

# THỬ NGHIỆM THANG ĐO KHẢ NĂNG TỰ KIỂM SOÁT PHIÊN BẢN RÚT GỌN (BSCS-10) TRÊN MẪU THANH NIÊN VÀ NHỮNG KẾT QUẢ BAN ĐẦU

ThS. Nguyễn Tuấn Anh

*Viện Nghiên cứu Thanh niên.*

## TÓM TẮT

*Kết quả thử nghiệm thang đo Khả năng Tự kiểm soát gồm 10 mệnh đề (BSCS-10) trên 443 thanh niên Việt Nam (tuổi trung bình bằng 22,0) cho thấy, thang đo đủ độ tin cậy và độ hiệu lực. Một số kết quả ban đầu cho thấy, nhìn chung, thanh niên có khả năng tự kiểm soát ở mức độ trung bình và nữ thanh niên có khả năng tự kiểm soát cao hơn nam giới. Khả năng Tự kiểm soát hành vi và Tự kiểm soát mục tiêu có tương quan thuận với nhau. Nghiên cứu cũng đề xuất nên thử nghiệm thang đo này trên các nhóm khách thể khác nhau để có thể đưa ra nhiều kết luận hơn.*

**Từ khóa:** *Khả năng Tự kiểm soát; Thanh niên, Thang đo Tự kiểm soát phiên bản rút gọn (BSCS-10); Tự kiểm soát mục tiêu; Tự kiểm soát hành vi.*

*Ngày nhận bài: 7/5/2018; Ngày duyệt đăng bài: 25/4/2019.*

## 1. Mở đầu

Tự kiểm soát là một trong những cấu trúc tâm lý được nghiên cứu rộng rãi nhất trong khoa học xã hội. Tự kiểm soát được đề cập đến như một khả năng của cá nhân để ức chế, ngăn cản, kiềm chế hành vi của mình trước các xung lực và ham muốn bản thân (Baumeister và Tierney, 2011). Nhóm tác giả Tangney, Baumeister và Boone (2004) đề xuất rằng, tự kiểm soát là khả năng kìm nén hoặc thay đổi các phản ứng tâm lý bên trong của một cá nhân nhằm giảm thiểu, kiềm chế việc thực hiện những hành vi không mong muốn. Từ quan điểm này, khả năng tự kiểm soát được coi như là một trong những cơ sở của các hành vi tích cực. Ở một chiều cạnh khác, khả năng tự kiểm soát của con người là sự thích nghi và tuân thủ các quy tắc của xã hội (Baumeister, Schmeichel và Vohs, 2007). Chính vì lẽ đó mà thuật ngữ “tự kiểm soát” còn được sử dụng gần như đồng nghĩa với sự tận tâm (Moffitt và cộng sự, 2011), trách nhiệm, siêng năng và trật tự (Roberts và cộng sự, 2005).

Một số nghiên cứu cho thấy, những thất bại trong tự kiểm soát có thể dẫn đến nhiều vấn đề về hành vi gây hại cho cá nhân và tập thể xã hội như trầm cảm, xâm kích, không có khả năng quản lý tài chính và trộm cắp. Ngược lại, tự kiểm soát tốt đã có tương quan với nhiều kết quả tích cực như thành công trong công việc và cải thiện khả năng đối phó với căng thẳng và các vấn đề khó khăn (Hagger và cộng sự, 2010). Các nhà nghiên cứu tin rằng, tự kiểm soát xảy ra trên 7 lĩnh vực khác nhau là: kiểm soát sự chú ý, kiểm soát cảm xúc, kiểm soát xung lực, kiểm soát suy nghĩ, kiểm soát xử lý nhận thức, kiểm soát sự lựa chọn và kiểm soát hành vi xã hội (Hagger và cộng sự, 2010).

