

# Tác động của phụ huynh hóa đến tâm lý trẻ em: Nghiên cứu tổng quan

Trần Hà Thu\*, Trương Quang Lâm\*\*, Lương Bích Thủy\*\*

**Tóm tắt:** Phụ huynh hóa là một hiện tượng tâm lý - xã hội, trong đó trẻ em đảm nhận vai trò và trách nhiệm của người lớn trong gia đình, thường xuất hiện trong bối cảnh gia đình rối loạn chức năng hoặc gặp khủng hoảng. Bài viết này tổng hợp và phân tích 45 tài liệu nghiên cứu nhằm làm rõ tác động của phụ huynh hóa đối với sức khỏe tâm lý và sự phát triển xã hội của trẻ em. Kết quả tổng quan cho thấy cả phụ huynh hóa chức năng và phụ huynh hóa cảm xúc đều có mối liên hệ tiêu cực với sức khỏe tâm thần, gây trở ngại trong các mối quan hệ xã hội và làm suy giảm thành tích học tập ở trẻ em. Tuy nhiên, trong một số điều kiện nhất định, phụ huynh hóa cũng có thể thúc đẩy sự phát triển các kỹ năng xã hội và phẩm chất cá nhân tích cực, đặc biệt khi trẻ nhận được sự công nhận, tôn trọng và hỗ trợ từ cha mẹ, cũng như có nhận thức tích cực về vai trò của mình. Bài viết đồng thời chỉ ra một số khoảng trống trong nghiên cứu hiện nay, bao gồm sự thiếu vắng các nghiên cứu theo chiều dọc, sự hiểu biết còn hạn chế về cơ chế tác động thông qua các yếu tố trung gian hoặc điều tiết, và sự thiếu đa dạng về bối cảnh văn hóa trong các nghiên cứu hiện có. Trên cơ sở đó, bài viết đề xuất các hướng nghiên cứu tương lai nhằm làm sáng tỏ hơn cơ chế ảnh hưởng của phụ huynh hóa đến tâm lý trẻ em trong những nền văn hóa khác nhau.

**Từ khóa:** phụ huynh hóa; phụ huynh hóa cảm xúc; phụ huynh hóa chức năng; tâm lý trẻ em; trẻ em.

*Ngày nhận: 15/4/2025; ngày chỉnh sửa: 31/7/2025; ngày chấp nhận đăng: 28/02/2026*

DOI: <https://doi.org/10.33100/vjssh.2026.12.1.11>

## 1. Giới thiệu

Phụ huynh hóa (Parentification) là một hiện tượng tâm lý - xã hội trong đó trẻ em đảm nhận vai trò và trách nhiệm của người lớn trong gia đình, thường do hoàn cảnh khách quan như khủng hoảng tài chính, bệnh tật, ly hôn, hoặc sự vắng mặt của cha mẹ

trong gia đình (Hooper 2007b). Hiện tượng này đặc biệt phổ biến ở các gia đình có khó khăn về kinh tế, có vị thế kinh tế - xã hội thấp, cha mẹ bị bệnh tật về thể chất hoặc bệnh về sức khỏe tâm thần (Hooper 2007b; Schier 2014; Chen và Panebianco 2020). Trong những trường hợp này, trẻ có thể phải thực hiện nhiều vai trò vượt quá khả năng và độ tuổi của mình như nuôi dạy anh chị em, chăm sóc các thành viên khác trong gia đình (Hooper 2011), hỗ trợ cha mẹ về mặt cảm

\* Trường Đại học Khoa học Xã hội và Nhân văn, ĐHQG Hà Nội; email: tranhathu2811@gmail.com

\*\* Trường Đại học Khoa học Xã hội và Nhân văn, ĐHQG Hà Nội.

xúc, thậm chí tham gia lao động để duy trì kinh tế gia đình (Borchet và cộng sự 2022).

Phần lớn các nghiên cứu nhấn mạnh khía cạnh tiêu cực của hiện tượng phụ huynh hóa đối với sự phát triển tâm lý - xã hội của trẻ em. Khi trẻ phải gánh vác những trách nhiệm không phù hợp với độ tuổi, các hệ quả tiêu cực có thể bao gồm căng thẳng kéo dài, lo âu, trầm cảm, giảm chất lượng mối quan hệ xã hội (Lutmat 2019; Borchet và cộng sự 2021; Dariotis và cộng sự 2023) và ảnh hưởng tiêu cực đến sự phát triển cá nhân trong giai đoạn trưởng thành (dẫn theo Hooper 2007a). Tuy nhiên, một số ít nghiên cứu khác lại cho rằng phụ huynh hóa cũng có thể mang lại tác động tích cực, giúp trẻ phát triển tính tự lập, trách nhiệm, khả năng đồng cảm (Tompkins 2015), gia tăng sự trưởng thành và những năng lực cá nhân tích cực khác (Hooper 2011; Kuperminc và cộng sự 2013; Chee và cộng sự 2014).

Mặc dù vấn đề phụ huynh hóa đã được nghiên cứu rộng rãi ở các nước phương Tây, nhưng vẫn tồn tại những khoảng trống nghiên cứu, đặc biệt trong những bối cảnh văn hóa khác nhau. Theo hiểu biết của chúng tôi, cho đến nay tại Việt Nam chưa có nghiên cứu nào tập trung vào khái niệm này. Trong bài báo tổng quan này, chúng tôi sử dụng phương pháp tổng quan mô tả để tổng hợp tài liệu từ các nguồn cơ sở dữ liệu uy tín nhằm phân tích và đánh giá các nghiên cứu về phụ huynh hóa và tác động của hiện tượng này đối với tâm lý trẻ em. Đồng thời, bài viết cũng xác định khoảng trống trong những nghiên cứu, từ đó đề xuất hướng nghiên cứu trong tương lai nhằm làm rõ hơn cơ chế tác động của vấn đề phụ huynh hóa đến sự phát triển tâm lý của trẻ em trong bối cảnh các nền văn hóa khác nhau. Câu hỏi nghiên cứu chính được đặt ra là: “Phụ huynh hóa ảnh hưởng như thế nào đến sức khỏe tinh thần và sự phát triển tâm lý - xã hội của

trẻ em, dựa trên các bằng chứng nghiên cứu hiện có?”

## 2. Phương pháp nghiên cứu

Bài viết được thực hiện dựa trên phương pháp nghiên cứu tài liệu thứ cấp. Tài liệu nghiên cứu được lựa chọn theo những tiêu chí, quy trình và kết quả tìm kiếm cụ thể như sau:

*Tiêu chí lựa chọn tài liệu:* Các nghiên cứu được lựa chọn để phân tích tổng quan theo các tiêu chí: (i) liên quan trực tiếp đến hiện tượng phụ huynh hóa trong gia đình và tác động tích cực - tiêu cực đến trẻ em dưới 18 tuổi; (ii) được xuất bản bằng tiếng Anh hoặc tiếng Việt; (iii) công bố trong khoảng thời gian từ 2007-2023, (iv) phần lớn thuộc dạng bài báo nghiên cứu gốc và một số bài báo trích dẫn gián tiếp.

*Tìm kiếm:* Các từ khóa chính gồm: “Phụ huynh hóa”, “Phụ huynh hóa chức năng” “Phụ huynh hóa cảm xúc”, “Tác động của phụ huynh hóa”; “Mặt tích cực và tiêu cực của phụ huynh hóa”; tương ứng với các từ khóa tiếng Anh lần lượt là “Parentification”, “Emotional parentification”, “Instrumental parentification”, “Effects of parentification”, “The positive and negative aspects of parentification”. Các từ khóa được tìm kiếm trên cơ sở dữ liệu: Google Scholar, Consensus, PubMed, PsycINFO, Science Direct. Thời gian tìm kiếm tài liệu đến 31/12/2024.

*Kết quả tìm kiếm:* Dựa vào tiêu đề, đọc tóm tắt bài báo và toàn văn bài báo; chúng tôi đã lựa chọn tổng quan 41 tài liệu xuất bản từ năm 2006-2023 nghiên cứu trực tiếp về phụ huynh hóa và tác động của vấn đề này tới tâm lý trẻ em và 04 tài liệu được công bố trước đó (lần lượt vào năm 1967, 1973, 1979 và 1997) để tổng quan những lý

thuyết nền tảng giúp giải thích về cơ chế tác động của phụ huynh hóa tới trẻ em.

