

# THÍCH ỨNG THANG ĐO CÔ ĐƠN UCLA PHIÊN BẢN 3 TRÊN NHÓM KHÁCH THỂ DU HỌC SINH VIỆT NAM TẠI MOSKVA, LIÊN BANG NGA

Đoàn Văn Lộc

*Khoa Tâm lý học, Trường Đại học Tổng hợp Xã hội Quốc gia Nga, Moskva, Liên bang Nga.*

## TÓM TẮT

*Nghiên cứu trình bày một cách khái quát quá trình phát triển của thang đo Cảm giác cô đơn UCLA qua các phiên bản. Tiến hành khảo sát độ tin cậy và độ hiệu lực của thang đo Cô đơn UCLA phiên bản 3 (UCLA Version 3) trên mẫu 217 khách thể (103 nam, 111 nữ, khuyết 3) cho ra kết quả 4 item không đảm bảo độ hiệu lực. Sau khi loại bỏ 4 item trên, thang đo có độ tin cậy cao, độ hiệu lực cao và cấu trúc ổn định. Kết quả thử nghiệm thang đo mới trên đối tượng du học sinh Việt Nam tại Moskva, Liên bang Nga phản ánh được thực tế sự cô đơn mà hầu hết sinh viên đang gặp phải, có sự tương đồng với những kết quả nghiên cứu trước đó trên thế giới, qua đó phản ánh hiệu quả đo lường tốt của thang đo sau thích ứng.*

**Từ khóa:** *Cô đơn; Du học; Liên bang Nga; Sinh viên.*

*Ngày nhận bài: 9/1/2020; Ngày duyệt đăng bài: 25/3/2020.*

## 1. Giới thiệu về nghiên cứu

### 1.1. Giới thiệu về thang đo

Thang đo lường Cô đơn UCLA (UCLA Loneliness Scale) lần đầu tiên được công bố năm 1978 bởi nhóm tác giả Russell, Peplau và Ferguson, sau đó được chỉnh sửa 2 lần vào năm 1980 và 1996. Ban đầu, thang đo được xây dựng để đánh giá cảm nhận chủ quan của các cá nhân về sự cô đơn, cô lập dựa trên những mệnh đề (item) thường được sử dụng để diễn tả trạng thái này (Russell, Peplau và Ferguson, 1978). Thang gồm 20 mệnh đề với các câu trả lời bằng chữ, đại diện cho 4 mức độ gồm: O (often): thường xuyên, S (sometimes): thỉnh thoảng, R (rarely): hiếm khi và N (never): không bao giờ. Việc quy đổi điểm thực hiện như sau: O: 3 điểm, S: 2 điểm, R: 1 điểm, N: 0 điểm. Điểm

khác biệt lớn nhất của phiên bản đầu tiên này so với hai phiên bản cải tiến sau đó là việc chỉ sử dụng các câu hỏi theo chiều hướng tiêu cực.

Để kiểm chứng ảnh hưởng của việc chỉ sử dụng các mệnh đề theo chiều hướng tiêu cực lên kết quả, Russell, Peplau và Cutrona (1980) đã cải tiến thang đo, trong đó 10 câu hỏi được thiết kế theo chiều hướng tiêu cực và 10 câu hỏi theo chiều hướng tích cực. Do đó, các tác giả đã đưa vào phương pháp cộng điểm ngược cho các câu hỏi tích cực này. Cho tới năm 1996, Russell tiếp tục tiến hành cải tiến bằng việc đơn giản hóa ngôn ngữ của thang đo để đa dạng các đối tượng đều có thể sử dụng được đồng thời giảm số câu hỏi tích cực xuống 9 câu kèm theo việc tính điểm ngược cho các câu này (Russell, 1996). Trong phiên bản 2 và 3, các mức điểm cũng thay đổi, thay vì hệ 3 - 2 - 1 - 0 như trong phiên bản đầu, hai phiên bản này sử dụng hệ 1 - 2 - 3 - 4.

