



Review Article

## Identify Changes in the Spiritual Life of Vietnamese Workers after the COVID-19 Pandemic

Tran Tien Anh\*

*VNU University of Social Sciences and Humanities, 336 Nguyen Trai, Thanh Xuan, Hanoi, Vietnam*

Received 15 May 2023

Revised 13 September 2023; Accepted 21 September 2023

**Abstract:** COVID-19 has a profound impact on all aspects of social life around the world. To adapt to life after the COVID-19 pandemic, workers have changed many habits in life, especially in mental health. The main changes in spiritual life are focused on the following issues: family care and children's education; health care and medicine; stressful issues juggling personal life, family and childcare; issues of family interaction and community connection. Thereby, the article gives a summary of the changes in the spiritual life of workers and proposes some specific solutions.

**Keywords:** COVID-19, health, spirit, workers.

---

\* Corresponding author.

*E-mail address:* [tienanhkhql@gmail.com](mailto:tienanhkhql@gmail.com)

<https://doi.org/10.25073/2588-1116/vnupam.4436>

# Nhận diện những biến đổi trong đời sống tinh thần của công nhân Việt Nam sau đại dịch COVID-19

Trần Tiến Anh\*

*Trường Đại học Khoa học Xã hội và Nhân văn, Đại học Quốc gia Hà Nội,  
336 Nguyễn Trãi, Thanh Xuân, Hà Nội, Việt Nam*

Nhận ngày 15 tháng 5 năm 2023

Chỉnh sửa ngày 13 tháng 9 năm 2023; Chấp nhận đăng ngày 21 tháng 9 năm 2023

**Tóm tắt:** COVID-19 ảnh hưởng sâu rộng đến mọi mặt đời sống xã hội trên phạm vi toàn cầu. Để thích ứng với cuộc sống sau đại dịch COVID-19, công nhân lao động đã thay đổi rất nhiều thói quen trong đời sống, đặc biệt là trong đời sống sức khỏe tinh thần. Các thay đổi chính về đời sống tinh thần được tập trung ở các vấn đề: chăm sóc gia đình và việc học của trẻ; chăm sóc sức khỏe, y tế; vấn đề căng thẳng sắp xếp cuộc sống cá nhân, gia đình và chăm sóc con cái; vấn đề tương tác gia đình, kết nối cộng đồng. Qua đó, bài báo tổng hợp các thay đổi trong đời sống tinh thần của công nhân và đề xuất một số giải pháp cụ thể.

*Từ khoá:* COVID-19, sức khỏe, tinh thần, công nhân.

## 1. Đặt vấn đề

COVID-19 là một bệnh đường hô hấp cấp tính Đại dịch COVID-19 là một bệnh truyền nhiễm do virus Corona 2 (SARS-CoV-2) gây ra hội chứng hô hấp cấp tính nặng. Các trường hợp nhiễm virus Corona mới (nCoV) đầu tiên được phát hiện lần đầu tiên ở Trung Quốc vào tháng 12 năm 2019, virus này lây lan nhanh chóng sang các quốc gia khác trên thế giới. Điều này khiến WHO phải tuyên bố Tình trạng khẩn cấp về sức khỏe cộng đồng gây quan ngại quốc tế (PHEIC) vào ngày 30 tháng 01 năm 2020 và đợt bùng phát là đại dịch vào ngày 11 tháng 3 năm 2020 [1]. Đến thời điểm hiện tại, có hơn 200 quốc gia và vùng lãnh thổ đã bị nhiễm virus này và ảnh hưởng nghiêm trọng đến sự phát triển chung của toàn cầu cũng như nền kinh tế khi các chuỗi cung ứng bị đứt gãy. Ở Việt Nam, ngày 23/01/2020

ghi nhận trường hợp mắc COVID-19 đầu tiên, sau đó tiếp tục ghi nhận thêm 15 trường hợp. Tất cả 16 trường hợp này đều được chữa khỏi hoàn toàn. Sau 22 ngày không ghi nhận trường hợp mắc mới, ngày 06/3/2020, Việt Nam phát hiện ca nhiễm bệnh đầu tiên từ châu Âu, cuộc chiến phòng, chống dịch bắt đầu bước sang một giai đoạn mới (dịch thâm nhập từ nhiều hướng và đã tiềm ẩn trong cộng đồng). Tính đến thời điểm tháng 9 năm 2023, Việt Nam có 11.619.703 ca nhiễm, trong đó có 10.639.880 trường hợp đã được chữa khỏi và 43.206 trường hợp tử vong [2].

Từ lần sóng dịch lần thứ nhất đến nay, Việt Nam đã trải qua bốn đợt bùng phát dịch COVID-19. Trong suốt bốn lần sóng biến thể của virus COVID-19 với hàng trăm nghìn người mắc bệnh và không ai biết khi nào cuộc sống sẽ quay trở lại thời điểm trước khi dịch bệnh bùng phát. Năm 2020 – 2021 là năm buộc mọi người phải thích

\* Tác giả liên hệ.

