

## VỐN XÃ HỘI GIA ĐÌNH VÀ CẢM NHẬN HẠNH PHÚC CỦA SINH VIÊN HÀ NỘI<sup>1</sup>

ĐÀO THÚY HẰNG\*

NGHIÊM THỊ THANH HẰNG,

NGUYỄN HOÀNG ANH,

NGUYỄN MINH HẰNG\*\*

**Tóm tắt:** Trong bối cảnh xã hội hiện đại với nhiều áp lực về cuộc sống và học tập, việc nâng cao cảm nhận hạnh phúc và sự hài lòng với cuộc sống ngày càng trở nên thách thức và là một vấn đề đáng quan tâm. Bài viết này nhằm làm rõ mối liên hệ giữa vốn xã hội gia đình và cảm nhận hạnh phúc của sinh viên - nhóm nhân lực trẻ quan trọng cho sự phát triển của xã hội. Đây là một chủ đề nghiên cứu còn nhiều khoảng trống để khai thác. Nghiên cứu sử dụng phương pháp trung cầu ý kiến bằng bảng hỏi với 418 sinh viên Trường Đại học Khoa học Xã hội và Nhân văn, Đại học Quốc gia Hà Nội. Nghiên cứu tiếp cận vốn xã hội gia đình qua ba chiều cạnh: mạng lưới quan hệ gia đình, lòng tin với gia đình và chuẩn mực tương tác trong gia đình, từ đó phân tích và đo lường mối liên hệ giữa các yếu tố này với cảm nhận hạnh phúc của sinh viên. Kết quả cho thấy cả ba chiều cạnh đều có tương quan đối với cảm nhận hạnh phúc.

**Từ khóa:** hạnh phúc, vốn xã hội gia đình, sinh viên, cảm nhận hạnh phúc

Nhận bài: 06/3/2026

Gửi phản biện: 09/3/2026

Duyệt đăng: 28/4/2026

---

### 1. Đặt vấn đề

Hạnh phúc được xem là một khát vọng và quyền mưu cầu cơ bản của con người. Quan điểm này được khẳng định trong Nghị quyết 66/281 của Đại hội đồng Liên Hợp Quốc khi tuyên bố ngày 20/3 là Ngày Quốc tế Hạnh phúc (United Nations, 2012). Các nghiên cứu về hạnh phúc tại các quốc gia thường xuyên nhận được nhiều sự quan tâm từ các nhà khoa học và lãnh đạo nhiều nước trên thế giới, trong đó có Việt Nam. Trong Văn kiện Đại hội XIII của Đảng, hạnh phúc được xác định là mục tiêu phấn đấu của toàn xã hội, là khát vọng phát triển của đất nước, là chuẩn mực tối cao của gia đình Việt Nam (Hiền Thu và

---

<sup>1</sup> Nghiên cứu này được tài trợ bởi Trường Đại học Khoa học Xã hội và Nhân văn trong đề tài mã số SV.2026.39.

\* Trường Đại học Khoa học Xã hội và Nhân văn, Đại học Quốc gia Hà Nội.

\*\* Sinh viên, Trường Đại học Khoa học Xã hội và Nhân văn, Đại học Quốc gia Hà Nội.

cộng sự, 2024). Mới đây, Báo cáo Hạnh phúc Thế giới năm 2025 cho thấy Việt Nam đứng thứ 46, cải thiện tích cực so với vị trí 54 của năm 2024, vị trí 65 của năm 2023 và chỉ đứng sau Singapore tại khu vực Đông Nam Á (Báo Chính Phủ, 2025). Hạnh phúc là nguồn động lực để xây dựng cuộc sống, đóng góp cho xã hội, cho sự nghiệp chung của quốc gia. Điều này đặc biệt quan trọng đối với nhóm sinh viên - nguồn nhân lực trẻ của đất nước, một trong những nhân tố quan trọng quyết định tương lai, vận mệnh đất nước.

Vốn xã hội có những tác động cụ thể tới nhiều mặt trong đời sống con người, trong đó có hạnh phúc (Putnam, 2000). Bourdieu (1986) cho rằng vốn xã hội có mối tương quan tích cực với hạnh phúc và sự hài lòng trong cuộc sống, vì các mạng lưới xã hội mạnh mẽ cung cấp sự hỗ trợ tinh thần cũng như khiến con người không thấy lạc lõng, và những người có vốn xã hội cao thường có mức độ hài lòng trong cuộc sống cao hơn nhờ vào các mối quan hệ và gắn kết cộng đồng. Đồng thời, các nghiên cứu của Bourdieu (1986), Coleman (1988) và Putnam (2000) đều chỉ ra rằng gia đình là một vốn xã hội quan trọng đối với sự phát triển của con người. Khái niệm “vốn xã hội gia đình” (family social capital) cho tới nay vẫn chưa có định nghĩa thống nhất. Thậm chí những nghiên cứu tổng quan hệ thống về khái niệm này cho thấy vốn xã hội có thể được khái niệm hóa và đo lường từ cấp độ vĩ mô (cấp độ khu vực hoặc quốc gia), đến cấp độ trung mô (khu phố, nơi làm việc, trường học), cho đến cấp độ cá nhân. Tuy nhiên, trong các tài liệu nghiên cứu thực nghiệm hiện nay vẫn tồn tại một khoảng trống rõ rệt liên quan đến việc khái niệm hóa vốn xã hội ở cấp độ gia đình (Carrillo-Álvarez và cộng sự, 2019).

