

NHẬN THỨC VỀ XUNG ĐỘT GIỮA CHA MẸ VÀ XU HƯỚNG GẮN BÓ LO ÂU, GẮN BÓ NÉ TRÁNH TRONG MỐI QUAN HỆ LÃNG MẠN CỦA THANH NIÊN

Trần Hà Thu, Vũ Hoàng Tùng*, Lê Gia Khánh, Đặng Thảo Nguyên, Phạm Nguyên Hạnh, Phùng Thị Thu Thủy

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

Tác giả liên hệ: vtung3457@icloud.com.

Tóm tắt: Nghiên cứu này xem xét mối liên hệ giữa nhận thức của thanh niên về xung đột giữa cha mẹ với hai xu hướng gắn bó lo âu và gắn bó né tránh trong mối quan hệ lãng mạn. Mẫu nghiên cứu gồm 200 thanh niên đang sinh sống tại Hà Nội (độ tuổi trung bình là 19,55 tuổi) đang trong một mối quan hệ lãng mạn. Nghiên cứu sử dụng thang đo Nhận thức của con cái về xung đột giữa cha mẹ - Children's Perception of Interparental Conflict Scale (CPIC) và phiên bản rút gọn của thang đo Trải nghiệm trong các mối quan hệ gần gũi - Experience in Close Relationships Scale Short Form (ECR - S). Kết quả nghiên cứu cho thấy đặc tính xung đột dự báo sự gia tăng gắn bó né tránh, cảm nhận đe dọa và sự tự đổ lỗi dự báo sự tăng lên của gắn bó lo âu trong mối quan hệ lãng mạn của thanh niên.

Từ khóa: Xung đột giữa cha mẹ; Nhận thức về xung đột giữa cha mẹ; Gắn bó; Gắn bó né tránh; Gắn bó lo âu; Mối quan hệ lãng mạn; Thanh niên.

Ngày nhận bài: 19/3/2026; Gửi phản biện: 20/3/2026; Ngày duyệt đăng bài: 11/5/2026.

1. Đặt vấn đề

Những trải nghiệm gia đình đặc biệt có ý nghĩa khi cá nhân bước vào giai đoạn thanh niên (18 - 25 tuổi), thời điểm mà việc thiết lập các mối quan hệ lãng mạn trở thành một nhiệm vụ quan trọng. Những thanh niên từng phải chịu đựng xung đột giữa cha mẹ khi còn nhỏ có xu hướng hình thành thái độ tiêu cực đối với các mối quan hệ giữa cá nhân, từ đó gặp khó khăn trong các mối quan hệ tình cảm (Cui và cộng sự, 2008). Các nghiên cứu cho thấy nhận thức về xung đột giữa cha mẹ có liên quan đến nhiều kết quả bất lợi về tâm lý, như mất an toàn cảm xúc (Lux và Walper, 2019), giảm mức độ chia sẻ và bộc lộ bản thân trong các mối quan hệ tình cảm, cũng như mức độ thiếu tin tưởng, phụ thuộc quá mức và nhu cầu được chấp nhận cao (Feeney, 1999; Sprague và Kinney, 1997). Cusimano và Riggs (2013) phát hiện rằng xung đột giữa cha mẹ có thể làm gia tăng mức độ gắn bó không an toàn theo hai xu hướng lo âu và né tránh, biểu hiện ở nỗi lo bị từ chối hoặc sự thiếu tin tưởng vào người khác, đồng thời thúc đẩy việc sử dụng các chiến lược điều chỉnh cảm xúc kém thích nghi, từ đó ảnh hưởng tiêu cực đến mức độ hài lòng và sự ổn định của các mối quan hệ lãng mạn.

Nhận thức về xung đột giữa cha mẹ được hiểu là cách cá nhân diễn giải, đánh giá và gán ý nghĩa cho các tương tác xung đột giữa cha mẹ, bao gồm cách họ nhận định về đặc điểm của xung đột, mức độ đe dọa mà xung đột có thể gây ra cũng như vai trò của bản thân trong những sự kiện đó (Grych và Fincham, 1990; Grych và cộng sự, 1992). Trên cơ sở cách tiếp cận này, Grych và cộng sự (1992) đã phát triển thang đo Nhận thức của con về xung đột giữa cha mẹ - Children's Perception of Interparental Conflict (CPIC) bao gồm ba chiều kích chính: Đặc tính xung đột (conflict properties), cảm nhận về mối đe dọa (perceived threat) và tự đổ lỗi (self-blame).

Trong khi đó, lý thuyết gắn bó cho rằng hành vi gắn bó là đặc trưng của con người trong suốt cuộc đời, “từ khi sinh ra cho đến khi qua đời” (Bowlby, 1969). Do đó, mỗi quan hệ lãng mạn ở người trưởng thành có thể được hiểu như một quá trình gắn bó hình thành sự gắn kết tình cảm đôi lứa. Mỗi quan hệ lãng mạn là một hình thức quan hệ xã hội đặc thù, được định nghĩa bởi sự gắn kết cảm xúc sâu sắc, tình cảm yêu thương, sự gần gũi cả về thể chất lẫn tinh thần, đồng thời đi kèm với mong muốn duy trì sự bền vững của mối quan hệ (Feeney và Noller, 1996; Hazan và Shaver, 1988). Theo Wei và cộng sự (2007), hai xu hướng gắn bó lo âu và né tránh phản ánh những khác biệt quan trọng trong cách cá nhân trải nghiệm và điều chỉnh các mối quan hệ thân mật. Cụ thể, những người có mức né tránh cao thường cảm thấy khó chịu với sự gần gũi và phụ thuộc, có xu hướng duy trì khoảng cách cảm xúc, đề cao tính tự lực và hạn chế chia sẻ với người khác. Họ cũng có thể sử dụng các chiến lược phòng vệ nhằm bảo vệ bản thân trước các mối đe dọa trong các mối quan hệ. Ngược lại, những người có mức lo âu cao thường lo sợ về sự ổn định của mối quan hệ và mức độ sẵn sàng của bạn đời, thể hiện qua nhu cầu được trấn an, tìm kiếm sự gần gũi và nhạy cảm với các tín hiệu trong tương tác. Khi cả hai chiều lo âu và né tránh đều ở mức thấp, cá nhân thường được xem là có gắn bó an toàn. Mô hình hai chiều liên tục này được chứng minh phù hợp dữ liệu hơn so với các phân loại rời rạc và giúp phản ánh tốt hơn sự khác biệt cá nhân (Fraley, 2002). Trên cơ sở đó, việc sử dụng thang đo ECR trong nghiên cứu của Cusimano và Riggs (2013) được xem là phù hợp, vừa đảm bảo độ nhạy đo lường, vừa khắc phục hạn chế của cách tiếp cận phân loại.

