

QUAN NIỆM VỀ CUỘC SỐNG TỐT ĐẸP

Bài viết này là một phần kết quả nghiên cứu của đề tài cấp cơ sở 2019: *Quan niệm về cuộc sống tốt đẹp*; Viện Tâm lý học chủ trì; ThS. Nguyễn Thị Thanh Huyền làm chủ nhiệm.

ThS. Nguyễn Thị Thanh Huyền

Viện Tâm lý học.

TÓM TẮT

Nghiên cứu khám phá những quan niệm về cuộc sống tốt đẹp của người dân. Mẫu nghiên cứu gồm 127 người ở các ngành nghề khác nhau, tuổi từ 18 đến 59, trung bình 35,5 tuổi, trong đó có 25,2% nam, 74,8% nữ. Bảng hỏi gồm một câu hỏi mở đề nghị khách thể mô tả cuộc sống tốt đẹp theo quan niệm của họ và một số thông tin cá nhân được sử dụng để thu thập dữ liệu trực tuyến qua Google (Google form). Áp dụng phương pháp mã hóa trích từ dữ liệu (data-driven coding), nghiên cứu đã hình thành các khái niệm về cuộc sống tốt đẹp. Tổng số thu được là 370 đơn vị phân tích độc lập về quan niệm này, quy nạp thành 15 quan niệm chính, sau đó gộp thành 5 nhóm quan niệm cơ bản. Đó chính là 5 khía cạnh cơ bản trong quan niệm về cuộc sống tốt đẹp, bao gồm: chất lượng môi trường bên ngoài, chất lượng nội tại của cá nhân, chất lượng hướng ra bên ngoài, chất lượng hướng vào bản thân và chất lượng đặt vào người khác. Kết quả nghiên cứu là những nét chấm phá đầu tiên phác thảo cách nhìn nhận cuộc sống của người Việt Nam.

Từ khóa: *Cuộc sống tốt đẹp; Quan niệm.*

Ngày nhận bài: 24/10/2019; Ngày duyệt đăng bài: 25/11/2019.

1. Mở đầu

Cuộc sống tốt đẹp là cuộc sống mà tất cả mọi người đều mong ước và luôn hướng đến. Bất kỳ chính sách, chiến lược ở một quốc gia nào trên thế giới đều quan tâm và hướng đến vấn đề này. Tuy nhiên, ở nước ta, dường như điều được quan tâm hơn cả vẫn là các chỉ số về phát triển kinh tế, mức sống của người dân, cách làm giàu, giảm nghèo đói, công ăn việc làm, với hàm ý rằng, đó là những điều cơ bản của cuộc sống tốt đẹp từ góc độ các cơ quan quản lý. Tuy nhiên, các nghiên cứu về quan niệm thế nào là cuộc sống tốt đẹp của người dân còn chưa nhiều. Bản thân khái niệm và cấu trúc khái niệm còn chưa được thống nhất. Câu hỏi: làm sao để mỗi người được sống hạnh phúc hơn? Con người phải làm thế nào để cuộc sống của mình tốt đẹp hơn? Điều gì làm nên cuộc sống tốt đẹp cho con người?... không chỉ có ý nghĩa lý luận, góp phần

nghiên cứu thực nghiệm cho thấy nội hàm của khái niệm cuộc sống tốt đẹp đã có những nét mới.

