

# QUY TRÌNH NGHIÊN CỨU TRONG TÂM LÝ HỌC ẢNH HƯỞNG TỚI KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU NHƯ THẾ NÀO?

Trần Văn Công

*Nghiên cứu sinh tại Đại học Vanderbilt, Nashville, Mỹ.*

Nghiên cứu tâm lý và cuộc sống của con người là một trong những hoạt động của nhà tâm lý học. Tuy nhiên, những tri thức khoa học có được từ kết quả nghiên cứu luôn chứa đựng các sai số, độ lệch và không bao giờ có thể đạt được “chân lý tuyệt đối”. Mục đích của bài viết này là nhằm xác định việc chúng ta lựa chọn một quy trình nghiên cứu đã ảnh hưởng đến kết quả thu được như thế nào.

Trong khuôn khổ của bài viết này, chúng tôi sẽ phân tích các bước trong một quy trình nghiên cứu của các nhà tâm lý học đã thực hiện và chỉ ra ảnh hưởng của nó tới kết quả nghiên cứu của họ như thế nào.

## 1. Lựa chọn chủ đề nghiên cứu

Nếu xem xét các xu hướng nghiên cứu về tâm lý trên thế giới, chúng ta có thể thấy rằng vào mỗi thời điểm khác nhau, một vài chủ đề được ưa chuộng và nghiên cứu nhiều. Cách đây vài thập kỷ, nghiên cứu về trị liệu hôn nhân là chủ đề rất phổ biến. Ngược lại, trong mấy năm trở lại đây, các nhà tâm lý lại tập trung nhiều vào khoa học thần kinh và nghiên cứu ứng dụng mà không tập trung nhiều vào các nghiên cứu lý thuyết đơn thuần như trước kia. Tuy nhiên, điều này không có nghĩa là trị liệu hôn nhân không còn quan trọng, hay việc hôn nhân và cấu trúc gia đình hiện nay đã tốt hơn ngày trước. Rõ ràng là kiểu nghiên cứu theo “phong trào” này ảnh hưởng đến tri thức khoa học và đến quan niệm về xã hội của người dân.

Đối với Weiss và cộng sự, họ tin rằng hầu hết các nghiên cứu tâm lý chỉ tập trung vào các nước và văn hóa phương Tây, trong khi những nước này chỉ chiếm một phần nhỏ dân số thế giới. Nhưng kết quả nghiên cứu mà họ thu được rõ ràng cũng bị ảnh hưởng khi họ quyết định chọn Thái Lan để so sánh đối chứng với Mỹ. Lý do họ chọn Thái Lan là bởi vì Thái Lan có phần phát triển hơn những nước châu Á khác, và quan trọng là họ có thể tìm những cộng sự và số liệu nghiên cứu trước đó thuận lợi cho việc nghiên cứu của họ. Nhưng nếu

họ chọn một nước châu Á khác, ví dụ như Việt Nam, một nước có văn hóa ít bị ảnh hưởng bởi văn hóa phương Tây hơn, thì có thể họ đã thu được kết quả khác. Những lý do khác cũng ảnh hưởng tới việc chọn chủ đề nghiên cứu. Ví dụ, các nhà nghiên cứu Việt Nam chọn nghiên cứu tại Việt Nam, với các khách thể Việt Nam. Bởi vì họ dễ tìm khách thể nghiên cứu hơn, họ hiểu về con người Việt Nam hơn và đặc biệt là đã có nhiều nghiên cứu trước đó giúp họ định hướng trong đề tài của mình. Kết quả là tri thức mà họ thu được chỉ giới hạn trong dân số Việt Nam. Nếu họ chọn nghiên cứu ở một nước khác, họ có thể, hoặc không thể thu được những tri thức mới. Như vậy, có nhiều lý do để nhà nghiên cứu chọn chủ đề, bao gồm xu hướng tại thời điểm đó, các nguồn lực và thậm chí là chưa ý thức được tầm quan trọng của một lĩnh vực nào đó. Tuy nhiên, kết quả của nó lại ảnh hưởng tới nhận thức của nhà khoa học, của xã hội, khi nhìn khách thể nghiên cứu với tư cách là "người đại diện".

