observational study," Respir. Med, 108, pp. 1091–1099.

12. **Marsh SE, Travers J, et al.** (2008). "Proportional classifications of COPD phenotypes," Thorax, 63, pp. 761–767.

13. **Ana Maria B Menezes, Maria Montes de Oca, et al.** (2014). "Increased risk of exacerbation and hospitalization in subjects with an overlap phenotype: COPD-asthma" Chest, pp. 297–304.

14. **Diaz-Guzman E, Mehdi Khosravi, David M Mannino** (2011). "Asthma, chronic obstructive pulmonary disease, and mortality in the U.S. population", COPD, 8, pp. 400–407.

15. **Nguyễn Thị Tuyết Lan, Ngô Quý Châu và cs** (2017). "Nghiên cứu về thực trạng bệnh phổi tắc nghẽn mạn tính chồng lấp hen tại Việt Nam," Tạp chí Y học lâm sàng, 9(99), trang 253 - 260.

16. **Juan-Juan Fu 1, Peter G Gibson, et al.** (2014). "Longitudinal changes in clinical outcomes in older patients with asthma, COPD and asthma-COPD overlap syndrome," Respiration, vol. 87, pp. 63 - 74.

17. **Louie S, Zeki AA, et al.** (2013). "The asthma-chronic obstructive pulmonary disease overlap syndrome: pharmacotherapeutic considerations", Expert Rev. Clin. Pharmacol, 6, pp.197-219.

18. **Montuschi P, Malerba M, et al.** (2014). "Pharmacological treatment of chronic obstructive pulmonary disease: from evidence-based medicine to phenotyping", Drug Discov. Today, 19, pp.1928 - 35.

19. GINA (2020). "Global Strategy for Asthma Management and Prevention", pp 130 - 137.

20. **Brightling, C.E. et al.** (2000). "Sputum eosinophilia and short-term response to prednisolone in chronic obstructive pulmonary disease: a randomised controlled trial", Lancet, 356, pp.1480–1485.

21. **Kerstjens HA, Engel M, et al.** (2012). "Tiotropium in asthma poorly controlled with standard combination therapy", N Engl J Med, 367(13), pp.1198 - 207.

CÁC YẾU TỐ ẢNH HƯỞNG ĐẾN THỰC TRẠNG ỨNG PHÓ VỚI STRESS CỦA SINH VIÊN BỊ RÚT TÍN NĂM THỨ NHẤT TRƯỜNG ĐẠI HỌC ĐIỀU DƯỠNG NAM ĐỊNH

BÙI THỊ HIỆU
Trường Đại học Điều dưỡng Nam Định

TÓM TẮT

Nghiên cứu này được chúng tôi sử dụng phương pháp nghiên cứu định tính. Chúng tôi đã sử dụng phương pháp thảo luận nhóm và phỏng vấn sâu trên 20 sinh viên trong số 46 sinh viên có biểu hiện stress. Kết quả nghiên cứu cho thấy có hai nhóm yếu tố ảnh hưởng đến stress của sinh viên. Về nhóm yếu tố chủ quan bao gồm nền tảng kiến thức của sinh viên, kinh nghiệm sống và tính cách của sinh viên. Về nhóm yếu tố khách quan bao gồm cách thức tổ chức đào tạo theo tín chỉ của nhà trường, giáo viên bộ môn, cố vấn học tập, thay đổi môi trường sống.

Từ khóa: *Stress, yếu tố ảnh hưởng, học tập theo tín chỉ.*

Chịu trách nhiệm: Bùi Thị Hiệu
Email: buithihieu@ndun.edu.vn
Ngày nhận: 24/5/2021
Ngày phản biện: 24/6/2021
Ngày duyệt bài: 06/7/2021

SUMMARY

This Research is we are used to use the method of the research format. We used group discussion and in-depth interviews on 20 students out of 46 who showed signs of stress. The results of the study show that: There is a group of two factors affecting the stress of students. Group factors include: Students' knowledge base, student experience and personality. The group factor system includes: How to organize training according to the signal of the school, subject educators, academic advisors, changing living environment.