Một số nghiên cứu gần đây đã cho thấy nhận thức chủ quan của con cái về xung đột giữa cha mẹ có thể cản trở sự hình thành gắn bó an toàn trong mối quan hệ lãng mạn (Tolmacz và cộng sự, 2022). Nghiên cứu của Cusimano và Riggs (2013) cho thấy những khía cạnh trong nhận thức về xung đột giữa cha mẹ có liên quan khác nhau đến các xu hướng gắn bó. Cụ thể, cảm nhận về mối đe dọa từ xung đột giữa cha mẹ có tương quan thuận chiều với mức độ gắn bó không an toàn, trong khi xu hướng tự do lỗi lại có liên hệ với gắn bó né tránh. Đặc tính xung đột bao gồm tần suất và cường độ xung đột giữa cha mẹ có liên hệ với gắn bó né tránh, mức độ căng thẳng của môi trường gia đình và liên hệ với mức độ bất an tổng thể trong các mối quan hệ lãng mạn của thanh niên (Cusimano và Riggs 2013).

Để giải thích về cơ chế tác động của xung đột giữa cha mẹ và xu hướng gắn bó của cá nhân trong mối quan hệ lãng mạn, một số lý thuyết quan trọng đã được các nghiên cứu ủng hộ. Theo Thuyết An toàn cảm xúc, tính phản ứng cảm xúc của trẻ là thành phần quá trình đầu tiên của trạng thái bất an cảm xúc (Davies và Cummings, 1994). Xung đột giữa cha mẹ được giả định sẽ kích hoạt mức độ căng thẳng cảm xúc và rối loạn cảm xúc cao hơn ở trẻ. Trong Mô hình Nhận thức - Bối cảnh, cảm xúc của trẻ được cho là tham gia vào việc đánh giá ý nghĩa của xung đột và định hướng hành vi tiếp theo của trẻ (Tolmacz và cộng sự, 2022).

Tại Việt Nam, các nghiên cứu tập trung nhiều vào phân tích kiểu gắn bó trong mối quan hệ lãng mạn (Nguyễn Huỳnh Quốc Việt và cộng sự (2021), gắn bó với cha mẹ và bạn bè đồng trang lứa ((Phạm Tiến Sỹ, 2023, 2025). Một số nghiên cứu khác tập trung vào xung đột trực tiếp giữa cha mẹ và con cái chứ không phải nhận thức của con cái về xung đột giữa cha mẹ (Nguyễn Trần Thiên Lam và cộng sự, 2025; Nguyễn Thị Hồng Hạnh, 2023; Trần Lý Ngọc Thanh, 2019). Bên cạnh đó, các báo cáo trong bối cảnh Việt Nam cũng gợi ý rằng những biến đổi xã hội và đặc điểm văn hóa có thể ảnh hưởng đến cách trẻ và thanh thiếu niên trải nghiệm môi trường gia đình, bao gồm cả các tình huống xung đột (UNICEF, 2019).

Về vai trò điều tiết của giới tính, các nghiên cứu đang tồn tại những ý kiến trái chiều. Một số nghiên cứu cho rằng giới tính thay đổi đáng kể cách cá nhân phản ứng với xung đột giữa cha mẹ, dẫn đến các xu hướng gắn bó khác nhau: nam thanh niên thường hạn chế bộc lộ cảm xúc, rút lui và phát triển gắn bó né tránh cao hơn, trong khi nữ thanh niên lại tăng sự nhạy cảm, nhu cầu kết nối và dễ dẫn đến gắn bó lo âu (Dadds và cộng sự, 1999; Davies và Lindsay, 2001, 2004; Simon, Kobielski và Martin, 2008; Del Giudice, 2019). Ngược lại, theo Thuyết An toàn Cảm xúc của Davies và Cummings (1994), Davies và Martin (2013), việc mất an toàn cảm xúc trước xung đột cha mẹ là một nhu cầu phát triển phổ quát, không phụ thuộc vào giới tính, nên tác động đến gắn bó không an toàn sẽ diễn ra tương tự ở cả nam và nữ. Sự tồn tại của các lập luận lý thuyết khác nhau này cho thấy vai trò của giới tính vẫn chưa được làm rõ một cách nhất quán trong các nghiên cứu thực tiễn.

Điều này cho thấy khoảng trống trong nghiên cứu nhận thức về xung đột giữa cha mẹ với các xu hướng gắn bó trong mối quan hệ lãng mạn ở thanh niên nói chung và thanh niên Việt Nam nói riêng, cũng như vai trò của biến số giới tính trong mối tương tác này. Từ đó, nghiên cứu tập trung trả lời hai câu hỏi sau: (1) Nhận thức của thanh niên về xung đột giữa cha mẹ có mối liên hệ như thế nào với gắn bó lo âu và gắn bó né tránh trong mối quan hệ lãng mạn; (2) Giới tính có vai trò điều tiết như thế nào trong mối liên hệ giữa nhận thức về xung đột giữa cha mẹ và hai chiều hướng gắn bó lo âu và né tránh? Kết quả nghiên cứu góp phần làm rõ vai trò của trải nghiệm gia đình trong sự hình thành các khuôn mẫu gắn bó trong mối quan hệ lãng mạn ở thanh niên trong bối cảnh văn hóa Việt Nam.

