

Phân tích các yếu tố gây ra áp lực đối với sinh viên Học viện Ngân hàng

Nguyễn Thị Như Nguyệt

Phạm Thị Cẩm Vân

Nguyễn Thị Hưng

Học viện Ngân hàng, Phân viện Bắc Ninh

Ngày nhận: 04/10/2020

Ngày nhận bản sửa: 03/11/2020

Ngày duyệt đăng: 25/11/2020

Tóm tắt: Nghiên cứu này được thực hiện nhằm xác định các yếu tố gây ra áp lực tâm lý lên sinh viên Học viện Ngân hàng (HVNH) hiện nay. Từ kết quả khảo sát trực tiếp hơn 400 sinh viên của Học viện, dựa vào phương pháp phân tích hồi qui đa biến, nghiên cứu đã chỉ ra 7 nhân tố gây ra áp lực tâm lý lên sinh viên gồm: Phát triển, Gia đình, Môi trường đại học, Thích ứng, Kinh tế, Xã hội, Học tập. Trong đó, Áp lực phát triển bản thân, Áp lực học tập và Áp lực kinh tế có ý nghĩa thống kê, biểu hiện là những yếu tố cốt lõi gây ra áp lực tâm lý cho sinh viên của HVNH. Kết quả nghiên cứu là tài liệu tham khảo có thể giúp ích cho việc tìm ra giải pháp nâng cao sức khỏe tinh thần cho sinh viên, tạo ra môi trường học tập lành mạnh, sáng tạo và hiệu quả, góp phần nâng cao chất lượng dạy và học tại HVNH.

Từ khóa: Áp lực tâm lý, Học viện Ngân hàng, sinh viên.

Analyzing factors that put pressure on students of Banking Academy

Abstract: This study is done to determine the factors that cause psychological pressure on the students of Banking Academy. From the results of direct survey more than 400 students of the Academy, based on the method of multivariate regression analysis, the study has shown that the factors that cause psychological pressure on students come from 7 factors: Personal Development, Family, College Environment, Adaptation, Economy, Society, Study. In which, pressure of personal development, study pressure and economic pressure are statistically significant, manifesting are the core factors that cause psychological pressure on students of Banking Academy. The research results are the references that can help to find solutions to improve student's mental health, create a healthy, creative and effective learning environment, and contribute to improving the quality of teaching and learning at the Banking Academy.

Keywords: psychological pressure, Banking Academy, students.

Nguyet Thi Nhu Nguyen

Email: nguyetntn.bn@hvn.edu.vn

Van Thi Cam Pham

Hung Thi Nguyen

Organization of all: Banking Academy of Vietnam, Bac Ninh Campus

1. Đặt vấn đề

Ở góc độ giáo dục đại học như một dây chuyền sản xuất mà đầu ra là nguồn nhân lực đạt chuẩn (Ronald Barnett, 1992), giáo dục đại học chính là đầu mối quan trọng trong việc cung ứng đầu vào cho thị trường lao động. Chất lượng của đầu vào này sẽ quyết định phần lớn đến sự phát triển, tăng trưởng của kinh tế- xã hội một đất nước. Tuy nhiên, thực tế cho thấy với sự phát triển và thay đổi như vũ bão của kinh tế- xã hội hiện đại, cạnh tranh ngày càng khốc liệt, sinh viên hiện đang phải đối mặt với rất nhiều áp lực tâm lý đến từ nhiều nguồn khác nhau. Theo một số nghiên cứu thống kê gần đây (Bộ Y tế, 2004; Nguyễn Hương Thanh, 2010), hiện trạng sức khỏe tâm lý do stress (áp lực) của sinh viên đại học như bức bối, hậm hực, lo âu và thậm chí trầm cảm nghiêm trọng, tỷ lệ phát bệnh thường xuyên theo dạng nhóm, hoặc hàng loạt tương đối cao. Bên cạnh đó, có nghiên cứu về tình trạng stress của sinh viên một số trường đại học ở Việt Nam những năm vừa qua, cũng cho thấy tình hình hầu hết sinh viên đều đang phải chịu áp lực từ mức độ nhẹ đến nặng (Bảng 1). Những áp lực này có ảnh hưởng rất lớn đến việc sinh viên hoàn thành tốt sự nghiệp học hành, lĩnh hội tri thức, để sau này có thể thích ứng với yêu

cầu của công việc cũng như sinh sống, phát triển trong xã hội (Renk & Eskola, 2007; Steinhardt & Dolbier, 2008).

Từ thống kê trên thấy rằng, mặc dù sinh viên trong môi trường học tập khác nhau, ở các năm khác nhau, địa phương khác nhau, nhưng ít nhiều đều bị áp lực stress. Ở Việt Nam mới chỉ có một số ít nghiên cứu về các yếu tố liên quan gây ra áp lực lên sinh viên tại một số trường đại học ở Việt Nam, như của Nguyễn Thị Huyền (2012), Vũ Dũng (2015), Nguyễn Thành Trung (2017). Việc hiểu rõ nguồn gốc của căng thẳng sẽ tạo điều kiện thuận lợi cho việc phát triển các mô-đun tư vấn và chiến lược can thiệp hiệu quả bởi các nhà tâm lý học và cố vấn học đường để giúp học sinh giảm bớt căng thẳng (Reddy và cộng sự, 2018). Vì vậy, nghiên cứu này được thực hiện nhằm điều tra phân tích những yếu tố nào đã tác động tới áp lực tâm lý của sinh viên của HVNH, góp phần bổ sung tài liệu vào các nghiên cứu thực nghiệm, đồng thời làm căn cứ tham khảo cho nhà trường có thể tìm ra phương pháp giúp giảm bớt áp lực cho sinh viên, giúp họ có một sức khỏe tinh thần tốt hơn, tập trung vào học tập lĩnh hội tri thức, sẵn sàng đáp ứng được nhu cầu ngày càng cao của xã hội.

