

PSYCHOLOGICAL CHALLENGES IN ACADEMIC ENGAGEMENT OF FIRST-YEAR PREVENTIVE MEDICINE STUDENTS AT CAN THO UNIVERSITY OF MEDICINE AND PHARMACY, 2024

Ngo Phuong Thao¹, Nguyen Thi Thanh Anh¹, Vo Cong Minh¹, Dang Minh Hieu¹, Huynh Nguyen Thuy Vi¹,
Nguyen Thi Diem Trinh¹, Le Trung Hieu^{1*}

¹ Can Tho University of Medicine and Pharmacy- No. 179, Nguyen Van Cu Street, Tan An Ward, Can Tho City, Vietnam

Received: 15/09/2025

Revised: 05/10/2025; Accepted: 19/11/2025

ABSTRACT

The changes in the learning environment and learning methods at the university level are considered factors that influence the learning psychology of first-year students, particularly among those in the Preventive Medicine program, who are subject to high academic pressure and exhibit a relatively high dropout rate. Therefore, identifying the prevalence of Psychological challenges and describing the dimensions of such difficulties in the learning activities of first-year students in the regular Preventive Medicine program is essential. An analytical cross-sectional study was conducted among 128 first-year students enrolled in the regular Preventive Medicine program at Can Tho University of Medicine and Pharmacy in 2024. Psychological challenges in learning activities were assessed using a 66-item scale, divided into three dimensions: cognition, attitude, and skills. The results showed that 82.1% of Preventive Medicine students experienced Psychological challenges in learning activities. Moderate levels of Psychological challenges were observed across all dimensions: cognition (68.8%) with a mean score of 1.70 ± 0.48 ; attitude (76.6%) with a mean score of 1.81 ± 0.45 ; and skills (75.8%) with a mean score of 1.82 ± 0.45 . The majority of first-year Preventive Medicine students experienced Psychological challenges in their learning process. The university should continue to strengthen psychological counseling and academic support activities for students, particularly focusing on improving learning skills such as reading, presentation, and self-learning skills.

Keyword: psychological challenges, preventive medicine, academic engagement.

*Corresponding author

Email: lthieu@ctump.edu.vn Phone: (+84) 932886374 <https://doi.org/10.52163/yhc.v66iCD21.3830>



KHÓ KHĂN TÂM LÝ TRONG HOẠT ĐỘNG HỌC TẬP CỦA SINH VIÊN NĂM NHẤT NGÀNH Y HỌC DỰ PHÒNG HỆ CHÍNH QUY TRƯỜNG ĐẠI HỌC Y DƯỢC CẦN THƠ NĂM 2024

Ngô Phương Thảo¹, Nguyễn Thị Thanh Anh¹, Võ Công Minh¹, Đặng Minh Hiếu¹, Huỳnh Nguyễn Thúy Vi¹,
Nguyễn Thị Diễm Trinh¹, Lê Trung Hiếu^{1*}

¹Trường Đại học Y Dược Cần Thơ- Số 179, đường Nguyễn Văn Cừ, phường Tân An, thành phố Cần Thơ, Việt Nam

Ngày nhận bài: 15/09/2025

Ngày chỉnh sửa: 05/10/2025; Ngày duyệt đăng: 19/11/2025

TÓM TẮT

Sự thay đổi môi trường và phương pháp học tập khi học đại học được xem là yếu tố ảnh hưởng đến tâm lý học tập của sinh viên năm nhất, đặc biệt đối với sinh viên ngành Y học dự phòng là đối tượng chịu nhiều áp lực và có tỷ lệ bỏ học cao. Do đó việc xác định tỷ lệ khó khăn tâm lý và mô tả các khía cạnh khó khăn tâm lý trong hoạt động học tập của sinh viên năm nhất ngành Y học dự phòng hệ chính quy là điều cần thiết. Nghiên cứu mô tả cắt ngang có phân tích được thực hiện trên 128 sinh viên năm nhất thuộc ngành Y học dự phòng hệ chính quy, Trường Đại học Y Dược Cần Thơ năm 2024, các vấn đề khó khăn về tâm lý trong hoạt động học tập được đánh giá qua thang đo với 66 câu hỏi được chia làm 3 khía cạnh nhận thức, thái độ và kỹ năng. Kết quả ghi nhận có 82,1% sinh viên Y học dự phòng khó khăn tâm lý trong hoạt động học tập, biểu hiện khó khăn tâm lý ở mức độ trung bình lần lượt thể hiện qua khía cạnh nhận thức (68,8%) với điểm trung bình là $1,70 \pm 0,48$; khía cạnh thái độ (76,6%) với điểm trung bình $1,81 \pm 0,45$ và khía cạnh kỹ năng (75,8%) với điểm trung bình là $1,82 \pm 0,45$. Đa số sinh viên năm nhất ngành Y học dự phòng có khó khăn tâm lý trong học tập. Nhà trường cần tiếp tục chú ý tăng cường các hoạt động tư vấn tâm lý, hỗ trợ học tập cho sinh viên, đặc biệt nâng cao các kỹ năng trong học tập như kỹ năng đọc sách, kỹ năng thuyết trình và kỹ năng tự học.