2. Mẫu và phương pháp nghiên cứu

2.1. Mẫu nghiên cứu

Mẫu nghiên cứu được lựa chọn là thanh niên từ 18 - 25 tuổi đang sinh sống trên địa bàn thành phố Hà Nội và đang trong một mối quan hệ lãng mạn từ 03 tháng trở lên. Mẫu nghiên cứu được thu thập bằng phương pháp chọn mẫu thuận tiện. Sau khi sàng lọc các bảng hỏi không hoàn chỉnh, 200 bảng hỏi hợp lệ được sử dụng cho các bước phân tích số liệu.

Trong tổng số khách thể có 73 nam (chiếm 36,5%), 126 nữ (chiếm 63%), 1 người không nêu giới tính (chiếm 0,5%). Độ tuổi trung bình của khách thể là 19,55 tuổi. Đối với các phân tích kiểm định vai trò điều tiết của giới tính, trường hợp không cung cấp thông tin giới tính được loại khỏi các phân tích liên quan. Các khách thể tham gia nghiên cứu đều được thông báo về mục đích của khảo sát và tự nguyện tham gia trả lời bảng hỏi.

2.2. Công cụ nghiên cứu

Các công cụ đo lường được sử dụng trong nghiên cứu gồm:

Thang đo Nhận thức của con về xung đột giữa cha mẹ - Children's Perception of Interparental Conflict Scale (CPIC) do Grych, Seid và Fincham (1992) phát triển để đánh giá nhận thức của cá nhân về xung đột giữa cha mẹ. Nghiên cứu sử dụng phiên bản rút gọn 36 items (CPIC - 36), bao gồm 9 tiểu thang đo lường 3 chiều cạnh sau: đặc tính xung đột (tần suất, cường độ, sự giải quyết xung đột, tính dai dẳng); cảm nhận về môi đe dọa (cảm nhận đe dọa, hiệu quả ứng phó, sự lôi kéo) và tự đổ lỗi (nội dung xung đột, tự đổ lỗi). Các mục hỏi được tính điểm theo thang Likert 3 mức: 0 điểm - Không đúng, 1 điểm - Tương đối đúng - và 2 điểm - Đúng. Trong nghiên cứu này, khách thể được yêu cầu hồi tưởng và đánh giá trải nghiệm xung đột giữa cha mẹ trong giai đoạn từ 10 đến 17 tuổi.

Thang đo Trải nghiệm trong các mối quan hệ gần gũi - Experience in Close Relationships Scale Short Form (ECR - S) do Wei và cộng sự (2007) phát triển là một công cụ tự báo cáo gồm 12 item, được sử dụng để đánh giá hai xu hướng gắn bó của người trưởng thành trong các mối quan hệ lãng mạn, bao gồm gắn bó lo âu và gắn bó né tránh. Trong đó, có 3 item (item 1, 5, 9) là những mệnh đề ngược chiều. Các mục hỏi được tính điểm theo thang Likert 7 mức độ: 1 - Hoàn toàn không đồng ý, 2 - Hầu như không đồng ý, 3 - Khá không đồng ý, 4 - Trung lập/ Không ý kiến, 5 - Khá đồng ý, 6 - Hầu như đồng ý, 7 - Hoàn toàn đồng ý. Điểm số cao hơn phản ánh mức độ gắn bó lo âu hoặc gắn bó né tránh cao hơn trong mối quan hệ lãng mạn.

Kết quả kiểm định hai thang đo và các tiểu thang đo có hệ số Alpha của Cronbach dao động từ 0,64 đến 0,89 đạt độ tin cậy từ mức chấp nhận được đến tốt, phù hợp để sử dụng trong các phân tích tiếp theo.

Ngoài ra, bảng hỏi thu thập một số đặc điểm nhân khẩu của khách thể như: giới tính, lứa tuổi, trình độ học vấn.

2.3. Xử lý số liệu

Nghiên cứu thực hiện ba kỹ thuật thống kê chính để phân tích dữ liệu định lượng là phân tích tương quan Pearson, phân tích hồi quy tuyến tính (Linear Regression) để kiểm định khả năng dự báo của các biến độc lập lên biến phụ thuộc và mô hình tuyến tính tổng quát. Trước khi thực hiện các phân tích, các giả định của mô hình hồi quy được kiểm tra, bao gồm tính tuyến tính, phân phối chuẩn của phần dư, tính đồng nhất phương sai (homoscedasticity) và hiện tượng đa cộng tuyến. Kết quả kiểm định cho thấy các giả định này đều được đáp ứng, cho phép tiếp tục thực hiện các phân tích thống kê tiếp theo.

3. Kết quả nghiên cứu

3.1. Mối tương quan giữa nhận thức về xung đột giữa cha mẹ với gắn bó lo âu và gắn bó né tránh trong mối quan hệ lãng mạn của thanh niên

Kết quả nghiên cứu cho thấy khía cạnh đặc tính xung đột có mối tương quan thuận chiều đạt ý nghĩa thống kê ở mức yếu với gắn bó né tránh ($r = 0,22$; $p < 0,05$). Điều này cho thấy nhận thức của thanh niên về mức độ xung đột giữa cha mẹ càng cao thì xu hướng gắn bó né tránh trong mối quan hệ lãng mạn ở thanh niên có xu hướng tăng lên. Tiếp theo, cảm nhận về mối đe dọa trong xung đột giữa cha mẹ và tự đổ lỗi đều có mối tương quan thuận chiều có ý nghĩa thống kê với gắn bó lo âu, lần lượt ở mức trung bình ($r = 0,39$; $p < 0,01$) và mức yếu ($r = 0,15$; $p < 0,05$).

