

BƯỚC ĐẦU THỬ NGHIỆM NÂNG CAO TRÍ TUỆ CẢM XÚC CỦA GIÁO VIÊN TIỂU HỌC HÀ NỘI

DƯƠNG THỊ HOÀNG YẾN*

Cho đến giữa thế kỷ XX, khái niệm trí tuệ (Intelligence) và chỉ số trí tuệ (IQ) đã trở nên rất quen thuộc trong mọi lĩnh vực của cuộc sống. Các nhà tâm lý học đã xây dựng được bộ test chuẩn xác định hệ số trí tuệ (IQ) và chúng được ứng dụng trong mọi lĩnh vực để dự đoán, đánh giá năng lực hoạt động, tuyển chọn con người.

Nhưng có thực IQ đã phản ánh đầy đủ về trí tuệ con người, là tiêu chí hay dấu hiệu duy nhất dự đoán về sự thành bại trong cuộc đời của con người? Thực tế đã đặt ra rất nhiều câu hỏi cho các nhà tâm lý học: Tại sao một học sinh có IQ rất cao nhưng lại không thành công trong cuộc sống? Tại sao trước thử thách của cuộc sống, có người vượt qua dễ dàng, có người thất bại? Tại sao có người vừa thông minh vừa được mọi người thích hợp tác và đạt được thành công dễ dàng, có người thông minh nhưng lại không được tin cậy, bị mọi người xa lánh?... Để trả lời câu hỏi này, các nhà tâm lý học đã phải thừa nhận rằng: Quy tắc chẩn đoán về sự thành công trong tương lai của một người dựa trên IQ truyền thống có nhiều ngoại lệ. Trong sự nỗ lực cố gắng đi tìm câu trả lời cho vấn đề này, năm 1990, Peter Salovey (Đại học Yale) và John Mayer (Đại học Hampshire) - hai nhà tâm lý học người Mỹ đã chính thức

công bố kết quả nghiên cứu của các ông về yếu tố trí tuệ mới - trí tuệ cảm xúc (Emotional Intelligence - EI).

1995, Daniel Goleman - tiến sỹ tâm lý học của Đại học Harvard hiện đang công tác tại báo The Times, đã tập hợp những kết quả nghiên cứu về trí tuệ cảm xúc và chỉ ra rằng IQ chỉ là một mặt không quyết định và chính EQ có vai trò rất quan trọng quyết định sự thành đạt của con người. Nhà tâm lý học thế hệ mới của Mỹ Daniel Goleman khẳng định: "Trong những nhân tố quyết định thành công trong cuộc đời, IQ chiếm nhiều nhất là 20%". Còn nhà tâm lý học Mỹ Howard Gardner thì chỉ ra rằng: "Trong tuyệt đại đa số trường hợp, cái chắc chắn mà một cá nhân chiếm được trong xã hội được quy định bởi các nhân tố khác ngoài IQ". Các nhà tâm lý học khẳng định, một trong những nhân tố khác ngoài IQ mà H. Gardner nói đến chính là trí tuệ cảm xúc, một phẩm chất tâm lý phức hợp của nhân cách, có ảnh hưởng quan trọng đến hoạt động của con người. EI được thể hiện ở sự đồng cảm, năng lực tự thúc đẩy hay kiên trì trong bất hạnh, làm chủ được những xung năng của bản thân, nhẫn nại chờ đợi sự đáp ứng ham

*Cán bộ giảng dạy, Trường Cao đẳng Sư phạm Hà Nội.

muốn của bản thân, khả năng giữ cân bằng tính khí của mình, không để cho xúc cảm chi đến mức không thể suy nghĩ được gì nữa và luôn lạc quan, hy vọng.

