

BỘ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO
TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM HÀ NỘI

PHAN THỊ TÂM

**KỸ NĂNG ỨNG PHÓ VỚI KHÓ KHĂN TÂM LÝ
TRONG HỌC TẬP THEO HỌC CHẾ TÍN CHỈ
CỦA SINH VIÊN ĐẠI HỌC SƯ PHẠM KỸ THUẬT**

LUẬN ÁN TIẾN SĨ TÂM LÝ HỌC

HÀ NỘI - 2017

BỘ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO
TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM HÀ NỘI

PHAN THỊ TÂM

**KỸ NĂNG ỨNG PHÓ VỚI KHÓ KHĂN TÂM LÝ
TRONG HỌC TẬP THEO HỌC CHẾ TÍN CHỈ
CỦA SINH VIÊN ĐẠI HỌC SƯ PHẠM KỸ THUẬT**

Chuyên ngành: Tâm lý học chuyên ngành
Mã số: 62 31 04 01

LUẬN ÁN TIẾN SĨ TÂM LÝ HỌC

Người hướng dẫn khoa học:

1. PGS.TS NGUYỄN THỊ THANH BÌNH
2. PGS.TS NGUYỄN THỊ HUỆ

HÀ NỘI - 2017

LỜI CAM ĐOAN

Tôi xin cam đoan bản luận án này là công trình nghiên cứu của riêng tôi. Các kết quả nghiên cứu được công bố trong luận án chưa từng được công bố trong một công trình nào khác.

Tác giả

Phan Thị Tâm

LỜI CẢM ƠN

Em xin bày tỏ lòng biết ơn sâu sắc tới hai Cô giáo **PGS.TS Nguyễn Thị Thanh Bình** và **PGS.TS Nguyễn Thị Huệ** đã tận tình hướng dẫn, chỉ bảo, giúp đỡ em trong suốt quá trình học tập và nghiên cứu. Các Cô đã không quản ngại thời gian, công sức của mình để định hướng, chỉ bảo, hỗ trợ, động viên và khích lệ em vượt qua những khó khăn, nỗ lực hoàn thành nhiệm vụ học tập. Em xin trân trọng gửi đến hai Cô giáo lời tri ân chân thành nhất.

Em xin cảm ơn sâu sắc **Ban chủ nhiệm khoa, Bộ môn Tâm lý học đại cương**, cùng các **Thầy, Cô giáo khoa Tâm lý giáo dục**, trường ĐHSP Hà Nội đã tạo điều kiện tốt nhất cho em trong quá trình học tập và nghiên cứu.

Tôi xin gửi lời cảm ơn sâu sắc đến **Ban giám hiệu, tập thể khoa Sư phạm kỹ thuật và các bạn đồng nghiệp ở Trường ĐHSP kỹ thuật Vinh** đã tạo điều kiện, giúp đỡ tôi hoàn thành nhiệm vụ học tập nâng cao trình độ.

Tôi xin gửi lời cảm ơn sâu sắc đến **Ban Giám hiệu, Phòng Đào tạo Sau Đại học**, Trường Đại học Sư phạm Hà Nội đã luôn tạo điều kiện thuận lợi để tôi thực hiện và hoàn thành luận án đúng quy định.

Tôi xin gửi lời cảm ơn sâu sắc đến **Ban Giám hiệu, giáo viên và sinh viên các trường ĐHSPKT Hưng Yên, ĐHSPKT Nam Định, ĐHSPKT Vinh** đã phối hợp và giúp đỡ tôi trong quá trình nghiên cứu luận án.

Cuối cùng, tôi xin gửi lời cảm ơn đến những **người thân trong gia đình và bạn bè**, luôn là điểm tựa vững chắc, động viên và khích lệ tôi thực hiện và hoàn thành nhiệm vụ học tập, nghiên cứu.

Mặc dù bản thân đã cố gắng nhưng công trình khó tránh khỏi thiếu sót. Tôi rất mong nhận được sự chỉ bảo, góp ý của các Thầy, Cô giáo, các nhà khoa học, các anh, chị, em và đồng nghiệp để công trình được hoàn thiện hơn.

Tôi xin trân trọng cảm ơn!

Hà Nội, ngày tháng năm 2017.

Tác giả

Phan Thị Tâm

MỤC LỤC

	<i>Trang</i>
MỞ ĐẦU	1
Chương 1: CƠ SỞ LÝ LUẬN VỀ KỸ NĂNG ỨNG PHÓ VỚI KHÓ KHĂN TÂM LÝ TRONG HỌC TẬP THEO HỌC CHẾ TÍN CHỈ CỦA SINH VIÊN ĐẠI HỌC SƯ PHẠM KỸ THUẬT	9
1.1. Tổng quan tình hình nghiên cứu về kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật	9
1.1.1. <i>Những nghiên cứu về kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ở nước ngoài</i>	9
1.1.2. <i>Những nghiên cứu về kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ở Việt Nam</i>	17
1.2. Học tập theo học chế tín chỉ	24
1.2.1. <i>Khái niệm học tập theo học chế tín chỉ</i>	24
1.2.2. <i>Đặc điểm học tập theo học chế tín chỉ</i>	29
1.3. Khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật	33
1.3.1. <i>Học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật</i>	33
1.3.2. <i>Khái niệm khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật</i>	38
1.3.3. <i>Biểu hiện của khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật</i>	44
1.4. Kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật	45
1.4.1. <i>Kỹ năng ứng phó</i>	45
1.4.2. <i>Khái niệm về kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật</i>	53
1.4.3. <i>Biểu hiện của kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật</i>	56

1.4.4. <i>Mức độ của kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật</i>	67
1.5. Các yếu tố ảnh hưởng đến kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật	70
1.5.1. <i>Các yếu tố chủ quan</i>	70
1.5.2. <i>Các yếu tố khách quan</i>	71
Tiểu kết chương 1	74
Chương 2: TỔ CHỨC VÀ PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU	75
2.1. Vài nét về địa bàn và khách thể nghiên cứu	75
2.1.1. <i>Địa bàn nghiên cứu</i>	75
2.1.2. <i>Khách thể nghiên cứu</i>	76
2.2. Tiến trình nghiên cứu	77
2.2.1. <i>Giai đoạn nghiên cứu lý luận</i>	78
2.2.2. <i>Giai đoạn nghiên cứu thực trạng</i>	79
2.2.3. <i>Giai đoạn thực nghiệm sư phạm</i>	80
2.3. Phương pháp nghiên cứu	81
2.3.1. <i>Phương pháp nghiên cứu tài liệu, văn bản</i>	81
2.3.2. <i>Phương pháp điều tra bằng phiếu hỏi</i>	82
2.3.3. <i>Phương pháp quan sát</i>	93
2.3.4. <i>Phương pháp phỏng vấn sâu</i>	93
2.3.5. <i>Phương pháp nghiên cứu sản phẩm hoạt động</i>	94
2.3.6. <i>Phương pháp giải bài tập tình huống</i>	95
2.3.7. <i>Phương pháp thống kê toán học</i>	95
2.3.8. <i>Phương pháp thực nghiệm sư phạm tác động</i>	97
Tiểu kết chương 2	101
Chương 3: KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU THỰC TIỄN VỀ KỸ NĂNG ỨNG PHÓ VỚI KHÓ KHĂN TÂM LÝ TRONG HỌC TẬP THEO HỌC CHẾ TÍN CHỈ CỦA SINH VIÊN ĐẠI HỌC SƯ PHẠM KỸ THUẬT	102
3.1. Thực trạng khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật	102

3.1.1. <i>Đánh giá chung về mức độ biểu hiện của khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật</i>	102
3.1.2. <i>Biểu hiện cụ thể của khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật</i>	105
3.2. Thực trạng kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật	109
3.2.1. <i>Đánh giá chung kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật</i>	109
3.2.2. <i>Những biểu hiện cụ thể của kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật</i>	113
3.2.3. <i>Thực trạng kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật so sánh theo các biến số</i>	132
3.3. Thực trạng các yếu tố ảnh hưởng đến kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật	136
3.4. Kết quả thực nghiệm tác động	140
3.4.1. <i>Cơ sở đề xuất biện pháp thực nghiệm tác động</i>	140
3.4.2. <i>Biện pháp thực nghiệm tác động</i>	141
3.4.3. <i>Kết quả thực nghiệm tác động</i>	141
Tiểu kết chương 3	146
KẾT LUẬN VÀ KIẾN NGHỊ	147
DANH MỤC CÁC CÔNG TRÌNH ĐÃ CÔNG BỐ CỦA TÁC GIẢ	151
DANH MỤC TÀI LIỆU THAM KHẢO	152
PHỤ LỤC	1PL

DANH MỤC CÁC CHỮ VIẾT TẮT

TT	Chữ viết tắt	Viết đầy đủ
1.	ĐHSP	Đại học Sư phạm
2.	ĐLC (SD)	Độ lệch chuẩn
3.	ĐTB (\bar{x})	Điểm trung bình
4.	KKTL	Khó khăn tâm lý
5.	KNUP	Kỹ năng ứng phó

DANH MỤC CÁC BẢNG

Bảng 2.1:	Mẫu khách thể nghiên cứu	77
Bảng 2.2:	Hệ số tin cậy alpha của các tiêu chí đo kỹ năng tìm cách ứng phó với khó khăn tâm lý (UPKKTL)	85
Bảng 2.3:	Tương quan giữa các tiêu chí đo kỹ năng tìm cách UPKKTL... ..	85
Bảng 2.4:	Hệ số tin cậy alpha của các tiêu chí đo yếu tố ảnh hưởng đến KNUP với KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ	85
Bảng 2.5:	Tương quan giữa các yếu tố ảnh hưởng đến KNUP với KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ.....	86
Bảng 2.6:	Kết quả kiểm định độ tin cậy hệ thống item đo KNUP với KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ.....	90
Bảng 2.7:	Tương quan giữa các tiêu thang đo/thang đo của KNUP với KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ.....	91
Bảng 3.1:	Mức độ khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật.....	102
Bảng 3.2:	Tương quan giữa khó khăn tâm lý của sinh viên trong học tập theo học chế tín chỉ với kết quả tích lũy tín chỉ.....	104
Bảng 3.3:	Mức độ khó khăn tâm lý trong lập kế hoạch học tập của sinh viên ĐHSP kỹ thuật.....	105
Bảng 3.4:	Mức độ khó khăn tâm lý trong học theo nhóm của sinh viên ĐHSP kỹ thuật.....	107
Bảng 3.5:	Mức độ khó khăn tâm lý trong tự học, tự nghiên cứu của sinh viên ĐHSP kỹ thuật	108
Bảng 3.6:	Mức độ kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật	110
Bảng 3.7:	Mức độ kỹ năng nhận diện khó khăn tâm lý trong lập kế hoạch học tập của sinh viên ĐHSP kỹ thuật	113
Bảng 3.8:	Mức độ kỹ năng nhận diện khó khăn tâm lý trong học theo nhóm của sinh viên ĐHSP kỹ thuật.....	115

Bảng 3.9:	Mức độ kỹ năng nhận diện khó khăn tâm lý trong tự học, tự nghiên cứu của sinh viên ĐHSP kỹ thuật.....	117
Bảng 3.10:	Mức độ kỹ năng xác định cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong lập kế hoạch học tập của sinh viên ĐHSP kỹ thuật....	119
Bảng 3.11:	Mức độ kỹ năng xác định cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong học theo nhóm của sinh viên ĐHSP kỹ thuật	121
Bảng 3.12:	Mức độ kỹ năng xác định cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong tự học, tự nghiên cứu của sinh viên ĐHSP kỹ thuật...	123
Bảng 3.13:	Mức độ kỹ năng thực hiện cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong lập kế hoạch học tập của sinh viên ĐHSP kỹ thuật	125
Bảng 3.14:	Mức độ kỹ năng thực hiện cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong học theo nhóm của sinh viên ĐHSP kỹ thuật	126
Bảng 3.15:	Mức độ kỹ năng thực hiện cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong tự học, tự nghiên cứu của sinh viên ĐHSP kỹ thuật.....	127
Bảng 3.16:	Mức độ lựa chọn các cách giải quyết KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật	129
Bảng 3.17:	Tương quan giữa các thành phần của kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật.....	131
Bảng 3.18:	So sánh điểm trung bình KNUP với KKTL của sinh viên ĐHSP kỹ thuật theo các mức độ khó khăn tâm lý	132
Bảng 3.19:	So sánh mức độ kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật theo giới tính.	132
Bảng 3.20:	So sánh mức độ kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật theo năm học.....	133
Bảng 3.21:	So sánh mức độ kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật theo ngành học.....	134

Bảng 3.22: So sánh mức độ kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật theo địa bàn trường học	135
Bảng 3.23: Tương quan giữa kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý của sinh viên trong học tập theo học chế tín chỉ với kết quả tích lũy tín chỉ	135
Bảng 3.24: Các yếu tố ảnh hưởng đến KNUP với KKTL của sinh viên ĐHSP kỹ thuật	136
Bảng 3.25: Kết quả trước và sau thực nghiệm về mức độ KNUP với KKTL trong học tập theo nhóm và trong tự học, tự nghiên cứu của nhóm thực nghiệm	142

DANH MỤC BIỂU ĐỒ

- Biểu đồ 3.1: Mức độ KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật..... 104
- Biểu đồ 3.2: Mức độ KNUP với KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật 112
- Biểu đồ 3.3: Mức độ KNUP với KKTL trong học theo nhóm và trong tự học, tự nghiên cứu của sinh viên trước và sau thực nghiệm..... 144

MỞ ĐẦU

1. Lý do chọn đề tài

Hoạt động là phương thức tồn tại của con người. Khi tiến hành hoạt động con người luôn đặt ra mục đích và mong muốn đạt được mục đích. Tuy nhiên không phải ai cũng dễ dàng đạt được mà trong quá trình đó có thể vừa được thừa hưởng những yếu tố thuận lợi và vừa phải đối mặt với những khó khăn, thách thức, trong đó có khó khăn tâm lý. Do đó để đạt được mục đích thì con người phải biết phát huy thuận lợi và nỗ lực ứng phó, khắc phục khó khăn. Việc hình thành và rèn luyện kỹ năng ứng phó với những khó khăn có ý nghĩa hết sức quan trọng đối với tất cả mọi người, giúp con người có thể vượt qua mọi khó khăn để vươn lên và đạt được mục đích. Với sinh viên, để đạt được mục đích học tập nghề nghiệp, họ cũng rất cần có kỹ năng ứng phó để vượt qua khó khăn, đặc biệt là các khó khăn tâm lý.

Giáo dục đại học Việt Nam đang trong giai đoạn chuyển đổi từ phương thức đào tạo theo niên chế sang hệ thống tín chỉ. Đào tạo theo hệ thống tín chỉ đem lại những thay đổi căn bản so với đào tạo theo niên chế. Sinh viên được đăng ký các môn học thích hợp với năng lực, hoàn cảnh của họ và phù hợp với quy định chung. Bên cạnh đó, học chế tín chỉ đòi hỏi người học chủ động, tích cực tự học, tự nghiên cứu, có tinh thần hợp tác và tự chịu trách nhiệm cho việc học của mình. Tuy nhiên, phương thức đào tạo này cũng đặt ra những yêu cầu cao cho cả người dạy, người học và nó đã tạo ra không ít khó khăn cho sinh viên. Có những khó khăn từ phía khách quan như môi trường học tập, rèn luyện, nội dung, chương trình,..., có những khó khăn từ phía chủ quan như: nhận thức chưa đúng, chưa đầy đủ, lúng túng, bi quan, chán nản, thiếu tự tin trong học tập... đã ảnh hưởng rất lớn đến quá trình học tập và rèn luyện nghề nghiệp của sinh viên. Đó chính là những khó khăn tâm lý mà sinh viên

phải có được khả năng ứng phó phù hợp thì mới có thể đạt được mục đích học tập nghề nghiệp một cách tốt nhất.

Kỹ năng ứng phó sẽ giúp sinh viên vượt qua được khó khăn tâm lý, thích ứng nhanh hơn với những yêu cầu của học tập theo học chế tín chỉ, nhờ đó mà nâng cao hiệu quả học tập cho bản thân.

Hiện nay, các trường Đại học sư phạm kỹ thuật đã chuyển đổi sang phương thức đào tạo theo học chế tín chỉ. Trong tình hình chung, điều kiện triển khai đào tạo theo học chế tín chỉ ở các trường chưa đáp ứng yêu cầu, sự thích ứng còn chậm từ phía giáo viên lẫn sinh viên, cho nên sinh viên ĐHSP kỹ thuật đã gặp rất nhiều khó khăn tâm lý trong học tập, thế nhưng hầu như các em chưa nỗ lực hoặc chưa biết cách để ứng phó vượt qua khi gặp các khó khăn này, do đó mà kết quả học tập chưa cao.

Đã có những công trình nghiên cứu về ứng phó với khó khăn, khó khăn tâm lý trong học tập nói chung và học tập của sinh viên nói riêng. Tuy nhiên nghiên cứu về ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên đại học vẫn còn chưa được làm rõ.

Do vậy, trong tình hình giáo dục đại học nước ta chuyển mạnh đào tạo theo học chế tín chỉ, thì nghiên cứu về kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên đại học là vấn đề cấp thiết. Việc làm sáng tỏ lý luận và thực trạng kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật sẽ góp phần nâng cao kỹ năng này cho sinh viên - một trong những kỹ năng quan trọng có ảnh hưởng lớn đến hiệu quả học tập.

Xuất phát từ những lý do trên, chúng tôi lựa chọn nghiên cứu đề tài:
“Kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên đại học sư phạm kỹ thuật”.

2. Mục đích nghiên cứu

Nghiên cứu lý luận và thực trạng kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên đại học sư phạm kỹ thuật. Trên cơ sở đó, đề xuất biện pháp tác động tâm lý - sư phạm nhằm nâng cao kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo tín chỉ cho sinh viên đại học sư phạm kỹ thuật.

3. Đối tượng và khách thể nghiên cứu

3.1. Đối tượng nghiên cứu: Biểu hiện và mức độ kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên đại học sư phạm kỹ thuật.

3.2. Khách thể nghiên cứu

- Khách thể khảo sát thực trạng: 687 sinh viên đang học hệ đại học sư phạm kỹ thuật tại 3 trường Đại học sư phạm kỹ thuật Hưng Yên, Đại học sư phạm kỹ thuật Nam Định, Đại học sư phạm kỹ thuật Vinh.

- Khách thể thực nghiệm: 25 sinh viên đang học hệ đại học sư phạm kỹ thuật tại trường Đại học sư phạm kỹ thuật Vinh.

4. Giả thuyết khoa học

4.1. Sinh viên ĐHSP kỹ thuật gặp khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ ở mức cao nhưng kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ chủ yếu ở mức trung bình nghiêng về mức yếu. Kỹ năng này biểu hiện ở: kỹ năng nhận diện khó khăn tâm lý; kỹ năng xác định cách giải quyết khó khăn tâm lý và kỹ năng thực hiện cách giải quyết khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ. Mức độ biểu hiện của kỹ năng này không đồng đều giữa các nhóm sinh viên, giữa các kỹ năng thành phần của kỹ năng ứng phó và giữa các công việc học tập cụ thể theo học chế tín chỉ.

4.2. Kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên đại học sư phạm kỹ thuật chịu ảnh hưởng của nhiều yếu

tổ chủ quan và khách quan. Trong đó, cách thức tổ chức phương pháp học tập của sinh viên và phương pháp giảng dạy của giảng viên là hai yếu tố chủ quan và khách quan ảnh hưởng nhiều nhất.

4.3. Có thể nâng cao kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong hoạt động học tập theo học chế tín chỉ cho sinh viên ĐHSP kỹ thuật bằng biện pháp tập huấn bồi dưỡng nâng cao kỹ năng này cho sinh viên.

5. Nhiệm vụ nghiên cứu

5.1. Xây dựng cơ sở lý luận nghiên cứu kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên đại học sư phạm kỹ thuật như: tổng quan vấn đề nghiên cứu, xây dựng khái niệm công cụ, biểu hiện và mức độ, các yếu tố ảnh hưởng đến kỹ năng này của sinh viên.

5.2. Phát hiện thực trạng kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo tín chỉ của sinh viên đại học sư phạm kỹ thuật và các yếu tố ảnh hưởng đến kỹ năng này của sinh viên ĐHSP kỹ thuật.

5.3. Đề xuất và thực nghiệm biện pháp tâm lý - sư phạm: Bồi dưỡng nâng cao kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học theo nhóm và tự học, tự nghiên cứu cho sinh viên đại học sư phạm kỹ thuật.

6. Giới hạn phạm vi nghiên cứu

6.1. Giới hạn về nội dung nghiên cứu

- Khó khăn tâm lý và KNUP với KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên có thể nghiên cứu ở nhiều phương diện và biểu hiện rất đa dạng ở nhiều nhiệm vụ học tập khác nhau. Tuy nhiên trong nghiên cứu này, chúng tôi chỉ tìm hiểu biểu hiện và mức độ của KKTL và KNUP với KKTL của sinh viên trong việc: Lập kế hoạch học tập; Học theo nhóm và tự học, tự nghiên cứu.

- Đề tài chỉ tập trung nghiên cứu ba kỹ năng thành phần: Kỹ năng nhận diện KKTL, kỹ năng xác định cách giải quyết KKTL và kỹ năng thực hiện

cách giải quyết KKTL trong việc: Lập kế hoạch học tập; Học theo nhóm và tự học tự nghiên cứu.

- Kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên đại học sư phạm kỹ thuật chịu ảnh hưởng của nhiều yếu tố. Trong nghiên cứu này chúng tôi tập trung nghiên cứu ảnh hưởng của bốn yếu tố chủ quan là: Hiểu biết của SV về đào tạo theo tín chỉ; Sự tự tin tham gia các hoạt động học tập; Hứng thú tham gia các hoạt động học tập; Cách thức tổ chức phương pháp học tập của sinh viên; và bốn yếu tố khách quan là: Tổ chức triển khai đào tạo tín chỉ của nhà trường; Phương pháp giảng dạy của giảng viên; Vai trò của cố vấn học tập; Cơ sở vật chất đầu tư cho hoạt động học tập theo tín chỉ.

6.2. Giới hạn về khách thể và địa bàn nghiên cứu

Nghiên cứu được thực hiện trên 687 sinh viên học hệ đại học sư phạm kỹ thuật tại 3 trường: Đại học sư phạm kỹ thuật Hưng Yên, Đại học sư phạm kỹ thuật Nam Định và Đại học sư phạm kỹ thuật Vinh.

7. Phương pháp nghiên cứu

7.1. Phương pháp luận nghiên cứu

- *Nguyên tắc hoạt động*: Kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật được hình thành và biểu hiện trong quá trình sinh viên thực hiện các hành động/hoạt động học tập theo học chế tín chỉ. Do đó, để đánh giá cũng như hình thành được kỹ năng này, cần gắn với hành động/hoạt động học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên.

- *Nguyên tắc hệ thống*: Kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật được coi là một hệ thống gồm các thành phần có mối quan hệ chặt chẽ, tác động qua lại lẫn nhau. Do đó kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật được thể hiện trong từng kỹ năng

thành phần. Việc đánh giá kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật cũng là sự tổng hợp, khái quát dựa trên sự đánh giá từng kỹ năng thành phần và chịu sự ảnh hưởng của các yếu tố chủ quan và khách quan.

- *Nguyên tắc phát triển*: Kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật cũng như mọi sự vật hiện tượng khác, luôn tồn tại trong sự vận động và phát triển, nó có quá trình hình thành, phát triển, biến đổi cùng với sự phát triển, biến đổi của điều kiện, hoàn cảnh.

7.2. Phương pháp nghiên cứu

- Phương pháp nghiên cứu tài liệu, văn bản
- Phương pháp điều tra bằng phiếu hỏi
- Phương pháp quan sát
- Phương pháp phỏng vấn sâu
- Phương pháp nghiên cứu sản phẩm hoạt động
- Phương pháp giải bài tập tình huống
- Phương pháp thống kê toán học
- Phương pháp thực nghiệm sư phạm tác động.

8. Đóng góp mới của đề tài

8.1. Về mặt lý luận

Kết quả nghiên cứu của đề tài đã:

- Xây dựng được các khái niệm: kỹ năng ứng phó, kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý, khó khăn tâm lý trong học tập theo tín chỉ, kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên đại học sư phạm kỹ thuật, qua đó bổ sung lý luận về kỹ năng ứng phó.

- Xác định được ba kỹ năng thành phần của kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ: kỹ năng nhận diện khó khăn

tâm lý, kỹ năng xác định các cách thức giải quyết khó khăn tâm lý và kỹ năng thực hiện các cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ.

- Nêu được các yếu tố chủ quan và khách quan cơ bản ảnh hưởng đến kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật.

Những kết quả này góp phần làm sáng tỏ hơn lý luận về kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ, đóng góp vào lý luận về kỹ năng trong tâm lý học.

8.2. Về mặt thực tiễn

Kết quả nghiên cứu thực tiễn của đề tài đã:

- Phát hiện được sinh viên ĐHSP kỹ thuật có khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ ở mức cao. Kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật hiện nay chủ yếu ở mức trung bình và mức yếu. Xét trong các kỹ năng thành phần của KNUP với KKTL: kỹ năng nhận diện KKTL là cao nhất, kỹ năng xác định cách giải quyết KKTL là thấp nhất. Xét trong các công việc học tập thì: KNUP với KKTL trong lập kế hoạch học tập là thấp nhất, trong tự học, tự nghiên cứu là cao nhất.

- Có sự khác biệt không đáng kể về KNUP với KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật theo phương diện giới tính, ngành học, năm học, địa bàn trường học. Có mối tương quan thuận giữa các thành phần của KNUP với KKTL với nhau và giữa các thành phần đó với KNUP với KKTL.

- Nêu được hai yếu tố: cách thức tổ chức phương pháp học tập của sinh viên và phương pháp giảng dạy của giảng viên là hai yếu tố có ảnh hưởng lớn nhất đến KNUP với KKTL trong học tập theo tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật.

- Đề xuất được biện pháp tác động: tập huấn bồi dưỡng nâng cao KNUP với KKTL trong học theo nhóm và tự học tự nghiên cứu, sẽ nâng cao được kỹ năng này cho sinh viên.

Kết quả nghiên cứu thực tiễn đã góp phần làm sáng tỏ biểu hiện và mức độ kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật. Các trường ĐHSP kỹ thuật có thể sử dụng kết quả nghiên cứu này làm cơ sở để phát triển KNUP với KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên.

9. Cấu trúc của luận án

Luận án gồm: Mở đầu, 3 chương, kết luận, kiến nghị, danh mục các công trình công bố, tài liệu tham khảo và phụ lục. Trong luận án có 25 bảng số liệu và 3 biểu đồ.

Chương 1

CƠ SỞ LÝ LUẬN VỀ KỸ NĂNG ỨNG PHÓ VỚI KHÓ KHĂN TÂM LÝ TRONG HỌC TẬP THEO HỌC CHẾ TÍN CHỈ CỦA SINH VIÊN ĐẠI HỌC SƯ PHẠM KỸ THUẬT

1.1. Tổng quan tình hình nghiên cứu về kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật

Khó khăn tâm lý và kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý là một trong những vấn đề hết sức quan trọng trong Tâm lý học. Do đó thu hút được nhiều sự quan tâm nghiên cứu của các nhà Tâm lý học trong và ngoài nước. Có nhiều công trình nghiên cứu về vấn đề này nhưng có thể khái quát tình hình như sau:

1.1.1. Những nghiên cứu về kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ở nước ngoài

1.1.1.1. Những nghiên cứu về khó khăn tâm lý trong học tập của sinh viên

Nghiên cứu về khó khăn tâm lý trong học tập của sinh viên của các tác giả nước ngoài có thể kể đến một số công trình sau:

Công trình nghiên cứu của Lucas CJ đã mô tả một số vấn đề tâm lý ở sinh viên như: trầm cảm, rối loạn lo âu, tâm thần phân liệt, rối loạn thời thơ ấu, rối loạn kiểm soát, rối loạn điều chỉnh, rối loạn nhân cách. Tác giả cho rằng khi vấn đề tâm lý ảnh hưởng đến sức khỏe tinh thần hoặc thể chất, mối quan hệ, năng suất làm việc, hoặc điều chỉnh cuộc sống, sinh viên cần phải nói chuyện với một người nào đó có thể giúp họ [91, p.1431-1433].

Cancalic V.A khi nghiên cứu về giao tiếp sư phạm cho rằng sinh viên sư phạm gặp phải một số trở ngại giao tiếp như không biết cách dàn xếp, tổ chức một cuộc tiếp xúc; không hiểu lập trường của đối tượng giao tiếp; thụ động trong giao tiếp; có tâm trạng lơ đãng, sợ hãi; lúng túng khi điều khiển các

trạng thái tâm lý của bản thân trong giao tiếp; không biết cách xây dựng mối quan hệ qua lại và đổi mới mối quan hệ theo nhiệm vụ sự phạm; bắt chước một cách máy móc cách ứng xử của các giáo viên [Dẫn theo 6, tr.13-14].

Ballard và Clanchy (1985) đã chỉ ra những KKTL trong quá trình học tập của từng sinh viên châu Á khi học tại các trường đại học của Úc. Hai tác giả khẳng định: Sinh viên đến từ các nền văn hóa khác nhau thường đặt ra các mục đích khác nhau trong cách nghĩ và cách học của họ. Hầu hết sinh viên nghĩ và học theo cách mà họ đã được đào tạo ở trường phổ thông và đại học, vì vậy họ có thể thành công ở ngôi trường và đất nước của họ nhưng lại gặp thất bại ở đất nước khác. Bằng kinh nghiệm và kiến thức khoa học của mình, các tác giả và một số sinh viên, học viên cao học, nghiên cứu sinh người Nhật, Singapo, Ấn Độ đã tháo gỡ một số KKTL trong quá trình học tập và nghiên cứu tại trường đại học của hai ông. Các tác giả kết luận: Sinh viên cần phải có một sự chuyển biến lớn giữa các nền văn hóa, kiến thức khác nhau để thích ứng với môi trường học tập mới [78, p.1431-1433].

Như vậy, các công trình nghiên cứu của các tác giả nước ngoài về KKTL trong học tập của sinh viên đều đã đề cập đến nhiều biểu hiện của KKTL và còn chỉ ra nguyên nhân dẫn đến KKTL, đồng thời các tác giả cũng đề xuất cách giúp SV vượt qua được những KKTL này để học tập tốt.

1.1.1.2. Những nghiên cứu về kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên

a. Hướng nghiên cứu về ứng phó và kỹ năng ứng phó

Vấn đề KNUP với hoàn cảnh khó khăn nói chung đã được nhiều tác giả trên thế giới quan tâm nghiên cứu, các nghiên cứu chủ yếu tập trung ở lứa tuổi vị thành niên, nhất là ở tuổi học sinh trung học cơ sở. Qua tìm hiểu, nghiên cứu các tài liệu, chúng tôi có thể nhóm các công trình nghiên cứu theo các hướng như sau:

* *Hướng thứ nhất*: nghiên cứu về ảnh hưởng của KNUP đến sức khỏe thể chất và tinh thần:

Các nghiên cứu khẳng định rằng những hạn chế về KNUP của trẻ vị thành niên với hoàn cảnh khó khăn đã ảnh hưởng tiêu cực đến sức khỏe thể chất và tinh thần của các em. Cụ thể:

Nghiên cứu của Nezu và Ronan (1988) chỉ ra rằng, vị thành niên không có kỹ năng phòng ngừa những tác động của hoàn cảnh có thể dẫn đến stress, những vấn đề về trầm cảm, lo âu. Để giải quyết được, vị thành niên cần có niềm tin dựa trên năng lực, xác lập được những KNUP với những hoàn cảnh khó khăn của chính bản thân vị thành niên [80; 1].

Theo Kovacs (1989), có nhiều vấn đề về tâm thần của vị thành niên liên quan đến sự kém hiểu biết về kỹ năng xã hội, đây cũng là một trong những nguyên nhân làm tăng ý tưởng và hành vi tự sát [80; 2].

Một số tác giả cho rằng, hành vi ứng phó có tính chất ổn định và được coi là xu hướng ứng xử (Carver, Schenier, Weintraub). Theo các tác giả này, con người có cách ứng phó nhất định trong nhiều tình huống khác nhau và đặc trưng cho mỗi cá nhân [Dẫn theo 14; 9].

* *Hướng thứ hai*: nghiên cứu về cách ứng phó thể hiện mối liên quan của hành vi ứng phó với các sự kiện của cuộc sống, với những trải nghiệm sớm của cá nhân:

Terry D.L (1991), Lees M.C, Neufeld R.W.J (1999) nghiên cứu mối liên quan đánh giá về tình huống khó khăn, nhận thức về các khía cạnh khác nhau của stress với hành vi ứng phó. Theo họ, việc con người ứng xử thế nào trong hoàn cảnh khó khăn thường chịu ảnh hưởng của việc họ đánh giá chính về hoàn cảnh đó, tình huống đó [97].

Các tác giả Myers L.B. Brewin C.R (1994) cho rằng đứa trẻ có những trải nghiệm âm tính sớm thường có kiểu ứng phó dồn nén, ức chế khi chúng gặp quang cảnh của sự kiện cũ hoặc những hoàn cảnh làm chúng liên tưởng

tới những sự kiện cũ, đặc biệt những sự kiện liên quan đến quan hệ gia đình. Ở đây có mối quan hệ chặt chẽ giữa mức độ trải nghiệm các cảm xúc với cách mà con người ứng phó với hoàn cảnh khó khăn, với stress tâm lý [93].

Segersform S.C, Taylor S.E, Kemeny M.E, Fahey J.L, Horowitz, Sdler và Kegeles (1988), tiếp cận nghiên cứu mối liên quan của cách ứng phó với tính lạc quan và bi quan. Các tác giả nhận thấy tính lạc quan có quan hệ với khuynh hướng sử dụng cách ứng phó tập trung vào giải quyết vấn đề, tìm kiếm chỗ dựa xã hội, thể hiện những khía cạnh dương tính trong tình huống stress, ngược lại tính bi quan thường đi kèm với xu hướng phủ nhận hoặc tránh xa tình huống stress, tập trung vào những cảm giác stress của mình [Dẫn theo 14, tr.11].

Hong Y, Chiu C, Dweck C.S, Lin D.M.S, Wan W (1999) nghiên cứu mối quan hệ giữa trí tuệ và các thuộc tính của năng lực với xu hướng ứng phó thuận thực, nhận thấy các thuộc tính của năng lực là cầu nối trung gian giữa trí tuệ và xu hướng ứng phó thuận thực của con người [87].

Theo Keil (2004), ứng phó là những nỗ lực về nhận diện và hành vi được tiến hành để kiểm soát (làm giảm, đưa về mức tối thiểu, kiểm chế hoặc thích ứng) những khó khăn cá nhân và những yêu cầu của hoàn cảnh nhằm giúp cho cá nhân vượt ra được những tác nhân gây stress ở họ. Như vậy, ngoài hai chức năng ban đầu: đấu tranh với những vấn đề gây ra stress và điều chỉnh cảm xúc mà những vấn đề đó đưa ra, ứng phó còn bao gồm cả những yếu tố của sự sửa đổi và thay đổi [Dẫn theo 14; tr.21].

Lazarus và Folkman (1984) [90] cho rằng ứng phó là những nỗ lực của cá nhân, bao gồm cả hành động bên ngoài và tâm lý bên trong nhằm giải quyết những tình huống vốn gây mệt mỏi hoặc vượt quá khả năng của cá nhân, buộc cá nhân phải nỗ lực để giải quyết. Lý thuyết tập trung vào hai cấp độ của sự đánh giá trong quá trình ứng phó. Ở cấp độ đầu tiên, cá nhân đánh giá liệu sự

kiện xảy ra có gây khó khăn cho cuộc sống của mình hay không. Cấp độ thứ hai liên quan đến việc kiểm tra những kinh nghiệm ứng phó đã có để vận dụng vào giải quyết tình huống. Vì vậy, ứng phó là một quá trình năng động phụ thuộc vào cả những đòi hỏi của môi trường và đặc trưng của cá nhân.

Theo hai tác giả này, hành vi ứng phó có tính chất tình huống rõ rệt, chịu ảnh hưởng từ chính cách nhìn nhận, đánh giá tình huống của con người ngay trong thời điểm xảy ra tình huống. Mục đích của các nghiên cứu của các tác giả này nhằm tìm ra những khuôn mẫu ứng phó có hiệu quả với những tình huống, hoàn cảnh nhất định để có thể giúp những người rơi vào hoàn cảnh đó có cách ứng phó phù hợp.

Maria Cristina Richaud (2000) nghiên cứu và nhận thấy mối quan hệ với cha mẹ và bạn cùng tuổi trong thời thơ bé được coi là một trong những khía cạnh quan trọng nhất quyết định sự phát triển của nhân cách và hành vi. Mối quan hệ của trẻ vị thành niên với cha mẹ và bạn cùng tuổi hỗ trợ cho trẻ trong suốt cuộc đời. Những người có khó khăn trong mối quan hệ tương tác có thể có nguy cơ không phát triển nguồn lực phù hợp để ứng phó với khó khăn, stress trong cuộc sống. Những người như vậy luôn có xu hướng cảm nhận thế giới là rất nguy hiểm, thù địch và họ cảm thấy cần phải tiếp cận một cách hung hăng hơn, lảng tránh hay ức chế. Đối với lứa tuổi vị thành niên, khi đối mặt với đặc trưng phiền phức của giai đoạn khủng hoảng cuộc sống, kiểu ứng phó được phát triển từ thời thơ bé được đem ra áp dụng. Những kiểu ứng phó như vậy có thể thay đổi theo những khó khăn trong cuộc sống vào thời điểm đặc biệt. Kiểu ứng phó về sau có liên quan cơ bản đến kiểu tương tác với bố mẹ và bạn cùng lứa được thiết lập trong giai đoạn này. Khi trẻ mở rộng mối quan hệ xã hội, các em dần xa những người thân trong gia đình. Tuy nhiên, những mối quan hệ mới được hình thành sẽ phản ánh mẫu hình giống như đã học được ở gia đình. Mặt khác, giới tính và độ tuổi của vị thành niên quyết định mỗi kiểu ứng phó [Dẫn theo 14, tr.10].

* *Hướng thứ ba*: Nghiên cứu cách đo hành vi ứng phó

Lazarus và Folkman (1984) cho rằng có hai phương án ứng phó với hoàn cảnh, đó là tập trung trọng tâm vào vấn đề (hành vi hướng tới vấn đề cần giải quyết, giải quyết vấn đề) và tập trung trọng tâm vào cảm xúc (thay đổi thái độ, tâm thế của cá nhân trong mối quan hệ với hoàn cảnh) [90].

Sau đó, tác giả Lazarus, Folkman và các cộng sự phân chia các phương án ứng phó một cách chi tiết hơn vào 8 nhóm: *sẵn sàng đương đầu* được đặc trưng bởi những nỗ lực mang tính xâm kích nhằm thay đổi tình huống; *tìm kiếm chỗ dựa xã hội* đặc trưng bởi những cố gắng để có được sự bình ổn về cảm xúc và cơ hội để có thể chia sẻ thông tin với những người khác về vấn đề vừa xảy ra với mình; *giải quyết vấn đề có kế hoạch* mô tả những nỗ lực nhằm giải quyết vấn đề (3 nhóm này gắn với phương án ứng phó đặt trọng tâm vào vấn đề đã được nói ở trên); *kiểm soát bản thân* mô tả những cố gắng điều chỉnh cảm giác của mình; *giữ khoảng cách* là những cố gắng không đề cập đến tình huống stress, thờ ơ với nó; *đánh giá lại những điểm dương tính* đặc trưng bởi những nỗ lực tìm ra những ý nghĩa tốt đẹp trong việc trải nghiệm tình huống stress như việc coi đó là cơ hội để bản thân lớn hơn, có kinh nghiệm hơn; *chấp nhận trách nhiệm* nhìn nhận lại trách nhiệm, vai trò của cá nhân trong vấn đề xảy ra; và *lảng tránh/chạy trốn* mô tả suy nghĩ hy vọng rằng tình huống xấu qua đi thật nhanh hay là những nỗ lực chạy trốn hoặc lảng tránh tình huống bằng cách ăn uống, uống rượu, hút thuốc lá, dùng ma túy, v.v... [90].

Olson phân tích phương án ứng phó thành ba loại: phương án ứng phó hướng đến tác nhân kích thích; phương án ứng phó hướng đến làm giảm nhẹ stress; phương án ứng phó nhận thức.

Có quan điểm khác lại chia các loại phương án ứng phó của con người làm ba mảng: phương án ứng phó bằng nhận thức (cognitive coping strategies),

phương án ứng phó bằng hành động (behavioral coping strategies), và phương án ứng phó bằng con đường sinh lý (physiological coping strategies).

Erica Frydenberg và Ramon Lewis (2003) lại đưa ra 18 phương án ứng phó mà trẻ vị thành niên hay sử dụng (có thể áp dụng cho độ tuổi lớn hơn): 1) Tìm kiếm chỗ dựa xã hội, 2) Tập trung giải quyết vấn đề, 3) Làm việc chăm chỉ và đạt được thành công 4) Lo lắng, 5) Tập trung vào những người bạn thân, 6) Tìm kiếm sự gắn bó, 7) Mơ tưởng 8) Buông xuôi, 9) Giảm thiểu căng thẳng, 10) Hành động xã hội, 11) Phớt lờ vấn đề, 12) Tự trách bản thân, 13) Không nói vấn đề của anh với ai, 14) Tấn kiếm sự hỗ trợ về tâm linh, 15) Tập trung vào những mặt tích cực, 16) Tìm kiếm sự hỗ trợ chuyên nghiệp, 17) Tìm kiếm những trò giải trí, 18) Luyện tập thể chất [84].

Mỗi phương án ứng phó đều được xác định bởi ý nghĩa chủ quan của hoàn cảnh trải nghiệm và đều đáp lại các nhiệm vụ đặt ra theo các cách khác nhau - giải quyết vấn đề thực tế hoặc trải nghiệm các cảm xúc, thay đổi tự đánh giá hoặc điều chỉnh mối quan hệ qua lại với mọi người. Không có một bảng phân loại chung cho các phương án ứng phó mà chúng được xác định bởi các nhà nghiên cứu khác nhau tùy theo hướng nghiên cứu của họ.

Trong phạm vi nghiên cứu của đề tài, chúng tôi thống nhất sử dụng cách phân loại phương án ứng phó của Lazarus và Folkman. Các phương án ứng phó với KKTL trong học tập theo tín chỉ gồm các nhóm sau đây: Nhóm phương án tự nỗ lực giải quyết vấn đề (Tập trung giải quyết vấn đề; Chấp nhận đương đầu; Suy nghĩ tích cực); Nhóm phương án tìm kiếm sự trợ giúp (Tìm kiếm sự trợ giúp từ bạn bè; Tranh thủ ý kiến của giảng viên, cố vấn học tập và những người có chuyên môn khác); Nhóm phương án phản ứng tiêu cực (Mặc cảm; Lo lắng; Buông xuôi).

* *Hướng thứ tư*: nghiên cứu về cách ứng phó của con người đối với sự chuyển đổi của xã hội:

Slavin (1991) - nhà tâm lý học đã nghiên cứu cách ứng phó của con

người đối với chuyển đổi của xã hội ngày nay và phát hiện thấy chuyển đổi xã hội liên quan đến những vấn đề vĩ mô như quan hệ dân tộc, tục lệ, lễ nghi, sự phân hóa kinh tế - xã hội và nó có liên quan đến thói quen, văn hóa của mỗi gia đình, mỗi cá nhân. Cuộc sống của mỗi xã hội đòi hỏi mỗi cá nhân phải thích nghi với chuyển đổi xã hội dường như đã gây ra những tình huống stress sâu sắc. Vì thế, hành vi ứng phó của mỗi con người đều chịu ảnh hưởng của văn hóa. Sự lựa chọn cách ứng xử của con người trước hoàn cảnh mới đã làm nên văn hóa hành vi, nhiều khi nó liên quan đến chuẩn mực văn hóa, lễ nghi, tập tục ở cấp độ xã hội. Vì vậy, những chương trình tự giáo dục, phân loại giá trị và chế ngự stress là những phương pháp được đề nghị để ứng phó với những chuyển đổi xã hội [Dẫn theo 33, tr.38-39].

b. Hướng nghiên cứu về kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ

Chúng tôi chưa tìm thấy nhiều công trình nghiên cứu về KNUP với khó khăn tâm lý trong học tập của các tác giả nước ngoài. Chúng tôi điếm qua một vài công trình về kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập của một số tác giả như sau:

Tác giả Lucas CJ sau khi mô tả một số vấn đề tâm lý ở sinh viên đã cho rằng khi vấn đề tâm lý ảnh hưởng đến sức khỏe tinh thần hoặc thể chất, mối quan hệ, năng suất làm việc, hoặc điều chỉnh cuộc sống, sinh viên cần phải nói chuyện với một người nào đó có thể giúp họ [91].

A.V.Petrovski trong công trình nghiên cứu của mình về KKTL của trẻ em khi đi học lớp 1 đã đề xuất một số biện pháp giải quyết khó khăn cho trẻ.

Ballard và Clanchy (1985) sau khi chỉ ra những KKTL trong quá trình học tập của từng sinh viên châu Á khi học tại các trường đại học của Úc cũng đã kết luận: sinh viên cần phải có một sự chuyển biến lớn giữa các nền văn hóa, kiến thức khác nhau để thích ứng với môi trường học tập mới [78].

Như vậy, đa số các tác giả đều tập trung vào nghiên cứu ứng phó, KNUP với khó khăn, khó khăn tâm lý. Các công trình trên cho rằng KNUP ảnh hưởng tới sức khỏe thể chất và tinh thần. Có nhiều cách ứng phó và nhiều cách đo hành vi ứng phó. Chúng tôi chưa nhận thấy các công trình nghiên cứu đề cập đến KNUP với những KKTL trong học tập theo tín chỉ của sinh viên nói chung và của sinh viên đại học sư phạm kỹ thuật nói riêng.

1.1.2. Những nghiên cứu về kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ở Việt Nam

1.1.2.1. Những nghiên cứu về khó khăn tâm lý trong học tập

Ở Việt Nam, đã có khá nhiều công trình nghiên cứu về khó khăn tâm lý trong học tập của sinh viên, tiêu biểu như:

Năm 1996, luận án tiến sĩ của Nguyễn Thị Thanh Bình với đề tài: "Nghiên cứu một số trở ngại tâm lý trong giao tiếp của sinh viên với học sinh khi thực tập tốt nghiệp". Tác giả cho rằng trở ngại trong quá trình giao tiếp là toàn bộ những đặc điểm tâm lý cá nhân và kiểu hành vi ứng xử không phù hợp với nội dung đối tượng và hoàn cảnh giao tiếp. Tác giả đã làm rõ những biểu hiện, thứ bậc của những trở ngại tâm lý mà sinh viên gặp phải trong giao tiếp với học sinh. Cụ thể các biểu hiện: Lúng túng khi điều khiển giao tiếp với học sinh; Chưa làm chủ được trạng thái tâm lý của bản thân; Sợ mắc sai lầm sư phạm; Không trùng hợp tâm thế giữa sinh viên và học sinh; Hiểu biết về học sinh chưa đầy đủ; Sợ lớp học; Thiếu tiếp xúc với học sinh. Bên cạnh đó, tác giả còn chỉ ra nguyên nhân dẫn đến những trở ngại tâm lý và thực nghiệm biện pháp góp phần hạn chế trở ngại tâm lý trong giao tiếp của sinh viên với học sinh khi thực tập tốt nghiệp [6].

Các tác giả như Nguyễn Xuân Thức (2007), Đỗ Văn Bình (2008), Nguyễn Thế Hùng (2008), Đặng Thị Lan (2014) đã nghiên cứu về khó khăn tâm lý trong hoạt động học tập của sinh viên năm thứ nhất một số trường sư phạm. Các tác giả cho thấy đa số sinh viên năm thứ nhất đều gặp khó khăn

tâm lý trong học tập. Khó khăn tâm lý của sinh viên năm thứ nhất thường biểu hiện trên các mặt nhận thức, xúc cảm và kỹ năng học tập và mức độ khó khăn tâm lý không đồng đều giữa các mặt biểu hiện này. Các tác giả cũng đã phân tích các yếu tố ảnh hưởng và đề xuất biện pháp nhằm khắc phục khó khăn tâm lý trong học tập cho sinh viên [1], [37], [64].

Tác giả Vũ Thúy Ngọc (2014) trong công trình nghiên cứu của mình đã tìm hiểu về thực trạng nhận thức về mức độ khó khăn tâm lý trong các khâu học tập môn tâm lý học theo tín chỉ của sinh viên năm thứ nhất các khoa cơ bản Trường ĐHSP Hà Nội. Tác giả kết luận sinh viên gặp khó khăn tâm lý ở các khâu với mức độ khác nhau, trong đó sinh viên gặp KKTL lớn nhất ở khâu kiểm tra và đánh giá, và gặp KKTL ít nhất ở khâu ghi chép và tiếp thu bài giảng môn tâm lý học [45].

Nguyễn Thị Tình (2013) trong công trình *"Những khó khăn của sinh viên trường ĐHSP Hà Nội trong quá trình học tập theo tín chỉ: Thực trạng, nguyên nhân và giải pháp"* đã khẳng định: Đa số sinh viên trường ĐHSP Hà Nội đều gặp khó khăn trong học tập theo tín chỉ như khó khăn về môi trường học tập, khó khăn về các mối quan hệ trong học tập, khó khăn về nhận thức học tập theo tín chỉ, khó khăn về thái độ, động cơ, hứng thú học tập, khó khăn về kỹ năng học tập.... Mức độ của các khó khăn đó không đồng đều, có sự khác nhau về mức độ khó khăn giữa khối khoa học tự nhiên và khoa học xã hội. Đồng thời tác giả cũng phân tích nguyên nhân ảnh hưởng tới khó khăn trong học tập theo tín chỉ của SV; trong đó, nguyên nhân từ phía sinh viên (nguyên nhân chủ quan) là chủ yếu. Từ đó, đề xuất một số biện pháp tác động nhằm hạn chế những khó khăn, nâng cao kết quả học tập theo tín chỉ cho sinh viên trường ĐHSP Hà Nội [66].

Hai tác giả Nguyễn Thị Mỹ Lộc và Đinh Thị Kim Thoa khi nghiên cứu về những rào cản tâm lý cơ bản mà sinh viên gặp phải trong quá trình học tập theo hình thức tín chỉ đã chỉ ra những biểu hiện như: Chưa có kỹ năng làm

việc nhóm; Chưa dự tính được các hoạt động ngoài kế hoạch; Chưa có kỹ năng đọc tài liệu; Chưa biết đánh giá việc thực hiện kế hoạch; Chưa có kỹ năng tự học; Chưa xác định được điều kiện, phương tiện thực hiện hoạt động học tập; Chưa biết cách lập danh sách các hoạt động thực hiện nhiệm vụ học tập; Chưa biết phân chia mục tiêu thành nhiệm vụ học tập; Chưa biết lập mức độ ưu tiên cho mục tiêu hoạt động [41].

Tóm lại, đã có nhiều tác giả quan tâm nghiên cứu về khó khăn tâm lý trong học tập của sinh viên. Các công trình đã chỉ rõ những biểu hiện của khó khăn tâm lý trong học tập ở cả ba mặt nhận thức, thái độ, hành vi và gắn với các hoạt động học tập cụ thể. Đồng thời xác định nguyên nhân và đề xuất biện pháp tâm lý góp phần hạn chế khó khăn tâm lý trong học tập cho sinh viên. Về khó khăn tâm lý trong học tập theo tín chỉ còn ít công trình nghiên cứu, đặc biệt là về khó khăn tâm lý trong học tập theo tín chỉ của sinh viên đại học sư phạm kỹ thuật thì chúng tôi chưa tìm thấy công trình nào nghiên cứu một cách toàn diện.

1.1.2.2. Những nghiên cứu về kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên

a. Hướng nghiên cứu về ứng phó và kỹ năng ứng phó

Vấn đề ứng phó, KNUP và KNUP với khó khăn chưa được quan tâm nghiên cứu nhiều ở Việt Nam. Có thể kể đến một số tác giả với những công trình nghiên cứu như:

Năm 2007, tác giả Phan Thị Mai Hương trong công trình nghiên cứu "Cách ứng phó của trẻ vị thành niên với hoàn cảnh khó khăn" đã đưa ra một số đặc điểm ứng phó với các khó khăn của trẻ vị thành niên Việt Nam, phân tích các yếu tố ảnh hưởng đến kỹ năng ứng phó, trong đó yếu tố quan trọng nhất chính là sự chuẩn bị tâm thế và đón đầu những khó khăn, thách thức cuộc sống trẻ [33].

Bên cạnh đó, Trung tâm Thông tin và Chương trình Giáo dục Lê Thánh Tông, Sở Giáo dục và Đào tạo thành phố Hồ Chí Minh với sự tài trợ của UNESCO và UNICEF đã triển khai chương trình giáo dục kỹ năng sống cho trẻ em.

Năm 2008, tác giả Đào Thị Oanh cùng các cộng sự trong công trình nghiên cứu "Thực trạng biểu hiện của một số cảm xúc và kỹ năng đương đầu với cảm xúc tiêu cực ở thiếu niên hiện nay" đã khẳng định: Hầu hết học sinh thiếu niên chưa biết đương đầu hiệu quả với các cảm xúc tiêu cực và chưa hình thành một phong cách đương đầu nhất định với cảm xúc tiêu cực [48].

Năm 2013, tác giả Đinh Thị Hồng Vân với luận án “Cách ứng phó với những cảm xúc tiêu cực của thanh thiếu niên Thành phố Huế” đã chỉ ra: Đa số thanh thiếu niên ở Huế khi ứng phó với các cảm xúc tiêu cực thường chọn phương án ứng phó theo kiểu hướng vào bản thân nhiều hơn là các phương án ứng phó còn lại. Luận án chỉ ra một số yếu tố ảnh hưởng cũng như các biện pháp nhằm giúp thanh thiếu niên ứng phó tốt hơn với những cảm xúc tiêu cực [72].

Tác giả Nguyễn Thị Hương (2014) với luận án “Nghiên cứu cách ứng phó của người bệnh nghiện rượu với các khó khăn trong cuộc sống” đã đề cập đến cách thức mà những người bị nghiện rượu phản ứng lại với các khó khăn họ thường gặp trong cuộc sống. Tác giả đã đưa ra kết luận về người bệnh nghiện rượu thường ứng phó tự phát, phụ thuộc vào cảm xúc. Với một số hoàn cảnh như nhau, người bệnh nghiện rượu lựa chọn cách ứng phó khác nhau nhưng hiệu quả giải quyết như nhau, điều đó thể hiện tính rập khuôn trong cách ứng phó của người bệnh nghiện rượu [32].

Khái quát các công trình nghiên cứu trên, các tác giả đã đưa ra các khái niệm khoa học về ứng phó, cách thức ứng phó. Các tác giả đều thống nhất rằng: có mối quan hệ mật thiết giữa ứng phó với các phẩm chất tâm lý cá

nhân. Ứng phó gắn với hoàn cảnh xảy ra khó khăn và gắn với môi trường sống của chủ thể. Đồng thời phân tích một số yếu tố ảnh hưởng cũng như đề xuất các biện pháp nhằm giúp chủ thể ứng phó tốt hơn.

b. Hướng nghiên cứu về kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ

Vấn đề KNUP với khó khăn tâm lý trong học tập được một số tác giả ở Việt Nam quan tâm nghiên cứu. Gần đây có các công trình như:

Năm 2010, với đề tài "Ứng phó với stress của sinh viên trường đại học Y-Dược, ĐH Huế", tác giả Nguyễn Phước Cát Tường đã chỉ ra được một số vấn đề cơ bản của việc ứng phó với stress. Tuy nhiên tác giả chưa thực nghiệm biện pháp nâng cao khả năng ứng phó cho sinh viên y dược.

Công trình "Ứng phó với stress trong học tập của sinh viên trường ĐHSPT Hà Nội" (2010) của tác giả Bùi Thị Bích Phượng đã đề xuất và thực nghiệm các biện pháp giúp sinh viên nâng cao hiệu quả ứng phó.

