

THỰC TRẠNG LO ÂU TRONG HỌC TẬP THEO TÍN CHỈ CỦA SINH VIÊN NĂM THỨ NHẤT TRƯỜNG ĐẠI HỌC HÙNG VƯƠNG

TRẦN THỊ THÙY DƯƠNG*

Ngày nhận bài: 21/02/2017; ngày sửa chữa: 22/02/2017; ngày duyệt đăng: 27/02/2017.

Abstract: The article analyses situation of anxiety in learning of first year students under credit system at Hung Vuong University in academic year 2016-2017. The results show that first-year student at Hung Vuong University are quite anxious about learning under credit system. There are many factors affecting the anxiety such as test and examination, learning methods, learning facilities, etc.

Keywords: Anxiety, learning, credit system, first-year students.

Đặt vấn đề

Lo âu trong học tập theo học chế tín chỉ là một loại cảm xúc âm tính thể hiện những rung cảm, xúc cảm tiêu cực của sinh viên (SV) khi đứng trước những phương thức học tập mới, khó khăn. SV năm thứ nhất là những người hầu như mới bước vào môi trường tự lập. Các em gặp rất nhiều những khó khăn trong học tập cũng như trong cuộc sống. Vào học ở đại học (ĐH), các em phải chịu nhiều tác nhân gây nên những lo âu đó là: những áp lực về kiểm tra, thi cử, nội dung chương trình học tập, phương pháp, phương tiện dạy học mới, những mối quan hệ mới và cả ở chính bản thân SV. Vậy lo âu của SV ở mức độ nào, biểu hiện cụ thể ra sao, sự lo âu của SV giữa các ngành học có khác nhau không, nhiều hay ít... Để trả lời những câu hỏi trên, chúng tôi đã xây dựng một thang đo gồm 30 câu hỏi tương ứng với 5 nhóm tác nhân gây lo âu đó là: “nội dung chương trình ở ĐH”, “các hình thức kiểm tra, đánh giá”, “phương pháp và phương tiện học tập”, “các quan hệ ở môi trường ĐH”, “bản thân SV”. Mức độ biểu hiện của lo âu trong học tập được xác định một cách tương đối, trong phạm vi nghiên cứu lo âu trong học tập theo tín chỉ của SV, đề tài sẽ chia làm 5 mức độ biểu hiện của lo âu để khảo sát: 0-1-2-3-4 tương ứng với các mức độ là “không lo âu”, “lo âu ít”, “khá lo âu”, “lo âu nhiều”, “lo âu rất nhiều”. Mức độ không có lo âu: trạng thái tâm lí bình thường, khi đối mặt với các tình huống học tập thì không có sự thay đổi gì ở bản thân. Mức độ ít lo âu: SV có trạng thái lo âu làm thay đổi một số hoạt động nhận thức nhưng không đáng kể. Mức độ khá lo âu: SV cảm thấy căng thẳng khi giải quyết các nhiệm vụ học tập và thời gian kéo dài hơn. Mức độ lo âu nhiều: SV luôn cảm thấy khó chịu, nóng giận. Mức độ lo âu rất nhiều: SV có nhiều biểu hiện nóng nảy thời gian kéo dài, muốn từ bỏ để tự giải quyết... làm ảnh hưởng nghiêm trọng đến

hoạt động học tập và cuộc sống hàng ngày. Việc phân chia các mức độ lo âu nhằm tìm ra biểu hiện lo âu của SV ở một mức độ nào đó, từ đó tìm ra các biện pháp hạn chế sự lo âu ở SV.

Kết quả khảo sát được phân tích bằng phần mềm IBM SPSS Statistics 23. Thang đo được khảo sát trên 238 SV năm thứ nhất Trường ĐH Hùng Vương (Phú Thọ) năm học 2016-2017 với chỉ số Cronbach alpha của thang đo mức độ lo âu trong học tập là 0,90. Vì vậy, bộ công cụ được sử dụng trong nghiên cứu này có độ tin cậy cao, đảm bảo độ chính xác trong kết quả điều tra.

