ĐẠI HỌC QUỐC GIA HÀ NỘI
TRƯỜNG ĐẠI HỌC KHOA HỌC XÃ HỘI VÀ NHÂN VĂN

Đỗ Thị Trang

MỐI QUAN HỆ GIỮA HÀNH VI LÀM CHA MẸ MANG TÍNH TIÊU CỰC VÀ CĂNG THẲNG Ở HỌC SINH TRUNG HỌC CƠ SỞ: VAI TRÒ TRUNG GIAN CỦA SỰ THẤU CẢM TỪ CHA MẸ

Chuyên ngành: Tâm lý học
Mã số: 9310401.01

TÓM TẮT LUẬN ÁN TIẾN SĨ TÂM LÝ HỌC

HÀ NỘI - 2026

Công trình được hoàn thành tại:

Trường Đại học Khoa học Xã hội & Nhân văn, Đại học Quốc gia Hà Nội

Người hướng dẫn khoa học: 1. PGS.TS. Trần Thu Hương

2. PGS.TS. Phạm Thị Thu Hoa

Phản biện:

Phản biện:

Phản biện:

Luận án sẽ được bảo vệ trước Hội đồng cấp ĐHQG chấm luận án tiến sĩ họp tại: Trường Đại học Khoa học Xã hội và Nhân văn, ĐHQGHN
vào hồi giờ ngày tháng năm 2026

Có thể tìm hiểu luận án tại:

- Thư viện Quốc gia Việt Nam
- Trung tâm Thư viện và Tri thức số, Đại học Quốc gia Hà Nội

MỞ ĐẦU

1. Tính cấp thiết của vấn đề nghiên cứu

Học sinh (HS) trung học cơ sở (THCS) đang ở giai đoạn vị thành niên, với những biến đổi mạnh mẽ về thể chất, nhận thức, cảm xúc và quan hệ xã hội. Trong giai đoạn này, các em đồng thời phải thích ứng với yêu cầu học tập, kỳ vọng của gia đình, quan hệ bạn bè và những thay đổi nội tại của quá trình phát triển. Vì vậy, căng thẳng tâm lý có thể xuất hiện như một phản ứng trước các yêu cầu mà học sinh cảm nhận là vượt quá hoặc khó kiểm soát. Ở Việt Nam, một số nghiên cứu đã ghi nhận sự hiện diện đáng kể của căng thẳng ở học sinh THCS và cho thấy chất lượng quan hệ cha mẹ – con có liên quan đến trạng thái tâm lý của học sinh. Đây là cơ sở thực tiễn quan trọng để tiếp tục nghiên cứu các yếu tố thuộc môi trường gia đình có liên quan đến căng thẳng ở lứa tuổi này.

Trong các yếu tố gia đình, hành vi làm cha mẹ tiêu cực (HVLCMTC) được xem là một nhóm yếu tố nguy cơ đáng chú ý. Những hành vi như kiểm soát tâm lý, trừng phạt khắc nghiệt và kỷ luật tiêu cực có thể làm suy giảm cảm giác được tôn trọng, được lắng nghe và an toàn của trẻ; đồng thời có thể tạo ra những tương tác căng thẳng trong quan hệ cha mẹ – con. Dưới góc nhìn Lý thuyết gắn bó, những tương tác thiếu nhạy cảm có thể ảnh hưởng đến cảm giác an toàn và quá trình điều chỉnh cảm xúc của trẻ. Dưới góc nhìn Lý thuyết học tập xã hội, trẻ có thể quan sát và tiếp nhận các khuôn mẫu phản ứng của cha mẹ, từ đó hình thành những cách ứng phó trước áp lực. Tuy nhiên, không phải mọi gia đình đều có cùng mức độ và hậu quả của hành vi tiêu cực, gợi ý sự tồn tại của những yếu tố có khả năng làm thay đổi mối liên hệ này.

Một yếu tố đặc biệt được luận án quan tâm là sự thấu cảm của cha mẹ. Thấu cảm của cha mẹ được hiểu là năng lực nhận biết, hiểu, chia sẻ và phản

ứng thích ứng trước trạng thái cảm xúc, nhu cầu và trải nghiệm tâm lý của con. Các nghiên cứu trước đây cho thấy thấu cảm có liên quan đến chất lượng tương tác cha mẹ – con và các kết quả thích nghi của trẻ. Tuy nhiên, bằng chứng về vai trò điều tiết của thấu cảm cha mẹ trong mối liên hệ giữa HVLCMTC và căng thẳng ở HS THCS, đặc biệt trong bối cảnh Việt Nam, còn hạn chế. Xuất phát từ khoảng trống đó, luận án được triển khai với đề tài: *"Mối quan hệ giữa hành vi làm cha mẹ tiêu cực và căng thẳng ở học sinh trung học cơ sở: Vai trò điều tiết của sự thấu cảm từ cha mẹ"*.

2. Mục đích nghiên cứu

Mục đích của luận án là (1) tổng hợp và xây dựng khung lý luận về mối quan hệ giữa hành vi làm cha mẹ tiêu cực và căng thẳng ở học sinh trung học cơ sở; (2) phân tích mối quan hệ giữa hai yếu tố này và xem xét vai trò điều tiết của sự thấu cảm của cha mẹ, được cụ thể hóa qua thấu cảm nhận thức và bất hòa cảm xúc; và (3) trên cơ sở kết quả nghiên cứu, đề xuất một số khuyến nghị nhằm điều chỉnh hành vi làm cha mẹ, tăng cường sự thấu cảm của cha mẹ và hỗ trợ giảm căng thẳng ở HS THCS.

3. Nhiệm vụ nghiên cứu

3.1. Nghiên cứu lý luận

- Tổng quan, phân tích và hệ thống hóa các nghiên cứu trong và ngoài nước về HVLCMTC, căng thẳng ở HS THCS và sự thấu cảm của cha mẹ.

- Làm rõ các khái niệm, cấu trúc, cơ chế lý luận và xây dựng khung lý luận về mối quan hệ giữa HVLCMTC, sự thấu cảm của cha mẹ và căng thẳng ở HS THCS.

3.2. Nghiên cứu thực tiễn

- Phân tích mức độ, biểu hiện của HVLCMTC và sự phân bố theo một số đặc điểm nhân khẩu học của cha mẹ; phân tích mức độ, biểu hiện và sự khác biệt về căng thẳng theo một số đặc điểm của học sinh.

- Xác định mối quan hệ giữa HVLCMTC và căng thẳng ở HS THCS; đồng thời kiểm định vai trò điều tiết của thấu cảm nhận thức và bất hòa cảm xúc của cha mẹ.

- Sử dụng dữ liệu định tính để minh họa, giải thích và làm sâu sắc hơn các kết quả định lượng về mối quan hệ giữa HVLCMTC, sự thấu cảm và căng thẳng.

- Đề xuất một số khuyến nghị đối với cha mẹ, nhà trường, chuyên gia tâm lý học đường và cơ quan quản lý nhằm phòng ngừa, giảm thiểu các nguy cơ liên quan.

4. Đối tượng, khách thể nghiên cứu

4.1. Đối tượng nghiên cứu

Mối quan hệ giữa HVLCMMTTC và mức độ căng thẳng tâm lý ở học sinh trung học cơ sở: vai trò điều tiết của thấu cảm từ cha mẹ trong mối quan hệ này.

4.2. Khách thể nghiên cứu

Luận án thực hiện nghiên cứu 457 cha mẹ học sinh cùng 457 học sinh trung học cơ sở là con của 457 cha mẹ đó.

