

NĂNG LỰC THẤU CẢM CỦA SINH VIÊN NGÀNH TÂM LÝ HỌC Ở MỘT SỐ TRƯỜNG ĐẠI HỌC TRÊN ĐỊA BÀN THÀNH PHỐ HÀ NỘI

Chu Ngọc Minh Châu¹, Bùi Thị Thu Huyền²

¹Học viên Cao học khóa 35, Khoa Tâm lý - Giáo dục, Trường Đại học Sư phạm Hà Nội;

²Khoa Tâm lý - Giáo dục, Trường Đại học Sư phạm Hà Nội.

TÓM TẮT

Nghiên cứu được thực hiện trên 355 sinh viên ngành tâm lý học tại một số trường đại học trên địa bàn thành phố Hà Nội với mục đích tìm hiểu thực trạng mức độ và biểu hiện năng lực thấu cảm ở sinh viên. Kết quả nghiên cứu cho thấy, nhìn chung, sinh viên trong mẫu nghiên cứu thể hiện năng lực thấu cảm ở mức độ trung bình. Trong hai thành phần của thấu cảm, thấu cảm cảm xúc của sinh viên được bộc lộ tốt hơn thấu cảm nhận thức. Trong số năm kỹ năng thành phần của năng lực thấu cảm, sinh viên có kỹ năng thể hiện hành vi quan tâm với cảm xúc của người khác tốt nhất. Những nguyên nhân và bàn luận về kết quả nghiên cứu cũng được đề cập trong bài viết này.

Từ khóa: Năng lực thấu cảm; Sinh viên; Ngành tâm lý học.

Ngày nhận bài: 11/7/2025; Ngày duyệt đăng bài: 25/10/2025.

1. Mở đầu

Thấu cảm (empathy) được hiểu là khả năng thấu hiểu một người từ góc độ của họ thay vì chính bản thân mình hoặc trải nghiệm trực tiếp cảm xúc, tri giác và suy nghĩ của người đó (VandenBos, 2015). Ở một góc độ khác, Eisenberg và cộng sự (2010) cho rằng thấu cảm chính là khả năng cá nhân nhận ra và chia sẻ cả những cảm xúc tích cực và tiêu cực với người khác (Eisenberg và cộng sự, 2010). Cùng với đó, Baron-Cohen và Wheelwright cũng thừa nhận thấu cảm là khả năng hiểu cảm xúc của người khác và thể hiện các phản ứng cảm xúc phù hợp với cảm xúc, trạng thái của người khác một cách tự nhiên (Baron-Cohen và Wheelwright, 2004). Đồng quan điểm, một số nhà nghiên cứu khác cho rằng thấu cảm là khả năng thấu hiểu và có phản ứng phù hợp với cảm xúc của người khác (Vossen và cộng sự, 2015; Fuller và cộng sự, 2021). Nhìn chung, những định nghĩa của các tác giả trên đều thừa nhận cấu trúc của thấu cảm gồm hai thành phần nhận thức và thành phần cảm xúc; trong đó thấu cảm nhận thức là khả năng thấu hiểu, cắt nghĩa được phản ứng cảm xúc của người khác; thấu cảm cảm xúc thể hiện sự chia sẻ, cùng trải nghiệm với những cảm xúc của đối phương.

Khi nói về năng lực thấu cảm, nhiều nhà nghiên cứu cũng tiến hành tìm hiểu năng lực này dựa trên hai thành phần thấu cảm cảm xúc và thấu cảm nhận

thức (Cohen và Strayer, 1996; De Wied và cộng sự, 2007; Eisenberg và cộng sự, 2010; Vossen và cộng sự, 2015; Cuff và cộng sự, 2016; Fuller và cộng sự, 2021). Chính vì vậy, trong bài viết này, năng lực thấu cảm được hiểu là sự thấu hiểu và chia sẻ với cảm xúc của người khác dựa trên góc nhìn của họ thay vì của chính bản thân mình, được thể hiện qua các kỹ năng thành phần cơ bản như kỹ năng nhận diện cảm xúc, kỹ năng hiểu cảm xúc, kỹ năng đặt mình vào vị trí của người khác (thể hiện thấu cảm nhận thức), kỹ năng thể hiện sự tôn trọng với cảm xúc của người khác và kỹ năng thể hiện hành vi quan tâm với cảm xúc của người khác (thể hiện thấu cảm cảm xúc).

Có thể thấy, năng lực thấu cảm đóng vai trò quan trọng trong sự giao tiếp và tương tác của con người, đặc biệt là đối với những cá nhân đã và đang học tập cũng như thực hành nghề trong những lĩnh vực làm việc trực tiếp với con người. Đối với sinh viên ngành tâm lý học - những người được đào tạo nhằm hỗ trợ giải quyết những khó khăn tâm lý khác nhau của thân chủ, vì thế sự thấu cảm là yếu tố then chốt giúp họ hiểu sâu sắc được cảm xúc của người khác, từ đó có sự nỗ lực để giúp đỡ thân chủ. Điều này tạo tiền đề vững chắc cho việc xây dựng mối quan hệ đáng tin cậy và không gian an toàn để thân chủ cởi mở chia sẻ vấn đề cá nhân. Do đó, việc sinh viên ngành tâm lý học thể hiện năng lực thấu cảm tốt cũng đồng nghĩa với việc họ có trải nghiệm cảm xúc phong phú và có động lực hơn khi làm việc với con người, mang lại hiệu quả tích cực trong lĩnh vực nghề nghiệp tương lai.