Từ khóa: Khó khăn tâm lý, y học dự phòng, hoạt động học tập.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Hoạt động học đại học là một hoạt động học tập nghề nghiệp, nơi mà sinh viên được hỗ trợ để hoàn thiện hơn về chuyên môn toàn diện. Nơi giúp sinh viên hiểu rõ hơn về nguyên lý, quy luật hoạt động tự nhiên của ngành nghề và xã hội, giúp sinh viên rèn luyện những kỹ năng cơ bản của nghề. Tuy nhiên, điều đó sẽ dễ dàng gây ra những áp lực, đặc biệt trong bối cảnh phải thích nghi với nhiều sự đổi mới như về cách thức học tập, về môi trường học tập,... của sinh viên năm nhất. Ngoài ra, đối với các sinh viên chuyển đổi môi trường sống và rời xa gia đình sẽ dễ dàng dẫn đến những biểu hiện khó khăn tâm lý như căng thẳng, lo âu, stress,... [1], [2]. Khó khăn tâm lý trong học tập là những đặc điểm tâm lý cá

nhân không phù hợp, mang tính tiêu cực tồn tại trong quá trình học tập của sinh viên làm cản trở việc học tập dẫn đến kết quả học tập bị ảnh hưởng. Trong một nghiên cứu tại Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh cho thấy: sinh viên năm thứ nhất thường gặp phải một số khó khăn tâm lý tiêu biểu trong hoạt động học tập như: tâm lý e ngại, sợ mắc sai lầm trong học tập, chán nản khi học những môn khó và lo lắng quá mức về việc học, chưa kịp thích ứng với môi trường và cuộc sống mới ở trường đại học. Nguyên nhân do bản thân chưa có phương pháp học tập hợp lý, do khối lượng kiến thức lớn và khó, do môi trường học tập ở đại học khác biệt quá nhiều so với bậc học phổ thông, do tính cách cá

*Tác giả liên hệ

Email: lthieu@ctump.edu.vn Điện thoại: (+84) 932886374 <https://doi.org/10.52163/yhc.v66iCD21.3830>

nhân, do thiếu giáo trình, tài liệu tham khảo [3]. Mặc khác, những khó khăn về tâm lý cũng là một thách thức đối với sinh viên y nói chung cũng như sinh viên y học dự phòng nói riêng. Nếu những khó khăn, trở ngại đó sinh viên vượt qua được sẽ góp phần thúc đẩy trong việc tìm kiếm kiến thức học tập và phát triển năng lực chuyên môn, tích hợp kiến thức lý thuyết và cải thiện các kỹ năng và năng lực lâm sàng, nó được coi là thử thách trong học tập và rèn luyện giúp sinh viên trưởng thành hơn [4]. Bên cạnh đó, việc căng thẳng kéo dài có thể dễ dàng dẫn đến các bệnh tâm lý và ít hay nhiều cũng ảnh hưởng đến hiệu quả học tập. Trong một nghiên cứu gần đây, tác giả Lê Thị Vũ Huyền (2023) cũng cho thấy bác sĩ Y học dự phòng có tỉ lệ rối loạn lo âu lên đến 29,5% trong đó có mối liên quan đến khó khăn tài chính, thất vọng đối với nghề nghiệp đã chọn [5]. Xuất phát từ các vấn đề trên, nên chúng tôi thực hiện đề tài: “Khó khăn tâm lý trong học tập của sinh viên năm nhất ngành Y học dự phòng hệ chính quy Trường Đại học Y Dược Cần Thơ năm 2024” với mục tiêu.

- Xác định tỷ lệ khó khăn tâm lý trong hoạt động học tập của sinh viên năm nhất ngành Y học dự phòng hệ chính quy Trường Đại học Y Dược Cần Thơ năm 2024.

- Mô tả các khía cạnh thể hiện khó khăn tâm lý trong hoạt động học tập của sinh viên năm nhất ngành Y học dự phòng hệ chính quy Trường Đại học Y Dược Cần Thơ năm 2024.

2. PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

2.1. Thiết kế nghiên cứu: mô tả cắt ngang có phân tích.

2.2. Địa điểm và thời gian nghiên cứu: nghiên cứu được thực hiện tại trường Đại học Y Dược Cần Thơ từ tháng 12/2023 – 12/2024.

2.3. Đối tượng nghiên cứu: sinh viên năm nhất ngành y học dự phòng hệ chính quy. Tiêu chuẩn chọn mẫu: sinh viên năm nhất (khóa 49) ngành y học dự phòng hệ chính quy. Tiêu chuẩn loại trừ: vắng mặt 2 lần tại thời điểm thu mẫu/không phản hồi e-mail trong thời gian nghiên cứu.

