VNU Journal of Foreign Studies

Journal homepage: https://jfs.ulis.vnu.edu.vn/

ACADEMIC DIFFICULTIES OF FIRST-YEAR STUDENTS AT VNU UNIVERSITY OF LANGUAGES AND INTERNATIONAL STUDIES

Nguyen Thi Thang[1,*], Nguyen Phuong Huyen[2], Nguyen Thi Phuong[3]

[1,3]*Faculty of Psychology and Liberal Education, VNU University of Languages and International Studies, No.2 Pham Van Dong, Cau Giay, Hanoi, Vietnam*

[2]*Department of Educational Management, VNU University of Education, Building G7, No.144 Xuan Thuy, Cau Giay, Hanoi, Vietnam*

Received 07 January 2026
Revised 23 February 2026; Accepted 15 April 2026

Abstract: This study examines the prevalence, severity, and impact of academic difficulties on learning effectiveness among first-year students at the University of Languages and International Studies, Vietnam National University, Hanoi. A mixed-methods design was employed, with quantitative analysis as the primary approach. Academic difficulties were examined across four dimensions: learning goal setting, selection of learning strategies, development and implementation of study plans, and identification and resolution of academic tasks. The survey data was collected from 1,003 first-year students across multiple language faculties. The results indicated that students experienced moderate difficulties across all the four dimensions, with goal setting and strategy selection being the most prominent. Learning effectiveness after the first semester was relatively low. Significant differences in academic difficulties were found across faculties and Grade Point Average (GPA) groups. Correlation and regression analyses revealed significant negative associations between academic difficulties and learning effectiveness, particularly for difficulties related to learning goals, learning strategies, and task resolution.

Keywords: first-year students, academic difficulties, learning effectiveness, learning strategies, goal setting

* Corresponding author.
Email address: ntthang1010@gmail.com
https://doi.org/10.63023/2525-2445/jfs.ulis.5712

KHÓ KHĂN TRONG HỌC TẬP CỦA SINH VIÊN NĂM THỨ NHẤT TRƯỜNG ĐẠI HỌC NGOẠI NGỮ, ĐẠI HỌC QUỐC GIA HÀ NỘI

Nguyễn Thị Thắng[1], Nguyễn Phương Huyền[2], Nguyễn Thị Phương[3]

[1,3]Khoa Tâm lý - Giáo dục khai phóng, Trường Đại học Ngoại ngữ, Đại học Quốc gia Hà Nội, Số 2 Phạm Văn Đồng, Cầu Giấy, Hà Nội, Việt Nam

[2]Khoa Quản lý giáo dục, Trường Đại học Giáo dục, Đại học Quốc gia Hà Nội, Tòa nhà G7, số 144 Xuân Thủy, Cầu Giấy, Hà Nội, Việt Nam

Nhận bài ngày 07 tháng 01 năm 2026
Chỉnh sửa ngày 23 tháng 02 năm 2026; Chấp nhận đăng ngày 15 tháng 4 năm 2026

Tóm tắt: Bài báo phân tích thực trạng, mức độ và tác động của các khó khăn trong học tập đến hiệu quả học tập của sinh viên năm thứ nhất, Trường Đại học Ngoại ngữ, Đại học Quốc gia Hà Nội. Nghiên cứu[°] kết hợp giữa định lượng và định tính, trong đó định lượng là chính. Các khó khăn trong học tập được xem xét trên bốn phương diện: xác định mục tiêu học tập, lựa chọn phương pháp học tập, xây dựng và thực hiện kế hoạch học tập, xác định và giải quyết nhiệm vụ học tập. Thông qua dữ liệu khảo sát trên 1003 sinh viên năm thứ nhất thuộc các khoa đào tạo của nhà trường cho thấy sinh viên năm thứ nhất gặp khó khăn ở mức độ trung bình trong cả bốn phương diện nêu trên, trong đó, khó khăn trong xác định mục tiêu và lựa chọn phương pháp học tập là phổ biến hơn cả. Hiệu quả học tập của sinh viên sau học kỳ đầu được đánh giá ở mức thấp. Phân tích so sánh chỉ ra sự khác biệt có ý nghĩa thống kê về mức độ khó khăn học tập giữa sinh viên các khoa và giữa các nhóm sinh viên có điểm trung bình tích lũy khác nhau. Các phân tích tương quan và hồi quy khẳng định các khó khăn trong học tập có mối quan hệ nghịch chiều và tác động đáng kể đến hiệu quả học tập của sinh viên, đặc biệt là các khó khăn liên quan đến mục tiêu học tập, phương pháp học tập và khả năng giải quyết nhiệm vụ học tập. Kết quả nghiên cứu là cơ sở khoa học quan trọng cho việc đề xuất các khuyến nghị mang tính biện pháp hỗ trợ học tập, góp phần nâng cao hiệu quả học tập và chất lượng đào tạo sinh viên năm thứ nhất của trường.

Từ khoá: sinh viên năm thứ nhất, khó khăn trong học tập, hiệu quả học tập, phương pháp học tập, xác định mục tiêu học tập

1. Đặt vấn đề

Khó khăn trong học tập của sinh viên là những trở ngại, thách thức mà sinh viên gặp phải trong quá trình lĩnh hội kiến thức, phát triển kỹ năng và năng lực của bản thân (Tinto, 1993; Biggs & Tang, 2011). Trong bối cảnh xã hội ngày càng phát triển và biến đổi không ngừng, giáo dục đại học không chỉ mang đến những cơ hội mới cho sự phát triển trí tuệ và năng lực của người học mà còn đặt ra nhiều thách thức học thuật, đặc biệt là trong quá trình thích nghi và duy trì hiệu quả học tập. Khác với giáo dục trung học phổ thông, giáo dục đại học đòi hỏi mức độ chủ động, độc lập, tư duy phản biện và khả năng tự học cao hơn. Những thay đổi này đòi hỏi sinh viên phải có khả năng tự điều chỉnh, quản lý thời gian và xây dựng chiến lược học tập hiệu quả. Tuy nhiên, trên thực tế, nhiều sinh viên vẫn gặp phải những khó khăn đáng kể như: áp lực học tập, thiếu kỹ năng quản lý thời gian, thiếu động lực học tập, khó khăn trong việc tiếp cận tài liệu học thuật, hoặc không thích nghi được với phương pháp giảng dạy mới (Biggs & Tang, 2011;

[°] Nghiên cứu này được Trường Đại học Ngoại ngữ, Đại học Quốc gia Hà Nội cấp kinh phí trong khuôn khổ nhiệm vụ KHCN & ĐMST cấp trường mã số N.24.26.

Le & Do, 2024). Nhiều nghiên cứu cho thấy có tới gần 30% tỷ lệ sinh viên năm thứ nhất gặp phải những khó khăn khác nhau trong quá trình học tập ở môi trường đại học (Lowe & Cook, 2003; Naylor và cộng sự, 2015). Nghiên cứu của Downs (2005) chỉ ra những khó khăn trong học tập của sinh viên ở Nam Phi: thảo luận, viết luận và hiểu bài. Tangna (2018) thực hiện nghiên cứu định tính trên 31 sinh viên và điều phối viên ở một trường đại học Nam Phi đã cho thấy nhiều thách thức học tập mà sinh viên năm thứ nhất gặp phải như các vấn đề về viết, tham khảo tài liệu, đạo văn, rào cản tiếng Anh và không có khả năng sử dụng máy tính. Nghiên cứu của Naylor và cộng sự (2015) trên 1739 sinh viên năm thứ nhất ở 8 trường đại học Úc chỉ ra một tỷ lệ đáng kể sinh viên (khoảng 30%) gặp thách thức trong tìm kiếm động lực học tập và thích nghi với việc học đại học. Nghiên cứu của Truong và cộng sự (2012) cũng cho thấy sinh viên năm thứ nhất gặp khó khăn trong xác định mục tiêu học tập; lựa chọn phương pháp tự học; thiếu động cơ học tập… Nghiên cứu của Le và Do (2024) trên 110 sinh viên ngành Sư phạm Vật lý, Trường Đại học Cần Thơ cho thấy các khó khăn mà sinh viên gặp phải là: "Nội dung học tập khó, không thể theo kịp", "Phương pháp giảng dạy của giảng viên khó hiểu", "Khó khăn trong lập kế hoạch học tập, giải quyết nhiệm vụ học tập"… hay nghiên cứu khó khăn tâm lý trong hoạt động học ngoại ngữ của sinh viên hệ sư phạm, Trường Đại học Ngoại ngữ, Đại học Quốc gia Hà Nội (ĐHNN, ĐHQGHN) của Dang (2020) cho thấy sinh viên gặp nhiều khó khăn về ngôn ngữ; khó khăn về phương pháp học ngoại ngữ; khó khăn về môi trường học tập…

