

## Bài báo nghiên cứu CÁC YẾU TỐ ẢNH HƯỞNG ĐẾN HÀNH VI TỰ HỦY HOẠI BẢN THÂN CỦA VỊ THÀNH NIÊN TẠI CÁC ĐÔ THỊ PHÍA NAM, VIỆT NAM

*Mai Mỹ Hạnh*

*Trường Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh, Việt Nam*

*Tác giả liên hệ: Mai Mỹ Hạnh – Email: [hanhmm@hcmue.edu.vn](mailto:hanhmm@hcmue.edu.vn)*

*Ngày nhận bài: 31-8-2023; ngày nhận bài sửa: 04-01-2024; ngày duyệt đăng: 24-01-2024*

### TÓM TẮT

Nghiên cứu về các yếu tố ảnh hưởng đến hành vi tự hủy hoại bản thân (THHBT) của vị thành niên (VTN) tại các đô thị phía Nam, Việt Nam cho thấy: yếu tố “thất vọng về bản thân” với 37,1%, “tôi muốn mọi người trong gia đình hiểu nỗi đau của tôi” với 36,2%, “tôi giận ba mẹ hoặc người thân khác nên tôi làm vậy để trút giận” với 25,8%, yếu tố “chán nản, cô đơn” với 21,6%. Đặc biệt 57,7 % VTN cho rằng “tôi không rõ vì sao, chỉ muốn làm vậy”. Kết quả phỏng vấn cũng cho thấy một số yếu tố ảnh hưởng đến hành vi THHBT của VTN như áp lực học tập, thất vọng về bản thân mình, kì vọng của ba mẹ, cảm thấy mình thất bại, vô dụng, thực hiện hành vi này để trút giận lên ba mẹ, người thân hoặc muốn ba mẹ chú ý đến mình.

**Từ khóa:** vị thành niên; yếu tố ảnh hưởng; hành vi tự hủy hoại bản thân

### 1. Đặt vấn đề

Sức khỏe tâm thần được xem là một bộ phận không thể tách rời trong định nghĩa về sức khỏe (WHO, 2001), trong đó sức khỏe tâm thần không chỉ là không bị mắc rối loạn tâm thần, mà còn bao hàm trạng thái thoải mái, sự tự tin vào năng lực bản thân, tính tự chủ, năng lực và khả năng nhận biết những tiềm năng của bản thân. Nghiên cứu về sức khỏe tâm thần ở tuổi VTN luôn nhận được sự quan tâm của các nhà nghiên cứu trong nhiều lĩnh vực khác nhau. Nguyên nhân xuất phát vì đây là giai đoạn chuyển tiếp từ trẻ em thành người lớn, tốc độ phát triển nhanh và mạnh nhưng lại bất ổn định về cảm xúc. Do nhân cách chưa thống nhất và bền vững nên dễ bị ảnh hưởng bởi các tác động từ môi trường xung quanh. Đặc biệt là trong bối cảnh bùng nổ khoa học kỹ thuật, đã tạo ra rất nhiều thuận lợi đẩy nhanh sự phát triển tri thức nhưng đồng thời cũng tạo ra những thách thức cho lứa tuổi này bởi các hình ảnh, thông tin tràn ngập khó kiểm soát. Thách thức từ một thời đại phát triển mạnh mẽ về kinh tế lẫn khoa học công nghệ nên áp lực về sự thành công xuất hiện sớm hơn ở tuổi VTN,

---

*Cite this article as:* Mai My Hanh (2024). Factors affecting the self-destructive behavior of the adolescents in the Southern urban areas of Vietnam. *Ho Chi Minh City University of Education Journal of Science*, 21(1), 71-82.

nhu cầu khẳng định ở lứa tuổi này trở nên mạnh mẽ hơn. Vì thế, đôi khi những thất bại đến sớm, những mối quan hệ xung quanh không như ý muốn, ảnh hưởng từ trào lưu tiêu cực... khiến lứa tuổi này dễ gặp các vấn đề tâm lý hơn. Một trong những hiện tượng xuất hiện ở tuổi này được các nhà Tâm lý học quan tâm trong những năm gần đây là hành vi THHBT. Theo Tổ chức Y tế Thế giới (WHO), hầu như bất kỳ người nào cũng đã từng thực hiện hành vi tự hủy hoại tại một thời điểm nào đó trong cuộc sống. Hành vi này bao gồm: cố ý gây hại cho bản thân về mặt thể chất (cắt, đập đầu vào một thứ gì đó, tự đốt bản thân, đâm vào tường), tham gia vào hành động nguy hiểm (bài bạc, quan hệ tình dục không an toàn, và lạm dụng chất kích thích), sở hữu mối quan hệ tình cảm lệch lạc và bỏ bê sức khỏe của bản thân. Cho dù là có cố ý hay không, hành vi THHBT có thể gây nên hậu quả cho cá nhân và xã hội.