Ngoài ba phiên bản chính thống trên, rất nhiều phiên bản thu gọn và chuẩn hóa mang tính quốc gia đã xuất hiện. Hays và DiMatteo (1987) còn thiết kế một phiên bản thu gọn dựa trên thang đo lường Cô đơn UCLA phiên bản 2 được biết đến với tên gọi ULS-8 cũng đạt được độ tin cậy và độ hiệu lực cao. Ngoài ra, còn có các phiên bản ULS-4 (Russell, Peplau và Cutrona, 1980), ULS-6 (Neto, 1992) cùng nhiều phiên bản thích ứng của các quốc gia như Trung Quốc (Xu và cộng sự, 2018), Hàn Quốc (Kim, 1997), Bồ Đào Nha (Neto, 1992), Đức (Doring và Bortz, 1993), Nga (Ruchkin, Eisemann và Hagglof, 1999), Tây Ban Nha (Vazquez và Jimenez, 1994),...

Đây là thang đo lường cô đơn phổ biến nhất trong giới nghiên cứu. Ước tính khoảng 80% các nghiên cứu về cô đơn sử dụng thang đo này (Goossens cùng cộng sự, 2014). Nhờ có thang đo này, rất nhiều phát hiện mới đã được tìm ra. Các cá nhân có mức độ cô đơn cao khi đánh giá bằng thang này có xu hướng gặp nhiều vấn đề trong các khía cạnh đời sống tâm lý, như tình bạn, tình yêu... (Russell, 1996). Nhiều nghiên cứu đã chỉ ra mối liên quan giữa cô đơn và các vấn đề khác như kiệt sức trong công việc (Russell, 1996), nghèo đói (Conger, Conger và Martin, 2010), các bệnh tật mạn tính (Russell, 1996)...

Thang đo lường Cô đơn UCLA phiên bản 3 (UCLA Loneliness Scale - Version 3) là phiên bản đầy đủ và mới nhất. Russell (1996) đã thực hiện đánh giá các thuộc tính tâm trắc học của thang này. Kết quả cho thấy, thang có độ tin cậy cao cả ở độ ổn định bên trong ( $\alpha$  trong khoảng 0,89 - 0,94) lẫn độ tin cậy test-retest (kiểm tra - tái kiểm tra) sau 1 năm ( $r = 0,73$ ). Độ giá trị hội tụ và độ hiệu lực cấu trúc tốt thể hiện qua các mối quan hệ với những công cụ đo lường khác (Russell, 1996). Trong phạm vi nghiên cứu này, chúng tôi sử dụng thang đo Cô đơn UCLA phiên bản 3 (UCLA Loneliness Scale - Version 3) để

tiến hành khảo sát độ tin cậy, độ hiệu lực và cấu trúc của thang trên nhóm đối tượng du học sinh Việt Nam tại Moskva, Liên bang Nga.

## **1.2. Mục tiêu nghiên cứu**

Nghiên cứu nhằm khảo sát độ tin cậy, độ hiệu lực và cấu trúc của thang đo lường Cô đơn UCLA phiên bản 3 trên nhóm đối tượng du học sinh Việt Nam tại Moskva, Liên bang Nga, từ đó hình thành một công cụ đo lường phù hợp cũng như tạo tiền đề cho các nghiên cứu tiếp theo.

## **2. Phương pháp nghiên cứu**

### **2.1. Khách thể**

Nghiên cứu được thực hiện trên mẫu gồm 217 khách thể (trong đó, 103 nam, 111 nữ, khuyết 3). Độ tuổi trung bình khách thể là 21,02 (độ lệch chuẩn là 2,39). Tất cả khách thể đều là du học sinh Việt Nam đang theo học tại 3 trường đại học tại Moskva gồm: Trường Đại học Tổng hợp Xã hội Quốc gia Nga (56 khách thể); Trường Đại học Kinh tế Quốc gia Nga mang tên Plekhanov (85 khách thể) và Trường Đại học Kỹ thuật Quốc gia Moskva mang tên Bauman (76 khách thể).

### **2.2. Thang đo**

Thang đo lường Cô đơn UCLA phiên bản 3 gồm 20 mệnh đề, trong đó có 11 mệnh đề theo hướng thuận và 9 mệnh đề theo hướng nghịch. Câu trả lời cho các mệnh đề trong thang được xây dựng trên thang Likert 4 điểm gồm: 1 điểm: “Tôi không bao giờ cảm thấy như vậy”; 2 điểm: “Tôi hiếm khi cảm thấy như vậy”; 3 điểm: “Tôi thỉnh thoảng cảm thấy như vậy” và 4 điểm: “Tôi thường xuyên cảm thấy như vậy”. Đối với các mệnh đề diễn tả theo chiều nghịch được quy đổi điểm trước khi tiến hành phân tích.

