

NGHIÊN CỨU TÌNH YÊU ĐÔI LỬA BẰNG THANG ĐO CỦA STERNBERG

PGS.TS. Trương Thị Khánh Hà

Trưởng khoa Khoa Tâm lý học, Trường Đại học Khoa học Xã hội và Nhân văn, Đại học Quốc gia Hà Nội.

Ngô Thị Hoàng Giang

Khoa Du lịch, Viện Đại học Mở Hà Nội.

TÓM TẮT

Bài báo trình bày kết quả nghiên cứu các mặt biểu hiện của tình yêu ở 347 người từ 25 đến 40 tuổi bằng thang đo tình yêu của Sternberg. Kết quả nghiên cứu cho thấy, sự cam kết trong tình yêu biểu hiện rõ nét nhất, tiếp theo là tình thân và cuối cùng là sự đam mê. Các mặt biểu hiện của tình yêu không ổn định mà thay đổi theo trạng thái mối quan hệ yêu đương nhưng chúng luôn tương quan chặt chẽ với nhau. Những người đang hẹn hò và đã kết hôn có tình thân, sự đam mê và cam kết mạnh mẽ nhất. Các thành tố của tình yêu biểu hiện thấp nhất ở những người đã chia tay, đặc biệt là sự cam kết. Kết quả nghiên cứu cho thấy, có thể sử dụng thang đo tình yêu của Sternberg trên các khách thể Việt Nam.

Từ khóa: Thang đo tình yêu của Sternberg; Thân thiết; Đam mê; Cam kết; Tình yêu lứa đôi.

Ngày nhận bài: 19/9/2016; Ngày duyệt đăng bài: 25/10/2016.

1. Đặt vấn đề

Tình yêu đôi lứa là một trong những tình cảm phức tạp nhất và có lẽ cũng là quan trọng nhất đối với người trưởng thành.

Ngay từ thời cổ đại, các nhà triết học đã đặt ra những câu hỏi về tình yêu đôi lứa và tìm cách lý giải nó nhưng cho tới nửa cuối của thế kỷ XX, các nhà tâm lý học mới thực sự quan tâm nghiên cứu vấn đề này. Đặc biệt, việc xây dựng thang đo để đo lường tình cảm phức tạp này luôn là một thách thức đối với các nhà nghiên cứu. Có thể nói, một trong những nghiên cứu Tâm lý học đầu tiên tìm cách xây dựng thang đo tình yêu là nghiên cứu phát triển thang đo tình yêu lãng mạn của Zick Rubin (1970). Từ đó đến nay, những lý thuyết Tâm lý học về tình yêu và các thang đo trở nên phong phú và đa dạng hơn. Trong số rất nhiều các lý thuyết về tình yêu, lý thuyết tam giác tình yêu của Robert Sternberg (1986)

là nổi tiếng hơn cả. Thang đo tình yêu do chính tác giả xây dựng cũng là một trong những thang đo được sử dụng rộng rãi nhất. Bên cạnh đó, Sternberg cũng đã thực hiện một số nghiên cứu tương quan giữa sự hài lòng trong tình cảm và các thành tố đam mê, thân thiết và cam kết trong cấu trúc tình yêu của ông. Kết quả là có tương quan nổi trội nhất giữa sự thân thiết với sự hài lòng trong tình cảm (Sternberg, 1997).

Ở Việt Nam, các nghiên cứu về tình yêu đôi lứa theo cách tiếp cận lý thuyết của Sternberg còn ít. Chính vì vậy, chúng tôi muốn sử dụng thang đo tình yêu của Sternberg trong nghiên cứu này để tìm hiểu thực trạng các thành tố trong cấu trúc tình yêu ở người đầu tuổi trưởng thành Việt Nam và xem xét mối tương quan giữa các thành tố tình yêu với cảm nhận hạnh phúc.