Tại Việt Nam, trong báo cáo tóm tắt “Sức khỏe tâm thần và tâm lý xã hội của trẻ em và thanh niên tại một số tỉnh và thành phố ở Việt Nam” của UNICEF cho thấy: Tỷ lệ hiện mắc các vấn đề sức khỏe tâm thần chung ở Việt Nam từ 8% đến 29% đối với trẻ em và VTN (UNICEF, 2017). Các nghiên cứu cho thấy một yếu tố dự báo mạnh mẽ về khả năng tự sát trong tương lai khởi phát từ hành vi tự hủy hoại (Guan et al., 2012). Điều này cho thấy tính chất nghiêm trọng của hành vi THHBT tại Việt Nam. Việc phát hiện sớm và có chiến lược phòng ngừa cho hành vi này ở VTN là cần thiết trong bối cảnh hiện nay. Bên cạnh đó, việc nghiên cứu các yếu tố ảnh hưởng đến hành vi này là cơ sở tiền đề để giúp phụ huynh và nhà trường có các căn cứ lựa chọn, điều chỉnh hành vi giao tiếp và phương pháp giáo dục VTN hiệu quả hơn, góp phần phòng ngừa sớm hành vi này ở trẻ.

## **2. Nội dung nghiên cứu**

### **2.1. Cơ sở lý luận về các yếu tố ảnh hưởng đến hành vi THHBT**

Nghiên cứu về việc hiểu “lí do tại sao” của hành vi tự gây hại cho bản thân vẫn còn khá hạn chế với nhiều nghiên cứu tập trung vào các yếu tố rủi ro đối với hành vi hơn là các cơ chế sinh lý xã hội thúc đẩy nó. Các lý thuyết đương đại nhấn mạnh các cơ chế tâm lý như các chức năng điều tiết cảm xúc và đối phó liên quan đến bản thân làm hại. Các lý thuyết khác thừa nhận sự tác động lẫn nhau phức tạp của tâm lý – các yếu tố logic, sinh học và xã hội liên quan và chức năng “thoát hiểm” của hành vi. Trong các báo cáo của những người trẻ tuổi tiết lộ rằng muốn trốn thoát hoặc giải tỏa khỏi những cảm giác không thể chịu đựng được hoặc một trạng thái tâm trí tình huống không thể chịu đựng là động cơ để tự làm hại bản thân (Townsend, 2014).

Theo Griffin và cộng sự (2018) các yếu tố tiềm năng góp phần vào sự gia tăng THHBT bao gồm lượng thuốc sẵn có nhiều hơn, sự gia tăng căng thẳng, uống nhiều rượu và ma túy hơn, lây truyền hành vi xã hội, bao gồm thông qua mạng xã hội và các trang điện tử có nội dung tự làm hại hoặc tự tử.

Theo Hawton và cộng sự (2012), có các nhóm yếu tố ảnh hưởng như sau:

Nhóm các yếu tố xã hội học và giáo dục: Giới tính (nữ tự hại và nam tự tử) – hầu hết các quốc gia; tình trạng kinh tế xã hội thấp; xu hướng tình dục đồng tính nữ, đồng tính nam, song tính hoặc chuyển giới; thành tích giáo dục bị hạn chế.

Nhóm các sự kiện tiêu cực trong cuộc sống cá nhân và nghịch cảnh gia đình: Cha mẹ li thân hoặc li hôn; cái chết của cha mẹ; những trải nghiệm có hại thời thơ ấu; tiền sử lạm dụng thể chất hoặc tình dục, rối loạn tâm thần của cha mẹ, tiền sử gia đình có hành vi tự tử; bất hòa trong hôn nhân hoặc gia đình, bắt nạt; khó khăn giữa các cá nhân.

Nhóm liên quan đến yếu tố tâm thần và tâm lý: Rối loạn tâm thần, đặc biệt là trầm cảm, lo âu, tăng động giảm chú ý; lạm dụng ma túy và rượu; tính bốc đồng, lòng tự trọng thấp, giải quyết vấn đề xã hội kém; chủ nghĩa hoàn hảo; vô vọng.

Theo De Leo và Heller (2004), các lí do thúc đẩy THHBT bao gồm: hoàn cảnh sống; sử dụng thực phẩm thiếu lành mạnh, không tập thể dục đều đặn; sử dụng rượu, các loại ma túy khác; các vấn đề theo kịp bài tập ở trường; khó kết bạn; mâu thuẫn với bạn bè; các vấn đề rắc rối liên quan đến bạn trai/ bạn gái; bị bắt nạt ở trường; tiền sử lạm dụng thể chất hoặc tình dục; rắc rối với cảnh sát; cha mẹ li thân/ li hôn; tranh cãi nghiêm trọng với cha mẹ; đánh nhau giữa cha mẹ; bản thân, thành viên gia đình hoặc bạn thân bị bệnh nặng; cái chết của thành viên gia đình trực tiếp hoặc những người khác; tự tử của thành viên gia đình hoặc bạn bè; có thành viên gia đình hoặc bạn bè tự hủy hoại; lo lắng về xu hướng tình dục; các sự kiện đau buồn khác không được chỉ định; yếu tố tâm lý (bốc đồng, tự lòng tự trọng, trầm cảm, lo lắng); phong cách đối phó (nói chuyện với ai đó, đổ lỗi, tức giận, ở trong phòng, nghĩ cách xử lí các tình huống tương tự, uống rượu, không nghĩ về điều gì đang làm họ lo lắng, cố gắng sắp xếp mọi thứ); thuốc tự kê đơn.