1. Thực trạng mức độ lo âu trong học tập theo tín chỉ của SV năm thứ nhất

Nghiên cứu thực trạng mức độ lo âu trong học tập của 238 SV năm thứ nhất, năm học 2016-2017, Trường ĐH Hùng Vương (Phú Thọ), chúng tôi đã thu được kết quả như sau:

Bảng 1. Kết quả tổng hợp mức độ lo âu trong hoạt động học tập theo tín chỉ của SV năm thứ nhất Trường ĐH Hùng Vương (Phú Thọ)

| STT | Mức độ | Số lượng | Tỉ lệ (%) |
|-----|-----------------|----------|-----------|
| 1 | Không lo âu | 10 | 4,2 |
| 2 | Ít lo âu | 57 | 23,9 |
| 3 | Khá lo âu | 120 | 50,4 |
| 4 | Lo âu nhiều | 42 | 17,6 |
| 5 | Lo âu rất nhiều | 9 | 3,9 |
| | Chung | 238 | 100 |

Kết quả ở *bảng 1* cho thấy SV năm thứ nhất Trường ĐH Hùng Vương (Phú Thọ) có khá nhiều lo âu trong học tập (chiếm 71,9%), trong đó tập trung chủ yếu là mức độ “khá lo âu” (chiếm tới 50,4%). Số SV “không lo âu” chiếm tỉ lệ không đáng kể (4,2%), còn lại 23,9% SV là “ít lo âu”. Đối với SV năm thứ nhất khi các em

* Trường Đại học Hùng Vương

mới bước chân vào trường ĐH - một môi trường hoàn toàn mới khác so với thời phổ thông trung học thì lo âu luôn là một điều không tránh khỏi bởi các em phải xa nhà, sống cuộc sống tự lập, luôn mang trong mình những kì vọng của cha mẹ, những lo lắng của bản thân về ngành nghề mình đã chọn và những thay đổi trong hoạt động học tập luôn khiến SV năm thứ nhất cảm thấy bần khoản, lo lắng: mình sẽ phải làm gì và làm như thế nào. Chính vì thế, theo số liệu điều tra được thì hầu hết các em đều có lo âu ở một mức độ khác nhau, số lượng SV cảm thấy không lo âu rất ít.

2. Biểu hiện cụ thể mức độ lo âu trong hoạt động học tập theo tín chỉ của SV năm thứ nhất

Khi bước vào học tập ở môi trường mới, SV mặc dù đã được nhà trường tổ chức hướng dẫn cách tổ chức học tập mới, tuy nhiên do chưa được tiếp cận nhiều với các phương tiện công nghệ thông tin nên các em gặp phải khá nhiều khó khăn. Những khó khăn ấy của SV được thể hiện thông qua từng hoạt động, phương pháp học tập cụ thể khi được điều tra.

Bảng 2. Biểu hiện mức độ lo âu trong việc đăng kí môn học của SV năm thứ nhất Trường ĐH Hùng Vương (Phú Thọ)

| STT | Mức độ biểu hiện | Số lượng | Tỉ lệ (%) |
|-----|-------------------|----------|-----------|
| 1 | Rất dễ hiểu | 27 | 5,3 |
| 2 | Chỉ hiểu một phần | 228 | 69,5 |
| 3 | Rất khó hiểu | 50 | 15,2 |
| 4 | Không hiểu gì | 33 | 10 |
| | Chung | 238 | 100 |

Khi nghiên cứu 338 SV năm thứ nhất, thực trạng mức độ lo âu của các em được thể hiện qua các vấn đề cụ thể như khi nhà trường tổ chức hướng dẫn đăng kí môn học thì chỉ có 5,3% số SV được điều tra thấy dễ hiểu, 25,2% SV thấy “rất khó hiểu” và “không hiểu gì”, còn lại 69,5% số SV được điều tra cho rằng “chỉ hiểu một phần. Việc học tập theo tín chỉ là hoàn toàn mới đối với SV năm thứ nhất nên khi nhà trường hướng dẫn các em đăng kí môn học thì đa số các em đều thấy rất bỡ ngỡ với cách thức học tập mới này. Điều đó khiến cho SV cảm thấy rất lo âu vì sợ không đăng kí được môn học, không biết đăng kí môn nào trước môn nào sau, việc sử dụng máy tính trong việc đăng kí còn gặp nhiều khó khăn... (xem *bảng 3*)

Vào ĐH, SV bắt đầu học tập bằng các phương pháp học tập mới, trong đó có phương pháp thảo luận nhóm, mặc dù ở phổ thông, các em đã được làm quen nhưng chỉ với mức độ đơn giản; vào ĐH, các em phải học theo tín chỉ nên có nhiều yêu cầu cao hơn. Kết quả điều tra cho thấy có 26,3% số SV được điều tra là hoàn thành được và thảo luận sôi nổi trong

Bảng 3. Biểu hiện mức độ lo âu trong hoạt động thảo luận nhóm của SV năm thứ nhất Trường ĐH Hùng Vương (Phú Thọ)

| STT | Mức độ biểu hiện | Số lượng | Tỉ lệ (%) |
|-----|-------------------------------|----------|-----------|
| 1 | Không thích nghi được | 10 | 3,0 |
| 2 | Chỉ làm được một phần yêu cầu | 139 | 70,7 |
| 3 | Hoàn thành bài thảo luận nhóm | 62 | 18,3 |
| 4 | Thảo luận sôi nổi | 27 | 8,0 |
| | Chung | 238 | 100 |

các bài thảo luận nhóm; còn có tới 70,7% SV cho rằng chỉ làm được một phần yêu cầu và 3% là không thích nghi được với phương pháp này. Như vậy, phần lớn SV chưa làm quen được với phương pháp này nên kết quả thảo luận nhóm chưa tốt gây nên cảm xúc lo âu cho các em.

