

MỘT SỐ XU HƯỚNG NGHIÊN CỨU TRONG TÂM LÝ HỌC VỀ ÁP LỰC ĐỒNG TRANG LỬA CỦA THANH THIẾU NIÊN

Nguyễn Lê Thanh Vân

Viện Khoa học Giáo dục Việt Nam

Email: vannlt@vnies.edu.vn

Article history

Received: 27/9/2023

Accepted: 23/10/2023

Published: 20/12/2023

Keywords

Peer pressure, adolescent,
school

ABSTRACT

This paper aims to review some issues of peer pressure among adolescents through several studies in the existing literature. Peer pressure is a form of psychological pressure that is based on an individual's perceptions, behaviors, and emotions being influenced by a group of peers to cope with the expectations of the group and try not to be isolated. According to local and international research, peer pressure affects adolescents' perceptions, behaviors, and attitudes today. International research has explored the consequences of peer pressure on adolescents, such as risky behaviors, delinquency, or mental health problems. However, in Vietnam, research has not been sufficient on the issue of peer pressure in the school environment. Therefore, this paper provides a theoretical basis, conceptual system, and some practical research results on peer pressure as a premise for developing appropriate prevention programs for adolescent students in Vietnam.

1. Mở đầu

Theo thống kê của Cục Cảnh sát hình sự (UNICEF & Ministry of Justice, 2019), trong khoảng thời gian từ năm 2009-2019, trung bình mỗi năm có khoảng 8.300 vụ vi phạm pháp luật do người chưa thành niên thực hiện, khoảng 13.000 người chưa thành niên bị xử lý vi phạm hành chính và hình sự mỗi năm. Theo số liệu thống kê của Bộ Công an, từ năm 2018 đến quý I năm 2021, cả nước ghi nhận hơn 10.000 vụ người chưa thành niên vi phạm pháp luật, với 16.000 đối tượng có liên quan (Giang Oanh, 2022). Trung bình mỗi ngày, Viện Sức khỏe tâm thần, Bệnh viện Bạch Mai tiếp nhận khoảng 350 bệnh nhân đến khám, trong đó có không ít là thanh thiếu niên bị mắc rối loạn tâm thần do sử dụng và lạm dụng đồ có cồn và chất gây nghiện (Hoàng Giang, 2022). Những nguyên nhân được đưa ra để lý giải việc tội phạm đang ngày càng được trẻ hóa phần lớn vẫn tập trung vào các vấn đề liên quan đến các mối quan hệ trong gia đình hay do vấn đề giáo dục đạo đức vẫn chưa được quan tâm đúng cách. Tuy vậy, nguyên nhân trực tiếp có thể dẫn tới những hành vi lệch chuẩn này có thể đến từ những cá nhân/nhóm đồng trang lứa mà trẻ tiếp xúc do ngoài gia đình, bạn bè là đối tượng thanh thiếu niên tiếp xúc nhiều nhất. Trong đính kèm của báo cáo “Tình hình trẻ em thế giới 2021” về lứa tuổi vị thành niên của UNICEF (2021), thanh thiếu niên khi được thảo luận về ảnh hưởng của bạn bè đồng trang lứa đã đồng ý với tác động của các nhóm bạn khi tham gia vào các hành vi nguy hiểm liên quan đến sức khỏe bao gồm sử dụng rượu, ma túy, gây hấn, trộm cắp và các hành vi tình dục sớm khác. Nhiều cá nhân cho rằng việc dành thời gian với những nhóm bạn này sẽ khiến thanh thiếu niên có những hành vi tương tự. Trong nhiều trường hợp, thanh thiếu niên cũng kể lại việc bị bạn bè trực tiếp gây áp lực buộc phải tham gia vào các hành vi nguy hiểm có hại cho sức khỏe.

