

DOI: 10.58490/ctump.2025i92.4206

**TÍNH CÁCH HƯỚNG NỘI – HƯỚNG NGOẠI VÀ TRẢI NGHIỆM
HỌC LÂM SÀNG CỦA SINH VIÊN Y KHOA:
GÓC NHÌN TỪ GIÁO DỤC VÀ TÂM LÝ HỌC Y KHOA**

Hạ Chí Lộc*, **Dương Thị Ngọc Lan**, **Phạm Linh Đan**,
Nguyễn Thị Anh Đào, **Võ Trọng Tuấn**
Đại học Y Dược Thành phố Hồ Chí Minh

*Email: hachiloc@ump.edu.vn

Ngày nhận bài: 12/9/2025

Ngày phản biện: 10/10/2025

Ngày duyệt đăng: 25/10/2025

TÓM TẮT

Đặt vấn đề: Tính cách là yếu tố quan trọng ảnh hưởng đến trải nghiệm và kết quả học tập lâm sàng của sinh viên y khoa. Đặc điểm hướng ngoại, ảnh hưởng đến khả năng giao tiếp, phản ứng với áp lực và hiệu quả học nhóm trong môi trường đào tạo lâm sàng. **Mục tiêu nghiên cứu:** Đánh giá các bằng chứng về ảnh hưởng của tính cách hướng nội – hướng ngoại đến học tập lâm sàng của sinh viên y khoa. **Đối tượng và phương pháp nghiên cứu:** Tổng quan hệ thống theo PRISMA 2020. Nguồn dữ liệu PubMed, Google Scholar và CNKI, từ 2015–7/2025, có 1358 bài báo và lựa chọn 12 bài báo phù hợp. Các từ khóa bằng tiếng Anh và Trung liên quan đến tính cách, sinh viên y khoa và học lâm sàng. Tiêu chí chọn bài gồm các nghiên cứu định tính và định lượng có đối tượng là sinh viên y và có đánh giá mối liên hệ giữa hướng nội – hướng ngoại với học lâm sàng. **Kết quả:** Hướng ngoại liên hệ nghịch với mức độ kiệt sức học tập (2024, Khanh) và thuận với năng lực giao tiếp OR=2,01 (2016, Tang), niềm tin năng lực bản thân $r=0.395$ (2021, Galarneau) và sự hài lòng với ngành y. Người hướng ngoại giao tiếp tốt và đạt kết quả cao hơn trong bài thi OSCE hoặc học nhóm PBL, không có sự khác biệt về GPA. Các nghiên cứu ghi nhận kết quả không đồng nhất, cho thấy ảnh hưởng của hướng ngoại phụ thuộc vào hình thức đánh giá và bối cảnh học tập. **Kết luận:** Tính hướng ngoại là yếu tố tâm lý cá nhân ảnh hưởng tích cực đến sức khỏe tinh thần, khả năng giao tiếp và sự thích nghi với môi trường học tập. Yếu tố này đóng vai trò bảo vệ trong việc duy trì động lực học tập, hiệu quả làm việc nhóm và sự gắn bó với nghề.

Từ khóa: Tính cách, hướng nội, hướng ngoại, sinh viên y khoa.

ABSTRACT

**INTROVERSION–EXTRAVERSION TRAITS AND CLINICAL
LEARNING EXPERIENCES OF MEDICAL STUDENTS:
A PERSPECTIVE FROM MEDICAL EDUCATION AND PSYCHOLOGY**

Ha Chi Loc*, **Duong Thi Ngoc Lan**, **Pham Linh Dan**,
Nguyen Thi Anh Dao, **Vo Trong Tuan**

University of Medicine and Pharmacy at Ho Chi Minh City

Background: Personality is an important factor influencing the clinical learning experience and outcomes of medical students. Extraversion, in particular, affects communication ability, response to stress, and group learning effectiveness in clinical training environments. **Objectives:** To evaluate evidence on the influence of introversion–extraversion personality traits on the clinical learning of medical students. **Materials and methods:** A systematic review conducted according to PRISMA 2020 guidelines. Data sources included PubMed, Google Scholar, and CNKI, covering the period from 2015 to July 2025. A total of 1,358 articles were identified, with 12 selected for inclusion. Keywords in English and Chinese related to personality, medical students, and clinical

learning were used. Inclusion criteria were qualitative and quantitative studies involving medical students that examined the relationship between introversion–extraversion and clinical learning.

Results: Extraversion was negatively associated with academic burnout (Khanneh, 2024) and positively associated with communication competence (OR = 2.01, Tang, 2016), self-efficacy ($r = 0.395$, Galarneau, 2021), and satisfaction with the medical profession. Extraverted individuals demonstrated better communication and performed better in OSCE exams or PBL group learning, although no significant difference was found in GPA. The studies reported heterogeneous results, suggesting that the impact of extraversion depends on the type of assessment and learning context.

Conclusions: Extraversion is a personal psychological factor that positively influences mental well-being, communication skills, and adaptability in learning environments. It serves a protective role in maintaining academic motivation, teamwork effectiveness, and professional engagement.

Keywords: Personality, introversion, extraversion, medical students.

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Tính cách cá nhân, đặc biệt là hai đặc điểm đối lập là hướng nội và hướng ngoại, có ảnh hưởng sâu sắc đến quá trình học tập và phát triển chuyên môn của sinh viên y khoa trong môi trường lâm sàng – nơi đòi hỏi kỹ năng giao tiếp, phản xạ nhanh và làm việc nhóm hiệu quả [1], [2]. Trong khi sinh viên hướng ngoại có xu hướng linh hoạt, năng động và tự tin trong các tình huống giao tiếp lâm sàng, thì người hướng nội thường gặp thách thức trong việc tham gia tích cực vào thảo luận ca, kỳ thi thực hành như OSCE hay các tình huống trực cấp cứu [3], [4]. Những khác biệt này không chỉ ảnh hưởng đến kết quả học tập mà còn liên quan đến mức độ kiệt sức, sức khỏe tâm thần và định hướng nghề nghiệp sau tốt nghiệp.

