

TỔNG QUAN NGHIÊN CỨU VỀ KHẢ NĂNG KHẲNG ĐỊNH BẢN THÂN Ở SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC SÀI GÒN

Đặng Quốc Việt, Nguyễn Thị Lan
Sinh viên ngành Tâm lý, Trường Đại học Sài Gòn
Email: viet123456aaa@gmail.com

Tóm tắt: Khả năng khẳng định bản thân (assertiveness) là một năng lực tâm lý – xã hội quan trọng, giúp cá nhân bày tỏ quan điểm, cảm xúc và nhu cầu chính đáng một cách tự tin, phù hợp bối cảnh, đồng thời tôn trọng người khác. Trong môi trường đại học, năng lực này có ý nghĩa đặc biệt đối với giao tiếp học thuật, làm việc nhóm, ra quyết định và thích ứng xã hội của sinh viên. Nghiên cứu này nhằm: (1) xây dựng cơ sở lý luận về khả năng khẳng định bản thân ở sinh viên; (2) khảo sát, thu thập và phân tích dữ liệu thực tế về mức độ và biểu hiện khả năng khẳng định bản thân ở sinh viên Trường Đại học Sài Gòn; (3) xác định các yếu tố ảnh hưởng đến khả năng khẳng định bản thân; (4) đề xuất một số khuyến nghị nhằm nâng cao khả năng khẳng định bản thân cho sinh viên. Trên cơ sở tổng quan nghiên cứu trong và ngoài nước, bài viết hệ thống hóa khái niệm, vai trò, biểu hiện và các nhóm yếu tố tác động (chủ quan và khách quan), qua đó làm căn cứ cho các bước khảo sát thực tiễn và đề xuất giải pháp trong bối cảnh giáo dục đại học hiện nay.

Từ khóa: khẳng định bản thân; sinh viên; năng lực tâm lý – xã hội; giao tiếp; Trường Đại học Sài Gòn.

A REVIEW OF STUDIES ON ASSERTIVENESS AMONG STUDENTS AT SAIGON UNIVERSITY

Abstract: Assertiveness is an important psychosocial competence that enables individuals to express their opinions, emotions, and legitimate needs in a confident manner appropriate to the context, while simultaneously respecting others. In the university environment, this competence is particularly significant for students' academic communication, teamwork, decision-making, and social adaptation. This study aims to: (1) establish a theoretical foundation for assertiveness among university students; (2) investigate, collect, and analyze empirical data on the level and manifestations of assertiveness among students at Saigon University; (3) identify factors influencing assertiveness; and (4) propose recommendations to enhance assertiveness in students. Based on a review of both international and domestic studies, the paper systematizes the concept, roles, manifestations, and groups of influencing factors (subjective and objective), thereby providing a basis for empirical investigation and the proposal of solutions in the current context of higher education.

Keywords: assertiveness; university students; psychosocial competence; communication; Saigon University.

Nhận bài: 29.12.2025

Phản biện: 20.01.2026

Duyệt đăng: 25.01.2026

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong bối cảnh xã hội hiện đại, khả năng khẳng định bản thân được xem là một trong những năng lực xã hội nền tảng, góp phần hình thành lòng tự trọng, nâng cao chất lượng tương tác và thích ứng hiệu quả với các yêu cầu đa dạng của đời sống. Khẳng định bản thân không chỉ là “dám nói”, mà là năng lực thể hiện suy nghĩ, cảm xúc và nhu cầu một cách rõ ràng, có trách nhiệm, phù hợp chuẩn mực giao tiếp và tôn trọng người khác. Các tài liệu y học – tâm lý ứng dụng cũng cho thấy khẳng định bản thân liên quan đến khả năng kiểm soát căng thẳng, quản lý cảm xúc và giải quyết xung đột.