Ngoài những vấn đề ảnh hưởng về hành vi kể trên, áp lực đồng trang lứa cũng có ảnh hưởng đến cách suy nghĩ, sự nhận thức và thái độ của HS về bản thân. Hiện nay, với sự phát triển thần tốc của Internet, những trang mạng xã hội cùng mạng sóng di động, HS có thể dễ dàng tiếp cận với nhiều nguồn thông tin và bạn bè cùng độ tuổi ở mọi nơi trên thế giới chỉ qua vài thao tác trên máy tính hay điện thoại. Đây là cơ hội nhưng cũng là một thách thức lớn khi các em có thể nhìn thấy rất nhiều bạn bè đồng trang lứa thử sức, tham gia những dự án, hoạt động mới mẻ và độc đáo, có những suy nghĩ, nhận thức mang tầm vĩ mô mà các em chưa từng tiếp cận. Những điều này có thể giúp các em mở rộng thế giới quan của bản thân nhưng cũng có thể dẫn tới áp lực từ bạn bè đồng trang lứa do sự so sánh bản thân các em với cộng đồng mạng. Việc so sánh bản thân với những người bạn cùng trang lứa là một cách tạo động lực phát triển bản thân, tuy nhiên khi bị so sánh liên tục với những đối tượng vượt qua khả năng, các em có thể dễ gặp những vấn đề liên quan đến tâm lý hay sức khỏe tâm thần như lo âu, căng thẳng, trầm cảm, rối loạn giấc ngủ,...

Áp lực đồng trang lứa có thể khiến thanh thiếu niên có những thay đổi về nhận thức, hành vi, thái độ với xã hội xung quanh, đồng thời còn có thể khiến thanh thiếu niên đối mặt với những vấn đề về sức khỏe tâm thần. Với việc phát triển

công nghệ nhanh chóng trên thế giới, thanh thiếu niên hiện nay có thể dễ bị gặp áp lực đồng trang lứa hơn do việc kết nối với bạn bè trở nên dễ dàng hơn so với thời đại trước. Việc hiểu được tầm quan trọng của ảnh hưởng từ bạn bè hay áp lực đồng trang lứa có thể giúp phát triển những chương trình phòng ngừa thích hợp cho thanh thiếu niên.

2. Kết quả nghiên cứu

2.1. Khái niệm “áp lực đồng trang lứa”

Trong tiếng Anh, “peer pressure” có thể được dịch thành “áp lực đồng trang lứa” hoặc “áp lực (nhóm) ngang hàng”. Tuy nhiên, trong tiếng Việt, từ “ngang hàng” và “trang lứa” được lí giải theo 2 nghĩa khác nhau như sau: “trang lứa” là lớp người cùng một lứa tuổi và trong cùng một môi trường sống nói chung, “ngang hàng” là cùng thứ bậc trong gia đình hoặc quan hệ xã hội (Hoàng Phê và cộng sự, 2011).

Trong bài báo này, với đối tượng là thanh thiếu niên, tác giả sử dụng từ “peer” với ý nghĩa đồng trang lứa theo Từ điển tiếng Việt (Hoàng Phê và cộng sự, 2011), vậy nên “peer pressure” sẽ được sử dụng là “áp lực đồng trang lứa”. Dựa trên phương thức giao tiếp, đồng trang lứa có thể được phân làm 2 nhóm: trực tiếp và gián tiếp. - Trực tiếp: tiếp xúc thẳng không qua trung gian (bạn bè cùng trường, khối, lớp, bạn cùng khu phố...); - Gián tiếp: tiếp xúc qua thiết bị trung gian (bạn qua mạng xã hội, bạn quen qua game...).

Theo Hiệp hội Tâm lí học Mỹ (American Psychological Association), áp lực đồng trang lứa là ảnh hưởng gây ra bởi một nhóm đối với một cá nhân trong nhóm để có thể phù hợp hoặc tuân theo những chuẩn mực và kì vọng chung của nhóm (<https://dictionary.apa.org/peer-pressure>). Theo Từ điển Cambridge, áp lực đồng trang lứa là sự ảnh hưởng mạnh mẽ của một nhóm, đặc biệt với trẻ em, lên các thành viên của nhóm đó nhằm cư xử giống như mọi người trong nhóm, là áp lực mà cá nhân cảm thấy phải cư xử theo một tiêu chuẩn vì bạn bè hoặc mọi người trong nhóm mong đợi điều đó (<https://dictionary.cambridge.org/vi/dictionary/english/peer-pressure>).

