

TỔNG QUAN TÌNH HÌNH NGHIÊN CỨU VỀ PHONG CÁCH GIÁO DỤC GIA ĐÌNH ẢNH HƯỞNG ĐẾN KHẢ NĂNG PHỤC HỒI TÂM LÝ CỦA SINH VIÊN

Trần Minh Thư, Lê Bảo Cát Tường
Sinh viên ngành Tâm lý học, Trường Đại học Sài Gòn
Đặng Thị Thanh Hà
Trường Đại học Sài Gòn
Email: dttha@sgu.edu.vn

Tóm tắt: Bài viết tổng hợp và phân tích các công trình nghiên cứu có liên quan đến phong cách giáo dục gia đình và khả năng phục hồi tâm lý của sinh viên và cung cấp bức tranh tổng quan về xu hướng nghiên cứu trong lĩnh vực này. Dữ liệu nghiên cứu được hệ thống hóa cụ thể với các công trình trải dài từ năm 2020 đến năm 2025, thu thập từ hệ thống Pubmed với phần mềm hỗ trợ VOSviewer đã tạo ra biểu đồ trực quan với 2 khái niệm trung tâm là “parenting styles” và “psychological resilience”, hình thành các cụm nghiên cứu có liên quan đến trầm cảm vị thành niên, hành vi nguy cơ, động lực học tập và một số nhánh nghiên cứu khác được biểu diễn thông qua biểu đồ. Đồng thời, biểu đồ cũng cho thấy các nghiên cứu tập trung vào đối tượng thanh thiếu niên, đối tượng sinh viên đại học vẫn còn nhiều khoảng trống. Kết quả trên cho thấy việc mở rộng nghiên cứu chuyên biệt hơn về đối tượng sinh viên là cần thiết trong bối cảnh chuyển tiếp sang môi trường học tập độc lập.

Từ khóa: phong cách giáo dục, gia đình, khả năng phục hồi tâm lý, sinh viên

AN OVERVIEW OF RESEARCH ON THE INFLUENCE OF FAMILY EDUCATIONAL STYLE ON STUDENTS' PSYCHOLOGICAL RESILIENCE

Abstract: This article reviews and synthesizes recent research on parenting styles and students' psychological resilience in order to identify major scholarly trends and research gaps in this field. A bibliometric analysis was conducted on publications from 2020 to 2025 retrieved from the PubMed database and analyzed using VOSviewer to generate a visual knowledge map centered on the key concepts of “parenting styles” and “psychological resilience.” The analysis reveals several prominent research clusters, including adolescent depression, risk behaviors, learning motivation, and related psychological and educational outcomes. The findings further indicate that the existing literature predominantly concentrates on adolescent populations, while research focusing on university students remains relatively limited. These results suggest a critical need for more systematic and targeted investigations of psychological resilience among university students, particularly within the context of their transition to more autonomous learning environments.

Keywords: educational style; family; psychological resilience; students.

Nhận bài: 24/02/2026

Phản biện: 24/03/2026

Duyệt đăng: 28/03/2026

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Sự gia tăng của các vấn đề như trầm cảm, lo âu, và những biểu hiện khó khăn về mặt tâm lý ở độ tuổi thanh thiếu niên ngày càng lớn và đa dạng. Một số nghiên cứu chỉ ra rằng tỉ lệ mắc các triệu chứng trầm cảm tự báo cáo ở thanh thiếu niên trên toàn cầu ở mức cao từ năm 2001 đến năm 2020 là 34%. Tỉ lệ hiện mắc các chứng rối loạn trầm cảm nặng là 8%, trong khi tỉ lệ hiện mắc suốt đời có thể lên đến gần 20%. Điểm đáng chú ý hơn trong kết quả nghiên cứu là tỷ lệ triệu chứng trầm cảm nặng đã gia tăng từ 24% trong giai đoạn 2001-2010 lên 37% trong giai đoạn 2011-2020 (Shorey et al., 2022). Tuổi vị thành niên là giai đoạn đầy biến động, trong quá trình trưởng thành về mặt nhận thức xã hội đã đòi hỏi thanh thiếu niên phải chọn lọc và vượt qua những mâu thuẫn tâm lý nội tại để hình thành nên một nhân cách phù hợp với các quy chuẩn xã hội. Sự đòi hỏi này có thể

