước khi đi và sau khi trở về; 22 người mới rơi vào tình trạng này sau hồi hương; 20 người thoát khỏi tình trạng thiếu ổn định; và 114 người không thuộc nhóm thiếu ổn định ở cả hai thời điểm. Sự khác biệt giữa bốn nhóm có ý nghĩa đối với cảm xúc tích cực (p=0,017), biểu hiện trầm cảm (p<0,001), biểu hiện lo âu (p=0,007) và biểu hiện căng thẳng (p=0,001).

Nhóm thiếu ổn định kéo dài có điểm trung bình biểu hiện trầm cảm, lo âu và căng thẳng lần lượt là 7,47; 8,34 và 10,69, trong khi nhóm thoát khỏi tình trạng thiếu ổn định sau hồi hương có điểm tương ứng chỉ là 2,11; 2,50 và 2,90. Mẫu hình này gợi ý rằng sức khỏe tâm lý có liên hệ không chỉ với công việc tại một thời điểm mà còn với quỹ đạo ổn định hay thiếu ổn định của đời sống nghề nghiệp.

3.2. Sự phù hợp của việc làm, kỳ vọng thu nhập và vay nợ có liên hệ mạnh với sức khỏe tâm lý

Có 68,8% người trả lời gặp ít nhất một mức độ khó khăn trong tìm việc đúng với tay nghề/năng lực và 48,2% đánh giá khó khăn ở mức trung bình trở lên. Tương tự, 72,1% gặp khó khăn khi tìm công việc có thu nhập đáp ứng mong đợi, trong đó 55,3% ở mức trung bình trở lên. Đối với vay nợ, 41,3% cho biết có khó khăn ở một mức độ nào đó.

Bảng 2. Tương quan Spearman giữa các yếu tố kinh tế – việc làm và sức khỏe tâm lý

Yếu tố	Cảm xúc tích cực	Trầm cảm	Lo âu	Căng thẳng
Khó tìm việc đúng tay nghề/ năng lực	- 0,340*	0,436*	0,312*	0,335*
Khó tìm việc có thu nhập đáp ứng mong đợi	- 0,430*	0,410*	0,363*	0,340*
Khó khăn do vay nợ	- 0,451*	0,330*	0,418*	0,332*
Mức thu nhập hiện tại	0,033	- 0,060	0,017	- 0,060

***p < 0,001 đối với ba hàng đầu; các tương quan với mức thu nhập hiện tại không có ý nghĩa thống kê.*

Bảng số liệu trên cho thấy ba kết quả nổi bật. Thứ nhất, khó tìm được công việc phù hợp với tay nghề/năng lực liên hệ đồng thời với ít cảm xúc tích cực hơn và mức biểu hiện trầm cảm, lo âu, căng thẳng cao hơn. Thứ hai, khó tìm công việc có thu nhập đáp ứng mong đợi cũng thể hiện các mối liên hệ tương đối mạnh, đặc biệt với cảm xúc tích cực (ρ = -0,430) và biểu hiện trầm cảm (ρ = 0,410). Thứ ba, áp lực nợ có tương quan âm mạnh nhất với cảm xúc tích cực (ρ = -0,451) và tương quan khá rõ với biểu hiện lo âu (ρ = 0,418).

Trong khi đó, mặc dù 64,4% số người có dữ liệu thu nhập hiện tại nhận dưới 5 triệu đồng/ tháng, nhóm thu nhập hiện tại không có tương quan có ý nghĩa với bất kỳ chỉ báo sức khỏe tâm lý nào. Kết quả này cho thấy mối liên hệ giữa điều kiện kinh tế và sức khỏe tâm lý không thể được giải thích đơn giản bằng mức thu nhập tuyệt đối.

3.3. Kết quả phỏng vấn sâu: từ thu nhập thấp đến khoảng cách giữa kỳ vọng và thực tế

Dữ liệu định tính giúp làm rõ hơn các kết quả trên. Một trường hợp sau hồi hương cho biết ban đầu hầu như không làm việc vì cảm thấy chuyến đi nhiều năm cuối cùng chỉ đủ thanh toán nợ và trở về không còn tích lũy đáng kể; sau đó người này làm phụ hồ không thường xuyên rồi trở lại làm nông nghiệp. Trải nghiệm này cho thấy trạng thái tâm lý tiêu cực không chỉ xuất phát từ việc chưa có việc làm mà còn gắn với cách cá nhân đánh giá kết quả của toàn bộ hành trình di cư.

Áp lực nợ cũng xuất hiện trực tiếp trong lời kể của người hồi hương. Một người cho biết điều lo lắng nhất khi mới trở về là làm thế nào vừa nuôi con ăn học vừa thanh toán nợ; đồng thời phải quay lại nghề cũ và từng bước xây dựng lại mạng lưới khách hàng, trong khi thiếu vốn là trở ngại lớn nhất đối với việc ổn định công việc.