2. Giới thiệu lý thuyết tam giác tình yêu của R. Sternberg

Theo Sternberg (1986), tình yêu đôi lứa được cấu tạo từ ba thành tố chính, đó là: sự thân thiết (intimacy), sự đam mê (passion) và sự cam kết (commitment). *Sự thân thiết* nói về những cảm nhận về sự gần gũi, hiểu nhau và hỗ trợ lẫn nhau. Nó khơi dậy sự ấm áp trong mối quan hệ tình cảm. *Sự đam mê* nói về sự hấp dẫn, cuốn hút về mặt thể xác. Nó khơi dậy những kích thích, dẫn tới sự đắm say trong mối quan hệ tình cảm. *Sự cam kết* nói về quyết định yêu một người (trong ngắn hạn) và cam kết duy trì tình yêu đó (trong dài hạn).

Ba thành tố này tương tác qua lại với nhau trong cùng một cấu trúc nhưng cũng có những thuộc tính riêng khác nhau ở mức độ nhất định. *Xét về tính ổn định*: Yếu tố cảm xúc trong thành tố thân thiết và yếu tố nhận thức trong thành tố cam kết dường như khá ổn định trong một mối quan hệ gần gũi, trong khi yếu tố hưng phấn trong thành tố đam mê lại khá bất ổn, khó đoán. *Xét về khả năng kiểm soát của ý thức*: Con người có thể kiểm soát một cách có ý thức ở một mức nhất định những cảm nhận trong thành tố thân thiết và tính trách nhiệm trong thành tố cam kết nhưng ít có khả năng kiểm soát một cách có ý thức những hưng phấn tình dục, trội dậy trong thành tố đam mê. *Xét về góc độ nhận thức được sự hiện diện của từng thành tố*: Con người có thể nhận biết được khá tốt sự có mặt của thành tố đam mê (trong nhiều trường hợp, nhất là khi mối quan hệ đã trải qua một thời gian dài) nhưng lại ít có khả năng nhận thấy sự hiện diện của thành tố thân thiết và thành tố cam kết. *Về mức độ liên hệ với các phản ứng sinh lý*: Thành tố đam mê phụ thuộc khá nhiều vào những yếu tố tâm sinh lý, thành tố thân thiết có liên hệ ở mức vừa phải, trong khi thành tố cam kết có liên hệ rất ít với những yếu tố tâm sinh lý (Sternberg, 1986).

Bên cạnh đó, vai trò của từng thành tố trong các loại tình cảm cũng khác nhau. Trong những mối quan hệ tình cảm ngắn hạn, đặc biệt là mối quan hệ lãng mạn, sự đam mê thường giữ vị trí quan trọng, tình thân có thể chỉ quan trọng

vừa phải và hầu như không có sự cam kết. Ngược lại, trong những mối quan hệ tình cảm dài hạn, sự thân thiết và cam kết thường giữ vị trí quan trọng.

Trên cơ sở lý thuyết tam giác tình yêu, Sternberg xây dựng thang đo tình yêu (Sternberg Love Scale). Thang đo này đã được Sternberg chứng minh độ hiệu lực cấu trúc (Sternberg, 1997) và được sử dụng rộng rãi trong nhiều nghiên cứu về tình yêu trên thế giới.

3. Câu hỏi nghiên cứu

Thang đo tình yêu của Sternberg có thể sử dụng ở Việt Nam hay không? Thành tố nào trong tình yêu của người đầu tuổi trưởng thành ở Việt Nam là nổi trội nhất và có sự khác biệt giữa các thành tố tình yêu theo giới tính và tình trạng mối quan hệ hay không?

2) Nếu cho rằng tình yêu là một trong những tình cảm quan trọng nhất ở người đầu tuổi trưởng thành thì tình yêu có tương quan với cảm nhận hạnh phúc hay không?

4. Khách thể nghiên cứu

Khách thể nghiên cứu gồm 347 người trên địa bàn Hà Nội, tuổi từ 25 đến 40 tuổi (Mean = 31,7; SD = 4,4), với những đặc điểm cụ thể như sau:

Các tiêu chí		Số lượng	Tỷ lệ (%) trên tổng số
Giới tính	Nam	150	43,2
	Nữ	197	56,8
Tình trạng mối quan hệ	Độc thân (có quan tâm đến ai đó)	35	10,1
	Đang hẹn hò	41	11,8
	Đính hôn	4	1,2
	Kết hôn	249	71,8
	Đã chia tay	16	4,6
Trình độ học vấn	THPT, THCS	19	5,5
	Đại học, sau đại học	328	94,5

Ghi chú: Có 2 khách thể không đánh dấu vào câu hỏi về "tình trạng mối quan hệ" nên bài báo chỉ đề cập đến 345 người khi phân tích so sánh theo tiêu chí này.

