

CÁC YẾU TỐ TÂM LÝ ẢNH HƯỞNG ĐẾN SỰ TRÌ HOÃN TRONG HỌC TẬP CỦA SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC VĂN LANG

• TRẦN KHÁNH VY - NGUYỄN LÊ HỮU PHƯỚC - NGUYỄN QUỐC KIẾT -
LÊ THỊ LINH PHƯỢNG - NGUYỄN LƯƠNG HÀ TIÊN - HUỲNH ĐĂNG THÀNH

ABSTRACT:

Nghiên cứu thực hiện phương pháp hỗn hợp, phát bảng câu hỏi với kích thước mẫu hơn 230 sinh viên để đánh giá thang đo cũng như kiểm định lại mô hình lý thuyết và các giả thuyết trong mô hình. Kết quả nghiên cứu cho thấy có 5 nhân tố tác động đến sự trì hoãn trong học tập của sinh viên Trường Đại học Văn Lang, đó là: nhận thức ít tận tâm trong việc học; sinh viên cảm thấy thiếu tự tin vào năng lực của bản thân; sinh viên có lòng tự trọng thấp khi bị nhắc nhở; sinh viên thường làm việc ngẫu hứng và dễ mất tập trung khi học; sinh viên bị stress khi áp lực quá nhiều.

Từ khóa: trì hoãn, sinh viên, kết quả học tập, ảnh hưởng, tâm lý, Trường Đại học Văn Lang.

1. Đặt vấn đề

Trì hoãn là sự kéo dài thời gian, gây ra sự gián đoạn trong học tập. Cuộc sống luôn vận động không ngừng đòi hỏi con người phải tiến về phía trước để hoàn thành mục tiêu mà bản thân đã đề ra. Trì hoãn thường gây ra nhiều hệ quả tiêu cực đối với công việc và chất lượng cuộc sống của sinh viên (Meirav Hen & Marina Goroshit, 2018). Bên cạnh đó, khi gặp các vấn

đề trong học tập và cuộc sống, sinh viên không thể tâm sự với gia đình do khoảng cách thể hệ dẫn đến việc thấu hiểu trong gia đình đang trở thành vấn đề khó khăn. Do đó, nghiên cứu yếu tố tâm lý ảnh hưởng đến sự trì hoãn trong học tập của sinh viên Trường Đại học Văn Lang thật sự cần thiết.

Nghiên cứu tìm ra các yếu tố tâm lý ảnh hưởng đến sự trì hoãn trong học tập của sinh

viên Trường Đại học Văn Lang, đo lường mức độ ảnh hưởng của các yếu tố tâm lý đến sự trì hoãn trong học tập của sinh viên nhằm giúp các bạn sinh viên nâng cao kết quả học tập của mình hơn và là cầu nối giữa nhà trường và sinh viên thấu hiểu nhau hơn.

2. Cơ sở khoa học

- Động lực học tập là cái thúc đẩy người học thực hiện các hoạt động học tập đồng thời, định hướng, duy trì và quyết định cường độ của hành vi đó. Có nhiều lý thuyết đã được xây dựng và nhiều nghiên cứu đã được tiến hành để tìm hiểu về động lực học tập của học sinh, sinh viên (Broussard & Garrison, 2004)

- Sự trì hoãn: theo Steel (2007), trì hoãn là thuật ngữ trong tâm lý học chỉ về những thói quen của con người có xu hướng để chậm lại, tự hoãn lại, chưa muốn bắt tay vào làm ngay một công việc phải làm, hoặc có tâm lý chờ và để một thời gian sau đó mới thực hiện. Tổng hợp lại, trì hoãn còn là việc lãng tránh những việc lẽ

ra cần phải được tập trung giải quyết ngay dẫn đến việc đó luôn bị hoãn lại, ngưng trệ, chậm trễ tiến độ đề ra, thậm chí là lãng quên.