Bảng 1: Hệ số tương quan giữa các khía cạnh trong nhận thức về xung đột giữa cha mẹ và hai xu hướng gắn bó lo âu - gắn bó né tránh ($N=200$)

Biến số	Gắn bó lo âu	Gắn bó né tránh
Đặc tính xung đột	0,07	0,22*
Cảm nhận về mối đe dọa	0,39**	-0,03
Tự đổ lỗi	0,15*	0,13

Ghi chú: * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$.

Tuy nhiên, nhận thức về đặc tính xung đột giữa cha mẹ không có tương quan có ý nghĩa thống kê với gắn bó lo âu ($r = 0,07$; $p > 0,05$). Cảm nhận về mối đe dọa và tự đổ lỗi thì không có mối tương quan với gắn bó né tránh ($r = -0,03$; $p > 0,05$ và $r = 0,13$; $p > 0,05$).

Kết quả phân tích tương quan bước đầu cho thấy mối liên hệ giữa các biến có thể được lý giải trong khuôn khổ các lý thuyết về xung đột giữa cha mẹ và phát triển cảm xúc cá nhân. Theo mô hình Nhận thức - Bối cảnh (Grych và Fincham, 1990), tác động của xung đột không chỉ phụ thuộc vào mức độ mà còn vào cách cá nhân diễn giải, trong đó các đặc tính như tần suất, cường độ và tính kéo dài phản ánh mức độ tiếp xúc với môi trường gia đình căng thẳng. Những trải nghiệm này có thể thúc đẩy các chiến lược điều chỉnh cảm xúc nhằm giảm thiểu tác động tiêu cực. Từ góc độ Thuyết An toàn Cảm xúc (Davies và Cummings, 1994), xung đột kéo dài có thể làm suy giảm cảm giác an toàn, từ đó dẫn đến các chiến lược phòng vệ như tách biệt hoặc vô hiệu hóa cảm xúc, góp phần hình thành xu hướng duy trì khoảng cách trong các mối quan hệ thân mật, tương ứng với gắn bó né tránh (Bowlby, 1988).

Bên cạnh đó, theo Mô hình Nhận thức - Bối cảnh về xung đột giữa cha mẹ, tác động của xung đột giữa cha mẹ đối với con cái thường được hiểu thông qua các quá trình đánh giá, nhận thức chủ quan và cảm giác an toàn cảm xúc của cá nhân (Grych và Fincham, 1990; Davies và Cummings, 1994). Khi xung đột giữa cha mẹ được cá nhân diễn giải theo hướng đe dọa hoặc cá nhân cảm thấy bản thân có trách nhiệm đối với xung đột, điều này có thể làm gia tăng cảm giác bất an về sự ổn định của các mối quan hệ. Trong bối cảnh các mối quan hệ lãng mạn ở giai đoạn trưởng thành, những phản ứng bất an này có thể biểu hiện dưới dạng xu hướng gắn bó lo âu và nỗi lo thường trực về khả năng bị bỏ rơi trong mối quan hệ tình cảm. Điều này góp phần lý giải tại sao trong nghiên cứu hiện tại, cảm nhận về mối đe dọa và sự tự đổ lỗi đều có tương quan với gắn bó lo âu trong mối quan hệ lãng mạn.

Những kết quả trên trong nghiên cứu của chúng tôi có phần tương đồng với nghiên cứu của Cusimano và Riggs (2013) trên nhóm khách thể thanh niên và thang đo tương tự. Sử dụng phiên bản thang đo CPIC (được tính điểm tỷ lệ nghịch) với 48-item và phiên bản ECR 36-item, nghiên cứu của Cusimano và Riggs (2013) cũng báo cáo rằng đặc tính xung đột chỉ có tương quan dương với gắn bó né tránh ở mức thấp nhưng không có mối liên hệ với gắn bó lo âu. Trong khi nghiên cứu hiện tại sử dụng các phiên bản rút gọn (CPIC 36 mục và ECR 12 mục), việc quan sát được mô hình kết quả tương tự vẫn cho thấy các phiên bản rút gọn vẫn duy trì được cấu trúc liên hệ lý thuyết cốt lõi giữa nhận thức về xung đột giữa cha mẹ và gắn bó không an toàn. Ngoài ra, một số nghiên cứu khác cũng ủng hộ kết quả nghiên cứu hiện tại, khi nhận thấy việc tiếp xúc với xung đột giữa cha mẹ có thể liên hệ với những khó khăn trong sự thân mật và sự ổn định của các mối quan hệ lãng mạn khi con cái bước vào giai đoạn thanh niên, bao gồm cả những biểu hiện của gắn bó không an toàn trong quan hệ thân mật (Cui và Fincham, 2010).

Tuy nhiên, kết quả nghiên cứu hiện tại có một số điểm khác biệt so với nghiên cứu của Cusimano và Riggs (2013). Nếu như Cusimano và Riggs (2013) phát hiện ra rằng cảm nhận về sự đe dọa có tương quan thuận chiều với cả gắn bó lo âu và gắn bó né tránh thì nghiên cứu hiện tại báo cáo cảm nhận về mối đe dọa chỉ có mối tương quan có ý nghĩa thống kê với gắn bó lo âu và không có mối liên hệ với gắn bó né tránh. Sự khác biệt về kết quả giữa hai nghiên cứu có thể bắt nguồn từ thiết kế thu thập dữ liệu và công cụ đo lường. Thay vì đánh giá chung về trải nghiệm thời thơ ấu như Cusimano và Riggs (2013), nghiên

cứu này khoanh vùng cụ thể giai đoạn 10 - 17 tuổi, giúp người tham gia tập trung hồi tưởng chính xác hơn các đánh giá nhận thức cá nhân trong một bối cảnh phát triển nhất định. Bên cạnh đó, việc sử dụng các phiên bản khác nhau của thang đo CPIC và ECR cũng có thể làm thay đổi trọng tâm của từng khía cạnh nhận thức, từ đó tạo ra sự biến thiên về cường độ của các mối liên hệ thống kê được quan sát.