Mặc dù một số nghiên cứu riêng lẻ đã đề cập đến vai trò của đặc điểm tính cách trong giáo dục y khoa, hiện vẫn chưa có tổng quan hệ thống nào đánh giá toàn diện ảnh hưởng của xu hướng hướng nội – hướng ngoại đến trải nghiệm và kết quả học lâm sàng ở sinh viên y. Khoảng trống này cản trở việc xây dựng các can thiệp sư phạm phù hợp nhằm cá nhân hóa quá trình đào tạo, hỗ trợ sự thích nghi nghề nghiệp và chăm sóc sức khỏe tâm thần cho sinh viên. Do đó, việc thực hiện một tổng quan hệ thống nhằm trả lời câu hỏi: Liệu tính hướng ngoại có phải là yếu tố bảo vệ đối với sức khỏe tâm lý, hiệu quả học tập và sự thích nghi nghề nghiệp trong môi trường lâm sàng? là cần thiết và có giá trị thực tiễn cao.

II. ĐỐI TƯỢNG VÀ PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

2.1. Đối tượng nghiên cứu

- **Thiết kế nghiên cứu:** Tổng quan hệ thống theo chuẩn PRISMA 2020.
- **Cơ sở dữ liệu tìm kiếm:** Tài liệu được tìm kiếm trên ba cơ sở dữ liệu điện tử chính: PubMed, Google Scholar, CNKI.
- **Nguồn dữ liệu và chiến lược tìm kiếm:** Từ khóa: (“introversion” OR “extraversion” OR “personality traits”) AND (“medical students”) AND (“clinical training” OR “clinical performance” OR “OSCE” OR “kiệt sức học tập” OR “communication”); “性格 内向 外向 医学生 临床 教育”.
- **Khoảng thời gian:** 2015–2025.
- **Ngôn ngữ:** Tiếng Anh, Tiếng Trung, Tiếng Việt.
- **Loại tài liệu:** Các bài báo gốc, nghiên cứu định lượng, định tính hoặc hỗn hợp có liên quan.

2.2. Phương pháp nghiên cứu

- Tiêu chí chọn bài:

- (1) Nghiên cứu thực hiện trên sinh viên y khoa (đại học hoặc giai đoạn thực tập lâm sàng);
- (2) Xem xét ít nhất một khía cạnh trong các khía cạnh sau: kết quả học tập lâm sàng, kỹ năng giao tiếp, mức độ lo âu/căng thẳng hoặc kiệt sức, sự tự tin trong môi trường lâm sàng, hiệu quả học nhóm;
- (3) Đo lường đặc điểm tính cách liên quan đến hướng nội/hướng ngoại (ví dụ: sử dụng MBTI, Big Five hoặc công cụ tương đương);
- (4) Xuất bản trong khoảng 2015–2025.

Không giới hạn thiết kế nghiên cứu (định lượng và định tính) nhằm thu thập đầy đủ thông tin.

- Tiêu chí loại trừ:

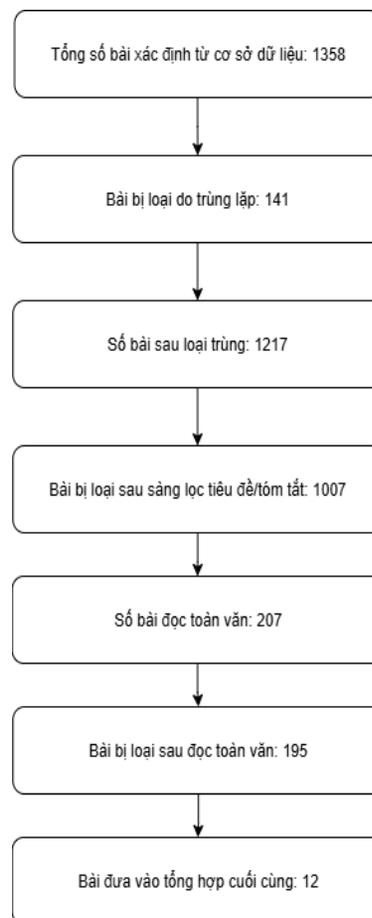
- + Nghiên cứu không có phân tích mối liên hệ giữa tính cách và học lâm sàng;
- + Các bài bình luận, bình luận thư, quan điểm cá nhân không có dữ liệu nguyên cấp;
- + Nghiên cứu trên đối tượng sau đại học hoặc không liên quan đến đào tạo y khoa.

- Lựa chọn và trích xuất dữ liệu:

Dữ liệu được trích xuất bao gồm đặc điểm mẫu nghiên cứu, công cụ đánh giá tính cách, biến số kết quả và các phát hiện chính liên quan đến hướng nội/hướng ngoại.

