

TRÍ TUỆ CẢM XÚC CỦA TĂNG NI SINH: NGHIÊN CỨU Ở HỌC VIỆN PHẬT GIÁO VIỆT NAM TẠI HUẾ

Trương Kiểm

Nghiên cứu sinh Khoá 42, ngành Tâm lý học, Trường Đại học Sư phạm Hà Nội
Email: thichnguyenhanh1990@gmail.com

Article history

Received: 04/8/2024

Accepted: 09/9/2024

Published: 20/10/2024

Keywords

Emotional intelligence, monk and nun students, Vietnamese Buddhist Institute

ABSTRACT

Emotional intelligence is a form of general competency that plays an important role in the life and activities of each individual. It is one of the topics of interest among scientists with abundant research on many different subjects and professions in recent decades. Yet there is still no research work that exploits the assessment of Monk and Nun students' emotional intelligence, which is helpful in easing their psychological struggle in life. This article presents the current status of emotional intelligence among the monk and nun students of the Vietnam Buddhist Institute in Hue. The results showed that their emotional intelligence was above average. Among the components of emotional intelligence, "Happiness" and "Emotional self-control" were rated highest, followed by "Sociability" and "Emotional understanding" as the lowest. These findings are the basis for proposing socio-psychological measures to develop emotional intelligence for monk and nun students.

1. Mở đầu

Trí tuệ cảm xúc (TTCX) là một dạng năng lực tổng hợp, có vai trò quan trọng trong đời sống và hoạt động của mỗi cá nhân. Nó không chỉ là yếu tố đảm bảo hiệu quả của hành động mà còn là yếu tố hướng đạo, dẫn đường cho hành động, đặc biệt trong những tình huống cấp bách hay bất ngờ. Ngoài ra, TTCX còn là yếu tố thúc đẩy hay kìm hãm một hành động. Người có năng lực TTCX sẽ có nhiều cơ hội và khả năng thành công trong cuộc sống và công việc. Các nghiên cứu gần đây cho thấy, những người có TTCX cao thường hiểu rõ cảm xúc bản thân và có khả năng thấu hiểu cảm xúc của người khác. Họ thường được cho là những người niềm nở, khả năng phục hồi tốt và khá lạc quan (Goleman, 1995). Các kết quả từ các nghiên cứu trước trên đối tượng người trưởng thành cho thấy, TTCX cao có thể dự đoán nguy cơ ít bị trầm cảm (Balluerka et al., 2013; Doyle et al., 2021), lo âu (Anwar & Warraich, 2020). Tuy nhiên, để có thể định lượng TTCX mức độ nào và làm thế nào để phát triển TTCX của cá nhân thì lại không hề đơn giản. Chính vì thế, nghiên cứu về TTCX vừa là yêu cầu khách quan về mặt học thuật vừa có giá trị thực tiễn sâu sắc.

Trong những năm qua, vấn đề TTCX đã được quan tâm nghiên cứu nhiều ở các đối tượng và ngành nghề khác nhau như: TTCX của GV, sinh viên (SV), HS, các nhà quản lý xã hội... Tuy nhiên, hiện nay vẫn chưa có công trình nào nghiên cứu, đánh giá về TTCX của tăng ni sinh (TNS) ở Học viện Phật giáo - một chủ thể có vai trò quan trọng trong việc giúp đỡ các Phật tử giảm bớt những khó khăn tâm lý trong cuộc sống. TNS là những người xuất gia tu học, sau này sẽ trụ trì ở các chùa và thực hiện các công việc về giáo lý, hướng con người tới điều thiện, góp phần định hướng cho cuộc sống gia đình Phật tử tốt hơn và qua đó góp phần làm cho xã hội an yên, yêu thương và hướng thiện nhiều hơn, do vậy ngay từ khi còn đang tham gia tu học ở Học viện Phật giáo, họ cần được rèn luyện để nâng cao TTCX. Tiếp nối dòng chảy ấy, Phật giáo Huế cũng chung sức trong việc mang tới sự hạnh phúc cho cuộc đời. Bài báo phân tích mức độ TTCX của TNS Học viện Phật giáo Việt Nam tại Huế, là cơ sở để Học viện có những định hướng bồi dưỡng, rèn luyện TTCX cho đội ngũ TNS để họ thực hiện tốt hơn trọng trách của mình.