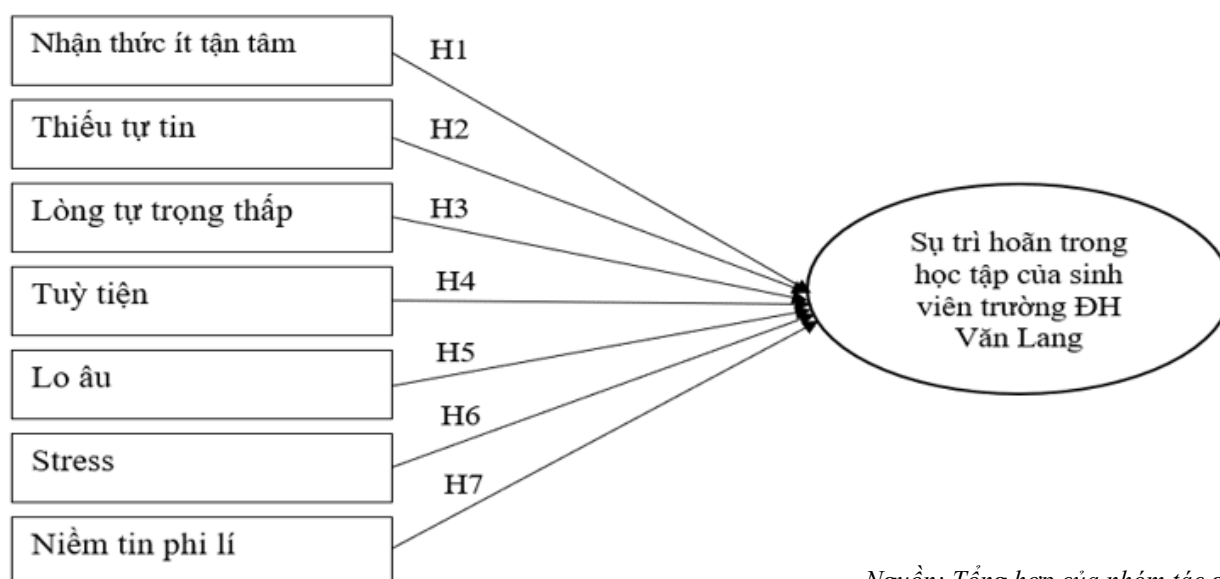
- Sự trì hoãn trong học tập: theo Simpson, Pychyl (2009) và Steel (2007), sự trì hoãn trong học tập được định nghĩa là xu hướng hoãn lại các nhiệm vụ học tập đã dự định, mặc dù điều này có thể dẫn đến hậu quả tiêu cực về dài hạn.

3. Phương pháp nghiên cứu

3.1. Mô hình nghiên cứu

Dựa trên phân tích được nêu ở trên, chúng tôi xây dựng mô hình nghiên cứu gồm 8 nhân tố, trong đó: biến phụ thuộc là sự trì hoãn trong học tập của sinh viên Trường Đại học Văn Lang và 7 biến độc lập là: nhận thức ít tận tâm trong việc học; sinh viên cảm thấy thiếu tự tin vào năng lực của bản thân; sinh viên có lòng tự trọng thấp khi bị nhắc nhở; sinh viên thường làm việc ngẫu hứng và dễ mất tập trung khi học; sinh viên lo sợ thất bại khi làm việc; sinh viên bị stress khi áp lực quá nhiều và sinh viên có

Hình 1: Mô hình nghiên cứu



Nguồn: Tổng hợp của nhóm tác giả

niềm tin phi lí trong học tập. Giả thuyết được đưa ra là: mối quan hệ giữa các biến độc lập này với sự trì hoãn trong học tập của sinh viên Trường Đại học Văn Lang là mối quan hệ thuận chiều. (Hình 1)

3.2. Dữ liệu nghiên cứu

Mẫu mục tiêu cho nghiên cứu này bao gồm sinh viên Trường Đại học Văn Lang đang học hệ đại học. Bảng câu hỏi chính thức bao gồm 39 biến quan sát để xác định các yếu tố tâm lý ảnh hưởng đến sự trì hoãn trong học tập của sinh viên Trường đại học Văn Lang. Nghiên cứu này được thực hiện bằng phương pháp hỗn hợp thông qua phát bảng hỏi với kích thước mẫu hơn 230 sinh viên để đánh giá thang đo, cũng như kiểm định lại mô hình lý thuyết và các giả thuyết trong mô hình. Thông tin thu thập được dùng để đánh giá độ tin cậy và giá trị của thang đo, kiểm định thang đo, kiểm định sự phù hợp của mô hình. Sau khi thu thập và loại bỏ các bảng câu hỏi không đạt yêu cầu, tác giả tiến hành mã hóa và nhập số liệu, sau đó số liệu được tiến hành xử lý bằng phần mềm SPSS 22.0.

4. Kết quả nghiên cứu

Hệ số kiểm định Bartlett Sig=0,000 và hệ số KMO là 0,910 chứng tỏ các biến quan sát có tương quan với nhân tố phân tích, thỏa mãn điều kiện cần cho phân tích nhân tố. Bên cạnh đó, hệ số tổng phương sai trích là 77,139% cho biết các biến sử dụng trong nghiên cứu giải thích 77,139% cho các nhân tố quan sát. Hệ số Cronbach's Alpha > 0,7 và hệ số tương quan biến tổng của các biến quan sát đều lớn hơn 0,3 nên khẳng định thang đo của các biến này phù hợp. Có thể nói các thang đo thể hiện được nội hàm của nhân tố dùng phân tích.