Bài báo này định nghĩa áp lực đồng trang lứa là một loại áp lực tâm lí được hình thành dựa trên việc cá nhân có những nhận thức, hành vi, cảm xúc bị ảnh hưởng bởi một nhóm cùng trang lứa nhằm đáp ứng những mong đợi, kì vọng của nhóm, được mọi người công nhận, tạo dựng địa vị trong nhóm và tránh bị cô lập, loại trừ. Loại áp lực này được hình thành từ rất sớm và được biểu hiện đặc biệt nổi bật trong thời kì niên thiếu khi nhu cầu giao tiếp xã hội của thanh thiếu niên phát triển mạnh.

Áp lực đồng trang lứa có tác động cả tiêu cực lẫn tích cực lên cá nhân. Với những nhóm đồng trang lứa có chất lượng tích cực, áp lực là một là chuẩn mực và động lực giúp cá nhân có thể phát triển do nhu cầu được thuộc về nhóm xã hội và nhu cầu được khẳng định bản thân trong nhóm. Ngược lại, trong một nhóm đồng trang lứa có chất lượng tiêu cực, cá nhân sẽ dễ dàng bị ảnh hưởng và thực hiện những hành vi lệch chuẩn xã hội và không phù hợp lứa tuổi. Dựa trên khía cạnh sức khỏe tâm thần, áp lực vừa phải sẽ giúp cá nhân đặt ra mục tiêu và lí tưởng sống nhằm cải thiện cuộc sống để trở nên tốt đẹp hơn. Nếu áp lực vượt qua sức chịu đựng của cá nhân sẽ dẫn đến các rối loạn tâm lí như lo âu, căng thẳng, trầm cảm, chán ăn, mất ngủ,... Nói tóm lại, ảnh hưởng của áp lực đồng trang lứa tích cực hay tiêu cực còn phải xem xét dựa trên từng cá nhân và môi trường.

2.2. Một số xu hướng nghiên cứu về áp lực đồng trang lứa của thanh thiếu niên

2.2.1. Nghiên cứu về áp lực đồng trang lứa và vấn đề hành vi mạo hiểm của thanh thiếu niên

Độ tuổi thanh thiếu niên tham gia vào các hành vi nguy hiểm như sử dụng chất gây nghiện hay đua xe thường xuyên hơn so với độ tuổi trẻ em hay người lớn (Steinberg et al., 2018). Chất lượng mối quan hệ với bạn bè có tác động trực tiếp đến sự tham gia của thanh thiếu niên vào những hành vi bạo lực, nguy hiểm hay phạm pháp. Việc thanh thiếu niên phải tuân theo những chuẩn mực tiêu cực của một số bạn bè cùng trang lứa đóng vai trò chủ yếu dẫn đến việc vi phạm pháp luật hoặc tham gia các hoạt động nguy hiểm. Trong tội phạm học, sự liên kết khác biệt (Differential association theory) là một lí thuyết được phát triển bởi Sutherland (1947). Ông phát hiện ra rằng, thông qua tương tác với những người khác, các cá nhân học được các giá trị, thái độ, kĩ thuật và động cơ cho hành vi phạm tội, trong đó phần cơ bản của việc học hành vi phạm tội thường xảy ra trong các nhóm cá nhân thân thiết. Độ tuổi thanh thiếu niên là độ tuổi chịu ảnh hưởng lớn từ phía bạn bè, các em chấp nhận tham gia những hoạt động mang tính rủi ro, nguy hiểm hay sử dụng chất kích thích, đồ uống có cồn đều phần lớn là học tập từ bạn bè, bị bạn bè xúi giục hoặc bắt chước hành vi của nhóm bạn. Các em tham gia những nhóm bạn tiêu cực dễ dàng nhận áp lực từ bạn bè để thực hiện những hành vi vi phạm pháp luật hơn những nhóm bạn mang ảnh hưởng tích cực. Vì vậy, để có thể can thiệp và phòng ngừa sớm việc thanh thiếu niên phạm pháp, bạo lực hay sử dụng chất kích thích thì cần phải nâng cao nhận thức về vai trò tiềm ẩn của nhóm bạn. Đây là một thách thức để thanh thiếu niên không chọn bạn lệch lạc hay bị ảnh hưởng quá mức bởi bạn bè khi ở lứa tuổi này, các em đều muốn tự quyết định các mối quan hệ xã hội và không muốn người lớn tham gia vào các nhóm bạn bè của mình hay có sự kiểm soát các mối quan hệ xung quanh.

