



Khảo sát An toàn tâm lý

Tại Văn phòng Tâm lý Miền Hải Đăng, chúng tôi tin rằng một tập thể chỉ thật sự mạnh mẽ khi mỗi thành viên cảm thấy đủ an toàn để nói lên suy nghĩ của mình mà không lo sợ bị chê trách hay phán xét. Đây chính là nền tảng của cái gọi là *an toàn tâm lý* - niềm tin rằng bạn sẽ không bị trừng phạt hoặc bẽ mặt khi đưa ra ý tưởng, đặt câu hỏi, chia sẻ mối bận tâm hay thừa nhận sai sót.

Để giúp các tổ chức, nhóm làm việc và cá nhân hiểu rõ hơn mức độ an toàn tâm lý hiện tại, chúng tôi giới thiệu một khảo sát ngắn gọn và thực tiễn: **Khảo sát An toàn Tâm lý** được phát triển bởi Giáo sư **Amy Edmondson** (Đại học Harvard). Bà là người tiên phong trong việc nghiên cứu khái niệm *psychological safety* - niềm tin rằng mỗi cá nhân có thể lên tiếng, đặt câu hỏi, chia sẻ ý tưởng hoặc thừa nhận sai sót mà không sợ bị trừng phạt hay hạ thấp.

Khảo sát này ra đời như một công cụ đơn giản nhưng hữu ích, giúp các nhóm và tổ chức đánh giá mức độ an toàn tâm lý, chỉ ra những khía cạnh cần cải thiện để từ đó xây dựng môi trường làm việc tin cậy và hiệu quả hơn.

Khi sử dụng khảo sát này, điều quan trọng là tạo ra không gian thật sự an toàn để mọi người trả lời một cách chân thành. Bạn có thể lựa chọn chấm điểm và tổng hợp kết quả trước khi chia sẻ, hoặc điều chỉnh thành phiên bản riêng phù hợp với nhóm của mình.

Dù triển khai theo cách nào, hãy minh bạch về mục đích: vì sao an toàn tâm lý lại có ý nghĩa quan trọng cho sự gắn kết và hiệu quả công việc. Hãy khuyến khích sự thẳng thắn, đảm bảo tính ẩn danh và cho thấy rõ ràng kết quả sẽ được dùng để nâng cao nhận thức, cải thiện cách làm việc và nuôi dưỡng một môi trường lành mạnh hơn cho tất cả mọi người.

Ngoài ra, bạn cũng có thể kết hợp khảo sát này với những công cụ tự đánh giá về phong cách lãnh đạo để rèn luyện kỹ năng và xây dựng lối dẫn dắt vững vàng, giàu sự thấu hiểu.

Phiếu khảo sát

Bạn đồng ý hay không đồng ý với các nội dung dưới đây ở mức độ nào?

1 - Hoàn toàn đồng ý

2 - Đồng ý

3 - Không đồng ý cũng không phản đối / Trung lập

4 - Không đồng ý

5 - Hoàn toàn không đồng ý

STT	Nội dung	1	2	3	4	5
1	Nếu bạn mắc lỗi trong đội/nhóm làm việc này, điều đó thường bị ghi nhớ và sử dụng để chống lại bạn.					
2	Các thành viên trong đội/ nhóm này có thể nói ra vấn đề và những trở ngại khó khăn.					
3	Mọi người trong đội/ nhóm này đôi khi từ chối người khác chỉ vì họ khác biệt.					
4	Trong đội/ nhóm này, việc chấp nhận rủi ro là an toàn.					
5	Rất khó để nhờ các thành viên khác trong đội/ nhóm này giúp đỡ.					
6	Sẽ không ai trong đội/ nhóm này cố ý cản trở hay phá hỏng nỗ lực của tôi					
7	Khi làm việc với các thành viên trong đội/ nhóm này, những kỹ năng và tài năng độc đáo của tôi được coi trọng và sử dụng.					

Cách tính điểm:

- Cộng tổng điểm 7 câu, đối với các nội dung câu 2, 4, 6 và 7 cộng điểm như bình thường.
- Đối với các nội dung câu 1, 3 và 5: cần nghịch đảo đổi điểm: $1 \rightarrow 5$, $2 \rightarrow 4$, $3 \rightarrow 3$, $4 \rightarrow 2$, $5 \rightarrow 1$.
- Tổng điểm càng cao thì môi trường làm việc của tổ chức/ doanh nghiệp càng an toàn về mặt tâm lý. Ví dụ: Một nhóm 50 người trả lời, bạn có thể tính điểm từng người, sau đó lấy **trung bình cộng** để ra mức an toàn tâm lý chung của nhóm.

Để được hỗ trợ các dịch vụ tâm lý học ứng dụng cho doanh nghiệp chuyên sâu, vui lòng liên hệ:

Văn phòng tâm lý Miền Hải Đăng.

Số điện thoại văn phòng/ zalo: 035 314 4822

Email: cskh@tamlymienhaidang.com

Website: www.tamlymienhaidang.com

Địa chỉ: Số 36, ngõ 15 Phố Vĩnh Hồ, Phường Đống Đa, Hà Nội

