

BIỆN PHÁP NÂNG CAO MỨC ĐỘ THÍCH ỨNG VỚI HOẠT ĐỘNG HỌC MÔN TÂM LÝ HỌC CỦA SINH VIÊN SƯ PHẠM

TS. Đặng Thị Lan

Trường Đại học ngoại ngữ - Đại học Quốc gia Hà Nội.

TÓM TẮT

Nghiên cứu biện pháp nâng cao mức độ thích ứng với hoạt động học môn Tâm lý học của sinh viên sư phạm, chúng tôi sử dụng phương pháp thực nghiệm tác động sư phạm là chủ yếu. Kết quả thực nghiệm tác động sư phạm cho thấy, mức độ thích ứng với ba hành động học cơ bản môn Tâm lý học của sinh viên nhóm thực nghiệm có sự phát triển do ảnh hưởng của biện pháp tác động. Sự phát triển của mức độ thích ứng với ba hành động học cơ bản môn Tâm lý học của sinh viên nhóm thực nghiệm cao hơn sự phát triển của sinh viên nhóm đối chứng. Điều này cho phép khẳng định: việc hướng dẫn và tổ chức cho sinh viên thực hành một số hành động học cơ bản môn Tâm lý học là biện pháp sư phạm phù hợp và có hiệu quả trong việc nâng cao mức độ thích ứng với hoạt động học môn Tâm lý học của sinh viên sư phạm.

Từ khóa: *Biện pháp nâng cao mức độ thích ứng; hoạt động học môn Tâm lý học; sinh viên.*

Ngày nhận bài: 16/4/2012; Ngày duyệt đăng bài: 25/6/2012

1. Đặt vấn đề

Trong hoạt động học nói chung và hoạt động học môn Tâm lý học nói riêng ở một số trường sư phạm, khó khăn lớn mà sinh viên gặp phải là vốn kiến thức chung và kiến thức chuyên môn cần phải có của bản thân, phương pháp học đòi hỏi ở họ tính tự giác, chủ động và sáng tạo rất cao. Học tập trên lớp sinh viên phải tập trung chú ý quan sát, nghe, suy nghĩ kết hợp lựa chọn nội dung để ghi bài theo phương pháp riêng; biết liên hệ kiến thức mới với kiến thức đã tích lũy và vận dụng vào thực tiễn để hiểu sâu rộng nội dung học tập; có tư duy độc lập và sáng tạo trong học tập; thường xuyên trao đổi với nhau về kiến thức và phương pháp học; tự đọc, tự nghiên cứu giáo trình và tài liệu tham

khảo ở thư viện, trên mạng; tự nêu thắc mắc và đề xuất ý kiến với giảng viên; tự phân phối thời gian học tập hàng ngày, hàng tuần và tự lập kế hoạch học tập ngoài giờ lên lớp... Điều này đặt ra yêu cầu đối với sinh viên là phải làm thế nào để vượt qua những khó khăn, nhanh chóng thích ứng với hoạt động học ở nhà trường đại học.

Với mong muốn giúp sinh viên giải quyết vấn đề trên góp phần nâng cao chất lượng đào tạo, chúng tôi đã nghiên cứu “Biện pháp nâng cao mức độ thích ứng với hoạt động học môn Tâm lý học của sinh viên sư phạm”

2. Một số khái niệm cơ bản

- *Mức độ thích ứng*: Mức độ thích ứng là phạm vi biến đổi cấu trúc đời sống tâm lý cá nhân (nhận thức, thái độ và hành động) đáp ứng với yêu cầu hoạt động mới; bảo đảm cho cá nhân thực hiện hoạt động đó có kết quả.

- *Mức độ thích ứng với hoạt động học môn Tâm lý học của sinh viên sư phạm*: Mức độ thích ứng với hoạt động học môn Tâm lý học của sinh viên sư phạm là phạm vi biến đổi về mặt nhận thức, thái độ và hành động của sinh viên, đáp ứng với yêu cầu, nhiệm vụ, điều kiện, phương tiện của hoạt động học môn Tâm lý học và bảo đảm cho hoạt động học môn Tâm lý học có kết quả.