2.4. Cỡ mẫu, chọn mẫu:

Cỡ mẫu: thực hiện trên 128 sinh viên năm nhất hệ chính quy ngành Y học dự phòng.

Phương pháp chọn mẫu: chọn mẫu toàn bộ.

2.5. Nội dung nghiên cứu: các vấn đề khó khăn về tâm lý trong hoạt động học tập được đánh giá qua thang đo với 66 câu hỏi được chia làm 3 khía cạnh nhận thức, thái độ và kỹ năng với độ tin cậy của thang

đo Cronbach $\alpha = 0,966$. Bộ câu hỏi có thang điểm Likert 1-3. Tổng hợp đánh giá mức độ khó khăn tâm lý trong hoạt động học tập theo 3 mức độ: Mức ít/không khó khăn ($\bar{x} = 1,0 - 1,59$), Mức khó khăn trung bình ($\bar{x} = 1,6 - 2,39$), Mức rất khó khăn ($\bar{x} = 2,4 - 3,0$).

2.6. Kỹ thuật, công cụ và quy trình thu thập số liệu: thu thập thông qua phỏng vấn bằng bộ câu hỏi tự điền.

2.7. Xử lý và phân tích số liệu: xử lý số liệu bằng phần mềm SPSS 22.0. Kết quả được thể hiện qua tần số, tỷ lệ phần trăm (%), điểm trung bình (ĐTB), độ lệch chuẩn (ĐLC) được sử dụng để mô tả các khó khăn tâm lý trong học tập.

2.8. Đạo đức nghiên cứu: nghiên cứu đã được Hội đồng Y đức trong nghiên cứu Y sinh học của Trường Đại học Y Dược Cần Thơ phê duyệt, theo quyết định số 23.086.SV/PCT-HĐĐĐ

3. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

3.1. Đặc điểm chung của sinh viên năm nhất ngành Y học dự phòng hệ chính quy Trường Đại học Y Dược Cần Thơ năm 2024

Bảng 1. Đặc điểm chung của sinh viên năm nhất ngành Y học dự phòng hệ chính quy Trường Đại học Y Dược Cần Thơ năm 2024

Nội dung		Tần số	Tỉ lệ (%)
Giới tính	Nam	37	28,9
	Nữ	91	71,1
Dân tộc	Kinh	117	91,4
	Khác	11	8,6
Học lực	Xuất sắc	6	4,7
	Giỏi	46	35,9
	Khá	57	44,5
	Trung bình	19	14,8
	Yếu	0	0
Nơi ở	Thành thị	80	62,5
	Nông thôn	48	37,5
Kinh tế	Nghèo/ Cận nghèo	9	7
	Không nghèo	119	93

Nhận xét: có 71,1% là nữ và 28,9% là nam. Hầu hết các sinh viên đều thuộc dân tộc Kinh với 91,4%. Về học lực có 40,6% sinh viên khá - giỏi và có 59,4% sinh viên trung bình/yếu. Tỷ lệ sinh viên ở thành thị chiếm 62,5% và sinh viên sống ở nông thôn chiếm 37,5%. Về kinh tế, đa phần sinh viên thuộc diện không nghèo chiếm 93%.

3.2. Khó khăn tâm lý chung trong hoạt động học tập của sinh viên năm nhất ngành Y học dự phòng hệ chính quy Trường Đại học Y Dược Cần Thơ năm 2024

Bảng 2. Khó khăn tâm lý chung trong hoạt động học tập của sinh viên năm nhất ngành Y học dự phòng hệ chính quy Trường Đại học Y Dược Cần Thơ năm 2024

Nội dung	Tần số (n)	Tỷ lệ (%)
Khó khăn tâm lý trong học tập		
Có	23	17,9
Không	105	82,1

Nội dung	Tần số (n)	Tỷ lệ (%)
Mức độ khó khăn tâm lý trong học tập		
Ít /Không khó khăn	23	17,9
Khó khăn trung bình	104	81,3
Rất khó khăn	1	0,8
Điểm trung bình (ĐTB) ± Độ lệch chuẩn (ĐLC)	1,83 ± 0,39	

Nhận xét: Có 82,1% sinh viên có khó khăn tâm lý trong hoạt động học tập, phần lớn có khó khăn tâm lý trong hoạt động học tập ở mức trung bình (81,3%) với ĐTB 1,83±0,39.