Kết quả quan sát đều có hệ số tải lớn hơn 0.5 và được phân chia thành 7 nhân tố. Kết quả ước lượng mô hình hồi quy (Bảng 1) cho thấy,

mô hình đưa ra phù hợp thông qua các giá trị: hệ số Durbin- Watson = 1,539<3 và VIF trong khoảng từ 1-2. Các nhân tố như sinh viên ít tận tâm trong việc học (X1), sinh viên cảm thấy thiếu tự tin vào năng lực của bản thân (X2), sinh viên có lòng tự trọng thấp khi bị nhắc nhở (X3), sinh viên thường làm việc ngẫu hứng dễ mất tập trung khi học có tác động đến sự trì hoãn trong học tập (X4) và sinh viên bị stress khi áp lực quá nhiều (X6) có giá trị Sig < 0,05 nên đều có ý nghĩa trong mô hình và có tác động cùng chiều đến sự trì hoãn trong học tập của sinh viên Trường Đại học Văn Lang, trong đó nhân tố sinh viên thường làm việc ngẫu hứng dễ mất tập trung khi học (X4) có mức ảnh hưởng cao nhất. Các nhân tố còn lại là sinh viên lo sợ thất bại khi làm việc gì đó (X5), sinh viên có niềm tin phi lí trong học tập (X7) không ý nghĩa về mặt thống kê nên không phù hợp cho phân tích. (Bảng 1)

5. Kết luận và kiến nghị

Kết luận nghiên cứu các yếu tố tâm lý ảnh hưởng đến sự trì hoãn trong học tập của sinh viên Trường Đại học Văn Lang chỉ ra rằng có 5 yếu tố ảnh hưởng đó là: sinh viên ít tận tâm trong việc học (X1), sinh viên cảm thấy thiếu tự tin vào năng lực của bản thân (X2), sinh viên có lòng tự trọng thấp khi bị nhắc nhở (X3), sinh viên thường làm việc ngẫu hứng dễ mất tập trung khi học có tác động đến sự trì hoãn trong học tập (X4) và sinh viên bị stress khi áp lực quá nhiều (X6).

+ Sinh viên ít tận tâm trong việc học có tác động thuận chiều đến sự trì hoãn trong học tập của sinh viên Trường Đại học Văn Lang. Điều này thể hiện rất rõ trong thực tế khi sinh viên không đặt nhiều tâm huyết vào việc học có thể dễ dàng bị lôi kéo bởi các yếu tố khác và trì hoãn việc học tập của mình. Vì vậy, nhà trường cần phân công mỗi lớp nên có giảng viên chủ nhiệm theo sát quá trình học tập của sinh viên,

Bảng 1. Phân tích hệ số hồi quy

Mô hình		Hệ số chưa chuẩn hóa		Hệ số chuẩn hóa	t	Sig.	Phân tích tương quan
		B	Độ lệch chuẩn	Beta			VIF
Model Summary	Constant	-.593	.299		-1.984	.049	
	X ₁	.071	.059	.065	1.211	.027	1.513
	X ₂	.214	.069	.160	3.097	.002	1.384
	X ₃	.230	.063	.197	3.661	.000	1.508
	X ₄	.440	.061	.404	7.208	.000	1.636
	X ₅	.071	.055	.064	1.290	.198	1.299
	X ₆	.169	.065	.153	2.608	.010	1.784
	X ₇	-.029	.071	-.022	-.412	.681	1.462
Predictors: Constant, X ₁ , X ₂ , X ₃ , X ₄ , X ₅ , X ₆ , X ₇							
Dependent Variable: Y					Adjusted R square: 0,561		
Std. Error of the Estimate: 0,88427					Durbin - Waston: 1,539		

Nguồn: Dữ liệu phân tích từ SPSS của nhóm tác giả

để có phương hướng xử lý kịp thời.

+ Sinh viên cảm thấy thiếu tự tin vào năng lực của bản thân có tác động thuận chiều đến sự trì hoãn trong học tập của sinh viên Trường Đại học Văn Lang. Khi sinh viên không tin tưởng vào khả năng của mình, họ có thể dễ dàng trì hoãn việc học tập. Nhà trường cần tổ chức có hoạt động đoàn thể nhiều hơn để gắn kết các sinh viên với nhau, tổ chức các khóa học kỹ năng mềm thường xuyên để bản thân sinh viên cảm thấy tự tin hơn trong môi trường mới.