Do đó, những nghiên cứu về tác động của vốn xã hội gia đình tới hạnh phúc của sinh viên là cần thiết. Kết quả nghiên cứu không chỉ có ý nghĩa về mặt lý luận trong việc làm rõ vai trò của vốn xã hội nói chung, mà còn mang giá trị gợi mở cho các nghiên cứu nhằm nâng cao chất lượng đời sống và hạnh phúc cho sinh viên.

## **2. Cơ sở lý luận và phương pháp nghiên cứu**

### ***Cơ sở lý luận***

Hạnh phúc là một khái niệm được tiếp cận theo nhiều cách khác nhau trong nghiên cứu khoa học xã hội. Hạnh phúc thường được mô tả là những trải nghiệm chủ quan tích cực (Flynn và cộng sự, 2015). Theo Liang và Sun (2022), hạnh phúc không chỉ là mức độ hài lòng với cuộc sống hiện tại mà còn phản ánh sự kết hợp giữa cảm nhận chủ quan của cá nhân về trạng thái tồn tại và các điều kiện khách quan xung quanh họ. Bên cạnh đó, hạnh phúc cũng được xem là quá trình tự đánh giá mang tính nhận thức và tri giác của con người đối với cuộc sống của mình (Çakır và cộng sự, 2019). Nghiên cứu này sử dụng khái niệm “cảm nhận hạnh phúc” và áp dụng thang đo “Oxford Happiness Questionnaire” của Michael Argyle và Peter Hills (2002) để đo lường.

Các công trình nghiên cứu nổi bật và có ảnh hưởng về vốn xã hội cũng đề cập tới nhiều cách thức thao tác hóa khái niệm này. Nhóm thứ nhất là các quan điểm cho rằng vốn xã hội là nguồn lực liên kết các mạng lưới xã hội (Bourdieu, 1986), hoặc tài nguyên nằm trong mạng lưới xã hội (Lin, 2001) được cá nhân huy động để đạt được các mục tiêu. Nhóm thứ hai là các quan điểm cho rằng vốn xã hội là cơ sở cho sự phối hợp và hợp tác (như

mạng lưới, chuẩn mực qua lại và niềm tin (Putnam, 2000)), là khía cạnh cấu trúc xã hội tạo thuận lợi cho hành động của cá nhân (Coleman, 1988).

Áp dụng hai quan điểm này vào phân tích vốn xã hội gia đình có thể thấy hai hướng phân tích chính. Một là coi gia đình như nơi tích lũy và truyền lại vốn xã hội, các thành viên được hưởng lợi từ nguồn vốn đã có của các thành viên khác trong mạng lưới (cách hiểu này tương đương với khái niệm vốn xã hội từ gia đình hoặc vốn xã hội của gia đình). Hai là cách quan niệm vốn xã hội gia đình là các nguồn lực nằm trong cấu trúc quan hệ gia đình, hỗ trợ sự phát triển, là nền tảng tạo điều kiện cho hoạt động của các thành viên. Cách hiểu này tương đương với khái niệm vốn xã hội gia đình - nguồn lực xã hội gắn với bối cảnh gia đình. Trong nghiên cứu này, vốn xã hội gia đình được xem xét theo cách thứ hai, tức là các đặc điểm của mạng lưới xã hội gia đình - nơi tạo điều kiện cho hoạt động của các thành viên, cụ thể là sự phát triển của sinh viên.

Những thành phần chính của vốn xã hội thường được đề cập tới là mạng lưới xã hội/liên kết xã hội (Bourdieu, 1986; Portes 1998; Putnam, 2000; Fukuyama, 2001), sự tương tác/hỗ trợ có qua có lại (Bourdieu, 1986; Portes 1998; Fukuyama, 2001), lòng tin xã hội/niềm tin (Coleman, 1988; Portes 1998). Nhiều tác giả cho rằng, định nghĩa vốn xã hội đầy đủ nhất khi bao gồm hai khía cạnh: vốn xã hội cấu trúc và vốn xã hội tri nhận (Van Deth, 2008). Trong đó, vốn xã hội cấu trúc bao gồm các “đường dây” trong mạng lưới, tức là số lượng và cường độ các mối quan hệ; trong khi đó, vốn xã hội tri nhận ám chỉ các “nút” trong mạng lưới như chuẩn mực hợp tác, lòng tin, trách nhiệm và kỳ vọng (Nguyễn Lê Hoàng Thụy Tố Quyên, 2016; Nguyễn Ngọc Sơn và cộng sự, 2019). Trong nghiên cứu này, nhóm tác giả vận dụng quan điểm trên để đo lường vốn xã hội gia đình.

Nhiều nghiên cứu đi trước đã chỉ ra vốn xã hội có ảnh hưởng tích cực tới hạnh phúc và sự hài lòng cuộc sống (Portele và cộng sự, 2012; Arachchi và cộng sự, 2023). Vốn xã hội gia đình là đặc biệt quan trọng và có liên hệ mạnh mẽ với đánh giá về hạnh phúc của thanh niên, thậm chí mạnh hơn đáng kể so với các mối quan hệ với bạn bè, bạn học và thầy cô (Tuominen và cộng sự, 2022). Các nghiên cứu ghi nhận rằng sự hỗ trợ từ cha mẹ và cấu trúc gia đình ổn định được xem là yếu tố then chốt thúc đẩy hạnh phúc của con cái (Jiang và cộng sự, 2022). Ngoài ra, mối quan hệ chặt chẽ với gia đình mang lại sự hỗ trợ và cảm giác thuộc về khiến thanh thiếu niên hạnh phúc hơn (Kareem, 2023). Mặc dù các nghiên cứu đề cập tới vốn xã hội theo những chỉ báo khác nhau, hoặc với những tên gọi khác nhau, nhưng có thể thấy các khía cạnh của vốn xã hội đều đóng vai trò nền tảng trong việc hình thành và duy trì hạnh phúc của người trẻ.