Quan điểm được nhiều nhà nghiên cứu đề cập là tự gây thương tích, đây là hành vi nổi bật nhất được thực hiện để điều chỉnh hoặc giảm cảm xúc đau buồn và cũng để tăng độ nhạy về cảm xúc (Gratz, 2003; Nock & Prinstein, 2004; Linehan, 1993). Giải tỏa cơn tức giận được báo cáo phổ biến nhất, tiếp theo là muốn quên đi điều gì đó, nhẹ nhõm, lo lắng và mong muốn tự sát. Điều này khẳng định rằng động cơ chính đằng sau sự tự làm hại bản thân của những người trẻ tuổi là để giảm bớt cảm xúc tiêu cực, chỉ một thiểu số nói rằng họ tự làm hại mình theo thứ tự để gọi sự chú ý và giúp đỡ từ người khác (Mai, 2022). Lí do tự làm hại bản thân là muốn làm người khác buồn; giải tỏa lo lắng; giải tỏa cơn tức giận; quên đi một cái gì đó; bắt người khác để ý đến mình; trừng phạt chính mình (Young et al., 2007). Trầm cảm, cảm thấy cô đơn, cảm giác tiêu cực đối với bản thân (tức là giận dữ, không thích bản thân, không thích đáng), mất tập trung và cảm thấy cần phải làm tổn thương chính mình là yếu tố nguy cơ thúc đẩy hành vi tự hủy hoại (Laye-Gindhu & Schonert-Reichl, 2005).

Theo McAlliste (2003), tuổi thơ sớm gặp và lặp lại những chấn thương, môi trường độc hại, thất nghiệp, cô lập, những trải nghiệm đau thương đều đã được chứng minh là những khía cạnh chung trong ở những người tự làm hại bản thân (Johansson & Sundquist 1997;

Maris, 1997). Feldman (1988) cho rằng ba yếu tố tự gây hại bao gồm: yếu tố hung hăng, yếu tố kích thích và bản thân yếu tố trừng phạt. Yếu tố hung hăng tự làm hại bản thân có thể có liên quan đến sự căm ghét bản thân vì bản thân được xem như bằng cách nào đó không thể yêu thương, hoặc thù hận đối với những người đã làm hại chúng. Blass (1992) sử dụng thuật ngữ “vô tội bạo lực” để giải thích hành vi đáng lo ngại, hung hăng, bức bối thường được thực hiện bởi những người có thời thơ ấu bị lạm dụng, nhận thức sai lệch khiến họ bạo lực chính bản thân mình mà không rõ tại sao. Yếu tố kích thích có thể xảy ra ở người những người đang phân li và có cảm giác tê liệt. Tự làm hại chính mình có thể là một cách để họ cảm nhận điều gì đó, cảm thấy bản thân vẫn đang còn tồn tại. Yếu tố tự trừng phạt mang đến cơ hội chuộc lỗi cho những hành vi không thể chấp nhận và không mong muốn xảy ra trong quá khứ. Những người trải thời thơ ấu bị lạm dụng hoặc bị bỏ rơi cảm thấy mình cần có trách nhiệm với hành vi lạm dụng nên họ cho rằng mình đáng bị trừng phạt. Để giảm bớt những cảm xúc tràn ngập, đau đớn, hận thù, tội lỗi từ quá khứ, cá nhân giải phóng sự cảm nhận nỗi đau tinh thần bằng nỗi đau thể chất, họ không chấp nhận những cảm xúc mãnh liệt ấy mà dùng cách tự làm hại mình để nhận dạng hình thức đau đớn khác nhằm giảm bớt tổn thương. Những quan điểm này cũng được Huỳnh Văn Sơn nhấn mạnh trong các nghiên cứu về vấn đề tự hủy hoại ở VTN tại Việt Nam (Huỳnh, 2017).

Edmondson và cộng sự (2016) đã nghiên cứu và tổng hợp lại thành các nhóm lí do THHBT: Dùng để quản lí các khó khăn trong cuộc sống (giảm bớt trạng thái tâm lí khủng khiếp, giảm nỗi đau tinh thần, bình tĩnh lại, xó bỏ kí ức xấu, để quên một điều gì đó); gây ảnh hưởng đến người khác (tìm kiếm sự giúp đỡ, mong muốn được sự chú ý, chứng minh tình yêu với người khác); hình phạt (muốn trừng phạt bản thân); phân li (nhận được nguồn năng lượng và cảm giác, muốn ngăn bản thân khỏi cảm giác bị tê liệt); tìm kiếm cảm giác (tạo ra sự phấn khích và niềm vui); ngăn chặn tự tử (tự hủy hoại để ngăn tự giết mình); trải nghiệm ranh giới (nhìn thấy bản thân mình bên trong); thể hiện tình dục (mang lại cảm giác giải phóng tình dục). Một số lí do khác cũng được đề cập trong các nghiên cứu của Edmondson và cộng sự (2016): Trải nghiệm tích cực (khiến bản thân thấy ấm áp, dễ chịu); thể hiện sức mạnh hoặc sự cứng rắn; đạt cảm giác thân thuộc như một thành viên của nhóm, để không cảm thấy là người ngoài cuộc); ngôn ngữ cá nhân (cách giao tiếp với nỗi đau bên trong); lấy lại cảm giác làm chủ bản thân.