Tuy nhiên, PVS đồng thời cho thấy thu nhập thấp hoặc trở lại làm nông nghiệp không tất yếu dẫn tới sức khỏe tâm lý kém. Một người trở về làm ruộng và chăn nuôi dù không có nhiều tiền tiết kiệm nhưng cho biết cảm thấy "phấn khởi" và "thoải mái" vì đã hết nợ, con cái ổn định và bản thân có thể chủ động thời gian, công việc. Trường hợp này phù hợp với kết quả định lượng rằng mức thu nhập hiện tại tự nó không có tương quan đáng kể với DASS-21 hay cảm xúc tích cực.

Một trường hợp khác minh họa vai trò của khả năng khôi phục quyền kiểm soát đối với sinh kế. Khi mới trở về, người lao động không biết bắt đầu từ đâu, thiếu vốn và còn phải trả nợ; sau khi được hỗ trợ vốn, người này mở một cửa hàng nhỏ kết hợp làm ruộng và tạo được nguồn thu tương đối ổn định cho gia đình.

Ở góc độ cán bộ, khó khăn không nhất thiết nằm ở việc người lao động "không có kỹ năng", mà ở khoảng trống giữa kinh nghiệm đã tích lũy với khả năng sử dụng nguồn lực đó tại quê nhà. Việc kết nối người hồi hương với doanh nghiệp trong nước, kể cả doanh nghiệp có vốn đầu tư nước ngoài, được đánh giá còn hạn chế; nguồn vốn, kỹ năng và kinh nghiệm tích lũy trong thời gian làm việc ở nước ngoài vì thế chưa được khai thác đầy đủ.

IV. THẢO LUẬN

Kết quả nghiên cứu cho thấy việc làm sau hồi hương có liên hệ rõ với sức khỏe tâm lý, nhưng mối liên hệ này phức tạp hơn quan hệ trực tiếp giữa "thu nhập thấp" và "khó khăn tâm lý".

Trước hết, nhóm có việc làm thời vụ/không ổn định hoặc không tạo được thu nhập có mức trầm cảm, lo âu và căng thẳng cao hơn, đồng thời có ít cảm xúc tích cực hơn. Đặc biệt, nhóm duy trì tình trạng việc làm thiếu ổn định từ trước di cư đến sau hồi hương có tâm lý bất lợi nhất, trong khi nhóm thoát khỏi tình trạng này sau khi trở về có điểm DASS thấp nhất. Phát hiện này tương đồng với bằng chứng quốc tế cho thấy tính tạm thời, bất an, thiếu quyền kiểm soát và các chiều cạnh khác của việc làm bấp bênh có liên quan tới sức khỏe tâm thần của lao động di cư.

Thứ hai, kết quả nổi bật là đánh giá chủ quan về sự phù hợp của việc làm có liên hệ với sức khỏe tâm lý mạnh hơn mức thu nhập hiện tại. Khó tìm việc phù hợp với năng lực và khó tìm việc có thu nhập đạt kỳ vọng đều tương quan nhất quán với cả cảm xúc tích cực và ba tiểu thang DASS, trong khi mức thu nhập thực tế không có tương quan đáng kể. Điều này không có nghĩa thu nhập không quan trọng. Ngược lại, dữ liệu gợi ý rằng ý nghĩa tâm lý của thu nhập phụ thuộc vào mức tham chiếu và kỳ vọng của cá nhân: người lao động đánh giá hoàn cảnh hiện tại trong quan hệ với mục tiêu đã đặt ra khi di cư, mức thu nhập từng đạt được, khoản nợ phải hoàn trả và nguồn lực mà họ kỳ vọng tích lũy được.

Thứ ba, khó khăn do nợ có liên hệ với ít cảm xúc tích cực hơn và đặc biệt với mức biểu hiện lo âu cao hơn. PVS cho thấy nợ không chỉ là một nghĩa vụ tài chính mà còn gắn với trách nhiệm nuôi dưỡng con cái, áp lực phải nhanh chóng khôi phục sinh kế và cảm nhận chuyến đi đã thành công hay thất bại. Điều này giúp lý giải tại sao hai người có mức thu nhập tương đương sau hồi hương có thể có trạng thái tâm lý rất khác nhau.

Cuối cùng, nghiên cứu cho thấy không nên đánh giá sự tái hòa nhập chỉ bằng việc người lao động làm nghề gì hoặc thu nhập bao nhiêu. Trường hợp trở lại nông nghiệp nhưng đã hết nợ, có sự chủ động và cảm thấy cuộc sống ổn định cho thấy khả năng kiểm soát, tính tự chủ và cảm nhận đạt được mục tiêu cá nhân có thể là những nguồn lực bảo vệ sức khỏe tâm lý. Cách hiểu này cũng phù hợp với quan điểm cho rằng kết quả hồi hương phụ thuộc vào khả năng huy động các nguồn lực tài chính, con người và xã hội mà người lao động mang về (Cassarino, 2004).