Thang đo đã được dịch từ tiếng Anh sang tiếng Việt bởi tác giả và có sự cố vấn từ phiên dịch viên có chuyên môn về ngôn ngữ Anh. Ngoài ra, tác giả còn thực hiện đối chiếu thêm với phiên bản chuẩn hóa tiếng Nga của bảng hỏi này.

### **2.3. Phương pháp phân tích**

Nghiên cứu này sử dụng hai phương pháp là phân tích tài liệu và phân tích dữ liệu định lượng bằng phần mềm xử lý số liệu SPSS 25. Phân tích nhân tố khám phá được thực hiện để chỉ ra cấu trúc của khái niệm cảm giác cô đơn đo lường bằng thang Cô đơn UCLA phiên bản 3. Hệ số Alpha của Cronbach và tương quan biến - tổng (item - total) được tính toán để đánh giá độ tin cậy của thang đo. Đồng thời các giá trị thống kê mô tả được tính toán để thử nghiệm thang đo lường Cô đơn UCLA phiên bản 3 trên mẫu nghiên cứu.

## 2.4. Câu hỏi nghiên cứu

Nghiên cứu xoay quanh 2 câu hỏi trọng tâm đó là: (1) Thang đo lường Cô đơn UCLA phiên bản 3 bản tiếng Việt có độ tin cậy, độ hiệu lực và cấu trúc ra sao? (2) Thang đo mới sau thích ứng có phản ánh được thực tế vấn đề cô đơn của du học sinh Việt Nam tại Moskva (Liên bang Nga) không?

## 3. Kết quả nghiên cứu

### 3.1. Độ tin cậy, độ hiệu lực và cấu trúc của thang đo lường Cô đơn UCLA phiên bản 3 bản tiếng Việt

Như đã nói ở trên, bảng hỏi bao gồm 9 mệnh đề được tính điểm theo chiều nghịch (item số 1, 5, 6, 9, 10, 15, 16, 19, 20). Sau khi tiến hành đổi điểm của các item này, độ tin cậy Alpha của Cronbach của toàn thang đạt mức độ cao ( $\alpha = 0,90$ ). Kết quả cụ thể được biểu diễn trong bảng sau:

*Bảng 1: Tương quan của từng item với toàn bộ thang đo và độ tin cậy của thang đo nếu loại bỏ item sau khi tiến hành phân tích độ tin cậy*

Nội dung item	Tương quan của item với toàn bộ thang đo	Độ tin cậy của thang đo nếu loại bỏ item
1. Bạn cảm thấy sự đồng điệu với mọi người xung quanh bạn?*	0,49	0,90
2. Bạn cảm thấy mình thiếu đi sự bầu bạn?	0,61	0,90
3. Bạn cảm thấy mình không có ai để xin lời khuyên hay giúp đỡ?	0,60	0,90
4. Bạn cảm thấy đơn độc?	0,62	0,90
5. Bạn cảm thấy mình vẫn là một phần của nhóm bạn?*	0,46	0,90
6. Bạn cảm thấy mình có rất nhiều điểm chung với mọi người xung quanh?	0,47	0,90
7. Bạn cảm thấy mình không thân thiết, gần gũi với mọi người nữa?	0,60	0,90
8. Bạn cảm thấy không có ai chung ý tưởng và sở thích với mình?	0,54	0,90
9. Bạn cảm thấy mình coi mờ và thân thiện?*	0,43	0,90
10. Bạn cảm thấy mình thân gần với mọi người?	0,55	0,90
11. Bạn cảm thấy mình bị bỏ rơi?	0,64	0,90

12. Bạn cảm thấy những mối quan hệ của bạn với người khác không còn ý nghĩa nữa?	0,56	0,90
13. Bạn cảm thấy không một ai biết rõ về bạn?	0,60	0,90
14. Bạn cảm thấy bị cô lập với mọi người?	0,60	0,90
15. Bạn vẫn sẽ tìm được sự bầu bạn khi bạn muốn chứ?*	0,45	0,90
16. Bạn cảm thấy vẫn có người thực sự hiểu bạn?*	0,51	0,90
17. Bạn cảm thấy ngại ngùng?	0,40	0,90
18. Bạn cảm thấy mọi người dù đang ở xung quanh nhưng không quan tâm đến bạn?	0,58	0,90
19. Bạn cảm thấy có ai đó có thể trò chuyện với bạn?*	0,47	0,90
20. Bạn cảm thấy có ai đó có thể giúp đỡ/cho bạn lời khuyên?*	0,56	0,90

Ghi chú: (\*) Các item có điểm nghịch đảo.

