

THỰC TRẠNG NĂNG LỰC TTCX CỦA GIÁO VIÊN CÁC TRƯỜNG TIỂU HỌC QUẬN BẮC TỪ LIÊM – HÀ NỘI

Nguyễn Tâm Minh

Học viên Cao học Ngành Tâm lý học – ĐHSP Hà Nội

Tóm tắt: Nghiên cứu cắt ngang thực trạng năng lực trí tuệ cảm xúc (TTCX) của 243 giáo viên tại các trường tiểu học quận Bắc Từ Liêm, Hà Nội thông qua thang đo SSRI và phỏng vấn sâu. Kết quả cho thấy 70,8% giáo viên đạt mức TTCX Cao và 29,2% đạt mức Trung bình. Trong các thành tố, giáo viên mạnh nhất về “Sử dụng cảm xúc” và hạn chế nhất ở “Thấu hiểu cảm xúc”. Trong các yếu tố ảnh hưởng đến TTCX, “Điều kiện thực hiện hoạt động dạy học” là nhóm yếu tố có ảnh hưởng mạnh nhất và mang tính dự báo đối với TTCX của giáo viên.

Từ khóa: Cảm xúc, trí tuệ cảm xúc, giáo viên tiểu học, năng lực cảm xúc.

CURRENT STATUS OF TEACHER-CULTURAL COMPETENCE OF PRIMARY SCHOOLS IN BAC TU LIEM DISTRICT, HANOI

Abstract: This cross-sectional study investigates the current status of emotional intelligence (EI) among 243 teachers at primary schools in Bac Tu Liem District, Hanoi, using the SSRI scale and in-depth interviews. The results indicate that 70.8% of the teachers achieved a High level of EI, while 29.2% were at an Average level. Among the EI components, the teachers demonstrated the greatest strength in “Using emotions” and the most limitation in “Understanding emotions”. Regarding the factors influencing EI, the “Conditions of teaching activities” group exerted the strongest impact and served as a significant predictor of the teachers’ EI.

Keywords: Emotion, emotional intelligence, primary school teachers, emotional competence.

Nhận bài: 20/04/2026

Phản biện: 21/05/2026

Duyệt đăng: 25/05/2026

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trí tuệ cảm xúc (EI) - được định nghĩa là khả năng nhận biết, hiểu và quản lý cảm xúc (Goleman, 1995) - đóng vai trò then chốt trong giáo dục, đặc biệt ở bậc tiểu học. Lao động sư phạm mang tính đặc thù cao, đòi hỏi giáo viên không chỉ truyền đạt kiến thức mà còn phải kiên nhẫn thấu hiểu tâm lý của học sinh nhỏ tuổi. Việc sở hữu EI cao giúp giáo viên kiểm soát cảm xúc tiêu cực, giảm căng thẳng và duy trì sự cân bằng tâm lý để tạo ra môi trường giảng dạy tích cực (Nguyễn Thanh Hiền và cộng sự, 2017). Đồng thời, sự đồng cảm và thấu hiểu giúp giáo viên dễ dàng thiết lập mối quan hệ tin cậy với học sinh, từ đó đưa ra các biện pháp giáo dục phù hợp (Đào Minh Đức, 2018).

Tại quận Bắc Từ Liêm, Hà Nội, quá trình đô thị hóa nhanh đã tạo ra áp lực lớn về cơ sở vật chất và quy mô lớp học, đòi hỏi giáo viên phải xử lý linh hoạt các tình huống phức tạp (Báo cáo của UBND quận Bắc Từ Liêm, 2023). Năng lực TTCX lúc này là công cụ quan trọng giúp giáo viên thích ứng, xây dựng và duy trì mối quan hệ tích cực với học sinh cùng phụ huynh (Trần Văn Dũng, 2020). Thêm vào đó, năng lực này còn giúp giáo viên tự điều chỉnh cảm xúc, xử lý áp lực công việc tốt hơn để giảm nguy cơ kiệt sức nghề nghiệp (Nguyễn Thanh Hiền và cộng sự, 2017). Thực tế triển khai chương trình giáo dục phổ thông 2018 tại Hà Nội cũng chỉ ra rằng, trang bị kỹ năng trí

tuệ cảm xúc sẽ giúp giáo viên giảm bớt áp lực, tạo ra môi trường học tập hiệu quả (Phạm Thị Thanh Mai, 2022).