Những nghiên cứu xuyên văn hóa còn chỉ ra sự tương đồng cũng như khác biệt trong quan niệm về cuộc sống tốt đẹp. Nghiên cứu của Tafarodi và các cộng sự (2012) cho thấy, ở các nền văn hóa, điều nổi bật nhất được đề cập đến là các mối quan hệ xã hội, theo sau là các thành tích thực tế hoặc vật chất, đời sống tinh cảm và đức hạnh. Kết quả của Bonn, Tafarodi (2013) cũng nêu bật tầm quan trọng của mối quan hệ chặt chẽ và lâu dài đối với cuộc sống tốt đẹp. Nghiên cứu này cũng chỉ ra những xu hướng khác biệt giữa các nền văn hóa về quan niệm này. Theo đó, người Canada gốc Á định hướng nhiều hơn về đạo đức, tinh thần và lợi ích so với người Canada gốc Hoa và Tây Âu. Người Trung Quốc có xu hướng nhấn mạnh cái tốt thực dụng và cái tốt mang tính xã hội. Điều này trái ngược với người Canada ở Tây Âu, những người thể hiện sự ưu tiên đối với cái tốt bên trong của cá nhân trong các mô tả về cuộc sống tốt đẹp. Nghiên cứu của Carlquist và cộng sự (2016) trên mẫu Na Uy cho thấy, khái niệm hạnh phúc, cuộc sống tốt đẹp và sự hài lòng được dùng tương đương nhau và khá thường xuyên trong cuộc sống hàng ngày. Nội hàm của các khái niệm này khá tương đồng cho thấy khi hạnh phúc, người ta thấy cuộc sống tốt đẹp và ngược lại. Nghiên cứu tại Phần Lan, kết quả của Pessi (2008) cho thấy, 7 mặt của cuộc sống tốt đẹp mà tác giả gọi là 7 bước đến với cuộc sống tốt đẹp là: mối quan hệ (những quan hệ gần gũi và cộng đồng), sự cân bằng, sức khỏe, thu nhập an toàn, hoàn thiện bản thân, giá trị và tâm linh, công việc và nghỉ ngơi. Tác giả cũng chỉ ra rõ hơn rằng, cuộc sống tốt đẹp không phải là phải có những trải nghiệm cực kỳ hạnh phúc mà là duy trì sự cân bằng và hiện thực hóa bản thân. Khái niệm cuộc sống tốt đẹp với người Phần Lan gắn với sự mãn nguyện hoặc trở nên mãn nguyện.

Trong một nỗ lực nhằm khái quát hóa cấu trúc của khái niệm cuộc sống tốt đẹp, Veenhoven (2000) đã đề xuất cấu trúc của cuộc sống tốt đẹp dựa trên chất lượng cuộc sống. Bốn dạng chất lượng đó là khả năng sống trong môi trường (điều kiện sống đảm bảo), khả năng sống của cá nhân (khả năng cá nhân được trang bị để ứng phó với các vấn đề của cuộc sống), ý nghĩa của cuộc sống (làm vì những điều tốt đẹp hơn cho cuộc sống) và biết ơn cuộc sống (sự hài lòng về cuộc sống). Ở đây, khả năng sống trong môi trường và ý nghĩa cuộc sống là 2 dạng chất lượng bên ngoài, còn khả năng sống của cá nhân và biết ơn cuộc sống là 2 dạng chất lượng bên trong của cá nhân.

Từ các nghiên cứu trên có thể thấy, quan niệm về cuộc sống tốt đẹp như mang tính khám phá, do đó khá đa dạng và chưa có sự thống nhất cả về hàm nghĩa nội dung lẫn cấu trúc. Các nghiên cứu cũng cho thấy sự khác biệt về quan niệm này từ góc độ dân tộc và văn hóa. Đồng thời, về phạm vi nội dung,

Bảng trên cho thấy, tuổi của người trả lời tương đối cân bằng theo tuổi, còn về học vấn chủ yếu là đại học trở lên và mẫu có tỷ lệ nữ cao gấp gần 3 lần so với tỷ lệ nam.

3.3. Mã hóa và phân tích dữ liệu

Nghiên cứu sử dụng tiếp cận phân tích nội dung thông thường (conventional content analysis approach), trong đó, các phạm trù (categories) và tiểu phạm trù (sub-categories) được trích rút trực tiếp từ dữ liệu (Graneheim, Lundman, 2004; Hsieh, Shannon, 2005). Phương pháp này cũng được Schreier (2012) gọi là mã hóa từ dữ liệu (data-derived coding). Trước khi mã hóa, các khái niệm về cuộc sống tốt đẹp trong mô hình 4 chất lượng cuộc sống của Veenhoven (2000) và của những người khác được xác định là các nội hàm khái niệm để tham khảo và khi xem xét dữ liệu thực tế sẽ định hình các phạm trù cơ bản mô tả cuộc sống tốt đẹp.