Những vấn đề trên không chỉ ảnh hưởng trực tiếp đến kết quả học tập mà còn tác động lâu dài đến sự phát triển cá nhân và nghề nghiệp của sinh viên (Luu, 2018; Dang, 2020; Le & Do, 2024). Do đó, việc nhận diện và phân tích mức độ các khó khăn trong học tập của sinh viên đại học nói chung, sinh viên năm thứ nhất Trường ĐHNN, ĐHQGHN nói riêng là một yêu cầu cần thiết nhằm đưa ra các giải pháp hỗ trợ thiết thực và hiệu quả. Bài nghiên cứu này tập trung làm rõ những thách thức trong học tập phổ biến mà sinh viên năm thứ nhất Trường ĐHNN, ĐHQGHN đang đối mặt và tác động của nó đến hiệu quả học tập của sinh viên, từ đó góp phần nâng cao chất lượng giáo dục và tạo điều kiện thuận lợi hơn cho quá trình học tập và phát triển toàn diện của sinh viên trong môi trường đại học.

2. Câu hỏi và phương pháp nghiên cứu

2.1. Câu hỏi nghiên cứu

Để thực hiện mục tiêu, 3 câu hỏi nghiên cứu được thiết kế:

(1) Sinh viên năm thứ nhất Trường ĐHNN, ĐHQGHN gặp những khó khăn gì trong học tập và khó khăn ở mức độ nào?

(2) Liệu có sự khác nhau về mức độ khó khăn trong học tập giữa sinh viên các khoa và giữa sinh viên có điểm trung bình tích luỹ (GPA) khác nhau?

(3) Những khó khăn trong học tập của sinh viên ảnh hưởng như thế nào đến hiệu quả học tập của sinh viên?

2.2. Thiết kế và mẫu nghiên cứu

Bài viết dựa trên một nghiên cứu cắt ngang, kết hợp và nghiên cứu định lượng là chính được triển khai từ tháng 11/2024 tới tháng 11/2026 tại Trường ĐHNN, ĐHQGHN. Theo Creswell và Creswell (2018), phương pháp nghiên cứu định lượng nhằm đo lường, tìm ra mối tương quan giữa các hiện tượng (biến) với nhau. Phương pháp nghiên cứu định tính nhằm mục đích khám phá và hiểu rõ một hiện tượng.

Nghiên cứu được Hội đồng Đánh giá đạo đức trong nghiên cứu của Trường Đại học Y tế

Công cộng phê duyệt và được thông báo cho tất cả sinh viên năm thứ nhất của trường. Số lượng tham gia nghiên cứu là 1,003 sinh viên đến từ các Khoa Ngôn ngữ và Văn hoá: Nhật Bản, Trung Quốc, Đức, Pháp, Nga, Hàn Quốc và Anh của Trường ĐHNN, ĐHQGHN. Sinh viên tham gia nghiên cứu có năng lực thể chất và tâm lý trả lời các câu hỏi khảo sát.

Trong số 1003 sinh viên, có 211 sinh viên nam và 784 sinh viên nữ. Điểm trung bình tích luỹ của các sinh viên tham gia khảo sát nghiên cứu trải ở cả 5 mức độ. Các thông số được thống kê chi tiết trong Bảng 1.

Bảng 1

Một số đặc điểm của mẫu nghiên cứu

	Nam n (%)	**Nữ n (%)**	**Khác n (%)**	**Total n (%)**
	N = 211	**N = 784**	**N = 8**	**N = 1003**
GPA				
Dưới 2,0	5 (2,4)	18 (2,3)	0	23 (2,3)
2,0-2,49	11 (5,2)	32 (4,1)	1 (12,5)	44 (4,4)
2,5-3,19	82 (38,9)	214 (27,3)	1 (12,5)	297 (29,6)
3,2-3,59	91 (43,1)	364 (46,8)	4 (50,0)	459 (45,8)
3,6-4	22 (10,4)	156 (19,9)	2 (25,0)	180 (17,9)
Ngành học				
Ngôn ngữ Anh	169 (80)	544 (69,4)	6 (75)	719 (71,7)
Ngôn ngữ Nhật	41 (19,4)	187 (23,9)	2 (25)	230 (22,9)
Ngôn ngữ Hàn	0	32 (4,1)	0	32 (3,2)
Ngôn ngữ Trung	1 (0,5)	16 (1,9)	0	17 (1,7)
Đức-Nga-Pháp	0	5 (0,6)	0	5 (0,5)

2.3. Công cụ đo lường đánh giá

Nghiên cứu này được xây dựng trên cơ sở tích hợp lý thuyết học tập tự điều chỉnh (Self-Regulated Learning – SRL) theo quan điểm nhận thức xã hội và tiếp cận giáo dục học về hiệu quả học tập nhằm phân tích mối quan hệ giữa quá trình học tập và kết quả học tập của sinh viên năm thứ nhất.

Theo Zimmerman, học tập tự điều chỉnh là quá trình trong đó người học chủ động thiết lập mục tiêu học tập, lựa chọn và sử dụng chiến lược học tập, giám sát quá trình thực hiện và tự đánh giá kết quả thông qua sự tương tác giữa các yếu tố cá nhân, hành vi và môi trường (Zimmerman, 1989, 2000). Mô hình học tập tự điều chỉnh bao gồm ba giai đoạn cơ bản: giai đoạn dự định (forethought), giai đoạn thực hiện (performance) và giai đoạn tự phản hồi (self-reflection), trong đó, năng lực xác lập mục tiêu, lập kế hoạch, lựa chọn chiến lược và giải quyết nhiệm vụ học tập đóng vai trò trung tâm quyết định hiệu quả học tập của người học (Zimmerman, 2002).

Dựa trên mô hình lý thuyết này, khó khăn học tập của sinh viên năm thứ nhất trong nghiên cứu được cấu trúc thành bốn khía cạnh phản ánh các thành phần cốt lõi của quá trình tự điều chỉnh học tập: Thứ nhất, khó khăn trong xác định mục tiêu học tập phản ánh hạn chế của sinh viên trong việc thiết lập mục tiêu học tập rõ ràng, phù hợp và có định hướng. Việc thiếu mục tiêu cụ thể có thể làm suy giảm động cơ học tập và khả năng kiểm soát hoạt động học tập (Zimmerman, 2002; Schunk & Zimmerman, 2011). Thứ hai, khó khăn trong lựa chọn phương pháp học tập thể hiện hạn chế trong việc sử dụng chiến lược học tập phù hợp với yêu cầu nhiệm vụ. Theo quan điểm học tập tự điều chỉnh, chiến lược học tập là yếu tố trung gian quan trọng giữa động cơ học tập và kết quả học tập (Pintrich, 2004). Thứ ba, khó khăn trong xây dựng và

thực hiện kế hoạch học tập phản ánh năng lực quản lý thời gian, tổ chức hoạt động học tập và duy trì sự kiểm soát hành vi học tập. Khả năng lập kế hoạch và tự quản lý là thành phần quan trọng của năng lực tự điều chỉnh học tập và có ảnh hưởng trực tiếp đến thành tích học tập (Zimmerman, 2000). Thứ tư, khó khăn trong xác định và giải quyết nhiệm vụ học tập liên quan đến năng lực nhận diện yêu cầu nhiệm vụ, vận dụng kiến thức và giải quyết vấn đề học tập. Đây là biểu hiện của quá trình giám sát nhận thức và điều chỉnh chiến lược trong pha thực hiện của học tập tự điều chỉnh (Zimmerman, 2008).