Tại Việt Nam, các nghiên cứu tiếp cận từ góc độ xã hội học về vốn xã hội gia đình tới hạnh phúc của nhóm thanh niên sinh viên là một khoảng trống nghiên cứu. Nghiên cứu này góp phần soi tỏ và làm rõ những luận điểm trước đó về lý thuyết vốn xã hội và ứng dụng của nó trong các môi trường cụ thể như gia đình, và tác động của nó tới những khía cạnh như cảm nhận về hạnh phúc.

### ***Phương pháp nghiên cứu***

#### *Thang đo sử dụng trong nghiên cứu*

Chúng tôi lựa chọn các thang đo lường về mạng lưới quan hệ gia đình, chuẩn mực tương tác trong gia đình, niềm tin trong gia đình - các khía cạnh của vốn xã hội gia đình và xem xét ảnh hưởng của chúng tới cảm nhận chung về hạnh phúc. Tất cả các thang đo đã được tác giả cho phép sử dụng thông qua email trao đổi. Cụ thể như sau:

*Cảm nhận hạnh phúc:* Nghiên cứu sử dụng thang đo “Oxford Happiness Questionnaire” của Michael Argyle và Peter Hills (2002). Thang đo gốc gồm 29 chỉ báo, sử dụng hệ Likert 6 điểm. Một số phiên bản khác sử dụng thang đo Likert 5 điểm khi đo lường về hạnh phúc của sinh viên (Elkin và cộng sự, 2025). Trong nghiên cứu này, chúng tôi sử dụng thang đo với 29 chỉ báo được Việt hóa trên thang Likert 5 điểm (từ 1 = “Hoàn toàn không đồng ý” đến 5 = “Hoàn toàn đồng ý”). Độ tin cậy Cronbach alpha = 0,874. Kết quả cho thấy mức độ hạnh phúc trung bình của sinh viên trong mẫu là 3,32 (SD = 0,45).

*Mạng lưới gia đình:* Chúng tôi sử dụng nhóm chỉ báo về Family Network (mạng lưới gia đình) trong thang đo “Family Network and Social Network” của Cheng và các cộng sự (2022). Thang bao gồm 3 chỉ báo, được đo trên thang Likert 6 điểm, với 0 = “Không một ai”, 1 = “1 người”, 2 = “2 người”, 3 = “Từ 3 đến 4 người”, 4 = “Từ 5 đến 8 người”, và 5 = “Từ 9 người trở lên”. Độ tin cậy Cronbach alpha = 0,510. Do thang ít chỉ báo và được tách từ một thang gốc gồm 2 mục lớn (subscale), cũng như lần đầu được áp dụng ở bối cảnh Việt Nam, do đó độ tin cậy này là tạm chấp nhận được (Nunnally và cộng sự, 1994).

*Lòng tin với gia đình:* Chúng tôi sử dụng thang đo “Chinese Adolescents Social Trust” của Bai và cộng sự (2025). Thang đo gồm 5 chỉ báo, được đo trên thang Likert 5 điểm, với 1 = “Hoàn toàn không đồng ý” đến 5 = “Hoàn toàn đồng ý”. Độ tin cậy Cronbach alpha = 0,857.

*Chuẩn mực tương tác trong gia đình:* Chúng tôi sử dụng thang đo “Family Functioning and Cohesion Scale” của Tsoutsis và cộng sự (2024). Thang đo gồm 14 chỉ báo, được chia thành các mục như: sự giao tiếp, sự biểu lộ cảm xúc, giá trị và niềm tin. Các chỉ báo được đo trên thang Likert 4 điểm, với 1 = “Hoàn toàn không đúng”, 2 = “Khá không đúng”, 3 = “Khá đúng”, 4 = “Hoàn toàn đúng”. Độ tin cậy Cronbach alpha = 0,853.

#### *Thu thập dữ liệu*

Nghiên cứu được thực hiện tại trường Đại học Khoa học Xã hội và Nhân văn với khách thể là sinh viên của trường. Dựa trên danh sách sinh viên của toàn trường tại thời điểm khảo sát gồm 9.773 sinh viên, sử dụng công thức tính mẫu:  $n = N / (1 + N * e^2)$  (trong đó e là sai số cho phép, là 5%) (Yamane, 1967). Cỡ mẫu tối thiểu cần đạt là 384 sinh viên. Để dự phòng các bảng hỏi không hợp lệ, nghiên cứu tiến hành thu thập thêm 10% số lượng mẫu. Do đó, cỡ mẫu dự kiến là khoảng 422 bảng hỏi.