5. Câu hỏi nghiên cứu

- Cơ sở lý luận, bao gồm lý thuyết gắn bó và lý thuyết học tập xã hội, có thể giải thích cơ chế tác động của HVLCMMTTC và vai trò điều tiết của sự thấu cảm lên căng thẳng ở học sinh trung học cơ sở ra sao?

- Mức độ và các biểu hiện của căng thẳng tâm lý ở học sinh trung học cơ sở, cũng như HVLCMMTTC hiện nay như thế nào?

- Có mối quan hệ nào giữa HVLCMMTTC và căng thẳng ở học sinh THCS?

- Sự thấu cảm từ cha mẹ có đóng vai trò điều tiết trong việc điều chỉnh mối quan hệ giữa HVLCMMTTC và căng thẳng ở học sinh THCS?

6. Giả thuyết nghiên cứu

Giả thuyết 1: Các lý thuyết gắn bó và học tập xã hội có thể giải thích cơ chế tác động của HVLCMMTTC và vai trò điều tiết của sự thấu cảm lên căng thẳng của HS THCS, tức là HVLCMMTTC sẽ ảnh hưởng đến căng thẳng thông qua các quá trình học tập xã hội và mối gắn bó giữa cha mẹ – con.

Giả thuyết 2: HS THCS có mức độ căng thẳng tâm lý ở mức độ bình thường đến nặng; cha mẹ thể hiện HVLCMMTTC ở mức độ trung bình đến cao.

Giả thuyết 3: Có mối quan hệ thuận chiều giữa HVLCMMTTC và căng thẳng ở HS THCS. Mức độ hành vi làm cha mẹ mang tính tiêu cực càng cao thì mức độ căng thẳng ở HS THCS càng cao.

Giả thuyết 4: Sự thấu cảm từ cha mẹ đóng vai trò điều tiết mối quan hệ giữa HVLCMMTTC và căng thẳng tâm lý ở học sinh THCS; trong đó: Ở cha mẹ có thấu cảm cao, tác động tiêu cực của HVLCMMTTC lên căng thẳng tâm lý của con giảm: Ở cha mẹ có thấu cảm thấp, tác động tiêu cực tăng.

7. Giới hạn về phạm vi nghiên cứu

7.1. Giới hạn về nội dung nghiên cứu

Luận án tập trung xem xét mối liên hệ giữa HVLCMTC và căng thẳng tâm lý ở HS THCS, đồng thời kiểm định vai trò điều tiết của hai cấu trúc thuộc sự thấu cảm được lựa chọn là thấu cảm nhận thức (TCNT) và bất hòa cảm xúc (BHCX). HVLCMTC được xem xét qua ba dạng: kiểm soát tâm lý (KSTL), trừng phạt khắc nghiệt (TPKN) và kỷ luật tiêu cực (KLTC). Căng thẳng được đo bằng tiểu thang Stress của DASS-21 và được hiểu trong phạm vi biểu hiện căng thẳng tâm lý, không dùng để chẩn đoán rối loạn lâm sàng.

7.2. Giới hạn về thời gian và địa bàn nghiên cứu

Nghiên cứu được thực hiện trên cha mẹ và học sinh THCS tại hai trường trên địa bàn Thành phố Hà Nội, trong thời gian triển khai khảo sát và

xử lý dữ liệu của luận án. Việc khái quát kết quả cần được đặt trong phạm vi mẫu nghiên cứu và bối cảnh địa bàn khảo sát.

8. Phương pháp nghiên cứu

8.1. Nhóm phương pháp nghiên cứu lý luận: thu thập, phân tích, tổng hợp, hệ thống hóa và khái quát hóa các tài liệu, công trình nghiên cứu có liên quan nhằm xây dựng cơ sở lý luận và mô hình nghiên cứu.

8.2. Nhóm phương pháp nghiên cứu thực tiễn: điều tra bằng bảng hỏi, phỏng vấn bán cấu trúc và nghiên cứu trường hợp điển hình. Bảng hỏi được sử dụng để thu thập dữ liệu định lượng; dữ liệu định tính được sử dụng nhằm minh họa và làm sâu sắc hơn các kết quả định lượng.

8.3. Nhóm phương pháp xử lý số liệu bằng thống kê toán học: thống kê mô tả, đánh giá độ tin cậy thang đo bằng Cronbach's Alpha, phân tích tương quan Spearman và phân tích điều tiết theo mô hình Hayes với 10.000 vòng bootstrap và khoảng tin cậy 95%; các mô hình kiểm soát tuổi và giới tính của học sinh.

9. Đóng góp mới của đề tài

9.1. Về lý luận

Luận án bổ sung cách tiếp cận xem sự thấu cảm của cha mẹ như một yếu tố điều tiết trong mối liên hệ giữa hành vi làm cha mẹ tiêu cực và căng thẳng ở HS THCS. Mô hình phân tích phân biệt hai hướng điều tiết: TCNT như một nguồn lực bảo vệ và BHCX như một yếu tố có khả năng khuếch đại mối liên hệ. Cách tiếp cận này góp phần mở rộng việc giải thích mối liên hệ giữa yếu tố nguy cơ và yếu tố bảo vệ trong bối cảnh quan hệ cha mẹ – con.

9.2. Về thực tiễn

Luận án cung cấp bằng chứng định lượng từ 457 cặp cha mẹ – học sinh tại Hà Nội; thích nghi hóa và cung cấp thêm bằng chứng về độ tin cậy, hiệu lực của công cụ đo thấu cảm cha mẹ trong bối cảnh Việt Nam; đồng thời xác

định vai trò điều tiết của TCNT và BHCX. Kết quả cho thấy TCNT làm suy yếu, trong khi BHCX làm mạnh hơn mối liên hệ giữa HVLCMTC và căng thẳng ở học sinh. Những kết quả này có giá trị tham khảo cho giáo dục cha mẹ và hỗ trợ tâm lý học đường.

10. Cấu trúc luận án

Ngoài phần mở đầu, kết luận, kiến nghị, danh mục các công trình khoa học đã công bố liên quan đến luận án, danh mục tài liệu tham khảo, phụ lục, luận án được cấu trúc thành 4 chương bao gồm: Chương 1. Tổng quan nghiên cứu về hành vi làm cha mẹ tiêu cực, căng thẳng ở học sinh trung học cơ sở và sự thấu cảm của cha mẹ; Chương 2. Cơ sở lý luận về mối quan hệ giữa hành vi làm cha mẹ tiêu cực, sự thấu cảm của cha mẹ và căng thẳng ở học sinh trung học cơ sở; Chương 3. Tổ chức và phương pháp nghiên cứu; Chương 4. Kết quả nghiên cứu về mối quan hệ giữa hành vi làm cha mẹ tiêu cực và căng thẳng ở học sinh THCS: Vai trò điều tiết của sự thấu cảm từ cha mẹ

Chương 1. TỔNG QUAN NGHIÊN CỨU VỀ MỐI QUAN HỆ GIỮA HÀNH VI LÀM CHA MẸ TIÊU CỰC VÀ CĂNG THẲNG Ở HỌC SINH TRUNG HỌC CƠ SỞ VÀ VAI TRÒ CỦA SỰ THẤU CẢM CỦA CHA MẸ

1.1. Những nghiên cứu về hành vi làm cha mẹ mang tính tiêu cực

Các nghiên cứu quốc tế và Việt Nam cho thấy HVLCMTC là một cấu trúc đa chiều, thường được tiếp cận qua các hành vi kiểm soát, trừng phạt, kỷ luật và các hình thức phản ứng thiếu nhạy cảm với nhu cầu của trẻ. Trong luận án, ba dạng hành vi được lựa chọn gồm KSTL, TPKN và KLTC. Các nghiên cứu trước đây cho thấy HVLCMTC liên quan đến nhiều kết quả tâm lý – xã hội bất lợi ở trẻ và vị thành niên. Tuy nhiên, mức độ và biểu hiện của từng dạng hành vi có thể khác nhau theo bối cảnh gia đình, đặc điểm cha mẹ và văn hóa nuôi dạy con.