Tuy nhiên, thực tiễn cho thấy người trẻ nói chung và sinh viên nói riêng vẫn gặp khó khăn trong việc khẳng định bản thân theo hướng tích cực. Một số có xu hướng thụ động, né tránh bày tỏ quan điểm, dễ bị chi phối; ngược lại, một số biểu hiện khẳng định quá mức, thiếu linh hoạt, dẫn đến tranh luận căng thẳng hoặc xung đột trong tương tác. Hai xu hướng này đều phản ánh sự thiếu hụt về nhận thức và kỹ năng thực hành khẳng định

bản thân, đồng thời gợi ý nhu cầu đánh giá một cách hệ thống mức độ, biểu hiện và các yếu tố tác động đến năng lực này trong môi trường học đường.

Đối với sinh viên – nhóm đang trong giai đoạn hoàn thiện nhân cách, hình thành bản sắc cá nhân và chuẩn bị tham gia thị trường lao động – khả năng khẳng định bản thân có ý nghĩa thiết thực: hỗ trợ tham gia thảo luận, phản biện, làm việc nhóm; bảo vệ chính kiến và quyền lợi chính đáng; ra quyết định phù hợp với mục tiêu cá nhân.

Tại Trường Đại học Sài Gòn, sinh viên có sự đa dạng về bối cảnh xuất thân, trải nghiệm học tập và phong cách giao tiếp. Trong quá trình học tập, làm việc nhóm và tham gia hoạt động ngoại khóa, vẫn ghi nhận tình trạng một bộ phận sinh viên ngại trình bày quan điểm, thiếu tự tin khi phản hồi hoặc khó thể hiện nhu cầu cá nhân; một số trường hợp khác phát sinh tranh luận thiếu tính xây dựng. Những biểu hiện này đặt ra yêu cầu nghiên cứu nhằm nhận diện thực trạng, phân tích yếu tố ảnh hưởng và đề xuất khuyến nghị phù

hợp. Xuất phát từ các lý do trên, nhóm tác giả lựa chọn đề tài “Khả năng khẳng định bản thân ở sinh viên Trường Đại học Sài Gòn”.

II. NỘI DUNG NGHIÊN CỨU

2.1. Nghiên cứu nước ngoài về khả năng khẳng định bản thân ở sinh viên

Các nghiên cứu quốc tế về khả năng khẳng định bản thân đã tiếp cận vấn đề theo nhiều hướng khác nhau, tập trung chủ yếu vào mối liên hệ giữa khả năng này với sức khỏe tâm lý, khả năng thích ứng xã hội và chất lượng các mối quan hệ liên cá nhân. Thông qua các nghiên cứu khảo sát và can thiệp, các tác giả đều thống nhất nhận định rằng khả năng khẳng định bản thân có liên hệ tích cực với lòng tự trọng, hạnh phúc tâm lý, hành vi thích ứng xã hội và có thể được cải thiện thông qua các chương trình huấn luyện kỹ năng được thiết kế phù hợp.

Một số nghiên cứu tiêu biểu tại Hàn Quốc đã tập trung phân tích vai trò của khả năng khẳng định bản thân đối với các thành tố của hạnh phúc tâm lý và sự hài lòng cá nhân. Park và Chung (2014) cho rằng khả năng tự khẳng định bản thân góp phần giúp cá nhân chấp nhận bản thân, xác lập mục tiêu sống rõ ràng, duy trì các mối quan hệ xã hội tích cực và kiểm soát tốt hơn môi trường sống.

Tiếp cận từ góc độ giáo dục và môi trường gia đình, Zahra Alayi và cộng sự (2011) đã làm rõ mối quan hệ giữa phong cách nuôi dạy con và khả năng khẳng định bản thân của học sinh, đồng thời đánh giá hiệu quả của các chương trình đào tạo kỹ năng tự khẳng định trong nhà trường. Kết quả nghiên cứu cho thấy khả năng khẳng định bản thân chịu ảnh hưởng từ môi trường gia đình, song có thể được cải thiện thông qua các can thiệp giáo dục có hệ thống.