Địa chỉ email: tienanhkhql@gmail.com

<https://doi.org/10.25073/2588-1116/vnupam.4436>

nghe, sống chung cùng các lệnh phong tỏa, cách ly và giãn cách xã hội để ngăn chặn sự lây lan của vi rút. Trong thời điểm hiện tại, tuy chúng ta đã trở lại thời kỳ “bình thường mới”, song tình hình dịch bệnh trong tương lai tại Việt Nam và trên thế giới vẫn còn là một ẩn số. Tuy nhiên, các chuyên gia vẫn cho rằng cuộc khủng hoảng này còn kéo dài và hệ quả của đại dịch cần một chặng đường dài để phục hồi như thời điểm trước khi COVID-19 diễn ra. Mặt khác, đại dịch COVID-19 là một sự khủng hoảng đột ngột đã làm thay đổi mạnh mẽ hành vi, đời sống thường nhật và lối sống của con người. Các doanh nghiệp phải ngừng hoạt động, đóng cửa, thậm chí phá sản, công nhân và công nhân mất việc. Theo số liệu của Bộ Công thương, thực hiện giãn cách xã hội kéo dài theo chỉ thị 16 của Chính phủ tại các tỉnh phía Nam đã khiến 80% các nhà máy sản xuất da giày tại thành phố Hồ Chí Minh, Đồng Nai, Bình Dương, An Giang, Kiên Giang,... phải ngừng sản xuất do không đủ điều kiện thực hiện quy chế “3 tại chỗ” và “một cung đường, hai điểm đến”. Đối với các doanh nghiệp còn hoạt động buộc phải giảm sản lượng do phải giảm số lao động làm việc để thực hiện giãn cách, đồng thời phát sinh nhiều chi phí do đứt gãy chuỗi cung nguyên phụ liệu, chi phí phòng chống COVID-19 [3].

Điều này khiến thu nhập của người lao động bị giảm sút, nỗi lo sinh kế, cơm áo gạo tiền nặng. Ngay trong thời kỳ giãn cách xã hội, sự căng thẳng do bị hạn chế đi lại, không biết dịch bệnh khi nào chấm dứt có thể làm tăng nguy cơ tổn thương đối với sức khỏe thể chất và tinh thần.

Công nhân là một lực lượng vô cùng quan trọng của nền kinh tế hiện nay. Theo phạm vi tìm hiểu của tác giả, hiện nay có nhiều định nghĩa về giai cấp công nhân và có nhiều quan niệm khác nhau theo từng cách tiếp cận. Theo quan điểm của Akoun André đã trình bày khái niệm công nhân “là người sản xuất lao động cung cấp hoạt động và/hoặc dịch vụ của mình trên thị trường lao động để kiếm sống bằng cách nhận lại các khoản thù lao, tiền công (chủ yếu là tiền lương) của chủ lao động hay người sử dụng lao động” [4].

Theo Dương Xuân Ngọc đưa ra định nghĩa: “Giai cấp công nhân là một tập đoàn người ổn định, hình thành và phát triển gắn liền với nền

sản xuất công nghiệp ngày càng hiện đại, với trình độ phát triển của lực lượng sản xuất ngày càng xã hội hóa, quốc tế hóa cao và rộng lớn; là lực lượng sản xuất cơ bản và tiên tiến của thời đại hiện nay, là động lực chủ yếu và là lực lượng lãnh đạo quá trình chuyển biến cách mạng từ chủ nghĩa tư bản lên chủ nghĩa xã hội ở mỗi quốc gia cũng như trên phạm vi toàn thế giới” [5].

Trong văn kiện Hội nghị lần thứ sáu Ban Chấp hành Trung ương khóa X đã đưa ra khái niệm giai cấp công nhân Việt Nam như sau: “Giai cấp công nhân Việt Nam là một lực lượng xã hội to lớn, đang phát triển, bao gồm những người lao động chân tay và trí óc, làm công hưởng lương trong các loại hình sản xuất kinh doanh và dịch vụ công nghiệp, hoặc sản xuất kinh doanh và dịch vụ có tính chất công nghiệp” [6].

Khi đại dịch COVID-19 bùng phát, công nhân cũng là nhóm đối tượng người lao động được cho là chịu ảnh hưởng trực tiếp và rõ ràng nhất, với các đặc trưng có thể kể đến như: thường xuyên phải sống xa gia đình, mức thu nhập phụ thuộc vào năng suất lao động, công việc chịu ảnh hưởng bởi tình hình của doanh nghiệp,... Bởi vậy, đời sống của người công nhân sau đại dịch COVID-19 đã có nhiều thay đổi cả về vật chất và tinh thần.

Trong phạm vi nội dung bài viết này, nghiên cứu phân tích và làm rõ sự thay đổi của đời sống tinh thần của công nhân dưới tác động của COVID-19. Thuật ngữ đời sống tinh thần đã thu hút được sự quan tâm của nhiều học giả cũng như xuất hiện trong các văn kiện của Đảng và trên các phương tiện truyền thông đại chúng. Tuy nhiên, định nghĩa về thuật ngữ này cũng tồn tại nhiều cách hiểu khác nhau.

Trong cuốn Lý luận văn hoá và đường lối văn hoá của Đảng (2007) cho rằng đời sống văn hoá bao gồm các yếu tố: văn hoá vật thể và phi vật thể; cảnh quan văn hoá; văn hoá cá nhân; văn hoá của các “tế bào” trong mỗi cộng đồng. Cũng trong cuốn này các tác giả đã đưa ra khái niệm: “Đời sống văn hoá là một bộ phận của đời sống xã hội, bao gồm tổng thể những yếu tố hoạt động văn hoá vật chất và tinh thần, những tác động qua lại lẫn nhau trong đời sống xã hội để tạo ra những

quan hệ có văn hoá trong cộng đồng, trực tiếp hình thành nhân cách và lối sống của con người” [7].