Ở một hướng diễn giải khác, một số nghiên cứu cho thấy những đánh giá mang tính đe dọa hoặc bất an trong bối cảnh xung đột gia đình có thể liên hệ với các biểu hiện lo âu trong quan hệ tình cảm. Rhoades và Stanley (2012) ghi nhận rằng trải nghiệm tiêu cực trong mối quan hệ của cha mẹ có thể dự báo sự bất ổn và lo âu trong các mối quan hệ lãng mạn của con cái khi trưởng thành. Tuy nhiên, các kết quả quốc tế vẫn chưa hoàn toàn thống nhất về việc các trải nghiệm này có liên hệ đồng thời với cả hai chiều gắn bó hay không. Kết quả của nghiên cứu hiện tại cho thấy một mô hình chọn lọc hơn, khi cảm nhận về mối đe dọa và xu hướng tự đổ lỗi chỉ có mối liên hệ với gắn bó lo âu nhưng không có mối liên hệ với gắn bó né tránh.

3.2. Mức độ dự báo của nhận thức xung đột giữa cha mẹ đối với gắn bó lo âu và gắn bó né tránh trong mối quan hệ lãng mạn của thanh niên

Nhằm làm rõ hơn mối liên hệ giữa hai biến số trong mô hình nghiên cứu, nghiên cứu tiếp tục tiến hành phân tích hồi quy tuyến tính đơn nhằm xác định mức độ dự báo của các khía cạnh nhận thức về xung đột giữa cha mẹ lên sự thay đổi xu hướng gắn bó lo âu và né tránh trong mối quan hệ lãng mạn của thanh niên.

Bảng 2: Hệ số hồi quy dự báo các khía cạnh trong nhận thức về xung đột giữa cha mẹ và hai xu hướng gắn bó lo âu - gắn bó né tránh ($N=200$)

Biến độc lập	Biến phụ thuộc	R²	B	SE	β	t	p
Đặc tính xung đột	Gắn bó né tránh	0,048	0,53	0,17	0,22	3,15	0,002
Cảm nhận về mối đe dọa	Gắn bó lo âu	0,152	0,94	0,16	0,39	5,97	<0,001
Tự đổ lỗi	Gắn bó lo âu	0,022	0,40	0,19	0,15	2,13	0,034

Kết quả phân tích hồi quy (bảng 2) cho thấy một số khía cạnh trong nhận thức về xung đột giữa cha mẹ có khả năng dự báo sự gia tăng gắn bó lo âu và gắn bó né tránh trong mối quan hệ lãng mạn của thanh niên. Các hệ số trong bảng được trích xuất từ các mô hình hồi quy độc lập, do đó mỗi biến độc lập được xem xét riêng đối với từng biến phụ thuộc.

Trước tiên, nhận thức về đặc tính xung đột giữa cha mẹ dự báo có ý nghĩa thống kê đối với gắn bó né tránh ($p = 0,002$). Mô hình hồi quy này giải thích được 4,8% phương sai của gắn bó né tránh ($R^2 = 0,048$). Hệ số hồi quy chưa chuẩn hóa $B = 0,53$ cho thấy khi điểm số nhận thức về đặc tính xung đột tăng 1 đơn vị, điểm số gắn bó né tránh tăng 0,53 đơn vị. Như vậy, khi mức độ đặc tính xung đột được nhận thức cao hơn thì mức độ gắn bó né tránh trong mối quan hệ lãng mạn cũng có xu hướng cao hơn.

Kết quả phân tích cho thấy cảm nhận về mối đe dọa là yếu tố dự báo thuận chiều mạnh nhất và mang ý nghĩa thống kê đối với gắn bó lo âu, giải thích được 15,2% sự biến thiên của biến số này ($\beta = 0,39$; $p < 0,001$; $R^2 = 0,152$). Hệ số B = 0,94 có nghĩa rằng khi điểm số cảm nhận về mối đe dọa tăng lên 1 đơn vị, điểm số gắn bó lo âu tăng lên 0,941 đơn vị. Điều này cho thấy khi thanh niên càng cảm nhận xung đột giữa cha mẹ như một mối đe dọa đối với sự ổn định của gia đình, họ càng có xu hướng biểu hiện các đặc điểm của gắn bó lo âu trong mối quan hệ lãng mạn.

Tương tự, yếu tố tự đổ lỗi cũng thể hiện vai trò dự báo có ý nghĩa đối với gắn bó lo âu, mặc dù ở mức độ khiêm tốn hơn, giải thích 2,2% sự biến thiên của biến số này ($\beta = 0,15$; $p = 0,034$; $R^2 = 0,022$). Cụ thể với hệ số B bằng 0,40, có thể thấy khi điểm số tự đổ lỗi tăng 1 đơn vị, điểm số gắn bó lo âu cũng sẽ tăng 0,40 đơn vị.

Kết quả phân tích hồi quy của nghiên cứu hiện tại cũng phù hợp với xu hướng được ghi nhận trong một số nghiên cứu trước đây về mối liên hệ giữa xung đột giữa cha mẹ và sự bất an trong các mối quan hệ thân mật. Nghiên cứu của Amato và Booth (2001) cho thấy những cá nhân lớn lên trong bối cảnh xung đột giữa cha mẹ có xu hướng gặp nhiều khó khăn hơn trong việc hình thành và duy trì các mối quan hệ lãng mạn khi trưởng thành. Ngoài ra, một số nghiên cứu theo chiều dọc cũng ghi nhận rằng trải nghiệm xung đột giữa cha mẹ trong giai đoạn vị thành niên có thể dự báo những khó khăn trong các mối quan hệ lãng mạn ở giai đoạn sau. Tương tự, các phân tích của Lansford (2009) cũng chỉ ra rằng mức độ xung đột trong gia đình có liên hệ với những khó khăn trong điều chỉnh cảm xúc và quan hệ thân mật ở giai đoạn thanh niên từ 18 - 25 tuổi. Mặc dù các nghiên cứu này sử dụng những chỉ số đo lường khác nhau đối với xung đột giữa cha mẹ hoặc kết quả quan hệ (ví dụ như chất lượng quan hệ hoặc điều chỉnh cảm xúc trong các mối quan hệ), các kết quả nhìn chung vẫn cho thấy xu hướng tương đồng: trải nghiệm xung đột giữa cha mẹ có thể liên quan đến sự hình thành các khuynh hướng bất an trong các mối quan hệ gần gũi sau này. Trong bối cảnh đó, kết quả hồi quy của nghiên cứu hiện tại đặc biệt là vai trò dự báo về cảm nhận về mối đe dọa đối với gắn bó lo âu có thể được xem là một biểu hiện cụ thể của xu hướng chung này khi hiện tượng được tiếp cận thông qua khung đo lường nhận thức về xung đột giữa cha mẹ.