Năm 2011, tác giả Nguyễn Thị Huệ nghiên cứu về "Đánh giá của sinh viên trường ĐHSPT Hà Nội về kỹ năng ứng phó của bản thân với các khó khăn tâm lý trong hoạt động rèn luyện nghiệp vụ sư phạm". Kết quả nghiên cứu đã chỉ ra 7 kỹ năng với 7 bước ứng phó và đánh giá thực trạng mức độ kỹ năng thực hiện các bước ứng phó này với khó khăn tâm lý trong rèn luyện nghiệp vụ sư phạm của sinh viên trường ĐHSPT Hà Nội. Đồng thời tác giả cũng tìm hiểu về hiệu quả của các kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong rèn luyện nghiệp vụ sư phạm và các yếu tố ảnh hưởng đến kỹ năng này của sinh viên. [28].

Tác giả Dương Thị Kim Oanh trong các kết quả nghiên cứu của mình đã nhận định khó khăn tâm lý trong học tập của sinh viên được biểu hiện ở nhận thức, thái độ và hành động của sinh viên trong hoạt động học tập. Sinh viên gặp KKTL nhiều nhất trong hành động học tập như: kỹ năng nghiên cứu khoa học, kỹ năng xây dựng và thực hiện kế hoạch tự học, kỹ năng thuyết và

làm việc nhóm... Khi ứng phó với những KKTL ấy, cách mà sinh viên thường làm là tự mình giải quyết và ít tìm đến sự trợ giúp từ giảng viên hay chuyên gia tâm lý, thậm chí có những sinh viên có cách thức ứng phó tiêu cực khi giải quyết các KKTL [49].

Nghiên cứu về ứng phó với KKTL trong học tập của lưu học sinh Lào đang học ở trường Cao đẳng sư phạm Huế, tác giả Đồng Văn Toàn khẳng định: Đa số các lưu học sinh đều gặp khó khăn ở mức vừa phải ở tất cả các khâu: học trên lớp, tự học, tự nghiên cứu, giải bài tập thực hành, thực tế chuyên môn, thảo luận xêmina, ôn tập, kiểm tra, thi. Các lưu học sinh ứng phó với KKTL trong học tập ở mức khá, khả năng ứng phó với những khó khăn về nhận thức tốt hơn ứng phó với khó khăn về thái độ và hành vi trong học tập [68].

Tác giả Đỗ Văn Đoạt (2014), với công trình nghiên cứu "Kỹ năng ứng phó với stress trong học tập theo tín chỉ của sinh viên Đại học sư phạm" đã cho rằng: Kỹ năng ứng phó với stress trong học tập theo tín chỉ của sinh viên ĐHSP là sự vận dụng tri thức, kinh nghiệm về học tập theo tín chỉ và ứng phó với stress trong học tập theo tín chỉ vào việc nhận diện những tác nhân gây stress và biểu hiện của stress, xác định điều kiện khả thi (các phương án ứng phó) và thực hiện những phương án nhằm giải quyết vấn đề stress, giúp sinh viên ĐHSP thích ứng với hoạt động học tập theo tín chỉ cũng như thực hiện hiệu quả hoạt động này. Kết quả nghiên cứu của tác giả cũng khẳng định: Mức độ biểu hiện các nhóm kỹ năng ứng phó với stress trong học tập theo tín chỉ của sinh viên ĐHSP ở mức trung bình và không đồng đều nhau, trong đó kỹ năng thực hiện các phương án ứng phó với stress được sinh viên quan tâm, thể hiện rõ nhất và sinh viên quan tâm, thể hiện yếu nhất ở kỹ năng nhận diện stress. Các KNUP với stress trong học tập theo tín chỉ ở sinh viên ĐHSP chịu ảnh hưởng bởi một số yếu tố chủ quan (nền tảng kiến thức của sinh viên, kinh

nghiệm sống của sinh viên, hứng thú học tập của sinh viên và khí chất của sinh viên) và một số yếu tố khách quan (cách tổ chức đào tạo theo tín chỉ của nhà trường, vai trò của giảng viên bộ môn, cố vấn học tập). Mức độ ảnh hưởng của các yếu tố là không giống nhau, trong đó những yếu tố có ảnh hưởng nhiều nhất là cách tổ chức đào tạo của nhà trường, cố vấn học tập và nền tảng kiến thức của sinh viên. Trên cơ sở đó tác giả đề xuất, thực nghiệm được biện pháp tác động để nâng cao kỹ năng ứng phó với stress trong học tập theo tín chỉ cho sinh viên ĐHSP [14].

Như vậy, các công trình nghiên cứu tập trung vào vấn đề ứng phó, kỹ năng ứng phó với khó khăn, với stress, với khó khăn tâm lý trong học tập đã đề cập đến các biểu hiện của ứng phó, các bước ứng phó, các cách thức ứng phó và các mức độ của kỹ năng ứng phó trong các hoạt động học tập cụ thể. Tuy nhiên chưa có công trình nào nghiên cứu một cách hệ thống về kỹ năng ứng phó với KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật.

Từ những phân tích trên về một số công trình nghiên cứu trong và ngoài nước cho thấy hiện nay vấn đề KNUP với những KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ chưa được nhiều người quan tâm, đi sâu nghiên cứu, đặc biệt là KNUP với KKTL trong học tập theo tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật thì chưa có tác giả nào nghiên cứu. Trong điều kiện các trường đại học Việt Nam nói chung và các trường ĐHSP kỹ thuật nói riêng đang thực hiện phương thức đào tạo theo học chế tín chỉ thì đề tài “Kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật” thực sự có ý nghĩa cấp thiết. Nó góp phần làm rõ lý luận và thực trạng kỹ năng này, làm cơ sở cho việc nâng cao kỹ năng ứng phó với khó khăn nói chung và khó khăn tâm lý nói riêng trong học tập theo học chế tín chỉ cho sinh viên ĐHSP kỹ thuật.

1.2. Học tập theo học chế tín chỉ

1.2.1. Khái niệm học tập theo học chế tín chỉ

** Tín chỉ:*

Hiện nay có nhiều khái niệm khác nhau về tín chỉ. Trong khuôn khổ luận án, chúng tôi sử dụng khái niệm tín chỉ được cụ thể hóa trong điều 3 quy chế 43/2007/QĐ-BGDĐT: *"Tín chỉ được sử dụng để tính khối lượng học tập của sinh viên. Một tín chỉ được quy định bằng 15 tiết học lý thuyết, 30-40 tiết thực hành, thí nghiệm hoặc thảo luận; 45-90 giờ thực tập tại cơ sở, 45-60 giờ làm tiểu luận, bài tập lớn hoặc đồ án, khóa luận tốt nghiệp. Đối với những học phần lý thuyết hoặc thực hành, thí nghiệm, để tiếp thu được một tín chỉ sinh viên phải dành ít nhất 30 giờ chuẩn bị cá nhân. Hiệu trưởng các trường quy định số tiết số giờ đối với từng học phần cho phù hợp với đặc điểm của trường. Đối với những chương trình, khối lượng của từng học phần đã được tính theo đơn vị học trình thì 1,5 đơn vị học trình được quy đổi thành 1 tín chỉ. 1 tiết học được tính bằng 50 phút"* [7].

** Đào tạo theo học chế tín chỉ:*

Xuất phát từ đòi hỏi quy trình đào tạo phải tổ chức sao cho mỗi sinh viên có thể tìm được cách học thích hợp nhất cho mình, đồng thời trường đại học phải nhanh chóng thích nghi và đáp ứng được những nhu cầu của thực tiễn cuộc sống, vào năm 1872 Viện Đại học Harvard đã quyết định thay thế hệ thống chương trình đào tạo theo niên chế cứng nhắc bằng hệ thống chương trình mềm dẻo cấu thành bởi các môđun mà mỗi sinh viên có thể lựa chọn một cách rộng rãi. Có thể xem sự kiện đó là điểm mốc khai sinh học chế tín chỉ [61].

Đào tạo theo học chế tín chỉ là phương thức đào tạo cho phép sinh viên đạt được văn bằng hoặc chứng chỉ sau khi đã tích lũy đủ số lượng tín chỉ theo trình tự quy định của chương trình đào tạo đối với các văn bằng, chứng chỉ

đó. Đây là phương thức đào tạo linh hoạt và mềm dẻo, trong đó sinh viên được chủ động lập kế hoạch và đăng ký học tập, tích lũy từng phần kiến thức theo tiến độ phù hợp với năng lực, điều kiện của bản thân và nhà trường nhằm hoàn thành chương trình đào tạo để được cấp bằng tốt nghiệp.

** Đặc điểm của đào tạo theo học chế tín chỉ:*

Khi xem xét các đặc điểm của đào tạo theo học chế tín chỉ, có nhiều tác giả theo những góc độ khác nhau mà đưa ra số lượng đặc điểm khác nhau. Tác giả Nguyễn Thị Tinh nêu lên 12 đặc điểm cụ thể của đào tạo theo tín chỉ [66]. Tác giả Nguyễn Thị Út Sáu đưa ra 3 ý thể hiện quan điểm cơ bản của học chế tín chỉ [56]. Tác giả Lâm Quang Thiệp lại phân tích đặc điểm chung (4 đặc điểm), các ưu điểm của học chế tín chỉ là: Có hiệu quả đào tạo cao; Có tính mềm dẻo và khả năng thích ứng cao; Đạt hiệu quả cao về mặt quản lý và giảm giá thành đào tạo và các nhược điểm của học chế tín chỉ là: Cắt vụn kiến thức; Khó tạo nên sự gắn kết trong sinh viên [61].

Thông nhất các quan điểm trên đây và kết hợp nghiên cứu các tài liệu về học chế tín chỉ áp dụng theo quy định ở nước ta, chúng tôi tổng hợp và đưa ra một số đặc điểm của đào tạo theo học chế tín chỉ như sau:

(1) Học chế tín chỉ cho phép sinh viên đạt được văn bằng đại học qua việc tích lũy các loại tri thức giáo dục khác nhau được đo lường bằng tín chỉ. Có quy định rõ khối lượng kiến thức phải tích lũy cho từng văn bằng. Mỗi chương trình giáo dục đại học gắn với một ngành (kiểu đơn ngành) hoặc với một vài ngành (kiểu song ngành; kiểu ngành chính - ngành phụ; kiểu 2 văn bằng). Chương trình được cấu trúc từ các học phần thuộc hai khối kiến thức: giáo dục đại cương và giáo dục chuyên nghiệp. Kiến thức cấu trúc thành các học phần. Học phần là khối lượng kiến thức tương đối trọn vẹn, thuận tiện cho sinh viên tích lũy trong quá trình học tập. Phần lớn học phần có khối lượng từ 2 đến 4 tín chỉ, nội dung được bố trí giảng dạy trọn vẹn và phân bố

đều trong một học kỳ. Kiến thức trong mỗi học phần phải gắn với một mức trình độ theo năm học thiết kế và được kết cấu riêng như một phần của môn học hoặc được kết cấu dưới dạng tổ hợp từ nhiều môn học. Vì vậy, đòi hỏi sinh viên phải tích lũy kiến thức theo từng học phần.

(2) Chương trình đào tạo mềm dẻo (có học phần bắt buộc và học phần tự chọn). Học phần bắt buộc là học phần chứa đựng những nội dung kiến thức chính yếu của mỗi chương trình và bắt buộc sinh viên phải tích lũy; Học phần tự chọn là học phần chứa đựng những nội dung kiến thức cần thiết, nhưng sinh viên được tự chọn theo hướng dẫn của trường nhằm đa dạng hoá hướng chuyên môn hoặc được tự chọn tuỳ ý để tích lũy đủ số học phần quy định cho mỗi chương trình.

(3) Sinh viên ghi danh học đầu mỗi học kỳ và lớp học được tổ chức theo từng học phần dựa vào đăng ký khối lượng học tập của sinh viên ở từng học kỳ. Khi tổ chức giảng dạy theo tín chỉ, đầu mỗi học kỳ, sinh viên được đăng ký các môn học thích hợp với năng lực và hoàn cảnh của họ và phù hợp với quy định chung nhằm đạt được kiến thức theo một chuyên môn chính nào đó. Sự lựa chọn các môn học rất rộng rãi, sinh viên có thể ghi tên học các môn liên ngành nếu họ thích. Sinh viên không chỉ giới hạn học các môn chuyên môn của mình mà còn cần học các môn học khác lĩnh vực.

(4) Dạy học lấy sinh viên làm trung tâm. Ngoài việc truyền đạt kiến thức, giảng viên tập trung lao động của mình vào việc hướng dẫn và giao nhiệm vụ cho sinh viên tự tìm kiếm kiến thức ở ngoài lớp học. Trên lớp giảng viên không truyền thụ đầy đủ các kiến thức đã được trình bày trong giáo trình, tài liệu tham khảo mà thực hiện các công việc để hướng dẫn sinh viên tích lũy kiến thức, kỹ năng và nâng cao hứng thú học tập, lòng yêu khoa học cũng như ngành đào tạo đã lựa chọn.

(5) Đơn vị học vụ là học kỳ. Một năm học có hai học kỳ chính, mỗi học

kỳ chính có ít nhất 15 tuần thực học và 3 tuần thi. Tuy nhiên có quy định cụ thể khối lượng học tập tối thiểu mà mỗi sinh viên phải đăng ký trong mỗi học kỳ. Ngoài hai học kỳ chính, có thể tổ chức thêm một kỳ học phụ để sinh viên có điều kiện được học lại; học bù hoặc học vượt. Mỗi học kỳ phụ có ít nhất 5 tuần thực học và 1 tuần thi.

(6) Sinh viên được xếp hạng năm đào tạo căn cứ vào khối lượng tín chỉ tích lũy. Sinh viên năm thứ nhất: dưới 30 tín chỉ; Sinh viên năm thứ hai: 30 đến dưới 60 tín chỉ; Sinh viên năm thứ ba: 60 đến dưới 90 tín chỉ; Sinh viên năm thứ tư: 90 đến dưới 120 tín chỉ; Sinh viên năm thứ năm: 120 đến dưới 150 tín chỉ; Sinh viên năm thứ sáu: 150 tín chỉ trở lên.

(7) Có hệ thống cố vấn học tập. Cố vấn học tập là những người am hiểu cấu trúc chương trình, nội dung của các khối kiến thức có trong chương trình, nội dung và vị trí của từng môn học được nhà trường tổ chức giảng dạy. Các cố vấn này hướng dẫn sinh viên lựa chọn các môn học để xây dựng kế hoạch học tập riêng, vừa phù hợp với yêu cầu của ngành đào tạo, vừa phù hợp với điều kiện riêng của sinh viên (năng lực, sở thích, điều kiện sinh hoạt, hoàn cảnh kinh tế). Bản đăng ký các môn học của sinh viên phải có chữ ký của cố vấn học tập xác nhận là đã được tham khảo ý kiến mới được nhà trường xem xét để xếp lớp học. Cố vấn học tập được xem như một chỗ dựa xã hội quan trọng của sinh viên để giải quyết các vấn đề khúc mắc, khó khăn trong học tập theo tín chỉ.

(8) Đánh giá kết quả học tập của sinh viên bằng cách đánh giá thường xuyên theo thang điểm chữ. Căn cứ vào điểm trung bình chung tích lũy sau mỗi học kỳ để xếp hạng về học lực cho sinh viên: Hạng bình thường nếu điểm trung bình chung tích lũy đạt từ 2,00 trở lên; Hạng yếu nếu điểm trung bình chung tích lũy đạt dưới 2,00, nhưng chưa rơi vào trường hợp bị

buộc thôi học. Những sinh viên có đủ các điều kiện theo quy định thì được trường xét và công nhận tốt nghiệp mà không thi tốt nghiệp, không tổ chức bảo vệ khóa luận tốt nghiệp.

Như vậy, bản chất của đào tạo theo tín chỉ là quá trình cá nhân hóa việc học tập trong điều kiện giáo dục đại học cho số đông người. Tôn trọng và tạo điều kiện thuận lợi cho người học. Dạy học coi trọng hoạt động tự học có hướng dẫn. Người học là trung tâm của mọi hoạt động trong nhà trường. Đào tạo theo học chế tín chỉ tạo điều kiện cho sinh viên linh hoạt trong việc lên kế hoạch, sắp xếp thời gian học,... nhằm phát huy tối đa năng lực của người học. Tuy nhiên đào tạo theo học chế tín chỉ cũng đòi hỏi sinh viên phải có phương pháp học tích cực, đó là phương pháp lấy tự học và học cái cốt lõi là chính, do vậy, sinh viên phải tích cực, chủ động, độc lập, sáng tạo trong học tập. Chính những đặc điểm ấy là một trong những nguyên nhân dẫn đến những khó khăn nói chung và khó khăn tâm lý nói riêng cho sinh viên trong quá trình học tập. Vì vậy khi gặp khó khăn, nếu sinh viên có được khả năng ứng phó tốt thì sẽ làm cho hoạt động học tập theo học chế tín chỉ đạt hiệu quả cao.

** Khái niệm học tập theo học chế tín chỉ:*

Khi giáo dục đại học chuyển đổi sang phương thức đào tạo mới - đào tạo theo học chế tín chỉ, hoạt động học tập của cũng có những thay đổi. Do đó xung quanh vấn đề hoạt động học tập theo tín chỉ đã có một số tác giả nghiên cứu, chúng tôi có thể kể đến:

Năm 2006, tác giả Lê Thạc Cán viết về "Tổ chức giảng dạy và học tập theo chương trình định sẵn và theo học chế tín chỉ"; tác giả Lâm Quang Thiệp viết "Về việc áp dụng học chế tín chỉ trên thế giới và ở Việt Nam", các bài viết cho Toạ đàm về đào tạo theo tín chỉ ở Đại học quốc gia Hà Nội. Các tác giả làm rõ việc đào tạo theo tín chỉ ở Việt Nam và các đặc trưng học tập theo tín chỉ.

Nguyễn Bá Minh nghiên cứu về “Tổ chức quá trình tự học phù hợp với phương thức đào tạo theo hệ thống tín chỉ” đăng trên tạp chí Giáo dục, số đặc biệt, tháng 9/2009. Bài viết nhấn mạnh đặc trưng của học tập theo tín chỉ đó là tự học.

Bên cạnh đó, có nhiều hội thảo khoa học được tổ chức bàn về đào tạo theo tín chỉ, trong đó có vấn đề học tập theo tín chỉ. Ví dụ: Hội thảo khoa học về quản lý sinh viên trong đào tạo theo hệ thống tín chỉ, thành phố Hồ Chí Minh, 2008 của Ban liên lạc các trường Đại học và cao đẳng Việt Nam tổ chức.

Tác giả Đặng Xuân Hải trong công trình nghiên cứu của mình đã phân tích về các đặc điểm đào tạo theo hệ thống tín chỉ, về tính tự chủ, tự chịu trách nhiệm của sinh viên và giảng viên, về phương pháp dạy, phương pháp học tập theo học chế tín chỉ [21], [22], [23].

Khái quát các công trình nghiên cứu về đào tạo theo học chế tín chỉ, chúng tôi thấy có chung quan niệm như sau:

Học tập theo học chế tín chỉ là hoạt động tự tổ chức, điều khiển, điều chỉnh việc học nhằm lĩnh hội hệ thống tri thức, thái độ, hình thành kỹ năng nghề nghiệp tương ứng dưới sự hướng dẫn của giảng viên để tích lũy đủ số lượng tín chỉ theo quy định cho một nghề nghiệp xác định.

Trong khái niệm này, giảng viên giữ vai trò tổ chức, hướng dẫn còn sinh viên giữ vai trò tự tổ chức, tự giác hoàn thành các nhiệm vụ học tập để hướng tới mục đích tích lũy tín chỉ theo quy định.

1.2.2. Đặc điểm học tập theo học chế tín chỉ

Những đặc trưng của phương thức đào tạo theo học chế tín chỉ đã quy định các hoạt động học tập theo học chế tín chỉ. Qua phân tích về đào tạo theo học chế tín chỉ, chúng tôi thấy rằng khi tham gia học tập sinh viên sẽ phải thực hiện nhiều hoạt động cụ thể khác nhau, trong đó có ba hoạt động đặc thù là: Lập kế hoạch học tập, học tập theo nhóm và tự học tự

ngiên cứu. Do đó trong phạm vi của luận án, mặc dù học tập theo học chế tín chỉ có nhiều đặc điểm, tuy nhiên chúng tôi đề cập đến ba đặc điểm cơ bản sau đây:

- Thứ nhất, sinh viên phải chủ động lập kế hoạch học tập để tích lũy đủ số lượng tín chỉ cần thiết:

Kế hoạch học tập theo hệ thống tín chỉ là một bản đồ học tập của một hệ thống các tri thức lý luận và thực tiễn theo các ngành, chuyên ngành trên đó sinh viên có thể chọn tuyến đi, cách đi, tốc độ đi tới mục đích của mình căn cứ vào mục đích, sở thích, điểm mạnh, điểm yếu cụ thể. Lộ trình học tập này có thể giúp sinh viên điều chỉnh tuyến đi đúng mục đích học tập của sinh viên, thay đổi theo nguyện vọng của cá nhân, nhu cầu của thị trường nhân lực hoặc phát triển của khoa học và công nghệ. Cơ sở đào tạo (trường đại học) chịu trách nhiệm rộng về phương hướng, các chuẩn mực và mục tiêu đào tạo; sinh viên chịu trách nhiệm về lộ trình cụ thể mà mình lựa chọn. Phương thức đào tạo này cho phép sinh viên có cơ hội linh hoạt chuyển đổi ngành học hoặc học thêm một vài ngành khác chuyển khoa, chuyển đổi trường giữa các trường đã có thỏa thuận chuyển đổi với nhau mà vẫn giữ đầy đủ yêu cầu đào tạo. Trong kế hoạch học tập, sinh viên có quyền lựa chọn môn học, lựa chọn giảng viên và thời gian học tập.

Trong phương thức đào tạo theo tín chỉ, hoạt động học tập được chuẩn hóa nhưng quá trình thực hiện có sự mềm dẻo. Trong quá trình học tập theo tín chỉ, sinh viên có thể học vượt, học cải thiện nâng điểm hoặc dừng tiến độ tùy thuộc vào năng lực và điều kiện hoàn cảnh của từng sinh viên. Mục đích của việc tổ chức quá trình đào tạo nhằm kích thích tính chủ động của sinh viên thông qua việc tự xây dựng mục tiêu, kế hoạch học tập, lựa chọn phương pháp và thời gian học tập. Như vậy, khi tham gia hoạt động học tập theo tín chỉ, sinh viên phải chủ động xây dựng kế hoạch học tập dưới sự trợ giúp của cố vấn học tập.

- Thứ hai, sinh viên phải tích cực tham gia học tập hợp tác theo nhóm để hoàn thành tích lũy tín chỉ:

Ở lớp học theo tín chỉ, để chuyển tải những nội dung cốt lõi, các nội dung dạy học sẽ không được giảng viên giới thiệu, trình bày từ đầu đến cuối dưới dạng có sẵn. Dưới sự hướng dẫn của giảng viên hoặc trợ giảng, sinh viên sẽ trao đổi, tự đề xuất, tìm ra hướng giải quyết. Vì vậy, khi tham gia hoạt động học tập theo tín chỉ, đòi hỏi sinh viên cần biết chia sẻ kiến thức, hợp tác với người khác và cùng người khác tiếp thu, hoàn thiện tri thức, kỹ năng, kỹ xảo cần thiết. Như vậy, trong quá trình học tập theo tín chỉ cần tăng cường học tập hợp tác. Lớp học phân được chia thành các nhóm học tập với số lượng sinh viên hợp lý trong mỗi nhóm. Nội dung, nhiệm vụ học tập được chia thành các vấn đề giao cho các nhóm thực hiện. Tùy thuộc vào mục tiêu và nội dung môn học, các nhóm có thể nhận cùng hoặc các nhiệm vụ khác nhau và làm việc dưới sự hướng dẫn, chỉ đạo của giảng viên. Nhóm dự án là một loại nhóm thường được sử dụng trong học chế tín chỉ trong đó các thành viên nhóm trở thành các "thành viên một dự án" học tập nào đó. Trong phương thức đào tạo theo tín chỉ, đây là loại giờ học rèn luyện kỹ năng quản lý, lãnh đạo và khả năng chia sẻ kiến thức vì vậy việc chỉ đạo làm việc theo nhóm thông qua biên bản làm việc theo nhóm và sử dụng biên bản làm việc nhóm để phân loại trong việc cho điểm các thành viên của nhóm là rất quan trọng. Trong giờ học nhóm, giảng viên đóng vai trò hướng dẫn, hỗ trợ, điều khiển, giám sát và kiểm tra. Làm việc theo nhóm cũng áp dụng khi sinh viên cùng giải quyết bài tập lớn (ví dụ bài tập tháng, bài tập giữa kỳ...). Trong giờ học này vai trò trọng tài, cố vấn của giảng viên là rất quan trọng.

Trong học tập theo tín chỉ, học tập hợp tác trong nhóm rất quan trọng và phù hợp với phương thức đào tạo theo tín chỉ. Bởi vì: giúp cho việc giảm bớt giờ lên lớp lý thuyết và tăng giờ tự học, tăng tính chủ động cho

sinh viên, giúp sinh viên phát triển tư duy sáng tạo trong học tập; Cho phép sinh viên làm việc cùng nhau để tối ưu hóa việc học tập của mình và của các bạn khác trong nhóm; Làm thay đổi vai trò của giảng viên và sinh viên trong lớp, việc tổ chức hoạt động giảng dạy của giảng viên được chia sẻ cho các nhóm sinh viên và giảng viên không còn là người chịu trách nhiệm duy nhất trong lớp, việc thiết lập các mục tiêu, tạo điều kiện thuận lợi cho hoạt động học tập, đánh giá kết quả học tập được chia sẻ cho tất cả mọi người; sinh viên có thêm cơ hội để tham gia tích cực trong hoạt động học tập của mình, đặt câu hỏi và trao đổi lẫn nhau, chia sẻ và thảo luận về ý tưởng và tiếp thu kết quả học tập. Cùng với việc nâng cao trình độ chuyên môn, học tập hợp tác giúp sinh viên tham gia vào các buổi thuyết trình, xêmina, thảo luận nhóm... làm cho sinh viên có động lực học tập tăng thêm sự tự tin và chia sẻ trong hoạt động học tập.

- Thứ ba, sinh viên phải tự giác trong việc tự học, tự nghiên cứu để hoàn thành tích lũy tín chỉ:

Hoạt động học tập theo học chế tín chỉ đòi hỏi sinh viên phải tích cực, chủ động trong tự học, tự nghiên cứu. Vai trò của giảng viên được chuyển hóa từ truyền thụ tri thức sang vai trò thiết kế, tổ chức, hướng dẫn, cố vấn học tập cho sinh viên. Giảng viên phải tăng cường xây dựng các loại bài tập sáng tạo, bài tập tình huống, dự án học tập để sinh viên suy nghĩ và tìm ra phương án giải quyết tối ưu, từ đó sẽ hình thành phương pháp nghiên cứu, phương pháp tự học. Trong phương thức đào tạo theo tín chỉ, thời gian học ở trên lớp thì rút ngắn, thời gian tự học được tăng cường, như vậy, đòi hỏi sinh viên cần có sự chủ động, tích cực bố trí các loại hình hoạt động trên lớp và ở nhà cho phù hợp.

Sinh viên học tập theo sự hướng dẫn, kiểm tra, đánh giá của giảng viên: nghe giảng, thảo luận trên lớp; tự học, tự nghiên cứu, làm bài tập, viết báo cáo

ở nhà, thư viện; làm việc trong phòng thí nghiệm, đi thực tế, điền dã theo các yêu cầu mà giảng viên đã nêu trong đề cương môn học và tham khảo ý kiến giảng viên trong các dịp tiếp xúc trực tiếp hoặc trao đổi bằng điện thoại, e-mail.

Như vậy, học tập theo học chế tín chỉ trong nghiên cứu này bao gồm việc lập kế hoạch học tập, học theo nhóm sinh viên và tự học tự nghiên cứu.

1.3. Khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật

1.3.1. Học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật

** Sinh viên ĐHSP kỹ thuật:*

Sinh viên ĐHSP kỹ thuật là những sinh viên đang học tập, rèn luyện trong các trường Đại học sư phạm kỹ thuật. Họ được đào tạo trình độ đại học ở các ngành sư phạm kỹ thuật khác nhau như: Sư phạm công nghệ kỹ thuật ô tô, Sư phạm công nghệ chế tạo máy, Sư phạm công nghệ kỹ thuật điện, điện tử, Sư phạm công nghệ kỹ thuật cơ khí, Sư phạm công nghệ kỹ thuật điều khiển và tự động hóa, Sư phạm công nghệ thông tin, Sư phạm công nghệ kỹ thuật điện tử, truyền thông. Nhiệm vụ học tập của họ là tích lũy tri thức, trau dồi đạo đức, rèn luyện kỹ năng, phát triển nhân cách toàn diện để trở thành người kỹ sư và người giáo viên dạy nghề tương lai.

Như vậy, sinh viên nói chung và sinh viên ĐHSP kỹ thuật nói riêng, họ là những người thuộc đội ngũ tri thức trẻ, là nguồn nhân lực quan trọng quyết định sự phát triển của xã hội. Họ là những người năng động, sáng tạo, dám nghĩ dám làm và luôn mong muốn đem hiểu biết của mình tham gia đóng góp vào các hoạt động, các mối quan hệ xã hội nhằm hoàn thiện nhân cách của bản thân và góp phần chung vào sự phát triển của xã hội.

** Một số đặc điểm tâm lý của sinh viên ĐHSP kỹ thuật có liên quan đến hoạt động học tập theo học chế tín chỉ*

Sinh viên ĐHSP kỹ thuật trước hết là sinh viên, chỉ khác về chuyên

ngành học, vì vậy họ cũng có những đặc điểm nói chung của lứa tuổi sinh viên. Theo các nhà tâm lý học và xã hội học, sinh viên là những người thuộc lứa tuổi từ 18 đến 25, ở lứa tuổi này về cơ bản con người đã đạt đến độ hoàn thiện về mặt thể chất và ổn định về các nét tính cách. Chính sự hoàn thiện này cho phép sinh viên có thể giải quyết những vấn đề quan trọng mang tính chất quyết định đến sự phát triển nhân cách của họ một cách độc lập. Đó là việc lựa chọn nghề nghiệp sau khi đã kết thúc học tập ở trường phổ thông. Với tư cách là đại biểu của nhóm xã hội đặc biệt, đang chuẩn bị cho hoạt động sản xuất vật chất hay tinh thần của xã hội, sinh viên đang tích cực chuẩn bị thực hiện vai trò xã hội và khẳng định chuyên môn của mình trong các lĩnh vực. Họ là lực lượng tri thức tiên bộ bổ sung cho nguồn nhân lực xã hội.

Có thể khái quát một số đặc điểm tâm lý của sinh viên nói chung và sinh viên DHSP kỹ thuật nói riêng có liên quan đến hoạt động học tập như sau:

- *Sự phát triển nhận thức*: hoạt động học của sinh viên là hoạt động căng thẳng về trí tuệ đòi hỏi sự chọn lọc của tri giác và trí nhớ; trí tưởng tượng sáng tạo; sự phối hợp nhịp nhàng, tinh tế và uyển chuyển của nhiều thao tác tư duy như: so sánh, phân tích, tổng hợp, trừu tượng hoá, khái quát hoá. Trong tư duy, sinh viên luôn thể hiện khả năng trừu tượng hóa, khái quát hoá, khả năng phê phán và sự hoài nghi khoa học..... Do vậy họ có khả năng tự học tập và tự nghiên cứu cao.

- *Sự phát triển nhân cách*: quá trình phát triển nhân cách của sinh viên diễn ra theo xu hướng cơ bản là xây dựng, hoàn thiện, phát triển xu hướng nghề nghiệp, niềm tin và năng lực cần thiết của một chuyên gia trong tương lai; các quá trình nhận thức được nghề nghiệp hoá; tình cảm, nghĩa vụ, tinh thần trách nhiệm và tính tự chủ, độc lập sáng tạo trong học tập được nâng cao...; kỳ vọng nghề nghiệp với sự trưởng thành về mặt xã hội, nhân cách được phát triển và ổn định, khả năng tự giáo dục được nâng cao, trong đó có khả năng tự học tập.

+ Tự ý thức là trình độ phát triển cao của ý thức sinh viên, giúp họ có hiểu biết cao về thái độ, hành vi và cử chỉ của bản thân; chủ động hướng mọi hoạt động nhằm đáp ứng yêu cầu nhiệm vụ và đòi hỏi của xã hội. Tự ý thức của sinh viên thể hiện khả năng tự quan sát, tự phân tích, tự đánh giá, tự kiểm tra, tự điều khiển, điều chỉnh bản thân trong hoạt động và các mối quan hệ xã hội. Từ đó, sinh viên tự điều chỉnh nhận thức, thái độ và hành động của mình phù hợp với quá trình học tập và lĩnh hội tri thức kỹ năng, kỹ xảo đáp ứng yêu cầu phát triển nhân cách nghề nghiệp.

+ Sinh viên có khát vọng được công hiến, được xã hội đánh giá, được tự đánh giá và cao nhất là mong muốn được tự hoàn thiện mình, tự khẳng định bản thân. Song khát vọng ấy đôi khi bị các em thể hiện thái quá.

+ Sinh viên rất thích tìm tòi, khám phá và đam mê tìm hiểu những điều mới lạ. Sinh viên có khát khao được là người phát hiện ra những điều mới lạ, chính vì vậy khi sống trong điều kiện sống mới, những hoạt động mới, nhiều sinh viên sẽ mạnh dạn tìm hiểu, khám phá, dám đương đầu với những yêu cầu mới lạ.

+ Giai đoạn tuổi sinh viên là thời kỳ phát triển nhất về tình cảm trí tuệ, tình cảm đạo đức và tình cảm thẩm mỹ. Những tình cảm này biểu hiện rất phong phú trong quá trình học tập và đời sống của họ. Tình cảm trí tuệ của sinh viên biểu hiện rõ thái độ tích cực đối với việc chiếm lĩnh tri thức, kỹ năng, kỹ xảo; ở việc tự khám phá, lựa chọn, vận dụng sáng tạo các phương pháp và phương tiện học tập phù hợp với điều kiện môi trường và hình thức tổ chức dạy học... nhằm thực hiện có hiệu quả nhiệm vụ học tập. Đồng thời, tình cảm trí tuệ của sinh viên còn thể hiện ở việc họ vừa tích cực học tập để trở thành chuyên gia của lĩnh vực chuyên ngành, vừa học tập chiếm lĩnh tri thức, kỹ năng, kỹ xảo của chuyên ngành khoa học khác đáp ứng yêu cầu của nghề nghiệp trong tương lai, của xã hội và cuộc sống bản thân. Tình cảm đạo đức và tình cảm thẩm mỹ của sinh viên có chiều sâu rõ rệt.

+ Sinh viên có sự phát triển mạnh mẽ về động cơ học tập, về định hướng xã hội có liên quan đến hoạt động nghề nghiệp tương lai. Họ đã tích cực học tập để tiếp thu một cách cơ bản, hệ thống, chuyên sâu tri thức, kỹ năng, kỹ xảo các lĩnh vực chuyên ngành; từng bước thể nghiệm vốn tri thức, kỹ năng, kỹ xảo đã lĩnh hội vào mọi lĩnh vực hoạt động của xã hội; thông qua đó tự đánh giá, trau dồi và nâng cao năng lực nghề nghiệp của bản thân.

Tóm lại, tuổi sinh viên là giai đoạn phát triển đạt đến độ trưởng thành cả về mặt sinh lý và tâm lý. Là giai đoạn thuận lợi nhất cho các đặc điểm tâm lý của sinh viên đạt đến đỉnh cao. Mặc dù đôi lúc sinh viên vẫn còn có sự xúc nổi và bông bột, thiếu tính kiên nhẫn, lúng túng, gặp rất nhiều khó khăn trong những nhiệm vụ mới, yêu cầu mới, nhưng sự tích cực, tự giác, yêu thích khám phá những điều mới lạ của sinh viên sẽ là yếu tố vô cùng quan trọng trong việc hình thành các phẩm chất nhân cách và nghề nghiệp trong tương lai.

** Học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật:*

Học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật là hoạt động tự tổ chức, điều khiển, điều chỉnh việc học nhằm lĩnh hội hệ thống tri thức, thái độ, hình thành kỹ năng nghề nghiệp tương ứng dưới sự hướng dẫn của giảng viên để tích lũy đủ số lượng tín chỉ theo quy định đối với kỹ sư một ngành cụ thể và đối với chứng chỉ nghiệp vụ sư phạm dạy nghề.

Theo quan điểm trên, học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật bao gồm tất cả các công việc sinh viên phải thực hiện trong quá trình học tập để đạt được văn bằng, chứng chỉ. Tuy nhiên, trong phạm vi nghiên cứu của luận án gắn với các đặc điểm học tập theo học chế tín chỉ đã phân tích, chúng tôi xem xét học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật gồm các công việc: lập kế hoạch học tập, học theo nhóm sinh viên và tự học tự nghiên cứu.

- *Về mục tiêu học tập:* Sinh viên ĐHSP kỹ thuật được xác định mục tiêu học tập là trở thành giáo viên dạy nghề và đồng thời là một người kỹ sư một trong các ngành kỹ thuật: Công nghệ kỹ thuật ô tô, Công nghệ chế tạo máy, Công nghệ kỹ thuật điện, điện tử, Công nghệ kỹ thuật cơ khí, Công nghệ kỹ thuật điều khiển và tự động hóa, Công nghệ thông tin, Công nghệ kỹ thuật điện tử, truyền thông. Vì vậy trong quá trình học tập các em vừa học nội dung chương trình đào tạo kỹ sư, vừa học nội dung chương trình nghiệp vụ sư phạm dạy nghề để trở thành giáo viên dạy nghề.

- *Về nội dung học tập:* Năm thứ nhất chủ yếu học các môn học kiến thức đại cương, giáo dục thể chất, quốc phòng. Bắt đầu từ năm thứ 2, sinh viên học song song hai khối kiến thức về chuyên môn kỹ thuật của một ngành học mà các em đã lựa chọn và các kiến thức về nghiệp vụ sư phạm dạy nghề.

+ Đối với khối kiến thức chuyên môn kỹ thuật: các môn học gắn với từng ngành cụ thể như: Công nghệ kỹ thuật Điện-Điện tử, Công nghệ chế tạo máy (Cơ khí chế tạo), Công nghệ kỹ thuật ô tô (Cơ khí động lực), Công nghệ thông tin. Mỗi ngành đều bao gồm cả lý thuyết, thực hành nghề và thực tập sản xuất.

+ Đối với khối kiến thức nghiệp vụ sư phạm dạy nghề: gồm các môn học về lý luận sư phạm như: Tâm lý học nghề nghiệp, Giáo dục học nghề nghiệp, Phương tiện dạy học, Kỹ năng và Phương pháp dạy nghề, Phát triển chương trình dạy nghề, Phương pháp nghiên cứu khoa học giáo dục nghề nghiệp và thực tập sư phạm.

- *Về văn bằng, chứng chỉ:* Khi tích lũy đủ số lượng tín chỉ và đảm bảo yêu cầu theo quy định, sinh viên được cấp một bằng kỹ sư gắn với chuyên ngành kỹ thuật được đào tạo và một chứng chỉ sư phạm dạy nghề.

- *Về vị trí việc làm sau khi tốt nghiệp:* Sau khi tốt nghiệp hệ đào tạo ĐHSPKT, SV có cơ hội việc làm như những kỹ sư công nghệ, ngoài ra còn có

thêm cơ hội việc làm, giảng dạy ở các trường Sư phạm kỹ thuật, các trường đào tạo nghề và các cơ sở dạy nghề khác.

1.3.2. Khái niệm khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật

**** Khó khăn:***

Trong từ điển Anh - Việt, từ "difficultly" được dùng để chỉ sự khó khăn, sự gay go, sự khắc nghiệt đòi hỏi phải có nhiều nỗ lực để khắc phục. Người ta hay dùng từ "shock" để chỉ sự khó khăn, sự sốc, sự choáng váng trước một môi trường mới. Khái quát các quan điểm nêu trên, chúng tôi quan niệm: *Khó khăn là trở ngại/cản trở hoạt động của chủ thể.*

Trong cuộc sống, con người thường gặp các loại trở ngại/cản trở có thể có như: trở ngại trong môi trường, trở ngại trong cá nhân (trở ngại tâm lý).

**** Khó khăn tâm lý:***

Trong thực tiễn cuộc sống, bất kỳ một hoạt động nào của con người cũng đều gặp phải những khó khăn, kể cả những hoạt động đã có kỹ năng. Những khó khăn gặp phải nếu con người ta không biết cách khắc phục thì sẽ không vượt qua được hoặc nếu vượt qua thì hiệu quả công việc sẽ rất thấp. Đặc biệt là khi làm quen với hoạt động mới, môi trường mới.

Những khó khăn, đặc biệt là những KKTL làm xuất hiện những hiện tượng tiêu cực, gây sốc, choáng, mệt mỏi, nhìn chung là làm mất phương hướng và những điều đó ảnh hưởng xấu đến chất lượng và hiệu quả công việc, đặc biệt là đối với lứa tuổi đang còn ngồi trên ghế nhà trường.

Với những tên gọi khác nhau như: khó khăn tâm lý, hàng rào tâm lý, các tác giả đã có một số định nghĩa khác nhau về vấn đề này như sau:

Tác giả Trần Trọng Thủy cho rằng: KKTL là một khái niệm rộng, chỉ tất cả các nhân tố tâm lý gây khó khăn cho việc thực hiện một hành động nào đó. KKTL không chỉ là những trạng thái tâm lý, mà còn có thể là những quá

trình hoặc thuộc tính tâm lý nữa, nó không chỉ tăng cường các trải nghiệm âm tính có liên quan tới nhiệm vụ của hành động [65].

Theo tác giả Nguyễn Thị Thanh Bình thì KKTL là những cản trở tâm lý kìm hãm hoạt động đạt hiệu quả [6; 31].

Tác giả Vũ Dũng định nghĩa *"Hàng rào tâm lý được hiểu là trạng thái tâm lý thể hiện ở tính thụ động quá mức của chủ thể, gây cản trở trong việc thực hiện hành động. Cơ chế tình cảm của hàng rào tâm lý là sự gia tăng những mặc cảm và tâm thế tiêu cực, hổ thẹn, cảm giác tội lỗi, sợ hãi, lo lắng, tự đánh giá thấp mình. Trong hành vi xã hội của con người, hàng rào tâm lý xuất hiện như những ngăn cách trong giao tiếp"* [13; 89].

Trong nghiên cứu của mình, tác giả Nguyễn Thị Huệ quan niệm khó khăn tâm lý được biểu hiện ở toàn bộ các yếu tố tâm lý của cá nhân gây trở ngại, làm giảm hiệu quả hoạt động. Tác giả cho rằng: *"KKTL là toàn bộ các yếu tố tâm lý của cá nhân nảy sinh trong quá trình hoạt động có tác động tiêu cực, gây ảnh hưởng xấu đến tiến trình và kết quả hoạt động"* [29].

Tác giả Nguyễn Xuân Thức cho rằng, KKTL là sự không phù hợp giữa đặc điểm tâm lý và hành vi ứng xử của nhân cách với nội dung, đối tượng, hoàn cảnh hoạt động của chủ thể, được biểu hiện ở các dấu hiệu: nhận thức, thái độ và hành vi ứng xử.

Với quan niệm *"KKTL là sự thiếu hụt phẩm chất tâm lý cần thiết cho hoạt động của cá nhân, gây cản trở cho hoạt động của cá nhân và làm cho hoạt động kém hiệu quả"* [18], tác giả Vũ Ngọc Hà đã cho rằng chủ thể bị thiếu hụt các phẩm chất tâm lý cần thiết theo yêu cầu của hoạt động thì ở họ có khó khăn tâm lý trong hoạt động.

Như vậy, mặc dù cách diễn đạt có thể khác nhau nhưng các tác giả đều quan niệm KKTL là những yếu tố tâm lý gây cản trở hoạt động và làm cho hoạt động kém hiệu quả.

Trong nghiên cứu này, chúng tôi quan niệm: *Khó khăn tâm lý là yếu tố*

tâm lý gây trở ngại cho chủ thể trong quá trình hoạt động, làm cho hoạt động kém hiệu quả.

Theo khái niệm này, khó khăn tâm lý có một số đặc điểm cơ bản:

- KKTL được xem xét ở khía cạnh có ảnh hưởng tiêu cực đến chủ thể, làm giảm sút hiệu quả hành động/hoạt động của chủ thể. Do đó chủ thể muốn đạt được mục đích của hành động/hoạt động, họ phải có sự nỗ lực vượt qua, khắc phục được các khó khăn ấy.

- Chủ thể có KKTL trong hoạt động nghĩa là ở họ nảy sinh những yếu tố tâm lý không phù hợp với yêu cầu của hoạt động.

- KKTL biểu hiện ở nhận thức, cảm xúc và hành vi của chủ thể trong hoạt động.

** Khó khăn tâm lý trong học tập:*

Hoạt động học tập là loại hoạt động nhận thức, hoạt động lao động trí óc căng thẳng, có cường độ cao. Vì vậy, khi tham gia vào hoạt động học tập, người học gặp rất nhiều KKTL đòi hỏi họ phải huy động cả những phẩm chất và năng lực của bản thân mới có thể khắc phục được những KKTL này nhằm đạt được mục tiêu học tập.

Thực tế cho thấy, dù người học ở độ tuổi nào thì khi tham gia vào hoạt động học tập cũng đều gặp những KKTL ở một mức độ nhất định. Các KKTL này tất yếu nảy sinh do các yếu tố khách quan và chủ quan gây ra trong quá trình người học thực hiện hoạt động học tập. Ví dụ như ảnh hưởng của đời sống, môi trường, cơ sở vật chất phục vụ cho học tập, năng lực, vốn kinh nghiệm sống hạn chế của người học v.v.. Những KKTL xuất hiện nhiều hơn đối với những người mới chuyển đổi cấp học, thay đổi môi trường học tập mới. KKTL xuất hiện làm cho người học lo lắng, sợ hãi, xấu hổ, thiếu tự tin... và ảnh hưởng tiêu cực đến hoạt động học tập của cá nhân cũng như ảnh hưởng đến sự phát triển nhân cách của họ. Vì vậy, để hoạt động học tập đạt kết quả tốt thì các KKTL cần phải được kịp thời phát hiện và giải quyết.

Những KKTL trong hoạt động học tập rất đa dạng, phong phú và phức tạp. Chúng đan xen với nhau tạo nên một sự kết hợp tổng thể làm chúng ta rất khó tách bạch, phân định một cách rõ ràng để xác định đâu là những yếu tố tâm lý đóng vai trò chủ đạo hoặc thứ yếu đối với hoạt động học tập.

Có một số tác giả quan niệm về KKTL như sau:

- Tác giả Lê Mỹ Dung cho rằng: *"KKTL trong hoạt động học tập là những yếu tố cản trở học sinh hoàn thành nhiệm vụ học tập, biểu hiện ở các khía cạnh nhận thức, thái độ, hành vi ứng xử của học sinh trong hoạt động học tập"* [12]. Theo quan điểm này, đặc điểm của KKTL là gây cản trở học sinh hoàn thành nhiệm vụ học tập và biểu hiện cụ thể của KKTL là ở nhận thức, thái độ, hành vi ứng xử của học sinh trong hoạt động học tập.

- Khi nghiên cứu về KKTL trong học tập của sinh viên năm thứ nhất sư phạm, hai tác giả Nguyễn Xuân Thúc và Đào Thị Lan Hương có cùng quan điểm trên khi đưa ra định nghĩa: *"KKTL trong hoạt động học tập là những đặc điểm tâm lý của cá nhân nảy sinh ở người sinh viên trong học tập làm cản trở tiến trình và kết quả học tập của sinh viên"* [63].

- Tác giả Đặng Thị Lan quan niệm: KKTL trong hoạt động học ngoại ngữ của sinh viên là toàn bộ những trở ngại tâm lý nảy sinh ở sinh viên, ít phù hợp với yêu cầu, đặc trưng của hoạt động học ngoại ngữ, gây trở ngại cho tiến trình và hiệu quả của hoạt động học đó [37].

Trên cơ sở phân tích các quan điểm được trình bày trên đây, đồng thời nghiên cứu các tài liệu khác nhau về KKTL trong học tập, chúng tôi nhận thấy một số đặc điểm sau:

- KKTL trong hoạt động học tập là trạng thái tâm lý thể hiện tính thụ động quá mức của chủ thể, làm cản trở hoạt động học tập. Cơ chế KKTL trong hoạt động học tập có thể coi là sự gia tăng các mặc cảm và tâm thế tiêu cực như mặc cảm xấu hổ, tâm trạng lo lắng, sợ hãi, mặc cảm tự ti, đánh giá thấp bản thân.

- KKTL là sự thiếu thích ứng, thiếu linh hoạt của chủ thể trong hoạt động học tập và thực hiện các mục tiêu, nhiệm vụ đặt ra trong hoạt động học tập. Theo quan niệm này, sự thiếu thích ứng, thiếu tính linh hoạt trong hoạt động học tập thể hiện sự rập khuôn cứng nhắc khi tình huống, đối tượng và nhiệm vụ học tập thay đổi. Với những người tuy có năng lực nhưng nếu thiếu sự linh hoạt sẽ gặp khó khăn trong quá trình hoạt động nói chung và hoạt động học tập nói riêng. KKTL trong hoạt động học tập khiến cho chủ thể không kịp thời huy động được những đặc điểm cá nhân để phù hợp với yêu cầu, nội dung đối tượng học tập.

Từ những phân tích ở trên, chúng tôi cho rằng: *Khó khăn tâm lý trong học tập là yếu tố tâm lý gây trở ngại cho người học trong quá trình học tập, làm cho hoạt động học tập kém hiệu quả.*

Theo cách hiểu này, khi nói đến KKTL trong học tập cần phải nói đến những đặc điểm sau:

- Người học có KKTL trong học tập nghĩa là ở họ nảy sinh những yếu tố tâm lý không phù hợp với yêu cầu của hoạt động học tập. Điều này cũng nói lên tính đa dạng của KKTL trong hoạt động học tập. Mỗi loại nhân cách có những khó khăn đặc trưng riêng. Nhìn chung ai cũng gặp KKTL trong hoạt động học tập - đây là khách quan không phụ thuộc vào ý muốn của chủ thể.

- KKTL được xem xét ở khía cạnh có ảnh hưởng tiêu cực đến người học, là một trong những nguyên nhân cơ bản làm giảm sút hiệu quả hoạt động học tập. Do đó người học muốn đạt được mục đích của học tập, họ phải có sự nỗ lực vượt qua, khắc phục được các KKTL ấy.

- KKTL trong học tập biểu hiện ở nhận thức, cảm xúc và hành vi của người học trong hoạt động học tập. Điều đó có nghĩa là nhận thức, cảm xúc và hành vi của người học chưa phù hợp với yêu cầu của hoạt động học tập.

* *Khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật:*

Hoạt động học tập nghề nghiệp là hoạt động chủ đạo của sinh viên nói chung và sinh viên ĐHSP kỹ thuật nói riêng. Để đạt được mục tiêu học tập là trở thành kỹ sư và là giáo viên dạy nghề, trong quá trình học tập, sinh viên ĐHSP kỹ thuật không thể tránh khỏi những KKTL làm ảnh hưởng đến hiệu quả học tập.

Từ phân tích về khái niệm KKTL, chúng tôi cho rằng: *Khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật là những yếu tố tâm lý gây trở ngại cho việc học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật, làm cho hoạt động học tập kém hiệu quả.* Qua đó có thể thấy KKTL ở đây được hiểu là những yếu tố tâm lý gây trở ngại cho sinh viên trong toàn bộ các công việc từ khi lập kế hoạch tích lũy tín chỉ cho đến tiến hành tích lũy tín chỉ, làm cho học tập kém hiệu quả.

Tuy nhiên, trong phạm vi nghiên cứu của luận án này, gắn với các đặc điểm học tập theo tín chỉ đã nêu và mục tiêu học tập của sinh viên ĐHSP kỹ thuật, chúng tôi xác định: *Khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật là những yếu tố tâm lý gây trở ngại cho việc lập kế hoạch học tập, học theo nhóm và tự học tự nghiên cứu của sinh viên ĐHSP kỹ thuật, làm cho các hoạt động ấy kém hiệu quả.*

Với quan niệm như vậy, khi nói đến KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ, chúng tôi thấy rằng:

- Sinh viên có KKTL nghĩa là ở họ nảy sinh những yếu tố tâm lý không phù hợp với yêu cầu của việc lập kế hoạch học tập, học theo nhóm và tự học tự nghiên cứu trong đào tạo theo học chế tín chỉ.

- KKTL được xem xét ở khía cạnh có ảnh hưởng tiêu cực đến sinh viên, là một trong những nguyên nhân cơ bản làm giảm sút hiệu quả việc lập kế hoạch học tập, học theo nhóm và tự học tự nghiên cứu trong đào tạo theo học chế tín chỉ. Do đó muốn tích lũy đủ số lượng tín chỉ theo quy định, sinh viên phải có sự nỗ lực vượt qua, khắc phục được các KKTL ấy.

- KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ biểu hiện ở nhận thức, cảm xúc và hành vi của sinh viên trong hoạt động học tập. Điều đó có nghĩa là nhận thức, cảm xúc và hành vi của sinh viên chưa phù hợp với yêu cầu của việc lập kế hoạch học tập, học theo nhóm và tự học tự nghiên cứu trong đào tạo theo học chế tín chỉ.

1.3.3. Biểu hiện của khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật

KKTL trong hoạt động học tập theo tín chỉ cũng như các hiện tượng tâm lý khác, được biểu hiện qua ba mặt: nhận thức, cảm xúc và hành vi. Trên cơ sở nghiên cứu, tổng hợp và khái quát một số công trình khoa học và thực tiễn kinh nghiệm giảng dạy ở trường ĐHSP kỹ thuật, chúng tôi nhận thấy trong hoạt động học tập theo tín chỉ, sinh viên ĐHSP kỹ thuật thường gặp phải một số KKTL và có những biểu hiện như sau:

** KKTL trong lập kế hoạch học tập:*

- Về nhận thức: Chưa hiểu đúng ý nghĩa của việc lập kế hoạch học tập; Hiểu chưa đúng, chưa đầy đủ về nội dung, phương pháp lập kế hoạch học tập; Chưa biết cách xây dựng kế hoạch học tập phù hợp.

- Về cảm xúc: Lúng túng trong việc xác định mục tiêu học tập; Lúng túng trong việc xây dựng kế hoạch học tập toàn khóa và từng học kỳ; Sợ kế hoạch học tập không thực hiện được.

- Về hành vi: Lập kế hoạch học tập chưa đảm bảo yêu cầu; Khó thực hiện kế hoạch học tập trong thực tiễn; Chưa kiểm soát được kế hoạch học tập của bản thân.

** KKTL trong học theo nhóm:*

- Về nhận thức: Chưa hiểu đúng ý nghĩa của việc học tập theo nhóm; Hiểu chưa đúng, chưa đầy đủ về các nhiệm vụ khác nhau trong nhóm học tập; Chưa biết cách hiện các công việc trong nhóm học tập.

- Về cảm xúc: Lúng túng trong việc thể hiện quan điểm của mình trước nhóm; Lúng túng khi giải quyết bất đồng trong nhóm; Lo sợ các ý kiến của mình không được nhóm chấp thuận.

- Về hành vi: Chưa đảm nhận được các vai trò khác nhau trong nhóm; Khó tham gia học tập với nhóm; Chưa thường xuyên trao đổi với các thành viên khác trong nhóm.

** KKTL trong tự học, tự nghiên cứu:*

- Về nhận thức: Chưa hiểu đúng ý nghĩa của việc tự học, tự nghiên cứu; Hiểu chưa đúng, chưa đầy đủ về các yêu cầu trong tự học; Chưa biết cách tự học, tự nghiên cứu.

- Về cảm xúc: Lúng túng trong việc sắp xếp kế hoạch tự học; Lúng túng trong việc tìm kiếm tài liệu phục vụ tự học; Lo sợ không hoàn thành nội dung tự học giáo viên yêu cầu.

- Về hành vi: Chưa xác định được nội dung cần thiết khi tham khảo tài liệu; Khó thực hiện nhiệm vụ tự học, tự nghiên cứu; Chưa thường xuyên trao đổi với giảng viên để hoàn thành nhiệm vụ tự học.