Keywords: *Stress, Factors affecting, credit-based learning.*

ĐẶT VẤN ĐỀ

Học chế tín chỉ đã được triển khai áp dụng ở nhiều trường đại học trên thế giới và Việt Nam[3]. Trường Đại học Điều dưỡng (ĐHĐD) Nam Định đào tạo tín chỉ từ năm 2014 - 2015. Hình thức đào tạo này, bên cạnh những mặt tích cực, cũng tạo ra rất nhiều yếu tố gây stress cho sinh viên (SV). Theo thống kê Phòng Công tác

học sinh sinh viên, tháng 2/2018 - 2019 có tới 143 sinh viên bị rút tín trong đó có 46 sinh viên có biểu hiện stress[1]. Chính vì lý do này mà nhóm nghiên cứu chúng tôi lựa chọn: "Các yếu tố ảnh hưởng đến thực trạng ứng phó với stress của sinh viên bị rút tín năm thứ nhất Trường Đại học Điều dưỡng Nam Định" để tiến hành nghiên cứu.

ĐỐI TƯỢNG, PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

1. Đối tượng nghiên cứu

Sinh viên đại học chính quy bị rút tín trong kỳ II năm học 2018 - 2019, đang theo học tại Trường Đại học Điều dưỡng Nam Định.

2. Thời gian và địa điểm nghiên cứu

Thời gian nghiên cứu: Từ tháng 9 năm 2019 đến tháng 6 năm 2020.

Địa điểm nghiên cứu tại Trường Đại học Điều dưỡng Nam Định.

3. Thiết kế nghiên cứu

Nghiên cứu được thực hiện theo phương pháp mô tả cắt ngang.

4. Cỡ mẫu và chọn mẫu

4.1. Cỡ mẫu

Nghiên cứu định tính: Cỡ mẫu cho thảo luận nhóm 20 sinh viên. Cỡ mẫu cho phỏng vấn sâu 4 sinh viên.

4.2. Phương pháp chọn mẫu

Nghiên cứu định tính: Chúng tôi tiến hành thảo luận nhóm và phỏng vấn sâu 20 sinh viên trong 46 sinh viên có biểu hiện stress.

Thảo luận nhóm: Chúng tôi tiến hành lựa chọn 20 sinh viên có biểu hiện stress nặng nhất trong 46 sinh viên có biểu hiện stress.

Cỡ mẫu cho phỏng vấn sâu: Chúng tôi lựa chọn 4 sinh viên. Đây là 4 sinh viên trong quá trình thảo luận nhóm chúng tôi nhận thấy có nhiều đặc điểm cần khai thác thêm để phục vụ cho mục đích nghiên cứu.

5. Công cụ thu thập thông tin

Bộ câu hỏi bán cấu trúc "Hướng dẫn phỏng vấn".

6. Phân tích số liệu

Sau khi ghi âm thảo luận nhóm và phỏng vấn sâu, chúng tôi gỡ băng bản ghi, ghi chép, tổng hợp, phân tích lại các ý kiến chia sẻ của sinh viên theo các chủ đề đã đưa ra.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

1. Các yếu tố ảnh hưởng đến thực trạng ứng phó với stress của sinh viên

Sau khi nghiên cứu, chúng tôi đã phát hiện ra 2 nhóm yếu tố ảnh hưởng đến thực trạng ứng phó với stress của sinh viên. Nhóm yếu tố chủ quan bao gồm nền tảng kiến thức của sinh viên, kinh nghiệm sống và tính cách của sinh viên. Nhóm yếu tố khách quan bao gồm cách thức tổ chức đào tạo theo tín chỉ của nhà trường, giáo viên bộ môn, cố vấn học tập, thay dổi môi trường sống. Trong đó, yếu tố ảnh hưởng nhiều nhất là cách tính điểm mới trong tổ chức đào tạo theo tín chỉ của nhà trường năm học 2018 - 2019. Kết quả nghiên cứu trên tương đồng với kết quả nghiêu cứu của Đỗ Văn Đoạt (2013). Tuy nhiên trong nghiên cứu của Đỗ Văn Đoạt phát hiện thêm 2 yếu tố ảnh hưởng là hứng thú học tập và khí chất của sinh viên. Trong đó, tác giả cũng chỉ ra được rằng cách thức tổ chức đào tạo là yếu tố có ảnh hưởng lớn nhất, hứng thú học tập của sinh viên là yếu tố ít ảnh hưởng nhất[2].

