

CUỘC SỐNG TỐT ĐẸP CỦA NGƯỜI CAO TUỔI DƯỚI GÓC ĐỘ HÀI LÒNG VỚI CUỘC SỐNG: ĐIỂM LUẬN TÀI LIỆU

NGUYỄN THỊ THANH HUYỀN
Viện Xã hội học và Tâm lý học

Nhận bài ngày 01/6/2026. Sửa chữa xong 25/6/2026. Duyệt đăng 01/7/2026.

Abstract

This article reviews the literature on the good life of older adults from the perspective of life satisfaction. The findings indicate that health, family, social support, economic conditions, and housing are key factors influencing life satisfaction among older adults. Existing studies consistently identify life satisfaction as an important indicator of quality of life and the aging process. However, research in Vietnam has mainly focused on identifying factors associated with life satisfaction, while limited attention has been given to older adults' subjective perceptions of what constitutes a good life based on their own lived experiences. The study highlights the need for further research adopting a more person-centered approach to better understand the well-being of older adults in the Vietnamese context.

Keywords: Older adults, good life, life satisfaction, aging, quality of life.

1. Đặt vấn đề

Già hóa dân số đang trở thành một xu hướng nổi bật trên thế giới cũng như ở Việt Nam, đặt ra yêu cầu ngày càng cao trong việc nâng cao chất lượng cuộc sống của người cao tuổi. Bên cạnh các điều kiện vật chất và sức khỏe, cảm nhận chủ quan của người cao tuổi về cuộc sống ngày càng được quan tâm trong nghiên cứu khoa học. Trong đó, sự hài lòng với cuộc sống được xem là một chỉ báo quan trọng phản ánh mức độ đánh giá tích cực của cá nhân đối với cuộc sống của mình. Nhiều nghiên cứu cho thấy người cao tuổi có mức độ hài lòng với cuộc sống cao thường cảm nhận cuộc sống ý nghĩa, tích cực và tốt đẹp hơn. Vì vậy, việc tiếp cận cuộc sống tốt đẹp của người cao tuổi dưới góc độ hài lòng với cuộc sống có ý nghĩa quan trọng trong việc hiểu rõ các yếu tố góp phần nâng cao chất lượng sống của nhóm dân số này.

2. Phương pháp nghiên cứu

Bài viết sử dụng phương pháp nghiên cứu tài liệu, các dữ liệu thứ cấp được sử dụng là những tài liệu về chuyên ngành tâm lý học và các ngành thuộc về khoa học xã hội khác. Cách thức điểm luận nghiên cứu được thực hiện qua các bước như: xây dựng bộ từ khóa và tìm ra tiêu chí để lựa chọn các tài liệu phù hợp với mục tiêu bài viết đặt ra. Tìm kiếm tài liệu trên hệ thống cơ sở dữ liệu, đọc và phân loại tài liệu thành các nhóm vấn đề và cuối cùng là tổng hợp và phân tích các loại tài liệu đó. Những điểm trống các vấn đề nghiên cứu còn bỏ ngỏ sẽ là cơ sở định hướng cho các nghiên cứu tiếp theo. Điểm luận tài liệu được chia thành các bước như sau: *Xây dựng bộ từ khóa cho vấn đề nghiên cứu; Xây dựng các tiêu chí lựa chọn tài liệu phù hợp; Sàng lọc tài liệu và lựa chọn sử dụng tài liệu.* Kết quả ban đầu cho thấy đã tìm ra được rất nhiều tài liệu, nhưng do nội dung tài liệu không phù hợp với mục tiêu nghiên cứu để ra nên chúng tôi đã loại bớt và sử dụng những tài liệu phù hợp với vấn đề mình nghiên cứu. Các kết quả của bài viết được sắp xếp theo những hướng liên quan đến chủ đề nghiên cứu như: nghiên cứu cuộc sống tốt đẹp của người cao tuổi từ góc độ hài lòng cuộc sống ở nước ngoài và nghiên cứu cuộc sống tốt đẹp của người cao tuổi từ góc độ hài lòng cuộc sống ở Việt Nam.