### 3. Kết quả nghiên cứu

#### 3.1. Khái niệm phụ huynh hóa

##### *Định nghĩa phụ huynh hóa*

Minuchin và cộng sự lần đầu tiên giới thiệu thuật ngữ “đứa trẻ làm cha mẹ” (parental child) vào năm 1967 để mô tả hiện tượng trẻ em, đặc biệt là con cả, đảm nhận vai trò và trách nhiệm của người lớn trong gia đình khi cha mẹ vắng mặt. Các tác giả xem đây là sự tái cơ cấu giữa các tiểu hệ thống trong gia đình, khi chức năng và quyền lực được chuyển từ hệ thống cha mẹ sang hệ thống trẻ em. Trong cách giải thích của Minuchin, hệ thống gia đình này có thể vận hành khá hiệu quả, giúp đứa trẻ trở nên có trách nhiệm hơn, có năng lực và tự chủ hơn. Đối với ông, sự đảo ngược vai trò này không đáng lo ngại miễn là các nhiệm vụ được phân chia công bằng và đứa trẻ nhận được sự hỗ trợ cần thiết từ cha mẹ, cũng như được công nhận cho những đóng góp của chúng (Minuchin và cộng sự 1976). Sau đó, Boszormenyi-Nagy và Spark đã tiến một bước xa hơn trong nghiên cứu về hiện tượng phụ huynh hóa và là những người đầu tiên giới thiệu thuật ngữ “phụ huynh hóa” vào năm 1973. Theo các tác giả, đây là một sự nhận thức sai lệch trong mối quan hệ, khi một cá nhân gán vai trò làm cha/mẹ cho người bạn đời hoặc cho chính đứa con của mình. Xét trong mối quan hệ giữa cha mẹ và con cái, phụ huynh hóa có thể được hiểu là những quá trình trong gia đình mà trẻ em đảm nhận những vai trò hoặc trách nhiệm không phù hợp với giai đoạn phát triển của chúng (Boszormenyi-Nagy và Spark 1973).

Theo Baker-Miller và Stiver, sự phụ thuộc hóa được thể hiện qua việc thiếu sự

tương hỗ giữa cha mẹ và con cái, theo đó cha mẹ không thể đáp ứng nhu cầu của con. Trong trường hợp này, đứa trẻ bị buộc phải đảm nhận những vai trò, bằng cách này hay cách khác, đáp ứng nhu cầu của cha mẹ, nhưng đổi lại, đứa trẻ không nhận được bất kỳ sự công nhận nào (dẫn theo Lutman 2019). Theo Chase, phụ huynh hóa là quá trình đảo ngược vai trò mang tính chức năng và/hoặc cảm xúc trong gia đình, khi một đứa trẻ đảm nhận trách nhiệm mang tính chức năng hoặc nhu cầu chăm sóc cảm xúc của cha mẹ, đồng thời từ bỏ nhu cầu được quan tâm, an toàn và hướng dẫn của chính mình (dẫn theo Lutman 2019). Theo Van Parys và cộng sự (2015), phụ huynh hóa được định nghĩa là một quá trình trong gia đình, trong đó trẻ em cảm nhận được sự tôn thương và nhu cầu của cha mẹ, từ đó chủ động cố gắng đáp ứng những nhu cầu đó. Tác giả nhấn mạnh rằng phụ huynh hóa không đơn thuần là một quá trình một chiều, mà là một quá trình hai chiều giữa cha mẹ và con cái, bao gồm cả khía cạnh trải nghiệm và hành vi của cả hai bên. Điều này cho thấy phụ huynh hóa không chỉ là sự chuyển giao vai trò, mà còn là kết quả của sự tương tác phức tạp giữa cảm xúc, hành vi và động lực trong mối quan hệ gia đình.

Tổng hợp các định nghĩa khác nhau, Hooper (2007a) nhấn mạnh ba yếu tố cốt lõi thường xuất hiện trong phần lớn mô tả về hiện tượng phụ huynh hóa: (i) việc trẻ đảm nhận vai trò làm cha mẹ, (ii) hiện tượng đảo ngược vai trò giữa các thế hệ, và (iii) sự xóa nhòa ranh giới liên thế hệ. Trong quá trình này, trẻ em và thanh thiếu niên gánh vác các nghĩa vụ vượt quá khả năng phát triển phù hợp với lứa tuổi, nhưng không nhận được sự giúp đỡ hay ghi nhận từ cha mẹ, bởi những đóng góp của các em thường bị xem là hiển nhiên. Hệ quả là, trẻ buộc phải chăm sóc nhu cầu của cha mẹ trong khi từ bỏ chính nhu cầu của mình.

### *Nguồn gốc/nguyên nhân của phụ huynh hóa*

Theo Minuchin và cộng sự (1976), việc một đứa trẻ đảm nhận các trách nhiệm và nhiệm vụ của cha mẹ là một quá trình thích nghi tự nhiên. Các tác giả cho rằng hiện tượng này đặc trưng cho các gia đình có địa vị kinh tế thấp, gia đình đông con, gia đình đơn thân, và các gia đình mà cả cha lẫn mẹ thường xuyên vắng mặt do công việc. Boszormenyi-Nagy và Spark (1973) nhấn mạnh một trong những nguyên nhân quan trọng dẫn đến phụ huynh hóa là sự thiếu tương hỗ giữa cha mẹ và con cái, nơi cha mẹ không thể đáp ứng nhu cầu của con cái. Đứa trẻ bị buộc phải đảm nhận các vai trò đáp ứng nhu cầu của cha mẹ, nhưng đôi lại không nhận được sự công nhận nào. Điều này không phải vì tình yêu thuần túy, mà chủ yếu vì sợ sự tức giận của cha mẹ hoặc cố gắng bình thường hóa bầu không khí gia đình. Họ cũng nhấn mạnh đến sự truyền liên thế hệ (intergenerational transmission) của phụ huynh hóa. Cha mẹ từng bị phụ huynh hóa khi còn nhỏ có thể kỳ vọng con cái của mình cũng đảm nhận vai trò tương tự, lấp đầy khoảng trống tâm lý và chức năng mà họ đã trải qua khi lớn lên mà không được cha mẹ chăm sóc đầy đủ. Điều này tạo ra một vòng lặp ở đứa trẻ khi lớn lên, chúng cũng có xu hướng lặp lại khuôn mẫu này với đối tác hoặc con cái của mình.

Các nghiên cứu cũng xác định nhiều yếu tố khác nhau có thể là nguồn gốc hoặc nguyên nhân gây ra phụ huynh hóa như các vấn đề sức khỏe tâm thần hay bệnh mãn tính, khuyết tật của cha/mẹ, lạm dụng chất gây nghiện ở cha/mẹ (Hooper và cộng sự 2012, Chen và cộng sự 2020). Những vấn đề trên ở cha mẹ làm tăng nguy cơ trẻ phải chăm sóc cha/mẹ và anh/chi/em của mình cũng như liên quan đến tình trạng “không thể dự đoán trước” của gia đình, được hiểu là sự không ổn định trong các hoạt động chung của gia đình, sự bất ổn của cha mẹ trong quá trình chăm sóc và nuôi dạy con cái

và thu nhập bấp bênh (Burnett và cộng sự, 2006). Nhiều yếu tố khác liên quan đến cấu trúc, tình trạng kinh tế - xã hội của gia đình được xem xét là nguyên nhân của phụ huynh hóa như: gia đình đơn thân, xung đột hôn nhân, gia đình nghèo hoặc có thu nhập thấp, gia đình gặp khủng hoảng (di cư, di dời do mất việc, nhập cư, tị nạn, dịch bệnh) (Hoopee 2011; Chee 2014; Żarczyńska-Hyla và cộng sự 2019).