Trong một nghiên cứu về sự thấu cảm trên sinh viên thuộc các ngành vật lý ứng dụng, kỹ thuật máy tính, y học, tâm lý học và công tác xã hội tại Thụy Điển của Rasool và cộng sự cho thấy sinh viên các ngành xã hội như tâm lý học và công tác xã hội thường có mức độ thấu cảm cao hơn sinh viên các ngành kỹ thuật (Rasool và cộng sự, 2012). Các tác giả lý giải kết quả này là do sinh viên ngành tâm lý học và công tác xã hội có đối tượng làm việc, tiếp xúc trực tiếp với những người có vấn đề tâm lý hoặc có khó khăn về nhiều mặt nên họ có nhiều cơ hội hơn so với sinh viên các ngành kỹ thuật trong việc thực hành các kỹ năng thấu cảm xuyên suốt quá trình học tập. Trong khi đó, sinh viên ngành kỹ thuật cũng ít có cơ hội để thể hiện năng lực thấu cảm của mình do đối tượng tiếp xúc trong công việc ít liên quan trực tiếp đến con người, đồng thời nội dung thấu cảm cũng không nằm trong chương trình giảng dạy của họ. Ngoài ra, trong một nghiên cứu khác về đặc điểm tính cách của người làm các ngành nghề hỗ trợ trong tương lai, sinh viên ngành tâm lý học thể hiện xu hướng gắn bó an toàn hơn, thấu cảm hơn so với những sinh viên không theo đuổi ngành nghề hỗ trợ (Dimitrijević và cộng sự, 2011). Năng lực thấu cảm cũng mang lại nhiều lợi ích tích cực trong nghề nghiệp của người làm công tác chăm sóc/hỗ trợ, giúp các mối quan hệ nghề nghiệp trở nên dễ chịu và giảm xung đột cũng như cho phép sự giao tiếp và chú ý của các chuyên gia y tế và chăm sóc sức khỏe trở nên tốt hơn khi đối mặt với bệnh nhân của họ (Maximiano-Barreto và cộng sự, 2020).

Dù thấu cảm đã được đề cập rộng rãi trong nhiều lĩnh vực như văn học, triết học, tâm lý trị liệu, y tế nhưng các nghiên cứu chuyên sâu về đối tượng có chuyên môn là sinh viên ngành tâm lý học còn khá hạn chế. Những nghiên cứu hiện có thường kết hợp đối tượng tâm lý với các nhóm đối tượng khác, dẫn đến việc thiếu đi những phân tích chuyên sâu về năng lực thấu cảm đặc thù của ngành tâm lý học. Bài viết này hướng đến hai mục đích chính: thứ nhất, tìm hiểu thực trạng mức độ và biểu hiện năng lực thấu cảm ở sinh viên ngành tâm lý học; thứ hai, chỉ ra sự khác biệt về năng lực thấu cảm theo các biến nhân khẩu học như giới tính, lực học, năm học cũng như sự khác biệt ở các kỹ năng thành phần của năng lực thấu cảm. Kết quả nghiên cứu sẽ góp phần giúp cho sinh viên không chỉ trong lĩnh vực tâm lý học mà còn những lĩnh vực khác có liên quan như công tác xã hội, tham vấn học đường cải thiện khả năng thấu hiểu và chia sẻ với những đối tượng hỗ trợ trong công việc của mình.

2. Mẫu và phương pháp nghiên cứu

2.1. Khách thể nghiên cứu

Mẫu nghiên cứu gồm 355 sinh viên từ năm thứ 2 đến năm thứ 4 tại hai trường đại học trên địa bàn thành phố Hà Nội với phương pháp chọn mẫu phi xác suất - mẫu thuận tiện. Đặc điểm khách thể nghiên cứu được thể hiện ở bảng 1.

Bảng 1: Đặc điểm khách thể nghiên cứu (N = 355)

Đặc điểm nhân khẩu	Phân loại	Số lượng	Tỷ lệ (%)
Giới tính	Nam	31	8,7
	Nữ	324	91,3
Năm học	Năm 2	191	53,8
	Năm 3	113	31,8
	Năm 4	51	14,4
Chuyên ngành	Tâm lý học giáo dục	108	30,4
	Tâm lý học trường học	193	54,4
	Tham vấn học đường	54	15,2
Trường đang theo học	Trường Đại học Sư phạm Hà Nội	301	84,8
	Trường Đại học Giáo dục - Đại học Quốc gia Hà Nội	54	15,2
Học lực	Xuất sắc/giỏi	264	74,4
	Khá	77	21,7
	Trung bình/Yếu	14	3,9

Kết quả ở bảng 1 cho thấy: Số lượng sinh viên nữ chiếm tỷ lệ nhiều hơn sinh viên nam (91,3% và 8,7%); sinh viên năm thứ 2 và sinh viên thuộc chuyên ngành tâm lý học trường học chiếm tỷ lệ nhiều nhất (53,8% và 54,4%). Khách thể đang theo học tại Trường Đại học Sư phạm Hà Nội chiếm đa số trong nghiên cứu với 84,8%; đa phần sinh viên được khảo sát đều có học lực xuất sắc/giỏi (74,4%).