3.3. Các biểu hiện khó khăn tâm lý trong hoạt động học tập của sinh viên năm nhất ngành Y học dự phòng hệ chính quy Trường Đại học Y Dược Cần Thơ năm 2024

Bảng 3. Biểu hiện khó khăn tâm lý trong hoạt động học tập thể hiện qua khía cạnh nhận thức của sinh viên năm nhất ngành Y học dự phòng hệ chính quy Trường Đại học Y Dược Cần Thơ năm 2024

Nội dung	Mức độ			ĐTB ± ĐLC	Thứ bậc
	Ít /Không khó khăn n (%)	Khó khăn trung bình n (%)	Rất khó khăn n (%)		
Khó khăn tâm lý trong nhận thức về quy định học tập	71 (55,5%)	57 (44,5%)	0 (0%)	1,46 ± 0,49	4
Hiểu biết về quy trình lập kế hoạch và đăng ký học phần	79 (61,7%)	45 (35,2%)	4 (3,1%)	1,41 ± 0,55	5
Biểu hiện khó khăn trong lập kế hoạch và đăng ký học phần	24 (18,8%)	94 (73,4%)	10 (7,8%)	1,90 ± 0,50	1
Khó khăn tâm lý trong nhận thức về kiểm tra, đánh giá trong học tập	29 (22,7%)	87 (68%)	12 (9,4%)	1,87 ± 0,56	2
Khó khăn tâm lý trong nhận thức về mối quan hệ trong học tập	47 (36,7%)	69 (53,9%)	12 (9,4%)	1,73 ± 0,62	3
KHÓ KHĂN VỀ NHẬN THỨC	39 (30,5%)	88 (68,8%)	1 (0,8%)	1,70 ± 0,48	

Nhận xét: có 69,6% sinh viên khó khăn tâm lý trong hoạt động học tập thể hiện qua khía cạnh nhận thức, đa phần sinh viên gặp khó khăn ở mức trung bình (68,8%) với ĐTB là 1,70 ± 0,48. Trong các khía cạnh đánh giá nhận thức, sinh viên cảm thấy khó khăn nhất đối với “Biểu hiện khó khăn trong lập kế hoạch và đăng ký học phần” (81,2%) với điểm trung bình là 1,90 ± 0,50 (thứ bậc 1), trong đó có 73,4% gặp khó khăn ở mức trung bình và 7,8% cảm thấy rất khó khăn.

Bảng 4. Biểu hiện khó khăn tâm lý trong hoạt động học tập thể hiện qua khía cạnh thái độ của sinh viên năm nhất ngành Y học dự phòng hệ chính quy Trường Đại học Y Dược Cần Thơ năm 2024

Nội dung	Mức độ			ĐTB ± ĐLC	Thứ bậc
	Ít / Không khó khăn n (%)	Khó khăn trung bình n (%)	Rất khó khăn n (%)		
Áp lực trong học tập	22 (17,2%)	89 (69,5%)	17 (13,3%)	1,96 ± 0,55	1
Thái độ với việc học tập	27 (21,1%)	98 (76,6%)	3 (2,3%)	1,81 ± 0,44	2
Sở thích học tập	45 (35,2%)	82 (64,1%)	1 (0,8%)	1,65 ± 0,49	3
KHÓ KHĂN VỀ THÁI ĐỘ	27 (21,1%)	98 (76,6%)	3 (2,3%)	1,81 ± 0,45	

Nhận xét: có 78,9% sinh viên khó khăn tâm lý trong hoạt động học tập thể hiện qua khía cạnh thái độ, đa phần sinh viên gặp khó khăn ở mức trung bình (76,6%) với ĐTB là $1,81 \pm 0,45$. Trong các khía cạnh đánh giá thái độ, “Áp lực trong học tập” là biểu hiện khó khăn nhất trong khía cạnh thái độ (82,8%) với điểm trung bình $1,96 \pm 0,55$, (thứ bậc 1), trong đó có 69,5 % gặp khó khăn ở mức trung bình và 13,3% cảm thấy rất khó khăn.

Bảng 5. Biểu hiện khó khăn tâm lý trong hoạt động học tập thể hiện qua khía cạnh kỹ năng của sinh viên năm nhất ngành Y học dự phòng hệ chính quy Trường Đại học Y Dược Cần Thơ năm 2024

Nội dung	Mức độ			ĐTB ± ĐLC	Thứ bậc
	Ít / Không khó khăn n (%)	Khó khăn trung bình n (%)	Rất khó khăn n (%)		
Kỹ năng đọc sách	23 (18,0%)	96 (75%)	9 (7%)	1,89 ± 0,49	2
Kỹ năng nghe giảng	34 (26,6%)	88 (68,8%)	6 (4,7%)	1,78 ± 0,52	4

Nội dung	Mức độ			ĐTB ± ĐLC	Thứ bậc
	Ít / Không khó khăn n (%)	Khó khăn trung bình n (%)	Rất khó khăn n (%)		
Kỹ năng tự học	19 (14,8%)	106 (82,8%)	3 (2,3%)	1,87 ± 0,40	3
Kỹ năng thuyết trình	19 (14,8%)	91 (71,1%)	18 (14,1%)	1,99 ± 0,54	1
Kỹ năng thực hành nhóm	41 (32%)	81 (63,3%)	6 (4,7%)	1,72 ± 0,54	5
KHÓ KHĂN VỀ KỸ NĂNG	26 (20,3%)	97 (75,8%)	5 (3,9%)	1,82 ± 0,45	

Nhận xét: có 79,7% sinh viên khó khăn tâm lý trong hoạt động học tập thể hiện qua khía cạnh kỹ năng, đa phần sinh viên gặp khó khăn ở mức trung bình (75,8%) với ĐTB là $1,82 \pm 0,45$. Trong các khía cạnh đánh giá kỹ năng, khó khăn nhiều nhất đối với kỹ năng thuyết trình với ĐTB là $1,99 \pm 0,54$ (thứ bậc 1), trong đó có 71,1% gặp khó khăn ở mức trung bình và 14,1% cảm thấy rất khó khăn.