trở thành nơi khiến một số thanh thiếu niên bị tổn thương và dẫn đến rối loạn tâm lý, trong khi một số khác sẽ có khả năng thích nghi tích cực khi đối mặt với nghịch cảnh. Trong tâm lý học, khả năng phục hồi thường đề cập đến khả năng của một cá nhân trong việc hạn chế hoặc loại trừ những tác động bất lợi của các yếu tố gây căng thẳng, chẳng hạn như chấn thương hoặc bị kịch (Wen et al., 2023). Một số nghiên cứu đã chứng minh rằng khả năng phục hồi đóng vai trò như một cơ chế bảo vệ quan trọng đối với thanh niên khi phải đối mặt với sự biến động trong quá trình phát triển và những nghịch cảnh tâm lý (Trong Dam et al., 2023; Ding et al., 2023; Ledesma, 2014). Nhiều nghiên cứu gần đây cho thấy khả năng phục hồi tâm lý không chỉ là đặc điểm của nội tại cá nhân, mà nó còn chịu ảnh hưởng bởi các yếu tố môi trường khác, trong đó phong cách giáo dục của

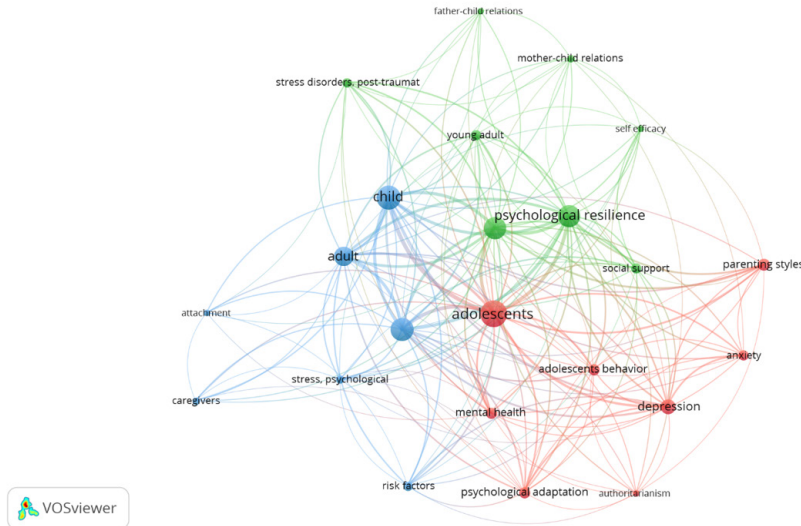
cha mẹ góp phần hình thành và phát triển khả năng phục hồi tâm lý ở thanh thiếu niên (Chen et al., 2022; Ding et al., 2023; Cheong et al., 2023). Với phong cách giáo dục bao bọc quá mức hay kiểm soát chặt chẽ có thể làm suy giảm khả năng phục hồi của thanh thiếu niên trước các khó khăn tâm lý (Ding et al., 2023). Tăng cường tình cảm gia đình và khuyến khích thanh thiếu niên chia sẻ cảm xúc của mình là rất quan trọng để nâng cao sức khỏe tinh thần của họ (Trong Dam et al., 2023). Những cách nuôi dạy mang tính hỗ trợ và khuyến khích sự tự chủ có liên quan đến mức độ thích nghi tâm lý cao hơn, trong khi việc hình thành mối quan hệ tiêu cực giữa cha mẹ và con cái có thể làm suy giảm khả năng điều chỉnh cảm xúc khi đối mặt với nghịch cảnh (Yoon et al., 2022; Feldman, 2023). Tuy nhiên, phần lớn các nghiên cứu hiện có tập trung chủ yếu vào trẻ em và thanh thiếu niên, trong khi đó, sinh viên đại học là nhóm đang trải qua nhiều thay đổi trong giai đoạn chuyển tiếp qua tuổi trưởng thành, vẫn chưa được quan tâm đầy đủ trong các nghiên cứu trước đây. Do đó, nghiên cứu kỳ vọng góp phần làm cơ sở khoa học cho các nghiên cứu tiếp theo liên quan đến đề tài này.