Câu hỏi đặt ra: *“Những gì có mặt trong quan niệm về cuộc sống tốt đẹp?”* cần thu thập câu trả lời nên các diễn đạt về mọi mặt của cuộc sống trở thành trọng tâm mã hóa và mỗi cụm từ liên quan đến diễn đạt một mặt đó được coi là 1 đơn vị phân tích. Quá trình mã hóa được thực hiện theo từng dòng của văn bản (văn bản được coi là toàn bộ những gì người trả lời viết ra để trả lời câu hỏi mở của chúng tôi). Các bước tiến hành như sau:

- Tất cả các văn bản được đọc kỹ để hiểu nội dung cơ bản.
- Trích rút các đơn vị/hay các cụm từ từ văn bản. Các đơn vị được đọc lại để đảm bảo đó là các đơn vị từ có ý nghĩa độc lập. Các đơn vị có diễn đạt gộp sẽ được tách ra. Ví dụ: “Cuộc sống tốt đẹp là được sống trong môi trường trong lành và an toàn” sẽ được tách ra thành 2 đơn vị là “môi trường trong lành” và “môi trường an toàn”.
- Các mã về cuộc sống tốt đẹp được tạo ra từ các đơn vị mang ý nghĩa độc lập dựa trên so sánh sự tương đồng và khác biệt về nội dung giữa chúng. Ví dụ, “môi trường không có bụi”, “không có khói xe” sẽ chung 1 mã, nhưng “môi trường không có bụi” và “môi trường an ninh, an toàn” là 2 mã khác nhau.
- Các mã được kiểm tra lại trên cơ sở so sánh sự tương đồng và khác biệt giữa chúng, hiệu chỉnh lại mã nếu chúng phản ánh cùng một nội dung nhưng lại khác mã hoặc khác về nội dung nhưng lại cùng mã.
- Hình thành các phạm trù và tiểu phạm trù trên cơ sở nhóm gộp các mã tương đồng nội dung về cuộc sống tốt đẹp. Các tên gọi của các phạm trù/hay tiểu phạm trù phản ánh nội dung chung của những thành phần của chúng.

Chất lượng hướng ra bên ngoài: Cuộc sống tốt đẹp khi cá nhân làm những điều có ý nghĩa cho người khác và xã hội (sống vì người khác).

Chất lượng hướng vào bản thân: Cuộc sống là tốt đẹp khi mỗi cá nhân được hưởng thụ cuộc sống.

Chất lượng đặt vào người khác: Cuộc sống tốt đẹp khi những người xung quanh được sống tốt.

Bảng 2: Những khía cạnh của cuộc sống tốt đẹp

Các khía cạnh	Số lượng	Tỷ lệ %
Chất lượng môi trường bên ngoài	130	35,1
Chất lượng nội tại của cá nhân	69	18,6
Chất lượng hướng ra bên ngoài	24	6,5
Chất lượng hướng vào bản thân	80	21,6
Chất lượng đặt vào người khác	67	18,1
Tổng	370	100,0

Có thể thấy, phân bố mô tả vào các khía cạnh của quan niệm về cuộc sống tốt đẹp của người dân không đồng đều, với tỷ lệ chênh lệch nhau. Trong đó, khía cạnh chất lượng môi trường bên ngoài chiếm tỷ lệ nhiều nhất với 35,1% số mô tả. Tiếp đến là chất lượng hướng vào bản thân với tỷ lệ 21,6%, chất lượng nội tại cá nhân và chất lượng đặt vào người khác chiếm tỷ lệ 18,6% và 18,1%. Khía cạnh chất lượng hướng ra bên ngoài chiếm tỷ lệ ít nhất, chỉ 6,5% tổng số các mô tả.