Nghiên cứu sử dụng phương pháp điều tra bằng bảng hỏi tự điền, với phương pháp chọn mẫu ngẫu nhiên theo cụm (cluster sampling). Trong một tuần đã xác định trước (từ thứ 2 đến thứ 6, mỗi ngày 2 buổi sáng và chiều), chúng tôi lựa chọn ngẫu nhiên 2 ngày. Trong hai ngày đó, chúng tôi lựa chọn ngẫu nhiên 6 lớp dựa trên danh sách tổng thể của

các lớp học có tiết học trên giảng đường của hai ngày hôm đó. Sau đó, chúng tôi thực hiện phát phiếu điều tra với 100% sinh viên có mặt tại lớp. Trước khi phát bảng hỏi, chúng tôi giải thích rõ về mục đích của nghiên cứu, quyền lợi và rủi ro của người tham gia nghiên cứu, đảm bảo tính khuyết danh cho người tham gia nghiên cứu, hướng dẫn cách thức trả lời bảng hỏi. Người tham gia có quyền quyết định đồng ý hoặc từ chối tham gia vào nghiên cứu trên tinh thần tự nguyện và sự hiểu biết rõ ràng về nghiên cứu. Kết quả thu về 460 bảng hỏi, trong đó có 418 bảng hỏi hợp lệ để tiến hành phân tích. Về đặc điểm của mẫu nghiên cứu, tỷ lệ nữ giới là 77,5%, nam giới là 22,5%. Phần lớn sinh viên thuộc năm thứ hai và thứ ba (45,2% và 42,2%). Trong đó, học lực giỏi chiếm đa số (58,9%), khá và xuất sắc lần lượt là 27,7% và 13,4%. Tỷ lệ người tham gia khảo sát xuất thân từ nông thôn là 52,6%, còn lại đến từ đô thị. 56% trong mẫu hiện đang thuê trọ, 34,4% ở cùng gia đình, phần còn lại đang sống tại ký túc xá.

### 3. Vài nét về vốn xã hội gia đình của sinh viên

#### *Mạng lưới gia đình*

Mạng lưới gia đình (độ rộng và chất lượng của mạng lưới) là một trong những thành tố quan trọng của vốn xã hội gia đình. Dựa trên dữ liệu thu thập được, bảng dưới đây mô tả chung về mạng lưới gia đình của sinh viên.

**Bảng 1. Đặc điểm mạng lưới quan hệ gia đình của sinh viên**

|                                                                   | Giá trị trung bình (M) | Độ lệch chuẩn (SD) | Khoảng tin cậy 95% của giá trị trung bình (95% CI) | Hệ số tương quan Pearson (r) với biến “Cảm nhận hạnh phúc” |
|-------------------------------------------------------------------|------------------------|--------------------|----------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|
| 1. Số thành viên gia đình gặp hoặc liên lạc 1 lần/tháng           | 2,84                   | 1,13               | (2,74, 2,96)                                       | 0,052                                                      |
| 2. Số thành viên trong gia đình có thể kể về vấn đề cá nhân       | 1,57                   | 1,20               | (1,45, 1,69)                                       | 0,240**                                                    |
| 3. Số thành viên trong gia đình sẵn sàng giúp đỡ khi gặp khó khăn | 3,17                   | 1,08               | (3,06, 3,27)                                       | 0,203**                                                    |

*Nguồn: Kết quả của nghiên cứu.*

Ghi chú: \*\* có ý nghĩa thống kê ở mức  $p < 0,001$ .

Kết quả nghiên cứu cho thấy, trong ba chỉ báo nói trên, số thành viên trong gia đình sẵn sàng hỗ trợ sinh viên khi họ gặp khó khăn là cao nhất ( $M = 3,17$ ;  $SD = 1,08$ ), tiếp đến là số thành viên trong gia đình mà sinh viên gặp hoặc liên lạc tối thiểu 1 lần/tháng, tuy nhiên, số thành viên có thể chia sẻ các vấn đề cá nhân với sinh viên là thấp nhất trong số các chỉ báo trên ( $M = 1,57$ ;  $SD = 1,20$ ).

Kết quả phân tích tương quan cho thấy, số thành viên trong gia đình mà sinh viên gặp mặt hoặc liên lạc trong một tháng không có mối liên hệ có ý nghĩa thống kê với cảm nhận hạnh phúc của họ. Trong khi đó, số lượng thành viên trong gia đình có thể chia sẻ với sinh viên và giúp đỡ họ khi họ gặp khó khăn lại có tương quan dương (lần lượt  $r = 0,240$  và  $r = 0,203$ ) với cảm nhận hạnh phúc của sinh viên. Kết quả này dự đoán rằng chất lượng của mối liên hệ trong mạng lưới gia đình hay khả năng hỗ trợ của mạng lưới gia đình có vai trò

quan trọng hơn so với số lượng các tiếp xúc. Điều này khá tương đồng với phát hiện trong nghiên cứu về hỗ trợ xã hội của Cohen & Wills (1985), khi chỉ ra rằng không phải số lượng, độ rộng của mạng lưới xã hội mà chính mức độ hỗ trợ thực tế mà các mối quan hệ đó cung cấp mới có ảnh hưởng đến hạnh phúc của con người.

### *Lòng tin với gia đình*

Nhiều nghiên cứu đã chỉ ra vai trò của lòng tin hay sự tin cậy của gia đình đối với thanh thiếu niên và người trẻ. Thậm chí, các nghiên cứu về vốn xã hội hay liên kết gia đình còn chỉ ra, lòng tin là một trong những yếu tố mạnh nhất dự báo hạnh phúc chủ quan (Touminen và cộng sự, 2021) và sức khỏe tinh thần của con cái (Ross và cộng sự, 2023).