- *Biện pháp nâng cao mức độ thích ứng với hoạt động học môn Tâm lý học*: Biện pháp nâng cao mức độ thích ứng với hoạt động học môn Tâm lý học là cách thức tổ chức, hướng dẫn và rèn luyện cho sinh viên thực hành có kết quả các hành động học, giúp họ biến đổi về nhận thức, thái độ và hành động đáp ứng với yêu cầu, nhiệm vụ, điều kiện, phương tiện của hoạt động học môn Tâm lý học và bảo đảm tiến hành hoạt động học môn Tâm lý học có kết quả.

3. Phương pháp nghiên cứu

Khi tiến hành nghiên cứu, chúng tôi sử dụng một hệ thống các phương pháp, trong đó phương pháp thực nghiệm tác động sư phạm là phương pháp chủ yếu.

- *Mục đích của thực nghiệm tác động sư phạm*: Đánh giá hiệu quả biện pháp tác động sư phạm trong việc nâng cao mức độ thích ứng với hoạt động học môn Tâm lý học của sinh viên sư phạm, thông qua việc so sánh sự khác biệt mức độ thích ứng với hoạt động học của sinh viên giữa nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng, trước thực nghiệm và sau thực nghiệm.

- *Giả thuyết thực nghiệm tác động sư phạm*: Có thể nâng cao mức độ thích ứng với hoạt động học môn Tâm lý học của sinh viên sư phạm bằng cách hướng dẫn cho sinh viên phương pháp học, cụ thể là hướng dẫn và tổ chức cho họ thực hành có hiệu quả một số hành động học cơ bản môn Tâm lý học.

- *Khách thể của thực nghiệm tác động sư phạm*: Thực nghiệm tác động sư phạm được tiến hành trên khách thể thực nghiệm là 42 sinh viên (trong đó,

20 sinh viên không chuyên Tâm lý học Trường Đại học Sư phạm Hà Nội và 22 sinh viên Trường Đại học Ngoại ngữ, hệ sư phạm). Nhóm đối chứng gồm 43 sinh viên (trong đó, 20 sinh viên không chuyên Tâm lý học Trường Đại học Sư phạm Hà Nội và 23 sinh viên Trường Đại học Ngoại ngữ, hệ sư phạm). Chất lượng của sinh viên nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng tương đối tương đồng nhau.

- Biến độc lập và biến phụ thuộc:

Biến độc lập: Sử dụng biện pháp tác động cơ bản là hướng dẫn và tổ chức cho sinh viên thực hành một số hành động học môn Tâm lý học.

Biến phụ thuộc: Sự biến đổi mức độ thích ứng với hoạt động học môn Tâm lý học của sinh viên sư phạm.

- Nội dung thực nghiệm tác động sư phạm: Trong quá trình tổ chức thực nghiệm tác động sư phạm, chúng tôi giúp sinh viên nhận thức được mục đích, yêu cầu của các hành động học cơ bản môn Tâm lý học, đặc biệt là hành động chuẩn bị nghe giảng bài, hành động nghe và ghi bài giảng, hành động sử dụng giáo trình và tài liệu tham khảo bởi những hành động học này có vai trò trực tiếp quyết định đến việc nâng cao mức độ thích ứng với hoạt động học môn Tâm lý học. Đồng thời, chúng tôi cũng hướng dẫn sinh viên các bước tiến hành và tổ chức cho họ thực hành có kết quả các hành động học đó. *Cụ thể là:*

Hành động chuẩn bị nghe giảng bài:

+ Mục đích: giúp sinh viên phân phối chú ý tốt hơn, tập trung vào các nội dung trọng tâm, không bị gián trải đều cho tất cả các phần khi nghe giảng bài.

+ Yêu cầu: sinh viên phải xác định được mối tương quan giữa kiến thức mới và kiến thức cũ.

+ Các bước tiến hành: xem lại bài đã học để biết mình đã nắm được gì; tìm hiểu trước nội dung bài sắp học; biểu đạt những điều mình chưa hiểu dưới dạng câu hỏi để tập trung chú ý tìm cách giải đáp khi nghe giảng bài.

Hành động nghe và ghi bài giảng:

+ Mục đích: giúp sinh viên tiếp thu và ghi lại những thông tin trong bài giảng.