Bên cạnh quá trình học tập, nghiên cứu còn xem xét hiệu quả học tập của sinh viên như biến kết quả. Theo quan điểm giáo dục học, hiệu quả học tập không chỉ phản ánh kết quả thành tích mà còn bao gồm sự phát triển về nhận thức, kỹ năng và thái độ học tập của người học (Bloom, 1956; Biggs & Tang, 2011). Hiệu quả học tập được xem là kết quả tổng hợp của quá trình tổ chức hoạt động học tập có mục tiêu, trong đó, người học đạt được sự tiến bộ về tri thức, năng lực và phẩm chất cá nhân (Biggs & Tang, 2011).

Trên cơ sở khung lý thuyết nêu trên, công cụ khảo sát được thiết kế và thử nghiệm dưới dạng bảng câu hỏi gồm 18 câu hỏi (items) đóng và một câu hỏi mở nhằm đánh giá các khó khăn trong học tập và hiệu quả học tập của sinh viên. Thang đo năm khía cạnh: Khó khăn trong xác định mục tiêu học tập (3 items); Khó khăn trong lựa chọn phương pháp học tập (3 items); Khó khăn trong xây dựng và thực hiện kế hoạch học tập (3 items); Khó khăn trong xác định và giải quyết nhiệm vụ học tập (3 items) và Hiệu quả học tập của sinh viên (6 items). Kết quả phân tích thống kê thu được qua khảo sát, đánh giá của sinh viên cho thấy cả năm khía cạnh đều có độ tin cậy nhất quán cao, với hệ số Cronbach's alpha cho 4 khó khăn trong học tập (xác định mục tiêu học tập, lựa chọn phương pháp học tập, xây dựng và thực hiện kế hoạch học tập, xác định và giải quyết nhiệm vụ) là: 0,80, 0,79, 0,80 và 0,84 và hệ số Cronbach's alpha cho hiệu quả học tập của sinh viên là 0,86.

2.4. Phương pháp thu thập và phân tích số liệu

Khảo sát được thực hiện trực tuyến trên Google form để thu thập các thông tin cá nhân và khó khăn trong học tập, hiệu quả học tập của sinh viên. Đồng thời, trong mẫu khảo sát cũng có giải thích chi tiết về mục đích, nội dung nghiên cứu, cách thức tiến hành và lợi ích của nghiên cứu đối với sinh viên. Bảng hỏi này được gửi thông qua các kênh: cán bộ lớp, giảng viên giảng dạy gửi email tới từng sinh viên. Các thông tin về người thực hiện khảo sát đảm bảo an toàn, bí mật danh tính.

Mức độ khó khăn trong học tập và hiệu quả học tập của sinh viên được đánh giá bằng thang đo Likert 4 mức, với các giá trị từ 0 đến 3, trong đó điểm số càng cao thể hiện mức độ khó khăn càng lớn và hiệu quả học tập càng thấp theo nội dung đo lường của từng biến quan sát. Giá trị điểm trung bình (Mean) được sử dụng để phân tích và diễn giải kết quả nghiên cứu. Cách phân loại này cho phép xác định rõ mức độ khó khăn trong học tập cũng như hiệu quả học tập của sinh viên trên từng tiêu chí nghiên cứu.

Bảng 2

Điểm trung bình được quy đổi theo các khoảng giá trị tương ứng

Điểm trung bình	Mức độ khó khăn trong học tập	Mức độ hiệu quả học tập
< 0,75	Hoàn toàn không khó khăn	Rất hiệu quả
0,76 – 1,5	Ít khó khăn	Hiệu quả
1,51 – 2,25	Khó khăn	Ít hiệu quả
2,26 – 3,0	Rất khó khăn	Hoàn toàn không hiệu quả

Để bổ sung và làm rõ các kết quả nghiên cứu định lượng, nghiên cứu sử dụng phương pháp phỏng vấn sâu nhằm khai thác chi tiết trải nghiệm và nhận thức của sinh viên năm thứ nhất

về những khó khăn trong học tập. Người tham gia được lựa chọn theo phương pháp chọn mẫu có chủ đích nhằm bảo đảm sự đa dạng về kết quả học tập và mức độ khó khăn học tập cảm nhận. Tổng số sinh viên tham gia phỏng vấn là 11, đáp ứng các tiêu chí: (1) đang học năm thứ nhất, (2) tự nguyện tham gia, và (3) có trải nghiệm học tập khác nhau.

Bảng hỏi phỏng vấn bán cấu trúc được xây dựng dựa trên khung lý thuyết học tập tự điều chỉnh và các khía cạnh khó khăn học tập trong nghiên cứu. Nội dung phỏng vấn tập trung vào bốn nhóm vấn đề: (1) khó khăn trong xác định mục tiêu học tập, (2) khó khăn trong lựa chọn phương pháp học tập, (3) khó khăn trong xây dựng và thực hiện kế hoạch học tập, và (4) khó khăn trong xác định và giải quyết nhiệm vụ học tập; đồng thời khai thác nhận thức của sinh viên về hiệu quả học tập và các yếu tố ảnh hưởng.

Các cuộc phỏng vấn được thực hiện trực tiếp trong môi trường thuận tiện, mỗi cuộc kéo dài khoảng 30–45 phút với sự đồng ý của người tham gia, dữ liệu được ghi âm và chép lại nguyên văn phục vụ phân tích. Các nguyên tắc đạo đức nghiên cứu được bảo đảm, bao gồm: sự tham gia tự nguyện, bảo mật thông tin và ẩn danh cá nhân.

Số liệu sau khi thu thập được làm sạch và phân tích, xử lí bằng phần mềm SPSS 30.0. Kết quả được trình bày dưới dạng các giá trị: trung bình, độ lệch chuẩn, tỉ lệ phần trăm, hồi quy tuyến tính. Các dữ liệu thu được qua phỏng vấn được mã hoá, phân loại, phân tích, tổng hợp nhằm lý giải, giải thích sâu hơn các kết quả nghiên cứu định lượng.

3. Kết quả nghiên cứu và bàn luận

3.1. Thực trạng mức độ khó khăn trong học tập và hiệu quả học tập của sinh viên năm thứ nhất Trường ĐHNN, ĐHQGHN

3.1.1. Thực trạng mức độ khó khăn trong học tập của sinh viên

Số liệu thống kê ở Bảng 3 cho thấy sinh viên năm thứ nhất Trường ĐHNN, ĐHQGHN có biểu hiện gặp khó khăn trong hoạt động học tập. Cụ thể, sinh viên gặp khó khăn trong xác định mục tiêu học tập, lựa chọn phương pháp học tập, xây dựng và thực hiện kế hoạch học tập và khó khăn trong xác định, giải quyết nhiệm vụ học tập với các giá trị trung bình từ 1.24 – 1.31.

Bảng 3

Thống kê mô tả về khó khăn trong học tập và hiệu quả học tập của sinh viên

	Min	Max	Mean	Std. D	Cronbach's Alpha
Khó khăn trong xác định mục tiêu học tập	,00	3,00	1,31	,64	0,80
Khó khăn trong lựa chọn phương pháp học tập	,00	3,00	1,28	,63	0,79
Khó khăn trong xây dựng và thực hiện kế hoạch học tập	,00	3,00	1,24	,65	0,80
Khó khăn trong xác định và giải quyết nhiệm vụ học tập	,00	3,00	1,26	,66	0,84
Hiệu quả học tập của sinh viên	,00	3,00	1,65	,53	0,86
Valid N (listwise)	1003				

Mức độ khó khăn trong xác định mục tiêu học tập, lựa chọn phương pháp học tập, xây dựng và thực hiện kế hoạch học tập và khó khăn trong xác định, giải quyết nhiệm vụ học tập được thể hiện qua Biểu đồ 1.