Email: minhhanh08@gmail.com

3. Kết quả nghiên cứu

3.1. Hướng nghiên cứu cuộc sống tốt đẹp của người cao tuổi từ góc độ hài lòng cuộc sống ở nước ngoài

Hướng nghiên cứu về cuộc sống tốt đẹp (well-being) của người cao tuổi thông qua mức độ hài lòng cuộc sống (life satisfaction) từ lâu đã là một chủ đề trung tâm trong các nghiên cứu về lão khoa, tâm lý học phát triển và xã hội học trên thế giới. Nhìn từ góc độ quốc tế, sự hài lòng cuộc sống không chỉ là một chỉ báo mang tính chủ quan đơn thuần, mà là một quá trình nhận thức - đánh giá tổng thể về toàn bộ quá trình sống, giúp phác họa bức tranh toàn diện về chất lượng già hóa của mỗi cá nhân.

3.1.1. Các nghiên cứu về sức khỏe người cao tuổi là yếu tố quan trọng ảnh hưởng đến sự hài lòng với cuộc sống

Khi đi sâu vào các khía cạnh cụ thể, các nghiên cứu trên thế giới đã chứng minh rằng sự hài lòng cuộc sống chủ quan chịu tác động mạnh mẽ bởi yếu tố sức khỏe thể chất và chức năng. Theo Ng, S. T., và cộng sự (2017), trong một nghiên cứu về điều gì ảnh hưởng đến sự hài lòng với cuộc sống của nhóm người cao tuổi nhất ở Trung Quốc kết quả cho thấy, các yếu tố có liên quan đáng kể đến sự hài lòng với cuộc sống gồm: giới tính, học vấn, nơi cư trú, sức khỏe tự đánh giá, năng lực nhận thức, khám sức khỏe định kỳ, tình trạng kinh tế tương đối, an sinh xã hội/bảo hiểm thương mại, sống cùng gia đình và dịch vụ xã hội tại cộng đồng. Trong đó, sức khỏe và tình trạng kinh tế là hai nhóm yếu tố dự báo quan trọng nhất. Hay nghiên cứu của Papi & Cheraghi (2021), khi nghiên cứu những yếu tố liên quan đến sự hài lòng với cuộc sống người cao tuổi ở Iran kết quả cho thấy, sự hài lòng với cuộc sống có liên quan có ý nghĩa thống kê với tình trạng việc làm, trình độ học vấn, giới tính, tình trạng hôn nhân, nguồn thu nhập, sức khỏe, nhận thức và hỗ trợ xã hội.

Cũng trong vấn đề này nghiên cứu của Celik và cộng sự (2018), khi nói đến các yếu tố ảnh hưởng đến sự hài lòng với cuộc sống ở người cao tuổi Thổ Nhĩ Kỳ chỉ ra rằng mức độ hài lòng với cuộc sống của người cao tuổi ở mức trung bình. Các yếu tố làm giảm sự hài lòng gồm: nghèo, sức khỏe tự đánh giá thấp, suy giảm chức năng thể chất, khó khăn trong nhai, hạn chế làm việc nhà, cảm giác trầm cảm và thu mình xã hội. Ngược lại, kết hôn, trình độ học vấn cao hơn và có việc làm tạo thu nhập góp phần nâng cao sự hài lòng với cuộc sống. Trong khi đó, Lee và cộng sự (2020) nhấn mạnh vai trò trong cả hai nhóm người cao tuổi, sự hài lòng với cuộc sống tăng dần theo thời gian, trong khi triệu chứng trầm cảm giảm dần. Đối với nhóm từ 80 tuổi trở lên, sự hài lòng với quan hệ gia đình, sức khỏe tự đánh giá và lòng tự trọng có ảnh hưởng rõ rệt đến sự hài lòng cuộc sống và trầm cảm; trong đó tác động của quan hệ gia đình mạnh hơn so với nhóm 65–69 tuổi. Ngoài ra, nhiều nghiên cứu cũng khẳng định rằng sức khỏe là một trong những yếu tố quan trọng nhất quyết định sự hài lòng với cuộc sống của người cao tuổi. Sức khỏe không chỉ bao gồm tình trạng thể chất mà còn liên quan đến sức khỏe tâm thần, chức năng nhận thức và khả năng duy trì các hoạt động sống thường ngày. Nghiên cứu của Bramhankar và cộng sự (2023) trên 65.562 người từ 45 tuổi trở lên tại Ấn Độ cho thấy sức khỏe thể chất và sức khỏe tâm thần có ảnh hưởng mạnh mẽ đến sự hài lòng cuộc sống. Kết quả chỉ ra rằng những người tự đánh giá sức khỏe tốt có khả năng hài lòng với cuộc sống cao gấp gần năm lần so với những người đánh giá sức khỏe kém. Đồng thời, trầm cảm được xác định là yếu tố có tác động mạnh nhất đến sự hài lòng cuộc sống khi những người không có triệu chứng trầm cảm có khả năng hài lòng cao gấp gần ba lần so với nhóm có triệu chứng. Ngoài ra, các vấn đề về nhận thức như Alzheimer, sa sút trí tuệ và suy giảm nhận thức đều có mối liên hệ tiêu cực với sự hài lòng cuộc sống. Kết quả nghiên cứu cho thấy sức khỏe thể chất và tinh thần đóng vai trò nền tảng trong việc duy trì cảm nhận tích cực về cuộc sống ở tuổi già.