2.2. Công cụ nghiên cứu

Nghiên cứu sử dụng phương pháp điều tra bằng bảng hỏi là phương pháp chính, kết hợp với phương pháp phỏng vấn sâu (5 sinh viên).

Nghiên cứu sử dụng thang đo chuẩn hóa đo lường Khả năng thấu cảm “Thấu cảm cơ bản - Basic Empathy Scale” (Jolliffe và Farrington, 2006). Thang đo này đã được thích nghi trên mẫu khách thể là giáo viên trung học cơ sở Việt Nam với độ tin cậy đảm bảo (Alpha của Cronbach = 0,70) (Bùi Thị Thu Huyền, 2024) và chúng tôi đã xin phép và nhận được sự đồng ý từ tác giả thích nghi thang đo để sử dụng cho nghiên cứu này. Bên cạnh đó, nhóm nghiên cứu cũng xây dựng một thang đo lường Năng lực thấu cảm cho sinh viên ngành tâm lý học để tăng độ tin cậy cũng như đảm bảo sự phù hợp với bối cảnh văn hóa của sinh viên ngành tâm lý học ở Việt Nam.

Thang đo Thấu cảm cơ bản (The Basic Empathy Scale - BES, Jolliffe và Farrington, 2006) - Thang đo Năng lực thấu cảm 1: gồm 20 mệnh đề (item) mô tả cảm nhận của cá nhân về bản thân, trong đó có 11 item đánh giá thấu cảm cảm xúc và 9 item đánh giá thấu cảm nhận thức. Ví dụ, để đánh giá thấu cảm nhận thức có các item như: “Tôi có thể hiểu được niềm hạnh phúc của bạn tôi khi bạn ý làm tốt một việc gì đó” hay “Tôi thấy khó để nhận biết khi nào bạn tôi bị hoảng sợ” hay thấu cảm cảm xúc như “Sau khi ở cùng với một người bạn có nỗi buồn về điều gì đó, tôi thường cảm thấy buồn”, “Tôi không cảm thấy buồn khi chứng kiến người khác khóc”... Khả năng thấu cảm của khách thể được đánh giá theo thang điểm Likert gồm 5 mức độ từ 1 (Hoàn toàn không đồng ý) đến 5 (Hoàn toàn đồng ý). Tổng điểm của thang đo càng cao chứng tỏ năng lực thấu cảm càng tốt. Trong nghiên cứu này, thang đo có độ tin cậy Alpha của Cronbach ở mức 0,81 - mức tin cậy tốt.

Thang đo Năng lực thấu cảm 2 (do nhóm nghiên cứu tự xây dựng): gồm 25 mệnh đề (item), trong đó có 5 tiểu thang đo là 5 kỹ năng thành phần của năng lực thấu cảm, mỗi tiểu thang đo gồm 5 item. Ví dụ, để đánh giá các kỹ năng nhận diện cảm xúc của người khác có item như: “Tôi có thể nhận ra cảm xúc người đối diện với tôi đang trải nghiệm mà không cần họ nói ra”; “Tôi hiểu rằng một người có thể trải qua nhiều cảm xúc cùng một lúc, chẳng hạn như vừa vui vừa lo lắng” (kỹ năng hiểu cảm xúc của người khác); “Khi ai đó chia sẻ cảm xúc với tôi, tôi chỉ lắng nghe và không đánh giá họ” (kỹ năng thể hiện sự tôn trọng với cảm xúc của người khác); “Tôi thường nhìn mọi chuyện theo góc nhìn của người khác thay vì chỉ nhìn theo cách của mình” (kỹ năng đặt mình vào vị trí của người khác); “Tôi thể hiện sự quan tâm bằng cách động viên hoặc giúp đỡ người khác

khi họ gặp phải chuyện buồn” (kỹ năng thể hiện hành vi quan tâm với cảm xúc của người khác). Thang đo có 10 item nghịch đảo gồm item 3, 5, 7, 11, 13, 15, 17, 19, 22, 24. Năng lực thấu cảm của khách thể được đánh giá theo thang điểm Likert gồm 5 mức độ từ 1 (Hoàn toàn không đúng với tôi) đến 5 (Hoàn toàn đúng với tôi). Tổng điểm của thang đo càng cao chứng tỏ năng lực thấu cảm càng tốt. Trong nghiên cứu này, thang đo có độ tin cậy Alpha của Cronbach ở mức 0,81 - mức tin cậy tốt. Bên cạnh đó, độ tin cậy của các tiểu thang đo lần lượt là 0,61 (kỹ năng nhận diện cảm xúc của người khác); 0,60 (kỹ năng hiểu cảm xúc của người khác); 0,63 (kỹ năng thể hiện sự tôn trọng với cảm xúc của người khác); 0,60 (kỹ năng đặt mình vào vị trí của người khác); 0,68 (kỹ năng thể hiện hành vi quan tâm với cảm xúc của người khác). Độ tin cậy Alpha của Cronbach của toàn thang đo Năng lực thấu cảm 2 ở mức 0,89 - mức tin cậy tốt.