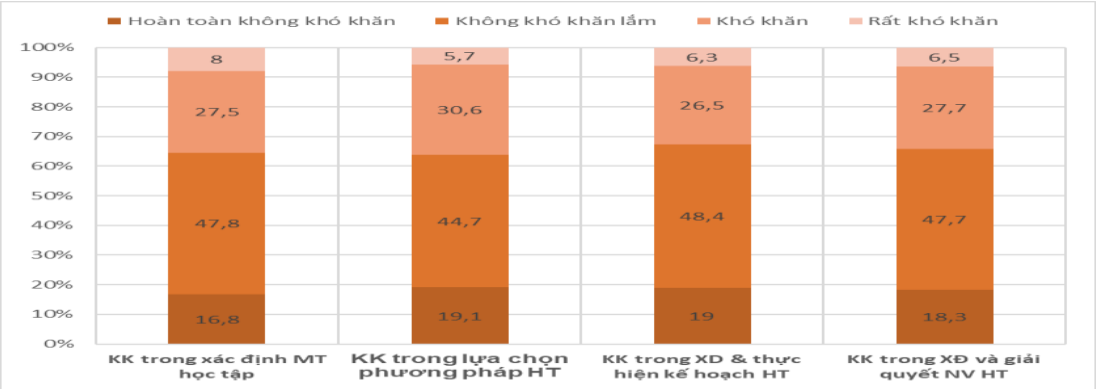
Kết quả thống kê cho thấy 16,8% sinh viên năm thứ nhất hoàn toàn không gặp khó khăn và 47,8% sinh viên gặp chút ít khó khăn (không đáng kể) trong việc xác định mục tiêu học tập

cá nhân. Tỷ lệ sinh viên đánh giá khó khăn và rất khó khăn trong xác định mục tiêu học tập là 27,5% và 8%. Phỏng vấn một số sinh viên năm thứ nhất về những thách thức mà họ gặp trong quá trình học tập tại môi trường đại học cho thấy có 25,5% sinh viên thấy khó khăn và 4,1% rất khó khăn trong việc xác định mục tiêu và động cơ học tập của bản thân. Một trong số các sinh viên được phỏng vấn nói rằng: *"…đến bây giờ mà em vẫn không biết học ngôn ngữ R này để làm gì, em không biết nó có phù hợp với mình không, mình sẽ làm gì sau khi học xong… hiện tại em làm thêm công việc không liên quan đến ngành em đang học…" (HT1).*

Trong khi đó, có những sinh viên không gặp khó khăn trong việc xác định mục tiêu học tập thì họ lại gặp khó khăn trong quá trình thực hiện các mục tiêu học tập đề ra và thấy rất khó khăn để tạo hứng thú học tập cho bản thân, tỷ lệ này chiếm tới 36,6% và 42,7%. Sinh viên cho rằng họ đã luôn nhận được sự hỗ trợ, chỉ bảo rõ ràng của bố mẹ, thầy cô hướng đi cho mình khi học tập ở trường phổ thông, nhưng họ thấy chơi vơi khi thiếu đi sự hỗ trợ, đồng hành của bố mẹ, thầy cô ở môi trường đại học. Họ không biết bắt đầu thế nào và từ đâu, bằng cách nào để có thể đạt được mục tiêu học tập mà mình đề ra. Sinh viên HT8 nói rằng: *"Em cũng đề ra mục tiêu mà mình muốn đạt được trong năm học đầu tiên này khá rõ ràng, nhưng thực lòng đến giờ phút này, em vẫn loay hoay và mệt mỏi, căng thẳng vì nguy cơ sẽ không đạt được, em cứ thấy rối bời với các loại bài vở, nhà trọ…" (HT8).*

Biểu đồ 1

Tỷ lệ mức độ khó khăn trong học tập của sinh viên



Trong số 1003 sinh viên tham gia nghiên cứu, có tới 30,6% sinh viên cho rằng họ khó khăn và 5,7 % thấy rất khó khăn trong việc lựa chọn phương pháp học tập hiệu quả. Số sinh viên hoàn toàn không gặp khó khăn gì hoặc gặp khó khăn không đáng kể chiếm tỷ lệ 19,1% và 44,7%. Sinh viên năm thứ nhất gặp rất nhiều khó khăn đối với phương pháp dạy và học hiện đại ở bậc đại học (Truong và cộng sự, 2012). Các nghiên cứu của Naylor và cộng sự (2015), Doan (2013), Duong và cộng sự (2023), Le và Do (2024) cũng cho thấy sinh viên gặp khó khăn trong tiếp cận và lựa chọn phương pháp dạy và học với tỷ lệ tương đối (khoảng 30%). Sinh viên cho biết dù đã được nhà trường có buổi định hướng đầu năm học về môi trường học tập đại học, nhưng họ chưa thích nghi được với phương pháp và hình thức dạy học của giảng viên, không biết tìm kiếm và sử dụng hiệu quả các nguồn tài liệu học tập. Đặc biệt, nhiều sinh viên cho rằng họ không xác định, tìm ra được chiến lược và phương pháp học tập hiệu quả cho mình.

Mức độ sinh viên gặp khó khăn trong việc xây dựng và thực hiện kế hoạch học tập chiếm tỷ lệ gần tương đương với tỷ lệ sinh viên gặp khó khăn trong xác định và giải quyết các nhiệm vụ học tập (Biểu đồ 1). Nhiều sinh viên chưa biết cách sắp xếp và quản lí thời gian học tập, sinh hoạt một cách hiệu quả… thiếu khả năng liên kết giữa lý thuyết và thực hành cũng như thiếu sự hiểu biết rõ ràng về ngành học của mình (Truong và cộng sự, 2012; Magembe, 2019; Le & Do, 2024).

Sinh viên NXT tham gia phỏng vấn với giảng viên của Khoa Tâm lý - Giáo dục khai phóng đã cho biết: *"Thời khoá biểu ở trường đại học rất khác với thời khoá biểu của chúng em học ở trường phổ thông. Em cũng hỏi một, hai chị ở khoá trước nhưng vẫn bị đăng ký trùng lịch học và nhiều môn quá, em không thể hoàn thành tốt các nhiệm vụ học tập cá nhân và nhiệm vụ của cả nhóm. Hơn nữa, chúng em không biết cách phản biện một vấn đề học tập nào đó một cách khoa học. Nhiều bạn học cùng em cũng có tình cảnh như em khi thực hiện một bài tập, không biết vấn đề mình phải giải quyết là gì và cách giải quyết như thế nào cho hiệu quả…"* (NXT).

Do đó, nhà trường, giảng viên cần hỗ trợ sinh viên biết cách lựa chọn phương pháp học tập hiệu quả, rèn luyện tính kỷ luật, tính độc lập và tính sáng tạo để có thể tự lập kế hoạch và giải quyết tốt các nhiệm vụ học tập theo lịch trình và phát triển bản thân hiệu quả.

3.1.2. Sự khác biệt về khó khăn trong học tập giữa sinh viên các khoa và sinh viên có điểm GPA khác nhau

Phép kiểm định One-way Anova được thực hiện để đánh giá sự khác biệt về những khó khăn trong học tập giữa sinh viên các khoa và giữa các nhóm sinh viên có điểm tích luỹ (GPA) khác nhau. Kết quả của phép kiểm định One-way Anova được thống kê ở các Bảng 4 và 5.