Theo Lê Minh Chi (2015) khái niệm đời sống văn hóa tinh thần được hiểu là “tổng hòa sống động các hoạt động sản xuất, trao đổi, tiêu dùng các giá trị văn hóa tinh thần, làm cho các giá trị đó thấm sâu vào từng con người, từng cộng đồng người, trở thành yếu tố kháng khí của toàn bộ cuộc sống, hoạt động và quan hệ con người đáp ứng nhu cầu văn hóa tinh thần đa dạng và không ngừng tăng lên của mọi thành viên xã hội” [8].

Gắn với lực lượng công nhân thì đời sống tinh thần trong bài viết có thể được hiểu là các hoạt động nhằm thỏa mãn nhu cầu tinh thần để hướng tới xây dựng hình ảnh người công nhân khỏe mạnh về thể chất, vững vàng về bản lĩnh chính trị, chuyên nghiệp trong lao động sản xuất.

Trong bài viết này, tác giả cố gắng phân tích những thay đổi của đời sống tinh thần của công nhân sau khi đại dịch COVID-19 diễn ra. Cụ thể hơn, bài viết này sử dụng phương pháp phân tích tài liệu kết hợp sử dụng dữ liệu thứ cấp để làm rõ những lập luận. Bài viết tiến hành tổng hợp các nguồn thông tin khoa học từ các nghiên cứu đã được công bố ở Việt Nam và nước ngoài để bước đầu xác định những vấn đề liên quan đến nội dung bài viết. Ngoài ra, bài viết cũng sử dụng các số liệu thống kê sẵn có của các tổ chức uy tín trong nước và quốc tế như tổ chức Kế toán PwC, Tổ chức Y tế Thế giới (WHO), Bộ Y tế, Bộ Công thương,...

## 2. Các thay đổi trong đời sống tinh thần của người công nhân sau đại dịch COVID-19

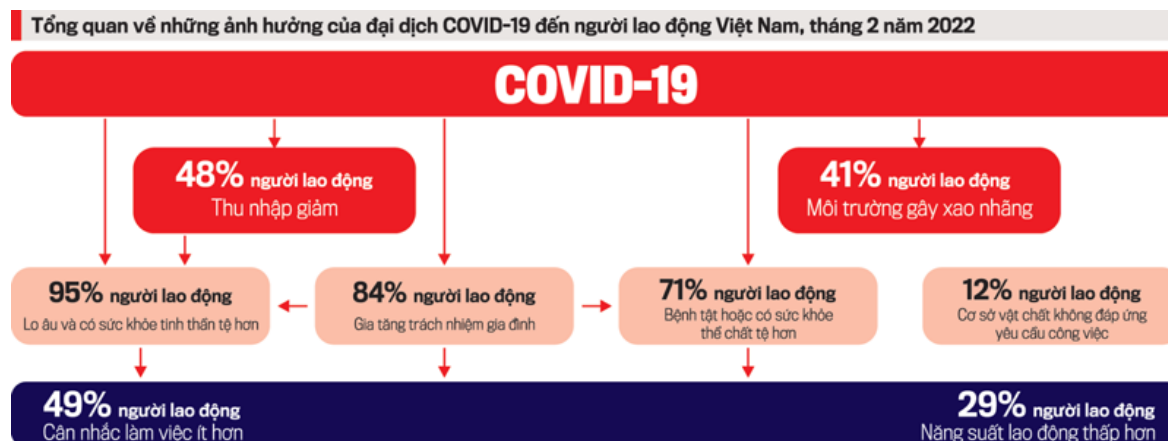
Biến đổi lối sống có thể coi là tổng hợp những biến đổi xã hội dưới tác động của đổi mới, của hội nhập, tác động của nền kinh tế thị trường và ngay cả những nhân tố từ nội tại bên trong chủ thể. Sự biến đổi lối sống ở Việt Nam hiện nay mang những đặc điểm mới, có thể kể đến: *tính biến đổi nhanh*, ngày nay, với nhiều yếu tố khách quan và chủ quan, các quan niệm đạo đức đã đang thay đổi nhanh chóng. *Tính biến đổi sâu rộng*, những yếu tố khách quan mà nhất là các

“động lực” nền kinh tế và tiếp nhận văn hóa bên ngoài, nhiều quan niệm về lối sống đã biến đổi. Hầu hết các hành vi của các quan hệ trong gia đình, nơi cư trú, nơi làm việc bị thay đổi và trong đó, không ít vấn đề “quay ngoắt 180 độ”. *Tính biến đổi khó định hình*, sự “va chạm” giữa các văn hóa, sự tiếp biến, “đứt gãy” của văn hóa nói chung, đạo đức, lối sống nói riêng diễn ra mạnh mẽ và khó lường. Khá nhiều quan niệm về tốt - xấu, đúng - sai bị “đổi ngôi” và khó định hình. Là một trong những thành tố của ý thức xã hội, lối sống bị biến đổi do những tác động khách quan và chủ quan. Trong quá trình biến đổi ấy, mỗi cộng đồng, tầng lớp, các giới khác nhau có độ trễ hoặc bị “đột biến” với mức độ khác nhau. Nhận thức được các yếu tố tạo nên biến đổi và tính chất của nó sẽ giúp cho các chủ thể mà nhất là cơ quan lãnh đạo, quản lý, cơ quan giáo dục và mỗi gia đình có cách hành xử đúng trong việc giữ gìn và tiếp nhận các giá trị lối sống mới trong thế giới đang trở mình sau đại dịch COVID-19 [4].