Nghiên cứu làm sáng tỏ thực trạng năng lực TTCX của đội ngũ giáo viên tại địa phương, qua đó đề xuất những giải pháp thiết thực nhằm cải thiện chất lượng giảng dạy, giúp giáo viên vượt qua áp lực và đáp ứng tốt các yêu cầu của giáo dục hiện đại.

II. NỘI DUNG NGHIÊN CỨU

2.1. Cơ sở lý luận

Năng lực TTCX được hiểu một cách toàn diện là một dạng năng lực tổng hợp, đóng vai trò nền tảng trong việc điều chỉnh hành vi và tương tác xã hội của mỗi cá nhân. Năng lực này không chỉ dừng lại ở khả năng nhận biết, gọi tên và thấu cảm sâu sắc những trạng thái tâm lý của bản thân cũng như của những người xung quanh, mà còn thể hiện ở mức độ cao hơn: đó là khả năng vận dụng một cách linh hoạt, định hướng và điều khiển các dòng cảm xúc ấy hòa hợp vào trong quá trình tư duy, ra quyết định và hành động thực tiễn.

Trong phạm vi của nghiên cứu này, việc đánh giá năng lực TTCX được tiếp cận dựa trên mô hình lý thuyết nền tảng của Salovey và Mayer. Mô hình này mang tính hệ thống cao, chia TTCX thành 4 nhóm năng lực chính có mối liên hệ mật thiết và phát triển theo cấp độ từ cơ bản đến phức

tạp, bao gồm: (1) Nhận biết cảm xúc – khả năng phát hiện và giải mã chính xác các tín hiệu cảm xúc qua nét mặt, giọng nói hoặc thái độ; (2) Sử dụng cảm xúc – khả năng khai thác và vận dụng cảm xúc để thúc đẩy, hỗ trợ các hoạt động nhận thức và giải quyết vấn đề; (3) Thấu hiểu cảm xúc – năng lực phân tích sự phức tạp, nguyên nhân và quy luật chuyển hóa của các trạng thái cảm xúc; và cuối cùng là (4) Kiểm soát cảm xúc – mức độ cao nhất, thể hiện qua khả năng chủ động điều chỉnh, làm chủ cảm xúc của bản thân và quản lý tốt các mối quan hệ nhằm hướng tới sự phát triển tích cực về mặt trí tuệ và tinh thần.

2.2. Tổ chức nghiên cứu

Nghiên cứu sử dụng phương pháp khảo sát bằng bảng hỏi SSRI (33 mục) làm phương pháp chính. Khách thể gồm 243 giáo viên đang giảng

dạy tại 04 trường tiểu học trên địa bàn quận Bắc Từ Liêm, Hà Nội. Dữ liệu được xử lý bằng phần mềm SPSS 24.

Thang đo trí tuệ cảm xúc tự báo cáo Schutte (Schutte Self-Report Emotional Intelligence Test - viết tắt là SSRI hoặc SSEIT) được phát triển bởi Nicola Schutte (1998). Thang đo này còn được biết đến với tên gọi khác là Thang đo Đánh giá Cảm xúc (Assessing Emotions Scale). SSRI là công cụ phổ biến và đáng tin cậy được sử dụng rộng rãi để đo lường chỉ số TTCX tổng quát, đánh giá khả năng nhận biết, thấu hiểu và điều chỉnh cảm xúc của cá nhân cũng như đối với những người xung quanh.