Một điểm đáng chú ý trong kết quả hồi quy của nghiên cứu hiện tại là cảm nhận về mối đe dọa thể hiện khả năng dự báo mạnh nhất đối với gắn bó lo âu so với các khía cạnh nhận thức khác của xung đột giữa cha mẹ ($\beta = 0,39$). Kết quả này gợi ý rằng không chỉ bản thân sự tồn tại của xung đột giữa cha mẹ, mà cách thanh niên diễn giải và đánh giá mức độ đe dọa của xung đột đối với sự ổn định của gia đình mới là yếu tố quan trọng trong việc hình thành các khuynh hướng gắn bó không an toàn trong các mối quan hệ lãng mạn. Nói cách khác, cùng một mức độ xung đột gia đình, những cá nhân cảm nhận xung đột đó như một mối đe dọa lớn hơn đối với bản thân hoặc đối với sự gắn kết của gia đình có thể dễ phát triển các khuynh hướng lo âu và bất ổn trong các mối quan hệ tình cảm sau này. Kết quả này phù hợp với một số nghiên cứu trước đây cho thấy các đánh giá nhận thức về xung đột giữa cha mẹ, đặc biệt là cảm nhận về sự đe dọa, có liên hệ chặt chẽ với các phản ứng cảm xúc tiêu cực và khó khăn trong điều chỉnh quan hệ thân mật của con cái khi trưởng thành (Grych, Fincham, Jouriles và McDonald, 2000; Davies và Lindsay, 2004).

Kết quả trên phù hợp với quan điểm của Thuyết An toàn cảm xúc. Khi trẻ em hoặc thanh thiếu niên chứng kiến xung đột giữa cha mẹ, điều quan trọng không chỉ là mức độ xung đột mà còn là việc xung đột đó có được diễn giải như một mối đe dọa đối với sự an

toàn cảm xúc của cá nhân hay không. Khi xung đột gia đình được trải nghiệm như một mối đe dọa đối với sự ổn định của hệ thống gia đình, cá nhân có thể phát triển các chiến lược điều chỉnh cảm xúc và quan hệ mang tính phòng vệ nhằm bảo vệ cảm giác an toàn của mình (Davies và Cummings, 1994; Davies và Martin, 2013). Những chiến lược này có thể biểu hiện dưới dạng các khuynh hướng lo âu, nhạy cảm quá mức với nguy cơ mất kết nối hoặc bị từ chối trong các mối quan hệ thân mật khi trưởng thành. Do đó, việc cảm nhận xung đột giữa cha mẹ như một mối đe dọa có thể được xem là một cơ chế tâm lý quan trọng liên kết trải nghiệm xung đột gia đình với sự hình thành các khuynh hướng gắn bó lo âu trong các mối quan hệ tình cảm lãng mạn sau này.

3.3. Vai trò điều tiết của giới tính trong mối liên hệ giữa nhận thức về xung đột giữa cha mẹ với gắn bó lo âu và gắn bó né tránh

Nghiên cứu không tìm thấy bằng chứng về vai trò điều tiết của giới tính trong mối quan hệ giữa nhận thức về xung đột giữa cha mẹ với gắn bó lo âu và gắn bó né tránh. Cụ thể, đối với khía cạnh gắn bó lo âu, hiệu ứng tương tác giữa giới tính và các khía cạnh nhận thức về xung đột giữa cha mẹ đều không đạt ngưỡng ý nghĩa thống kê: Đặc tính xung đột ($B = -0,28$; $p = 0,477$), Cảm nhận về mối đe dọa ($B = -0,09$; $p = 0,784$) và Tự đổ lỗi ($B = 0,54$; $p = 0,159$). Tương tự đối với khía cạnh gắn bó né tránh, các hệ số tương tác cũng cho kết quả không có ý nghĩa: Đặc tính xung đột ($B = -0,17$; $p = 0,646$), Cảm nhận về mối đe dọa ($B = 0,23$; $p = 0,498$) và Tự đổ lỗi ($B = 0,02$; $p = 0,966$). Kết quả trên chứng minh rằng mối liên hệ giữa nhận thức về xung đột giữa cha mẹ và hai chiều cạnh gắn bó lo âu và né tránh không có sự khác biệt theo giới tính. Điều này gợi ý rằng ảnh hưởng của nhận thức về xung đột giữa cha mẹ đối với gắn bó lo âu và gắn bó né tránh diễn ra tương tự ở cả hai giới.

Tuy nhiên, việc không tìm thấy ý nghĩa thống kê của biến điều tiết giới tính trong nghiên cứu hiện tại cũng có thể lý giải phần nào dưới góc độ của Thuyết An toàn cảm xúc. Thuyết này được xây dựng trên nền tảng của thuyết gắn bó, coi việc duy trì cảm giác an toàn trong hệ thống gia đình là một nhu cầu phát triển cốt lõi có tính phổ quát ở cả hai giới (Davies và Martin, 2013; Bowlby, 1982). Cũng theo lý thuyết này, nền tảng duy trì an toàn trong cảm xúc là nhu cầu quan trọng với bất kì ai mà không chịu ảnh hưởng đáng kể bởi biến số giới tính. Khi nền tảng này bị đe dọa bởi xung đột cha mẹ thì cả nam và nữ có khả năng sẽ đều trải qua sự bất an. Điều này có thể dẫn đến việc hình thành các mô hình gắn bó lo âu hoặc né tránh tương tự nhau ở cả hai giới.