Freud (1922) đã giả định rằng, xã hội hóa thành công là quá trình mà trẻ em học cách đàn áp ngay lập tức các ham muốn để làm những gì tốt nhất cho bản thân và cho xã hội trong dài hạn. Nghiên cứu thực nghiệm hiện đại đã xác nhận rằng, khả năng tự kiểm soát được phát triển cùng với quá trình phát triển của con người, vượt qua thời thơ ấu, đến tận tuổi trung niên. Nhiều nghiên cứu đi trước cũng báo cáo rằng, khả năng tự kiểm soát tăng lên trong thời niên thiếu (Harden và Tucker-Drob, 2011; Hay và Forrest, 2006; Monahan và cộng sự, 2009) và dần ổn định khi con người đến độ tuổi 20 (Strang và cộng sự, 2013). Tuy vậy, với đặc điểm tâm lý dễ thay đổi, chưa ổn định, thanh niên có khả năng tự kiểm soát thấp sẽ ít có khả năng đề ức chế những ham muốn, cảm xúc và hành vi không phù hợp (Casey, 2015).

Để nghiên cứu về khả năng tự kiểm soát của con người nói chung và những người trẻ tuổi nói riêng, rất nhiều công cụ đã được xây dựng và phát triển. Một trong những công cụ phổ biến và dễ sử dụng đã từng được thích nghi, thử nghiệm trên nhiều loại khách thể là công cụ đo lường Khả năng Tự kiểm soát phiên bản rút gọn gồm 10 mệnh đề (item) (BSCS-10) do nhóm tác giả Tangney, Baumeister và Boone đề xuất năm 2004. Trong phạm vi nghiên cứu này, chúng tôi sẽ thử nghiệm thang đo này trên khách thể thanh niên đang sinh sống tại Việt Nam. Câu hỏi đặt ra là, liệu thang đo này có phù hợp với thanh niên Việt Nam không? Nếu có thì sau khi thử nghiệm, thang đo này phản ánh khả năng tự kiểm soát của thanh niên ở mức độ nào và giữa các nhóm thanh niên khác nhau có khác nhau về khả năng tự kiểm soát hay không? Bài viết này sẽ lần lượt trả lời những câu hỏi đó.

## **2. Mẫu và phương pháp nghiên cứu**

### **2.1. Mẫu nghiên cứu**

Nghiên cứu này được thực hiện trên một mẫu bao gồm 443 thanh niên trong độ tuổi từ 16 đến 35 (tuổi trung bình là 22,0 với độ lệch chuẩn là 4,2 tuổi) hiện đang sống tại thành phố Hà Nội với những đặc điểm nhân khẩu xã hội khác nhau. Trong đó: *Về giới tính*, nam chiếm 41,1%; nữ chiếm 58,9%. *Về*

nơi sinh sống chủ yếu, thành thị chiếm 61,4%; nông thôn chiếm 24,4%; miền núi chiếm 14,2%. Về nghề nghiệp, học sinh chiếm 68,4%; công chức, viên chức chiếm 13,5%; kinh doanh, buôn bán, dịch vụ chiếm 18,1%. Về độ tuổi, từ 16 đến dưới 22 tuổi chiếm 74,5%; từ 22 đến dưới 28 tuổi chiếm 15,8% và từ 29 đến 35 tuổi chiếm 9,7%.

Như vậy, có thể thấy, mẫu chọn thanh niên trong nghiên cứu này nhìn chung ở độ tuổi còn rất trẻ, gần 2/3 số lượng khách thể còn đang đi học và sinh sống chủ yếu tại khu vực đô thị.

## 2.2. Công cụ nghiên cứu

Ban đầu, thang đo về khả năng tự kiểm soát được nhóm tác giả Tangney, Baumeister và Boone xây dựng và thích ứng trên hai nhóm khách thể: *Nhóm khách thể thứ nhất* gồm 351 người trong độ tuổi từ 18 đến 55 (tuổi trung bình là 20,1; độ lệch chuẩn là 5,0 tuổi). Về giới tính nam giới chiếm 28,0%; nữ giới chiếm 72,0%. Về dân tộc/chủng tộc: 49,0% là người châu Âu; 20,0% là người châu Á; 11,0% là người Mỹ gốc Phi; 20,0% đến từ các dân tộc khác. *Nhóm khách thể thứ hai* gồm 255 người tuổi từ 18 đến 49 (tuổi trung bình là 20,1; độ lệch chuẩn là 4,23 tuổi). Về giới tính nam chiếm 19,0%; nữ chiếm 81,0%, trong đó, 58,0% là người châu Âu; 13,0% là người châu Á; 11,0% là người Mỹ gốc Phi; 22,0% đến từ dân tộc khác. Thang đo ban đầu gồm 93 mệnh đề. Thông qua kỹ thuật phân tích nhân tố, thang đo chỉ còn lại 36 mệnh đề và hình thành các nhân tố: kiểm soát suy nghĩ, kiểm soát cảm xúc, kiểm soát xung động, tuân thủ quy tắc và phá vỡ thói quen. Riêng đối với nhóm khách thể thứ hai, nhóm tác giả tiếp tục cho họ trả lời thang đo gồm 36 mục. Bằng phép xoay Varimax trong kỹ thuật phân tích nhân tố, một thang đo gồm 10 mục đã được hình thành (hay còn gọi là thang đo Khả năng tự kiểm soát phiên bản rút gọn - BSCS-10). Thang đo phiên bản 36 mục và phiên bản 10 mục có hệ số Alpha của Cronbach lần lượt là 0,93 và 0,92. Các tác giả này nhận thấy, việc sử dụng thang đo gồm 10 mục sẽ ngắn gọn và dễ dàng hơn việc sử dụng thang đo với nhiều mục hơn.