## 2. Lựa chọn các chiến lược đo lường

Trong nghiên cứu của Weiss và cộng sự, họ chọn sử dụng CBCL vì nó tập trung vào diện rộng các hành vi và triệu chứng như trầm cảm và triệu chứng tâm thế. Đây là một lựa chọn phù hợp. Nhưng nếu họ dùng các thang đo phổ biến khác như ECBI<sup>(1)</sup>, kết quả có thể đã khác bởi ECBI bao gồm những mục đo khác với CBCL. Trong các thang đo này, việc lựa chọn phụ huynh, giáo viên hay chính trẻ như là khách thể cũng mang lại những kết quả khác nhau. Phụ huynh hiểu về con họ hơn bất cứ ai, nhưng họ chỉ biết được đứa trẻ những lúc họ ở bên cạnh chúng. Hơn nữa, bố mẹ cũng có cách nhìn nhận và mong đợi riêng về con họ. Điều này cũng ảnh hưởng tới cách họ hiểu và trả lời câu hỏi. Điều tương tự diễn ra khi giáo viên đánh giá học sinh của họ. Vì vậy, việc lựa chọn người trả lời các bảng hỏi cũng ảnh hưởng tới kết quả.

## 3. Lựa chọn các thiết kế nghiên cứu

Việc lựa chọn phương pháp định tính hay định lượng ảnh hưởng tới kết quả nghiên cứu theo nhiều cách khác nhau. **Nghiên cứu định tính** rất tốt trong việc khám phá và mô tả những hiện tượng chưa rõ ràng. Nhà nghiên cứu thường quan tâm tới xây dựng lý thuyết cơ bản, nó mang lại sự mô tả chi tiết. Người nghiên cứu không biết chắc chắn thứ mà họ đang tìm kiếm, không cần một đề cương/thiết kế nghiên cứu thật chi tiết trước khi bắt tay vào thu thập số liệu. Số liệu thu được tồn tại dưới dạng ngôn từ, tranh ảnh hay vật thể và mang tính chủ quan nhiều hơn... Ngược lại, **nghiên cứu định lượng** có thể đánh giá một giả thuyết là đúng hay sai với số liệu và bằng chứng rõ ràng và nó chỉ quan tâm tới việc khách thể trả lời câu hỏi (thường là các con số 0, 1, 2, 3... trên một bảng hỏi), hoặc về phân loại và đếm số lượng các đặc điểm, và xây dựng một mô hình thống kê. Trong nghiên cứu định lượng, nhà nghiên cứu phải biết khá rõ về điều họ đang tìm kiếm. Nghiên cứu định lượng thường được sử dụng vào những giai đoạn sau của các dự án nghiên cứu, với việc thiết kế cẩn thận và chi

tiết trước khi số liệu được thu thập, và bởi vì số liệu chỉ là các con số nên nhà nghiên cứu giữ được sự khách quan khi phân tích số liệu.

Chúng tôi nhận thấy rằng trong lĩnh vực của nghiên cứu định tính, nhà nghiên cứu thường mã hóa các số liệu quan sát được, điều cho phép họ linh hoạt hơn khi thu thập số liệu, với một sơ đồ mã hóa được phát triển trước, trong hay sau quá trình thu thập số liệu. Giai đoạn mã hóa số liệu giống như một điểm giao của nghiên cứu định tính và định lượng. Như vậy, nghiên cứu định tính mang lại cho chúng ta tri thức đa dạng và nhiều màu sắc nhưng cũng mang tính chủ quan nhiều hơn; nghiên cứu định lượng mang lại tri thức khách quan hơn, độ tin cậy và hiệu lực cao hơn. Tâm lý con người như một con voi mà mỗi phương pháp nghiên cứu như một “thầy bói mù” (hy vọng không hoàn toàn như vậy!) giúp nhà khoa học hiểu được một phần rất nhỏ của con voi đó.