Ngoài ra, phụ huynh hóa là một hiện tượng sâu sắc về văn hóa, nơi các kết quả nhận thức về nó có thể khác nhau giữa các nền văn hóa. Các mô hình gia đình truyền thống rõ rệt, nhấn mạnh quyền lực của người cha và sự vâng lời của con cái hay với quan niệm rằng công việc gia đình được phân công theo giới tính có thể đặt gánh nặng kì vọng cao lên phụ nữ (Borchet và cộng sự 2022). Yếu tố văn hóa có thể định hình những khía cạnh của phụ huynh hóa được chấp nhận trong từng cộng đồng (Hooper 2013). Do đó, mức độ phụ huynh hóa được báo cáo có thể khác nhau giữa trẻ em trai và gái tùy thuộc vào từng cộng đồng văn hóa. Trong một số bối cảnh, trẻ em gái có xu hướng đảm nhận vai trò phụ huynh hóa nhiều hơn (Byng-Hall 2008; Schier và cộng sự 2015), trong khi ở các cộng đồng khác, trẻ em trai lại báo cáo mức độ phụ huynh hóa cao hơn (Arellano và cộng sự 2018). Sự khác biệt này phản ánh ảnh hưởng của chuẩn mực giới và đặc điểm văn hóa đặc thù trong việc định hình vai trò của trẻ em trong gia đình hơn. Tuy nhiên, một số nghiên cứu lưu ý rằng phụ huynh hóa ở nam giới có thể bị báo cáo thiếu do sự miễn cưỡng trong việc thừa nhận các hành vi chăm sóc không phù hợp với khuôn mẫu giới truyền thống. Ngược lại, các hành vi phù hợp với vai trò giới truyền thống dễ được chấp nhận và báo cáo hơn (Khafi và cộng sự 2014).

Tóm lại, phụ huynh hóa là kết quả của một loạt các yếu tố thuộc về bối cảnh gia

đình, xã hội và văn hóa. Nó có thể bắt nguồn từ những điều chỉnh chức năng tự nhiên để duy trì hệ thống gia đình cho đến những nhu cầu chưa được đáp ứng của cha mẹ và có thể truyền từ thế hệ này sang thế hệ khác.

#### *Các hình thức phụ huynh hóa*

Nhìn chung, các nghiên cứu về phụ huynh hóa ở trẻ em được phân loại thành (i) Phụ huynh hóa chức năng (instrumental parentification) và (ii) Phụ huynh hóa cảm xúc (emotional parentification) (Hooper 2007; Schier 2014). Mỗi hình thức phụ huynh hóa có tác động tích cực và tiêu cực khác nhau đến tâm lý của trẻ (Masiran và cộng sự 2023).

**Phụ huynh hóa chức năng:** Liên quan đến việc trẻ em đảm nhiệm nhiều công việc khác nhau trong gia đình như nấu ăn, mua sắm, đi làm kiếm tiền, v.v. hoặc trẻ phải đảm nhận việc chăm sóc anh chị em hoặc các thành viên khác trong gia đình. Các nhà lý thuyết hệ thống gia đình đã đưa quan điểm rằng trong các gia đình đông đúc, đứa trẻ đảm nhận vai trò của cha mẹ sẽ giảm bớt gánh nặng của gia đình (Jurkovic và Casey 2000). Việc đảm nhận vai trò và thực hiện các nhiệm vụ chức năng sẽ giúp đứa trẻ đang trải qua phụ huynh hóa có cảm giác thành tựu và đóng góp, đồng thời giảm bớt căng thẳng cho cha mẹ. Tuy nhiên, nếu đứa trẻ thực hiện những nhiệm vụ hoặc trách nhiệm này, chẳng hạn như nấu ăn, dọn dẹp, và chăm sóc anh chị em, mà không được ngợi khen thì có thể xảy ra các hậu quả tiêu cực về thể chất và tinh thần (Jurkovic 1997).

**Phụ huynh hóa cảm xúc:** có nghĩa là trẻ phải đáp ứng các nhu cầu về mặt tâm lý, tình cảm cho cha mẹ hoặc anh chị em, với những gia đình có xung đột, trẻ còn đóng vai trò hòa giải, là người trung gian trong mối quan hệ của cha và mẹ (Byng-Hall 2008; Schier 2014). Đứa trẻ trải qua phụ huynh hóa về cảm xúc cũng có thể đóng vai trò như một người bạn tâm tình, trợ lý hoặc nhà trị liệu khi cha mẹ không đương đầu được với

những khó khăn trong cuộc sống (Peris và cộng sự 2008). Khi trẻ phải liên tục trải qua phụ huynh hóa về cảm xúc sẽ gây bất lợi cho sự phát triển của trẻ, thường dẫn đến việc chúng phải kìm nén nhu cầu của bản thân để đáp ứng nhu cầu của cha mẹ và anh chị em. Điều này ảnh hưởng tiêu cực cho sự phát triển lành mạnh của chính trẻ và cuối cùng làm gián đoạn việc hình thành các mối quan hệ gắn bó ở tuổi trưởng thành trong tương lai (Hooper 2007a). Trong các tài liệu, trải nghiệm phụ huynh hóa cảm xúc được coi là gây tổn hại nghiêm trọng hơn so với phụ huynh hóa chức năng. Theo nhận định của Hooper (2008), một số tác giả thậm chí còn ví nó như một hình thức bị bỏ rơi về mặt cảm xúc và chỉ ra rằng trải nghiệm phụ huynh hóa về mặt cảm xúc trong thời thơ ấu nên được coi là một sang chấn với những hậu quả sâu rộng mà cá nhân từng trải qua sẽ phải đối mặt khi trưởng thành.

### **3.2. Các lý thuyết nền tảng giải thích tác động của phụ huynh hóa đến tâm lý trẻ em**

#### *Lý thuyết gắn bó (Attachment theory)*

Lý thuyết gắn bó được phát triển bởi Bowlby và mở rộng bởi Ainsworth (1979), nhấn mạnh vai trò quan trọng của mối quan hệ cha mẹ - con cái trong sự phát triển tâm lý của trẻ. Theo lý thuyết này, trẻ hình thành mô hình làm việc nội tâm (internal working models) dựa trên trải nghiệm gắn bó sớm với cha mẹ, từ đó ảnh hưởng đến cách trẻ xây dựng và duy trì các mối quan hệ trong suốt cuộc đời. Trẻ em bị phụ huynh hóa thường có xu hướng phát triển các mô hình gắn bó không an toàn. Điều này xảy ra do những trải nghiệm thời thơ ấu khi nhu cầu của chúng không được đáp ứng một cách nhất quán và đáng tin cậy bởi cha mẹ. Thay vào đó, chúng phải đảm nhận vai trò của người chăm sóc, dẫn đến cảm giác mất an toàn và lo lắng trong các mối quan hệ. Các mô hình gắn bó không an toàn có thể bao gồm gắn bó lo âu (anxious attachment), nơi

người đó luôn tìm kiếm sự chấp thuận và sợ bị bỏ rơi; hoặc gắn bó né tránh (avoidant attachment), nơi người đó có xu hướng tránh né sự thân mật và phụ thuộc vào người khác. Phụ huynh hóa có thể làm suy giảm lòng tin của trẻ vào người khác, vì chúng đã trải qua việc phải tự chăm sóc cho chính mình hoặc cho cha mẹ. Điều này có thể khiến họ gặp khó khăn trong việc tin tưởng và phụ thuộc vào bạn đời hoặc bạn bè khi trưởng thành. Họ có thể cảm thấy lo lắng khi phải dựa vào người khác, vì họ đã quen với việc phải tự giải quyết mọi vấn đề và đáp ứng nhu cầu của người khác. Mặt khác, một số người bị phụ huynh hóa có thể cực kỳ phụ thuộc vào người khác, tìm kiếm sự chấp thuận và chăm sóc liên tục, lặp lại vai trò mà họ đã từng đảm nhận trong gia đình. Tóm lại, lý thuyết gắn bó cho thấy rằng trải nghiệm phụ huynh hóa trong thời thơ ấu có thể ảnh hưởng sâu sắc đến cách một người xây dựng và duy trì các mối quan hệ khi trưởng thành. Các mô hình gắn bó không an toàn, sự thiếu tin tưởng, khó khăn trong việc thể hiện nhu cầu và sự lẫn lộn vai trò đều là những yếu tố có thể làm suy yếu khả năng hình thành các mối quan hệ lành mạnh sau này.