2. Kết quả nghiên cứu

2.1. Khái niệm "trí tuệ cảm xúc"

Hiện có nhiều quan điểm về TTCX. Theo tác giả Bar-On (1997), TTCX là sự kết hợp của năng lực, kỹ năng và "yếu tố hỗ trợ" góp phần vào cách mọi người thể hiện bản thân, phản ứng với những thách thức trong môi trường của họ và kết nối với những người khác. Salovey và cộng sự (1995) định nghĩa: TTCX chính là năng lực điều khiển cảm xúc và cảm nhận của bản thân và người khác, phân biệt chúng và sử dụng thông tin này để hướng dẫn tư duy và bản thân. Với Goleman (2011), làm thế nào để những cảm xúc của mình thành trí tuệ; khi đánh giá cảm xúc phải gắn với hành vi, đã định nghĩa: cảm xúc vừa là một tình cảm và các ý nghĩa, các trạng thái tâm lý và sinh học đặc biệt, vừa là thang của các xu hướng hành động do nó gây ra. Petrides và Furnham (2005), TTCX dựa trên tính cách là

một chùm những tri giác về bản thân trên nền tảng cảm xúc, nằm ở các cấp độ thấp hơn trong hệ thống thứ bậc của nhân cách. Theo nghĩa thông thường, nói đến TTCX dựa trên tính cách là nói đến sự tự tri giác về các năng lực cảm xúc. Định nghĩa về TTCX này chứa đựng xu hướng hành vi và các năng lực tự tri giác.

Các tác giả đã đưa ra những định nghĩa khác nhau về TTCX. Nhìn chung, các định nghĩa đều cho rằng TTCX có liên quan đến việc nhận thức về cảm xúc của bản thân và của người khác. Trong nghiên cứu này, chúng tôi tiếp cận quan điểm về tri giác của Petrides và Furnham (2005), TTCX là một hệ thống những tri giác về bản thân trên nền tảng cảm xúc, nằm ở các cấp độ thấp hơn trong hệ thống thứ bậc của nhân cách, gồm: (1) Sự hạnh phúc thể hiện ở sự an lạc, thành công và tự tin; (2) Khả năng tự kiểm soát bản thân thể hiện bằng: điều chỉnh cảm xúc, kiểm soát xung động và quản lý căng thẳng; (3) Hiểu biết cảm xúc được thể hiện bằng nhận thức cảm xúc, biểu hiện cảm xúc và các mối quan hệ và (4) Tính hòa đồng được thể hiện bằng: quản lý cảm xúc, tính quyết đoán và nhận thức xã hội.

2.2. Trí tuệ cảm xúc của tăng ni sinh tại Học viện Phật giáo Việt Nam tại Huế

Nghiên cứu được tiến hành trên 396 TNS tại Học viện Phật giáo Việt Nam tại Huế, như phân bố ở bảng 1.

Để đánh giá TTCX của TNS, chúng tôi sử dụng Bảng câu hỏi đặc điểm TTCX (TEIQue-SF) phiên bản rút gọn (Petrides, 2011). Bảng câu hỏi bao gồm 30 mệnh đề. Mỗi mệnh đề được thiết kế theo dạng Likert 7 lựa chọn, 1 = Rất không đồng ý; 2 = Không đồng ý; 3 = Tương đối không đồng ý; 4 = Lưỡng lự; 5 = Tương đối đồng ý; 6 = Đồng ý; 7 = Rất đồng ý. Thang đo có những câu hỏi đảo ngược kết quả trước khi tính điểm, bao gồm: 2, 4, 5, 7, 8, 10, 12, 13, 16, 18, 22, 25, 26. Điểm tổng TTCX đạt được bằng cách cộng tất cả các mục và chia cho 30. Bên cạnh TTCX tổng quát, thang đo còn đánh giá bốn yếu tố gồm: Sự hạnh phúc (bao gồm các câu: 5, 9, 20, 24, 12, 27), Khả năng tự kiểm soát (bao gồm các câu: 4, 7, 15, 19, 22, 30), Hiểu biết cảm xúc (bao gồm các câu: 1, 2, 8, 13, 16, 17, 23, 28) và Tính hòa đồng (bao gồm các câu: 6, 10, 11, 21, 25, 26) và 2 khía cạnh độc lập khác là tính thích nghi và động lực cá nhân (bao gồm các câu 3, 18, 14, 29). TEIQueSF đã được sử dụng ở Anh (Mikolajczak et al., 2009; Petrides, 2009) và Hy Lạp (Stamatopoulou et al., 2016) với Cronbach's Alpha từ 0,81 và 0,87. Trong mẫu nghiên cứu này, Cronbach's Alpha của thang đo ghi nhận là 0,79. Thang đo đã được thích nghi và sử dụng trên vị thành niên Việt Nam (Nguyễn Ngọc Quỳnh Anh, 2018).

Bảng câu hỏi được phát trực tiếp đến các khách thể khảo sát. Thời gian khảo sát: từ tháng 02 đến tháng 3/2024.