Trí thông minh IQ mang tính hàn lâm chỉ đảm bảo cho con người đạt điểm số cao trong các kỳ thi học kỳ nhưng không đảm bảo cho họ đủ sức đương đầu với những thử thách thực tế của cuộc đời đang diễn ra muôn hình muôn vẻ và biến đổi không ngừng. IQ cao chưa đảm bảo cho sự thành công và hạnh phúc nếu như không có những nét tính cách phù hợp, những xúc cảm thông minh. Ngày nay, tâm lý học đã phát hiện ra rằng, đời sống cảm xúc cũng là một lĩnh vực trong đó người ta có thể chứng tỏ năng lực của mình, nó cũng đòi hỏi một tập hợp những sự am hiểu chuyên biệt. Sự thành thạo của một người về EI là nguyên nhân thành công của họ trong cuộc đời, trong khi một người khác có IQ tương đương nhưng với EI kém cỏi lại thất bại. EI chính là một loại siêu trí tuệ, siêu năng lực bởi nó quyết định một cá nhân có khai thác được những lợi thế của mình, kể cả lợi thế về IQ của mình hay không. Thực tế cho thấy, những người hiểu được các xúc cảm của mình, nắm được và làm chủ được chúng, đoán được những xúc cảm của người khác và biết hoà vào với họ một cách hữu hiệu thì những người này có lợi thế trong mọi lĩnh vực của cuộc sống. Người có EI cao sẽ có thể chớp được những cơ may tốt nhất để thành công và hạnh phúc. Ngược lại, những người không kiểm soát được xúc cảm của mình thì thường phải chịu những xung đột nội tâm, hạn chế năng lực tập trung và suy nghĩ của mình, vì

vậy thường thất bại trong cuộc đời. Chính vì vậy mà D. Goleman đã khẳng định: EQ quan trọng hơn IQ đối với sự thành công của con người, thậm chí ông còn khẳng định “Chỉ số thông minh IQ cao phỏng ịch gì nếu anh là người ngu đần về xúc cảm”.

Mặt khác, các nhà tâm lý học khi nghiên cứu về EQ đã kết luận: Chỉ số trí tuệ cảm xúc không phải là một đại lượng bất biến mà có thể thay đổi thông qua hoạt động cá nhân. Peter Salovey và John Mayer khẳng định trí tuệ cảm xúc là sự kết hợp nhạy bén về xúc cảm do trời phú với các kỹ năng quản lý xúc cảm có được do tự học hỏi, luyện tập. Khác với IQ là một đại lượng khó thay đổi và có biên độ thay đổi nhỏ, EQ là đại lượng có thể thay đổi không khó khăn và biên độ thay đổi khá lớn. Vì vậy, mỗi cá nhân đều có thể tập luyện để nâng cao EQ của mình theo một số bước nhất định với sự hướng dẫn của nhà tâm lý học.

Để xem xét kết luận khoa học của các nhà tâm lý học Mỹ trên thực tiễn hoạt động của người Việt Nam, trong khuôn khổ nghiên cứu của mình, chúng tôi đã kiểm chứng kết luận khoa học trên giáo viên chủ nhiệm (GVCN) lớp của một số trường tiểu học ở nội ngoại thành Hà Nội. Cụ thể, chúng tôi nghiên cứu 100 giáo viên tiểu học⁽¹⁾ (37 GVCN giỏi cấp quận, 63 GVCN giỏi cấp cơ sở), đo đạc trí thông minh IQ của họ bằng test WMT của tác giả người Đức và đo đạc trí tuệ xúc cảm EQ bằng test MSCEIT. Từ kết quả nghiên cứu thực trạng và một số nguyên nhân dẫn đến thực trạng này như nhận thức, hoạt động nuôi dạy con, tuổi đời, tuổi nghề..., chúng tôi chọn 8 GVCN lớp có

EQ xếp loại dưới trung bình và trung bình và kết quả chủ nhiệm lớp xếp loại giỏi cấp cơ sở để thử nghiệm tác động theo các bước luyện tập nâng cao EQ đã được các nhà tâm lý học đúc kết.

Thử nghiệm tác động được xây dựng gồm hai biện pháp cơ bản:

Biện pháp 1: Cung cấp tri thức về trí tuệ cảm xúc và tạo ra nhu cầu nâng cao EQ cho GVCN bằng cách tổ chức nghe chuyên gia nói chuyện và

thảo luận về EI, tầm quan trọng của EI đối với hoạt động chủ nhiệm lớp.

Biện pháp 2: Trên cơ sở hiểu biết về EI, yêu cầu GVCN phân tích, đánh giá lại những xúc cảm đã xảy ra trong quá trình giải quyết thành công một số tình huống sư phạm đã qua của họ.

Sau đây là kết quả tác động thử nghiệm nâng cao EQ của GVCN lớp tiểu học.