#### *Lý thuyết hệ thống gia đình (Family systems theory)*

Lý thuyết hệ thống gia đình do Minuchin (1974) phát triển, cung cấp một khung lý thuyết quan trọng để nghiên cứu hiện tượng phụ huynh hóa. Theo lý thuyết này, gia đình được xem như một hệ thống động, trong đó các thành viên có vai trò và mối quan hệ phụ thuộc lẫn nhau. Khi hệ thống gia đình bị mất cân bằng do khủng hoảng (ví dụ: cha mẹ ly hôn, bệnh tật, nghèo đói), trẻ có thể bị đẩy vào vai trò của người lớn, dẫn đến phụ huynh hóa (Hooper 2011). Theo Lutman (2019), khi cha mẹ không còn đảm nhận được vai trò lãnh đạo trong gia đình, trẻ có thể phải đảm nhận vai trò phụ huynh hóa chức năng (chăm sóc anh chị em, hỗ trợ kinh tế) hoặc vai trò phụ huynh hóa cảm xúc

(làm chỗ dựa tâm lý cho cha mẹ). Sự xóa nhòa ranh giới này có thể ảnh hưởng tiêu cực đến sự phát triển tâm lý của trẻ, làm gia tăng căng thẳng, lo âu và mất khả năng thiết lập ranh giới cá nhân trong các mối quan hệ sau này (Borchet và cộng sự 2020). Ngoài ra, lý thuyết hệ thống gia đình cũng giải thích về sự lặp lại liên thế hệ của phụ huynh hóa. Nếu một cá nhân từng bị phụ huynh hóa khi còn nhỏ, họ có thể vô thức tái tạo mô hình này khi trưởng thành, dẫn đến một chu kỳ kéo dài qua nhiều thế hệ (Hooper 2011). Điều này cho thấy phụ huynh hóa không chỉ là một vấn đề cá nhân của trẻ mà còn là hệ quả của một cơ chế gia đình không lành mạnh, cần được can thiệp để tái thiết lập vai trò phù hợp trong gia đình.

#### *Lý thuyết liệu pháp bối cảnh và đạo đức trong gia đình (Contextual therapy and relational ethic)*

Mở rộng thêm những nội dung của lý thuyết hệ thống gia đình, Boszormenyi-Nagy và Spark (1973) đã tập trung vào sự cân bằng và công bằng trong các mối quan hệ gia đình. Quan điểm của các tác giả cho rằng các thành viên trong gia đình có những nghĩa vụ và quyền lợi, và sự mất cân bằng trong các mối quan hệ này có thể dẫn đến những vấn đề. Phụ huynh hóa được xem là một sự vi phạm tính công bằng trong gia đình, khi con cái phải gánh vác những trách nhiệm không phù hợp với độ tuổi và sự phát triển của mình. Boszormenyi-Nagy và Spark (1973) cũng đề cập đến khái niệm "sự trung thành vô hình", đó là những nghĩa vụ và mong đợi ngầm mà các thành viên trong gia đình dành cho nhau. Những sự trung thành này có thể khiến trẻ em bị cuốn vào các vai trò phụ huynh hóa, ngay cả khi chúng gây hại cho sự phát triển của chúng. Theo tác giả, những người đã từng trải qua phụ huynh hóa trong tuổi thơ có thể có xu hướng lặp lại mô hình này trong các mối quan hệ của chính họ khi trưởng thành. Họ có thể mong đợi bạn đời hoặc con cái đáp ứng các nhu

cầu mà họ không được đáp ứng trong quá khứ (Boszormenyi-Nagy và Spark 1973).

Mặc dù phụ huynh hóa thường có những hậu quả tiêu cực, Boszormenyi-Nagy và Spark (1973) cũng cho rằng nó có thể có một số chức năng trong gia đình. Ví dụ, nó có thể giúp duy trì sự ổn định khi cha mẹ không thể đảm đương vai trò của mình, v.v.. Tuy nhiên, điều này không có nghĩa là phụ huynh hóa là một điều tốt, mà chỉ là một cách mà gia đình thích nghi với hoàn cảnh khó khăn. Quan điểm của trẻ về phụ huynh hóa rất quan trọng: Nếu trẻ thấy vai trò này công bằng và ý nghĩa, nó có thể giúp phát triển sự tự tin, tự chủ. Nhưng nếu trẻ cảm thấy bị ép buộc hoặc bất công, hậu quả có thể tiêu cực. Bên cạnh đó, chất lượng mối quan hệ với anh chị em có thể làm giảm tác động tiêu cực của phụ huynh hóa, giúp trẻ có thêm sự hỗ trợ và cân bằng trong hệ thống gia đình (Borchet và cộng sự 2020).

Sau này, Jurkovic (1998) đã mở rộng khái niệm được thiết lập bởi Minuchin và cộng sự (1967), cùng Boszormenyi-Nagy và Spark (1973) và phát triển một mô hình đa chiều về phụ huynh hóa, trong đó ông phân biệt rõ ràng giữa phụ huynh hóa có tính xây dựng (constructive parentification) và phụ huynh hóa có tính hủy hoại (destructive parentification). Phụ huynh hóa có tính hủy hoại ám chỉ một môi trường gia đình mất cân bằng về vai trò và hành vi giữa các thành viên trong gia đình và một đứa trẻ phải chăm sóc quá mức (về mặt cảm xúc và/hoặc chức năng). Mô hình này có thể duy trì tạm thời sự ổn định (homeostasis) trong gia đình, nhưng đồng thời dẫn đến những hậu quả lâu dài như lo âu, trầm cảm, và sự hòa tan ranh giới cá nhân. Phụ huynh hóa có tính xây dựng bao gồm các hành vi tương tự như trong phụ huynh hóa mang tính hủy hoại, nhưng có sự cân bằng giữa các hành vi chăm sóc giữa các thành viên trong gia đình và có sự đánh giá cao đối với những đóng góp của thanh thiếu niên cho hệ thống gia

đình từ phụ huynh. Đây được xem như một trải nghiệm phát triển, giúp trẻ học cách đồng cảm, tự lập và trách nhiệm, nếu có sự cân bằng hợp lý. Theo tác giả, nhận thức về tính công bằng có thể thay đổi quá trình và kết quả của phụ huynh hóa. Khi quá trình phụ huynh hóa được cá nhân nhận thấy là công bằng, bình đẳng và có tính tương hỗ, thì những ảnh hưởng tiêu cực có thể sẽ ít nghiêm trọng hơn.

Các lý thuyết trên có sự kế thừa, phát triển và bổ trợ lẫn nhau trong quá trình lý giải hiện tượng phụ huynh hóa. Lý thuyết gắn bó của Bowlby là lý thuyết ra đời sớm nhất vào đầu những năm 70, đặt nền móng cho việc hiểu ảnh hưởng của trải nghiệm gắn bó ban đầu lên sự phát triển tâm lý - xã hội của trẻ. Tiếp theo, lý thuyết hệ thống gia đình (Minuchin 1974) và lý thuyết liệu pháp bối cảnh và đạo đức trong gia đình (Boszormenyi-Nagy và Spark 1973) xuất hiện, mang lại những cách nhìn mới về chức năng của gia đình như một hệ thống tương tác, nơi sự mất cân bằng vai trò và công bằng giữa các thành viên có thể dẫn đến hiện tượng phụ huynh hóa. Sau cùng, Jurkovic (1998) đã kế thừa và mở rộng lý thuyết hệ thống gia đình để xây dựng mô hình phụ huynh hóa đa chiều, cụ thể hóa khái niệm này cả về mặt lý luận và ứng dụng thực nghiệm. Trong quá trình tổng quan, tác giả nhận thấy lý thuyết gắn bó vẫn đóng vai trò nền tảng phổ biến trong các nghiên cứu phát triển tâm lý trẻ em nói chung. Lý thuyết hệ thống gia đình và quan điểm mở rộng về mô hình phụ huynh hóa của Jurkovic đang được sử dụng nhiều nhất trong các công trình nghiên cứu và can thiệp vấn đề phụ huynh hóa. Tóm lại, sự tích hợp các khung lý thuyết theo dòng phát triển và chức năng bổ sung giúp nghiên cứu có được cái nhìn toàn diện hơn: từ nguyên nhân - cơ chế hình thành, đến biểu hiện và tác động tâm lý - xã hội dài hạn của hiện tượng phụ huynh hóa.

