

MỘT SỐ GIẢI PHÁP QUẢN LÝ TÀI CHÍNH CỦA DU HỌC SINH VIỆT NAM TRONG BỐI CẢNH NỀN KINH TẾ LẠM PHÁT TẠI CÁC NƯỚC CHÂU ÂU

Nguyễn Đức Trí

Trường Đại học Corvinus Budapest - Hungary

Email: nguyenductri342005@gmail.com

Tóm tắt: Trong bối cảnh lạm phát và bất ổn kinh tế, quản lý tài chính trong hành trình du học không chỉ là hành trình học thuật, mà còn là bài học sống động về cách làm chủ tài chính và thích nghi với thế giới đầy biến động.

Từ khóa: Giải pháp, quản lý tài chính, du học sinh Việt Nam, các nước châu Âu.

SOME FINANCIAL MANAGEMENT SOLUTIONS FOR VIETNAMESE INTERNATIONAL STUDENTS IN THE CONTEXT OF INFLATIONARY ECONOMIES IN EUROPEAN COUNTRIES

Nguyen Duc Tri

Corvinus University of Budapest - Hungary

Email: nguyenductri342005@gmail.com

Abstract: In the context of inflation and economic instability, financial management during the study abroad journey is not only an academic journey, but also a vivid lesson on how to master finances and adapt to a volatile world.

Keywords: Solutions, financial management, Vietnamese students studying abroad, European countries.

Nhận bài: 10/04/2025

Phản biện: 15/05/2025

Duyệt đăng: 19/05/2025

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Từ năm 2021 đến nay, lạm phát tại châu Âu gia tăng nhanh chóng và kéo dài, trở thành một trong những mối lo ngại lớn nhất đối với người dân và các nhà hoạch định chính sách. Nguyên nhân chính đến từ khủng hoảng năng lượng do xung đột Nga – Ukraine, chuỗi cung ứng toàn cầu bị gián đoạn bởi đại dịch COVID-19, và các chính sách tài khóa mở rộng nhằm kích thích kinh tế hậu khủng hoảng. Theo thống kê của Eurostat, mức lạm phát trung bình của khu vực Eurozone đã đạt 9,1% vào tháng 8 năm 2022 – một con số cao kỷ lục trong nhiều thập kỷ. Giá thực phẩm, nhiên liệu, nhà ở và các dịch vụ thiết yếu leo thang nhanh chóng, tác động nghiêm trọng đến chi phí sinh hoạt hàng ngày.

Một yếu tố khác ít được đề cập nhưng có ảnh hưởng rõ rệt đến giá cả tại châu Âu là các chính sách thuế quan từ bên ngoài, đặc biệt là từ Hoa Kỳ. Trong nhiệm kỳ của mình, Tổng thống Donald Trump đã áp đặt nhiều loại thuế nhập khẩu mới đối với hàng hóa châu Âu, bao gồm nhôm, thép, sản phẩm nông nghiệp và công nghệ. Những chính sách này không chỉ gây căng thẳng trong quan hệ thương mại quốc tế mà còn làm gia tăng chi phí nhập khẩu, đẩy giá thành hàng hóa tăng cao và tạo thêm áp lực lạm phát lên nền kinh tế châu Âu. Theo Euronews (2024), các biện pháp thuế quan của Mỹ có thể khiến các ngành sản xuất tại châu Âu thêm tổn thương, đồng thời gián tiếp

tác động đến túi tiền của người tiêu dùng – trong đó có cả sinh viên quốc tế.

Tại Hungary, tác giả nhận thấy ảnh hưởng của lạm phát đến đời sống cá nhân. Giá thực phẩm tại các siêu thị tăng từ 20% đến hơn 50% chỉ trong ít tháng; hóa đơn điện, nước và sưởi ấm tăng lên nhiều lần vào mùa đông; trong khi chi phí thuê nhà cũng được điều chỉnh theo quý thay vì theo năm như trước. Sinh viên phải tìm việc làm thêm, thay đổi thói quen tiêu dùng, thậm chí rút ngắn kỳ nghỉ hoặc cắt giảm sinh hoạt để cân đối ngân sách. Trong hoàn cảnh đó, quản lý tài chính cá nhân không còn là kỹ năng “nên có”, mà đã trở thành một “yêu cầu sống còn” đối với du học sinh.