Ở góc độ phát triển theo thời gian, Hansen và Blekesaune (2022) cho rằng mối quan hệ giữa sức khỏe và hạnh phúc chủ quan thay đổi theo quá trình lão hóa. Kết quả này cho thấy mặc dù người cao tuổi có thể thích nghi với nhiều thay đổi trong cuộc sống, nhưng những hạn chế về sức khỏe vẫn là rào cản lớn đối với việc duy trì sự hài lòng cuộc sống ở tuổi rất cao.

Bên cạnh các bằng chứng thực nghiệm, Rowe và cộng sự (1997) trong mô hình già hóa thành công

đã nhấn mạnh vai trò trung tâm của sức khỏe đối với chất lượng cuộc sống ở tuổi già. Theo các tác giả, sự hài lòng cuộc sống là kết quả của sự tương tác giữa việc giảm thiểu nguy cơ bệnh tật, duy trì chức năng thể chất và nhận thức ở mức cao, đồng thời tích cực tham gia vào các hoạt động của cuộc sống. Quan điểm này cho thấy sức khỏe không chỉ là điều kiện để kéo dài tuổi thọ mà còn là nền tảng giúp người cao tuổi duy trì tính độc lập, năng lực hoạt động và cảm nhận tích cực về cuộc sống.

Như vậy, tổng hợp các nghiên cứu cho thấy sức khỏe là một trong những yếu tố có ảnh hưởng quan trọng nhất đến sự hài lòng với cuộc sống của người cao tuổi. Không chỉ sức khỏe thể chất mà các khía cạnh liên quan như khả năng thực hiện hoạt động sinh hoạt hằng ngày, chức năng nhận thức, sức khỏe tâm thần, lòng tự trọng và tình trạng trầm cảm đều có mối liên hệ chặt chẽ với mức độ hài lòng cuộc sống. Nhìn chung, người cao tuổi có sức khỏe tốt, duy trì được tính độc lập trong sinh hoạt và có trạng thái tâm lý tích cực thường có mức độ hài lòng cuộc sống cao hơn. Ngược lại, suy giảm sức khỏe, hạn chế chức năng và các vấn đề tâm lý tiêu cực có thể làm giảm đáng kể cảm nhận tích cực về cuộc sống. Những kết quả này cho thấy việc duy trì và nâng cao sức khỏe thể chất lẫn tinh thần là điều kiện quan trọng để cải thiện sự hài lòng với cuộc sống của người cao tuổi.