1.1. Yếu tố chủ quan

Tính cách của sinh viên có ảnh hưởng rất lớn đến stress trong học tập của sinh viên. Đây là yếu tố chủ quan đầu tiên có liên quan đến stress của sinh viên. Kết quả nghiên cứu cho thấy, đa số các bạn sinh viên cho biết bản thân rất lười học, thông thường sát ngày thi mới học. Thực trạng này xảy ra ở hầu hết sinh viên với những lý do khác nhau, có thể do đi làm thêm về mệt, do bạn bè rủ đi chơi hoặc do mạng xã hội ảnh hưởng.

Nền tảng kiến thức của sinh viên: Đây là yếu tố có ảnh hưởng lớn đến stress trong học tập của sinh viên. Qua nghiên cứu cho thấy, hầu hết các bạn sinh viên chưa nắm rõ cẩm nang sinh viên. Mặc dù lúc mới vào trường tất cả các bạn sinh viên có được tập huấn 1 tuần và được các thầy cô giảng rất kỹ. Tuy nhiên, lúc nghe giảng đa số sinh viên không tập trung. Lúc đó chỉ mải làm quen với các bạn vì khi vào trường chưa có ai quen biết nên buồn tng khi cuốn Cẩm nang sinh viên khá dày. Các bạn sinh viên lúc mới vào chưa ý thức giá trị của cuốn sách. Dẫn đến chưa thật sự nắm bắt kịp thời về phương pháp học theo tín chỉ. Sau đó, đa số sinh viên dựa theo các bạn cùng học, hỏi và ỉ lại thông tin từ các bạn, không trực tiếp nghiên cứu Cẩm nang sinh viên. Suy nghĩ về vấn đề này, ban sinh viên trong buổi phỏng vấn sâu số 2 cho biết*: "Sau khi bị rút tín em suy nghĩ tại sao mình lại bị rút tín và lật lại cách học của mình thì em nghĩ do khi mới vào trường em không để ý gì đến cuốn Cẩm nang sinh viên, không nghiên cứu sâu về nó nên không biết cách tính điểm" (*Sinh viên T. T. T.T, Lớp ĐHCQ 14E).

Kinh nghiệm sống của sinh viên có ảnh hưởng đến đến stress trong học tập của sinh viên: Đa số các bạn sinh viên chưa từng được học theo tín chỉ. Nên chưa có nhiều kinh nghiệm. Các bạn sinh viên cũng chưa có kinh nghiệm trong cách phân bố sắp xếp thời gian: việc đi học, đi làm thêm, ôn thi lại,…Vấn đề ôn

thi lại không chiếm tỷ lệ nhiều nhưng lại ảnh hưởng nghiêm trọng đến kết quả học tập.

1.2. Yếu tố khách quan

Cách thức tổ chức đào tạo theo tín chỉ của nhà trường: Về cơ bản, chương trình đào tạo nghề Điều dưỡng trang bị cho sinh viên một cách toàn diện và chuyên nghiệp những tri thức cần thiết để hành nghề. Cho nên, cách tổ chức đào tạo theo tín chỉ của nhà trường sẽ giúp sinh viên có những định hướng rõ ràng để tiến hành học tập theo tín chỉ đạt hiệu quả.

Qua nghiên cứu cho thấy, sự thay đổi cách tính điểm của nhà trường trong năm học 2019 - 2020 ảnh hưởng rất lớn đến sinh viên.

Cách tổ chức đăng ký học phần: Kết quả nghiên cứu cho thấy, các bạn sinh viên đều gặp khó khăn khi đăng ký học phần do mạng không ổn định, dễ sập, có khi các em phải ngồi ngồi canh tận 12h đêm.

Chương trình học tiếng Nhật nặng: Là yếu tố ảnh hưởng rất lớn đến kết quả học tập cũng như tâm lý sinh viên. Trao đổi về vấn đề này, có sinh viên cho biết: *"Chương trình học tiếng Nhật trong trường rất nặng, gấp 6 lần so với trung tâm bên ngoài. Số tín không tăng lên được (8 tín), số lượng bài cũng không giảm đi được (50 bài) nên chương trình tiếng Nhật vẫn rất nặng. Trung tâm có mở lớp dạy thêm em có tham gia nhưng vẫn không theo được nên lúc đó em cũng rất căng thẳng và áp lực, ảnh hưởng rất lớn đến kết quả học tập và tâm lý của chúng em" (Sinh viên P. T. T. PH, lớp ĐHCQ 14D).*