Xuất phát từ bối cảnh trên, bài viết tập trung phân tích một số giải pháp quản lý tài chính phù hợp cho du học sinh Việt Nam tại châu Âu trong thời kỳ lạm phát. Bài viết kết hợp giữa lý thuyết tài chính cá nhân, thông tin từ các báo cáo uy tín và trải nghiệm thực tiễn của chính tác giả, nhằm đưa ra những gợi ý thiết thực, gần gũi và có thể áp dụng ngay vào đời sống sinh viên xa nhà.

II. NỘI DUNG NGHIÊN CỨU

2.1. Một số khái niệm công cụ

* *Lạm phát là gì?*

Về mặt học thuật, Ngân hàng Trung ương châu Âu (ECB) định nghĩa: “*Lạm phát là sự gia tăng liên tục của mức giá chung của hàng hóa và dịch vụ trong nền kinh tế theo thời gian*” (ECB, 2022).

Đây là một định nghĩa nền tảng phản ánh bản chất cốt lõi của lạm phát: giá trị đồng tiền giảm dần do mức giá chung tăng lên.

Trong khi đó, Quỹ Tiền tệ Quốc tế (IMF) bổ sung một góc nhìn đo lường: *“Lạm phát đo lường tốc độ tăng giá của một rổ hàng hóa và dịch vụ được tiêu dùng thường xuyên trong một khoảng thời gian cụ thể”* (IMF, 2023). IMF không chỉ đề cập đến sự tăng giá, mà còn nhấn mạnh vào “tốc độ” và “rổ hàng hóa” – hai yếu tố quan trọng để đánh giá mức độ và phạm vi tác động của lạm phát trong thực tế.

Từ việc so sánh hai định nghĩa trên, có thể thấy rằng: ECB nhấn mạnh bản chất quá trình tăng giá, còn IMF chú trọng phương pháp đo lường và phạm vi ảnh hưởng. Tác giả đề xuất một định nghĩa cá nhân gần với trải nghiệm sinh viên: *“Lạm phát là sự gia tăng đều đặn của chi phí sinh hoạt, tác động trực tiếp đến ngân sách hàng ngày và mức độ ổn định tài chính cá nhân của tôi khi du học.”*

* Quản lý tài chính là gì?

Theo Tổ chức Hợp tác và Phát triển Kinh tế (OECD), *“Quản lý tài chính cá nhân là khả năng đưa ra các quyết định tài chính hợp lý về thu nhập, chi tiêu, tiết kiệm và đầu tư nhằm đảm bảo an toàn tài chính cá nhân trong ngắn hạn và dài hạn”* (OECD, 2023). Định nghĩa này nhấn mạnh đến yếu tố “ra quyết định” và “an toàn tài chính” – hai năng lực nền tảng trong mọi hoàn cảnh sống.

Trong khi đó, Investopedia – một nguồn tham khảo phổ biến – trình bày đơn giản hơn: *“Personal finance involves managing your money, including saving, budgeting, investing, and planning for retirement.”* (Investopedia, 2023). Định nghĩa này thiên về hành động cụ thể, như tiết kiệm, lập ngân sách và đầu tư, với phạm vi bao phủ cả hiện tại và tương lai dài hạn.

Khi so sánh hai định nghĩa, ta thấy OECD nghiêng về khía cạnh tư duy tài chính, còn Investopedia cung cấp cách tiếp cận theo hành vi. Là một sinh viên năm nhất, tôi chưa có khoản đầu tư hay kế hoạch nghỉ hưu nào, nhưng tôi phải đối mặt với bài toán chi tiêu từng ngày. Tác giả đề xuất định nghĩa phản ánh hoàn cảnh của sinh viên: *“Quản lý tài chính cá nhân là kỹ năng tổ chức thu nhập hạn chế để đáp ứng các nhu cầu thiết yếu, đảm bảo an toàn tài chính và tránh rơi vào khủng hoảng chi tiêu khi sống xa nhà.”*

2.2. Vai trò của việc quản lý tài chính

Thứ nhất, quản lý tài chính giúp kiểm soát thu nhập và chi tiêu hiệu quả. Khi biết chính xác

số tiền kiếm được và số tiền và còn lại sau mỗi tháng, sinh viên sẽ chủ động hơn trong các quyết định tài chính.