Đời sống tinh thần là một khái niệm tương đối trừu tượng, có thể hiểu, đời sống tinh thần là các hiện tượng xảy ra do xã hội loài người quy định, các hiện tượng, sự vật, sự đi kèm với đó là những tính chất trên chưa phản ánh hết vai trò của đời sống tinh thần trong xã hội. Đời sống tinh thần bao gồm rất nhiều hoạt động từ giao tiếp, giải trí, học tập, những mối quan hệ xã hội,... ảnh hưởng trực tiếp tới chất lượng đời sống [4]. Ở hầu hết các quốc gia, cuộc chiến chống đại dịch COVID-19 tập trung nguồn lực chủ yếu vào ngăn chặn sự bùng phát, lây lan và chữa trị người bệnh, song ít chú ý đến hệ lụy của đại dịch đối với sức khỏe tinh thần. Những biện pháp phòng, chống đại dịch được các quốc gia áp dụng khó có thể hàn gắn được những đổ vỡ và sang chấn tâm lý mà người dân trải qua. Việt Nam cũng không là ngoại lệ, ảnh hưởng của đại dịch COVID-19 khiến cho đời sống tinh thần của người công nhân thêm nghèo nàn, mọi thông tin văn hóa và giải trí đôi khi chỉ được gói gọn thông qua chiếc điện thoại di động. Sang chấn tinh thần, rối loạn lo âu, trầm cảm,... giới y học nước ta đã có những nghiên cứu bước đầu và đưa ra cảnh báo về nguy cơ rối loạn sức khỏe tâm thần của người công nhân sau đại dịch COVID-19.

Điều này khiến cho nhu cầu bức thiết được cải thiện, nâng cao đời sống tinh thần ảnh hưởng

trực tiếp tới các biến đổi trong lối sống của người công nhân.



Hình 1. Những ảnh hưởng của dịch COVID-19 đến lao động Việt Nam, tháng 02/2022 [7].

Sau đại dịch COVID-19, chúng ta thấy rõ có nhiều sự thay đổi lớn, đặc biệt là trong hành vi tiêu dùng. Một bộ phận đáng kể công nhân chuyển từ tiêu dùng theo thói quen, sở thích sang trạng thái chú trọng về nhu cầu hơn. Bởi trong dịch, rất nhiều hoạt động bị tạm ngưng, bị gián đoạn, một số thói quen, sở thích đã không thể thực hiện và có những thói quen thay đổi, có thói quen cũng mất đi. Trong nhu cầu, có những nhu cầu thiết yếu việc thực hiện trong dịch có khi còn gặp khó khăn, chậm trễ. Vì vậy, nhiều người quan tâm nhiều hơn đến các nhu cầu thiết yếu, còn lại thì tùy theo điều kiện cụ thể, giảm dần tính phô trương, hình thức. Đương nhiên, sự thay đổi đó liên quan với yếu tố kinh tế rất lớn. Khi phần nhiều người dân bị giảm thu nhập thì không chỉ thói quen tiêu dùng thay đổi mà cả nhu cầu cũng thay đổi. Dự cảm về những rủi ro, khó khăn sắp tới hình thành ở từng cá nhân dường như rõ nét hơn, từ đó mọi người có tâm lý tiết kiệm hơn, dè sẻn hơn, chỉ chi tiêu những gì thật cần thiết hoặc đầu tư vào những hoạt động ít rủi ro. Đại dịch COVID-19 thực sự là một nỗi ám ảnh lớn đối với người công nhân có thu nhập trung bình và thấp, đặc biệt là những người công nhân có công việc và thu nhập không ổn định. Họ bắt đầu có ý thức “để dành” nhiều hơn.

Thực tế đó cũng đã tác động đến sự hưởng thụ đời sống tinh thần. Chẳng hạn, việc mua sách

báo có thể bị cắt giảm vì dù đây là nhu cầu thiết yếu nhưng có thể trì hoãn được, thay vào đó nhu cầu ăn, mặc, đi lại, chữa bệnh, học hành,... cấp thiết hơn. Từ đó, không ít người đã chuyển sang thưởng thức giải trí trên các nền tảng trực tuyến vốn chủ động thời gian, không gian và giá thì rẻ hơn hẳn xem trực tiếp. Dịch cũng tác động đến cách thể hiện sự gắn kết xã hội. Sự phát triển mạnh mẽ của công nghệ gắn liền với các ứng dụng giao tiếp vốn đã làm giảm giao tiếp trực tiếp thì qua dịch điều đó càng thể hiện rõ hơn. Đôi lúc có một số cá nhân cảm thấy việc hạn chế giao tiếp trực tiếp là một biểu hiện của sự xa cách nhau nhưng sau quãng thời gian dài phòng chống dịch, đa số thấy rằng điều đó là cần thiết và thực sự đã có những cách gắn kết khác hiệu quả hơn, gần gũi hơn. Sự quan tâm, sẻ chia, đồng cảm,... rõ ràng là sâu đậm hơn, chặt chẽ hơn; từ đó, nhiều người đã nói “giãn cách nhưng không xa cách”, bởi trên thực tế, tinh thần đoàn kết, đùm bọc nhau đã được thể hiện rõ nét hơn bao giờ hết.