1.4. Kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật

1.4.1. Kỹ năng ứng phó

1.4.1.1. Khái niệm kỹ năng

Khái niệm "kỹ năng" đã được nhiều tác giả trên thế giới và ở Việt Nam quan tâm. Các công trình nghiên cứu về kỹ năng cho thấy có nhiều quan điểm khác nhau dưới những góc độ khác nhau. Qua nghiên cứu tài liệu chúng tôi tổng hợp có hai cách tiếp cận cơ bản:

- *Cách tiếp cận thứ nhất: Coi kỹ năng là mặt kỹ thuật của hành động*

Các tác giả nghiên cứu kỹ năng nghiêng về khía cạnh "cách thức và mặt kỹ thuật của hành động, hoạt động" có các tác giả như V.A Kruchetxki, A.G Côvaliôp, V.X Rudin,...

V.A Kruchetxki (1981) cho rằng "kỹ năng là thực hiện một hành động hay một hoạt động nào đó nhờ sử dụng những thủ thuật, những phương thức đúng đắn" [35; 88]. Ông cho rằng: chỉ cần nắm vững phương thức hành động là con người đã có kỹ năng, không cần xem xét đến kết quả của hành động. Tuy nhiên, tác giả chưa đề cập đến hiệu quả của phương pháp đó trong hoạt động cụ thể. Bởi vì thực tế cho thấy, có những cá nhân có cách thức thực hiện hành động tốt nhưng chưa chắc đem lại hiệu quả cho hoạt động đó bởi có kết quả tốt còn phụ thuộc nhiều yếu tố khác. Hơn nữa, nếu cá nhân chỉ có phương thức hành động đúng cũng không thể kết luận rằng họ có kỹ năng hoạt động.

Trong cuốn "Tâm lý học cá nhân" A.G Côvaliôp cũng quan niệm "kỹ năng là phương thức thực hiện hành động phù hợp với mục đích và điều kiện của hành động" [11]. Và ở đây Côvaliôp cũng không đề cập đến kết quả của hành động. Theo ông, kết quả của hành động phụ thuộc vào nhiều yếu tố, trong đó quan trọng hơn cả là năng lực của con người chứ không đơn giản là cứ nắm vững cách thức hành động là đem lại kết quả tương ứng.

Ở Việt Nam, có các tác giả Hà Thế Ngữ, Đặng Vũ Hoạt, Thái Duy Tuyên quan niệm kỹ năng là mặt kỹ thuật của hành động, là hệ thống thao tác trí tuệ và thực hành, phương thức vận dụng tri thức vào thực hành để giải quyết các nhiệm vụ đặt ra phù hợp với điều kiện cho trước. Con người nắm được các hành động tức là có kỹ thuật hành động, có kỹ năng.

Tác giả Trần Trọng Thủy, trong cuốn "Tâm lý học lao động" cũng cho rằng: "Kỹ năng là mặt kỹ thuật của hành động. Con người nắm bắt được cách thức hành động tức là có kỹ thuật hành động và có kỹ năng" [65].

Hầu hết các tác giả đều thống nhất quan điểm: Kỹ năng là hệ thống các thao tác (phương thức), thủ thuật thực hiện hành động phù hợp với mục đích và điều kiện hành động mà con người đã nắm vững.

- *Cách tiếp cận thứ hai: Coi kỹ năng là biểu hiện mặt năng lực của con người*

Các tác giả theo hướng này xem xét kỹ năng không chỉ là kỹ thuật của hành động mà còn là biểu hiện năng lực của con người. Theo quan niệm này thì kỹ năng vừa có tính ổn định, vừa có tính mềm dẻo, linh hoạt sáng tạo, vừa có tính mục đích. Khuynh hướng này có N.Đ Lêvitôp, X.I Kixegôf, K.K Platônôp,...

Theo N.Đ Lêvitôp thì "kỹ năng là sự thực hiện có kết quả của một động tác nào đó hay một hoạt động phức tạp hơn bằng cách lựa chọn và áp dụng những cách thức đúng đắn các cách thức hành động nhằm thực hiện hành động có kết quả". Ông cho rằng, con người có kỹ năng không chỉ nắm bắt lý thuyết về hành động mà phải biết vận dụng vào thực tế [39; 3].

K.K. Platônôp khẳng định: "Cơ sở tâm lý của những kỹ năng là sự thông hiểu mối liên hệ giữa mục đích và hành động, các điều kiện và phương thức hành động" [54; 77].

A.V. Petrôpxki cũng khẳng định: "Kỹ năng là sự vận dụng tri thức, kỹ xảo đã có để lựa chọn và thực hiện nhưng phương thức hành động tương ứng với mục đích đặt ra" [51; 175].

Tuy cách trình bày khác nhau, nhưng hầu hết các tác giả đều thống nhất kỹ năng là khả năng thực hiện có hiệu quả một nhiệm vụ về lý luận hay thực tiễn nhất định, là năng lực vận dụng những tri thức và kinh nghiệm đã có vào hoạt động cá nhân.

Ở Việt Nam, theo hướng này có các tác giả Nguyễn Quang Uẩn, Trần Quốc Thành, Hoàng Anh... Các tác giả theo hướng này xem xét kỹ năng không chỉ là kỹ thuật của hành động mà còn là biểu hiện năng lực của con người. Theo quan niệm này thì kỹ năng vừa có tính ổn định, vừa có tính mềm dẻo, linh hoạt sáng tạo, vừa có tính mục đích. Kỹ năng đòi hỏi con người phải có tri thức về hành động và những kinh nghiệm cần thiết, nhưng bản thân tri thức và kinh nghiệm không phải là kỹ năng. Muốn có kỹ

năng, con người phải vận dụng vốn tri thức và kinh nghiệm đó vào hoạt động thực tiễn có kết quả. Hầu hết các tác giả đều thống nhất: Kỹ năng là khả năng thực hiện có hiệu quả một nhiệm vụ về lý luận hay thực tiễn nhất định, là năng lực vận dụng những tri thức và kinh nghiệm đã có vào hoạt động cá nhân [2], [60], [71].

Trong từ điển tâm lý học do Vũ Dũng chủ biên định nghĩa: "Kỹ năng là năng lực vận dụng có kết quả tri thức về phương thức hành động đã được chủ thể lĩnh hội để thực hiện những nhiệm vụ tương ứng" [13; 132].

Theo khuynh hướng coi kỹ năng là khả năng của cá nhân, kỹ năng không chỉ được hiểu là kỹ thuật, mà còn phải đem lại kết quả cho hoạt động. Đây có thể nói là quan niệm tương đối toàn diện và khái quát về kỹ năng. Tuy vậy, các tác giả theo khuynh hướng này vẫn chưa đi sâu phân tích mặt thao tác, hành động của kỹ năng.

- Cách tiếp cận thứ ba: Coi kỹ năng là hành vi ứng xử của cá nhân

Đây là một khuynh hướng mới trong những năm gần đây. Các tác giả theo hướng này đánh giá kỹ năng chủ yếu về mặt thái độ, hành vi ứng xử của con người trong các mối quan hệ với thế giới tự nhiên và với người khác. Tức là con người có thái độ, hành vi ứng xử phù hợp với quy luật tự nhiên và xã hội tức là có kỹ năng. Ví dụ như tác giả J.N Richard (2003) coi kỹ năng là hành động được thể hiện ra bên ngoài, chịu sự chi phối của cách cảm nhận và suy nghĩ của cá nhân [94]. Tác giả Chu Liên Anh đã có quan niệm về kỹ năng dưới góc độ là hành vi giao tiếp ứng xử trong các mối quan hệ xung quanh (quan hệ với tự nhiên và quan hệ với xã hội) [1]. Theo cách tiếp cận này, kỹ năng không chỉ là kỹ thuật hành động, kết quả của hành động mà còn là thái độ, quan điểm, giá trị của cá nhân.

Về thực chất, ba cách tiếp cận trên không phủ định lẫn nhau. Sự khác nhau giữa ba khuynh hướng chủ yếu ở chỗ mở rộng hay thu hẹp thành phần

cấu trúc của kỹ năng mà thôi. Dù theo quan niệm nào khi nói đến kỹ năng chúng ta cũng đều phải thống nhất một số điểm sau đây:

Thứ nhất, mọi kỹ năng đều phải dựa trên cơ sở là tri thức và kinh nghiệm đã có.

Thứ hai, kỹ năng là mặt kỹ thuật của một thao tác hành động nhất định, không có kỹ năng chung, trừu tượng, tách rời hành động của cá nhân.

Thứ ba, để có kỹ năng đòi hỏi con người phải biết cách hành động trong những điều kiện cụ thể và hành động theo quy trình, muốn vậy đòi hỏi phải có sự tập luyện mới có được.

Thứ tư, tiêu chuẩn xác định sự hình thành và mức độ phát triển của kỹ năng là: tính chính xác, tính thành thạo, tính linh hoạt và sự phối hợp nhịp nhàng các động tác trong hoạt động.

Thứ năm, kỹ năng liên quan mật thiết đến năng lực của con người, là sự biểu hiện cụ thể của năng lực.

Qua sự phân tích các quan niệm về kỹ năng ở trong và ngoài nước, trong nghiên cứu này, chúng tôi xem xét kỹ năng vừa là mặt kỹ thuật của hành động vừa là năng lực của cá nhân và cho rằng: *Kỹ năng là sự vận dụng tri thức, kinh nghiệm vào hoạt động nhằm thực hiện hoạt động đó có hiệu quả.*

1.4.1.2. Khái niệm ứng phó

Những năm gần đây, vấn đề ứng phó được khá nhiều nhà tâm lý học quan tâm nghiên cứu. Có nhiều định nghĩa về "ứng phó". Thuật ngữ "cope" trong tiếng Anh có nghĩa là "ứng phó", "đương đầu", "đối mặt" với những tình huống và hoàn cảnh bất thường, khó khăn.

Theo nghĩa rộng, ứng phó bao gồm tất cả các dạng tương tác của chủ thể với những yêu cầu của thế giới bên ngoài và nội tâm - nắm bắt làm chủ hay là suy giảm làm quen hay lảng tránh khỏi những yêu cầu của hoàn cảnh có vấn đề. Những điều kiện bên ngoài - yêu cầu của hoàn cảnh, hay bên trong

- đặc điểm tâm lý của chủ thể tạo nên nội dung của cách ứng phó, làm chúng hoàn toàn khác biệt với sự thích ứng đơn giản.

Có một số quan điểm về ứng phó như sau:

Ứng phó được hiểu như là cách thức tự vệ tâm lý, được sử dụng để làm giảm căng thẳng (Haan) [86]. Hiệu quả của sự phòng vệ được đánh giá dựa trên tính hiệu quả của những phản ứng đáp trả của cá nhân. Ở đây ứng phó được đồng nhất với kết quả của nó. Hơn thế nữa, với việc xem ứng phó như một hệ thống phòng vệ mà mục đích của người sử dụng là hạn chế sự căng thẳng, thì mọi nỗ lực của con người tập trung vào việc làm giảm căng thẳng hơn là giải quyết vấn đề.

Ứng phó như là đặc điểm riêng biệt trong nhân cách của cá nhân. Cách tiếp cận này được phản ánh trong các nghiên cứu của Moos, xem ứng phó như là một khuynh hướng tương đối ổn định của cá nhân nhằm đáp ứng lại những tình huống khó khăn theo một cách thức nhất định. Tuy nhiên, tính ổn định của các cách thức ứng phó khó có thể khẳng định bằng thực nghiệm. Hơn nữa, các nhà nghiên cứu đã phát hiện rằng con người có khuynh hướng đáp lại những tình huống khác nhau theo những cách khác nhau, nên các phương pháp đo lường nét riêng biệt của cá nhân thường ít có khả năng dự báo việc sử dụng các cách ứng phó [Dẫn theo 14, tr.20].

Ứng phó tính đến những đòi hỏi riêng biệt của các loại hoàn cảnh cụ thể: Đó là nghiên cứu của Felton và Revenson (1984) [90]. Khái niệm ứng phó được xem xét ở góc độ này không liên quan đến quá trình phòng vệ cũng như các đặc điểm riêng biệt của cá nhân mà tùy thuộc vào hoàn cảnh, do hoàn cảnh quyết định. Cách tiếp cận này tập trung vào sự thiếu khả năng khái quát hóa của các chiến lược với các hoàn cảnh khác nhau của ứng phó.

Ứng phó là mặt năng động của của chủ thể. Đó là nghiên cứu của Lazarus và Folkman (1984), Keil (2004). Cụ thể:

Theo Keil (2004), ứng phó là những nỗ lực về nhận diện và hành vi được tiến hành để kiểm soát (làm giảm, đưa về mức tối thiểu, kiềm chế hoặc thích ứng) những khó khăn cá nhân và những yêu cầu của hoàn cảnh nhằm giúp cho cá nhân vượt ra được những tác nhân gây stress ở họ. Như vậy, ngoài hai chức năng ban đầu: đấu tranh với những vấn đề gây ra stress và điều chỉnh cảm xúc mà những vấn đề đó đưa ra, ứng phó còn bao gồm cả những yếu tố của sự sửa đổi và thay đổi [89].

Lazarus và Folkman (1984) [90] Ứng phó là những nỗ lực của cá nhân, bao gồm cả hành động bên ngoài và tâm lý bên trong nhằm giải quyết những tình huống vốn gây mệt mỏi hoặc vượt quá khả năng của cá nhân, buộc cá nhân phải nỗ lực để giải quyết. Lý thuyết tập trung vào hai cấp độ của sự đánh giá trong quá trình ứng phó. Ở cấp độ đầu tiên, cá nhân đánh giá liệu sự kiện xảy ra có gây khó khăn cho cuộc sống của mình hay không. Cấp độ thứ hai liên quan đến việc kiểm tra những kinh nghiệm ứng phó đã có để vận dụng vào giải quyết tình huống. Vì vậy, ứng phó là một quá trình năng động phụ thuộc vào cả những đòi hỏi của môi trường và đặc trưng của cá nhân.

Định nghĩa của Lazarus và cộng sự: "Ứng phó là sự cố gắng cả trong hành động và về mặt tâm lý để kiểm soát những đòi hỏi của môi trường cũng như bên trong cơ thể và các xung đột". Định nghĩa này bao hàm cả các khía cạnh nhận thức, cảm xúc và hành vi của quá trình ứng phó [90, tr.119].

Với cách tiếp cận đó, cách hiểu về ứng phó nổi lên có vai trò của hoàn cảnh tình huống nhất định, đó là hoàn cảnh tâm lý cá nhân, diễn ra có ý nghĩa với cá nhân, tương đối đặc thù chứ không phải hoàn cảnh xã hội chung. Hoàn cảnh tâm lý là sự thống nhất giữa các điều kiện bên ngoài và sự diễn giải chủ quan của hạn chế theo thời gian và thúc đẩy có lựa chọn của con người.

Như vậy, khái niệm ứng phó bao trùm một phạm vi rộng, bao gồm cả những ứng phó nội tâm trước hoàn cảnh xảy ra (suy nghĩ và tình cảm) và

những hành động bên ngoài nhằm đáp lại yêu cầu của hoàn cảnh. Ở đây ứng phó bao hàm cả nội dung của hoàn cảnh mà con người tri giác được và khả năng tâm lý của cá nhân. Ý nghĩa tâm lý ứng phó ở chỗ: làm thế nào để con người thích ứng nhanh chóng với những yêu cầu của hoàn cảnh, cho phép họ nắm bắt và làm chủ chúng, làm những yêu cầu của hoàn cảnh trở nên suy yếu, làm cho con người thoát khỏi, hoặc làm quen với chúng và bằng cách đó cải hóa được những tác động gây stress của hoàn cảnh. Nhiệm vụ chủ yếu của ứng phó là cung cấp và ủng hộ sự bền vững của con người, sức khỏe thể chất cũng như tâm lý, làm thỏa mãn các quan hệ xã hội của cá nhân.

Qua sự phân tích các quan niệm về ứng phó trên đây và theo tiếp cận quá trình giải quyết một hành động trí tuệ, chúng tôi xác định: *Ứng phó là hành động của cá nhân nhận diện được cái cần giải quyết, xác định cách thức giải quyết phù hợp và thực hiện cách giải quyết đó.*

Với quan điểm này, ứng phó thể hiện rõ ba hành động theo quy trình giải quyết vấn đề: *một là*, nhận diện cái cần giải quyết; *hai là*, lựa chọn cách giải quyết và *ba là*, thực hiện cách giải quyết đã chọn.

1.4.1.3. Khái niệm kỹ năng ứng phó

Để có KNUP trước hết phải có vốn tri thức, hiểu biết sâu sắc, có kinh nghiệm về lĩnh vực hoạt động cụ thể. Tri thức, hiểu biết ở đây trước hết là những tri thức về ứng phó. Người có KNUP còn là người biết lường trước những thuận lợi và khó khăn có thể sẽ diễn ra trong quá trình hoạt động, biết vận dụng tri thức, kinh nghiệm một cách linh hoạt trong từng hoàn cảnh xác định,... Mặt khác biết xác định đúng mục đích ứng phó, hiểu được những yếu tố góp sức vào quá trình ứng phó để từ đó tìm được cách thức thích ứng và giảm nhẹ tác hại của vấn đề nhằm đạt mục đích đề ra.

Từ khái niệm "Kỹ năng" và "Ứng phó" nêu trên, chúng tôi quan niệm kỹ năng ứng phó như sau: *Kỹ năng ứng phó là sự vận dụng tri thức, kinh nghiệm*

để nhận diện được cái cần giải quyết, xác định cách thức giải quyết phù hợp và thực hiện cách giải quyết đó nhằm thực hiện hoạt động có hiệu quả.

Như vậy, KNUP có các đặc điểm sau đây:

- KNUP được biểu hiện trong hành động và hoạt động của cá nhân qua các thao tác. Để tiến hành các thao tác, chủ thể phải có tri thức nhất định (tính nhận thức) về hoạt động cũng như tổ hợp các thao tác, thực hiện các thao tác đảm bảo tính đầy đủ, thành thạo và linh hoạt (đã nêu ở khái niệm kỹ năng);

- Sự vận dụng các tri thức, kinh nghiệm của KNUP để giúp chủ thể vượt qua khó khăn, trở ngại trong hoạt động, thích ứng với hoạt động và phải đem lại hiệu quả cho hoạt động cụ thể.

Khi giúp con người giải quyết những vấn đề cụ thể, các nhà tham vấn chuyên nghiệp thấy rằng: KNUP thường giúp ích cho cá nhân trong các hoạt động, nhất là trong hoàn cảnh có vấn đề khó khăn phải vượt qua. Việc học và luyện tập KNUP là rất hữu ích với hầu hết các cá nhân, thậm chí việc chia sẻ KNUP với người khác cũng thường có ích.

1.4.2. Khái niệm về kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật

1.4.2.1. Khái niệm kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập

** Kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý:*

Trên cơ sở các khái niệm về kỹ năng, ứng phó, kỹ năng ứng phó, khó khăn tâm lý được trình bày ở các phần trên, chúng tôi cho rằng: *Kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý là sự vận dụng tri thức, kinh nghiệm để nhận diện, xác định cách thức giải quyết và thực hiện cách thức giải quyết những yếu tố tâm lý gây trở ngại cho hoạt động của chủ thể nhằm thực hiện hoạt động có hiệu quả.*

Với khái niệm trên, kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý là kỹ năng phức hợp, theo quy trình hoạt động trí tuệ giải quyết vấn đề thì kỹ năng này có cấu trúc bao gồm ba thành phần (biểu hiện) là:

- Kỹ năng nhận diện những biểu hiện của khó khăn tâm lý và nguyên nhân của khó khăn tâm lý;

- Kỹ năng xác định cách thức giải quyết khó khăn tâm lý;

- Kỹ năng thực hiện cách giải quyết khó khăn tâm lý nhằm thực hiện hoạt động có kết quả.

Trong các biểu hiện trên, kỹ năng thứ ba "Kỹ năng thực hiện cách giải quyết khó khăn tâm lý nhằm thực hiện hoạt động có kết quả" là kỹ năng cao nhất và bộc lộ rõ nhất hiệu quả của kỹ năng ứng phó.

** Kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập*

Từ các khái niệm trên, chúng tôi xác định: *Kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập là sự vận dụng tri thức, kinh nghiệm để nhận diện, xác định cách thức giải quyết và thực hiện cách thức giải quyết những yếu tố tâm lý gây trở ngại cho hoạt động học tập của người học nhằm thực hiện hoạt động học tập có hiệu quả.*

Với khái niệm trên, kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập cũng có cấu trúc bao gồm ba thành phần (biểu hiện) là: Kỹ năng nhận diện, kỹ năng xác định cách thức giải quyết và kỹ năng thực hiện cách giải quyết khó khăn tâm lý nhằm thực hiện hoạt động học tập có hiệu quả.

1.4.2.2. Khái niệm về kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật

Để lấy lại được sự cân bằng tâm lý và tiến hành hoạt động học tập tín chỉ một cách hiệu quả, sinh viên phải đối diện với KKTL và phải biết hành động để vượt qua KKTL. Muốn vậy, sinh viên phải có KNUP với KKTL trong học tập.

Trên cơ sở kế thừa các quan điểm của các nhà khoa học và các khái niệm về KNUP, về đặc điểm hoạt động học tập theo học chế tín chỉ, về KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật đã phân tích ở các phần trên, trong nghiên cứu này, chúng tôi đưa ra khái niệm như sau:

Kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật là sự vận dụng tri thức, kinh nghiệm để nhận diện, xác định cách thức giải quyết và thực hiện cách thức giải quyết những yếu tố tâm lý gây trở ngại cho việc học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật nhằm đạt được hiệu quả học tập tốt.

Với quan niệm trên về kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật, cần lưu ý một số điểm cơ bản sau đây:

- KNUP với KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật là sự vận dụng tri thức, kinh nghiệm của sinh viên vào việc giải quyết những yếu tố tâm lý gây trở ngại cho việc học tập. Tri thức, kinh nghiệm ở đây là tri thức, kinh nghiệm về học tập theo tín chỉ, về các cách ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo tín chỉ. Ngoài ra, đó còn cả tri thức, kinh nghiệm về ứng phó với khó khăn trong cuộc sống mà sinh viên biết hoặc đã từng trải nghiệm. Do đó, để thực hiện được kỹ năng này, sinh viên phải hiểu, sau đó vận dụng được vào tình huống ứng phó cụ thể của mình.

- Học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật trong nghiên cứu này bao gồm việc lập kế hoạch học tập, học theo nhóm sinh viên và tự học tự nghiên cứu.

- KNUP với KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật bao gồm ba kỹ năng thành phần: Kỹ năng nhận diện khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ, kỹ năng xác định cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ và kỹ năng thực hiện cách giải quyết khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ nhằm thực hiện có hiệu quả học tập theo tín chỉ. Trong các biểu hiện trên, kỹ năng thứ ba "Kỹ năng thực hiện cách giải quyết khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ nhằm thực hiện có hiệu quả học tập theo tín chỉ" là kỹ năng bộc lộ rõ nhất hiệu quả của kỹ năng ứng phó.

- KNUP với KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật được coi là kỹ năng mềm. Vì vậy, rất khó để đánh giá kỹ năng đúng hay sai một cách chính xác như những kỹ năng khác, điều quan trọng là thực hiện kỹ năng ấy một cách thành thạo, mềm dẻo, nhanh chóng và mang lại hiệu quả giải quyết được những yếu tố tâm lý gây trở ngại để tiến hành học tập hiệu quả. Chính vì vậy, trong nghiên cứu này, chúng tôi lựa chọn tính đầy đủ, thành thạo, tính linh hoạt để đánh giá kỹ năng. Việc đánh giá kỹ năng thể hiện ở hành động, ở việc biết làm và làm được ở các mức độ khác nhau. Bên cạnh đó, kỹ năng này còn được đánh giá ở mức độ lựa chọn các cách ứng phó (nỗ lực bản thân, nhờ trợ giúp hay buông xuôi) đem lại hiệu quả giải quyết được khó khăn tâm lý trong học tập.

- KNUP với KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật được coi là kỹ năng mềm cho nên nó có thể được hình thành bằng con đường tự phát (tự hình thành trong học tập) và con đường tự giác (hình thành do học hỏi, luyện tập một cách có ý thức). Tuy nhiên, để có kỹ năng tốt cần phải trải qua luyện tập có ý thức.

- KNUP với KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật biểu hiện trong thực tế rất phong phú và đa dạng. Trong nghiên cứu này, tác giả nghiên cứu KNUP với KKTL trong việc: Lập kế hoạch học tập, học theo nhóm sinh viên và tự học tự nghiên cứu, đây là những công việc gắn với đặc trưng của học tập theo học chế tín chỉ.

1.4.3. Biểu hiện của kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật

Việc xác định các biểu hiện (kỹ năng thành phần) của kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên đại học sư phạm kỹ thuật chúng tôi dựa vào một số cơ sở sau đây:

Thứ nhất, coi khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của

sinh viên ĐHSP kỹ thuật là những yếu tố tâm lý gây trở ngại cho việc lập kế hoạch học tập, học theo nhóm và tự học tự nghiên cứu, làm giảm sút hiệu quả học tập để tích lũy tín chỉ theo quy định. Cho nên, khó khăn tâm lý là vấn đề cần được giải quyết.

Thứ hai, căn cứ vào quy trình của một hoạt động trí tuệ: nhận diện vấn đề, xác định cách giải quyết vấn đề và thực hiện giải quyết vấn đề. Muốn giải quyết tốt khó khăn tâm lý cần phải đi theo trình tự này: từ việc nhận diện khó khăn, tìm cách giải quyết phù hợp và thực hiện cách giải quyết đó. Đây là trình tự công việc mà công việc trước sẽ là nền tảng, là cơ sở cho công việc sau. Tức là, để thực hiện tốt việc giải quyết khó khăn tâm lý thì phải tìm được cách phù hợp, mà để tìm được cách phù hợp thì phải nhận biết được cách đó được chọn để giải quyết cái gì (khó khăn tâm lý nào, do đâu mà nảy sinh khó khăn tâm lý ấy).

Thứ ba, trong mỗi hoạt động học tập khác nhau thường xuất hiện những khó khăn tâm lý khác nhau, cho nên việc giải quyết khó khăn tâm lý không phải là chung chung mà là cụ thể trong từng công việc học tập. Do đó đề tài tập trung tìm hiểu KNUP với KKTL trong việc: Lập kế hoạch học tập, học theo nhóm sinh viên và tự học tự nghiên cứu.

Với cách tiếp cận như vậy, chúng tôi xác định những biểu hiện cơ bản (kỹ năng thành phần) của KNUP với KKTL trong hoạt động học tập theo học chế tín chỉ gồm: Kỹ năng nhận diện khó khăn tâm lý, kỹ năng xác định cách thức giải quyết khó khăn tâm lý và kỹ năng thực hiện cách giải quyết khó khăn tâm lý nhằm thực hiện học tập theo tín chỉ có hiệu quả.

Từng biểu hiện cụ thể của các kỹ năng thành phần được xác định như sau:

1.4.3.1. Kỹ năng nhận diện KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ

Để giải quyết được KKTL trong học tập, sinh viên phải nhận biết được biểu hiện của nó, đây là cơ sở để chủ thể lựa chọn cách giải quyết phù

hợp và hiệu quả. Vì vậy, kỹ năng nhận diện KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ được hiểu là sự vận dụng tri thức, kinh nghiệm đã có vào việc nhận diện đúng, đủ những yếu tố tâm lý gây trở ngại và nguyên nhân của nó trong các hoạt động học tập theo tín chỉ, làm cơ sở cho việc lựa chọn và thực hiện ứng phó hiệu quả.

Biểu hiện cụ thể:

- Biết nhận diện những yếu tố tâm lý gây trở ngại (nhận diện biểu hiện của KKTL) trong học tập theo học chế tín chỉ:

Việc nhận diện được những yếu tố tâm lý gây trở ngại trong học tập chính là việc sinh viên tự nhận thức, đánh giá được các biểu hiện của KKTL, cũng như mức độ của KKTL trong học tập mà bản thân đang gặp phải. Những biểu hiện của KKTL rất đa dạng, bao gồm cả những biểu hiện về mặt nhận thức, cảm xúc và hành vi của bản thân đang diễn ra trong hoạt động học tập của sinh viên. Cụ thể:

+ Biết nhận diện những yếu tố tâm lý gây trở ngại trong lập kế hoạch học tập là: Chưa hiểu đúng ý nghĩa của việc lập kế hoạch học tập; Hiểu chưa đúng, chưa đầy đủ về nội dung, phương pháp lập kế hoạch học tập; Chưa biết cách xây dựng kế hoạch học tập phù hợp; Lúng túng trong việc xác định mục tiêu học tập; Lúng túng trong việc xây dựng kế hoạch học tập toàn khóa và từng học kỳ; Sợ kế hoạch học tập không thực hiện được; Lập kế hoạch học tập chưa đảm bảo yêu cầu; Khó thực hiện kế hoạch học tập trong thực tiễn; Chưa kiểm soát được kế hoạch học tập của bản thân.

+ Biết nhận diện những yếu tố tâm lý gây trở ngại trong học theo nhóm sinh viên là: Chưa hiểu đúng ý nghĩa của việc học tập theo nhóm; Hiểu chưa đúng, chưa đầy đủ về các nhiệm vụ khác nhau trong nhóm học tập; Chưa biết cách hiện các công việc trong nhóm học tập; Lúng túng trong việc thể hiện quan điểm của mình trước nhóm; Lúng túng khi giải quyết bất đồng trong nhóm; Lo

sợ các ý kiến của mình không được nhóm chấp thuận; Đảm nhận các vai trò khác nhau trong nhóm chưa đảm bảo yêu cầu; Khó tham gia học tập với nhóm; Chưa thường xuyên trao đổi với các thành viên khác trong nhóm.

+ Biết nhận diện những yếu tố tâm lý gây trở ngại trong tự học, tự nghiên cứu là: Chưa hiểu đúng ý nghĩa của việc tự học, tự nghiên cứu; Hiểu chưa đúng, chưa đầy đủ về các yêu cầu trong tự học; Chưa biết cách tự học, tự nghiên cứu; Lúng túng trong việc sắp xếp kế hoạch tự học; Lúng túng trong việc tìm kiếm tài liệu phục vụ tự học; Lo sợ không hoàn thành nội dung tự học giáo viên yêu cầu; Chưa xác định được nội dung cần thiết khi tham khảo tài liệu; Khó thực hiện nhiệm vụ tự học, tự nghiên cứu; Chưa thường xuyên trao đổi với giảng viên để hoàn thành nhiệm vụ tự học.

- *Biết nhận diện nguyên nhân của những yếu tố tâm lý gây trở ngại (nhận diện nguyên nhân của KKTL) trong học tập theo học chế tín chỉ:*

Học tập ở bậc đại học nói chung và học tập theo tín chỉ nói riêng là hoạt động mới đối với sinh viên. Họ vừa phải làm quen với môi trường học tập mới, vừa phải làm quen với nội dung, phương pháp học tập mới. Chính đây là những nguyên nhân tạo ra những khó khăn nói chung và KKTL nói riêng cho sinh viên. Bên cạnh đó, các đặc điểm tâm lý cá nhân, tình trạng sức khỏe, tâm trạng tiêu cực xuất hiện trong quá trình học tập cũng đều tạo ra những rào cản về mặt tâm lý ảnh hưởng đến hiệu quả học tập. Chính vì vậy, để vượt qua khó khăn, việc sinh viên cần phải nhận biết các tác nhân gây ra KKTL là điều rất quan trọng, giúp họ có căn cứ để tìm ra các cách thức ứng phó hiệu quả, bởi việc giải quyết KKTL bắt nguồn từ việc làm suy yếu, hay hạn chế ảnh hưởng của các nguyên nhân tạo ra nó. Cụ thể:

+ Biết nhận diện nguyên nhân của những yếu tố tâm lý gây trở ngại trong lập kế hoạch học tập là: Do bản thân chưa tìm hiểu kỹ về đào tạo tín chỉ; Chưa tích cực, chủ động trong việc lập kế hoạch học tập; Năng lực học tập và

điều kiện kinh tế của bản thân hạn chế; Số môn học cho sinh viên lựa chọn chưa phong phú; Cố vấn học tập chưa hướng dẫn cụ thể; Nhà trường chưa cung cấp đầy đủ thông tin về đào tạo tín chỉ.

+ Biết nhận diện nguyên nhân của những yếu tố tâm lý gây trở ngại trong học theo nhóm sinh viên là: Do bản thân chưa tìm hiểu kỹ về cách thức học theo nhóm trong học tín chỉ; Chưa tích cực, chủ động trong hợp tác với nhóm học tập; Năng lực học tập và khả năng giao tiếp của bản thân hạn chế Cách tổ chức hoạt động nhóm của giảng viên chưa khoa học; Nội dung học tập khó, trừu tượng; Các thành viên trong nhóm chưa hiểu nhau.

+ Biết nhận diện nguyên nhân của những yếu tố tâm lý gây trở ngại trong tự học, tự nghiên cứu là: Do bản thân chưa tìm hiểu kỹ về cách thức tự học, tự nghiên cứu; Chưa tích cực, chủ động trong tự học, tự nghiên cứu; Khả năng tự học, tự nghiên cứu của bản thân hạn chế; Giảng viên chưa hướng dẫn cụ thể; Nội dung tự học khó và nhiều; Nguồn tài liệu phục vụ học tập của trường còn hạn chế.

1.4.3.2. Kỹ năng xác định cách thức giải quyết KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ

Việc ứng phó có hiệu quả hay không phụ thuộc rất lớn vào việc lựa chọn được cách giải quyết phù hợp. Kỹ năng xác định cách thức giải quyết KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ là sự vận dụng tri thức, kinh nghiệm vào việc phân tích, quyết định lựa chọn các cách thức giải quyết KKTL phù hợp, làm cơ sở cho việc thực hiện ứng phó hiệu quả.

Biểu hiện cụ thể:

- *Biết thu thập thông tin về các cách thức giải quyết KKTL:*

Việc thu thập thông tin về các cách thức giải quyết tạo cơ sở để sinh viên lựa chọn cách thức giải quyết KKTL trong học tập theo tín chỉ phù hợp với điều kiện khách quan và chủ quan của bản thân. Khái quát các công trình

nghiên cứu, chúng tôi nhận thấy có một số quan điểm về cách thức ứng phó. Mỗi cách thức ứng phó đều được xác định bởi ý nghĩa chủ quan của hoàn cảnh trải nghiệm và đều đáp lại các nhiệm vụ đặt ra theo các cách khác nhau - giải quyết vấn đề thực tế hoặc trải nghiệm các cảm xúc, thay đổi tự đánh giá hoặc điều chỉnh mối quan hệ qua lại với mọi người. Không có một bảng phân loại chung cho các cách thức ứng phó mà chúng được xác định bởi các nhà nghiên cứu khác nhau tùy theo hướng nghiên cứu của họ.

Chúng tôi thống nhất sử dụng cách phân loại của Lazarus và Folkman. Các cách thức ứng phó với KKTL trong học tập theo tín chỉ gồm các nhóm sau đây: Nhóm cách thức tự nỗ lực giải quyết vấn đề (Tập trung giải quyết yên đề; Tự rèn luyện; Tích cực học tập để tích lũy kiến thức và kỹ năng); Nhóm cách thức tìm kiếm sự trợ giúp (Tìm kiếm sự trợ giúp từ bạn bè; Tranh thủ ý kiến của giảng viên, cố vấn học tập và những người có chuyên môn khác); Nhóm cách thức phản ứng tiêu cực (Lo lắng; Buông xuôi).

Như vậy: Biết thu thập thông tin về các cách thức giải quyết KKTL biểu hiện cụ thể ở việc: Biết tập hợp các tài liệu liên quan đến cách giải quyết KKTL; Biết hỏi thêm ý kiến của bạn bè, thầy cô,...; Biết huy động tri thức, kinh nghiệm giải quyết khó khăn tâm lý trong cuộc sống; Biết liệt kê các cách thức giải quyết khó khăn tâm lý có thể có; Biết xem xét tính hợp lý, tính khả thi của các cách thức giải quyết.

- Biết phân tích các cách thức ứng phó:

Kỹ năng này biểu hiện ở việc sinh viên phân tích cái lợi và cái hại, giá trị của từng cách thức lựa chọn. Trong bước này nhất thiết phải sử dụng kỹ năng phân tích, tư duy phê phán, xác định giá trị, tìm kiếm sự giúp đỡ. Kỹ năng phân tích các cách thức ứng phó biểu hiện ở các công việc như: mô tả các cách thức ứng phó cụ thể đối với KKTL trong học tập theo tín chỉ, nêu được cơ sở của việc xác định các cách thức ứng phó với KKTL trong học tập

theo tín chỉ, phân tích ưu, nhược điểm, giá trị của mỗi cách thức ứng phó, đánh giá các cách thức ứng phó trên nhiều phương diện như: thời gian, tính hiệu quả, cảm xúc; Chỉ rõ mỗi cách thức đáp ứng ở mức độ nào sự hài lòng đối với học tập theo tín chỉ, đưa ra các cách thức thay thế nếu cần với mục tiêu đạt hiệu quả tốt nhất. Việc phân tích thông tin thu được sẽ giúp sinh viên hình dung được lại toàn bộ sự việc dưới góc độ kỹ năng của Tâm lý học, đồng thời thể hiện rằng, những cách thức được xác định là khách quan, dựa trên cơ sở khoa học.

Như vậy, biết phân tích các cách thức giải quyết KKTL biểu hiện cụ thể ở việc: Biết mô tả cụ thể các cách giải quyết khó khăn tâm lý; Biết nêu cơ sở của việc xác định các cách giải quyết; Biết phân tích ưu, nhược điểm của mỗi cách giải quyết; Biết xem xét hiệu quả của mỗi cách giải quyết; Biết đưa ra các phương án giải quyết thay thế khi cần.

- Biết ra quyết định lựa chọn các cách thức ứng phó:

Việc đưa ra quyết định lựa chọn các cách thức ứng phó là khâu quan trọng của quá trình ứng phó với KKTL trong học tập theo tín chỉ. Đó là kỹ năng lựa chọn giải pháp tối ưu nhất đối với bản thân tại thời điểm cần giải quyết vấn đề trên cơ sở của việc đưa ra các cách thức và phân tích chúng. Ở đây phải sử dụng kỹ năng so sánh, cân nhắc giá trị, tư duy sáng tạo. Với mỗi quyết định đúng đắn, hợp lý, sinh viên có thể mang lại thành công cho cá nhân trong việc kiểm soát và giảm bớt KKTL. Nếu cá nhân có những quyết định không phù hợp thì các KKTL không được giải quyết và hậu quả là không hoặc khó hoàn thành nhiệm vụ học tập. Ra quyết định là việc làm quan trọng và không đơn giản. Do đó, để có quyết định đúng, mỗi sinh viên cần tìm hiểu kỹ vấn đề, biết xác định các cách thức giải quyết, đánh giá đầy đủ kết quả của mỗi cách và so sánh các cách thức để đưa ra quyết định cuối cùng. Để đảm bảo tính khả thi của các cách thức lựa chọn thì việc quyết định lựa chọn

các cách ứng phó với KKTL cần thiết phải dựa trên những điều kiện khách quan và chủ quan của mỗi sinh viên.

Như vậy, biết ra quyết định lựa chọn các cách thức ứng phó biểu hiện cụ thể ở việc: Biết tìm hiểu kỹ khó khăn tâm lý cần giải quyết; Biết phân tích điều kiện khách quan và chủ quan khi gặp khó khăn tâm lý; Biết so sánh kết quả của mỗi cách giải quyết; Biết xác định một cách giải quyết tối ưu nhất đối với bản thân và điều kiện hiện tại; Biết sắp xếp các cách giải quyết theo thứ tự ưu tiên.

Các biểu hiện trên về kỹ năng lựa chọn cách thức giải quyết KKTL trong hoạt động học tập theo tín chỉ gồm:

- Biết thu thập thông tin về các cách thức giải quyết KKTL trong lập kế hoạch học tập;
- Biết phân tích các cách thức giải quyết KKTL trong lập kế hoạch học tập;
- Biết ra quyết định lựa chọn các cách thức giải quyết KKTL trong lập kế hoạch học tập;
- Biết thu thập thông tin về các cách thức giải quyết KKTL trong học theo nhóm sinh viên;
- Biết phân tích các cách thức giải quyết KKTL trong học theo nhóm sinh viên;
- Biết ra quyết định lựa chọn các cách thức giải quyết KKTL trong học theo nhóm sinh viên;
- Biết thu thập thông tin về các cách thức giải quyết KKTL trong tự học, tự nghiên cứu;
- Biết phân tích các cách thức giải quyết KKTL trong tự học, tự nghiên cứu;
- Biết ra quyết định lựa chọn các cách thức giải quyết KKTL trong tự học, tự nghiên cứu.

1.4.3.3. Kỹ năng thực hiện cách thức giải quyết KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ

Giá trị của kỹ năng ứng phó được đánh giá cao ở hiệu quả thực hiện kỹ năng. Kỹ năng thực hiện cách thức giải quyết KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ là sự vận dụng tri thức, kinh nghiệm vào việc kiên định và thực hiện trong thực tiễn cách thức giải quyết KKTL đã chọn.

Biểu hiện cụ thể:

- Biết kiên định thực hiện cách thức giải quyết KKTL đã chọn:

Sau khi đã có quyết định lựa chọn các cách thức ứng phó, sinh viên cần phải kiên định thực hiện các cách mà mình đã lựa chọn. Biết kiên định là khả năng thể hiện thái độ quyết tâm bảo vệ và thực hiện điều mình muốn, từ chối những điều mình không muốn dựa trên sự tôn trọng và kết hợp hài hòa lợi ích [67, tr.66]. Kiên định giúp con người có thái độ vững vàng trước những thách thức và đòi hỏi trong cuộc sống hàng ngày, giúp chúng ta có thể từ chối điều mình không muốn làm và tự tin với những lựa chọn của bản thân.

Biết kiên định thực hiện các cách ứng phó thể hiện ở việc: Biết quyết tâm thực hiện cách giải quyết KKTL mình đã chọn; Biết gạt bỏ những yếu tố khác để kiên trì thực hiện cách giải quyết KKTL đã chọn nhằm hoàn thành nhiệm vụ học tập tốt nhất. Biết kiên định thực hiện các cách thức ứng phó giúp SV có thái độ vững vàng trước những thách thức và đòi hỏi của phương thức đào tạo theo tín chỉ.

- Biết thực hiện trong thực tiễn cách thức giải quyết KKTL đã chọn

Biết thực hiện các cách thức giải quyết KKTL trong học tập theo tín chỉ thể hiện thông qua ba nhóm cách thức là: giải quyết bằng sự nỗ lực bản thân, bằng sự trợ giúp từ người khác và bằng phản ứng tiêu cực. Cụ thể như sau:

+ Biết thực hiện cách thức giải quyết KKTL bằng sự nỗ lực của bản thân SV, bao gồm: Biết nỗ lực tập trung giải quyết vấn đề, biết nỗ lực

chấp nhận đương đầu và biết nỗ lực suy nghĩ lạc quan. Với các biểu hiện cụ thể như sau:

Cố gắng tìm hiểu xem cái gì là nguyên nhân gây ra vấn đề; Nỗ lực tìm đa nhằm giải quyết vấn đề; Xem xét, đánh giá lại vấn đề từ quan điểm người khác; Suy nghĩ xem mình đang làm gì và cố gắng hiểu tại sao; Nghĩ ra các giải pháp khác nhau để ứng phó; Lên kế hoạch hành động nhằm giải quyết vấn đề; Học cách suy nghĩ tích cực, tập trung làm tốt cái gì mình đang làm; Chủ động đưa vấn đề rắc rối này ra thảo luận trong nhóm bạn; Cố gắng học tập tự giác tích cực hơn; Chấp nhận đương đầu thay cho né tránh, bỏ chạy; Tìm cách thích ứng với hoàn cảnh; Tự động viên mình không nghĩ đến khó khăn bất ổn đó nữa; Nhìn vào mặt tích cực của vấn đề và tin rằng mọi việc sẽ ổn; Cố gắng thay đổi cách nghĩ để có cái nhìn lạc quan hơn về cuộc sống; Chấp nhận vui vẻ với cách thức mà sự việc đang diễn ra; Tìm cách nghỉ ngơi và thư giãn (nghe nhạc, chơi đàn, xem phim...); Dành nhiều thời gian hơn cho các hoạt động thể dục, thể thao giải trí; Tham gia các câu lạc bộ tập luyện yoga, khí công, dưỡng sinh.

+ Biết thực hiện cách giải quyết KKTL bằng sự trợ giúp từ người khác trong và ngoài trường (bạn bè, giảng viên, cố vấn học tập, những người khác).
Biểu hiện cụ thể như sau:

Nói với người khác xem họ xử trí thế nào nếu họ gặp phải vấn đề này; Nói chuyện với người khác để tranh thủ sự giúp đỡ của họ; Tìm kiếm lời khuyên, sự động viên từ người khác; Nói với người khác khó khăn của mình và nhờ giúp đỡ giải quyết; Trao đổi với cố vấn học tập để xin lời khuyên về cách ứng phó; Tìm sự ủng hộ giúp đỡ từ phía giáo viên, cán bộ trong trường; Tìm sự ủng hộ giúp đỡ từ cha mẹ, người thân; Hỏi bạn bè xem họ xử trí thế nào nếu họ gặp phải vấn đề này; Tìm lời khuyên từ những người mình tin cậy; Tìm kiếm sự giúp đỡ từ các chuyên gia tư vấn; Đề nghị người có chuyên môn,

có kinh nghiệm giúp đỡ; Thảo luận với những người từng trải về vấn đề khó xử của mình; Lập một nhóm bạn cùng giúp mình giải quyết vấn đề; Tham gia vào nhóm người có cùng cảnh ngộ, khó khăn như mình để cùng chia sẻ cách thức ứng phó; Đưa vấn đề ra thảo luận trong các buổi sinh hoạt câu lạc bộ sinh viên; Tìm sự giúp đỡ từ phía đoàn thành niên, hội sinh viên; Sử dụng nhiều thời gian hơn với bạn khác giới; Cải thiện quan hệ với những người xung quanh để được giúp đỡ.

+ Biết thực hiện cách ứng phó bằng những phản ứng tiêu cực, như sự mặc cảm, lo lắng, tự trách, buông xuôi, lảng tránh. Biểu hiện cụ thể như:

Lo lắng cho tương lai của mình; Lo hãi có cái gì đó sẽ xảy ra với mình; Tự trị trích, phê phán mình; Nhận ra rằng chính mình làm khó cho mình; Tự kết tội chính mình; Mặc cảm mình là người có lỗi trong chuyện này; Lúng túng, không biết làm gì cả; Bỏ qua, không bận tâm; Buông xuôi vấn đề, mặc cho hoàn cảnh đưa đẩy; Thu mình và cố tránh để không bị mắc kẹt vào sự rắc rối; Giữ kín những nỗi khổ tâm và lảng tránh tiếp xúc với mọi người; Không nghĩ đến vấn đề đó nữa để tránh sự rắc rối; Hy vọng rằng vấn đề sẽ tự nó được giải quyết; Mơ tưởng điều kỳ diệu sẽ xảy ra, sự bất ổn sẽ biến mất; Tự nói với mình rằng mọi khó khăn, bất ổn rồi sẽ qua; Mong rằng sự việc rắc rối sẽ tự biến mất hoặc thay đổi tốt lên; Cầu khẩn thần, phật để những điều rắc rối mau qua khỏi; Cầu chúa ban phước lành.

Để thực hiện được các cách thức ứng phó với KKTL trong học tập theo tín chỉ có hiệu quả, sinh viên còn phải thể hiện tính tích cực, chủ động, tổ chức hoạt động học tập của mình một cách hợp lý, khoa học. Kỹ năng tổ chức hoạt động học tập thể hiện ở việc lựa chọn, sắp xếp nội dung học tập theo thứ tự ưu tiên, lựa chọn phương pháp học tập phù hợp với từng nội dung và thời gian cho phép, xây dựng thời gian biểu với từng mục tiêu cụ thể, rõ ràng. Muốn vậy, sinh viên phải biết lập kế hoạch học tập. Nếu sinh viên có được kỹ

năng tổ chức hoạt động học tập tốt thì họ sẽ dự kiến được các KKTL có thể nảy sinh, nhờ đó mà kiểm soát và ứng phó được với những KKTL nhằm thực hiện tốt hoạt động học tập theo tín chỉ.

Các biểu hiện trên về kỹ năng thực hiện cách thức giải quyết KKTL trong hoạt động học tập theo học chế tín chỉ gồm:

- Biết kiên định thực hiện cách thức đã chọn nhằm giải quyết KKTL trong lập kế hoạch học tập;

- Biết thực hiện trong thực tiễn cách thức đã chọn nhằm giải quyết KKTL trong lập kế hoạch học tập;

- Biết kiên định thực hiện cách thức đã chọn nhằm giải quyết KKTL trong học theo nhóm sinh viên;

- Biết thực hiện trong thực tiễn cách thức đã chọn nhằm giải quyết KKTL trong học theo nhóm sinh viên;

- Biết kiên định thực hiện cách thức đã chọn nhằm giải quyết KKTL trong tự học, tự nghiên cứu;

- Biết thực hiện trong thực tiễn cách thức đã chọn nhằm giải quyết KKTL trong tự học, tự nghiên cứu.

1.4.4. Mức độ của kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật

1.4.4.1. Tiêu chí đánh giá KNUP với KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật

Trong thực tế, kỹ năng có nhiều đặc điểm cơ bản như: tính đúng đắn, tính đầy đủ, tính khái quát, tính thành thạo, tính linh hoạt, tính hiệu quả,... Tuy nhiên trong phạm vi của luận án, chúng tôi dựa vào 3 đặc điểm là tính đầy đủ, tính thành thạo và tính linh hoạt để xây dựng tiêu chí đánh giá KNUP với KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên, vì đây là 3 đặc điểm nền tảng, thể hiện rõ sinh viên có KNUP hay không.

- Tính đầy đủ: thể hiện ở việc sinh viên thực hiện đầy đủ các thao tác của kỹ năng ứng phó.

- Tính thành thạo: thể hiện ở tốc độ sinh viên thực hiện nhanh, bền vững, không bị lúng túng, ngập ngừng khi thực hiện kỹ năng ứng phó.

- Tính linh hoạt: thể hiện ở sự mềm dẻo, sáng tạo của việc thực hiện kỹ năng ứng phó trong những hoàn cảnh, tình huống khác nhau.

1.4.4.2. Mức độ KNUP với KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật

Căn cứ vào 3 tiêu chí đánh giá kỹ năng và 3 kỹ năng thành phần đã được phân tích ở các phần trên, KNUP với KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật được đánh giá theo 5 mức độ (từ thấp đến cao) với các biểu hiện được trình bày ở bảng 1 sau đây:

Mức độ	Tiêu chí	Biểu hiện của kỹ năng
Kém	<i>Tính đầy đủ</i>	Thực hiện được rất ít thao tác (không biết cách thực hiện) trong việc nhận diện, xác định cách thức giải quyết và thực hiện cách thức giải quyết KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ
	<i>Tính thành thạo</i>	Thực hiện rất chậm, rất lúng túng việc nhận diện, xác định cách thức và thực hiện cách thức giải quyết KKTL, gần như không giải quyết được KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ
	<i>Tính linh hoạt</i>	Vận dụng rất rập khuôn, cứng nhắc việc nhận diện, xác định cách thức và thực hiện cách thức giải quyết KKTL trong những điều kiện, hoàn cảnh học tập khác nhau.
Yếu	<i>Tính đầy đủ</i>	Thực hiện được rất ít thao tác (chưa biết cách thực hiện) trong việc nhận diện, xác định cách thức giải quyết và thực hiện cách thức giải quyết KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ
	<i>Tính thành thạo</i>	Thực hiện chậm, lúng túng việc nhận diện, xác định cách thức và thực hiện cách thức giải quyết KKTL, giải quyết được một phần ít KKTL

Mức độ	Tiêu chí	Biểu hiện của kỹ năng
	<i>Tính linh hoạt</i>	Vận dụng gần như không linh hoạt, chủ yếu rập khuôn việc việc nhận diện, xác định cách thức và thực hiện cách thức giải quyết KKTL trong những điều kiện, hoàn cảnh học tập khác nhau.
Trung bình	<i>Tính đầy đủ</i>	Thực hiện đôi khi đầy đủ, đôi khi không đầy đủ việc nhận diện, xác định cách thức giải quyết và thực hiện cách thức giải quyết KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ
	<i>Tính thành thạo</i>	Thực hiện lúc nhanh, lúc chậm, lúc lúng túng, lúc không việc nhận diện, xác định cách thức và thực hiện cách thức giải quyết KKTL, giải quyết được một phần tương đối KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ
	<i>Tính linh hoạt</i>	Vận dụng đôi khi linh hoạt, đôi khi cứng nhắc việc nhận diện, xác định cách thức và thực hiện cách thức giải quyết KKTL trong những điều kiện, hoàn cảnh học tập khác nhau.
Khá	<i>Tính đầy đủ</i>	Thực hiện khá đầy đủ trong việc nhận diện, xác định cách thức giải quyết và thực hiện cách thức giải quyết KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ
	<i>Tính thành thạo</i>	Thực hiện khá nhanh, khá chính xác, gần như không lúng túng việc việc nhận diện, xác định cách thức và thực hiện cách thức giải quyết KKTL, giải quyết được cơ bản KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ
	<i>Tính linh hoạt</i>	Vận dụng khá linh hoạt việc việc nhận diện, xác định cách thức và thực hiện cách thức giải quyết KKTL trong những điều kiện, hoàn cảnh học tập khác nhau.
Tốt	<i>Tính đầy đủ</i>	Thực hiện đầy đủ việc nhận diện, xác định cách thức giải quyết và thực hiện cách thức giải quyết KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ
	<i>Tính thành thạo</i>	Thực hiện nhanh, chính xác, hoàn toàn không lúng túng việc việc nhận diện, xác định cách thức và thực hiện cách thức giải quyết KKTL, giải quyết được KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ
	<i>Tính linh hoạt</i>	Vận dụng linh hoạt việc việc nhận diện, xác định cách thức và thực hiện cách thức giải quyết KKTL trong những điều kiện, hoàn cảnh học tập khác nhau.

1.5. Các yếu tố ảnh hưởng đến kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật

Kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật cũng như các hiện tượng tâm lý khác, chịu ảnh hưởng của nhiều yếu tố chủ quan và yếu tố khách quan khác nhau. Trong phạm vi nghiên cứu của luận án, trên cơ sở nghiên cứu lý luận và quan sát thực tiễn cho thấy các yếu tố sau đây có ảnh hưởng rõ hơn đến kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật.

1.5.1. Các yếu tố chủ quan

1.5.1.1. Hiểu biết về đào tạo theo học chế tín chỉ

Nhận thức luôn được coi là cơ sở của hành động. Nếu sinh viên có nhận thức đầy đủ về đào tạo theo tín chỉ (Đặc trưng, lợi thế của đào tạo theo tín chỉ; Các hình thức, phương pháp, phương tiện học tập, cách kiểm tra - đánh giá theo tín chỉ,...) thì họ sẽ nhanh chóng thích ứng được với hoạt động học tập và đưa ra được những phương án ứng phó khả thi, hiệu quả khi gặp phải những KKTL. Do đó trong học tập theo tín chỉ, có nhiều KKTL có thể nảy sinh, nhưng đối với những sinh viên có nhận thức đầy đủ, sâu sắc hơn thì sẽ nhanh chóng vượt qua các khó khăn này nhằm đạt được mục tiêu học tập, ngược lại, nếu sinh viên thiếu hiểu biết thì sẽ lúng túng trong việc giải quyết các vấn đề.

1.5.1.2. Tự tin tham gia các hoạt động học tập

Tự tin là một trong những nét tính cách quan trọng trong nhân cách con người. Đứng trước những bất ổn, trở ngại trong cuộc sống nói chung và trong học tập nói riêng, tự tin là phẩm chất rất cần thiết giúp chủ thể bình tĩnh suy xét vấn đề để tìm cách vượt qua chúng, tiếp tục tiến hành hoạt động hiệu quả. Vì vậy, tự tin ảnh hưởng nhiều đến sự hình thành kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo tín chỉ của sinh viên.

1.5.1.3. Hứng thú tham gia các hoạt động học tập

Nhu cầu, hứng thú góp phần to lớn tạo động lực cho con người hoạt động và giải quyết vấn đề của cuộc sống. Cho nên, nếu sinh viên có nhu cầu, có hứng thú học tập thì họ sẽ tìm mọi cách để ứng phó với những điều bất lợi, khó khăn, với mục đích đạt kết quả cao trong học tập. Có thể nói, hứng thú học tập tạo ra sự can đảm để sinh viên vượt qua những khó khăn, căng thẳng xuất hiện trong tiến trình học tập. Bởi hứng thú tạo động lực cho con người hoạt động và giải quyết vấn đề của cuộc sống. Cho nên, nếu sinh viên có hứng thú học tập thì họ sẽ tìm mọi cách để ứng phó với những điều bất ổn, gây trở ngại cho bản thân với mục đích đạt kết quả tốt trong học tập. Có thể nói, hứng thú học tập tạo ra sự can đảm để sinh viên vượt qua những khó khăn, căng thẳng xuất hiện trong tiến trình học tập.