Nhìn chung, các khía cạnh mô tả về cuộc sống tốt đẹp hay cuộc sống có chất lượng phản ánh được một phần về đời sống, mơ ước, mong muốn của xã hội hiện nay là được sống trong một môi trường với các điều kiện sinh thái và xã hội đảm bảo, bản thân cảm thấy hài lòng với cuộc sống, tiếp theo là mỗi cá nhân có được sức mạnh nội lực của bản thân và những người thân xung quanh có cuộc sống tốt. Riêng quan niệm cuộc sống tốt đẹp là thực hiện những điều hữu ích cho mọi người, cho xã hội hay là sống có ý nghĩa thì chỉ ít người bàn đến.

4.2. Các quan niệm cụ thể về cuộc sống tốt đẹp

Bảng 3 hiển thị các quan niệm chính về cuộc sống tốt đẹp được trích rút từ dữ liệu thu được. Bảng số liệu đưa ra cách nhìn định lượng để đối chiếu mức độ xuất hiện các quan niệm khác nhau về cuộc sống tốt đẹp.

Chất lượng hướng ra bên ngoài: Cuộc sống tốt đẹp khi cá nhân làm những điều có ý nghĩa cho người khác và xã hội (sống vì người khác).

Chất lượng hướng vào bản thân: Cuộc sống là tốt đẹp khi mỗi cá nhân được hưởng thụ cuộc sống.

Chất lượng đặt vào người khác: Cuộc sống tốt đẹp khi những người xung quanh được sống tốt.

Bảng 2: Những khía cạnh của cuộc sống tốt đẹp

Các khía cạnh	Số lượng	Tỷ lệ %
Chất lượng môi trường bên ngoài	130	35,1
Chất lượng nội tại của cá nhân	69	18,6
Chất lượng hướng ra bên ngoài	24	6,5
Chất lượng hướng vào bản thân	80	21,6
Chất lượng đặt vào người khác	67	18,1
Tổng	370	100,0

Có thể thấy, phân bố mô tả vào các khía cạnh của quan niệm về cuộc sống tốt đẹp của người dân không đồng đều, với tỷ lệ chênh lệch nhau. Trong đó, khía cạnh chất lượng môi trường bên ngoài chiếm tỷ lệ nhiều nhất với 35,1% số mô tả. Tiếp đến là chất lượng hướng vào bản thân với tỷ lệ 21,6%, chất lượng nội tại cá nhân và chất lượng đặt vào người khác chiếm tỷ lệ 18,6% và 18,1%. Khía cạnh chất lượng hướng ra bên ngoài chiếm tỷ lệ ít nhất, chỉ 6,5% tổng số các mô tả.

Nhìn chung, các khía cạnh mô tả về cuộc sống tốt đẹp hay cuộc sống có chất lượng phản ánh được một phần về đời sống, mơ ước, mong muốn của xã hội hiện nay là được sống trong một môi trường với các điều kiện sinh thái và xã hội đảm bảo, bản thân cảm thấy hài lòng với cuộc sống, tiếp theo là mỗi cá nhân có được sức mạnh nội lực của bản thân và những người thân xung quanh có cuộc sống tốt. Riêng quan niệm cuộc sống tốt đẹp là thực hiện những điều hữu ích cho mọi người, cho xã hội hay là sống có ý nghĩa thì chỉ ít người bàn đến.

4.2. Các quan niệm cụ thể về cuộc sống tốt đẹp

Bảng 3 hiển thị các quan niệm chính về cuộc sống tốt đẹp được trích rút từ dữ liệu thu được. Bảng số liệu đưa ra cách nhìn định lượng để đối chiếu mức độ xuất hiện các quan niệm khác nhau về cuộc sống tốt đẹp.