Số liệu thống kê ở Bảng 4 cho thấy trong số bốn khó khăn trong học tập mà sinh viên gặp phải, khó khăn trong việc xây dựng và thực hiện kế hoạch học tập của sinh viên các khoa ở mức độ như nhau (không có sự khác biệt). Có sự khác biệt về mức độ khó khăn trong xác định mục tiêu học tập, lựa chọn phương pháp học tập và khó khăn trong xác định, giải quyết nhiệm vụ học tập giữa sinh viên các khoa với giá trị F lần lượt bằng 3,14; 3,17 và 3,44 với giá trị p đều < 0,05. Kết quả kiểm định sâu trong kiểm định phương sai bằng nhau (qua kiểm định Bonferroni) cho thấy chỉ có sự khác nhau giữa mức độ khó khăn trong học tập của sinh viên Khoa Ngôn ngữ và Văn hóa Anh và sinh viên Khoa Ngôn ngữ và Văn hoá Hàn Quốc với Mean Difference (khác biệt về giá trị trung bình) = 0,37 và giá trị p < 0,05; và giữa sinh viên Khoa Ngôn ngữ và Văn hoá Hàn Quốc với sinh viên Khoa Ngôn ngữ và Văn hoá Nhật Bản (Mean Diff. = - 0,39, p < 0,05).

Kết quả cho thấy so với sinh viên Khoa Ngôn ngữ và Văn hóa Anh và sinh viên Khoa Ngôn ngữ và Văn hoá Nhật Bản, mức độ khó khăn trong học tập của sinh viên Khoa Ngôn ngữ và Văn hoá Hàn Quốc thấp hơn.

Kết quả kiểm định so sánh giá trị trung bình của các khó khăn trong học tập giữa các nhóm sinh viên có điểm GPA khác nhau ở Bảng 5 chỉ báo có sự khác biệt có ý nghĩa về mức độ khó khăn trong học tập giữa các nhóm sinh viên có điểm GPA khác nhau với các giá trị của F lần lượt: 5,81; 5,9; 5,79; 6,15 và giá trị p đều = 0,000 < 0,001.

Bảng 4

So sánh mức độ khó khăn trong học tập giữa sinh viên các khoa

	Test of Homogeneity of Variances		**ANOVA**	
	Levene Statistic	p	F	p
Khó khăn trong xác định mục tiêu học tập	1,90	0,11	3,14	0,01
Khó khăn trong lựa chọn phương pháp học tập	1,22	0,30	3,17	0,01
Khó khăn trong xây dựng và thực hiện kế hoạch học tập	1,31	0,26	1,21	0,31
Khó khăn trong xác định và giải quyết nhiệm vụ học tập	1,60	0,22	3,44	0,01

Kiểm định Bonferroni khẳng định có tồn tại sự khác biệt trung bình về mức độ khó khăn trong học tập giữa các nhóm sinh viên có điểm GPA khác nhau. Kết quả chỉ ra có sự khác biệt về mức độ khó khăn trong học tập giữa hai nhóm sinh viên có điểm GPA loại F (< 2) và nhóm có GPA loại D (2,0 - 2,49) với nhóm sinh viên có điểm GPA loại B (3,2 - 3,59) và nhóm sinh viên có điểm GPA loại A (3,6 – 4,0), với mức khác biệt về giá trị trung bình từ 0,33 – 0,61 đơn vị ($p < 0,05$). Điều này cho thấy mức độ khó khăn trong học tập ít nhiều có ảnh hưởng tới kết quả học tập của sinh viên. Qua quan sát một số giờ học của sinh viên năm thứ nhất ở các học phần chung và qua trao đổi với giảng viên phụ trách các lớp học phần cho thấy có một số lượng không nhỏ sinh viên đến lớp với biểu hiện mệt mỏi, căng thẳng. Họ phân tích, suy luận các vấn đề học tập không tốt, diễn đạt kém, né tránh làm bài tập, né tránh tham gia các hoạt động học tập trên lớp.

Bảng 5

So sánh mức độ khó khăn trong học tập giữa các nhóm sinh viên có điểm GPA khác nhau

	Test of Homogeneity of Variances		**ANOVA**	
	Levene Statistic	p	F	p
Khó khăn trong xác định mục tiêu học tập	1,60	0,17	5,81	0,000
Khó khăn trong lựa chọn phương pháp học tập	2,04	0,09	5,90	0,000
Khó khăn trong xây dựng và thực hiện kế hoạch học tập	0,45	0,77	5,79	0,000
Khó khăn trong xác định và giải quyết nhiệm vụ học tập	0,76	0,55	6,15	0,000

Sự khác biệt về mức độ khó khăn trong học tập giữa các nhóm sinh viên theo điểm GPA được phát hiện qua phân tích thống kê cũng được minh chứng qua dữ liệu định tính từ phỏng vấn, qua đó góp phần làm rõ hơn ảnh hưởng của khó khăn học tập đối với kết quả học tập của sinh viên.

Một số sinh viên nói rằng: *"Học ở đại học thật khó khăn với em, có rất nhiều thách thức với em như tìm tài liệu, phương pháp học tập hiệu quả… em không xác định được điều mình sẽ hướng tới trong mấy năm học ở đây… thật khó khăn với các yêu cầu học tập ở trường…" (HT11);*

"Em quen với việc học tập có sự hỗ trợ và giám sát nghiêm ngặt của thầy cô, bố mẹ khi học ở trường phổ thông. Em thật sự hoang mang với môi trường học tập ở trường đại học không biết học như thế nào, chọn môn học nào, bao nhiêu môn, vào thời gian nào…" (HT3);

"Em thấy như bắt đầu từ đầu, rất căng thẳng vì phải học nhiều thứ mà không biết bắt đầu từ đâu và làm như thế nào để có thể đạt được điểm tốt" (HT9).

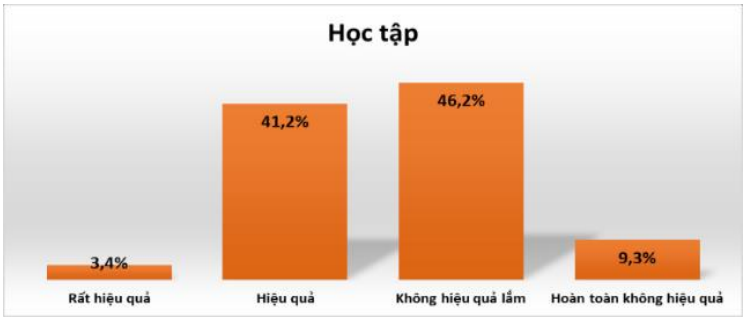
3.2. Mối tương quan giữa khó khăn trong học tập và hiệu quả học tập của sinh viên

3.2.1. Hiệu quả học tập của sinh viên sau học kỳ 1

Kết quả thống kê ở Biểu đồ 2 cho thấy hiệu quả học tập của sinh viên sau học kỳ 1 ở mức độ thấp (Mean = 1,65). Có tới 55,5 % trên tổng số 1003 sinh viên tham gia nghiên cứu học tập không hiệu quả, trong đó tỷ lệ sinh viên học tập ít hiệu quả 46,2% và hoàn toàn không hiệu quả là 9,3%. (Nguyen, 2025). Các nghiên cứu của Peat, Dalziel và Grant (2001); Nguyen và cộng sự (2017), Pham và Dinh (2022), Nguyen và Dao (2013) cũng cho thấy kết quả tương đồng: sinh viên năm thứ nhất có hiệu quả học tập thấp chiếm tỷ lệ tương đối cao.

Biểu đồ 2

Tỷ lệ mức độ hiệu quả học tập của sinh viên



(Nguồn: Nguyen, 2025)

Phỏng vấn một số sinh viên sau khi kết thúc năm học, họ đều thừa nhận học không hiệu quả, kết quả học tập cũng không khác gì so với học kỳ 1. Các sinh viên đều cho rằng do họ chưa thích nghi được với môi trường học tập ở đại học. Cách dạy của giảng viên, yêu cầu học tập… có nhiều khác biệt so với môi trường học tập phổ thông. Nhiều sinh viên lần đầu tiên sống và học tập xa nhà, môi trường sống, bạn bè đều khác lạ. Họ thường hay bị căng thẳng và điều này đã ảnh hưởng không nhỏ tới hoạt động học tập, sinh hoạt của sinh viên.