Chính vì thế, công cụ sử dụng nghiên cứu thử nghiệm trong nghiên cứu này là thang đo Khả năng tự kiểm soát phiên bản rút gọn (BSCS-10) gồm 10 mệnh đề phản ánh các mặt của khả năng tự kiểm soát như: *Tôi giỏi chống lại sự cảm dỗ, Niềm vui và hoan lạc đôi khi khiến tôi không thể hoàn thành công việc, Tôi có thể làm việc hiệu quả cho các mục tiêu dài hạn...* Thang đo được thiết kế dạng Likert 5 bậc nhằm mô tả về khả năng tự kiểm soát của người trả lời, trong đó, 1- Không giống tôi chút nào, 2- Ít giống tôi, 3- Khả giống tôi, 4- Giống tôi, 5- Rất giống tôi. Các hệ số về độ tin cậy và độ hiệu lực của thang đo thử nghiệm này sẽ được trình bày ở phần kết quả và bàn luận.

### 2.3. Xử lý số liệu

Dữ liệu nghiên cứu được xử lý bằng phần mềm SPSS dùng trong môi trường Windows phiên bản 22.0.

*Xử lý các mệnh đề nghịch đảo:* Trong thang đo Khả năng tự kiểm soát phiên bản rút gọn có các mệnh đề mang ý nghĩa nghịch đảo với các mệnh đề còn lại. Những mệnh đề (item) này sẽ được đổi chiều điểm khi xử lý theo nguyên tắc: 1 = 5; 2 = 4; 3 = 3; 4 = 2; 5 = 1. Cùng với đó, nội dung các item cũng được diễn đạt lại cho phù hợp với chiều điểm vừa đổi.

*Nguyên tắc tính điểm và quy ước:* Mức độ khả năng Tự kiểm soát của thanh niên được tính bằng trung bình cộng của các mệnh đề (sau khi đã đổi chiều điểm các mệnh đề nghịch đảo). Mức độ Tự kiểm soát của thanh niên được quy ước như sau:

- Mức thấp: ĐTB < ĐTB chung - 1 ĐLC (ĐTB < 2,93)

- Mức trung bình: ĐTB chung - 1 ĐLC ≤ ĐTB ≤ ĐTB chung + 1 ĐLC (2,93 ≤ ĐTB ≤ 3,47)

- Mức cao: ĐTB > ĐTB chung + 1 ĐLC (ĐTB > 3,47)

Các phép toán thống kê mô tả được sử dụng bao gồm: tỷ lệ phần trăm, điểm trung bình, độ lệch chuẩn, độ tin cậy của thang đo... Ngoài ra, các phép kiểm định T-test, Anova, Post-Hoc, tương quan... cũng được sử dụng để tìm hiểu sự khác biệt trong các câu trả lời giữa các nhóm khách thể.