1.2. Những nghiên cứu về căng thẳng ở học sinh trung học cơ sở

Căng thẳng ở HS THCS được nghiên cứu trong mối liên hệ với áp lực học tập, quan hệ bạn bè, kỳ vọng gia đình và những thay đổi phát triển ở tuổi vị thành niên. Căng thẳng kéo dài có thể liên quan đến khó khăn về cảm xúc, nhận thức và hành vi. Trong các nghiên cứu hiện có, nhiều công trình tập trung vào nguồn gây stress hoặc các vấn đề hướng nội như lo âu, trầm cảm; trong khi việc xem xét căng thẳng như một kết quả tâm lý gắn trực tiếp với hành vi làm cha mẹ tiêu cực vẫn còn tương đối hạn chế trong bối cảnh Việt Nam.

1.3. Những nghiên cứu về sự thấu cảm của cha mẹ

Sự thấu cảm của cha mẹ được xem là năng lực quan trọng trong việc nhận biết, hiểu và phản ứng phù hợp với trạng thái tâm lý của con. Các nghiên cứu cho thấy thấu cảm cha mẹ liên quan đến chất lượng tương tác, gắn bó, điều chỉnh cảm xúc và các kết quả thích nghi của trẻ. Trong luận án,

thấu cảm được tiếp cận qua các cấu trúc của thang ACME; nghiên cứu thực tiễn tập trung vào TCNT và BHCX. TCNT phản ánh khả năng nhận biết và hiểu trạng thái của con, còn BHCX phản ánh sự không tương thích giữa phản ứng cảm xúc của cha mẹ với trạng thái hoặc nhu cầu cảm xúc của con.

Tiểu kết chương 1

Tổng quan nghiên cứu cho thấy đã có cơ sở tương đối vững chắc để xem HVLCMTC là yếu tố nguy cơ đối với sức khỏe tâm lý của vị thành niên và xem thấu cảm cha mẹ là một nguồn lực có ý nghĩa trong quan hệ cha mẹ – con. Tuy nhiên, còn thiếu các nghiên cứu đồng thời xem xét HVLCMTC, căng thẳng ở HS THCS và thấu cảm của cha mẹ trong một mô hình điều tiết, đặc biệt trong bối cảnh Việt Nam. Khoảng trống này là cơ sở để luận án xây dựng mô hình nghiên cứu và kiểm định hai hướng điều tiết của TCNT và BHCX.

Chương 2. CƠ SỞ LÝ LUẬN VỀ MỐI QUAN HỆ GIỮA HÀNH VI LÀM CHA MẸ TIÊU CỰC VÀ CĂNG THẲNG Ở HỌC SINH TRUNG HỌC CƠ SỞ VÀ VAI TRÒ CỦA SỰ THẤU CẢM TỪ CHA MẸ

2.1. Hành vi làm cha mẹ mang tính tiêu cực

2.1.1. Khái niệm

Hành vi làm cha mẹ mang tính tiêu cực được hiểu là tập hợp những hành động hoặc phản ứng cụ thể mà cha mẹ thể hiện trong quá trình tương tác với con theo cách áp đặt, thiếu nhạy cảm về cảm xúc hoặc xâm phạm tính tự chủ của trẻ, từ đó tiềm ẩn nguy cơ làm suy giảm cảm giác an toàn và cản trở sự phát triển cảm xúc – xã hội. Trong luận án, khái niệm này được cụ thể hóa qua ba dạng: KSTL, TPKN và KLTC.

2.1.2. Các yếu tố cấu thành của hành vi làm cha mẹ mang tính tiêu cực

Các yếu tố cấu thành hành vi làm cha mẹ tiêu cực bao gồm: sự trừng phạt khắc nghiệt, kiểm soát tâm lý, kỷ luật tiêu cực.

2.1.3. Các yếu tố ảnh hưởng đến hành vi làm cha mẹ mang tính tiêu cực và các vấn đề tâm bệnh lý của con

HVLCMTC chịu ảnh hưởng của nhiều yếu tố ở cấp độ cá nhân, gia đình và xã hội. Trạng thái căng thẳng của cha mẹ, khó khăn điều chỉnh cảm xúc, xung đột gia đình, áp lực kinh tế, thiếu hỗ trợ và các niềm tin giáo dục có thể liên quan đến cách cha mẹ phản ứng với con. Ở chiều ngược lại, các hành vi kiểm soát, trừng phạt hoặc kỷ luật thiếu phù hợp có thể liên quan đến cảm giác an toàn, tự trọng, điều chỉnh cảm xúc và các vấn đề tâm lý của trẻ.

2.2. Căng thẳng và căng thẳng ở học sinh trung học cơ sở

2.2.1. Căng thẳng

2.2.1.1. Khái niệm

Căng thẳng được hiểu là những phản ứng về nhận thức, cảm xúc, hành vi và thể lý của cá nhân trước các tác nhân mà cá nhân đánh giá là gây áp lực hoặc vượt quá nguồn lực thích ứng.

2.2.1.2. Biểu hiện của căng thẳng

Biểu hiện căng thẳng có thể xuất hiện ở nhiều phương diện như khó thư giãn, dễ kích động, thiếu kiên nhẫn, phản ứng quá mức, lo lắng hoặc nhạy cảm. Trong nghiên cứu này, căng thẳng được giới hạn ở các biểu hiện được đo bằng tiểu thang Stress của DASS-21.

2.2.1.3. Tác nhân gây căng thẳng

Tác nhân gây căng thẳng có thể đến từ môi trường học tập, quan hệ bạn bè, gia đình và các sự kiện trong đời sống. Mối liên hệ giữa tác nhân và phản ứng căng thẳng không nhất thiết giống nhau ở mọi cá nhân mà có thể thay đổi theo nguồn lực cá nhân và các yếu tố điều tiết trong môi trường.

2.2.2. Căng thẳng ở học sinh trung học cơ sở

2.2.2.1. Khái niệm

Căng thẳng ở học sinh THCS được định nghĩa là những phản ứng về nhận thức, cảm xúc, hành vi và thể lý của học sinh trước các tác nhân gây áp lực trong quá trình học tập, phát triển và tương tác xã hội.

2.2.2.2. Biểu hiện của căng thẳng ở học sinh trung học cơ sở

Dưới góc độ khoa học tâm lý, các biểu hiện căng thẳng có thể được phân chia theo bốn trục cơ bản: nhận thức, cảm xúc, hành vi – xã hội, và cơ thể/sinh học (American Psychological Association, 2018, 2020; Compas và cộng sự., 2017; McEwen, 1998).

2.3. Sự thấu cảm của cha mẹ

2.3.1. Khái niệm

Thấu cảm của cha mẹ được định nghĩa là năng lực đa chiều thể hiện ở khả năng nhận biết, hiểu, chia sẻ và phản ứng một cách thích ứng của cha mẹ với trạng thái cảm xúc, nhu cầu và trải nghiệm tâm lý của con. Trong luận án, nghiên cứu thực tiễn tập trung vào TCNT và BHCX; vì vậy các kết luận về vai trò điều tiết của thấu cảm được giới hạn ở hai cấu trúc này.