Bảng 4. Biểu hiện mức độ lo âu trong hoạt động tự học của SV năm thứ nhất Trường ĐH Hùng Vương (Phú Thọ)

| STT | Mức độ biểu hiện | Số lượng | Tỉ lệ (%) |
|-----|------------------------------|----------|-----------|
| 1 | Rất chán nản | 56 | 16,5 |
| 2 | Lo không hoàn thành được bài | 197 | 58,3 |
| 3 | Không hứng thú học nữa | 79 | 23,4 |
| 4 | Hoàn toàn bình thường | 6 | 1,8 |
| | Chung | 238 | 100 |

Một biểu hiện nữa cũng hết sức quan trọng trong hoạt động học tập theo tín chỉ đó là SV phải tự học. Các em phải tự nghiên cứu giáo trình, tài liệu, giáo viên chỉ là người hướng dẫn chứ không còn giảng giải chi tiết như thời phổ thông. Vì thế các em cảm thấy chán nản, không hứng thú tự học nữa (chiếm 39,9%), chỉ có 1,8% là thấy bình thường với phương pháp học tập này, trong khi đó có tới 58,3% số SV được điều tra cảm thấy lo âu vì không hoàn thành được nhiệm vụ.

Như vậy, xét về tổng thể chung, SV năm thứ nhất luôn cảm thấy bỡ ngỡ, lo lắng trước những cách thức, nội dung, phương pháp học tập mới... Thực trạng lo âu của SV đang ở mức độ khá lo âu, điều này được thể hiện qua từng tình huống cụ thể trong nghiên cứu. Chính vì vậy, việc khảo sát thực trạng lo âu của SV trong hoạt động học tập là điều cần thiết để chúng tôi tiếp tục so sánh lo âu trong học tập của SV thuộc các ngành học khác nhau.

3. So sánh mức độ lo âu trong học tập theo ngành học

Khi điều tra số SV năm thứ nhất, chúng tôi thấy rằng, có sự khác nhau và chênh lệch giữa SV ngành giáo dục tiểu học (GDTH) và giáo dục mầm non (GDMN). Điều đó được thể hiện qua các hoạt động cụ thể và thu được kết quả như sau:

Bảng 5. Lo âu trong học tập theo tín chỉ của SV năm thứ nhất theo từng ngành học

| Tác nhân gây lo âu | \bar{X} | |
|--|--------------------|--------------------|
| | Ngành GDTH (N=112) | Ngành GDMN (N=126) |
| Kiểm tra, thi cử | 2,08 | 2,19 |
| Phương pháp, phương tiện học tập | 2,05 | 2,11 |
| Các mối quan hệ ở ĐH (thầy cô, bạn bè) | 1,87 | 1,94 |
| Bản thân | 1,84 | 1,81 |
| Nội dung, chương trình học tập ở ĐH | 1,81 | 1,75 |
| Chung | 1,93 | 1,96 |

Chú thích: $0 \leq \bar{X} \leq 4$; GDTH: giáo dục tiểu học; GDMN: giáo dục mầm non

Bảng số liệu trên cho thấy, mức độ lo âu của SV ngành GDMN có phần cao hơn so với SV ngành GDTH (1,96 so với 1,93). Sự chênh lệch về mức độ lo âu giữa SV hai ngành tuy không nhiều nhưng cũng đủ thấy mỗi ngành có đặc thù riêng nên sự lo âu của các em cũng có nhiều điểm khác nhau.

Có sự khác nhau này là do đào tạo giáo viên tiểu học là một giáo viên đa năng, hiểu biết cả kiến thức tự nhiên và xã hội, chỉ trừ các môn năng khiếu. SV ngành GDTH ngay khi vào học tập đã phải chịu những áp lực từ lượng kiến thức đa dạng này. SV Nguyễn Lan A (K14 ĐH GDTH) cho rằng: “Trước đây em học theo các môn tự nhiên là chính, nhưng khi vào ĐH em phải học những môn tổng hợp về xã hội, tiếng Việt, em sợ những môn này lắm vì lâu rồi em không chú ý đến những lĩnh vực đó”.