### 3.3. Một số nghiên cứu về tác động của phụ huynh hóa đối với tâm lý trẻ em

#### 3.3.1. Tác động tiêu cực của phụ huynh hóa

Phụ huynh hóa được xác định là một yếu tố nguy cơ ảnh hưởng tiêu cực đến sự phát triển tâm lý và xã hội của trẻ em. Trước tiên, các nghiên cứu cho thấy tác động không mong muốn của quá trình này đến sức khỏe tâm thần của trẻ em. Khi trẻ em bị đặt vào vai trò người chăm sóc trong gia đình, chúng thường phải gánh vác trách nhiệm vượt quá khả năng phát triển của mình, điều này có thể dẫn đến căng thẳng, lo âu và các rối loạn sức khỏe tâm thần (Hooper 2007b; Arellano và cộng sự 2018). Cơ chế tác động của phụ huynh hóa có thể phân thành hai dạng chính: phụ huynh hóa chức năng và phụ huynh hóa cảm xúc (Jurkovic 1997). Cả hai dạng phụ huynh hóa này đều có thể gây tổn hại đến sức khỏe tâm thần, đặc biệt là khi trẻ không nhận được sự công nhận và hỗ trợ từ gia đình (Boszormenyi-Nagy và Spark, 1973). Những nghiên cứu hồi cố trên nhóm khách thể đã trải qua quá trình phụ huynh hóa thời thơ ấu đã cho thấy một số tác động tiêu cực. Trên thực tế, trẻ em trải qua phụ huynh hóa thường được mô tả là trẻ vị thành niên “trưởng thành” vì bên ngoài những đứa trẻ này có vẻ là người có năng lực, có tổ chức, cứng rắn và tháo vát (Garber 2011; Chee và cộng sự 2014). Những người trẻ trưởng thành sớm thường trải qua mức độ căng thẳng tâm lý cao hơn khi họ phải vật lộn để đương đầu với gánh nặng trách nhiệm gia đình (Foster và cộng sự, 2008). Trong một nghiên cứu của Chojnacka (2020) cũng chỉ ra các kết quả tương tự. Những người tham gia nghiên cứu sẽ tự thuật lại câu chuyện của chính họ về trải nghiệm phụ huynh hóa trong quá khứ. Họ chia sẻ rằng cảm giác cô đơn đi kèm với trải nghiệm về việc chăm sóc các thành viên gia đình từ khi họ còn nhỏ. Ngoài việc chăm sóc và đáp ứng các nhu cầu của bản thân, họ phải gồng mình để

gánh vác vai trò như là người chăm sóc chính trong nhà. Một dấu hiệu tiêu cực nữa của sự phụ huynh hóa được người tham gia nghiên cứu kể lại là sự cô lập xã hội. Mặc dù họ trở nên quan tâm và có trách nhiệm hơn với gia đình nhưng họ lại có ít thời gian và cơ hội tiếp xúc với các mối quan hệ xã hội, cũng như vui chơi với các bạn đồng trang lứa. Nghiên cứu điều tra mối quan hệ trực tiếp giữa chất lượng cuộc sống nói chung (biểu hiện qua sự hài lòng, hạnh phúc) của thanh thiếu niên và quá trình phụ huynh hóa ở trẻ cho thấy, phụ huynh hóa nói chung có liên quan tiêu cực đến hạnh phúc, nhưng những mối quan hệ đó có thể được phân biệt theo kiểu phụ huynh hóa. Các chỉ số tiêu cực về sức khỏe cảm xúc được phát hiện có liên quan đến cả việc phụ huynh hóa theo cảm xúc và chức năng ở trẻ vị thành niên (Borchet và cộng sự 2021).

Thứ hai, phụ huynh hóa có ảnh hưởng tiêu cực đến chất lượng mối quan hệ xã hội của trẻ. Trẻ bị phụ huynh hóa có thể gặp khó khăn trong việc thiết lập và duy trì mối quan hệ ngang hàng, do chúng có thể thiếu thời gian dành cho hoạt động xã hội (Dariatot và cộng sự 2023) hoặc phát triển xu hướng đóng vai trò người chăm sóc ngay cả trong các mối quan hệ bạn bè (Lutman 2019). Ngoài ra, phụ huynh hóa có thể làm suy yếu ranh giới gia đình, khiến trẻ cảm thấy trách nhiệm quá mức đối với các thành viên khác và dẫn đến xung đột trong mối quan hệ với cha mẹ hoặc anh chị em (Hooper và cộng sự 2011). Khi trẻ đảm nhận vai trò trung gian hòa giải hoặc người giám sát anh chị em, sự mất cân bằng quyền lực trong gia đình có thể làm tăng nguy cơ căng thẳng nội bộ, đặc biệt trong trường hợp phụ huynh hóa cảm xúc (Jurkovic 1997).

Thứ ba, tác động của phụ huynh hóa còn được ghi nhận trong lĩnh vực học tập và thành tích học tập. Nghiên cứu cho thấy rằng trẻ bị phụ huynh hóa có thể gặp khó khăn trong việc tập trung vào học tập do áp

lực trách nhiệm gia đình (Hooper 2009). Cả phụ huynh hóa chức năng và cảm xúc đều có thể ảnh hưởng đến động lực học tập, khi trẻ phải dành phần lớn thời gian và năng lượng cho các nhiệm vụ gia đình thay vì đầu tư vào việc học tập (Chee và cộng sự 2014). Ngoài ra, căng thẳng kéo dài do phụ huynh hóa có thể làm suy giảm chức năng nhận thức, ảnh hưởng đến khả năng ghi nhớ và xử lý thông tin (Tompkins 2015).

Tại Việt Nam, chưa có nghiên cứu đề cập cụ thể về khái niệm phụ huynh hóa, tuy nhiên những nghiên cứu có liên quan về ảnh hưởng của việc cha mẹ đi làm ăn xa đến tâm lý của trẻ em cũng đã được thảo luận. Các tác giả cũng cho thấy những trẻ có cha mẹ đi làm ăn xa sẽ gặp nhiều khó khăn tâm lý hơn so với trẻ sống cùng cha mẹ như: lòng tự trọng thấp hơn, cảm nhận hạnh phúc chủ quan thấp hơn, có nhiều cảm xúc tiêu cực như cảm thấy lo lắng, sợ hãi và bất an (Nguyen Van Luot và Nguyen Ba Dat 2017). Có sự khác biệt nhóm trẻ có cha mẹ đi làm ăn xa và nhóm trẻ ở cùng cha mẹ về sức khỏe tâm thần, xu hướng chung là nhóm trẻ có cha mẹ đi làm ăn xa báo cáo điểm số về tổng khó khăn tâm lý và các biểu hiện cụ thể như vấn đề tăng động, vấn đề cảm xúc, vấn đề quan hệ bạn bè và vấn đề hành vi cao hơn nhóm trẻ ở cùng cha mẹ. Trong hoàn cảnh thiếu vắng cha mẹ, trẻ em phải tự đương đầu với cuộc sống, vì vậy, nhóm trẻ em có cha mẹ đi làm ăn xa thể hiện điểm số về cảm nhận hạnh phúc chủ quan thấp hơn trẻ ở cùng cha mẹ (Nguyen Van Luot và cộng sự 2018).

Nhìn chung, phụ huynh hóa có thể dẫn đến những hậu quả trước mắt và lâu dài đối với sức khỏe tâm thần, mối quan hệ xã hội, hoạt động học tập của trẻ. Tuy nhiên, nhiều nghiên cứu đánh giá phụ huynh hóa cảm xúc có hại nhiều hơn phụ huynh hóa chức năng vì nó ít rõ ràng, ít công khai hơn hoặc có thể khó phát hiện hơn phụ huynh hóa chức năng (Ohntrup và cộng sự 2011).

### 3.3.2. Tác động tích cực của phụ huynh hóa

Mặc dù phụ huynh hóa thường được xem là một trải nghiệm tiêu cực, một số nghiên cứu cho thấy rằng trong một số điều kiện nhất định, nó có thể mang lại những tác động tích cực đối với sự phát triển cá nhân và xã hội của trẻ (Jurkovic 1997; Hooper và cộng sự 2011). Khi mức độ phụ huynh hóa nằm trong giới hạn hợp lý và trẻ cảm thấy hài lòng với vai trò của mình trong gia đình, nó có thể thúc đẩy phát triển kỹ năng và một số phẩm chất cá nhân, tăng cường chất lượng mối quan hệ gia đình và nuôi dưỡng sự đồng cảm (Kuperminc và cộng sự 2013).