2.3.2. Biểu hiện của sự thấu cảm từ cha mẹ

Thấu cảm gồm hai khía cạnh chính: nhận thức và cảm xúc (Eisenberg và cộng sự., 2015). TCNT thể hiện khả năng cha mẹ nhận biết, hiểu và diễn giải phù hợp trạng thái cảm xúc, suy nghĩ và nhu cầu của con. BHCX phản ánh sự không tương thích giữa phản ứng cảm xúc của cha mẹ với trạng thái hoặc nhu cầu cảm xúc của con. Hai cấu trúc này được lựa chọn để kiểm định hai dạng điều tiết khác nhau trong mô hình nghiên cứu.

2.4. Đặc điểm thể chất và tâm lý của học sinh trung học cơ sở

2.4.1. Khái niệm học sinh trung học cơ sở

HS THCS là nhóm học sinh đang ở giai đoạn phát triển khoảng 11–15 tuổi, với những thay đổi đáng kể về sinh học, nhận thức, cảm xúc và quan hệ xã hội.

2.4.2. Đặc điểm thể chất và tâm lý của học sinh trung học cơ sở

Giai đoạn THCS là thời kỳ chuyển tiếp mạnh mẽ, trong đó học sinh phát triển năng lực tư duy, tự nhận thức và nhu cầu tự chủ, đồng thời vẫn phụ thuộc đáng kể vào gia đình. Những thay đổi này có thể làm tăng nhạy cảm trước cách ứng xử của cha mẹ và các yêu cầu từ môi trường học tập, qua đó làm cho chất lượng tương tác gia đình trở thành một bối cảnh quan trọng đối với trải nghiệm căng thẳng.

2.5. Mối quan hệ giữa hành vi làm cha mẹ và căng thẳng ở học sinh trung học cơ sở

2.5.1. Ảnh hưởng của hành vi làm cha mẹ mang tính tiêu cực đến căng thẳng ở học sinh

Ảnh hưởng của hành vi cha mẹ đến căng thẳng ở HS THCS có thể được giải thích qua Lý thuyết gắn bó và Lý thuyết học tập xã hội.

* *Lý thuyết gắn bó:* Theo Bowlby và Ainsworth, mối quan hệ gắn bó giữa cha mẹ và con là nền tảng cho sự phát triển cảm xúc – xã hội.

* *Lý thuyết học tập xã hội:* Theo Bandura, trẻ học hành vi thông qua quan sát và bắt chước người lớn, đặc biệt là cha mẹ.

2.5.2. Các yếu tố ảnh hưởng đến mối quan hệ giữa hành vi làm cha mẹ và căng thẳng ở học sinh trung học cơ sở.

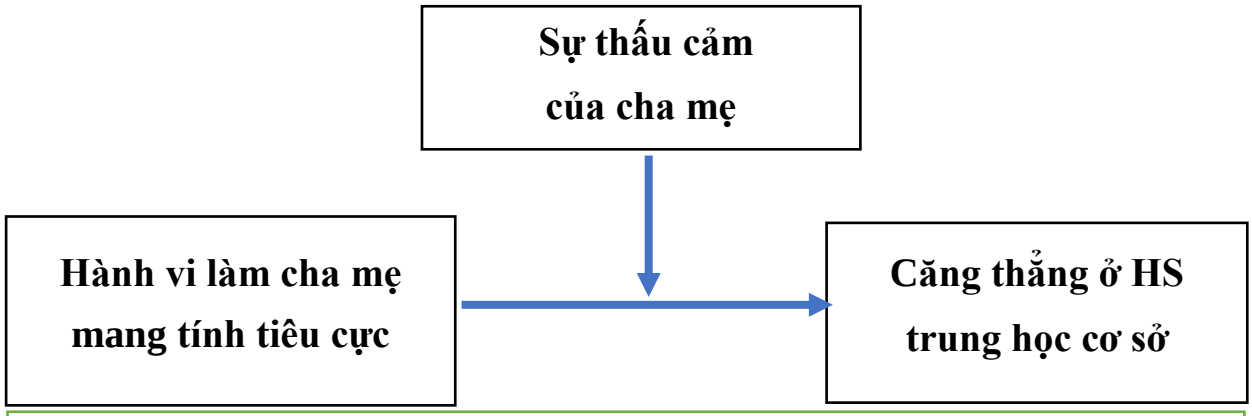
Nghiên cứu về mối quan hệ giữa HVLCMMTTC và căng thẳng ở HS THCS cần dựa trên hệ sinh thái rộng lớn, bao gồm các yếu tố như sức khỏe tâm thần cha mẹ, môi trường gia đình, áp lực học tập và môi trường xã hội.

2.5.3. Vai trò điều tiết của sự thấu cảm từ cha mẹ trong mối quan hệ giữa hành vi làm cha mẹ mang tính tiêu cực và căng thẳng ở học sinh trung học cơ sở

Mối quan hệ giữa HVLCMMTTC và căng thẳng ở con (hiệu ứng chính): Các nghiên cứu cho thấy HVLCMMTTC (như kiểm soát tâm lý, chỉ trích, trừng phạt khắt khe) có liên hệ chặt chẽ với các vấn đề hướng nội của

con như lo âu, trầm cảm và căng thẳng (Pinquart, 2017; Yap & Jorm, 2015). Do đó, căng thẳng ở HS THCS có thể là hệ quả của hành vi cha mẹ tiêu cực, trong đó hành vi cha mẹ là yếu tố dự báo. Tuy nhiên, mối quan hệ này không đồng nhất ở mọi gia đình, cho thấy có thể tồn tại các yếu tố điều tiết, trong đó sự thấu cảm của cha mẹ được xem là yếu tố quan trọng.

Vai trò tiềm năng của sự thấu cảm từ cha mẹ như biến điều tiết (hiệu ứng điều tiết): Về lý thuyết, thấu cảm có thể điều tiết mối quan hệ giữa HVLCMMTTC và căng thẳng của con: cha mẹ có thấu cảm cao vẫn duy trì kỷ luật nhưng trong sự thấu hiểu, giúp giảm căng thẳng; ngược lại, thiếu thấu cảm dễ khiến trẻ cảm nhận sự áp đặt và gia tăng căng thẳng.



Hình 2.1. Khung lý thuyết về vai trò của sự thấu cảm từ cha mẹ trong điều tiết mối quan hệ giữa hành vi làm cha mẹ mang tính tiêu cực và căng thẳng ở học sinh THCS

Tiểu kết chương 2

Trong chương 2, tác giả luận án đã hệ thống hóa các cơ sở lý luận liên quan đến hành vi làm cha mẹ mang tính tiêu cực, sự thấu cảm của cha mẹ và căng thẳng ở HS THCS, nhằm xây dựng khung khái niệm cho nghiên cứu. Hai lý thuyết nền tảng được sử dụng làm cơ sở là Lý thuyết gắn bó (Attachment Theory) và Lý thuyết học tập xã hội (Social Learning Theory), qua đó làm sáng tỏ cơ chế tác động của hành vi làm cha mẹ đối với sự phát triển tâm lý và cảm xúc của trẻ, cũng như vai trò điều tiết của sự thấu cảm của cha mẹ trong mối quan hệ này.