Đối với SV ngành GDMN, giáo viên mầm non là nghề có tính đặc thù rất cao. Bởi vậy, đặc điểm của nghề này là ngoài chuyên môn nghiệp vụ vững vàng, còn phải có tinh thần trách nhiệm cao trong công việc và lòng yêu trẻ. Đặc biệt khi tiếp xúc với trẻ, các em phải là người biết vị tha, gần gũi, chu đáo và đặc biệt yêu trẻ, có yêu trẻ mới dạy được trẻ. Cô dạy cho bé tất cả mọi điều cần thiết đầu đời như: kiến thức về môi trường xung quanh, kỹ năng sống, kiến thức về toán học, văn học, hội họa, thẩm mỹ, âm nhạc, và phát triển thể chất,... Không chỉ vậy, trẻ còn mong chờ ở cô sự chăm sóc, quan tâm, sự giúp đỡ, thái độ trìu mến và bảo vệ trẻ... Chính vì những đặc thù như vậy, nên SV ngành GDMN ngoài tri thức, phải thường xuyên rèn luyện những năng khiếu khác với các ngành khác đó là múa, hát, hội họa... Khi đến các kì thi, các em ngoài thi các kiến thức chuyên môn thì phải thi các môn năng khiếu khác, điều đó làm các em luôn cảm thấy lo lắng vì sự khác biệt này. Khi được phỏng vấn, em Nguyễn Lan P (K14 ĐH GDMN) cho rằng: “Chúng em chưa thi năng khiếu bao giờ, nhất là thi ở đây

không phải hát một bài là xong mà còn kiểm tra cả kỹ năng thanh nhạc, xử lý bài hát... và nhiều kỹ năng khác nữa, điều này làm chúng em lo không biết mình có qua môn được không”.

Xét tổng thể chung, SV ngành GDTH và GDMN không có sự chênh lệch nhiều về mức độ lo âu. Tuy nhiên xét các yếu tố cụ thể thì có sự chênh lệch ở một số vấn đề như lịch học, SV ngành GDTH có mức độ lo âu cao hơn các em ngành GDMN (1,87 so với 1,58). Lí giải điều này, SV ngành GDMN trong lịch học luôn được bố trí xen kẽ nhiều môn học năng khiếu, chính những môn này làm các em được thư giãn hơn, ít mệt mỏi hơn nên lịch học đối với các em cũng ít có sự lo âu hơn so với các em ngành GDTH. Một yếu tố cụ thể nữa như về vấn đề sợ đứng trước đám đông, SV ngành GDMN có mức độ cao hơn so với SV ngành GDTH (2,13 so với 1,71). Nguyên nhân của vấn đề này là do SV ngành GDMN khi thi năng khiếu phải đứng trước đám đông nên các em thấy không tự tin và lo lắng lúc thi bị run, không thể hiện được năng khiếu của mình hơn.

Kết luận

Từ những nghiên cứu trên, các giảng viên bộ môn khi giảng dạy cần hướng dẫn cụ thể phương pháp học tập môn đó, hướng dẫn SV cách tự học, giới thiệu cách làm bài, thi cử với nhiều hình thức: tự luận, vấn đáp, trắc nghiệm... Hội SV với Đoàn Thanh niên cùng giáo viên chủ nhiệm, trợ lí học tập cùng phối hợp tổ chức các câu lạc bộ SV, mời các bạn SV năm cuối có kết quả học tập tốt nhằm trao đổi kinh nghiệm học tập, phương pháp học tập hiệu quả. Giảng viên cần quan tâm hơn đến SV để các em làm quen dần với môi trường học tập ở ĐH. Đối với SV, các em cũng phải có những nỗ lực riêng của bản thân, luôn phải tự tin vào bản thân để nâng cao chất lượng học tập. □

Tài liệu tham khảo

- [1] Trần Thị Minh Đức (2009). *Giáo trình tham vấn tâm lí*. NXB Đại học Quốc gia Hà Nội.
- [2] Dương Thị Diệu Hoa (chủ biên, 2011). *Giáo trình Tâm lí học phát triển*. NXB Đại học Sư phạm.
- [3] Nguyễn Công Khanh (2000). *Tâm lí trị liệu*. NXB Đại học Quốc gia Hà Nội.
- [4] Nguyễn Công Khanh (2005). *Ứng dụng phần mềm thống kê SPSS để xử lí và phân tích dữ liệu trong khoa học xã hội*. NXB Đại học Quốc gia Hà Nội.
- [5] Nguyễn Bá Phú (2016). *Kỹ năng quản lí cảm xúc lo âu trong hoạt động học tập của sinh viên Đại học Huế*. Luận án tiến sĩ Tâm lí học, Học viện Khoa học xã hội - Viện Hàn lâm Khoa học xã hội Việt Nam.
- [6] Nguyễn Xuân Thức (chủ biên, 2007). *Giáo trình Tâm lí học đại cương*. NXB Đại học Sư phạm.