**Bảng 2. Đặc điểm lòng tin với gia đình của sinh viên**

|                                                                                    | Giá trị trung bình (M) | Độ lệch chuẩn (SD) | Khoảng tin cậy 95% của giá trị trung bình (95% CI) | Hệ số tương quan Pearson (r) với biến “Cảm nhận hạnh phúc” |
|------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|--------------------|----------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|
| 1. Tôi tin tưởng rằng bố mẹ sẽ thực hiện điều đã hứa với tôi                       | 3,47                   | 1,12               | (3,36, 3,58)                                       | 0,312**                                                    |
| 2. Tôi tin rằng bố mẹ là nguồn động viên lớn của bản thân khi đối mặt với khó khăn | 4,00                   | 1,02               | (3,90, 4,10)                                       | 0,284**                                                    |
| 3. Tôi tin rằng bố mẹ chăm lo cho tôi và sẽ không có ý định làm tổn thương tôi     | 4,47                   | 0,79               | (4,39, 4,54)                                       | 0,294**                                                    |
| 4. Khi tôi ở bên cạnh gia đình, tôi tin rằng mình sẽ được quan tâm và bảo vệ       | 4,31                   | 0,88               | (4,23, 4,40)                                       | 0,336**                                                    |
| 5. Tôi tin rằng gia đình thật sự quan tâm đến tôi và sẵn sàng giúp đỡ tôi          | 4,40                   | 0,81               | (4,33, 4,48)                                       | 0,312**                                                    |
| Biến đại diện “Lòng tin với gia đình”                                              | 4,13                   | 0,74               | (4,06, 4,20)                                       | 0,382**                                                    |

*Nguồn: Kết quả của nghiên cứu.*

Ghi chú: \*\* có ý nghĩa thống kê ở mức  $p < 0,001$ .

Vốn xã hội là một tài sản đa diện với các khía cạnh đan xen lẫn nhau, trong đó sự tin tưởng tạo ra tác động mạnh mẽ nhất đối với hạnh phúc của mỗi cá nhân (Tuominen và cộng sự, 2021). Trong nghiên cứu này, sự tin tưởng giữa các thành viên trong gia đình có mối liên hệ có ý nghĩa thống kê với hạnh phúc của sinh viên ( $r = 0,382$ ). Nói cách khác, những cá nhân có lòng tin với gia đình cao thường có xu hướng cảm nhận hạnh phúc cao hơn. Mức độ gần gũi về mặt cảm xúc, sự tin tưởng giữa cha mẹ và con cái dường như là một kênh dẫn vốn xã hội (Crosnoe, 2004), thông qua đó các nguồn lực như sự hỗ trợ tinh thần, định hướng hành vi và cảm giác an toàn được truyền tải, góp phần nâng cao mức độ hạnh phúc của sinh viên.

### *Chuẩn mực tương tác trong gia đình*

Thang đo chuẩn mực tương tác trong gia đình gồm 14 chỉ báo, được chia thành 3 nhóm chính. Thứ nhất là các chuẩn mực liên quan tới trách nhiệm thành viên như việc thành viên trong gia đình dùng bữa cùng nhau, dành thời gian cho nhau, ra quyết định chung dựa trên sự đồng thuận, trò chuyện cởi mở, cùng giải quyết vấn đề, ủng hộ lẫn nhau, tiếp thêm

sức mạnh cho nhau. Thứ hai, chuẩn mực trong xung đột liên quan tới việc không áp đặt mong muốn của mình lên các thành viên khác, không tỏ ra khó chịu với nhau, không gây xích mích xung đột, không bạo lực thể xác lên các thành viên khác. Cuối cùng, các chuẩn mực về giá trị và niềm tin liên quan tới chung quan điểm (về các vấn đề vĩ mô), chung mong muốn và kỳ vọng, chung niềm tin và nguyên tắc. Nghiên cứu đã tổng hợp các biến đại diện cho ba nhóm chuẩn mực này, cùng với biến đại diện chung cho yếu tố chuẩn mực tương tác trong gia đình, để xem xét mối liên hệ với cảm nhận hạnh phúc của sinh viên.

**Bảng 3. Đặc điểm chuẩn mực tương tác trong gia đình của sinh viên**

|                                                    | Giá trị trung bình (M) | Độ lệch chuẩn (SD) | Khoảng tin cậy 95% của giá trị trung bình (95% CI) | Hệ số tương quan Pearson (r) với biến “Cảm nhận hạnh phúc” |
|----------------------------------------------------|------------------------|--------------------|----------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|
| 1. Chuẩn mực trong giao tiếp                       | 3,06                   | 0,54               | (3,00, 3,10)                                       | 0,419**                                                    |
| 2. Chuẩn mực trong xung đột                        | 2,80                   | 0,72               | (2,74, 2,88)                                       | 0,310**                                                    |
| 3. Chuẩn mực giá trị, niềm tin                     | 2,78                   | 0,58               | (2,72, 2,84)                                       | 0,284**                                                    |
| Biến đại diện “Chuẩn mực tương tác trong gia đình” | 2,88                   | 0,49               | (2,83, 2,93)                                       | 0,416**                                                    |

Nguồn: Kết quả của nghiên cứu.

Ghi chú: \*\* có ý nghĩa thống kê ở mức  $p < 0,001$ .