Theo Nock (2010), các yếu tố rủi ro cho hành vi tự gây thương tích được lí giải trên cơ sở của các học thuyết:

- Lí thuyết học tập xã hội: Thực hiện được học bằng cách quan sát những người xung quanh, quyết định trong việc tự gây thương tích có khả năng bị ảnh hưởng phần lớn bởi những gì họ đã quan sát hoặc học hỏi về hành vi này từ những người khác.
- Lí thuyết tự trừng phạt: Phương tiện cho trừng phạt bản thân vì một số nhận thức sai lầm, phản ứng với sự căm ghét bản thân nói hoặc tự ti, trong đó những người tự gây thương

tích cho rằng mình là “thất bại”, “kẻ thua cuộc” và “ô nhục”; tự trừng phạt là một trong số những lí do chính mà những người tự gây thương tích đưa ra để tham gia vào hành vi, “tự hận bản thân” và “tức giận bản thân”.

- Lí thuyết báo hiệu xã hội: Sử dụng tự gây thương tích như một phương tiện giao tiếp hoặc báo hiệu sự đau khổ vì nó hiệu quả hơn trong việc kêu gọi sự giúp đỡ từ người khác, hơn các hình thức giao tiếp nhẹ nhàng như nói, la hét hoặc khóc.

Từ quan điểm của các nhà nghiên cứu trên, có thể khái quát hai nhóm yếu tố ảnh hưởng đến hành vi THHBT bao gồm các yếu tố khách quan và yếu tố chủ quan.

#### **Nhóm các yếu tố khách quan**

- Trải nghiệm các khó khăn từ trong quá khứ hoặc trong cuộc sống hiện đại (lạm dụng, bỏ rơi, bắt nạt, muân thuẫn, kinh tế khó khăn, gia đình li hôn, mất mát...): cá nhân thực hiện hành vi THHBT nhằm giảm bớt các đau khổ, căng thẳng xuất phát từ cuộc sống.

- Tiếp xúc với hành vi tự hủy hoại một cách không phù hợp (có thành viên gia đình, bạn bè tự hủy hoại, ảnh hưởng từ truyền thông, mạng xã hội...).

#### **Nhóm các yếu tố chủ quan**

- Nhu cầu an toàn: Cơ chế phòng vệ của bản thân nhằm lấy lại cảm giác còn tồn tại, tự chủ, xoa dịu bớt những cảm xúc tiêu cực.

- Nhu cầu thuộc về: Muốn trở thành một thành viên của nhóm, không muốn đi ngược lại với “trào lưu” hoặc quy tắc của nhóm; Mong muốn nhận được sự chú ý, quan tâm từ người khác.

- Nhu cầu thể hiện: Khám phá và muốn trải nghiệm thử thách, cảm giác mới lạ

- Nhận thức sai lệch: Xem đó là một phương thức thể hiện bản thân, hoặc tự đổ lỗi cho chính bản thân mình bằng cách trừng phạt tâm lí và thể chất của chính mình.

Bài viết này tiếp cận các yếu tố dựa trên sự tổng hợp một số chỉ báo được nghiên cứu bởi Young và cộng sự (2007), Edmondson và cộng sự (2016), Nock (2010). Các chỉ báo sẽ nhóm thành 3 phương diện: các yếu tố thuộc về bản thân, các yếu tố từ phía gia đình, các yếu tố từ phía bạn bè và yếu tố khác.

### **2.2. Tổ chức nghiên cứu về các yếu tố ảnh hưởng đến hành vi THHBT**

Nghiên cứu tiến hành trên 213 VTN có hành vi THHBT được điều tra thực trạng trước đó tại các đô thị phía Nam, Việt Nam bao gồm Thành phố Hồ Chí Minh (31,5%), Sóc Trăng (0,9%), Bình Dương (4,2%), Cần Thơ (4,7%), Đồng Nai (10,3%), Long An (19,2%), Kiên Giang (23,5%), Tây Ninh (5,6%). Trong đó, VTN là học sinh trung học cơ sở là 39,9% và trung học phổ thông là 60,1% (xem Bảng 1).

**Bảng 1. Mô tả khách thể nghiên cứu**

Phân bố	Tần số	Tỉ lệ (%)
<b>Tỉnh</b>		
TP Hồ Chí Minh	67	31,5
Sóc Trăng	2	0,9
Bình Dương	9	4,2
Cần Thơ	10	4,7
Đồng Nai	22	10,3
Long An	41	19,2
Kiên Giang	50	23,5
Tây Ninh	12	5,6
<b>Bậc học</b>		
THCS	85	39,9
THPT	128	60,1
<b>Giới tính</b>		
Nam	63	29,6
Nữ	150	70,4
<b>Học lực gần nhất</b>		
Giỏi	85	39,9
Khá	83	39,0
Trung bình	44	20,7
Yếu	1	0,5
Kém		
<b>Tổng</b>	213	

Nghiên cứu này chỉ tìm hiểu các yếu tố ảnh hưởng đến hành vi THHBT bằng sự tự đánh giá của VTN trên phương pháp điều tra bằng bảng hỏi kết hợp phương pháp phỏng vấn sâu và phương pháp nghiên cứu trường hợp điển hình.