Bảng 1. Mức độ stress của sinh viên được khảo sát ở một số trường đại học ở Việt Nam

STT	Trường	Mức độ stress (%)				Nguồn
		Không	Nhẹ	Vừa	Nặng	
1	ĐH Quốc gia Hà Nội	17,8	79,0	3,2		Nguyễn Hữu Thụ (2009)
2	ĐH SP Đà Nẵng		96,0			Võ Hoàng Anh (2010) (tại thời điểm chuẩn bị thi giữa kỳ)
3	ĐH Đà Nẵng	23,1	69,3		7,6	Nguyễn Thị Mỹ Anh (2009)
4	ĐH Y Hà Nội			63,6		Nguyễn Triệu Phong (2011)
5	ĐH Y Thái Bình			58,8	37,5	Nguyễn Thị Hiền (2013)
6	ĐH Thăng Long				32,0	Vũ Dũng (2015)

Nguồn: Tác giả tổng hợp

2. Tổng quan nghiên cứu và phương pháp nghiên cứu

2.1. Tổng quan nghiên cứu và mô hình nghiên cứu đề xuất

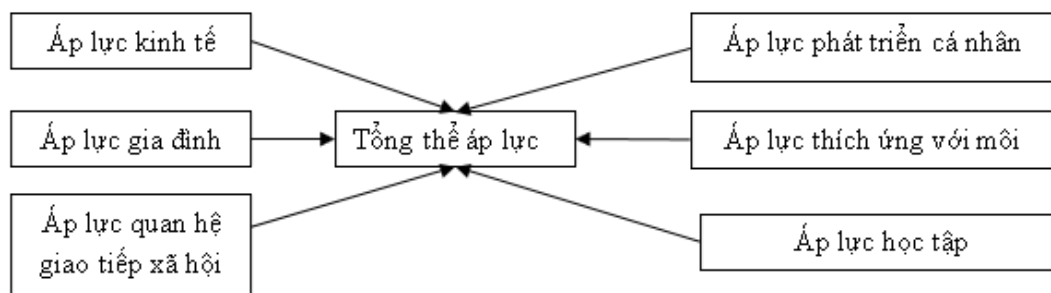
Tại Malaysia, trong một nghiên cứu của Busari và cộng sự (2012), được thực hiện trên 1200 sinh viên (600 nam và 600 nữ) trong độ tuổi từ 15-19 tuổi. Công cụ được sử dụng để thu thập dữ liệu là Kiểm kê trầm cảm Beck (21 mục BDI). Nghiên cứu đã chỉ ra: Trầm cảm được phát hiện có ảnh hưởng nghiêm trọng đến kết quả học tập ở thanh thiếu niên. Nó làm giảm thành tích học tập. Nó cũng có thể làm giảm động lực trong khả năng chú ý, tập trung và dẫn đến thất bại trong học tập.

Về nguồn gây ra áp lực đối với sinh viên, Heins (1984) chỉ ra lo âu của sinh viên đến từ 2 phương diện: một là, yếu tố liên quan đến kỳ vọng và thành tích học tập, hai là yếu tố liên quan đến phát triển cá nhân và duy trì quan hệ. Abouserie (1994) cho rằng nguồn áp lực lớn nhất của sinh viên đại học, yếu tố liên quan trực tiếp là học tập, tiếp đó là yếu tố liên quan đến xã hội. Tại Trung Quốc, Zhu FengJiu (2001) chỉ ra áp lực tâm lý của sinh viên Trung Quốc ngày nay đến từ 3 nguồn: áp lực cuộc sống đại học, áp lực trưởng thành cá nhân, áp lực môi trường xã hội. LiHong và MeiJinRong (2002) thì lại đưa ra 15 loại áp lực trong nhà trường bao gồm: Học tập, Nghề nghiệp, Quan hệ giao tiếp, Cuộc sống, Quan hệ yêu đương, Kinh tế, Xã hội, Thi cử, Gia đình, Môi trường học tập và cuộc sống, Tương lai, Năng lực, Cá nhân (Độ trưởng thành, Về bề ngoài, Tự tin), Sức khỏe và Cạnh tranh. FanFuMin (2003) chỉ ra nguồn áp lực tâm lý đối với sinh viên bao gồm: nguồn áp lực nội tại, chủ yếu do tính độc lập của sinh viên không đủ, đối với gia đình ý lại tương

đối lớn, đối với xã hội hiểu biết hạn chế, quá lý tưởng hoá, tự nhận thức về bản thân lay động không ổn định mà khó có thể định vị tạo thành xung đột mâu thuẫn tâm lý; nguồn áp lực bên ngoài, chủ yếu do sinh viên đối mặt với sự biến đổi của kinh tế, chính trị, xã hội, phương thức sinh hoạt xã hội của mọi người, sự biến hoá tư tưởng giá trị quan, khiến cho tâm lý của sinh viên mất cân bằng. WangHongQiao (2007) cho rằng thông thường nguồn áp lực đối với sinh viên bao gồm: Áp lực học tập, Áp lực nghề nghiệp, Áp lực giao tiếp và Áp lực cuộc sống. Tại Ấn Độ, trong nghiên cứu của Reddy và cộng sự (2018) chỉ ra rằng, “căng thẳng” đã trở thành một phần của cuộc sống học tập của học sinh do những kỳ vọng bên trong và bên ngoài khác nhau đặt lên vai họ. Trong nghiên cứu này, những yếu tố như sợ thất bại, mối quan hệ thầy trò, trang thiết bị học tập không đủ, khó khăn trong giao tiếp với thầy cô, sự thiếu thốn, kém cỏi của bản thân.. là 5 nguồn chính gây ra áp lực. Chernomas và cộng sự (2013) dựa trên khảo sát 437 sinh viên đang theo học chương trình điều dưỡng 3 năm của Đại học miền Trung Tây Canada, đã tìm ra mối liên hệ giữa các chỉ số chất lượng cuộc sống bao gồm mối quan tâm về tài chính, sự cân bằng giữa trường học và cuộc sống cá nhân đối với căng thẳng, trầm cảm và lo lắng.