Các đại lượng trong khảo sát: *ĐTB*: Điểm trung bình; *ĐLC*: Độ lệch chuẩn; *Min*: Giá trị thấp nhất; *Max*: Giá trị cao nhất; *t*: đại lượng kiểm định sự khác biệt giữa hai giá trị trung bình; *F*: đại lượng kiểm định giả thuyết *ĐTB* của các phân nhóm bằng nhau; *p*: mức ý nghĩa thống kê; *: $p < 0,05$; **: $p < 0,01$; ***: $p < 0,001$.

2.2.1. Mức độ trí tuệ cảm xúc tổng quát của tăng ni sinh

Số liệu khảo sát ở bảng 2 cho thấy, TTCX của TNS đạt mức trên trung bình với ĐTB chung là 4,27, ĐLC là 0,33. Các tiêu thành tố của TTCX ở TNS đều đạt mức trên dao động từ 4,17 đến 4,33. So sánh với các nghiên cứu khác cho thấy, TTCX của TNS có mức trên trung bình, nhưng cao hơn so với những SV trong nghiên cứu của Preyde và cộng sự (2015) sử dụng cùng thang đo (ĐTB TTCX chung là 4,12, ĐLC là 0,73) (Preyde et al., 2015). Ở Việt Nam, SV trong mẫu này có TTCX cao hơn 112 SV điều dưỡng tại Trường Đại học Y Hải Phòng (Đỗ Thị Tuyết Mai và cộng sự, 2020) và 420 SV điều dưỡng tại Trường Đại học Điều dưỡng Nam Định sử dụng trắc nghiệm Bar-On EQ (Lê Thị Huyền Trinh, 2020). Hầu hết các SV trong hai nghiên cứu này đều có TTCX ở mức trung bình và dưới mức trung bình. Sự khác nhau về TTCX giữa các nghiên cứu trên có thể do sử dụng các trắc

Bảng 1. Phân bố mẫu nghiên cứu

Các tham số		Số lượng	Tỉ lệ %
Giới tính	Nam	243	61.4
	Nữ	153	38.6
Khối năm học	Năm thứ 2	192	48.5
	Năm thứ 3	93	23.5
	Năm thứ 4	111	28.0
Thời gian tu tập	Dưới 5 năm	30	7.6
	Từ 5-10 năm	285	72.0
	Trên 10-15 năm	69	17.4
	Trên 15 năm	12	3.0
Tuổi	Dưới 25 tuổi	126	31.8
	Từ 25 đến 30 tuổi	174	43.9
	Trên 30 tuổi	96	24.2
Trình độ	THPT	387	97.7
	Cao đẳng, đại học	9	2.3

Bảng 2. Mức độ TTCX tổng quát của TNS

TT	Thành tố của TTCX	Min - Max	ĐTB	ĐLC
1	Hiểu biết cảm xúc	2.15 - 7.00	4.17	0.47
2	Tính hoà đồng	2.00 - 6.69	4.26	0.50
3	Sự hạnh phúc	2.08 - 7.00	4.33	0.52
4	Tự kiểm soát cảm xúc	2.00 - 6.65	4.33	0.53
TTCX tổng quát		2.06 - 6.83	4.27	0.33

nhịệm khác nhau và do sự khác nhau trong công việc cũng như môi trường học tập. Với đời sống tu học đặc thù của TNS thì TTCX của họ sẽ có những sự khác biệt so với cuộc sống thường ngày của SV, dù sự khác biệt chưa rõ rệt. Với lí tưởng hướng thiện, trên con đường xuất gia học Phật, đời sống của TNS khác nhiều so với các đối tượng nghiên cứu là SV ở các trường. Dù các TNS đang là SV chưa tốt nghiệp Học viện Phật giáo, nhưng cũng đã hình thành và nuôi dưỡng những phẩm chất đạo đức của nhà Phật lí, tư tưởng hướng thiện giải thoát của người con Phật trong quá trình tu và học. Vì vậy, TTCX của TNS trong khảo sát này cao hơn so với các SV nghiên cứu trước đó.