Một hướng tiếp cận khác được thể hiện trong nghiên cứu của Rahimian và cộng sự (2007), khi các tác giả xem khả năng khẳng định bản thân là một kỹ năng nền tảng của hành vi thích ứng xã hội. Thông qua việc triển khai các chương trình rèn luyện hành vi quyết đoán, bao gồm kỹ năng từ chối, biểu đạt và yêu cầu phù hợp, nghiên cứu cho thấy việc phát triển khả năng khẳng định bản thân giúp học sinh cải thiện cách thức giao tiếp, ứng xử và thích nghi trong các tình huống xã hội.

Các nghiên cứu can thiệp tại Indonesia của Utami và cộng sự (2019) tiếp tục làm rõ vai trò của huấn luyện kỹ năng khẳng định bản thân đối với nhóm đối tượng dễ bị tổn thương, cụ thể là học sinh từng là nạn nhân của bắt nạt học đường. Nội

dung nghiên cứu tập trung vào việc tăng cường khả năng thể hiện suy nghĩ, cảm xúc và bảo vệ quyền lợi cá nhân trong giao tiếp xã hội.

Bên cạnh các nghiên cứu can thiệp, những khảo sát quy mô lớn ở thanh thiếu niên, tiêu biểu là nghiên cứu của Lee Sun Kyoung, đã chỉ ra rằng nhóm có mức độ khẳng định bản thân cao thường gắn liền với các chỉ báo tâm lý tích cực như lòng tự trọng, khả năng tự kiểm soát và các hành vi xã hội an toàn hơn. Những phát hiện này hàm ý rằng khả năng khẳng định bản thân không chỉ có ý nghĩa phát triển cá nhân mà còn mang giá trị dự phòng, định hướng cho các chương trình giáo dục kỹ năng sống và giáo dục giới tính phù hợp với từng giai đoạn phát triển của thanh thiếu niên.

Từ các công trình nghiên cứu quốc tế có thể rút ra nhận định rằng khả năng khẳng định bản thân cần được tiếp cận như một năng lực tâm lý – xã hội quan trọng trong giáo dục, đặc biệt là trong bối cảnh phát triển toàn diện cho người học. Các nghiên cứu cho thấy việc giáo dục và phát triển khả năng khẳng định bản thân không nên tách rời mà cần được tích hợp một cách có hệ thống trong các chương trình giáo dục kỹ năng sống, chú trọng đến sự kết hợp hài hòa giữa trang bị kiến thức, rèn luyện kỹ năng và tổ chức các hoạt động trải nghiệm thực tiễn. Đồng thời, quá trình giáo dục khả năng khẳng định bản thân cần được triển khai trên cơ sở phối hợp giữa nhà trường, gia đình và cộng đồng, nhằm tạo dựng môi trường xã hội hỗ trợ cho sự hình thành và phát triển các hành vi giao tiếp tích cực ở người học.

2.2. Nghiên cứu trong nước về khả năng khẳng định bản thân ở sinh viên

Tại Việt Nam, các nghiên cứu liên quan đến khả năng khẳng định bản thân thường chưa được tiếp cận trực diện dưới đúng thuật ngữ “khẳng định bản thân”, mà chủ yếu được triển khai thông qua các khái niệm gần như như khả năng thể hiện bản thân, trí tuệ xã hội, kỹ năng mềm và hiệu quả bản thân. Hướng tiếp cận này phản ánh sự quan tâm của các nhà nghiên cứu đến những năng lực tâm lý – xã hội phục vụ cho giao tiếp, học tập và nghề nghiệp, trong đó nhóm đối tượng được nghiên cứu nhiều nhất là sinh viên, đặc biệt là sinh viên sư phạm do yêu cầu đặc thù của nghề nghiệp tương lai đòi hỏi năng lực giao tiếp, thuyết trình và ứng xử xã hội hiệu quả.