II. NỘI DUNG NGHIÊN CỨU

2.1. Phương pháp nghiên cứu

Nghiên cứu này sử dụng phương pháp phân tích trích lượng thư mục VOSviewer nhằm tổng hợp và phân tích các xu hướng nghiên cứu liên quan đến mối liên hệ giữa phong cách giáo dục của cha mẹ và khả năng phục hồi tâm lý. Dữ liệu nghiên cứu được thu thập dựa trên cơ sở dữ liệu PubMed từ năm 2020 đến năm 2026, đây là một trong những cơ sở dữ liệu uy tín và được truy cập rộng rãi về lĩnh vực khoa học sức khỏe và tâm lý học. Quá trình tìm kiếm tài liệu được thực hiện thông qua chức năng tìm kiếm nâng cao của PubMed. Cụ thể chuỗi tìm kiếm được sử dụng như sau: (“parenting style*” OR “parental bonding” OR “parent-child relationship”) AND (resilience OR “psychological resilience”) AND (journal article[Publication Type]). Để đảm bảo độ tin cậy và tính phù hợp của dữ liệu, một số bộ lọc được áp dụng trong quá trình tìm kiếm. Cụ thể, nghiên cứu chỉ lựa chọn các bài báo toàn văn, các nghiên cứu được thực hiện trên đối tượng là con người, và thuộc các nhóm tuổi bao gồm: trẻ

em (6 - 12 tuổi), thanh thiếu niên (13 – 18 tuổi) và người trưởng thành trẻ (19 – 24 tuổi). Ngoài ra, các bản thảo chưa được bình duyệt trước khi công bố cũng được loại ra khỏi tệp dữ liệu. Sau khi áp dụng các tiêu chí tìm kiếm và bộ lọc trên, tổng cộng 104 bài báo đã được truy xuất từ cơ sở dữ liệu PubMed. Các tài liệu được truy xuất sau đó được tiến hành sàng lọc thủ công thông qua việc xem xét tiêu đề và tóm tắt của các bài báo nhằm đánh giá mức độ liên quan với chủ đề nghiên cứu. Những bài báo không đề cập trực tiếp đến mối quan hệ giữa phong cách giáo dục của cha mẹ và khả năng phục hồi tâm lý được loại khỏi tệp dữ liệu. Sau quá trình sàng lọc, tổng cộng 67 bài báo đã được lựa chọn làm tập dữ liệu cuối cùng để tiến hành phân tích trích lượng thư mục. Dữ liệu thu thập được phân tích bằng phần mềm VOSviewer (phiên bản 1.6.20). Biểu đồ được tạo thông qua tùy chọn “Create a map based on bibliographic data” với phương pháp phân tích đồng xuất hiện từ khóa. Trong quá trình thiết lập phân tích, đơn vị phân tích được lựa chọn là tất cả các từ khóa và phương pháp đếm “full counting” được sử dụng để xác định tần suất xuất hiện của các từ khóa trong tập dữ liệu. Ngưỡng xuất hiện tối thiểu của từ khóa được thiết lập là 3 lần, nhằm đảm bảo rằng chỉ những từ khóa có tần suất xuất hiện đủ lớn mới được đưa vào phân tích. Sau khi phần mềm xác định các từ khóa đáp ứng tiêu chí trên, các từ khóa này tiếp tục được kiểm tra và sàng lọc thủ công nhằm loại bỏ những từ khóa trùng lặp về ý nghĩa hoặc không liên quan trực tiếp đến chủ đề nghiên cứu. Bước xử lý này giúp cải thiện độ chính xác của bản đồ mạng lưới và đảm bảo rằng các cụm chủ đề được hình thành phản ánh đúng nội dung của lĩnh vực nghiên cứu. Trong biểu đồ này (Hình 1), mỗi nút đại diện cho một từ khóa, kích thước của nút phản ánh tần suất xuất hiện của từ khóa trong các nghiên cứu, trong khi các đường liên kết thể hiện mức độ liên quan giữa các chủ đề nghiên cứu. Các từ khóa có mức độ liên kết cao được phần mềm tự động nhóm thành các cụm chủ đề khác nhau, qua đó giúp xác định các hướng nghiên cứu chính trong lĩnh vực này. Phân tích trích lượng thư mục cho phép nghiên cứu cung cấp một cái nhìn tổng quan về xu hướng nghiên cứu và mối liên hệ giữa các chủ đề nghiên cứu.