Về hành vi làm cha mẹ mang tính tiêu cực, luận án đã làm rõ khái niệm, các yếu tố cấu thành (như sự trừng phạt, kiểm soát, phê phán, và thiếu hỗ trợ cảm xúc), cũng như các yếu tố ảnh hưởng đến sự hình thành hành vi này, bao gồm đặc điểm nhân cách cha mẹ, yếu tố tâm lý - xã hội và hoàn cảnh gia đình. Đồng thời, chương này cũng phân tích tác động của hành vi làm cha mẹ tiêu cực đến các vấn đề tâm bệnh lý ở con, như căng thẳng, lo âu, trầm cảm và các rối loạn hành vi, cho thấy vai trò trung tâm của hành vi làm cha mẹ trong sự hình thành và phát triển các vấn đề tâm lý ở trẻ.

Chương 3. TỔ CHỨC VÀ PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

3.1. Vài nét về địa bàn và khách thể nghiên cứu

3.1.1. Địa bàn nghiên cứu

Nghiên cứu được thực hiện tại Thành phố Hà Nội, trung tâm chính trị, kinh tế, văn hóa và giáo dục lớn của Việt Nam, với dân số khoảng 8,5 triệu người và mức đô thị hóa cao. Truyền thống hiếu học và kỳ vọng cao về thành tích học tập khiến HS THCS chịu nhiều sức ép từ cha mẹ, nhà trường và bạn bè, dẫn đến gia tăng các vấn đề căng thẳng, lo âu.

3.1.2. Khách thể nghiên cứu

Luận án được thực hiện với sự tham gia của 457 cặp cha mẹ – học sinh đến từ hai trường trung học cơ sở tại địa bàn Thành phố Hà Nội. Mỗi cặp bao gồm một học sinh và cha hoặc mẹ tương ứng, đảm bảo dữ liệu song song giữa hai nhóm khách thể.

3.2. Tổ chức nghiên cứu

3.2.1. Giai đoạn nghiên cứu lý luận

Giai đoạn nghiên cứu lý luận tập trung tổng quan, phân tích và hệ thống hóa các công trình liên quan đến HVLCMTC, căng thẳng ở HS THCS và thấu cảm của cha mẹ. Trên cơ sở đó, luận án xác định khoảng trống

nghiên cứu, làm rõ cơ chế lý luận, xây dựng khung khái niệm và mô hình điều tiết phù hợp với bối cảnh nghiên cứu.

3.2.2. Giai đoạn nghiên cứu thực tiễn

3.2.2.1. Chuẩn bị công cụ nghiên cứu

Bảng hỏi gồm phần thông tin nhân khẩu và các thang đo chính. HVLCMTC được đo qua KSTL, TPKN và KLTC; căng thẳng được đo bằng tiểu thang Stress của DASS-21; thấu cảm của cha mẹ được đo bằng hai cấu trúc được lựa chọn là TCNT và BHCX thuộc thang ACME. Các công cụ được xem xét về độ tin cậy và hiệu lực trước khi sử dụng trong phân tích chính.

3.2.2.2. Khảo sát

Khảo sát thử được thực hiện trên 20 cặp học sinh và cha mẹ, thuộc độ tuổi 11–15 và các lớp 6–9. Kết quả khảo sát thử được sử dụng để rà soát cách diễn đạt và điều chỉnh cần thiết trước khảo sát chính thức.

Khảo sát chính thức được tiến hành bằng bảng hỏi tự điền; cha mẹ trả lời trực tuyến và học sinh trả lời tại lớp học. Phỏng vấn bán cấu trúc và nghiên cứu trường hợp điển hình được thực hiện bổ sung nhằm cung cấp dữ liệu định tính cho việc lý giải các phát hiện định lượng.

3.2.2.3. Xử lý, phân tích dữ liệu và viết báo cáo

* Xử lý dữ liệu: Dữ liệu thu thập từ bảng hỏi giấy và Google Form được mã hóa, làm sạch và xử lý trước khi phân tích. Toàn bộ quá trình xử lý được ghi chép cẩn thận để đảm bảo tính minh bạch và đối chiếu sau này.

* Phân tích dữ liệu:

Độ tin cậy của các thang đo được đánh giá bằng Cronbach’s Alpha, trong đó $\alpha \geq .70$ được xem là đạt yêu cầu. Mức độ tương quan giữa các biến được xác định bằng hệ số Spearman ($r \geq .30$ thể hiện tương quan trung bình trở lên).

Dữ liệu được dùng để phân tích điều tiết (moderation analysis) nhằm kiểm định mối quan hệ giữa HVLCMMTTC (biến dự báo), sự thấu cảm của cha mẹ (biến điều tiết) và căng thẳng ở học sinh THCS (biến phụ thuộc).

Hai khía cạnh của thấu cảm gồm thấu cảm nhận thức (TCNT) – yếu tố bảo vệ, và bất hòa cảm xúc (BHCX) – yếu tố nguy cơ. Hai mô hình điều tiết được xây dựng tương ứng cho TCNT và BHCX, có kiểm soát tuổi và giới tính của học sinh.

Phân tích sử dụng mô hình điều tiết của Hayes (2017) với 10.000 vòng lặp bootstrap và khoảng tin cậy 95%, đảm bảo kết quả có độ tin cậy cao.

Tiểu kết chương 3

Chương 3 đã trình bày một cách hệ thống toàn bộ quá trình tổ chức và phương pháp nghiên cứu của luận án, nhằm bảo đảm tính khoa học, khách quan và độ tin cậy của kết quả. Cấu trúc chương bao gồm mô tả địa bàn và khách thể nghiên cứu, các giai đoạn nghiên cứu lý luận và thực tiễn, quy trình chuẩn bị và triển khai công cụ đo lường, cùng với các phương pháp xử lý và phân tích dữ liệu.

Chương 4. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU THỰC TRẠNG MỐI QUAN HỆ GIỮA HÀNH VI LÀM CHA MẸ MANG TÍNH TIÊU CỰC VÀ CĂNG THẲNG Ở HỌC SINH TRUNG HỌC CƠ SỞ VÀ VAI TRÒ ĐIỀU TIẾT CỦA SỰ THẤU CẢM TỪ CHA MẸ

4.1. Kết quả nghiên cứu

4.1.1. Thực trạng hành vi làm cha mẹ mang tính tiêu cực

** Mức độ hành vi làm cha mẹ mang tính tiêu cực*

Kết quả cho thấy HVLCMTC chung tập trung chủ yếu ở mức trung bình: 337 cha mẹ (74,0%) ở mức trung bình, 52 (11,0%) ở mức thấp và 68 (15,0%) ở mức cao. Giữa ba dạng hành vi có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê ($\chi^2(2)=522,06$; $p<.001$). KSTL có điểm trung bình cao nhất (M=11,17), trong khi TPKN thấp nhất (M=6,58).

Bảng 4.1. Mức độ hành vi làm cha mẹ mang tính tiêu cực

Các kiểu hành vi làm cha mẹ mang tính tiêu cực	Mức độ					
	Thấp		Trung bình		Cao	
	SL	%	SL	%	SL	%
Trừng phạt khắc nghiệt	0	0	391	86,0	66	14,0
Kiểm soát tâm lý	57	12,0	327	72,0	73	16,0
Kỷ luật tiêu cực	63	14,0	338	74,0	56	12,0
Hành vi làm cha mẹ mang tính tiêu cực	52	11,0	337	74,0	68	15,0

***** *Biểu hiện hành vi làm cha mẹ mang tính tiêu cực*

Các biểu hiện của TPKN nhìn chung ở mức thấp đến trung bình; điểm trung bình các biểu hiện khoảng 1,11–1,61. KSTL có các biểu hiện cao hơn, khoảng 1,30–1,80, trong đó cắt ngang lời con hoặc im lặng cho đến khi con đáp ứng kỳ vọng của cha mẹ là những biểu hiện nổi bật. KLTC có điểm trung bình khoảng 2,09–2,70, thường thể hiện qua việc tước đặc quyền hoặc hạn chế một số hoạt động của con hơn là sử dụng bạo lực thể chất.