## 3. Kết quả nghiên cứu và bàn luận

### 3.1. Thử nghiệm thang đo

#### Độ tin cậy

*Bảng 1: Hệ số tương quan biến - tổng và Hệ số Alpha của Cronbach khi loại bỏ mệnh đề*

Mệnh đề	Hệ số tương quan biến - tổng	Hệ số Alpha của Cronbach khi loại bỏ mệnh đề
1. Tôi giỏi chống lại sự cám dỗ.	0,424	0,696
2. Tôi dễ dàng từ bỏ những thói quen xấu. (*)	0,432	0,588
3. Tôi thường nói những điều phù hợp. (*)	0,624	0,540
4. Tôi không bao giờ làm những việc có thể ảnh hưởng xấu đến tôi, dù điều đó khiến người khác vui vẻ. (*)	0,491	0,568

5. Mọi người nói rằng tôi có tính tự giác trong chấp hành kỷ luật.	0,415	0,690
6. Tôi không bao giờ dễ niềm vui và hoan lạc ảnh hưởng đến mục tiêu hoàn thành công việc của mình. (*)	0,403	0,593
7. Tôi có khả năng tập trung rất tốt. (*)	0,530	0,559
8. Tôi có thể làm việc hiệu quả cho các mục tiêu dài hạn.	0,405	0,703
9. Tôi rất giỏi trong việc kiểm chế bản thân làm một việc mà tôi thấy việc đó là sai trái. (*)	0,502	0,568
10. Tôi thường suy nghĩ kỹ càng trước khi hành động, xem xét mọi giải pháp và lựa chọn thay thế. (*)	0,579	0,545

*Ghi chú. (\*) - Những item mang nghĩa nghịch đảo đã được đổi chiều điểm khi xử lý số liệu và các item cũng được diễn đạt lại cho phù hợp với chiều điểm vừa đối.*

Độ tin cậy Alpha của Cronbach của toàn thang đo bằng 0,704. Hệ số tương quan biến - tổng của các mệnh đề trong item dao động trong khoảng từ 0,403 đến 0,624. Những mệnh đề mang ý nghĩa nghịch đảo (bao gồm mệnh đề số 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10) có tương quan âm với ba mệnh đề còn lại (mệnh đề số 1, 5, 8). Hệ số Alpha của Cronbach của thang đo khi loại bỏ từng item không tăng lên quá 0,704 (trong đó, cao nhất là 0,703 với mệnh đề số 8 "Tôi có thể làm việc hiệu quả cho các mục tiêu dài hạn") (xem bảng 1).

Xem xét tương quan giữa các mệnh đề với nhau, kết quả cho thấy, cả 10 mệnh đề trong thang đo đều có tương quan với nhau, trong đó, mức độ tương quan ở mức độ khá, dao động trong khoảng từ 0,302 đến 0,625, với mức ý nghĩa của tất cả các cặp tương quan  $p < 0,01$  (2 đuôi) (xem bảng 2).

*Bảng 2: Tương quan giữa các mệnh đề của thang đo*

	MD 1	MD 2	MD 3	MD 4	MD 5	MD 6	MD 7	MD 8	MD 9	MD 10
MD 1	1									
MD 2	0,304	1								
MD 3	0,346	0,567	1							
MD 4	0,304	0,355	0,538	1						
MD 5	0,339	0,319	0,300	0,354	1					
MD 6	0,380	0,356	0,420	0,382	0,302	1				

	MD 1	MD 2	MD 3	MD 4	MD 5	MD 6	MD 7	MD 8	MD 9	MD 10
MD 7	0,324	0,345	0,471	0,379	0,387	0,451	1			
MD 8	0,308	0,347	0,381	0,312	0,386	0,378	0,371	1		
MD 9	0,322	0,361	0,392	0,413	0,388	0,359	0,437	0,382	1	
MD 10	0,302	0,353	0,516	0,487	0,376	0,404	0,444	0,361	0,625	1

*Ghi chú: Những item mang nghĩa nghịch đảo đã được đổi chiều điểm khi xử lý số liệu và các item cũng được diễn đạt lại cho phù hợp với chiều điểm vừa đổi; MD: mệnh đề.*

Những điều này cho thấy, các mệnh đề trong thang đo có tính nhất quán khá cao và cùng mang ý nghĩa phản ánh khả năng tự kiểm soát của khách thể thanh niên. Như vậy, có thể nói, thang đo này có độ tin cậy khá tốt và tất cả 10 item đều được đưa vào sử dụng cho các phân tích tiếp theo.