Tại Việt Nam một số nghiên cứu lại chỉ ra những vấn đề liên quan đến tài chính, sức khỏe của bản thân, sức khỏe của các thành viên trong gia đình, rắc rối trong các mối quan hệ liên cá nhân và điều kiện môi trường sống không thuận lợi, các khó khăn trong học tập là những nguồn gây stress chủ yếu cho sinh viên (Nguyễn Hữu Thụ, 2009; Vũ Dũng, 2015).

Kế thừa kết quả của những nghiên cứu trên, trong nghiên cứu này nhóm tác giả đề xuất



Nguồn: Tác giả tổng hợp và đề xuất

Hình 1. Mô hình nghiên cứu đề xuất

các yếu tố gây áp lực lên sinh viên HVNH bao gồm 6 yếu tố (Hình 1): Áp lực kinh tế, Áp lực gia đình, Áp lực học tập, Áp lực quan hệ giao tiếp xã hội, Áp lực phát triển cá nhân, Áp lực thích ứng với môi trường.

2.2. Phương pháp phân tích và thu thập số liệu

Phương pháp phân tích

Để kiểm định mô hình nghiên cứu, các phương pháp phân tích được sử dụng như sau: Kiểm định độ tin cậy của thang đo bằng hệ số Cronbach's Alpha, phân tích nhân tố khám phá (EFA), và phân tích hồi qui đa biến.

Phương pháp thu thập số liệu

Nghiên cứu tham khảo Lihong & Meijinrong (2002), WangHongQiao (2007), và Deb S., Strodl E & Sun J. (2015) về biểu đo lường các yếu tố gây ra áp lực của sinh viên để xây dựng bảng hỏi điều tra. Bảng hỏi được thiết kế bao gồm 3 phần: Thông tin cá nhân, Các yếu tố gây ra áp lực, Tổng thể áp lực mà sinh viên cảm nhận.

Biểu đo lường bao gồm 36 biến quan sát thuộc 6 nhân tố chính được mã hóa tương ứng với từng nhân tố như Bảng 2. Các thang đo để đánh giá các biến quan sát đều ở dạng thang đo likert 5 mức độ, với quy ước mức 1 = rất không đồng ý và tăng dần đến mức 5 = rất đồng ý.

Bảng 2. Diễn giải các biến quan sát trong mô hình nghiên cứu

Yếu tố gây áp lực	Tên biến quan sát	Nội dung	Thang đo	Nguồn tham khảo
Áp lực gia đình (Family)	Fa1	Kỳ vọng của bố mẹ vào thành tích học tập của bạn quá cao	Likert 1-5	Lihong & Meijinrong (2002) WangHongQiao (2007), Deb S., Strodl E & Sun J. (2015)
	Fa2	Gia đình không có vị trí xã hội	Likert 1-5	
	Fa3	Cảm thấy khó trao đổi với người thân (bố mẹ) về các giá trị, quan điểm về cuộc sống	Likert 1-5	
	Fa4	Quan điểm về chọn lựa nghề nghiệp tương lai phát sinh xung đột với bố mẹ	Likert 1-5	
	Fa5	Cảm thấy phiền não vì không thể san sẻ gánh nặng gia đình với bố mẹ	Likert 1-5	
	Fa6	Cảm thấy cô đơn khi xa gia đình, người thân	Likert 1-5	

Áp lực thích ứng môi trường (Adapt)	Ad1	Không thích ứng với phương thức học ở cao đẳng, đại học	Likert 1-5	Lihong & Meijinrong (2002), WangHongQiao (2007)
	Ad2	Cảm thấy thực tế học cao đẳng, đại học quá khác biệt so với suy nghĩ trước khi vào học	Likert 1-5	
	Ad3	Đôi khi cảm thấy không theo kịp sự phát triển của thời đại	Likert 1-5	
	Ad4	Cảm thấy không thể quản lý tốt cuộc sống, và thời gian của bản thân	Likert 1-5	
	Ad5	Cảm thấy sức khỏe không tốt	Likert 1-5	
	Ad6	Khó có thể tìm ra phương thức nghỉ ngơi hợp lý với bản thân	Likert 1-5	
	Ad7	Không thể thích ứng với nhịp sống của thành phố nơi đang học tập	Likert 1-5	
Áp lực kinh tế (Economic)	Eco1	Vì học phí và sinh hoạt phí mà cảm thấy phiền não	Likert 1-5	Lihong & Meijinrong (2002), WangHongQiao (2007)
	Eco2	Cho rằng kinh tế hạn hẹp là nguyên nhân hạn chế phát triển của bản thân	Likert 1-5	
	Eco3	Vì hoàn cảnh kinh tế gia đình mà cảm thấy mất cân bằng trong cuộc sống	Likert 1-5	
	Eco4	Thường xuyên phải đi làm thêm bên ngoài để trang trải cuộc sống	Likert 1-5	
	Eco5	Vì hoàn cảnh gia đình khó khăn mà mỗi khi tiêu tiền đều cảm thấy áy náy	Likert 1-5	
Áp lực quan hệ giao tiếp xã hội (Social)	So1	Quan hệ với bạn cùng phòng hoặc bạn học thường xuyên căng thẳng	Likert 1-5	Lihong & Meijinrong (2002), WangHongQiao (2007)
	So2	Không biết làm thế nào trao đổi, chia sẻ ý kiến với thầy cô	Likert 1-5	
	So3	Cảm thấy khó có thể có bạn tri kỷ	Likert 1-5	
	So4	Luôn để ý xem người khác nghĩ gì về mình	Likert 1-5	
	So5	Không biết làm cách nào giao tiếp với bạn bè khác giới	Likert 1-5	
	So6	Thấy bạn bè xung quanh có người yêu mà cảm thấy áp lực	Likert 1-5	
	So7	Đôi khi quan hệ với bạn thân trở nên xấu đi	Likert 1-5	
	So8	Lo lắng thành tích học tập với sự phát triển tương lai của bản thân có quan hệ không nhiều	Likert 1-5	
Áp lực học tập (Study)	Stu1	Nhiệm vụ học tập nặng nề	Likert 1-5	Lihong & Meijinrong (2002), WangHongQiao (2007)
	Stu2	Lo lắng cuối kỳ thi hết môn kết quả không đạt như mong muốn	Likert 1-5	
	Stu3	Muốn tập trung học tập nhưng học không vào	Likert 1-5	
	Stu4	Cảm thấy khả năng tự học, tự nghiên cứu của bản thân kém	Likert 1-5	
	Stu5	Cảm thấy chuyên ngành bản thân đang học đối với tương lai không giúp ích gì	Likert 1-5	