### 2.1. Thay đổi trong việc chăm sóc gia đình và việc học của trẻ

Người công nhân thường không có điều kiện chăm sóc gia đình: khi dịch bùng phát, một số doanh nghiệp ứng phó linh hoạt, triển khai nhân. Những công nhân lựa chọn ở lại cùng doanh

nghiệp để duy trì sản xuất kinh doanh, đảm bảo nguồn thu nhập thì phải xa gia đình, không có điều kiện chăm sóc con cái, và không được về nhà.

Công nhân cũng ít có điều kiện quan tâm đến việc học của con: Do dịch bệnh trẻ em không được đi học, cha mẹ không có điều kiện quan tâm đến việc học của con cái sẽ ảnh hưởng trực tiếp đến chất lượng học tập của trẻ. Công nhân gặp khó khăn trong việc giáo dục con cái, dạy con học đặc biệt là đối với các công nhân sinh sống và làm việc xa nhà. Đa số công nhân phải gửi con về quê nhờ ông bà chăm sóc. Tất cả việc chăm sóc, dạy dỗ con cái hay việc học hành họ đều phải phó mặc cho ông bà.

Công nhân gặp khó khăn trong việc trang cấp thiết bị, kèm con học: 33,5% gia đình công nhân lao động không có máy tính để bàn, hoặc máy tính bảng, khiến con cái họ phải học bằng điện thoại, màn hình quá nhỏ, trẻ khó nhìn, khó theo dõi, tập trung học tập. Theo thống kê của Bộ Giáo dục và Đào tạo, còn có tới 1,867 triệu học sinh không có bất kỳ thiết bị gì trong tay để học tập. Bên cạnh vấn đề trang thiết bị, là tâm lý lo lắng của công nhân khi 17% không có thời gian giám sát, hỗ trợ con học trực tuyến; 8,3% cha mẹ không có nhiều kiến thức, kỹ năng, không thành thạo công nghệ; 7,7% cha mẹ cảm thấy khó khăn trong việc giúp con kế hoạch làm việc “3 tại chỗ” (sản xuất, cách ly, ăn nghỉ tại chỗ) cho công tương tác với cô giáo và các bạn,... [5].

## 2.2. Thay đổi trong các vấn đề chăm sóc sức khỏe, y tế

COVID-19 đã làm gián đoạn nghiêm trọng hệ thống y tế tại Việt Nam. Kết quả là các dịch vụ định kỳ bị chậm trễ hoặc tạm dừng, và cả việc cung cấp lần tiếp nhận điều trị bệnh đều bị hạ thấp mức độ ưu tiên do sự gia tăng của các ca nhiễm COVID-19 và các bệnh liên quan.

Các rào cản đối với việc tiếp cận các dịch vụ chăm sóc sức khỏe cơ bản bao gồm: i) Giảm nhu cầu tiếp nhận dịch vụ do lo ngại lây nhiễm vì rút tại các bệnh viện và trạm y tế, và do lo sợ không ai được đến thăm nếu nhập viện; ii) Do dự sử dụng dịch vụ do thời gian chờ đợi lâu và chi phí tự chi trả cao cho các thủ tục bắt buộc bổ sung

để phòng ngừa COVID-19 tại bệnh viện, bao gồm mua và lấy bộ dụng cụ xét nghiệm tại chỗ, và nộp đơn khai báo sức khỏe; iii) Các dịch vụ cấp cứu và dịch vụ định kỳ bị trì hoãn hoặc không có sẵn, bao gồm cả kiểm tra sức khỏe và khám tiền sản; iv) Chi phí tự trả cao cho việc mua thuốc và dụng cụ xét nghiệm tại các hiệu thuốc do chính sách giãn cách xã hội và giá thuốc tăng; và v) Tình trạng đông đúc do nhiều phòng khám tư nhân đóng cửa, trong khi các bệnh viện và trạm y tế công phải đối phó với tình trạng quá tải bệnh nhân.

17,0% công nhân ốm đau nhẹ, bệnh mãn tính tự ra mua thuốc mà không đến bệnh viện khám như trước. Nhiều người mắc các bệnh lý mạn tính hoặc bệnh cấp tính vì những lý do sợ lây nhiễm COVID-19, vì phong tỏa nên không thể tiếp cận với dịch vụ y tế kịp thời. Nhiều công nhân lao động là F0, không thể đến cơ sở y tế do quá tải, đã tự điều trị bằng các bài thuốc dân gian, truyền tai nhau, trong đó có xông lá cây, kết hợp tăng cường các loại vitamin và điều trị thuốc theo triệu chứng (bị ho thì mua thuốc ho, bị sốt thì mua hạ sốt,...).