Hình 1: Biểu đồ tổng quan tình hình nghiên cứu về phong cách giáo dục gia đình ảnh hưởng đến khả năng phục hồi tâm lý của sinh viên

2.2. Nội dung

Các nghiên cứu liên quan trực tiếp đến phong cách giáo dục và khả năng phục hồi tâm lý được chú ý trong những năm gần đây, đặc biệt trong 67 bài báo có liên quan được nhóm nghiên cứu chất lọc thì số lượng gia tăng rõ rệt là từ sau năm 2014 cho đến nay. Điều này cho thấy sự quan tâm ngày càng lớn của cộng đồng khoa học đến vai trò phong cách giáo dục của cha mẹ đến sự hình thành khả năng phục hồi tâm lý. Đồng thời, việc nghiên cứu từ khóa cho phép xác định và phân loại các hướng nghiên cứu chính trong lĩnh vực này. Kết quả cho thấy các nghiên cứu về phong cách giáo dục và khả năng phục hồi tâm lý được tập trung vào 3 hướng nổi bật như sau: (1) Sức khỏe tâm thần ở thanh thiếu niên. (2) Khả năng phục hồi tâm lý và các yếu tố bảo vệ, (3) Nền tảng hình thành tâm lý và mối quan hệ gắn bó.

2.2.1. Sức khỏe tâm thần của thanh thiếu niên

Một hướng nghiên cứu nổi bật trong lĩnh vực này có liên quan đến sức khỏe tâm thần của thanh thiếu niên. Các từ khóa như “depression”, “anxiety”, “mental health” và “adolescents” xuất hiện với tần suất cao và có mức độ liên kết mạnh với từ khóa “parenting styles”. Điều này cho thấy nhiều nghiên cứu đang tập trung xem xét mối vai trò của phong cách giáo dục ảnh hưởng đến những khó khăn tâm lý trong giai đoạn phát triển quan trọng này. Nghiên cứu của Ding và cộng sự (2023) cho thấy phong cách giáo dục tiêu cực của

cha mẹ có liên quan đến mức độ trầm cảm cao hơn ở thanh thiếu niên, nghiên cứu cũng cho thấy mối quan hệ cũng bị ảnh hưởng bởi yếu tố nhận thức của trẻ. Tương tự, nghiên cứu của Dam và cộng sự (2023) cũng chỉ ra sự gắn kết gia đình, chất lượng mối quan hệ cha mẹ và con cái đóng vai trò quan trọng trong việc giảm thiểu các nguy cơ dẫn đến sức khỏe tâm thần ở thanh thiếu niên. Các từ khóa cũng được liên kết mạnh mẽ với “adolescent” như “adolescents behavior” và “psychological adaptation” đã phản ánh sự quan tâm của các nghiên cứu đối với quá trình điều chỉnh hành vi và khả năng thích ứng tâm lý của tuổi vị thành niên đến sự phát triển lâu dài. Một số nghiên cứu thực nghiệm đã cho thấy các phong cách giáo dục mang tính hỗ trợ và khuyến khích sự tự chủ có mức độ thích nghi tâm lý tốt hơn, ít xuất hiện triệu chứng lo âu và trầm cảm hơn ở thanh thiếu niên (Yoon và cộng sự, 2022).