+ Yêu cầu: trong giờ nghe giảng, sinh viên phải làm việc nhiều, phải nắm phương pháp tư duy để tự học vì giảng viên không giảng toàn bộ bài mà chỉ tập trung vào một số nội dung chính.

+ Các bước tiến hành: loại trừ mọi suy nghĩ không liên quan đến bài giảng; tập trung tư tưởng để nghe giảng; tập trung vào những điểm mà mình đã đánh dấu từ khi chuẩn bị nghe giảng; kết hợp ba khâu nghe, suy nghĩ và ghi;

nắm bắt được cách thức lập luận, chứng minh qua các ví dụ, ghi được những điều giảng viên giảng mà không có trong giáo trình; tăng tốc độ ghi để có thời gian suy nghĩ; sau giờ học phải dành thời gian xem lại bài ngay; chỉnh lý, bổ sung, hoàn thiện vở ghi bằng các thông tin tự đọc được.

Hành động sử dụng giáo trình và tài liệu tham khảo:

+ Mục đích: giúp sinh viên giảm bớt thời gian học lý thuyết, tăng thời gian thực hành ở trên lớp.

+ Yêu cầu và các bước tiến hành: biết lựa chọn giáo trình và tài liệu tham khảo để đọc, lập thư mục giáo trình và tài liệu tham khảo cần đọc. Trong đó, xác định các loại đọc trước hay đọc sau, đọc kỹ hay đọc lướt, đọc toàn bộ hay đọc từng phần; biết cách đọc; biết ghi những thông tin cần thiết; suy nghĩ lại những điều đã đọc, thậm chí đọc lại phần mà mình thấy hứng thú để tái hiện lại nội dung; tóm tắt nội dung tài liệu.

- *Tiến hành thực nghiệm tác động sư phạm:* Phương pháp thực nghiệm tác động sư phạm được tiến hành theo ba bước:

Bước 1: Khảo sát trước thực nghiệm và chuẩn bị tác động sư phạm

Chúng tôi tiến hành khảo sát ở cả nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng để đánh giá mức độ thích ứng với hoạt động học môn Tâm lý học của sinh viên sư phạm. Mức độ thích ứng với hoạt động học môn Tâm lý học của sinh viên sư phạm được đánh giá bằng các tiêu chí và thang điểm sau đây:

+ *Tiêu chí đánh giá mức độ thích ứng với hoạt động học môn Tâm lý học:*

Mức độ thích ứng với hoạt động học môn Tâm lý học của sinh viên được đánh giá dựa vào hai mặt nhận thức và hành động. *Mặt nhận thức* (sinh viên nhận thức về bản chất, nội dung cụ thể, tác dụng của ba hành động học cơ bản môn Tâm lý học), *mặt hành động* (sinh viên thực hành được ba hành động học cơ bản môn Tâm lý học). Cụ thể là:

Hành động chuẩn bị nghe giảng bài:

➢ *Mặt nhận thức:* nhận thức đúng chuẩn bị nghe giảng bài là nhớ lại bài cũ có liên quan đến bài mới và chủ yếu là tìm hiểu trước về bài mới; tác dụng của chuẩn bị nghe giảng bài là giúp sinh viên xác định đúng những điểm cần tập trung chú ý khi nghe giảng bài.

* *Mặt hành động* (thực hành chuẩn bị nghe giảng bài): chuẩn bị đầy đủ các tài liệu học tập cần thiết, tìm ra mối quan hệ giữa kiến thức cũ và kiến thức bài giảng mới; xác định các thành phần kiến thức của bài giảng mới; xác định kiến thức trọng tâm của bài giảng mới; xác định những nội dung khó hiểu hoặc hiểu chưa sâu sắc.

Hành động nghe và ghi bài giảng:

* **Mặt nhận thức:** nhận thức đúng nghe và ghi bài giảng trên lớp là phải nghe và ghi được các nội dung mà bản thân nhận thấy nó có tác dụng làm hiểu bài tốt hơn; nghe và ghi bài giảng tốt sẽ giúp sinh viên có được những kiến thức cơ bản, thiết thực, hệ thống làm cơ sở tiếp tục tự học để mở rộng vốn hiểu biết.