2.3. Kết quả nghiên cứu

2.3.1. *Thực trạng năng lực TTCX của giáo viên tiểu học*

Bảng 1. *Mức độ năng lực TTCX của giáo viên*

Mức độ TTCX	Số lượng	Phần trăm
Trí tuệ cảm xúc thấp	0	0.0%
Trí tuệ cảm xúc trung bình	71	29.2%
Trí tuệ cảm xúc cao	172	70.8%

Bảng 1 cho thấy có sự phân hóa rõ rệt với 70,8% giáo viên đạt mức Cao, 29,2% mức Trung bình và không có giáo viên mức Thấp phản ánh đội ngũ giáo viên có nền tảng tâm lý khá vững vàng và ổn định. Việc vẫn còn gần 30% giáo viên dừng lại ở mức Trung bình (71 giáo viên tương ứng với lực lượng của 2 trường tiểu học) cho thấy một bộ phận không nhỏ đội ngũ vẫn còn lúng túng hoặc né tránh khi đối mặt với các xung đột cảm xúc phức tạp trong lớp học. Sự chưa cao này, như giả thuyết đã nêu, biểu hiện rõ rệt qua việc giáo viên đôi khi vẫn để cảm xúc tiêu cực ảnh hưởng đến hành vi sư phạm, chưa đạt đến mức độ thuận thực và ổn định cần thiết để tạo dựng một trường học hạnh phúc toàn diện.

Với đặc thù quận Bắc Từ Liêm đang đô thị hóa nhanh và phải triển khai Chương trình giáo dục

phổ thông 2018, mức TTCX cao giúp giáo viên giảm nguy cơ kiệt sức nghề nghiệp và duy trì sự hài lòng với công việc. Giáo viên có TTCX cao là nhân tố then chốt để tạo ra bầu không khí lớp học an toàn, tích cực, giúp học sinh tiểu học (vốn đang trong giai đoạn phát triển cảm xúc mạnh mẽ) cảm thấy tự tin và được thấu hiểu. Mặc dù TTCX không nằm trong khung năng lực sư phạm truyền thống, nhưng kết quả này cho thấy nó đóng vai trò là nền tảng, hỗ trợ giáo viên thực hiện tốt hơn các nhiệm vụ dạy học và giáo dục nhân cách cho học sinh.

Để thuận tiện phân tích các khía cạnh khác nhau của thành tố năng lực trí tuệ cảm xúc, chúng tôi thực hiện tính ĐTB của các thành tố trên thang điểm và xếp hạng mức độ của từng nhóm thành tố năng lực TTCX như bảng 2:

Bảng 2. *Các nhóm thành tố năng lực trí tuệ cảm xúc*

Nhóm thành tố	ĐTB	ĐLC	Thứ hạng
Nhận biết cảm xúc	3.69	0.312	3
Sử dụng cảm xúc	4.00	0.319	1
Thấu hiểu cảm xúc	3.49	0.449	4
Kiểm soát cảm xúc	3.79	0.268	2

Bảng 2 cho thấy sự phân hóa rõ rệt giữa các nhóm năng lực cảm xúc của giáo viên tiểu học tại địa bàn nghiên cứu. Sử dụng cảm xúc (ĐTB = 4.00) đạt điểm cao nhất, chứng tỏ giáo viên rất mạnh trong việc vận dụng cảm xúc tích cực để làm sinh động bài giảng, giải quyết vấn đề và tạo động lực. Kiểm soát cảm xúc (ĐTB = 3.79) xếp thứ hai, thể hiện năng lực làm chủ bản thân, giữ bình tĩnh trước các áp lực và duy trì tốt thái độ chuyên nghiệp. Nhận biết cảm xúc (ĐTB = 3.69) đạt mức khá, giáo viên có thể nhận diện các biểu hiện tâm lý cơ bản của học sinh nhưng chưa thực sự nhạy bén. Thấu hiểu cảm xúc (ĐTB = 3.49) xếp thấp nhất, phản ánh những khó khăn nhất định của giáo viên trong việc giải mã nguyên nhân sâu xa và sự phức tạp của các trạng thái cảm xúc.