1.5.1.4. Cách tổ chức phương pháp học tập

Phương pháp học tập của mỗi sinh viên có ảnh hưởng quyết định đến kết quả hoạt động học tập. Phương pháp học tập do sinh viên lựa chọn và sử dụng có ảnh hưởng đến KNUP với KKTL trong học tập. Đối với những sinh viên có phương pháp học tập phù hợp với đặc thù học tập theo tín chỉ thì khi gặp các KKTL, họ dễ dàng giải quyết vấn đề bằng hành động tích cực hơn, còn đối với những sinh viên chưa có phương pháp học tập phù hợp thì khi gặp các KKTL, họ sẽ lúng túng, khó tìm được cách giải quyết, do đó khó khăn trong việc hoàn thành các nhiệm vụ học tập.

1.5.2. Các yếu tố khách quan

1.5.2.1. Tổ chức triển khai đào tạo theo tín chỉ của nhà trường

Cách thức tổ chức đào tạo theo tín chỉ của nhà trường có ảnh hưởng không nhỏ đến KNUP với KKTL trong học tập của sinh viên. Một số biểu hiện cơ bản như sau:

+ Tổ chức đăng ký học phần: Đây là khâu đầu tiên quan trọng của đào

tạo theo tín chỉ. Khi sinh viên chưa thực sự am hiểu chương trình đào tạo thì cách hướng dẫn của nhà trường sẽ giúp ích rất lớn cho sinh viên khi đăng ký học phần trực tuyến hoặc trực tiếp nhằm đáp ứng năng lực và nhu cầu của người học.

+ Quá trình học tập theo tín chỉ là sự tổ chức tích lũy kiến thức theo môn học, học phần (mô đun) và chúng được đo bằng đơn vị tín chỉ. Lớp học tổ chức theo môn học học phần. Tuy nhiên thực tế tổ chức lớp học của mỗi trường tốt hay không sẽ tác động tới tâm lý sinh viên.

+ Khi triển khai áp dụng đào tạo theo tín chỉ, sinh viên cần được cung cấp những kiến thức về kỹ năng học tập theo tín chỉ và cách đương đầu với những khó khăn trong học tập theo tín chỉ.

1.5.2.2. Phương pháp giảng dạy của giảng viên

Giảng viên đóng vai trò quan trọng hàng đầu trong việc định hướng ý thức học và hình thành phương pháp học cho sinh viên. Nếu được định hướng và hình thành phương pháp học tập phù hợp yêu cầu của học tín chỉ, chú trọng rèn luyện kỹ năng học tập hợp tác, tự học, tự nghiên cứu thì sinh viên có thể giảm mức độ KKTL. Giảng viên giúp sinh viên nắm được đề cương môn học, xác định nội dung, phương pháp, phương tiện để thực hiện nội dung học, giới thiệu các tài liệu bắt buộc, tài liệu tham khảo, cách thu thập, tra cứu và xử lý thông tin trong tài liệu, bồi dưỡng cho sinh viên các kiến thức về tự học, lập kế hoạch tự học, kiểm tra - đánh giá hoạt động tự học của sinh viên (bài tập cá nhân, bài tập nhóm và các bài thi giữa kỳ, cuối kỳ). Qua đó hình thành cho sinh viên KNUĐ hiệu quả với KKTL trong học tập theo tín chỉ.

1.5.2.3. Vai trò của cố vấn học tập

Trong quá trình đào tạo theo tín chỉ không thể thiếu đội ngũ cố vấn học tập. Cố vấn học tập là một trong những điều kiện rất cơ bản để thực hiện triển khai chương trình đào tạo theo tín chỉ. Cố vấn học tập được xem như

chỗ dựa xã hội quan trọng bậc nhất của sinh viên để giải quyết các vấn đề khúc mắc khó khăn trong học tập theo tín chỉ. Do đó, cố vấn học tập được xem như một yếu tố khách quan ảnh hưởng đến KNUP với KKTL trong hoạt động học tập theo tín chỉ của sinh viên. Nhiệm vụ của cố vấn học tập là: tư vấn việc lập tiến độ tích lũy phù hợp với hoàn cảnh, điều kiện của từng sinh viên; giúp từng sinh viên lập kế hoạch học tập tối ưu, lựa chọn và đăng ký môn học phù hợp với năng lực, thời gian; tư vấn cách học cho sinh viên khi họ có nguyện vọng được hỗ trợ.

1.5.2.4. Cơ sở vật chất đầu tư cho hoạt động học tập theo tín chỉ

Phương thức đào tạo nào thì cũng cần có hệ thống cơ sở vật chất đầy đủ phục vụ cho quá trình dạy và học của giảng viên và sinh viên. Nếu cơ sở vật chất (phòng học và trang thiết bị, giáo trình, tài liệu tham khảo,...) đầy đủ, đáp ứng yêu cầu đào tạo tín chỉ thì sẽ góp phần hạn chế KKTL nảy sinh trong học tập của sinh viên, và nếu có KKTL xuất hiện thì sinh viên cũng có thể ứng phó hiệu quả hơn.

Tiểu kết chương 1

Tổng quan tình hình nghiên cứu cho thấy có nhiều công trình trong và ngoài nước nghiên cứu về ứng phó, kỹ năng ứng phó và kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập. Tuy nhiên chưa có công trình nghiên cứu về kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo tín chỉ của sinh viên đại học sư phạm kỹ thuật một cách hệ thống.

Kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật là sự vận dụng tri thức, kinh nghiệm để nhận diện, xác định cách thức giải quyết và thực hiện cách thức giải quyết những yếu tố tâm lý gây trở ngại cho việc học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật nhằm đạt được hiệu quả học tập tốt.

Kỹ năng ứng phó với KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật biểu hiện ở ba kỹ năng thành phần là: Kỹ năng nhận diện KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ; Kỹ năng xác định cách thức giải quyết KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ; Kỹ năng thực hiện cách thức giải quyết KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ.

Kỹ năng ứng phó với những khó khăn tâm lý trong học tập theo tín chỉ của sinh viên đại học sư phạm kỹ thuật chịu ảnh hưởng của nhiều yếu tố khách quan và chủ quan, như: Hiểu biết của sinh viên về đào tạo theo tín chỉ; Tự tin tham gia các hoạt động học tập; Hứng thú tham gia các hoạt động học tập; Cách thức tổ chức phương pháp học tập của sinh viên; Tổ chức triển khai đào tạo tín chỉ của nhà trường; Phương pháp giảng dạy của giảng viên; Vai trò của cố vấn học tập; Cơ sở vật chất đầu tư cho hoạt động học tập theo tín chỉ.

Chương 2

TỔ CHỨC VÀ PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

2.1. Vài nét về địa bàn và khách thể nghiên cứu

2.1.1. Địa bàn nghiên cứu

Các trường ĐHSP Kỹ thuật Hưng Yên, trường ĐHSP Kỹ thuật Nam Định và trường ĐHSP Kỹ thuật Vinh chịu sự quản lý nhà nước về giáo dục - đào tạo của Bộ Giáo dục và Đào tạo. Trong đó, trường ĐHSP Kỹ thuật Hưng Yên đồng thời là đơn vị trực thuộc Bộ Giáo dục và Đào tạo, còn hai trường ĐHSP Kỹ thuật Nam Định và trường ĐHSP Kỹ thuật Vinh là đơn vị trực thuộc Bộ Lao động - Thương binh và xã hội. Đây là ba trong năm trường ĐHSP Kỹ thuật trong cả nước, dù đóng trên địa bàn các tỉnh khác nhau nhưng có chung chức năng, nhiệm vụ chính của các trường là:

- Đào tạo nhân lực có phẩm chất chính trị, đạo đức, có kiến thức và năng lực thực hành nghề nghiệp, gồm các hệ đào tạo:

+ Đại học và cao đẳng sư phạm kỹ thuật;

+ Đại học và cao đẳng kỹ thuật, công nghệ;

+ Cao đẳng nghề và trung cấp nghề;

+ Đào tạo, bồi dưỡng chuẩn hoá đội ngũ cán bộ quản lý dạy nghề, giáo viên, giảng viên sư phạm kỹ thuật.

- Tổ chức nghiên cứu ứng dụng khoa học công nghệ phục vụ giáo dục - đào tạo theo quy định của pháp luật.

Những năm gần đây, cùng với những khó khăn chung trong công tác tuyển sinh, đào tạo đại học trong cả nước, các trường ĐHSP kỹ thuật này vẫn giữ vững vai trò đào tạo đội ngũ kỹ sư các ngành công nghệ trong khu vực Miền Bắc và Trung Bộ, đặc biệt là đào tạo sư phạm kỹ thuật. Trong quá trình

xây dựng và phát triển, các trường luôn quan tâm đến việc nâng cao chất lượng đào tạo. Nhờ đó, đội ngũ giáo viên dạy nghề, kỹ sư công nghệ, kỹ thuật viên và công nhân kỹ thuật được các nhà trường đào tạo trong những năm qua đã góp phần quan trọng vào sự nghiệp phát triển kinh tế - xã hội đất nước.

Đào tạo kỹ sư công nghệ trình độ đại học gắn với đào tạo nghiệp vụ sư phạm dạy nghề là một trong những nhiệm vụ trọng tâm của các trường ĐHSP kỹ thuật. Trong những năm gần đây, cùng với lộ trình chung của các trường đại học trong cả nước, ba trường trên cũng đã chuyển đổi từ phương thức đào tạo theo niên chế sang phương thức đào tạo theo hệ thống tín chỉ. Quá trình chuyển đổi ở các trường đã gặp không ít khó khăn, tuy nhiên bằng nhiều cách làm khác nhau, các trường cũng đã nỗ lực để đến nay đào tạo theo hệ thống tín chỉ đã dần đi vào nề nếp, ổn định.

2.1.2. Khách thể nghiên cứu

Nghiệm thể tham gia nghiên cứu là 687 sinh viên hệ chính quy tập trung từ năm thứ 2 đến năm thứ 4 của các ngành sư phạm Công nghệ thông tin, Điện - Điện tử, Cơ khí chế tạo, Cơ khí động lực thuộc các trường ĐHSP Kỹ thuật Hưng Yên, ĐHSP Kỹ thuật Nam Định và ĐHSP Kỹ thuật Vinh. Cụ thể được trình bày ở bảng 2.1 sau đây:

Bảng 2.1: Mẫu khách thể nghiên cứu

TT	Đặc điểm khách thể		Số lượng
1	Trường	ĐHSPKT Hưng Yên	141
		ĐHSPKT Vinh	397
		ĐHSPKT Nam Định	149
2	Giới tính	Nam	536
		Nữ	151
3	Học năm	Hai	259
		Ba	205
		Tư	223
4	Ngành học	Điện, Điện tử	231
		Cơ khí chế tạo	122
		Cơ khí Động lực	178
		Công nghệ thông tin	156
5	Kết quả tích lũy tín chỉ	Xuất sắc	12
		Giỏi	48
		Khá	320
		Trung bình	298
		Yếu	9
		Tổng	687

2.2. Tiến trình nghiên cứu

Đề tài được tổ chức nghiên cứu theo ba giai đoạn sau đây:

2.2.1. Giai đoạn nghiên cứu lý luận

2.2.1.1. Mục đích nghiên cứu

Tổng quan lịch sử nghiên cứu vấn đề, xác định khái niệm công cụ làm cơ sở lý luận cho giai đoạn nghiên cứu thực trạng và giai đoạn nghiên cứu thực nghiệm về kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo tín chỉ của sinh viên đại học sư phạm kỹ thuật.

2.2.1.2. Nội dung nghiên cứu

- Phân tích, tổng hợp những công trình nghiên cứu của các tác giả trong và ngoài nước về ứng phó, kỹ năng ứng phó, kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo tín chỉ

- Xây dựng hệ thống khái niệm công cụ: kỹ năng, ứng phó, kỹ năng ứng phó, khó khăn tâm lý, kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo tín chỉ. Xây dựng khung lý thuyết, xác định nội dung nghiên cứu. Lấy ý kiến các chuyên gia về những vấn đề lý luận liên quan đến luận án. Đọc, dịch, tổng thuật thành các chuyên đề nghiên cứu của luận án.

- Xây dựng tiêu chí đánh giá kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo tín chỉ, biên soạn thang đo kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật, soạn thảo phiếu điều tra thực tiễn (phiếu trưng cầu ý kiến, phiếu phỏng vấn...) cho từng loại hiện tượng được quan tâm trong từng giai đoạn nghiên cứu khác nhau.

- Soạn thảo quy trình thực nghiệm tâm lý - sư phạm, biện pháp tác động nhằm nâng cao kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý của sinh viên ĐHSP kỹ thuật trong học tập theo tín chỉ.

- Thử nghiệm công cụ trên một lượng đủ lớn các nghiệm thể nhằm kiểm định tiêu chuẩn đánh giá và đo lường của phương pháp điều tra bằng bảng hỏi và thang đo được sử dụng trong luận án. Đồng thời việc thử nghiệm

công cụ này cũng giúp hình thành cái nhìn đầu tiên về đối tượng nghiên cứu, từ đó làm cơ sở cho việc nêu giả thuyết thực nghiệm, chọn nghiệm thể điều tra và nghiệm thể thực nghiệm.

2.2.1.3. Phương pháp nghiên cứu lý luận

Phương pháp nghiên cứu tài liệu, văn bản và phương pháp chuyên gia.

2.2.2. Giai đoạn nghiên cứu thực trạng

2.2.2.1. Mục đích nghiên cứu

Xác định biểu hiện, mức độ và yếu tố ảnh hưởng đến kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật. Trên cơ sở đó thiết lập nhóm thực nghiệm phục vụ cho việc nghiên cứu thực nghiệm tác động tâm lý - sư phạm, nhằm nâng cao kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo tín chỉ của các nghiệm thể nhóm thực nghiệm.

2.2.2.2. Kế hoạch triển khai nghiên cứu

Khảo sát địa bàn, làm việc với các đơn vị có liên quan đến vấn đề nghiên cứu của luận án trong các trường trường ĐHSP kỹ thuật để xếp lịch triển khai nghiên cứu thực tiễn.

2.2.2.3. Khách thể được nghiên cứu

687 SV năm thứ 2 đến năm thứ 4 các trường ĐHSP kỹ thuật Vinh, ĐHSP kỹ thuật Nam Định và ĐHSP kỹ thuật Hưng Yên. Cụ thể về mẫu khách thể nghiên cứu đã được mô tả ở bảng 2.1.

2.2.2.4. Nội dung nghiên cứu

- Lựa chọn xây dựng thang đo kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo tín chỉ.
- Điều tra thử và kiểm tra các đặc tính thiết kế của thang đo
- Điều tra thực trạng mức độ kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật, các yếu tố ảnh hưởng tới kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập của sinh viên.

- Phân tích kết quả điều tra thực trạng mức độ kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập của sinh viên.

- Đề xuất một số biện pháp tâm lý - sư phạm nhằm nâng cao mức độ kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập của sinh viên ĐHSP kỹ thuật.

Các bước thực hiện nội dung nghiên cứu chúng tôi sẽ trình bày trong phần phương pháp nghiên cứu (mục 2.3).

2.2.2.5. Phương pháp nghiên cứu thực trạng

Điều tra bằng phiếu hỏi, quan sát, phỏng vấn, giải bài tập tình huống, thống kê toán học.

2.2.3. Giai đoạn thực nghiệm sư phạm

2.2.3.1. Mục đích nghiên cứu

Khẳng định tính hiệu quả biện pháp đề xuất, góp phần nâng cao kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ cho sinh viên ĐHSP kỹ thuật.

2.2.3.2. Kế hoạch triển khai và khách thể tham gia thực nghiệm

- Lên kế hoạch thực nghiệm (thời gian, địa điểm...)

- Chọn nghiệm thể nghiên cứu thực nghiệm: Tiêu chí chọn nghiệm thể

1) Nghiệm thể có kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập dưới mức trung bình (dựa vào kết quả khảo sát thực trạng)

2) Nghiệm thể là sinh viên năm thứ 3, bởi vì đây là những đối tượng đã được trang bị tương đối đầy đủ về khối lượng kiến thức chuyên ngành và kiến thức nghiệp vụ sư phạm để trở thành những kỹ sư và người giáo viên dạy nghề.

2.2.3.3. Nội dung nghiên cứu thực nghiệm

Tổ chức thực nghiệm tác động; so sánh, phân tích kết quả mức độ biểu hiện kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý để đánh giá tính hiệu quả của biện pháp tác động. Các bước thực hiện nội dung nghiên cứu chúng tôi sẽ trình bày trong phần phương pháp nghiên cứu (mục 2.3.8).

2.2.3.4. Phương pháp nghiên cứu thực nghiệm

Phương pháp thực nghiệm và thống kê toán học.

2.3. Phương pháp nghiên cứu

2.3.1. Phương pháp nghiên cứu tài liệu, văn bản

2.3.1.1. Mục đích

Xây dựng khung lý thuyết của luận án, từ đó xác định quan điểm chủ đạo của luận án trong việc nghiên cứu những vấn đề về kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo tín chỉ của sinh viên đại học sư phạm kỹ thuật.

2.3.1.2. Nội dung

- Tìm hiểu tổng quan nghiên cứu vấn đề của các tác giả trong và ngoài nước về ứng phó, kỹ năng ứng phó, kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo tín chỉ

- Xây dựng hệ thống khái niệm công cụ: kỹ năng, ứng phó, kỹ năng ứng phó, khó khăn tâm lý, kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý, kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo tín chỉ của sinh viên đại học sư phạm kỹ thuật

- Dựa vào kết quả tổng hợp của phần lý luận, xác định các yếu tố cần khảo sát, nghiên cứu trong thực tiễn là:

+ Các kỹ năng thành phần của kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo tín chỉ;

+ Biểu hiện của từng kỹ năng thành phần;

+ Một số yếu tố chủ quan, khách quan ảnh hưởng đến kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật.

2.3.1.3. Cách tiến hành

Phương pháp chủ yếu được dùng trong nghiên cứu lý luận là phương

pháp nghiên cứu văn bản tài liệu. Phương pháp này được thực hiện trên cơ sở đọc, phân tích, tổng hợp, hệ thống hóa và khái quát hóa những lý thuyết và những công trình nghiên cứu của các tác giả trong và ngoài nước được đăng tải trên các sách, báo, tạp chí, websites về những vấn đề liên quan đến đề tài nghiên cứu của luận án.

Bên cạnh đó, đề tài còn sử dụng phương pháp chuyên gia nhằm tập hợp ý kiến của các chuyên gia trong lĩnh vực tâm lý học, giáo dục học... để làm rõ thêm các nội dung nghiên cứu.

2.3.2. Phương pháp điều tra bằng phiếu hỏi

Đây là phương pháp cơ bản được sử dụng để nghiên cứu thực trạng kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật. Đề tài sử dụng 2 loại phiếu hỏi, phiếu hỏi thứ nhất dùng để trưng cầu ý kiến về thực trạng KKTL, cách ứng phó với KKTL thường được sinh viên sử dụng và các yếu tố ảnh hưởng đến KNUP với KKTL; Phiếu hỏi thứ hai là thang đo KNUP với KKTL trong lập kế hoạch học tập theo học chế tín chỉ, học theo nhóm và tự học tự nghiên cứu của sinh viên ĐHSP kỹ thuật. Cụ thể về các phiếu hỏi như sau:

2.3.2.1. Phiếu hỏi số 1

a. Mục đích

Xây dựng hệ thống câu hỏi nhằm tìm hiểu thực trạng mức độ biểu hiện KKTL, cách ứng phó với KKTL và các yếu tố ảnh hưởng đến KNUP với KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật.

b. Nội dung

* *Cơ sở và căn cứ thiết kế bảng hỏi:* Bảng hỏi được xây dựng dựa trên nghiên cứu lý luận về KNUP với KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật; các yếu tố tác động đến KNUP với KKTL học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật.

** Nội dung và cấu trúc bảng hỏi:*

- Nội dung: Đánh giá của khách thể về biểu hiện mức độ khó khăn tâm lý trong học tập tín chỉ; mức độ thực hiện các cách ứng phó, gồm: ứng phó bằng sự nỗ lực của bản thân (tập trung giải quyết vấn đề, chấp nhận đương đầu, suy nghĩ lạc quan), ứng phó bằng việc tìm sự giúp đỡ từ người khác và ứng phó bằng những phản ứng tiêu cực; biểu hiện ở việc sinh viên nhận định và đồng tình với thông tin được cung cấp trong hệ thống bảng hỏi. Bảng hỏi này còn được sử dụng để xác định các yếu tố tác động đến mức độ biểu hiện KNUP với KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật.

- Cấu trúc bảng hỏi (Phiếu trưng cầu ý kiến): Để khảo sát mức độ KKTL và cách ứng phó với KKTL trong học tập tín chỉ mà sinh viên ĐHSP kỹ thuật lựa chọn, đồng thời tìm hiểu mức độ ảnh hưởng của một số yếu tố đến KNUP với KKTL của sinh viên ĐHSP kỹ thuật, bảng hỏi gồm 2 phần với những nội dung cụ thể sau đây:

+ Phần 1: Một số thông tin cá nhân;

+ Phần 2: Nội dung

(1) Về mức độ KKTL trong hoạt động học tập theo học chế tín chỉ, gồm 3 item;

(2) Về mức độ biểu hiện KKTL trong hoạt động học tập theo học chế tín chỉ, gồm 27 item. Cụ thể: KKTL trong lập kế hoạch học tập (từ item 1 đến 9), KKTL trong học theo nhóm (từ item 10 đến 18), KKTL trong tự học, tự nghiên cứu (từ item 19 đến 27),

(3) Về cách thức ứng phó để giải quyết KKTL: ứng phó bằng sự nỗ lực của bản thân, gồm 19 item (từ item 1 đến 19), ứng phó bằng việc tìm sự giúp đỡ từ người khác, gồm 18 item (từ item 20 đến 37), và ứng phó bằng những phản ứng tiêu cực, gồm 18 item (từ item 38 đến 55).

(4) Về các yếu tố ảnh hưởng đến kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật: Các yếu tố chủ quan, gồm 15 item; Các yếu tố khách quan, gồm 20 item. [Chi tiết phiếu điều tra - Xem phụ lục 1].

- Hình thức bảng hỏi: Trong bảng hỏi chúng tôi sử dụng kết hợp loại câu hỏi đóng và câu hỏi mở; câu hỏi sự kiện và câu hỏi về kinh nghiệm chủ quan. Mục đích của câu hỏi đóng là hỏi sinh viên xem họ có đồng ý hay không đồng ý với một mức độ được đưa ra trong bảng hỏi. Mục đích của câu hỏi mở muốn tìm hiểu ý kiến, quan điểm của sinh viên theo cách diễn đạt của họ, qua đó có thể thăm dò những lĩnh vực mới mà nghiên cứu còn hạn chế. Mục đích của câu hỏi sự kiện và kinh nghiệm chủ quan là dùng để lấy thông tin khách quan về người được khảo sát, chẳng hạn như: năm học, ngành học, kết quả tích lũy tín chỉ.

c. Cách thức tiến hành

* *Kỹ thuật tiến hành*: Các khách thể tham gia điều tra được trả lời độc lập theo nhận định của cá nhân về những vấn đề nêu trong bảng hỏi.

* *Quy trình thiết kế và sử dụng bảng hỏi trong nghiên cứu thực trạng*: Chúng tôi tiến hành các bước như sau:

Bước 1: Xác định các chỉ báo từ các tiêu chí của nội dung nghiên cứu về KNUP với KKTL trong học tập theo tín chỉ và thiết kế thành các câu hỏi.

Bước 2: Điều tra thử

(1) Mục đích: Nhằm xác định khoảng thời gian sử dụng, xác định độ tin cậy của bảng hỏi, chỉnh sửa câu chữ hoặc loại bỏ những câu không phù hợp.

(2) Khách thể nghiên cứu: Phiếu hỏi được thử trên 35 SV/mỗi năm học của trường ĐHSP kỹ thuật Vinh, tổng cộng là 105.

(3) Xử lý số liệu: Sau khi thử nghiệm, các kết quả được xử lý theo

chương trình SPSS 20.0 để xác định sự phù hợp của các câu hỏi về độ tin cậy và tính hiệu lực, rồi chỉnh sửa để bảng hỏi được đưa vào sử dụng chính thức.

Kết quả kiểm định thống kê về độ tin cậy và tính hiệu lực của bảng hỏi:

Bảng 2.2: Hệ số tin cậy alpha của các tiêu chí đo kỹ năng tìm cách ứng phó với khó khăn tâm lý (UPKKTL)

STT	Các tiêu chí	Hệ số tin cậy Alpha
1	Nỗ lực của bản thân (BT)	.766
2	Nỗ lực tìm sự giúp đỡ từ người khác (NK)	.765
3	Ứng phó bằng những phản ứng tiêu cực (PUTC)	.753
Kỹ năng tìm cách UPKKTL		.787

Bảng 2.3: Tương quan giữa các tiêu chí đo kỹ năng tìm cách UPKKTL

TT	Các tiêu chí	BT	NK	PUTC
1	BT	1.00		
2	NK	0.51**	1.00	
3	PUTC	0.62**	0.52**	1.00
Kỹ năng tìm cách UPKKTL		0.57**	0.53**	0.61**

(**P<.001)

Bảng 2.4: Hệ số tin cậy alpha của các tiêu chí đo yếu tố ảnh hưởng đến KNUP với KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ

TT	Các tiêu chí	Hệ số tin cậy Alpha
1	Yếu tố chủ quan	0.83
3	Yếu tố khách quan	0.81
Yếu tố ảnh hưởng		0.87

Bảng 2.5: Tương quan giữa các yếu tố ảnh hưởng đến KNUP với KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ

TT	Các tiêu chí	CQ	KQ
1	Yếu tố chủ quan (CQ)	1.00	
2	Yếu tố khách quan (KQ)	0.59**	1.00
Yếu tố ảnh hưởng		0.61**	0.55**

(**P<.001)

Kiểm định chỉ số thống kê tại các bảng 2.2, bảng 2.3 và bảng 2.4, bảng 2.5 cho thấy kết quả số liệu điều tra chính thức của bảng hỏi có thể sử dụng được để làm minh chứng cho nghiên cứu thực trạng của đề tài.

Bước 3: Điều tra chính thức

(1) Mục đích: Khảo sát thực trạng mức độ KKTL, mức độ thực hiện các cách ứng phó và các yếu tố ảnh hưởng đến KNUP với KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật.

(2) Khách thể nghiên cứu: 687 SV năm thứ 2; 3; 4 ngành sư phạm Điện, Điện tử, Cơ khí chế tạo, Cơ khí Động lực và Công nghệ thông tin của 3 trường ĐHSP kỹ thuật Vinh, ĐHSP kỹ thuật Nam Định và ĐHSP kỹ thuật Hưng Yên.

(3) Nguyên tắc điều tra:

- Các khách thể tham gia điều tra trả lời độc lập, khách quan theo suy nghĩ của bản thân, không được trao đổi với người xung quanh;

- Phiếu hỏi được xây dựng chủ yếu với những câu trả lời có sẵn, khách thể chỉ việc lựa chọn phương án được cho là đúng với suy nghĩ của mình nhất hoặc trả lời theo định hướng của câu hỏi.

d. Cách tính điểm, đánh giá và phân loại

Tất cả các nội dung điều tra đều thống nhất đánh giá 5 mức độ:

1-Không khó khăn, 2-ít khó khăn, 3-khó khăn trung bình, 4-khó khăn, 5-rất khó khăn khi đánh giá về mức độ KKTL của SV trong học tập theo học chế tín chỉ;

1-Không dùng cách này, không nghĩ và làm như vậy; 2-ít dùng cách này, ít nghĩ và làm như vậy; 3-Đôi khi sử dụng, thi thoảng nghĩ và làm như vậy; 4-Sử dụng khá nhiều, thường nghĩ và làm như vậy; 5-Sử dụng rất nhiều, rất thường xuyên nghĩ và làm như vậy khi đánh giá về mức độ lựa chọn và sử dụng các cách thức ứng phó với KKTL của sinh viên trong học tập theo học chế tín chỉ; Với mức định lượng tương ứng các mức độ được quy ước là “1”, “2”, “3”, “4”, “5” điểm thì điểm trung bình cộng tối thiểu là 1 và tối đa là 5 điểm. Điểm định lượng đối với từng mức độ được xác định dựa vào kết quả điểm trung bình cộng đạt được của toàn bộ mẫu nghiên cứu và độ lệch chuẩn của phân bố kết quả thu được ($\bar{x} \pm 2SD$). Cụ thể:

- Về mức độ KKTL, điểm trung bình cộng toàn mẫu là 3,75 và độ lệch chuẩn là 1,06 nên đề tài xác định 5 mức độ của KKTL như sau:

- + Mức “*Rất thấp*”: ĐTB từ 1,0 đến cận 1,63
- + Mức “*Thấp*”: ĐTB từ 1,63 đến cận 2,69
- + Mức “*Trung bình*”: ĐTB từ 2,69 đến cận 3,74
- + Mức “*Cao*”: ĐTB từ 3,75 đến cận 4,81
- + Mức “*Rất cao*”: ĐTB từ 4,81 đến 5,0

- Về mức độ lựa chọn và sử dụng các cách ứng phó, điểm trung bình cộng toàn mẫu là 2,60 và độ lệch chuẩn là 0,94 nên đề tài xác định 5 mức độ lựa chọn và sử dụng như sau:

- + Mức “*Rất thấp*”: ĐTB từ 1,0 đến cận 1,66
- + Mức “*Thấp*”: ĐTB từ 1,66 đến cận 2,60
- + Mức “*Trung bình*”: ĐTB từ 2,60 đến cận 3,54

+ Mức “*Cao*”: ĐTB từ 3,75 đến cận 4,48

+ Mức “*Rất cao*”: ĐTB từ 4,48 đến 5,0

Điểm càng cao thì mức độ kỹ năng tự nỗ lực bản thân và tìm cách nhờ người khác giúp đỡ ứng phó với KKTL trong học tập của sinh viên ĐHSP kỹ thuật được đánh giá càng rõ; điểm càng cao của những phản ứng tiêu cực trước những KKTL thì càng cho thấy SV có kết quả điểm như vậy thiếu hụt kỹ năng tìm cách ứng phó với KKTL một cách tích cực và hiệu quả.

- Gồm 5 mức độ ảnh hưởng của các yếu tố đến KNUP với KKTL trong học tập theo tín chỉ của SV: 1-Không ảnh hưởng; 2-Ảnh hưởng ít; 3-Ảnh hưởng trung bình; 4-Ảnh hưởng nhiều; 5-Ảnh hưởng rất nhiều.

2.3.2.2. *Phiếu hỏi số 2*

a. Mục đích

Xác định mức độ biểu hiện KNUP với KKTL của sinh viên ĐHSP kỹ thuật trong các hoạt động học tập theo học chế tín chỉ.

b. Nội dung

* *Cơ sở và căn cứ thiết kế bảng hỏi:*

- Căn cứ vào cấu trúc tâm lý của KNUP với KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ và các tiêu chí xác định KNUP với KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên (được trình bày ở chương 1)

- Nguyên tắc đảm bảo yêu cầu thiết kế thang đo: Đảm bảo chứa đựng các mặt nội dung của vấn đề nghiên cứu; đảm bảo tính phù hợp đặc thù nghề nghiệp và tính thực tiễn; đặc biệt đảm bảo yêu cầu kiểm định kỹ thuật thang đo, bao gồm: Đánh giá sự phù hợp của kết quả thử nghiệm hệ thống các item đo lường bằng các giá trị về độ tin cậy và độ hiệu lực.

* *Nội dung và cấu trúc bảng hỏi:*

- Nội dung: Đánh giá của khách thể về mức độ biểu hiện KNUP với

KKTL của sinh viên ĐHSP kỹ thuật trong lập kế hoạch học tập, học theo nhóm và tự học, tự nghiên cứu.

- Cấu trúc: Cấu trúc bảng hỏi dùng để xác định mức độ KNUP với KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật gồm 2 phần với những nội dung cụ thể sau đây:

+ Phần 1: Một số thông tin cá nhân;

+ Phần 2: Nội dung

(1) Về KNUP với KKTL trong lập kế hoạch học tập, gồm 41 item;

(2) Về KNUP với KKTL trong học theo nhóm, gồm 41 item;

(3) Về KNUP với KKTL trong tự học, tự nghiên cứu, gồm 41 item.

[Chi tiết bảng hỏi - Xem phụ lục 2].

c. Cách thức tiến hành

* *Thiết kế bảng hỏi theo quy trình sau:*

Bước 1: Sau khi xác định rõ mục tiêu, nội dung đo lường, tiến hành lập một danh sách các chỉ báo được đánh giá dưới dạng các item

Bước 2: Xây dựng công cụ đo lường giả định: Xuất phát từ các tiêu chí đã xác định để biên soạn thang đo lường.

Bước 3: Xác định thời gian tối thiểu, tối đa cho từng loại tiểu thang đo và cả thang đo; xác định các thông số đáp ứng yêu cầu của thang đo chuẩn trên nhóm sinh viên được đo gồm: độ hiệu lực, độ tin cậy; giá trị trung bình, độ lệch chuẩn, phân phối chuẩn; lấy đó làm căn cứ xây dựng Norm điểm chuẩn xếp loại mức độ đạt được của sinh viên ở các nội dung cần đánh giá theo mức độ biểu hiện khác nhau.

* *Tiến hành thử nghiệm:*

Sau khi thang đo giả định đã được thiết kế xong, nó đã được làm thử trên một mẫu rất nhỏ gồm 15 sinh viên (5 sinh viên của năm hai, 5 sinh viên

của năm ba, 5 sinh viên của năm tư) nhằm xác định sơ bộ về sự phù hợp của số lượng item và thời gian thực hiện đối với sinh viên.

Tiếp theo, hệ thống item được đưa vào thử nghiệm. Mẫu thử nghiệm là 105 sinh viên từ năm thứ 2 đến năm thứ 4 thuộc trường ĐHSP kỹ thuật Vinh. Sau khi thử nghiệm, các kết quả được xử lý theo yêu cầu kỹ thuật đảm bảo xây dựng thang đo, để xác định sự phù hợp của hệ thống các item. Đồng thời, thời gian trả lời các item trong thang đo cũng như những vấn đề xảy ra trong khi thử nghiệm bộ công cụ với sinh viên cũng được xem xét. Nguyên tắc để lựa chọn các item sau khi thử nghiệm là: Phải có số liệu phù hợp với các yêu cầu về kiểm định thang đo; phải phù hợp với khả năng của sinh viên; không quá khó khi thực hiện hoặc khi đánh giá; phải đảm bảo phù hợp về mặt thời gian đối với toàn bộ hệ thống thang đo. Sau thử nghiệm, thang đo KNUP với KKTL trong học tập theo tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật đã được chỉnh sửa và hoàn thiện và đưa vào sử dụng.

** Kết quả kiểm tra các chỉ số kỹ thuật đánh giá chất lượng hệ thống item đo KNUP với KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật:*

Bảng 2.6: Kết quả kiểm định độ tin cậy hệ thống item đo KNUP với KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ

Tiểu thang đo/thang đo	Hệ số tin cậy Alpha (n = 687 SV)
KNUP với KKTL trong lập kế hoạch học tập (LKH)	.680
KNUP với KKTL trong học theo nhóm SV (HTN)	.675
KNUP với KKTL trong tự học, tự nghiên cứu (THTNC)	.691
Thang đo KNUP với KKTL (KNUPKKTL)	.897

Kết quả đánh giá tại bảng 2.6 cho thấy, thang đo có số liệu phù hợp: Độ tin cậy của các item đo nghiệm trên mẫu điều tra có hệ số tin cậy alpha đạt mức được chấp nhận $\geq 0,60$ và $\leq 0,89$ so với toàn hệ thống thang đo.

Phương pháp phân tích yếu tố được sử dụng để đánh giá tính đồng nhất của các tiêu chí trong thang đo đều đo KNUP với KKTL của sinh viên ĐHSP kỹ thuật trong học tập theo học chế tín chỉ. Kết quả phân tích ma trận tương quan các chỉ số cho thấy trong ma trận này hệ số của phép thử KMO là 0,72 ở mức có ý nghĩa ($p = 0,000 < 0,05$) thích hợp cho việc dùng phương pháp phân tích yếu tố đánh giá độ hiệu lực của thang đo. Kết quả tính toán hệ số chứa của từng yếu tố (loading factor) cho thấy tất cả chỉ báo của thang đo đều có hệ số chứa $> 0,03$ trên một yếu tố và như vậy tất cả các chỉ báo đó đều được coi là phù hợp với cấu trúc của phép đo.

Bảng 2.7: Tương quan giữa các tiêu thang đo/thang đo của KNUP với KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ

Tiểu thang đo/ Toàn thang đo	LKH	HTN	THTNC	KNUP KKTL
LKH	1.00			
HTN	.562**	1.00		
THTNC	.547**	.579**	1.00	
Toàn bộ thang đo	.346**	.369**	.413**	1.00

(**P<.001)

Kết quả bảng 2.7 cho thấy, cả 3 tiểu thang đo đều có tương quan với nhau và với toàn bộ thang đo, các mối quan hệ tương quan này có ý nghĩa về mặt thống kê. Điều đó cho thấy có độ hiệu lực về nội dung và cấu trúc của thang đo.

Tóm lại, các kết quả kiểm định cho thấy thang đo đảm bảo đo lường được mức độ KNUP với KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh

viên ĐHSP kỹ thuật. Bộ công cụ này có thể được xem là công cụ đánh giá khách quan, góp phần tìm hiểu KNUP với KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật một cách đầy đủ hơn.

** Khảo sát chính thức:*

(1) Mục đích: Khảo sát thực trạng mức độ biểu hiện KNUP với KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật.

(2) Khách thể khảo sát: 687 sinh viên năm thứ 2; 3; 4 các ngành sư phạm Điện, Điện tử, Cơ khí chế tạo, Cơ khí Động lực và Công nghệ thông tin của 3 trường ĐHSP kỹ thuật Vinh, ĐHSP kỹ thuật Nam Định và ĐHSP kỹ thuật Hưng Yên.

(3) Nguyên tắc khảo sát:

- Các khách thể tham gia điều tra trả lời độc lập, khách quan theo suy nghĩ của bản thân, không được trao đổi với người xung quanh;

- Phiếu hỏi được xây dựng chủ yếu với những câu trả lời có sẵn, khách thể chỉ việc lựa chọn phương án được cho là đúng với suy nghĩ của mình nhất hoặc trả lời theo định hướng của câu hỏi.

d. Cách tính điểm và đánh giá phân loại

** Cách tính điểm:* Mỗi một item đưa ra được trả lời theo một phương án, thì mỗi phương án được tính điểm như sau:

- Lựa chọn phương án “Hoàn toàn không nghĩ và làm như vậy” được 1 điểm
- Lựa chọn phương án “Ít khi nghĩ và làm như vậy” được 2 điểm
- Lựa chọn phương án “Thỉnh thoảng nghĩ và làm như vậy” được 3 điểm
- Lựa chọn phương án “Thường nghĩ và làm như vậy” được 4 điểm
- Lựa chọn phương án “Rất thường xuyên nghĩ và làm như vậy” được 5 điểm

** Cách đánh giá và phân loại:* Với mức định lượng tương ứng các mức độ được quy ước là “1”, “2”, “3”, “4”, “5” điểm như trên thì điểm trung bình cộng tối thiểu là 1 và tối đa là 5 điểm. Điểm định lượng đối với từng mức độ

KNUP với KKTL được xác định dựa vào kết quả điểm trung bình cộng đạt được của toàn bộ mẫu nghiên cứu và độ lệch chuẩn của phân bố kết quả thu được ($\bar{x} \pm 2SD$), để chia làm 5 mức độ của kỹ năng là: Kém, Yếu, Trung bình, Khá, Tốt. Cụ thể điểm trung bình cộng toàn mẫu là 2,38 và độ lệch chuẩn là 0,93 nên đề tài xác định 5 mức độ của kỹ năng là:

- Mức “*Kém*”: ĐTB từ 1,0 đến cận 1,35
- Mức “*Yếu*”: ĐTB từ 1,35 đến cận 2,38
- Mức “*Trung bình*”: ĐTB từ 2,38 đến cận 3,31
- Mức “*Khá*”: ĐTB từ 3,31 đến cận 4,24
- Mức “*Tốt*”: ĐTB từ 4,24 đến 5,0

2.3.3. Phương pháp quan sát

2.3.3.1. Mục đích

Quan sát trực tiếp hành động, cử chỉ của sinh viên, thu thập thêm thông tin về kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập biểu hiện trong hoạt động thực tiễn của sinh viên.

2.3.3.2. Nội dung

Quan sát các hoạt động sinh viên thực hiện trong quá trình lập kế hoạch học tập, học nhóm và tự học tự nghiên cứu (ghi lại biên bản quan sát) nhằm tìm hiểu về những KKTL nảy sinh và cách ứng phó của sinh viên khi gặp KKTL.

2.3.3.3. Cách thức tiến hành

- Xác định hoặc đưa ra tình huống và quan sát cách sinh viên ứng phó.
- Ghi biên bản quan sát từng tình huống.

2.3.4. Phương pháp phỏng vấn sâu

2.3.4.1. Mục đích

Thu thập thêm thông tin về kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập của sinh viên và nguyên nhân của thực trạng này theo quan điểm chủ quan của mỗi sinh viên được chọn làm khách thể nghiên cứu và đánh giá của

một số giáo viên, cố vấn học tập về thực trạng các KKTL và KNUP với KKTL của sinh viên trong quá trình học tập.

2.3.4.2. Nội dung

Phòng vấn sinh viên ĐHSP kỹ thuật, giảng viên, cố vấn học tập về các nội dung sau:

- Đánh giá chung về KNUP với KKTL trong học tập theo tín chỉ. (những hoạt động học tập mà sinh viên gặp KKTL nhiều nhất, cách ứng phó mà SV thường lựa chọn, hiệu quả ứng phó của sinh viên).

- Đánh giá về nhóm kỹ năng nhận diện biểu hiện của KKTL và nguyên nhân gây KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên.

- Đánh giá về nhóm kỹ năng xác định cách ứng phó với KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên.

- Đánh giá về nhóm kỹ năng thực hiện ứng phó với KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên.

- Đánh giá về các nguyên nhân ảnh hưởng đến KNUP với KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật.

2.3.4.3. Cách thức tiến hành

Gặp gỡ, trò chuyện trực tiếp với một số sinh viên và giảng viên về các vấn đề có liên quan đã được chuẩn bị sẵn (ghi lại biên bản phỏng vấn). Gồm các công việc: Xây dựng nội dung phỏng vấn; Xây dựng phiếu phỏng vấn cho các đối tượng và biên bản ghi quá trình phỏng vấn; Chọn thời điểm, hình thức và nơi phỏng vấn; Xử lý, phân tích các nội dung phỏng vấn.

2.3.5. Phương pháp nghiên cứu sản phẩm hoạt động

2.3.5.1. Mục đích

Thu thập thêm thông tin về kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập thông qua tìm hiểu các sản phẩm của sinh viên như: kế hoạch cá nhân, thời gian biểu, kết quả tích lũy tín chỉ v.v...

2.3.5.2. *Cách thức tiến hành*

- Thu thập thông tin về kết quả tích lũy tín chỉ của sinh viên, các bản kế hoạch cá nhân.

- Phân tích kết quả học tập và sản phẩm của sinh viên, làm rõ mối tương quan giữa kết quả học tập với mức độ kỹ năng ứng phó.

2.3.6. *Phương pháp giải bài tập tình huống*

2.3.6.1. *Mục đích:* Kiểm định kết quả nghiên cứu thực trạng và thực nghiệm về KNUP với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật.

2.3.6.2. *Nội dung*

Thiết kế 15 tình huống giả định về khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ để tìm hiểu rõ hơn về mức độ hiểu biết và mức độ thực hiện các thao tác của kỹ năng thành phần thuộc KNUP với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ.

2.3.6.3. *Cách thức tiến hành*

Chuẩn bị phiếu bài tập tình huống, phát cho sinh viên ĐHSP kỹ thuật và yêu cầu họ xử lý các tình huống giả định, qua đó bộc lộ rõ KNUP với khó khăn tâm lý trong học tập theo tín chỉ.

2.3.7. *Phương pháp thống kê toán học*

2.3.7.1. *Xử lý số liệu định tính*

Các thông tin thu được từ phương pháp quan sát, phỏng vấn, nghiên cứu sản phẩm hoạt động được dùng để minh họa, hỗ trợ cho việc diễn giải và biện luận cho các số liệu thu được từ xử lý số liệu định lượng và thực nghiệm tác động. Các thông tin được phân loại với từng khách thể nghiên cứu và từng kỹ năng thành phần.

2.3.7.2. *Xử lý số liệu định lượng*

Các số liệu thu được sau khảo sát thực tiễn được xử lý bằng phần mềm

SPSS 20.0. Các thông số và phép thống kê được dùng trong nghiên cứu là phân tích thống kê mô tả và phân tích thống kê suy luận.

* *Phân tích thống kê mô tả*: Các chỉ số được dùng trong phân tích thống kê mô tả gồm:

- Điểm trung bình (Mean): được dùng để tính điểm đạt được của từng biểu hiện của các KNUP với KKTL trong học tập theo tín chỉ, các yếu tố ảnh hưởng đến kỹ năng này cùng các nội dung liên quan khác.

- Độ lệch chuẩn (Standard Deviation): được dùng để mô tả mức độ tập trung hay phân tán của các câu trả lời được lựa chọn.

- Tần suất, tỉ số phần trăm các phương án trả lời các câu hỏi đóng và câu hỏi mở.

* *Phân tích thống kê suy luận*: Các phép thống kê suy luận được sử dụng gồm:

- Phân tích so sánh: Trong nghiên cứu này, chủ yếu sử dụng phép so sánh giá trị trung bình (compare means). Các giá trị trung bình được coi là khác nhau có ý nghĩa về mặt thống kê với $p < 0,05$.

- Phân tích tương quan nhị biến: Chúng tôi sử dụng phép phân tích tương quan để xác định mức độ liên hệ giữa các kỹ năng thành phần trong KNUP với KKTL trong học tập theo tín chỉ và giữa các tiêu chí đánh giá kỹ năng. Để tìm hiểu sự liên hệ bậc nhất giữa hai biến số, nghĩa là sự biến thiên ở một biến số xảy ra đồng thời với sự biến thiên ở biến số kia, mức độ liên kết hay độ mạnh của mối liên hệ giữa hai biến số được đo bởi hệ số tương quan r . Trong nghiên cứu này, dùng hệ số tương quan Pearson. Hệ số này có giá trị từ -1 đến +1 cho biết độ mạnh và hướng của mối liên hệ đó. Giá trị + ($r > 0$) cho biết mối liên hệ thuận giữa hai biến số. Giá trị - ($r < 0$) cho biết mối liên hệ nghịch giữa hai biến số. Khi $r = 0$ thì hai biến số đó không có mối liên hệ. Dựa vào hệ số xác suất (p) ta có thể

biết mức độ có ý nghĩa của mối quan hệ. Khi $p < 0,05$ thì giá trị r được chấp nhận là có ý nghĩa cho phân tích về mối quan hệ giữa hai biến số.

- Phân tích hồi qui tuyến tính: Chúng tôi sử dụng phép phân tích hồi qui cho phép xem xét mối quan hệ giữa một biến số phụ thuộc với một hay nhiều biến số độc lập. Ta thường dùng phép hồi qui để dự đoán biến số phụ thuộc từ những biến số độc lập. Do đó, các biến số độc lập còn gọi là những biến số dự đoán. Phân tích hồi qui cho biết khi các biến độc lập (biến số dự đoán) biến đổi thì biến phụ thuộc biến đổi như thế nào. Trong nghiên cứu này, các KNUP với KKTL trong học tập theo tín chỉ được chọn thay đổi thì các yếu tố ảnh hưởng đến kỹ năng này thay đổi như thế nào.

2.3.8. Phương pháp thực nghiệm sư phạm tác động

2.3.8.1. *Mục đích:* Sử dụng thực nghiệm tâm lý - sư phạm nhằm nâng cao kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập cho sinh viên trong đào tạo theo học chế tín chỉ.

2.3.8.2. Biện pháp thực nghiệm

Bồi dưỡng nâng cao kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học theo nhóm và tự học, tự nghiên cứu cho sinh viên.

2.3.8.3. Giả thuyết thực nghiệm

Nếu được bồi dưỡng kiến thức cơ bản về đào tạo theo tín chỉ, về KNUP với KKTL trong học tập theo tín chỉ và được luyện tập kỹ năng ứng phó bằng sự nỗ lực của bản thân để giải quyết KKTL trong thảo luận nhóm và tự học, tự nghiên cứu thì góp phần nâng cao kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ cho sinh viên ĐHSP kỹ thuật.

2.3.8.4. *Khách thể thực nghiệm:* 25 sinh viên năm thứ 3 ở trường ĐHSP kỹ thuật Vinh.

2.3.8.5. *Thời gian thực nghiệm tác động:* Tháng 10/2015 đến tháng 12/2015.

2.3.8.6. Nội dung thực nghiệm tác động

* *Nội dung thực nghiệm:* Bồi dưỡng nâng cao kỹ năng ứng phó với khó

khẩn tâm lý trong học theo nhóm và tự học, tự nghiên cứu cho sinh viên. Các nội dung cụ thể gồm:

- Cung cấp kiến thức khái quát về đào tạo theo tín chỉ, về KNUP với KKTL trong học tập theo tín chỉ;
- Cung cấp kiến thức về kỹ năng học theo nhóm và tự học, tự nghiên cứu;
- Tổ chức rèn luyện kỹ năng ứng phó bằng sự nỗ lực của bản thân để giải quyết KKTL trong học theo nhóm và tự học, tự nghiên cứu.

(Nội dung chi tiết được trình bày tại phụ lục 7)

* *Cách thực hiện:* Biện pháp thực nghiệm được áp dụng dưới hình thức khóa tập huấn đối với sinh viên. Giảng viên và sinh viên thực hiện hoạt động tại lớp tập huấn theo trình tự cơ bản như sau:

- Bước 1: Giảng viên tổ chức cho sinh viên tiếp thu kiến thức khái quát về đào tạo theo tín chỉ, về KNUP với KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ.
- Bước 2: Giảng viên tổ chức cho sinh viên tiếp thu kiến thức về kỹ năng học theo nhóm và KNUP với KKTL trong học theo nhóm.
- Bước 3: Sinh viên thực hành luyện tập kỹ năng ứng phó bằng sự nỗ lực của bản thân để giải quyết KKTL trong học theo nhóm.
- Bước 4: Giảng viên tổ chức cho sinh viên tiếp thu kiến thức về kỹ năng tự học, tự nghiên cứu và KNUP với KKTL trong tự học, tự nghiên cứu.
- Bước 5: Sinh viên thực hành luyện tập kỹ năng ứng phó bằng sự nỗ lực của bản thân để giải quyết KKTL trong tự học, tự nghiên cứu.

Trong quá trình sinh viên luyện tập, giảng viên theo dõi, hướng dẫn, nhận xét, uốn nắn để sinh viên hình thành và rèn luyện được kỹ năng.

2.3.8.7. *Cách thực hiện thực nghiệm tác động*

* *Bước 1:* Chuẩn bị trước thực nghiệm: Xác định khách thể thực nghiệm là sinh viên trường ĐHSP kỹ thuật Vinh; Hoàn thiện nội dung tập

huấn; Thống nhất thời gian, địa điểm thực nghiệm và chuẩn bị cơ sở vật chất cho thực nghiệm.

* *Bước 2*: Đo kết quả trước thực nghiệm: Sử dụng kết quả nghiên cứu thực trạng làm căn cứ để so sánh với kết quả sau thực nghiệm.

* *Bước 3*: Tiến hành thực nghiệm: Tiến hành tập huấn theo nội dung thực nghiệm đã chuẩn bị. Cụ thể như sau:

- Nội dung và quy trình tập huấn: Triển khai theo nội dung và quy trình đã lập (được trình bày cụ thể ở mục 2.3.8.6).

- Phương pháp tập huấn:

+ Giảng viên sử dụng các phương pháp dạy học tích cực để sinh viên nắm được kiến thức cơ bản về đào tạo theo tín chỉ, về KNUP với KKTL trong học tập theo tín chỉ. Tập trung cung cấp kiến thức về kỹ năng thảo luận nhóm và kỹ năng tự học, tự nghiên cứu trong học tập theo tín chỉ.

+ Tổ chức luyện tập kỹ năng: Giảng viên sử dụng một số tình huống đã được chuẩn bị sẵn, yêu cầu sinh viên giải quyết tình huống để hình thành và rèn luyện KNUP với KKTL trong thảo luận nhóm và kỹ năng tự học, tự nghiên cứu. Cho sinh viên thực hành nhiều lần, các nhóm sinh viên có thể đóng góp ý kiến cho nhau. Trong quá trình đó, giảng viên theo dõi, hướng dẫn để sinh viên sẽ chỉnh sửa và hoàn thiện kỹ năng.

+ Phương pháp quan sát: Trong quá trình sinh viên được tập huấn và giải quyết vấn đề, giảng viên quan sát, ghi lại bằng giấy quá trình thực hiện và các biểu hiện hành vi, cử chỉ, lời nói,... để bổ sung thông tin cho việc đánh giá kết quả thực nghiệm.

+ Sau mỗi buổi tập huấn, giảng viên tổng kết nội dung và tìm hiểu những khó khăn tâm lý của sinh viên trong quá trình thực hiện.

* *Bước 4*: Đo kết quả sau thực nghiệm: Chúng tôi sử dụng bảng hỏi

[phụ lục 8] (kết hợp quan sát, phỏng vấn) theo các tiêu chí tương tự như khi đánh giá thực trạng để đánh giá kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập của sinh viên, so sánh với kỹ năng này trước thực nghiệm nhằm khẳng định hiệu quả của biện pháp nâng cao kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập cho sinh viên ĐHSP kỹ thuật.

2.3.8.8. Tiêu chí đánh giá, cách tính điểm và phân loại mức độ

Tiêu chí đánh giá, cách tính điểm và phân loại mức độ để đánh giá kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo tín của sinh viên ở lớp thực nghiệm tương tự như phương pháp điều tra bằng phiếu hỏi trong nghiên cứu thực trạng (mục 2.3.2.2: phiếu hỏi số 2 - đo kỹ năng ứng phó với KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên).

Tiểu kết chương 2

Để thực hiện được các nhiệm vụ của đề tài đặt ra, luận án đã sử dụng nhiều phương pháp nghiên cứu khác nhau. Đó là sự phối hợp của nhiều phương pháp: phương pháp nghiên cứu văn bản, tài liệu; phương pháp điều tra, phương pháp phỏng vấn sâu, phương pháp quan sát, phương pháp nghiên cứu điển hình, phương pháp nghiên cứu sản phẩm hoạt động cá nhân và phương pháp thực nghiệm sư phạm. Mỗi phương pháp được xác định rõ mục đích, nội dung và cách thực hiện. Các số liệu thu được từ khảo sát thực tiễn được xử lý bằng phần mềm thống kê dành cho khoa học xã hội (phần mềm SPSS). Các phương pháp này đã bổ sung, hỗ trợ lẫn nhau nhằm đảm bảo tính chính xác, đầy đủ của kết quả nghiên cứu về KNU^P với KKTL trong học tập theo tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật.