Quy trình sàng lọc được thực hiện theo bốn bước chính, theo sơ đồ 1:

1. **Tìm kiếm ban đầu:** Tổng cộng 1358 bài báo được xác định từ các cơ sở dữ liệu (PubMed: 153; Crossref: 1000; Google Scholar: 200; CNKI: 5).
2. **Loại trừ trùng lặp:** Sau khi loại bỏ 141 bài trùng, còn lại 1217 bài được đưa vào sàng lọc tiêu đề và tóm tắt.
3. **Sàng lọc tiêu đề và tóm tắt:** 1010 bài bị loại do không phù hợp chủ đề (không liên quan sinh viên y khoa, không đề cập tính cách), còn lại 207 bài được đọc toàn văn.
4. **Đánh giá toàn văn:** 196 bài bị loại do không đáp ứng tiêu chí đưa vào (không đánh giá hướng nội/hướng ngoại, không có biến kết quả liên quan), kết quả còn 12 nghiên cứu đủ điều kiện đưa vào tổng hợp cuối cùng.



Sơ đồ 1. Sơ đồ PRISMA

III. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

Bảng 1. Tổng hợp một số nghiên cứu tiêu biểu về ảnh hưởng của hướng nội/hướng ngoại đến học tập lâm sàng của sinh viên y khoa

Tác giả (Năm) - Quốc gia	Thiết kế/ Cỡ mẫu	Công cụ đo lường / Yêu tố đánh giá	Kết quả chính	Hạn chế
1. Tang <i>et al.</i> (2016) – Trung Quốc [1]	Mô tả cắt ngang, phân tích đa biến. 1.381 sinh viên y từ 3 trường	淡路向性検査卡 (Awaji Orientation Test Card) (V-Q score) / Khả năng giao tiếp (tự đánh giá + đánh giá khách quan) bằng bảng câu hỏi (Cronbach's $\alpha > 0.85$)	Hướng ngoại có liên hệ chặt với điểm số giao tiếp cao hơn. Logistic regression chỉ ra rằng kiểu tính cách là một trong các yếu tố ảnh hưởng chính đến năng lực giao tiếp (OR = 2.010, $p < 0.01$). 91,8% sinh viên hướng nội thuộc nhóm giao tiếp kém, cho thấy xu hướng rõ rệt giữa tính cách hướng nội và hạn chế trong giao tiếp.	phù hợp để khảo sát mối liên hệ giữa các yếu tố, nhưng không cho phép suy luận nhân quả.
2. Bughi <i>et al.</i> (2017) – Mỹ [2]	Nghiên cứu cắt ngang. 181 sinh viên năm nhất	MBTI (Myers-Briggs Type Indicator) – xác định hướng nội/hướng ngoại Thang đo Distress và Burnout: CES-D, MBI	Phân tích MANOVA cho thấy sinh viên hướng nội có điểm trầm cảm cao hơn (10.45 ± 5.66) so với hướng ngoại (7.57 ± 4.51), $P < 0.01$. Ngược lại, sinh viên hướng ngoại có điểm tự chủ (13.79 ± 3.61 vs. 12.38 ± 4.08 , $P < 0.05$), cảm giác hạnh phúc (13.38 ± 3.76 vs. 11.57 ± 4.25 , $P < 0.05$), và hiệu quả nghề nghiệp (16.30 ± 4.06 vs. 13.67 ± 4.45 , $P < 0.01$) cao hơn đáng kể so với nhóm hướng nội.	Nghiên cứu cắt ngang, không đánh giá được tác động của MBTI trong dự báo burnout theo thời gian hoặc hiệu quả các chiến lược can thiệp.
3. Schreckenbach <i>et al.</i> (2018) – Đức [3]	Nghiên cứu mô tả – phân tích cắt ngang. 121 sinh viên y khoa	Tính cách: NEO-FFI (Big Five) Kỹ năng giao tiếp: Đánh giá OSCE, phản hồi từ standardized patients và giảng viên	Hướng ngoại có tương quan dương mạnh với kỹ năng giao tiếp ($r = 0.42$; $P < 0.001$) Sinh viên hướng ngoại có điểm giao tiếp cao hơn, tự tin hơn, và được bệnh nhân mô phỏng đánh giá tích cực hơn	Không theo dõi dọc theo thời gian để đánh giá tính ổn định và ảnh hưởng dài hạn đến giao tiếp.

TẠP CHÍ Y DƯỢC HỌC CẦN THƠ – SỐ 92/2025

Tác giả (Năm) - Quốc gia	Thiết kế/ Cỡ mẫu	Công cụ đo lường / Yêu tố đánh giá	Kết quả chính	Hạn chế
4. Peters <i>et al.</i> (2024) – Đức [4]	Nghiên cứu mô tả – phân tích cắt ngang. 880 sinh viên y khoa năm cuối tại 35 trường Y	BFI-S (Big Five Inventory – SOEP, 15 câu hỏi) Mức độ giám sát khi thực hiện 12 EPA	Hướng ngoại (Extraversion): Có mối tương quan dương đáng kể với 8/12 EPAs (ví dụ: lập kế hoạch điều trị, tư vấn bệnh nhân, thực hành y học dựa trên bằng chứng). Mức độ hướng ngoại cao có liên quan đến khả năng thực hiện nhiệm vụ với ít sự giám sát hơn, phản ánh sự tự tin, chủ động và giao tiếp tốt trong môi trường lâm sàng.	- Dữ liệu tự báo cáo từ sinh viên (không từ giảng viên) - Thang đo tính cách ngắn (BFI-S)
5. Shoukat Ali Arain <i>et al.</i> (2021) [5]	Nghiên cứu cắt ngang 112 sinh viên y khoa tại Đại học Alfaisal	- Big Five Inventory (BFI-44) → đo 5 nhóm tính cách - Hiệu quả cảm nhận các phương pháp học (lecture, PBL, TBL), điểm GPA, PBL, TBL	Hướng ngoại (Extraversion) có tương quan dương ($r = 0.20$) với điểm số PBL – phản ánh sinh viên hướng ngoại có xu hướng đạt điểm cao hơn trong các hoạt động học tập đòi hỏi giao tiếp và tương tác nhóm. Tuy nhiên, không có mối tương quan đáng kể giữa hướng ngoại và đánh giá hiệu quả của bất kỳ phương pháp học nào (lecture, PBL, TBL).	- Thiết kế cắt ngang - Thời gian tiếp xúc với PBL ngắn ở năm 2
6. Wang <i>et al.</i> (2022) – Trung Quốc [6]	Nghiên cứu mô tả cắt ngang. 2.316 sinh viên y khoa (năm 1 đến năm 5)	- Tính cách: Big Five Inventory (BFI-44) - Giao tiếp đồng cảm: CARE Measure - Thống kê: T-test, ANOVA, hồi quy đa biến	Phân tích hồi quy đa biến cho thấy các yếu tố tính cách thuộc mô hình Big Five có liên quan đáng kể đến điểm số giao tiếp đồng cảm, đo bằng thang đo CARE. Cụ thể, Extraversion ($\beta = 0.152$; $p < 0.001$), Agreeableness ($\beta = 0.342$; $p < 0.001$) và Conscientiousness ($\beta = 0.184$; $p < 0.001$) đều có tương quan dương với	- Thiết kế cắt ngang, không thể xác định quan hệ nhân quả - Không đối chiếu với đánh giá từ người khác (giảng viên, bệnh nhân)