* **Mặt hành động (thực hành nghe và ghi bài giảng):** nghe và ghi đầy đủ những vấn đề quan tâm trước giờ giảng bài; cân nhắc để tìm cách diễn đạt riêng; ghi kịp, đầy đủ và chính xác nội dung bài giảng; chỉnh lý, bổ sung, hoàn thiện bài ghi bằng các thông tin tự nghiên cứu ở giáo trình và tài liệu tham khảo.

Hành động sử dụng giáo trình và tài liệu tham khảo:

* **Mặt nhận thức:** nhận thức đúng việc sử dụng giáo trình và tài liệu tham khảo trong quá trình học tập là hình thức học tập chủ yếu ở đại học để tích lũy tri thức phục vụ việc học tập và nghiên cứu; tác dụng của sử dụng giáo trình và tài liệu tham khảo là giúp người học tự học theo kiểu nghiên cứu.

* **Mặt hành động (thực hành sử dụng giáo trình và tài liệu tham khảo):** đọc đúng trình tự các phần của giáo trình và tài liệu tham khảo; xem lướt toàn bộ giáo trình và tài liệu tham khảo, tìm chọn những nội dung cần thiết để đọc kỹ, đánh dấu và ghi những nội dung cần thiết; nhớ, suy nghĩ và vận dụng những thông tin vừa đọc; thông tin thu được phải được ghi vào các tờ giấy nhỏ rời; phân loại thông tin thu được theo từng lĩnh vực.

+ *Thang điểm đánh giá mức độ thích ứng với hoạt động học môn Tâm lý học:*

Dựa vào những tiêu chí đánh giá đã nêu ở trên, chúng tôi xây dựng thang điểm đánh giá mức độ thích ứng với ba hành động học cơ bản môn Tâm lý học như sau:

Hành động chuẩn bị nghe giảng bài:

Các mặt	Các chỉ số cụ thể	Thang điểm
Nhận thức	Chuẩn bị nghe giảng bài là nhớ lại bài cũ có liên quan và chủ yếu là tìm hiểu trước về bài mới	1
	Tác dụng của chuẩn bị nghe giảng bài là giúp sinh viên xác định đúng những điểm cần tập trung chú ý khi nghe giảng bài	1
Hành động	Chuẩn bị đầy đủ các tài liệu học tập cần thiết	1
	Tìm ra mối quan hệ giữa kiến thức cũ và kiến thức bài giảng mới	1
	Xác định các thành phần kiến thức của bài giảng mới	1

	Xác định các kiến thức trọng tâm của bài giảng mới	2
	Xác định những nội dung khó hiểu hoặc hiểu chưa sâu sắc	3
Tổng số điểm		10

Hành động nghe và ghi bài giảng:

Các mặt	Các chỉ số cụ thể	Thang điểm
Nhân thức	Nghe và ghi bài giảng trên lớp là phải nghe và ghi được các nội dung mà bản thân nhận thấy nó có tác dụng làm hiểu bài tốt hơn	1
	Nghe và ghi bài giảng tốt sẽ giúp sinh viên có được những kiến thức cơ bản, thiết thực, hệ thống làm cơ sở tiếp tục tự học để mở rộng vốn hiểu biết	1
Hành động	Nghe và ghi đầy đủ những vấn đề quan tâm trước giờ giảng bài	2
	Cần nhắc để tìm cách diễn đạt riêng	2
	Ghi kịp, đầy đủ và chính xác nội dung bài giảng	2
	Chính lý, bổ sung, hoàn thiện bài ghi bằng các thông tin tự nghiên cứu ở giáo trình và tài liệu tham khảo	2
Tổng số điểm		10

Hành động sử dụng giáo trình và tài liệu tham khảo:

Các mặt	Các chỉ số cụ thể	Thang điểm
Nhân thức	Sử dụng giáo trình và tài liệu tham khảo trong quá trình học tập là hình thức học tập chủ yếu ở đại học để tích lũy tri thức phục vụ việc học tập và nghiên cứu	1
	Sử dụng giáo trình và tài liệu tham khảo giúp người học tự học theo kiểu nghiên cứu	1
Hành động	Đọc đúng trình tự các phần của giáo trình và tài liệu tham khảo	1
	Xem lướt toàn bộ giáo trình và tài liệu tham khảo, tìm chọn những nội dung cần thiết để đọc kỹ, đánh dấu và ghi những nội dung cần thiết	2
	Nhớ, suy nghĩ và vận dụng những thông tin vừa đọc	2
	Thông tin thu được từ việc đọc phải được ghi vào các tờ giấy nhỏ rời	1,5
	Phân loại thông tin thu được theo từng lĩnh vực	1,5
Tổng số điểm		10

Chúng tôi tính điểm các hành động học môn Tâm lý học (Điểm tối đa cho mỗi hành động học là 10 điểm), sau đó xếp mức độ thích ứng với từng hành động học của sinh viên theo ba mức: *Thích ứng cao* (từ 8,0 đến 10 điểm), *thích ứng trung bình* (từ 5,0 đến cận 8 điểm), *thích ứng thấp* (dưới 5,0 điểm).

Bước 2: Tiến hành thực nghiệm tác động sư phạm

Chúng tôi sử dụng biện pháp tác động sư phạm đã nêu ở trên để tác động vào nhận thức và hành động của sinh viên nhóm thực nghiệm nhằm thu thập những thông tin làm căn cứ đánh giá sự thay đổi về mức độ thích ứng với hoạt động học môn Tâm lý học của nhóm thực nghiệm.

Bước 3: Đo kết quả sau thực nghiệm tác động sư phạm

- *Xu lý và đánh giá kết quả thực nghiệm tác động sư phạm:*

Kết quả thực nghiệm tác động sư phạm được phân tích ở cả mặt định tính và định lượng. Mặt định lượng, chúng tôi dựa vào phương pháp thống kê toán học (như đã trình bày ở trên). Mặt định tính, chúng tôi phân tích, tổng hợp, khái quát kết quả thu được để rút ra những nhận xét về thực trạng mức độ thích ứng với hoạt động học môn Tâm lý học của sinh viên sư phạm; đánh giá tính khách quan, khoa học, chính xác của biện pháp tác động sư phạm.

4. Một vài kết quả nghiên cứu thực tiễn

- *Kết quả trước thực nghiệm:*

Bảng 1: *Mức độ thích ứng và kết quả kiểm định sự khác nhau về mức độ thích ứng với ba hành động học cơ bản môn Tâm lý học của nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng trước thực nghiệm*

TT	Hành động học		Mức độ	Cao	Trung bình	Thấp
1	Chuẩn bị nghe giảng bài	Thực nghiệm		23,80	40,47	35,71
		Đối chứng		23,25	39,53	37,20
		$IP_1 - P_2$		0,55	0,94	1,49
		t.s.d		19,30	22,23	21,81
		Kết quả kiểm định		-	-	-
2	Nghe và ghi bài giảng	Thực nghiệm		14,28	30,95	54,76
		Đối chứng		13,95	30,23	55,81
		$IP_1 - P_2$		0,33	0,72	1,05
		t.s.d		16,14	20,90	22,57
		Kết quả kiểm định		-	-	-

3	Sử dụng giáo trình và tài liệu tham khảo	Thực nghiệm	11,90	23,80	64,28
		Đối chứng	11,62	23,25	65,11
		$ P_1 - P_2 $	0,28	0,55	0,83
		t.sd	14,69	19,30	21,69
		Kết quả kiểm định	-	-	-

Nhận xét: Trước thực nghiệm, mức độ thích ứng với ba hành động học cơ bản môn Tâm lý học ở nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng là tương đương nhau. Kiểm định Rolf. Ludwig về sự khác biệt của mức độ thích ứng này ở nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng là không đáng kể ($|P_1 - P_2| < t.sd$). Kết quả thu được cho phép khẳng định: trước khi tiến hành biện pháp tác động sư phạm, mức độ thích ứng với ba hành động học cơ bản môn Tâm lý học của nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng tương đương.