#### *Độ hiệu lực*

Kết quả phân tích nhân tố khám phá EFA thang đo Khả năng tự kiểm soát phiên bản rút gọn (BSCS-10) trên mẫu thanh niên cho thấy, hệ số KMO bằng 0,826. với  $p < 0,001$ . Như vậy, thang đo này đủ điều kiện để thực hiện phân tích nhân tố. Từ 10 biến quan sát ban đầu hình thành 2 nhân tố, trong đó: Nhân tố 1 (Tự kiểm soát mục tiêu) gồm các biến quan sát số 1, 5, 8 và nhân tố 2 (Tự kiểm soát hành vi) gồm các biến 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10. Hệ số tải nhân tố khá cao, dao động từ 0,516 đến 0,750. Các nhân tố này giải thích được 52,8% sự biến thiên của dữ liệu. Hệ số Alpha của Cronbach của tiểu thang đo Tự kiểm soát mục tiêu là 0,7; của tiểu thang đo Tự kiểm soát hành vi là 0,842.

**Bảng 3: Phân tích nhân tố thang đo Khả năng tự kiểm soát BSCS-10**

Mệnh đề	Nhân tố	
	Tự kiểm soát hành vi	Tự kiểm soát mục tiêu
Tôi thường suy nghĩ kĩ càng trước khi hành động, xem xét mọi giải pháp và lựa chọn thay thế. (*)	0,752	
Tôi thường nói những điều phù hợp. (*)	0,750	
Tôi rất giỏi trong việc kiểm chế bản thân làm một việc mà tôi thấy việc đó là sai trái. (*)	0,709	
Tôi không bao giờ làm những việc có thể ảnh hưởng xấu đến tôi, dù điều đó khiến người khác vui vẻ. (*)	0,698	

Tôi không bao giờ để niềm vui và hoan lạc ảnh hưởng đến mục tiêu hoàn thành công việc của mình. (*)	0,678	
Tôi có khả năng tập trung rất tốt. (*)	0,669	
Tôi dễ dàng từ bỏ những thói quen xấu. (*)	0,649	
Mọi người nói rằng tôi có tính tự giác trong chấp hành kỷ luật.		0,675
Tôi giỏi chống lại sự cảm dỗ.		0,652
Tôi có thể làm việc hiệu quả cho các mục tiêu dài hạn.		0,516

*Ghi chú. (\*) Những item mang nghĩa nghịch đảo đã được đổi chiều điểm khi xử lý số liệu và các item cũng được diễn đạt lại cho phù hợp với chiều điểm vừa đổi.*

### **3.2. Một số kết quả ban đầu về khả năng tự kiểm soát của thanh niên khi áp dụng thang đo BSCS-10**

Kết quả thử nghiệm thang đo BSCS-10 trên mẫu thanh niên cho kết quả:

Nhìn chung, khả năng tự kiểm soát của thanh niên ở mức độ trên trung bình (với điểm trung bình (ĐTB) = 3,20, độ lệch chuẩn (ĐLC) = 0,27). Xét theo phần trăm sự phân bố điểm của giá trị trung bình về khả năng tự kiểm soát của mẫu khách thể nghiên cứu cho thấy, có 33,3% số thanh niên có khả năng tự kiểm soát ở mức thấp (ĐTB < 2,93); 32,7% số thanh niên có khả năng tự kiểm soát ở mức trung bình và 34.3% số thanh niên có khả năng tự kiểm soát ở mức cao (ĐTB > 3,47).

So sánh giữa hai loại Tự kiểm soát mục tiêu và Tự kiểm soát hành vi cho thấy, thanh niên có khả năng tự kiểm soát hành vi thấp hơn tự kiểm soát mục tiêu, tuy vậy khoảng cách này là không lớn (với mức độ chênh lệch giữa hai loại này là 0.28 điểm trung bình).

*Về khả năng Tự kiểm soát mục tiêu:* Trong số 3 mệnh đề của nhân tố này, mệnh đề “Mọi người nói rằng tôi có tính tự giác trong chấp hành kỷ luật” có điểm trung bình ở mức độ cao và đạt điểm số cao nhất (ĐTB = 3,53). Biểu hiện này cho thấy, thanh niên trong mẫu khảo sát có ý thức tự giác trong việc tuân thủ các quy định, quy tắc trong cuộc sống. Hai mệnh đề còn lại có điểm nằm trong khoảng phản ánh khả năng tự kiểm soát ở mức độ trung bình là “Tôi giỏi chống lại sự cảm dỗ” và “Tôi có thể làm việc hiệu quả cho các mục tiêu dài hạn” (ĐTB lần lượt là 3,38 và 3,28).