Một số nghiên cứu đã tiếp cận khả năng thể hiện bản thân trong mối quan hệ với trí tuệ xã hội của sinh viên. Tiêu biểu, Kiều Thị Thanh Trà tập

trung khảo sát khả năng thể hiện bản thân như một thành tố quan trọng của trí tuệ xã hội ở sinh viên sư phạm. Kết quả nghiên cứu cho thấy khả năng thể hiện bản thân của sinh viên nhìn chung chưa đạt mức cao, chủ yếu thể hiện ở mức trung bình và khá. Các biểu hiện liên quan đến điều chỉnh hành vi phù hợp hoàn cảnh và sống đúng với giá trị cá nhân được đánh giá tương đối tích cực, trong khi những năng lực gắn với giao tiếp hiệu quả, làm việc nhóm và phối hợp xã hội còn nhiều hạn chế.

Tiếp cận từ góc độ kỹ năng mềm, Huỳnh Văn Sơn đã triển khai nghiên cứu quy mô lớn nhằm đánh giá thực trạng các kỹ năng mềm của sinh viên đại học. Trong hệ thống các kỹ năng được khảo sát, những kỹ năng liên quan đến giao tiếp, thuyết trình và thiết lập quan hệ xã hội được đánh giá tương đối tốt, phản ánh sự thích ứng nhất định của sinh viên với môi trường học tập và xã hội hiện đại. Tuy nhiên, nghiên cứu cũng chỉ ra rằng các kỹ năng mang tính chủ động xã hội cao, như gây ảnh hưởng, quản lý tình huống và tự điều chỉnh hành vi trong những bối cảnh phức tạp, vẫn còn hạn chế.

Bên cạnh đó, một số nghiên cứu trong nước đã tiếp cận vấn đề từ góc độ hiệu quả bản thân, xem đây là yếu tố tâm lý nền tảng chi phối hành vi học tập và tham gia xã hội của sinh viên. Nghiên cứu của Đặng Nguyễn Thiên An và cộng sự cho thấy sinh viên có niềm tin tương đối tích cực vào khả năng giải quyết vấn đề và tìm kiếm giải pháp, song còn gặp khó khăn khi đối diện với trở ngại và áp lực. Hiệu quả bản thân được xác định có ảnh hưởng đến mức độ tham gia các hoạt động xã hội và ngoại khóa, qua đó gián tiếp tác động đến khả năng giao tiếp, thể hiện và khẳng định bản thân trong môi trường đại học.

2.3. Một số nghiên cứu về nội dung khả năng khẳng định bản thân

Sinh viên thuộc giai đoạn thanh niên (khoảng 18–24 tuổi) là lứa tuổi có sự phát triển mạnh mẽ về nhận thức, đời sống tình cảm và định hướng giá trị. Trong giai đoạn này, hoạt động học tập định hướng chuyên môn kết hợp với mở rộng trải nghiệm xã hội giữ vai trò trung tâm, tạo nền tảng cho việc hình thành thế giới quan, bản sắc cá nhân và năng lực giao tiếp xã hội. Đáng chú ý, sinh viên thường xuất hiện nhu cầu tự nhận thức và tự xác định bản thân, thể hiện qua việc đặt ra các câu hỏi về vị trí cá nhân, mục tiêu học tập – nghề nghiệp và định hướng tương lai.

Tuy nhiên, bên cạnh những đặc điểm phát triển

tích cực, một bộ phận sinh viên vẫn phải đối mặt với các khó khăn tâm lý nhất định, có thể ảnh hưởng đến quá trình khẳng định bản thân. Các khó khăn thường gặp bao gồm sự phụ thuộc kinh tế – tâm lý vào gia đình, hạn chế trải nghiệm tự lập, tâm lý e ngại trước đánh giá xã hội và sự thiếu hụt kỹ năng thực hành trong giao tiếp. Sự đan xen giữa tiềm năng phát triển và những khó khăn tâm lý này vừa tạo ra cơ hội, vừa đặt ra thách thức đối với sinh viên trong việc hình thành năng lực khẳng định bản thân, đòi hỏi sự hỗ trợ phù hợp từ gia đình, nhà trường và môi trường đồng đẳng.

Khẳng định bản thân (assertiveness) được tiếp cận như một hành vi giao tiếp có trách nhiệm, trong đó cá nhân chủ động thể hiện quan điểm, cảm xúc và nhu cầu chính đáng của mình một cách rõ ràng, phù hợp với bối cảnh và tôn trọng người khác. Khẳng định bản thân cho phép cá nhân bảo vệ quyền lợi hợp lý mà không gây tổn hại đến quyền lợi của đối tượng tương tác.