Chương 3

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU THỰC TIỄN VỀ KỸ NĂNG ỨNG PHÓ VỚI KHÓ KHĂN TÂM LÝ TRONG HỌC TẬP THEO HỌC CHẾ TÍN CHỈ CỦA SINH VIÊN ĐẠI HỌC SƯ PHẠM KỸ THUẬT

3.1. Thực trạng khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật

3.1.1. Đánh giá chung về mức độ biểu hiện của khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật

Để tìm hiểu xem sinh viên gặp khó khăn tâm lý ở mức độ nào trong quá trình học tập theo học chế tín chỉ, chúng tôi thiết lập bảng hỏi để sinh viên tự đánh giá mức độ khó khăn tâm lý gặp phải trong hoạt động học tập. Kết quả thu được thể hiện ở bảng 3.1:

Bảng 3.1: Mức độ khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật

TT	Khó khăn tâm lý trong các việc	ĐTB	ĐLC	Mức độ KKTL									
				Rất thấp		Thấp		Trung bình		Cao		Rất cao	
				SL	%	SL	%	SL	%	SL	%	SL	%
1	Lập kế hoạch học tập	3,67	1,14	29	4,2	88	12,8	108	15,7	308	44,8	152	22,1
2	Học theo nhóm	3,74	1,02	28	4,1	63	9,2	85	12,4	390	56,8	121	17,6
3	Tự học, tự nghiên cứu	3,85	1,02	39	5,7	48	7	50	7,3	386	56,2	164	23,9
	Chung (n = 687)	3,75	1,06	32	4,7	67	9,7	81	11,8	361	52,6	146	21,2

(Ghi chú: ĐTB thấp nhất là 1, cao nhất là 5).

Nhận xét: Kết quả khảo sát trình bày ở bảng 3.1 cho thấy, sinh viên có KKTL trong các hoạt động học tập theo tín chỉ ở mức cao (52,6%) và nghiêng về mức rất cao (21,2%) qua ý kiến tự đánh giá của sinh viên. Kết quả thu

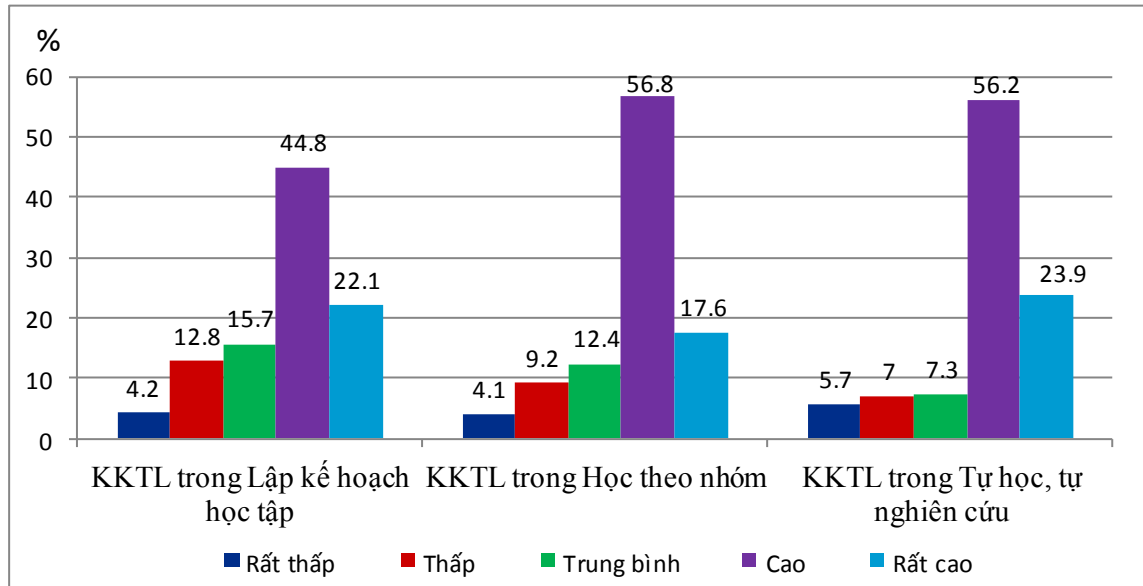
được cũng cho thấy khuynh hướng phân hóa thể hiện rõ ở các mức độ biểu hiện trong tất cả các khía cạnh đánh giá của sinh viên về khó khăn tâm lý của họ trong học tập theo học chế tín chỉ, độ lệch chuẩn dao động từ 1,02 đến 1,14; trong đó có sự phân hóa lớn nhất của sinh viên về khó khăn tâm lý trong việc “Lập kế hoạch học tập” (độ lệch chuẩn = 1,14).

Bảng số liệu cũng cho thấy sinh viên gặp khó khăn tâm lý trong phần lớn các hoạt động học tập theo tín chỉ. Trong đó sinh viên gặp khó khăn tâm lý nhiều nhất trong hoạt động học tập “Tự học, tự nghiên cứu” (ĐTB = 3,85 - xếp thứ bậc 1) và gặp khó khăn tâm lý ít nhất trong hoạt động học tập “Lập kế hoạch học tập” (ĐTB = 3,67 - xếp thứ bậc 3).

Qua thực tế cho thấy hiện nay các trường ĐHSP kỹ thuật đã chuyển đổi từ phương thức đào tạo theo niên chế học phần sang hệ thống tín chỉ. Phương thức đào tạo này tạo điều kiện thuận lợi để người học tích lũy kiến thức, chuyển đổi ngành nghề, liên thông, chuyển tiếp tới các cấp học tiếp theo. Tuy nhiên, phương thức đào tạo này cũng đặt ra những yêu cầu cao cho cả người dạy, người học. Trong học tập kỹ thuật đòi hỏi sinh viên phải tích cực, chủ động trong tự học, tự nghiên cứu cả lý thuyết lẫn thực hành kỹ năng, cần biết chia sẻ kiến thức, hợp tác với người khác và cùng người khác tiếp thu, hoàn thiện tri thức, kỹ năng, kỹ xảo nghề nghiệp cần thiết... Chính những yêu cầu đó đã tạo ra không ít khó khăn tâm lý cho sinh viên, đòi hỏi họ phải vượt qua thì mới có thể đạt kết quả tốt nhất.

Qua quan sát cũng cho kết quả tương tự, trong hầu hết các lần quan sát sinh viên trong học tập, tác giả đều nhận thấy sinh viên lúng túng, thiếu tự tin khi thực hiện các nhiệm vụ học tập, nhiều em thể hiện rõ thái độ chán nản khi giáo viên yêu cầu phải hoàn thành một nhiệm vụ học tập nào đó. Ví dụ, trong một tiết học môn Logic ở lớp ĐHSP TĐH-K8, cô giáo P.T.T ra bài tập nhóm, chỉ định sinh viên T.M.P làm nhóm trưởng nhưng em trả lời ngay rằng: "*O... em...em... không làm được đâu cô ạ, cô cử bạn khác đi ạ, em không biết làm thế nào cả*", và trên khuôn mặt sinh viên thể hiện rõ sự lúng túng.

Biểu đồ 3.1 dưới đây thể hiện rõ hơn kết quả về mức độ KKTL trong việc lập kế hoạch học tập, học theo nhóm và tự học, tự nghiên cứu của sinh viên ĐHSP kỹ thuật.



Biểu đồ 3.1: Mức độ KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật

* Kết quả tương quan giữa khó khăn tâm lý với kết quả tích lũy tín chỉ của sinh viên

Bảng 3.2: Tương quan giữa khó khăn tâm lý của sinh viên trong học tập theo học chế tín chỉ với kết quả tích lũy tín chỉ

Tương quan giữa khó khăn tâm lý với kết quả tích lũy tín chỉ		Khó khăn tâm lý	Kết quả tích lũy tín chỉ
KKTL	Pearson Correlation	.321	1
	Sig. (2-tailed)	.001	
	N	687	687

Nhận xét: Kết quả tính tương quan ở bảng 3.2 cho thấy, có mối tương quan giữa khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ với kết quả tích lũy tín chỉ của sinh viên với $r = 0,32$ và $p = 0,01$. Điều này có nghĩa, sinh viên có kết quả tích lũy tín chỉ đạt mức xuất sắc và giỏi ít gặp khó khăn tâm lý hơn

so với sinh viên có kết quả ở mức trung bình và yếu. Những sinh viên này thường thích ứng và thực hiện tốt hơn trong các hoạt động học tập.

3.1.2. Biểu hiện cụ thể của khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật

Nhiệm vụ học tập của sinh viên ĐHSP kỹ thuật là tích lũy tri thức, trau dồi đạo đức, rèn luyện kỹ năng, phát triển nhân cách toàn diện để trở thành người vững vàng nghề nghiệp tương lai với tư cách là một kỹ sư và là một giáo viên dạy nghề. Trong quá trình ấy, bên cạnh những thuận lợi thì họ cũng phải đối mặt với nhiều khó khăn chủ quan lẫn khách quan khác nhau, đặc biệt là những khó khăn tâm lý, làm ảnh hưởng rất lớn đến quá trình học tập và rèn luyện nghề nghiệp. Vì vậy việc xác định mức độ KKTL để giúp các em giải quyết được KKTL nhằm học tập tốt là cần thiết.

3.1.2.1. Khó khăn tâm lý trong lập kế hoạch học tập của sinh viên ĐHSP kỹ thuật

Bảng 3.3: Mức độ khó khăn tâm lý trong lập kế hoạch học tập của sinh viên ĐHSP kỹ thuật

TT	Biểu hiện của KKTL trong lập kế hoạch học tập	ĐTB	ĐLC	Thứ bậc
1	Chưa hiểu đúng ý nghĩa của việc lập kế hoạch học tập	3,75	1,05	4
2	Hiểu chưa đúng, chưa đầy đủ về nội dung, phương pháp lập kế hoạch học tập	3,73	0,9	5
3	Chưa biết cách xây dựng kế hoạch học tập phù hợp	3,97	1,19	1
4	Lúng túng trong việc xác định mục tiêu học tập	3,45	1,09	8
5	Lúng túng trong việc xây dựng kế hoạch học tập toàn khóa và từng học kỳ	3,90	1,21	2
6	Sợ kế hoạch học tập không thực hiện được	3,26	1,05	9
7	Lập kế hoạch học tập chưa đảm bảo yêu cầu	3,59	1,08	7
8	Khó thực hiện kế hoạch học tập trong thực tiễn	3,64	1,18	6
9	Chưa kiểm soát được kế hoạch học tập của bản thân	3,78	1,13	3
Chung (n = 687)		3,67	1,14	

(Ghi chú: ĐTB thấp nhất là 1, cao nhất là 5).

Nhân xét:

Bảng số liệu 3.3 cho thấy: Việc lập kế hoạch học tập đối với sinh viên cũng gặp khó khăn tâm lý khá lớn (ĐTB = 3,67). Trong đó sinh viên "Chưa biết cách xây dựng kế hoạch học tập phù hợp" và "Lúng túng trong việc xây dựng kế hoạch học tập toàn khóa và từng học kỳ" là những KKTL lớn nhất (ĐTB = 3,97 và 3,90; xếp thứ bậc 1 và 2).

Thực trạng này có thể giải thích như sau: Trong quá trình học tập theo tín chỉ, sinh viên phải chủ động xây dựng kế hoạch học tập. Xét về lý thuyết, kế hoạch học tập thể hiện tính chủ động của sinh viên thông qua việc tự xây dựng mục tiêu, lựa chọn môn học, lựa chọn phương pháp và thời gian học tập. Sinh viên có thể học vượt, học cải thiện nâng điểm hoặc dừng tiến độ, chuyển đổi ngành học hoặc học thêm một vài ngành khác tùy thuộc vào năng lực và điều kiện hoàn cảnh của từng em... Tuy nhiên trên thực tế, xét về khách quan thì các trường đại học sư phạm kỹ thuật đã triển khai đào tạo tín chỉ nhưng còn nhiều bất cập như: hệ thống môn học chưa phong phú cho sinh viên lựa chọn, đội ngũ cố vấn học tập chưa chuyên nghiệp, việc cung cấp thông tin cho sinh viên chưa đầy đủ, kịp thời... Xét về chủ quan, đa số sinh viên đại học sư phạm kỹ thuật chưa biết cách xây dựng kế hoạch, chưa chủ động để lựa chọn kế hoạch riêng cho mình.

3.1.2.2. Khó khăn tâm lý trong học theo nhóm của sinh viên ĐHSP kỹ thuật

Trong quá trình dạy học theo học chế tín chỉ, để có thể tiến tới việc giảm bớt giờ lên lớp lý thuyết và tăng giờ tự học, tăng tính chủ động cho sinh viên, giúp sinh viên phát triển tư duy sáng tạo trong học tập thì hình thức học tập hợp tác theo nhóm lại tỏ ra khá phù hợp. Nó là một hình thức học tập trong các nhóm nhỏ với những sinh viên có khả năng khác nhau, trong đó giảng viên sử dụng rất nhiều các hoạt động để làm tăng sự hiểu biết của họ về một vấn đề nào

đó. Tuy nhiên qua khảo sát cho thấy hoạt động học tập này sinh viên cũng gặp KKTL khá lớn, kết quả về mức độ KKTL trong bảng 3.4 sau đây:

Bảng 3.4: Mức độ khó khăn tâm lý trong học theo nhóm của sinh viên ĐHSP kỹ thuật

TT	Biểu hiện của KKTL trong học theo nhóm	ĐTB	ĐLC	Thứ bậc
1	Chưa hiểu đúng ý nghĩa của việc học tập theo nhóm	3,58	0,92	9
2	Hiểu chưa đúng, chưa đầy đủ về các nhiệm vụ khác nhau trong nhóm học tập	3,63	1,04	8
3	Chưa biết cách hiện các công việc trong nhóm học tập	3,79	1,00	4
4	Lúng túng trong việc thể hiện quan điểm của mình trước nhóm	3,74	0,99	5
5	Lúng túng khi giải quyết bất đồng trong nhóm	3,85	1,01	2
6	Lo sợ các ý kiến của mình không được nhóm chấp thuận	3,72	1,07	6
7	Chưa đảm nhận được các vai trò khác nhau trong nhóm	3,83	0,94	3
8	Khó tham gia học tập với nhóm	3,67	1,11	7
9	Chưa thường xuyên trao đổi với các thành viên khác trong nhóm	3,89	0,98	1
Chung (n = 687)		3,74	1,02	

(Ghi chú: ĐTB thấp nhất là 1, cao nhất là 5).

Nhận xét:

Bảng số liệu 3.4 cho thấy: Sinh viên ĐHSP kỹ thuật gặp khó khăn tâm lý trong học theo nhóm ở mức độ cao (ĐTB = 3,74). Trong đó sinh viên "Chưa thường xuyên trao đổi với các thành viên khác trong nhóm" và "Lúng túng khi giải quyết bất đồng trong nhóm" là những KKTL lớn nhất (ĐTB = 3,98 và 3,85; xếp thứ bậc 1 và 2).

Số liệu này phản ánh một thực trạng rằng: phải chăng về hình thức thì chương trình đào tạo theo niên chế được chuyển sang tín chỉ, nhưng trong thực tế triển khai không có sự khác biệt nên sinh viên chủ yếu là tiếp thu một chiều. Giảng viên ít khi hoặc không tổ chức, hướng dẫn cho sinh viên thảo

luận nhóm để hoàn thành nhiệm vụ học tập. Để làm rõ vấn đề này, chúng tôi trao đổi với thầy V.T.D - trường ĐHSP kỹ thuật Vinh, thầy cho rằng: "*Vì kiến thức khó, sợ sinh viên không hiểu nên khi dạy trên lớp chúng tôi cố gắng dành thời gian phân tích, giảng giải để sinh viên có thể nắm bắt được bài, nên hầu như không có đủ thời gian để tổ chức cho sinh viên thảo luận nhóm. Còn nếu giao bài tập nhóm cho sinh viên thì cũng chỉ có một số ít em tích cực hoàn thành*". Có thể coi đây là một trong những nguyên nhân gây nên KKTL trong học nhóm cho sinh viên. Trong khi đó, khi tham gia học tập theo tín chỉ, đòi hỏi sinh viên phải biết chia sẻ kiến thức, hợp tác với người khác và cùng người khác tiếp thu, hoàn thiện tri thức, kỹ năng, kỹ xảo cần thiết. Những yêu cầu này đã tạo ra khó khăn tâm lý cho sinh viên trong việc học theo nhóm.

3.1.2.3. Khó khăn tâm lý trong tự học, tự nghiên cứu của sinh viên ĐHSP kỹ thuật

Bảng 3.5: Mức độ khó khăn tâm lý trong tự học, tự nghiên cứu của sinh viên ĐHSP kỹ thuật

TT	Biểu hiện của KKTL trong tự học, tự nghiên cứu	ĐTB	ĐLC	Thứ bậc
1	Chưa hiểu đúng ý nghĩa của việc tự học, tự nghiên cứu	3,72	0,98	8
2	Hiểu chưa đúng, chưa đầy đủ về các yêu cầu trong tự học	3,83	0,98	6
3	Chưa biết cách tự học, tự nghiên cứu	3,94	1,00	4
4	Lúng túng trong việc sắp xếp kế hoạch tự học	3,65	0,97	9
5	Lúng túng trong việc tìm kiếm tài liệu phục vụ tự học	3,98	0,99	1
6	Lo sợ không hoàn thành nội dung tự học giáo viên yêu cầu	3,78	0,95	7
7	Chưa xác định được nội dung cần thiết khi tham khảo tài liệu	3,95	1,07	3
8	Khó thực hiện nhiệm vụ tự học, tự nghiên cứu	3,85	1,00	5
9	Chưa thường xuyên trao đổi với giảng viên để hoàn thành nhiệm vụ tự học	3,96	1,03	2
Chung (n = 687)		3,85	1,02	

(Ghi chú: ĐTB thấp nhất là 1, cao nhất là 5).

Nhân xét:

Bảng số liệu 3.5 cho thấy: Việc tự học tự nghiên cứu của sinh viên gặp khó khăn tâm lý ở mức cao (ĐTB = 3,85). Trong đó sinh viên "Lúng túng trong việc tìm kiếm tài liệu phục vụ tự học" và "Chưa thường xuyên trao đổi với giảng viên để hoàn thành nhiệm vụ tự học" là những KKTL lớn nhất (ĐTB = 3,98 và 3,96; xếp thứ bậc 1 và 2).

Thực trạng này có thể giải thích như sau: Hoạt động học tập theo học chế tín chỉ đòi hỏi sinh viên phải tích cực, chủ động trong tự học, tự nghiên cứu. Vai trò của giảng viên được chuyển hóa từ truyền thụ tri thức sang vai trò thiết kế, tổ chức, hướng dẫn, cố vấn học tập cho sinh viên. Giảng viên phải tăng cường xây dựng các loại bài tập để sinh viên suy nghĩ và tìm ra phương án giải quyết tối ưu, từ đó sẽ hình thành phương pháp nghiên cứu, phương pháp tự học. Trong phương thức đào tạo theo tín chỉ, thời gian học ở trên lớp thì rút ngắn, thời gian tự học được tăng cường, như vậy, đòi hỏi sinh viên cần có sự chủ động, tích cực bố trí các loại hình hoạt động trên lớp và ở nhà cho phù hợp. Trong khi đó đối với hầu hết các môn học kỹ thuật đều là những môn học khó đối với việc tự học của sinh viên.

Như vậy, qua khảo sát cho thấy, trong học tập theo tín chỉ, sinh viên đại học sư phạm kỹ thuật còn gặp khó khăn tâm lý ở mức cao. Vì vậy, để giúp sinh viên học tập hiệu quả, thì nhà trường, giảng viên, cố vấn học tập v.v... cần quan tâm, có biện pháp phù hợp giúp các em sớm khắc phục được những khó khăn tâm lý này, thích ứng với học tập nghề nghiệp, đó cũng là giúp các em chuẩn bị hành trang nghề nghiệp vững chắc ngay từ trong trường đại học.

3.2. Thực trạng kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật

3.2.1. Đánh giá chung kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật

Để tìm hiểu xem mức độ “làm chủ” các kỹ năng cơ bản cần thiết để

ứng phó với các khó khăn tâm lý trong các hoạt động học tập theo tín chỉ, chúng tôi thiết lập thang đo để sinh viên tự đánh giá kỹ năng ứng phó với các khó khăn tâm lý trong các hoạt động học tập theo 5 mức độ: rất ít khi nghĩ và làm được, ít khi nghĩ và làm được, đôi khi nghĩ và làm được, thường nghĩ và làm được, rất thường xuyên nghĩ và làm được. Kết quả được trình bày ở bảng 3.6 sau đây:

Bảng 3.6: Mức độ kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật

TT	Biểu hiện của kỹ năng	ĐTB	ĐLC	Mức độ kỹ năng									
				Kém		Yếu		Trung bình		Khá		Tốt	
				SL	%	SL	%	SL	%	SL	%	SL	%
1	Kỹ năng nhận diện KKTL	2,63	0,95	109	15,9	147	21,4	353	51,4	43	6,2	35	5,1
2	Kỹ năng xác định cách thức giải quyết KKTL	2,19	0,93	221	32,2	247	36	123	17,9	59	8,6	37	5,4
3	Kỹ năng thực hiện cách thức giải quyết KKTL	2,34	0,92	82	11,9	387	56,3	154	22,4	28	4,1	36	5,3
	Chung (n = 687)	2,38	0,93	137	19,9	261	38	210	30,6	43	6,3	36	5,2

(Ghi chú: ĐTB thấp nhất là 1, cao nhất là 5).

Nhận xét: Kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật biểu hiện ở nhiều khía cạnh (nhận diện KKTL; xác định cách giải quyết KKTL; thực hiện giải quyết KKTL) chủ yếu ở mức độ trung bình nghiêng về mức yếu (ĐTB = 2,38).

Tổng hợp ý kiến tự đánh giá của sinh viên về các khía cạnh biểu hiện KNUP với KKTL ở sinh viên và kết quả tại bảng 3.6 cho thấy: Nhìn chung, sinh viên có các biểu hiện KNUP với KKTL nói chung, biểu hiện ở khía cạnh nhận diện KKTL, xác định cách giải quyết KKTL, thực hiện cách giải quyết KKTL nói riêng đều ở mức “ít khi nghĩ và làm được” (Mức yếu), nghiêng về mức “Đôi khi nghĩ và làm như vậy được” (Mức trung bình). Có

tới 38,1% số sinh viên có kỹ năng KNUP với KKTL ở mức yếu; 30,6% sinh viên có kỹ năng ở mức trung bình, và chỉ có 5,2% sinh viên có kỹ năng đạt mức tốt (tức là “Rất thường xuyên nghĩ và làm được”).

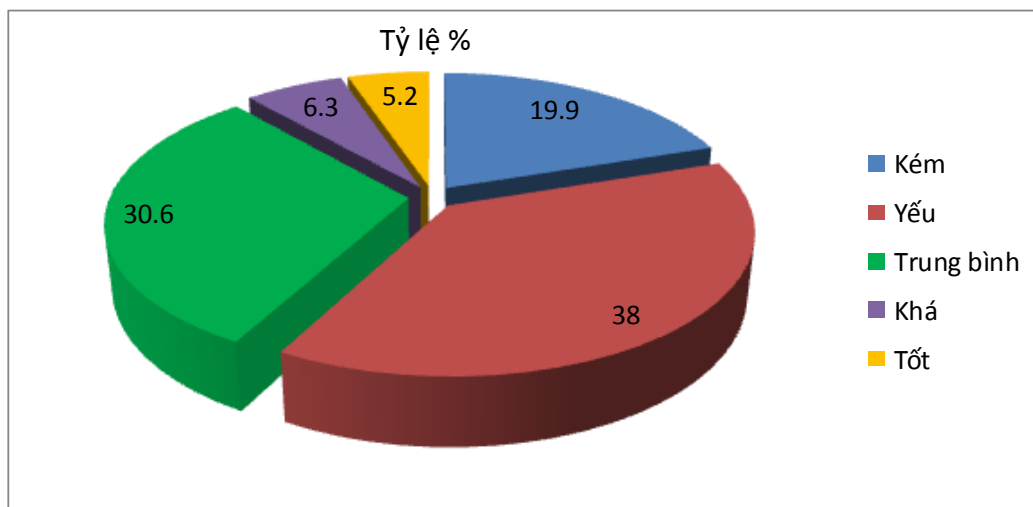
Phân tích kết quả cụ thể hơn, sinh viên có biểu hiện kỹ năng xác định cách giải quyết KKTL ở mức thấp nhất (ĐTB = 2,19). Ở kỹ năng này, có tới 36% số sinh viên ở mức kém và 32,2% số sinh viên ở mức yếu. Điều này thể hiện rằng sinh viên “ít khi nghĩ và làm như được”, chỉ có 5,4% sinh viên thực hiện ứng phó ở mức tốt, tức là “thường xuyên nghĩ và làm được”. Phần lớn sinh viên (51,4%) đạt mức trung bình (đôi khi nghĩ và làm được) và 21,4% chỉ đạt mức yếu (ít khi nghĩ và làm được) ở kỹ năng nhận diện KKTL, và cũng chỉ có 5,1% số sinh viên có kỹ năng nhận diện KKTL ở mức tốt. Tuy có số sinh viên ở mức kém chiếm tỉ lệ thấp hơn (11,9%) nhưng kỹ năng thực hiện cách giải quyết KKTL trong học tập theo tín chỉ lại có số lượng lớn sinh viên (56,3%) ở mức yếu, kết quả đó cho thấy hơn một nửa số sinh viên còn chưa có kỹ năng thực hiện cách giải quyết KKTL trong học tập theo tín chỉ.

Từ thực trạng trên, chúng tôi lý giải như sau: Sinh viên ĐHSP kỹ thuật có đầu vào tương đối thấp (chủ yếu ở mức điểm sàn theo quy định). Khi vào trường, hết năm thứ nhất các em được xét vào học hệ sư phạm kỹ thuật căn cứ vào điểm tích lũy của năm thứ nhất. Từ năm thứ hai, việc học kiến thức chuyên môn kỹ thuật và kiến thức nghiệp vụ sư phạm dạy nghề được tiến hành song song với nhau. Có thể nói nội dung học tập khá nhiều, trong khi thời gian trên lớp mà có sự hướng dẫn của giáo viên ít, trình độ đầu vào khá thấp cho nên kỹ năng học tập của đa số sinh viên chưa đáp ứng được yêu cầu học tập theo tín chỉ. Điều đó dẫn tới khó khăn tâm lý xuất hiện, các em chưa biết cách giải quyết hiệu quả. Sinh viên L.Đ.N - lớp ĐHSP Tin K8 nói: *"Em không biết lập kế hoạch học tập như thế nào cả, hỏi các bạn thì các bạn cũng như em, vậy là đầu học kỳ, chỉ có đăng ký môn học trên mạng là xong"*. Khi được hỏi "Các em thường làm gì khi không dám trình bày nội dung trước nhóm?", sinh viên V.T.G - lớp ĐHSP Điện K9 bộc bạch:

"Em thường bảo bạn khác trình bày, các bạn cũng đùn đẩy nhau, chẳng bạn nào chịu trình bày cả, vậy là cô gọi tên nên bắt buộc phải trình bày".

Kết quả của quan sát cũng cho thấy rất ít sinh viên ĐHSP kỹ thuật thể hiện rõ kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập. Trong các lần quan sát sinh viên thực hiện nhiệm vụ học tập, khi gặp các KKTL, hầu hết các em buông xuôi, mặc kệ, chưa xác định được các cách giải quyết khó khăn tâm lý phù hợp và nỗ lực để thực hiện cách giải quyết theo hướng tích cực. Ví dụ trong một lần yêu cầu sinh viên nộp bài tự học, nhưng một số bạn không có bài nộp, cô P.T.T, dạy môn Logic hỏi bạn L.Q.M: "Tại sao về nhà em không làm bài?", bạn ấy trả lời: "Thưa cô e không có tài liệu, em nghĩ cách làm không ra nên thôi".

Để có cái nhìn khái quát về KNUP với KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật, chúng tôi thể hiện bằng biểu đồ 3.2 sau đây:



Biểu đồ 3.2: Mức độ KNUP với KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật

Như vậy có thể thấy gần như sinh viên chưa ý thức được việc cần rèn luyện kỹ năng ứng phó để vượt qua khó khăn về mặt tâm lý, cũng như chưa chủ động tìm cách giải quyết khó khăn để học tập hiệu quả.

3.2.2. Những biểu hiện cụ thể của kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật

3.2.2.1. Kỹ năng nhận diện khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật

a. Kỹ năng nhận diện khó khăn tâm lý trong lập kế hoạch học tập

Bảng 3.7: Mức độ kỹ năng nhận diện khó khăn tâm lý trong lập kế hoạch học tập của sinh viên ĐHSP kỹ thuật

TT	Biểu hiện của kỹ năng	ĐTB	ĐLC	Thứ bậc
<i>Biết nhận diện những biểu hiện của khó khăn tâm lý trong lập kế hoạch học tập</i>				
1	Chưa hiểu đúng ý nghĩa của việc lập kế hoạch học tập	2,19	0,86	8
2	Hiểu chưa đúng, chưa đầy đủ về nội dung, phương pháp lập kế hoạch học tập	3,51	0,87	3
3	Chưa biết cách xây dựng kế hoạch học tập phù hợp	2,37	1,29	5
4	Lúng túng trong việc xác định mục tiêu học tập	2,30	0,9	7
5	Lúng túng trong việc xây dựng kế hoạch học tập toàn khóa và từng học kỳ	2,46	0,87	4
6	Sợ kế hoạch học tập không thực hiện được	2,34	1,03	6
7	Lập kế hoạch học tập chưa đảm bảo yêu cầu	2,65	1,21	1
8	Khó thực hiện kế hoạch học tập trong thực tiễn	2,59	0,88	2
9	Chưa kiểm soát được kế hoạch học tập của bản thân	1,88	0,89	9
<i>Chung: Nhận diện biểu hiện KKTL</i>		2,47	0,97	
<i>Biết nguyên nhân gây ra khó khăn tâm lý trong lập kế hoạch học tập</i>				
10	Chưa tìm hiểu kỹ về đào tạo tín chỉ	2,14	1,05	6
11	Chưa tích cực, chủ động trong việc lập kế hoạch học tập	3,08	0,96	2
12	Năng lực học tập và điều kiện kinh tế của bản thân hạn chế	2,30	0,81	5
13	Số môn học cho sinh viên lựa chọn chưa phong phú	3,52	0,93	1
14	Cố vấn học tập chưa hướng dẫn cụ thể	2,31	0,82	4
15	Nhà trường chưa cung cấp đầy đủ thông tin về đào tạo tín chỉ	2,43	0,97	3
<i>Chung: Nhận diện nguyên nhân KKTL</i>		2,63	0,92	
Chung (n = 687)		2,53	0,93	

(Ghi chú: ĐTB thấp nhất là 1, cao nhất là 5).

Nhân xét: Nhìn vào bảng số liệu 3.7 trên đây chúng ta thấy, phần lớn sinh viên ĐHSP kỹ thuật có kỹ năng nhận diện khó khăn tâm lý trong lập kế hoạch học tập ở mức thấp (ĐTB = 2,53). Trong đó sinh viên biết nhận diện nguyên nhân gây ra KKTL (ĐTB = 2,63) tốt hơn nhận diện biểu hiện của KKTL trong lập kế hoạch học tập (ĐTB = 2,47). Những biểu hiện như: Lập kế hoạch học tập chưa đảm bảo yêu cầu; Khó thực hiện kế hoạch học tập trong thực tiễn; Số môn học cho sinh viên lựa chọn chưa phong phú; Chưa tích cực, chủ động trong việc lập kế hoạch học tập là những biểu hiện mà sinh viên nhận diện tốt hơn cả.

Số liệu trên phản ánh đúng kết quả quan sát thực tiễn. Thực tiễn cho thấy, việc lập kế hoạch học tập là hoạt động khó đối với sinh viên ĐHSP kỹ thuật. Hiện tại các trường ĐHSP kỹ thuật đã triển khai đào tạo theo tín chỉ, tuy nhiên thực tế còn nhiều bất cập, ví dụ số môn học cho sinh viên lựa chọn chưa phong phú, thậm chí những môn học có ít sinh viên lựa chọn thì do nhiều nguyên nhân cũng không thể thành lập lớp được. Như vậy, tính linh hoạt trong đào tạo gần như còn thấp. Thầy N.T.B - giáo viên khoa Cơ khí Động lực, trường ĐHSPKT Vinh cho rằng: *"Dạy ở trường này, tôi chưa thấy sinh viên nào hỏi tôi về việc lập kế hoạch học tập, tôi thấy chủ yếu là theo kế hoạch của nhà trường, có chăng thì các em có động tác đăng ký môn học qua mạng trước khi học mà thôi"*.

Thực tế cho thấy rằng, hoạt động lập kế hoạch học tập đối với sinh viên ĐHSP kỹ thuật chưa diễn ra thường xuyên, mặc dù đây là hoạt động cần thiết trong học tập theo học chế tín chỉ, tuy nhiên nếu nhà trường không yêu cầu các em phải làm hoặc phải nộp thì rất ít sinh viên tự giác xây dựng kế hoạch học tập cho mình. Vì vậy những công việc nào thường diễn ra và biểu hiện rõ thì các em nhận diện tốt hơn.

b. Kỹ năng nhận diện khó khăn tâm lý trong học theo nhóm

Bảng 3.8: Mức độ kỹ năng nhận diện khó khăn tâm lý trong học theo nhóm của sinh viên DHSP kỹ thuật

TT	Biểu hiện của kỹ năng	ĐTB	ĐLC	Thứ bậc
<i>Biết nhận diện những biểu hiện của khó khăn tâm lý trong học theo nhóm</i>				
1	Chưa hiểu đúng ý nghĩa của việc học tập theo nhóm	2,46	0,83	3
2	Hiểu chưa đúng, chưa đầy đủ về các nhiệm vụ khác nhau trong nhóm học tập	2,39	1,02	5
3	Chưa biết cách hiện các công việc trong nhóm học tập	2,75	0,92	2
4	Lúng túng trong việc thể hiện quan điểm của mình trước nhóm	3,17	0,88	1
5	Lúng túng khi giải quyết bất đồng trong nhóm	2,26	0,83	8
6	Lo sợ các ý kiến của mình không được nhóm chấp thuận	2,06	0,90	9
7	Chưa đảm nhận được các vai trò khác nhau trong nhóm	2,40	0,72	4
8	Khó tham gia học tập với nhóm	2,33	0,93	7
9	Chưa thường xuyên trao đổi với các thành viên khác trong nhóm	3,37	1,04	6
<i>Chung: Nhận diện biểu hiện KKTL</i>		2,57	0,89	
<i>Biết nguyên nhân gây ra khó khăn tâm lý trong học theo nhóm</i>				
10	Chưa tìm hiểu kỹ về cách thức học theo nhóm trong học tín chỉ	2,63	0,87	5
11	Chưa tích cực, chủ động trong hợp tác với nhóm học tập	2,78	0,85	3
12	Năng lực học tập và khả năng giao tiếp của bản thân hạn chế	3,02	1,06	2
13	Cách tổ chức hoạt động nhóm của giảng viên chưa khoa học	2,38	1,03	6
14	Nội dung học tập khó, trừu tượng	3,61	0,74	1
15	Các thành viên trong nhóm chưa hiểu nhau	2,70	0,87	4
<i>Chung: Nhận diện nguyên nhân KKTL</i>		2,85	0,90	
Chung (n = 687)		2,68	0,88	

(Ghi chú: ĐTB thấp nhất là 1, cao nhất là 5).

Nhân xét: Nhìn vào bảng số liệu 3.8 trên đây chúng ta thấy, phần lớn sinh viên ĐHSP kỹ thuật có kỹ năng nhận diện khó khăn tâm lý trong học theo nhóm ở mức thấp (ĐTB = 2,68). Tuy nhiên kỹ năng này cao hơn so với kỹ năng nhận diện KKTL trong lập kế hoạch học tập. Trong hai biểu hiện thì sinh viên biết nhận diện nguyên nhân gây ra KKTL (ĐTB = 2,85) tốt hơn nhận diện biểu hiện của KKTL trong học theo nhóm (ĐTB = 2,57). Điều đó chứng tỏ sinh viên nhận biết nguyên nhân gây ra những trở ngại tâm lý cho bản thân trong học tập nhóm, tuy nhiên vấn đề là các em có tìm cách khắc phục những trở ngại ấy được không.

Sinh viên nhận diện tốt hơn các biểu hiện của KKTL trong học theo nhóm như: Lúng túng trong việc thể hiện quan điểm của mình trước nhóm; Chưa biết cách hiện các công việc trong nhóm học tập; Chưa hiểu đúng ý nghĩa của việc học tập theo nhóm (Xếp thứ bậc lần lượt là 1, 2, 3). Khi được hỏi về vấn đề này, sinh viên N.T.K.Tr, lớp Tự động hóa K8 cho rằng: *"Khi cô yêu cầu làm việc nhóm, chúng em thấy không hứng thú vì nhiều nội dung khó quá, các bạn lại không muốn suy nghĩ, em cảm thấy chán mà không biết làm sao cả"*.

Kết quả trên còn cho thấy với các nội dung học tập kỹ thuật tương đối khó và trừu tượng, trong khi năng lực học tập và khả năng giao tiếp của bản thân hạn chế, bản thân sinh viên chưa tích cực, chủ động trong hợp tác với nhóm học tập. Vì vậy các em nhận nhiệm khá rõ các biểu hiện này.

c. Kỹ năng nhận diện khó khăn tâm lý trong tự học, tự nghiên cứu

Hoạt động tự học, tự nghiên cứu là một hoạt động bắt buộc trong học tập theo học chế tín chỉ. Tuy nhiên kết quả nghiên cứu ở phần trước cho thấy trong thực tế sinh viên gặp KKTL rất lớn. Vậy sinh viên ĐHSP kỹ thuật có nhận biết được các KKTL này không? Kết quả thể hiện ở bảng 3.9 sau đây:

Bảng 3.9: Mức độ kỹ năng nhận diện khó khăn tâm lý trong tự học, tự nghiên cứu của sinh viên ĐHSP kỹ thuật

TT	Biểu hiện của kỹ năng	ĐTB	ĐLC	Thứ bậc
<i>Biết nhận diện những biểu hiện của khó khăn tâm lý trong tự học, tự nghiên cứu</i>				
1	Chưa hiểu đúng ý nghĩa của việc tự học, tự nghiên cứu	2,37	0,74	6
2	Hiểu chưa đúng, chưa đầy đủ về các yêu cầu trong tự học	2,25	0,83	9
3	Chưa biết cách tự học, tự nghiên cứu	3,54	0,75	4
4	Lúng túng trong việc sắp xếp kế hoạch tự học	2,76	0,73	2
5	Lúng túng trong việc tìm kiếm tài liệu phục vụ tự học	2,34	1,06	7
6	Lo sợ không hoàn thành nội dung tự học giáo viên yêu cầu	2,51	0,71	5
7	Chưa xác định được nội dung cần thiết khi tham khảo tài liệu	2,28	0,85	8
8	Khó thực hiện nhiệm vụ tự học, tự nghiên cứu	2,70	0,68	3
9	Chưa thường xuyên trao đổi với giảng viên để hoàn thành nhiệm vụ tự học	3,14	0,82	1
<i>Chung: Nhận diện biểu hiện KKTL</i>		2,65	0,79	
<i>Biết nguyên nhân gây ra khó khăn tâm lý trong tự học, tự nghiên cứu</i>				
10	Chưa tìm hiểu kỹ về cách thức tự học, tự nghiên cứu	2,68	0,89	3
11	Chưa tích cực, chủ động trong tự học, tự nghiên cứu	3,53	0,74	4
12	Khả năng tự học, tự nghiên cứu của bản thân hạn chế	2,43	1,03	5
13	Giảng viên chưa hướng dẫn cụ thể	2,18	0,65	6
14	Nội dung tự học khó và nhiều	3,11	0,69	1
15	Nguồn tài liệu phục vụ học tập của trường còn hạn chế	3,03	0,79	2
<i>Chung: Nhận diện nguyên nhân KKTL</i>		2,82	0,79	
Chung (n = 687)		2,72	0,77	

(Ghi chú: ĐTB thấp nhất là 1, cao nhất là 5).

Nhân xét: Kết quả ở bảng 3.9 cho thấy, sinh viên ĐHSP kỹ thuật có kỹ năng nhận diện khó khăn tâm lý trong tự học tự nghiên cứu ở mức thấp (ĐTB = 2,72). Tuy vậy, mức độ này là cao nhất của kỹ năng nhận diện KKTL trong 3 hoạt động: lập kế hoạch, học nhóm và tự học. Trong đó sinh viên biết nhận diện nguyên nhân gây ra KKTL cũng tốt hơn nhận diện biểu hiện của KKTL trong tự học, tự nghiên cứu (ĐTB = 2,82 so với 2,65).

Cụ thể sinh viên nhận thức rõ bản thân mình chưa thường xuyên trao đổi với giảng viên để hoàn thành nhiệm vụ tự học, túng túng trong việc sắp xếp kế hoạch tự học, khó thực hiện nhiệm vụ tự học, tự nghiên cứu (ĐTB = 3,14; 2,76 và 2,70). Các em cũng nhận biết được các nguyên nhân chính là do nội dung tự học khó và nhiều, nguồn tài liệu phục vụ học tập của trường còn hạn chế và bản thân chưa tìm hiểu kỹ về cách thức tự học, tự nghiên cứu.

Sinh viên L.T.Ch - lớp ĐHSP Điện tử K8, trường ĐHSP kỹ thuật Vinh nói: *"Thầy giao cho chúng em rất nhiều nội dung tự học nhưng hầu như các bạn không làm được vì kiến thức môn học khó quá, tìm tài liệu trên thư viện rất ít, còn một số bạn khác thì không quan tâm thầy yêu cầu tự học cái gì nữa"*.

3.2.2.2. Kỹ năng xác định cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật

Để giải quyết được KKTL thì việc lựa chọn, xác định các cách giải quyết cho phù hợp là hết sức quan trọng. Sinh viên cần tìm hiểu và biết rõ các cách giải quyết khác nhau để vận dụng vào thực tế. Chúng tôi nghiên cứu về kỹ năng này ở sinh viên ĐHSP kỹ thuật và cho kết quả ở các bảng 3.10; 3.11; 3.12.

a. Kỹ năng xác định cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong lập kế hoạch học tập

Bảng 3.10: Mức độ kỹ năng xác định cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong lập kế hoạch học tập của sinh viên ĐHSP kỹ thuật

TT	Biểu hiện của kỹ năng	ĐTB	ĐLC	Thứ bậc
<i>Biết thu thập thông tin về các cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong lập kế hoạch học tập</i>				
1	Tập hợp các tài liệu liên quan đến cách giải quyết KKTL	2,03	0,93	3
2	Hỏi thêm ý kiến của bạn bè, thầy cô,...	2,11	1,03	1
3	Huy động tri thức, kinh nghiệm giải quyết KKTL trong cuộc sống	2,07	1,02	2
4	Liệt kê các cách thức giải quyết khó khăn tâm lý có thể có	1,81	0,87	5
5	Xem xét tính hợp lý, tính khả thi của các cách thức giải quyết	1,93	0,99	4
<i>Chung (KN thu thập thông tin: 1-5)</i>		<i>1,99</i>	<i>0,96</i>	
<i>Biết phân tích các cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong lập kế hoạch học tập</i>				
6	Mô tả cụ thể các cách giải quyết khó khăn tâm lý	1,94	0,82	5
7	Nêu cơ sở của việc xác định các cách giải quyết	2,03	1,01	3
8	Phân tích ưu, nhược điểm của mỗi cách giải quyết	2,11	0,92	2
9	Xem xét hiệu quả của mỗi cách giải quyết	2,62	0,94	1
10	Đưa ra các phương án giải quyết thay thế khi cần	2,01	1,07	4
<i>Chung: Phân tích cách thức giải quyết</i>		<i>2,14</i>	<i>0,95</i>	
<i>Biết ra quyết định lựa chọn cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong lập kế hoạch học tập</i>				
11	Tìm hiểu kĩ khó khăn tâm lý cần giải quyết	2,14	0,87	2
12	Phân tích điều kiện khách quan và chủ quan khi gặp KKTL	2,08	1,08	3
13	So sánh kết quả của các cách giải quyết	2,01	1,13	4
14	Xác định một cách giải quyết tối ưu nhất đối với bản thân và điều kiện hiện tại	3,0	0,97	1
15	Sắp xếp các cách giải quyết theo thứ tự ưu tiên	1,90	0,93	5
<i>Chung: Ra quyết định lựa chọn</i>		<i>2,22</i>	<i>0,99</i>	
Chung (n = 687)		2,11	0,99	

(Ghi chú: ĐTB thấp nhất là 1, cao nhất là 5).

Nhận xét: Sinh viên ĐHSP kỹ thuật có kỹ năng xác định cách giải quyết KKTL trong lập kế hoạch học tập ở mức yếu (ĐTB = 2,11). Ở mức này, sinh viên ĐHSP kỹ thuật ít khi biết cách thu thập thông tin về các cách thức giải quyết KKTL, ít khi biết phân tích các cách thức giải quyết KKTL và ít khi biết ra quyết định lựa chọn các cách thức giải quyết KKTL trong lập kế hoạch học tập. Kết quả phỏng vấn sâu cũng cho nhận định tương tự. *“Em rất lúng túng mỗi khi dự kiến kế hoạch học tập cho mình, nhưng rồi loay hoay mãi không biết làm cách nào để bớt lúng túng, đôi lúc em cũng hỏi bạn bè trong lớp xem họ xử lý ra sao trước những tình huống như vậy nhưng rồi các bạn cũng như em, cuối cùng thì em vẫn có kế hoạch học tập nhưng không tự tin cho lắm”* (Sinh viên T.T.H).

Trong 3 biểu hiện của kỹ năng xác định cách giải quyết thì việc thu thập thông tin về cách giải quyết ở sinh viên là yếu nhất (ĐTB = 1,99), chứng tỏ rằng sinh viên còn rất thiếu các thông tin về vấn đề này. Tức là chưa biết tập hợp các tài liệu liên quan đến cách giải quyết KKTL, chưa biết hỏi thêm ý kiến của bạn bè, thầy cô, chưa biết huy động tri thức, kinh nghiệm giải quyết khó khăn tâm lý trong cuộc sống, chưa biết liệt kê các cách thức giải quyết khó khăn tâm lý có thể có.

b. Kỹ năng xác định cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong học theo nhóm

Chúng tôi tìm hiểu kỹ năng xác định cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong học theo nhóm, kết quả thu được thể hiện ở bảng 3.11.

Bảng 3.11: Mức độ kỹ năng xác định cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong học theo nhóm của sinh viên ĐHSP kỹ thuật

TT	Biểu hiện của kỹ năng	ĐTB	ĐLC	Thứ bậc
<i>Biết thu thập thông tin về các cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong học theo nhóm</i>				
1	Tập hợp các tài liệu liên quan đến cách giải quyết KKTL	2,38	1,10	2
2	Hỏi thêm ý kiến của bạn bè, thầy cô,...	2,71	0,84	1
3	Huy động tri thức, kinh nghiệm giải quyết KKTL trong cuộc sống	2,14	0,77	4
4	Liệt kê các cách thức giải quyết khó khăn tâm lý có thể có	2,01	1,03	5
5	Xem xét tính hợp lý, tính khả thi của các cách thức giải quyết	2,15	0,93	3
<i>Chung: Thu thập thông tin</i>		2,27	0,97	
<i>Biết phân tích các cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong học theo nhóm</i>				
6	Mô tả cụ thể các cách giải quyết khó khăn tâm lý	2,26	0,83	2
7	Nêu cơ sở của việc xác định các cách giải quyết	2,17	0,73	3
8	Phân tích ưu, nhược điểm của mỗi cách giải quyết	2,02	0,87	4
9	Xem xét hiệu quả của mỗi cách giải quyết	1,91	1,01	5
10	Đưa ra các phương án giải quyết thay thế khi cần	2,64	0,73	1
<i>Chung: Phân tích cách thức giải quyết</i>		2,20	0,83	
<i>Biết ra quyết định lựa chọn cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong học theo nhóm</i>				
11	Tìm hiểu kĩ khó khăn tâm lý cần giải quyết	2,51	0,94	2
12	Phân tích điều kiện khách quan và chủ quan khi gặp KKTL	2,27	0,87	3
13	So sánh kết quả của các cách giải quyết	2,62	0,83	1
14	Xác định một cách giải quyết tối ưu nhất đối với bản thân và điều kiện hiện tại	2,13	0,74	4
15	Sắp xếp các cách giải quyết theo thứ tự ưu tiên	1,92	0,77	5
<i>Chung: Ra quyết định lựa chọn</i>		2,29	0,83	
Chung (n = 687)		2,25	0,87	

(Ghi chú: ĐTB thấp nhất là 1, cao nhất là 5).

Nhân xét: Bảng 3.11 cho thấy, sinh viên ĐHSP kỹ thuật có kỹ năng xác định cách giải quyết KKTL trong học theo nhóm ở mức yếu (ĐTB = 2,25). Ở mức này, sinh viên ĐHSP kỹ thuật cũng chưa biết cách thu thập thông tin, phân tích và ra quyết định lựa chọn các cách thức giải quyết KKTL trong học tập theo nhóm sinh viên.

Trong 3 biểu hiện của kỹ năng xác định cách giải quyết thì việc phân tích thông tin về cách giải quyết ở sinh viên là yếu nhất (ĐTB = 2,20), chứng tỏ sinh viên chưa biết mô tả cụ thể các cách giải quyết khó khăn tâm lý, nêu cơ sở của việc xác định các cách giải quyết, phân tích ưu, nhược điểm của mỗi cách giải quyết, xem xét hiệu quả của mỗi cách giải quyết và chưa biết đưa ra các phương án giải quyết thay thế khi cần.

Kết quả phỏng vấn sinh viên T.N.H, lớp ĐHSP Động lực K9 cũng cho kết quả tương tự: *"Khi gặp KKTL trong học tập, em thường vận dụng kinh nghiệm của bản thân để giải quyết, chứ làm gì biết tìm tài liệu về ứng phó ở đâu mà đọc, thư viện thì không có tài liệu này, thầy cô cũng chưa hướng dẫn, nên em cứ nghĩ sao làm vậy, miễn là vượt qua được KKTL để học tập"*.

Qua quan sát cũng cho kết quả tương tự, trong các lần quan sát sinh viên khi gặp các KKTL trong học tập, rất ít sinh viên ĐHSP kỹ thuật hỏi thêm ý kiến của bạn bè, thầy cô hay tự mình liệt kê về các cách thức giải quyết khó khăn tâm lý có thể có, vì vậy càng hiếm trường hợp sinh viên phân tích điều kiện khách quan và chủ quan khi gặp KKTL để chọn cách ứng phó phù hợp và tích cực nhất.

c. Kỹ năng xác định cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong tự học, tự nghiên cứu

Kết quả thu được ở bảng 3.12 sau đây cho biết về kỹ năng xác định cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong tự học, tự nghiên cứu

Bảng 3.12: Mức độ kỹ năng xác định cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong tự học, tự nghiên cứu của sinh viên ĐHSP kỹ thuật

TT	Biểu hiện của kỹ năng	ĐTB	ĐLC	Thứ bậc
<i>Biết thu thập thông tin về các cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong tự học, tự nghiên cứu</i>				
1	Tập hợp các tài liệu liên quan đến cách giải quyết KKTL	2,13	1,03	3
2	Hỏi thêm ý kiến của bạn bè, thầy cô,...	2,01	0,83	4
3	Huy động tri thức, kinh nghiệm giải quyết KKTL trong cuộc sống	2,19	0,79	2
4	Liệt kê các cách thức giải quyết khó khăn tâm lý có thể có	1,87	0,72	5
5	Xem xét tính hợp lý, tính khả thi của các cách thức giải quyết	2,65	0,84	1
<i>Chung: Thu thập thông tin</i>		2,17	0,84	
<i>Biết phân tích các cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong tự học, tự nghiên cứu</i>				
6	Mô tả cụ thể các cách giải quyết khó khăn tâm lý	2,09	0,99	3
7	Nêu cơ sở của việc xác định các cách giải quyết	1,91	0,81	5
8	Phân tích ưu, nhược điểm của mỗi cách giải quyết	2,45	0,74	1
9	Xem xét hiệu quả của mỗi cách giải quyết	2,11	0,92	2
10	Đưa ra các phương án giải quyết thay thế khi cần	2,03	0,73	4
<i>Chung: Phân tích cách thức giải quyết</i>		2,11	0,83	
<i>Biết ra quyết định lựa chọn cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong tự học, tự nghiên cứu</i>				
11	Tìm hiểu kĩ khó khăn tâm lý cần giải quyết	2,31	0,86	2
12	Phân tích điều kiện khách quan và chủ quan khi gặp KKTL	2,16	0,82	4
13	So sánh kết quả của các cách giải quyết	2,64	0,74	1
14	Xác định một cách giải quyết tối ưu nhất đối với bản thân và điều kiện hiện tại	2,17	1,02	3
15	Sắp xếp các cách giải quyết theo thứ tự ưu tiên	2,09	0,72	5
<i>Chung: Ra quyết định lựa chọn</i>		2,27	0,83	
Chung (n = 687)		2,18	0,82	

(Ghi chú: ĐTB thấp nhất là 1, cao nhất là 5).

Nhân xét: Sinh viên ĐHSP kỹ thuật có kỹ năng xác định cách giải quyết KKTL trong tự học, tự nghiên cứu ở mức yếu (ĐTB = 2,18). Ở mức này, sinh viên ĐHSP kỹ thuật chưa biết cách thu thập thông tin, phân tích và ra quyết định lựa chọn các cách thức giải quyết KKTL trong tự học, tự nghiên cứu. Kết quả cũng cho biết rằng đa số sinh viên chưa biết tìm hiểu kỹ khó khăn tâm lý cần giải quyết, từ đó phân tích điều kiện khách quan và chủ quan để xác định một cách giải quyết tối ưu nhất đối với bản thân và điều kiện hiện tại nhằm giải quyết KKTL trong tự học.

Khi được hỏi "Khi bạn chưa biết cách tự học, bạn có thu thập thông tin, phân tích và lựa chọn một cách giải quyết phù hợp nhất không?", Sinh viên N.M.N cho rằng: *“Đối với em thì... (ngập ngừng) em thường tự mày mò, nội dung nào không hiểu đôi khi em hỏi thầy cô, được sao hay vậy chứ hầu như rất ít khi em biết thu thập thông tin về các cách để phân tích và chọn cho mình một cách giải quyết phù hợp nhất. Thường thì em giải quyết theo cảm tính cô ạ”*.

Việc phân tích thông tin về cách giải quyết KKTL trong tự học tự nghiên cứu ở sinh viên là yếu nhất (ĐTB = 2,11). Kết quả này cho thấy khi gặp KKTL trong tự học, tự nghiên cứu, đa số sinh viên ĐHSP kỹ thuật chưa biết mô tả cụ thể các cách giải quyết khó khăn tâm lý, nêu cơ sở của việc xác định các cách giải quyết, phân tích ưu, nhược điểm của mỗi cách giải quyết, xem xét hiệu quả của mỗi cách giải quyết KKTL để tự học, tự nghiên cứu có hiệu quả.

3.2.2.3. Kỹ năng thực hiện cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật

Đánh giá hiệu quả của kỹ năng ứng phó tốt hay không phụ thuộc rất lớn vào kỹ năng thực hiện cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật, chúng tôi nghiên cứu và cho kết quả ở các bảng 3.13; 3.14; 3.15.

a. Kỹ năng thực hiện cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong lập kế hoạch học tập

Bảng 3.13: Mức độ kỹ năng thực hiện cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong lập kế hoạch học tập của sinh viên ĐHSP kỹ thuật

TT	Biểu hiện của kỹ năng	ĐTB	ĐLC	Thứ bậc
1	Quyết tâm thực hiện cách giải quyết mình đã chọn	2,37	0,95	2
2	Gạt bỏ những yếu tố khác để kiên trì thực hiện cách giải quyết đã chọn	2,35	1,03	4
3	Giải quyết bằng sự nỗ lực tập trung giải quyết vấn đề	2,18	1,16	9
4	Giải quyết bằng sự nỗ lực chấp nhận đương đầu	2,39	0,93	1
5	Giải quyết bằng sự nỗ lực suy nghĩ lạc quan	2,21	0,87	8
6	Giải quyết bằng sự trợ giúp từ bạn bè	2,36	0,92	3
7	Giải quyết bằng sự trợ giúp từ giảng viên	2,15	1,10	10
8	Giải quyết bằng sự trợ giúp từ cố vấn học tập	2,12	0,82	11
9	Giải quyết bằng sự trợ giúp từ những người khác	2,27	0,85	6
10	Giải quyết bằng sự mặc cảm, lo lắng, tự trách	2,28	0,83	5
11	Giải quyết bằng sự buông xuôi, lảng tránh	2,23	0,87	7
Chung (n = 687)		2,26	0,91	

(Ghi chú: ĐTB thấp nhất là 1, cao nhất là 5).