Bảng 3: Các quan niệm về cuộc sống tốt đẹp

Các khía cạnh	Các quan niệm			
		Số lượng	Tỷ lệ %	Tỷ lệ % tổng
Chất lượng môi trường bên ngoài	Môi trường sinh thái	22	16,9	5,9
	Kinh tế đảm bảo	50	38,5	13,5
	Xã hội an ninh	29	22,3	7,8
	Văn hóa, Y tế, Giáo dục	29	22,3	7,8
	Tổng 1	130	100,0	
Chất lượng nội tại của cá nhân	Sức khỏe thể chất	28	40,6	7,6
	Khỏe mạnh tinh thần	24	34,8	6,5
	Khả năng của cá nhân	17	24,6	4,6
	Tổng 2	69	100,0	
Chất lượng hướng ra bên ngoài	Đạo đức	17	70,8	4,6
	Giá trị của cá nhân	4	16,7	1,1
	Lợi ích cho người thân	3	12,5	0,8
	Tổng 3	24	100,0	
Chất lượng hướng vào bản thân	Nhận được lợi ích	13	16,0	3,5
	Cảm xúc tích cực	33	40,7	8,9
	Trải nghiệm cuộc sống	35	43,2	9,5
	Tổng 4	81	100,0	
Chất lượng đặt vào người khác	Gia đình tốt đẹp	53	80,3	14,3
	Mọi người tốt đẹp	13	19,7	3,5
	Tổng 5	66	100,0	
Tổng số (Tổng 1 + Tổng 2 + Tổng 3 + Tổng 4 + Tổng 5)		370		100

Xem xét trong tổng thể tần suất các quan niệm này được đề cập đến thì quan niệm cho rằng cuộc sống tốt đẹp là khi gia đình tốt đẹp chiếm tỷ lệ cao nhất (14,3%), tiếp đến là khi kinh tế đảm bảo (13,8%). Có thể thấy, đây là 2 quan niệm nổi trội trong số các quan niệm được tổng hợp lại. Hai quan niệm này thuộc về khía cạnh chất lượng đặt vào người khác và chất lượng môi

trường bên ngoài. Bốn quan niệm được ít người đề cập đến là: Cuộc sống tốt đẹp là khi làm được những việc đem lại lợi ích cho người thân (0,8%) và thể hiện giá trị cống hiến cho xã hội của bản thân (1%). Tiếp đến là quan niệm: cuộc sống tốt đẹp là khi cá nhân nhận được những lợi ích nào đó (3,5%) và khi cá nhân thực hiện hành vi có đạo đức (4,6%). 4 trong số 4 quan niệm ít thấy này đều thuộc về khía cạnh chất lượng hướng ra bên ngoài.

Như vậy, có thể thấy những mô tả về cuộc sống tốt đẹp của mẫu nghiên cứu nghiêng về chất lượng môi trường bên ngoài như kinh tế đảm bảo như thu nhập ổn định, có tích lũy, tiền dư tiêu. Nhu cầu vật chất được đảm bảo, cơ sở vật chất tốt... Hay chất lượng đặt vào người khác như cuộc sống tốt đẹp là khi gia đình tốt đẹp, hạnh phúc, vợ chồng con cái hòa thuận, yêu thương nhau...

Để hiểu rõ hơn những mô tả về quan niệm của cuộc sống tốt đẹp của mẫu nghiên cứu, chúng tôi sẽ phân tích từng khía cạnh.

4.2.1. Khía cạnh chất lượng của môi trường bên ngoài

Trong 130 mô tả về khía cạnh chất lượng môi trường bên ngoài được đề cập đến trong quan niệm về cuộc sống tốt đẹp, có đến 50 mô tả đề cập đến kinh tế đảm bảo (chiếm 38,5%), tiếp đến là xã hội an ninh và văn hóa, y tế, giáo dục đều có 29 mô tả (chiếm 22,3%). Chiếm tỷ lệ ít nhất là môi trường tự nhiên với 22 mô tả (chiếm 16,9%).

Cuộc sống tốt đẹp khi kinh tế đảm bảo

Các cụm từ phản ánh quan niệm về điều kiện kinh tế (50 cụm từ - chiếm 13,5% trên tổng số cụm từ) bao gồm cả kinh tế cá nhân và kinh tế xã hội. Trong điều kiện kinh tế cá nhân có thể thấy hai xu hướng là (1) vừa đủ để không khó khăn/đói nghèo hoặc (2) thừa (khá giả), được phản ánh trong tiền, tài sản, đáp ứng nhu cầu vật chất, kinh tế nói chung, cơ sở vật chất xã hội.