3.1.2. Các nghiên cứu về gia đình, hỗ trợ xã hội và các mối quan hệ là những yếu tố ảnh hưởng đến sự hài lòng cuộc sống

Bên cạnh sức khỏe, gia đình, hỗ trợ xã hội và các mối quan hệ xã hội luôn được xem là những yếu tố nhằm nâng cao sự hài lòng trong cuộc sống của người cao tuổi hiện nay. Nhiều nghiên cứu cho thấy người cao tuổi không chỉ cần được đáp ứng các nhu cầu vật chất mà còn cần được duy trì các mối quan hệ tích cực với gia đình, bạn bè và cộng đồng để cảm nhận cuộc sống có ý nghĩa và hạnh phúc hơn.

Nghiên cứu của Ng, S. T., và cộng sự (2017) tại Trung Quốc cho thấy sự hài lòng với cuộc sống của người cao tuổi chịu ảnh hưởng đáng kể bởi các yếu tố xã hội, trong đó việc sống cùng gia đình và được tiếp cận các dịch vụ xã hội tại cộng đồng có mối liên hệ tích cực với mức độ hài lòng cuộc sống. Kết quả này cho thấy gia đình và mạng lưới hỗ trợ xã hội đóng vai trò quan trọng trong việc nâng cao chất lượng cuộc sống ở tuổi già. Cũng trong vấn đề này Lee và cộng sự (2020) khi nghiên cứu người cao tuổi tại Hàn Quốc tiếp tục khẳng định tầm quan trọng của các mối quan hệ gia đình đối với sự hài lòng cuộc sống. Kết quả cho thấy sự hài lòng trong quan hệ gia đình có ảnh hưởng rõ rệt đến sự hài lòng cuộc sống và sức khỏe tâm thần của người cao tuổi, đặc biệt ở nhóm từ 80 tuổi trở lên. So với các yếu tố khác, tác động của quan hệ gia đình thậm chí còn mạnh hơn ở nhóm tuổi cao, phản ánh vai trò ngày càng quan trọng của sự gắn kết gia đình trong giai đoạn cuối của cuộc đời.

Ở một góc độ rộng hơn, Bramhankar và cộng sự (2023) dựa trên dữ liệu Khảo sát Lão hóa Theo chiều dọc tại Ấn Độ (LASI Wave-1) với 65.562 người từ 45 tuổi trở lên đã cho thấy vai trò quan trọng của gia đình, hỗ trợ xã hội và các mối quan hệ đối với sự hài lòng với cuộc sống của người cao tuổi. Kết quả nghiên cứu cho thấy người cao tuổi sống một mình có mức hài lòng cuộc sống thấp hơn so với những người sống cùng vợ/chồng hoặc con cái. Đồng thời, việc tham gia các hoạt động xã hội và duy trì các hành vi hỗ trợ người khác, chẳng hạn như hỗ trợ tài chính cho người thân, đều có mối liên hệ tích cực với sự hài lòng cuộc sống. Ngược lại, những người thường xuyên trải nghiệm sự ngược đãi hoặc phân biệt đối xử trong cuộc sống hằng ngày có xu hướng đánh giá thấp hơn về mức độ hài lòng với cuộc sống. Những phát hiện này cho thấy sự gắn kết gia đình, sự tham gia xã hội và chất lượng các mối quan hệ xã hội là những nguồn lực quan trọng giúp người cao tuổi duy trì cảm nhận tích cực về cuộc sống, đồng thời góp phần thúc đẩy quá trình lão hóa lành mạnh.

Kudo và cộng sự (2007) nghiên cứu về sự hài lòng với cuộc sống người cao tuổi ở Nhật Bản cho thấy, Người cao tuổi khỏe mạnh, có nghề nghiệp, tham gia hoạt động xã hội, có sở thích, sống cùng vợ/chồng hoặc gia đình con cái, có thu nhập cao và duy trì thói quen tốt cho sức khỏe có mức hài lòng cao hơn. Ngược lại, người cao tuổi phụ thuộc chăm sóc có điểm hài lòng thấp hơn rõ rệt, đặc biệt ở nhóm sống tại cơ sở dưỡng lão.

