

# Hạnh phúc của người trưởng thành và mối liên hệ với các yếu tố kinh tế - xã hội

Trần Quý Long\*

Nhận ngày 25 tháng 8 năm 2025. Chấp nhận đăng ngày 22 tháng 01 năm 2026.

**Tóm tắt:** Nghiên cứu cho thấy các yếu tố kinh tế - xã hội có tác động đến hạnh phúc của người trưởng thành trong độ tuổi 15-49. Cá nhân thuộc nhóm dễ bị tổn thương như phụ nữ, dân tộc thiểu số, học vấn và mức sống thấp, cư trú ở nông thôn có tỷ lệ hạnh phúc thấp hơn. Kết quả nghiên cứu không chỉ mở rộng nhận thức về mối quan hệ giữa các yếu tố kinh tế - xã hội và hạnh phúc của người dân mà còn có ý nghĩa cung cấp cơ sở thực tiễn để xây dựng các chính sách phù hợp nhằm cải thiện hạnh phúc của cư dân và tăng cường sự ổn định xã hội, gắn kết quốc gia. Các chính sách cần tập trung nhiều hơn vào nhóm xã hội yếu thế và việc thúc đẩy hạnh phúc cho người dân có thể được thực hiện thông qua cải thiện giáo dục, dịch vụ xã hội cơ bản, điều kiện kinh tế - xã hội.

**Từ khóa:** Hạnh phúc, hài lòng cuộc sống, chất lượng sống, phát triển con người.

**Phân loại ngành:** Xã hội học

**Abstract:** The study shows that socio-economic factors impact the happiness of adults aged 15-49. Individuals in vulnerable groups such as women, ethnic minorities, those with low education levels and low living standards, and those residing in rural areas tend to have lower happiness levels. The findings not only expand understanding of the relationship between socio-economic factors and people's happiness but also provide practical insights for developing appropriate policies to enhance the well-being of residents and strengthen social stability and national cohesion. Policies should focus more on vulnerable social groups, and the promotion of happiness for the population can be achieved by improving education, basic social services, and socio-economic conditions.

**Keywords:** Happiness, life satisfaction, quality of life, human development.

**Subject Classification:** Sociology

## 1. Đặt vấn đề

Hạnh phúc là trạng thái chủ quan của một cá nhân thể hiện sự hài lòng với cuộc sống, thường xuyên trải nghiệm cảm xúc tích cực, tham gia vào các hoạt động mà họ quan tâm. Chất lượng cuộc sống của một cá nhân và xã hội sử dụng hạnh phúc để làm thước đo và yếu tố này là một trong ba chỉ số chính để đánh giá cùng với các chỉ số kinh tế và xã hội. Tầm quan trọng của hạnh phúc đã được Đảng xác định tại Đại hội XIII là một trong các nhiệm vụ trọng tâm của nhiệm kỳ: "... nâng cao chất lượng cuộc sống và chỉ số hạnh phúc của con người Việt Nam" (Đảng Cộng sản Việt Nam, 2021).

## 2. Phương pháp nghiên cứu

Bài viết tập trung phân tích, nhận diện mối quan hệ giữa các yếu tố kinh tế - xã hội với tình trạng hạnh phúc của người trưởng thành nam và nữ 15-49 tuổi.

Phương pháp nghiên cứu được áp dụng trong bài viết là phân tích số liệu thứ cấp. Bên cạnh đó, phương pháp nghiên cứu tổng quan tài liệu cũng được sử dụng nhằm so sánh, bổ sung những lý giải cho các kết quả nghiên cứu của bài viết. Sự kết hợp giữa hai phương pháp

---

\* Viện Nghiên cứu Con người, Gia đình và Giới, Viện Hàn lâm Khoa học xã hội Việt Nam.

Email: tranquylong@gmail.com

này không chỉ giúp lý giải sâu sắc các phát hiện mà còn góp phần củng cố hệ thống minh chứng và nâng cao độ tin cậy của kết luận đưa ra. Số liệu sử dụng để phân tích từ cuộc Điều tra các mục tiêu phát triển bền vững về trẻ em và phụ nữ Việt Nam (SDGCW) 2020-2021 (Tổng cục Thống kê và UNICEF, 2021).

Cách tiếp cận trong bài viết được áp dụng qua việc sử dụng lý thuyết nguồn lực cá nhân (Personal resources theory). Lý thuyết này nhấn mạnh rằng mức độ hạnh phúc phụ thuộc vào khả năng tích lũy, duy trì và sử dụng hiệu quả các nguồn lực của một cá nhân, bao gồm cả về mặt vật chất, tinh thần lẫn xã hội. Một người càng có nhiều nguồn lực cá nhân thì khả năng đối phó với khó khăn, thích nghi với thay đổi càng tốt hơn và do đó có mức độ cảm nhận hạnh phúc càng cao. Ngoài ra, hạnh phúc không chỉ phụ thuộc vào hoàn cảnh mà còn phụ thuộc vào việc một cá nhân có bao nhiêu nguồn lực và sử dụng chúng như thế nào. Lý thuyết này cũng nhấn mạnh vai trò của cá nhân trong việc tự nâng cao hạnh phúc thông qua việc phát triển bản thân và xây dựng mối quan hệ tích cực với xã hội (Lim, H.-E. et al., 2020).