Quan điểm “vừa đủ” thể hiện ở cụm từ như: kinh tế không phải quá khó khăn; có thu nhập trên mức tối thiểu; đủ tiền tiêu; thu nhập đủ để sinh hoạt và tiêu dùng; thu nhập đủ nuôi sống bản thân; đủ tiền tiêu và không cần quá nhiều tiền; có một chỗ để đi về không cần quá to rộng; có đủ cơm ăn, áo mặc; có các điều kiện sống cơ bản; có đủ điều kiện tài chính để làm phương tiện đảm bảo cuộc sống; vật chất không quá khó khăn; không phải lo nghĩ quá nhiều về đời sống tài chính; không thiếu ăn, thiếu mặc, không kẹt tiền để mua sách hoặc tham gia một số khóa học phổ biến...

Còn quan điểm “thừa” thể hiện ở các cụm từ như: kiếm được nhiều tiền để ăn và chơi; có tích lũy/dự phòng; lương (thu nhập) tốt; có nhiều tiền; dư để tiết kiệm; mọi thứ đều có đủ, nhà cửa, xe cộ; có cuộc sống no đủ; cuộc sống đầy đủ tiện nghi vật chất; kinh tế vững...

Đó là môi trường xanh, có không khí trong lành, thoáng đãng, không có khói bụi và mùi xăng xe, không bị ô nhiễm; Một môi trường có cảnh quan đẹp và sạch sẽ; Mọi người được sử dụng thực phẩm sạch, không thuốc trừ sâu.

Có thể thấy, chất lượng môi trường bên ngoài là những điều kiện đảm bảo cho cuộc sống tốt đẹp được đề cập đến khá đa diện, bao quát nhiều mặt của cuộc sống xã hội. Trong các quan niệm đó, có những người đề cập đến chất lượng cao, thể hiện sự hoàn hảo, nhưng cũng có người đưa ra những quan niệm chỉ cần vượt ngưỡng với từ “không” hoặc “ít”, hoặc “bớt”, như môi trường không khói bụi, không đói nghèo, người bớt hung hãn, xã hội ít tội phạm... cho thấy họ chỉ cần các điều kiện đó đạt chất lượng vừa phải.

4.2.2. Chất lượng nội tại của cá nhân

Cuộc sống tốt đẹp là khi mỗi cá nhân mang giá trị nội tại của mình. Đó là cá nhân có sức khỏe về thể chất và về tinh thần, cá nhân có khả năng/có năng lực để làm việc, để sống. Có 69 cụm từ mang nội dung này.

Cuộc sống tốt đẹp khi cá nhân có sức khỏe thể chất

Về sức khỏe thể chất (28 cụm từ, chiếm 7,6%), các ý kiến khá tập trung, đó là cá nhân cần sức khỏe tốt hoặc chỉ cần đủ sức khỏe để làm việc, không bị bệnh tật.

Cuộc sống tốt đẹp khi cá nhân khỏe mạnh về tinh thần

Các chiều cạnh của sức khỏe tinh thần khá đa dạng, dù chỉ có 24 cụm từ (chiếm 6,5%) phản ánh chất lượng nội tại của mỗi cá nhân. Đó là khi con người có năng lượng sống với các cụm từ như: có thể tự do theo đuổi đam mê; được tự do lựa chọn cách sống; sống có tâm huyết/nhiệt huyết; có nhiều hy vọng; tràn đầy năng lượng; có nguồn năng lượng tích cực để giải quyết mọi vấn đề phát sinh; đi tìm sự hoàn thiện. Đó cũng là người tự chủ với các mô tả như: tự chủ trong cuộc sống; biết chấp nhận thực tại; tạo ra giá trị; có trách nhiệm và là người có tinh thần an vui, sống với các giá trị tinh thần của mình.