5. Phương pháp nghiên cứu

Chúng tôi xin giới thiệu ngắn gọn về hai thang đo được sử dụng như phương pháp nghiên cứu chính trong nghiên cứu này. Đó là thang đo tình yêu của Sternberg (1997) và thang đo cảm nhận hạnh phúc của Keyes (1998).

Thang đo tình yêu của Sternberg (Sternberg Love Scale) gồm 45 mệnh đề. Tiềm thang đo thành tố thân thiết từ mệnh đề 1 đến mệnh đề 15. Tiềm thang đo thành tố đam mê từ mệnh đề 16 đến mệnh đề 30. Tiềm thang đo thành tố cam kết từ mệnh đề 31 đến mệnh đề 45. Thang đo likert 9 bậc: từ 1 (Không đúng chút nào) đến 9 (Hoàn toàn đúng). Thang đo được dịch sang tiếng Việt và dùng để khảo sát trong nghiên cứu này. Các mệnh đề cụ thể được hiển thị trong bảng 1.

Thang đo cảm nhận hạnh phúc của Keyes, còn gọi là Thang phổ sức khỏe tinh thần (Mental Health Continuum), bản rút gọn gồm 14 mệnh đề. Thang đo đã được tác giả Trương Thị Khánh Hà dịch và thích ứng trên khách thể là những người trưởng thành ở Việt Nam, gồm các tiềm thang đo: Hạnh phúc cảm xúc; Hạnh phúc tâm lý; Hạnh phúc xã hội (Trương Thị Khánh Hà, 2015).

6. Kết quả nghiên cứu

6.1. Cấu trúc và độ tin cậy của thang đo tình yêu của Sternberg

Để kiểm tra thang đo tình yêu bản tiếng Việt có cùng cấu trúc như lý thuyết tình yêu của Sternberg hay không, đầu tiên chúng tôi sử dụng phép phân tích nhân tố (Factor Analysis) với phép xoay Varimax (Varimax with Kaiser Normalization) để tìm hiểu số nhân tố tối ưu cũng như nội dung của các nhân tố.

Bảng 1: Bảng ma trận xu hướng mệnh đề - nhân tố
(Rotated Component Matrix)

TT	Các mệnh đề	Nhân tố		
		(1)	(2)	(3)
Thành tố cam kết				
32	Tôi cam kết sẽ duy trì mối quan hệ của tôi với _____.	0,786		
44	Trong tương lai, tôi vẫn tiếp tục mối quan hệ của tôi với _____.	0,784		
41	Tôi thấy mối quan hệ của tôi với _____ sẽ bền lâu.	0,783		
34	Tôi tự tin vào sự ổn định trong mối quan hệ của tôi với _____.	0,772		
45	Ngay cả khi mối quan hệ của tôi với _____ gặp nhiều trở ngại, tôi vẫn tiếp tục gắn bó với mối quan hệ của chúng tôi.	0,769		
35	Tôi không để bất cứ điều gì cản trở sự cam kết của mình với _____.	0,767		
38	Tôi thấy sự cam kết gắn bó của mình với _____ là vững chắc.	0,759		