Nghiên cứu của Wu, Yang và Tian (2024) sử dụng dữ liệu từ nghiên cứu về Sức khỏe và Hưu trí của

Trung Quốc năm 2018 (CHARLS) nhằm xem xét mối quan hệ giữa tham gia xã hội và sự hài lòng cuộc sống của người cao tuổi Trung Quốc. Kết quả cho thấy tham gia xã hội có liên quan tích cực đến mức độ hài lòng với cuộc sống của người cao tuổi; mức độ đa dạng của hoạt động xã hội càng cao thì sự hài lòng càng lớn. Cảm giác cô đơn giảm và sức khỏe tự đánh giá tốt hơn đóng vai trò trung gian trong mối quan hệ này. Tác động tích cực rõ hơn ở người cao tuổi nông thôn và nhóm thiếu sự đồng hành của gia đình.

Như vậy, xuất phát từ những góc độ khác nhau, các nghiên cứu đều cho rằng gia đình và mạng lưới xã hội cung cấp cho người cao tuổi nguồn hỗ trợ về vật chất, tinh thần và cảm xúc, giúp họ giảm bớt cảm giác cô đơn, tăng cường cảm giác được yêu thương, tôn trọng và thuộc về cộng đồng. Đây là những nhu cầu tâm lý đặc biệt quan trọng trong giai đoạn tuổi già khi các nguồn lực cá nhân có xu hướng suy giảm. Người cao tuổi sống trong môi trường gia đình hòa thuận, nhận được sự quan tâm từ người thân và duy trì được các mối quan hệ xã hội tích cực thường có mức độ hài lòng cuộc sống cao hơn. Ngược lại, sự cô lập xã hội, thiếu hỗ trợ hoặc các mối quan hệ tiêu cực có thể làm suy giảm đáng kể cảm nhận hạnh phúc và sự hài lòng với cuộc sống ở tuổi già.

3.1.3. Sự suy giảm sức khỏe theo tuổi tác và hài lòng cuộc sống

Bên cạnh những nghiên cứu về các yếu tố như sức khỏe, gia đình, hỗ trợ xã hội và các mối quan hệ... ảnh hưởng đến sự hài lòng cuộc sống của người cao tuổi còn có một số nghiên cứu tiếp cận theo chiều dọc để xem xét sự thay đổi của hài lòng cuộc sống theo quá trình lão hóa. Hướng nghiên cứu này không chỉ quan tâm đến các yếu tố ảnh hưởng mà còn tập trung khám phá quỹ đạo biến đổi của hạnh phúc và sự hài lòng cuộc sống theo thời gian. Điển hình là nghiên cứu của Hansen và Blekesaune (2022), sử dụng dữ liệu theo chiều dọc từ ba đợt khảo sát của nghiên cứu NorLAG tại Na Uy giai đoạn 2002–2017 với 4.944 người trong độ tuổi từ 40 đến 90 tuổi nhằm kiểm định lại giả thuyết về “nghịch lý hạnh phúc tuổi già”. Kết quả cho thấy hạnh phúc chủ quan nhìn chung ổn định hoặc gia tăng từ tuổi trung niên đến khoảng 70–75 tuổi, phản ánh khả năng thích nghi tâm lý của người cao tuổi trước những thay đổi trong cuộc sống. Tuy nhiên, sau độ tuổi này, hạnh phúc chủ quan bắt đầu suy giảm đáng kể. Sự suy giảm sức khỏe thể chất, mất người bạn đời và mất các mối quan hệ bạn bè thân thiết được xác định là những yếu tố dự báo mạnh nhất của xu hướng này. Nghiên cứu kết luận rằng mặc dù người cao tuổi có khả năng thích ứng với những thay đổi của tuổi già, nhưng ở giai đoạn tuổi rất cao, những mất mát về sức khỏe và các mối quan hệ xã hội khiến mức độ hạnh phúc và sự hài lòng cuộc sống suy giảm rõ rệt. Kết quả này cho thấy sự hài lòng cuộc sống không phải là trạng thái cố định mà có sự biến đổi theo tiến trình lão hóa và chịu tác động bởi những thay đổi trong điều kiện sống của người cao tuổi.