Thứ hai, quản lý tài chính giúp giảm căng thẳng tinh thần. Theo nhiều nghiên cứu, vấn đề tài chính là một trong những nguyên nhân phổ biến gây lo lắng và mất ngủ. Việc có một kế hoạch tài chính rõ ràng, dù chỉ là những việc đơn giản như lập danh sách mua sắm hay theo dõi hóa đơn hàng tháng, cũng có thể giúp bạn cảm thấy yên tâm và chủ động hơn trước các tình huống bất ngờ.

Thứ ba, quản lý tài chính tốt giúp phòng tránh nợ nần. Trong một xã hội tiêu dùng hiện đại với nhiều hình thức tín dụng linh hoạt, người không có kỹ năng tài chính rất dễ bị “trượt dài” vào bẫy chi tiêu trước – trả sau, dẫn đến mất kiểm soát và gánh nặng nợ nần kéo dài.

Cuối cùng, quản lý tài chính là nền tảng để đạt tới tự do tài chính. Tự do ở đây không chỉ là có nhiều tiền, mà là khả năng làm chủ cuộc sống, làm chủ hoàn cảnh sống, đưa ra lựa chọn mà không bị giới hạn bởi nỗi lo tài chính. Đó có thể là việc nghỉ ngơi một kỳ để học điều mình yêu thích, hay đơn giản là đủ khả năng hỗ trợ gia đình khi cần.

2.3. Vai trò của việc quản lý tài chính đối với du học sinh Việt Nam tại châu Âu

Đối với du học sinh – đặc biệt là du học sinh Việt Nam tại châu Âu – vai trò của quản lý tài chính càng trở nên cấp thiết hơn bao giờ hết. Trước hết, việc sinh sống và học tập ở nước ngoài đòi hỏi sự thích nghi toàn diện với môi trường mới, nơi chi phí sinh hoạt thường cao hơn nhiều so với ở Việt Nam. Trong bối cảnh lạm phát hiện tại khiến chi phí sinh hoạt leo thang một cách đột ngột và khó kiểm soát. Nhiều mặt hàng thiết yếu như thực phẩm, điện, nước, xăng dầu tăng giá liên tục.

Một thách thức khác là nguồn thu nhập hạn chế. Phần lớn du học sinh Việt Nam phụ thuộc vào trợ cấp gia đình, học bổng hoặc công việc làm thêm. Tuy nhiên, quy định visa của các nước châu Âu thường giới hạn thời gian làm việc của sinh viên quốc tế, khiến thu nhập không ổn định. Điều này đòi hỏi sinh viên phải có khả năng cân nhắc, tính toán và ưu tiên trong chi tiêu để đảm bảo các nhu cầu thiết yếu được đáp ứng.

Kỹ năng quản lý tài chính còn giúp du học sinh phát triển bền vững trong môi trường học tập và xã hội quốc tế. Biết lập ngân sách, phân tích rủi ro tài chính cá nhân và điều chỉnh kế hoạch chi tiêu giúp sinh viên trưởng thành, tự lập và chuẩn bị tốt

hơn cho tương lai sau khi tốt nghiệp.

2.4. Một số giải pháp quản lý tài chính của du học sinh Việt Nam trong bối cảnh nền kinh tế lạm phát tại các nước châu Âu

Một là, lập ngân sách cá nhân

Lập ngân sách cá nhân là bước đầu tiên và quan trọng nhất trong quản lý tài chính, đặc biệt đối với du học sinh sống xa nhà, phải tự chủ về mọi mặt đời sống và học tập. Việc lên kế hoạch chi tiêu giúp sinh viên không chỉ kiểm soát được dòng tiền, mà còn giảm bớt áp lực tâm lý liên quan đến tài chính, hạn chế tối đa tình trạng chi tiêu vượt quá khả năng.

Một trong những nguyên tắc lập ngân sách phổ biến là quy tắc **50–30–20**, trong đó: 50% thu nhập được dành cho các nhu cầu thiết yếu như tiền nhà, thực phẩm, điện nước, đi lại; 30% cho các mong muốn cá nhân như giải trí, ăn uống ngoài, mua sắm phi thiết yếu; và 20% cho tiết kiệm hoặc dự phòng khẩn cấp.