Áp lực phát triển (Development)	Dev1	Đối với công việc tương lai cảm thấy mơ màng, không có kế hoạch rõ ràng	Likert 1-5	Lihong, Meijinrong (2002), WangHongQiao (2007)
	Dev2	Lo lắng sau khi tốt nghiệp tìm việc khó khăn	Likert 1-5	
	Dev3	Không biết bản thân sau này phù hợp với làm nghề gì	Likert 1-5	
	Dev4	Cảm thấy xã hội hiện nay cạnh tranh quá gay gắt, cơ hội phát triển của bản thân rất khó khăn	Likert 1-5	
	Dev5	Cuộc sống không có mục tiêu, cảm thấy nhàm chán	Likert 1-5	
Tổng thể áp lực	Tongapluc	Bạn cảm thấy cuộc sống hiện tại đang rất áp lực	Likert 1-5	WangHongQiao (2007)

Nguồn: Tổng hợp và đề xuất của tác giả từ tổng quan nghiên cứu, 2020

Phiếu khảo sát được phát trực tiếp và chọn ngẫu nhiên các sinh viên tại các lớp đại học chính qui của HVNH năm 2020. Số lượng phiếu thu về được là 450 phiếu, sau khi lọc bỏ các phiếu điền không đầy đủ, phiếu điền giống nhau ở tất cả các biến quan sát, còn lại 432 phiếu được đưa vào phân tích.

3. Kết quả nghiên cứu

3.1. Thống kê mô tả mẫu

Với số phiếu thu được, mẫu quan sát gồm có 75,7% là nữ, 24,3% là nam- tương ứng với đặc thù sinh viên trường kinh tế sinh viên nữ nhiều hơn nam; Sinh viên năm 1 chiếm 25%, năm 2 chiếm 20,8%, năm 3 chiếm 16,4% và năm 4 chiếm 37,7% (Bảng 3).

3.2. Kiểm nghiệm độ tin cậy thang đo Cronbach's Alpha

Số liệu được đưa vào phần mềm SPSS 23, kiểm nghiệm độ tin cậy thang đo cho từng nhân tố được tiến hành, sau khi chọn lọc ra các biến quan sát không thỏa mãn điều kiện Hệ số tương quan biến tổng Corrected Item- Total Correclation > 0,3 và hệ số Cronbach's Alpha $\geq$ 0,6 (Hoàng Trọng & Chu Nguyễn Mộng Ngọc, 2008) bao gồm 5

Bảng 3. Thống kê mô tả mẫu nghiên cứu

Biến		Số lượng SV	Tỷ lệ (%)	% tích lũy
Giới tính	Nữ	327	75,7	75,7
	Nam	105	24,3	100,0
	Tổng	432	100,0	
Sinh viên năm thứ	1	108	25,0	25,0
	2	90	20,8	45,8
	3	71	16,4	62,3
	4	163	37,7	100,0
	Tổng	432	100,0	

Nguồn: Kết quả xử lý dữ liệu từ SPSS 23

biến: Fa6, 1, 2; So2; Stu5 ta còn lại 31 biến quan sát, đồng thời thang đo Áp lực gia đình với hệ số Cronbach's Alpha là 0,585 (xấp xỉ 0,6) tạm thời chấp nhận được để tiến hành các phân tích tiếp theo, kết quả thể hiện ở Bảng 4.

3.3. Phân tích nhân tố EFA

Sau khi phân tích thang đo các nhân tố, 31 biến quan sát thuộc 6 nhân tố được đưa vào kiểm định KMO và Bartlett's Test và phân tích nhân tố EFA.

Theo kết quả phân tích ở Bảng 5 ta có: $0,5 \leq KMO = 0,865 \leq 1$ thì phân tích nhân tố

Bảng 4. Kết quả kiểm định độ tin cậy các thang đo

Chỉ tiêu	Biến quan sát	Hệ số tương quan biến tổng	Hệ số Cronbach's Alpha sau khi loại bỏ biến quan sát	Hệ số Cronbach's Alpha
Áp lực gia đình (Family)	Fa3	,405	,470	,585
	Fa4	,484	,339	
	Fa5	,303	,622	
Áp lực thích ứng môi trường (Adapt)	Ad1	,418	,741	,759
	Ad2	,387	,750	
	Ad3	,560	,711	
	Ad4	,442	,737	
	Ad5	,466	,731	
	Ad6	,544	,715	
	Ad7	,528	,718	
Áp lực kinh tế (Economic)	Eco1	,610	,814	,838
	Eco2	,659	,800	
	Eco3	,713	,785	
	Eco4	,587	,819	
	Eco5	,636	,806	
Áp lực quan hệ giao tiếp xã hội (Social)	So1	,429	,712	,737
	So3	,473	,701	
	So4	,543	,685	
	So5	,486	,698	
	So6	,397	,720	
	So7	,511	,693	
	So8	,328	,735	
Áp lực học tập (Study)	Stu1	,499	,769	,781
	Stu2	,615	,713	
	Stu3	,671	,680	
	Stu4	,563	,739	
Áp lực phát triển (Development)	Dev1	,696	,809	,849
	Dev2	,717	,803	
	Dev3	,722	,802	
	Dev4	,631	,826	
	Dev5	,542	,851	

Nguồn: Kết quả xử lý dữ liệu từ SPSS 23

là thích hợp. Kiểm định Bartlett có ý nghĩa thống kê ($\text{Sig} \leq 0,05$) tức các biến quan sát có tương quan với nhau trong tổng thể.