33	Vì cam kết với____, tôi sẽ không để cho người khác chen vào giữa chúng tôi.	0,738		
36	Tôi hy vọng tình yêu của tôi với ____ kéo dài cho đến hết cuộc đời.	0,727		
42	Tôi thấy mối quan hệ của tôi với ____ là một quyết định đúng đắn.	0,719		
40	Tôi chắc chắn về tình yêu của mình dành cho_____.	0,709		
43	Tôi cảm thấy mình có trách nhiệm với_____.	0,706		
39	Tôi không thể hình dung nổi mối quan hệ của tôi với ____ sẽ chấm dứt.	0,641		
37	Tôi sẽ luôn có trách nhiệm cao đối với_____.	0,635		
Thành tố thân thiết				
2	Tôi có tình cảm ấm áp với_____.	0,714		
8	Tôi giao tiếp tốt với_____.	0,668		
1	Tôi tích cực vun đắp cho hạnh phúc của_____.	0,666		
7	Tôi trao cho_____ sự ủng hộ khá lớn về mặt cảm xúc.	0,650		
4	_____ có thể trông mong ở tôi khi cần.	0,648		
12	Tôi cảm thấy tôi thực sự hiểu_____.	0,638		
10	Tôi cảm thấy gần gũi với_____.	0,636		
3	Tôi có thể trông mong ở_____ khi cần.	0,636		
6	Tôi nhận được sự ủng hộ khá lớn về mặt cảm xúc từ_____.	0,632		
5	Tôi sẵn sàng chia sẻ tất cả những gì của mình với_____.	0,593		
11	Tôi có mối quan hệ thoải mái, dễ chịu với_____.	0,581		
13	Tôi cảm thấy rằng_____ thực sự hiểu tôi.	0,563		
Thành tố đam mê				
20	Tôi hay lý tưởng hóa_____.			0,810
26	Tôi ngưỡng mộ_____.			0,739
18	Quan hệ của tôi với_____ rất lãng mạn.			0,728
29	Khi tôi xem những bộ phim hoặc đọc những cuốn sách lãng mạn, tôi thường nghĩ đến_____.			0,711
19	Cá nhân tôi thấy_____ rất hấp dẫn.			0,667

30	Tôi có những tưởng tượng đẹp đẽ về _____			0,644
28	Tình yêu của tôi với _____ thật mãnh liệt.			0,631
17	Tôi nhận thấy hàng ngày mình thường xuyên nghĩ đến _____			0,626
25	Có cái gì đó “kỳ diệu” trong mối quan hệ của tôi với _____			0,619

Ở lần phân tích đầu tiên, kết quả cho thấy các mệnh đề của thang đo tình yêu được sắp xếp thành 3 nhân tố với các nội dung phù hợp với 3 thành tố thân thiết, đam mê, cam kết. Các nhân tố đều có giá trị riêng (eigenvalue) lớn hơn 1. Tuy nhiên, sự sắp xếp các mệnh đề vào các nhân tố không hoàn toàn phù hợp với ý định thiết kế ban đầu của Sternberg. Có 10 mệnh đề có hệ số tải cao ngang nhau ở cả 2 nhân tố, trong đó thậm chí có mệnh đề có hệ số tải cao ở cả 3 nhân tố. Sau khi kiểm tra lại các mệnh đề này, chúng tôi nhận thấy: khi chuyển sang tiếng Việt, các mệnh đề này có thể được hiểu theo nhiều cách. Có câu nói về sự thân thiết nhưng cũng có thể dùng để nói bóng gió về quan hệ lãng mạn và ngược lại. Ví dụ, mệnh đề 15: “*Tôi chia sẻ những điều rất riêng tư của mình với _____*” theo lý thuyết là thuộc nhân tố “thân thiết” nhưng lại có hệ số cao ở cả nhân tố “đam mê”. Hoặc mệnh đề 16: “*Tôi muốn ở bên _____ hơn bất cứ ai khác*” về lý thuyết là thuộc nhân tố “đam mê” nhưng trong tiếng Việt, người ta cũng có thể nói như vậy đối với những người bạn thân thiết. Chúng tôi quyết định loại bỏ 10 mệnh đề này. Sau khi loại 10 mệnh đề (số 9, 14, 15, 16, 21, 22, 23, 24, 27, 31) chúng tôi thu được kết quả như sau:

Ba nhân tố có giá trị riêng (eigenvalue) lớn hơn 1, giải thích được 70,9% sự biến thiên của dữ liệu. Hệ số tải nhân tố biến thiên từ 0,563 đến 0,810, đều lớn hơn 0,50. Hệ số KMO = 0,962 với mức ý nghĩa $p < 0,001$. Các mệnh đề đều được sắp xếp vào các nhân tố phản ánh đúng nội dung các nhân tố theo lý thuyết và thang đo của Sternberg.