Thực trạng các nhóm thành tố năng lực TTCX giáo viên đang thiên về kỹ thuật vận dụng (sử

dụng và kiểm soát) hơn là chiều sâu thấu cảm (nhận biết và thấu hiểu). Sự hạn chế về khả năng thấu cảm sâu sắc này có thể trở thành rào cản trong việc hỗ trợ tâm lý cá nhân hóa và xây dựng các mối quan hệ sư phạm nhân văn vững chắc với học sinh.

2.3.2. Yếu tố ảnh hưởng đến năng lực TTCX của giáo viên tiểu học

Để có cơ sở thực tiễn cho việc đề xuất các biện pháp tác động, nghiên cứu đã tiến hành khảo sát mức độ ảnh hưởng của ba nhóm yếu tố chính: (1) Nhóm yếu tố sinh lý (sức khỏe, tuổi tác, lịch sử bệnh); (2) Nhóm yếu tố tâm lý (khí chất, xu hướng tính cách); và (3) Điều kiện thực hiện hoạt động dạy học (cơ sở vật chất, đào tạo bồi dưỡng, sự phối hợp của phụ huynh). Kết quả đánh giá của giáo viên về tầm quan trọng và mức độ tác động thực tế của các yếu tố này được tổng hợp và xếp hạng chi tiết trong bảng dưới đây:

Bảng 3. Thực trạng các yếu tố ảnh hưởng đến trí tuệ cảm xúc của giáo viên tiểu học

	ĐTB	ĐLC	Thứ hạng
Nhóm yếu tố 1: Các yếu tố về sinh lý			
- Sức khỏe thể chất	3.40	0.937	6
- Tuổi tác	2.70	1.122	8
- Lịch sử bệnh	2.83	1.012	7
Nhóm yếu tố 2: Các đặc điểm về tâm lý			
- Đặc điểm khí chất	3.53	1.030	4
- Xu hướng tính cách	3.54	0.745	3
Nhóm yếu tố 3: Điều kiện thực hiện hoạt động dạy học			
- Cơ sở vật chất	3.18	0.952	5
- Chương trình bồi dưỡng, tập huấn chuyên môn	3.92	0.638	2
- Sự hỗ trợ từ cha mẹ học sinh	4.10	0.669	1

Bảng 3 về các yếu tố ảnh hưởng đến TTCX của giáo viên tiểu học tại quận Bắc Từ Liêm cho thấy nhóm điều kiện thực hiện hoạt động dạy học (khách quan) có tác động mạnh nhất. Sự hỗ trợ từ cha mẹ học sinh (ĐTB = 4.10) xếp hạng 1, đóng vai trò quyết định đến tâm lý và khả năng điều tiết cảm xúc của giáo viên. Chương trình bồi dưỡng, tập huấn (ĐTB = 3.92) xếp hạng 2, cho thấy nhu cầu lớn về đào tạo kỹ năng. Đặc điểm tâm lý nội tại có mức ảnh hưởng khá khi xu hướng tính cách (ĐTB = 3.54) xếp hạng 3. Đặc điểm khí chất (ĐTB = 3.53) xếp hạng 4. Hai yếu tố này tác động ổn định đến cách giáo viên nhận diện và kiểm soát cảm xúc. Yếu tố thể chất và sinh học ít ảnh hưởng nhất với sức khỏe thể chất (ĐTB = 3.40), lịch sử bệnh (ĐTB = 2.83) và tuổi tác (ĐTB = 2.70) cho

thấy rèn luyện và môi trường quan trọng hơn tuổi tác hay sức khỏe. Qua đó có thể thấy, tập trung cải thiện môi trường làm việc và sự đồng hành của cha mẹ học sinh là giải pháp nâng cao TTCX hiệu quả nhất.

III. KẾT LUẬN

Nghiên cứu về thực trạng năng lực TTCX của giáo viên tiểu học tại quận Bắc Từ Liêm, Hà Nội cho thấy đội ngũ giáo viên nhìn chung có nền tảng tâm lý vững vàng, với phần lớn (70,8%) đạt mức TTCX cao. Trong cấu trúc năng lực TTCX, giáo viên thể hiện thế mạnh nổi trội ở các kỹ năng mang tính vận dụng thực tiễn như “Sử dụng cảm xúc” và “Kiểm soát cảm xúc” giúp giáo viên duy trì hình ảnh chuyên nghiệp, làm sinh động bài giảng và giữ bình tĩnh tốt trước các áp lực công việc.