Thứ nhất, trẻ em trải qua phụ huynh hóa có thể phát triển một số kỹ năng và phẩm chất cá nhân tích cực. Quá trình phụ huynh hóa, đặc biệt là phụ huynh hóa chức năng có thể phát triển khả năng giải quyết vấn đề và sự tự lập của trẻ do thường xuyên phải đối mặt với các trách nhiệm thực tế trong gia đình (Chee và cộng sự 2014). Việc cân bằng giữa học tập, công việc nhà và chăm sóc người thân cũng giúp trẻ cải thiện kỹ năng quản lý thời gian và tổ chức công việc, mang lại lợi thế trong học tập và sự nghiệp sau này (Tompkins 2015). Hơn nữa, trải nghiệm phụ huynh hóa có thể tăng cường tính trách nhiệm và kỷ luật, giúp trẻ hiểu được tầm quan trọng của việc hoàn thành nhiệm vụ và tuân thủ cam kết (Hooper 2009). Một nghiên cứu tổng hợp cho thấy rằng khi trẻ cảm thấy có sự đóng góp tích cực vào gia đình, chúng có thể phát triển ý thức về năng lực cá nhân và nhận thức bản thân tốt hơn (Jurkovic 1997). Ngoài những lợi ích trên, phụ huynh hóa cũng có thể tăng cường khả năng phục hồi, giúp trẻ học cách đối phó với căng thẳng và thích nghi với hoàn cảnh khó khăn (Tompkins 2015). Một số nghiên cứu cũng tìm thấy mối quan hệ giữa nhận thức về lợi ích của phụ huynh hóa và lòng tự trọng, cho thấy rằng khi trẻ nhận thức được những giá trị tích cực từ trải nghiệm này, chúng có thể phát triển sự tự tin

và ý thức giá trị bản thân tốt hơn (Kuperminc và cộng sự 2013).

Thứ hai, phụ huynh hóa có thể mang lại ý nghĩa tích cực trong các mối quan hệ gia đình của trẻ. Khi trẻ tham gia vào quá trình chăm sóc và hỗ trợ cha mẹ hoặc anh chị em, chúng có thể hiểu rõ hơn về nhu cầu và khó khăn của người thân, từ đó xây dựng mối quan hệ bền vững hơn (Borchet và cộng sự 2020; Dariotis và cộng sự 2023). Điều đó góp phần tăng cường sự gắn kết và thấu hiểu giữa các thành viên gia đình. Ngoài ra, phụ huynh hóa cũng có thể thúc đẩy giao tiếp cởi mở và trung thực trong gia đình, đặc biệt khi trẻ đảm nhận vai trò trung gian hòa giải trong các mâu thuẫn gia đình (Hooper và cộng sự 2011). Một số nghiên cứu cũng chỉ ra rằng mức độ hài lòng với vai trò đảm nhận trong gia đình có mối liên hệ tích cực với trải nghiệm phụ huynh hóa, cho thấy rằng khi trẻ cảm thấy vai trò của mình có ý nghĩa, tác động tiêu cực của phụ huynh hóa có thể giảm bớt (Kuperminc và cộng sự 2013). Phụ huynh hóa, đặc biệt là phụ huynh hóa cảm xúc có thể giúp trẻ phát triển khả năng thấu cảm và quan tâm đến người khác. Việc lắng nghe và hỗ trợ cảm xúc cho cha mẹ hoặc anh chị em có thể giúp trẻ hiểu rõ hơn về cảm xúc và nhu cầu của người khác, từ đó gia tăng kỹ năng xã hội và lòng trắc ẩn (Chee và cộng sự 2014). Một số nghiên cứu định tính cũng chỉ ra rằng trẻ trải qua phụ huynh hóa có thể có chỉ số trí tuệ cảm xúc cao hơn và phát triển ý thức trách nhiệm đối với cộng đồng (Hooper 2009).

### 3.3.3. Các yếu tố trung gian, điều tiết ảnh hưởng đến tác động của phụ huynh hóa

Để giải thích rõ hơn cơ chế tác động của phụ huynh hóa đến các vấn đề tâm lý - xã hội ở trẻ em, một số nghiên cứu đã tìm thấy ý nghĩa của các biến số trung gian. Jankowski và cộng sự (2013), đã xác định sự phân hóa của bản thân (differentiation of self) là một biến số trung gian quan trọng trong mối quan hệ giữa nhận thức bất công

về phụ huynh hóa và các triệu chứng liên quan đến sức khỏe tâm thần. Khi trẻ phải liên tục từ bỏ các nhu cầu cá nhân để ưu tiên nhu cầu của cha mẹ hoặc các thành viên khác trong gia đình, vai trò này dần trở thành một phần trong bản sắc của trẻ. Điều này có thể cản trở quá trình cá nhân hóa, vốn là yếu tố thiết yếu trong sự phát triển tâm lý lành mạnh. Sự phân hóa thấp khiến trẻ gặp khó khăn trong việc điều hòa cảm xúc và duy trì sự cân bằng giữa tính độc lập cá nhân và sự gắn kết trong các mối quan hệ. Những rối loạn trong quá trình này có thể làm gia tăng nguy cơ xuất hiện các vấn đề sức khỏe tâm thần và hành vi tiêu cực ở trẻ em.

Một nghiên cứu đã chỉ ra rằng khi chất lượng cuộc sống của trẻ được đưa vào mô hình phân tích, mối quan hệ giữa phụ huynh hóa và thành tích học tập trở nên không đáng kể, cho thấy rằng chất lượng cuộc sống có thể là yếu tố trung gian quan trọng trong tác động của phụ huynh hóa đối với kết quả học tập (Borchet và cộng sự 2021). Có khá nhiều nghiên cứu quan tâm đến vai trò điều tiết của các biến số liên quan đến nhận thức hay cảm nhận của trẻ về quá trình phụ huynh hóa. Khi một đứa trẻ nhìn thấy những lợi thế về vai trò, trách nhiệm chăm sóc và duy trì quan điểm đó thì trẻ sẽ có sự đánh giá tích cực về bản thân, mức độ lòng tự trọng cao hơn (Borchet và cộng sự 2020). Điều này có thể xuất phát từ việc các em cảm thấy được sự quan trọng, cần thiết của bản thân, sự tôn trọng, công bằng từ cha mẹ và cảm nhận hạnh phúc (Hooper và cộng sự 2014). Việc cha mẹ công nhận và đánh giá cao những nhiệm vụ chăm sóc mà trẻ thực hiện cũng như đối xử công bằng là một yếu tố quan trọng giúp phụ huynh hóa trở thành một trải nghiệm mang tính xây dựng và dẫn đến những kết quả tích cực (Jurkovic 1997; Schier 2014). Ngược lại, nếu thanh thiếu niên càng cảm thấy vai trò trong gia đình của mình bất công và không hài lòng với vai

trò đó thì thành tích trong học tập của họ càng kém (Borchet và cộng sự 2021). Sự hỗ trợ xã hội (từ cha mẹ, giáo viên, bạn bè, cộng đồng) cũng có vai trò giảm nhẹ tác động tiêu cực của phụ huynh hóa đến trẻ (Tomeny và cộng sự 2017).

Cuối cùng, vai trò điều tiết của các biến số đặc điểm nhân khẩu học như lứa tuổi, giới tính của trẻ, tình trạng kinh tế - xã hội của gia đình, khu vực sống, trình trạng hôn nhân của cha mẹ cũng được các nghiên cứu quan tâm (Chee và cộng sự 2014; Zarczyńska-Hyla và cộng sự 2019; Borchet và cộng sự 2021).

Tóm lại, mặc dù phụ huynh hóa có thể gây ra những thách thức về tâm lý và xã hội, trong một số trường hợp nhất định, nó có thể mang lại những tác động tích cực đối với trẻ em, đặc biệt là khi trẻ nhận thức được lợi ích của phụ huynh hóa, được cha mẹ công nhận, tôn trọng, công bằng cũng như chất lượng cuộc sống được đảm bảo. Điều này nhấn mạnh tầm quan trọng của việc xác định điều kiện thích hợp để phụ huynh hóa trở thành một trải nghiệm mang tính phát triển thay vì gây tổn thương (Jurkovic 1997; Hooper và cộng sự 2011) cũng như dự báo việc cung cấp những hỗ trợ tâm lý - xã hội và can thiệp sớm có thể giúp giảm thiểu các ảnh hưởng tiêu cực của phụ huynh hóa và thúc đẩy sự phát triển lành mạnh của trẻ em trong bối cảnh gia đình (Jurkovic 1997; Hooper và cộng sự 2011).