#### 4. Lựa chọn phương pháp nghiên cứu

**Bảng hỏi và trắc nghiệm:** việc sử dụng bảng hỏi rất phổ biến vì chúng có thể được chuẩn hóa, thu thập được số liệu ít bị sai số hơn và khách quan hơn. Nhà nghiên cứu có thể thu thập được một lượng lớn số liệu trong thời gian tương đối ngắn (ví dụ, chúng ta có thể lấy được số liệu từ hàng trăm hay hàng nghìn học sinh, sinh viên chỉ trong vài giờ), hầu như không cần tập huấn cho người thu thập số liệu, việc nhập và phân tích số liệu cũng dễ dàng hơn. Lựa chọn bảng hỏi và trắc nghiệm ảnh hưởng tới kết quả mà chúng ta thu được theo những cách như vậy. Nhưng bảng hỏi cũng có thể ảnh hưởng tới kết quả và độ tin cậy theo những cách ít tích cực hơn như (1) độ lệch do kỳ vọng xã hội, trong đó người ta luôn cố gắng để làm cho mình trở nên tốt hơn con người thực sự của họ (nói cách khác là họ nói dối, vô tình hoặc cố tình). Nếu chúng ta nghiên cứu về phong trào vận động xã hội về việc sử dụng bao cao su, và lựa chọn bảng hỏi để khách thể tự trả lời về việc sử dụng bao cao su, hay một phương pháp khác là thống kê số lượng bao cao su được bán ra, thì có thể kết quả sẽ khác; (2) tính chất phụ thuộc, khi người ta thường nói những gì mà họ nghĩ người khác muốn nghe. Nếu bảng hỏi mà chúng ta sử dụng là yêu cầu học sinh đánh giá về giáo viên của họ, rất có thể kết quả thu được sẽ khác (có thể là tốt hơn) những gì mà học sinh thực sự nghĩ; (3) những sai số về trí nhớ cũng có thể ảnh hưởng tới các câu trả lời. Thường thì mọi người đều quên hoặc nhớ sai lầm về điều gì đó. Các nghiên cứu về tỉ lệ lo âu và trầm cảm theo các lứa tuổi đều cho thấy tỉ lệ trầm cảm ở người cao tuổi thấp hơn, và càng nhiều tuổi thì tỉ lệ trầm cảm càng thấp. Thật khó có thể kết luận là tỉ lệ trầm cảm ngày xưa (tức là của người già hiện nay) thấp hơn. Một lý do có thể giải thích là người già thường hay quên những sự kiện đã từng xảy ra, nhất khi những sự kiện đó không được ghi lại hay không để lại ấn tượng mạnh.

Chúng ta nên sử dụng bao nhiêu bảng hỏi cho một nghiên cứu? Nếu sử dụng quá nhiều, khách thể có thể không trả lời hết bảng hỏi hoặc trả lời thiếu

rất nhiều câu hỏi, đặc biệt là những câu hỏi cuối cùng. Như vậy chúng ta sẽ thu được kết quả khác so với sử dụng ít bảng hỏi hơn. Việc quyết định sắp xếp thứ tự bảng hỏi như thế nào cũng ảnh hưởng tới kết quả, việc trả lời bảng hỏi này có thể ảnh hưởng tới việc trả lời bảng hỏi kia. Ngay cả tiêu đề bảng hỏi cũng sẽ ảnh hưởng tới cách trả lời câu hỏi, ví dụ như một tiêu đề chung chung như “Phiếu điều tra” sẽ có hiệu ứng khác với tiêu đề cụ thể như “Thang đo trầm cảm cho học sinh phổ thông”.

Một trong những vấn đề lớn nhất trong nghiên cứu tâm lý ở Việt Nam hiện nay là chúng ta chưa có các công cụ, thang đo, trắc nghiệm được chuẩn hóa, nói cách khác là chúng ta chưa tự xây dựng được các thang đo cho riêng mình. Hầu hết các nghiên cứu tâm lý, đặc biệt là tâm lý lâm sàng đều sử dụng các thang nước ngoài được dịch sang tiếng Việt, do đó kết quả thu được luôn có những độ lệch và sai số bởi yếu tố, lịch sử và văn hóa.