Ở Bảng 6, sau 3 lần chạy EFA với 7 phép xoay, thang đo được chấp nhận khi tổng phương sai trích là $59,849\% \geq 50\%$, hệ số Eigenvalue đại diện cho phần biến thiên được giải thích bởi mỗi nhân tố, hệ số này có giá trị là $1,104 \geq 1$. Đồng thời kết quả phân tích nhân tố (EFA) các biến quan sát không phù hợp (do có hệ số tải nhân tố $< 0,03$) đã bị loại bao gồm: Fa5 và Ad3; còn lại 29 biến quan sát, hội tụ tại 7 nhân tố mới, nhóm tác giả đặt tên tương ứng cho

từng nhân tố bao gồm: Phát triển, Gia đình, Môi trường đại học, Thích ứng, Kinh tế, Xã hội, Học tập (Bảng 6). Hệ số tải nhân tố (Factor Loading) đều $> 0,5$ nên các biến quan sát đều quan trọng trong các nhân tố, chúng có ý nghĩa thiết thực, phù hợp đưa vào phân tích tiếp theo.

3.4. Phân tích hồi qui đa biến

Xuất phát từ giả thuyết ban đầu về những

Bảng 5. Kiểm định KMO

KMO and Bartlett's Test		
Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy.		,865
Bartlett's Test of Sphericity	Approx. Chi-Square	4595,057
	df	406
	Sig.	,000

Nguồn: Kết quả xử lý dữ liệu từ SPSS 23

Bảng 6. Phân tích nhân tố EFA

Rotated Component Matrix ^a								
Nhân tố	Biến quan sát	Component						
		1	2	3	4	5	6	7
Phát triển	dev2	,806						
	dev3	,786						
	dev1	,766						
	dev4	,751						
	dev5	,638						
Kinh tế	eco3		,790					
	eco5		,743					
	eco4		,729					
	eco2		,723					
	eco1		,720					
Xã hội	so7			,681				
	so4			,664				
	so3			,641				
	so1			,612				
	so5			,516				
	so6			,513				

Rotated Component Matrix ^a								
Nhân tố	Biến quan sát	Component						
		1	2	3	4	5	6	7
Học tập	stu2				,776			
	stu3				,710			
	stu4				,624			
	stu1				,581			
	so8				,541			
Thích ứng	ad6					,764		
	ad5					,682		
	ad4					,680		
	ad7					,531		
Môi trường đại học	ad1						,806	
	ad2						,761	
Gia đình	fa3							,811
	fa4							,783
	Eigenvalues	7,314	2,575	2,115	1,553	1,389	1,306	1,104
	Cumulative %	11,382	22,76	32,269	41,204	48,888	54,567	59,849
Extraction Method: Principal Component Analysis. Rotation Method: Varimax with Kaiser Normalization.								
a. Rotation converged in 7 iterations.								

Nguồn: Kết quả xử lý dữ liệu từ SPSS 23

yếu tố gây ra áp lực lên sinh viên và sau khi tiến hành xong phân tích EFA rút trích được 7 nhân tố độc lập mới (Bảng 6), bài viết xây dựng mô hình hồi qui tuyến tính như sau:

$$Y = \beta_0 + \beta_1 X_1 + \beta_2 X_2 + \beta_3 X_3 + \beta_4 X_4 + \beta_5 X_5 + \beta_6 X_6 + \beta_7 X_7 + \varepsilon_i$$

Trong đó:

Y: Biến phụ thuộc Tổng áp lực của sinh viên

$X_1 \rightarrow X_7$: Biến độc lập là Các yếu tố gây ra áp lực của sinh viên

$\beta_0, \beta_1, \beta_2, \beta_3, \beta_4, \beta_5, \beta_6, \beta_7, \varepsilon_i$: Hằng số, hệ số hồi qui và sai số ngẫu nhiên.

Nghiên cứu đưa 7 nhân tố độc lập vào

tiến hành phân tích đánh giá độ phù hợp của mô hình theo R^2 hiệu chỉnh, kiểm định ANOVA và ta có kết quả mô hình hồi qui đa biến tổng thể như Bảng 7.

Từ Bảng 7 kết quả đánh giá mức độ phù hợp của mô hình: Ta có R^2 hiệu chỉnh là 0,39 cho biết các biến độc lập giải thích được 39% sự biến thiên của biến phụ thuộc, còn 61% còn lại được giải thích bởi các biến khác và sai số ngẫu nhiên. Kết quả phân tích ANOVA kiểm định F có ý nghĩa thống kê, do đó mô hình tuyến tính xây dựng được phù hợp với tổng thể. Và phân tích hồi qui tổng thể cho kết quả hệ số VIF < 2 khá tốt, cho thấy không có hiện tượng đa cộng tuyến, kết quả phân tích hồi qui là đáng tin cậy.