#### 4. Khoảng trống nghiên cứu

Mặc dù nghiên cứu về phụ huynh hóa đã phát triển đáng kể trong hai thập kỉ gần đây nhưng vẫn tồn tại nhiều khoảng trống cần được lấp đầy để có một cái nhìn toàn diện hơn về chủ đề này.

Trước hết, phụ huynh hóa là một hiện tượng khá phức tạp với những biểu hiện đa chiều. Các nghiên cứu hiện tại tập trung vào

khía cạnh tiêu cực của phụ huynh hóa, như những hệ quả bất lợi đối với sức khỏe tâm thần, mối quan hệ xã hội và thành tích học tập của trẻ em và thanh thiếu niên. Tuy nhiên, ngày càng có nhiều bằng chứng cho thấy, trong một số bối cảnh cụ thể, phụ huynh hóa có thể mang lại những giá trị tích cực như phát triển kỹ năng tự lập, tăng cường năng lực thích ứng và nâng cao sự đồng cảm. Dù vậy, các nghiên cứu về khía cạnh tích cực của hiện tượng này vẫn còn tương đối hạn chế cả về số lượng lẫn chiều sâu, khiến cho cái nhìn về phụ huynh hóa vẫn còn phiến diện và chưa cân bằng. Bên cạnh đó, đa phần các công trình hiện nay tiếp cận phụ huynh hóa như một biến tuyến tính có tác động đơn chiều, trong khi một số nghiên cứu gần đây đã gợi mở rằng mối quan hệ giữa phụ huynh hóa và kết quả phát triển tâm lý - xã hội có thể phi tuyến tính, bị chi phối mạnh bởi các yếu tố trung gian và điều tiết như nhận thức chủ quan, sự công nhận từ cha mẹ, cảm nhận công bằng, hoặc chất lượng hỗ trợ xã hội. Do đó, cần có thêm các mô hình nghiên cứu lý thuyết và thực nghiệm kiểm định mối quan hệ phi tuyến tính này nhằm làm sáng tỏ cơ chế tác động phức hợp của hiện tượng phụ huynh hóa.

Một khoảng trống đáng chú ý khác nằm ở việc chưa chú trọng đúng mức đến vai trò của yếu tố văn hóa trong việc hình thành, biểu hiện và đánh giá phụ huynh hóa. Dù Boszormenyi-Nagy và Spark (1973) đã nhấn mạnh ảnh hưởng của bối cảnh văn hóa đối với cấu trúc gia đình và vai trò phụ huynh hóa, phần lớn các nghiên cứu tập trung vào nhóm khách thể người da trắng, sống trong các xã hội phương Tây với nền tảng văn hóa cá nhân hóa cao. Trong khi đó, trải nghiệm phụ huynh hóa ở các nhóm dân tộc thiểu số, người nhập cư, hay những xã hội có tính chất tập thể như châu Á vẫn chưa được khám phá một cách hệ thống. Ở Việt Nam, tuy hiện tượng trẻ em phải gánh vác trách

nhiệm chăm sóc gia đình do cha mẹ vắng mặt là khá phổ biến - đặc biệt trong bối cảnh di cư lao động - nhưng phụ huynh hóa chưa từng được tiếp cận như một khái niệm học thuật với hệ thống đo lường, phân tích chuyên sâu. Sự thiếu vắng các nghiên cứu bản địa hóa làm hạn chế khả năng lý giải đầy đủ tính chất văn hóa - xã hội đặc thù trong cách trẻ em Việt Nam trải nghiệm, nhận thức và phản ứng với hiện tượng này.

Cuối cùng, hạn chế khác trong nhiều nghiên cứu hiện tại là việc sử dụng thiết kế cắt ngang, vốn không cho phép suy luận nhân quả hay đánh giá tác động lâu dài của phụ huynh hóa đối với sự phát triển của trẻ trong giai đoạn trưởng thành. Ngoài ra, các tiếp cận nghiên cứu hiện hành phần lớn thiên về phương pháp định lượng, trong khi những trải nghiệm chủ quan của trẻ vẫn chưa được khám phá sâu thông qua các phương pháp định tính hoặc phối hợp đa phương pháp. Do đó, cần thiết có thêm các nghiên cứu sử dụng thiết kế dọc, nghiên cứu theo chiều thời gian, nghiên cứu xuyên văn hóa, cũng như kết hợp cả định lượng và định tính. Việc phát triển các nghiên cứu can thiệp và hỗ trợ tâm lý - xã hội cho trẻ bị phụ huynh hóa cũng là một hướng đi còn tương đối mới mẻ nhưng có ý nghĩa thực tiễn cao trong việc góp phần nâng cao sức khỏe tinh thần và chất lượng cuộc sống của trẻ em trong bối cảnh gia đình thay đổi hiện nay.

## 5. Kết luận

Phụ huynh hóa là một hiện tượng mang tính đa chiều, phản ánh sự chuyển dịch vai trò trong cấu trúc gia đình, nơi trẻ em đảm nhận trách nhiệm vốn thuộc về người lớn. Tổng quan các nghiên cứu cho thấy phụ huynh hóa có thể dẫn đến những hậu quả tiêu cực về tâm lý - xã hội như căng thẳng, lo âu, suy giảm quan hệ xã hội và kết quả

học tập. Tuy nhiên, trong một số điều kiện nhất định, hiện tượng này cũng có thể tạo điều kiện cho sự phát triển của năng lực thích ứng, trách nhiệm và kỹ năng xã hội ở trẻ em.

Mặc dù vậy, nghiên cứu về phụ huynh hóa vẫn còn nhiều khoảng trống cần được lấp đầy. Thứ nhất, các công trình hiện tại vẫn thiên về cách tiếp cận tuyến tính và chưa làm rõ đầy đủ vai trò của các biến số trung gian, điều tiết như nhận thức chủ quan, sự công nhận từ cha mẹ, hay chất lượng hỗ trợ xã hội. Thứ hai, yếu tố văn hóa - đặc biệt trong các xã hội có tính chất tập thể như Việt Nam chưa được tích hợp đầy đủ vào mô hình phân tích, khiến cho việc lý giải và đo lường phụ huynh hóa còn chưa phù hợp với bối cảnh bản địa. Thứ ba, sự thiếu vắng các nghiên cứu theo chiều dọc, nghiên cứu đa phương pháp và nghiên cứu thực nghiệm can thiệp cũng làm hạn chế khả năng xác định cơ chế tác động dài hạn cũng như thiết kế các biện pháp hỗ trợ hiệu quả cho nhóm trẻ có nguy cơ cao.

Do đó, cần thiết thực hiện thêm các nghiên cứu hệ thống, kết hợp cả phương pháp định tính và định lượng, với thiết kế theo chiều dọc, ngang và xuyên văn hóa nhằm hiểu rõ hơn về bản chất, biểu hiện cũng như hậu quả của hiện tượng phụ huynh hóa ở trẻ em. Những nghiên cứu này sẽ đóng vai trò nền tảng trong việc làm sáng tỏ cơ chế tác động của hiện tượng này đến các vấn đề tâm lý - xã hội của trẻ, đặc biệt trong bối cảnh cấu trúc gia đình ngày càng đa dạng và biến đổi. Đồng thời, kết quả nghiên cứu cũng sẽ góp phần xây dựng các chiến lược can thiệp và hỗ trợ phù hợp, hướng đến việc giúp trẻ phát triển một cách lành mạnh và bền vững trong điều kiện xã hội hiện đại đang không ngừng thay đổi.

\* Lời cảm ơn: Nghiên cứu này được tài trợ bởi Quỹ Phát triển khoa học và công nghệ Quốc gia (NAFOSTED) trong đề tài: Thực trạng và mức độ phụ huynh hóa ở trẻ vị thành niên sống tại vùng kinh tế - xã hội khó khăn; Mã số 504.05-2023.01; Trường Đại học Khoa học Xã hội và Nhân văn chủ trì; TS. Trương Quang Lâm làm chủ nhiệm.

