

CẢM NHẬN HẠNH PHÚC TRONG HOẠT ĐỘNG NGHỀ NGHIỆP CỦA GIÁO VIÊN Ở CÁC TRUNG TÂM GIÁO DỤC HÒA NHẬP

Nguyễn Thị Hải

Chi hội bảo vệ quyền trẻ em tại Phú Thọ

Tóm tắt: Bài viết tập trung phân tích cảm nhận hạnh phúc trong hoạt động nghề nghiệp của giáo viên tại các trung tâm giáo dục hòa nhập. Trên cơ sở tổng hợp các quan điểm lý luận về hạnh phúc và cảm nhận hạnh phúc, nghiên cứu chỉ ra rằng cảm nhận hạnh phúc của giáo viên chịu ảnh hưởng bởi các yếu tố chủ quan như nhận thức nghề nghiệp, năng lực bản thân, mối quan hệ trong công việc, điều kiện kinh tế và phẩm chất cá nhân; cùng các yếu tố khách quan như áp lực công việc, chính sách hỗ trợ và môi trường làm việc. Từ đó, bài viết đề xuất một số biện pháp nhằm nâng cao cảm nhận hạnh phúc cho giáo viên, bao gồm cải thiện chính sách, cải thiện môi trường làm việc và khuyến khích sự thay đổi tích cực từ chính bản thân giáo viên.

Từ khóa: cảm nhận hạnh phúc, giáo viên, trung tâm giáo dục hòa nhập, nghề nghiệp, chính sách hỗ trợ.

PERCEPTIONS OF HAPPINESS IN PROFESSIONAL ACTIVITIES OF TEACHERS AT INCLUSIVE EDUCATION CENTERS

Nguyen Thi Hai

Phu Tho Association for the Protection of Children's Rights

Abstract: The article analyzes the perception of happiness in the professional activities of teachers at inclusive education centers. Based on theoretical perspectives on happiness and subjective well-being, the study identifies both internal factors such as professional awareness, self-efficacy, interpersonal relationships, economic conditions, and personal qualities and external factors, including work pressure, policy support, and the working environment. Accordingly, several measures are proposed to enhance teachers' happiness, including improving educational policies, creating a supportive and friendly work environment, and promoting positive self-development among teachers.

Keywords: happiness perception, teachers, inclusive education centers, profession, policy support.

Nhận bài: 20/08/2025

Phản biện: 20/09/2025

Duyệt đăng: 23/09/2025

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Cảm nhận hạnh phúc là chủ đề được nhiều nhà tâm lý học quan tâm trong những thập kỷ gần đây (Diener et al., 1999; Seligman & Csikszentmihaly, 2000). Theo Diener (2000), hạnh phúc cá nhân bao gồm cảm xúc tích cực và sự hài lòng với cuộc sống. Trong bối cảnh xã hội hiện nay, áp lực học tập, công việc và cuộc sống ngày càng gia tăng, kéo theo nhiều vấn đề về sức khỏe tinh thần, đặc biệt ở trẻ có rối loạn phát triển như tự kỷ, tăng động, chậm trí tuệ.

Giáo viên tại các trung tâm giáo dục hòa nhập không chỉ dạy học mà còn trực tiếp hỗ trợ, can thiệp cho học sinh có hoàn cảnh đặc biệt, do đó họ phải đối mặt với nhiều áp lực và thách thức nghề nghiệp. Cảm nhận hạnh phúc nghề nghiệp của họ có ý nghĩa quan trọng, ảnh hưởng đến chất lượng giáo dục và sự phát triển của học sinh.

Trong bối cảnh Việt Nam hướng tới xây dựng “Trường học hạnh phúc” theo Quyết định 2589/QĐ-TTg (2013), việc nghiên cứu cảm nhận hạnh phúc của giáo viên tại các trung tâm giáo dục hòa nhập là cần thiết, góp phần nâng cao chất lượng đội ngũ và tạo môi trường giáo dục tích cực.