**Phương pháp quan sát** rất tốt trong việc quan sát và mô tả hành vi bên ngoài nhưng thường mất nhiều thời gian để thu được một mẫu để phân tích. Mặc dù phương pháp quan sát có thể thu được thông tin khách quan, nhưng vẫn bị ảnh hưởng bởi những quan niệm và kỳ vọng từ xã hội. Nếu chúng ta nghiên cứu về cách xử lý của bố mẹ đối với hành vi thách thức của con, và người quan sát đến nhà khách thể trong khoảng hai giờ để quan sát. Trong khoảng hai giờ đó, gần như chắc chắn cách ứng xử, nói chuyện, xử lý của đa số bố mẹ sẽ khác so với khi người quan sát về.

**Phương pháp phỏng vấn:** chúng ta có thể dùng bảng hỏi cấu trúc hoặc bán cấu trúc, đồng thời có thể quan sát và thu được thông tin sâu về khách thể. Phỏng vấn có thể mang lại kết quả chân thực hơn, vì người ta sẽ khó nói dối hơn khi nói chuyện mặt đối mặt, và chủ thể có thể thấy thoải mái hơn khi nói chuyện trực tiếp về vấn đề nào đó. Trong phương pháp phỏng vấn, mức độ thành thạo, kinh nghiệm và kỹ năng phỏng vấn của nhà nghiên cứu cũng ảnh hưởng tới kết quả thu được.

## 5. Lựa chọn người cung cấp thông tin và khách thể

**Lựa chọn người cung cấp thông tin:** Những người cung cấp thông tin khác nhau có cách nhìn nhận khác nhau, quan điểm khác nhau và câu trả lời khác nhau, ngay cả đối với cùng chủ thể. Nếu chúng ta chọn phụ huynh là người cung cấp thông tin về con họ, chúng ta có thể thu được số liệu tương đối tốt về hành vi của trẻ ở nhà nhưng khó có thể thu được số liệu tốt về hành vi của trẻ ở trường, ví dụ như khi trẻ bị trêu chọc hoặc bắt nạt. Nếu chúng ta chọn giáo viên là người cung cấp thông tin, chúng ta có thể thu được số liệu tốt hơn về hành vi của trẻ ở trường, nhưng không phải ở nhà, cũng không phải cảm xúc bên trong và suy nghĩ của trẻ. Nếu chúng ta chọn trẻ để đánh giá về chính trẻ, đó có thể là giải pháp tốt nhất, nhưng trẻ có thể không hiểu tất cả câu hỏi hoặc không trả lời thật. Nếu trong bảng hỏi có một câu như “Em có bắt nạt các bạn

trong lớp không?” Câu trả lời có vẻ là không ngay cả khi thực sự trẻ đó có bất nạt. Như vậy việc lựa chọn người cung cấp thông tin cũng ảnh hưởng tới kết quả. Điều này được chứng minh trong nghiên cứu của Mowbray và cộng sự (2005), đã tìm ra rằng khi người mẹ bị trầm cảm thì có xu hướng nhìn nhận vấn đề ở con họ nặng hơn những người mẹ không bị trầm cảm. Việc đánh giá quá mức này được tìm thấy là có liên quan tới mức độ trầm cảm của người mẹ.

**Lựa chọn khách thể:** Khi lựa chọn khách thể, chúng ta “tạo ra” một mẫu nghiên cứu với những đặc điểm riêng về tuổi, giới tính, sắc tộc... và có thể ảnh hưởng tới kết quả nghiên cứu. Trong nghiên cứu về trầm cảm, việc lựa chọn giới sẽ quan trọng vì nữ có tỉ lệ trầm cảm cao gấp hai nam giới. Trong lĩnh vực sức khỏe tâm thần, mỗi loại rối loạn tâm thần có những đỉnh điểm về sự phân bố theo lứa tuổi. Ví dụ, tỉ lệ tăng động giảm chú ý ở trong dân số khác nhau theo giới và độ tuổi. Tăng động giảm chú ý rất phổ biến ở trẻ trai từ 6 đến 10 tuổi nhưng hiếm hơn ở người lớn.