Kết quả khảo sát cho thấy trong ba yếu tố phản ánh chuẩn mực tương tác trong gia đình, chuẩn mực trong giao tiếp gia đình được sinh viên đánh giá cao nhất (nhưng không quá chênh lệch với các chuẩn mực còn lại. Kết quả cho thấy, tương tác trong gia đình chủ yếu được thể hiện rõ ràng nhất trong các hoạt động tương tác thường xuyên như trò chuyện, ăn uống, chia sẻ và giải quyết vấn đề cùng nhau. Khác với lòng tin của sinh viên đối với gia đình - thể hiện cảm giác tin cậy và an toàn của sinh viên (Bảng 2), yếu tố giá trị và niềm tin ở đây được hiểu là mức độ tương đồng về nhận thức, giá trị, quan điểm và định hướng chung về cuộc sống. Khi điểm trung bình của yếu tố giá trị và niềm tin chung ở mức thấp, điều này phản ánh sự khác biệt nhất định trong hệ thống niềm tin và giá trị giữa các thành viên; những khác biệt này có thể dẫn đến bất đồng trong nhận thức và cách ứng xử. Mặc dù vẫn tồn tại những xung đột và mâu thuẫn nhất định trong gia đình, mức độ không quá nghiêm trọng cho thấy các mối quan hệ vẫn duy trì dựa trên nền tảng là sự giao tiếp và lòng tin giữa các thành viên với nhau.

Có thể thấy, sự tương tác trong gia đình, đặc biệt là giao tiếp có ảnh hưởng đáng kể đến hạnh phúc của sinh viên, tương tự kết quả nghiên cứu của Tsoutsis và cộng sự (2024) và Okur và cộng sự (2025). Trong khi đó, mâu thuẫn, xung đột cùng với sự khác biệt về quan điểm và giá trị cũng có thể làm giảm mức độ hạnh phúc, tương đồng với kết quả nghiên cứu của Izzo và cộng sự (2022).

#### **4. Ảnh hưởng của vốn xã hội đến cảm nhận hạnh phúc của sinh viên**

Nghiên cứu xem xét ảnh hưởng của ba chiều cạnh trong vốn xã hội gia đình (mạng lưới quan hệ gia đình, lòng tin với gia đình và chuẩn mực tương tác trong gia đình) với cảm nhận về hạnh phúc của sinh viên thông qua mô hình hồi quy bội.

**Bảng 4. Ảnh hưởng của vốn xã hội đến cảm nhận hạnh phúc của sinh viên**

| Biến số thành phần của Vốn xã hội  | Thành phần                                                     | Hệ số B | Hệ số Beta chuẩn hóa | Sig. (p-value) |
|------------------------------------|----------------------------------------------------------------|---------|----------------------|----------------|
| Mạng lưới quan hệ gia đình         | Số thành viên gia đình gặp hoặc liên lạc 1 lần/tháng           | -0,004  | -0.010               | 0,834          |
|                                    | Số thành viên trong gia đình có thể kể về vấn đề cá nhân       | 0,039   | 0.105                | 0,027*         |
|                                    | Số thành viên trong gia đình sẵn sàng giúp đỡ khi gặp khó khăn | 0,017   | 0.040                | 0,414          |
| Lòng tin với gia đình              | Lòng tin với gia đình                                          | 0,098   | 0,162                | 0,006*         |
| Chuẩn mực tương tác trong gia đình | Chuẩn mực trong giao tiếp                                      | 0,157   | 0,190                | 0,007*         |
|                                    | Chuẩn mực trong xung đột                                       | 0,070   | 0,113                | 0,031*         |
|                                    | Chuẩn mực giá trị, niềm tin                                    | 0,029   | 0,037                | 0,498          |

*Nguồn: Kết quả của nghiên cứu.*

Ghi chú: \* có ý nghĩa thống kê ở mức  $p < 0,05$ , tất cả các biến tham gia vào mô hình đều không vi phạm tiêu chuẩn về dung sai (Tolerance) và hệ số phóng đại phương sai (VIF).

Kết quả kiểm định F (ANOVA) với  $\text{Sig} < 0,001$  cho biết mô hình hồi quy được xây dựng là phù hợp. Giá trị R bình phương hiệu chỉnh bằng 0,206 cho thấy các biến độc lập đưa vào phân tích hồi quy ảnh hưởng 20,6% sự thay đổi trong cảm nhận hạnh phúc của sinh viên, còn lại là do các biến ngoài mô hình và sai số ngẫu nhiên. Trong số các biến độc lập được đưa vào mô hình, các biến có  $\text{Sig} < 0,05$  là các yếu tố có ảnh hưởng đến cảm nhận hạnh phúc. Dựa vào hệ số Beta chuẩn hóa, yếu tố có tác động mạnh nhất là “chuẩn mực trong giao tiếp”, kế đến là “lòng tin với gia đình”, “chuẩn mực trong xung đột” và “số thành viên mà sinh viên có thể chia sẻ về các vấn đề cá nhân của họ”.

Có thể nói, khi mức độ tương tác trong gia đình tăng lên, mức độ hạnh phúc của sinh viên cũng tăng theo. Đây là yếu tố có ảnh hưởng mạnh nhất, cho thấy chất lượng tương tác trong gia đình đóng vai trò cốt lõi trong việc cảm nhận hạnh phúc. Khi sinh viên giao tiếp tốt với gia đình, họ cảm thấy được lắng nghe, được chia sẻ, và nhờ đó sẽ cảm thấy hạnh phúc hơn. Bên cạnh các yếu tố liên quan đến tương tác trong gia đình, sự tin tưởng đối với gia đình cũng là một yếu tố tác động đến hạnh phúc của sinh viên. Sự tin tưởng giữa các thành viên trong gia đình giúp sinh viên cảm thấy an toàn về mặt tâm lý, như một “cầu nối” giúp truyền tải nguồn lực tinh thần, khiến sinh viên cảm thấy hạnh phúc hơn. Những sinh viên có nhiều người trong gia đình mà họ có thể chia sẻ các vấn đề cá nhân sẽ có hạnh phúc cao hơn. Điều này phản ánh vai trò hỗ trợ của cảm xúc trong gia đình. Khi họ có thể kể nhiều hơn về các vấn đề cá nhân, họ sẽ cảm giác được lắng nghe nhiều hơn, được giải tỏa các cảm xúc và trạng thái tiêu cực, góp phần gia tăng cảm nhận hạnh phúc chung.