Tiếp theo, chúng tôi tiến hành kiểm tra độ tin cậy, điểm trung bình và tương quan giữa các tiểu thang đo. Kết quả thu được như sau:

Độ tin cậy (hệ số Alpha của Cronbach) của các tiểu thang đo thân thiết, đam mê, cam kết và của toàn thang đo đều rất cao, lần lượt là 9,49; 9,34; 9,75. Tương quan giữa từng mệnh đề với các tiểu thang đo tương ứng đều lớn hơn 0,70.

Tìm hiểu mối quan hệ giữa ba thành tố tình yêu và tương quan của từng thành tố với toàn bộ thang đo, kết quả thu được như sau:

Bảng 2: Tương quan giữa các thành tố và toàn thang đo

Các thành tố	(1)	(2)	(3)	(4)
Thân thiết	1			
Đam mê	0,754**	1		
Cam kết	0,863**	0,739**	1	
Toàn bộ thang đo	0,943**	0,873**	0,955**	1

Ghi chú: ** Tương quan có ý nghĩa thống kê ở mức $p < 0,01$ (2 đuôi).

Có thể thấy, cả ba thành tố thân thiết, đam mê, cam kết của thang đo đều tương quan chặt với nhau và cùng tương quan rất chặt với toàn thang đo, điều này chứng tỏ sự tăng lên hay giảm xuống của một thành tố trong tình yêu cũng dẫn tới sự tăng lên hay giảm xuống của các thành tố khác và ảnh hưởng tới tình yêu nói chung.

Như vậy, thang đo tình yêu của Sternberg có thể sử dụng ở Việt Nam nhưng cần loại bỏ một số mệnh đề để đảm bảo tính phân định rõ ràng của các thành tố. Thang đo có cấu trúc 3 nhân tố phù hợp với lý thuyết tam giác tình yêu, có độ tin cậy và sự nhất quán trong nội bộ thang đo cao.

6.2. Thành tố tình yêu nào nổi trội nhất

Tính điểm trung bình các thành tố tình yêu của người đầu tuổi trưởng thành ở Việt Nam, kết quả thu được như sau:

Bảng 3: Điểm trung bình của các thành tố tình yêu ($n = 347$)

Các thành tố	Điểm trung bình	Độ lệch chuẩn
Thân thiết	7,17	1,40
Đam mê	6,55	1,57
Cam kết	7,36	1,65

So sánh các mặt của tình yêu, kết quả cho thấy các giá trị khác nhau một cách có ý nghĩa ($p < 0,01$). Như vậy, trong ba thành tố tình yêu, sự cam kết trong tình yêu của người đầu tuổi trưởng thành ở Việt Nam có giá trị trung bình cao nhất, sự thân thiết có giá trị trung bình cao thứ hai và sự đam mê đứng ở vị trí thứ ba. Điều này có thể lý giải rằng, trong tình yêu, người Việt Nam đề

cao tình nghĩa thủy chung, bên cạnh tình cảm lãng mạn, bao giờ cũng nhấn nhủ nhau về sự cam kết.

*Thương nhau cắt tóc mà thẻ
Khó nghèo cũng chịu chờ hễ bỏ nhau*

*Thương nhau tạc một chữ tình
Trăm năm thẻ quyết bạn mình có nhau*

*Em ơi chua ngọt đã từng
Non xanh nước bạc ta đừng quên nhau*

Quan niệm “*cái nết đánh chết cái đẹp*” cũng có ảnh hưởng nhất định tới cách chọn người yêu hay chọn vợ chồng. Họ ít khi lấy ai đó chỉ vì những cảm xúc đam mê trong tình yêu đôi lứa. Bên cạnh sự đam mê, họ còn xem xét tới tính cách, hoàn cảnh gia đình, như các cụ hay dặn “*Lấy vợ kén tông, lấy chồng kén giống*”. Sự đam mê có điểm trung bình thấp nhất trong 3 thành tố phản ánh phần nào xu hướng chọn người yêu, chọn vợ, chọn chồng của những người đầu trưởng thành ở Việt Nam.