Nhiều nghiên cứu sử dụng các tình nguyện viên là khách thể nhưng rất khó để có được một mẫu đại diện từ những người tình nguyện, vì những người có nhiều thời gian hơn sẽ có xu hướng tham gia vào nghiên cứu nhiều hơn những người bận rộn, và những người mà nhà nghiên cứu muốn tìm hiểu lại thường không hứng thú với nghiên cứu (ví dụ những người nghiện ma túy). Trong một nghiên cứu về bệnh tim mạch thực hiện bởi Remington và cộng sự (1978), họ thấy rằng những người hút thuốc lá tình nguyện ít hơn những người không hút, và những người đang nghỉ việc hoặc thất nghiệp tham gia nhiều hơn những người đang đi làm bình thường.

**Cách thức giao tiếp với người cung cấp thông tin hoặc khách thể:** Nhà nghiên cứu có thể lấy thông tin từ chủ thể một cách trực tiếp hoặc cũng có thể sử dụng các cách giao tiếp thay thế như internet (chat, email, trang web) hay điện thoại. Khách thể có thể nói sự thật ít hơn hay nhiều hơn tùy thuộc vào phương pháp mà chúng ta sử dụng hoặc câu hỏi mà chúng ta hỏi, nhưng cũng có thể bị ảnh hưởng bởi những điều kiện khác như mức độ tiện nghi, thoải mái của phương tiện giao tiếp như internet hay điện thoại. Số lượng khách thể có ý nghĩa rất rõ ràng đối với thống kê và độ tin cậy của nghiên cứu. Một nghiên cứu đã chỉ ra rằng hầu hết các nghiên cứu trong tâm lý học đều có sai số loại II lớn hơn .50. Với sai số cao như vậy, kết quả thu được sẽ khác khi sai số thấp hơn, tức là độ tin cậy cao hơn.

**Thời gian nghiên cứu:** Đối với một nghiên cứu can thiệp, thời gian rất quan trọng để đánh giá mức độ hiệu quả, bền vững của can thiệp đó. Nếu người nghiên cứu thực hiện chương trình can thiệp hành vi tại nhà cho trẻ tăng động giảm chú ý, và thấy nhiều trẻ có sự tiến bộ vào tháng thứ ba, và báo cáo là can thiệp mang lại hiệu quả. Điều đó có thể không đúng bởi hành vi của con người,

muốn thay đổi, cần tối thiểu 6 tháng. Sau 6 tháng, kết quả có thể khác, với nhiều trẻ tiến bộ hơn hoặc có thể không có gì thay đổi.

## 6. Thu thập số liệu

### *Người thu thập số liệu và cách thức nhập số liệu*

Hiểu biết, kinh nghiệm và kỹ năng của người thu thập số liệu cũng có thể ảnh hưởng tới đầu ra của nghiên cứu. Thậm chí phong cách liên hệ, giao tiếp, nói chuyện hay “thuyết phục” khách thể cũng ảnh hưởng tới độ hợp tác và động cơ của họ, và do đó ảnh hưởng tới kết quả.

Trong nghiên cứu của Weiss và cộng sự (2009), nhà nghiên cứu đã sử dụng số liệu có từ trước đó. Trong trường hợp này, người nghiên cứu có rất ít lựa chọn, họ phải phụ thuộc vào những gì đã có trong số liệu trước. Ngược lại, nếu họ lựa chọn cách thu thập số liệu mới, họ sẽ được lựa chọn khách thể, bảng hỏi, vấn đề tập trung nghiên cứu, nhưng sẽ tốn thời gian, tài chính, sẽ hạn chế số lượng khách thể, do đó cũng ảnh hưởng tới kết quả.

### *Thời gian thu thập số liệu và nhập số liệu*

Thường thì người nghiên cứu sẽ quyết định thu thập số liệu vào thời điểm nào của năm và điều này cũng ảnh hưởng tới kết quả nghiên cứu. Nếu khách thể nghiên cứu là học sinh phổ thông và nhà nghiên cứu thu thập số liệu vào thời điểm gần ngày thi, tỉ lệ stress có thể sẽ cao hơn những thời gian khác. Nói chung con người thường năng động và có cảm xúc tốt hơn vào những ngày nắng hay vào buổi sáng. Nếu nghiên cứu về trầm cảm, số liệu thu được vào buổi sáng có thể khác buổi chiều tối, sau một ngày làm việc căng thẳng. Câu chuyện tương tự cũng diễn ra nếu chúng ta thu thập số liệu vào đầu tuần hay cuối tuần, ngày làm việc hay ngày nghỉ. Trong nghiên cứu định tính, ngay cả trong định lượng, số liệu nên được nhập hay mã hóa ít nhất hai lần để đảm bảo tính chính xác của thông tin. Nếu số liệu chỉ được nhập một lần, sai số kiểu I hoặc kiểu II có thể tăng lên, làm giảm độ khác nhau giữa các nhóm so sánh.