Nghiên cứu về thể hệ trẻ Việt Nam năm 2020 của Hội đồng Anh trên 1.200 đáp viên độ tuổi 16-30 đã có thống kê rằng, bạn bè là yếu tố quan trọng xếp thứ 2 (chiếm 64%) sau yếu tố gia đình trong việc định hình cái tôi cá nhân ở người trẻ (British Council, 2020). Bạn bè có vai trò quan trọng với việc hình thành nhân cách của HS vì ngoài gia đình, cha mẹ, đối tượng HS tiếp xúc nhiều nhất là bạn bè đồng trang lứa. Theo thuyết học tập xã hội (Bandura, 1977), HS sẽ có xu hướng quan sát, bắt chước và hình mẫu hóa những hành vi, hoạt động của bạn bè xung quanh và biến những điều đó thành của mình. Nếu tiếp xúc với những nhóm bạn mang ảnh hưởng tiêu cực, có những hành vi nguy hiểm, vi phạm pháp luật như đua xe, đánh nhau, hút thuốc,... các em cũng sẽ có sự bắt chước và thực hiện những hành vi đó để có thể hòa nhập với nhóm bạn. Nếu từ chối việc làm những hành vi tương đồng với bạn bè, các em sẽ có nguy cơ bị từ chối hay bỏ rơi bởi nhóm bạn.

2.2.2. Nghiên cứu về áp lực đồng trang lứa và vấn đề về sức khỏe tâm thần của thanh thiếu niên

Burns và Darling (2002) đã khẳng định rằng hình thức tinh tế hơn của áp lực đồng trang lứa là ảnh hưởng đồng trang lứa, việc này có mối liên hệ với việc một người thay đổi hành vi để có thể đáp ứng mong đợi của người hoặc nhóm người khác. Đáp ứng với sự mong đợi của bạn bè thường được kèm theo bởi sự củng cố tích cực của sự ngưỡng mộ từ bạn bè hay là cảm giác được thuộc về một nhóm. Những thanh thiếu niên từ chối việc ảnh hưởng từ bạn bè có thể phải đối mặt với sự loại trừ xã hội khỏi các nhóm bạn đồng đẳng dẫn đến các chứng sợ hãi hoặc lo lắng.

Thanh thiếu niên tìm hiểu về sức hấp dẫn của bản thân và của người khác thông qua quan sát, so sánh đặc điểm thân thể (Carey et al., 2014; Helfert & Warschburger, 2013). Từ những người bạn cùng tuổi, HS có thể hình thành những hình mẫu lí tưởng về chuẩn mực cái đẹp trong xã hội. Nghiên cứu trên 111 trẻ độ tuổi từ 13-18 tại Cộng hòa Ireland (Kenny et al., 2016) đã nhấn mạnh rằng bạn bè đồng trang lứa có tác động tiêu cực lớn đến cách nhìn nhận về hình ảnh cơ thể của thanh thiếu niên. Cả trẻ nam và nữ đều tiết lộ rằng các nhóm bạn bè đều gây nên những kì vọng về mặt ngoại hình, những sai lệch với kì vọng đó sẽ dẫn đến một số trải nghiệm tiêu cực từ bạn bè. Thanh thiếu niên có ngoại hình “không hợp chuẩn” với nhóm bạn sẽ dễ bị trêu chọc, cô lập hoặc bị bắt nạt hơn, điều này có thể xảy ra với mọi thanh thiếu niên mà không phân biệt giới tính.