***** *Tương quan giữa các dạng hành vi làm cha mẹ mang tính tiêu cực*

Ba dạng HVLCMTC có mối tương quan thuận với nhau: TPKN–KSTL (r=.38; p<.001), TPKN–KLTC (r=.42; p<.001) và KSTL–KLTC (r=.27; p<.001). Các thành phần cũng tương quan mạnh với HVLCMTC tổng hợp: KSTL (r=.77), KLTC (r=.76) và TPKN (r=.67), đều p<.001.

* *Sự khác biệt về hành vi làm cha mẹ mang tính tiêu cực theo biến nhân khẩu*

Theo tuổi của cha mẹ

Tuổi cha mẹ có mối liên hệ nghịch có ý nghĩa với KLTC (β=-.162; p<.001) và HVLCMTC tổng hợp (β=-.100; p<.05), cho thấy cha mẹ lớn tuổi hơn có xu hướng báo cáo ít hành vi tiêu cực hơn ở một số chỉ báo. Đối với thấu cảm, tuổi cha mẹ có liên hệ có ý nghĩa với BHCX (β=.119; p<.05), nhưng không có ý nghĩa với TCNT (β=-.069; p=.139).

Theo giới giới tính của cha mẹ

Kiểm định Wilcoxon cho thấy mẹ có mức HVLCMTC cao hơn cha ở KSTL ($p<.01$), TPKN ($p<.05$), KLTC ($p<.05$) và HVLCMTC tổng hợp ($p<.01$). Kết quả này cần được diễn giải trong bối cảnh phân công chăm sóc, kỳ vọng giáo dục và đặc điểm tương tác trong gia đình; không nên quy kết đơn giản cho giới tính.

4.1.2. Thực trạng căng thẳng ở học sinh

***** *Mức độ căng thẳng ở học sinh*

Mức độ căng thẳng ở HS THCS trong mẫu nhìn chung thấp (M=1,95; SD=2,18). Theo phân loại DASS-21, 96,27% học sinh không có biểu hiện căng thẳng, 2,41% ở mức nhẹ, 0,44% ở mức vừa và 0,44% ở mức nặng; không có học sinh nào ở mức rất nặng. Kết quả này phản ánh biểu hiện căng thẳng trong mẫu nghiên cứu và không được sử dụng để chẩn đoán lâm sàng. Kết quả phỏng vấn cho thấy, học sinh cho rằng việc học và yêu cầu của cha mẹ là "bình thường" và có thể tự điều chỉnh. Học sinh khác (căng thẳng nhẹ) cảm thấy *"buồn và lo lắng khi bị mẹ so sánh với bạn bè"*, nhưng trạng thái này nhanh chóng qua đi.

** Biểu hiện căng thẳng ở học sinh*

Các biểu hiện căng thẳng có điểm trung bình thấp, khoảng 0,09–0,67. Biểu hiện nổi bật nhất là khó nghỉ ngơi/thư giãn (M=0,67), tiếp đến là thiếu kiên nhẫn khi bị cản trở (M=0,31). Các biểu hiện như phản ứng quá mức, lo lắng quá nhiều hoặc dễ nhạy cảm xuất hiện ở mức thấp hơn.

***** *Sự khác biệt về mức độ căng thẳng theo nhân khẩu học*

Theo giới tính của học sinh

Không có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê về mức độ căng thẳng giữa học sinh nam và nữ ($p=.398$). Kết quả phỏng vấn củng cố kết quả nghiên cứu định lượng trong đó cả học sinh nam và nữ đều biết cách đối phó với áp lực học tập, như nghỉ ngơi, nghe nhạc hoặc trò chuyện với bạn.

Theo lớp học và độ tuổi của học sinh:

Kiểm định Kruskal–Wallis và mô hình hồi quy đều cho thấy không có khác biệt đáng kể về căng thẳng theo khối lớp hay tuổi ($p > .05$). Phỏng vấn 04 học sinh từ lớp 6 đến lớp 9 cho thấy các em đều biết tìm kiếm hỗ trợ từ giáo viên tư vấn hoặc cha mẹ khi gặp áp lực.

4.1.3. Thực trạng thấu cảm của cha mẹ

Mức độ thấu cảm

TCNT của cha mẹ có mức trung bình tương đối cao (M=32,47; SD=6,32): 64% ở mức trung bình, 20% ở mức cao và 16% ở mức thấp. BHCX có mức trung bình thấp (M=3,23; SD=0,96): 96% ở mức trung bình và 4% ở mức cao. Nhìn chung, đa số cha mẹ trong mẫu có khả năng nhận biết và hiểu trạng thái của con, trong khi mức BHCX cao xuất hiện ở tỷ lệ nhỏ.

Biểu hiện thấu cảm

Các biểu hiện TCNT có điểm trung bình cao (3.86–4.32), cho thấy cha mẹ có khả năng nhận biết cảm xúc của con. Hai biểu hiện nổi bật nhất là "nhận ra khi con sợ hãi" và "biết con buồn qua khuôn mặt" ($M > 4.3$). Ngược lại, các biểu hiện của BHCX có điểm rất thấp (1.05–1.13), thể hiện rằng cha mẹ hiếm khi có hành vi gây tổn thương cảm xúc hoặc coi nhẹ con.

Độ tuổi cha mẹ dự báo có ý nghĩa với bất hòa cảm xúc, biểu hiện ở việc cha mẹ lớn tuổi hơn dễ trải qua cảm xúc tiêu cực ($\beta = .119$, $p < .05$), trong khi không ảnh hưởng đáng kể đến thấu cảm nhận thức ($p = .139$). Kiểm định Mann–Whitney U chỉ ra không có khác biệt về thấu cảm nhận thức và bất hòa cảm xúc giữa cha và mẹ ($p > .05$), điều này được minh họa qua phỏng vấn khi cả hai giới đều thể hiện nỗ lực hiểu và điều tiết cảm xúc con tương đương nhau.

4.1.4. Mối quan hệ giữa hành vi làm cha mẹ mang tính tiêu cực và căng thẳng, và vai trò điều tiết của thấu cảm từ cha mẹ

4.1.4.1. Tương quan giữa hành vi làm cha mẹ mang tính tiêu cực và căng thẳng ở học sinh trung học cơ sở

Bảng 4.2. Tương quan giữa hành vi làm cha mẹ mang tính tiêu cực và căng thẳng ở vị thành niên

Tương quan Spearman	1	2	3	4	5
1. Trừng phạt khắc nghiệt	-	.38***	.42***	.67***	.26***
2. Kiểm soát tâm lý		-	.27***	.77***	.33***
3. Kỷ luật tiêu cực			-	.76***	.12*
4. **HVLCMMTTC**				-	.32***
5. **Căng thẳng (Stress)**					-

*Ghi chú: ***p < .001, *p < .05*

Phân tích Spearman cho thấy HVLCMTC tổng hợp có tương quan dương có ý nghĩa với căng thẳng ở HS THCS (r=.32; p<.001). Trong ba dạng hành vi, KSTL có mối liên hệ rõ nhất với căng thẳng (r=.33; p<.001), tiếp đến là TPKN (r=.26; p<.001), còn KLTC có mối liên hệ yếu hơn (r=.12; p<.05). Các kết quả này phản ánh mối liên hệ giữa các biến và không tự nó chứng minh quan hệ nhân quả.