Kết quả bảng 1 cho thấy, hệ số tương quan biến - tổng của các item trong thang đo đều lớn hơn 0,3. Ngoài ra, không có một trường hợp loại bỏ item nào có thể làm cho hệ số Alpha của Cronbach của thang đo lớn hơn 0,90. Do đó, có thể nhận định rằng, thang đo có độ tin cậy cao và ổn định, có thể triển khai phân tích nhân tố.

Trong các nghiên cứu về cấu trúc nhân tố của thang đo lường Cô đơn UCLA phiên bản 3, nổi bật lên 3 tác giả với 3 đề xuất khác nhau. Russell (1996) đề xuất mô hình cấu trúc nhân tố gồm 1 thành tố. Ông cho rằng cả 20 mệnh đề của thang đều thuộc 1 nhân tố là "nỗi cô đơn". Trong khi Wilson cùng cộng sự (1992) đề xuất mô hình 2 nhân tố gồm các item tích cực (các item cộng điểm nghịch đảo: 1, 5, 6, 9, 10, 15, 16, 19, 20) và các item tiêu cực (item số 2, 3, 4, 7, 8, 11, 12, 13, 14, 17 và 18). Gần đây nhất, Hawkey và cộng sự (2005) đã đề xuất mô hình cấu trúc nhân tố 3 thành tố gồm (1) Sự cô lập (item số 2, 3, 4, 7, 8, 11, 12, 13, 14, 17, 18); (2) Sự gắn kết với cộng đồng (item số 1, 5, 6, 9) và (3) Sự gắn kết với các mối quan hệ thân thích (item số 10, 15, 16, 19, 20).

Sau khi tiến hành phân tích nhân tố khám phá theo từng mô hình trên, dữ liệu nghiên cứu bằng phép xoay Varimax, giá trị điều kiện của hệ số tải nhân tố lớn hơn 0,4 kết quả cho thấy, chỉ có mô hình cấu trúc nhân tố của Hawkey và cộng sự (2005) là đảm bảo các điều kiện. Kết quả cụ thể như sau:

**Bảng 2: Kết quả phân tích nhân tố khám phá EFA theo mô hình cấu trúc nhân tố của Hawkey và cộng sự (2005)**

Item	Nhân tố		
	Sự cô lập (1)	Sự gắn kết với các mối quan hệ thân thích (2)	Sự gắn kết với cộng đồng (3)
1. Bạn cảm thấy mình thiếu đi sự bầu bạn?	0,77		
2. Bạn cảm thấy mọi người dù đang ở xung quanh nhưng không quan tâm đến bạn?	0,77		
3. Bạn cảm thấy đơn độc?	0,74		
4. Bạn cảm thấy mình bị bỏ rơi?	0,69		
5. Bạn cảm thấy bị cô lập với mọi người?	0,65		
6. Bạn cảm thấy những mối quan hệ của bạn với người khác không còn ý nghĩa nữa?	0,63		
7. Bạn cảm thấy mình không có ai để xin lời khuyên hay giúp đỡ?	0,63		
8. Bạn cảm thấy không một ai biết rõ về bạn?	0,63		
9. Bạn cảm thấy không có ai chung ý tưởng và sở thích với mình?	0,62		
10. Bạn cảm thấy có ai đó có thể giúp đỡ/cho bạn lời khuyên?*		0,85	
11. Bạn cảm thấy có ai đó có thể trò chuyện với bạn?*		0,76	
12. Bạn vẫn sẽ tìm được sự bầu bạn khi bạn muốn chứ?*		0,73	
13. Bạn cảm thấy vẫn có người thực sự hiểu bạn?*		0,48	
14. Bạn cảm thấy mình có rất nhiều điểm chung với mọi người xung quanh?*			0,79
15. Bạn cảm thấy sự đồng điệu với mọi người xung quanh bạn?*			0,71
16. Bạn cảm thấy mình cởi mở và thân thiện?*			0,55

Ghi chú: (\*) Các item có điểm nghịch đảo.