Như vậy, qua phần điểm luận các nghiên cứu nước ngoài về cuộc sống tốt đẹp của người cao tuổi từ góc độ hài lòng cuộc sống cho thấy đây là một hướng tiếp cận quan trọng nhằm đánh giá chất lượng cuộc sống và kết quả của quá trình lão hóa. Các nghiên cứu đều thống nhất rằng sự hài lòng cuộc sống là một chỉ báo chủ quan phản ánh cách người cao tuổi nhìn nhận, đánh giá và cảm nhận về cuộc sống của mình dựa trên những trải nghiệm tích lũy trong suốt vòng đời. Kết quả điểm luận cho thấy có ba hướng nghiên cứu nổi bật:

Thứ nhất, sức khỏe thể chất, sức khỏe tâm thần và chức năng nhận thức được xem là những yếu tố nền tảng quyết định sự hài lòng cuộc sống của người cao tuổi.

Thứ hai, gia đình, hỗ trợ xã hội và các mối quan hệ đóng vai trò như những nguồn lực quan trọng giúp người cao tuổi duy trì cảm giác được yêu thương, gắn kết và có ý nghĩa trong cuộc sống.

Thứ ba, các nghiên cứu theo chiều dọc cho thấy sự hài lòng cuộc sống không phải là trạng thái bất biến mà thay đổi theo tiến trình lão hóa, chịu tác động bởi sự suy giảm sức khỏe, những biến cố cuộc sống và sự thay đổi trong các mối quan hệ xã hội.

3.2. Hướng nghiên cứu cuộc sống tốt đẹp của người cao tuổi từ góc độ hài lòng cuộc sống ở Việt Nam

Tại Việt Nam, cùng với xu hướng già hóa dân số ngày càng gia tăng, các nghiên cứu về người cao tuổi cũng nhận được nhiều sự quan tâm từ các nhà nghiên cứu và nhà hoạch định chính sách. Trong đó, cuộc sống tốt đẹp của người cao tuổi thường được tiếp cận thông qua sự hài lòng với cuộc sống, sức khỏe, điều kiện kinh tế và các mối quan hệ xã hội. Kết quả các nghiên cứu cho thấy sự hài lòng với cuộc sống của người cao tuổi chịu tác động bởi nhiều yếu tố khác nhau, phản ánh đặc điểm văn hóa gia đình và bối cảnh xã hội Việt Nam trong quá trình già hóa dân số.

Trong số các nghiên cứu về sự hài lòng với cuộc sống của người cao tuổi tại Việt Nam, một hướng tiếp cận đáng chú ý tập trung vào vai trò của các hoạt động sinh hoạt hằng ngày và cách thức sử dụng thời gian. Các nghiên cứu theo hướng này cho rằng việc phân bổ thời gian cho lao động, nghỉ ngơi, chăm sóc bản thân và tham gia các hoạt động xã hội không chỉ phản ánh điều kiện sống mà còn có ảnh hưởng trực tiếp đến cảm nhận hài lòng cuộc sống của người cao tuổi. Theo đó, Phan Thuận (2022), khi nghiên cứu về “Mối quan hệ giữa khuôn mẫu sử dụng thời gian cho hoạt động tạo ra thu nhập với sự hài lòng cuộc sống của người cao tuổi ở thành phố Cần Thơ” cho thấy, có 41,6% người cao tuổi trong độ tuổi 60 – 75 vẫn tiếp tục tham gia các hoạt động tạo thu nhập, chủ yếu là tự buôn bán/kinh doanh, lao động được trả lương, hoặc sản xuất nông nghiệp. Tuy nhiên, một điểm đáng lưu ý là những người cao tuổi làm việc quá 5 giờ/ngày có mức độ hài lòng cuộc sống thấp hơn so với những người làm việc dưới mức đó. Điều này cho thấy, lao động ở tuổi già tuy có thể mang lại giá trị vật chất và cảm giác hữu ích, nhưng nếu vượt quá giới hạn thể chất sẽ gây tác động tiêu cực đến chất lượng sống.