TẠP CHÍ Y DƯỢC HỌC CẦN THƠ – SỐ 92/2025

Tác giả (Năm) - Quốc gia	Thiết kế/ Cỡ mẫu	Công cụ đo lường / Yếu tố đánh giá	Kết quả chính	Hạn chế
			điểm CARE. Ngược lại, Neuroticism cho thấy tương quan âm rõ rệt với điểm CARE ($\beta = -0.142; p < 0.001$).	
7. Nitya & Sukhala (2023) - Ấn Độ [7]	Nghiên cứu mô tả cắt ngang. 108 sinh viên các trường y tại khu vực Delhi-NCR và Uttar Pradesh, (Ấn Độ)	Big Five Inventory (BFI-44) – đánh giá 5 nhóm tính cách Maslach Burnout Inventory – Student Survey (MBI-SS) – đo burnout học thuật với 3 tiểu thang: kiệt sức cảm xúc, hoài nghi, hiệu quả cá nhân	Hướng ngoại (Extraversion): Có tương quan âm có ý nghĩa thống kê với kiệt sức học tập ($r = -0.249, p < 0.05$) Kết quả hồi quy cho thấy hướng ngoại dự đoán giảm kiệt sức học tập một cách đáng kể ($B = -0.506$) Gợi ý: Người hướng nội dễ kiệt sức học tập hơn người hướng ngoại	Nghiên cứu chưa phân tích sâu vai trò của nhóm sinh viên hướng nội – dù Extraversion cho thấy mối liên hệ rõ rệt với burnout.
8. Frlić <i>et al.</i> (2023) – Bosnia [8]	Nghiên cứu mô tả cắt ngang. 45 sinh viên Trường Y, Đại học Mostar, Bosnia and Herzegovina	IPIP-50: đo 5 đặc điểm tính cách Big Five. Index of Learning Styles (ILS): đo các kiểu học tập theo Felder-Soloman. Điểm trung bình GPA năm nhất	Không có mối tương quan đáng kể giữa hướng ngoại và thành tích học tập ở cả nhóm nam, nữ và toàn mẫu: Toàn bộ mẫu: $r = -0.169, p = 0.266$ Nam: $r = -0.003, p = 0.991$ Nữ: $r = -0.264, p = 0.175$ Kết luận: Hướng ngoại không phải là yếu tố dự đoán thành tích học tập trong nhóm sinh viên tiền lâm sàng.	Không phân tích sâu vai trò của nhóm sinh viên hướng nội, dù có thu thập dữ liệu về Extraversion Thiếu bàn luận về tác động thực tiễn của kết quả liên quan đến hướng nội/hướng ngoại đối với quá trình học và khả năng thích ứng
9. Hayat <i>et al.</i> (2020) – Iran [9]	Nghiên cứu định lượng cắt ngang (PLS-SEM)	BFI-10: đo lường 5 nhóm tính cách	Hướng ngoại (Extraversion): Không có ảnh hưởng đáng kể đến self-	Nghiên cứu không bàn luận rõ vai trò của hướng