Theo Makinde và cộng sự (2020), áp lực từ bạn bè đồng trang lứa là một trong những yếu tố nguy cơ dẫn đến trầm cảm. Trầm cảm là rối loạn tâm lí phổ biến nhất ở lứa tuổi thanh thiếu niên hiện nay. Nghiên cứu trên 5.478 HS tại các trường trung học bang Ogun, Nigeria đã xác nhận rằng áp lực từ bạn bè đồng trang lứa càng cao thì nguy cơ mắc trầm cảm ở HS trung học càng lớn. Thời gian HS ở trường gần như bằng với thời gian các em ở nhà, vậy nên trường học là một trong những nguồn gây nên căng thẳng lớn nhất, đi kèm với yếu tố trường học không thể thiếu được các mối quan hệ bạn bè đồng trang lứa.

Nghiên cứu trên 769 HS tại Israel có năng khiếu cho ra kết quả HS nằm trong lớp năng khiếu gặp nhiều áp lực và lo lắng trước kì thi hơn so với những HS ở lớp bình thường (Goetz et al., 2008). Lớp năng khiếu có nhóm HS có kết quả kiểm tra cao tỉ lệ thuận với sự lo lắng của cá nhân trong nhóm trước bài kiểm tra. Với môi trường có tiêu chuẩn học tập hay sự cạnh tranh càng cao thì áp lực đồng trang lứa sẽ càng tăng. Sự so sánh cá nhân với môi trường xung quanh sẽ là động lực nhưng đồng thời cũng là nguyên nhân gây nên căng thẳng, lo lắng cho HS. Nếu bị so sánh trong thời gian dài sẽ dẫn tới tình trạng lòng tự trọng thấp, HS trở nên tự ti và phủ nhận bản thân mình.

Chất lượng bạn bè có mối liên quan mật thiết đến cảm xúc của HS THPT (Phan Thị Mai Hương và Nguyễn Minh Trang, 2021) khi trẻ có chất lượng bạn bè thấp sẽ dẫn tới cảm nhận hạnh phúc thấp và ngược lại. Nghiên cứu trên 288 HS lớp 10, 11, 12 tại Hà Nội cho thấy 86% số HS từng phải trải qua các vấn đề về bạn bè, trong đó phổ biến nhất là bị từ chối và xúc phạm. Những vấn đề về bạn bè tại trường học có liên quan đến trạng thái cảm xúc của trẻ là khá phổ biến và trạng thái cảm xúc tiêu cực thường gặp hơn trạng thái cảm xúc tích cực. Có thể thấy, bạn bè là yếu tố quan trọng ảnh hưởng đến cảm nhận của HS tại trường, điều này có thể dẫn đến các vấn đề khác của trẻ tại trường như thành tích học tập, hoạt động tập thể hay bạo lực học đường.

Theo UNICEF (2022), trong nghiên cứu về các yếu tố liên quan đến trường học ảnh hưởng đến sức khỏe tâm thần và sự phát triển toàn diện của trẻ em nam và nữ vị thành niên tại Việt Nam, các vấn đề về bạn bè là một trong những tác động đến các vấn đề về sức khỏe tâm thần của HS. Trẻ vị thành niên thường gặp phải những căng thẳng liên quan đến áp lực phải hòa nhập với bạn bè hoặc bị bạn bè trêu chọc. Trải nghiệm bắt nạt hoặc bị bắt nạt của HS đều là thách thức lớn, gây nguy cơ mắc các vấn đề về sức khỏe tâm thần và cảm xúc tiêu cực. Nhiều HS phải lựa chọn giữa việc bắt nạt để hòa nhập với nhóm hoặc trở thành người bị nhóm bạn bắt nạt.