4.1.4.2. Vai trò điều tiết của sự thấu cảm từ cha mẹ

** Vai trò điều tiết của thấu cảm nhận thức*

Mô hình điều tiết cho thấy tương tác giữa HVLCMTC và TCNT có ý nghĩa thống kê (b=-.0053; SE=.0019; t=-2.814; p<.01), với ΔR^2=.0144. Hiệu ứng của HVLCMTC lên căng thẳng giảm khi TCNT tăng. Ở mức TCNT thấp hơn trung bình 1 SD (TCNT=-6.306), hiệu ứng là b=.140 (SE=.017; t=8.292; p<.001); ở mức trung bình là b=.107 (SE=.014; t=7.539; p<.001); và ở mức cao hơn trung bình 1 SD (TCNT=6.306), hiệu ứng giảm còn b=.073 (SE=.020; t=3.659; p<.001). Phân tích Johnson–Neyman không

xác định điểm chuyển tiếp trong khoảng quan sát; hiệu ứng vẫn có ý nghĩa nhưng giảm dần khi TCNT tăng. Như vậy, TCNT đóng vai trò điều tiết theo hướng bảo vệ.

Vai trò điều tiết của bất hòa cảm xúc

Mô hình điều tiết với BHCX có ý nghĩa thống kê, $F(5,442)=16.39$; $p<.001$; $R^2=.156$. HVLCMTC có liên hệ dương với căng thẳng ($b=.114$; $p<.001$) và tương tác HVLCMTC × BHCX có ý nghĩa ($b=.027$; $p<.05$). Khi BHCX thấp hơn trung bình (BHCX=-.228), hiệu ứng của HVLCMTC là $b=.108$ ($SE=.015$; $t=7.308$; $p<.001$); ở mức trung bình là $b=.114$ ($SE=.014$; $t=7.981$; $p<.001$); và ở mức cao hơn trung bình 1 SD (BHCX=.959), hiệu ứng tăng lên $b=.140$ ($SE=.018$; $t=7.912$; $p<.001$). Phân tích Johnson–Neyman cho thấy không có điểm chuyển tiếp trong phạm vi quan sát; hiệu ứng tăng dần khi BHCX tăng, từ $b=.108$ đến $b=.430$. Như vậy, BHCX đóng vai trò khuếch đại mối liên hệ giữa HVLCMTC và căng thẳng.

4.2. Bàn luận

4.2.1. Về hành vi làm cha mẹ mang tính tiêu cực

Phần lớn cha mẹ trong mẫu báo cáo HVLCMTC ở mức trung bình; KSTL là dạng nổi bật nhất. Kết quả này gợi ý rằng trong bối cảnh nghiên cứu, hành vi tiêu cực không nhất thiết biểu hiện chủ yếu bằng trừng phạt thể chất mà có thể xuất hiện dưới những hình thức kiểm soát tâm lý hoặc kỷ luật trong tương tác hằng ngày. Mẹ có mức HVLCMTC cao hơn cha ở các thang đo được khảo sát, trong khi tuổi cha mẹ có liên hệ nghịch với một số chỉ báo hành vi tiêu cực.

4.2.2. Về căng thẳng của học sinh trung học cơ sở

Mức căng thẳng chung của học sinh trong mẫu thấp, nhưng vẫn tồn tại một nhóm nhỏ có biểu hiện từ nhẹ đến nặng. Việc không có học sinh ở mức rất nặng không loại trừ sự khác biệt cá nhân về mức độ nhạy cảm với stress.

Không có khác biệt có ý nghĩa theo giới, tuổi hoặc khối lớp, cho thấy cần chú ý đến các yếu tố bối cảnh và quan hệ thay vì chỉ dựa vào đặc điểm nhân khẩu học.

4.2.3. Về sự thấu cảm của cha mẹ

Mức độ thấu cảm của cha mẹ học sinh THCS được ghi nhận ở mức trung bình, cho thấy đa số phụ huynh có khả năng nhận diện và hiểu cảm xúc của con, nhưng vẫn còn hạn chế trong việc duy trì sự đồng điệu cảm xúc khi đối diện với xung đột. Cha mẹ lớn tuổi có xu hướng trải nghiệm bất hòa cảm xúc cao hơn, dù khả năng thấu cảm nhận thức vẫn ổn định. Đáng chú ý, nghiên cứu không phát hiện khác biệt đáng kể về mức độ thấu cảm giữa cha và mẹ, trái ngược với một số kết quả trước đây (Rochat, 2023). Trong bối cảnh Việt Nam hiện nay, điều này có thể do sự thay đổi vai trò giới trong gia đình, khi cả cha và mẹ cùng chia sẻ trách nhiệm chăm sóc con.

4.2.4. Về mối quan hệ giữa hành vi làm cha mẹ mang tính tiêu cực, căng thẳng ở học sinh và vai trò điều tiết của sự thấu cảm từ cha mẹ

Kết quả khẳng định giả thuyết nghiên cứu rằng mức độ HVLCMMTTC càng cao thì căng thẳng ở học sinh càng lớn. Các hành vi như kiểm soát tâm lý, kỷ luật tiêu cực và trừng phạt khắc nghiệt là những yếu tố dự báo có ý nghĩa đối với sự gia tăng căng thẳng ở học sinh. Phát hiện này phù hợp với nhiều công trình trước đó (Pinquart, 2017; Gershoff, 2002; Laskey & Cartwright-Hatton, 2009).

Kết quả nghiên cứu được ủng hộ bởi cả Lý thuyết gắn bó và Lý thuyết học tập xã hội. Khi cha mẹ sử dụng chiến lược kiểm soát hoặc trừng phạt, cảm giác an toàn của trẻ bị phá vỡ, dẫn đến các mô thức gắn bó lo âu hoặc tránh né (Bowlby & Ainsworth, 2013). Đồng thời, trẻ học cách phản ứng tiêu cực thông qua quan sát hành vi của cha mẹ (Bandura, 1969), dẫn đến khuynh hướng ứng phó kém hiệu quả trước áp lực.

Đặc biệt, kết quả cũng đã khẳng định vai trò điều tiết của thấu cảm của cha mẹ. Thấu cảm nhận thức giúp giảm tác động tiêu cực của hành vi làm cha mẹ tiêu cực lên căng thẳng của con, trong khi bất hòa cảm xúc khuếch đại ảnh hưởng đó. Kết quả này không chỉ củng cố giá trị của thấu cảm như một cơ chế bảo vệ tâm lý quan trọng mà còn gợi mở hướng ứng dụng thực tiễn.

Tiểu kết chương 4

Tổng hợp các kết quả nghiên cứu cho thấy bức tranh toàn diện về mối quan hệ giữa hành vi làm cha mẹ, thấu cảm của cha mẹ và mức độ căng thẳng của học sinh trung học cơ sở. Trước hết, kết quả về hành vi làm cha mẹ cho thấy dù phần lớn cha mẹ có xu hướng sử dụng các hình thức nuôi dạy tiêu cực ở mức thấp đến trung bình, vẫn tồn tại một nhóm nhỏ duy trì các hình thức trừng phạt hoặc kiểm soát khắc nghiệt.