II. NỘI DUNG NGHIÊN CỨU

2.1. Khái niệm về cảm nhận hạnh phúc

“Cảm nhận” là sự nhận biết bằng cảm tính hoặc giác quan, thể hiện phản ứng chủ quan của con người trước hiện tượng, sự vật. “Hạnh phúc” (happiness) được hiểu theo nhiều góc độ: là trạng thái mãn nguyện, vui vẻ kéo dài (Từ điển tâm lý), là sự may mắn, tốt lành (Đào Duy Anh), hay là cảm xúc tích cực khi con người được thỏa mãn nhu cầu và mục tiêu sống (Diener et al., 2002; Seligman, 2002). Theo các triết gia cổ đại như Plato và Aristotle, hạnh phúc là mục tiêu tối thượng, là sự hài lòng với cuộc sống và những điều giản dị. Các học giả hiện đại coi hạnh phúc vừa là trải nghiệm cảm xúc, vừa là trạng thái tâm lý tích cực thể hiện sự hài lòng, ý nghĩa và niềm vui trong cuộc sống (Haybron, 2008; Ben-Shahar, 2007).

Ở Việt Nam, nhiều tác giả tiếp cận hạnh phúc dưới góc nhìn nhân văn, coi đó là cảm giác sung sướng, dễ chịu khi con người thỏa mãn nhu cầu hoặc là kết quả của nỗ lực và trí tuệ trong cuộc sống (Nguyễn Đình Xuân, 1999; Hương Giang, 1999). Từ tổng hợp các quan điểm, có thể hiểu rằng: Hạnh phúc là cảm nhận chủ quan của con

người về sự hài lòng và những điều tốt đẹp trong cuộc sống, được hình thành qua trải nghiệm và đánh giá cá nhân.

2.2. Các yếu tố ảnh hưởng đến cảm nhận hạnh phúc đối với giáo viên ở các trung tâm giáo dục hòa nhập

2.2.1. Các yếu tố chủ quan

Nhận thức nghề nghiệp: Cảm nhận hạnh phúc của giáo viên chịu ảnh hưởng mạnh từ cách họ nhìn nhận về nghề dạy học, mức độ coi trọng công việc và ý nghĩa nghề nghiệp trong môi trường giáo dục hòa nhập. Nhận thức tích cực giúp giáo viên yêu nghề, gắn bó và cảm thấy hạnh phúc hơn.

Năng lực và sự tự tin bản thân: Khi giáo viên tin tưởng vào năng lực chuyên môn của mình, họ dễ đạt được cảm giác hài lòng và hạnh phúc trong công việc. Sự tự tin tạo động lực phấn đấu, khẳng định giá trị cá nhân và ý nghĩa nghề nghiệp.

Mối quan hệ trong công việc: Các mối quan hệ tích cực giữa giáo viên với đồng nghiệp, cán bộ quản lý và học sinh tạo nên môi trường làm việc thân thiện, gắn kết và hỗ trợ lẫn nhau. Mối quan hệ tốt giúp giảm căng thẳng, tăng hiệu quả công việc và cảm nhận hạnh phúc.

Mức sống và điều kiện kinh tế: Thu nhập ổn định giúp giáo viên yên tâm công tác, toàn tâm với nghề. Ngược lại, thu nhập thấp hoặc thiếu ổn định có thể làm giảm động lực và mức độ hài lòng nghề nghiệp, từ đó ảnh hưởng đến cảm nhận hạnh phúc.

Phẩm chất nhân cách và cảm xúc cá nhân: Những đặc điểm như lòng biết ơn, sự đồng cảm, tinh thần trách nhiệm và cảm xúc tích cực đối với công việc giúp giáo viên cảm thấy hạnh phúc hơn trong quá trình giảng dạy và tương tác hằng ngày.

2.2.2. Các yếu tố khách quan

Áp lực công việc: Nghề giáo đòi hỏi nhiều nỗ lực và trách nhiệm, đặc biệt trong môi trường giáo dục hòa nhập. Áp lực vừa phải có thể trở thành động lực phát triển, nhưng áp lực quá lớn nếu không được giải tỏa sẽ ảnh hưởng tiêu cực đến sức khỏe thể chất, tinh thần và hạnh phúc của giáo viên.