Trong các thành tố của TTCX, yếu tố Sự hạnh phúc và Tự kiểm soát có ĐTB cao nhất, điều này phản ánh đúng với đời sống của TNS, những người đang trên con đường thực tập, tu học theo lí tưởng Phật giáo. Tuy nhiên, yếu tố Hiểu biết cảm xúc có giá trị thấp nhất. Như vậy, TNS có khuynh hướng tốt về tính lạc quan, cảm giác Sự hạnh phúc và khả năng kiểm soát cảm xúc, tránh những nóng giận nhưng lại hạn chế về khả năng hiểu quan điểm của người khác, nhận diện cảm xúc của bản thân và người khác để duy trì các mối quan hệ xã hội. Trong đời sống nhà chùa, giới luật luôn được coi trọng và được xem là người thầy của mình. Người Phật tử tại gia thì thọ nhận năm giới, người xuất gia làm Tì kheo thì giữ 250 giới, Tì kheo Ni thì 348 giới. Giới luật giúp cho TNS kiểm soát được mọi hành động cử chỉ, tránh tạo những lỗi lầm do mất chánh niệm. Do đó, TNS luôn luôn có khả năng Tự kiểm soát cao và Sự và Sự hạnh phúc do có chánh niệm và thực tập đời sống an lạc, buông bỏ của giáo lí nhà Phật, điều này phù hợp với kết quả của nghiên cứu. Yếu tố Sự hạnh phúc và Tự kiểm soát luôn được xem trọng và là nền tảng căn bản xây dựng đời sống tâm linh bên trong cũng như đời sống thường ngày của người xuất gia.

Trong tu tập, sống đời sống chánh niệm, thực tập giáo lí nhà Phật trong nhà chùa cũng như trong nội xá của Học viện, TNS luôn có xu hướng cẩn trọng trong mọi hành động, vì vậy họ ít có cơ hội gần gũi với nhiều người. Thực tập hướng nội giúp TNS vững mạnh về nội tâm, quay về làm chủ bản thân trước khi giúp mọi người tu tập. Giai đoạn đầu tiên xuất gia đến ở chùa là nền tảng căn bản nên TNS phải giành nhiều thời gian cho việc học hỏi giáo lí, học tập kinh luật, chấp tác công việc, vì vậy TNS chưa có nhiều khả năng hiểu được quan điểm cũng như là cảm xúc của mọi người. Sự e ngại này có thể khiến họ ngại mở rộng giao tiếp với những người khác, vì thế kĩ năng duy trì mối quan hệ và thấu hiểu người khác của họ bị hạn chế.

2.2.2. Kết quả phân tích theo giới tính

Số liệu ở bảng 3 cho thấy, có sự khác biệt giới tính về mức độ TTCX giữa tăng sinh (nam) và ni sinh (nữ). TTCX chung và các thành tố của TTCX của ni sinh đều cao hơn tăng sinh; tuy nhiên sự khác biệt này là không cao, ngoại trừ yếu tố Tự kiểm soát cảm xúc, cho thấy ni sinh có khả năng tự kiểm soát cao hơn tăng sinh.

Điều này phản ánh đúng thực tế, vì trong đời sống xuất gia tu học thì ni sinh có nhiều thử thách hơn, họ phải thọ nhiều giới luật, qua nhiều giai đoạn hơn tăng sinh, với tâm - sinh lí của người nữ có những sự khác biệt so với nam giới trong việc xuất gia. Vì vậy, thời gian thực tập cũng sẽ lâu hơn so với tăng sinh, điều này cũng là cơ hội để giúp các ni sinh rèn luyện, tu học, cho nên dù học cùng lớp cùng khoá nhưng đa số ni sinh lớn tuổi hơn so với tăng sinh. Đây cũng là một trong những lí do khiến các yếu tố Tự kiểm soát, Sự hạnh phúc, Tính hoà đồng của ni sinh cao hơn so với tăng sinh.

Hơn nữa, ni sinh có khả năng tự kiểm soát cảm xúc dẫn đến khả năng chịu được áp lực, kiềm chế căng thẳng và kiểm soát cảm xúc của mình tốt hơn so với giới còn lại. Phát hiện này phù hợp với báo cáo của Petrides (2009) về TTCX. Sự khác biệt này cũng có cùng kết luận với nghiên cứu của Sanchez-Ruiz và cộng sự (2010) với nghiên cứu ở 202 nam và 310 nữ. Sự khác biệt này cũng được ghi nhận trong một nghiên cứu về tính cách của nam giới và phụ nữ liên quan đến khả năng tự kiểm soát (Panfil et al., 2020), trong đó ni sinh được coi là tính cách nhẹ nhàng và có khả năng kiểm soát cảm xúc tốt hơn tăng sinh; trong sinh hoạt thường ngày với các mối quan hệ với Phật tử và tín đồ, thì ni sinh vẫn có sự gần gũi tiếp xúc hơn, mọi giao tiếp, hướng dẫn cũng dễ dàng hơn so với tăng sinh.