2.3. Quy trình khảo sát

Chúng tôi khảo sát thực trạng năng lực thấu cảm của sinh viên ngành tâm lý học trên 355 sinh viên từ năm 2 đến năm 4 của hai trường đại học tại thành phố Hà Nội với hình thức trực tiếp. Nhóm nghiên cứu đến từng lớp để hướng dẫn sinh viên trả lời phiếu. Sau khi đọc hướng dẫn, sinh viên ký cam kết tự nguyện tham gia vào nghiên cứu và trả lời câu hỏi. Sinh viên có quyền từ chối hoặc không tiếp tục tham gia trả lời. Mọi câu trả lời và thông tin của sinh viên sẽ được bảo mật và ẩn danh.

2.4. Phương pháp xử lý số liệu

Dữ liệu thu được trong nghiên cứu được xử lý và phân tích sử dụng phần mềm thống kê toán học SPSS 23.0 với các phép phân tích thống kê mô tả (như điểm trung bình (M), độ lệch chuẩn (SD), tỷ lệ %), cũng như phép phân tích thống kê suy luận (t-test, Anova, tương quan Pearson-r).

3. Kết quả nghiên cứu

3.1. Thực trạng năng lực thấu cảm của sinh viên ngành tâm lý học

Bảng 2: Điểm trung bình và độ lệch chuẩn của các thành phần năng lực thấu cảm theo thang đo Năng lực thấu cảm 1 (BES)

Tiêu chí	Thang đo Năng lực thấu cảm 1 (BES)		
	Thấu cảm nhận thức	Thấu cảm cảm xúc	Tổng
M	33,93	37,26	71,19
SD	4,72	5,92	8,92
Min	9	16	25
Max	45	54	99

Ghi chú: Min: Giá trị nhỏ nhất; Max: Giá trị lớn nhất.

Kết quả khảo sát thực trạng ở bảng 2 cho thấy, sinh viên thể hiện năng lực thấu cảm ở mức độ trung bình với $M = 71,19$ (thang đo BES). Tìm hiểu sâu hơn về hai thành tố của năng lực thấu cảm là “thấu cảm nhận thức” và “thấu cảm cảm xúc”, chúng tôi nhận thấy sinh viên tự đánh giá thấu cảm cảm xúc của mình tốt hơn đáng kể so với thấu cảm nhận thức.

Bên cạnh đó, căn cứ vào kết quả tìm hiểu thực trạng năng lực thấu cảm của thang đo Năng lực thấu cảm 2 (tự xây dựng) ở bảng 3, sinh viên ngành tâm lý học cũng có năng lực thấu cảm ở mức độ trung bình với $M = 91,82$; $SD = 11,01$. Trong 5 kỹ năng thành phần của năng lực thấu cảm, sinh viên thể hiện kỹ năng thể hiện hành vi quan tâm đến cảm xúc của người khác tốt nhất ($M = 19,75$; $SD = 3,33$).

Bảng 3: Điểm trung bình và độ lệch chuẩn của các thành phần năng lực thấu cảm theo thang đo Năng lực thấu cảm 2 (tự xây dựng)

Thang đo Năng lực thấu cảm 2 (tự xây dựng)	Tiêu chí			
	M	SD	Min	Max
Kỹ năng nhận diện cảm xúc của người khác	17,85	3,06	5	25
Kỹ năng hiểu cảm xúc của người khác	17,50	2,81	5	25
Kỹ năng thể hiện sự tôn trọng với cảm xúc của người khác	19,14	3,21	5	25
Kỹ năng đặt mình vào vị trí của người khác	17,58	3,04	7	24
Kỹ năng thể hiện hành vi quan tâm với cảm xúc của người khác	19,75	3,33	5	25
Tổng	91,82	11,01	27	116

Ghi chú: Min: Giá trị nhỏ nhất; Max: Giá trị lớn nhất.

Căn cứ vào tiêu chí xác định mức độ năng lực thấu cảm ở cả hai thang đo, có 76,1% sinh viên (theo thang đo BES) và 67,6% sinh viên (theo thang đo Năng lực thấu cảm 2) có năng lực thấu cảm trung bình trong mẫu nghiên cứu của chúng tôi. Tuy nhiên, có tới 67 sinh viên ngành tâm lý học được sàng lọc có năng lực thấu cảm kém (chiếm 18,9%). Đây là một con số đáng lưu tâm bởi thấu cảm là một năng lực cốt lõi đối với những người làm công tác chăm sóc sức khỏe nói chung và chăm sóc sức khỏe tâm thần nói riêng. Việc hạn chế về năng lực thấu cảm có thể gây ảnh hưởng tiêu cực đến hiệu quả của công tác tư vấn, hỗ trợ và can thiệp tâm lý của sinh viên.