90% F0 là công nhân lao động bị “hội chứng hậu COVID-19”, dấu hiệu sức khỏe đi xuống. Cơ thể yếu đi, dễ phản ứng với các thay đổi của khí hậu, thời tiết, khó thở, tình trạng cơ thể bị đau khớp, rụng tóc xuất hiện ở cả nam và nữ. Điều này chắc chắn ảnh hưởng trực tiếp tới công việc, năng suất lao động [4].

## 2.3. Thay đổi trong hành vi mua sắm, tiêu dùng

Trong suốt 4 lần sóng biến thể của virus COVID-19 với hàng trăm nghìn người mắc bệnh và không ai biết khi nào cuộc sống sẽ quay trở lại thời điểm trước khi dịch bệnh bùng phát. Thị trường thương mại điện tử ở Việt Nam đang phát triển đáng kể do các yếu tố như dân số trẻ, tỷ lệ sử dụng Internet cao và tỷ lệ sử dụng điện thoại thông minh (smartphone) tăng. Người tiêu dùng sử dụng mua sắm trực tuyến với khả năng tiếp cận hàng hóa dễ dàng, giao dịch trực tuyến không tiếp xúc, thông tin sản phẩm được ghi rõ và nhiều chương trình khuyến mại. Đặc biệt trong mùa dịch COVID-19, thực hiện chính sách

không tiếp xúc thì mua sắm trực tuyến trở thành một hình thức ngày càng phổ biến hơn.

Theo nghiên cứu về “Ecommerce & Consumer Trends During Coronavirus” cho thấy, 52% người tiêu dùng tránh đi mua sắm truyền thống và các khu vực đông đúc. Hơn nữa, 36% người tiêu dùng tránh mua sắm truyền thống cho đến khi họ tiêm vắc xin corona [7]. Doanh thu và lượng truy cập của các sàn thương mại điện tử tăng nhanh chóng vì người tiêu dùng thực hiện biện pháp hạn chế tiếp xúc, hạn chế di chuyển và mua sắm tại nhà, làm việc tại nhà. Hơn nữa, ngoài việc mua sắm tại sàn thương mại điện tử thì việc sử dụng phương tiện truyền thông như Facebook, Instagram để mua sắm cũng tăng lên đáng kể. Năm 2021, có 74,8% người dùng Internet tại Việt Nam tham gia mua sắm trực tuyến. Các website và ứng dụng di động ngày càng tương thích. 86,9% ứng dụng thương mại điện tử được xây dựng trên hệ điều hành iOS; 90% Android và 10,4% trên nền tảng Window [8].

Đi cùng với mua sắm trực tuyến là các hình thức thanh toán không tiếp xúc – thanh toán số với sự phát triển ví điện tử (Viettel Pay, Shopee Pay, Zalo Pay, Vnpay, Momo,...) và các đơn vị giao hàng như Grab, Be, Gojek, Shopee Express, Giao hàng tiết kiệm,... Ước tính có khoảng 500.000 đơn hàng trên các sàn thương mại điện tử được đặt mỗi ngày và với tốc độ tăng trưởng kép 24,1% trong giai đoạn 2022 – 2030, thị trường chuyển phát nhanh của Việt Nam ước đạt khoảng 114.680 tỷ đồng vào năm 2030 (tương đương 4,88 tỷ USD) [9]. Tuy nhiên, COVID-19 cũng có ảnh hưởng khác nhau đến mặt hàng khác nhau, có nghĩa là đối với một số sản phẩm COVID-19 tạo ra sự thay đổi về nhu cầu và hành vi rất nhiều nhưng đối với một số sản phẩm ít tác động hơn [7].

Theo Khảo sát của Statista (2020) về hành vi mua sắm trực tuyến trong bối cảnh COVID-19 của 3,209 người tham gia ở Việt Nam trong độ tuổi từ 16 tuổi trở lên, cho thấy có 58,49% nhận định rằng họ đã mua hàng online nhiều hơn [10]. Tương tự kết quả của Statista, trong kết quả khảo sát của PwC, có 41% người trả lời cho biết họ mua sắm hàng ngày hoặc hàng tuần qua điện

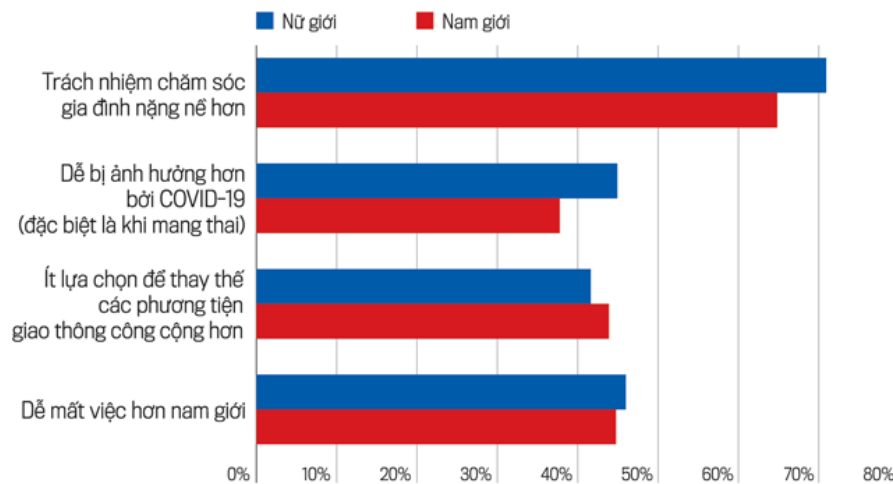
thoại thông minh. Có thể thấy khi dịch COVID-19 diễn ra tần suất mua sắm qua điện thoại thông minh tăng đáng kể từ 24% tại thời điểm trước COVID-19 (năm 2019) lên thành 33% (thời điểm bắt đầu đại dịch) và tăng dần trong suốt thời gian đại dịch diễn ra [11].