Bảng 1: So sánh giá trị trung bình của chỉ số IQ của hai nhóm giáo viên chủ nhiệm lớp có EQ cao nhất và thấp nhất bằng t - student

Cấp so sánh	Danh hiệu GVCN	Giá trị IQ trung bình	Độ lệch chuẩn	f	t	α	t_{α}	So sánh $ t $ với t_{α}	Kết luận thống kê
10 giáo viên có EQ cao nhất	Giỏi cấp quận	$\bar{x}_1 = 107,43$	$s_1 = 10,90$	18	0,016	0,05	3,92	$ t < t_{\alpha}$	Không có sự khác biệt có ý nghĩa về mặt thống kê
10 giáo viên có EQ thấp nhất	Giỏi cấp cơ sở	$\bar{x}_2 = 101,96$	$s_2 = 15,92$						

Số liệu bảng 1 cho thấy: Không có sự khác biệt có ý nghĩa về mặt thống kê về chỉ số IQ giữa 2 nhóm GVCN lớp có EQ cao nhất và thấp nhất. Điều đó cũng có nghĩa là mặc dù có mức độ thông minh như nhau nhưng kết quả hoạt động chủ nhiệm lớp lại khác nhau phụ thuộc vào EQ của mỗi GVCN lớp.

Số liệu bảng 2 (trang bên) cho thấy: Chính những giáo viên chủ nhiệm lớp có EQ cao là những giáo viên có nhiều thành công trong hoạt động chủ nhiệm lớp và những giáo viên ít thành công trong hoạt động chủ nhiệm lớp là những giáo viên có EQ thấp hơn.

Số liệu bảng 3 (trang bên) cho thấy: EQ của nhóm thực nghiệm đã được nâng lên một cách rõ rệt thông qua biện pháp tác động thực nghiệm.

Từ các số liệu nghiên cứu thu được của đề tài và từ kết quả so sánh thống kê toán học, các số liệu đó cho phép đi đến kết luận thực nghiệm sau:

1. Trí thông minh cao hay thấp không phải là yếu tố quan trọng nhất đối với sự thành bại trong hoạt động chủ nhiệm lớp của giáo viên tiểu học.

Bảng 2: So sánh giá trị EQ của hai nhóm giáo viên chủ nhiệm lớp có EQ cao nhất và thấp nhất bằng U - test

Cấp so sánh	Danh hiệu GVCN	R	α	U	$U\alpha; n_1, n_2$	So sánh U với $U\alpha; n_1, n_2$	Kết luận thống kê
10 giáo viên có EQ cao nhất	Giỏi cấp quận	$R_1 = 55$	0,05	0	19	$U < U_{0,05; 10,10}$	Có sự khác biệt có ý nghĩa về mặt thống kê
10 giáo viên có EQ thấp nhất	Giỏi cấp cơ sở	$R_2 = 155$					

Trong đó: \overline{EQ} của 100 GVCN lớp = 100,39.

\overline{EQ} của 37 GVCN giỏi cấp quận = 115,12.

\overline{EQ} của 63 GVCN giỏi cấp cơ sở = 91,74.

Bảng 3: So sánh giá trị trung bình của chỉ số EQ của nhóm thực nghiệm (trước và sau thực nghiệm) bằng t - student

Cấp so sánh	Giá trị EQ trung bình	Độ lệch chuẩn	f	t	α	$t_{\alpha f}$	So sánh t với $t_{\alpha f}$	Kết luận thống kê
Đo lần 1 trước tác động	$\bar{x}_1 = 91,72$	$s_1 = 6,00$	14	4,71	0,05	4,14	$ t < t_{\alpha f}$	Có sự khác biệt có ý nghĩa về mặt thống kê
Đo lần 2 sau tác động	$\bar{x}_2 = 106,83$	$s_2 = 6,80$						

2. EI là yếu tố quan trọng đối với kết quả hoạt động chủ nhiệm lớp của giáo viên tiểu học. Những giáo viên có EQ cao hơn có kết quả chủ nhiệm lớp tốt hơn giáo viên có EQ thấp hơn.

3. Những giáo viên có tuổi đời và tuổi nghề cao hơn, đã từng nuôi dạy con thì có EQ cao hơn, làm công tác chủ nhiệm lớp ở tiểu học tốt hơn hẳn các giáo viên có tuổi đời, tuổi nghề ít hơn và các giáo viên chưa có con.

4. Có thể nâng cao EQ cho GVCN bằng cách tổ chức cho họ luyện tập theo 5 bước cơ bản dưới sự hướng dẫn của chuyên gia tâm lý học.