### **3. Kết quả và thảo luận**

#### *3.1. Mối liên hệ giữa các yếu tố kinh tế - xã hội và hạnh phúc của người trưởng thành*

##### *3.1.1. Giới tính*

Có sự khác biệt giới trong hạnh phúc của người trưởng thành trong độ tuổi 15-49 ở Việt Nam. Kết quả phân tích SDGCW2020-2021 cho thấy, nam giới có tỷ lệ hạnh phúc cao hơn so với nữ, 69,8% so với 64,3%. Phụ nữ không hạnh phúc bằng nam giới cũng được xác nhận trong một nghiên cứu ở khu vực nông thôn Việt Nam (Markussen, T. et al., 2018). Kết quả này tương đồng với một số nghiên cứu quốc tế. Một nghiên cứu sử dụng dữ liệu khảo sát thế giới của Gallup từ 102 quốc gia cho thấy, nam giới có mức độ trung bình hạnh phúc hơn phụ nữ, bất chấp những bất lợi khách quan mà họ phải đối mặt (Montgomery, M., 2022). Nghiên cứu ở các nước Nam Mỹ như Ecuador và Mexico cho thấy nam giới hạnh phúc hơn phụ nữ (Dugain, V., & Olaberria, E., 2015; Garcia Vega, J. J., 2016; Pontarollo, N. et al., 2020). Nam giới hạnh phúc hơn phụ nữ cũng được tìm thấy qua một nghiên cứu ở Bangladesh (Devine, J. et al., 2019). Phụ nữ có mức độ hạnh phúc thấp hơn nam giới được xác nhận ở Nam Phi (Blaauw, D., & Pretorius, A., 2012) và Đan Mạch (Lolle, H., 2023). Một nghiên cứu được tiến hành với người Hán và người dân tộc thiểu số ở nông thôn Trung Quốc cho rằng, phụ nữ có mức độ hạnh phúc thấp hơn nam giới ở tổng thể mẫu khảo sát và phân tích riêng hai nhóm dân tộc (Knight, J. et al., 2020). Có thể cho rằng, nguồn lực cá nhân đóng vai trò quan trọng trong cuộc sống của cả hai nhóm xã hội, đặc biệt là trong việc chia sẻ quyền ra quyết định và tham gia vào các công việc của gia đình. Sự không cân bằng về quyền lực và phân công lao động trong gia đình có thể là một trong những nguyên nhân ảnh hưởng đến mức độ hạnh phúc của người phụ nữ thấp hơn so với nam giới. Ngược lại, ảnh hưởng của yếu tố văn hóa đến hạnh phúc của phụ nữ theo cách thức là những giá trị, tư tưởng gia trưởng vẫn còn bảo lưu thì phụ nữ có sự hạn chế trong quyền lực cho dù họ không thua kém nam giới trong việc đóng góp nhiều nguồn lực cho gia đình.

Theo Plagnol & Easterlin (2008), ở những giai đoạn đầu của tuổi trưởng thành, phụ nữ có mức độ hạnh phúc cao hơn nam giới với lý do là phụ nữ thường hoàn thành sớm hơn các mục tiêu như kết hôn, sinh con, ổn định cuộc sống. Tuy nhiên, nam giới vượt qua phụ nữ về hạnh phúc tổng thể là do đạt được nhiều thành tựu tài chính và nghề nghiệp hơn; còn phụ nữ thường không duy trì được mức thành tựu và hạnh phúc như lúc trẻ do gánh nặng kép gia đình, công việc và những thay đổi trong kỳ vọng của bản thân (Plagnol, A. C., & Easterlin, R. A., 2008). Nam giới hạnh phúc hơn phụ nữ là mô hình chung ở Mỹ Latinh, ở các quốc

gia từng có thể chế chính trị cộng sản và ở các quốc gia Công giáo châu Âu. Mỗi quan hệ này có thể là do các yếu tố môi trường văn hóa xã hội tác động đến phụ nữ và nam giới khác nhau, chẳng hạn như vai trò giới khác biệt và kỳ vọng xã hội có thể ảnh hưởng đến hạnh phúc của phụ nữ (Meisenberg, G., & Woodley, M. A., 2015).

### 3.1.2. Dân tộc

Có sự khác biệt về hạnh phúc của người trưởng thành theo thành phần dân tộc. Người Kinh có tỷ lệ hạnh phúc cao hơn người dân tộc thiểu số ở cả nhóm nam và nữ (Bảng 1). Trong số các dân tộc, tỷ lệ người trưởng thành cảm nhận hạnh phúc thấp nhất ở nhóm người Mông, với 49,0% ở nhóm nam và 44,5% ở nhóm nữ. Kết quả này cho thấy, người Kinh thường có điều kiện sống tốt hơn, ở những vùng có điều kiện kinh tế - xã hội tốt hơn, tiếp cận dịch vụ xã hội thuận lợi hơn nên dẫn đến hạnh phúc cao hơn. Ngược lại, người dân tộc thiểu số hạnh phúc thấp hơn do sống ở những nơi có điều kiện kinh tế - xã hội khó khăn, chất lượng cuộc sống cũng như chất lượng con người kém hơn. Thêm vào đó, nhóm dân tộc thiểu số với địa vị của mình nên gặp phải những rào cản văn hóa, xã hội cùng với những định kiến xã hội khác mà họ có mức độ hạnh phúc thấp hơn so với nhóm người Kinh. Một số phong tục, tập quán truyền thống có thể vô tình kìm hãm sự phát triển cũng như sự khác biệt văn hóa, ngôn ngữ đôi khi dẫn đến cảm giác bị thiệt thòi, mặc cảm, thiếu tiếng nói trong xã hội dẫn đến người dân tộc thiểu số có sự hạnh phúc thấp.

Bảng 1. Hạnh phúc của người trưởng thành chia theo giới và dân tộc (%)

| Nhóm dân tộc     | Nam  | Nữ   |
|------------------|------|------|
| Kinh             | 71,8 | 66,1 |
| Dân tộc thiểu số | 57,9 | 52,5 |

Nguồn: SDGCW 2020-2021.

Chênh lệch giữa các dân tộc trong hạnh phúc cũng được phát hiện ở Malawi và thể hiện rõ hơn ở nam giới (Yaya, S. et al., 2019). Tương tự, người dân tộc thiểu số có mức độ hạnh phúc thấp hơn dân tộc chiếm đa số được nghiên cứu ở Mexico và Ecuador xác nhận (Dugain, V., & Olaberria, E., 2015; Pontarollo, N. et al., 2020). Nghiên cứu ở Trung Quốc cho thấy, người dân tộc thiểu số có tình trạng hạnh phúc thấp hơn so với dân tộc đa số là người Hán (Wang, Y. et al., 2025).