Bảng 3. TTCX của TNS Học viện Phật giáo theo giới tính

TT	Thành tố của TTCX	Tăng sinh (N=243)		Ni sinh (N=153)		t ₍₃₉₄₎
		ĐTB	ĐLC	ĐTB	ĐLC	
1	Hiểu biết cảm xúc	4.10	0.52	4.27	4.10	0.52
2	Tính hoà đồng	4.19	0.52	4.36	4.19	0.52
3	Sự hạnh phúc	4.24	0.59	4.48	4.24	0.59
4	Tự kiểm soát cảm xúc	4.23	0.57	4.50	4.23	0.57
TTCX chung		4.19	0.35	4.40	4.19	0.35

2.2.3. Kết quả phân tích theo khối năm học

Bảng 4. TTCX của TNS Học viện Phật giáo theo khối năm học

TT	Thành tố của TTCX	ĐTB			F _(2,393)	Sự khác biệt có ý nghĩa
		Năm thứ 2 (1) (N= 192)	Năm thứ 3 (2) (N=93)	Năm thứ 4 (3) (N=111)		
1	Hiểu biết cảm xúc	4.15	4.20	4.17	0.37	
2	Tính hoà đồng	4.19	4.13	4.48	16.55***	2;3<4
3	Sự hạnh phúc	4.31	4.25	4.44	3.75*	3<2<4
4	Tự kiểm soát cảm xúc	4.22	4.49	4.40	9.26***	2<3;4
	TTCX chung	4.22	4.27	4.37	7.52**	2;3<4

Số liệu ở bảng 4 cho thấy, TTCX chung của TNS theo khối năm học cũng có sự khác biệt nhưng không nhiều. Đối với Tính hoà đồng, TNS năm thứ 2 vẫn xem trọng tính hoà đồng, vẫn còn giữ được các mối quan hệ trong tập thể, hoà đồng và đoàn kết cho nên ĐTB cao hơn so với năm thứ 3; tuy sự khác biệt không lớn nhưng đó cũng là điểm để quý Thầy trong Học viện cũng như quý Sư trưởng ở nhà chùa theo dõi, quan tâm điều chỉnh. Trong quá trình hoàn thành học tập với sự tu học, TNS đã có sự chuyển biến lớn về sự hiểu thương, biết đoàn kết quan tâm hơn trong những năm cuối, với mức ĐTB cao nhất, thể hiện sự chuyển biến tích cực. Điều này được giải thích là tuy TNS học ở các khối năm học khác nhau, nhưng về tuổi đời của TNS theo học lại không cùng độ tuổi, có nhiều TNS dù học năm 2 nhưng tuổi đời vẫn lớn hơn nhiều so với TNS học năm 3 năm 4 và bên cạnh đó TTCX của các TNS được hình thành phát triển trong quá trình tu tập ở các chùa dưới sự hướng dẫn của các Sư trưởng.

Trong các thành tố của TTCX thì thành tố Sự hạnh phúc, Tự kiểm soát và Tính hoà đồng có sự khác biệt không đáng kể giữa TNS ở khối năm học thứ 2, 3 và 4. TNS ở khối năm học thứ 4 có TTCX cao hơn, điều này cho thấy quá trình học tập tại Học viện Phật giáo cũng như thời gian tu tập ở chùa đã tác động tới TTCX của TNS. Theo tác giả Đoàn Văn Điều (2014), sự khác nhau về khối ngành thì TTCX cũng khác nhau. “Mục tiêu của Học viện là giúp TNS có đầy đủ kiến thức về Phật học cũng như các môn học hỗ trợ, qua 4 năm học với nhiều hoạt động nhằm giúp TNS hiểu mình hơn, hoà hợp thương yêu, hiểu đúng con đường đang đi, giúp TNS hội đủ tri thức và hoàn thiện giới hạnh, nhằm sau này hướng dẫn các đệ tử và Phật tử ở các trú xứ TNS tu học” Thượng tọa Thích Pháp T., giảng viên Học viện Phật giáo tại Huế chia sẻ.

2.2.4. Kết quả phân tích theo số năm tu tập ở chùa

Bảng 5. TTCX của TNS ở Học viện Phật giáo theo số năm tu tập

TT	Thành tố của TTCX	ĐTB				F _(3,392)	Ghi chú
		<5 năm (1) (N=30)	5-10 năm (2) (N=285)	10-15 năm (3) (N=69)	> 15 năm (4) (N=12)		
1	Hiểu biết cảm xúc	4.40	4.17	4.22	3.25	20.45***	4<1;2;3
2	Tính hoà đồng	3.97	4.24	4.43	4.33	6.72***	1<2<3;4
3	Sự hạnh phúc	4.25	4.32	4.58	3.46	19.69***	4<1;2<3
4	Tự kiểm soát cảm xúc	4.27	4.31	4.59	3.75	11.35***	4<1;2;3
	TTCX chung	4.22	4.26	4.45	3.70	22.34***	4<1<2<3