Khả năng khẳng định bản thân không chỉ là một hành vi đơn lẻ mà là một tổ hợp các thuộc tính tâm lý tương đối ổn định, bao gồm nhận thức đúng về bản thân, thái độ tự tin, kỹ năng giao tiếp và năng lực điều chỉnh cảm xúc – hành vi trong quá trình tương tác xã hội. Sự kết hợp hài hòa giữa các thành tố này cho phép cá nhân bày tỏ và bảo vệ quan điểm, nhu cầu chính đáng một cách hiệu quả, linh hoạt và phù hợp với chuẩn mực giao tiếp.

Đối với sinh viên, khả năng khẳng định bản thân mang những đặc điểm riêng gắn với môi trường học tập và quan hệ xã hội của lứa tuổi này. Khả năng khẳng định bản thân ở sinh viên được hiểu là tổng hợp các thuộc tính tâm lý giúp sinh viên nhận thức đúng giá trị bản thân, tự tin bày tỏ và bảo vệ quan điểm, cảm xúc, nhu cầu cá nhân một cách phù hợp, có trách nhiệm và tôn trọng người khác trong học tập, giao tiếp và các mối quan hệ xã hội.

Về vai trò, khả năng khẳng định bản thân giữ vị trí quan trọng trong sự phát triển toàn diện của sinh viên. Trước hết, năng lực này giúp nâng cao sự tự tin và lòng tự trọng, từ đó thúc đẩy động cơ học tập và tính chủ động trong các hoạt động học thuật. Bên cạnh đó, khả năng khẳng định bản thân hỗ trợ sinh viên giao tiếp hiệu quả, giải quyết mâu thuẫn và hợp tác tích cực trong làm việc nhóm.

Biểu hiện của khả năng khẳng định bản thân ở sinh viên có thể nhận diện trên ba phương diện cơ bản. Về nhận thức, sinh viên có khả năng khẳng định bản thân thường nhận diện rõ điểm mạnh và

hạn chế của bản thân, xác định được mục tiêu cá nhân và ý thức vai trò của mình trong tập thể. Về cảm xúc – thái độ, sinh viên thể hiện sự tự tin, bình tĩnh và kiên định; tôn trọng sự khác biệt và sẵn sàng đối diện với thách thức nhưng vẫn đảm bảo tính phù hợp trong giao tiếp. Về hành vi, khả năng này được thể hiện qua việc chủ động nêu ý kiến, phản hồi và bảo vệ chính kiến bằng lập luận, tích cực tham gia các hoạt động học thuật – xã hội, đồng thời chịu trách nhiệm đối với quyết định và hành động của bản thân.

Khả năng khẳng định bản thân ở sinh viên chịu tác động đồng thời của các yếu tố chủ quan và khách quan. Các yếu tố chủ quan bao gồm niềm tin vào năng lực bản thân, tinh thần trách nhiệm và định hướng giá trị – những nền tảng thúc đẩy sinh viên tự tin thể hiện quan điểm và điều chỉnh hành vi trong tương tác xã hội.

2.4. Một số nghiên cứu về phương pháp, hình thức giáo dục khả năng khẳng định bản thân ở sinh viên

Giáo dục khả năng khẳng định bản thân cho sinh viên muốn đạt hiệu quả cần được tổ chức đồng thời ở phương pháp (cách thức tác động) và hình thức (cách thức tổ chức hoạt động). Việc kết hợp linh hoạt giữa các phương pháp và hình thức triển khai không chỉ giúp sinh viên tiếp thu tri thức, mà còn tạo cơ hội để thực hành – trải nghiệm – điều chỉnh hành vi trong những tình huống giao tiếp gần với đời sống học đường và xã hội.