Một trong những yếu tố làm cho người dân tộc thiểu số có mức độ hạnh phúc thấp hơn là yếu tố vốn con người, đặc biệt là giáo dục. Sự cải thiện về trình độ học vấn có tác động rõ ràng hơn trong việc nâng cao hạnh phúc chủ quan của cư dân dân tộc thiểu số so với người Hán ở Trung Quốc. Việc nâng cao trình độ học vấn của cư dân dân tộc thiểu số giúp phá vỡ các khuôn mẫu liên quan đến bản sắc dân tộc và tầng lớp xã hội, giảm rào cản giữa các nhóm dân tộc và tăng cường sự gắn bó về mặt tâm lý và hòa nhập xã hội. Giáo dục cũng có thể cải thiện khả năng tiếp cận các dịch vụ công, cơ hội phát triển và nguồn lực phúc lợi của cư dân dân tộc thiểu số, do đó cải thiện đáng kể hạnh phúc chủ quan của họ (Wang, Y. et al., 2025). Mức độ hài lòng trong cuộc sống khác nhau giữa các dân tộc có thể là do văn hóa xã hội, tư duy bảo thủ trong gia đình hay sự thiếu hiểu biết về quyền của họ (Uthso, N. A., & Akter, N. J., 2022). Nghiên cứu ở Mexico cho rằng, việc thuộc về một nhóm dân tộc thiểu số không có tác động đáng kể đến mức độ hạnh phúc khi thu nhập và trình độ học vấn được kiểm soát. Điều đó cho thấy thực tế là người dân tộc thiểu số có sự hạnh phúc trong cuộc sống thấp hơn chủ yếu là do cơ hội của họ thấp hơn (Dugain, V., & Olaberria, E., 2015).

### 3.1.3. Học vấn

Trình độ học vấn có mối liên hệ với hạnh phúc của người trưởng thành theo hình thức đồng biến, học vấn cao hơn thì hạnh phúc của cá nhân cao hơn. Theo SDGCW 2020-2021, những người không có bằng cấp có hạnh phúc với tỷ lệ thấp nhất ở cả hai nhóm nam và nữ, 49,8% và 38,1%. Tỷ lệ này tăng dần qua các nhóm học vấn và đạt cao nhất là 79,6% ở nhóm nam và 74,2% ở nhóm nữ (Bảng 2). Kết quả này cho thấy sự tương đồng với một nghiên cứu, những người trưởng thành có trình độ học vấn từ trung cấp trở lên có cảm nhận hạnh phúc nói chung cao hơn những người có trình độ từ trung học phổ thông trở xuống (Trương Thị Khánh Hà, 2015). Những người có học vấn cao hơn hạnh phúc hơn những người khác cũng được xác nhận qua một nghiên cứu ở khu vực nông thôn (Markussen, T. et al., 2018) hay nghiên cứu riêng ở nhóm phụ nữ 15-49 tuổi (Trần Quý Long, 2023). Có thể cho rằng, trình độ học vấn giúp con người tích lũy nguồn lực cá nhân bằng cách nâng cao nhận thức, vượt qua những rào cản xã hội, mở rộng cơ hội nghề nghiệp và tự chủ cá nhân nên có hạnh phúc cao hơn. Ngoài ra những người có học vấn cao hơn thường có kỹ năng giao tiếp tốt hơn, mối quan hệ xã hội đa dạng và phong phú hơn nên có mức độ hạnh phúc cao hơn. Cá nhân có học vấn cao hơn có sự chia sẻ ý thức trách nhiệm và có cách giải quyết vấn đề hiệu quả, tốt hơn khi có những vướng mắc trong cuộc sống.

Bảng 2. Hạnh phúc của người trưởng thành chia theo giới và học vấn (%)

| Học vấn                   | Nam  | Nữ   |
|---------------------------|------|------|
| Không bằng cấp            | 49,8 | 38,1 |
| Tiểu học                  | 60,0 | 56,6 |
| Trung học cơ sở           | 70,1 | 60,6 |
| Trung học phổ thông       | 67,0 | 64,7 |
| Trung cấp                 | 70,8 | 69,6 |
| Cao đẳng, Đại học trở lên | 79,6 | 74,2 |

Nguồn: SDGCW 2020-2021.

Những nghiên cứu trên thế giới về ảnh hưởng của học vấn đối với hạnh phúc cá nhân là rất đa dạng, phong phú và cũng khẳng định ảnh hưởng rõ ràng theo hình thức đồng biến của yếu tố giáo dục đối với hạnh phúc của con người. Sử dụng số liệu khảo sát xã hội châu Âu (ESS), một nghiên cứu cho rằng, những người có trình độ đại học trở lên có mức độ hài lòng với cuộc sống cao hơn so với những người có trình độ học vấn thấp hơn và được xác nhận ở cả nam giới và phụ nữ (Jongbloed, J., 2018). Học vấn cao hơn người dân hạnh phúc hơn cũng được tìm thấy ở 8 quốc gia Trung Âu qua số liệu ESS (Ivanović, V. et al., 2022b). Cá nhân có học vấn cao hơn có mức độ hạnh phúc cao hơn cũng được xác nhận ở các nước châu Phi (Blaauw, D., & Pretorius, A., 2012; Owusu Ansah, K. et al., 2022) và châu Á (Asadullah, M. N. et al., 2018; Boo, M. C. et al., 2016; Chen, W., 2012; Kim, J.-W. et al., 2020; Kobayashi, J., & Aldar, D., 2018; Nandini, D., & Afiatno, B. E., 2020; Sohn, K., 2010; Zhou, W., 2014).

Tác động của giáo dục đối với hạnh phúc của con người được lý giải theo nhiều khía cạnh khác nhau. Theo lập luận của Powdthavee và cộng sự (2015), giáo dục thực sự mang lại lợi ích về mặt hạnh phúc cho một cá nhân. Tác động ước tính lớn nhất của giáo dục là thông qua thu nhập ở cả hai nhóm nam giới và phụ nữ. Nam giới có xu hướng hưởng lợi nhiều hơn so với phụ nữ từ giáo dục, một phần là do giáo dục có liên quan chặt chẽ hơn đến khả năng có việc làm cao hơn đối với nam giới (Powdthavee, N. et al., 2015). Giáo dục có thể thay