Chính sách hỗ trợ của Nhà nước: Các chính sách đãi ngộ, tiền lương, phụ cấp và điều kiện làm việc đóng vai trò then chốt trong việc đảm bảo đời sống vật chất và tinh thần cho giáo viên. Chính sách phù hợp giúp họ an tâm công tác và cảm thấy được trân trọng.

Môi trường làm việc: Môi trường sư phạm an toàn, thân thiện, có cơ sở vật chất đầy đủ và sự hợp tác giữa đồng nghiệp sẽ góp phần nâng cao tinh thần làm việc và cảm nhận hạnh phúc của giáo viên tại trung tâm giáo dục hòa nhập.

2.3. Biện pháp nhằm nâng cao cảm nhận hạnh phúc đối với giáo viên ở các trung tâm giáo dục hòa nhập

2.3.1. Cải thiện chính sách đối với các GV tại các trung tâm giáo dục hòa nhập

Để giảm các áp lực trong công việc và nâng cao được cảm nhận hạnh phúc (CNHP) cho giáo viên tại các Trung tâm (TT) giáo dục hòa nhập (GDHN) thì việc các cấp, ngành từ địa phương tới trung ương cần trước tiên cần phải có sự quan tâm, xây dựng quan điểm tích cực đối với nghề nghiệp, công việc của những người làm việc tại các Trung tâm GDHN.

Trước sự phát triển về kinh tế, khoa học công nghệ như hiện nay, một bộ phận trong cộng đồng xã hội đã không hài lòng với những thay đổi về mục tiêu giáo dục về giáo dục đối với nhóm HS khuyết tật, mắc các chứng “bệnh lạ”,...tuy nhiên, việc đào tạo các GV này chưa thực sự được chú trọng, quan tâm, đầu tư vào chất lượng GV dạy học tại các cơ sở, trung tâm GDHN mà các mục chỉ hướng tới giáo dục cho các HS “bình thường”, các mục tiêu GD hướng tới sự phát triển con người trong thời kỳ mới, thời kỳ khoa học công nghệ, giáo dục STEM, trí tuệ nhân tạo AI,...biểu hiện rõ nhất là trong tuyển sinh đầu vào của ngành GD, nhiều năm gần đây, ngành Sư phạm còn là sự lựa chọn ưu tiên của các HS giỏi, mà chủ yếu là các em HS có gia đình truyền thống GD, gia đình không có điều kiện về “tài chính”,...những HS học giỏi, gia đình có điều kiện thì cũng không chọn ngành sư phạm làm mục tiêu, nhóm những em này thường chọn du học, hoặc các ngành kinh tế, ngoại thương, công nghệ khoa học,...việc này cũng khiến GV cũng bị ảnh hưởng ít nhiều tới ngay từ chất lượng đầu vào. Chính vì vậy, nhằm cải thiện được tình trạng chất lượng GV ngay từ đầu vào, Nhà nước, Bộ GD & ĐT cần có những động thái tích cực, thúc đẩy những HS giỏi, ưu tú chọn ngành Sư phạm và tăng cường tuyên truyền để phụ huynh HS, cộng đồng xã hội và cả các em HS hiểu rõ ý nghĩa và mục đích của giáo dục nói chung, GDHN nói riêng trong giai đoạn hiện nay.

Ngoài ra, Nhà nước cần tăng cường cải thiện cơ chế, chính sách bảo vệ các GV, GV tại các trung tâm GDHN trên cơ sở pháp luật như Luật Giáo dục, các văn bản pháp luật đối với ngành GD trao quyền lợi nhiều hơn cho các GV trong quá trình dạy học, đặc biệt là các GV tham gia dạy học, chăm sóc HS tại các Trung tâm GDHN. Các chính sách không chỉ định hướng chung cho ngành GD mà cần phải có chính sách “đặc biệt” đối với những hoạt động GD mang tính chất đặc biệt như ở các Trung tâm GDHN. Cùng với đó, việc tăng cường bồi dưỡng nâng cao năng lực sư phạm, kỹ năng sư phạm cho GV tại các Trung tâm Giáo dục hòa nhập là hết sức cần thiết, việc này cần sự hỗ trợ cả về tài chính, thời gian và điều kiện của Nhà nước, các tổ chức, trung tâm GDHT,... trong việc giúp các GV tại Trung tâm GDHN nâng cao trình độ, tiếp cận phương pháp về GDHN quốc tế, xây dựng phương pháp GDHN qua các công trình nghiên cứu,...