Tác giả (Năm) - Quốc gia	Thiết kế/ Cỡ mẫu	Công cụ đo lường / Yếu tố đánh giá	Kết quả chính	Hạn chế
	249 sinh viên y khoa	GSE: đo lường cảm nhận năng lực bản thân GPA: điểm trung bình tích lũy	efficacy ($\beta = -0.03, p > 0.05$) và thành tích học tập ($\beta = 0.02, p > 0.05$) Không có tác động gián tiếp qua self-efficacy ($\beta = -0.072; p$ không có ý nghĩa)	nội/hướng ngoại trong thành tích học tập, dù kết quả cho thấy không có mối liên hệ đáng kể.
10. Olsson <i>et al.</i> (2020) - Thụy Điển [10]	Nghiên cứu cắt ngang. 79 sinh viên y khoa tại Viện Karolinska (Thụy Điển).	Big Five Inventory (BFI) – đo lường đặc điểm tính cách Kolb's Learning Style Inventory – đo phong cách học Interdisciplinary Education Perception Scale (IEPS) – đo thái độ với giáo dục liên ngành	Không tìm thấy mối liên hệ có ý nghĩa thống kê giữa đặc điểm hướng ngoại (Extraversion) với thái độ đối với IPE. Trong hồi quy logistic điều chỉnh theo tuổi và giới tính, hướng ngoại không phải là yếu tố dự đoán thái độ tích cực với IPE ($p > 0.05$). Dữ liệu mô tả: 37% sinh viên có điểm Extraversion cao; không có sự khác biệt đáng kể giữa nam và nữ về đặc điểm này.	Không đi sâu phân tích vai trò tiềm năng của nhóm sinh viên hướng nội, cũng như không đề xuất chiến lược hỗ trợ phù hợp
11. Kanneh <i>et al.</i> (2024) - Jordan [11]	Nghiên cứu cắt ngang. 435 sinh viên y khoa tại Đại học Jordan	Big Five Inventory (BFI) – đo lường 5 đặc điểm tính cách Copenhagen Burnout Inventory – Student version (CBI-S) – đánh giá burnout cá nhân, học tập, bạn bè và giảng viên Câu hỏi đơn lẻ về mức độ	Hướng ngoại (Extraversion): Liên hệ nghịch đáng kể với kiệt sức học tập ($\beta = -0.342, p < 0.001$) Liên hệ thuận đáng kể với sự hài lòng với ngành y ($\beta = 0.359, p < 0.001$) Gợi ý rằng sinh viên hướng ngoại ít bị kiệt sức học tập hơn và hài lòng với ngành học hơn, nhờ vào khả năng giao tiếp xã hội và hỗ trợ đồng đẳng Sinh viên hướng nội có nguy cơ kiệt sức học tập cao hơn.	Thiếu bàn luận chuyên sâu về nhóm sinh viên hướng nội, mặc dù hướng nội được chỉ ra là yếu tố nguy cơ của burnout.

Tác giả (Năm) - Quốc gia	Thiết kế/ Cỡ mẫu	Công cụ đo lường / Yếu tố đánh giá	Kết quả chính	Hạn chế
		hài lòng với ngành y (thang 1–5)		
12. Galarneau <i>et al.</i> (2021) – Úc Mỹ [12]	Nghiên cứu cắt ngang. 159 sinh viên y khoa tại 1 trường tại Malaysia	Big Five Inventory – 10 items (BFI-10) General Self-Efficacy Scale (GSES) Perceived Stress Scale (PSS-10) Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC-10)	Hướng ngoại (Extraversion): Tương quan dương với Academic Self-Efficacy ($r = 0.395, p < 0.01$) Tương quan âm với Academic Procrastination ($r = -0.268, p < 0.01$) Trong mô hình hồi quy, hướng ngoại là yếu tố dự báo giảm trì hoãn học tập có ý nghĩa ($\beta = -0.218, p < 0.01$) Sinh viên hướng nội có xu hướng trì hoãn học tập nhiều hơn và ít tự tin vào năng lực học tập của mình hơn.	Bài viết không bàn luận sâu về đặc điểm dễ tổn thương của nhóm này hay đề xuất chiến lược hỗ trợ cụ thể.

3.1. Đặc điểm chung của các nghiên cứu

Tổng hợp 12 nghiên cứu định lượng được công bố từ năm 2015–2024. Mẫu nghiên cứu dao động từ 45 đến trên 1300 người, đa số từ 100 đến 250 mẫu. Địa điểm nghiên cứu đa phần tại các trường y khoa, đa dạng các quốc gia thuộc châu Á, Âu, Mỹ; một vài ngoại lệ được thực hiện đa quốc gia như (UQ-Ochsner tại Úc và Mỹ).

Đặc điểm nhân khẩu học: Đa số sinh viên nữ tham gia nghiên cứu, độ tuổi từ 20-30 tuổi. Khác biệt về văn hóa không được đề cập một cách chính thức.

Giai đoạn đào tạo y khoa đa dạng các giai đoạn: Sinh viên năm 1: Bughi *et al.* (Mỹ). Tiền lâm sàng (năm 1–2): Frljić *et al.* (Bosnia), Arain *et al.* (Ả Rập Xê Út). Giai đoạn lâm sàng (năm 3–6): Schreckenbach *et al.*, Peters *et al.*, Shin *et al.* Toàn bộ chương trình (1–6): Khanneh *et al.* (Jordan) [11]. Một số nghiên cứu đặc biệt khảo sát sinh viên trong kỳ thi kỹ năng hoặc trải nghiệm thực tế lâm sàng với bệnh nhân đóng vai.

3.2. Biến số kết quả và các phát hiện chính liên quan đến hướng nội/hướng ngoại

3.2.1. Kiệt sức học tập

Hướng ngoại liên hệ nghịch với kiệt sức:

Nitya & Sukhala (2023, Ấn Độ): $r = -0,249, B = -0,506$ [7]

Khanneh *et al.* (2024, Jordan): $\beta = -0,342$ [11]

Wang *et al.* (2022, Trung Quốc): $r = -0,543$ đến $-0,283; \beta = 0,116$ [6]

Kết luận: Người hướng nội dễ bị kiệt sức học tập hơn, đặc biệt trong môi trường y khoa áp lực cao.

3.2.2. Khả năng giao tiếp và tương tác

Hướng ngoại liên hệ thuận với năng lực giao tiếp:

Tang et al. (2016, Trung Quốc): OR = 2,010, 91,8% sinh viên hướng nội có năng lực giao tiếp yếu [1].

Schreckenbach et al. (2018, Đức): kết hợp giữa hướng ngoại + nhận diện cảm xúc → giao tiếp đồng cảm tốt hơn [3].

Kết luận: Người hướng ngoại thể hiện tốt hơn trong bối cảnh tương tác với bệnh nhân và giao tiếp trong nhóm.