đổi khả năng nhận thức của cá nhân về hiệu con người và sự vật, ảnh hưởng đến công việc, thu nhập và địa vị xã hội của một cá nhân, do đó ảnh hưởng đến hạnh phúc (Xu, W. et al., 2019). Việc có trình độ học vấn cao hơn có thể dẫn đến một công việc phù hợp, thu nhập cao hơn, đạt được vị thế kinh tế và xã hội tốt hơn, lòng tự trọng cao cũng như hạnh phúc hơn. Ngược lại, những người thất nghiệp sẽ trải qua một vị thế không ổn định trong gia đình và xã hội. Do đó, họ có khả năng phải chịu đựng sự cô đơn và phải đối mặt với sự cô lập xã hội (Azizi, M. et al., 2017). Thông qua việc “tạo ra các cơ hội xã hội”, giáo dục có thể tác động đến hạnh phúc bằng cách đóng góp trực tiếp vào việc mở rộng khả năng của con người; chất lượng cuộc sống, mạng lưới xã hội được tăng cường, quan hệ đối tác bình đẳng hơn trong hôn nhân và sự tham gia cộng đồng lớn hơn (Jongbloed, J., 2018). Phân tích kết quả Điều tra SDGCW 2020-2021 ở Việt Nam còn cho thấy, chênh lệch giữa nhóm học vấn cao nhất và nhóm học vấn thấp nhất trong cảm nhận hạnh phúc của nữ giới cao hơn so với nam giới, 1,95 lần so với 1,60 lần. Qua đó cho thấy tác động của giáo dục đến hạnh phúc của phụ nữ mạnh hơn. Một nghiên cứu ở Mỹ cho kết quả tương tự, giáo dục là yếu tố xã hội quan trọng quyết định hạnh phúc của người trưởng thành. Tuy nhiên, hạnh phúc của phụ nữ bị ảnh hưởng bởi yếu tố học vấn nhiều hơn so với nam giới (Maharlouei, N. et al., 2020). Theo Uthso & Akter (2022), những phụ nữ có trình độ học vấn cao hơn có thu nhập cao hơn những phụ nữ ít học hoặc không có trình độ học vấn. Phụ nữ có thu nhập cao hơn có nhiều khả năng có cuộc sống thú vị và tiện nghi hơn. Ngược lại, phụ nữ ít học phải vật lộn để có được việc làm và thường có ít thu nhập để duy trì cuộc sống, làm giảm sự hài lòng của họ với cuộc sống (Uthso, N. A., & Akter, N. J., 2022). Trình độ học vấn giúp phụ nữ vượt qua những rào cản xã hội, nâng cao cơ hội nghề nghiệp và tự chủ cá nhân nên cảm nhận hạnh phúc của họ có sự chênh lệch lớn hơn giữa nhóm trình độ học vấn cao nhất và nhóm thấp nhất (Trần Quý Long, 2023).

Kết quả phân tích gợi ý rằng, giảm sự chênh lệch trong học vấn là điều hết sức cần thiết trong vấn đề đảm bảo hạnh phúc cho người dân. Nếu không được đầu tư vào việc nâng cao học vấn thì người dân, đặc biệt là phụ nữ gặp nhiều bất lợi trong cuộc sống, thậm chí phải trả giá bằng việc có một cuộc sống nghèo nàn, đời sống tinh thần trở nên yếu kém hơn và ít có hạnh phúc hơn. Do đó, đạt được hạnh phúc trong cuộc sống của người dân có thể bằng cách và phụ thuộc vào việc tăng cường học vấn.

#### 3.1.4. Tình trạng hôn nhân

Cảm nhận hạnh phúc của dân số nam và nữ trưởng thành có mối liên hệ với tình trạng hôn nhân của họ. Theo kết quả SDGCW 2020-2021, tỷ lệ cảm nhận hạnh phúc của người trưởng thành đang kết hôn ở hai nhóm nam và nữ là 77,6% và 65,1%, trong khi tỷ lệ này ở người chưa từng kết hôn là 55,7% và 61,8%. Chênh lệch giữa hai nhóm tình trạng hôn nhân trong hạnh phúc ở nam giới cao hơn rất nhiều so với phụ nữ, 21,9 so với 3,3 điểm phần trăm. Các nghiên cứu ở Việt Nam cũng đưa ra kết quả tương tự. Những người được hỏi đã ly hôn hoặc ly thân báo cáo mức độ hạnh phúc thấp hơn nhiều so với những người đã kết hôn ở khu vực nông thôn, điều này cho thấy tầm quan trọng của gia đình trong văn hóa Việt Nam (Markussen, T. et al., 2018). Một nghiên cứu khác cho thấy, điểm trung bình hài lòng với cuộc sống ở nhóm có gia đình cao hơn nhóm chưa có gia đình (Nguyễn Thị Xuân Mai, 2018). Phụ nữ Việt Nam trong độ tuổi 15-49 ở nhóm đang kết hôn có mức độ hạnh phúc hơn cũng được xác nhận (Trần Quý Long, 2023). Kết quả nghiên cứu cho thấy, kết hôn và gắn bó với người vợ/chồng giúp cá nhân hạnh phúc bởi vì họ được tích lũy nguồn lực cá nhân qua việc chia sẻ những vấn đề về kinh tế, tình cảm, mối quan tâm và sở thích, chăm sóc con và gia đình. Mối quan hệ hôn nhân còn có thể cung cấp các loại hỗ trợ xã hội khác nhau cho

người vợ/chồng bằng hình thức hỗ trợ tinh thần, hỗ trợ công cụ (sẵn sàng giúp đỡ các vấn đề cần đến thể chất) và hỗ trợ tài chính và nhờ đó mà cá nhân có được sự hạnh phúc hơn.

Nhiều nghiên cứu trên thế giới cũng cho rằng, nhóm dân số đang kết hôn có mức độ hạnh phúc cao hơn những nhóm dân số có tình trạng hôn nhân khác. Một nghiên cứu tương tự với SDGCW về câu hỏi và độ tuổi mẫu khảo sát được tiến hành ở Ghana cho biết, tình trạng hôn nhân là một yếu tố có ảnh hưởng tích cực đến hạnh phúc của người trưởng thành nam và nữ (Owusu Ansah, K. et al., 2022). Những người đang kết hôn hạnh phúc hơn những người có tình trạng hôn nhân khác được thể hiện qua nghiên cứu ở các quốc gia Mỹ Latinh như Mexico, Ecuador và Braxin (Dugain, V., & Olaberria, E., 2015; Pontarollo, N. et al., 2020; Ribeiro, L. L., & Marinho Lemos, E. L., 2017).

Tình trạng đang kết hôn là một trong những yếu tố mạnh nhất ở nhóm đặc trưng nhân khẩu học xã hội ảnh hưởng đến hạnh phúc được xác nhận ở các quốc gia châu Á, chẳng hạn như ở Trung Quốc (Asadullah, M. N. et al., 2018; Wang, Y. et al., 2025; Wei, X. et al., 2015; Xu, W. et al., 2019), Hàn Quốc (Kim, J.-W. et al., 2020; Zhou, W., 2014), Indonesia (Nandini, D., & Afiatno, B. E., 2020; Puji Rahayu, T., 2016; Sohn, K., 2010), Philippine (Palanca-Tan, R., 2021), Thổ Nhĩ Kỳ (Acar, Y., 2020; Seçilmiş, E., 2021). Theo Hori & Kamo (2018), tình trạng đang kết hôn là một chỉ báo mạnh mẽ về hạnh phúc ở các quốc gia Đông Á, đặc biệt là đối với nam giới. Nhóm tác giả này khẳng định rằng “lợi ích hôn nhân” vẫn phù hợp hơn với nam giới ở các xã hội Đông Á (Hori, M., & Kamo, Y., 2018).