#### 2.4. Thay đổi trong tương tác gia đình, kết nối cộng đồng

*Cơ hội “sống chậm lại” – tình cảm gia đình gắn kết:* tác động của COVID-19 đã làm ảnh hưởng đến hàng triệu gia đình công nhân. Nhiều người phải thay đổi thói quen sinh hoạt của cá nhân và gia đình để thích ứng. Tuy nhiên, ở một góc nhìn khác ta thấy COVID-19 mang đến cơ hội “sống chậm lại”, tăng sự chia sẻ, gắn kết giữa các thành viên trong gia đình. Tình cảm gia đình trở nên khăng khít khi mọi người được ở bên nhau nhiều hơn.

*Những tác động tiêu cực nảy sinh:* ở chiều ngược lại, áp lực về kinh tế có thể gây ra không khí căng thẳng trong gia đình, dẫn đến mâu thuẫn vợ chồng gia tăng. Trong thời gian hạn chế giao tiếp bên ngoài, cảm xúc bức bối và tức giận có thể gây ức chế và xuất hiện thường xuyên nếu không biết kiểm chế cảm xúc. Nguy cơ gia tăng bạo lực gia đình giữa vợ - chồng, cha mẹ với con cái. Đã có trường hợp bố ức chế khi kèm con học ở nhà, để xảy ra hành vi bạo lực, làm trẻ tổn thương, thiệt mạng.

*Thụ hưởng văn hóa, giải trí, đời sống tinh thần:* dịch COVID-19 khiến nhiều công nhân lo sợ, hạn chế ra đường vì sợ lây lan dịch bệnh, nhưng không vì thế mà nhu cầu giải trí không còn. Do vậy hoạt động vui chơi giải trí được lựa chọn thay thế bằng nhiều hình thức khác nhau như xem các chương trình truyền hình trực tuyến, qua mạng internet. Các mối quan hệ xung quanh được thực hiện thông qua sự tương tác trực tuyến qua mạng internet, sử dụng một số các ứng dụng phổ biến như: zalo, facebook, viber,... Tuy nhiên, vấn đề tương tác qua mạng cũng đem đến những nguy cơ *lạm dụng, hoặc nghiện “thế giới ảo”*, giảm tương tác, vận động thực tế [12].



Hình 2. Tỷ lệ đồng thuận với các nhận định khác nhau về tác động của đại dịch COVID-19 chia theo giới tính, tháng 02 năm 2022 [11].

### 3. Một số giải pháp

Dịch bệnh COVID-19 kéo dài với diễn biến phức tạp đã gây xáo trộn đối với cuộc sống thường nhật của mỗi cá nhân, từng gia đình. Các nhóm giải pháp có thể kể đến như:

*Một là thể chế hóa các chuẩn mực đạo đức, lối sống.* Một mặt, tiến hành thẩm định các chuẩn mực đạo đức, lối sống có giá trị và mang tính phổ biến trong cộng đồng và mặt khác, nghiên cứu, đánh giá các xu hướng xuất hiện chuẩn mực đạo đức, lối sống mới để luật hóa. Trên cơ sở pháp luật, các cơ quan lãnh đạo và quản lý cấp địa phương ban hành các tiêu chí cụ thể hơn phù hợp với đặc điểm riêng của mỗi vùng, miền. Bên cạnh tính khuyến khích của đạo đức, luật hóa các chuẩn mực đạo đức, lối sống sẽ là “hành lang” ràng buộc các đối tượng tuân thủ, tạo ra một xã hội tôn trọng các đạo đức, lối sống tốt đẹp.

*Hai là, đảm bảo sức khỏe tâm lý, tinh thần.* Trước áp lực tâm lý đè nặng do cách ly, phong tỏa, giãn cách xã hội trên diện rộng, việc rèn luyện sức khỏe, vận động thể lực, tập thể dục, tăng cường hoạt động có ích để có tâm lý vững vàng là cần thiết, bởi sức đề kháng của cơ thể tùy thuộc vào trạng thái tinh thần. Bên cạnh chế độ ăn uống lành mạnh nhằm tăng sức đề kháng cho

cơ thể, mọi người cần duy trì một tinh thần thoải mái, tạo thói quen suy nghĩ tích cực; chuẩn bị một tâm lý thích ứng với COVID-19, thay đổi thói quen sinh hoạt, lắng nghe cảm xúc tích cực của cơ thể, giải tỏa suy nghĩ đau buồn, luyện tập và chăm sóc sức khỏe bản thân,...