2.2.3. Nghiên cứu về áp lực đồng trang lứa và Internet

Internet và mạng xã hội là một phần không thể thiếu trong cuộc sống của thế hệ trẻ ngày nay. Hiện nay thanh thiếu niên sử dụng mạng xã hội mỗi ngày, trong đó có thể kể đến những mạng xã hội phổ biến nhất là Facebook,

Instagram, Tiktok... Áp lực từ bạn bè đã thay đổi từ tương tác trực tiếp sang tương tác kỹ thuật số và mạng xã hội tạo cơ hội cho thanh thiếu niên trải qua áp lực từ bạn bè hàng ngày (Jang et al., 2016). Hậu quả tiêu cực trên mạng có thể ảnh hưởng trực tiếp đến cuộc sống thực ngoài đời khi nhu cầu phát triển cơ bản về việc mở rộng mối quan hệ bạn bè và tìm hiểu bản sắc cá nhân có thể thúc đẩy việc thanh thiếu niên sử dụng mạng xã hội nhiều hơn, dẫn đến khả năng trở thành nạn nhân của bạo lực mạng. Nghiên cứu của Kim và Lim (2021) về vai trò trung gian của bạn bè với động cơ sử dụng mạng xã hội đã cho ra kết quả rằng áp lực bạn bè là một trong những nguyên nhân chính gây nên nghiện mạng xã hội. Những thanh thiếu niên gặp áp lực cao từ bạn bè có thể nghiện mạng xã hội vì họ sử dụng mạng xã hội để đối phó với những cảm xúc tiêu cực của bản thân hoặc do sợ bị bạn bè cô lập, gây mất uy tín trong nhóm bạn đồng đẳng. Thanh thiếu niên sử dụng mạng xã hội làm công cụ để có thể xem những gì người khác đang làm, tương tác với bạn bè, chơi trò chơi và để bắt kịp xu hướng trong nhóm bạn. Vậy nên, nếu từ chối việc sử dụng mạng xã hội, thanh thiếu niên có thể gặp những nguy cơ về việc đứt kết nối với nhóm bạn hoặc bị bạn bè bỏ rơi. Nghiên cứu của Gao và cộng sự (2021) trên 2.407 thanh thiếu niên Trung Quốc cho ra kết quả rằng áp lực từ bạn bè là trung gian cho mối quan hệ giữa trầm cảm và nạn nhân của bắt nạt trực tuyến, có mối tương quan thuận giữa áp lực đồng trang lứa, trầm cảm ở thanh thiếu niên và việc bị bắt nạt trên mạng.

Ở Việt Nam, giống như các nước khác trên thế giới, thế hệ trẻ ngày nay đặc biệt ưa chuộng Internet và mạng xã hội. 35% ứng viên được khảo sát của Hội đồng Anh cho biết rằng mạng xã hội có vai trò định hình nhân cách cá nhân ngày nay. Trong đó, nhóm 16-19 tuổi có xu hướng chấp nhận điều này hơn nhóm đáp viên lớn tuổi hơn (British Council, 2020). Theo số liệu thống kê đến tháng 5/2023 của Napoleon Cat (công cụ đo lường các chỉ số mạng xã hội), tổng số người dùng Facebook tại Việt Nam là 85 triệu người, chiếm hơn 70% dân số cả nước và tăng 31 triệu người dùng so với 2019 (<https://hr1tech.com/vi/news/cap-nhat-so-lieu-moi-nhat-2021-ve-nguoi-dung-mang-xa-hoi-tai-viet-nam-158.html>). Mạng xã hội Tiktok xuất hiện từ tháng 4/2019 và nhanh chóng đạt được con số 50 triệu tài khoản sử dụng thường xuyên (<https://daklak.gov.vn/-/nguy-co-tu-mang-xa-hoi-tiktok-oi-voi-tinh-hinh-an-ninh-trat-tu>). Internet đã mở ra cánh cửa mới cho những cơ hội tiếp cận thông tin cũng như giúp cho việc kết nối giữa các đối tượng trở nên nhanh chóng hơn. Điều này đồng nghĩa với việc phạm vi của áp lực đồng trang lứa dần trở nên rộng lớn hơn và khó để tránh khỏi. Việc sử dụng mạng xã hội vô hình trung có thể gây nên áp lực đồng trang lứa khi cá nhân sử dụng có thể liên tục tiếp xúc với những nội dung mang tính chất so sánh cá nhân với một nhóm bạn cùng thế hệ. Khát khao được bằng bạn bằng bè hoặc mong muốn được hòa nhập với các nhóm bạn, thanh thiếu niên dễ dàng bị lôi kéo vào các trào lưu mới, đồng thời cũng dễ dàng bị áp đặt những tiêu chuẩn về hình ảnh, cách ứng xử, thậm chí là giá trị, sự chênh lệch giữa nhận thức trong cuộc sống thực tế và nhận thức về trải nghiệm của người khác trên mạng xã hội cũng có thể gây ra căng thẳng và áp lực cho trẻ vị thành niên.