Tuy nhiên, nghiên cứu cũng chỉ ra sự thiếu hụt trong chiều sâu thấu cảm của giáo viên, cụ thể là năng lực “Thấu hiểu cảm xúc” hiện đang đạt điểm thấp nhất. Giáo viên vẫn còn gặp khó khăn nhất định trong việc giải mã nguyên nhân sâu xa và sự phức tạp của các trạng thái cảm xúc từ học sinh.

Bên cạnh đó, kết quả nghiên cứu khẳng định nhóm yếu tố khách quan thuộc về “Điều kiện thực hiện hoạt động dạy học” (đặc biệt là sự đồng hành của cha mẹ học sinh và các chương trình bồi dưỡng chuyên môn) có sức ảnh hưởng mạnh mẽ và mang tính quyết định nhất đến năng lực TTCX của giáo viên, vượt lên trên các yếu tố sinh lý hay tâm lý cá nhân.

Từ những kết luận trên, nghiên cứu đề xuất một số kiến nghị nhằm nâng cao năng lực TTCX cho giáo viên tiểu học:

Các cấp quản lý giáo dục và nhà trường cần thiết kế và tổ chức thường xuyên các chương trình bồi dưỡng, tập huấn chuyên sâu về tâm lý học

đường, trong đó chú trọng đặc biệt vào việc rèn luyện năng lực “Thấu hiểu cảm xúc” và “Nhận biết cảm xúc” cho giáo viên. Bên cạnh đó, nhà trường cần kiến tạo một “trường học hạnh phúc”, tối ưu hóa cơ sở vật chất và có cơ chế hỗ trợ nhằm giảm bớt áp lực hành chính cho đội ngũ sư phạm.

Đối với giáo viên, cần chủ động tự bồi dưỡng, rèn luyện chiều sâu thấu cảm thông qua việc quan sát, lắng nghe tích cực để nắm bắt tâm lý lứa tuổi tiểu học. Thay vì chỉ kiểm soát cảm xúc bề mặt, giáo viên nên đi sâu vào việc giải mã các thông điệp cảm xúc phức tạp để hỗ trợ tâm lý cá nhân hóa, từ đó xây dựng các mối quan hệ sư phạm nhân văn, bền vững.

Cha mẹ học sinh và cộng đồng cần tăng cường sự thấu hiểu, tôn trọng và phối hợp chặt chẽ với giáo viên trong công tác giáo dục trẻ. Mỗi quan hệ đồng hành, hợp tác tích cực từ phía gia đình chính là “bệ đỡ” tâm lý vững chắc nhất giúp giáo viên giảm bớt áp lực, điều tiết tốt cảm xúc và cống hiến hết mình cho sự nghiệp “trồng người”.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

Báo cáo của UBND quận Bắc Từ Liêm (2023). *Báo cáo tình hình kinh tế - xã hội và công tác giáo dục trên địa bàn quận*. Hà Nội.

Đào Minh Đức (2018). *Quản lý cảm xúc của giáo viên tiểu học trong bối cảnh đổi mới giáo dục*. Tạp chí Khoa học Giáo dục.

Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. New York: Bantam Books.

Nguyễn Thanh Hiền và cộng sự (2017). *Trí tuệ cảm xúc và sức khỏe tinh thần của giáo viên tiểu học*. Tạp chí Tâm lý học.

Phạm Thị Thanh Mai (2022). *Thực trạng triển khai chương trình giáo dục phổ thông 2018 tại Hà Nội và các yếu tố tác động đến tâm lý giáo viên*. Tạp chí Quản lý Giáo dục.

Trần Văn Dũng (2020). *Tác động của đô thị hóa đến chất lượng giáo dục tại Hà Nội*. Tạp chí Khoa học Khoa học Giáo dục.