Giáo viên bộ môn: Vai trò của giáo viên có ảnh hưởng nhất định đến động cơ học tập, đến khả năng xuất hiện stress và đến cả khả năng ứng phó với stress trong học tập theo tín chỉ của sinh viên. Bạn sinh viên trong buổi thảo luận nhóm số 1 đưa ra nhận xét và mong muốn: *"Đối với mỗi môn học, các thầy cô hầu hết đều hướng dẫn kỹ sinh viên trọng tâm của từng bài. Tuy nhiên, chúng em mong muốn biết được ngân hàng câu hỏi sớm để chủ động hơn". (Sinh viên N. N. H, lớp ĐHCQ 14G).*

Cố vấn học tập: Cố vấn học tập có vai trò đặc biệt quan trọng đến quá trình học theo tín chỉ của sinh viên. Hầu hết các bạn sinh viên đều hài lòng với cố vấn học tập của mình. Nói về sự hài lòng của mình, có SV cho biết*: "Gần như có thắc mắc gì không biết chúng em hỏi cố vấn học tập đều được giải đáp hết. Em thấy lên đại học cố vấn học tập cực kỳ quan tâm sinh viên" (Sinh viên D. T. M. T, ĐHCQ 14B).*

Thay đổi môi trường: Đây là yếu tố có ảnh hưởng rất lớn đến sinh viên. Thảo luận vấn đề này, bạn sinh viên số 5 trong buổi thảo luận nhóm số 2 chia sẻ: "*Ở cấp 3, GVCN ra bài tập về nhà, ngày nào cũng kiểm tra, bắt buộc chúng em phải học hơn nữa có bố mẹ quản lý. Lên đại học không có ai quản lý học tập, chơi nhiều khác thời cấp 3. Nên dẫn tới tình trạng sát thi mới học, không biết học chỗ nào, học không kịp. Có những thời điểm có quá nhiều môn phải học, học môn này em quên môn kia"*. Hoặc bạn sinh viên khác cho biết: *"Kỳ đầu năm nhất lên em cảm giác chưa quen với môi trường học, trừ những nhóm học Giáo dục thể chất trước có thời gian thích ứng còn nhóm bọn em chơi với nhau lúc đầu vừa bước vào trường ai cũng bị sốc vì những môn giải phẫu, rồi hóa sinh thật sự rất khó" (Sinh viên P. L. A, lớp ĐHCQ 14E).*

KẾT LUẬN

Có hai nhóm yếu tố ảnh hưởng đến stress của sinh viên: Chủ quan và khách quan.

Về nhóm yếu tố chủ quan bao gồm: Nền tảng kiến thức của sinh viên, sinh nghiệm sống và tính cách của sinh viên. Trong đó, yếu tố ảnh hưởng nhiều nhất là tính cách của sinh viên.

Về nhóm yếu tố khách quan bao gồm: Cách thức tổ chức đào tạo theo tín chỉ của nhà trường, giáo viên bộ môn, cố vấn học tập, thay đổi môi trường sống. Trong đó yếu tố ảnh hưởng nhiều nhất là cách tính điểm mới trong tổ chức đào tạo theo tín chỉ của nhà trường năm học 2018 - 2019.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. **Trần Thị Vân Anh** (2018). Một số khó khăn của sinh viên Trường Đại học Điều dưỡng Nam Định khi tham gia học tập theo hệ thống tín chỉ, Tạp chí Khoa học điều dưỡng.

2. **Đô Văn Đoạt** (2013). Kỹ năng ứng phó với stress trong hoạt động học tập theo tín chỉ của sinh viên Đại học Sư Phạm, Tạp chí Giáo dục.

3. Bộ Giáo dục và Đào tạo - Vụ Đại học, Về hệ thống tín chỉ học tập, Hà Nội, tr.37.

4. **Thùy Chi, Ngọc Mai** (2001). Cách giảm stress tốt nhất (biên soạn theo Judith Lazarus), Nxb Văn hóa-Thông tin, Hà Nội.

5. **Nguyễn Công Khanh** (1997). Tâm lý trị liệu, Hà Nội.

6. **Đặng Phương Kiệt** (2004). Stress và sức khỏe, Nxb Thanh niên, Hà Nội.

7. **Dũng Tiến, Thúy Nga** (2004). "Những phương cách hữu hiệu phòng chống stress", NXB Trẻ, Hà Nội.

8. **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.