## Tài liệu trích dẫn

- Arellano, Brenda, Jose Mier-Chairez, Sarah Tomek, and Lisa Hooper. 2018. "Parentification and language brokering: An exploratory study of the similarities and differences in their relations to continuous and dichotomous mental health outcomes". *Journal of Mental Health Counseling* 40(4): 353–373. <https://doi.org/10.17744/mehc.40.4.07>
- Borchet, Joanna, Agnieszka Lewandowska-Walter, Piotr Połomski, Agnieszka Peplińska, and Lisa Hooper. 2020. "We are in this together: Retrospective parentification, sibling relationships, and self-esteem". *Journal of Child and Family Studies* 29: 2982–2991.
- Borchet, Joanna, Agnieszka Lewandowska-Walter, Piotr Połomski, Agnieszka Peplińska, and Lisa Hooper. 2021. "The relations among types of parentification, school achievement, and quality of life in early adolescence: An exploratory study". *Frontiers in Psychology* 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.635171>
- Borchet, Joanna, Lisa Hooper, Sarah Tomek, William Schneider, and Mateusz Dębski. 2022. "Parentification in Polish adolescents: A prevalence study". *Journal of Child & Adolescent Trauma* 15(3): 567–583.
- Boszormenyi-Nagy, Ivan, and Geraldine Spark. 1973. *Invisible Loyalties: Reciprocity in Intergenerational Family Therapy*. Hagerstown: Harper & Row.
- Bowlby, John. 1979. "The Bowlby-Ainsworth attachment theory". *Behavioral and Brain Sciences* 2(4): 637–638.
- Burnett, George, Rick Jones, Nancy Bliwise, and Lori Ross. 2006. "Family unpredictability, parental alcoholism, and the development of parentification". *The American Journal of Family Therapy* 34(3): 181–189.
- Byng-Hall, John. 2008. "The significance of children fulfilling parental roles: Implications for family therapy". *Journal of Family Therapy* 30:147–162.
- Chee, Lydia, Esther Goh, and Leon Kuczynski. 2014. "Oversized loads: Child parentification in low-income families and underlying parent-child dynamics". *Families in Society* 95(3): 204–212.
- Chen, Chien-Yi, and Angela Panebianco. 2020. "Physical and psychological conditions of parental chronic illness, parentification and adolescent psychological adjustment". *Psychology & Health* 35(9): 1075–1094.
- Chojnacka, Barbara. 2020. "The loneliness and isolation of the parentified child in the family". *Paedagogia Christiana* 45(1): 83–99.
- Dariotis, Jacinda, Frances Chen, Ye Rang Park, Motana Nowak, Katherine French, and Anisa Codamon. 2023. "Parentification vulnerability, reactivity, resilience, and thriving: A mixed methods systematic literature review." *International Journal of Environmental Research and Public Health* 20(13). <https://doi.org/10.3390/ijerph20136197>
- Garber, Benjamin. 2011. "Parental alienation and the dynamics of the enmeshed parent-child dyad: Adultification, parentification, and infantilization". *Family Court Review* 49(2): 322–335.
- Hooper, Lisa. 2007a. "The application of attachment theory and family systems theory to the phenomena of parentification." *The Family Journal* 15:217–223. <https://doi.org/10.1177/1066480707301290>
- Hooper, Lisa. 2007b. "Expanding the discussion regarding parentification and its varied outcomes: Implications for mental health research and practice". *Journal of Mental Health Counseling* 29: 322–337.
- Hooper, Lisa. 2008. "Defining and understanding parentification". *The Alabama Counseling Association Journal* 34(1): 34–43.
- Hooper, Lisa. 2009. *Parentification Inventory*. Tuscaloosa, AL: Department of Educational Studies in Psychology, Research Methodology, and Counseling, The University of Alabama.

- Hooper, Lisa. 2011. "Parentification". In *Encyclopedia of Adolescence, 2023–2031*. Springer New York. [https://doi.org/10.1007/978-1-4419-1695-2\\_169](https://doi.org/10.1007/978-1-4419-1695-2_169).
- Hooper, Lisa. 2013. "Parentification". In *Encyclopedia of Cross-Cultural Psychology*, edited by K. D. Keith, 965–971. Malden, MA; New York, NY: Wiley-Blackwell. <https://doi.org/10.1002/9781118339893>.
- Hooper, Lisa., Kimberly Doehler, Peter Jankowski, and Sara Tomek. 2012. "Patterns of self-reported alcohol use, depressive symptoms, and body mass index in a family sample: The buffering effects of parentification". *The Family Journal* 20(2): 164–178.
- Jankowski, Patrick, Lisa Hooper, Steven Sandage, and Nathan Hannah. 2013. "Parentification and mental health symptoms: Mediator effects of perceived unfairness and differentiation of self." *Journal of Family Therapy* 35(1): 43–65.
- Jurkovic, Gregory. 1997. *The Plight of the Parentified Child*. New York: Brunner Mazel.
- Khafi, Tamar, Tuppett Yates, and Suniya Luthar. 2014. "Ethnic differences in the developmental significance of parentification". *Family Process* 53(2): 267–287.
- Kuperminc, Gabriel., Nicole Wilkins, Gregory Jurkovic, and Julia Perilla. 2013. "Filial responsibility, perceived fairness, and psychological functioning of Latino youth from immigrant families." *Journal of Family Psychology* 27:173–182. <https://doi.org/10.1037/a0031880>.
- Lutman, Victoria. 2019. *The Complex Dynamics of Childhood Parentification: An Overview of Theory and Research*. 157–194. <https://doi.org/10.15633/9788374388344.10>
- Masiran, Roslee, Norhayati Ibrahim, Haslinda Awang, and Pei Lim. 2023. "The positive and negative aspects of parentification: An integrated review". *Children and Youth Services Review* 144:106709. <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2022.106709>
- Minuchin, Salvador, Bernice Montalvo, Bernard Guerney, Barbara Rosman, and Florence Schumer. 1967. *Families of the Slums*. New York: Basic Books.
- Nguyen Van Luot, and Nguyen Ba Dat. 2017. "The psychological well-being among left-behind children of labor migrant parents in rural Northern Vietnam". *Open Journal of Social Sciences* 5(6): 188–201.
- Nguyen Van Luot, Nguyen Ba Dat, and Truong Quang Lam. 2018. "Subjective well-being among 'left-behind children' of labour migrant parents in rural Northern Vietnam". *Pertanika Journal of Social Sciences & Humanities* 26(3): 1529–1545.
- Peris, Tara, Martha Goeke-Morey, Mark Cummings, and Robert Emery. 2008. "Marital conflict and support seeking by parents in adolescence: Empirical support for the parentification construct". *Journal of Family Psychology* 22(4): 633.
- Schier, Karin, Martina Herke, Roland Nickel, Ulrich Egle, and Jörg Hardt. 2015. "Long-term sequelae of emotional parentification: A cross-validation study using sequences of regressions". *Journal of Child and Family Studies* 24(5): 1307–1321. <https://doi.org/10.1007/s10826-014-9938-z>
- Tomeny, Theodore, Thomas Barry, and Emily Fair. 2017. "Parentification of adult siblings of individuals with autism spectrum disorder: Distress, sibling relationship attitudes, and the role of social support". *Journal of Intellectual and Developmental Disability* 42: 320–331.
- Tompkins, Tanya. 2007. "Parentification and maternal HIV infection: Beneficial role or pathological burden?". *Journal of Child and Family Studies* 16: 108–118.
- Van Parys, Hanne, Ann Bonnewyn, An Hooghe, Jolien De Mol, and Peter Rober. 2015. "Toward understanding the child's experience in the process of parentification: Young adults' reflections on growing up with a depressed parent". *Journal of Marital and Family Therapy* 41(4): 522–536.
- Żarczyńska-Hyla, Joanna, Beata Zdaniuk, Justyna Piechnik-Borusowska, and Barbara Kromolicka. 2019. "Parentification in the experience of Polish adolescents: The role of socio-demographic factors and emotional consequences for parentified youth". *The New Educational Review* 55: 135–146. <https://doi.org/10.15804/tner.2019.55.1.11>