Tiếp theo, nghiên cứu của Trịnh Thái Quang và cộng sự (2021) khi sử dụng dữ liệu từ điều tra quốc gia về người cao tuổi Việt Nam (VNAS 2011), xem xét mối quan hệ giữa sức khỏe, quan hệ liên thế hệ và sự hài lòng cuộc sống của người cao tuổi Việt Nam. Kết quả cho thấy có thu nhập đủ sống, sức khỏe tốt và mối quan hệ tích cực với con cái là những yếu tố quan trọng làm gia tăng sự hài lòng cuộc sống ở cả khu vực nông thôn và thành thị. Nghiên cứu nhấn mạnh rằng ngoài sức khỏe, các mối quan hệ gia đình, thì mối quan hệ với con cái trưởng thành có vai trò rất quan trọng đối với sự hài lòng cuộc sống của người cao tuổi Việt Nam.

Mặt khác, nghiên cứu về hạnh phúc tài chính chủ quan và sự hài lòng cuộc sống của người cao tuổi Việt Nam của Giang, L. T., & Nguyen, T. D. (2022) cho thấy thu nhập, tài sản và tình trạng sức khỏe có liên quan chặt chẽ đến cảm nhận về an sinh tài chính. Đặc biệt, cảm nhận chủ quan về sự đảm bảo tài chính có tác động tích cực đến sự hài lòng cuộc sống mạnh hơn các chỉ báo kinh tế khách quan. Điều này cho thấy cách người cao tuổi đánh giá tình trạng kinh tế của bản thân quan trọng không kém mức thu nhập thực tế. Như vậy, sự hài lòng với cuộc sống của người cao tuổi tại Việt Nam là một khái niệm đa chiều, được cấu thành từ cả hai nhóm yếu tố: khách quan (như sức khỏe thể chất, thu nhập, chất lượng nhà ở) và chủ quan (như cảm nhận an sinh tài chính, chất lượng giấc ngủ và sự gắn kết gia đình). Các nghiên cứu thực tiễn đã phác họa một bức tranh rõ nét về lối sống và tâm lý của người cao tuổi trong bối cảnh già hóa dân số hiện nay.

4. Kết luận

Qua điểm luận các công trình nghiên cứu trong và ngoài nước về cuộc sống tốt đẹp (well-being) của người cao tuổi dưới góc độ hài lòng cuộc sống (life satisfaction) cho thấy có ba nội dung chủ yếu ảnh hưởng đến sự hài lòng với cuộc sống của người cao tuổi. Đầu tiên là yếu tố về sức khỏe thể chất, sức khỏe tâm thần, chức năng nhận thức và khả năng tự chủ trong các hoạt động sinh hoạt hằng ngày. Thứ hai, gia đình, quan hệ liên thế hệ, sự hỗ trợ xã hội và mức độ tham gia các hoạt động cộng đồng đóng vai trò quan trọng trong việc giúp người cao tuổi duy trì cảm giác được yêu thương, gắn kết và có ý nghĩa trong cuộc sống. Cuối cùng, các điều kiện kinh tế, nhà ở và cảm nhận về an sinh tài chính cũng có ảnh hưởng đáng kể đến sự hài lòng cuộc sống của người cao tuổi.

Tại Việt Nam, các nghiên cứu về sự hài lòng cuộc sống của người cao tuổi chủ yếu tập trung vào các yếu tố như sức khỏe, điều kiện kinh tế, chất lượng nhà ở, khuôn mẫu sử dụng thời gian, an sinh tài chính và hệ vi mô quan hệ gia đình. Kết quả thực tiễn nhìn chung cho thấy rằng sự hài lòng cuộc sống

của người cao tuổi được cấu thành từ sự tác động của các yếu tố cá nhân, gia đình và xã hội. Tuy nhiên, một giới hạn mang tính hệ thống của các công trình hiện nay là xu hướng tiếp cận mang tính thực tiễn - chủ yếu dừng lại ở việc nghiên cứu các yếu tố ảnh hưởng và đo lường mức độ hài lòng thông qua các thang đo định lượng sẵn có. Ngược lại, những hướng tiếp cận đi sâu vào cấu trúc trải nghiệm chủ quan - tức là cách bản thân người cao tuổi tự diễn giải, gán ý nghĩa và cảm nhận về một “cuộc sống tốt đẹp” từ chính những trải nghiệm sống của họ - vẫn còn tương đối hạn chế. Vì vậy, việc điểm luận những công trình nghiên cứu của các tác giả trong và ngoài nước nhằm hệ thống hóa lý thuyết, tổng hợp các hướng nghiên cứu. Từ đó, tạo tiền đề cho việc nghiên cứu chuyên sâu hơn nhằm phác họa bức tranh tổng thể cảm nhận chủ quan về một cuộc sống tốt đẹp của người cao tuổi hiện nay.