3.2.2. Mối tương quan giữa khó khăn trong học tập và hiệu quả học tập của sinh viên

Bảng 6 mô tả mối tương quan giữa các khó khăn trong học tập và hiệu quả học tập của sinh viên năm thứ nhất. Với hệ số tương quan âm ở mức từ trung bình đến khá (r = −0,46 đến −0,54), kết quả này phản ánh mối quan hệ nghịch chiều tương đối chặt giữa hai biến số nghiên cứu. Nói cách khác, sinh viên năm thứ nhất gặp càng nhiều khó khăn trong học tập thì hiệu quả học tập đạt được càng thấp. Mức ý nghĩa p < 0,001 khẳng định mối liên hệ này có độ tin cậy thống kê cao và khó xảy ra do ngẫu nhiên. Giữa các khó khăn trong học tập của sinh viên cũng có mối tương quan khá chặt với nhau, với hệ số tương quan r nằm chủ yếu trong khoảng 0,63 đến 0,70 và p < 0,001.

Kết quả nghiên cứu đồng nhất với kết luận của các nghiên cứu trước cho rằng các khó khăn sinh viên gặp phải trong quá trình học tập ảnh hưởng nhiều đến kết quả học tập của sinh viên năm thứ nhất, sinh viên càng gặp nhiều trở ngại trong học tập thì kết quả học tập càng suy giảm (Truong và cộng sự, 2012; Tran, 2025, Dang, 2015).

Bảng 6

Mối tương quan giữa khó khăn trong học tập và hiệu quả học tập của sinh viên

KK trong XĐ mục tiêu học tập	0.66**	0.63**	0.63**	- 0.53**
	KK lựa chọn phương pháp HT	0.67**	0.70**	-0.54**
		KK trong XĐ & thực hiện KH HT	0.69**	- 0.46**
			KK XĐ & giải quyết nhiệm vụ HT	- 0.51**
				Hiệu quả học tập

*Ghi chú: **p < 0,001*

Hệ số tương quan đạt mức tương đối cao và ổn định giữa các nhóm khó khăn, cho thấy các khó khăn trong học tập của sinh viên không chỉ là hiện tượng rời rạc mà mang tính hệ thống trong giai đoạn năm thứ nhất và mối tương quan giữa các nhóm khó khăn (r = 0,63-0,70) cho thấy các khó khăn học tập không tồn tại độc lập mà có xu hướng cộng hưởng và khuếch đại lẫn nhau. Đây là phát hiện mà các nghiên cứu trước đây chưa phản ánh đầy đủ tính liên kết nội tại của các khó khăn học tập. Khó khăn học tập của sinh viên năm thứ nhất mang tính hệ thống, gắn với quá trình thích nghi đa chiều khi chuyển tiếp từ môi trường học phổ thông sang bậc đại học. Kết quả này tương đồng với các nghiên cứu trước đây khi cho rằng những thách thức về học thuật, tâm lý và môi trường học tập có mối quan hệ tương hỗ và có thể khuếch đại lẫn nhau trong giai đoạn đầu đại học (Tinto, 1993; Credé & Niehorster, 2012). Theo Cohen (1988), hệ số tương quan ở mức trên 0,50 đã được xem là có ý nghĩa thực tiễn đáng kể trong nghiên cứu khoa học xã hội, do đó, kết quả nghiên cứu không chỉ có ý nghĩa thống kê mà còn có giá trị thực tiễn trong việc định hướng các biện pháp hỗ trợ sinh viên theo cách tiếp cận tổng thể.

Trong bối cảnh Trường ĐHNN, ĐHQGHN, sinh viên năm thứ nhất không chỉ phải thích nghi với môi trường học tập đại học mà còn đối mặt với yêu cầu đặc thù của đào tạo ngoại ngữ như: cường độ học tập cao, chuẩn đầu ra về năng lực ngoại ngữ, phương pháp học tập mang tính tự chủ và tương tác nhiều... Do đó, khi sinh viên gặp khó khăn ở một phương diện (ví dụ: phương pháp học ngoại ngữ hoặc quản lý thời gian), điều này dễ kéo theo những khó khăn khác như: giảm động lực học tập, áp lực tâm lý hoặc hạn chế trong tương tác học thuật. Kết quả tương quan giữa các nhóm khó khăn vì vậy phản ánh đúng tính chất liên kết và cộng hưởng của các vấn đề mà sinh viên năm thứ nhất đang trải qua. Từ thực tiễn này, Trường cần chú trọng triển khai các biện pháp quản lý mang tính hệ thống như: tăng cường học phần hoặc chuyên đề định hướng phương pháp học ngoại ngữ bậc đại học ngay từ học kỳ đầu, phát huy vai trò của cố vấn học tập và giáo viên chủ nhiệm trong theo dõi quá trình thích nghi của sinh viên, đồng thời mở rộng dịch vụ tư vấn tâm lý – học tập chuyên biệt cho sinh viên ngoại ngữ. Bên cạnh đó, việc ứng dụng các nền tảng số để theo dõi tiến độ học tập, cảnh báo sớm sinh viên có nguy cơ gặp khó khăn, cũng như tổ chức các hoạt động hỗ trợ học thuật theo nhóm (peer tutoring, learning community) sẽ góp phần giảm thiểu khó khăn mang tính hệ thống và nâng cao hiệu quả học tập của sinh viên năm thứ nhất trong điều kiện đào tạo đặc thù của nhà trường.

Kết quả hồi quy logistic về mối quan hệ giữa mức độ hiệu quả học tập của sinh viên và bốn khó khăn trong học tập (Bảng 7). Kết quả thống kê chỉ ra: khó khăn trong xác định mục tiêu học tập, khó khăn trong lựa chọn phương pháp học tập và khó khăn trong xác định và giải quyết nhiệm vụ học tập có liên quan đến hiệu quả học tập của sinh viên, với OR dao động từ 0,40 (KTC 95%: 0,29; 0,56) đến 0,47 (KTC 95%: 0,36; 0,65). Các kết quả đều có ý nghĩa, với $p < 0,001$. Mức độ khó khăn trong xây dựng và thực hiện kế hoạch học tập không có liên quan đến hiệu quả học tập của sinh viên năm thứ nhất chuyên ngành ngoại ngữ ($p > 0,05$).

Các chỉ số OR cho thấy nguy cơ học tập không hiệu quả ở những sinh viên gặp khó khăn trong xác định mục tiêu học tập cao gấp 0,47 lần so với những sinh viên không gặp khó khăn. Những sinh viên gặp khó khăn trong lựa chọn phương pháp học tập có khả năng học tập kém hiệu quả cao gấp 0,4 lần so với những sinh viên không gặp khó khăn. Hiệu quả học tập thấp ở những sinh viên gặp khó khăn trong xác định và giải quyết nhiệm vụ học tập cao hơn 0.44 lần so với những sinh viên không gặp khó khăn.

Bảng 7

Mối quan hệ giữa khó khăn trong học tập với hiệu quả học tập của sinh viên

	OR	95 CI	p
Khó khăn trong xác định mục tiêu học tập	0,47	[0,36; 0,65]	0,000
Khó khăn trong lựa chọn phương pháp học tập	0,40	[0,29; 0,56]	0,000
Khó khăn trong xây dựng và thực hiện kế hoạch học tập	0,76	[0,54; 1,1]	0,119
Khó khăn trong xác định và giải quyết nhiệm vụ học tập	0,44	[0,32; 0,62]	0,000

Các nghiên cứu trước đây chỉ ra khó khăn trong học tập có liên quan tới hiệu quả học tập của sinh viên. Tuy nhiên, các nghiên cứu chưa trả lời một cách định lượng mức độ liên quan này ở hiện trạng ra sao và khó khăn trong học tập tác động như thế nào đến hiệu quả học tập của sinh viên. Đáng chú ý, khó khăn trong xây dựng và thực hiện kế hoạch học tập không có mối liên hệ có ý nghĩa thống kê với hiệu quả học tập. Phát hiện này trái ngược với một nghiên cứu trước của Dang (2015), chỉ ra vai trò của khả năng lập kế hoạch học tập đối với kết quả học tập của sinh viên. Sự khác biệt này có thể được lý giải: thực tế sinh viên Trường ĐHNN, ĐHQGHN học tập theo chương trình được cấu trúc sẵn có và bài giảng của giảng viên, khiến năng lực lập kế hoạch cá nhân chưa trở thành yếu tố quyết định hiệu quả học tập; các nghiên cứu trước có thể đã đánh giá cao vai trò của lập kế hoạch mà chưa kiểm soát đầy đủ các yếu tố như mục tiêu và phương pháp học tập – những yếu tố cho thấy tác động mạnh hơn trong nghiên cứu này.