- Kết quả thực nghiệm:

Khi tiến hành biện pháp tác động sư phạm, mức độ thích ứng với ba hành động học cơ bản môn Tâm lý học của sinh viên nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng có sự thay đổi theo hướng tích cực, nhưng sự thay đổi ở nhóm thực nghiệm cao hơn nhiều so với nhóm đối chứng. Để kiểm tra kết quả thích ứng của hai nhóm, chúng tôi so sánh mức độ thích ứng với ba hành động học của nhóm thực nghiệm, nhóm đối chứng trước và sau thực nghiệm; so sánh mức độ thích ứng với ba hành động học giữa nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng sau thực nghiệm.

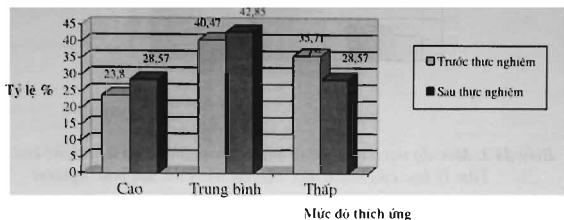
+ Nhóm thực nghiệm trước và sau thực nghiệm

Bảng 2: Mức độ thích ứng với ba hành động học cơ bản môn Tâm lý học của nhóm thực nghiệm trước và sau thực nghiệm

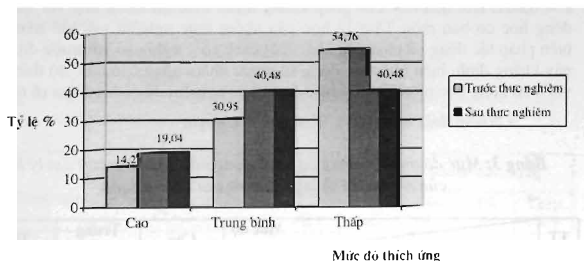
TT	Hành động học	Mức độ			Trước thực nghiệm			Sau thực nghiệm		
		Cao (%)	Trung bình (%)	Thấp (%)	Cao (%)	Trung bình (%)	Thấp (%)	Cao (%)	Trung bình (%)	Thấp (%)
1	Chuẩn bị nghe giảng bài	23,80	40,47	35,71	28,57	42,85	28,57	28,57	42,85	28,57
2	Nghe và ghi bài giảng	14,28	30,95	54,76	19,04	40,48	40,48	19,04	40,48	40,48
3	Sử dụng giáo trình và tài liệu tham khảo	11,90	23,80	64,28	16,67	33,33	50,00	16,67	33,33	50,00

Nhận xét: Sau khi tiến hành biện pháp tác động sự phạm thì tỷ lệ sinh viên ở mức độ thích ứng cao và thích ứng trung bình tăng lên, tỷ lệ sinh viên ở mức độ thích ứng thấp giảm xuống. Xu hướng chung là tăng mức độ thích ứng cao và thích ứng trung bình, giảm mức độ thích ứng thấp ở cả ba hành động học cơ bản môn Tâm lý học.

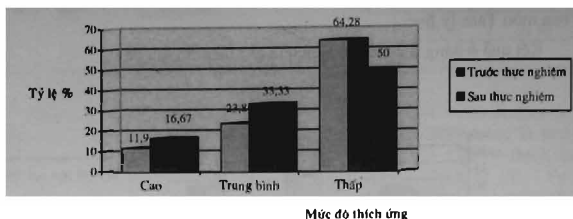
Kết quả ở bảng 2 được thể hiện qua các biểu đồ sau đây:



Biểu đồ 1: Mức độ thích ứng với chuẩn bị nghe giảng bài môn Tâm lý học của nhóm thực nghiệm trước và sau thực nghiệm



Biểu đồ 2: Mức độ thích ứng với nghe và ghi bài giảng môn Tâm lý học của nhóm thực nghiệm trước và sau thực nghiệm



Biểu đồ 3: Mức độ thích ứng với sử dụng giáo trình và tài liệu tham khảo môn Tâm lý học của nhóm thực nghiệm trước và sau thực nghiệm