2. Khả năng phục hồi tâm lý và các yếu tố bảo vệ

Một chủ đề nghiên cứu khác được thể hiện rõ rệt trong mạng lưới từ khóa có liên quan đến vai trò của khả năng phục hồi tâm lý và đây được xem như một nguồn lực quan trọng trong việc giúp cá nhân thích nghi với nghịch cảnh và khó khăn tâm lý của giai đoạn phát triển quan trọng này. Từ khóa “psychological resilience” xuất hiện với mức độ cao và nằm ở vị trí trung tâm trong mạng

lưới và có sự liên kết chặt chẽ với các từ khóa như “social support”, “self efficacy”, “young adult” và “stress disorders, post-traumatic”, Điều này cho thấy các nghiên cứu trong lĩnh vực này ngày càng quan tâm đến các yếu tố bảo vệ giúp giảm thiểu tác động tiêu cực của stress và thúc đẩy sự thích nghi tích cực. Đồng thời, sự kết nối giữa từ khóa khả năng phục hồi với các từ khóa liên quan đến mối quan hệ của cha mẹ và con cái như “father - child relations” và “mother – child relations” cho thấy rõ vai trò của cha mẹ đóng góp rất lớn đến khả năng phục hồi tâm lý. Nghiên cứu về mối quan hệ gia đình và khả năng phục hồi ở thanh thiếu niên sống trong bối cảnh khó khăn (Yuli Li và cộng sự, 2018) cho thấy sự gắn bó tích cực với cha mẹ và cảm nhận được sự hỗ trợ từ gia đình có liên quan đến mức độ khả năng phục hồi cao hơn, đồng thời giúp giảm tác động tiêu cực của stress và nghịch cảnh. Ngoài ra, các nghiên cứu gần đây cũng mở rộng hướng tiếp cận theo hướng xem xét khả năng phục hồi trong bối cảnh học tập và phát triển của người trẻ, trong đó nhấn mạnh vai trò của các nguồn lực cá nhân như tự hiệu quả và động lực học tập. Chẳng hạn, nghiên cứu về khả năng phục hồi học tập và tự hiệu quả ở sinh viên (Shengyao và cộng sự, 2024) cho thấy các yếu tố tâm lý tích cực này có thể giúp sinh viên thích nghi tốt hơn với áp lực học tập và các thay đổi trong giai đoạn chuyển tiếp sang tuổi trưởng thành.

2.2.2. Nền tảng phát triển tâm lý và vai trò của mối quan hệ gắn bó

Ngoài việc phản ánh các khía cạnh sức khỏe tâm thần của thanh thiếu niên và khả năng phục hồi thì mạng lưới từ khóa cũng cho thấy một hướng nghiên cứu quan trọng của mối quan hệ gắn bó liên quan đến vòng đời phát triển tâm lý. Với từ khóa như “attachment”, “caregivers”, “risk factors”, “stress, psychological” phản ánh sự quan tâm của cộng đồng nghiên cứu về những yếu tố nền tảng đến từ người chăm sóc. Hướng nghiên cứu này đề cập đến các trải nghiệm sớm trong gia đình có thể ảnh hưởng đến sự phát triển cảm xúc, hành vi và khả năng thích nghi tâm lý trước nghịch cảnh đối với các giai đoạn phát triển khác nhau. Chẳng hạn, nghiên cứu về mối quan hệ gắn bó gia đình đối với thành

công về học tập, tâm lý và xã hội của trẻ em da đen nghèo (Anderson RE, 2018) đã cho thấy rằng với những trẻ có chỉ số về khó khăn trong mối quan hệ gia đình cao (liên quan đến mức độ căng thẳng, xung đột trong gia đình) tỉ lệ nghịch với chỉ số sẵn sàng đến trường, nhóm trẻ này không có sự chuẩn bị về mặt cảm xúc, tâm lý và xã hội để có thể dễ dàng hòa nhập với môi trường trường học. Nghiên cứu về mối quan hệ gắn bó cha mẹ và sự phát triển tâm lý sau sang chấn ở người trẻ trưởng thành (Yuli Li và cộng sự, 2018) cho thấy quan hệ gắn bó tích cực góp phần tăng mức độ thích nghi với nghịch cảnh cao hơn. Kết quả trên cũng cho thấy việc quan hệ gia đình tích cực được hình thành từ sớm có thể đóng vai trò khuôn mẫu ảnh hưởng đến quá trình điều chỉnh cảm xúc trong giai đoạn trưởng thành. Điều này cho thấy vai trò của mối quan hệ gia đình, các phong cách giáo dục đến từ cha mẹ không chỉ tác động ở thời thơ ấu mà nó còn có ý nghĩa trong việc giải thích sự khác biệt cá nhân về khả năng thích nghi tâm lý trong giai đoạn trưởng thành. Nhìn chung sự kết nối giữa các từ khóa chăm sóc, gắn bó và stress cho thấy các nghiên cứu trong lĩnh vực này không chỉ chú trọng đến kết quả tâm lý ở một giai đoạn cụ thể mà còn hướng đến quá trình hiểu rõ các tác động lâu dài. Trong đó, môi trường gia đình đóng vai trò trung tâm trong việc hình thành khả năng thích ứng tâm lý và sức khỏe tâm thần cá nhân.