Dù vậy, không phải tất cả các áp lực đồng trang lứa qua Internet đều tiêu cực. Thanh thiếu niên cũng có thể tiếp cận với những kênh thông tin tích cực và học hỏi cách hoạt động xã hội. Tuy nhiên, điều quan trọng là cần phải giảm thiểu những áp lực tiêu cực tới mức thấp nhất có thể, cha mẹ và GV cũng cần tạo ra một môi trường tốt để giúp các em có thể tự tin hơn về chính mình, không bị áp đặt bởi những tiêu chuẩn không cần thiết, nhà trường cần triển khai những chương trình phòng ngừa thích hợp để HS có thể ứng phó được với áp lực đồng trang lứa ngoài đời và qua Internet.

3. Kết luận

Nghiên cứu ở một số quốc gia trên thế giới đã cung cấp những bằng chứng, thực chứng lí giải thực trạng áp lực đồng trang lứa ở lứa tuổi thiếu niên thông qua việc tìm hiểu nguyên nhân, những tác động và hệ quả mà áp lực đồng trang lứa ảnh hưởng đến HS. Những nghiên cứu phần lớn đề cập đến những hậu quả mà thanh thiếu niên có thể mắc phải như: lạm dụng chất gây nghiện, tình dục sớm, bạo lực, sức khỏe tâm thần...

Còn tại Việt Nam, vấn đề về áp lực nói chung của thanh thiếu niên nhận được nhiều sự quan tâm, tuy nhiên áp lực đồng trang lứa vẫn còn hạn chế do yếu tố ảnh hưởng từ bạn bè đến áp lực của HS vẫn bị xếp sau yếu tố gia đình, nhà trường. Thêm vào đó, phần lớn các nghiên cứu mới chỉ tập trung khai thác về mối quan hệ của HS với bạn bè chứ chưa nhấn mạnh đến áp lực mà nó gây ra đối với tâm lí HS trong khi áp lực đồng trang lứa của thanh thiếu niên là một vấn đề ngày càng nghiêm trọng trong xã hội hiện đại. Áp lực này ngày càng tăng lên khiến các vấn nạn liên quan như sự gia tăng của các hành vi phạm pháp ở trẻ vị thành niên hay số lượng trẻ gặp vấn đề về sức khỏe tâm thần ngày một lớn.

Dựa trên những cơ sở lí luận và thực tiễn nêu trên, việc tìm hiểu về áp lực đồng trang lứa của thanh thiếu niên có vai trò quan trọng, giúp các nhà quản lí giáo dục và GV có cơ sở để tham khảo trong việc xây dựng chương trình giáo dục phòng ngừa học đường phù hợp với lứa tuổi.