Số liệu ở bảng 5 cho thấy, kết quả phân tích TTCX theo năm tu tập ở chùa của TNS có sự khác biệt. Cụ thể: TNS có thời gian tu tập từ 10 đến 15 năm có điểm TTCX cao nhất với ĐTB là 4.45, tiếp đến là TNS có thời gian tu tập từ 5 năm đến 10 năm có điểm TTCX là 4.26 và TNS có thời gian tu tập dưới 5 năm có điểm TTCX với ĐTB là 4.22. TNS có thời gian tu tập lâu năm ở các chùa lại có điểm TTCX thấp nhất với ĐTB là 3.70. Với số liệu trên, có thể thấy có hai vấn đề: (1) Quá trình học tập tại Học viện có tác động tới sự phát triển TTCX; (2) TNS càng tu tập nhiều năm thì sự nhạy cảm với các vấn đề của TTCX sẽ giảm đi (thích ứng) với cảm xúc, sự quan tâm tới bản thân và cảm nhận với người khác có những hạn chế. Cũng có nhiều TNS ở chùa một thời gian dài rèn luyện, làm việc sau đó mới xin đi học ở Học viện, nên dù ở chùa lâu năm nhưng lại không thường xuyên được tiếp cận giáo lý chuyên sâu, cũng như môi trường học tập của Học viện Phật giáo. Cũng có những TNS lớn tuổi mới phát tâm xuất gia, rồi phát nguyện ở trong chùa làm công quả tu phước, sau một thời gian dài họ mới xin theo học các lớp Phật học, khi tuổi càng lớn thì những thói quen, tập khí ở ngoài đời vẫn còn ảnh hưởng đến cách sống, rất khó để một sớm một chiều thay đổi theo nếp sống của nhà chùa. Dù số lượng TNS tu học trên 15 năm không nhiều, nhưng qua số liệu để quý Thầy trong chùa và Học viện có phương pháp hướng dẫn thêm nhằm nâng cao TTCX. Vì TNS dù lớn tuổi và xuất gia lâu năm nhưng vẫn còn tham gia học tập thì họ cũng đang trong giai đoạn cần học và thực tập giáo lý. Vì vậy trong giới luật

nhà Phật chư Tổ cũng đã cảnh tỉnh: “Phật quy định, người xuất gia 5 hạ (thọ trì kheo 5 năm) về trước phải chuyên học và tinh tường về giới luật, 5 hạ về sau mới học hỏi giáo lý, tham cứu thiền học” (Trí Quang, 2010).

Nhìn chung TNS có thời gian tu học càng lâu năm thì các thành tố cũng thay đổi theo hướng tích cực, phản ánh đúng quá trình tu tập. Những giáo lý thực tập trong nhà chùa cũng như học tập tại Học viện đã làm thay đổi chuyển biến tích cực. Tu học từ 5 năm đến gần 15 năm là một quá trình lâu dài, đòi hỏi bản thân TNS phải tích ứng, thay đổi để “cảm hoá” được bản thân cũng hoà mình vào đời sống của đạo và đời.

2.2.5. Kết quả phân tích theo trình độ

Số liệu ở bảng 6 cho thấy, TTCX của TNS theo trình độ học vấn cũng có sự khác biệt nhưng không lớn. Cụ thể, TTCX của TNS ở trình độ THPT khi

Bảng 6. TTCX của TNS Học viện Phật giáo theo trình độ

TT	Thành tố của TTCX	THPT (N=387)		Cao đẳng, đại học (N=9)		t ₍₃₉₄₎
		ĐTB	ĐLC	ĐTB	ĐLC	
1	Hiểu biết cảm xúc	4.18	0.47	3.83	0.06	10.73***
2	Tính hoà đồng	4.25	0.50	4.33	0.50	0.47
3	Sự hạnh phúc	4.33	0.52	4.33	0.14	0.02
4	Tự kiểm soát cảm xúc	4.34	0.53	4.06	0.51	1.67
TTCX chung		4.28	0.33	4.14	0.25	1.61

bắt đầu theo học Học viện cao hơn TNS có trình độ theo học là cao đẳng, đại học. Điều này có thể thấy TNS có trình độ học vấn cao đẳng, đại học thì TTCX chưa hẳn đã cao hơn những TNS có trình độ THPT. Có nhiều nguyên nhân dẫn tới vấn đề này như sự giáo dục, uốn nắn thường xuyên của các Sư trưởng ở các chùa đến TNS ở độ tuổi đang hoàn thiện nhân cách. Và đặc biệt có nhiều TNS học ở Học viện có trình độ cao đẳng và đại học lại giành nhiều thời gian cho việc đi học bên ngoài, ít có sự thực tập rèn luyện tu học trong nhà chùa nên TTCX chưa hẳn là cao hơn, có nhiều TNS đang học hoặc đã học xong cao đẳng, đại học mới xuất gia tu học. Trong điều kiện dự thi tuyển sinh ở Học viện, những TNS có bằng đại học ở bên ngoài sẽ được dự thi dù chưa có bằng Trung cấp Phật học. Trong hệ thống giáo dục Phật giáo, TNS tốt nghiệp Trung cấp Phật học rồi mới đủ điều kiện thi vào Học viện, nên những TNS nào trải qua các lớp Trung cấp Phật học thì nền tảng giáo lý sẽ vững hơn so với những TNS học đại học bên ngoài dự tuyển vào Học viện. Qua đó cũng một phần nào lý giải tại sao ĐTB của TNS có trình độ đại học lại thấp hơn so với TNS tốt nghiệp THPT.