4. BÀN LUẬN

4.1. Khó khăn tâm lý chung trong hoạt động học tập của sinh viên năm nhất ngành Y học dự phòng hệ chính quy Trường Đại học Y Dược Cần Thơ năm 2024

Kết quả nghiên cứu cho thấy hầu hết sinh viên năm nhất ngành Y học dự phòng (82,1%) đều có khó khăn tâm lý trong hoạt động học tập, khó khăn học tập mức trung bình chiếm phần lớn với 81,3%, ĐTB $1,83 \pm 0,39$. Nghiên cứu chúng tôi khá tương đồng với nghiên cứu của tác giả Hồ Thị Ngọc Ánh (2024) khi cho biết đa số sinh viên Điều dưỡng của trường Đại học Y Dược Cần Thơ có khó khăn tâm lý trong học tập ở mức trung bình với ĐTB $1,89 \pm 0,54$ [6]. Mặc dù thời gian học tập đại học, khối lượng kiến thức trong tổng thể chương trình đào tạo của sinh viên Y học dự phòng và sinh viên Điều dưỡng khác nhau nhưng đối với sinh viên năm nhất, các đặc điểm khó khăn tâm lý trong hoạt động học tập gần như là tương đương nhau do chủ yếu ảnh hưởng từ sự thay đổi trong phương pháp học tập, môi trường ở bậc trung học phổ thông và bậc đại học, chưa chịu ảnh hưởng bởi các yếu tố môn học cũng như các áp lực học

tập khác. Thực tế cho thấy so với các khối ngành khác, sinh viên thuộc khối ngành khoa học sức khỏe thường chịu áp lực cao về mặt học tập, cũng như đặc điểm đặc thù của ngành học mang cho họ áp lực tự khẳng định bản thân, nhiều sinh viên từng là học sinh giỏi, nay phải cạnh tranh trong môi trường toàn người giỏi. Sự thay đổi về phương pháp học tập từ học thụ động ở phổ thông chuyển sang học chủ động, thảo luận, tự nghiên cứu, làm bài tập nhóm. Sự thay đổi này gây khó khăn trong giai đoạn đầu.

4.2. Các biểu hiện khó khăn tâm lý trong hoạt động học tập của sinh viên năm nhất ngành Y học dự phòng hệ chính quy Trường Đại học Y Dược Cần Thơ năm 2024

Chúng tôi nhận thấy, về khía cạnh nhận thức nhận thấy đa phần sinh viên gặp khó khăn ở mức trung bình với ĐTB là $1,70 \pm 0,48$. Khi tìm hiểu nhiều hơn về khía cạnh nhận thức chúng tôi nhận thấy, sinh viên cảm thấy khó khăn nhất đối với “Biểu hiện khó khăn trong lập kế hoạch và đăng ký học phần” với điểm trung bình là $1,90 \pm 0,50$. Điều này dẫn đến khó khăn cho sinh viên là do sinh viên mới thích ứng với hình thức học tập mới trong đó là việc lập kế hoạch và đăng ký học phần qua phần mềm do nhà trường cung cấp. Biểu hiện khó khăn này có thể cải thiện theo thời gian do sinh viên được thích ứng dần. Khó khăn thứ 2 là “Khó khăn tâm lý trong nhận thức về kiểm tra, đánh giá trong học tập” với điểm trung bình là $1,87 \pm 0,56$, sinh viên cảm thấy khó khăn trong vấn đề này là do mới tiếp cận với hình thức cũng như cách thức kiểm tra và tính điểm mới (hệ thống tín chỉ) kèm theo đó là lượng bài học khá lớn dẫn đến nhiều khó khăn cho sinh viên. Tuy nhiên, trong nghiên cứu của Nguyễn Thế Hùng (2008) lại cho rằng “Lượng kiến thức tiếp thu ở trường cao đẳng quá lớn” chỉ xếp hạng 7 trong các nguyên nhân gây khó khăn tâm lý. Sự khác biệt này có thể là do lượng kiến thức ở môi trường đại học và cao đẳng khác nhau và có sự khác biệt về ngành học [7]. Ở vị trí thứ 3, sinh viên cảm thấy “khó khăn trong nhận thức về mối quan hệ trong học tập” với ĐTB là $1,73 \pm 0,62$. Nhận thấy sinh viên khó khăn trong mối quan hệ là do khi bước vào môi trường đại học các bạn sẽ được tiếp xúc và gặp gỡ với nhiều bạn ở khắp nơi, tiếp xúc với đa dạng văn hóa và đa dạng ngôn ngữ, âm ngữ khác nhau. Đôi khi đây cũng là một trong những vấn đề dẫn đến sự e ngại hay rụt rè trong việc tiếp cận và giao tiếp với thầy cô và bạn bè. Tương đồng với nghiên cứu của chúng tôi, tác giả Đào Đông Nhi (2024) cũng cho rằng “Sinh viên gặp rất nhiều khó khăn trong việc chủ động “trao đổi, giao tiếp với giảng viên” (ĐTB 3,10, DLC=0.93) và khi