Áp dụng nguyên tắc này vào hoàn cảnh thực tế, một sinh viên Việt Nam tại châu Âu có tổng ngân sách khoảng 600 euro/tháng từ gia đình hoặc làm thêm, sẽ chia như sau: khoảng 300 euro cho tiền thuê nhà và thực phẩm, 180 euro cho nhu cầu cá nhân và 120 euro để tiết kiệm hoặc dành cho các chi phí phát sinh bất ngờ như khám bệnh, vé tàu xe khẩn cấp hoặc gia hạn visa.

Việc ghi chép và theo dõi chi tiêu là công cụ hỗ trợ hiệu quả cho lập ngân sách. Thay vì ghi tay hoặc dùng bảng Excel rườm rà, sinh viên có thể sử dụng các ứng dụng tài chính miễn phí như **Money Lover, Spendee hoặc Mint**. Các ứng dụng này giúp tự động phân loại chi tiêu theo mục (nhà ở, ăn uống, đi lại...), gửi cảnh báo khi vượt mức ngân sách và tạo báo cáo cuối tháng để sinh viên đánh giá thói quen tiêu dùng của mình. Cá nhân tôi đã bắt đầu sử dụng Money Lover từ tháng thứ hai khi sang Hungary, và nhận ra rằng mình từng chi đến 25% thu nhập chỉ cho đồ uống tại quán cà phê – một con số tưởng chừng nhỏ nhưng tích lũy lại rất đáng kể.

Hai là, tiết kiệm và tiêu dùng thông minh

Trong bối cảnh lạm phát ngày càng gia tăng, việc chi tiêu hợp lý và tối ưu hóa nguồn lực sẵn có là một trong những giải pháp quan trọng giúp du học sinh duy trì tài chính ổn định. Tiết kiệm không đơn thuần là “không tiêu tiền”, mà là tiêu một cách có chiến lược, lựa chọn đúng thời điểm, đúng nhu cầu và tận dụng tối đa các lợi thế mà sinh viên có thể tiếp cận.

Một trong những cách tiết kiệm hiệu quả nhất là tận dụng ưu đãi dành cho sinh viên. Tại nhiều quốc gia châu Âu, thẻ sinh viên quốc tế (ISIC) hoặc thẻ sinh viên địa phương có thể mang lại hàng loạt giảm giá tại các siêu thị, hiệu sách, rạp chiếu phim, phương tiện công cộng và thậm chí cả các dịch vụ du lịch. Ví dụ, ở Hungary, sinh viên có thể mua vé tàu liên tỉnh với giá chỉ bằng 50% so với giá thông thường. Một chuyến đi Budapest – Vienna có thể giảm từ 30 euro xuống còn khoảng 15 euro, giúp tiết kiệm đáng kể cho các chuyến đi học tập hoặc nghỉ ngơi cuối tuần.

Thói quen tiêu dùng thông minh còn bao gồm cả những hành động nhỏ nhưng có tác động lâu dài, chẳng hạn như: Mang theo bình nước cá nhân để tránh mua nước đóng chai; Nấu ăn tại nhà thay vì ăn ngoài thường xuyên; Lên danh sách trước khi đi siêu thị để tránh mua sắm cảm tính; Mua thực phẩm theo nhóm (gộp chung với bạn cùng nhà) để được giá sỉ hoặc tiết kiệm phí giao hàng.

Ba là, tăng thu nhập hợp pháp

Chủ động tăng thu nhập một cách hợp pháp: Với mức sống ngày càng cao tại châu Âu, việc chỉ dựa vào nguồn trợ cấp từ gia đình có thể khiến sinh viên rơi vào thế bị động hoặc áp lực tài chính kéo dài. Do đó, tìm kiếm các cơ hội làm thêm hoặc công việc tự do phù hợp không chỉ giúp cải thiện ngân sách, mà còn mang lại trải nghiệm thực tế quý báu cho sinh viên.

Hình thức phổ biến nhất là làm thêm bán thời gian (part-time job). Tùy theo quy định visa và luật lao động từng quốc gia, du học sinh có thể được phép làm việc từ 10–20 giờ/tuần trong thời gian học và toàn thời gian vào kỳ nghỉ.