Nhận xét: Sinh viên ĐHSP kỹ thuật có kỹ năng thực hiện cách giải quyết KKTL trong kế hoạch học tập ở mức yếu (ĐTB = 2,26). Ở mức này, sinh viên chưa biết quyết tâm thực hiện, chưa biết gạt bỏ những yếu tố khác để kiên trì thực hiện cách giải quyết KKTL đã chọn nhằm hoàn thành nhiệm vụ học tập tốt nhất. Điều này chứng tỏ sinh viên thể hiện được thái độ vững vàng trước những thách thức và đòi hỏi của phương thức đào tạo theo tín chỉ. Đồng thời, sinh viên chưa thường xuyên, chưa thành thạo, chưa linh hoạt trong việc giải quyết các KKTL trong thực tiễn lập kế hoạch học tập.

Thực hiện ứng phó giải quyết KKTL là khâu quan trọng trong quá trình ứng phó, tuy nhiên sinh viên ĐHSP kỹ thuật lại yếu kỹ năng này. Qua quan sát chúng tôi thấy gần như sinh viên không quan tâm đến vấn đề ứng phó, hầu

như không nỗ lực trong ứng phó, chủ yếu sinh viên chọn cách buông xuôi vấn đề. Tuy nhiên vẫn có một số sinh viên rất tích cực trong việc giải quyết KKTL, sinh viên N.T.K.Tr - lớp Tự động hóa K8, ĐHSP kỹ thuật Vinh nói: "Em luôn cố gắng trong học tập, nếu gặp khó khăn em luôn suy nghĩ xem tại sao và nên vượt qua bằng cách nào, nếu em không tự giải quyết được thì em nhờ thầy cô. Ví dụ khi em lo lắng trước kỳ thi, em thường hỏi thầy cô, họ hướng dẫn em cách ôn tập, sau đó em cảm thấy yên tâm hơn".

b. Kỹ năng thực hiện cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong học theo nhóm

Bảng 3.14: Mức độ kỹ năng thực hiện cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong học theo nhóm của sinh viên ĐHSP kỹ thuật

TT	Biểu hiện của kỹ năng	ĐTB	ĐLC	Thứ bậc
1	Quyết tâm thực hiện cách giải quyết mình đã chọn	2,23	1,07	4
2	Gạt bỏ những yếu tố khác để kiên trì thực hiện cách giải quyết đã chọn	2,12	0,84	9
3	Giải quyết bằng sự nỗ lực tập trung giải quyết vấn đề	2,21	0,87	5
4	Giải quyết bằng sự nỗ lực chấp nhận đương đầu	2,18	0,81	7
5	Giải quyết bằng sự nỗ lực suy nghĩ lạc quan	2,19	0,82	6
6	Giải quyết bằng sự trợ giúp từ bạn bè	3,13	0,76	2
7	Giải quyết bằng sự trợ giúp từ giảng viên	3,18	0,71	1
8	Giải quyết bằng sự trợ giúp từ cố vấn học tập	1,92	0,77	10
9	Giải quyết bằng sự trợ giúp từ những người khác	1,91	1,02	11
10	Giải quyết bằng sự mặc cảm, lo lắng, tự trách	2,25	0,79	3
11	Giải quyết bằng sự buông xuôi, lảng tránh	2,17	0,75	8
Chung (n = 687)		2,31	0,81	

(Ghi chú: ĐTB thấp nhất là 1, cao nhất là 5).

Nhận xét: Sinh viên ĐHSP kỹ thuật có kỹ năng thực hiện cách giải quyết KKTL trong học theo nhóm ở mức yếu (ĐTB = 2,31). Ở mức này, sinh viên chưa biết kiên định thực hiện cách giải quyết KKTL đã chọn và chưa thường xuyên, chưa thành thạo, chưa linh hoạt trong việc giải quyết các KKTL trong thực tiễn học nhóm.

Cách giải quyết KKTL trong học nhóm được nhiều sinh viên lựa chọn đó là nhờ sự trợ giúp từ giảng viên, trợ giúp từ bạn bè (ĐTB = 3,18 và 3,13). Có thể nói đây là 2 cách phù hợp khi gặp KKTL trong học nhóm nếu bản thân không nỗ lực giải quyết được. Bên cạnh đó cũng khá nhiều sinh viên lựa chọn cách giải quyết bằng sự mặc cảm, lo lắng, tự trách (ĐTB = 2,25). Kết quả phỏng vấn sâu cũng cho nhận định tương tự. “*Em thường rất lo sợ các ý kiến của mình không đúng nên không dám trình bày trước nhóm, em nghĩ mình học kém biết gì mà nói, nói lỡ sai rầy (ngại) lắm, vậy nên kệ các bạn khác trình bày*” (Sinh viên K.Q.V). Chứng tỏ bên cạnh một số sinh viên tích cực, nỗ lực giải quyết KKTL bằng sự nỗ lực bản thân và nhờ người khác giúp đỡ thì khá nhiều sinh viên chưa chủ động, tích cực trong công việc này.

c. Kỹ năng thực hiện cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong tự học, tự nghiên cứu

Bảng 3.15: Mức độ kỹ năng thực hiện cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong tự học, tự nghiên cứu của sinh viên ĐHSP kỹ thuật

TT	Biểu hiện của kỹ năng	ĐTB	ĐLC	Thứ bậc
1	Quyết tâm thực hiện cách giải quyết mình đã chọn	2,19	1,08	4
2	Gạt bỏ những yếu tố khác để kiên trì thực hiện cách giải quyết đã chọn	2,17	0,91	6
3	Giải quyết bằng sự nỗ lực tập trung giải quyết vấn đề	2,15	0,96	7
4	Giải quyết bằng sự nỗ lực chấp nhận đương đầu	3,42	1,06	1
5	Giải quyết bằng sự nỗ lực suy nghĩ lạc quan	2,04	1,12	10
6	Giải quyết bằng sự trợ giúp từ bạn bè	3,39	0,82	2
7	Giải quyết bằng sự trợ giúp từ giảng viên	2,18	0,89	5
8	Giải quyết bằng sự trợ giúp từ cố vấn học tập	2,10	0,86	9
9	Giải quyết bằng sự trợ giúp từ những người khác	2,14	0,97	8
10	Giải quyết bằng sự mặc cảm, lo lắng, tự trách	2,03	0,85	11
11	Giải quyết bằng sự buông xuôi, lảng tránh	3,02	0,95	3
Chung (n = 687)		2,43	0,96	

(Ghi chú: ĐTB thấp nhất là 1, cao nhất là 5).

Nhân xét: Sinh viên ĐHSP kỹ thuật có kỹ năng thực hiện cách giải quyết KKTL trong tự học, tự nghiên cứu ở mức yếu (ĐTB = 2,43). Tuy nhiên mức độ này cao hơn so với mức độ của kỹ năng thực hiện giải quyết KKTL trong lập kế hoạch học tập và học nhóm. Chứng tỏ rằng hoạt động tự học trong đào tạo theo học chế tín chỉ là bắt buộc, nếu không hoàn thành sẽ không qua môn học. Vì vậy mà khá nhiều sinh viên thực hiện tốt kỹ năng ứng phó với KKTL trong tự học, tự nghiên cứu.

Trong đó, cách giải quyết bằng sự nỗ lực chấp nhận đương đầu được nhiều sinh viên lựa chọn nhất (ĐTB = 3,42 - xếp thứ bậc 1). Chứng tỏ đã có khá nhiều sinh viên tự mình giải quyết vấn đề khi gặp KKTL. Sinh viên B.A.P cho rằng: *"Đối với em khi mới vào trường, các thầy cô giao rất nhiều bài tập về nhà tự học, lúc đầu em cảm thấy khó nên rất chán nản, nhưng sau đó em phải đi thư viện mượn thêm tài liệu, lên mạng tìm kiếm thông tin, dần dần em cảm thấy quen với những trở ngại như vậy, nên em vẫn học tập tốt"*.

Bên cạnh đó, cũng có khá nhiều sinh viên lựa chọn cách giải quyết KKTL trong tự học bằng sự buông xuôi, lảng tránh (ĐTB = 3,02 - xếp thứ bậc 3). Quan sát thực tế cũng cho thấy khi giảng viên yêu cầu nộp sản phẩm tự học ở nhà, rất nhiều sinh viên không nộp vì chưa làm, giảng viên hỏi thì trả lời quanh co, khi thì do bài nhiều, khi thì bài khó quá, khi thì không có tài liệu... Thực chất là sinh viên chưa tích cực, chưa tự giác trong việc sắp xếp thời gian cũng như tìm kiếm tài liệu để hoàn thành các nhiệm vụ học tập giáo viên yêu cầu.

d. Thực trạng mức độ lựa chọn và sử dụng cách giải quyết khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật

Để tìm hiểu rõ hơn về KNUP với KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật, chúng tôi khảo sát các cách thức giải quyết KKTL trong học tập thường được sinh viên lựa chọn là nỗ lực giải quyết vấn

đề, bằng sự trợ giúp từ người khác hay lảng tránh, buông xuôi. Kết quả thu được thể hiện ở bảng 3.16 sau đây.

Bảng 3.16: Mức độ lựa chọn các cách giải quyết KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật

TT	Cách giải quyết KKTL	ĐTB	ĐLC	TB
1	Giải quyết bằng sự nỗ lực của bản thân	2,24	0,93	3
2	Giải quyết bằng cách tìm sự giúp đỡ từ người khác	2,47	0,97	2
3	Giải quyết bằng phản ứng tiêu cực	3,09	0,93	1
	Chung (n = 687)	2,60	0,94	

Nhận xét:

Số liệu ở bảng 3.16 cho thấy: Đa số sinh viên lựa chọn cách giải quyết KKTL bằng phản ứng tiêu cực (ĐTB = 3,09 - xếp thứ bậc 1). Mức độ lựa chọn cách giải quyết bằng sự nỗ lực của bản thân rất thấp (ĐTB = 2,24 - xếp thứ bậc 3). [Số liệu cụ thể xem phụ lục 10.2].

Kết quả này phản ánh một thực trạng là khi gặp KKTL trong học tập, sinh viên chưa thực sự nỗ lực để giải quyết vấn đề. Các biểu hiện: Cố gắng tìm hiểu xem cái gì là nguyên nhân gây ra vấn đề; Nỗ lực tối đa nhằm giải quyết vấn đề; Lên kế hoạch hành động nhằm giải quyết vấn đề đều ở mức thấp (ĐTB = 1,93; 1,81; 2,05). Sinh viên cũng chưa tích cực trong việc nghĩ ra các giải pháp khác nhau để ứng phó, hoặc đưa vấn đề rắc rối ra thảo luận trong nhóm bạn. Trong khi đó các biểu hiện về mặt suy nghĩ tích cực có mức độ lựa chọn cao hơn hành động giải quyết vấn đề. Cụ thể như: Chấp nhận đương đầu thay cho né tránh, bỏ chạy; Tự động viên mình không nghĩ đến khó khăn bất ổn đó nữa; Nhìn vào mặt tích cực của vấn đề và tin rằng mọi việc sẽ ổn (ĐTB = 2,31; 2,62; 2,53).

Về các cách tìm sự trợ giúp từ người khác cũng được sinh viên ít lựa chọn để giải quyết KKTL. Trong đó: Tìm sự ủng hộ giúp đỡ từ cha mẹ,

người thân; Tìm kiếm sự giúp đỡ từ các chuyên gia tư vấn được ít sinh viên lựa chọn nhất (ĐTB = 2,27; 2,23). Kết quả cũng cho thấy mức độ sinh viên tìm sự trợ giúp từ giảng viên và cố vấn học tập chưa cao (ĐTB = 2,33; 2,34). Đây là một trong những nguyên nhân dẫn tới thực trạng KKTL trong học tập của sinh viên vẫn rất cao. Trong số cách cách nhờ người khác thì các cách nhờ bạn bè để giải quyết KKTL được sinh viên lựa chọn nhiều hơn như: Hỏi bạn bè xem họ xử trí thế nào nếu họ gặp phải vấn đề này (ĐTB = 3,58); Tham gia vào nhóm người có cùng cảnh ngộ, khó khăn như mình để cùng chia sẻ cách thức ứng phó (ĐTB = 2,86).

Sinh viên thực hiện cách ứng phó bằng những phản ứng tiêu cực có mức độ cao nhất (ĐTB = 3,09). Điều này cho thấy khi gặp KKTL, sinh viên chưa tích cực giải quyết, vì vậy KKTL ảnh hưởng đến hiệu quả học tập. Đây là thực trạng cần được giảng viên, cố vấn học tập quan tâm. Biểu hiện cụ thể như: Buông xuôi vấn đề, mặc cho hoàn cảnh đưa đẩy; Mong rằng sự việc rắc rối sẽ tự biến mất hoặc thay đổi tốt lên; Lúng túng, không biết làm gì cả (ĐTB = 3,82; 3,65; 3,75).

Qua thực trạng các cách giải quyết KKTL mà sinh viên lựa chọn như trên cho thấy sự cần thiết phải giáo dục, rèn luyện cho sinh viên cách giải quyết bằng sự nỗ lực bản thân nhằm góp phần hoàn thành nhiệm vụ học tập.

3.2.2.4. Mối quan hệ giữa các kỹ năng thành phần của kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật

Kết quả bảng 3.17 phía dưới cho thấy, có tương quan điểm giữa các thành phần của kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý với nhau, giữa các thành phần đó với kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý. Cũng có nghĩa là mức độ biểu hiện của một trong những kỹ năng thành phần như thế nào, thì kết quả

của các thành phần còn lại cũng theo xu hướng kết quả của thành phần đó. Nếu kỹ năng nhận diện khó khăn tâm lý trong học tập theo tín chỉ của sinh viên còn thiếu hụt, thì các kỹ năng khác cũng có những thiếu hụt như vậy. Kết quả này cũng chứng minh rằng, các miền đo của kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ là phù hợp.

Bảng 3.17: Tương quan giữa các thành phần của kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật

Biểu hiện	KNND	KNXD	KNTH
KN xác định cách giải quyết KKTL (KNXD)	.257**		
KN thực hiện cách giải quyết KKTL (KNTH)	.137**	.214**	
KNUP với KKTL	.492**	.492**	.370**

** P<.001

(KNND: Kỹ năng nhận diện KKTL)

2.3.2.5. Mối liên hệ giữa kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý với khó khăn tâm lý của sinh viên đại học sư phạm kỹ thuật khi học tập theo tín chỉ

Liệu có liên quan hệ nào giữa mức độ biểu hiện KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên với KNUP với KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ của họ hay không? Có thể nói rằng những sinh viên ít gặp nhiều khó khăn tâm lý theo học chế tín chỉ cũng đồng thời là những sinh viên có kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý tốt hơn? Để làm rõ điều này, chúng tôi sử dụng phương pháp ANOVA so sánh điểm trung bình của thang đo kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý theo học chế tín chỉ của các nhóm sinh viên có khó khăn tâm lý trong hoạt động học tập theo học chế tín chỉ ở mức: Rất thấp, thấp, trung bình, cao và rất cao.

Bảng 3.18: So sánh điểm trung bình KNUP với KKTL của sinh viên ĐHSP kỹ thuật theo các mức độ khó khăn tâm lý

Mức độ khó khăn tâm lý	KNUP với KKTL			Mức độ khác biệt
	Mẫu	Điểm TB	ĐLC	
Rất cao	146	35,86	11,64	0,00
Cao	361	36,40	8,83	
Trung bình	81	39,75	11,77	
Thấp	67	38,53	9,22	
Rất thấp	32	40,83	7,17	

Nhận xét: Kết quả so sánh tại bảng 3.18 cho thấy có sự khác biệt rất đáng kể, nhóm sinh viên tự đánh giá khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ ở mức cao và rất cao cũng là nhóm sinh viên có điểm trung bình về kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý ở mức thấp (chưa “biết cách” ứng phó). Ngược lại, nhóm sinh viên tự đánh giá có khó khăn tâm lý ở mức rất thấp trong học tập theo học chế tín chỉ cũng là những người có kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý tốt hơn.

3.2.3. Thực trạng kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật so sánh theo các biến số

3.2.3.1. So sánh theo giới tính

Bảng 3.19: So sánh mức độ kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật theo giới tính

TT	Các biểu hiện	Nam (n = 536)		Nữ (n = 151)		Mức độ khác biệt
		ĐTB	ĐLC	ĐTB	ĐLC	
1	Kỹ năng nhận diện KKTL	2,73	0,89	2,56	1,02	0,47
2	Kỹ năng xác định cách giải quyết KKTL	2,09	0,97	2,28	0,91	0,67
3	Kỹ năng thực hiện cách giải quyết KKTL	2,38	0,86	2,31	0,94	0,36
	Chung (n = 687)	2,40	0,90	2,38	0,95	0,06

(Ghi chú: ĐTB thấp nhất là 1, cao nhất là 5).

Nhận xét: Kết quả bảng 3.19 cho thấy, nhìn chung sinh viên nam có kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý tốt hơn nữ, tuy nhiên sự khác biệt

này không có ý nghĩa về mặt thống kê với $p = 0,06 > 0,05$. Xem xét cụ thể hơn, sinh viên nữ có kỹ năng “Xác định xác định cách giải quyết KKTL” và kỹ năng “Thực hiện thực hiện cách giải quyết KKTL” tốt hơn nam giới, nhưng sự khác biệt này cũng không có ý nghĩa thống kê với $p > 0,05$. Như vậy sự khác nhau về mặt giới tính không ảnh hưởng nhiều đến kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên.

3.2.3.2. So sánh theo năm học

Bảng 3.20: So sánh mức độ kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật theo năm học

TT	Các biểu hiện	Năm 2 (n = 259)		Năm 3 (n = 205)		Năm 4 (n = 223)		Mức độ khác biệt
		ĐTB	ĐLC	ĐTB	ĐLC	ĐTB	ĐLC	
1	Kỹ năng nhận diện KKTL	2,67	1,02	2,49	0,92	2,78	0,89	0,63
2	Kỹ năng xác định cách giải quyết KKTL	2,19	0,95	2,18	0,98	2,24	0,91	0,62
3	Kỹ năng thực hiện cách giải quyết KKTL	2,15	0,85	2,39	1,03	2,47	0,92	0,01
	Chung (n = 687)	2,33	0,94	2,35	0,97	2,49	0,90	0,10

(Ghi chú: ĐTB thấp nhất là 1, cao nhất là 5).

Nhận xét: Kết quả bảng 3.20 cho thấy có sự khác biệt về mức độ kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo tín chỉ giữa sinh viên các năm học khác nhau. Trong đó, điểm trung bình của kỹ năng “Thực hiện cách giải quyết KKTL” của sinh viên năm thứ hai thấp hơn so với sinh viên năm thứ ba và năm thứ tư, sự khác biệt này có ý nghĩa thống kê với $p = 0,01$. Điều này cho thấy sinh viên học tập ở các năm học sau có kỹ năng ứng phó tốt hơn sinh viên năm học trước. Có thể lý giải rằng, tri thức, kinh nghiệm học tập theo học chế tín chỉ trong trường đại học đã ảnh hưởng tích cực đến kỹ năng ứng phó với KKTL trong học tập của sinh viên.

3.2.3.3. So sánh theo ngành học

Bảng 3.21: So sánh mức độ kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật theo ngành học

TT	Các biểu hiện	Điện - điện tử (n = 231)		Cơ khí chế tạo (n = 122)		Cơ khí động lực (n = 178)		Công nghệ thông tin (n = 156)		Mức độ khác biệt
		ĐTB	ĐLC	ĐTB	ĐLC	ĐTB	ĐLC	ĐTB	ĐLC	
1	Kỹ năng nhận diện KKTL	2,64	0,93	2,6	0,98	2,64	1,02	2,68	0,91	0,06
2	Kỹ năng xác định cách giải quyết KKTL	2,28	0,86	1,97	1,00	2,02	1,02	2,52	0,90	0,06
3	Kỹ năng thực hiện cách giải quyết KKTL	2,37	0,92	2,35	0,88	2,19	0,95	2,43	0,93	0,37
	Chung (n = 687)	2,43	0,90	2,30	0,95	2,28	0,99	2,54	0,91	0,82

(Ghi chú: ĐTB thấp nhất là 1, cao nhất là 5).

Nhận xét: Kết quả bảng 3.21 cho thấy, nhìn chung tuy có sự chênh lệch về điểm trung bình của sinh viên ở các khối ngành khác nhau về kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo tín chỉ, tuy nhiên kết quả kiểm định ($p > 0,05$) cho thấy không có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê về giá trị trung bình của kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo tín chỉ giữa sinh viên các ngành khác nhau. Điều này cho thấy sự khác nhau về ngành học không ảnh hưởng nhiều đến kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên.

3.2.3.4. So sánh theo địa bàn trường học

Bảng 3.22: So sánh mức độ kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật theo địa bàn trường học

TT	Các biểu hiện	ĐHSPKT Hưng Yên (n = 141)		ĐHSPKT Vinh (n = 397)		ĐHSPKT Nam Định (n = 149)		Mức độ khác biệt
		ĐTB	ĐLC	ĐTB	ĐLC	ĐTB	ĐLC	
1	Kỹ năng nhận diện KKTL	2,74	0,88	2,62	1,09	2,54	0,91	0,10
2	Kỹ năng xác định cách giải quyết KKTL	2,39	0,93	1,97	0,94	2,22	0,92	0,47
3	Kỹ năng thực hiện cách giải quyết KKTL	2,41	0,83	2,32	0,93	2,28	1,02	0,00
	Chung (n = 687)	2,51	0,88	2,30	0,98	2,34	0,95	0,22

(Ghi chú: ĐTB thấp nhất là 1, cao nhất là 5).

Nhận xét: Kết quả so sánh ở bảng 3.22 cho thấy, phần lớn kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý của sinh viên trường ĐHSP kỹ thuật Vinh thấp hơn so với các trường còn lại, tuy nhiên sự khác biệt này không có ý nghĩa thống kê. Sự khác biệt chỉ có ý nghĩa thống kê ở kỹ năng “Thực hiện cách giải quyết KKTL”, cũng có nghĩa là sinh viên trường ĐHSP kỹ thuật Nam Định có mức độ biểu hiện kỹ năng đó thấp hơn so với sinh viên các khối trường còn lại.

3.2.3.5. So sánh theo kết quả tích lũy tín chỉ của sinh viên

Bảng 3.23: Tương quan giữa kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý của sinh viên trong học tập theo học chế tín chỉ với kết quả tích lũy tín chỉ

Tương quan giữa KNUP với KKTL của SV với kết quả tích lũy tín chỉ		Kết quả tích lũy tín chỉ	KNUP với KKTL
Kết quả tích lũy tín chỉ	Pearson Correlation	1	.386
	Sig. (2-tailed)		.041
	N	687	687
KNUP với KKTL	Pearson Correlation	.386	1
	Sig. (2-tailed)	.041	
	N	687	687

Nhận xét: Kết quả tương quan ở bảng 3.23 cho thấy, có mối tương quan thuận giữa kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý của sinh viên trong hoạt động theo tín chỉ với kết quả tích lũy tín chỉ của sinh viên với $r = 0,38$ và $p = 0,04$. Điều này có nghĩa là, sinh viên có kết quả tích lũy tín chỉ đạt mức xuất sắc và giỏi có kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý tốt hơn trong các hoạt động học tập theo học chế tín chỉ so với sinh viên có kết quả học tập ở mức thấp hơn.

3.3. Thực trạng các yếu tố ảnh hưởng đến kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật

Kết quả điều tra cho thấy có nhiều yếu tố ảnh hưởng đến kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong các hoạt động học tập theo tín chỉ của sinh viên. Tổng hợp kết quả thu được, chúng tôi nhóm thành các yếu tố được trình bày tại bảng 3.24:

Bảng 3.24: Các yếu tố ảnh hưởng đến KNUP với KKTL của sinh viên ĐHSP kỹ thuật

TT	Yếu tố ảnh hưởng		Kết quả (%)				
			Không ảnh hưởng	Ảnh hưởng ít	Ảnh hưởng trung bình	Ảnh hưởng nhiều	Ảnh hưởng rất nhiều
1	Yếu tố chủ quan	Hiểu biết về đào tạo theo học chế tín chỉ	13	3,2	5,4	38,9	39,6
		Tự tin tham gia các hoạt động học tập	9,2	9,0	2,6	40,3	38,9
		Hứng thú tham gia các hoạt động học tập	3,7	4,3	3,5	34,3	54,1
		Cách thức tổ chức phương pháp học tập	2,6	5,3	2,0	47,3	41,2
		Chung	2,0	10,8	4,7	40,9	41,6
2	Yếu tố khách quan	Tổ chức triển khai đào tạo tín chỉ của nhà trường	4,1	13,8	27,9	39,2	15
		Phương pháp giảng dạy của giảng viên	2,8	11,9	11,9	40,5	32,9
		Vai trò của cố vấn học tập	4,2	19,2	12,2	36,5	27,7
		Cơ sở vật chất đầu tư cho hoạt động học tập theo tín chỉ	2,6	10,6	16,6	38,9	31,3
		Chung	2,7	4,0	0,9	44,4	48

Nhận xét: Kết quả từ bảng 3.24 cho thấy, các yếu tố thuộc về bản thân sinh viên như: *hiểu biết về đào tạo theo học chế tín chỉ, tự tin tham gia các hoạt động học tập, hứng thú học tập theo học chế tín chỉ, cách thức tổ chức phương pháp học tập trong các hoạt động học tập theo tín chỉ* và các yếu tố khách quan như: *tổ chức triển khai đào tạo tín chỉ của nhà trường, phương pháp giảng dạy của giảng viên, vai trò của cố vấn học tập, cơ sở vật chất đầu tư cho hoạt động học tập theo tín chỉ* có ảnh hưởng đến KNUP với KKTL của sinh viên với các mức độ khác nhau, nhưng phần lớn đều rất có ảnh hưởng không nhỏ đến KNUP với KKTL của sinh viên ĐHSP kỹ thuật.

Trong các yếu tố thuộc về bản thân sinh viên, *cách thức tổ chức phương pháp học tập trong các hoạt động học tập theo tín chỉ* của sinh viên có ảnh hưởng nhiều nhất đến KNUP với KKTL của sinh viên (chiếm 89,5%). Yếu tố được coi là ảnh hưởng mạnh tiếp theo là *hứng thú học tập theo học chế tín chỉ* (chiếm 88,4%). Lần lượt tiếp theo là các yếu tố về *tự tin tham gia các hoạt động học tập* (79,2%) và *hiểu biết về đào tạo theo học chế tín chỉ* (78,5%).

Sở dĩ đa số sinh viên ĐHSP kỹ thuật cho rằng phương pháp học tập có ảnh hưởng nhiều và rất nhiều đến KNUP với KKTL của các em bởi vì thực tế cho thấy phương pháp học tập do chính sinh viên lựa chọn và sử dụng. Tuy nhiên phần lớn các em chưa lựa chọn được phương pháp học tập phù hợp với đặc thù học tập theo tín chỉ, thậm chí nhận thức về học tập theo tín chỉ cũng chưa đầy đủ, vì vậy mà khi gặp các KKTL, sinh viên thể hiện rõ sự lúng túng, khó tìm được cách giải quyết, dẫn đến khó khăn trong việc hoàn thành các nhiệm vụ học tập. Đây là một trong những thực trạng cần được giảng viên quan tâm nhằm giúp sinh viên ĐHSP kỹ thuật ứng phó tốt hơn khi gặp các KKTL trong học tập.

Trong các yếu tố thuộc về phía khách quan, *phương pháp giảng dạy của giảng viên* có ảnh hưởng nhiều nhất đến KNUP với KKTL của sinh viên

(chiếm 73,4%). Tiếp theo đó là *cơ sở vật chất đầu tư cho hoạt động học tập theo tín chỉ* phục vụ cho các hoạt động học tập của sinh viên (70,2%), các yếu tố còn lại là *vai trò của cố vấn học tập* (64,2%), và *tổ chức triển khai đào tạo tín chỉ của nhà trường* (54,2%).

Kết quả khảo sát trên cũng phản ánh thực tế ở các trường ĐHSP kỹ thuật. Giảng viên đóng vai trò quan trọng trong việc hình thành phương pháp học cho sinh viên. Nếu được định hướng và hình thành phương pháp học tập phù hợp yêu cầu của học tín chỉ, chú trọng rèn luyện kỹ năng học tập hợp tác, tự học, tự nghiên cứu thì sinh viên có thể ứng phó tốt hơn khi phải đối mặt với các KKTL. Tuy nhiên, đa số môn học trong chương trình đào tạo lại là các môn kỹ thuật khó hiểu, có nhiều môn thực hành trên máy móc thiết bị, sinh viên khó có thể tự học, do đó mà giảng viên thường dành thời gian trên lớp giúp sinh viên nắm bắt vấn đề chứ chưa tập trung vào việc tổ chức thảo luận và hướng dẫn cách học cho sinh viên. Bên cạnh đó, hệ thống tài liệu tham khảo chưa phong phú, cố vấn học tập trong các trường ĐHSP kỹ thuật chưa thực sự chuyên nghiệp ... đều có ảnh hưởng lớn đến việc hình thành cho sinh viên KNUP hiệu quả với KKTL trong học tập theo tín chỉ.

Với hệ số tương quan $r > 0,69 \leq 7,45$ và $p = 0,00 < 0,01$ của các yếu tố chủ quan và $r > 0,48 \leq 7,54$ $p = 0,00 < 0,01$ của các yếu tố khách quan [xem phụ lục 9.3] cho thấy tất cả các yếu tố đều có tương quan thuận và chặt chẽ với KNUP với KKTL của sinh viên ĐHSP kỹ thuật, thể hiện các yếu tố đều có ảnh hưởng nhất định đến mức độ biểu hiện KNUP với KKTL của sinh viên trong các hoạt động học tập theo học chế tín chỉ.

*** So sánh theo khách thể nghiên cứu**

Kết quả so sánh cho thấy, không có sự khác biệt có ý nghĩa ($p > 0,05$) giữa *đánh giá của nam sinh viên và đánh giá của nữ sinh viên* về các yếu tố ảnh hưởng *thuộc bản thân sinh viên* đến mức độ biểu hiện KNUP với KKTL

của sinh viên trong các hoạt động học tập theo tín chỉ. Điều này có thể lý giải tại sao mức độ biểu hiện KNUP với KKTL của SV trong các hoạt động học tập theo học chế tín chỉ của SV chỉ ở mức thấp [xem phụ lục 10.3].

Kết quả so sánh theo năm học cho thấy, điểm trung bình các yếu tố “Tự tin tham gia các hoạt động học tập”, “Hứng thú tham gia các hoạt động học tập”, “Tổ chức triển khai đào tạo tín chỉ của nhà trường”, “Phương pháp giảng dạy của giảng viên” (p đều $< 0,05$) của sinh viên năm thứ ba và sinh viên năm thứ tư lớn hơn so với sinh viên năm thứ hai. Điều này cũng có nghĩa, sinh viên năm thứ ba và nhất là sinh viên năm thứ tư đánh giá các yếu tố đó ảnh hưởng không nhỏ đến mức độ biểu hiện KNUP với KKTL của sinh viên. Tổng hợp kết quả cũng cho thấy, có sự khác biệt có ý nghĩa trong việc đánh giá yếu tố thuộc về bản thân sinh viên và yếu tố khách quan ảnh hưởng đến KNUP với KKTL của sinh viên. Theo đó, sinh viên năm thứ tư có điểm trung bình cao nhất, tiếp theo là năm thứ ba, cuối cùng là năm thứ 2 [xem phụ lục 10.3].

Kết quả so sánh theo ngành học cho thấy không có sự khác biệt trong việc đánh giá mức độ ảnh hưởng của các yếu tố thuộc về bản thân sinh viên, các yếu tố khách quan đến KNUP với KKTL của sinh viên ở các ngành học khác nhau [xem phụ lục 10.3].

Kết quả so sánh theo địa bàn trường học cho thấy: có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê về mức điểm trung bình của các yếu tố ảnh hưởng là “hiểu biết về đào tạo theo học chế tín chỉ” và “tổ chức triển khai đào tạo tín chỉ của nhà trường” giữa sinh viên các trường, trong đó điểm trung bình của sinh viên trường ĐHSP kỹ thuật Nam Định cao hơn so với sinh viên các trường còn lại. Kết quả chung cho thấy, điểm trung bình của sinh viên trường ĐHSP kỹ thuật Nam Định cao hơn so với sinh viên các trường còn lại ở cả yếu tố thuộc về bản thân sinh viên; còn điểm trung bình của sinh viên trường ĐHSP kỹ thuật Hưng Yên cao hơn so với sinh viên các trường còn lại về yếu tố khách quan [xem phụ lục 10.3].

Nhìn từ thực tế, trường ĐHSP kỹ thuật Hưng Yên là trường triển khai đào tạo tín chỉ sớm nhất trong 3 trường được chọn nghiên cứu. Do đó với kinh nghiệm dày dặn hơn, việc triển khai đào tạo sẽ hiệu quả hơn. Đây là lý do của việc yếu tố khách quan được sinh viên đánh giá có ảnh hưởng lớn hơn.

So sánh theo kết quả học tập cho thấy không có sự khác biệt trong việc đánh giá mức độ ảnh hưởng của các yếu tố thuộc về bản thân sinh viên, các yếu tố khách quan đến KNUP với KKTL của sinh viên [xem phụ lục 9.3].

* Sử dụng mô hình hồi qui đa biến để nghiên cứu mối quan hệ giữa mức độ ảnh hưởng của các yếu tố với KNUP với KKTL của sinh viên ĐHSP kỹ thuật cho thấy có mối tương quan $r = 0,65$. Điểm của các yếu tố về *phương pháp giảng dạy của giảng viên* (28,5%) có ảnh hưởng nhiều nhất đối với điểm các yếu tố ảnh hưởng đến KNUP với KKTL của sinh viên, tiếp theo là yếu tố *tổ chức triển khai đào tạo tín chỉ của nhà trường* (22,4%), *hiểu biết về đào tạo theo tín chỉ* (18%), *tự tin tham gia các hoạt động học tập* (16,2%); còn lại là các yếu tố *hứng thú tham gia các hoạt động học tập, cách thức tổ chức phương pháp học tập, vai trò của cố vấn học tập, cơ sở vật chất đầu tư cho hoạt động học tập theo tín chỉ* chỉ chiếm khoảng 14,9%.

3.4. Kết quả thực nghiệm tác động

3.4.1. Cơ sở đề xuất biện pháp thực nghiệm tác động

* *Cơ sở lý luận:*

Kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ có vai trò quan trọng trong việc giúp sinh viên giải quyết các KKTL, thích ứng với học tập, từ đó mà góp phần nâng cao hiệu quả học tập. Kỹ năng này có thể hình thành bằng nhiều con đường khác nhau, trong đó việc nâng cao nhận thức và rèn luyện kỹ năng là một trong những con đường mang lại hiệu quả.

* *Cơ sở thực tiễn:*

Kết quả nghiên cứu thực tiễn cho thấy:

- Kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật hiện nay mới đạt mức dưới trung bình (mức "Yếu"). Mức độ này thể hiện ở tất cả các công việc học tập theo học chế tín chỉ: Lập kế hoạch học tập; Học theo nhóm; Tự học, tự nghiên cứu. Tuy nhiên kết quả khảo sát thực trạng cũng cho thấy sinh viên ĐHSP kỹ thuật gặp khó khăn tâm lý nhiều hơn ở việc tự học, tự nghiên cứu và học tập theo nhóm.

- Có mối tương quan thuận giữa việc phát huy sự nỗ lực của bản thân và sự hình thành kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo tín chỉ một cách hiệu quả.

- Trong các yếu tố ảnh hưởng, hiểu biết về đào tạo theo học chế tín chỉ và cách thức tổ chức phương pháp học tập trong các hoạt động học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên đều có ảnh hưởng lớn đến việc hình thành và nâng cao kỹ năng ứng phó với KKTL trong học tập cho sinh viên.

- Qua quan sát thực tế học tập của sinh viên các trường được nghiên cứu, chúng tôi nhận thấy, khi thực hiện các nhiệm vụ học tập theo nhóm và tự học, tự nghiên cứu, đa số sinh viên khi gặp khó khăn tâm lý đều chưa nỗ lực bản thân để giải quyết vấn đề, mà chủ yếu là các em buông xuôi, mặc kệ, một số ít sinh viên nhờ bạn bè giúp đỡ, rất ít em nhờ thầy cô giúp đỡ.

3.4.2. Biện pháp thực nghiệm tác động

Trên cơ sở kết quả nghiên cứu lý luận, nghiên cứu thực trạng và các yếu tố ảnh hưởng đến KNUP với KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật, chúng tôi đề xuất biện pháp thực nghiệm: Bồi dưỡng nâng cao kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học theo nhóm và tự học, tự nghiên cứu cho sinh viên. (Nội dung cụ thể của biện pháp thực nghiệm, thời gian và cách thức tiến hành đã được mô tả tại chương 2).

3.4.3. Kết quả thực nghiệm tác động

Căn cứ vào kết quả khảo sát, chúng tôi lựa chọn số nghiệm thể từ kết

quả khảo sát thực trạng lấy những sinh viên có mức độ KNUP với KKTL ở mức yếu để tham gia thực nghiệm và không có nhóm tham gia nghiên cứu đối chứng khi thực nghiệm.

Bảng 3.25: Kết quả trước và sau thực nghiệm về mức độ KNUP với KKTL trong học tập theo nhóm và trong tự học, tự nghiên cứu của nhóm thực nghiệm

Biểu hiện của kỹ năng	Trước thực nghiệm (n = 25)		Sau thực nghiệm (n = 25)		Ý nghĩa thống kê
	ĐTB	ĐLC	ĐTB	ĐLC	
Nhận diện KKTL trong học theo nhóm	1,61	0,78	2,99	0,98	0,05
Xác định cách giải quyết KKTL trong học theo nhóm	1,82	0,77	2,12	0,66	0,00
Thực hiện cách giải quyết KKTL trong học theo nhóm	2,08	0,90	2,82	0,73	0,00
KNUP với KKTL trong học theo nhóm	1,83	0,81	2,64	0,79	0,03
Nhận diện KKTL trong tự học, tự nghiên cứu	2,32	0,74	2,84	0,94	0,12
Xác định cách giải quyết KKTL trong tự học, tự nghiên cứu	1,76	0,78	2,38	0,87	0,00
Thực hiện cách giải quyết KKTL trong tự học, tự nghiên cứu	1,85	0,84	2,36	0,65	0,00
KNUP với KKTL trong tự học, tự nghiên cứu	1,97	0,78	2,52	0,82	0,00

(Ghi chú: ĐTB thấp nhất là 1, cao nhất là 5).

Nhận xét:

Sau thời gian tiến hành các biện pháp tác động đối với nhóm thực nghiệm, chúng tôi đo kết quả ở nhóm thực nghiệm sau thực nghiệm. Kết quả thu được ở bảng 3.25 cho thấy: Các biểu hiện của kỹ năng đều tăng:

** Những thay đổi về kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học theo nhóm của sinh viên trước và sau thực nghiệm:*

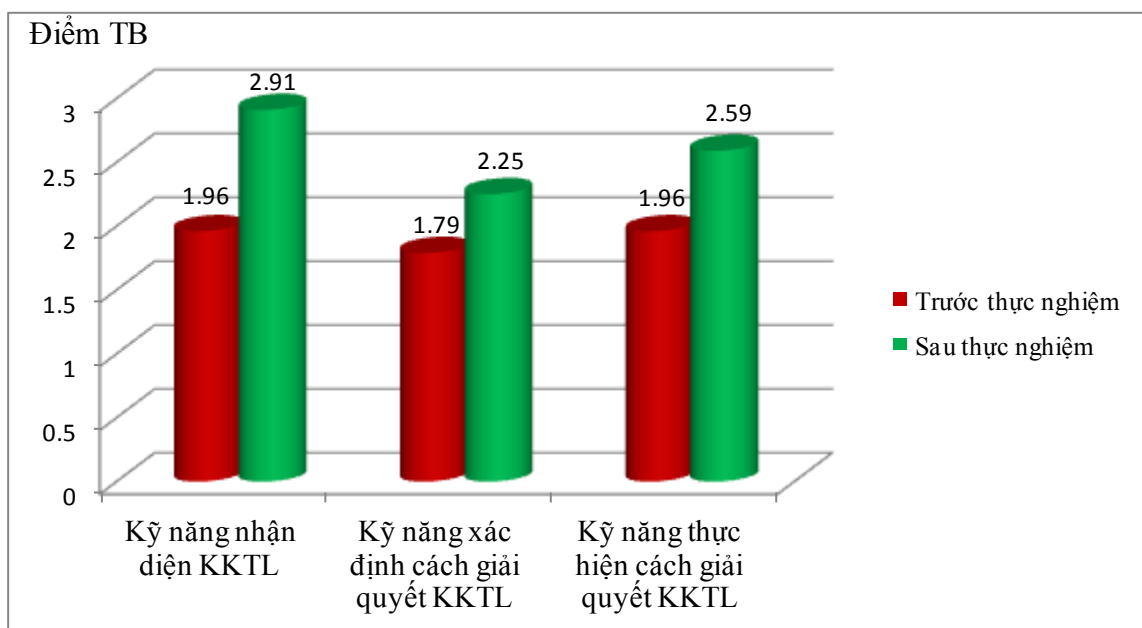
KNUP với KKTL trong học theo nhóm có ĐTB tăng từ 1,83 lên 2,64 và mức tăng này là có ý nghĩa với $p < 0,05$. Điều này chứng tỏ sau khi được tập huấn, KNUP với KKTL trong học theo nhóm của sinh viên nhóm thực nghiệm được tăng lên đáng kể. Trước thực nghiệm, các biểu hiện của kỹ năng được chọn thực nghiệm đều ở mức yếu, tức là ít khi biết thực hiện KNUP, nhưng sau thực nghiệm, KNUP với KKTL đã tăng lên mức trung bình. Ở mức độ này, sinh viên ĐHSP kỹ thuật đã biết thực hiện đôi khi đầy đủ, đôi khi không, lúc nhanh, lúc chậm, lúc linh hoạt, lúc cứng nhắc việc nhận diện, xác định cách thức giải quyết và thực hiện cách thức giải quyết KKTL trong học theo nhóm. Tuy nhiên xét trong từng kỹ năng thành phần thì ở kỹ năng xác định cách giải quyết KKTL trong học nhóm, mặc dù ĐTB có tăng lên từ 1,82 lên 2,12 nhưng vẫn ở mức yếu. Điều đó chứng tỏ đây là kỹ năng khó, việc thu thập thông tin, phân tích và ra quyết định lựa chọn cách giải quyết KKTL sao cho phù hợp với điều kiện khách quan và chủ quan khi gặp KKTL trong khi học nhóm là việc làm khó đối với sinh viên ĐHSP kỹ thuật. Vì vậy, sinh viên cần phải tiếp tục rèn luyện kỹ năng này để ngày càng ứng phó tốt hơn với KKTL trong học nhóm, góp phần nâng cao hiệu quả học tập theo học chế tín chỉ.

** Những thay đổi về kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong tự học, tự nghiên cứu của sinh viên trước và sau thực nghiệm:*

KNUP với KKTL trong tự học, tự nghiên cứu có mức độ đã tăng từ yếu lên trung bình (ĐTB tăng từ 1,97 lên 2,52), mức tăng này là có ý nghĩa với $p < 0,05$. Điều này chứng tỏ sau khi được tập huấn, KNUP với KKTL trong tự học, tự nghiên cứu của sinh viên nhóm thực nghiệm cũng được tăng lên. Trước thực nghiệm, sinh viên nhóm thực nghiệm gần như chưa

biết cách thực hiện KNUP với KKTL, thực hiện chậm, lúng túng, cứng nhắc việc nhận diện, xác định cách thức và thực hiện cách thức giải quyết KKTL, vì vậy KKTL trong tự học tự nghiên cứu ít khi được giải quyết. Nhưng sau khi được tập huấn, sinh viên thỉnh thoảng đã biết cách nhận diện, xác định cách giải quyết và thực hiện cách giải quyết KKTL trong tự học tự nghiên cứu. Đây là sự thay đổi quan trọng góp phần nâng cao hiệu quả tự học tự nghiên cứu cho sinh viên.

Kết quả về sự thay đổi của từng kỹ năng thành phần của KNUP với KKTL trong học theo nhóm và tự học, tự nghiên cứu trước và sau thực nghiệm được khái quát lại bằng biểu đồ 3.3 dưới đây:



Biểu đồ 3.3: Mức độ KNUP với KKTL trong học theo nhóm và trong tự học, tự nghiên cứu của sinh viên trước và sau thực nghiệm

Qua quan sát và phỏng vấn cho thấy, sau thực nghiệm, sinh viên nhóm thực nghiệm đã nhận thức rõ hơn rằng trong đào tạo theo tín chỉ, nội dung trên lớp giảm và nội dung tự học tăng. Vai trò của giảng viên chỉ là hướng dẫn, còn sinh viên chủ động, sáng tạo, hợp tác theo nhóm. Tự học, tự nghiên

cứu là bắt buộc, là hoạt động quan trọng ảnh hưởng lớn đến kết quả học tập. Vì vậy mà sinh viên thấy được sự cần thiết phải rèn luyện kỹ năng học nhóm và kỹ năng tự học, tự nghiên cứu cũng như rèn luyện kỹ năng ứng phó khi gặp khó khăn tâm lý trong học nhóm và tự học tự nghiên cứu.

Bên cạnh đó, sinh viên cũng đã nắm bắt được phương pháp học nhóm, nội dung và cách tiến hành tự học. Để tự học hiệu quả, các em biết mình phải xác định mục đích và nhiệm vụ của việc tự học, tiến hành thu thập tài liệu liên quan đến nội dung kiến thức và sau đó là trình bày kết quả của việc tự học, tự nghiên cứu. Nhóm thực nghiệm còn nắm được quy trình giải quyết khó khăn tâm lý bằng sự nỗ lực của bản thân để giải quyết vấn đề và được thử nghiệm thông qua các tình huống khó khăn tâm lý xuất hiện trong học tập. Bạn N.V.N, một trong những sinh viên trong nhóm thực nghiệm cho rằng: *"Nếu chúng em được thầy cô hướng dẫn những nội dung này sớm hơn thì có lẽ kết quả học tập cũng không đến nỗi tệ, bây giờ em mới hiểu rõ và biết cách học nhóm và tự học, sau này nếu gặp khó khăn em đã có thể giải quyết được rồi"*.

Nhờ vậy mà sau thực nghiệm, kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập của sinh viên đã được tăng lên đáng kể.

Như vậy có thể khẳng định, biện pháp được áp dụng trong chương trình tập huấn nâng cao kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ cho sinh viên ĐHSP kỹ thuật là có hiệu quả.

Tiểu kết chương 3

Kết quả cứu thực tiễn kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật cho thấy:

- Sinh viên có KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ ở mức cao. Trong đó sinh viên gặp khó khăn tâm lý nhiều nhất trong tự học, tự nghiên cứu.

- Kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật hiện nay chủ yếu ở mức trung bình và mức yếu. Mức độ này biểu hiện cả ở KNUP với KKTL nói chung và từng kỹ năng thành phần. Xét trong các kỹ năng thành phần của KNUP với KKTL: kỹ năng nhận diện KKTL là cao nhất, kỹ năng xác định cách giải quyết KKTL là thấp nhất. Xét trong các công việc học tập thì: KNUP với KKTL trong lập kế hoạch học tập là thấp nhất, trong tự học, tự nghiên cứu là cao nhất.

- Có sự khác biệt không đáng kể về KNUP với KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật theo phương diện giới tính, ngành học, năm học, địa bàn trường học.

- Có nhiều yếu tố khác nhau ảnh hưởng đến kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật. Trong đó, yếu tố có ảnh hưởng nhiều nhất là cách thức tổ chức phương pháp học tập của sinh viên và phương pháp giảng dạy của giảng viên.

- Sau thực nghiệm, kết quả KNUP với KKTL trong học theo nhóm và trong tự học tự nghiên cứu của sinh viên ĐHSP kỹ thuật tăng lên một cách có ý nghĩa so với trước thực nghiệm, cho phép kết luận biện pháp tác động tâm lý - sự phạm được đề xuất có tính hiệu quả.

KẾT LUẬN VÀ KIẾN NGHỊ

1. Kết luận

Từ kết quả nghiên cứu lý luận và thực tiễn của đề tài, có thể nêu ra những kết luận sau đây:

1.1. Về lý luận

Kỹ năng ứng phó có vai trò quan trọng giúp sinh viên ĐHSP kỹ thuật vượt qua các khó khăn tâm lý trong học tập, nhằm thực hiện hoạt động học tập theo học chế tín chỉ có hiệu quả.

Kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật là sự vận dụng tri thức, kinh nghiệm để nhận diện, xác định cách thức giải quyết và thực hiện cách thức giải quyết những yếu tố tâm lý gây trở ngại cho việc học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật nhằm đạt được hiệu quả học tập tốt.

Kỹ năng ứng phó với KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật biểu hiện ở ba kỹ năng thành phần là: Kỹ năng nhận diện KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ; Kỹ năng xác định cách thức giải quyết KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ và kỹ năng thực hiện cách thức giải quyết KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ.

Sự hình thành phát triển kỹ năng ứng phó với KKTL trong học tập theo tín chỉ của sinh viên chịu sự ảnh hưởng của nhiều yếu tố chủ quan và khách quan khác nhau.

1.2. Về thực tiễn

Kết quả nghiên cứu thực tiễn cho thấy:

Sinh viên có khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ ở mức cao. Trong đó sinh viên gặp khó khăn tâm lý nhiều nhất trong tự học, tự nghiên cứu.

Kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật hiện nay chủ yếu ở mức trung bình và mức yếu. Mức độ này biểu hiện cả ở KNUP với KKTL nói chung và biểu hiện từng kỹ năng thành phần: nhận diện KKTL, xác định cách giải quyết KKTL và thực hiện cách giải quyết KKTL. Trong đó, kỹ năng xác định cách giải quyết KKTL đạt mức thấp nhất, kỹ năng nhận diện KKTL đạt mức cao nhất.

Có sự khác biệt về KNUP với KKTL trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật theo phương diện giới tính, ngành học, năm học, địa bàn trường học nhưng không đáng kể.

Có nhiều yếu tố chủ quan từ phía sinh viên và khách quan ảnh hưởng đến kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSP kỹ thuật. Trong đó, cách thức tổ chức phương pháp học tập của sinh viên và phương pháp giảng dạy của giảng viên là hai yếu tố có ảnh hưởng lớn nhất.

Có thể nâng cao KNUP với KKTL trong học theo nhóm và trong tự học tự nghiên cứu cho sinh viên ĐHSP kỹ thuật bằng cách tiến hành tập huấn bồi dưỡng nâng cao kỹ năng này cho sinh viên. Kết quả thực nghiệm cho phép khẳng định tính hiệu quả của biện pháp tác động tâm lý - sư phạm được đề xuất.

Với những kết quả nghiên cứu trên, luận án đã hoàn thành nhiệm vụ nghiên cứu đề ra. Kết quả nghiên cứu đã khẳng định được giả thuyết khoa học đã nêu ban đầu.

2. Kiến nghị

2.1. Đối với nhà trường

- Tổ chức tập huấn nâng cao kiến thức chuyên môn, nghiệp vụ về đào tạo theo học chế tín chỉ cho giảng viên, cố vấn học tập và sinh viên. Có thể mời các chuyên gia có kinh nghiệm về đào tạo theo học chế tín chỉ đến nhà trường để giảng viên, cố vấn học tập có điều kiện trao đổi.

- Chú trọng xây dựng cơ sở vật chất nhằm đáp ứng yêu cầu của hoạt động dạy và học theo học chế tín chỉ. Đặc biệt cần bổ sung hệ thống học liệu, cập nhật những tài liệu mới để phục vụ quá trình học tập cho sinh viên một cách đầy đủ.

- Xây dựng mạng lưới cố vấn học tập chuyên nghiệp; chú trọng phát triển kỹ năng tư vấn học tập cho cố vấn học tập để nâng cao chất lượng hoạt động tư vấn học tập, từ đó nâng cao chất lượng đào tạo theo học chế tín chỉ.

2.2. Đối với giảng viên, cố vấn học tập

- Giảng viên cần chủ động tiếp thu những yêu cầu mới trong phương thức đào tạo theo học chế tín chỉ. Nghiên cứu kỹ bản chất của đào tạo theo hệ thống tín chỉ để đưa ra những yêu cầu hợp lý nhất đối với nhiệm vụ của sinh viên. Tăng cường giao lưu học hỏi kinh nghiệm về công tác dạy học và cố vấn trong đào tạo theo học chế tín chỉ.

- Thường xuyên tra đổi, cập nhật các phương pháp dạy học mới, ứng dụng công nghệ mới trong dạy học nhằm nâng cao hứng thú học tập cho sinh viên.

- Chú trọng việc hướng dẫn phương pháp học tập cho sinh viên. Tăng cường phương pháp tích cực theo tinh thần hướng dẫn, tổ chức cho sinh viên tham gia vào các loại hình hoạt động của tiết học. Thay đổi thói quen dạy học theo niên chế, hình thành những phương thức, hành động mới đáp ứng yêu cầu của học chế tín chỉ, chú ý hướng dẫn sinh viên thực hiện hoạt động học tập theo tín chỉ.

- Chú trọng hình thành và rèn luyện kỹ năng ứng phó cho sinh viên khi gặp khó khăn tâm lý trong học tập, trong đó tập trung hướng dẫn sinh viên ứng phó bằng sự nỗ lực bản thân để giải quyết vấn đề.

- Cố vấn học tập cần chú trọng rèn luyện kỹ năng tư vấn học tập theo học chế tín chỉ cho sinh viên; chủ động tìm hiểu nhu cầu tư vấn học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên, từ đó định hướng hoạt động tư vấn học tập cho sinh viên một cách có hiệu quả.

2.3. Đối với bản thân sinh viên

- Chủ động tìm hiểu phương thức đào tạo theo tín chỉ từ các nguồn thông tin khác nhau như các quy chế, quy định, giảng viên cố vấn học tập, bạn bè... để có nhận thức đúng đắn và sâu sắc về phương thức đào tạo này.

- Tích cực tìm hiểu chức năng, nhiệm vụ của các phòng chức năng, khoa phụ trách chuyên môn và của cố vấn học tập để có thể thuận lợi trong quá trình tư vấn học tập và giải quyết công việc liên quan đến học tập. Cần tăng cường mối quan hệ với cố vấn học tập, giảng viên và khoa chuyên môn để được tư vấn học tập một cách đầy đủ.

- Cần tích cực, chủ động và sáng tạo khi tham gia các hoạt động học tập theo học chế tín chỉ. Cần chủ động xây dựng kế hoạch học tập toàn khóa để có lộ trình học tập rõ ràng, định hướng các hoạt động trong từng năm học, học kỳ và quyết tâm thực hiện kế hoạch đã đặt ra.

- Rèn luyện phương pháp học tập tích cực phù hợp với phương thức đào tạo theo tín chỉ. Tăng cường học tập hợp tác với nhóm, tự học, tự nghiên cứu để hoàn thành các nhiệm vụ học tập.

- Tích cực rèn luyện kỹ năng ứng phó một cách tích cực khi gặp các khó khăn tâm lý trong học tập, đặc biệt cần phải nỗ lực bản thân để giải quyết vấn đề./.

DANH MỤC CÁC CÔNG TRÌNH ĐÃ CÔNG BỐ CỦA TÁC GIẢ

1. Phan Thị Tâm (2014), Một số vấn đề lý luận về ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập của sinh viên đại học, *Kỷ yếu Hội thảo khoa học quốc gia “Tâm lý học và an toàn con người”*, Hội Tâm lý học xã hội Việt Nam, tr.384 - 391.
2. Phan Thị Tâm (2015), Định hướng giải quyết khó khăn tâm lý trong học tập theo tín chỉ cho sinh viên đại học sư phạm kỹ thuật, *Kỷ yếu Hội thảo khoa học quốc tế, “Tâm lý học và Giáo dục học trong sự nghiệp phát triển con người Việt Nam”*, Khoa Tâm lý - Giáo dục học, Trường Đại học Sư phạm Hà Nội, tr.491 - 495.
3. Phan Thị Tâm (2016), “Kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo tín chỉ của sinh viên đại học sư phạm kỹ thuật”, *Tạp chí Tâm lý học xã hội*, (1), tr.126 - 131.
4. Phan Thị Tâm (2016), “Biểu hiện của kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo tín chỉ cho sinh viên đại học sư phạm kỹ thuật”, *Tạp chí Tâm lý học xã hội*, (2), tr.86 - 91.
5. Phan Thị Tâm (2017), “Mức độ khó khăn tâm lý trong học tập theo tín chỉ của sinh viên đại học sư phạm kỹ thuật”, *Tạp chí Tâm lý học xã hội*, (1), tr.102 - 109.