Nội dung bảng hỏi gồm 3 phần: **các nội dung thuộc về bản thân mình** (gồm 5 yếu tố như chán ghét chính mình; thất vọng về bản thân; chán nản, cô đơn; nghĩ làm vậy là sẽ thú vị; cảm thấy thoải mái khi làm); **các yếu tố thuộc về gia đình** (gồm 5 yếu tố như muốn gây sốc với gia đình; tôi muốn ba mẹ chú ý đến mình; như cách trả thù gia đình tôi; giận ba mẹ hoặc người thân khác nên tôi làm vậy để trút giận; muốn mọi người trong gia đình hiểu nỗi đau của tôi); các yếu tố bạn bè và khác (gồm 6 yếu tố như muốn thuộc về một nhóm bạn, bạn tôi làm thế nên tôi buộc phải làm, thể hiện tính dửng dưng cảm với bạn bè, muốn người yêu quay lại với mình, bị bạn bè ép buộc; bắt chước người khác, bắt chước qua các phương tiện truyền thông; không rõ vì sao, chỉ muốn làm vậy). Các nội dung này được khách thể tự đánh giá trên 2 lựa chọn: Có hoặc không. Giới hạn nghiên cứu chỉ xử lý thống kê tần số và tỉ lệ phần trăm, không sử dụng các phép thống kê suy luận khác.

Nhằm làm rõ hơn kết quả tự đánh giá của VTN về các yếu tố ảnh hưởng đến việc bản thân mình thực hiện hành vi THHBT, nghiên cứu sử dụng thêm phương pháp phỏng vấn sâu

trên 10 VTN và nghiên cứu 02 trường hợp điển hình VTN đang trong giai đoạn có thực hiện hành vi này. Trước khi phỏng vấn sẽ trao đổi về các nguyên tắc để đảm bảo quyền lợi cho người được phỏng vấn bao gồm thời gian phỏng vấn, thỏa thuận ghi âm, ghi chép dữ liệu, nguyên tắc bảo mật, nguyên tắc không gây hại, quyền được từ chối trả lời câu hỏi hoặc rút lại dữ liệu đã cung cấp. Bắt đầu tiến hành phỏng vấn dựa trên bảng phỏng vấn bán cấu trúc với câu hỏi đã chuẩn bị sẵn theo mục đích nghiên cứu. Có thể sử dụng thêm những câu hỏi phát sinh tùy theo vấn đề nảy sinh trong nội dung trả lời của khách thể. Trong phạm vi bài báo này, tác giả chỉ sử dụng phương pháp phân tích dữ liệu định tính là phân tích nội dung, phân tích tường thuật.

### 2.3. Kết quả nghiên cứu về các yếu tố ảnh hưởng đến hành vi THHBT

#### 2.3.1. Yếu tố thuộc về bản thân mình (xem Bảng 2)

**Bảng 2.** Yếu tố từ phía bản thân mình ảnh hưởng đến hành vi THHBT

Thứ tự	Biểu hiện	Tần số	Tỉ lệ phần trăm (%)
1	Tôi chán ghét chính mình	36	16,9
2	Tôi thất vọng về bản thân	79	37,1
3	Tôi quá chán nản, cô đơn	46	21,6
4	Tôi nghĩ làm vậy sẽ thú vị	7	3,3
5	Tôi cảm thấy thoải mái khi làm vậy	30	14,1
6	Không có suy nghĩ và hành động nào như trên	15	7,0
<b>Tổng</b>			213

Kết quả nghiên cứu cho thấy có 79 VTN (37,1%) cho rằng yếu tố “thất vọng về bản thân” là yếu tố thúc đẩy bản thân mình thực hiện hành vi THHBT ở thứ hạng 1. Kết quả phỏng vấn VTN cho thấy một trong những nguyên nhân dẫn đến sự thất vọng ở bản thân mình là thành tích học tập với 3/10 VTN đề cập yếu tố này. Sử dụng bảng câu hỏi bán cấu trúc, người nghiên cứu đặt thêm câu hỏi để hiểu sâu hơn vì sao sự thất vọng này lại liên quan đến thành tích học tập, kết quả phỏng vấn VTN02 sâu cho thấy: “Em thực sự mệt mỏi với việc học hành, **ba mẹ luôn mong muốn** em có kết quả học tập đứng đầu lớp. Em đã luôn nỗ lực vì sự kì vọng đó, em luôn tự hào vì mình luôn đứng đầu lớp. Nhưng đến khi chuyển cấp, kết quả **học tập của em bắt đầu sa sút**, từ một học sinh xuất sắc ở cấp 2, khi lên cấp 3 em chỉ có thể đạt mức khá. **Em thực sự thất vọng về bản thân mình**. Mỗi lần nghe ba mẹ so sánh em với người khác, em lại càng cảm thấy tiêu cực với bản thân, cảm thấy mình vô dụng...”. Kết quả phỏng vấn VTN05 cũng cho thấy: “Em **thất vọng** bản thân mình nhiều thứ... **học tập, ngoại hình, bạn bè**. Sắp thi chuyển cấp, trong khi ba mẹ kì vọng em sẽ vào trường điểm của quận, bắt em học đủ các lớp học thêm. Nhưng bản thân em thực sự rất căng thẳng, đuối sức. Mỗi ngày về đến nhà đều không còn năng lượng để học bài. Em cảm thấy dù mình cố gắng bao nhiêu vẫn không đáp ứng được **kì vọng của ba mẹ** cho em. Em căng thẳng nên nhiều khi quạu với bạn bè xung quanh... càng ngày cảm thấy bạn bè cũng xa lánh mình”. Kết quả phỏng vấn VTN10 cũng cho thấy: “Em luôn **cảm thấy mình thất bại**, không

có việc gì làm cho “ra hồn”, luôn bị **chê bai, chỉ trích, nói xấu** từ bạn bè. Nhiều khi chính **ba mẹ, thầy cô** cũng làm em tổn thương bởi những lời chê bai, em cảm thấy mình **vô dụng, bất tài**, không khá nổi...”. Với kết quả nghiên cứu trường hợp điển hình (Case 01) cũng cho thấy yếu tố trên: “Khi lên trung học phổ thông, em bắt đầu học tập sa sút, thành tích học tập trở nên yếu kém hẳn đi, em cảm thấy thất vọng với chính mình, em cũng làm cho ba mẹ em thất vọng”.