học tập tại Đại học, nơi mà có sinh viên từ mọi nơi chứ không bó hẹp trong một khu vực nhất định mà khiến cho sinh viên gặp nhiều khó khăn hơn trong việc “thiết lập mối quan hệ bạn bè mới” (ĐTB 3,01, DLC=0,92) xếp thứ hai trong số các lựa chọn.” [8]. Cuối cùng, hai biểu hiện ít ảnh hưởng đến sinh viên nhất là “Khó khăn tâm lý trong nhận thức về quy định học tập” và “Hiểu biết về quy trình lập kế hoạch và đăng ký học phần”. Điều này cho thấy, sinh viên dễ dàng tiếp cận với thông tin nhà trường đưa ra thông qua các buổi sinh hoạt đầu khóa.

Về khía cạnh thái độ, nghiên cứu chúng tôi nhận thấy hầu hết sinh viên gặp khó khăn tâm lý ở mức độ trung bình (76,5%) với điểm trung bình $1,81 \pm 0,45$. “Áp lực trong học tập” là biểu hiện khó khăn nhất trong khía cạnh thái độ với điểm trung bình $1,96 \pm 0,55$. Trong nghiên cứu của tác giả Sabir Hussain (2024) cho biết “Áp lực học tập” là một nguồn gây căng thẳng đáng kể cho sinh viên đại học trên toàn thế giới, và sinh viên Pakistan cũng không ngoại lệ. Khi áp lực phải đạt thành tích học tập ngày càng tăng, sinh viên thường gặp phải những hậu quả tiêu cực về sức khỏe tâm thần, bao gồm lo âu, trầm cảm và căng thẳng, áp lực học tập và tình trạng kinh tế xã hội là những yếu tố dự báo đáng kể về trầm cảm ($\beta = 0,42$, $p < 0,05$) và lo âu ($\beta = 0,39$, $p < 0,01$) [9]. Tiếp đến là khó khăn trong “thái độ với việc học tập” với điểm trung bình $1,81 \pm 0,44$ và cuối cùng là khó khăn trong “Sở thích học tập” với điểm trung bình là $1,65 \pm 0,49$. Nghiên cứu của chúng tôi khá tương đồng với kết quả của tác giả Lưu Thị Thảo (2018), tác giả cho biết sinh viên cảm thấy “Lo lắng quá mức về việc học” hay “Thiếu kiên nhẫn trong học tập” lần lượt đứng vị trí thứ 2 và 3 trong 14 vấn đề khó khăn mà tác giả đề cập [10]. Một nghiên cứu khác của tác giả Bùi Thị Thu Phương cũng nhận thấy rằng các yếu tố bên trong bắt nguồn từ người học như: động cơ học tập, tâm lý, sức khỏe, sở thích,... có ảnh hưởng tích cực và tiêu cực đến việc học của bản thân. Học tập là hoạt động trí óc, là kết quả của sự lắng nghe quan sát có chọn lọc. Vì thế khi tâm lý không được tốt, không thoải mái và sức khỏe bất ổn thì việc học sẽ bị gián đoạn [11].

Khi phân tích khía cạnh kỹ năng, đa số sinh viên gặp khó khăn ở mức trung bình (75,8%) với ĐTB là $1,82 \pm 0,45$. Khi phân tích sâu hơn về vấn đề này nhận thấy sinh viên gặp khó khăn nhiều nhất đối với kỹ năng thuyết trình với ĐTB là $1,99 \pm 0,54$, trong đó có 71,1% gặp khó khăn ở mức trung bình và 14,1% cảm thấy rất khó khăn. Trong nghiên cứu của tác giả Marcus Gee Whai Kho và cộng sự (2015) cho biết sinh viên cảm thấy khó khăn trong kỹ năng thuyết trình và khó khăn