DANH MỤC TÀI LIỆU THAM KHẢO

Tài liệu Tiếng Việt

1. Chu Liên Anh (2011), *Kỹ năng tư vấn pháp luật của luật sư*, Luận án tiến sĩ, Học viện khoa học xã hội Việt Nam, Hà Nội.
2. Hoàng Anh (1992), *Kỹ năng giao tiếp sư phạm của sinh viên*, Luận án phó tiến sĩ, trường Đại học Sư phạm Hà Nội I, Hà Nội.
3. Hoàng Anh (Chủ biên) (2009), *Hoạt động - Giao tiếp - Nhân cách*, Nxb Đại học Sư phạm Hà Nội.
4. Đỗ Văn Bình (2008), "Khó khăn tâm lý trong hoạt động học tập của sinh viên năm nhất Trường Cao đẳng sư phạm Quảng Trị", *Tạp chí Tâm lý học*, (2), tr. 59-63.
5. Nguyễn Thanh Bình (2008), *Giáo trình giáo dục kỹ năng sống*, Hà Nội.
6. Nguyễn Thị Thanh Bình (1996), *Nghiên cứu một số trở ngại tâm lí trong giao tiếp của sinh viên với học sinh khi thực tập tốt nghiệp*, Luận án Tiến sĩ Tâm lý học, Trường Đại học Sư phạm Hà Nội.
7. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2007), *Quy chế đào tạo Đại học và Cao đẳng hệ chính quy theo hệ thống tín chỉ* (Ban hành kèm theo Quyết định số 43/2007/QĐ-BGDĐT ngày 15 tháng 8 năm 2007 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo).
8. Bộ Tài nguyên và môi trường (2008), *Chương trình mục tiêu quốc gia ứng phó với biến đổi khí hậu*, Hà Nội
9. Cobbe Jim (2008). Ý nghĩa của hệ thống tín chỉ đối với trường đại học và các khoa, đối với sinh viên, phụ huynh và các nhà tuyển dụng, *Tạp chí Giáo dục*, (203), tr. 55-58.
10. Covaliov A.G (1976), *Tâm lý học xã hội*, Nxb Giáo dục, Hà Nội.
11. Covaliov A.G (1994), *Tâm lý học cá nhân*, Nxb Giáo dục, Hà Nội.

12. Lê Mỹ Dung (2011), *Khó khăn tâm lý trong hoạt động học tập của học sinh tiểu học*, Đề tài nghiên cứu khoa học cấp Bộ, Mã số B2009-17-180.
13. Vũ Dũng (Chủ biên) (2000), *Từ điển Tâm lý học*, Nxb Khoa học Xã hội, Hà Nội.
14. Đỗ Văn Đoạt (2014), *Kỹ năng ứng phó với stress trong hoạt động học tập theo tín chỉ của sinh viên Đại học sư phạm*, Luận án tiến sĩ Tâm lý học, Học viện Khoa học xã hội, Hà Nội.
15. Trần Khánh Đức (2002), *Giáo dục kỹ thuật nghề nghiệp và phát triển nguồn nhân lực*, Nxb Giáo dục, Hà Nội.
16. Trần Thị Minh Đức (Chủ biên) (2012), *Cố vấn học tập trong các trường đại học*, Nxb Đại học Quốc gia Hà Nội.
17. Ganperin P.Ia (1978), "Phát triển các công trình nghiên cứu quá trình hình thành hành động trí tuệ", *Tâm lý học Liên Xô*, Nxb Tiến bộ, Matxcova, tr.351-396.
18. Vũ Ngọc Hà (2011), *Khó khăn tâm lý của học sinh đầu lớp 1*, Nxb Từ điển Bách khoa, Hà Nội.
19. Phạm Minh Hạc (1997), *Hành vi và hoạt động*, Nxb Giáo dục, Hà Nội.
20. Phạm Minh Hạc (2003), *Một số công trình tâm lý học A.N.Leonchiev*. Nxb Giáo dục, Hà Nội.
21. Đặng Xuân Hải (2006), "Đào tạo theo hệ thống tín chỉ ở Việt Nam: Đặc điểm và điều kiện triển khai", *Tạp chí Khoa học giáo dục*, (13).
22. Đặng Xuân Hải (2007), "Về tính tự chủ và tự chịu trách nhiệm của sinh viên và giảng viên trong phương thức đào tạo theo học chế tín chỉ", *Tạp chí Giáo dục*, (175), tr. 3-7.
23. Đặng Xuân Hải (2013), *Kỹ thuật dạy học trong đào tạo theo học chế tín chỉ*, Nxb Bách khoa, Hà Nội.

24. Phạm Thị Thanh Hải (2013), *Quản lý hoạt động học tập của sinh viên theo hệ thống tín chỉ tại trường Đại học Việt Nam*, Luận án tiến sĩ Quản lý giáo dục, Đại học Sư phạm Hà Nội.
25. Trần Thị Minh Hằng (2011), *Tự học và yếu tố tâm lý cơ bản trong tự học của sinh viên sư phạm*, Nxb Giáo dục, Hà Nội.
26. Nguyễn Thị Thúy Hạnh (2012), *Kỹ năng học tập hợp tác của sinh viên sư phạm*, Luận án tiến sĩ Tâm lý học, Học viện Khoa học xã hội, Hà Nội.
27. Lê Văn Hồng (2001), *Tâm lý học lứa tuổi và tâm lý học sư phạm*, Nxb Đại học Quốc gia Hà Nội.
28. Nguyễn Thị Huệ (2011), "Đánh giá của sinh viên trường ĐHSP Hà Nội về kỹ năng ứng phó của bản thân với các khó khăn tâm lý trong hoạt động rèn luyện nghiệp vụ sư phạm", *Tạp chí Tâm lý học*, (11).
29. Nguyễn Thị Huệ (2012), "Một số vấn đề lý luận về kỹ năng ứng phó với các khó khăn tâm lý trong hoạt động", *Tạp chí Giáo dục*, (277).
30. Nguyễn Thế Hùng (2008), "Khó khăn tâm lý trong hoạt động học tập của sinh viên năm nhất trường Cao đẳng sư phạm Bến Tre", *Tạp chí Tâm lý học*, (5), tr. 55-59.
31. Nguyễn Mai Hương (2015), *Kỹ năng học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên một số trường sư phạm*, Luận án Tiến sĩ Tâm lý học, Học viện Khoa học xã hội, Hà Nội.
32. Nguyễn Thị Hương (2014), *Nghiên cứu cách ứng phó của người bệnh nghiện rượu với các khó khăn trong cuộc sống*, Luận án Tiến sĩ Tâm lý, Viện Hàn lâm khoa học xã hội Việt Nam.
33. Phan Thị Mai Hương (2007), *Cách ứng phó của trẻ vị thành niên với hoàn cảnh khó khăn*, Nxb Khoa học xã hội, Hà Nội.
34. Đặng Phương Kiệt (2000), *Cơ sở tâm lý học ứng dụng*, Nxb Đại học Quốc gia Hà Nội.

35. Kruchexki. V.A (1982), *Những cơ sở tâm lý học sư phạm*, Nxb Giáo dục, Hà Nội.
36. Bùi Ngọc Lâm (2013), *Phát triển kỹ năng lập kế hoạch học tập cho sinh viên Đại học trong đào tạo theo học chế tín chỉ*, Luận án Tiến sĩ Giáo dục học, Trường Đại học sư phạm Hà Nội.
37. Đặng Thị Lan (2014), "Một số khó khăn tâm lý trong hoạt động học của sinh viên những năm đầu ở trường ĐHNN-ĐHQG Hà Nội", *Tạp chí Tâm lý học*, (2), tr. 53-58.
38. Leonchiev A.N (1989), *Hoạt động - Ý thức - Nhân cách*, Nxb Giáo dục, Hà Nội (dịch).
39. Lêvitop A.D (1963), *Tâm lý học lao động*, Matxcova.
40. Nguyễn Hữu Long (2014), *Kỹ năng ứng phó với những khó khăn trong học tập của học sinh lớp 1*, Luận án Tiến sĩ Tâm lý học, Học viện Khoa học xã hội, Hà Nội.
41. Nguyễn Thị Mỹ Lộc - Đinh Thị Kim Thoa (2009), "Những rào cản tâm lý trong giao tiếp của sinh viên sư phạm trong quá trình triển khai các hình thức dạy học theo tín chỉ", *Tạp chí Tâm lý học*, (11), tr.1-7.
42. Trần Hữu Luyện (2011), "Đi tìm giải pháp nâng cao chất lượng luận án tiến sĩ Tâm lý học", *Tạp chí Tâm lý học*, (7).
43. Trần Hữu Luyện (2015), "Xây dựng tiêu chí đánh giá thực trạng đối tượng nghiên cứu ở các công trình luận án tiến sĩ Tâm lý học", *Tạp chí Tâm lý học*, (1).
44. Phan Trọng Ngọ (Chủ biên) (2001), *Tâm lý học hoạt động và khả năng ứng dụng vào lĩnh vực dạy học*, Nxb Đại học Quốc gia Hà Nội.
45. Vũ Thúy Ngọc (2014), "Thực trạng nhận thức về mức độ khó khăn tâm lý trong các khâu học tập môn tâm lý học theo tín chỉ của sinh viên năm thứ nhất các khoa cơ bản Trường ĐHSP Hà Nội", *Tạp chí Giáo dục*, (335) (Kỳ 1-6/2014), tr. 18-19.

46. Vũ Thị Nho (2005), *Tâm lý học phát triển*, Nxb Đại học Quốc gia Hà Nội.
47. Đào Thị Oanh (2003), *Tâm lý học lao động*, Nxb Đại học Quốc gia Hà Nội.
48. Đào Thị Oanh (chủ nhiệm) (2008), *Thực trạng biểu hiện của một số cảm xúc và kỹ năng đương đầu với cảm xúc tiêu cực ở thiếu niên hiện nay*, Đề tài NCKH-CN cấp Bộ, Hà Nội.
49. Dương Thị Kim Oanh (2013), "Cách ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập và cuộc sống của sinh viên trường ĐHSP kỹ thuật TP Hồ Chí Minh", *Tạp chí Tâm lý học*, (11), tr. 34-42.
50. Dương Thị Kim Oanh (2013), "Kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý của sinh viên", *Tạp chí Giáo dục*, (313) (Kỳ 1-7/2013), tr. 20-22.
51. Pêtropxki A.V (1982), *Tâm lý học lứa tuổi và tâm lý học sư phạm*, Nxb Giáo dục, Hà Nội.
52. Nguyễn Thị Hằng Phương (2014), *Kỹ năng tư vấn của cố vấn học tập trong các trường đại học*, Luận án Tiến sĩ Tâm lý học, Học viện khoa học xã hội, Hà Nội.
53. Nguyễn Thị Quỳnh Phương (2009), "Biện pháp rèn luyện kỹ năng hợp tác cho sinh viên sư phạm trong dạy học nhóm", *Tạp chí Giáo dục*, (271), tr.39-43.
54. Platonop K.K (1977), *Tâm lý học*, Matxkova.
55. Rudich P.A (1986), *Tâm lý học*, Nxb Thể dục thể thao, Hà Nội.
56. Nguyễn Thị Út Sáu (2013), *Thích ứng với hoạt động học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên Đại học Thái Nguyên*, Luận án Tiến sĩ Tâm lý học, Học viện khoa học xã hội, Hà Nội.
57. Sổ tay sinh viên (2016), Trường Đại học sư phạm Hà Nội.
58. Huỳnh Văn Sơn (2009), *Bạn trẻ và kỹ năng sống*, Nxb Lao động - Xã hội.
59. Nguyễn Thạc, Phạm Thành Nghị (2009), *Tâm lý học sư phạm đại học*, Nxb Đại học sư phạm Hà Nội

60. Trần Quốc Thành (1992), *Kỹ năng tổ chức trò chơi của chi đội trưởng chi đội thiếu niên tiên phong Hồ Chí Minh*, Luận án phó tiến sĩ khoa học sư phạm-tâm lý, Hà Nội.
61. Lâm Quang Thiệp (4/2006), *Về việc áp dụng học chế tín chỉ trên thế giới và ở Việt Nam*, bài viết cho Toạ đàm về đào tạo theo tín chỉ ở ĐHQG Hà Nội.
62. Trần Thị Lệ Thu (2011), *Thực trạng khó khăn tâm lý của sinh viên trường Đại học Sư phạm Hà Nội và nhu cầu cần có sự trợ giúp của chuyên gia tâm lý học đường*, Báo cáo Khoa học Hội nghị quốc tế lần thứ 2 về Tâm lý học đường ở Việt Nam, tr. 308 - 317.
63. Nguyễn Xuân Thúc - Đào Thị Lan Hương (2007), "Phân tích các biểu hiện khó khăn tâm lý trong hoạt động học tập của sinh viên năm thứ nhất sư phạm", *Tạp chí Tâm lý học*, (9), tr. 14-21.
64. Nguyễn Xuân Thúc (chủ nhiệm) (2007), *Nghiên cứu khó khăn tâm lý trong hoạt động học tập của sinh viên năm thứ nhất trường ĐHSPT Hà Nội*, Đề tài khoa học cấp bộ, mã số B2005-75-156.
65. Trần Trọng Thủy, (2009), *Tâm lý học lao động*, Nxb Đại học Quốc gia TP Hồ Chí Minh.
66. Nguyễn Thị Tình (2013), "Những khó khăn của sinh viên trường ĐHSPT Hà Nội trong quá trình học tập theo tín chỉ: Thực trạng, nguyên nhân và giải pháp", *Tạp chí Tâm lý học xã hội*, (2), tr. 36-50.
67. Tổ chức Plan tại Việt Nam (2010), *Tập huấn về kỹ năng sống cho học sinh trường giáo dưỡng*, Hà Nội.
68. Đồng Văn Toàn (2014), "Ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập của lưu học sinh Lào đang học ở trường Cao đẳng sư phạm Huế", *Tạp chí Tâm lý học*, (4), tr. 45-52.
69. Nguyễn Cảnh Toàn - Lê Khánh Bằng (2009), *Phương pháp dạy và học đại học*, Nxb Đại học Sư phạm Hà Nội.

70. Nguyễn Quang Uẩn (2010), *Tuyển tập nghiên cứu về Tâm lý - Giáo dục*, Nxb Đại học Sư phạm Hà Nội.
71. Nguyễn Quang Uẩn, Trần Hữu Luyến, Trần Quốc Thành (1998), *Tâm lý học đại cương*, Nxb Giáo dục, Hà Nội
72. Đinh Thị Hồng Vân (2013), *Cách ứng phó với những cảm xúc tiêu cực của thanh thiếu niên Thành phố Huế*, Luận án Tiến sĩ, Viện Hàn lâm Khoa học Xã hội Việt Nam.
73. Hoàng Văn Vân (2007), “*Phương thức đào tạo theo tín chỉ: lịch sử, bản chất và những hàm ý cho phương pháp dạy-học ở bậc đại học*”, Kỷ yếu hội thảo khoa học, Trung tâm đào tạo và bồi dưỡng giáo viên lý luận chính trị.
74. Nguyễn Đức Vũ (2009), “*Một số giải pháp về đổi mới phương pháp dạy - học ở đại học đáp ứng việc đào tạo theo hệ thống tín chỉ*”, Kỷ yếu hội thảo khoa học, Trường Đại học Huế.
75. Xmiecnov Michelle (2009), "Chuyển sang học chế tín chỉ: Cần thay đổi chương trình đào tạo và vai trò của giáo viên", *Tạp chí giáo dục*, (226), tr.51-58, (Lược dịch: Phạm Thị Ly).

Tài liệu Tiếng Anh

76. Anderson, J.R. & Schunn, C.D, (2000), *Implications of the ACT-R Learning Theory: No Magic Bullets I*, Mahwah, NJ: Erlbaum.
77. Andrews Michelle, Ainley Mary, and Frydenberg Erica (2004), Adolescent engagement with problem solving tasks: The role of coping style, self-efficacy, and emotions, Paper presented at *the 2004 AARE International Conference AND04761*.
78. B. Ballard and J. Clanchy (1985), *Study abroad: A manual for Asian students* (Chaprer 2: "Cultural variations in style of thinking"). Longman: Malaysia.

79. Carroll D. (1997), *“Teaching Your Children Life Skills”*, Berkley Trade.
80. Cary.L. Cooper and Phillip Dewe (2004), *“Review stress”*, A brief history, Blackwel.
81. Carver C.S, Scheiner M.F (1989), Assessing coping strategies: A theoretically based approach, *Journal of personality and social psychology*, Vol.56, p.267-283.
82. Compton N., (2009), *The Indispensable Book of Practical Life Skills*, New Holland Publishers Ltd.
83. Ensel W. M., Lin N. (1991), The life stress paradigm and psychological distress, *Journal of health and social behaviour*, v. 32, p. 321-341.
84. Frydenberg Erica, Lewis Ramon, Kennedy Gregor, Ardila Ruben (2003), Coping with concerns: An exploratory comparison of Australian, Colombian, German and Palestinian adolescents, *Journal of Youth and Adolescence Vol.32, page 56-59*.
85. Gunther K.C, Cohen L.H, Armeli S (1999), The role of neuroicism in daily stress and coping, *Journal of personality and social psychology*, Vol.77, No.5.
86. Haan.Selye (1956), *The stress of life*, New York, Mcrgan – Hill Book co Inc.
87. Hong Y, Chiu C, Dweck C.S, Lin D.M.S, Wan W (1999), Implicit theories, attribution, and coping: A meaning system approach, *Journal of personality and social psychology*, Vol.77, No.3.
88. James M. Hefferman (1973), The Credibility of the Credit hour: The History, Use and Shortcomings of the Credit System, 44 *Journal of Higher Education* 61.
89. Keil RMK (2004), coping and stress: a conceptual analysis, *Journal of advanced nursing*, tr.659-665.
90. Lazarus và Folkman (1984), *Stress, appraisal, and coping*, NY.

91. Lucas C.J (1976), "Psychological problems of students", *British Medical Journal*, 1976 Dec 11; 2(6049), p.1431-1433.
92. Mick betts and Robin Smith (2005), *Developing the credit -based modular curriculum in higher education: challenge,choice and change*, Francis E -Library.
93. Myers L.B, Brewin C.R (1998), Recall of early experience and the repressive coping style, *Journal of abnormal psychology*, Vol.103, No.2.
94. Richard N.J (2003), *Basic couseling skills*, SAGE Publication Ltd.
95. Robert Allen & Geoff Layer (1995), *Credit-Based Systems as Vehicles for Change in Universities and Colleges*, London-Philadelphia.
96. Skinner, E. A., & Zimmer-gembeck, M. J. (2007), *The Development of Coping*, Annual Review of Psychology, 58.
97. Terry D.J (1991), *Coping resourrces and situational appraisal as predictors of coping behavior*, Personality and individual differences, Vol.12, Issue 10.
98. Thomas G., (2006), *Life Skill Education and Curriculum*, Shipra Publications.

PHỤ LỤC

MỤC LỤC PHỤ LỤC

Phụ lục 1:	PHIẾU TRUNG CẦU Ý KIẾN.....	3
Phụ lục 2:	BẢNG HỎI VỀ KỸ NĂNG ỨNG PHÓ VỚI KHÓ KHĂN TÂM LÝ TRONG HỌC TẬP THEO HỌC CHẾ TÍN CHỈ.....	9
Phụ lục 3:	ĐỀ CƯƠNG PHÒNG VẤN GIẢNG VIÊN, CỐ VẤN HỌC TẬP.....	15
Phụ lục 4:	ĐỀ CƯƠNG PHÒNG VẤN SINH VIÊN	16
Phụ lục 5:	MẪU BIÊN BẢN QUAN SÁT (Dùng cho thực trạng).....	17
Phụ lục 6:	PHIẾU BÀI TẬP TÌNH HUỐNG	19
Phụ lục 7:	CHƯƠNG TRÌNH TẬP HUẤN.....	21
Phụ lục 8:	BẢNG HỎI KỸ NĂNG ỨNG PHÓ VỚI KHÓ KHĂN TÂM LÝ TRONG HỌC THEO NHÓM VÀ TỰ HỌC, TỰ NGHIÊN CỨU	25
Phụ lục 9:	MẪU BIÊN BẢN QUAN SÁT (Dùng cho thực nghiệm).....	27
Phụ lục 10:	SỐ LIỆU THỰC TRẠNG VỀ KNUP VỚI KKTL TRONG HỌC TẬP THEO HỌC CHẾ TÍN CHỈ CỦA SV ĐHSPT.....	28

Phụ lục 1
PHIẾU TRƯNG CẦU Ý KIẾN
(Dành cho sinh viên SPKT)

Để nghiên cứu về kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo tín chỉ của sinh viên nhằm đề xuất những giải pháp nâng cao kỹ năng này, chúng tôi mong các bạn vui lòng trả lời đầy đủ những câu hỏi dưới đây bằng cách đánh dấu "X" vào một ô phù hợp nhất với bạn. Các thông tin mà các bạn cung cấp chỉ sử dụng vào mục đích nghiên cứu khoa học.

Xin cảm ơn các bạn!

Phần 1: Một số thông tin chung về bạn:

1. Giới tính: Nam Nữ
2. Học năm thứ:
3. Khoa: Điện, Điện tử CK Chế tạo CK Động lực CN thông tin
4. Trường:
5. Kết quả tích lũy tín chỉ:
 Xuất sắc Giỏi Khá Trung bình Yếu

Phần 2: Nội dung

Câu 1: Ngoài những khó khăn thông thường về vật chất, bạn còn gặp những khó khăn về mặt tâm lý (tinh thần) trong học tập theo tín chỉ không?

Không khó khăn Ít khó khăn Khó khăn trung bình Khó khăn Rất khó khăn

Câu 2: Trong học tập theo tín chỉ, bạn gặp những khó khăn về mặt tâm lý ở mức độ nào trong các hoạt động sau:

TT	Các hoạt động	Mức độ khó khăn				
		Không khó khăn	Ít khó khăn	Khó khăn trung bình	Khó khăn	Rất khó khăn
1	Lập kế hoạch học tập					
2	Học theo nhóm sinh viên					
3	Tự học, tự nghiên cứu					

Câu 3: Trong học tập theo tín chỉ, các biểu hiện sau đây đúng với bạn ở mức độ nào? (1 = Hoàn toàn không đúng, 2 = Hầu như không đúng, 3 = Đôi khi đúng, 4 = Thường là đúng, 5 = Rất đúng).

TT	Các biểu hiện	Mức độ				
		1	2	3	4	5
1	Chưa hiểu đúng ý nghĩa của việc lập kế hoạch học tập					
2	Hiểu chưa đúng, chưa đầy đủ về nội dung, phương pháp lập kế hoạch học tập					
3	Chưa biết cách xây dựng kế hoạch học tập phù hợp					
4	Lúng túng trong việc xác định mục tiêu học tập					
5	Lúng túng trong việc xây dựng kế hoạch học tập toàn khóa và từng học kỳ					
6	Sợ kế hoạch học tập không thực hiện được					
7	Lập kế hoạch học tập chưa đảm bảo yêu cầu					
8	Khó thực hiện kế hoạch học tập trong thực tiễn					
9	Chưa kiểm soát được kế hoạch học tập của bản thân					
10	Chưa hiểu đúng ý nghĩa của việc học tập theo nhóm					
11	Hiểu chưa đúng, chưa đầy đủ về các nhiệm vụ khác nhau trong nhóm học tập					
12	Chưa biết cách hiện các công việc trong nhóm học tập					
13	Lúng túng trong việc thể hiện quan điểm của mình trước nhóm					
14	Lúng túng khi giải quyết bất đồng trong nhóm					
15	Lo sợ các ý kiến của mình không được nhóm chấp thuận					
16	Chưa đảm nhận được các vai trò khác nhau trong nhóm					
17	Khó tham gia học tập với nhóm					
18	Chưa thường xuyên trao đổi với các thành viên khác trong nhóm					
19	Chưa hiểu đúng ý nghĩa của việc tự học, tự nghiên cứu					
20	Hiểu chưa đúng, chưa đầy đủ về các yêu cầu trong tự học					
21	Chưa biết cách tự học, tự nghiên cứu					
22	Lúng túng trong việc sắp xếp kế hoạch tự học					
23	Lúng túng trong việc tìm kiếm tài liệu phục vụ tự học					
24	Lo sợ không hoàn thành nội dung tự học giáo viên yêu cầu					
25	Chưa xác định được nội dung cần thiết khi tham khảo tài liệu					
26	Khó thực hiện nhiệm vụ tự học, tự nghiên cứu					
27	Chưa thường xuyên trao đổi với giảng viên để hoàn thành nhiệm vụ tự học					

Câu 4: Để ứng phó giải quyết những khó khăn tâm lý trong học tập theo tín chỉ, mọi người thường sử dụng một loạt những cách thức dưới đây. Hãy đọc kỹ và lựa chọn một mức độ phù hợp nhất với bạn theo thang bậc từ 1 tới 5:

(1= Không dùng cách này, không nghĩ và làm như vậy; 2= ít dùng cách này, ít nghĩ và làm như vậy; 3 = Đôi khi sử dụng, thi thoảng nghĩ và làm như vậy; 4 = Sử dụng khá nhiều, thường nghĩ và làm như vậy; 5 = Sử dụng rất nhiều, rất thường xuyên nghĩ và làm như vậy).

STT	Những cách thức ứng phó giải quyết các khó khăn tâm lý	Mức độ				
		1	2	3	4	5
1	Kiên định thực hiện các cách mà mình đã lựa chọn					
2	Cố gắng tìm hiểu xem cái gì là nguyên nhân gây ra vấn đề					
3	Nỗ lực tối đa nhằm giải quyết vấn đề					
4	Xem xét, đánh giá lại vấn đề từ quan điểm người khác					
5	Suy nghĩ xem mình đang làm gì và cố gắng hiểu tại sao					
6	Nghĩ ra các giải pháp khác nhau để ứng phó					
7	Lên kế hoạch hành động nhằm giải quyết vấn đề					
8	Học cách suy nghĩ tích cực, tập trung làm tốt cái gì mình đang làm					
9	Chủ động đưa vấn đề rắc rối này ra thảo luận trong nhóm bạn					
10	Cố gắng học tập tự giác tích cực hơn					
11	Chấp nhận đương đầu thay cho né tránh, bỏ chạy					
12	Tìm cách thích ứng với hoàn cảnh					
13	Tự động viên mình không nghĩ đến khó khăn bất ổn đó nữa					
14	Nhìn vào mặt tích cực của vấn đề và tin rằng mọi việc sẽ ổn					
15	Cố gắng thay đổi cách nghĩ để có cái nhìn lạc quan hơn về cuộc sống					
16	Chấp nhận vui vẻ với cách thức mà sự việc đang diễn ra					
17	Tìm cách nghỉ ngơi và thư giãn (nghe nhạc, chơi đàn, xem phim...)					
18	Dành nhiều thời gian hơn cho các hoạt động thể dục, thể thao giải trí					
19	Tham gia các câu lạc bộ tập luyện yoga, khí công, dưỡng sinh					
20	Nói với người khác xem họ xử trí thế nào nếu họ gặp phải vấn đề này					
21	Nói chuyện với người khác để tranh thủ sự giúp đỡ của họ					
22	Tìm kiếm lời khuyên, sự động viên từ người khác					
23	Nói với người khác khó khăn của mình và nhờ giúp đỡ giải quyết					
24	Trao đổi với cô vấn học tập để xin lời khuyên về cách ứng phó					

25	Tìm sự ủng hộ giúp đỡ từ phía giáo viên, cán bộ trong trường								
26	Tìm sự ủng hộ giúp đỡ từ cha mẹ, người thân								
27	Hỏi bạn bè xem họ xử trí thế nào nếu họ gặp phải vấn đề này								
28	Tìm lời khuyên từ những người mình tin cậy								
29	Tìm kiếm sự giúp đỡ từ các chuyên gia tư vấn								
30	Đề nghị người có chuyên môn, có kinh nghiệm giúp đỡ								
31	Thảo luận với những người từng trải về vấn đề khó xử của mình								
32	Lập một nhóm bạn cùng giúp mình giải quyết vấn đề								
33	Tham gia vào nhóm người có cùng cảnh ngộ, khó khăn như mình để cùng chia sẻ cách thức ứng phó								
34	Đưa vấn đề ra thảo luận trong các buổi sinh hoạt câu lạc bộ sinh viên								
35	Tìm sự giúp đỡ từ phía đoàn thành niên, hội sinh viên								
36	Sử dụng nhiều thời gian hơn với bạn khác giới								
37	Cải thiện quan hệ với những người xung quanh để được giúp đỡ								
38	Lo lắng cho tương lai của mình								
39	Lo hãi có cái gì đó sẽ xảy ra với mình								
40	Tự chỉ trích, phê phán mình								
41	Nhận ra rằng chính mình làm khó cho mình								
42	Tự kết tội chính mình								
43	Mặc cảm mình là người có lỗi trong chuyện này								
44	Lúng túng, không biết làm gì cả								
45	Bỏ qua, không bận tâm								
46	Buông xuôi vấn đề, mặc cho hoàn cảnh đưa đẩy								
47	Thu mình và cố tránh để không bị mắc kẹt vào sự rắc rối								
48	Gửi kín những nỗi khổ tâm và luôn tránh tiếp xúc với mọi người								
49	Không nghĩ đến vấn đề đó nữa để tránh sự rắc rối								
50	Hy vọng rằng vấn đề sẽ tự nó được giải quyết								
51	Mơ tưởng điều kỳ diệu sẽ xảy ra, sự bất ổn sẽ biến mất								
52	Tự nói với mình rằng mọi khó khăn, bất ổn rồi sẽ qua								
53	Mong rằng sự việc rắc rối sẽ tự biến mất hoặc thay đổi tốt lên								
54	Cầu khẩn thần, phật để những điều rắc rối mau qua khỏi								
55	Cầu chúa ban phước lành								
	Những cách khác (ghi cụ thể):								

Câu 5: Theo bạn, các yếu tố sau đây ảnh hưởng đến kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo tín chỉ của sinh viên ở mức độ nào?

(1. Không ảnh hưởng; 2. Ảnh hưởng ít; 3. Ảnh hưởng trung bình; 4. Ảnh hưởng nhiều; 5. Ảnh hưởng rất nhiều).

STT	Các yếu tố ảnh hưởng đến kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo tín chỉ	Mức độ				
		1	2	3	4	5
I	Các yếu tố chủ quan (từ phía sinh viên)					
1	Chưa tìm đọc hướng dẫn để hiểu biết đầy đủ về đào tạo theo tín chỉ					
2	Chưa ý thức rõ việc học tập theo tín chỉ đòi hỏi người học phải luôn chủ động, tích cực và có khả năng tự học, tự nghiên cứu					
3	Chưa tự xác lập được kế hoạch học tập phù hợp theo tín chỉ					
4	Chưa tạo được hứng thú học tập với một số môn học/học phần					
5	Chưa biết cách thức tự quản lý việc học của mình sao cho hiệu quả					
6	Chưa tạo được thói quen học tự giác, tự học từ tài liệu tham khảo					
7	Phương pháp học còn thụ động, sử dụng vở ghi, giáo trình là chính					
8	Chưa chủ động tích cực đọc thêm từ các sách, báo tài liệu tham khảo					
9	Chưa chủ động tìm kiếm sự giúp đỡ của cố vấn học tập					
10	Chưa chú trọng rèn kỹ năng hợp tác, học tập theo nhóm					
11	Chưa chú trọng rèn kỹ năng tự học, tự nghiên cứu					
12	Chưa có cách học thích hợp, hiệu quả với từng môn học cụ thể					
13	Chưa chú trọng rèn kỹ năng thực hành, kỹ năng nghề nghiệp					
14	Thiếu tự tin vào khả năng học tập của bản thân					
15	Chưa sử dụng hiệu quả công nghệ thông tin để hỗ trợ học tập					
16	Những nguyên nhân chủ quan khác (ghi cụ thể):					
					
II	Các yếu tố khách quan					
1	Hướng dẫn và tổ chức đăng ký học phần trực tuyến chưa thuận tiện					
2	Hướng dẫn và tổ chức đăng ký học phần trực tiếp còn một số khâu bất cập					
3	Cách tổ chức các lớp học tín chỉ theo học phần/môn học còn bất cập					
4	Lớp học tín chỉ của một số học phần quá đông sinh viên đăng kí					
5	Phương pháp giảng dạy của giảng viên ở các lớp học tín chỉ có đông sinh viên chủ yếu là thuyết trình					
6	Giảng viên dạy một số học phần chưa định hướng/hướng dẫn để sinh viên có các phương pháp học tập phù hợp theo yêu cầu của tín chỉ					
7	Giảng viên chưa chú trọng rèn kỹ năng hợp tác, học theo nhóm					

8	Chưa tổ chức hướng dẫn và hỗ trợ sinh viên tự học, tự nghiên cứu					
9	Học tín chỉ đòi hỏi phải có nhiều nguồn tài liệu tham khảo, giảng viên chưa, hoặc ít cung cấp tài liệu, địa chỉ tìm tài liệu tham khảo					
10	Còn nặng về đánh giá nhớ, hiểu kiến thức chưa chú trọng đánh giá năng lực vận dụng, chưa đa dạng hóa cách thức đánh giá					
11	Còn nặng về đánh giá tổng kết, xem nhẹ đánh giá quá trình, chưa chú trọng phản hồi để thúc đẩy phát triển học tập					
12	Ít tổ chức các buổi xemina, giải đáp các vướng mắc trong học lý thuyết cho sinh viên					
13	Cố vấn học tập thực hiện chưa tốt vai trò tư vấn giúp đỡ sinh viên					
14	Hệ thống mạng còn nhiều bất cập					
15	Hệ thống máy tính chưa đáp ứng yêu cầu đào tạo theo tín chỉ					
16	Hệ thống giảng đường chưa đáp ứng yêu cầu dạy và học theo tín chỉ					
17	Chưa có những giảng đường để sinh viên tự học, học theo nhóm					
18	Học thực hành còn thiếu các trang thiết bị, vật tư cần thiết theo yêu cầu của các học phần thực hành trong chương trình đào tạo tín chỉ					
19	Thư viện của trường chưa có đủ giáo trình và tài liệu tham khảo đáp ứng yêu cầu học tập theo tín chỉ					
20	Hệ thống giáo trình, tài liệu tham khảo chưa đa dạng, chưa cập nhật					
21	Những nguyên nhân khách quan khác (ghi cụ thể):					

Câu 6: *Bạn có đề xuất gì với nhà trường, khoa và các giảng viên, cố vấn học tập để nâng cao hiệu quả học tập theo tín chỉ?*

- Với nhà trường:

.....

- Với khoa:

.....

- Với giảng viên bộ môn:

.....

- Với cố vấn học tập:

.....

Xin chân thành cảm ơn các bạn vì sự hợp tác!

Phụ lục 2
BẢNG HỎI VỀ KỸ NĂNG ỨNG PHÓ VỚI KHÓ KHĂN TÂM LÝ
TRONG HỌC TẬP THEO HỌC CHẾ TÍN CHỈ
(Dành cho sinh viên ĐHSPKT)

1. Giới tính: Nam Nữ
2. Học năm thứ:
3. Khoa: Điện, Điện tử CK Chế tạo CK Động lực CN thông tin
4. Trường:
5. Kết quả tích lũy tín chỉ:
 Xuất sắc Giỏi Khá Trung bình Yếu

Hướng dẫn:

Bạn luôn luôn phải đương đầu với những yêu cầu/nhiệm vụ học tập ngày một cao hơn, điều đó có thể tạo ra cho bạn những áp lực, sự căng thẳng...Để tránh được những điều đó, thực hiện tốt nhiệm vụ học tập, bạn bè đồng lứa thường sử dụng một loạt các cách thức được nêu dưới đây. Xin hãy đọc kỹ từng câu, chọn một mức độ phù hợp nhất với bạn bằng cách đánh dấu X vào ô tương ứng (1 = Hoàn toàn không nghĩ và làm như vậy; 2 = Ít khi nghĩ và làm như vậy; 3 = Thỉnh thoảng nghĩ và làm như vậy; 4 = Thường nghĩ và làm như vậy; 5 = Rất thường xuyên nghĩ và làm như vậy).

Câu 1: Để giải quyết những khó khăn tâm lý trong lập kế hoạch học tập theo tín chỉ, những biểu hiện về kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý sau đây đúng với suy nghĩ và hành vi thường làm của bạn ở mức độ nào?

STT	Biểu hiện của kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong lập kế hoạch học tập	Mức độ				
		1	2	3	4	5
Bạn biết những biểu hiện của khó khăn tâm lý trong lập kế hoạch học tập là:						
1	Chưa hiểu đúng ý nghĩa của việc lập kế hoạch học tập					
2	Hiểu chưa đúng, chưa đầy đủ về nội dung, phương pháp lập kế hoạch học tập					
3	Chưa biết cách xây dựng kế hoạch học tập phù hợp					
4	Lúng túng trong việc xác định mục tiêu học tập					
5	Lúng túng trong việc xây dựng kế hoạch học tập toàn khóa và từng học kỳ					
6	Sợ kế hoạch học tập không thực hiện được					
7	Lập kế hoạch học tập chưa đảm bảo yêu cầu					

8	Khó thực hiện kế hoạch học tập trong thực tiễn					
9	Chưa kiểm soát được kế hoạch học tập của bản thân					
Bạn biết nguyên nhân gây ra khó khăn tâm lý trong lập kế hoạch học tập là:						
10	Chưa tìm hiểu kỹ về đào tạo tín chỉ					
11	Chưa tích cực, chủ động trong việc lập kế hoạch học tập					
12	Năng lực học tập và điều kiện kinh tế của bản thân hạn chế					
13	Số môn học cho sinh viên lựa chọn chưa phong phú					
14	Cố vấn học tập chưa hướng dẫn cụ thể					
15	Nhà trường chưa cung cấp đầy đủ thông tin về đào tạo tín chỉ					
Khi thu thập thông tin về các cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong lập kế hoạch học tập, bạn biết:						
16	Tập hợp các tài liệu liên quan đến cách giải quyết khó khăn tâm lý khi lập kế hoạch					
17	Hỏi thêm ý kiến của bạn bè, thầy cô,...					
18	Huy động tri thức, kinh nghiệm giải quyết khó khăn tâm lý trong cuộc sống					
19	Liệt kê các cách thức có thể có để giải quyết khó khăn tâm lý khi lập kế hoạch					
20	Xem xét tính hợp lý, tính khả thi của các cách thức giải quyết					
Khi phân tích các cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong lập kế hoạch học tập, bạn biết:						
21	Mô tả cụ thể các cách giải quyết khó khăn tâm lý					
22	Nêu cơ sở của việc xác định các cách giải quyết					
23	Phân tích ưu, nhược điểm của mỗi cách giải quyết					
24	Xem xét hiệu quả của mỗi cách giải quyết					
25	Đưa ra các phương án giải quyết thay thế khi cần					
Khi ra quyết định lựa chọn cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong lập kế hoạch học tập, bạn biết:						
26	Tìm hiểu kỹ khó khăn tâm lý cần giải quyết					
27	Phân tích điều kiện khách quan và chủ quan khi gặp khó khăn tâm lý					
28	So sánh kết quả của mỗi cách giải quyết					
28	Xác định một cách giải quyết tối ưu nhất đối với bản thân và điều kiện hiện tại					
30	Sắp xếp các cách giải quyết theo thứ tự ưu tiên					
Khi thực hiện cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong lập kế hoạch học tập, bạn biết:						
31	Quyết tâm thực hiện cách giải quyết mình đã chọn					

32	Gạt bỏ những yếu tố khác để kiên trì thực hiện cách giải quyết đã chọn					
33	Giải quyết bằng sự nỗ lực tập trung giải quyết vấn đề					
34	Giải quyết bằng sự nỗ lực chấp nhận đương đầu					
35	Giải quyết bằng sự nỗ lực suy nghĩ lạc quan					
36	Giải quyết bằng sự trợ giúp từ bạn bè					
37	Giải quyết bằng sự trợ giúp từ giảng viên					
38	Giải quyết bằng sự trợ giúp từ cố vấn học tập					
39	Giải quyết bằng sự trợ giúp từ những người khác					
40	Giải quyết bằng sự mặc cảm, lo lắng, tự trách					
41	Giải quyết bằng sự buông xuôi, lảng tránh					

Câu 2: Để giải quyết những khó khăn tâm lý trong học theo nhóm, những biểu hiện sau đây đúng với suy nghĩ và hành vi thường làm của bạn ở mức độ nào?

STT	Biểu hiện của kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong Học theo nhóm	Mức độ				
		1	2	3	4	5
Bạn biết những biểu hiện của khó khăn tâm lý trong học theo nhóm là:						
1	Chưa hiểu đúng ý nghĩa của việc học tập theo nhóm					
2	Hiểu chưa đúng, chưa đầy đủ về các nhiệm vụ khác nhau trong nhóm học tập					
3	Chưa biết cách hiện các công việc trong nhóm học tập					
4	Lúng túng trong việc thể hiện quan điểm của mình trước nhóm					
5	Lúng túng khi giải quyết bất đồng trong nhóm					
6	Lo sợ các ý kiến của mình không được nhóm chấp thuận					
7	Chưa đảm nhận được các vai trò khác nhau trong nhóm					
8	Khó tham gia học tập với nhóm					
9	Chưa thường xuyên trao đổi với các thành viên khác trong nhóm					
Bạn biết nguyên nhân gây ra khó khăn tâm lý trong học theo nhóm là:						
10	Chưa tìm hiểu kỹ về cách thức học theo nhóm trong học tín chỉ					
11	Chưa tích cực, chủ động trong hợp tác với nhóm học tập					
12	Năng lực học tập và khả năng giao tiếp của bản thân hạn chế					
13	Cách tổ chức hoạt động nhóm của giảng viên chưa khoa học					
14	Nội dung học tập khó, trừu tượng					
15	Các thành viên trong nhóm chưa hiểu nhau					

Khi thu thập thông tin về các cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong học theo nhóm, bạn biết:					
16	Tập hợp các tài liệu liên quan đến cách giải quyết khó khăn tâm lý				
17	Hỏi thêm ý kiến của bạn bè, thầy cô,...				
18	Huy động tri thức, kinh nghiệm giải quyết khó khăn tâm lý trong cuộc sống				
19	Liệt kê các cách thức giải quyết khó khăn tâm lý có thể có				
20	Xem xét tính hợp lý, tính khả thi của các cách thức giải quyết				
Khi phân tích các cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong học theo nhóm, bạn biết:					
21	Mô tả các cách giải quyết cụ thể đối với khó khăn tâm lý				
22	Nêu cơ sở của việc xác định các cách giải quyết				
23	Phân tích ưu, nhược điểm của mỗi cách giải quyết				
24	Xem xét hiệu quả của mỗi cách giải quyết				
25	Đưa ra các phương án giải quyết thay thế nếu cần				
Khi ra quyết định lựa chọn cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong học theo nhóm, bạn biết:					
26	Tìm hiểu kĩ khó khăn tâm lý cần giải quyết				
27	Phân tích điều kiện khách quan và chủ quan khi gặp khó khăn tâm lý				
28	So sánh kết quả của mỗi cách giải quyết				
28	Xác định một cách giải quyết tối ưu nhất đối với bản thân và điều kiện hiện tại				
30	Sắp xếp các cách giải quyết theo thứ tự ưu tiên				
Khi thực hiện cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong học theo nhóm, bạn biết:					
31	Quyết tâm thực hiện cách giải quyết mình đã chọn				
32	Gạt bỏ những yếu tố khác để kiên trì thực hiện cách giải quyết đã chọn				
33	Giải quyết bằng sự nỗ lực tập trung giải quyết vấn đề				
34	Giải quyết bằng sự nỗ lực chấp nhận đương đầu				
35	Giải quyết bằng sự nỗ lực suy nghĩ lạc quan				
36	Giải quyết bằng sự trợ giúp từ bạn bè				
37	Giải quyết bằng sự trợ giúp từ giảng viên				
38	Giải quyết bằng sự trợ giúp từ cố vấn học tập				
39	Giải quyết bằng sự trợ giúp từ những người khác				
40	Giải quyết bằng sự mặc cảm, lo lắng, tự trách				
41	Giải quyết bằng sự buông xuôi, lảng tránh				

Câu 3: Để giải quyết những khó khăn tâm lý trong tự học, tự nghiên cứu, những biểu hiện sau đây đúng với suy nghĩ và hành vi thường làm của bạn ở mức độ nào?

STT	Biểu hiện của kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong Tự học, tự nghiên cứu	Mức độ				
		1	2	3	4	5
Bạn biết những biểu hiện của khó khăn tâm lý trong tự học, tự nghiên cứu là:						
1	Chưa hiểu đúng ý nghĩa của việc tự học, tự nghiên cứu					
2	Hiểu chưa đúng, chưa đầy đủ về các yêu cầu trong tự học					
3	Chưa biết cách tự học, tự nghiên cứu					
4	Lúng túng trong việc sắp xếp kế hoạch tự học					
5	Lúng túng trong việc tìm kiếm tài liệu phục vụ tự học					
6	Lo sợ không hoàn thành nội dung tự học giáo viên yêu cầu					
7	Chưa xác định được nội dung cần thiết khi tham khảo tài liệu					
8	Khó thực hiện nhiệm vụ tự học, tự nghiên cứu					
9	Chưa thường xuyên trao đổi với giảng viên để hoàn thành nhiệm vụ tự học					
Bạn biết nguyên nhân gây ra khó khăn tâm lý trong tự học, tự nghiên cứu là:						
10	Chưa tìm hiểu kỹ về cách thức tự học, tự nghiên cứu					
11	Chưa tích cực, chủ động trong tự học, tự nghiên cứu					
12	Khả năng tự học, tự nghiên cứu của bản thân hạn chế					
13	Giảng viên chưa hướng dẫn cụ thể					
14	Nội dung tự học khó và nhiều					
15	Nguồn tài liệu phục vụ học tập của trường còn hạn chế					
Khi thu thập thông tin về các cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong tự học, tự nghiên cứu, bạn biết:						
16	Tập hợp các tài liệu liên quan đến cách giải quyết khó khăn tâm lý					
17	Hỏi thêm ý kiến của bạn bè, thầy cô,...					
18	Huy động tri thức, kinh nghiệm giải quyết khó khăn tâm lý trong cuộc sống					
19	Liệt kê các cách thức giải quyết khó khăn tâm lý có thể có					
20	Xem xét tính hợp lý, tính khả thi của các cách thức giải quyết					
Khi phân tích các cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong tự học, tự nghiên cứu, bạn biết:						
21	Mô tả các cách giải quyết cụ thể đối với khó khăn tâm lý					
22	Nêu cơ sở của việc xác định các cách giải quyết					
23	Phân tích ưu, nhược điểm của mỗi cách giải quyết					

24	Xem xét hiệu quả của mỗi cách giải quyết					
25	Đưa ra các phương án giải quyết thay thế nếu cần					
Khi ra quyết định lựa chọn cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong tự học, tự nghiên cứu, bạn biết:						
26	Tìm hiểu kỹ khó khăn tâm lý cần giải quyết					
27	Phân tích điều kiện khách quan và chủ quan khi gặp khó khăn tâm lý					
28	So sánh kết quả của mỗi cách giải quyết					
28	Xác định một cách giải quyết tối ưu nhất đối với bản thân và điều kiện hiện tại					
30	Sắp xếp các cách giải quyết theo thứ tự ưu tiên					
Khi thực hiện cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong tự học, tự nghiên cứu, bạn biết:						
Kiên định thực hiện các cách thức ứng phó đã lựa chọn						
31	Quyết tâm thực hiện cách giải quyết mình đã chọn					
32	Gạt bỏ những yếu tố khác để kiên trì thực hiện cách giải quyết đã chọn					
33	Giải quyết bằng sự nỗ lực tập trung giải quyết vấn đề					
34	Giải quyết bằng sự nỗ lực chấp nhận đương đầu					
35	Giải quyết bằng sự nỗ lực suy nghĩ lạc quan					
36	Giải quyết bằng sự trợ giúp từ bạn bè					
37	Giải quyết bằng sự trợ giúp từ giảng viên					
38	Giải quyết bằng sự trợ giúp từ cố vấn học tập					
39	Giải quyết bằng sự trợ giúp từ những người khác					
40	Giải quyết bằng sự mặc cảm, lo lắng, tự trách					
41	Giải quyết bằng sự buông xuôi, lảng tránh					

Chân thành cảm ơn bạn!

Phụ lục 3
ĐỀ CƯƠNG PHÒNG VẤN GIẢNG VIÊN, CỐ VẤN HỌC TẬP

Thời gian:.....

Địa điểm:.....

Người phỏng vấn:.....

Người được phỏng vấn:.....

I. Làm quen, giới thiệu mục tiêu và nội dung phỏng vấn

II. Nội dung phỏng vấn

- Câu 1: Thầy/Cô cho biết SV thường gặp khó khăn tâm lý nhiều nhất trong hoạt động học tập nào?
- Câu 2: Thầy/Cô đánh giá như thế nào về cách giải quyết khó khăn tâm lý trong lập kế hoạch học tập của sinh viên?
- Câu 3: Thầy/Cô đánh giá như thế nào về cách giải quyết khó khăn tâm lý trong học nhóm của sinh viên?
- Câu 4: Thầy/Cô đánh giá như thế nào về cách giải quyết khó khăn tâm lý trong tự học, tự nghiên cứu của sinh viên?
- Câu 5: Thầy/Cô đánh giá như thế nào về việc thực hiện hoạt động xây dựng kế hoạch học tập của sinh viên?
- Câu 6: Thầy/Cô đánh giá như thế nào về việc thực hiện hoạt động học theo nhóm của sinh viên?
- Câu 7: Thầy/Cô đánh giá như thế nào về việc thực hiện hoạt động tự học của sinh viên?
- Câu 8: Thầy/Cô hãy cho biết, sinh viên có thường xuyên gặp trực tiếp thầy cô để tư vấn không? Trong những trường hợp nào?
- Câu 9: Thầy/Cô vui lòng cho biết những biện pháp mà thầy cô đã áp dụng nhằm giúp sinh viên giải quyết được các khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ?
- Câu 10: Thầy/Cô có thường xuyên cung cấp thông tin về phương thức đào tạo theo học chế tín chỉ, học tập theo học chế tín chỉ cho sinh viên không?
- Câu 11: Thầy/Cô đánh giá thế nào về tính tích cực của sinh viên khi thực hiện các hoạt động: Lập kế hoạch học tập; Thảo luận nhóm; Tự học, tự nghiên cứu.
- Câu 12: Thầy/Cô đánh giá thế nào về kết quả giải quyết khó khăn tâm lý trong các hoạt động: Lập kế hoạch học tập; Thảo luận nhóm; Tự học, tự nghiên cứu của sinh viên?
- Câu 13: Thầy/Cô cho biết những yếu tố nào ảnh hưởng đến kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập của sinh viên?.

Phụ lục 4
ĐỀ CƯƠNG PHÒNG VẤN SINH VIÊN

Thời gian:.....

Địa điểm:.....

Người phỏng vấn:.....

Người được phỏng vấn:.....

I. Làm quen, giới thiệu mục tiêu và nội dung phỏng vấn

II. Nội dung phỏng vấn

Câu 1: Bạn gặp những trở ngại tâm lý nào khi lập kế hoạch học tập? Bạn đã làm thế nào để vượt qua những trở ngại đó?

Câu 2: Bạn gặp những trở ngại tâm lý nào khi học theo nhóm? Bạn đã làm thế nào để vượt qua những trở ngại đó?

Câu 3: Các bạn thường làm gì khi không dám trình bày nội dung trước nhóm?

Câu 4: Bạn gặp những trở ngại tâm lý nào khi tự học, tự nghiên cứu? Bạn đã làm thế nào để vượt qua những trở ngại đó?

Câu 5: Bạn đánh giá thế nào về tinh thần tự học của các bạn trong lớp?

Câu 6: Các bạn thường làm gì để bớt lúng túng trong việc lập kế hoạch học tập?

Câu 7: Bạn có thường xuyên tìm hiểu thông tin về cách giải quyết KKTL trong học tập không?

Câu 8: Khi bạn chưa biết cách tự học, bạn có thu thập thông tin, phân tích và lựa chọn một cách giải quyết phù hợp nhất không?

Câu 9: Khi bản thân lúng túng, thiếu tự tin trong lập kế hoạch học tập, bạn thường tự mình giải quyết hay nhờ ai giúp đỡ hay mặc kệ?

Câu 10: Khi bản thân lúng túng, thiếu tự tin trong học nhóm, bạn thường tự mình giải quyết hay nhờ ai giúp đỡ hay mặc kệ?

Câu 11: Khi bản thân lúng túng, thiếu tự tin trong tự học, bạn thường tự mình giải quyết hay nhờ ai giúp đỡ hay mặc kệ?

Câu 12: Bạn có thường xuyên tìm hiểu thông tin về phương thức đào tạo theo học chế tín chỉ, học tập theo học chế tín chỉ không?

Câu 13: Bạn thường tìm hiểu thông tin về phương thức đào tạo theo học chế tín chỉ ở đâu?

Câu 14: Bạn cho biết tính tích cực của bạn khi thực hiện các hoạt động: Lập kế hoạch học tập; Thảo luận nhóm; Tự học, tự nghiên cứu.

Câu 15: Bạn tự đánh giá kết quả giải quyết khó khăn tâm lý trong các hoạt động: Lập kế hoạch học tập; Thảo luận nhóm; Tự học, tự nghiên cứu.

Phụ lục 5
MẪU BIÊN BẢN QUAN SÁT
(dùng cho thực trạng)

Thời gian quan sát:

Đối tượng quan sát:

Người quan sát:

Nội dung quan sát:

I. Quan sát biểu hiện của khó khăn tâm lý

Biểu hiện của KCTL	Biểu hiện cụ thể trong các hoạt động		
	Lập kế hoạch	Học nhóm	Tự học
Lúng túng			
Thiếu tự tin			
Chán nản			

II. Quan sát biểu hiện của kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý

1. Mức độ thực hiện kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong lập kế hoạch học tập

Biểu hiện của kỹ năng	Mức độ thực hiện								
	Đầy đủ			Thành thạo			Linh hoạt		
	Có	Lúc có lúc không	Không	Có	Lúc có lúc không	Không	Có	Lúc có lúc không	Không
1									
2									
3									

- Ghi chú:
- 1- Nhận diện biểu hiện của khó khăn tâm lý
 - 2- Xác định được các cách giải quyết khó khăn tâm lý
 - 3- Thực hiện được cách giải quyết khó khăn tâm lý

2. Mức độ thực hiện kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học nhóm

Biểu hiện của kỹ năng	Mức độ thực hiện								
	Đầy đủ			Thành thạo			Linh hoạt		
	Có	Lúc có lúc không	Không	Có	Lúc có lúc không	Không	Có	Lúc có lúc không	Không
1									
2									
3									

- Ghi chú:
- 1- Nhận diện biểu hiện của khó khăn tâm lý
 - 2- Xác định được các cách giải quyết khó khăn tâm lý
 - 3- Thực hiện được cách giải quyết khó khăn tâm lý

3. Mức độ thực hiện kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong tự học, tự nghiên cứu

Biểu hiện của kỹ năng	Mức độ thực hiện								
	Đầy đủ			Thành thạo			Linh hoạt		
	Có	Lúc có lúc không	Không	Có	Lúc có lúc không	Không	Có	Lúc có lúc không	Không
1									
2									
3									

Ghi chú: 1- Nhận diện biểu hiện của khó khăn tâm lý

2- Xác định được các cách giải quyết khó khăn tâm lý

3- Thực hiện được cách giải quyết khó khăn tâm lý.

Phụ lục 6
PHIẾU BÀI TẬP TÌNH HUỐNG

Bạn thân mến!

Chúng tôi đang tiến hành nghiên cứu về kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSPKT hiện nay. Xin các bạn vui lòng cho biết câu trả lời của mình nếu gặp các tình huống sau đây. Những thông tin các bạn cung cấp rất hữu ích cho chúng tôi trong nghiên cứu khoa học.

Trân trọng cảm ơn bạn!

1. Các tình huống về kỹ năng nhận diện khó khăn tâm lý và nhận diện nguyên nhân gây khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ

Tình huống 1: Bạn bị lúng túng trong việc xác định mục tiêu học tập, bạn hãy thử xác định nguyên nhân tại sao?

Tình huống 2: Bạn chưa biết cách xây dựng kế hoạch học tập. Bạn giải quyết như thế nào?