*Về khả năng Tự kiểm soát hành vi.* Tất cả 7 mệnh đề trong nhân tố này đều có điểm trung bình ở mức độ trung bình (với điểm ĐTB dao động trong

khoảng từ 2,84 đến 3,39), trong đó cao nhất là “Tôi thường suy nghĩ kĩ càng trước khi hành động, xem xét mọi giải pháp và lựa chọn thay thế” và “Tôi dễ dàng từ bỏ những thói quen xấu”. Kết quả này cho thấy, thanh niên đã thể hiện sự chín chắn trong suy nghĩ, kĩ càng trong hành động và đặc biệt là thanh niên cũng rất có ý thức và nỗ lực trong việc từ bỏ những thói quen xấu có thể gây hại cho bản thân.

**Bảng 4: Khả năng Tự kiểm soát của thanh niên**

Mệnh đề	Rất giống tôi (%)	DTB	ĐLC
<b>Tự kiểm soát hành vi</b>		<b>3,11</b>	<b>0,41</b>
Tôi thường suy nghĩ kĩ càng trước khi hành động, xem xét mọi giải pháp và lựa chọn thay thế. (*)	22,1	3,39	1,29
Tôi thường nói những điều phù hợp. (*)	14,0	3,33	1,18
Tôi rất giỏi trong việc kiềm chế bản thân làm một việc mà tôi thấy việc đó là sai trái. (*)	10,8	2,97	1,21
Tôi không bao giờ làm những việc có thể ảnh hưởng xấu đến tôi, dù điều đó khiến người khác vui vẻ. (*)	20,3	3,29	1,29
Tôi không bao giờ để niềm vui và hoan lạc ảnh hưởng đến mục tiêu hoàn thành công việc của mình. (*)	6,3	2,90	1,12
Tôi có khả năng tập trung rất tốt. (*)	15,3	3,08	1,26
Tôi dễ dàng từ bỏ những thói quen xấu. (*)	5,4	2,84	1,09
<b>Tự kiểm soát mục tiêu</b>		<b>3,39</b>	<b>0,38</b>
Mọi người nói rằng tôi có tinh tự giác trong chấp hành kỷ luật.	20,3	3,53	1,08
Tôi giỏi chống lại sự cám dỗ.	21,2	3,38	1,14
Tôi có thể làm việc hiệu quả cho các mục tiêu dài hạn.	16,3	3,28	1,06
<b>Chung</b>		<b>3,20</b>	<b>0,27</b>

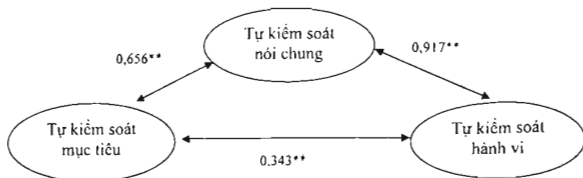
Ghi chú: (\*). Những item mang nghĩa nghịch đảo đã được đổi chiều điểm khi xử lý số liệu và các item cũng được diễn đạt lại cho phù hợp với chiều điểm vừa đổi.

Kết quả kiểm định tương quan giữa khả năng tự kiểm soát nói chung, khả năng Tự kiểm soát hành vi và khả năng Tự kiểm soát mục tiêu với nhau cho thấy, giữa khả năng tự kiểm soát nói chung và hai loại tự kiểm soát hành vi, tự kiểm soát mục tiêu là có tương quan với nhau và đây là tương quan thuận chiều. Hệ số tương quan giữa các loại khả năng tự kiểm soát biến thiên từ 0,343 đến



0,917 ( $p < 0,01$ ) cho thấy, các tương quan này từ mức khá đến mức rất chặt chẽ. Trong đó, tương quan mạnh nhất là tương quan giữa khả năng tự kiểm soát nói chung và tự kiểm soát hành vi ( $r = 0,917$ ;  $p < 0,01$ ) và tương quan yếu nhất là tương quan giữa khả năng tự kiểm soát mục tiêu và tự kiểm soát hành vi ( $r = 0,343$ ;  $p < 0,01$ ).