*Ba là thay đổi thói quen, hành vi, các hoạt động đi lại và những công việc đòi hỏi tương tác, giao tiếp trực tiếp cần được hạn chế và thay thế bằng công nghệ trực tuyến cũng như hạ tầng kỹ thuật số.* Cần tăng cường kết nối với người thân, bạn bè để giữ vững tinh thần lạc quan, chia sẻ cảm xúc cùng vượt qua khó khăn, giảm căng thẳng, lo lắng, ưu phiền và tạo tâm lý an toàn. Truyền thông xã hội cần được sử dụng như một phương tiện hỗ trợ sức khỏe tinh thần trong đại dịch, đồng thời lên án và xử lý nghiêm những tin tiêu cực, xấu độc, gây hoang mang trên mạng xã hội. Các thông tin sai lệch, giả mạo có tác động tiêu cực đến tư tưởng và tâm lý xã hội cần được kịp thời phát hiện và loại bỏ.

*Bốn là cần thêm các chính sách hỗ trợ sức khỏe tinh thần, doanh nghiệp cần xây dựng thêm các chính sách hỗ trợ đối với công nhân, nhất là khi công nhân chủ động đề xuất.* Các chính sách được kiến nghị đó là: các kiểu sắp xếp công việc mới như làm việc tại nhà được ủy quyền, cơ chế



làm việc linh hoạt; các chính sách hỗ trợ nghỉ phép; các chính sách hỗ trợ chăm sóc con cái; các chính sách hỗ trợ về nhà ở;... Cần đề ra những cơ chế thông tin hai chiều giữa công nhân và doanh nghiệp để nắm bắt kịp thời các biến động, khó khăn, nhu cầu của nhau.

*Năm là hình thành các thiết chế văn hóa ở các khu công nghiệp, khu chế xuất*, đề cao vai trò của đời sống văn hóa tinh thần ở các khu công nghiệp, khu chế xuất. Cần tăng cao nhận thức cho doanh nghiệp và người công nhân về việc phát triển đời sống văn hóa giải trí, tinh thần trong doanh nghiệp. Việc nâng cao đời sống văn hóa, giải trí không chỉ giúp cho công nhân được hưởng lợi mà chính doanh nghiệp cũng gặt hái được nhiều thành quả hơn. Khi công nhân có tinh thần hứng khởi, họ sẽ thêm tinh thần cống hiến cho chính doanh nghiệp của mình.

Điều quan trọng là tất cả các bên liên quan phải biết trách nhiệm của mình và thiết lập khung chung cho việc phát triển và sử dụng công nghệ một cách có kế hoạch. Như vậy, chương trình chăm sóc sức khỏe tinh thần cho công nhân sau đại dịch cần hiện đại, bao quát nhưng bao phủ các nhu cầu của con người và trở thành vấn đề thực sự đáng quan tâm, là trách nhiệm của mỗi người hiện nay.

### Lời cảm ơn

Bài báo là sản phẩm của Đề tài độc lập cấp Quốc gia, mã số ĐTĐLXH – 14/22 về “Quản trị xã hội đối với những biến đổi trong lối sống của công nhân các khu công nghiệp trong bối cảnh cuộc Cách mạng công nghiệp 4.0 (CMCN 4.0)”.

### Tài liệu tham khảo

- [1] B. L. Tesini, COVID-19, University of Rochester School of Medicine and Dentistry, 2022.
- [2] N. Minh, Adaptable Safely, Flexibly And Effective Control of the COVID-19, Communist Party of Vietnam e-Newspaper, 2021 (in Vietnamese).
- [3] D. N. Anh, The Impact of the COVID-19 on Mental Health, Vietnam Academy of Social Sciences, 2021 (in Vietnamese).
- [4] N. V. Biet, The New Characteristics of Changes in Ethics and Lifestyle in Vietnam Today, Propaganda Magazine - Central Propaganda Department, 2021 (in Vietnamese).
- [5] Vnreport, About 1.5 Million Students do not Have Computersto Study Online, <https://vnreport.vn/khoang-15-trieu-hoc-sinh-tai-26-tinh-thanh-pho-chua-co-may-tinh-de-hoc-truc-tuyen/> (accessed on: April 9<sup>th</sup>, 2023) (in Vietnamese).
- [6] Institute of Workers and Trade Unions, Report Assessing the Impact of the COVID-19 on the Jobs and Lives of Workers and Labor Union Activities in 2021, 2021 (in Vietnamese).
- [7] O. Andrienko, O. Ecommerce & Consumer Trends During Coronavirus, 2020, <https://www.semrush.com/blog/ecommerce-covid-19/> (accessed on: April 9<sup>th</sup>, 2023).
- [8] Department of E-commerce and Digital Economy Vietnam E-commerce Book 2022, 2022 (in Vietnamese).
- [9] A. Jadhav, S. Mutreja, Allied Market Research. Vietnam Express Delivery Services Market by Application (B2B and B2C), End Use (E-Commerce Platform, Social Media Platform, Document Service, and Others), and Destination (Domestics and International): Opportunity Analysis and Industry Forecast, 2022-2030, 2022.
- [10] Statista, Smartphone users in Vietnam 2010-2025, 2021.
- [11] PwC, Consumer Outlook Improves Despite Difficult Backdrop, Consumer Habits Survey - December 2021, <https://www.pwc.com/vn/vn/publications/vietnam-publications/consumer-insights-survey.html> (accessed on: April 9<sup>th</sup>, 2023).
- [12] Vbcwe and Iw, Survey on the Impact of the COVID-19 on Workers in Private Enterprises in Vietnam, 2022.