Tình huống 3: Khi học nhóm, bạn gặp trở ngại tâm lý trong những tình huống nào? tại sao?

Tình huống 4: Bạn biết mình thiếu tự tin khi trao đổi quan điểm trước nhóm ở mức độ nào? tại sao?

Tình huống 5: Bạn chán nản khi tự học, tự nghiên cứu, bạn nghĩ tại sao?

2. Các tình huống về kỹ năng xác định cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ

Tình huống 6: Khi lập kế hoạch học tập, bạn không biết lựa chọn học phần nào để học ở mỗi học kỳ, bạn giải quyết như thế nào?

Tình huống 7: Bạn nhận thấy học kỳ vừa qua đã bị quá tải số lượng tín

chỉ tích lũy, bạn sẽ làm gì với kế hoạch học tập tiếp theo của mình? tại sao?

Tình huống 8: Trong quá trình thảo luận nhóm, mỗi thành viên đều đưa ra nhiều ý kiến khác nhau, bạn lắng nghe và tiếp thu ý kiến của mọi người như thế nào? tại sao?

Tình huống 9: Có một số bài tự học khó nhưng bạn lại thiếu tự tin trong việc trao đổi với giảng viên, bạn sẽ giải quyết như thế nào?

Tình huống 10: Khi đọc tài liệu, bạn thấy có nhiều quan điểm khác nhau về vấn đề học tập bạn đang quan tâm, bạn sẽ làm gì?

3. Các tình huống về kỹ năng thực hiện cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ

Tình huống 11: Khi lập kế hoạch học tập, bạn cảm thấy lúng túng, bạn sẽ làm gì?

Tình huống 12: Trong giờ học môn Tâm lý học nghề nghiệp (đào tạo theo tín chỉ), giảng viên giao cho nhóm mà bạn là một thành viên một nhiệm vụ học tập. Khi nhóm làm việc, nhiều khó khăn nảy sinh khiến nhóm chưa hoàn thành nhiệm vụ. Bạn sẽ giải quyết thế nào?

Tình huống 13: Khi học nhóm bạn đã đưa ra ý kiến với tinh thần xây dựng nhưng không được nhóm chấp nhận làm cho bạn chán nản, bạn sẽ giải quyết thế nào?

Tình huống 14: Giảng viên đã định hướng cho bạn tự học bằng các câu hỏi, bài tập và đề tài nghiên cứu, bạn cần hoàn thành các nhiệm vụ tự học thì mới tích lũy được tín chỉ học tập, bạn cảm thấy khó khăn, bạn sẽ giải quyết như thế nào?

Tình huống 15: Trong một tuần, có quá nhiều bài tập tự học của các môn khác nhau cần hoàn thành làm cho bạn cảm thấy chán nản, bạn sẽ giải quyết như thế nào?

Phụ lục 7

CHƯƠNG TRÌNH TẬP HUẤN

Bồi dưỡng nâng cao kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong hoạt động học theo nhóm và tự học, tự nghiên cứu cho sinh viên.

(tổng thời gian: 30 tiết)

A. Chủ đề tập huấn: Kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học theo nhóm và tự học, tự nghiên cứu trong đào tạo theo học chế tín chỉ.

B. Đối tượng tham gia: 25 sinh viên ĐHSPTK Vinh

C. Mục tiêu:

- Nâng cao nhận thức về đào tạo theo tín chỉ, về kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo tín chỉ.

- Hình thành và rèn luyện kỹ năng ứng phó bằng sự nỗ lực của bản thân để giải quyết khó khăn tâm lý trong học theo nhóm và trong tự học, tự nghiên cứu

- Hình thành ý thức tự giác, tích cực trong việc ứng phó với khó khăn tâm lý trong hoạt động học tập theo học chế tín chỉ.

D. Nội dung tập huấn:

I. Nội dung 1: Khái quát về đào tạo theo tín chỉ, về KNU^P với KKTL trong học tập theo tín chỉ (Trích nội dung chương 1) *(05 tiết)*

II. Nội dung 2: Kỹ năng học theo nhóm trong học tập theo tín chỉ *(12 tiết)*

1. Lý luận về kỹ năng học theo nhóm *(05 tiết)*

- Để có thể tiến tới việc giảm bớt giờ lên lớp lý thuyết và tăng giờ tự học, tăng tính chủ động cho SV, giúp SV phát triển tư duy sáng tạo trong học tập thì hình thức học tập hợp tác theo nhóm là phù hợp. Nó là một hình thức học tập trong các nhóm nhỏ với những SV có khả năng khác nhau, trong đó GV sử dụng rất nhiều các hoạt động để làm tăng sự hiểu biết của họ về một vấn đề nào đó. Trong học tập theo nhóm, đòi hỏi SV phải hợp tác làm việc với nhau để hoàn thành nhiệm vụ học tập. Mục tiêu chính yếu của làm việc nhóm là giúp SV chủ động học tập để đạt được một mục tiêu học tập chung, kết quả tìm kiếm cá nhân không những mang lại lợi ích cho bản thân mà còn cho tất cả các thành viên nhóm.

Trong học theo nhóm, sinh viên vừa phải tự suy nghĩ, trình bày những sản phẩm tư duy của mình, lại vừa phải trao đổi, tranh luận với các bạn để bảo vệ cái đúng, bác bỏ cái sai về chủ đề. Việc học nhóm cho phép SV làm việc cùng nhau để tối ưu hóa việc học tập của mình và của các bạn khác trong nhóm. Quá trình tương tác trong nhóm được đặc trưng bởi sự ràng buộc giữa mục tiêu tích cực và trách

nhệm của các cá nhân. Mục tiêu cuối cùng của việc tổ chức lớp học theo nhóm hợp tác là để sinh viên tham gia tích cực vào quá trình học tập của mình. Việc chia sinh viên làm việc theo cặp hoặc theo nhóm nhỏ cũng sẽ tăng cường cơ hội tham gia của SV. Khi được yêu cầu hoàn thành một công việc cùng với một người bạn học, SV sẽ cảm thấy ít bị áp lực hơn là phải tự mình hoàn thành công việc đó.

Trong học theo nhóm, học tập hợp tác làm thay đổi vai trò của GV và SV trong lớp, việc tổ chức hoạt động giảng dạy của GV được chia sẻ cho các nhóm SV và GV không còn là người chịu trách nhiệm duy nhất trong lớp. Việc thiết lập các mục tiêu, tạo điều kiện thuận lợi cho hoạt động học tập, đánh giá kết quả học tập được chia sẻ cho tất cả mọi người;

Trong học theo nhóm, SV có thêm cơ hội để tham gia tích cực trong hoạt động học tập của mình, đặt câu hỏi và trao đổi lẫn nhau, chia sẻ và thảo luận về ý tưởng và tiếp thu kết quả học tập. Cùng với việc nâng cao trình độ chuyên môn, học tập hợp tác trong nhóm làm cho SV có động lực học tập tăng thêm sự tự tin và chia sẻ trong hoạt động học tập. Đồng thời, chính hoạt động học tập này còn giúp cho SV có được nhiều cơ hội để biểu đạt và cảm thụ nội dung bài học một cách trực tiếp cũng như nhận được nhiều sự phản hồi từ GV và bạn bè, và có thể nói đây cũng là biện pháp tối ưu giúp cho sinh viên phát triển và hình thành kỹ năng giao tiếp.

Việc trải nghiệm học tập theo nhóm sẽ hình thành và phát triển cho SV kỹ năng hợp tác góp phần hiện thực hóa trụ cột "Học để chung sống với mọi người".

2. Thực hành kỹ năng ứng phó bằng sự nỗ lực của bản thân để giải quyết khó khăn tâm lý trong học theo nhóm (07 tiết)

Tình huống 1: Trong giờ học môn Tâm lý học nghề nghiệp (đào tạo theo tín chỉ), giảng viên giao cho nhóm mà bạn là một thành viên một nhiệm vụ học tập. Khi nhóm làm việc, nhiều khó khăn nảy sinh khiến nhóm chưa hoàn thành nhiệm vụ. Bạn sẽ giải quyết thế nào?

Tình huống 2: Khi học nhóm bạn đã đưa ra ý kiến với tinh thần xây dựng nhưng không được nhóm chấp nhận làm cho bạn chán nản, bạn sẽ giải quyết thế nào?

Tình huống 3: Trong quá trình thảo luận nhóm, mỗi thành viên đều đưa ra nhiều ý kiến khác nhau, bạn lúng túng vì bạn là nhóm trưởng. Bạn sẽ giải quyết thế nào?

Cách thực hiện:

* Giáo viên tổ chức, hướng dẫn sinh viên thực hiện giải quyết tình huống theo quy trình như sau:

Bước 1: Tìm hiểu các biểu hiện của khó khăn tâm lý và nguyên nhân dẫn đến khó khăn tâm lý trong hoạt động học theo nhóm (gắn với từng tình huống)

Bước 2: Phân tích cách ứng phó bằng sự nỗ lực để giải quyết từng biểu hiện khó khăn tâm lý trong hoạt động học theo nhóm (gắn với từng tình huống)

Bước 2: Thực hiện sự nỗ lực để giải quyết vấn đề nhằm làm giảm (hoặc loại bỏ các biểu hiện khó khăn tâm lý trong học theo nhóm (gắn với từng tình huống)

* Sau khi giáo viên hướng dẫn, sinh viên thực hiện rèn kỹ năng để giải quyết tình huống giáo viên đưa ra. Trước hết sinh viên suy nghĩ độc lập cá nhân, sau đó làm việc nhóm để thống nhất.

* Giáo viên quan sát, nhận xét, uốn nắn kỹ năng cho sinh viên trong quá trình các em rèn luyện thông qua tình huống.

* Đánh giá kỹ năng ứng phó bằng sự nỗ lực của bản thân để giải quyết khó khăn tâm lý trong học theo nhóm: sử dụng thang đo kỹ năng tương tự như đã dùng trong nghiên cứu thực trạng để sinh viên tự đánh giá kỹ năng ứng phó của bản thân; đồng thời kết hợp quan sát hành vi, cử chỉ, điệu bộ, nét mặt ... của sinh viên biểu hiện trong quá trình các em luyện tập để đánh giá kỹ năng sau thực nghiệm.

III. Nội dung 3: Kỹ năng tự học, tự nghiên cứu trong học tập theo tín chỉ (13 tiết)

1. Lý luận về kỹ năng tự học, tự nghiên cứu (05 tiết)

- Trong đào tạo theo tín chỉ, nội dung trên lớp giảm và nội dung tự học tăng. Học tập theo tín chỉ, tự học, tự nghiên cứu là bắt buộc, là hoạt động quan trọng ảnh hưởng lớn đến kết quả học tập. Vì vậy sinh viên cần phải rèn luyện kỹ năng tự học, tự nghiên cứu.

- Về nội dung hoạt động tự học, GV cần hướng dẫn cho SV theo những nội dung như:

+ Các bước chuẩn bị cho hoạt động học tập: SV phải biết cách lập kế hoạch tự học: xác định yêu cầu, xây dựng động cơ, tạo hứng thú học tập; làm rõ mục đích và nhiệm vụ của việc tự học mà SV phải hoàn thành. Để làm tốt việc này cần giúp SV phải nắm nội dung học cái gì và học để làm gì? Xác định nội dung trọng tâm của kiến thức cần phải học để có thể xây dựng kế hoạch học tập mang tính khả thi và có hiệu quả và cuối cùng phải trả lời được câu hỏi SV phải học như thế nào để thực hiện được mục tiêu, nội dung học tập đặt ra.

+ Thu thập tài liệu liên quan đến nội dung kiến thức: đây là công việc hết sức quan trọng, đòi hỏi GV phải thể hiện rõ trong kế hoạch thực hiện chương trình chi tiết, những nội dung GV trình bày, những nội dung SV phải nghiên cứu, thảo luận, đồng thời giới thiệu cho SV nắm và tìm hiểu các tài liệu, giáo trình có liên quan.

+ Trình bày, thể hiện kết quả của việc tự học, tự nghiên cứu: việc trình

bày kết quả của việc tự học, tự nghiên cứu giúp SV có cách nhìn khái quát về những nội dung, kiến thức đã nghiên cứu; đồng thời rèn luyện khả năng trình bày khoa học, chặt chẽ.

+ Hướng dẫn cho SV tự kiểm tra, đánh giá kỹ năng tự học của bản thân kết hợp với sự kiểm tra của GV giúp SV điều chỉnh kỹ năng tự học của bản thân. Sự kiểm tra, đánh giá kỹ năng tự học nhằm phát hiện những thiếu sót, sai lệch để làm cơ sở cho việc điều chỉnh kỹ năng tự học đang rèn luyện.

2. Thực hành kỹ năng ứng phó bằng sự nỗ lực của bản thân để giải quyết khó khăn tâm lý trong tự học, tự nghiên cứu (08 tiết)

Tình huống 4: Giảng viên đã định hướng cho bạn tự học bằng các câu hỏi, bài tập và đề tài nghiên cứu, bạn cần hoàn thành các nhiệm vụ tự học thì mới tích lũy được tín chỉ học tập, bạn cảm thấy khó khăn, bạn sẽ giải quyết như thế nào?

Tình huống 5: Trong một tuần, có quá nhiều bài tập tự học của các môn khác nhau cần hoàn thành, bạn cảm thấy chán nản, bạn sẽ giải quyết như thế nào?

Tình huống 6: Có một số bài tự học khó nhưng bạn lại thiếu tự tin trong việc trao đổi với giảng viên, bạn sẽ giải quyết như thế nào?

Cách thực hiện:

* Giáo viên tổ chức, hướng dẫn sinh viên thực hiện giải quyết tình huống theo quy trình như sau:

Bước 1: Tìm hiểu các biểu hiện của khó khăn tâm lý và nguyên nhân dẫn đến khó khăn tâm lý trong hoạt động tự học, tự nghiên cứu

Bước 2: Phân tích cách ứng phó bằng sự nỗ lực để giải quyết từng biểu hiện khó khăn tâm lý trong hoạt động tự học, tự nghiên cứu

Bước 2: Thực hiện sự nỗ lực để giải quyết vấn đề nhằm làm giảm (hoặc loại bỏ các biểu hiện khó khăn tâm lý trong hoạt động tự học, tự nghiên cứu.

* Sau khi giáo viên hướng dẫn, sinh viên thực hiện rèn kỹ năng để giải quyết tình huống giáo viên đưa ra. Trước hết sinh viên suy nghĩ độc lập cá nhân, sau đó làm việc nhóm để thống nhất.

* Giáo viên quan sát, nhận xét, uốn nắn kỹ năng cho sinh viên trong quá trình các em rèn luyện thông qua tình huống.

* Đánh giá kỹ năng ứng phó bằng sự nỗ lực của bản thân để giải quyết khó khăn tâm lý trong tự học, tự nghiên cứu: sử dụng thang đo kỹ năng tương tự như đã dùng trong nghiên cứu thực trạng để sinh viên tự đánh giá kỹ năng ứng phó của bản thân; đồng thời kết hợp quan sát hành vi, cử chỉ, điệu bộ, nét mặt ... của sinh viên biểu hiện trong quá trình các em luyện tập để đánh giá kỹ năng sau thực nghiệm.

Phụ lục 8

**BẢNG HỎI KỸ NĂNG ỨNG PHÓ VỚI KHÓ KHĂN TÂM LÝ TRONG
HỌC THEO NHÓM VÀ TỰ HỌC, TỰ NGHIÊN CỨU
(Dành cho sinh viên ĐHSPKT - nhóm thực nghiệm)**

1. Giới tính: Nam Nữ
2. Học năm thứ:
3. Khoa: Điện, Điện tử CK Chế tạo CK Động lực CN thông tin
4. Trường:
5. Kết quả tích lũy tín chỉ:
 Xuất sắc Giỏi Khá Trung bình Yếu

Hướng dẫn:

Bạn đã hoàn thành khóa tập huấn, xin bạn hãy tự đánh giá những biểu hiện về kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học theo nhóm và tự học, tự nghiên cứu của bạn sau khóa tập huấn như thế nào? Xin hãy đọc kỹ từng câu, chọn một mức độ phù hợp nhất với bạn bằng cách đánh dấu X vào ô tương ứng (1 = Hoàn toàn không nghĩ và làm như vậy; 2 = Ít khi nghĩ và làm như vậy; 3 = Thỉnh thoảng nghĩ và làm như vậy; 4 = Thường nghĩ và làm như vậy; 5 = Rất thường xuyên nghĩ và làm như vậy).

Câu 1: Để giải quyết những khó khăn tâm lý trong học theo nhóm, những biểu hiện sau đây đúng với suy nghĩ và hành vi của bạn ở mức độ nào?

STT	Biểu hiện của kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong Học theo nhóm	Mức độ				
		1	2	3	4	5
1	Biết nhận diện những biểu hiện của khó khăn tâm lý trong học theo nhóm					
2	Biết nhận diện nguyên nhân gây ra khó khăn tâm lý trong học theo nhóm					
3	Biết thu thập thông tin về các cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong học theo nhóm					
4	Biết phân tích các cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong học theo nhóm					
5	Biết ra quyết định lựa chọn cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong học theo nhóm					
6	Biết kiên định thực hiện cách giải quyết đã chọn					
7	Biết thực hiện cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong học theo nhóm bằng sự nỗ lực tập trung giải quyết vấn đề					
8	Biết thực hiện cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong học theo nhóm bằng sự trợ giúp từ người khác					
9	Biết thực hiện cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong học theo nhóm bằng phản ứng tiêu cực					

Câu 2: Để giải quyết những khó khăn tâm lý trong tự học, tự nghiên cứu, những biểu hiện sau đây đúng với suy nghĩ và hành vi của bạn ở mức độ nào?

STT	Biểu hiện của kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong tự học, tự nghiên cứu	Mức độ				
		1	2	3	4	5
1	Biết nhận diện những biểu hiện của khó khăn tâm lý trong tự học, tự nghiên cứu					
2	Biết nhận diện nguyên nhân gây ra khó khăn tâm lý trong tự học, tự nghiên cứu					
3	Biết thu thập thông tin về các cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong tự học, tự nghiên cứu					
4	Biết phân tích các cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong tự học, tự nghiên cứu					
5	Biết ra quyết định lựa chọn cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong tự học, tự nghiên cứu					
6	Biết kiên định thực hiện cách giải quyết đã chọn					
7	Biết thực hiện cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong tự học, tự nghiên cứu bằng sự nỗ lực tập trung giải quyết vấn đề					
8	Biết thực hiện cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong tự học, tự nghiên cứu bằng sự trợ giúp từ người khác					
9	Biết thực hiện cách thức giải quyết khó khăn tâm lý trong tự học, tự nghiên cứu bằng phản ứng tiêu cực					

Chân thành cảm ơn bạn!

Phụ lục 9
MẪU BIÊN BẢN QUAN SÁT
(dùng cho thực nghiệm)

Thời gian quan sát:

Đối tượng quan sát:

Người quan sát:

Nội dung quan sát:

1. Mức độ thực hiện kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học nhóm

Biểu hiện của kỹ năng	Mức độ thực hiện								
	Đầy đủ			Thành thạo			Linh hoạt		
	Có	Lúc có lúc không	Không	Có	Lúc có lúc không	Không	Có	Lúc có lúc không	Không
1									
2									
3									

Ghi chú: 1- Nhận diện biểu hiện của khó khăn tâm lý

2- Xác định được các cách giải quyết khó khăn tâm lý

3- Thực hiện được cách giải quyết khó khăn tâm lý

2. Mức độ thực hiện kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong tự học, tự nghiên cứu

Biểu hiện của kỹ năng	Mức độ thực hiện								
	Đầy đủ			Thành thạo			Linh hoạt		
	Có	Lúc có lúc không	Không	Có	Lúc có lúc không	Không	Có	Lúc có lúc không	Không
1									
2									
3									

Ghi chú: 1- Nhận diện biểu hiện của khó khăn tâm lý

2- Xác định được các cách giải quyết khó khăn tâm lý

3- Thực hiện được cách giải quyết khó khăn tâm lý.

Phụ lục 10
SỐ LIỆU THỰC TRẠNG VỀ KNUP VỚI KKTL TRONG HỌC TẬP
THEO HỌC CHẾ TÍN CHỈ CỦA SV ĐHSPKT

10.1. Tương quan giữa khó khăn tâm lý của sinh viên với kết quả tích lũy tín chỉ

Tuongquangiuva KKTL cua SV voi KQHT			
Kết quả tích lũy tín chỉ	Pearson Correlation	Kết quả tích lũy tín chỉ	Lkctl
	Sig. (2-tailed)	1	.321
	N	687	687
Lkctl	Pearson Correlation	.321	1
	Sig. (2-tailed)	.001	
	N	687	687

Tuongquangiuva KNUP voi KKTL cua SV voi KQHT			
Kết quả tích lũy tín chỉ	Pearson Correlation	Kết quả tích lũy tín chỉ	Lkctl
	Sig. (2-tailed)	1	.386
	N	687	687
Lkctl	Pearson Correlation	.386	1
	Sig. (2-tailed)	.041	
	N	687	687

10.2. Mức độ lựa chọn và sử dụng các cách giải quyết khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ của sinh viên ĐHSPKT

** Mức độ lựa chọn và sử dụng cách ứng phó bằng sự nỗ lực của bản thân:*

TT	Biểu hiện	ĐTB	ĐLC
1	Cố gắng tìm hiểu xem cái gì là nguyên nhân gây ra vấn đề	1.93	0.854
2	Nỗ lực tối đa nhằm giải quyết vấn đề	1.81	0.828
3	Xem xét, đánh giá lại vấn đề từ quan điểm người khác	2.18	1.039

4	Suy nghĩ xem mình đang làm gì và cố gắng hiểu tại sao	2.05	0.908
5	Nghĩ ra các giải pháp khác nhau để ứng phó	2.02	0.809
6	Lên kế hoạch hành động nhằm giải quyết vấn đề	2.05	0.826
7	Học cách suy nghĩ tích cực, tập trung làm tốt cái gì mình đang làm	2.15	0.94
8	Chủ động đưa vấn đề rắc rối này ra thảo luận trong nhóm bạn	2.18	0.953
9	Cố gắng học tập tự giác tích cực hơn	2.21	1.011
10	Chấp nhận đương đầu thay cho né tránh, bỏ chạy	2.31	1.052
11	Tìm cách thích ứng với hoàn cảnh	2.16	0.918
12	Tự động viên mình không nghĩ đến khó khăn bất ổn đó nữa	2.62	0.985
13	Nhìn vào mặt tích cực của vấn đề và tin rằng mọi việc sẽ ổn	2.53	0.917
14	Cố gắng thay đổi cách nghĩ để có cái nhìn lạc quan hơn về cuộc sống	2.16	0.842
15	Chấp nhận vui vẻ với cách thức mà sự việc đang diễn ra	2.68	0.956
16	Tìm cách nghỉ ngơi và thư giãn (nghe nhạc, chơi đàn, xem phim...)	2.43	1.04
17	Dành nhiều thời gian hơn cho các hoạt động thể dục, thể thao giải trí	2.52	0.925
18	Tham gia các câu lạc bộ tập luyện yoga, khí công, dưỡng sinh	2.41	1.109
	Chung	2.244	0.94
* Mức độ lựa chọn và sử dụng cách ứng phó bằng sự trợ giúp từ người khác:			
TT	Biểu hiện	ĐTB	ĐLC
1	Nói với người khác xem họ xử trí thế nào nếu họ gặp phải vấn đề này	2.28	0.857
2	Nói chuyện với người khác để tranh thủ sự giúp đỡ của họ	2.18	0.992
3	Tìm kiếm lời khuyên, sự động viên từ người khác	2.46	1.042
4	Nói với người khác khó khăn của mình và nhờ giúp đỡ giải quyết	2.25	1.09
5	Trao đổi với cố vấn học tập để xin lời khuyên về cách ứng phó	2.33	0.907
6	Tìm sự ủng hộ giúp đỡ từ phía giáo viên, cán bộ trong trường	2.34	0.867
7	Tìm sự ủng hộ giúp đỡ từ cha mẹ, người thân	2.27	1.059
8	Hỏi bạn bè xem họ xử trí thế nào nếu họ gặp phải vấn đề này	3.58	0.882

9	Tìm lời khuyên từ những người mình tin cậy	2.31	0.939
10	Tìm kiếm sự giúp đỡ từ các chuyên gia tư vấn	2.23	1.088
11	Đề nghị người có chuyên môn, có kinh nghiệm giúp đỡ	2.56	0.962
12	Thảo luận với những người từng trải về vấn đề khó xử của mình	2.37	1.098
13	Lập một nhóm bạn cùng giúp mình giải quyết vấn đề	2.61	0.957
14	Tham gia vào nhóm người có cùng cảnh ngộ, khó khăn như mình để cùng chia sẻ cách thức ứng phó	2.86	0.925
15	Đưa vấn đề ra thảo luận trong các buổi sinh hoạt câu lạc bộ sinh viên	2.54	0.935
16	Tìm sự giúp đỡ từ phía đoàn thành niên, hội sinh viên	2.36	0.834
17	Sử dụng nhiều thời gian hơn với bạn khác giới	2.79	1.014
18	Cải thiện quan hệ với những người xung quanh để được giúp đỡ	2.27	1.078
	Chung	2.477	0.974
<i>* Mức độ lựa chọn và sử dụng cách ứng phó bằng phản ứng tiêu cực:</i>			
TT	Biểu hiện	ĐTB	ĐLC
1	Lo lắng cho tương lai của mình	2.55	1.062
2	Lo hãi có cái gì đó sẽ xảy ra với mình	2.83	0.906
3	Tự trì trích, phê phán mình	2.73	0.905
4	Nhận ra rằng chính mình làm khó cho mình	2.48	0.911
5	Tự kết tội chính mình	2.66	1.015
6	Mặc cảm mình là người có lỗi trong chuyện này	2.79	0.837
7	Lúng túng, không biết làm gì cả	3.75	0.924
8	Bỏ qua, không bận tâm	3.54	0.875
9	Buông xuôi vấn đề, mặc cho hoàn cảnh đưa đẩy	3.82	0.966
10	Thu mình và cố tránh để không bị mắc kẹt vào sự rắc rối	3.49	0.887
11	Gửi kín những nỗi khổ tâm và lẩn tránh tiếp xúc với mọi người	2.9	0.849
12	Không nghĩ đến vấn đề đó nữa để tránh sự rắc rối	2.81	1.034
13	Hy vọng rằng vấn đề sẽ tự nó được giải quyết	3.31	1.079
14	Mơ tưởng điều kỳ diệu sẽ xảy ra, sự bất ổn sẽ biến mất	2.46	1.056

15	Tự nói với mình rằng mọi khó khăn, bất ổn rồi sẽ qua	3.56	0.844
16	Mong rằng sự việc rắc rối sẽ tự biến mất hoặc thay đổi tốt lên	3.65	0.823
17	Cầu khẩn thần, phật để những điều rắc rối mau qua khỏi	3.61	0.914
18	Cầu chúa ban phước lành	2.8	0.925
	Chung	3.097	0.934

10.3. Tự đánh giá các yếu tố ảnh hưởng đến kỹ năng ứng phó với khó khăn tâm lý trong học tập theo học chế tín chỉ so sánh theo các biến số

So sánh theo giới tính									
		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
						Lower Bound	Upper Bound		
hieubietSV	Nam	535	2.4598	.92700	.04008	2.3811	2.5385	1.00	5.00
	Nữ	151	2.5762	1.01612	.08269	2.4128	2.7395	1.00	5.00
	Total	686	2.4854	.94780	.03619	2.4144	2.5565	1.00	5.00
tutinSV	Nam	535	2.4374	.80918	.03498	2.3687	2.5061	1.00	4.00
	Nữ	151	2.5232	.83932	.06830	2.3882	2.6581	1.00	4.00
	Total	686	2.4563	.81607	.03116	2.3951	2.5174	1.00	4.00
hungthuSV	Nam	535	3.0991	1.18965	.05143	2.9980	3.2001	1.00	4.00
	Nữ	151	3.1457	1.15122	.09368	2.9606	3.3308	1.00	4.00
	Total	686	3.1093	1.18062	.04508	3.0208	3.1978	1.00	4.00
pphocSV	Nam	535	2.5252	.91534	.03957	2.4475	2.6030	1.00	5.00
	Nữ	151	2.6225	.95737	.07791	2.4686	2.7765	1.00	5.00
	Total	686	2.5466	.92492	.03531	2.4773	2.6160	1.00	5.00
yeutoSV	Nam	535	2.5215	.93166	.04028	2.4424	2.6006	1.00	5.00
	Nữ	151	2.5960	.97419	.07928	2.4394	2.7527	1.00	5.00
	Total	686	2.5379	.94097	.03593	2.4674	2.6084	1.00	5.00
nhattruong	Nam	535	2.5364	1.05383	.04556	2.4469	2.6259	1.00	5.00
	Nữ	151	2.5033	.97211	.07911	2.3470	2.6596	1.00	5.00
	Total	686	2.5292	1.03580	.03955	2.4515	2.6068	1.00	5.00
ppdayGV	Nam	535	2.5364	.93920	.04061	2.4567	2.6162	1.00	5.00
	Nữ	151	2.5166	.97197	.07910	2.3603	2.6728	1.00	5.00

32PL

cosoVC	Total	686	2.5321	.94583	.03611	2.4612	2.6030	1.00	5.00
	Nam	535	2.4411	.95781	.04141	2.3598	2.5225	1.00	5.00
	Nữ	151	2.4305	1.03608	.08432	2.2639	2.5971	1.00	5.00
vaitroCV	Total	686	2.4388	.97481	.03722	2.3657	2.5119	1.00	5.00
	Nam	535	3.27	1.046	.045	3.18	3.35	1	5
	Nữ	151	3.17	.992	.081	3.01	3.33	1	5
	Total	686	3.24	1.034	.039	3.17	3.32	1	5
yeutokq	Nam	535	2.6262	.84936	.03672	2.5540	2.6983	1.00	5.00
	Nữ	151	2.6159	.83953	.06832	2.4809	2.7509	1.00	5.00
	Total	686	2.6239	.84661	.03232	2.5604	2.6874	1.00	5.00

		ANOVA				
		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
hieubietSV	Between Groups	1.594	1	1.594	1.777	.183
	Within Groups	613.760	684	.897		
	Total	615.354	685			
tutinSV	Between Groups	.867	1	.867	1.302	.254
	Within Groups	455.321	684	.666		
	Total	456.188	685			
hungthuSV	Between Groups	.256	1	.256	.183	.669
	Within Groups	954.544	684	1.396		
	Total	954.800	685			
pphocSV	Between Groups	1.114	1	1.114	1.303	.254
	Within Groups	584.893	684	.855		
	Total	586.007	685			
yeutoSV	Between Groups	.654	1	.654	.739	.390
	Within Groups	605.860	684	.886		
	Total	606.515	685			
nhatruong	Between Groups	.129	1	.129	.120	.729
	Within Groups	734.788	684	1.074		
	Total	734.917	685			

ppdayGV	Between Groups	.047	1	.047	.052	.820
	Within Groups	612.748	684	.896		
	Total	612.794	685			
cosoVC	Between Groups	.013	1	.013	.014	.906
	Within Groups	650.915	684	.952		
	Total	650.929	685			
vaitroCV	Between Groups	1.024	1	1.024	.957	.328
	Within Groups	731.833	684	1.070		
	Total	732.857	685			
yeutokq	Between Groups	.012	1	.012	.017	.895
	Within Groups	490.955	684	.718		
	Total	490.968	685			

So sanh theo nam hoc									
		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
						Lower Bound	Upper Bound		
hieubietSV	Năm 2	259	2.4247	.94681	.05883	2.3089	2.5406	1.00	5.00
	Năm 3	205	2.6146	1.00625	.07028	2.4761	2.7532	1.00	5.00
	Năm 4	223	2.4350	.88228	.05908	2.3185	2.5514	1.00	5.00
	Total	687	2.4847	.94729	.03614	2.4138	2.5557	1.00	5.00
tutinSV	Năm 2	259	2.4093	.85048	.05285	2.3052	2.5133	1.00	4.00
	Năm 3	205	2.3146	.77509	.05413	2.5079	2.7214	1.00	4.00
	Năm 4	223	2.6632	.79293	.05310	2.2586	2.4679	1.00	4.00
	Total	687	2.4556	.81566	.03112	2.3945	2.5167	1.00	4.00
hungthuSV	Năm 2	259	3.1506	1.16660	.07249	3.0078	3.2933	1.00	4.00
	Năm 3	205	2.9439	1.11541	.07790	3.0903	3.3975	1.00	4.00
	Năm 4	223	3.2417	1.23799	.08290	2.7783	3.1051	1.00	4.00
	Total	687	3.1106	1.18025	.04503	3.0222	3.1990	1.00	4.00
pphocSV	Năm 2	259	2.4826	.88631	.05507	2.3742	2.5911	1.00	5.00
	Năm 3	205	2.4976	.97329	.06798	2.5635	2.8316	1.00	5.00

yeutoSV	Năm 4	223	2.6753	.91439	.06123	2.3547	2.5960	1.00	5.00
	Total	687	2.5444	.92613	.03533	2.4750	2.6138	1.00	5.00
	Năm 2	259	2.3367	.90734	.05638	2.4257	2.6477	1.00	5.00
	Năm 3	205	2.5976	.99323	.06937	2.5608	2.8343	1.00	5.00
	Năm 4	223	2.6901	.90807	.06081	2.2703	2.5100	1.00	5.00
nhatruong	Total	687	2.5371	.94051	.03588	2.4667	2.6076	1.00	5.00
	Năm 2	259	2.5483	1.06047	.06589	2.4185	2.6780	1.00	5.00
	Năm 3	205	2.6439	1.04084	.07270	2.5006	2.7872	1.00	5.00
	Năm 4	223	2.3991	.98977	.06628	2.2685	2.5297	1.00	5.00
	Total	687	2.5284	1.03524	.03950	2.4508	2.6059	1.00	5.00
ppdayGV	Năm 2	259	2.6100	.87960	.05466	2.5024	2.7177	1.00	5.00
cosoVC	Năm 3	205	2.5561	1.04929	.07329	2.4116	2.7006	1.00	5.00
	Năm 4	223	2.4170	.91093	.06100	2.2968	2.5373	1.00	5.00
	Total	687	2.5313	.94536	.03607	2.4605	2.6021	1.00	5.00
	Năm 2	259	2.4788	.98168	.06100	2.3586	2.5989	1.00	5.00
	Năm 3	205	2.4780	1.02218	.07139	2.3373	2.6188	1.00	5.00
	Năm 4	223	2.3543	.91783	.06146	2.2331	2.4754	1.00	5.00
	Total	687	2.4381	.97425	.03717	2.3652	2.5111	1.00	5.00
vaitroCV	Năm 2	259	3.28	1.086	.067	3.15	3.41	1	5
	Năm 3	205	3.25	1.025	.072	3.11	3.39	1	5
	Năm 4	223	3.19	.983	.066	3.06	3.32	1	5
	Total	687	3.24	1.035	.039	3.17	3.32	1	5
yeutokq	Năm 2	259	2.5641	.82541	.05129	2.5631	2.7651	1.00	5.00
	Năm 3	205	2.6927	.93839	.06554	2.5635	2.8219	1.00	5.00
	Năm 4	223	2.6112	.77029	.05158	2.4096	2.6129	1.00	5.00
	Total	687	2.6230	.84632	.03229	2.5596	2.6864	1.00	5.00

ANOVA						
		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
hieubietSV	Between Groups	4.944	2	2.472	2.769	.063
	Within Groups	610.645	684	.893		
	Total	615.590	686			

35PL

tutinSV	Between Groups	7.644	2	3.822	5.825	.003
	Within Groups	448.752	684	.656		
	Total	456.396	686			
hungthuSV	Between Groups	10.418	2	5.209	3.770	.024
	Within Groups	945.174	684	1.382		
	Total	955.592	686			
pphocSV	Between Groups	6.861	2	3.430	4.035	.018
	Within Groups	581.535	684	.850		
	Total	588.396	686			
yeutoSV	Between Groups	10.095	2	5.047	5.786	.003
	Within Groups	596.709	684	.872		
	Total	606.803	686			
nhatruong	Between Groups	6.565	2	3.283	3.081	.047
	Within Groups	728.631	684	1.065		
	Total	735.197	686			
ppdayGV	Between Groups	4.643	2	2.322	2.610	.074
	Within Groups	608.434	684	.890		
	Total	613.077	686			
cosoVC	Between Groups	2.323	2	1.161	1.224	.295
	Within Groups	648.798	684	.949		
	Total	651.121	686			
vaitroCV	Between Groups	.959	2	.480	.447	.640
	Within Groups	733.445	684	1.072		
	Total	734.405	686			
yeutokq	Between Groups	4.220	2	2.110	2.962	.052
	Within Groups	487.137	684	.712		
	Total	491.357	686			

So sanh theo ngành học

		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
						Lower Bound	Upper Bound		
hieubietSV	Điện, điện tử	231	2.4026	.90303	.05942	2.2855	2.5197	1.00	5.00
	CK chế tạo	122	2.4754	.97246	.08804	2.3011	2.6497	1.00	5.00
	CK động lực	178	2.4944	.97568	.07313	2.3501	2.6387	1.00	5.00
	CN thông tin	156	2.6026	.95498	.07646	2.4515	2.7536	1.00	5.00
	Total	687	2.4847	.94729	.03614	2.4138	2.5557	1.00	5.00

tutinSV	Điện, điện tử	231	2.4156	.85492	.05625	2.3048	2.5264	1.00	4.00
	CK chế tạo	122	2.5492	.83421	.07553	2.3997	2.6987	1.00	4.00
	CK động lực	178	2.3820	.79555	.05963	2.2643	2.4997	1.00	4.00
	CN thông tin	156	2.5256	.75732	.06063	2.4059	2.6454	1.00	4.00
	Total	687	2.4556	.81566	.03112	2.3945	2.5167	1.00	4.00
hungthuSV	Điện, điện tử	231	3.2338	1.12940	.07431	3.0874	3.3802	1.00	4.00
	CK chế tạo	122	3.0328	1.23271	.11160	2.8118	3.2537	1.00	4.00
	CK động lực	178	3.0393	1.20902	.09062	2.8605	3.2182	1.00	4.00
	CN thông tin	156	3.0705	1.17562	.09413	2.8846	3.2564	1.00	4.00
	Total	687	3.1106	1.18025	.04503	3.0222	3.1990	1.00	4.00
pphocSV	Điện, điện tử	231	2.6061	.89722	.05903	2.4897	2.7224	1.00	5.00
	CK chế tạo	122	2.4918	.93814	.08493	2.3237	2.6600	1.00	5.00
	CK động lực	178	2.5393	.97490	.07307	2.3951	2.6835	1.00	5.00
	CN thông tin	156	2.5000	.90518	.07247	2.3568	2.6432	1.00	5.00
	Total	687	2.5444	.92613	.03533	2.4750	2.6138	1.00	5.00
yeutoSV	Điện, điện tử	231	2.5628	.91090	.05993	2.4447	2.6809	1.00	5.00
	CK chế tạo	122	2.5082	.99790	.09035	2.3293	2.6871	1.00	5.00
	CK động lực	178	2.5337	.96345	.07221	2.3912	2.6762	1.00	5.00
	CN thông tin	156	2.5256	.91897	.07358	2.3803	2.6710	1.00	5.00
	Total	687	2.5371	.94051	.03588	2.4667	2.6076	1.00	5.00
nhatruong	Điện, điện tử	231	2.4892	.98626	.06489	2.3613	2.6170	1.00	5.00
	CK chế tạo	122	2.7377	1.15568	.10463	2.5306	2.9448	1.00	5.00
	CK động lực	178	2.4719	1.06924	.08014	2.3138	2.6301	1.00	5.00
	CN thông tin	156	2.4872	.95368	.07636	2.3363	2.6380	1.00	5.00
	Total	687	2.5284	1.03524	.03950	2.4508	2.6059	1.00	5.00
ppdayGV	Điện, điện tử	231	2.4848	.85388	.05618	2.3742	2.5955	1.00	5.00
	CK chế tạo	122	2.6066	.98381	.08907	2.4302	2.7829	1.00	5.00
	CK động lực	178	2.5955	1.01089	.07577	2.4460	2.7450	1.00	5.00
	CN thông tin	156	2.4679	.96667	.07740	2.3151	2.6208	1.00	5.00
	Total	687	2.5313	.94536	.03607	2.4605	2.6021	1.00	5.00
cosoVC	Điện, điện tử	231	2.4459	.91622	.06028	2.3271	2.5647	1.00	5.00
	CK chế tạo	122	2.3525	1.05957	.09593	2.1625	2.5424	1.00	5.00
	CK động lực	178	2.5169	1.03184	.07734	2.3642	2.6695	1.00	5.00

vaitroCV	CN thông tin	156	2.4038	.92128	.07376	2.2581	2.5496	1.00	5.00
	Total	687	2.4381	.97425	.03717	2.3652	2.5111	1.00	5.00
	Điện, điện tử	231	3.19	.989	.065	3.06	3.31	1	5
	CK chế tạo	122	3.35	1.142	.103	3.15	3.56	1	5
	CK động lực	178	3.30	1.078	.081	3.14	3.46	1	5
	CN thông tin	156	3.17	.958	.077	3.02	3.32	1	5
	Total	687	3.24	1.035	.039	3.17	3.32	1	5
yeutokq	Điện, điện tử	231	2.6234	.79737	.05246	2.5200	2.7267	1.00	5.00
	CK chế tạo	122	2.7049	.90625	.08205	2.5425	2.8674	1.00	5.00
	CK động lực	178	2.6292	.89420	.06702	2.4969	2.7615	1.00	5.00
	CN thông tin	156	2.5513	.81355	.06514	2.4226	2.6800	1.00	5.00
	Total	687	2.6230	.84632	.03229	2.5596	2.6864	1.00	5.00

ANOVA						
		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
hieubietSV	Between Groups	3.751	3	1.250	1.396	.243
	Within Groups	611.838	683	.896		
	Total	615.590	686			
tutinSV	Between Groups	3.167	3	1.056	1.591	.190
	Within Groups	453.229	683	.664		
	Total	456.396	686			
hungthuSV	Between Groups	5.398	3	1.799	1.293	.276
	Within Groups	950.195	683	1.391		
	Total	955.592	686			
pphocSV	Between Groups	1.528	3	.509	.593	.620
	Within Groups	586.868	683	.859		
	Total	588.396	686			
yeutoSV	Between Groups	.277	3	.092	.104	.958
	Within Groups	606.527	683	.888		
	Total	606.803	686			
nhatruong	Between Groups	6.533	3	2.178	2.041	.107

ppdayGV	Within Groups	728.663	683	1.067		
	Total	735.197	686			
	Between Groups	2.549	3	.850	.951	.416
cosoVC	Within Groups	610.528	683	.894		
	Total	613.077	686			
	Between Groups	2.196	3	.732	.770	.511
	Within Groups	648.925	683	.950		
	Total	651.121	686			
vaitroCV	Between Groups	3.620	3	1.207	1.128	.337
	Within Groups	730.785	683	1.070		
	Total	734.405	686			
yeutokq	Between Groups	1.628	3	.543	.757	.519
	Within Groups	489.729	683	.717		
	Total	491.357	686			

So sanh theo truong hoc									
		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
						Lower Bound	Upper Bound		
hieubietSV	ĐHSPKT Hưng Yên	141	2.3156	1.05291	.08867	2.6403	2.9909	1.00	5.00
	ĐH SPKT Vinh	397	2.4980	.90050	.04519	2.3091	2.4868	1.00	5.00
	ĐH SPKT Nam Định	149	2.8027	.89985	.07372	2.2570	2.5484	1.00	5.00
	Total	687	2.4847	.94729	.03614	2.4138	2.5557	1.00	5.00
tutinSV	ĐHSPKT Hưng Yên	141	2.4319	.77968	.06566	2.4021	2.6617	1.00	4.00
	ĐH SPKT Vinh	397	2.4458	.84400	.04236	2.3626	2.5291	1.00	4.00
	ĐH SPKT Nam Định	149	2.5094	.77122	.06318	2.2845	2.5342	1.00	4.00
	Total	687	2.4556	.81566	.03112	2.3945	2.5167	1.00	4.00

39PL

hungthuSV	ĐHSPKT Hưng Yên	141	3.1844	1.12506	.09475	2.9971	3.3717	1.00	4.00
	ĐH SPKT Vinh	397	3.1184	1.18645	.05955	3.0013	3.2355	1.00	4.00
	ĐH SPKT Nam Định	149	3.0201	1.21627	.09964	2.8232	3.2170	1.00	4.00
	Total	687	3.1106	1.18025	.04503	3.0222	3.1990	1.00	4.00
pphocSV	ĐHSPKT Hưng Yên	141	2.5745	.91209	.07681	2.4226	2.7263	1.00	5.00
	ĐH SPKT Vinh	397	2.5516	.93229	.04679	2.4596	2.6436	1.00	5.00
	ĐH SPKT Nam Định	149	2.4966	.92725	.07596	2.3465	2.6468	1.00	5.00
	Total	687	2.5444	.92613	.03533	2.4750	2.6138	1.00	5.00
yeutoSV	ĐHSPKT Hưng Yên	141	2.3163	.94360	.07947	2.5592	2.8734	1.00	5.00
	ĐH SPKT Vinh	397	2.5290	.93327	.04684	2.4369	2.6211	1.00	5.00
	ĐH SPKT Nam Định	149	2.7893	.93514	.07661	2.2379	2.5407	1.00	5.00
	Total	687	2.5371	.94051	.03588	2.4667	2.6076	1.00	5.00
nhatruong	ĐHSPKT Hưng Yên	141	2.2390	1.05909	.08919	2.3627	2.7153	1.00	5.00
	ĐH SPKT Vinh	397	2.6196	1.04394	.05239	2.5166	2.7227	1.00	5.00
	ĐH SPKT Nam Định	149	2.5752	.95053	.07787	2.1213	2.4290	1.00	5.00
	Total	687	2.5284	1.03524	.03950	2.4508	2.6059	1.00	5.00
ppdayGV	ĐHSPKT Hưng Yên	141	2.3681	.93773	.07897	2.3120	2.6242	1.00	5.00
	ĐH SPKT Vinh	397	2.6171	.93986	.04717	2.5244	2.7099	1.00	5.00
	ĐH SPKT Nam Định	149	2.4624	.94594	.07749	2.2093	2.5156	1.00	5.00
	Total	687	2.5313	.94536	.03607	2.4605	2.6021	1.00	5.00
cosoVC	ĐHSPKT Hưng Yên	141	2.5106	1.01852	.08577	2.3411	2.6802	1.00	5.00
	ĐH SPKT Vinh	397	2.4635	.98566	.04947	2.3662	2.5607	1.00	5.00
	ĐH SPKT Nam Định	149	2.3020	.89068	.07297	2.1578	2.4462	1.00	5.00
	Total	687	2.4381	.97425	.03717	2.3652	2.5111	1.00	5.00

40PL

vaitroCV	ĐHSPKT Hưng Yên	141	3.24	1.041	.088	3.07	3.41	1	5
	ĐH SPKT Vinh	397	3.31	1.050	.053	3.20	3.41	1	5
	ĐH SPKT Nam Định	149	3.07	.973	.080	2.92	3.23	1	5
	Total	687	3.24	1.035	.039	3.17	3.32	1	5
yeutokq	ĐHSPKT Hưng Yên	141	2.4957	.86996	.07326	2.4509	2.7406	1.00	5.00
	ĐH SPKT Vinh	397	2.7003	.85772	.04305	2.6156	2.7849	1.00	5.00
	ĐH SPKT Nam Định	149	2.5430	.76567	.06273	2.3190	2.5669	1.00	5.00
	Total	687	2.6230	.84632	.03229	2.5596	2.6864	1.00	5.00

		ANOVA				
		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
hieubietSV	Between Groups	19.427	2	9.713	11.144	.000
	Within Groups	596.163	684	.872		
	Total	615.590	686			
tutinSV	Between Groups	1.177	2	.589	.884	.413
	Within Groups	455.219	684	.666		
	Total	456.396	686			
hungthuSV	Between Groups	2.011	2	1.006	.721	.486
	Within Groups	953.581	684	1.394		
	Total	955.592	686			
pphocSV	Between Groups	.488	2	.244	.284	.753
	Within Groups	587.908	684	.860		
	Total	588.396	686			
yeutoSV	Between Groups	7.811	2	3.906	4.460	.012
	Within Groups	598.992	684	.876		
	Total	606.803	686			
nhatruong	Between Groups	12.876	2	6.438	6.097	.002
	Within Groups	722.320	684	1.056		
	Total	735.197	686			

41PL

ppdayGV	Between Groups	7.738	2	3.869	4.372	.013
	Within Groups	605.339	684	.885		
	Total	613.077	686			
cosoVC	Between Groups	3.757	2	1.878	1.985	.138
	Within Groups	647.364	684	.946		
	Total	651.121	686			
vaitroCV	Between Groups	5.907	2	2.953	2.773	.063
	Within Groups	728.498	684	1.065		
	Total	734.405	686			
yeutokq	Between Groups	7.304	2	3.652	5.161	.006
	Within Groups	484.053	684	.708		
	Total	491.357	686			

So sanh theo ket qua hoc tap									
		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
						Lower Bound	Upper Bound		
hieubietSV	Xuất sắc	12	2.3333	1.15470	.33333	1.5997	3.0670	1.00	5.00
	Giỏi	48	2.5833	.94155	.13590	2.3099	2.8567	1.00	5.00
	Khá	320	2.5219	.97596	.05456	2.4145	2.6292	1.00	5.00
	Trung bình	298	2.4430	.91661	.05310	2.3385	2.5474	1.00	5.00
	Yếu	9	2.2222	.66667	.22222	1.7098	2.7347	1.00	3.00
	Total	687	2.4847	.94729	.03614	2.4138	2.5557	1.00	5.00
tutinSV	Xuất sắc	12	2.1667	.71774	.20719	1.7106	2.6227	1.00	3.00
	Giỏi	48	2.4167	.79448	.11467	2.1860	2.6474	1.00	4.00
	Khá	320	2.4125	.80661	.04509	2.3238	2.5012	1.00	4.00
	Trung bình	298	2.5201	.83762	.04852	2.4246	2.6156	1.00	4.00
	Yếu	9	2.4444	.52705	.17568	2.0393	2.8496	2.00	3.00
	Total	687	2.4556	.81566	.03112	2.3945	2.5167	1.00	4.00
hungthuSV	Xuất sắc	12	2.5833	1.44338	.41667	1.6663	3.5004	1.00	4.00
	Giỏi	48	3.1875	1.02431	.14785	2.8901	3.4849	1.00	4.00

42PL

pphocSV	Khá	320	3.1250	1.18639	.06632	2.9945	3.2555	1.00	4.00	
	Trung bình	298	3.1107	1.17972	.06834	2.9762	3.2452	1.00	4.00	
	Yếu	9	2.8889	1.45297	.48432	1.7720	4.0057	1.00	4.00	
	Total	687	3.1106	1.18025	.04503	3.0222	3.1990	1.00	4.00	
	Xuất sắc	12	2.2500	.86603	.25000	1.6998	2.8002	1.00	3.00	
	Giỏi	48	2.5208	.92229	.13312	2.2530	2.7886	1.00	5.00	
	Khá	320	2.5688	.93098	.05204	2.4664	2.6711	1.00	5.00	
	Trung bình	298	2.5436	.92466	.05356	2.4382	2.6490	1.00	5.00	
	Yếu	9	2.2222	.97183	.32394	1.4752	2.9692	1.00	4.00	
Total	687	2.5444	.92613	.03533	2.4750	2.6138	1.00	5.00		
yeutoSV	Xuất sắc	12	2.1667	.71774	.20719	1.7106	2.6227	1.00	3.00	
	Giỏi	48	2.5208	.98908	.14276	2.2336	2.8080	1.00	5.00	
	Khá	320	2.5531	.95526	.05340	2.4481	2.6582	1.00	5.00	
	Trung bình	298	2.5470	.93175	.05397	2.4408	2.6532	1.00	5.00	
	Yếu	9	2.2222	.66667	.22222	1.7098	2.7347	1.00	3.00	
	Total	687	2.5371	.94051	.03588	2.4667	2.6076	1.00	5.00	
	nhatruong	Xuất sắc	12	2.3333	1.15470	.33333	1.5997	3.0670	1.00	4.00
		Giỏi	48	2.3333	.93019	.13426	2.0632	2.6034	1.00	4.00
		Khá	320	2.5781	1.05052	.05873	2.4626	2.6937	1.00	5.00
		Trung bình	298	2.5201	1.02884	.05960	2.4028	2.6374	1.00	5.00
		Yếu	9	2.3333	1.11803	.37268	1.4739	3.1927	1.00	4.00
Total		687	2.5284	1.03524	.03950	2.4508	2.6059	1.00	5.00	
ppdayGV		Xuất sắc	12	2.1667	.93744	.27061	1.5710	2.7623	1.00	4.00
		Giỏi	48	2.3750	.86603	.12500	2.1235	2.6265	1.00	4.00
		Khá	320	2.5094	.96648	.05403	2.4031	2.6157	1.00	5.00
	Trung bình	298	2.5906	.92851	.05379	2.4848	2.6965	1.00	5.00	
	Yếu	9	2.6667	1.11803	.37268	1.8073	3.5261	1.00	4.00	
	Total	687	2.5313	.94536	.03607	2.4605	2.6021	1.00	5.00	
	cosoVC	Xuất sắc	12	2.0000	.73855	.21320	1.5307	2.4693	1.00	3.00
		Giỏi	48	2.3750	.93683	.13522	2.1030	2.6470	1.00	4.00
		Khá	320	2.4656	.98837	.05525	2.3569	2.5743	1.00	5.00
		Trung bình	298	2.4329	.97296	.05636	2.3220	2.5438	1.00	5.00
		Yếu	9	2.5556	1.01379	.33793	1.7763	3.3348	1.00	4.00
Total		687	2.4329	.97296	.05636	2.3220	2.5438	1.00	5.00	

43PL

vaitroCV	Total	687	2.4381	.97425	.03717	2.3652	2.5111	1.00	5.00
	Xuất sắc	12	2.67	1.231	.355	1.88	3.45	1	5
	Giỏi	48	3.19	.960	.139	2.91	3.47	1	5
	Khá	320	3.27	1.018	.057	3.16	3.38	1	5
	Trung bình	298	3.26	1.055	.061	3.13	3.38	1	5
	Yếu	9	3.00	1.000	.333	2.23	3.77	2	5
	Total	687	3.24	1.035	.039	3.17	3.32	1	5
yeutokq	Xuất sắc	12	2.4167	.79296	.22891	1.9128	2.9205	1.00	4.00
	Giỏi	48	2.4792	.82487	.11906	2.2396	2.7187	1.00	4.00
	Khá	320	2.6125	.84903	.04746	2.5191	2.7059	1.00	5.00
	Trung bình	298	2.6644	.84972	.04922	2.5676	2.7613	1.00	5.00
	Yếu	9	2.6667	.86603	.28868	2.0010	3.3324	2.00	4.00
Total	687	2.6230	.84632	.03229	2.5596	2.6864	1.00	5.00	

ANOVA						
		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
hieubietSV	Between Groups	2.324	4	.581	.646	.630
	Within Groups	613.266	682	.899		
	Total	615.590	686			
tutinSV	Between Groups	2.911	4	.728	1.095	.358
	Within Groups	453.485	682	.665		
	Total	456.396	686			
hungthuSV	Between Groups	4.129	4	1.032	.740	.565
	Within Groups	951.464	682	1.395		
	Total	955.592	686			
pphocSV	Between Groups	2.191	4	.548	.637	.636
	Within Groups	586.205	682	.860		
	Total	588.396	686			
yeutoSV	Between Groups	2.663	4	.666	.752	.557
	Within Groups	604.141	682	.886		
	Total	606.803	686			

44PL

nhatruong	Between Groups	3.437	4	.859	.801	.525
	Within Groups	731.759	682	1.073		
	Total	735.197	686			
ppdayGV	Between Groups	4.135	4	1.034	1.158	.328
	Within Groups	608.942	682	.893		
	Total	613.077	686			
cosoVC	Between Groups	2.869	4	.717	.755	.555
	Within Groups	648.252	682	.951		
	Total	651.121	686			
vaitroCV	Between Groups	4.921	4	1.230	1.150	.332
	Within Groups	729.484	682	1.070		
	Total	734.405	686			
yeutokq	Between Groups	2.068	4	.517	.721	.578
	Within Groups	489.289	682	.717		
	Total	491.357	686			