Từ kết quả nghiên cứu, hỗ trợ người lao động hồi hương nên tránh hai cách tiếp cận đơn giản: coi tất cả người thu nhập thấp là nhóm có khó

khăn tâm lý, hoặc coi có việc làm là đồng nghĩa với tái hòa nhập thành công. Thay vào đó, tình trạng việc làm thiếu ổn định, khó tìm việc phù hợp, khoảng cách giữa thu nhập kỳ vọng và cơ hội thực tế, cùng áp lực nợ có thể được sử dụng như những dấu hiệu ban đầu để nhận diện nhóm cần hỗ trợ nhiều hơn.

Các dịch vụ việc làm cho người hồi hương cũng cần chú ý tới khía cạnh tâm lý – xã hội. Tư vấn không chỉ dừng ở câu hỏi người lao động có việc hay chưa, mà cần làm rõ họ có thể sử dụng những kỹ năng nào, công việc hiện tại có phù hợp với khả năng và kỳ vọng hay không, họ đang chịu áp lực tài chính nào và mức độ chủ động trong quá trình tái thiết lập sinh kế. Việc công nhận và sử dụng những kỹ năng tích lũy trong quá trình di cư là một hướng đã được ILO nhấn mạnh trong hỗ trợ lao động hồi hương.

Hỗ trợ tâm lý vì vậy không nhất thiết phải được tổ chức thành một dịch vụ tách biệt cho mọi người hồi hương. Khả thi hơn là lồng ghép nhận diện khó khăn tâm lý vào các hoạt động tư vấn việc làm, hỗ trợ sinh kế và giải quyết khó khăn tài chính, sau đó chuyển gửi những trường hợp có nhu cầu chuyên sâu. Cách tiếp cận này phù hợp hơn với tính đa dạng của nhóm hồi hương và tránh bệnh lý hóa một quá trình thích ứng vốn có nhiều khác biệt cá nhân.

V. KẾT LUẬN

Nghiên cứu cho thấy sức khỏe tâm lý của lao động di cư quốc tế hồi hương liên quan rõ đến tình trạng việc làm sau trở về. Việc làm thời vụ, thiếu ổn định, thu nhập không đáp ứng kỳ vọng và áp lực nợ gắn với mức trầm cảm, lo âu, căng thẳng cao hơn và cảm xúc tích cực thấp hơn. Đặc biệt, khó tìm việc phù hợp năng lực và thu nhập kỳ vọng có ảnh hưởng rõ hơn mức thu nhập hiện tại.

Kết quả cho thấy việc làm sau hồi hương không chỉ là nguồn thu nhập mà còn là nguồn lực tâm lý – xã hội. Vì vậy, hỗ trợ tái hòa nhập cần chú trọng việc làm ổn định, phù hợp, áp lực tài chính và sức khỏe tâm lý.

Nghiên cứu còn hạn chế do thiết kế cắt ngang, chỉ báo việc làm và thu nhập chưa đầy đủ, trong khi PVS chủ yếu dùng để giải thích trải nghiệm. Nghiên cứu tiếp theo nên sử dụng thiết kế dọc để theo dõi sự thay đổi của việc làm, nợ, kỳ vọng và sức khỏe tâm lý sau hồi hương.

Bài viết là sản phẩm của nhiệm vụ nghiên cứu khoa học cấp Bộ: "Đời sống tâm lý của người lao động di cư quốc tế hồi hương tại Bắc Giang và Hà Tĩnh" do TS Lưu Thị Lịch là chủ nhiệm nhiệm vụ và Viện Nghiên cứu Con người, Gia đình và Giới là cơ quan chủ trì.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

Cassarino, J. P. (2004). Theorising return migration: The conceptual approach to return migrants revisited. International Journal on Multicultural Societies, 6(2), 253–279.

International Labour Organization, International Organization for Migration, & UN Women. (2014). Making the return of migrant workers work for Viet Nam: An issue in brief. International Labour Organization.

Koseoglu Ornek, O., Waibel, J., Wullinger, P., & Weinmann, T. (2022). Precarious employment and migrant workers' mental health: A systematic review of quantitative and qualitative studies. Scandinavian Journal of Work, Environment & Health, 48(5), 327–350. https://doi.org/10.5271/sjweh.4019

Lovibond, S. H., & Lovibond, P. F. (1995). Manual for the Depression Anxiety Stress Scales (2nd ed.). Psychology Foundation.

Tran, T. D., Tran, T., & Fisher, J. (2013). Validation of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) 21 as a screening instrument for depression and anxiety in a rural community-based cohort of northern Vietnamese women. BMC Psychiatry, 13, 24. https://doi.org/10.1186/1471-244X-13-24

Wickramasekara, P. (2019). Effective return and reintegration of migrant workers: With special focus on ASEAN Member States. International Labour Organization.