4. Thảo luận kết quả nghiên cứu

Kết quả phân tích hồi qui tại Bảng 7 cho thấy với mức ý nghĩa 5% ($Sig < 0,05$) có 3 trong số 7 nhân tố khảo sát là yếu tố ảnh hưởng gây ra áp lực cho sinh viên của HVNH bao gồm: Học tập, Kinh tế và Phát triển có ý nghĩa thống kê, còn 4 nhân tố còn lại gồm: Gia đình, Thích ứng, Môi trường đại học và Xã hội không có ý nghĩa thống kê. Như vậy, có thể thấy với mẫu khảo sát đã thu được, nghiên cứu chưa đủ bằng chứng để chứng minh sinh viên HVNH chịu áp lực bởi yếu tố gia đình, thích ứng, môi trường đại học và xã hội. Đối với mẫu

khảo sát, khi đi sâu tìm hiểu phỏng vấn sâu cho thấy sinh viên HVNH có thể chia sẻ trao đổi tương tác tốt được với người thân do vậy họ không bị kỳ vọng hay yêu cầu của gia đình tạo ra áp lực. Đa số sinh viên đều có khả năng thích ứng bắt nhịp được với xu hướng phát triển của thời đại, thích ứng với môi trường đại học và không bị tác động bởi các nhân tố thuộc về quan hệ giao tiếp xã hội như quan hệ bạn bè, thầy cô. Tuy nhiên, kết quả phân tích đã chỉ ra rằng: những yếu tố về Học tập, Kinh tế và Phát triển là những vấn đề đã khiến cho sinh viên HVNH lo lắng, bị áp lực.

Bảng 7. Đánh giá độ phù hợp của mô hình, kiểm định ANOVA và kết quả hồi qui đa biến

Model Summary							
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate			
1	,632 ^a	,399	,390	,70213			
a, Dependent Variable: Tongapluc							
b, Predictors: (Constant), phattrien, giadinh, moitruongdaihoc, thichung, kinhhte, xahoi, hoctap							
ANOVA							
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig,	
1	Regression	139,028	7	19,861	40,288	,000 ^b	
	Residual	209,025	424	,493			
	Total	348,053	431				
Coefficients ^a							
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig,	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	,480	,184	2,601	,010		
	giadinh	,037	,036	,041	1,039	,300	,891
	thichung	,004	,049	,004	,079	,937	,708
	moitruongdaihoc	,059	,040	,064	1,503	,134	,792
	hoctap	,259	,057	,221	4,583	,000	,610
	xahoi	,078	,055	,065	1,419	,157	,673
	kinhte	,184	,040	,196	4,538	,000	,761
	phattrien	,294	,046	,296	6,429	,000	,668

Nguồn: Kết quả xử lý số liệu từ SPSS 23

Thứ nhất, vấn đề về “phát triển” (bao gồm: Đối với công việc tương lai cảm thấy mơ màng, không có kế hoạch rõ ràng; Lo lắng sau khi tốt nghiệp tìm việc khó khăn; Không biết bản thân sau này phù hợp với làm nghề gì; Cảm thấy xã hội hiện nay cạnh tranh quá gay gắt, cơ hội phát triển của bản thân rất khó khăn; Cuộc sống không có mục tiêu, cảm thấy nhàm chán) là những vấn đề đeo bám và khiến sinh viên của Học viện bị áp lực nhiều nhất (hệ số beta lớn nhất 0,295). Đây cũng là điều dễ hiểu khi thế hệ thanh niên thời kỳ mới đều được đào tạo trong môi trường học tập mở từ nhỏ, được tiếp xúc với thế giới bên ngoài nhiều hơn thế hệ trước, chính vì thế họ cảm nhận được sự thay đổi nhanh chóng của xã hội, có hoài bão lớn, luôn muốn được tự chủ, không phụ thuộc vào người thân, vì thế mà họ càng cảm thấy bị áp lực muốn khẳng định bản thân. Kết quả này cũng khá đồng nhất với một số nghiên cứu như của: Zhu FengJiu (2001), Mei JinRong (2002) đối với sinh viên Trung Quốc, hay nghiên cứu của Reddy và cộng sự (2018) cho thấy sinh viên Ấn Độ bị áp lực do nỗi sợ bị thất bại và sự kém cỏi của bản thân; hoặc nghiên cứu của Busari và cộng sự (2012) khi nghiên cứu tình trạng căng thẳng của thanh thiếu niên Malaysia cũng cho thấy việc họ căng thẳng có thể đến từ sợ thất bại và đánh giá tiêu cực về tương lai.

Tiếp theo, vấn đề về “học tập” (bao gồm: Nhiệm vụ học tập nặng nề; Lo lắng cuối kỳ thi hết môn kết quả không đạt như mong muốn; Muốn tập trung học tập nhưng học không vào; Cảm thấy khả năng tự học, tự nghiên cứu của bản thân kém; Lo lắng thành tích học tập với sự phát triển tương lai của bản thân có quan hệ không nhiều) là yếu tố gây ra áp lực thứ 2 tới sinh viên HVNH (hệ số beta 0,259). Kết luận này tương đồng với những nhận định trong nghiên cứu của

Heins (1984), Abouserie (1994), Vũ Dũng (2015) khi khẳng định học tập chính là một trong những nguồn gây áp lực. Đồng thời cũng là vấn đề mà trong nghiên cứu của Nguyễn Thành Trung (2017) chỉ ra đối với sinh viên Đại học Y tế công cộng gặp phải, đó là nguy cơ có dấu hiệu stress trong sinh viên không hài lòng với ngành y tế công cộng cao hơn gấp 2,6 lần so với nhóm sinh viên hài lòng với ngành học.