Kết hôn có lợi và làm tăng hạnh phúc của một cá nhân, bởi vì kết hôn có nghĩa là liên quan đến việc xây dựng mối quan hệ lâu dài, sự hợp tác và cuộc sống gia đình và đây là một trong những nguồn lực quan trọng của hạnh phúc. Do đó, việc gia tăng tỷ lệ kết hôn và đảm bảo các điều kiện kinh tế - xã hội cho gia đình hạnh phúc góp phần phát triển con người, xã hội.

### *3.1.5. Mức sống*

Cảm nhận hạnh phúc của người trưởng thành chịu sự ảnh hưởng của yếu tố mức sống theo cách thức đồng biến. Nghĩa là, người trưởng thành ở nhóm có mức sống cao hơn có tỷ lệ cảm nhận hạnh phúc cao hơn. Theo kết quả phân tích SDGCW 2020-2021, tỷ lệ cảm nhận hạnh phúc của nhóm nghèo nhất ở người trưởng thành nam và nữ lần lượt là 58,2% và 53,4% (Bảng 3). Tỷ lệ này tăng lên 1,40 lần ở nhóm giàu nhất và đạt 81,2% ở nhóm nam giới và 75,1% ở nhóm nữ giới. Những nghiên cứu khác ở Việt Nam cũng cho kết quả tương tự về mối quan hệ giữa hai yếu tố này. Chẳng hạn, người có điều kiện kinh tế khá và giàu có cảm nhận hạnh phúc cao hơn những người có mức sống trung bình. Điều kiện kinh tế tốt giúp con người yên tâm với cuộc sống, vui vẻ và thoải mái hơn (Trương Thị Khánh Hà, 2015). Thu nhập bình quân thành viên hộ gia đình tăng làm cho hạnh phúc của người dân tăng theo cũng được tìm thấy qua một nghiên cứu ở khu vực nông thôn (Markussen, T. et al., 2018). Điều kiện sống của gia đình có vai trò rất quan trọng trong việc đạt được hạnh phúc của con người. Hạnh phúc của người dân ở những gia đình có điều kiện kinh tế yếu kém hơn là do việc chăm sóc đời sống vật chất, tinh thần cũng như thỏa mãn những nhu cầu cơ bản khác trong cuộc sống bị hạn chế do chi phí cơ hội cao hơn và ít nguồn lực hơn. Theo lý thuyết nguồn lực cá nhân, người dân có nhiều nguồn lực về tài chính, kinh tế thì có khả năng đạt được và duy trì hạnh phúc cao hơn. Mức sống cao thường đi kèm với thu nhập cao giúp cá nhân tự lựa chọn nơi sống, nghề nghiệp, giáo dục cho con, giảm phụ thuộc vào người khác, đối phó tốt hơn với các rủi ro trong cuộc sống. Người có mức sống cao có thể tiếp cận giáo dục tốt hơn và mở rộng tri thức, cơ hội phát triển bản thân, được chăm sóc y tế tốt hơn và duy trì sức khỏe thể chất và tinh thần, có điều kiện tham gia các hoạt động giải trí, du lịch,

văn hóa làm phong phú đời sống tinh thần. Nghiên cứu cho thấy rằng, mặc dù Việt Nam đang phát triển và tiến bộ nhưng trình độ kinh tế chung của đất nước cần được cải thiện nhằm mang lại hạnh phúc cho người dân nhiều hơn.

Bảng 3. Hạnh phúc của người trưởng thành chia theo giới và mức sống (%)

| Mức sống        | Nam  | Nữ   |
|-----------------|------|------|
| Nhóm nghèo nhất | 58,2 | 53,4 |
| Nhóm 2          | 63,8 | 59,7 |
| Nhóm 3          | 70,4 | 62,2 |
| Nhóm 4          | 76,2 | 69,5 |
| Nhóm giàu nhất  | 81,2 | 75,1 |

*Nguồn:* SDGCW 2020-2021.

Kết quả nghiên cứu ở các quốc gia trên thế giới cho thấy tác động tích cực của mức sống đối với hạnh phúc. Sự giàu có của hộ gia đình là yếu tố quyết định đáng kể đến hạnh phúc của người dân ở Nam Phi và Ghana, thu nhập cao hơn người dân hạnh phúc hơn (Kollamparambil, U., 2020; Owusu Ansah, K. et al., 2022). Mỗi quan hệ đồng biến giữa hai yếu tố mức sống và hạnh phúc cũng được xác nhận ở Mexico (Garcia Vega, J. J., 2016). Thu nhập có tác động tích cực với hạnh phúc được xác nhận trong các nghiên cứu ở châu Á, bao gồm 10 quốc gia Đông Á (Lim, H.-E. et al., 2020), Trung Quốc (Asadullah, M. N. et al., 2018; Clark, William A. V. et al., 2019; Wei, X. et al., 2015), Hàn Quốc (Kim, J.-W. et al., 2020), Malaysia (Boo, M. C. et al., 2016), Indonesia (Nandini, D., & Afiatno, B. E., 2020; Puji Rahayu, T., 2016), Philippines (Palanca-Tan, R., 2021), Pakistan (Jabeen, F., & Khan, F. A., 2016), Thổ Nhĩ Kỳ (Cevik, S., & Tasar, M. O., 2016).