2.2.6. Kết quả phân tích theo độ tuổi

Bảng 7. TTCX của TNS Học viện Phật giáo theo độ tuổi

TT	Thành tố của TTCX	ĐTB			F _(2,393)	Ghi chú
		Dưới 25 tuổi (1) (N= 192)	Từ 25-30 tuổi (2) (N=93)	>30 tuổi (3) (N=111)		
1	Hiểu biết cảm xúc	4.07	4.23	4.18	4.55**	1<3<2
2	Tính hoà đồng	4.17	4.30	4.28	2.57	
3	Sự hạnh phúc	4.25	4.35	4.41	2.85*	1<2<3
4	Tự kiểm soát cảm xúc	4.31	4.32	4.39	0.72	
TTCX chung		4.20	4.30	4.31	4.44**	1<2;3

Kết quả đo trắc nghiệm ở bảng 7 cho thấy, TTCX của TNS ở các độ tuổi có sự khác biệt, TTCX của TNS có độ tuổi từ 30 tuổi trở đi có TTCX cao nhất, tiếp đến nhóm TNS có độ tuổi từ 25 đến 30 tuổi; tuy nhiên sự chênh lệch của 2 nhóm tuổi này không đáng kể, và thấp nhất là nhóm TNS ở độ tuổi dưới 25. Số liệu trên cho thấy, độ tuổi càng cao thì TTCX càng tốt hơn, tuy nhiên sự khác biệt cũng không cao. Trong các thành phần của TTCX ở độ tuổi thì thành tố Hiểu biết cảm xúc và Sự hạnh phúc là có sự khác biệt.

Kết quả phân tích theo độ tuổi cho thấy, các TNS có độ tuổi càng lớn thì TTCX sẽ càng cao hơn, các thành tố cũng đã chỉ rõ sự khác biệt ở độ tuổi. Tuy nhiên có thể thấy ở thành phần Hiểu biết cảm xúc và Tính hoà đồng của TNS trên 30 tuổi lại kém hơn độ tuổi 25-30. Điều này cũng phản ánh tâm lý của những TNS trên 30 tuổi thích sống khép kín và ít thể hiện các cảm xúc ra bên ngoài. Tuy nhiên ĐTB về Sự hạnh phúc của độ tuổi trên 30 lại cao hơn các độ tuổi còn lại, điều này cho thấy độ tuổi trên 30 họ có sự hạnh phúc bình an, họ sống “chậm” hơn so với các độ tuổi còn lại. Qua đây để các Sư trưởng cũng như quý Thầy quản lý ở Học viện biết cách sắp xếp công việc phù hợp với độ tuổi, nhằm phát huy năng lực của mọi TNS. Các nghiên cứu khác cũng đã cho thấy độ tuổi càng cao kinh nghiệm nhiều hơn và sự hiểu biết bản thân và người khác cũng tốt hơn (Nguyễn Ngọc Quỳnh Anh, 2018).

3. Kết luận

TTCX có vai trò quan trọng trong hoạt động Phật giáo. Kết quả nghiên cứu thực trạng TTCX của TNS Học viện Phật giáo Việt Nam tại Huế cho thấy, mức độ TTCX của TNS qua thang đo TTCX (Trait Emotional Intelligence

Questionnaire-Short form, TEIQue-SF) của Petrides (2011) đạt mức mức trên trung bình, các thành phần của TTCX của TNS còn chưa đồng đều. “Sự hạnh phúc” và “Tự kiểm soát cảm xúc” được đánh giá cao nhất, tiếp theo là “Tính hoà đồng” và thấp nhất là “Sự hiểu biết cảm xúc”. Giới tính; khối năm học; thời gian tu tập; trình độ và độ tuổi có ảnh hưởng đến TTCX của TNS. Từ thực trạng này, để phát triển TTCX cho TNS, cần thiết phải tổ chức cung cấp kiến thức về TTCX; Tăng cường bồi dưỡng, rèn luyện kỹ năng kiểm soát cảm xúc và kỹ năng đồng cảm cho TNS; Bồi dưỡng và khơi dậy tinh thần tự học, tự tu dưỡng, rèn luyện; Tổ chức cho TNS vận dụng những hiểu biết về TTCX vào giải quyết các tình huống khác nhau trong đời sống tu tập của nhà Phật.