Trên cơ sở tổng quan nghiên cứu, nhiều công trình cho thấy các chương trình phát triển khẳng định bản thân thường ưu tiên nhóm phương pháp rèn luyện kỹ năng theo tình huống. Theo hướng này, nội dung can thiệp tập trung vào các năng lực cốt lõi như: biết từ chối yêu cầu không phù hợp, biết trình bày ý kiến cá nhân, thiết lập ranh giới, bày tỏ cảm xúc phù hợp và bảo vệ quan điểm trong nhóm. Đặc điểm của phương pháp này là nhấn mạnh tính “luyện tập lặp lại” thông qua các tình huống mô phỏng, giúp người học hình thành phản ứng ứng xử phù hợp, giảm xu hướng thụ động hoặc gây hấn trong giao tiếp.

Bên cạnh đó, nhóm phương pháp học qua trải nghiệm được đề cập như một hướng tiếp cận có giá trị đối với sinh viên. Theo phương pháp này, sinh viên không chỉ “học về” khẳng định bản thân, mà được đặt vào những bối cảnh tương tác cụ thể để trải nghiệm vai trò, thử nghiệm cách diễn đạt, tiếp nhận phản hồi và tự điều chỉnh. Các hoạt động trải nghiệm có thể thiết kế từ đơn giản đến phức tạp:

thảo luận nhóm có phân vai, giải quyết tình huống xung đột trong học tập, xử lý bất đồng khi làm việc nhóm, thương lượng trách nhiệm, hoặc đưa ra quyết định trước áp lực đồng đẳng.

Ngoài ra, nhiều nghiên cứu cho thấy hiệu quả của phương pháp đóng vai (role-play), mô phỏng tình huống và phản hồi (feedback) trong rèn luyện khẳng định bản thân. Thông qua việc nhập vai và thực hành đối thoại, sinh viên học cách sử dụng ngôn ngữ khẳng định (rõ ràng, ngắn gọn, tôn trọng), luyện tập thông điệp “tôi” (I-message), điều chỉnh giọng điệu – thái độ – ngôn ngữ cơ thể, đồng thời nhận diện mức độ khó chịu/lo âu khi thực hiện hành vi.

Về hình thức tổ chức, các công trình thường ghi nhận vai trò của hoạt động học tập theo nhóm và các tình huống học thuật như một môi trường tự nhiên để rèn luyện khẳng định bản thân. Trong quá trình thảo luận, phản biện, phân công nhiệm vụ, báo cáo tiến độ và đánh giá đóng góp, sinh viên buộc phải bày tỏ quan điểm, thương lượng trách nhiệm và thiết lập ranh giới phù hợp. Nếu được tổ chức tốt, đây là hình thức giúp sinh viên phát triển năng lực khẳng định bản thân gắn với yêu cầu học tập, đồng thời giảm tâm lý sợ đánh giá khi được thực hành thường xuyên trong môi trường an toàn.

Các hình thức hoạt động ngoại khóa, câu lạc bộ, công tác xã hội cũng được xem là điều kiện thuận lợi để sinh viên thực hành khẳng định bản thân trong bối cảnh mở rộng. Hoạt động tập thể tạo ra tình huống đa dạng về giao tiếp, hợp tác, mâu thuẫn và ra quyết định; qua đó sinh viên có cơ hội luyện tập kỹ năng trình bày ý kiến, thuyết phục, từ chối, bảo vệ quan điểm và điều chỉnh cảm xúc trong tương tác thực tế.

Bên cạnh các hình thức trực tiếp, trong bối cảnh chuyển đổi số, một số chương trình rèn luyện kỹ năng cũng triển khai hình thức kết hợp trực tuyến. Hình thức này góp phần mở rộng cơ hội luyện tập và tự quan sát, đặc biệt hữu ích với nhóm sinh viên có mức lo âu xã hội cao hoặc ngại phát biểu trực tiếp.