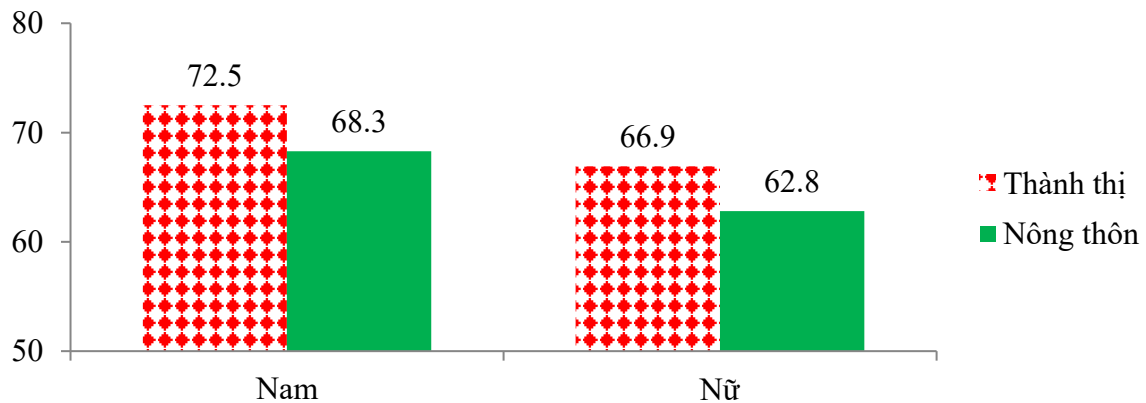
Theo giải thích của một tác giả, những cá nhân từ các hộ gia đình giàu có có thể thỏa mãn nhu cầu vật chất và ít lo lắng về gánh nặng tài chính, điều này làm tăng cơ hội đạt được ước mơ và đáp ứng các nhu cầu cấp cao hơn, do đó làm tăng sự hài lòng với cuộc sống về lâu dài (Cheung, F., & Lucas, R. E., 2015). Ngoài ra, những cá nhân từ các gia đình giàu có thường hạnh phúc hơn do có xu hướng có các mối quan hệ xã hội, sức khỏe, cơ sở hạ tầng và cơ hội giải trí tốt hơn (He, Z. et al., 2018). Những cá nhân có thu nhập thấp có khả năng gặp khó khăn trong việc đáp ứng các nhu cầu cơ bản của mình. Họ dễ gặp các vấn đề về thể chất, tinh thần và cảm xúc hơn do đó ít có hạnh phúc hơn (Azizi, M. et al., 2017).

### 3.1.6. Nơi cư trú

Khu vực cư trú thành thị - nông thôn có sự ảnh hưởng đến hạnh phúc của cá nhân. Biểu đồ 1 trình bày kết quả phân tích SDGCW 2020-2021 cho thấy, người dân thành thị hạnh phúc cao hơn người dân ở nông thôn. Cụ thể, người trưởng thành nam giới ở khu vực thành thị có tỷ lệ cảm nhận hạnh phúc là 72,5%, trong khi tỷ lệ này của nam giới ở khu vực nông thôn thấp hơn 4,2 điểm phần trăm (68,3%). Tương tự, người trưởng thành nữ giới ở khu vực thành thị có tỷ lệ cảm nhận hạnh phúc là 66,9% và ở khu vực nông thôn là 62,8%. Vì có thu nhập thấp, không ổn định do thiên tai, biến đổi khí hậu, dịch bệnh với những ảnh hưởng khó lường đe dọa nghiêm trọng đến sản xuất và cơ hội phát triển trong tương lai thấp khi làm nông nghiệp nên có thể người dân ở nông thôn cảm thấy ít hạnh phúc hơn (Trương Thị Khánh Hà, 2015). Bên cạnh đó, người nông dân ở khu vực nông thôn cảm thấy chưa đủ vị thế trong xã hội và yếu tố này ảnh hưởng tiêu cực đến cảm nhận hạnh phúc của họ (Phan Thị Mai Hương, 2014). Kết quả phân tích phù hợp với những luận điểm của lý thuyết nguồn lực cá nhân, người dân thành thị có mức độ hạnh phúc cao hơn người dân nông thôn là do sở hữu

các nguồn lực cá nhân nhiều hơn, chẳng hạn như thu nhập và điều kiện sống cao hơn, cơ hội học tập và phát triển tốt hơn, dịch vụ xã hội đầy đủ. Cơ hội phát triển nghề nghiệp và xã hội ở khu vực thành thị cũng tốt hơn do có nhiều công việc đa dạng, dễ thăng tiến, mở rộng các mối quan hệ xã hội và cơ hội học tập, làm giàu. Những điều kiện này đóng góp vào cảm giác có ý nghĩa, có giá trị và được công nhận của người dân thành thị, do đó làm tăng cường hạnh phúc cá nhân.

Biểu đồ 1. Hạnh phúc của người trưởng thành chia theo giới và nơi cư trú (%)



Nguồn: SDGCW 2020-2021.

Nhóm dân số ở khu vực thành thị hạnh phúc hơn nhóm dân số ở khu vực nông thôn được nhiều nghiên cứu trên thế giới xác nhận. Theo Báo cáo hạnh phúc thế giới 2020, dân số đô thị có mức độ hạnh phúc trung bình cao hơn dân số nông thôn ở các quốc gia (Helliwell, John F. et al., 2020). Người dân thành thị ở Trung Quốc hạnh phúc hơn so với người dân ở nông thôn và đây là một mô hình điển hình của các nước đang phát triển (Xu, W. et al., 2019). Cư dân thành thị hạnh phúc hơn cư dân nông thôn cũng được xác nhận ở Indonesia (Nandini, D., & Afiatno, B. E., 2020; Nugroho, T. W. et al., 2022). Sự khác biệt giữa nông thôn và thành thị với những người ở thành thị đạt điểm hạnh phúc cao hơn đáng kể so với những người ở nông thôn cũng được tìm thấy ở bốn quốc gia châu Âu (Ivanović, V. et al., 2022a) cũng như tại Đan Mạch (Lolle, H., 2023) hoặc một số quốc gia Trung Âu kém phát triển hơn (Ivanović, V. et al., 2022b). Nghiên cứu ở các quốc gia châu Mỹ Latinh như Mexico và Ecuador khẳng định rằng, người dân thành thị hạnh phúc hơn người dân nông thôn (Dugain, V., & Olaberria, E., 2015; Pontarollo, N. et al., 2020).