Nhằm khẳng định các kết quả nghiên cứu như trên, chúng tôi tiến hành sử dụng phép thống kê suy luận để tìm tương quan Pearson giữa thang đo BES và

thang đo Năng lực thấu cảm 2 (tự xây dựng). Kết quả cho thấy, hai thang đo có tương quan thuận khá chặt với nhau khi $r = 0,50$; $p < 0,01$; nghĩa là sinh viên có điểm cao ở thang đo Năng lực thấu cảm 1 (BES) thì cũng có điểm cao tương ứng ở thang đo Năng lực thấu cảm 2 (tự xây dựng).

Bảng 4: Tỷ lệ sinh viên có năng lực thấu cảm kém/trung bình/khá/tốt ($N = 355$)

Mức độ	Thang đo Năng lực thấu cảm 1 (BES)		Thang đo Năng lực thấu cảm 2 (tự xây dựng)	
	Số lượng	Tỷ lệ (%)	Số lượng	Tỷ lệ (%)
Năng lực thấu cảm kém	43	12,1	67	18,9
Năng lực thấu cảm trung bình	270	76,1	240	67,6
Năng lực thấu cảm khá	39	11,0	44	12,4
Năng lực thấu cảm tốt	3	0,8	4	1,1

Với kết quả tự đánh giá năng lực thấu cảm theo cả hai thang đo khác nhau đều cho kết quả tương tự ở mức độ trung bình, có thể thấy sinh viên ngành tâm lý học trong mẫu nghiên cứu phần nào đã nắm được những kiến thức và kỹ năng cơ bản về thấu cảm. Họ thể hiện khả năng nhận diện và hiểu những cảm xúc của người khác, đồng thời biết cách biểu đạt sự tôn trọng, lắng nghe và quan tâm nhất định với đối phương. Mặt khác, mức độ thấu cảm trung bình cũng có nghĩa là vẫn còn nhiều điều để sinh viên tâm lý học tiếp tục học hỏi, rèn luyện và phát triển năng lực này hơn nữa xuyên suốt quá trình đào tạo và thực hành nghề nghiệp tương lai.

3.2. Năng lực thấu cảm của sinh viên ngành tâm lý học theo các biến nhân khẩu

Xét theo giới tính: kết quả kiểm định t-test cho thấy, chỉ có thành tố thấu cảm cảm xúc là có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê do $t = -2,336$; $p = 0,020$. Trong đó, thấu cảm cảm xúc của sinh viên nữ ($M = 34,90$; $SD = 6,32$) tốt hơn của sinh viên nam ($M = 37,49$; $SD = 5,84$). Ngược lại, các biểu hiện khác của năng lực thấu cảm không có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê giữa sinh viên nam và nữ do $p > 0,05$.

Xét theo năm học: kết quả kiểm định One-way Anova ở bảng 5 cho thấy, năng lực thấu cảm tổng thể (theo thang đo BES), thành tố thấu cảm nhận thức và kỹ năng đặt mình vào vị trí của người khác có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê giữa các nhóm sinh viên trên do $p < 0,05$. Trong đó, sinh viên năm 3 có năng lực thấu cảm tốt hơn các năm học còn lại. Bên cạnh đó, các biểu hiện khác của năng lực thấu cảm được kiểm định không thể hiện sự khác biệt có ý nghĩa thống kê giữa sinh viên ở các năm học khác nhau do $p > 0,05$ (bảng 5).

Bảng 5: Khác biệt về năng lực thấu cảm xét theo năm học

	Năng lực thấu cảm tổng thể (xét theo thang đo BES)		Thấu cảm nhận thức		Kỹ năng đặt mình vào vị trí của người khác	
	M	SD	M	SD	M	SD
	F = 3,84; p = 0,022 (2) > (3); p = 0,017		F = 3,08; p = 0,047 (2) > (3); p = 0,036		F = 3,30; p = 0,038 (2) > (3); p = 0,035	
Năm 2 (2)	70,18	8,89	33,42	4,78	17,20	3,09
Năm 3 (3)	73,07	7,95	34,80	3,97	18,10	3,02
Năm 4 (4)	70,84	10,13	33,96	5,74	17,82	2,72

Xét theo chuyên ngành và học lực: kết quả kiểm định One-way Anova cho thấy, tất cả các biểu hiện của năng lực thấu cảm đều không có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê do $p > 0,05$.

Xét theo trường học: kết quả kiểm định t-test cho thấy, tất cả các biểu hiện của năng lực thấu cảm đều không có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê do $p > 0,05$.

4. Bàn luận

Nghiên cứu này đã cho biết một góc nhìn về thực trạng năng lực thấu cảm của sinh viên ngành tâm lý học ở một số trường đại học trên địa bàn thành phố Hà Nội, đồng thời xác định các yếu tố ảnh hưởng đến năng lực này. Nhìn chung, sinh viên ngành tâm lý học trong mẫu nghiên cứu có năng lực thấu cảm ở mức trung bình. Kết quả này cũng tương đồng với một số nghiên cứu khác trên thế giới như nghiên cứu của tác giả Bohler và các cộng sự trên mẫu sinh viên ngành tâm lý học ở Úc (Bohler và cộng sự, 2021), hay nghiên cứu của Sterkenburg và các cộng sự trên mẫu sinh viên ngành tâm lý học tại Nam Phi (Sterkenburg và cộng sự, 2019). Với năng lực thấu cảm chỉ ở mức trung bình cũng gợi ý thêm rằng trong chương trình đào tạo cho sinh viên ngành tâm lý học nói chung hay những chuyên ngành mang tính chất phục vụ (công tác xã hội, tham vấn học đường) cũng cần chú trọng việc hỗ trợ sinh viên phát triển năng lực này một cách hiệu quả hơn.