+ Sinh viên có lòng tự trọng thấp khi bị nhắc nhở có tác động thuận chiều đến sự trì hoãn

trong học tập của sinh viên Trường Đại học Văn Lang. Mỗi sinh viên là một cá thể đặc biệt với các đặc tính khác nhau, khi bị nhắc nhở trong lớp học, có nhiều bạn sẽ cảm thấy không muốn học và hình thành sự trì hoãn trong việc học tập môn đó. Giảng viên cần đưa ra các phương án xử lý phù hợp, vừa mang tính giáo dục cao, vừa tôn trọng sinh viên.

+ Sinh viên thường làm việc ngẫu hứng dễ mất tập trung khi học có tác động thuận chiều đến sự trì hoãn trong học tập của sinh viên Trường Đại học Văn Lang. Trong quá trình học, việc sinh viên thực hiện các công việc khác khiến các

bạn không nắm được nội dung bài giảng, từ đó sinh ra sự chán nản trong học tập. Nhà trường và giảng viên cần thực hiện các biện pháp sư phạm phù hợp để tăng cường sự tập trung của sinh viên như thảo luận, đặt vấn đề.

+ Sinh viên bị stress khi áp lực quá nhiều có

tác động thuận chiều đến sự trì hoãn trong học tập của sinh viên Trường Đại học Văn Lang. Khi gặp các vấn đề phát sinh trong cuộc sống và trong học tập, nhu cầu được lắng nghe, chia sẻ là nhu cầu cần thiết. Nhà trường nên tổ chức các buổi tư vấn tâm lý giúp các bạn sinh viên có thể chia sẻ được các áp lực của mình■

TÀI LIỆU THAM KHẢO:

1. Hoàng Trọng và Chu Nguyễn Mộng Ngọc (2008). Phân tích dữ liệu nghiên cứu với SPSS. NXB Hồng Đức, 2, 24.
2. Nguyễn Đình Thọ (2013). Phương pháp nghiên cứu khoa học trong kinh doanh. Tái bản lần 2, NXB Tài chính, Hà Nội.
3. Nguyen Thi Truong Han, Nguyen Tu Dinh, Chu Nguyen Binh, Nguyen Minh Thu, Le Thi Phuoc Nhan, & Nguyen Trung Nguyen (2021). Psychological factors affecting academic procrastination of UEH students. Ho Chi Minh City University of Education Journal of Science, 18(1), 1-12.
4. Broussard S. C., & Garrison M. B. (2004). The relationship between classroom motivation and academic achievement in elementary school aged children. Family and consumer sciences research journal, 33(2), 106-120.
5. Hen M., & Goroshit M. (2018). General and life-domain procrastination in highly educated adults in Israel. Frontiers in Psychology, 9, 1173.
6. Steel P., & König C. J. (2006). Integrating theories of motivation. Academy of Management Review, 31(4), 889-913.
7. Steel P. (2007). The Nature of Procrastination: A Meta-Analytic and Theoretical Review of Quintessential Self-Regulatory Failure. Psychological Bulletin, 133(1), 65-94.
8. Simpson W. K., & Pychyl T. A. (2009). In search of the arousal procrastinator: Investigating the relation between procrastination, arousal-based personality traits and beliefs about procrastination motivations. Personality and Individual Differences, 47(8), 906-911.

Ngày nhận bài: 3/4/2024

Ngày phản biện đánh giá và sửa chữa: 18/4/2024

Ngày chấp nhận đăng bài: 6/5/2024

Thông tin tác giả:

TRẦN KHÁNH VY

NGUYỄN LÊ HỮU PHƯỚC

NGUYỄN QUỐC KIẾT

LÊ THỊ LINH PHƯỢNG

NGUYỄN LƯƠNG HÀ TIÊN

HUỲNH ĐĂNG THÀNH*

Khoa Kế toán - Kiểm toán, Trường Đại học Văn Lang

***Tác giả liên hệ: thanh.huynhdang@vlu.edu.vn**

**PSYCHOLOGICAL FACTORS AFFECTING ACADEMIC
PROCRASTINATION OF STUDENTS
AT VAN LANG UNIVERSITY**

- **TRAN KHANH VY¹**
- **NGUYEN LE HUU PHUOC¹**
- **NGUYEN QUOC KIET¹**
- **LE THI LINH PHUONG¹**
- **NGUYEN LUONG HA TIEN¹**
- **HUYNH DANG THANH¹***

Faculty of Accounting and Auditing, Van Lang University

* Corresponding author: thanh.huynhdang@vlu.edu.vn

ABSTRACT

In a mixed-method research study, our team administered questionnaires to over 230 students to assess and validate theoretical models and hypotheses. The study revealed five factors influencing academic procrastination among Van Lang University students: low dedication to learning, lack of self-confidence in their abilities, diminished self-esteem when reminded of tasks, impulsive work habits leading to reduced focus, and stress due to excessive academic pressure.

Keywords: procrastination, students, learning outcomes, influence, psychology, Van Lang University.