Tiến hành phân tích nhân tố khám phá EFA theo mô hình cấu trúc nhân tố của Hawkey với phép quay Varimax và điều kiện giá trị tải nhân tố (factor loading) lớn hơn 0,4, xuất hiện một item không đảm bảo giá trị tải nhân tố tối thiểu (item “Bạn cảm thấy ngại ngùng?”); một item không đảm bảo độ hiệu lực phân biệt (item “Bạn cảm thấy mình không thân thiết, gần gũi với mọi người nữa?” có giá trị tải nhân tố “Sự cô lập” là 0,58 và giá trị tải nhân tố “Sự gắn kết với cộng đồng” là -0,48) và một item không đảm bảo độ hiệu lực nội dung (item “Bạn cảm thấy mình thân gần với mọi người?” thuộc nhân tố “Sự gắn kết cộng đồng” thay vì “Sự gắn kết với các mối quan hệ thân thích”). Ở bảng hỏi gốc, item này là “How often do you feel close to people?”. Về từ ngữ, ngoài cụm từ để hỏi tần suất trong tiếng Anh “How often” tuy bị khuyết trong câu hỏi chuyển ngữ nhưng đã biểu hiện qua 4 đáp án “không bao giờ”, “hiếm khi”, “thỉnh thoảng” và “thường xuyên”, chúng ta có thể thấy được sự tương ứng giữa “feel close to people” và “thân gần với mọi người”. Tuy nhiên có lẽ do sự khác biệt về việc hiểu ngữ nghĩa ở hai nền văn hóa khác nhau nên dẫn tới việc item này đi lệch so với kết quả nghiên cứu của Hawkey và cộng sự (2005).

Sau khi loại bỏ 3 item này, tiếp tục tiến hành quá trình phân tích nhân tố khám phá, kết quả xuất hiện thêm item “Bạn cảm thấy mình vẫn là một phần của nhóm bạn?” không đảm bảo độ hiệu lực phân biệt khi đồng thời thuộc nhân tố “sự gắn kết với các mối quan hệ thân thích” với hệ số tải nhân tố đạt 0,43 và nhân tố “sự gắn kết với cộng đồng” với hệ số tải nhân tố đạt 0,42.

Sau 2 lần loại đi các item không đảm bảo độ hiệu lực, kết quả cho ra 16 item hội tụ thành 3 nhóm phù hợp theo mô hình cấu trúc nhân tố do Hawkey và cộng sự đề xuất (bảng 2). Không có item nào tải nhiều hơn một nhân tố. Mô hình giải thích được 55,421% sự biến thiên của dữ liệu, hệ số KMO = 0,882;  $p < 0,01$ . Tất cả các item có hệ số tải nhân tố từ 0,484 trở lên, biểu thị các nhân tố đều có ý nghĩa thực tiễn.

Tiến hành đo lại độ tin cậy cho thang đo mới sau khi loại bỏ 4 item, kết quả thu được cho thấy, độ tin cậy Alpha của Cronbach của thang đo mới với 16 item đạt 0,89, giảm nhẹ so với trước khi tiến hành phân tích nhân tố khám phá. Tuy nhiên, đây vẫn là một mức tin cậy rất tốt. Tương quan của từng item với toàn bộ thang đo đều lớn hơn 0,3 và không trường hợp loại bỏ item nào làm hệ số Alpha của Cronbach cao hơn 0,89. Do đó, việc loại đi 4 item để đảm bảo độ hiệu lực thang đo vẫn đảm bảo được độ tin cậy ở mức tốt.

Cấu trúc nhân tố 3 thành phần gồm một thành tố mang tính tiêu cực (sự cô lập) và hai thành tố mang tính tích cực (sự gắn kết với những mối quan hệ thân thích và sự gắn kết với cộng đồng). Tiến hành phân tích tương quan giữa các nhân tố tích cực với sự cô lập cho ra tương quan nghịch ở mức độ trung

binh. Cụ thể, giữa sự cô lập và sự gắn kết với mỗi quan hệ thân thích có mối tương quan nghịch với  $r = -0,48$  ( $p < 0,01$ ). Mối tương quan giữa sự cô lập với sự gắn kết với cộng đồng cũng nghịch chiều với  $r = -0,46$  ( $p < 0,01$ ). Điều này thể hiện mức độ cô lập càng cao thì các mức độ gắn kết sẽ càng thấp. Ngoài ra, giữa 2 nhân tố tích cực (sự gắn kết với các mối quan hệ thân thích và sự gắn kết với cộng đồng) có một mối tương quan thuận ở mức độ trung bình với  $r = 0,47$  ( $p < 0,01$ ), cho thấy mức độ gắn kết với các mối quan hệ thân thích như gia đình, người thân, bạn bè... càng cao thì người ta càng có xu hướng gắn kết với cộng đồng.