Cuộc sống tốt đẹp khi cá nhân có khả năng

Cá nhân có khả năng là một trong những tiêu chí để đánh giá về cuộc sống tốt đẹp trong quan niệm của mẫu nghiên cứu. Có 17 cụm từ (chiếm 4,6%) thể hiện nội dung này. Đó là khả năng liên quan đến công việc cũng như các kỹ năng của bản thân như: có năng lực, khả năng làm việc tốt, biết cân bằng giữa cuộc sống gia đình và cá nhân, cân bằng giữa công việc và giải trí. Đó cũng là khả năng liên quan đến những giá trị của bản thân như: cảm thấy mình là người có giá trị, tự đi bằng đôi chân của mình, biết yêu thương bản thân, biết tạo ra giá trị; giữ phong thái bình tĩnh, tự tin để đón nhận khó khăn. Khả năng cá nhân còn thể hiện ở chiều cạnh có mục tiêu để theo đuổi: trở thành nhà tâm lý

Kết quả số liệu trên cho thấy, chất lượng hướng ra bên ngoài của cá nhân là một khía cạnh không thể thiếu trong quan niệm về cuộc sống tốt đẹp.

4.2.4. Chất lượng hướng vào bản thân

Cuộc sống tốt đẹp là khi mỗi cá nhân có được chất lượng nhất định trong cuộc sống. Chất lượng cuộc sống của cá nhân là họ được hưởng những kết quả tốt đẹp như có được những lợi ích nhất định, có cảm xúc tích cực và được trải nghiệm cuộc sống một cách thú vị.

Cuộc sống tốt đẹp là khi cá nhân nhận được lợi ích tinh thần

Quan niệm cuộc sống tốt đẹp là khi cá nhân nhận được lợi ích được thể hiện trong 13 cụm từ (chiếm 3,5%). Những lợi ích mà cá nhân nhận được mang giá trị tinh thần như được người khác ghi nhận; được mọi người yêu quý; được yêu thương; lúc buồn sẽ có một người dù tin cậy để sẻ chia và trao một cái ôm thật an toàn; có sự ủng hộ và động viên từ những người thân bên cạnh; luôn có bạn bè bên cạnh chia sẻ, động viên và thấy vui vẻ.

Cuộc sống tốt đẹp là khi cá nhân có những cảm xúc tích cực

Những cảm xúc tích cực là một trong những nội dung về quan niệm cuộc sống tốt đẹp của người dân. Có 33 cụm từ nói về nội dung này chiếm 8,9% trong tổng số các cụm từ thu được. Cảm xúc tích cực bao gồm vui vẻ; có thể ngủ một cách dễ dàng và dậy với cảm giác thoải mái; cuộc sống tràn ngập tiếng cười; không có các suy nghĩ tiêu cực, lo âu, sống tích cực. Đó cũng là có được niềm hạnh phúc, những điều may mắn. Là sự hài lòng trong cuộc sống: hài lòng với những gì mình có, mãn nguyện, bằng lòng với tất cả những gì mình có. Là cảm thấy an toàn về mọi mặt. Là một cuộc sống bình an, bình yên của bản thân. Cũng là cuộc sống khi bản thân luôn cảm thấy thanh thản.

Cuộc sống tốt đẹp là khi cá nhân có những trải nghiệm cuộc sống

Cuộc sống tốt đẹp là khi cá nhân có những trải nghiệm thú vị và yêu thích. Có đến 35 cụm từ nói về vấn đề này (chiếm 9,5%). Quan niệm này thể hiện ở các cụm từ sau: được tự do làm điều mình thích như đọc truyện, xem phim, đi du lịch...; tận hưởng cuộc sống, tối xem bộ phim thư giãn hoặc nói chuyện/gặp gỡ bạn bè; đi ngủ khi người đã tắm rửa thơm tho và chăm sóc da đầy đủ; thỉnh thoảng cùng đi du lịch với gia đình; đi đến nơi mình muốn cùng với những người thân yêu. Đó là cuộc sống mà những gì diễn ra như mong muốn trong một phạm vi ham muốn vừa phải; sống theo cách mình muốn, sống một cuộc sống đơn giản bình yên. Đó cũng là cuộc sống mà người ta được sống đúng bản chất con người mình mà không bị ai để ý; được sống là chính mình, hiểu những giá trị cốt lõi của bản thân và hành xử đúng là mình.