So sánh điểm trung bình các thành tố tình yêu theo các yếu tố, chúng tôi thu được kết quả: Điểm trung bình các thành tố tình yêu không có sự khác biệt theo giới tính ($p > 0,05$) nhưng có sự khác biệt có ý nghĩa giữa các nhóm độc thân (có quan tâm đến ai đó), nhóm đang hẹn hò, nhóm đính hôn, nhóm kết hôn và nhóm đã chia tay. Sử dụng phép so sánh điểm trung bình One way Anova, chúng tôi thu được kết quả như sau:

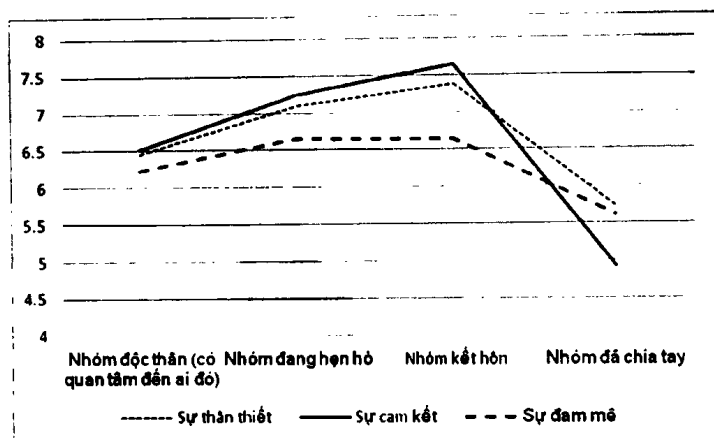
Bảng 4: So sánh điểm trung bình (độ lệch chuẩn phía dưới in nghiêng) của từng thành tố theo tình trạng mỗi quan hệ

Các thành tố	Độc thân (n = 35)	Đang hẹn hò (n = 41)	Đính hôn (n = 4)	Kết hôn (n = 249)	Đã chia tay (n = 16)	F	p
Thân thiết	6,45 1,37	7,10 1,23	5,66 1,14	7,38 1,35	5,73 1,42	8,74	0,000
Đam mê	6,23 1,49	6,66 1,29	5,91 0,31	6,64 1,63	5,61 1,46	1,97	0,098
Cam kết	6,51 1,73	7,25 1,316	6,10 2,19	7,64 1,52	4,93 1,52	14,33	0,000

Có thể thấy, sự thân thiết ($F = 8,74$; $p < 0,001$) và sự cam kết ($F = 14,33$; $p < 0,001$) có khác biệt có ý nghĩa về mặt thống kê giữa các nhóm. Nhóm “kết hôn” có điểm số cao nhất, tiếp đến là nhóm “đang hẹn hò”, tiếp theo là nhóm

“độc thân”, điểm thấp nhất là ở nhóm “đã chia tay”. Trong kết quả này, những người đang đính hôn có điểm 3 mặt của tình yêu thấp hơn cả những người độc thân. Theo chúng tôi, tâm trạng lo lắng của những người vừa đính hôn nhưng chưa kết hôn, cộng với việc họ chưa hoàn toàn thích ứng với những mối quan hệ họ hàng phức tạp mới cũng có thể là nguyên nhân khiến những người đính hôn, chuẩn bị kết hôn có điểm tình yêu thấp. Tuy nhiên, cần có những nghiên cứu tiếp theo để có thể kết luận một cách đáng tin cậy hơn. Vì trong nghiên cứu này, nhóm những người đính hôn quá nhỏ.

Kết quả ở bảng 4 và biểu đồ 1 cho thấy sự thân thiết, đam mê và cam kết không ổn định. Chúng có thể biến đổi khá mạnh mẽ theo tình trạng của mối quan hệ yêu đương.