Kết hợp dữ liệu phỏng vấn sâu và trường hợp nghiên cứu điển hình được dẫn chứng trên những từ khóa đáng chú ý như: Yếu tố về bản thân: “thất vọng về bản thân mình” (2 lần); cảm thấy mình thất bại (1 lần); “vô dụng, bất tài”; nguyên nhân dẫn đến sự thất vọng: “ba mẹ mong muốn”, “kì vọng của ba mẹ”, “ba mẹ, thầy cô làm em tổn thương”; “học tập sa sút”, “học tập, ngoại hình, bạn bè”, “chê bai, chỉ trích, nói xấu”.

Điều này có thể nhận thấy sự thất vọng bản thân của VTN xảy ra có liên quan đến kì vọng từ người lớn, có những nguyên nhân xuất phát từ mối quan hệ bạn bè, thầy cô. Đặc biệt, các từ khóa như “chê bai, chỉ trích, nói xấu” cho thấy có trường hợp VTN thực hiện hành vi THHBT có dấu hiệu bạo hành tinh thần.

Yếu tố “chán nản, cô đơn” với 46 VTN (21,6%) xếp thứ hạng 2. Kết quả tự đánh giá này của VTN về yếu tố thúc đẩy hành vi THHBT tương đồng với kết quả về cảm xúc của VTN trước khi thực hiện hành vi THHBT, cơ chế bắt đầu từ sự dâng trào của những cảm xúc tiêu cực, không biết chắc mình phải làm thế nào để xử lí những cảm xúc nên tự hủy hoại có thể là một cách giúp VTN giải tỏa. Kế tiếp, thứ hạng 3 là yếu tố “chán ghét chính mình” có 36 VTN (16,9%). Từ kết quả tự đánh giá của VTN về các yếu tố xuất phát từ chính bản thân mình, thúc đẩy hành vi THHBT, có thể thấy VTN tự xác định chủ yếu đến từ sự thất vọng bản thân, cảm xúc chán nản, cô đơn, chán ghét bản thân mình.

### 2.3.2. Yếu tố thuộc về gia đình (xem Bảng 3)

**Bảng 3.** Yếu tố từ phía gia đình ảnh hưởng đến hành vi THHBT

Thứ tự	Biểu hiện	Tần số	Tỉ lệ phần trăm (%)
1	Tôi muốn gây sốc với gia đình tôi	7	3,3
2	Tôi muốn ba mẹ chú ý đến mình	19	8,9
3	Như cách trả thù gia đình tôi	4	1,9
4	Tôi giận ba mẹ hoặc người thân khác nên tôi làm vậy để trút giận	55	25,8
5	Tôi muốn mọi người trong gia đình hiểu nỗi đau của tôi	77	36,2
6	Không có suy nghĩ và hành động nào như trên	51	23,9
<b>Tổng</b>			213



Kết quả nghiên cứu xếp thứ hạng 1 là “tôi muốn mọi người trong gia đình hiểu nỗi đau của tôi”, có đến 77 VTN (36,2%). Nghiên cứu trường hợp điển hình (case 02) cho thấy đau là yếu tố có xuất hiện ở trường hợp VTN bị bạo hành tinh thần từ nhỏ do phương pháp giáo dục sai lầm của gia đình. Case 02 cho thấy: “Sau mỗi lần bị ba mẹ **la mắng, chê bai, thậm chí chì chiết**, tôi thường có hành động THHBT để thể hiện cơn ức chế của mình thay cho lời nói... Nhưng điều đó không có tác dụng **làm ba mẹ thay đổi thái độ** mà càng tấn công em bằng các lời nói kinh khủng hơn. Cảm giác càng bất lực hơn nữa khi ngay cả đứa em gái của em cũng phải bị chê bai, la mắng dù với bất cứ việc gì. Chúng em không biết phải làm gì **để làm hài lòng ba mẹ mình**. Nhiều khi em xé rách các da trên đầu ngón tay lúc nào cũng không hay. Em **chỉ mong ba mẹ hiểu những tổn thương** mà em và em gái em chịu đựng. Em chỉ muốn lớn thật nhanh để rời xa cái gia đình này, nhưng nếu em đi rồi thì em gái em sẽ như thế nào. Em không muốn nó lại giống em, lớn lên trong mặc cảm, đau khổ mà không có cách nào thoát lên...”. Kết quả phỏng vấn sâu cũng cho thấy có 2 trường hợp VTN thực hiện hành vi THHBT là mong muốn được gia đình thấu hiểu mình, 2 trường hợp này đều có chung hoàn cảnh là ba mẹ li hôn. VTN 07 cho biết: “Em cũng là con người, em cũng **cần yêu thương**, em cũng biết tổn thương. Sao người lớn chỉ nghĩ cho bản thân họ mà không **nghĩ cho em**”. VTN09 cho biết: “Em không cần tiền, **thứ em cần là lời hỏi thăm**, ghé thăm em vài lần thì không có tổn nhiều thời gian. Hai năm rồi em và bà chỉ có nhau. Tết em **muốn ăn tết cùng ba mẹ** nhưng họ đều có lí do riêng để từ chối em”. Những từ khóa đáng chú ý trong các đoạn phỏng vấn và nghiên cứu trường hợp điển hình: “làm ba mẹ thay đổi thái độ”, “làm hài lòng ba mẹ mình”, “mong ba mẹ hiểu những tổn thương”, “cần yêu thương”, “nghĩ cho em”, “thứ em cần là lời hỏi thăm”, “muốn ăn tết cùng ba mẹ” đều thể hiện nguyện vọng được thấu hiểu. Trong các đoạn phỏng vấn này đều biểu hiện đi kèm thêm hai yếu tố:

- Tôi giận ba mẹ hoặc người thân khác nên tôi làm vậy để trút giận” với 55 VTN (25,8%), xếp thứ hạng 2.

- “Tôi muốn ba mẹ chú ý đến mình” với 19 VTN (8,9%), xếp thứ hạng 3.

### 2.3.3. Yếu tố bạn bè và yếu tố khác

Về yếu tố bạn bè, đáng chú ý nhất là 15 VTN (7,0%) tự đánh giá rằng thực hiện THHBT là do “thể hiện tính dửng dưng cảm với bạn bè”. Căn cứ trên đặc điểm tâm lí của VTN, đặc biệt là lứa tuổi THCS, có thể nhận thấy đặc điểm về nhu cầu khẳng định bản thân gắn với sự phát triển tự ý thức, hoạt động chủ đạo là giao lưu trực tiếp với bạn bè nên yếu tố này có khả năng xuất hiện gắn liền với đặc điểm tâm lí lứa tuổi. Nhưng kết quả phỏng vấn sâu trên 10 VTN có hành vi THHBT không thể hiện rõ yếu tố này. Kế tiếp, xếp thứ hạng 2 là “tôi muốn thuộc về một nhóm bạn, bạn tôi làm thế nên buộc tôi phải làm” có 7 VTN (3,3%), kết quả phỏng vấn sâu cũng không thấy rõ yếu tố này.

**Bảng 4. Yếu tố từ phía bạn bè và yếu tố khác ảnh hưởng đến hành vi THHBT**

Thứ tự	Biểu hiện	Tần số	Tỉ lệ phần trăm (%)
1	Tôi muốn thuộc về một nhóm bạn, bạn tôi làm thế nên tôi buộc phải làm	7	3,3
2	Thể hiện tính dửng dưng cảm với bạn bè	15	7,0
3	Tôi muốn người yêu quay lại với mình	4	1,9
4	Bị bạn bè ép buộc	0	0
5	Tôi bắt chước người khác, bắt chước qua các phương tiện truyền thông	1	0,5
6	Tôi không rõ vì sao, chỉ muốn làm vậy	123	57,7
7	Em không có suy nghĩ và hành động nào như trên	63	29,6
<b>Tổng</b>			213

Về các yếu tố khác, thì yếu tố “tôi không rõ vì sao, chỉ muốn làm vậy” có đến 123 VTN (57,7%) tự đánh giá là có. Kết quả phỏng vấn sâu cũng có 1 trường hợp ở VTN04: “Em không rõ điều gì dẫn đến, chỉ cảm thấy **khí căng thẳng sẽ nổ tóc**”.

### 3. Kết luận

Kết quả nghiên cứu các yếu tố ảnh hưởng đến hành vi THHBT của VTN tại các đô thị phía Nam, Việt Nam cho thấy một số yếu tố có tỉ lệ trên 20% rất đáng lưu ý bao gồm yếu tố “thất vọng về bản thân” với 37,1% , “tôi muốn mọi người trong gia đình hiểu nỗi đau của tôi” với 36,2%, “tôi giận ba mẹ hoặc người thân khác nên tôi làm vậy để trút giận” với 25,8%, yếu tố “chán nản, cô đơn” với 21,6%. Đặc biệt 57,7 % VTN cho rằng “tôi không rõ vì sao, chỉ muốn làm vậy”. Kết quả phỏng vấn cũng cho thấy một số yếu tố ảnh hưởng đến hành vi THHBT của VTN như áp lực học tập, thất vọng về bản thân mình, kì vọng của ba mẹ, cảm thấy mình thất bại, vô dụng, thực hiện hành vi này để trút giận lên ba mẹ hoặc người thân hoặc muốn ba mẹ chú ý đến mình. Bước đầu tìm hiểu một số yếu tố ảnh hưởng đến hành vi THHBT của VTN ở các đô thị phía Nam, Việt Nam sẽ góp phần làm rõ hơn diễn tiến tâm lí ở VTN, từ đó cho thấy biện pháp phù hợp trong chiến lược phòng ngừa hành vi THHBT.

❖ **Tuyên bố về quyền lợi:** Tác giả xác nhận hoàn toàn không có xung đột về quyền lợi.