2.3.2. *Cải thiện môi trường làm việc, cơ sở vật chất tại các trung tâm giáo dục hòa nhập*

Về bản chất, môi trường làm việc của GV tại các trung tâm giáo dục hòa nhập là môi trường GD. Tuy nhiên, môi trường làm việc ở các Trung tâm GDHN có nhiều đặc điểm khác biệt so với môi trường GD ở các bậc phổ thông. Môi trường GD được hiểu là ngoài những điều kiện về cơ sở vật chất ra thì mối quan hệ hài hòa giữa GV với GV, giữa GV với CBQP, GV với HS,... là điều kiện tốt nhất để thực hiện các hoạt động giáo dục. Tuy nhiên, môi trường GD tại các Trung tâm GDHN có những áp lực, căng thẳng với các GV. Chính vì vậy, một môi trường làm việc của các GV thân thiện thì GV cảm thấy vui vẻ, tích cực, tràn ngập năng lượng,... để thực hiện các hoạt động GD của các GV. Ngược lại, nếu GV làm việc trong môi trường có nhiều mâu thuẫn thì tâm trạng không thoải mái mà họ thiếu đi động lực trong các hoạt động GD trong môi trường đó. Chính vì vậy, môi trường làm việc của GV tại các trung tâm giáo dục hòa nhập sẽ gây ảnh hưởng đến chất lượng dạy học của các GV ở đây.

Giám đốc, ban quản lý các TT GDHN cần tạo lên bầu không khí làm việc vui vẻ, đoàn kết cho các GV, cán bộ nhân viên ở các trung tâm bằng cách thay đổi công tác quản lý từ quản lý theo hiệu quả công việc bằng quản lý theo năng lực người GV. Xây dựng môi trường làm việc thân

thiện, trên tinh thần vì trẻ em có hoàn cảnh “đặc biệt khó khăn”, vì một cộng đồng không có sự phân biệt đối xử, tôn trọng và bình đẳng.

Về trang thiết bị hỗ trợ giảng dạy tại các TT GDHN cần được cung cấp đủ công cụ dạy học chuyên biệt như máy tính, phần mềm ứng dụng hỗ trợ, thiết bị đa giác quan, thiết bị trợ lực,... Việc trang bị ngoài nguồn tài chính của các TT GDHN thì cũng có thể huy động từ nguồn xã hội hoá, các tổ chức GD phi chính phủ, sự hỗ trợ của Sở GD, chính quyền tại địa phương,...

Các các TT GDHN bố trí phòng GV yên tĩnh, có khu vực nghỉ ngơi, trao đổi chuyên môn, nghiệp vụ về hoạt động GDHN, đây có thể xem là nơi tái tạo năng lượng, tinh thần của các GV sau những giờ căng thẳng trong hoạt động giáo dục trẻ tại trung tâm GDHN.

Các các TT GDHN đầu tư, cải tạo cơ sở vật chất phù hợp, xây dựng phòng học, phòng sinh hoạt tập thể, lối đi dễ dàng, thân thiện với HS khuyết tật, giảm áp lực cho GV khi hỗ trợ các em trong các hoạt động tại trung tâm GDHN.

Cuối cùng, ở các TT GDHN cũng cần giảm thiểu áp lực bằng cách hạn chế số lượng công việc hành chính, kiêm nhiệm cả việc dạy học cho GV để họ dành nhiều thời gian hơn trong công tác bồi dưỡng, phát triển chuyên môn, nâng cao chất lượng dạy học và đồng thời cũng giúp những người GV này tăng cảm nhận hạnh phúc trong nghề nghiệp, công việc của họ.