**Bảng 3: Tương quan giữa 3 nhân tố của sự cô đơn**

Các thành tố	(1) Sự cô lập	(2) Sự gắn kết với các mối quan hệ thân thích	(3) Sự gắn kết với cộng đồng
(1) Sự cô lập	1		
(2) Sự gắn kết với các mối quan hệ thân thích	-0,48**	1	
(3) Sự gắn kết với cộng đồng	-0,46**	0,47**	1

Ghi chú: \*\*:  $p < 0,01$ .

Trong nghiên cứu của Hawkey và cộng sự (2005) mối tương quan lần lượt là  $r = -0,65$  (giữa sự cô lập và sự gắn kết với mỗi quan hệ thân thích);  $r = -0,69$  (giữa sự cô lập với sự gắn kết cộng đồng) và  $r = 0,55$  (giữa sự gắn kết với các mối quan hệ thân thích và sự gắn kết với cộng đồng) ( $p$  đều nhỏ hơn 0,01). Cả ba giá trị trên đều ở mức độ tương quan khá chặt chẽ. Tuy có khác biệt nhỏ về chênh lệch mức độ tương quan giữa hai nghiên cứu, song kết quả của nghiên cứu này đã cho thấy, sự tương đồng và phù hợp với những nghiên cứu đi trước. Điều này chứng minh thang đo Cô đơn UCLA phiên bản 3 bản tiếng Việt trong khuôn khổ nghiên cứu này có cấu trúc ổn định.

### **3.2. Kết quả nghiên cứu mức độ Cô đơn trên khách thể du học sinh Việt Nam tại Moskva, Liên bang Nga**

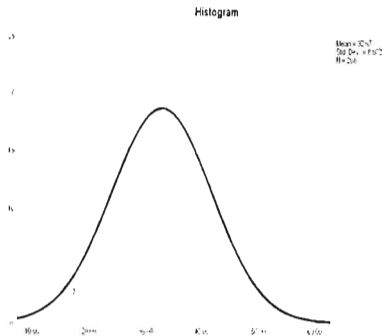
Thang đo mới gồm 16 item với các câu trả lời là các mức độ tần suất được sắp xếp theo thang Likert 4 điểm (1- Không bao giờ, 2- Hiếm khi, 3- thỉnh thoảng, 4- Thường xuyên). Điểm tổng tối thiểu mà khách thể có thể đạt được là 16, tối đa là 64. Qua kết quả thống kê mô tả, ta có thể thấy giá trị trung bình là 32,67 và trung vị là 32,0, tức là gần bằng nhau. Độ lệch chuẩn có giá trị khá nhỏ là 8,87. Độ xiên (skewness) có giá trị bằng 0,27 (trong khoảng  $\pm 1$ ). Do



dó, có thể coi đây là phân phối tiệm cận chuẩn. Quan sát biểu đồ cho thấy phân phối với đường cong có dạng hình chuông, có giá trị trung bình là 32,67 và số liệu phân phối khá đều hai bên. Tuy nhiên, điểm thu được từ mẫu nghiên cứu không phủ đủ toàn thang điểm tổng 16 - 64 (giá trị tối thiểu đạt 16 nhưng giá trị tối đa thu được mới chỉ đạt tới 54), có thể do cỡ mẫu hạn chế hay chất lượng đọc hiểu của bản dịch cần tiếp tục được cải tiến hơn nữa.

**Bảng 4:** Kết quả thống kê mô tả khi thử nghiệm thang đo UCLA phiên bản 3 bản tiếng Việt trên nhóm khách thể

N	208
Giá trị trung bình	32,67
Độ sai số trung bình	0,62
Trung vị	32,0
Độ lệch chuẩn	8,87
Độ xiên (Skewness)	0,270
Sai số chuẩn độ xiên	0,169
Độ nhọn (Kurtosis)	-0,511
Sai số chuẩn độ nhọn	0,336
Giá trị tối thiểu	16
Giá trị tối đa	54