3.3. Mức độ tác động của các khó khăn trong học tập đến hiệu quả học tập của sinh viên

Để đánh giá mức độ tác động của các khó khăn học tập đến hiệu quả học tập của sinh viên, các phép hồi quy tuyến tính đơn và đa bội được sử dụng trong nghiên cứu. Bảng 8 thống kê kết quả của 4 mô hình hồi quy tuyến tính đơn (mô hình 1-4) và mô hình tuyến tính đa bội (mô hình 5).

Kết quả mô hình 5 cho thấy 35% (hệ số R^2 HC = 0,35) sự thay đổi hiệu quả học tập của sinh viên năm thứ nhất được giải thích bởi bốn khó khăn trong học tập của sinh viên: khó khăn trong xác định mục tiêu, khó khăn trong lựa chọn phương pháp, khó khăn trong xây dựng và thực hiện kế hoạch, và khó khăn trong xác định và giải quyết nhiệm vụ học tập. Chỉ số VIF < 2 và các giá trị $p < 0,01$ cho thấy không xảy ra hiện tượng đa cộng tuyến làm sai lệch đến kết quả nghiên cứu và các yếu tố nghiên cứu đều phù hợp. Các chỉ số thống kê phân tích (β) ở mô hình 5 cho thấy: khi sinh viên cùng gặp cả bốn khó khăn học tập thì khó khăn trong xác định mục tiêu và khó khăn trong lựa chọn phương pháp học tập có tác động mạnh hơn cả đến hiệu quả học tập của sinh viên (β = -0,24 và -0,23), tiếp theo là tác động của khó khăn trong xác định và giải quyết nhiệm vụ học tập (β = -0,16). Khó khăn trong xây dựng và thực hiện kế hoạch học tập không có tác động đến hiệu quả học tập của sinh viên (β = -0,048; $p > 0,05$).

Các kết quả thống kê ở mô hình 1, 2, 3 và 4 (mô hình tuyến tính đơn) cho thấy khi sinh viên chỉ gặp một trong bốn khó khăn học tập, mức độ tác động của mỗi khó khăn đến hiệu quả học tập của sinh viên có sự thay đổi. Các giá trị β (lần lượt = -0,53; -0,54; -0,46 và -0.51) cho thấy các khó khăn trong học tập tác động nghịch chiều tới hiệu quả học tập của sinh viên, sinh viên năm thứ nhất càng gặp khó khăn trong xác định mục tiêu học tập, khó khăn trong lựa chọn phương pháp học tập và khó khăn trong xác định và giải quyết nhiệm vụ học tập thì hiệu quả học tập của họ càng giảm.

Bảng 8

Mối liên quan hai biến, đa biến và tác động qua lại hiệu quả học tập và các khó khăn trong học tập của sinh viên

Standardized βs (Hệ số hồi qui Beta chuẩn hóa)					
	Mô hình 1 (β; 95 CI)	Mô hình 2 (β; 95 CI)	Mô hình 3 (β; 95 CI)	Mô hình 4 (β; 95 CI)	Mô hình 5 (β; 95 CI)
Khó khăn trong xác định mục tiêu học tập	-0,53*** [-0,48; -0,39]				-0,24*** [-0,26; -0,14]
Khó khăn trong lựa chọn phương pháp học tập		-0,54*** [-0,49; -0,40]			-0,23*** [-0,26; -0,13]
Khó khăn trong xây dựng và thực hiện kế hoạch học tập			-0,46*** [-0,42; -0,33]		-0,048 [-0,10; .23]
Khó khăn trong xác định và giải quyết nhiệm vụ học tập				-0,51*** [-0,45; -0,36]	-0,16** [-0,19; -0,07]
R^2 HC	0,28	0,29	0,22	0,26	0,35
F Test	381,77***	400,61***	275,06***	349,26***	137,20 ***

*R^2 hiệu chỉnh; β chuẩn hóa VIF < 2 ***: p < 0,001; **: p < 0,01; DW: [1,5 - 2,5]*

Các giá trị β chuẩn hóa ở mô hình 1, 2, 3 và 4 trong Bảng 8 giải thích rằng khó khăn trong xác định mục tiêu học tập mà tăng lên một mức thì hiệu quả học tập của sinh viên giảm đi 0,53 lần; hiệu quả học tập của sinh viên giảm đi 0,54 lần khi khó khăn trong lựa chọn phương pháp học tập của sinh viên tăng lên một mức; khó khăn trong xây dựng và thực hiện kế hoạch học tập tăng lên một mức, hiệu quả học tập của sinh viên cũng giảm đi 0,46 lần; hiệu quả học tập của sinh viên cũng giảm đi ít nhất 0,51 lần nếu khó khăn trong xác định và giải quyết nhiệm vụ học tập của sinh viên tăng lên một mức.

Kết quả hồi quy tuyến tính đa biến tiếp tục khẳng định bốn khó khăn trong học tập giải thích sự biến thiên của hiệu quả học tập ở mức độ tương đối cao, song nó cũng đồng thời chỉ ra rằng khó khăn trong học tập không phải là yếu tố duy nhất quyết định hiệu quả học tập. Kết quả từ các mô hình hồi quy tuyến tính đơn cho thấy khi từng khó khăn được xem xét riêng lẻ, mức độ tác động đến hiệu quả học tập đều khá mạnh. Sự khác biệt đáng kể giữa mô hình đơn và mô hình đa biến cho thấy cần đánh giá đúng mức tác động của từng yếu tố song song với việc kiểm soát các khó khăn học tập khác. Đây là những phát hiện mà các nghiên cứu trước đây chưa tiếp cận và nghiên cứu sâu hơn.

4. Kết luận và khuyến nghị

Kết quả nghiên cứu cho thấy khó khăn trong học tập là một trong những yếu tố tác động, dự báo quan trọng đối với hiệu quả học tập của sinh viên năm thứ nhất và sự phát triển nghề nghiệp của sinh viên. Các khó khăn trong học tập có mối quan hệ chặt chẽ và tác động đáng kể đến hiệu quả học tập của sinh viên, trong đó nổi bật là các khó khăn liên quan đến xác định mục tiêu học tập, lựa chọn phương pháp học tập và khả năng thực hiện nhiệm vụ học tập. Tuy nhiên, mức độ và cơ chế tác động của từng loại khó khăn không đồng nhất đến hiệu quả học tập của sinh viên. Các kết quả nghiên cứu này là nguồn thông tin quan trọng đối với nhà trường, các khoa đào tạo và giảng viên để có những điều chỉnh, định hướng trong công tác đào tạo, giáo dục sinh viên.

- Khó khăn trong xác định mục tiêu và lựa chọn phương pháp học tập có tác động mạnh nhất đến hiệu quả học tập của sinh viên năm thứ nhất. Điều này đòi hỏi công tác quản lý đào

tạo cần quản lý hỗ trợ học tập có định hướng cho sinh viên năm thứ nhất. Cần chuẩn hóa các hoạt động định hướng học tập đầu khóa (orientation) theo hướng giúp sinh viên năm thứ nhất xác lập mục tiêu học tập cụ thể, khả thi và phù hợp với đặc thù ngành ngoại ngữ.

- Cố vấn học tập cho sinh viên nên theo hướng chuyên sâu và cần được bồi dưỡng năng lực hỗ trợ sinh viên trong việc lựa chọn phương pháp học tập, chiến lược học ngoại ngữ và cách tiếp cận nhiệm vụ học tập đặc thù của từng học phần.