## 7. Thảo luận về kết quả

Ngay cả trong quá trình viết báo cáo, nhà nghiên cứu cũng có những lựa chọn. Họ muốn nhấn mạnh điều gì, tập trung vào điều gì và (cố gắng) lờ đi điều gì? Hầu hết tri thức khoa học mà chúng ta có được là từ các bài báo được xuất bản, vì vậy điều chúng ta biết lại phụ thuộc vào những gì mà người nghiên cứu lựa chọn để xuất bản. Ví dụ họ sẽ không xuất bản hoặc công bố các nghiên cứu can thiệp không có hiệu quả hoặc phản tác dụng, vì vậy người khác sẽ không biết. Tất cả những điều này cũng ảnh hưởng đến tri thức mà chúng ta biết.

Thậm chí, tạp chí mà chúng ta lựa chọn để đăng bài cũng làm ảnh hưởng tới kết quả nghiên cứu. Nếu như một tạp chí uy tín, trong một khoảng thời gian nào đó, chỉ đăng những bài nghiên cứu lý thuyết cơ bản thì các nhà nghiên cứu

sẽ tìm những tài liệu cũ và cơ bản để viết và bàn luận về các khái niệm, phạm trù cơ bản về tâm lý như ý thức, nhân cách, động cơ, tri giác, cảm giác, cảm xúc, trí tuệ... Và với uy tín của mình, tạp chí đó sẽ gây ảnh hưởng tới quan niệm của người nghiên cứu và của dân chúng nói chung, ví dụ như tâm lý là lĩnh vực chỉ nghiên cứu và bàn luận về những khái niệm cơ bản như vậy. Như vậy, tri thức mà các nhà khoa học và người dân nói chung sẽ khác nếu như tạp chí đó bắt đầu đăng các bài nghiên cứu mang tính chất thực tiễn và ứng dụng hơn.

Tóm lại, mọi quyết định và lựa chọn từ lúc bắt đầu đến lúc kết thúc một nghiên cứu đều ảnh hưởng tới kết quả và tri thức mà chúng ta thu được. Không có phương pháp hay số liệu nào là hoàn hảo cả. Chúng luôn chứa đựng những điểm mạnh cũng như sai số, độ lệch và hạn chế. Từ những bước nghiên cứu đầu tiên đến cuối cùng, từ những quyết định lớn nhất (chọn chủ đề, xin tài trợ, chọn người cộng tác...) đến những quyết định nhỏ nhất (nhập số liệu như thế nào, để bảng nào trong báo cáo) sẽ ảnh hưởng tới “tri thức” mà chúng ta thu được.

## Chú thích

1. The Eyberg Child Behavior Inventory.

## Tài liệu tham khảo

1. Arnett J. J. (2008). *The Neglected 95% - Why American Psychology Needs to Become Less American Psychologist*. Vol. 63, No. 7, 602–614 DOI: 10.1037/0003-066X.63.7.602.
2. Haslam N. (2006). *Bias in psychopathology research*. Current Opinion in Psychiatry. 2006, 19:625–630.
3. Mowbray CT, Lewandowski L, Bybee D, et al. *Relationship between maternal clinical factors and mother-reported child problems*. Community Mental Health Journal 2005; 41:687–704.
4. Remington D. R., Taylor L. H., Buskirk R. E., *A method for assessing volunteer bias and its application to a cardiovascular disease prevention programme involving physical activity*. Journal of Epidemiology and Community Health, 1978, 32, 250-255.
5. Weiss B., Tram J., Weisz R. J., Rescorla L., Achenbach M. T. (2009). *Differential Symptom Expression and Somatization in Thai vs. American Children*.