Chúng ta có thể diễn giải ý nghĩa của kết quả này như sau:



Ghi chú: \*\*:  $p < 0,01$ .

**Hình 1:** Tương quan pearson giữa các loại tự kiểm soát

Khi thanh niên có khả năng tự kiểm soát nói chung ở mức cao thì họ cũng có khả năng tốt trong kiểm soát những hành vi cũng như những mục tiêu của mình. Bên cạnh đó, thanh niên càng có khả năng tự kiểm soát hành vi tốt thì họ cũng sẽ càng có khả năng tự kiểm soát mục tiêu tốt và ngược lại. Như vậy, có thể thấy, giữa các loại khả năng tự kiểm soát có quan hệ rất chặt chẽ với nhau.

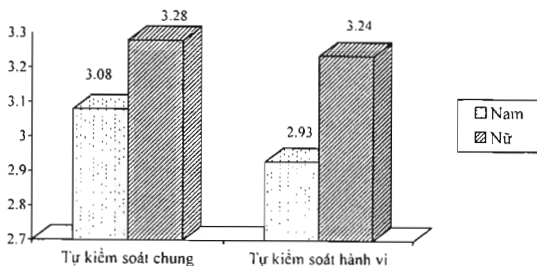
*\* Một số khác biệt*

Sử dụng các phép kiểm định T-test, Anova, Post-Hoc cho thấy, giữa các nhóm thanh niên phân theo nơi sinh sống chủ yếu, nghề nghiệp, độ tuổi không có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê về khả năng tự kiểm soát. Tuy nhiên, chúng tôi lại tìm thấy yếu tố giới tính có liên quan đến khả năng này. Cụ thể:

Nhìn chung, nữ thanh niên có khả năng tự kiểm soát cao hơn nam thanh niên (với mức chênh lệch 0,20 ĐTB;  $p < 0,05$ ). Đồng thời, khả năng Tự kiểm soát hành vi ở nữ giới cũng được phát hiện là cao hơn nam giới (với mức chênh 0,31 ĐTB;  $p < 0,05$ ).

Trước đó, nhiều bằng chứng thực nghiệm cũng có kết luận tương tự khi cho rằng khả năng tự kiểm soát ở nữ giới cao hơn nam giới (Blackwell và Piquero, 2004; Gibbs, Giever và Martin, 1998; Gibson và cộng sự, 2010; Keane,

Maxim và Teevan, 1993; Tittle, Ward và Grasmick, 2003) và họ đã giải thích về sự khác biệt này chủ yếu là do mức nội tiết tố testosterone ở nam giới cao hơn nữ giới nên chúng làm tăng tính xâm kích và làm giảm khả năng tự kiểm soát ở nam giới (Robb, 2002). Mặt khác, hành vi của nữ giới có nhiều khả năng được quản lý chặt chẽ hơn nam giới, được cha mẹ kiểm soát mạnh mẽ hơn nên dẫn đến mức độ tự kiểm soát cũng cao hơn ở nữ giới (Gottfredson và Hirschi, 1990).



*Biểu đồ 1: So sánh khả năng tự kiểm soát giữa nam và nữ ( $p < 0,05$ ) (DTB)*

#### 4. Kết luận

Như vậy, có thể kết luận rằng, thang đo Khả năng tự kiểm soát phiên bản rút gọn (BSCS-10) là thang đo khá tốt với độ tin cậy và độ hiệu lực khi thử nghiệm trên mẫu thanh niên Việt Nam. Kết quả thử nghiệm thang đo cho thấy, thanh niên trong mẫu khảo sát có khả năng tự kiểm soát ở mức độ trung bình và khả năng tự kiểm soát mục tiêu cao hơn khả năng tự kiểm soát hành vi. Nữ thanh niên có khả năng tự kiểm soát nói chung và tự kiểm soát hành vi cao hơn nam giới.

Việc thử nghiệm thành công thang đo này và cho một số kết quả ban đầu đã cho thấy, một lần nữa, việc thích nghi thang đo Khả năng tự kiểm soát trên thanh niên là rất cần thiết. Chúng tôi nhận thấy, thang đo này nên được thử nghiệm trên một số nhóm khách thể khác để chúng ta có thể kết luận chính xác hơn về thang đo này.