## TÀI LIỆU THAM KHẢO

- De Leo, D., & Heller, T. S. (2004). Who are the kids who self-harm? An Australian self-report school survey. *Medical journal of Australia*, 181(3), 140-144. <https://doi.org/10.5694/j.1326-5377.2004.tb06204.x>
- Edmondson, A. J., Brennan, C. A., & House, A. O. (2016). Non-suicidal reasons for self-harm: A systematic review of self-reported accounts. *Journal of affective disorders*, 191, 109-117. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2015.11.043>
- Gratz, K. L. (2003). Risk factors for and functions of deliberate self-harm: An empirical and conceptual review. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 10(2), 192-205. <https://doi.org/10.1093/clipsy.bpg022/2003-03824-012>
- Griffin, E., McMahon, E., McNicholas, F., Corcoran, P., Perry, I. J., & Arensman, E. (2018). Increasing rates of self-harm among children, adolescents and young adults: a 10-year national registry study 2007-2016. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, 53(7), 663-671. <https://doi.org/10.1007/s00127-018-1522-1>
- Guan, K., Fox, K. R., & Prinstein, M. J. (2012). Nonsuicidal self-injury as a time-invariant predictor of adolescent suicide ideation and attempts in a diverse community sample. *J Consult Clin Psychol*, 80(5), 842-849. <https://doi.org/10.1037/a0029429>
- Hawton, K., Saunders, K. E., & O'Connor, R. C. (2012). Self-harm and suicide in adolescents. *The Lancet*, 379(9834), 2373-2382. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(12\)60322-5](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(12)60322-5)
- Huynh, V. S. (2017). Nghiên cứu về hành vi tự hủy hoại bản thân – hướng nghiên cứu cần quan tâm ở học đường [Studying the self-destructive behavior – A research direction that needs more concerns in schools]. *Ho Chi Minh City University of Education Journal of Science*, 14(10), 179-190. [https://doi.org/10.54607/hcmue.js.14.10.308\(2017\)](https://doi.org/10.54607/hcmue.js.14.10.308(2017))
- Laye-Gindhu, A., & Schonert-Reichl, K. A. (2005). Nonsuicidal self-harm among community adolescents: Understanding the “whats” and “whys” of self-harm. *Journal of youth and Adolescence*, 34(5), 447-457. <https://doi.org/10.1007/s10964-005-7262-z>
- Mai, M. H. (2022). Phân tích cảm xúc của vị thành niên ở đô thị phía Nam, Việt Nam khi thực hiện hành vi tự hủy hoại bản thân [Exploring the emotions of adolescents in the Southern urban areas of Vietnam on performing self-destructive behavior]. *Ho Chi Minh City University of Education Journal of Science*, 19(9), 1571-1582. [https://doi.org/10.54607/hcmue.js.19.9.3590\(2022\)](https://doi.org/10.54607/hcmue.js.19.9.3590(2022))
- McAllister, M. (2003). Multiple meanings of self harm: A critical review. *International Journal of Mental Health Nursing*, 12(3), 177-185. <https://doi.org/10.1046/j.1440-0979.2003.00287.x>
- Nock, M. K., & Prinstein, M. J. (2004). A Functional Approach to the Assessment of Self-Mutilative Behavior. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 72(5), 885-890. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.72.5.885>
- Nock, M. K. (2010). Self-injury. *Annual review of clinical psychology*, 6, 339-363. <https://doi.org/10.1146/annurev.clinpsy.121208.131258>

- Unicef. (2017). *Ban chat van de tu tu o tre em va thanh thieu nien tai mot so tinh/ thanh pho o Viet Nam [The nature of the suicide problem among children and adolescents in some provinces/cities in Vietnam. UNICEF Vietnam]*. <https://www.unicef.org>  
<https://www.unicef.org/vietnam/media/1021/file/T%C3%B3m%20t%E1%BA%Aft%20v%E1%BA%A5n%20C4%91%E1%BB%81%20t%E1%BB%AD%20t%E1%BB%AD.pdf>
- WHO. (2001). *The World health report 2001: Mental health: new understanding, new hope*. World Health Organization. <https://iris.who.int/handle/10665/42390>
- Young, R., Van Beinum, M., Sweeting, H., & West, P. (2007). Young people who self-harm. *The British Journal of Psychiatry*, 191(1), 44-49. <https://doi.org/10.1192/bjp.bp.106.034330>
- 

**FACTORS AFFECTING THE SELF-DESTRUCTIVE BEHAVIOR  
OF THE ADOLESCENTS IN THE SOUTHERN URBAN AREAS OF VIETNAM**

*Mai My Hanh*

*Ho Chi Minh City University of Education, Vietnam*

*Corresponding author: Mai My Hanh – Email: hanhmm@hcmue.edu.vn*

*Received: August 31, 2023; Revised: January 04, 2024; Accepted: January 24, 2024*

**ABSTRACT**

*Research on factors affecting adolescents' self-destructive behavior in the Southern urban areas of Vietnam shows that the factor of 'self-disappointment' with 37.1%, 'I want every family member understand my pain' with 36.2%, 'I am angry at my parents or other relatives so I do it to vent my anger' with 25.8%, the factor 'depressed, lonely' with 21.6%. Especially 57.7% of adolescents said that 'I do not know why, I just want to do it'. The interview results also showed that several factors affecting the self-destructive behavior of adolescents included academic pressure, disappointment in themselves, parents' expectations, feeling of failure, uselessness, action to vent anger to parents or relatives or expectation of the parents' attention.*

**Keywords:** adolescents; factors; self-destructive behavior