3.2.3. Thành tích học tập (GPA, kết quả thi)

Tác động tích cực hoặc không rõ ràng:

Shin et al. (2011, Hàn Quốc): nhóm hướng ngoại có điểm OSCE cao hơn [13].

Frljić et al. (2023, Bosnia): không có tương quan giữa hướng ngoại và GPA ($p > 0.05$). [8]

Hayat et al. (2020, Iran): không ảnh hưởng đến GPA hay self-efficacy [9].

Kết luận: Tác động không đồng nhất, phụ thuộc vào hình thức đánh giá (thi kỹ năng lâm sàng có lợi cho người hướng ngoại).

3.2.4. Sự hài lòng với ngành y

Khanneh et al. (2024): hướng ngoại liên hệ dương với mức độ hài lòng ngành y ($\beta = 0,359$) [11].

Kết luận: Người hướng ngoại có xu hướng thích nghi và hài lòng hơn với nghề y – vốn đòi hỏi giao tiếp liên tục.

3.2.5. Hiệu quả học nhóm (PBL, TBL)

Arain et al. (2021, Saudi Arabia): hướng ngoại liên quan đến điểm cao hơn trong PBL ($r = 0,20$), không rõ ràng với các hình thức khác [5].

Kết luận: Trong môi trường học nhóm như PBL, người hướng ngoại có xu hướng thể hiện tốt hơn.

3.2.6. Tâm lý tích cực – tiêu cực

Bughi et al. (2017, Mỹ): hướng ngoại liên hệ thuận với hạnh phúc, hiệu quả bản thân, và nghịch với trầm cảm [2].

Galarneau et al. (2021, Úc – Mỹ): hướng ngoại liên hệ với: Tăng self-efficacy ($r = 0.395$), Giảm trì hoãn học tập ($r = -0,268$) [12]

Kết luận: Người hướng ngoại có trạng thái tâm lý tích cực hơn và tự tin hơn trong học tập.

IV. BÀN LUẬN

4.1. Tính cách và phong cách học tập

Kiệt sức học tập: Kết quả từ ba nghiên cứu tại Ấn Độ [7], Jordan [11] và Trung Quốc [1], [6] cho thấy mối liên hệ ổn định giữa hướng ngoại và mức độ kiệt sức học tập thấp hơn. Hướng ngoại thường đi kèm với khả năng xây dựng mạng lưới hỗ trợ xã hội, điều chỉnh cảm xúc tích cực và khả năng tìm kiếm sự giúp đỡ khi cần thiết, các yếu tố bảo vệ chống lại căng thẳng kéo dài. Ngược lại, người hướng nội, với xu hướng thu mình và xử lý nội tâm, có thể thiếu chiến lược ứng phó hiệu quả, khiến sinh viên dễ bị quá tải trong môi trường học tập y khoa. Điều này gợi ý rằng các chương trình hỗ trợ sức khỏe tâm lý nên quan tâm đặc biệt đến nhóm sinh viên hướng nội.

Khả năng giao tiếp và tương tác xã hội: Dữ liệu từ Trung Quốc [1], [6] và Đức [3], [4] cho thấy hướng ngoại là yếu tố thuận lợi đối với năng lực giao tiếp trong môi trường y

khoa. Sinh viên hướng ngoại thường chủ động, cởi mở và dễ hình thành mối quan hệ với bệnh nhân cũng như đồng nghiệp, từ đó nâng cao hiệu quả giao tiếp cả về nội dung lẫn cảm xúc. Khi kết hợp với khả năng nhận diện cảm xúc, hướng ngoại càng làm tăng chất lượng giao tiếp đồng cảm. Trong khi đó, sinh viên hướng nội có nguy cơ gặp khó khăn trong tương tác, đặc biệt trong các tình huống yêu cầu phản ứng linh hoạt và chia sẻ cảm xúc.

Thành tích học tập: Mối liên hệ giữa hướng ngoại và thành tích học tập cho thấy sự không đồng nhất. Trong khi nghiên cứu tại Hàn Quốc [13] ghi nhận sinh viên hướng ngoại có kết quả tốt hơn trong kỳ thi kỹ năng lâm sàng (OSCE), vốn đòi hỏi giao tiếp và ứng xử tình huống, thì hai nghiên cứu tại Bosnia [8] và Iran [9] không tìm thấy ảnh hưởng đáng kể đến điểm trung bình học tập (GPA). Điều này cho thấy tác động của hướng ngoại có thể phụ thuộc vào loại hình đánh giá: người hướng ngoại có thể nổi trội trong các bối cảnh cần tương tác trực tiếp và xử lý linh hoạt, nhưng không nhất thiết đạt kết quả cao hơn trong các đánh giá lý thuyết hoặc cá nhân.

Sự hài lòng với ngành y: Kết quả từ nghiên cứu của Khanneh et al. (2024) [11] cho thấy sinh viên hướng ngoại có mức độ hài lòng với ngành y cao hơn một cách đáng kể. Điều này hợp lý khi xét đến bản chất của nghề y – một ngành nghề đòi hỏi tương tác xã hội thường xuyên, khả năng giao tiếp hiệu quả với bệnh nhân, đồng nghiệp và nhân viên y tế. Người hướng ngoại, với khuynh hướng cởi mở và chủ động trong tương tác, dễ cảm thấy phù hợp với môi trường này và do đó phát triển mức độ hài lòng nghề nghiệp cao hơn. Ngược lại, người hướng nội có thể gặp nhiều thách thức hơn trong việc thích nghi với cường độ giao tiếp và áp lực xã hội của ngành. Điều này gợi ý rằng yếu tố tính cách có thể ảnh hưởng đến sự gắn bó lâu dài với nghề y.