KẾT LUẬN VÀ KHUYẾN NGHỊ

1. Kết luận

1.1. Về mặt lý luận

Luận án đã hệ thống hóa và mở rộng việc xem xét mối quan hệ giữa HVLCMTC, sự thấu cảm của cha mẹ và căng thẳng ở HS THCS trên cơ sở kết hợp hai khung lý thuyết nền tảng là Lý thuyết gắn bó (Attachment Theory) và Lý thuyết học tập xã hội (Social Learning Theory).

Trước hết, luận án đã hệ thống hóa và làm rõ khái niệm, cấu trúc của HVLCMTC và cơ sở lý luận về mối liên hệ giữa HVLCMTC với sức khỏe tâm lý của HS THCS. Các hành vi như KSTL, TPKN và KLTC được xem xét trong mối liên hệ với cảm giác an toàn trong quan hệ cha mẹ – con, khả năng điều chỉnh cảm xúc và các phản ứng tâm lý của HS THCS, trong đó có căng thẳng.

Thứ hai, luận án đã làm rõ cơ sở lý luận của sự thấu cảm trong bối cảnh làm cha mẹ. Sự thấu cảm được tiếp cận như một cấu trúc đa chiều; trong phạm vi nghiên cứu thực tiễn của luận án, TCNT và BHCX được lựa chọn để xem xét vai trò điều tiết trong mối quan hệ giữa HVLCMTC và căng thẳng ở HS THCS.

Thứ ba, mô hình phân tích điều tiết được kiểm định trong luận án cho thấy độ mạnh của mối liên hệ giữa HVLCMTC và căng thẳng ở HS THCS thay đổi theo mức độ TCNT và BHCX của cha mẹ. Kết quả này cung cấp thêm bằng chứng thực tiễn phù hợp với những lập luận của Lý thuyết gắn bó về vai trò của cảm giác an toàn trong quan hệ cha mẹ – con và của Lý thuyết học tập xã hội về quá trình quan sát, mô hình hóa và hình thành các khuôn mẫu phản ứng.

1.2. Về mặt thực tiễn

Về mặt thực tiễn, kết quả nghiên cứu cho thấy:

Thứ nhất, HVLCMTC có mối liên hệ thuận với căng thẳng ở HS THCS. Mức độ HVLCMTC cao hơn có xu hướng đi cùng với mức độ căng thẳng cao hơn ở học sinh trong mẫu nghiên cứu.

Thứ hai, TCNT của cha mẹ làm suy yếu mối liên hệ giữa HVLCMTC và căng thẳng ở con. Ngược lại, BHCX làm mạnh hơn mối liên hệ này.

Thứ ba, mức độ HVLCMTC và căng thẳng trong mẫu nghiên cứu nhìn chung không ở mức cao, tuy nhiên vẫn có sự khác biệt giữa các cá nhân và có một nhóm khách thể biểu hiện ở mức độ cao cần được lưu ý.

Như vậy, kết quả nghiên cứu cho thấy sự thấu cảm của cha mẹ có vai trò điều tiết trong mối liên hệ giữa HVLCMTC và căng thẳng ở HS THCS, đồng thời cung cấp cơ sở tham khảo cho việc xây dựng các khuyến nghị về giáo dục gia đình và hỗ trợ tâm lý học đường.

2. Khuyến nghị

2.1. Đối với cha mẹ

Cha mẹ cần hạn chế KSTL, TPKN và KLTC, đồng thời tăng cường TCNT thông qua lắng nghe tích cực, đặt câu hỏi mở, phản hồi không phán xét, nhận diện và gọi tên cảm xúc của con. Khi con có biểu hiện cáu gắt, thu mình hoặc kết quả học tập giảm, cha mẹ nên tìm hiểu nhu cầu và áp lực phía sau hành vi thay vì lập tức quy kết hoặc trừng phạt. Cha mẹ cũng cần chú ý nhận diện trạng thái cảm xúc của chính mình và điều chỉnh phản ứng trước khi tương tác với con, nhằm hạn chế BHCX và các phản ứng có tính khuếch đại căng thẳng.

2.2. Đối với nhà trường và chuyên gia tâm lý học đường

Nhà trường cần tăng cường giáo dục cảm xúc – xã hội và kỹ năng ứng phó với stress cho học sinh; đồng thời phát triển các hoạt động phối hợp với cha mẹ. Chuyên gia tâm lý học đường có thể tổ chức tư vấn hoặc tập huấn ngắn hạn cho cha mẹ về lắng nghe, nhận diện cảm xúc, điều chỉnh cảm xúc và kỷ luật tích cực. Khi phát hiện học sinh có biểu hiện căng thẳng đáng chú ý, cần phối hợp giữa học sinh, gia đình, giáo viên và chuyên gia để hỗ trợ sớm.

2.3. Đối với cơ quan quản lý và nhà hoạch định chính sách

Cơ quan quản lý và nhà hoạch định chính sách có thể xem xét phát triển các chương trình giáo dục làm cha mẹ và hỗ trợ tâm lý học đường theo hướng liên kết gia đình – nhà trường – chuyên gia. Các chương trình nên ưu tiên kỹ năng thực hành, đặc biệt là giảm kiểm soát tâm lý và trừng phạt khắc nghiệt, tăng khả năng thấu cảm nhận thức và điều chỉnh cảm xúc của cha mẹ.

DANH MỤC CÁC CÔNG TRÌNH KHOA HỌC CỦA TÁC GIẢ LIÊN QUAN ĐẾN LUẬN ÁN

1. Do Thi Trang (2023). "The influence of negative parenting practices on the development of mental health in Vietnamese adolescents", *Kỷ yếu Hội thảo quốc tế "Những vấn đề tâm lý học đường",* tr.46-59. Nhà Xuất bản Khoa học Xã hội, Hà Nội.
2. Đoàn Văn Lộc và Đỗ Thị Trang (2023). "Áp dụng liệu pháp chấp nhận và cam kết (FACT) trong can thiệp một ca tự tử: Vai trò của sự thấu cảm", *Kỷ yếu Hội thảo quốc tế "Những vấn đề tâm lý học đường"*, tr.516-533. Nhà Xuất bản Khoa học Xã hội, Hà Nội.
3. Pham Thi Thu Hoa, Do Thi Trang, Nguyen Thi Lien và Ngo Anh Vinh (2024). "Anxiety symptoms and coping strategies among high school students in Vietnam after the COVID-19 pandemic: A mixed-method evaluation", *Frontiers in Public Health*, 12, 1232856. https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1232856
4. Đỗ Thị Trang (2025). "Ảnh hưởng của hành vi làm cha mẹ tiêu cực đến căng thẳng ở vị thành niên Việt Nam", *Tạp chí Tâm lý học*, (1), tr.75-83.
5. Huong Thi Nguyen, Hoang Duc Nguyen, Hoa Thi Thu Pham, Hang Thi Minh Ly, Trang Thi Do (2026). "Parenting behaviors and emotional well-being: Exploring stress, anxiety, and depression in Vietnamese children", *Humanities and Social Sciences Letters*, 14(2), pp. 175-185.
6. Thi Trang Do, Thu Huong Tran and Thi Thu Hoa Pham (2026), "When Negative Parenting Becomes More or Less Stressful: The Moderating Roles of Parental Empathy in Vietnamese Adolescents", North American Journal of Psychology, 28(3), pp. 1878-1897. DOI: 10.65696/001c.168507
7. Đỗ Thị Trang (2026). "Mối quan hệ giữa hành vi kiểm soát tâm lý của cha mẹ và căng thẳng của con cái: vai trò điều tiết của đồng điệu cảm xúc", Tạp chí tâm lý học Việt Nam, (4). https://doi.org/10.66270/vap26.v14.n4.21