Theo lý giải của các nghiên cứu, khu vực nông thôn phản ánh sự cô lập với các trung tâm tăng trưởng, do đó đánh giá chủ quan của người dân về hạnh phúc thấp hơn (Asadullah, M. N. et al., 2018). Wei và cộng sự (2015) kết luận, vì cả thu nhập và chất lượng cuộc sống đều có liên quan tích cực đến hạnh phúc nên không có gì ngạc nhiên khi thấy cư dân thành thị hạnh phúc hơn những người ở nông thôn Trung Quốc. Các thành phố cung cấp nhiều lợi ích và tiện nghi giúp mọi người giàu có, thông minh, khỏe mạnh hơn và hạnh phúc hơn (Wei, X. et al., 2015). Người dân ở thành thị hạnh phúc hơn người dân nông thôn ở Pakistan vì các thành phố lớn cung cấp các cơ hội kinh tế như trung tâm mua sắm lớn hơn, các nhà hàng, đi lại an toàn và nhanh hơn, tiếp cận với các cơ sở y tế và giáo dục tốt hơn (Jabeen, F., & Khan, F. A., 2016). Cuộc sống đô thị dường như làm cho con người hạnh phúc hơn, mối quan hệ này được thúc đẩy bởi thực tế là những người sống ở khu vực đô thị có trình độ học vấn cao hơn (Sohn, K., 2010).



#### 4. Kết luận

Hạnh phúc của người dân là một chỉ số quan trọng phản ánh phát triển con người và thể hiện chất lượng cuộc sống của một quốc gia. Nghiên cứu cho thấy các yếu tố kinh tế - xã hội ảnh hưởng đến hạnh phúc của người trưởng thành trong độ tuổi 15-49. Những kết quả nghiên cứu cung cấp thông tin hữu ích gợi ý cho các hoạch định chính sách trong việc mang lại hạnh phúc cho người dân nhiều hơn nữa. Các chính sách được thiết kế hướng tới việc cung cấp dịch vụ xã hội cơ bản để cải thiện hạnh phúc của người dân nên được phân bổ công bằng và bình đẳng đối với nhóm yếu thế (nữ giới, người dân tộc thiểu số, trình độ học vấn và mức sống thấp; có tình trạng hôn nhân góa, ly hôn, đơn thân; và ở những vùng nông thôn sâu, xa).

Con người hào hứng với các hoạt động lao động, học tập và sinh hoạt hàng ngày, được thúc đẩy tiềm năng và sự sáng tạo là nhờ có hạnh phúc. Vì thế, gia tăng mức độ hạnh phúc cho tất cả mọi người là việc làm cần thiết góp phần tạo môi trường sống tích cực, an toàn, xây dựng một quốc gia đoàn kết và phát triển.

#### Tài liệu tham khảo

- Acar, Y. (2020). How important are social relations for happiness? Empirical evidence from Turkey. *Journal of Economics, Business & Political Studies*. 7(1), 1-9.
- Asadullah, M. N., Xiao, S., & Yeoh, E. (2018). Subjective well-being in China, 2005-2010: The role of relative income, gender, and location. *China Economic Review*. 48, 83-101.
- Azizi, M., Mohamadian, F., Ghajarieah, M., & Direkvand-Moghadam, A. (2017). The effect of individual factors, socioeconomic and social participation on individual happiness: A cross-sectional study. *Journal of Clinical and Diagnostic Research*. 11(6), VC01-VC04.
- Blaauw, D., & Pretorius, A. (2012). The determinants of subjective well-being in South Africa - An exploratory enquiry. *Journal of Economic and Financial Sciences*. 6(1), 179-194.
- Boo, M. C., Yen, S. H., & Lim, H. E. (2016). A note on happiness and life satisfaction in Malaysia. *Malaysian Journal of Economic Studies*. 53(2), 261-277.
- Cevik, S., & Tasar, M. O. (2016). Urban-rural differences in subjective well-being: Turkey. *Horticulture and Landscape Architecture*. 37, 23-39.
- Chen, W. (2012). How education enhances happiness: comparison of mediating factors in four East Asian countries. *Social Indicators Research*. 106(1), 117-131.
- Cheung, F., & Lucas, R. E. (2015). When does money matter most? Examining the association between income and life satisfaction over the life course. *Psychology and Aging*. 30, 120-135.
- Clark, William A. V., Yi, D. & Huang, Y. (2019). Subjective well-being in China's changing society. *Proceedings of the National Academy of Sciences*. 116(34). 16799-16804.
- Đảng Cộng sản Việt Nam. (2021). *Văn kiện Đại hội đại biểu toàn quốc lần thứ XIII*. t1. Nxb. Chính trị quốc gia Sự thật.
- Devine, J., Hinks, T., & Naveed, A. (2019). Happiness in Bangladesh: The role of religion and connectedness. *Journal of Happiness Studies*. 20, 351-371.
- Dugain, V., & Olaberria, E. (2015). *What makes Mexicans happy?* OECD Economics Department Working Papers, No. 1196, OECD Publishing. Paris.
- Garcia Vega, J. J. (2016). *Happiness and quality of life in Mexico: Conceptual and geographical considerations*. Rojas, M. (eds). Handbook of happiness research in Latin America. International Handbooks of Quality-of-Life. Springer. 463-475.
- He, Z., Cheng, Z., Bishwajit, G., & Zou, D. (2018). Wealth inequality as a predictor of subjective health, happiness and life satisfaction among Nepalese women. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 15(12), 1-11.
- Helliwell, John F., Layard, R., Sachs, J., & De Neve, J. E. (eds). (2020). *World happiness report*. Sustainable Development Solutions Network. New York.

Hori, M., & Kamo, Y. (2018). Gender differences in happiness: The effects of marriage, social roles, and social support in East Asia. *Applied Research Quality Life*. 13(4), 839-857.

Ivanović, V., Šimac, B., & Poljak, T.T. (2022a). Subjective well-being in Croatia, Montenegro, Serbia and Slovenia - rural-urban differences and cross-national comparison. *Sociological problems*. 54, 220-241.

Ivanović, V., Šimac, B., & Trako Poljak, T. (2022b). Subjective wellbeing in rural and urban central Europe: Evidence from the European social survey (2008 and 2018). *International Journal of Sociology*. 52(6), 397-419.

Jabeen, F., & Khan, F. A. (2016). An empirical analysis of individual's happiness in Pakistan (2016). *PUTAJ-Humanities and Social Sciences*. 23(2), 181-199.

Jongbloed, J. (2018). Higher education for happiness? Investigating the impact of education on the hedonic and eudaimonic well-being of Europeans. *European Educational Research Journal*. 17(5), 733-754.

Kim, J.-W., Lim, C., & Falci, C. (2020). Subjective social class, perceived quality of social relationships, and happiness: A case of mediation and moderation across gender. *International Sociology*. 35, 312-335.

Knight, J., Shi, L., & Chang, C. (2020). *Minorities in rural China: Poorer but inherently happier?* Gustafsson, B. A., Hasmath, R., & Ding, S. (Eds.). *Ethnicity and Inequality in China* (1st ed.). Routledge. London.