Có thể thấy, những mô tả về quan niệm cuộc sống tốt đẹp của mẫu nghiên cứu nghiêng về chất lượng môi trường bên ngoài hay chất lượng đặt vào người khác. Kết quả phân tích trong từng khía cạnh của cuộc sống tốt đẹp cũng cho thấy, các cụm từ mô tả nội dung trong từng khía cạnh cụ thể phân bố không đồng đều. Ví dụ, ở khía cạnh chất lượng môi trường bên ngoài, các mô tả tập trung nhiều ở chất lượng kinh tế đảm bảo như phải có tiền, có tích lũy, thu nhập trên mức tối thiểu (chiếm 38,5%) mà ít đề cập hơn đến ba chất lượng về môi trường tự nhiên; xã hội an ninh; văn hóa, y tế, giáo dục. Hay trong khía cạnh về chất lượng đặt vào người khác, mô tả về chất lượng gia đình tốt đẹp là nhiều nhất, chiếm gần hết các mô tả về khía cạnh này (chiếm 80,3%).

5. Kết luận

Với mục đích khám phá quan niệm về cuộc sống tốt đẹp của người dân, kết quả nghiên cứu đã cho thấy một số điểm sau: phát hiện những quan niệm cụ thể về cuộc sống tốt đẹp của mẫu nghiên cứu, phác thảo ra cấu trúc ban đầu của cuộc sống tốt đẹp đó đồng thời chỉ ra đặc điểm của các quan niệm này.

Thứ nhất, nghiên cứu đã tổng hợp được 15 quan niệm cụ thể về cuộc sống tốt đẹp liên quan đến: chất lượng của môi trường sinh thái; điều kiện kinh tế đảm bảo; xã hội an ninh; dịch vụ văn hóa, y tế, giáo dục đảm bảo; cá nhân có sức khỏe thể chất; có sự khỏe mạnh tinh thần, có khả năng; cá nhân thực hiện hành vi đạo đức; sống có ích và làm điều tốt cho người thân; cá nhân nhận được lợi ích tinh thần; cảm thấy hạnh phúc và được hưởng thụ cuộc sống; cuộc sống gia đình và mọi người xung quanh tốt đẹp.

Thứ hai, trên cơ sở nhóm gộp các quan niệm cụ thể theo nội dung cốt lõi, nghiên cứu đã bước đầu phác thảo cấu trúc năm mặt của cuộc sống tốt đẹp mang nội dung chất lượng cuộc sống. Đó là chất lượng môi trường bên ngoài, chất lượng nội tại của cá nhân, chất lượng hướng ra bên ngoài, chất lượng hướng vào bản thân và chất lượng đặt vào người khác.

Thứ ba, nghiên cứu đã chỉ ra một số đặc điểm về quan niệm cuộc sống tốt đẹp. Đó là sự phân bố không đồng đều của các quan niệm, trong đó, phổ biến nhất là quan niệm cuộc sống tốt đẹp liên quan đến hạnh phúc gia đình và điều kiện kinh tế, còn ít phổ biến nhất là quan niệm liên quan đến giá trị hữu ích của cá nhân đối với xã hội và người thân. Đồng thời, các quan niệm phản ánh sự phân hóa: có người chỉ cần cuộc sống có chất lượng vừa đủ, những cũng có người cần chất lượng cao.

Những phát hiện trên được thực hiện trên mẫu nhỏ với phân bố nghiêng về nữ. Đó là hạn chế của nghiên cứu này. Vì thế, trong nghiên cứu tiếp theo, cần bổ sung dữ liệu của nam. Mặt khác, nghiên cứu sử dụng thiết kế định tính