Tài liệu tham khảo

- Bramhankar, R., Kundu, S., & Laxmi, V. (2023). Health, social support, and life satisfaction among older adults in India: Evidence from LASI Wave-1. *Journal of Gerontological Social Work*, 66(4), 482–501. <https://doi.org/10.1080/01634372.2022.2163758>
- Celik, S. S., Celik, Y., Hikmet, N., & Khan, M. M. (2018). Factors affecting life satisfaction of older adults in Turkey. *International Journal of Aging and Human Development*, 87(4), 392–414. <https://doi.org/10.1177/0091415017740677>.
- Giang, L. T., & Nguyen, T. D. (2022). An empirical investigation on subjective financial well-being and life satisfaction of older adults in Vietnam. *Corvinus Journal of Sociology and Social Policy*, 13(1), 25–48. <https://doi.org/10.14267/CJSSP.2022.1.2>.
- Hansen, T., & Blekesaune, M. (2022). The age and well-being “paradox”: A longitudinal and multidimensional reconsideration. *European Journal of Ageing*, 19(4), 1277–1286. <https://doi.org/10.1007/s10433-022-00709-y>.
- Kudo, H., Izumo, Y., Kodama, H., Watanabe, M., Hatakeyama, R., Fukuoka, Y., Kudo, H., Yaegashi, Y., & Sasaki, H. (2007). Life satisfaction in older people. *Geriatrics & Gerontology International*, 7(1), 15–20. <https://doi.org/10.1111/j.1447-0594.2007.00362.x>.
- Lee, S. W., Choi, J. S., & Lee, M. (2020). Life satisfaction and depression in the oldest old: A longitudinal study. *International Journal of Aging and Human Development*, 91(1), 37–59. <https://doi.org/10.1177/0091415019843448>.
- Ng, S. T., Tey, N. P., & Asadullah, M. N. (2017). What matters for life satisfaction among the oldest-old? Evidence from China. *PLOS ONE*, 12(2), e0171799. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0171799>.
- Papi, S., & Cheraghi, M. (2021). *Multiple factors associated with life satisfaction in older adults*. *Menopause Review/Przegląd Menopauzalny*, 20(2), 65–71. <https://doi.org/10.5114/pm.2021.107025>.
- Phan Thuận (2022). Mối quan hệ giữa khuôn mẫu sử dụng thời gian làm việc nhà với sự hài lòng cuộc sống của người cao tuổi ở thành phố Cần Thơ. *Tạp chí Khoa học Học viện Phụ nữ Việt Nam*, 20(4).
- Rowe, J. W., & Kahn, R. L. (1997). Successful aging. *The Gerontologist*, 37(4), 433–440. <https://doi.org/10.1093/geront/37.4.433>.
- Tran, T. Q., & Vu, H. V. (2018). A microeconomic analysis of housing and life satisfaction among the Vietnamese elderly. *Quality & Quantity*, 52(2), 849–867. <https://doi.org/10.1007/s11135-017-0492-9>.
- Trinh, Q. T., Yiengprugsawan, V. S., & Kendig, H. (2021). Older people's life satisfaction, health and intergenerational relationships in Vietnam. *Journal of Population Ageing*, 15(1), 79–97. <https://doi.org/10.1007/s12062-020-09276-5>.
- Wu, M., Yang, D., & Tian, Y. (2024). Enjoying the golden years: Social participation and life satisfaction among Chinese older adults. *Frontiers in Public Health*, 12, 1377869. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1377869>.