III. KẾT LUẬN

Khả năng khẳng định bản thân của sinh viên là một năng lực tâm lý – xã hội quan trọng, có vai trò thiết yếu trong việc hình thành bản lĩnh cá nhân, nâng cao hiệu quả giao tiếp và thúc đẩy sự phát triển toàn diện của người học trong bối cảnh giáo dục đại học hiện nay. Thông qua việc tổng hợp và phân tích các nghiên cứu lý luận, có thể thấy rằng

khả năng khẳng định bản thân không chỉ phản ánh mức độ tự tin và nhận thức về giá trị bản thân của sinh viên, mà còn gắn chặt với năng lực thích ứng xã hội, định hướng giá trị và hành vi ứng xử trong môi trường học đường.

Tuy nhiên, các nghiên cứu hiện có về khả năng khẳng định bản thân ở sinh viên vẫn còn những hạn chế nhất định, thể hiện ở sự chưa thống nhất trong cách tiếp cận khái niệm, phạm vi biểu hiện cũng như việc xem xét đầy đủ các yếu tố ảnh hưởng. Điều này dẫn đến thực tế rằng sinh viên có thể chưa nhận diện đúng bản chất của hành vi khẳng định bản thân, dễ nhầm lẫn với các hình thức giao tiếp thụ động hoặc mang tính áp đặt, từ đó ảnh hưởng đến hiệu quả tương tác xã hội và quá trình phát triển nhân cách.

Từ góc độ lý luận, khả năng khẳng định bản

thân ở sinh viên cần được tiếp cận như một hệ thống các thuộc tính tâm lý tương đối ổn định, được biểu hiện thông qua nhận thức, cảm xúc – thái độ và hành vi, đồng thời chịu sự chi phối của nhiều yếu tố khác nhau từ cá nhân, gia đình đến môi trường học đường và xã hội. Việc nhận diện đầy đủ các biểu hiện và yếu tố ảnh hưởng này có ý nghĩa quan trọng trong việc đánh giá thực trạng, cũng như trong việc xây dựng các định hướng giáo dục và hỗ trợ sinh viên phát triển khả năng khẳng định bản thân một cách phù hợp và hiệu quả.

Nhìn chung, nghiên cứu về khả năng khẳng định bản thân ở sinh viên không chỉ góp phần bổ sung cơ sở lý luận cho lĩnh vực tâm lý học và giáo dục học, mà còn có giá trị thực tiễn trong việc nâng cao chất lượng đào tạo và hỗ trợ sinh viên thích ứng với yêu cầu ngày càng cao của xã hội hiện đại.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

Đặng Nguyễn Thiên An, Nguyễn Thị Phú Quý, Hồ Khai Tâm, & Trần Quang Anh Minh. (2020). Nhận thức của sinh viên Khoa Tâm lý học, Trường Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh về hiệu quả bản thân. *VJE Tạp chí Giáo dục*, 484(2), 12–15.

Huỳnh Văn Sơn. (2019). Đánh giá về thực trạng kỹ năng mềm của sinh viên một số trường Đại học tại Thành phố Hồ Chí Minh. *Tạp chí Khoa học - Trường Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh*, 16(1), 39–47.

Kiều Thị Thanh Trà. (2014). Mặt thể hiện bản thân trong trí tuệ xã hội của sinh viên Trường Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh. *Tạp chí Khoa học Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh*, (63), 56–62.

Alayia, Z., Khamenb, A. B. Z., & AhmadiGatabc, T. (2011). Parenting style and self-assertiveness: effects of a training program on self-assertiveness of Iranian high school girls. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30, 1945.

Lee, S. K. (2001). Relationship between the level of Sexual Contacts and Self-Esteem, Self-Assertiveness of Teenage Girls Who Have or Had Boyfriends. *Journal of Women's Health Nursing Society*, 7(2), 212–228.

Park, H., & Chung, M. (2014). The effects of self-assertiveness and appearance satisfaction on psychological well-being. *The Research Journal of the Costume Culture*, 22(5), 728–742.

Utami, D. S., Wati, N. L., Suryani, & Nurjanah, N. (2019). The Effect of Assertive Training towards Self-assertiveness among Female Adolescent of Bullying in Junior High School. Trong *ICHT 2019 Conference Paper (Tập 2019)*. Knowledge E.