Kết quả nghiên cứu này tuy ở phạm vi nhỏ hẹp song ở một mức độ nhất định cũng đóng góp vào tri thức, hiểu biết chung về lĩnh vực nghiên cứu tự

kiểm soát vốn đã rất phổ biến trên thế giới song lại chưa được quan tâm nhiều ở nước ta.

### Tài liệu tham khảo

1. Baumeister R.F., Schmeichel B.J., Vohs K.D. (2007). *Self-regulation and the executive function: The self as controlling agent*. In Kruglanski A., Higgins E.T. (Eds.) *Social psychology: Handbook of basic principles* (2nd ed). New York: Guilford. A recent and thorough overview of the research in a broad context. Google Scholar. P. 516 - 539.
2. Baumeister R.F. & Tierney J. (2011). *Willpower: Rediscovering the greatest human strength*. New York. Penguin Books. Polish edition: Siła Woli. Poznań: Media Rodzina.
3. Blackwell B.S. & Piquero A.R. (2004). *On the relationships between gender, power control, and crime*. *Journal of Criminal Justice*. 33. 1 - 17.
4. Casey B.J. & Caudle K. (2013). *The teenage brain: Self control*. *Current Directions in Psychological Science*. 22 (2). 82 - 87.
5. Casey B.J. (2015). *Beyond simple models of self-control to circuit-based accounts of adolescent behavior*. *Annual Review of Psychology*. 66. 295 - 319.
6. Gottfredson and Hirschi (1990), M.R. Gottfredson, T. Hirschi. *A general theory of crime*. Stanford University Press. Stanford. C.A.
7. Keane C., Maxim P. & Teevan J. (1993). *Drinking and driving, self-control, and gender*. *Journal of Research in Crime and Delinquency*. 30. 30 - 46.
8. Gibbs J., Giever D. & Martin J. (1998). *Parental management and self-control: An empirical test of Gottfredson and Hirschi's general theory*. *Journal of Research in Crime and Delinquency*. 35. 40 - 70.
9. Gibson C.L., Ward J.T., Wright J.P., Beaver K.M. & Delisi M. (2010). *Where does gender fit in the measurement of self-control?*. *Criminal Justice and Behavior*. 37. 883 - 903.
10. Hagger M.S., Wood C., Stiff C. & Chatzisarantis N.L.D. (2010). *Ego depletion and the strength model of self-control: A meta-analysis*. *Psychological Bulletin*. 136. 495 - 525.
11. Harden K.P. & Tucker-Drob E.M. (2011). *Individual differences in the development of sensation seeking and impulsivity during adolescence: Further evidence for a dual systems model*. *Developmental Psychology*. 47 (3). 739 - 746.
12. Hay C. & Forrest W. (2006). *The development of self-control: Examining self-control theory's stability thesis*. *Criminology*. 44 (4). 739 - 774.
13. Moffitt T.E. et al. (2011). *A gradient of childhood self-control predicts health, wealth, and public safety*. *Proceedings of the National Academy of Sciences. USA*. 108. 2.693 - 2.698.

14. Monahan K., Steinberg L., Cauffman E. & Mulvey E. (2009). *Trajectories of antisocial behavior and psychosocial maturity from adolescence to young adulthood*. *Developmental Psychology*. 45 (6). P. 1.654 - 1.668.
15. Robb D.L. (2002). *An investigation of self-control and its relationship to ethical attitudes in criminal justice personnel*. *Dissertation Abstracts International*. 62 (12). P. 4.343.
16. Roberts B.W., Chernyshenko O.S., Stark S., Goldberg L.R. (2005). *The structure of conscientiousness: An empirical investigation based on seven major personality questionnaires*. *Person Psychology*. 58. P. 103 - 139.
17. Strang N.M., Chein J.M. & Steinberg L. (2013). *The value of the dual systems model of adolescent risk-taking*. *Frontiers in Human Neuroscience*. 223 (7). P. 1 - 4.
18. Tangney J.P., Baumeister R.F. & Boone A.L. (2004). *High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades and interpersonal success*. *Journal of Personality*. 72. P. 271 - 324.
19. Tittle C.R., Ward D.A. & Grasmick H.G. (2003). *Gender, age, and crime/deviance: A challenge to self-control theory*. *Journal of Research in Crime and Delinquency*. 40. 426 - 453.