Kobayashi, J., & Aldar, D. (2018). Inequality of well-being in Asia: A comparative analysis of happiness in eight countries. *The Senshu Social Well-being Review*. 5, 75-82.

Kollamparambil, U. (2020). Happiness, happiness inequality and income dynamics in South Africa. *Journal of Happiness Studies*. 21(1), 201-222.

Lim, H.-E., Shaw, D., Liao, P.-S., & Duan, H. (2020). The effects of income on happiness in East and South Asia: Societal values matter? *Journal of Happiness Studies: An Interdisciplinary Forum on Subjective Well-Being*. 21, 391-415.

Lolle, H. (2023). *Differences in subjective well-being between rural and urban areas in Denmark*. P. H. Johansen, A. Tietjen, E. B. Iversen, H. L. Lolle, & J. K. Fisker (Eds.). *Rural quality of life*. Manchester University Press. Manchester. 348-369.

Maharlouei, N., Cobb, S., Bazargan, M., & Assari, S. (2020). Subjective health and happiness in the United States: Gender differences in the effects of socioeconomic status indicators. *J Ment Health Clin Psychol*. 4(2), 8-17.

Markussen, T., Fibæk, M., Tarp, F., Tuan, N. D. A. (2018). The happy farmer: Self-employment and subjective well-being in rural Vietnam. *Journal of Happiness Studies*. 19(6), 1613-1636.

Meisenberg, G., & Woodley, M. A. (2015). Gender differences in subjective well-being and their relationships with gender equality. *Journal of Happiness Studies*. 16(6), 1539-1555.

Montgomery, M. (2022). Reversing the gender gap in happiness. *Journal of Economic Behavior and Organization*. 196, 65-78.

Nandini, D., & Afiatno, B. E. (2020). The determinants of happiness: Empirical evidence of Java island. *Jurnal Ekonomi Universitas Kadiri*. 5, 123-139.

Nguyễn Thị Xuân Mai. (2018). Kiểm định thang đo sự hài lòng với cuộc sống ở Việt Nam. *Tạp chí Kinh tế & Phát triển*. Số 252.

Nugroho, T. W., Hanani, N., Toiba, H., & Sujarwo, S. (2022). Promoting subjective well-being among rural and urban residents in Indonesia: Does social capital matter? *Sustainability*. 14(4), 2375. <https://doi.org/10.3390/su14042375>.

Owusu Ansah, K., Dey, N. E. Y., Adade, A. E., & Agbadi, P. (2022). Determinants of life satisfaction among Ghanaians aged 15 to 49 years: A further analysis of the 2017/2018 Multiple Cluster Indicator Survey. *PLOS ONE*. 17(1), e0261164.

Palanca-Tan, R. (2021). Income and happiness: A Philippine context. *Philippine Journal of Science*. 150(5), 951-961.

- Phan Thị Mai Hương. (2014). Cảm nhận hạnh phúc của người nông dân. *Tạp chí Tâm lý học*. Số 8, 28-40.
- Plagnol, A. C., & Easterlin, R. A. (2008). Aspirations, attainments, and satisfaction: Life cycle differences between American women and men. *Journal of Happiness Studies*. 9(4), 601-619.
- Pontarollo, N., Orellana, M., & Segovia, J. (2020). The determinants of subjective well-being in a developing country: The Ecuadorian case. *Journal of Happiness Studies*. 21, 3007-3035.
- Powdthavee, N., Lekfuangfu, W.N., & Wooden, M. (2015). What's the good of education on our overall quality of life? A simultaneous equation model of education and life satisfaction for Australia. *Journal of Behavioral and Experimental Economics*. 54, 10-21.
- Puji Rahayu, T. (2016). The determinants of happiness in Indonesia. *Mediterranean Journal of Social Sciences*. 7(2), 393-404.
- Ribeiro, L. L., & Marinho Lemos, E. L. (2017). Gross national happiness in Brazil: An analysis of its determinants. *Economía*. 18(2), 156-167.
- Seçilmiş, E. (2021). The impact of changing values on life satisfaction and happiness in Turkey. *International Journal of Happiness and Development*. 6(3), 285-305.
- Sohn, K. (2010). *Considering happiness for economic development: Determinants of happiness in Indonesia*. KIEP Working Paper 10-09. Korea Institute for International Economic Policy (KIEP), Seoul.
- Tổng cục Thống kê và UNICEF. (2021). *Điều tra các mục tiêu phát triển bền vững về trẻ em và phụ nữ Việt Nam 2020-2021. Báo cáo kết quả điều tra*. Tổng cục Thống kê.
- Trần Quý Long. (2023). Hạnh phúc của phụ nữ Việt Nam và các yếu tố ảnh hưởng. *Tạp chí Nghiên cứu Gia đình và Giới*. Số 3.
- Trương Thị Khánh Hà. (2015). Cảm nhận hạnh phúc của người trưởng thành. *Tạp chí Tâm lý học*. Số 11.
- Uthso, N. A., & Akter, N. J. (2022). Determinants of life satisfaction among women of reproductive age (15-49 years) in Bangladesh: A cross-sectional analysis. *PLOS ONE*. 17(10), e0276563. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0276563>.
- Wang, Y., Hu, Z., Yuan, J., & Zhang, K. (2025). Do higher educated people feel happier? - Evidence of Han and minority nationalities from China. *Plos One*. 20(1), e0316236. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0316236>.
- Wei, X., Huang, S. (Sam), Stodolska, M. & Yu, Y. (2015). Leisure time, leisure activities, and happiness in China. *Journal of Leisure Research*. 47(5), 556-576.
- Xu, W., Sun, H., Zhu, B., Bai, W., Yu, X., Duan, R., Kou, C., & Li, W. (2019). Analysis of factors affecting the high subjective well-being of Chinese residents based on the 2014 China family panel study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 16(14), 1-13.
- Yaya, S., Ghosh, S., & Ghose, B. (2019). Subjective happiness, health and quality of life and their sociocultural correlates among younger population in Malawi. *Social Sciences*, 8(2), 1-18.
- Zhou, W. (2014). *Determinants of Korean happiness: A cross-sectional analysis*. Wang, Shun (Ed.). Measuring and explaining subjective well-being in Korea. KDI Research Monograph. 127, No. 2014-02, Korea Development Institute (KDI), Sejong, 82-108.