Một phát hiện đáng chú ý khác trong nghiên cứu là thành phần thấu cảm cảm xúc của sinh viên tốt hơn thấu cảm nhận thức. Qua phỏng vấn sâu, có thể thấy sinh viên ngành tâm lý học với thấu cảm cảm xúc tốt hơn thường có xu hướng đưa ra phản ứng cảm xúc tích cực hơn với người khác, có thể dễ dàng trở nên xúc động và có nhiều kết nối hơn đối với các câu chuyện hoặc tình huống xung quanh. Nhờ đó, họ cũng làm tốt hơn trong việc tạo dựng các mối quan hệ tôn trọng và an toàn dựa trên sự chia sẻ cảm xúc với người khác, khiến đối phương cảm thấy được lắng nghe và thấu hiểu sâu sắc. Kết quả trên cũng tương

đồng với kết quả nghiên cứu của Dimitrijević và các cộng sự khi nhận định sinh viên ngành tâm lý học bộc lộ vượt trội rõ rệt trong thấu cảm cảm xúc so với thấu cảm nhận thức qua khả năng cảm nhận và chia sẻ với cảm xúc của người khác (Dimitrijević và cộng sự, 2011). Ở một nghiên cứu khác của Santos và cộng sự (2023), nhóm tác giả đã tiến hành khảo sát 265 sinh viên thuộc nhóm ngành khoa học xã hội và nhân văn (trong đó bao gồm 168 sinh viên ngành tâm lý học). Kết quả cho thấy, sinh viên trong mẫu nghiên cứu có thấu cảm cảm xúc tốt hơn đáng kể so với thấu cảm nhận thức (Santos và cộng sự, 2023).

Kết quả nghiên cứu cũng được củng cố thêm khi sinh viên trong mẫu nghiên cứu tự đánh giá kỹ năng hành vi quan tâm với cảm xúc của người khác tốt nhất trong số năm kỹ năng thành phần của năng lực thấu cảm (gồm kỹ năng nhận diện cảm xúc của người khác, kỹ năng hiểu cảm xúc của người khác, kỹ năng đặt mình vào vị trí của người khác, kỹ năng thể hiện sự tôn trọng với cảm xúc của người khác, kỹ năng thể hiện hành vi quan tâm với cảm xúc của người khác). Qua kết quả phỏng vấn sinh viên đang học chuyên ngành tâm lý học trường học, các bạn chia sẻ về chương trình học được thực hành nhiều kỹ năng thể hiện sự thấu cảm như kỹ năng lắng nghe tích cực, kỹ năng thể hiện sự quan tâm và coi trọng cảm xúc, suy nghĩ của đối phương bằng cả ngôn ngữ cơ thể (ánh mắt chăm chú, gật đầu nhẹ, hướng người về phía người nói) và lời nói (tránh dùng từ ngữ áp đặt, hạ thấp, xúc phạm, hay thiếu tế nhị; chủ động xác nhận đã lắng nghe) hay kỹ năng đặt câu hỏi phù hợp. Ví dụ, họ thường sử dụng các câu hỏi mở để khuyến khích người khác chia sẻ sâu hơn về cảm xúc (“Điều gì khiến bạn có cảm xúc/suy nghĩ như vậy?”, “Điều đó khiến bạn cảm thấy thế nào?”). Sau đó, họ sẽ đưa ra phản hồi hỗ trợ bằng lời nói, như khẳng định cảm xúc/suy nghĩ của người khác hoặc đồng ý, an ủi (“Tôi hiểu điều này có thể khó khăn với bạn”, “Việc có cảm xúc như vậy trong tình huống này là điều hoàn toàn dễ hiểu”). Ngoài ra, sinh viên tâm lý học cũng thực hiện những hành động cụ thể và phù hợp với từng tình huống cũng như từng mối quan hệ, ví dụ như đưa khăn giấy khi người khác khóc, vỗ nhẹ vai để an ủi, hoặc cùng tìm cách giải quyết vấn đề.

Nghiên cứu này đã tìm ra sự khác biệt về năng lực thấu cảm ở sinh viên theo các năm học khác nhau. Sinh viên năm 3 có năng lực thấu cảm tốt nhất trong số những năm học được khảo sát. Những phát hiện của chúng tôi cũng phù hợp với kết quả nghiên cứu của Magalhães và các cộng sự (2011), trong đó, các tác giả nhận định năng lực thấu cảm của sinh viên được cải thiện đáng kể qua các giai đoạn sau của quá trình đào tạo. Cụ thể, sinh viên năm 3 có năng lực thấu cảm tốt hơn sinh viên năm 1 với $p < 0,05$. Tương tự, kỹ năng đặt mình vào vị trí người khác của sinh viên năm 3 cũng tốt hơn sinh viên năm nhất (Magalhães và cộng sự, 2011). Trong một nghiên cứu khác của Guru và Gheena (2016), năng lực thấu cảm của sinh viên năm cuối thuộc các ngành khoa học sức khỏe được khảo sát tốt hơn năng lực thấu cảm của sinh viên năm nhất (Guru và Gheena, 2016). Từ đó, hai tác giả cũng nhận định, kết quả này có thể do kinh nghiệm thực