Tài liệu tham khảo

- Bandura, A. (1977). *Social Learning Theory*. Prentice Hall.
- British Council (2020). *Báo cáo Nghiên cứu Thế hệ trẻ Việt Nam*. <https://www.britishcouncil.vn/sites/default/files/nghien-cuu-the-he-tre-viet-nam.pdf>
- Burns, A., & Darling, N. (2002). Peer pressure is not peer influence. *The Education Digest*, 68(2), 4-6.
- Carey, R. N., Donaghue, N., & Broderick, P. (2014). Body image concern among Australian adolescent girls: The role of body comparisons with models and peers. *Body Image*, 11(1), 81-84. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2013.09.006>
- Gao, L., Liu, J., Yang, J., & Wang, X. (2021). Longitudinal Relationships among Cybervictimization, Peer pressure, and Adolescents' Depressive Symptoms. *Journal of Affective Disorders*, 286, 1-9. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.02.049>
- Goetz, T., Preckel, F., Zeidner, M., & Schleyer, E. (2008). Big fish in big ponds: A multilevel analysis of test anxiety and achievement in special gifted classes. *Anxiety, Stress & Coping*, 21(2), 185-198. <https://doi.org/10.1080/10615800701628827>
- Giang Oanh (2022). *Báo động tình trạng thanh thiếu niên phạm tội gia tăng*. Cổng Thông tin điện tử Chính phủ. <https://tiengchuong.chinhphu.vn/bao-dong-tinh-trang-thanh-thieu-nien-pham-toi-gia-tang-113220719162948517.htm>
- Helfert, S., & Warschburger, P. (2013). The face of appearance-related social pressure: gender, age and body mass variations in peer and parental pressure during adolescence. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 7(1). <https://doi.org/10.1186/1753-2000-7-16>
- Hoàng Giang (2022). *Báo động tình trạng sử dụng chất gây nghiện ở thanh thiếu niên*. Cổng Thông tin điện tử Chính phủ. <https://tiengchuong.chinhphu.vn/bao-dong-tinh-trang-su-dung-chat-gay-nghien-o-thanh-thieu-nien-113220810152134105.htm>
- Hoàng Phê (chủ biên, 2011). *Từ điển tiếng Việt*. NXB Đà Nẵng.
- Jang, K., Park, N., & Song, H. (2016). Social comparison on Facebook: Its antecedents and psychological outcomes. *Computers in Human Behavior*, 62, 147-154. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.03.082>
- Kenny, U., O'Malley-Keighran, M.-P., Molcho, M., & Kelly, C. (2016). Peer Influences on Adolescent Body Image: Friends or Foes? *Journal of Adolescent Research*, 32(6), 768-799. <https://doi.org/10.1177/0743558416665478>
- Kim, S.-J., & Lim, Y.-J. (2021). Peer Pressure and SNS Addiction in Adolescents: The Mediating Role of SNS-Use Motives. *Canadian Journal of School Psychology*, 36(1), 23-33. <https://doi.org/10.1177/0829573520963277>
- Makinde, C. O. B., Adegbite, O. S., Oyedokun, S. O., Aina, F. O., & Christopher, J. (2020). The influence of low self-esteem and peer pressure on depression among adolescent in selected secondary schools in Ogun state Nigeria. *Babcock Journal of Education*, 6(1), 12-18.
- Phan Thị Mai Hương, Nguyễn Minh Trang (2021). Các vấn đề trong quan hệ bạn bè và tương quan của nó với cảm nhận hạnh phúc của học sinh trung học phổ thông. *Tạp chí Tâm lý học*, 8(269), 20-35.
- Steinberg, L., Icenogle, G., Shulman, E. P., Breiner, K., Chein, J., Bacchini, D., Chang, L., Chaudhary, N., Giunta, L. D., Dodge, K. A., Fanti, K. A., Lansford, J. E., Malone, P. S., Oburu, P., Pastorelli, C., Skinner, A. T., Sorbring, E., Tapanya, S., Tirado, L. M. U., Alampay, L. P., ... Takash, H. M. S. (2018). Around the world, adolescence is a time of heightened sensation seeking and immature self-regulation. *Developmental Science*, 21(2), <https://doi.org/10.1111/desc.12532>
- Sutherland, E. H. (1947). *Principles of criminology*. J. B. Lippincott.
- UNICEF (2021). *Companion report: Adolescents*. In *The State of the World's Children 2021*. <https://www.unicef.org/reports/state-worlds-children-2021>
- UNICEF (2022). *Nghiên cứu toàn diện về các yếu tố liên quan đến trường học ảnh hưởng đến sức khỏe tâm thần và sự phát triển toàn diện của trẻ em nam và nữ vị thành niên tại Việt Nam*. <https://www.unicef.org/vietnam/reports/study-school-related-factors-impacting-mental-health-and-well-being-adolescents-viet-nam>
- UNICEF, Ministry of Justice (2019). *The child justice legal framework and situation of minors in conflict with the law in Viet Nam*. <https://www.unicef.org/vietnam/reports/child-justice-legal-framework-and-situation-minors-conflict-law-viet-nam>