Ngoài ra, việc không quan sát thấy vai trò điều tiết của giới tính cũng có thể liên quan đến đặc điểm mẫu nghiên cứu là thanh niên (18 - 25 tuổi) và việc sử dụng dữ liệu hồi tưởng. Sự trưởng thành về mặt nhận thức có thể cho phép cá nhân có khả năng đánh giá lại các mối quan hệ gia đình một cách độc lập, lý trí và thực tế hơn so với giai đoạn nhỏ tuổi hơn (Arnett, 2000; John và Gross, 2004; Gross, 2015). Việc sử dụng phương pháp báo cáo hồi tưởng yêu cầu cá nhân nhớ lại và đánh giá các trải nghiệm xung đột giữa cha mẹ trong quá khứ. Khoảng cách thời gian có thể làm suy giảm những phản ứng cảm xúc tức thời trước xung đột, mặc dù các trải nghiệm căng thẳng trong gia đình vẫn có thể để lại những khuôn mẫu gắn bó không an toàn về sau (Davies và Cummings, 1994). Đó có thể là những lý do làm giảm khả năng quan sát thấy sự khác biệt đáng kể giữa nam và nữ trong mối liên hệ giữa nhận thức về xung đột giữa cha mẹ và gắn bó hiện tại.

4. Kết luận

Nghiên cứu được thực hiện trên 200 thanh niên từ 18 - 25 tuổi đang sinh sống tại Hà Nội nhằm xem xét mối liên hệ giữa nhận thức về xung đột giữa cha mẹ và các xu hướng gắn bó không an toàn trong mối quan hệ lãng mạn. Kết quả cho thấy các khía cạnh khác nhau của nhận thức về xung đột giữa cha mẹ có liên hệ khác nhau với xu hướng gắn bó né tránh và gắn bó lo âu trong mối quan hệ lãng mạn. Cảm nhận về mối đe dọa trong xung đột và sự tự đổ lỗi là hai yếu tố dự báo sự gia tăng xu hướng gắn bó lo âu, trong khi nhận thức tiêu cực về đặc tính xung đột có khả năng dự báo xu hướng gắn bó né tránh. Những kết quả này gợi ý rằng cách thanh niên diễn giải và đánh giá xung đột giữa cha mẹ có thể đóng vai trò quan trọng trong việc hình thành các khuynh hướng gắn bó trong các mối quan hệ lãng mạn.

Từ góc độ thực tiễn, kết quả nghiên cứu nhấn mạnh tầm quan trọng của trải nghiệm gia đình gốc và cách cá nhân diễn giải các trải nghiệm đó khi hỗ trợ thanh niên gặp khó khăn trong các mối quan hệ tình cảm. Do đó, trong bối cảnh gia đình, cha mẹ cần chú ý đến cách thức quản lý và giải quyết xung đột, đặc biệt là hạn chế các xung đột có cường độ cao, kéo dài hoặc không được giải quyết hiệu quả. Đồng thời, trong các hoạt động hỗ trợ tâm lý cho thanh niên, cần giúp cá nhân hiểu và diễn giải các trải nghiệm xung đột gia đình theo hướng thích nghi hơn, hạn chế xu hướng tự đổ lỗi hoặc diễn giải tiêu cực.

Tuy nhiên, nghiên cứu vẫn tồn tại một số hạn chế. Việc sử dụng phương pháp chọn mẫu thuận tiện với quy mô mẫu 200 khách thể tại Hà Nội có thể hạn chế khả năng khái quát của kết quả. Ngoài ra, thiết kế nghiên cứu cắt ngang và việc sử dụng thang đo tự báo cáo khiến việc xác định quan hệ nhân quả giữa các biến trở nên hạn chế. Trong các nghiên cứu tiếp theo, cần mở rộng quy mô và tính đa dạng của mẫu nghiên cứu, đồng thời kết hợp các thiết kế nghiên cứu theo chiều dọc hoặc bổ sung thêm các phương pháp nghiên cứu khác để làm rõ hơn mối quan hệ giữa các biến. Các nghiên cứu trong tương lai cũng có thể tiếp tục xem xét vai trò của các biến trung gian, biến điều tiết khác nhằm làm sáng tỏ hơn cơ chế tâm lý thông qua đó nhận thức về xung đột giữa cha mẹ ảnh hưởng đến các khuynh hướng gắn bó trong mối quan hệ lãng mạn của thanh niên.

Tài liệu tham khảo

- Amato, P. R., & Booth, A. (2001). The legacy of parents' marital discord: Consequences for children's marital quality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81(4), 627-638.
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469-480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>.
- Bowlby, J. (1969). Attachment and Loss, Vol. 1: *Attachment*. Attachment and Loss. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1982). Attachment and loss: Retrospect and prospect. *American Journal of Orthopsychiatry*, 52(4), 664-678.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Clinical applications of attachment theory*. Routledge.
- Cui, M., & Fincham, F. D. (2010). The differential effects of parental divorce and marital conflict on young adult romantic relationships. *Personal Relationships*, 17(3), 331-343.
- Cui, M., Fincham, F. D., & Pasley, K. (2008). Young adult romantic relationships: The role of parents' marital problems and relationship efficacy. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 34(9), 1226-1238.
- Cusimano, A. M., & Riggs, S. A. (2013). Perceptions of interparental conflict, romantic attachment, and psychological distress in college students. *Couple and Family Psychology: Research and Practice*, 2(1), 45-59.