Cuối cùng là vấn đề “kinh tế” (bao gồm: Vì học phí và sinh hoạt phí mà cảm thấy phiền não; Cho rằng kinh tế hạn hẹp là nguyên nhân hạn chế phát triển của bản thân; Vì hoàn cảnh kinh tế gia đình mà cảm thấy mất cân bằng trong cuộc sống; Thường xuyên phải đi làm thêm bên ngoài để trang trải cuộc sống; Vì hoàn cảnh gia đình khó khăn mà mỗi khi tiêu tiền đều cảm thấy áy náy) là những yếu tố ảnh hưởng lên tâm lý của sinh viên HVNH (với hệ số beta 0,196). Kết luận này tương đồng với nghiên cứu của Nguyễn Thành Trung (2017) chỉ ra những sinh viên thuộc hai nhóm không đủ chỉ tiêu sinh hoạt có nguy cơ biểu hiện lo âu cao gấp 5 lần so với những sinh viên có tình trạng tài chính đầy đủ; những sinh viên sống trong gia đình có thu nhập bình quân thấp từ 1 triệu đến 1,3 triệu có nguy cơ có biểu hiện lo âu cao gấp 2,5 lần so với những sinh viên trong gia đình có thu nhập bình quân cao trên 2 triệu. Đây cũng là một trong những nguồn gây áp lực cho sinh viên mà Wang HongQiao (2007) đã chỉ ra. Hay trong nghiên cứu của Chernomas và cộng sự (2013) cho thấy các vấn đề trong quản lý tài chính là yếu tố gây ra áp lực cho sinh viên điều dưỡng của Đại học miền Trung Tây Canada.

5. Kết luận và khuyến nghị

Trên cơ sở thực tế tình hình của sinh viên Việt Nam ít nhiều đều phải chịu những áp

lực đến từ nhiều phía trong cuộc sống. Kế thừa những nghiên cứu đã có của các học giả trong và ngoài nước, nghiên cứu này tiến hành tổng hợp, xây dựng mô hình và thực hiện khảo sát hơn 400 sinh viên đang học tập tại HVNH, dựa trên phương pháp phân tích hồi qui tuyến tính đa biến, ứng dụng phần mềm SPSS 23, nghiên cứu đã chọn lọc những yếu tố điển hình để đưa vào phân tích yếu tố ảnh hưởng gây ra áp lực lên sinh viên của HVNH, rút trích được 7 nhân tố mới bao gồm: gia đình, thích ứng, môi trường đại học, học tập, xã hội, kinh tế, phát triển. Cuối cùng với số mẫu, nghiên cứu rút ra có 3 yếu tố có ý nghĩa thống kê, là yếu tố cốt lõi gây ra những áp lực tâm lý đến sinh viên bao gồm: Phát triển, Học tập và Kinh tế.

Với sự thay đổi nhanh chóng của xã hội, của khoa học kỹ thuật và yêu cầu về kỹ năng, năng lực đối với nhân lực có thể thấy sinh viên HVNH có khả năng thích ứng tương đối tốt với sự thay đổi của thời đại, đã có sự tương tác tốt trong giao tiếp với gia đình, thầy cô, bạn bè và người xung quanh nên không bị ảnh hưởng bởi các nhân tố này. Nhưng vấn đề phát triển trong tương lai, định hướng nghề nghiệp, phát triển bản thân, kết quả học tập và những lo lắng thường ngày liên quan đến kinh tế vẫn đang là những vấn đề đeo bám, gây ra áp lực tâm lý lên hầu hết sinh viên của Học viện. Điều này sẽ ảnh hưởng đến chất lượng học tập, chất lượng đầu ra của sinh viên.

Tuy nhiên, những kết luận của nghiên cứu có được mới chỉ dừng lại ở mẫu khảo sát với số lượng hạn chế hơn 400 sinh viên HVNH, điều này có thể đã ảnh hưởng đến kết quả phân tích với chỉ số R^2 hiệu chỉnh là 0,39 các biến độc lập giải thích được 39% sự biến thiên của biến phụ thuộc, còn 61% còn lại được giải thích bởi các biến khác

và sai số ngẫu nhiên. Do đó, trong những nghiên cứu tiếp theo, nhóm tác giả cần mở rộng hơn nữa đối tượng khảo sát để tìm ra các yếu tố khác nữa gây ra áp lực lên sinh viên HVNH. Mặt khác, nghiên cứu này đã dựa trên sự khảo sát lấy mẫu ngẫu nhiên, mà chưa chú ý đến sự khác nhau giữa các nhóm sinh viên đến từ những địa phương khác nhau (từ thành phố lớn và tỉnh lẻ); giữa sinh viên học các chương trình đào tạo khác nhau (chất lượng cao, chương trình liên kết quốc tế và chương trình đào tạo đại học thông thường), hay sự khác biệt về tình trạng học tập của những sinh viên được khảo sát... sẽ ảnh hưởng đến nhận thức của họ khi điền phiếu điều tra. Vì thế nghiên cứu trong tương lai cần đi sâu phân tích sự khác nhau này để có được những khuyến nghị phù hợp cho từng đối tượng.

Trên cơ sở những phân tích trên, với kỳ vọng cải thiện tình trạng stress trong sinh viên, giúp sinh viên có thể giải tỏa bớt các vấn đề đang đè nặng lên tâm lý của họ, giúp họ tự tin hoàn thiện bản thân, cải thiện chất lượng học tập và bớt lo lắng về vấn đề kinh tế, bài viết đề xuất một số kiến nghị sau:

- (1) Thông qua nhiều phương pháp khác nhau hướng dẫn sinh viên tiến hành lên kế hoạch phát triển bản thân, giảm thiểu tâm lý khủng hoảng, mơ màng sau khi nhập học.
- (2) Đối với những cá nhân có nguồn gốc xuất thân khác nhau cần có hướng tiếp cận khác nhau để tìm hiểu áp lực của họ và đưa ra những can thiệp giúp đỡ phù hợp.
- (3) Thiết lập và đưa ra thêm nhiều hơn nữa hạng mục hỗ trợ tài chính khác nhau giúp sinh viên vừa có thể học tập, vừa có thể làm thêm kiếm thu nhập để giải tỏa áp lực kinh tế.
- (4) Nâng cao sự quan tâm đối với sức khỏe tâm lý của sinh viên, nhận thức thích đáng về việc giải trừ áp lực, có thể bố trí môn học liên quan phù hợp, dựa vào trung tâm tư vấn tâm lý giảm nhẹ áp lực tâm lý cho sinh viên.