lớn nhất của sinh viên khi thuyết trình miệng là cách trình bày, đặc biệt là khi liên quan đến việc sử dụng ngôn ngữ và kiểm soát sự lo lắng [12]. Giải thích cho vấn đề này là do sinh viên chưa được rèn luyện nhiều về kỹ năng thuyết trình khi còn học tại bậc trung học phổ thông. Do hiện nay ngành giáo dục vẫn thực hiện giảng dạy theo hình thức truyền thụ kiến thức một chiều, chú trọng vào lý thuyết hơn thực hành. Dẫn đến cơ hội để các bạn thực hành thuyết trình, tư duy và phản biện còn hạn chế. Tiếp đến, sinh viên cảm thấy khó khăn đối với kỹ năng đọc sách với ĐTB $1,89 \pm 0,49$. So với nghiên cứu của Lưu Thị Thảo (2018) trên 283 sinh viên năm thứ nhất Trường Đại học Lâm nghiệp thì khá tương đồng, với 81,7% sinh viên xem đọc sách là kỹ năng là khó khăn, theo đó kỹ năng đọc sách là thách thức lớn nhất đối với sinh viên năm nhất có thể do chưa thích nghi với khối lượng tài liệu lớn và đa dạng hơn nhiều ở bậc phổ thông gây khó khăn trong việc tiếp cận, cũng như chưa có phương pháp đọc hiệu quả và chọn lọc các thông tin quan trọng từ nguồn tài liệu phong phú ở bậc đại học [10]. Ở vị trí thứ 3, sinh viên cảm thấy khó khăn trong kỹ năng tự học, đây là một trong những kỹ năng vô cùng quan trọng khi học đại học. Tuy nhiên, kết quả lại cho thấy có đến 82,8% khó khăn ở mức trung bình. Điều này phản ánh thói quen học thụ động còn phổ biến ở bậc trung học phổ thông, nơi mà học tập còn dựa dẫm nhiều vào sự hướng dẫn của giáo viên. Trong nghiên cứu của tác giả Diệp Huỳnh (2024) cũng cho thấy tỷ lệ học sinh trung học phổ thông có kỹ năng tự học ở mức độ đầy đủ còn khá thấp, với 16,7% thiếu kỹ năng này và 39,6% học sinh có kỹ năng tự học ở mức độ thấp [13]. Tuy nhiên, đối với môi trường đại học sinh viên cần tự tìm tòi, đọc tài liệu, và quản lý thời gian học tập nhiều hơn để dễ dàng thích nghi với sự thay đổi trong môi trường học tập. Cuối cùng, hai kỹ năng ít ảnh hưởng nhất là kỹ năng nghe giảng với ĐTB là $1,78 \pm 0,52$ và kỹ năng thực hành nhóm với ĐTB $1,72 \pm 0,54$. Điều này có thể hiểu đây là hai kỹ năng được thực hành nhiều ở bậc trung học phổ thông. Tại đây, học sinh thường xuyên được yêu cầu ghi chép, lắng nghe bài giảng của giáo viên, cũng như tham gia các hoạt động hợp tác trong nhóm để hoàn thành dự án hoặc thảo luận. Tuy nhiên, vẫn có hơn 60% sinh viên cảm thấy khó khăn trong hai nhóm kỹ năng này. Con số này có thể cho thấy mặc dù đây là kỹ năng được rèn luyện nhiều nhưng chưa đủ sâu và đáp ứng đầy đủ đối với bậc đại học. Ở bậc đại học, không chỉ đòi hỏi việc lắng nghe và ghi chép đơn thuần mà còn đòi hỏi sinh viên phải phân tích dữ liệu khi nghe và chọn lọc lại những kiến thức cần thiết. Tương tự đối với kỹ năng thực hành nhóm, không còn thực hiện theo yêu

cầu của giáo viên một cách đơn thuần mà còn kết hợp nhiều những kỹ năng khác như giao tiếp, quản lý thời gian hay giải quyết những xung đột của các thành viên dẫn đến việc các sinh viên cảm thấy khó khăn trong việc thực hiện những kỹ năng này.

Mặc dù kết quả nghiên cứu đã chỉ ra được nhiều vấn đề khó khăn tâm lý của sinh viên Y học dự phòng năm nhất nhưng lại chưa mang ý nghĩa ngoại suy cho tất cả sinh viên khác, vì thang đo được sử dụng có nhiều câu hỏi và được xây dựng dựa trên sinh viên khối ngành khoa học sức khỏe nên chỉ phù hợp cho đối tượng là sinh viên thuộc khối ngành khoa học sức khỏe khó có thể sử dụng hiệu quả thang đo đối với sinh viên thuộc các khối ngành khác do đặc thù từng ngành, do đó cần có thêm dữ liệu và thang đo dùng chung sinh viên nói chung.

5. KẾT LUẬN

Đa số sinh viên năm nhất ngành Y học dự phòng có khó khăn tâm lý trong học tập (82,1%). Biểu hiện khó khăn tâm lý ở mức độ trung bình lần lượt thể hiện qua khía cạnh nhận thức (68,8%) với điểm trung bình là $1,70 \pm 0,48$; khía cạnh thái độ (76,6%) với điểm trung bình $1,81 \pm 0,45$ và khía cạnh kỹ năng (75,8%) với điểm trung bình là $1,82 \pm 0,45$. Trong đó lập kế hoạch và đăng ký học phần (81,2%), áp lực trong học tập (82,8%) và kỹ năng thuyết trình (85,2%) là những khó khăn tâm lý phổ biến nhất đối với sinh viên năm thứ nhất.