Hiệu quả học nhóm: Nghiên cứu của Arain et al. (2021) [5] cho thấy hướng ngoại có mối tương quan dương với điểm số trong học tập theo phương pháp PBL (Problem-Based Learning), một hình thức học nhóm dựa trên thảo luận và giải quyết tình huống. Mức tương quan tuy không cao ($r = 0.20$) nhưng mang ý nghĩa thực tiễn: người hướng ngoại có xu hướng chủ động chia sẻ, diễn đạt ý tưởng và tương tác hiệu quả trong nhóm – những yếu tố cốt lõi để đạt kết quả cao trong PBL.

Ngược lại, ở các hình thức học khác như giảng bài (lecture) hoặc TBL (Team-Based Learning), mối liên hệ không rõ ràng. Điều này có thể do TBL mang tính cấu trúc chặt chẽ hơn, ít không gian cho tự do tương tác, hoặc giảng bài vốn là hình thức thụ động, không tạo lợi thế rõ rệt cho người hướng ngoại.

Như vậy, hiệu quả học tập của sinh viên hướng ngoại nổi bật hơn trong các mô hình giáo dục linh hoạt, khuyến khích trao đổi – gợi ý rằng thiết kế chương trình học nên tính đến đặc điểm tính cách để tối ưu hóa kết quả học tập.

Tâm lý tích cực: Các nghiên cứu của Bughi et al. (2017) [2] và Galarneau et al. (2021) [12] đều củng cố vai trò tích cực của đặc điểm hướng ngoại đối với sức khỏe tâm lý trong môi trường đào tạo y khoa. Người hướng ngoại thường có mức độ hạnh phúc cao hơn, ít triệu chứng trầm cảm và cảm thấy hiệu quả hơn trong vai trò học tập. Sinh viên cũng thể hiện mức độ tự tin học thuật (self-efficacy) cao và ít trì hoãn hơn – những yếu tố then chốt để duy trì động lực và khả năng vượt qua áp lực học tập kéo dài.

Sự tích cực này có thể bắt nguồn từ khuynh hướng tìm kiếm và duy trì các mối quan hệ xã hội – vốn là nguồn hỗ trợ tinh thần hiệu quả – cũng như khả năng điều tiết cảm xúc linh hoạt. Trong khi đó, người hướng nội có thể gặp khó khăn hơn trong việc xử lý căng thẳng nếu thiếu chiến lược hỗ trợ phù hợp. Do đó, tính hướng ngoại không chỉ là lợi thế giao tiếp mà còn là yếu tố bảo vệ quan trọng đối với sức khỏe tinh thần và hiệu suất học tập.

Như vậy, từ các nghiên cứu cho thấy đặc điểm hướng ngoại là một yếu tố tâm lý cá nhân có ảnh hưởng tích cực và đa chiều đến quá trình học tập và thích nghi trong môi trường đào tạo y khoa. Người hướng ngoại thể hiện: Ít bị kiệt sức học tập hơn, nhờ khả năng điều tiết cảm xúc, xây dựng mạng lưới hỗ trợ và tìm kiếm sự trợ giúp. Giao tiếp hiệu quả hơn, đặc biệt trong các tình huống cần tương tác xã hội và biểu lộ sự đồng cảm – kỹ năng then chốt trong hành nghề y. Thành tích học tập cao hơn trong các hình thức thi lâm sàng, nhưng không vượt trội trong các đánh giá lý thuyết, cho thấy ảnh hưởng của hướng ngoại phụ thuộc vào hình thức đánh giá. Mức độ hài lòng với ngành y cao hơn, nhờ sự phù hợp tự nhiên với môi trường nghề nghiệp giàu tương tác. Hiệu quả hơn trong học nhóm linh hoạt như PBL, nơi giao tiếp và trao đổi đóng vai trò trung tâm. Tâm lý tích cực hơn, với mức độ hạnh phúc cao, ít trầm cảm, tự tin và ít trì hoãn trong học tập.

Ngược lại, sinh viên hướng nội – mặc dù có thể có lợi thế trong các hoạt động độc lập – lại dễ bị tổn thương hơn trước áp lực học tập y khoa nếu thiếu hỗ trợ phù hợp. Vì vậy, tính cách, đặc biệt là mức độ hướng ngoại, cần được xem xét như một yếu tố quan trọng trong thiết kế chương trình học, chiến lược hỗ trợ tâm lý, và hướng nghiệp cho sinh viên y.

4.2. Sự không đồng nhất về kết quả và nguyên nhân tiềm năng

Mối liên hệ giữa hướng ngoại và thành tích học tập thể hiện sự biến thiên đáng kể: một số nghiên cứu ghi nhận ảnh hưởng tích cực (như điểm OSCE cao hơn ở nhóm hướng ngoại), trong khi các nghiên cứu khác lại không tìm thấy tương quan đáng kể với GPA hoặc self-efficacy. Sự khác biệt này có thể phản ánh sự đa dạng trong công cụ đo lường kết quả học tập – từ điểm số lý thuyết, thực hành, đến tự đánh giá hiệu quả học tập – và sự không đồng nhất về giai đoạn đào tạo của đối tượng nghiên cứu (tiền lâm sàng, lâm sàng, toàn khóa).

Tương tự, với kết quả liên quan đến kiệt sức học tập và sức khỏe tâm lý, mặc dù nhiều nghiên cứu cho thấy người hướng nội dễ bị kiệt sức hơn, mức độ ảnh hưởng và độ mạnh của mối tương quan cũng dao động đáng kể. Điều này phần nào do sự khác biệt trong cách định nghĩa và đo lường kiệt sức, cũng như bối cảnh học tập (một số nghiên cứu thực hiện trong môi trường áp lực cao như kỳ thi OSCE).