Tuy nhiên, khi lựa chọn việc làm thêm, sinh viên cần ưu tiên tính hợp pháp và phù hợp với lịch học. Làm việc quá sức có thể ảnh hưởng tiêu cực đến kết quả học tập, sức khỏe và chất lượng cuộc sống. Kinh nghiệm cá nhân cho thấy, công việc lý tưởng là công việc linh hoạt, có thể làm vào cuối tuần hoặc buổi tối và không yêu cầu kỹ năng quá cao ở giai đoạn đầu. Với mức lương tối thiểu từ 4–6 euro/giờ ở nhiều nước Đông Âu, sinh viên có thể kiếm thêm từ 150–300 euro/tháng – đủ để bù đắp một phần chi phí sinh hoạt cơ bản.

Bốn là, nâng cao kiến thức tài chính

Một giải pháp có tính lâu dài và bền vững để ứng phó với bối cảnh kinh tế bất ổn là nâng cao kiến thức tài chính cá nhân. Khác với các biện pháp đối phó ngắn hạn như tiết kiệm hay làm thêm, việc hiểu biết và chủ động học hỏi về tài

chính giúp sinh viên đưa ra quyết định chính xác hơn, đồng thời xây dựng tư duy tài chính lành mạnh, từ đó phòng ngừa rủi ro trong tương lai.

Ngày nay, có rất nhiều khóa học về quản lý tài chính cá nhân được cung cấp miễn phí hoặc với chi phí thấp từ các tổ chức giáo dục, ngân hàng và nền tảng học trực tuyến như Coursera, edX, Udemy, hoặc FutureLearn. Các khóa học này thường bao gồm các nội dung cơ bản như: cách lập ngân sách, nguyên tắc tiết kiệm, sử dụng thẻ tín dụng an toàn, đầu tư cơ bản và phân tích rủi ro tài chính. Một số trường Đại học tại châu Âu cũng đã bắt đầu tổ chức hội thảo về tài chính cho sinh viên quốc tế, giúp họ thích nghi với môi trường kinh tế sở tại.

III. KẾT LUẬN VÀ KIẾN NGHỊ

Lạm phát tại châu Âu trong những năm gần đây, đặc biệt là sau đại dịch và các biến động địa chính trị, đã gây ra những ảnh hưởng sâu sắc đến đời sống của mọi tầng lớp, trong đó có du học sinh Việt Nam. Việc giá cả leo thang, chi phí sinh hoạt tăng nhanh, trong khi thu nhập của sinh viên quốc tế vẫn hạn chế, khiến việc quản lý tài chính trở thành một thách thức lớn và cấp thiết.

Trên nền tảng phân tích các khái niệm và trải nghiệm thực tế, bài viết đã đề xuất bốn nhóm giải pháp quản lý tài chính cho du học sinh Việt Nam tại châu Âu, bao gồm: Lập ngân sách cá nhân; Tiết kiệm và tiêu dùng thông minh; Tăng thu nhập hợp pháp; Nâng cao kiến thức tài chính. Những giải pháp này không chỉ giúp sinh viên đối phó hiệu quả với bối cảnh kinh tế hiện tại mà còn là hành trang quan trọng cho sự phát triển lâu dài về tư duy và kỹ năng sống.

Để hỗ trợ du học sinh tốt hơn, bài viết đề xuất một số kiến nghị cụ thể:

Các trường Đại học châu Âu nên tổ chức các khóa học kỹ năng tài chính dành cho sinh viên quốc tế, tập trung vào thực hành và ứng dụng trong đời sống hàng ngày.

Đại sứ quán Việt Nam và Hội sinh viên cần tăng cường hoạt động tư vấn tài chính, hỗ trợ tìm kiếm việc làm hợp pháp và cung cấp thông tin hữu ích về các chính sách địa phương.

Giáo dục tài chính nên được phổ cập sớm trong chương trình Trung học tại Việt Nam, giúp học sinh hình thành tư duy tài chính trước khi bước ra môi trường quốc tế.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. <https://e.vnexpress.net/news/trend/surging-inflation-worries-vietnamese-students-in-europe-4515896.html>
2. <https://www.euronews.com/business/2024/11/04/how-much-could-trumps-tariffs-damage-europes-economy>
3. https://www.ecb.europa.eu/ecb-and-you/explainers/tell-me-more/html/what_is_inflation.en.html#:~:text=Broad%20increase%20in%20prices,today%20than%20you%20could%20yesterday.
4. <https://www.imf.org/external/pubs/ft/fandd/basics/inflat.htm>
5. <https://www.oecd.org/finance/financial-education/>