Dựa vào kết quả của thống kê mô tả, chúng tôi đề xuất phân loại mức độ cô đơn gồm 4 nhóm: (1) nhóm không có nguy cơ (điểm tổng là 16 - không có biểu hiện cô đơn nào); (2) nhóm nguy cơ thấp (điểm tổng từ 17 đến 31 - có ít nhất từ 1 biểu hiện ở mức hiếm khi trở lên); (3) nhóm nguy cơ trung bình (điểm tổng từ 32 đến 47) và (4) nhóm nguy cơ cao (điểm tổng từ 48 trở lên). Kết quả thu được như sau:

Thang đo có khả năng phân loại mức độ cô đơn trên mẫu khách thể nhỏ với tỷ lệ thấp hơn ở 2 nhóm biên (nhóm không có nguy cơ chiếm 2,4% và nhóm nguy cơ cao chiếm 7,7%) và tỷ lệ cao hơn hẳn ở 2 nhóm giữa (nhóm nguy cơ thấp chiếm 45,2% và nguy cơ trung bình chiếm 44,7%). Kết quả này có thể giúp phân biệt nhóm nguy cơ và không nguy cơ bị cô đơn ở mẫu nghiên cứu khi sử dụng Thang đo Cô đơn UCLA phiên bản 3 bản tiếng Việt. Như vậy,

có thể có một số du học sinh Việt Nam ở Moskva có nguy cơ cao bị cảm giác cô đơn.

*Bảng 5: Kết quả nghiên cứu về mức độ cô đơn trên nhóm khách thể du học sinh Việt Nam tại Moskva (Liên bang Nga)*

Nhóm	Số lượng	Tỷ lệ (%)
Không có nguy cơ	5	2,4
Nguy cơ thấp	94	45,2
Nguy cơ trung bình	93	44,7
Nguy cơ cao	16	7,7

Nhiều nghiên cứu trên thế giới đã chứng minh cho thực tế tương tự. Peplau và cộng sự (1979) đã tiến hành nghiên cứu dựa trên 1.000 sinh viên Đại học Los Angeles (Hoa Kỳ). Kết quả nghiên cứu chỉ ra rằng, có khoảng 15% sinh viên luôn trong tình trạng cô đơn (nhóm nguy cơ cao) và chỉ 6% lượng khách thể trả lời không bao giờ cô đơn (nhóm nguy cơ thấp). So sánh với kết quả nghiên cứu này, ta thấy có đôi chút khác biệt về tỷ lệ hai nhóm “không nguy cơ” và “nguy cơ cao”. Cụ thể là ở nhóm khách thể người Việt Nam, tỷ lệ hai nhóm này đều thấp hơn không quá nhiều. Nguyên nhân có thể nằm ở số mẫu khách thể của nghiên cứu này còn hạn chế cũng như những khác biệt trong văn hóa, tâm lý, môi trường... Việc tìm hiểu sự khác biệt này có thể tiếp tục được nghiên cứu sâu hơn trong tương lai, song nhìn chung, có thể thấy được kết quả của nghiên cứu này cũng đã phản ánh được một thực trạng tương ứng và củng cố những lý thuyết đã được chứng minh qua các nghiên cứu đi trước. Đây là một minh chứng cho hiệu quả đo lường tốt của thang đo lường Cô đơn UCLA phiên bản 3 bản tiếng Việt sau thích ứng trên nhóm khách thể du học sinh Việt Nam tại Moskva (Liên bang Nga).

#### **4. Kết luận**

Trong khuôn khổ nghiên cứu này, thang đo lường Cô đơn UCLA phiên bản 3 bản tiếng Việt sau khi loại bỏ 4 item cho ra kết quả là một thang đo ngắn gọn gồm 16 item có độ tin cậy và độ hiệu lực cao cùng cấu trúc ổn định chứng tỏ kết quả nghiên cứu này có sự tương đồng với nhiều nghiên cứu đi trước. Có thể sử dụng thang đo này để phục vụ trong nghiên cứu trên đối tượng du học sinh người Việt Nam ở Moskva (Liên bang Nga) cũng như tiếp tục tiến hành các nghiên cứu sâu và mở rộng hơn trên nhiều đối tượng khác nhằm cải tiến hiệu quả đo lường hơn nữa.

Kết quả thử nghiệm bước đầu cho thấy, tình trạng cô đơn của du học sinh Việt Nam tại Moskva (Liên bang Nga) là hiện hữu và cần được quan tâm. Điều này nhấn mạnh thêm giá trị thực tiễn của nghiên cứu, đồng thời cũng đặt ra nhiều câu hỏi nghiên cứu mới nhằm tìm hiểu và giải quyết vấn đề trong tương lai.