4.3. Kiến nghị

Dựa trên các kết quả tổng quan, chúng tôi đề xuất một số định hướng nhằm cải thiện chất lượng đào tạo lâm sàng, tôn trọng và phát huy sự đa dạng tính cách của sinh viên y khoa:

1. Thiết kế hoạt động giảng dạy linh hoạt và bao quát, kết hợp nhiều hình thức học tập và đánh giá (thảo luận nhóm nhỏ, viết phản ánh, chuẩn bị trước) để tạo cơ hội thể hiện công bằng cho cả sinh viên hướng nội và hướng ngoại.

2. Tập huấn giảng viên nhận diện sự đa dạng tính cách, tránh đánh giá thiên kiến và chủ động khuyến khích sinh viên trầm lặng thể hiện năng lực qua các hình thức phù hợp.

3. Triển khai chương trình hỗ trợ kỹ năng mềm và tâm lý, gồm giao tiếp, quản lý căng thẳng, xây dựng sự tự tin, đặc biệt cho sinh viên hướng nội trong giai đoạn lâm sàng.

4. Khuyến khích làm việc nhóm đa dạng tính cách, để sinh viên học hỏi lẫn nhau, phát huy thế mạnh cá nhân và tăng khả năng thích nghi trong môi trường thực hành y khoa.

5. Thúc đẩy các nghiên cứu can thiệp đánh giá hiệu quả các chương trình hỗ trợ tính cách trong cải thiện kết quả học tập, giảm kiệt sức và định hướng chuyên khoa phù hợp.

V. KẾT LUẬN

Đặc điểm hướng ngoại có ảnh hưởng tích cực đến nhiều khía cạnh học tập trong y khoa. Các chương trình đào tạo nên xem xét tính cá nhân hóa theo đặc điểm tính cách, đặc biệt hỗ trợ sinh viên hướng nội phát triển kỹ năng mềm, xây dựng self-efficacy và kiểm soát kiệt sức học tập.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. 唐梦琦, 唐梦琦, 尹文强, 马牧野等. 医学生沟通能力现状及其影响因素调查研究. *中国全科医学*. 2016. 19(20), 2464-2468, doi: 10.3969/j.issn.1007-9572.2016.20.022.
2. Bughi, Stephanie A., *et al.* Using a personality inventory to identify risk of distress and burnout among early stage medical students. *Education for Health*. 2017. 30.1: 26-30. doi: 10.4103/1357-6283.210499.
3. Schreckenbach, Teresa, *et al.* Emotion recognition and extraversion of medical students interact to predict their empathic communication perceived by simulated patients. *BMC medical education*. 2018. 18,1: 237, doi: 10.1186/s12909-018-1342-8.
4. Peters H, Garbe A, Breil SM, Oberst S, Selch S, Holzhausen Y. Big five personality traits of medical students and workplace performance in the final clerkship year using an EPA framework. *BMC medical education*. 2024. 24(1), 453, doi:10.1186/s12909-024-05434-x.
5. Arain SA, Alhadid DA, Rasheed S, Alrefaai MM, Alsibai TMA, Meo SA. Perceived effectiveness of learning methods among preclinical medical students - role of personality and changes over time. *Pak J Med Sci*. 2021. 37(7), 1854-1859, doi:10.12669/pjms.37.7.4355.
6. Wang S, Li H, Chen X, Yan N, Wen D. Learning burnout and its association with perceived stress, social support, and the Big Five personality traits in Chinese medical students during the COVID-19 pandemic: a cross-sectional study. *BMC Psychiatry*. 2022. 22(1), 785, doi:10.1186/s12888-022-04453-6.
7. Nitya A, Sukhala S. Personality Traits as A Correlate of Academic Burnout among Undergraduate Medical Students. *International Journal of Indian Psychology*. 2023. 11, 191-206, doi: 10.25215/1104.019.
8. Gabriela Frlijić, Eva Jelavić, Ivona Čarapina-Zovko, Boris Jelavić. The association between the learning styles, personality traits and academic achievement of preclinical first-year medical students at the School of Medicine in Mostar. *Annals of Biomedical and Clinical Research*, 2023. 2(1), 14-22.
9. Hayat AA, Kohoulat N, Amini M, Faghihi SAA. The predictive role of personality traits on academic performance of medical students: The mediating role of self-efficacy. *Med J Islam Repub Iran*. 2020. 34:77, doi:10.34171/mjiri.34.77.
10. Olsson C, Lachmann H, Kalén S, Ponzer S, Mellstrand Navarro C. Personality and learning styles in relation to attitudes towards interprofessional education: a cross-sectional study on undergraduate medical students during their clinical courses. *BMC Med Educ*. 2020. 20(1), 398, doi:10.1186/s12909-020-02327-7.
11. Kanneh, Hala, *et al.* Personality traits & their relation to academic burnout and satisfaction with medicine as a career in Jordanian medical students. *Discover Psychology*. 2024. 4.1, 161, doi:10.1007/s44202-024-00263-x.
12. Galarneau D, Seoane L, Eley DS. Personality, Resilience, and Calling in Students Undertaking a Medical Degree Across Two Continents: Disparate Pathways to the Healing Profession. *Ochsner J*. 2021. 21(2), 143-151, doi:10.31486/toj.20.0029.
13. Shin SJ, Kim KS, Lee DS. The effect of personal character on the results of clinical performance skill tests. *Korean J Med Educ*. 2011. 23(2), 111-117, doi:10.3946/kjme.2011.23.2.111.