- Các khoa đào tạo cần tích hợp việc hình thành mục tiêu học tập, lựa chọn phương pháp và thực hành giải quyết nhiệm vụ học tập ngay trong các học phần cơ sở từ năm đầu tiên cho sinh viên.

- Trên cơ sở các chỉ báo đã được xác định trong nghiên cứu, nhà trường có thể phát triển các công cụ đánh giá nhanh trong học kỳ đầu nhằm phát hiện sớm sinh viên gặp khó khăn cơ bản và triển khai các biện pháp hỗ trợ sinh viên kịp thời.

- Việc ứng dụng công nghệ số trong quản lý học tập (learning analytics) cần được thúc đẩy nhằm nâng cao hiệu quả hỗ trợ cá nhân hóa.

- Nghiên cứu có tính mới ở việc tiếp cận khó khăn học tập của sinh viên năm thứ nhất theo hướng tích hợp đa chiều (học thuật, tâm lý, xã hội và môi trường học tập), đồng thời phân tích mối quan hệ giữa các khó khăn này với hiệu quả học tập và khả năng thích ứng đại học. Nghiên cứu góp phần bổ sung bằng chứng cho hệ thống lý luận về quá trình chuyển tiếp học tập của sinh viên năm thứ nhất. Bên cạnh đóng góp lý thuyết, nghiên cứu đề xuất các khuyến nghị mang tính biện pháp và tính khả thi ở cấp độ sinh viên, giảng viên và nhà trường nhằm nâng cao hiệu quả học tập cho sinh viên.

- Nghiên cứu này còn có một số hạn chế như: Chưa phản ánh được rõ bối cảnh xã hội, văn hóa hoặc môi trường cụ thể của đối tượng nghiên cứu do điều tra online trên diện rộng; kết quả nghiên cứu mới dừng ở những chỉ báo có tính thông tin, đưa ra đề xuất mang tính biện pháp nhưng chưa thử nghiệm, đánh giá tính hiệu quả, thực tiễn của các đề xuất.

Tài liệu tham khảo

Biggs, J., & Tang, C. (2011). *Teaching for quality learning at university* (4th ed.). McGraw-Hill Education.

Bloom, B. S. (1956). *Taxonomy of educational objectives: The classification of educational goals*. Longmans.

Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (5th ed.). Sage.

Dang, T. L. (2015). Psychological difficulties in foreign language learning activities of first-year ethnic minority students at VNU University of Languages and International Studies. *VNU Journal of Foreign Studies*, *31*(3). https://jfs.ulis.vnu.edu.vn/index.php/fs/article/view/18

Dang, T. L. (2020). Manifestations of psychological stress in foreign language learning among pedagogy students at VNU University of Languages and International Studies. *VNU Journal of Foreign Studies*, *36*(2), 156–168. https://doi.org/10.25073/2525-2445/vnufs.4545

Doan, V. D. (2013). Surveying the status of difficulties of third-semester students at Ho Chi Minh City University of Education in the process of studying under the credit system. *Ho Chi Minh City University of Education Journal of Science*, *45*, 62–70.

Downs, C. T. (2005). Is a year-long access course into university helping previously disadvantaged Black students in biology? *South African Journal of Higher Education*, *19*(4), 666–683. http://journals.co.za/doi/pdf/10.10520/EJC37167

Duong, D. D., Hoang, T. H., Vu, T. L., & Dinh, Q. B. (2023). Difficulties in studying of the first-year students of Nam Dinh University of Nursing academic year 2021–2022 in the conditions of COVID-19 pandemic. *Vietnam Medical Journal*, *525*(2), 316–320. https://doi.org/10.51298/vmj.v525i2.5252

Le, N. T., & Do, T. P. T. (2024). Difficulties faced by physics education students in learning and life. *Can Tho University Journal of Science*, *60*, 1–9. https://doi.org/10.22144/ctujos.2024.277

Lowe, H., & Cook, A. (2003). Mind the gap: Are students prepared for higher education? *Journal of Further and Higher Education*, *27*(1), 53–76. https://doi.org/10.1080/03098770305629

Luu, T. T. (2018). Manifestations of psychological difficulties in learning activities of first-year students at Vietnam National University of Forestry. *TNU Journal of Science and Technology*, *191*(15), 155–160. https://jst.tnu.edu.vn/jst/article/view/62

Naylor, C. B. R., & Arkoudis, S. (2015). *The first year experience in Australian universities: Findings from two decades (1994–2014)*. Centre for the Study of Higher Education, The University of Melbourne. http://melbourne-cshe.unimelb.edu.au

Nguyen, T. D., Hoang, T. K. O., & Le, D. H. (2017). Current situation and factors affecting the academic performance of students in the Faculty of Economics and Business Administration, Vietnam National University of Forestry. *Journal of Forestry Science and Technology*, 134–141. https://journal.vnuf.edu.vn/vi/article/view/1041

Nguyen, T. T., Ta, D. C., Tran, T. D., Nguyen, T. H., Tran, P. L., & Le, T. N. (2025). Communication difficulties of first-year students at VNU University of Languages and International Studies. In *International Conference: Psychological Issues Among Adolescents in the Contemporary Context* (pp. 709–724). Social Sciences Publishing House.

Nguyen, T. T., & Dao, T. D. D. (2013). Difficulties in the lives of first-year students at Ho Chi Minh City University of Education. *Ho Chi Minh City University of Education Journal of Science*, 120–128. https://journal.hcmue.edu.vn/index.php/hcmuejos/article/view/260

Peat, M., Dalziel, J., & Grant, A. M. (2001). Enhancing the first-year student experience by facilitating the development of peer networks through a one-day workshop. *Higher Education Research & Development*, *20*(2), 199–215. https://doi.org/10.1080/07294360123888

Pham, T. K. C., & Dinh, T. T. H. (2022). Current situation and measures to develop self-learning skills for first-year students in the Faculty of Foreign Languages, Hung Vuong University. *Journal of Education*, *22*(18), 53–58. https://tcgd.tapchigiaoduc.edu.vn/index.php/tapchi/article/view/532

Pintrich, P. R. (2004). A conceptual framework for assessing motivation and self-regulated learning in college students. *Educational Psychology Review*, *16*(4), 385–407. https://doi.org/10.1007/s10648-004-0006-x

Tanga, M., & Maphosa, C. (2018). Academic hurdles facing undergraduate students at one South African university. *Research in Higher Education Journal*, *35*, 1–15. https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1194271.pdf

Tinto, V. (1993). *Leaving college: Rethinking the causes and cures of student attrition* (2nd ed.). University of Chicago Press. https://doi.org/10.7208/chicago/9780226922461.001.0001

Tran, T. M. H. (2025). Some psychological difficulties of university students today. *Journal of Psychology–Education*, *4*(31), 24–26. https://tamlygiaoduc.com.vn/wp-content/uploads/2025/04/7.EDITED-MINH-NA.pdf

Truong, T. N. D., Vo, T. H., Huynh. M. H., & Ho, P. T. (2012). Advantages and difficulties in learning of first-year students at Can Tho University. *Can Tho University Journal of Science*, *21a*, 78–91. https://ctujsvn.ctu.edu.vn/index.php/ctujsvn/article/view/1158

Zimmerman, B. J. (1989). A social-cognitive view of academic self-regulation. *Journal of Educational Psychology*, *81*(3), 329–339. https://doi.org/10.1037/0022-0663.81.3.329

Zimmerman, B. J. (2000). Attaining self-regulation: A social cognitive perspective. In M. Boekaerts, P. R. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of self-regulation* (pp. 13–39). Academic Press.

Zimmerman, B. J. (2002). Becoming a self-regulated learner: An overview. *Theory Into Practice*, *41*(2), 64–70. https://doi.org/10.1207/s15430421tip4102_2

Zimmerman, B. J. (2008). Investigating self-regulation and motivation: Historical background, methodological developments, and future prospects. *American Educational Research Journal*, *45*(1), 166–183. https://doi.org/10.3102/0002831207312909

Zimmerman, B. J., & Schunk, D. H. (2011). *Handbook of self-regulation of learning and performance*. Routledge.