2.3.3. *Sự thay đổi từ chính bản thân giáo viên tại các trung tâm giáo dục hòa nhập*

Đối với các GV tại trung tâm giáo dục hòa nhập, ngoài sự chăm lo, quan tâm từ các cấp quản lý, lãnh đạo trung tâm, ngành GD địa phương thì bản thân mỗi GV cũng có những hiểu biết về cảm nhận hạnh phúc đối với nghề nghiệp, công việc hiện tại của mình đang làm. Chính vì vậy, mỗi GV cần nên biết cách tự bồi dưỡng, nâng cao trình độ, phát triển năng lực, thay đổi phương pháp GD, kỹ năng GD trẻ khuyết tật, trẻ có những khó khăn về nhận thức,... để đáp ứng được mục tiêu giáo dục ở các trung tâm, cơ sở GDHN.

Trong mọi ngành nghề, công việc, việc thay đổi của bản thân người thực hiện công việc đó sẽ là giải pháp chống lại sự “tụt hậu” với thời đại. Trong ngành GD, giáo dục tại các TT GDHN thì sự thay đổi từ chính bản thân GV là điều kiện tiên quyết giúp GV không bị tụt hậu và giáo dục

mới có thể hoàn thành được mục tiêu, ý nghĩa của ngành nghề được cho là có nhiều đặc thù, khó khăn, căng thẳng tâm lý,... Không những vậy, sự thay đổi tích cực từ chính bản thân GV cũng sẽ giúp họ tăng cảm nhận hạnh phúc nghề nghiệp, tự tin hoạt giáo dục của mình tại các TT GDHN. Các GV có thể tự thay đổi bản thân qua mỗi ngày ở trung tâm GDHN thông qua các hoạt động phát triển bản thân, kỹ năng giáo dục sư phạm,... Ngoài ra, GV tại các TT GDHN cũng cần thay đổi nhận thức tích cực hơn về công việc nghề nghiệp của bản thân trên tinh thần vì con người, cộng đồng xã hội, vì những đứa trẻ không có may mắn,...

Cảm nhận hạnh phúc của các GV tại các TT GDHN phụ thuộc vào cả yếu tố vật chất lẫn tinh thần. Bằng cách kết hợp đa dạng các biện pháp,

các trung tâm GDHN có thể giúp GV giảm căng thẳng, tăng động lực và gắn bó lâu dài với nghề nghiệp mà họ đã cống hiến một cách âm thầm trong nhiều năm tại các TT GDHN.

III. KẾT LUẬN

Cảm nhận hạnh phúc của giáo viên ở các trung tâm giáo dục hòa nhập chịu tác động bởi nhiều yếu tố chủ quan và khách quan. Trong đó, nhận thức nghề nghiệp, năng lực bản thân, mối quan hệ trong công việc, mức sống và phẩm chất cá nhân giữ vai trò quan trọng bên trong mỗi giáo viên, trong khi áp lực nghề nghiệp, chính sách hỗ trợ và môi trường làm việc là những yếu tố bên ngoài có ảnh hưởng đáng kể. Việc nâng cao cảm nhận hạnh phúc cho giáo viên cần được xem là nhiệm vụ trọng tâm nhằm duy trì động lực, hiệu quả công tác và chất lượng giáo dục hòa nhập.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Phan Thị Mai Hương, TS Nguyễn Đình Mạnh (2009), Các yếu tố ảnh hưởng đến tính tích cực xã hội của học sinh – sinh viên, Tạp chí Tâm lý học (số 3), tr 22 – 34.
2. Trần Thị Minh Đức. (2009). Giáo trình tham vấn tâm lí. Hà Nội: NXB Đại học quốc gia Hà Nội.
3. Corey L.M.Keyes, Emory University (2002), *The mental health continuum: From Languishing to Flourishing in Life*, Journal of health and Social Research (June), pp. 207 – 222.