(5) Tăng cường hơn nữa công tác tư vấn việc làm cho sinh viên năm 3, 4 chuẩn bị ra trường.■

Tài liệu tham khảo

- Abouserie R.(1994). *Sources and Levels of Stress in Relation to Locus of Control and Self-esteem in University. Educational psychology*,1994,14(3):323-330.
- Bộ Y tế (2004), «Điều tra quốc gia về vị thành niên và thanh niên Việt Nam SAVY II».
- Busari, A. O. (2012). *Evaluating the Relationship between Gender, Age, Depression and Academic Performance among Adolescents. Scholarly Journal of Education*, 1(1): 6-12.
- Chernomas, W. M., & Shapiro, C (2013). *Stress, depression, and anxiety among undergraduate nursing students. International journal of nursing education scholarship*, 10(1): 255- 266.
- Deb S., Strodl E & Sun J (2015). *Academic stress, parental pressure, anxiety and mental health among Indian high school students. International Journal of Psychology and Behavioral Sciences.*, 5(1):26-34.
- Heins et al (1984). *Perceived Stress in Medical , Law , and Graduate Students. Journal of Medical Education* , 59 (3): 169 – 179.
- Hoàng Trọng & Chu Nguyễn Mộng Ngọc (2008). *Phân tích dữ liệu nghiên cứu với SPSS [M]. Hà Nội, NXB Hồng Đức.*
- LiHong, MeiJinRong (2002). *Loại hình và đặc điểm của các loại áp lực của sinh viên đại học. Tạp chí Tâm lý học ứng dụng, số 4/2002, Trung Quốc.*
- Nguyễn Hương Thanh (2010). *Báo cáo chuyên đề sức khỏe tâm thần cả vị thành niên và thanh niên Việt Nam. Hà Nội: Tổng Cục Dân Số - KHHGD.*
- Nguyễn Hữu Thu (2009). *Nguyên nhân stress của sinh viên đại học quốc gia Hà Nội. Tạp chí Tâm lý học*, 3(120).
- Nguyễn Thành Trung (2017), “Thực trạng stress, lo âu và trầm cảm và các yếu tố liên quan trong sinh viên cử nhân trường Đại học Y tế công cộng năm 2017 – Khảo sát bằng công cụ DASS 21”, *Luận văn Thạc sĩ kinh tế, Trường Đại học Y tế công cộng.*
- Nguyễn Thị Hiền (2013), “Nghiên cứu một số chỉ số chức năng tim - mạch , tâm - thần kinh của sinh viên Đại học Y Thái Bình”, *Luận án Tiến sĩ Y học, Đại học Y Thái Bình.*
- Nguyễn Thị Huyền (2012), *Thực trạng hiện tượng stress trong đời sống của sinh viên trường ĐH KHXH & NV – ĐHQG HCM, Luận văn thạc sĩ Tâm lý học, Trường Đại học Khoa học xã hội và nhân văn - Đại học Quốc gia Hồ Chí Minh, Thành phố Hồ Chí Minh.*
- Nguyễn Triệu Phong (2011), «Áp lực học tập và một số vấn đề về sức khỏe tâm thần ở sinh viên năm thứ nhất Đại học Y Hà Nội năm 2011», *Kỷ yếu NCKH - Đại học Y Hà Nội 2011.*
- Rawson H E, Bloomer K, Kendall A, (1993), “Stress, anxiety, depression and physical illness in college student”, *The journal of Genetic Psychology*, 1993 (3).
- Reddy et al. (2018). “Academic Stress and its Sources among University Students”, *Biomedical & Pharmacology Journal*, Vol. 11(1), 531-537.
- Renk, T., & Eskola, K. J. (2007). “Prospects of medium tomography using back-to-back hadron correlations”. *Physical Review C*, 75(5), 054910.
- Steinhardt, M., & Dolbier, C. (2008). “Evaluation of a resilience intervention to enhance coping strategies and protective factors and decrease symptomatology”. *Journal of American college health*, 56(4), 445–453.
- Viện Hàn Lâm Khoa học Xã Hội Việt Nam: <https://vass.gov.vn/noidung/nghiencuu/khoahoc/Pages/default.aspx>
- Viện tâm lý học (2012). *Tổng quan tình hình nghiên cứu đạo đức, lối sống của thanh niên*. Truy cập 10/06/2020 từ <http://vientamlyhoc.vass.gov.vn/nghien-cuu/pages/ly-thuyet-va-khai-niem.aspx?ItemID=1007>.
- Võ Hoàng Anh (2010), “Mức độ biểu hiện stress của sinh viên trường ĐHSP- ĐHQĐHN”, *Tuyển tập báo cáo Hội nghị sinh viên nghiên cứu khoa học lần thứ 7 Đại học Đà Nẵng năm 2010.*
- Vũ Dũng (2015), “Thực trạng stress của sinh viên điều dưỡng năm thứ 2, thứ 3 trường Đại học Thăng Long năm 2015 và một số yếu tố liên quan”, *Kỷ yếu công trình khoa học 2015 – phần II, Đại học Thăng Long 2015.*
- WangHongQiao (2007), “Tổng thuật nghiên cứu về nguồn gốc gây ra áp lực của sinh viên đại học và phương thức ứng phó”, *Tạp chí giáo dục lý luận tư tưởng, số 11/2007, Trung Quốc.*
- ZhuFengJiu (2001), “Phân tích áp lực tâm lý của sinh viên đại học thế kỷ 21”, *Tạp chí Học viện Giáo dục Giang Tô (Khoa học Xã hội), số 6/2001, Trung Quốc.*