- Dadds, M. R., Atkinson, E., Turner, C., Blums, G. J., & Lendich, L. (1999). Family conflict and child adjustment: Evidence for a cognitive-contextual model of intergenerational transmission. *Journal of Family Psychology, 13*(2), 194-208. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.13.2.194>.
- Davies, P. T., & Cummings, E. M. (1994). Marital conflict and child adjustment: An emotional security hypothesis. *Psychological Bulletin, 116*(3), 387-411. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.116.3.387>.
- Davies, P. T., & Lindsay, L. L. (2001). Does gender moderate the effects of interparental conflict on children's adjustment?. *Journal of Family Psychology, 15*(4), 611-624.
- Davies, P. T., & Lindsay, L. L. (2004). Interparental conflict and adolescent adjustment: Why does gender moderate early adolescent vulnerability?. *Journal of Family Psychology, 18*(1), 160-170.
- Davies, P. T., & Martin, M. J. (2013). The reformulation of emotional security theory: The role of children's social defense in developmental psychopathology. *Development and Psychopathology, 25*(4, Pt. 2), 1435-1454.
- Del Giudice, M. (2019). Sex differences in attachment styles. *Current Opinion in Psychology, 25*, 1-5.
- Feeney, J. A. (1999). Adult attachment, emotional control, and marital satisfaction. *Personal Relationships, 6*(2), 169-185.
- Feeney, J. A., & Noller, P. (1996). *Adult attachment*. Sage Publications.
- Fraley, R. C. (2002). Attachment stability from infancy to adulthood: Meta-analysis and dynamic modelling of developmental mechanisms. *Personality and Social Psychology Review, 6*, 123-151.
- Gross, J. J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological Inquiry, 26*(1), 1-26.
- Grych, J. H., & Fincham, F. D. (1990). Marital conflict and children's adjustment: A cognitive-contextual framework. *Psychological Bulletin, 108*(2), 267-290. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.108.2.267>.
- Grych, J. H., Fincham, F. D., Jouriles, E. N., & McDonald, R. (2000). Interparental conflict and child adjustment: Testing the mediational role of appraisals. *Child Development, 71*(6), 1648-1661.
- Grych, J. H., Seid, M., & Fincham, F. D. (1992). Assessing marital conflict from the child's perspective: The Children's Perception of Interparental Conflict Scale. *Child Development, 63*(3), 558-572.
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1988). Love and work: An attachment-theoretical perspective. *Journal of Personality and Social Psychology, 59*(2), 270-280.
- John, O. P., & Gross, J. J. (2004). Healthy and unhealthy emotion regulation: Personality processes, individual differences, and life span development. *Journal of Personality, 72*(6), 1301-1333.
- Lansford, J. E. (2009). Parental divorce and children's adjustment. *Perspectives on Psychological Science, 4*(2), 140-152.
- Lux, U., & Walper, S. (2019). A systemic perspective on children's emotional insecurity in relation to father: Links to parenting, interparental conflict and children's social well-being. *Attachment & Human Development, 21*(5), 467-484. <https://doi.org/10.1080/14616734.2019.1589063>.
- Nguyễn Huỳnh Quốc Việt và cộng sự. (2021). Lòng ghen tuông trong tình yêu nam nữ với loại hình gắn bó của sinh viên Việt Nam. *Tạp chí Khoa học Trường Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh, 18*(2), 258.
- Nguyễn Thị Hồng Hạnh. (2023). Mâu thuẫn giữa học sinh trung học phổ thông và cha mẹ trong giai đoạn hiện nay (Nghiên cứu trường hợp tại Hà Nội). *Luận án tiến sĩ Xã hội học*. Trường Đại học Khoa học Xã hội và Nhân văn, Đại học Quốc gia Hà Nội.
- Nguyễn Trần Thiên Lam và cộng sự. (2025). Các yếu tố tác động đến xung đột tâm lý giữa học sinh trung học phổ thông và cha mẹ: Một nghiên cứu tại thành phố Hà Nội. *Tạp chí Giáo dục, 25*(3), 47-52.
- Phạm Tiến Sỹ. (2023). Mối quan hệ gắn bó với bạn đồng lứa và sức khỏe tâm thần của học sinh. Trường Đại học Khoa học, Đại học Huế.

- Phạm Tiến Sỹ. (2025). Gắn bó với bạn đồng lứa ở trẻ vị thành niên trong các cơ sở trợ giúp xã hội. Trường Đại học Khoa học, Đại học Huế.
- Rhoades, G. K., & Stanley, S. M. (2012). Relationship quality and stability in young adulthood. *Journal of Marriage and Family*, 74(3), 567-580.
- Simon, V. A., Kobielski, S. J., & Martin, S. (2008). Conflict beliefs, goals, and behavior in romantic relationships during late adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 37(5), 564-576.
- Sprague, H. E., & Kinney, J. M. (1997). The effects of interparental divorce and conflict on college students' romantic relationships. *Journal of Divorce & Remarriage*, 27(1-2), 113-130.
- Tolmacz, R., Bachner-Melman, R., Lev-Ari, L., & Almagor, K. (2022). Interparental conflict and relational attitudes within romantic relationships: The mediating role of attachment orientations. *Journal of Social and Personal Relationships*, 39(6), 1648-1668. <https://doi.org/10.1177/02654075211061617>.
- Trần Lý Ngọc Thanh. (2019). Xung đột tâm lý về kỳ vọng thành tích học tập giữa cha mẹ và con của học sinh lớp 9 tại một số trường trung học cơ sở thành phố Hồ Chí Minh. *Luận văn thạc sĩ Tâm lý học*, Trường Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh.
- UNICEF. (2019). Child marriage and violence against children in Viet Nam. UNICEF Vietnam.
- Wei, M., Russell, D. W., Mallinckrodt, B., & Vogel, D. L. (2007). The Experiences in Close Relationship Scale (ECR)-Short Form: Reliability, validity, and factor structure. *Journal of Personality Assessment*, 88(2), 187-204.