## 5. Kết luận

Nghiên cứu phân tích mối liên hệ giữa vốn xã hội trong gia đình - thông qua các khía cạnh như: mạng lưới quan hệ gia đình, lòng tin với gia đình và các chuẩn mực tương tác qua lại trong gia đình - với cảm nhận hạnh phúc của sinh viên Trường Đại học Khoa học Xã hội và Nhân văn, Đại học Quốc gia Hà Nội.



Kết quả của nghiên cứu cho thấy chất lượng của các mối quan hệ gia đình có ý nghĩa trong cảm nhận hạnh phúc của sinh viên hơn là số lượng các mối quan hệ trong mạng lưới gia đình. Bên cạnh đó, những sinh viên có sự tin tưởng cao, đồng thời duy trì các chuẩn mực về giao tiếp và quản lý xung đột với gia đình có xu hướng cảm nhận hạnh phúc rõ rệt hơn. Điều này cho thấy rằng sự trao đổi qua lại, quan tâm, chia sẻ và gắn kết trong gia đình là nguồn lực quan trọng góp phần vào cảm nhận hạnh phúc của sinh viên. Mô hình hồi quy bội cho thấy tác động của các thành phần trong vốn xã hội đến cảm nhận hạnh phúc của sinh viên, qua đó khẳng định vai trò quan trọng của vốn xã hội gia đình trong việc duy trì và tăng cường cảm nhận hạnh phúc của sinh viên.

Mặc dù cung cấp một số phát hiện về ảnh hưởng của vốn xã hội trong gia đình đối với hạnh phúc của sinh viên, nghiên cứu vẫn tồn tại một số hạn chế. Mô hình hồi quy với các biến độc lập chỉ liên quan tới vốn xã hội gia đình, chưa tính tới các yếu tố khác như bạn bè, các mối quan hệ tình cảm hay các yếu tố khác; do đó, mức độ dự báo đối với sự biến thiên của biến phụ thuộc là “cảm nhận hạnh phúc” còn chưa cao. Bên cạnh đó, việc lựa chọn các thang đo độc lập thuộc nhiều bối cảnh nghiên cứu khác nhau cũng có thể ảnh hưởng tới kết quả nghiên cứu mặc dù các mục đo lường tương đối độc lập. Trong số 4 thang đo được lựa chọn, các thang đo liên quan đến mạng lưới gia đình và lòng tin gia đình là các thang được xây dựng và sử dụng tại Trung Quốc - nơi có đặc điểm văn hóa, phong tục về gia đình tương đối gần gũi với Việt Nam; thang đo cảm nhận hạnh phúc cũng là thang đã được chuẩn hóa và áp dụng ở nhiều bối cảnh văn hóa, bao gồm cả các nước châu Á. Duy chỉ có thang đo “Family Functioning and Cohesion Scale” của Tsoutsis và cộng sự (2024), từng được sử dụng trước đó ở Hy Lạp, là đề cập đầy đủ các yếu tố như chuẩn mực hợp tác, trách nhiệm và kỳ vọng, do đó là sự bổ sung phù hợp và toàn diện với cách định nghĩa về các cấu phần của vốn xã hội. Các nghiên cứu tiếp theo có thể mở rộng phạm vi nghiên cứu này để có cái nhìn bao quát hơn về vấn đề nghiên cứu.

#### Tài liệu tham khảo

- Arachchi, J., & Managi, S. (2023). The role of social capital in subjective quality of life. *Humanities and Social Sciences Communications*, 10, 1-10. <https://doi.org/10.1057/s41599-023-01502-7>
- Bai, Y., Li, L., Yang, Y., & Liu, Y. (2025). Development and Validation of Social Trust Scale for Chinese Adolescents (STS-CA). *Behavioral Sciences*, 15. <https://doi.org/10.3390/bs15111436>
- Báo Chính phủ. (2025). *Việt Nam tăng vượt bậc về chỉ số hạnh phúc*. <https://baochinhphu.vn/viet-nam-tang-vuot-bac-ve-chi-so-hanh-phuc-102250320112059904.htm>
- Bourdieu, P. (1986). *The forms of capital*. In J. G. Richardson (Ed.), *Handbook of theory and research for the sociology of education* (pp. 241-258).
- Çakır, V., & Demirel, D. (2019). A student-oriented study: Analyzing the relationship between happiness and satisfaction with life. *Journal of Educational Issues*, 5(1). DOI:10.5296/jei.v5i1.14661
- Carrillo-Álvarez, E., Villalonga-Olives, E., Riera-Romaní, J., & Kawachi, I. (2019). Development and validation of a questionnaire to measure family social capital. *SSM- Population Health*, 8, 100453. <https://doi.org/10.1016/j.ssmph.2019.100453>
- Cheng, W., Song, W., Ye, C., & Wang, Z. (2022). Family Networks, Social Networks, and Life Satisfaction of Older Adults in China. *Healthcare*, 10. <https://doi.org/10.3390/healthcare10081568>

- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310-357. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.98.2.310>
- Coleman, J. S. (1988). Social capital in the creation of human capital. *American Journal of Sociology*, 94, S95-S120. <https://www.jstor.org/stable/2780243>
- Crosnoe, R. (2004). Social Capital and the Interplay of Families and Schools. *Journal of Marriage and Family*, 66, 267-280. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2004.00019.x>
- Elkin, N., Mohammed, A., Kılınçel, Ş., Soydan, A., Tanrıver, S., Çelik, Ş., & Ranganathan, M. (2025). Mental health literacy and happiness among university students: a social work perspective to promoting well-being. *Frontiers in Psychiatry*, 16. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2025.1541316>
- Flynn, D. M., & MacLeod, S. (2015). Determinants of happiness in undergraduate university students. *College Student Journal*, 49(3).
- Fukuyama, F. (2001). *Social Capital, Civil Society and Development*. Third World Quarterly, 22(1), 7-20. DOI:10.1080/01436590020022547
- Hiền Thu, Bảo Thanh, Phùng Nguyên, Thanh Chương. (2024). *Chỉ số hạnh phúc & khát vọng xây dựng quốc gia hạnh phúc*. Báo Nhân Dân. <https://nhandan.vn/special/chi-so-hanh-phuc-khat-vong-xay-dung-quoc-gia-hanh-phuc/index.html>
- Hills, P., & Argyle, M. (2002). The Oxford Happiness Questionnaire: a compact scale for the measurement of psychological well-being. *Personality and Individual Differences*, 33, 1073-1082. [https://doi.org/10.1016/s0191-8869\(01\)00213-6](https://doi.org/10.1016/s0191-8869(01)00213-6)
- Izzo F, Baiocco R, Pistella J. Children's and Adolescents' Happiness and Family Functioning: A Systematic Literature Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(24):16593. doi: 10.3390/ijerph192416593.
- Jiang, Y., Lu, C., Chen, J., Miao, Y., Li, Y., & Deng, Q. (2022). Happiness in university students: Personal, familial, and social factors: A cross-sectional questionnaire survey. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(8). DOI: 10.3390/ijerph19084713
- Kareem, A., Khawar, R., & Maryam, R. (2023). Family Support as Predictor of life Satisfaction and Happiness in Pakistani Adolescents. *Journal of Development and Social Sciences*, 4(2), 539–546. [https://doi.org/10.47205/jdss.2023\(4-II\)48](https://doi.org/10.47205/jdss.2023(4-II)48)
- Liang, C., & Sun, J. (2022). A study of the happiness of Chinese university students and its influencing factors: A case study of Beijing universities. *Sustainability*, 14(23). <https://doi.org/10.3390/su142316057>
- Lin, N. (2001). *Social Capital: A Theory of Social Structure and Action*. Cambridge: Cambridge University Press.x
- Nguyễn Lê Hoàng Thụy Tô Quyên (2016). Tổng quan về lý thuyết và khung đo lường vốn xã hội. *Tạp chí khoa học trường Đại học Mở Thành phố Hồ Chí Minh*, 11(1), tr. 78-87.
- Nguyễn Ngọc Sơn và Vũ Thị Thu Phương (2019). Nghiên cứu hệ tiêu chí đo lường vốn xã hội ở Việt Nam. *Tạp chí Khoa học xã hội Việt Nam*, 4/2019.
- Nunnally, J. C., & Bernstein, I. H. (1994). *Psychometric theory* (3rd ed.). New York: McGraw-Hill.
- Okur, S., Ümmet, D., Satıcı, S., & Kütük, H. (2025). Relations among family communication, cognitive flexibility, and happiness in Turkish adults: A longitudinal mediation model. *Current Psychology*, 44, 1467–1477. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-07224-6>
- Portela, M., Neira, I., & Salinas-Jiménez, M. (2012). Social Capital and Subjective Wellbeing in Europe: A New Approach on Social Capital. *Social Indicators Research*, 114, 493 - 511. <https://doi.org/10.1007/s11205-012-0158-x>
- Portes, Alejandro. (1998). Social Capital: Its Origins and Applications in Modern Sociology. *Annual Review of Sociology*, 24. 1-24. 10.1146/annurev.soc.24.1.1.

- Putnam, R. D. (2000). *Bowling Alone: The Collapse and Revival of American Community*. New York, etc: Simon & Schuster.
- Ross, T. X., & Doty, J. (2023). Mediating Effect of Social Self-Efficacy and Self-Blame on the Longitudinal Relationship Between Perceived Parent-Child Trust and Youth Mental Health. *The Journal of Early Adolescence*, 44, 961 - 990. <https://doi.org/10.1177/02724316231215784>
- Tsoutsis, V., & Dikeos, D. (2024). Family Functioning and Cohesion Scale: Validation of a Short Instrument for the Assessment of Intrafamily Relations. *Behavioral Sciences*, 14. <https://doi.org/10.3390/bs14100969>
- Tuominen, M., & Haanpää, L. (2021). Young People's Well-Being and the Association with Social Capital, i.e. Social Networks, Trust and Reciprocity. *Social Indicators Research*, 159, 617 - 645. <https://doi.org/10.1007/s11205-021-02762-z>
- United Nation (2012), Resolution adopted by the General Assembly on 28 June 2012. <https://docs.un.org/en/A/RES/66/281>
- Yamane, T. (1967). *Statistics: An Introductory Analysis* (2nd ed.). New York: Harper & Row.