hành lâm sàng của họ. Tương tự, sự phát triển của thấu cảm nhận thức qua các năm học cũng có thể liên quan đến việc sinh viên tâm lý học được trang bị kiến thức chuyên sâu dần một cách có hệ thống, đồng thời được thực hành phân tích và lý giải các trường hợp gặp khó khăn tâm lý. Từ đó nâng cao khả năng hiểu nguyên nhân sâu sắc dẫn đến những cảm xúc và suy nghĩ của người khác cũng như nắm được bối cảnh và quan điểm của họ để có cái nhìn toàn diện về vấn đề và cung cấp dịch vụ hỗ trợ phù hợp hơn.

Ngoài ra, trong nghiên cứu của chúng tôi có sự khác biệt đáng kể về năng lực thấu cảm ở sinh viên nam và nữ. Cụ thể, sinh viên nữ biểu hiện năng lực thấu cảm tốt hơn sinh viên nam. Kết quả này cũng tương đồng với nghiên cứu của Magalhães và các cộng sự khi nhóm tác giả chỉ ra rằng, sinh viên nữ có năng lực thấu cảm cao hơn sinh viên nam. Đặc biệt, sự quan tâm thấu cảm (compassionate care) ở nữ giới cũng tốt hơn đáng kể so với nam giới (Magalhães và cộng sự, 2011). Sự khác biệt về năng lực thấu cảm theo giới tính này cũng được tìm thấy ở mẫu sinh viên Trung Quốc (Jiang và cộng sự, 2019). Tương tự, trong nghiên cứu của hai tác giả Harton và Lyons (2003) trên 185 sinh viên ngành tâm lý học, kết quả cho thấy: Sinh viên nữ có quan tâm thấu cảm tốt hơn sinh viên nam. Bên cạnh đó, sinh viên nữ cũng có khả năng đặt mình vào vị trí người khác tốt hơn sinh viên nam. Nhóm tác giả Harton và Lyons đưa ra lý giải về kết quả này như sau: Khả năng đặt mình vào vị trí của người khác và sự quan tâm đến các ngành nghề mang tính trợ giúp (helping professions) là yếu tố trung gian giữa giới tính và việc lựa chọn chuyên ngành tâm lý học. Nữ giới có thể bị thu hút bởi ngành tâm lý học vì họ tự nhận thấy mình có mức độ thấu cảm cao hơn và niềm tin rằng mức độ thấu cảm cao sẽ khiến một người phù hợp hơn với lĩnh vực tâm lý học lâm sàng hoặc tư vấn (Harton và Lyons, 2003). Điều này cũng góp phần củng cố cho quá trình học tập và rèn luyện năng lực thấu cảm trong các hoạt động học tập, thực hành nghề nghiệp và cuộc sống. Cung cấp những lý giải khác cho việc nữ giới có thấu cảm tốt hơn nam giới, Hojat và cộng sự (2003) cho rằng, việc nữ giới thể hiện mức độ thấu cảm cao hơn có thể là do: 1) Bản năng làm mẹ cần thể hiện những phẩm chất này với con cái một cách rõ ràng và 2) Họ có khả năng nhận thức cảm xúc tốt hơn, cũng như nhạy cảm/tinh tế hơn với các tín hiệu cảm xúc (Hojat và cộng sự, 2003). Zinn (1993) cũng củng cố thêm, nam giới thường có xu hướng đưa ra các giải pháp lý trí, trong khi nữ giới hay đưa ra các biện pháp hỗ trợ cảm xúc mang tính thấu hiểu sâu sắc, góp phần tăng cường sự thấu cảm trong các mối quan hệ của họ (Zinn, 1993).

5. Kết luận

Nhìn chung, sinh viên trong mẫu nghiên cứu có năng lực thấu cảm ở mức độ trung bình, với thấu cảm cảm xúc tốt hơn thấu cảm nhận thức và kỹ năng thể hiện hành vi quan tâm với cảm xúc của người khác tốt nhất. Trong đó, năng lực thấu cảm tổng thể của sinh viên cho thấy sự khác biệt đáng kể giữa các năm học. Đặc biệt, thấu cảm nhận thức có sự khác biệt theo năm học và thấu cảm cảm xúc

có sự khác biệt giữa các nhóm giới tính. Ngoài ra, trong năm kỹ năng thành phần, chỉ có kỹ năng đặt mình vào vị trí của người khác là có sự khác biệt giữa sinh viên ở các năm học khác nhau.