III. KẾT LUẬN

Đã có nhiều nghiên cứu trong và ngoài nước về phong cách giáo dục và khả năng phục hồi tâm lý của trẻ em và thanh thiếu niên với những chủ đề như: Sức khỏe tâm thần; Khả năng phục hồi tâm lý và các yếu tố bảo vệ; Nền tảng hình thành tâm lý và mối quan hệ gắn bó... Tuy nhiên những nghiên cứu với chủ đề nêu trên với đối tượng sinh viên đại học vẫn chưa được quan tâm đầy đủ trong các nghiên cứu trước đây. Tổng quan tình hình nghiên cứu có liên quan đến phong cách giáo dục gia đình và khả năng phục hồi tâm lý của sinh viên đã cung cấp bức tranh tổng quan về xu hướng nghiên cứu trong lĩnh vực này, làm cơ sở kế thừa cho các nghiên cứu trong giai đoạn hiện nay và sắp tới.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- Anderson, R. E. (2018). And still we rise: Parent-child relationships, resilience, and school readiness in low-income urban Black families. *Journal of Family Psychology, 32*(1), 60–70.
- Chen, X., Lu, J., Ran, H., et al. (2022). Resilience mediates the relationship between parenting style and school bullying victimization among Chinese children and adolescents. *BMC Public Health, 22*, 2246.
- Cheong, Y., Zhu, Q., Wang, C., Patel, A., & Ye, Y. (2023). The roles of parenting, resilience, and interpersonal relationships on adolescents' mental health and stress-related growth during COVID-19. *Journal of Adolescence, 95*(8), 1641–1652.
- Ding, X., Zheng, L., Liu, Y., Zhang, W., Wang, N., Duan, H., & Wu, J. (2023). Parenting styles and psychological resilience: The mediating role of error monitoring. *Biological Psychology, 180*, 108587.
- Feldman, R. (2023). Father contribution to human resilience. *Development and Psychopathology, 35*(5), 2402–2419.
- Li, Y., Xing, A., Chen, X., Lou, F., & Cao, F. (2018). Posttraumatic growth and parental bonding in young adults of parents with physical disabilities: Testing the mediation model of resilience. *Psychology, Health & Medicine, 23*(6), 661–667.
- Shengyao, Y., Salarzadeh Jenatabadi, H., Mengshi, Y., et al. (2024). Academic resilience, self-efficacy, and motivation: *The role of parenting style. Scientific Reports, 14*, 5571.
- Shorey, S., Ng, E. D., & Wong, C. H. (2022). Global prevalence of depression and elevated depressive symptoms among adolescents: A systematic review and meta-analysis. *British Journal of Clinical Psychology, 61*(2), 287–305.
- Trong Dam, V. A., Do, H. N., Vu, T. B., Vu, K. L., Do, H. M., Nguyen, N. T., Nguyen, T. T., Vu, T. M., Nguyen, T. P., Auquier, P., Boyer, L., Fond, G., Latkin, C. A., Ho, C. S. H., & Ho, R. C. M. (2023). Associations between parent-child relationship, self-esteem, and resilience with life satisfaction and mental wellbeing of adolescents. *Frontiers in Psychiatry.*
- Yoon, S., Maguire-Jack, K., Knox, J., & Ploss, A. (2021). Socio-ecological predictors of resilience development over time among youth with a history of maltreatment. *Child Maltreatment, 26*(2), 162–171.
- Zheng, W., Wen, L., Huang, Y., Huang, L., Yan, C., Chen, J., & Qu, M. (2024). The mediating role of childhood maltreatment in the association between residence migration and adolescent depression. *Journal of Affective Disorders, 346*, 42–48.