Từ những kết quả trên, chúng tôi đề xuất những điểm sau: (1) Cần tiếp tục nghiên cứu sâu thêm Thang đo lường Cô đơn UCLA phiên bản 3 trên các nhóm đối tượng khác hướng tới chuẩn hóa rộng hơn, tạo tiền đề về cơ sở lý luận và phương pháp cho các nghiên cứu về cô đơn hiện đang còn rất hạn chế ở Việt Nam; (2) Cần những nghiên cứu sâu hơn về tình trạng cô đơn của du học sinh để có hướng hỗ trợ tích cực, giúp nâng cao hiệu quả học tập và sinh sống tại nước ngoài của họ.

### Tài liệu tham khảo

1. Conger R.D., Conger K.J. & Martin M.J. (2010). *Socioeconomic status, family processes, and individual development*. Journal of Marriage and Family. 72 (3). P. 685 - 704.
2. Doring N. & Bortz J. (1993). *Psychometric research on loneliness: A new German version of the University of California at Los Angeles (UCLA) Loneliness Scale*. Diagnostica. 39 (3). P. 224 - 239.
3. Goossens Luc, Klimstra, Theo Luyckx Koen, Vanhalst, Janne and Teppers Eveline (2014). *Reliability and validity of the roberts UCLA Loneliness Scale (RULS-8) with dutch-speaking adolescents in Belgium*. Psychologica Belgica. 54 (1). P. 5 - 18. DOI: 10.5334/pb.ae. ISSN 2054-670X.
4. Hawkey L.C., Browne M.W. & Cacioppo J.T. (2005). *How can I connect with thee? Let me count the ways*. Psychological Science. Vol. 16. P. 798 - 804.
5. Hays R.D. & DiMatteo M.R. (1987). *A short-form measure of loneliness*. Journal of Personality Assessment. 51 (1). P. 69 - 81.
6. Kim O.S. (1997). *Korean version of the revised UCLA Loneliness Scale: Reliability and validity test*. Journal of Korean Academy of Nursing. 27 (4). P. 871 - 879.
7. Neto F. (1992). *Loneliness among Portuguese adolescents*. Social Behavior and Personality: An International Journal. 20 (1). P. 15 - 21.
8. Peplau L., D. Russell and M. Heim (1979). *An attributional analysis of loneliness*. In I.H. Frieze, D. Bar Tal and I.S. Carroll (eds). *Attribution Theory: Applications to Social Problems*. New York: Jossey-Bass, in press.
9. Ruchkin V.V., Eisemann M. & Hagglof B. (1999). *Hopelessness, loneliness, self-esteem, and personality in Russian male delinquent adolescents versus controls*. Journal of Adolescent Research. 14 (4). P. 466 - 477. DOI: 10.1177/0743558499144005.

10. Russell D. (1996). *The UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, validity, and factor structure*. Journal of Personality Assessment. Vol. 66. P. 20 - 40.
11. Russell D., Peplau L.A. & Cutrona C.E. (1980). *The revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and discriminant validity evidence*. Journal of Personality and Social Psychology. Vol. 39. P. 472 - 480.
12. Russell D., Peplau L.A. & Ferguson M.L. (1978). *Developing a measure of loneliness*. Journal of Personality Assessment. Vol. 42. P. 290 - 294.
13. Vazquez A.J. & Jim Enez R. (1994). *RULS: Escala de Soledad UCLA Revisada: Fiabilidad y validez de una version espanola [Revised UCLA Loneliness Scale: Reliability and validity of a Spanish version]*. Revista de Psicologia de la Salud. 6 (1). P. 45 - 54.
14. Wilson D., Cutts J., Lees I., Mapungwana S. & Maunganidze L. (1992). *Psychometric properties of the revised UCLA Loneliness Scale and two short-form measures of loneliness in Zimbabwe*. Journal of Personality Assessment. Vol. 59. P. 72 - 81.
15. Xu S., Qiu D., Hahne J., Zhao M. & Hu M. (2018). *Psychometric properties of the short-form UCLA Loneliness Scale (ULS-8) among Chinese adolescents*. Medicine. 97 (38). e12373. DOI: 10.1097/MD.00000000000012373.