Bên cạnh những kết quả nêu trên, nghiên cứu của chúng tôi vẫn còn một số hạn chế nhất định về phạm vi và khách thể nghiên cứu. Cụ thể, nghiên cứu mới chỉ dừng lại ở việc khảo sát sinh viên ở hai trường đại học trên địa bàn thành phố Hà Nội và chủ yếu khách thể trong nghiên cứu là nữ giới. Ngoài ra, nghiên cứu hiện tại chỉ dựa trên bản tự khai của sinh viên, do đó sẽ không tránh khỏi thiếu tính khách quan. Vì vậy, các nghiên cứu tương lai cần mở rộng thêm phạm vi nghiên cứu để tăng tính đại diện và kết hợp thêm các phương pháp khác để tăng cường tính khách quan ở kết quả khảo sát.

Tài liệu tham khảo

Tài liệu tiếng Việt

1. Bùi Thị Thu Huyền (2024). Sự phù hợp của thang đo Thấu cảm cơ bản trên giáo viên trung học. *Tạp chí Tâm lý học Việt Nam*, số 5, tr. 4-18.

Tài liệu tiếng Anh

2. Baron-Cohen, S., & Wheelwright, S. (2004). The empathy quotient: An investigation of adults with Asperger syndrome or high functioning autism, and normal sex differences. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 34, 163-175.

3. Bohler, T. E., Brown, R. F., & Dunn, S. (2021). Relationship between affective state and empathy in medical and psychology students. *Australian Psychologist*, 56(4), 311-323.

4. Cohen, D., & Strayer, J. (1996). Empathy in conduct-disordered and comparison youth. *Developmental Psychology*, 32(6), 988-998.

5. Cuff, B. M., Brown, S. J., Taylor, L., & Howat, D. J. (2016). Empathy: A review of the concept. *Emotion Review*, 8(2), 144-153.

6. De Wied, M., Branje, S. J., & Meeus, W. H. (2007). Empathy and conflict resolution in friendship relations among adolescents. *Aggressive Behavior: Official Journal of the International Society for Research on Aggression*, 33(1), 48-55.

7. Dimitrijević, A., Hanak, N., & Milojević, S. (2011). Psychological characteristics of future helping professionals: Empathy and attachment of psychology students. *Psihologija*, 44(2), 97-115.

8. Eisenberg, N., Eggum, N. D., Di Giunta, L. (2010). Empathy-related responding: associations with prosocial behavior, aggression, and intergroup relations. *Social Issues Policy Review*, 4(1), 143-180.

9. Fuller, M., Kamans, E., Van Vuuren, M., Wolfensberger, M., & De Jong, M. D. (2021). Conceptualizing empathy competence: A professional communication perspective. *Journal of Business and Technical Communication*, 35(3), 333-368.

10. Guru, P. E., & Gheena, S. (2016). A study of empathy across students from 4 health disciplines among 1st years and Final years. *Research Journal of Pharmacy and Technology*, 9(9), 1472.

11. Harton, H. C., & Lyons, P. C. (2003). Gender, empathy, and the choice of the psychology major. *Teaching of Psychology*, 30(1), 19-24.
12. Hojat, M., Gonnella, J. S., Mangione, S., Nasca, T. J., & Magee, M. (2003). Physician empathy in medical education and practice: Experience with the Jefferson scale of physician empathy. *Seminars in Integrative Medicine*, 1(1), 25-41. DOI: 10.1016/s1543-1150(03)00002-4.
13. Jiang, Q., Yang, Y., Liu, C., & Yuan, J. (2019). The differing roles of cognitive empathy and affective empathy in the relationship between trait anger and aggressive behavior: A Chinese college students survey. *Journal of Interpersonal Violence*, 088626051987922. DOI: 10.1177/0886260519879229.
14. Jolliffe, D., & Farrington, D. P. (2006). Development and validation of the Basic Empathy Scale. *Journal of Adolescence*, 29(4), 589-611.
15. Magalhães, E., Salgueira, A. P., Costa, P., & Costa, M. J. (2011). Empathy in senior year and first year medical students: a cross-sectional study. *BMC Medical Education*, 11, 1-7.
16. Maximiano-Barreto, M. A., Fabrício, D. D. M., Luchesi, B. M., & Chagas, M. H. (2020). Factors associated with levels of empathy among students and professionals in the health field: A systematic review. *Trends in psychiatry and psychotherapy*, 42(2), 207-215.
17. Rasoal, C., Danielsson, H., & Jungert, T. (2012). Empathy among students in engineering programmes. *European Journal of Engineering Education*, 37(5), 427-435.
18. Santos, J. B., Farias, W. M., Feroseli, A. F. O., & Maximiano-Barreto, M. A. (2023). Affective and cognitive empathy among university students of the health field, exact sciences, and humanities: A cross-sectional study. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 40, e220076. <https://doi.org/10.1590/1982-0275202340e220076>.
19. Sterkenburg, P., Olivier, L., & Van Rensburg, E. (2019). The effect of a serious game on empathy and prejudice of psychology students towards persons with disabilities. *African Journal of Disability*, 8(1), 1-10.
20. VandenBos, G. R. (2015). *APA dictionary of psychology (Second Edition)*. American Psychological Association.
21. Vossen, H. G., Piotrowski, J. T., & Valkenburg, P. M. (2015). Development of the adolescent measure of empathy and sympathy (AMES). *Personality and Individual Differences*, 74, 66-71.
22. Zinn, W. (1993). The empathic physician. *Archives of Internal Medicine*, 153(3), 306-312.