6. KIẾN NGHỊ

Nhà trường cần tiếp tục chú ý tăng cường các hoạt động tư vấn tâm lý cho sinh viên, cố vấn học tập thường xuyên hỗ trợ sinh viên trong các hoạt động học tập như lập kế hoạch và đăng ký học phần, đặc biệt đối với nâng cao nhận thức về kiểm tra, đánh giá; nâng cao các kỹ năng trong học tập như kỹ năng đọc sách, kỹ năng thuyết trình và kỹ năng tự học.

7. LỜI CẢM ƠN

Tập thể nhóm nghiên cứu chân thành cảm ơn Trường Đại học Y Dược Cần Thơ đã tài trợ và phối hợp trong quá triển khai nghiên cứu.

8. TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1] Nguyễn Thị Thanh Thảo (2023), “Nghiên cứu tình hình stress và nhu cầu tư vấn tâm lý trên sinh viên trường đại học Y Dược Cần Thơ”, *Tạp chí Y Dược học Cần Thơ*, Số 45, trang 128-134.

- [2] Trần Văn Thiện (2024), “Thực trạng stress, lo âu và trầm cảm của sinh viên trường Đại học Y Dược – Đại học Quốc gia Hà Nội học tập tại cơ sở Hoa Lạc năm học 2022-2023”, *Tạp Chí Y học Cộng đồng*, 65(CD5).
- [3] Nguyễn Thị Thiên Kim (2007), Khó khăn tâm lý trong hoạt động học tập của sinh viên năm thứ nhất trường Đại học Sư phạm thành phố Hồ Chí Minh, Trường Đại học Sư phạm, Đại học TP Hồ Chí Minh.
- [4] Araújo. A.A.C., de Godoy. S., de Oliveira. R. M., Vedana. K. G., Giaccherio et al (2023), Positive and negative aspects of psychological stress in clinical education in nursing: A scoping review, *Nurse Education Today*.2023.doi:10.1016/j.nedt.2023.105821
- [5] Lê Thị Vũ Huyền (2023), “Rối loạn lo âu ở sinh viên y học dự phòng trường Đại Học Y Hà Nội năm 2023 và một số yếu tố liên quan”, *Tạp chí Y học Việt Nam*, 535(1) DOI:10.51298/vmj.v535i1.8546
- [6] Hồ Thị Ngọc Anh (2024), “Các vấn đề khó khăn tâm lý trong học tập và các yếu tố liên quan ở sinh viên điều dưỡng trường Đại Học Y Dược Cần Thơ năm 2023”, *Tạp chí Y Dược học Cần Thơ*, 70, 148-154. <https://doi.org/10.58490/ctump.2024i70.2137>.
- [7] Nguyễn Thế Hùng (2008), Khó khăn tâm lý trong học tập của sinh viên năm thứ nhất Trường Cao đẳng Bến Tre, *Tạp chí tâm lý học*, số 5(110), trang 55-59.
- [8] Đào Đông Nhi (2024), Khảo sát khó khăn tâm lý của sinh viên trường Đại học Thủ Dầu Một, *Tạp chí khoa học Đại học Thủ Dầu Một*, Tập 69, Số (2), Trang 79-87.
- [9] Dr. Sabir Hussain (2024), “The Multifaceted Impact of Academic Pressure on the Mental Health and Well-being of University Students in Pakistan: Exploring the Interplay of Systemic Factors, Individual Vulnerabilities, and Coping Mechanisms”, *International Research Journal of Education and Innovation*, Vol. 5 No. 2
- [10] Lưu Thị Thảo (2018), Biểu hiện khó khăn tâm lý trong hoạt động học tập của sinh viên năm thứ nhất Trường Đại học Lâm Nghiệp, *Tạp chí Khoa học & Công nghệ*, số 191(15), tr155-160.
- [11] Bùi Thị Thu Phương (2020), Những yếu tố nào ảnh hưởng đến thái độ học tập của sinh viên trường Đại học Giáo Dục - Đại học Quốc Gia Hà Nội.
- [12] Marcus Gee Whai Kho và cộng sự (2015), “Oral presentation difficulties – Experience of students at a polytechnic in Sarawak”, *Journal Article*, Vol. 4 No. 2, <https://doi.org/10.33736/ils.1653.2015>
- [13] Diệp Huỳnh (2024), “Thực trạng kỹ năng tự học của học sinh trung học phổ thông: Nghiên cứu trên học sinh trung học phổ thông tại Đà Nẵng”, *Tạp chí Nghiên cứu Ứng dụng RA*, 10 (11), 280–291. <https://doi.org/10.47191/rajar/v10i11.01>