Tài liệu tham khảo

- Anwar, J., & Warraich (2020). Emotional intelligence and academic performance in first and final year medical students: a cross-sectional study. *BMC Medical Education*, 13, 1-10.
- Balluerka, N., Aritzeta, A., Gorostiaga, A., Gartzia, L., & Soroa, G. (2013). Emotional intelligence and depressed mood in adolescence: A multilevel approach. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 13(2), 110-117.
- Bar-On, R. (1997). *The Emotional Intelligence Inventory (EQ-i): Technical manual*. Toronto, Canada: Multi-Health Systems.
- Đỗ Thị Tuyết Mai, Nguyễn Hải Ninh, Nguyễn Thị Anh Thư (2021). Thực trạng về trí tuệ cảm xúc của sinh viên điều dưỡng chính quy Trường Đại học Y Dược Hải Phòng năm 2020. *Tạp chí Y học Dự phòng*, 31(5), 162-168. <https://doi.org/10.51403/0868-2836/2021/367>
- Đoàn Văn Điều (2014). Khảo sát trí tuệ cảm xúc của sinh viên Trường Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh. *Tạp chí Khoa học, Trường Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh*, 54, 69-74.
- Doyle, J. N., Campbell, M. A., & Gryshchuk, L. (2021). Resilience: When coping is emotionally intelligent. *Journal of the American Psychiatric Nurses Association*, 11(2), 101-102.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why it can matter more than IQ*. New York: Bantam Books.
- Goleman, D. (2011). *Trí tuệ cảm xúc - Làm thế nào để biến những xúc cảm của bạn thành trí tuệ?* NXB Trí tuệ.
- Lê Thị Huyền Trinh (2020). Mức độ trí tuệ cảm xúc của sinh viên đại học Điều dưỡng chính quy Trường Đại học Điều dưỡng Nam Định. *Tạp chí Khoa học và Công nghệ, Đại học Thái Nguyên*, 255(4), 86-92.
- Mikolajczak, M., Petrides, K. V., Coumans, N., & Luminet, O. (2009). The moderating effect of trait emotional intelligence on mood deterioration following laboratory-induced stress. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 9, 455-477.
- Nguyễn Ngọc Quỳnh Anh (2018). *Sức khỏe tâm thần của trẻ vị thành niên Việt Nam*. Luận án tiến sĩ Tâm lý học, Đại học Monash, Australia.
- Panfil, K., Bailey, C., Davis, I., Mains, A., & Kirkpatrick, K. (2020). A time-based intervention to treat impulsivity in male and female rats. *Behavioural Brain Research*, 379, Article 112316. <https://doi.org/10.1016/j.bbr.2019.112316>
- Petrides, K. V. (2011). *Trait Emotional Intelligence Questionnaire - Short form, TEIQue-SF*. <https://www.psychometriclab.com/adminsdata/files/The%20TEIQue-SF%20v.%201.50.pdf>
- Petrides, K. V. (2009). Trait emotional intelligence theory. *Industrial and Organizational Psychology*, 3(2), 136-139.
- Petrides, K. V., & Furnham, A. (2005). Trait emotional intelligence profiles of students from different university faculties. *Australian Journal of Psychology*, 62(1), 51-57.
- Prayde, M., Walraven, K., Karki, N., & Flaherty (2015). Emotional Intelligence of Youth Accessing Residential and Day Treatment Programs: Association with Psychological and Interpersonal Difficulties. *Depression & Anxiety*, 4(4), 2167-1044.
- Salovey, P., Mayer, J. D., Goldman, S., Turvey, C., & Palfai, T. (1995). Emotional attention, clarity, and repair: Exploring emotional intelligence using the Trait Meta - Mood Scale. In J. W. Pennebaker (Ed.), *Emotion, disclosure, and health* (pp. 125-154). Washington, DC American Psychological Association.
- Sanchez-Ruiz, M. J., Pérez-González, J. C., & Petrides, K. V. (2010). Trait emotional intelligence profiles of students from different university faculties. *Australian Journal of Psychology*, 62(1), 51-57. <https://doi.org/10.1080/00049530903312907>
- Stamatopoulou, M., Galanis, P., & Prezerakos, P. (2016). Psychometric properties of the Greek translation of the Trait Emotional Intelligence Questionnaire-Short Form (TEIQue-SF). *Personality and Individual Differences*, 95, 80-84.
- Trí Quang (2010). *Tổng tập Giới pháp xuất gia* (tập 1). NXB Văn hoá Sài Gòn.