Như vậy, EQ là quan trọng hơn IQ đối với sự thành công của công tác chủ nhiệm lớp ở tiểu học và có thể nâng cao EQ bằng luyện tập dưới sự hướng dẫn của chuyên gia tâm lý học. Kết luận đo nghiệm này ở các giáo viên tiểu học Hà Nội phù hợp với kết luận khoa học của các nhà tâm lý học Mỹ vào năm 1997.

Kết quả kiểm chứng kết luận khoa học của các nhà tâm lý học Mỹ nêu ra vào năm 1997 mà chúng tôi tiến hành vào năm học 2003 - 2004 tại các trường tiểu

học ở Hà Nội cho phép bước đầu nêu lên một vài kiến nghị sau đây:

1. EI là hiện tượng tâm lý mới được nhận ra từ những năm cuối thế kỷ trước và đang được quan tâm, nghiên cứu, ứng dụng rộng rãi ở các nước phát triển. Là một giáo viên được tham gia nghiên cứu vấn đề này, chúng tôi mong muốn rằng, cần phải có một sự đầu tư chuẩn hóa một số trắc nghiệm đo EQ.

2. Cần sử dụng EQ như là một trong những chỉ số tuyển chọn giáo viên tiểu học nói riêng và giáo viên nói chung. Nhà trường phổ thông cần dựa vào EQ của giáo viên để có sự đánh giá, phân công công tác phù hợp.

3. Cần đưa nội dung bồi dưỡng, hướng dẫn giáo viên rèn luyện nâng cao EQ cho bản thân trong những đợt bồi dưỡng thường xuyên nhằm giúp giáo viên nâng cao chất lượng hoạt động giảng dạy và giáo dục. ♣

Chú thích

1. Các GVCN này hiện đang học khóa 4 - 5 hệ Đại học Tiểu học của trường Cao đẳng Sư phạm Hà Nội. Trong đó có 80 người ở nội thành và 20 người ở ngoại thành.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Daniel Goleman, *Trí tuệ cảm xúc. Làm thế nào để biến những xúc cảm của mình thành trí tuệ*, NXB KHXH, 2002.
2. Nguyễn Huy Tú, *Trí tuệ cảm xúc - bản chất và phương pháp chẩn đoán*, tạp chí Tâm lý học, số 6, tháng 12/2002.
3. Nguyễn Huy Tú, *Trí tuệ cảm xúc và sự thành công của nhà quản lý lãnh đạo*, tạp chí Thông tin quản lý giáo dục, tháng 1/2003.

CÁC YẾU TỐ ẢNH HƯỞNG...

(Tiếp theo trang 58)

nâng cao trình độ chuyên môn cho giảng viên để đáp ứng yêu cầu ngày càng cao về chất lượng đào tạo.

+ Có kế hoạch kiểm tra, đánh giá chuyên môn, nghiệp vụ của giảng viên một cách thường xuyên nhằm thúc đẩy người giảng viên tự học, tự bồi dưỡng nâng cao trình độ chuyên môn.

+ Cần tuyển chọn và sử dụng hợp lý đội ngũ giảng viên.

+ Quan tâm thoả đáng đến đời sống vật chất và tinh thần của giảng viên, tạo bầu không khí tâm lý thuận lợi để người giảng viên phát huy được hết năng lực của họ.

- Đối với giảng viên:

+ Không ngừng tự học, tự bồi dưỡng mở rộng tri thức, nâng cao trình độ chuyên môn và khả năng nghiên cứu khoa học.

+ Đổi mới phương pháp dạy học theo hướng phát huy tính tích cực, chủ động, sáng tạo của sinh viên và thường xuyên lấy ý kiến đánh giá của sinh viên để điều chỉnh, rút kinh nghiệm trong quá trình giảng dạy.

+ Có lòng yêu nghề, say mê với công việc và thái độ nghiêm túc trong công việc. Đề ra yêu cầu cao đối với bản thân và sinh viên trong quá trình giảng dạy.

- Đối với sinh viên:

+ Xác định động cơ học tập đúng đắn, từ đó có thái độ và ý thức học tập nghiêm túc.

+ Tăng cường tự học, tự nghiên cứu để mở rộng tri thức, nâng cao trình độ nhận thức.

+ Tích cực, chủ động trong học tập, nghiên cứu và thường xuyên đóng góp ý kiến đối với giảng viên để nâng cao hiệu quả giảng dạy. ♣