Biểu đồ 1: So sánh các thành tố tình yêu theo tình trạng mối quan hệ

Nhận định của Sternberg cho rằng, trong những mối quan hệ tình cảm ngắn hạn và các mối quan hệ tình cảm lãng mạn, thành tố đam mê thường giữ vị trí quan trọng, thành tố thân thiết có thể chỉ quan trọng vừa phải và thành tố cam kết có thể chẳng có vị trí gì đáng kể (Sternberg, 1997). Tuy nhiên, kết quả nghiên cứu của chúng tôi cho thấy, nếu có thể coi mối quan hệ hẹn hò là mối quan hệ lãng mạn thì nhóm đang hẹn hò ở Việt Nam cũng có sự thân thiết và cam kết cao hơn sự đam mê, tương tự như ở nhóm đã kết hôn. Điều này có thể là do những người sống trong nền văn hóa phương Đông nói chung, Việt Nam nói riêng, khi hẹn hò với ai đó là họ đã nghĩ tới tương lai người đó có phù hợp để kết hôn hay không. Hẹn hò là giai đoạn chuẩn bị để tiến tới hôn nhân chứ

không phải chỉ là tình yêu lãng mạn đơn thuần như ở phương Tây. Chính vì vậy, sự thân thiết và sự cam kết vẫn là những yếu tố được coi trọng hơn sự đam mê, ngay cả ở những cặp đôi đang hẹn hò.

6.3. Tương quan giữa các thành tố trong tình yêu và cảm nhận hạnh phúc

Để trả lời câu hỏi tình yêu đôi lứa - tình cảm quan trọng của người đầu tuổi trưởng thành - có tương quan với cảm nhận hạnh phúc hay không, chúng tôi xem xét tương quan của từng thành tố tình yêu với cảm nhận hạnh phúc, kết quả như sau:

Bảng 5: Tương quan giữa các thành tố trong tình yêu và cảm nhận hạnh phúc (Hệ số tương quan Pearson)

	Thân thiết	Đam mê	Cam kết	Tình yêu chung
Cảm nhận hạnh phúc	0,316**	0,288**	0,273**	0,312**

Ghi chú: ** tương quan có ý nghĩa thống kê ở mức $p < 0,01$ (2 đuôi).

Từ bảng trên ta có thể thấy, tất cả các thành tố tình yêu đều tương quan thuận một cách có ý nghĩa với cảm nhận hạnh phúc. Đặc biệt, thành tố "thân thiết" trong tình yêu cũng như tình yêu chung có tương quan thuận với cảm nhận hạnh phúc ở mức đáng kể ($r > 0,3$).

Kết luận

Thang đo tình yêu của Sternberg có thể sử dụng ở Việt Nam. Sau khi loại bỏ một số mệnh đề không thực sự thuộc về một nhân tố nào rõ rệt, còn lại 35 mệnh đề, gồm 3 tiểu thang đo: sự thân thiết, sự đam mê, sự cam kết trong tình yêu, hoàn toàn phù hợp với cấu trúc tình yêu theo lý thuyết của Sternberg.

Trong tình yêu của người đầu tuổi trưởng thành ở Việt Nam, thành tố cam kết giữ vị trí cao nhất, tiếp theo là sự thân thiết, sau cùng là sự đam mê. Những người đã kết hôn hoặc đang hẹn hò có biểu hiện mạnh mẽ nhất ở cả 3 mặt của tình yêu. Những người có người yêu (có vợ/chồng) nhưng đã chia tay có điểm tình yêu thấp nhất. Kết quả này cho thấy, con người chỉ thực sự có tình thân, sự đam mê và cam kết khi họ đang trong một mối quan hệ yêu đương ổn định.

Tình yêu đôi lứa có tương quan thuận một cách có ý nghĩa với cảm nhận hạnh phúc. Kết quả này cho thấy, tầm quan trọng của tình yêu đôi lứa đối với cuộc sống tình cảm nói riêng và hạnh phúc của con người nói chung.

Tài liệu tham khảo

1. Rubin Z., *Measurement of romantic love*, Journal of Personality and Social Psychology, Vol. 16, pp. 265 - 273, 1970.
2. Sternberg R., *The triangular theory of love*, Psychological review, Vol. 93, No. 2, pp. 119 - 135, 1986.
3. Sternberg R., *Construct validation of a triangular love scale*, European journal of social psychology, Vol. 27, pp. 313 - 335, 1997.
4. Trương Thị Khánh Hà, *Cảm nhận hạnh phúc chủ quan của người trưởng thành*, Tạp chí Tâm lý học, ISSN: 1859-0098, Số 11 năm 2015.