Kiểm định T - test để so sánh kết quả trước và sau thực nghiệm ở nhóm thực nghiệm cho thấy: mức độ thích ứng với ba hành động cơ bản môn Tâm lý học ở nhóm thực nghiệm sau thực nghiệm tăng cao hơn so với trước thực nghiệm. Cụ thể là: Chuẩn bị nghe giảng bài với giá trị $t = 5,894$ và mức ý nghĩa $P = 0,000$. Nghe và ghi bài giảng với giá trị $t = 4,316$ và mức ý nghĩa $P = 0,000$. Sử dụng giáo trình và tài liệu tham khảo với giá trị $t = 3,126$ và mức ý nghĩa $P = 0,001$. Kết quả này cho phép khẳng định: mức độ thích ứng với ba hành động học cơ bản môn Tâm lý học của nhóm thực nghiệm sau khi tiến hành biện pháp tác động sư phạm đã khác một cách có ý nghĩa so với trước đó. Điều này khẳng định, biện pháp tác động sư phạm nhằm nâng cao mức độ thích ứng với hoạt động học môn Tâm lý học được thực nghiệm đã có hiệu quả rõ rệt.

+ Nhóm đối chứng trước và sau thực nghiệm

Bảng 3: Mức độ thích ứng với ba hành động học cơ bản môn Tâm lý học của nhóm đối chứng trước và sau thực nghiệm

TT	Hành động học		Mức độ	Cao	Trung bình	Thấp
I	Chuẩn bị nghe giảng bài	Đối chứng (trước thực nghiệm)		23,25	39,53	37,20
		Đối chứng (sau thực nghiệm)		25,58	39,53	34,88

		$IP_1 - P_2I$	2,33	0	2,32
		t.sd	19,57	22,17	21,82
		Kết quả kiểm định	-	-	-
		Đối chứng (trước thực nghiệm)	13,95	30,23	55,81
		Đối chứng (sau thực nghiệm)	13,95	32,55	53,48
2	Nghe và ghi bài giảng	$IP_1 - P_2I$	0	2,32	2,33
		t.sd	16,03	21,08	22,48
		Kết quả kiểm định			-
		Đối chứng (trước thực nghiệm)	11,62	23,25	65,11
		Đối chứng (sau thực nghiệm)	13,95	25,58	60,46
3	Sử dụng giáo trình và tài liệu tham khảo	$IP_1 - P_2I$	2,33	2,33	4,65
		t.sd	15,20	19,57	21,82
		Kết quả kiểm định	-	-	
		Đối chứng (trước thực nghiệm)	11,62	23,25	65,11
		Đối chứng (sau thực nghiệm)	13,95	25,58	60,46

Nhận xét: Mức độ thích ứng với ba hành động học cơ bản môn Tâm lý học của nhóm đối chứng trước và sau thực nghiệm có thay đổi nhưng không đáng kể. Kiểm định Rolf. Ludwig về sự khác biệt của mức độ thích ứng này ở nhóm đối chứng trước và sau thực nghiệm là không có ý nghĩa ($IP_1 - P_2I < t.sd$). Có thể nói, nếu không tiến hành biện pháp tác động sư phạm đúng đắn, kịp thời và có hiệu quả thì mức độ thích ứng với một số hành động học cơ bản môn Tâm lý học diễn ra rất ít và hết sức chậm.

+ *Nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng sau thực nghiệm*

Bảng 4: *Mức độ thích ứng với ba hành động học cơ bản môn Tâm lý học của nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng sau thực nghiệm*

TT	Hành động học	Mức độ		Nhóm thực nghiệm			Nhóm đối chứng		
				Cao (%)	TB (%)	Thấp (%)	Cao (%)	TB (%)	Thấp (%)
1	Chuẩn bị nghe giảng bài			28,57	42,85	28,57	25,58	39,53	34,88
2	Nghe và ghi bài giảng			19,04	40,48	40,48	13,95	32,55	53,48
3	Sử dụng giáo trình và tài liệu tham khảo			16,67	33,33	50,00	13,95	25,58	60,46

Nhận xét: Mức độ thích ứng với ba hành động học cơ bản môn Tâm lý học của nhóm thực nghiệm đã thay đổi nhiều so với nhóm đối chứng. Số sinh viên của nhóm thực nghiệm đạt mức độ thích ứng cao và thích ứng trung bình ở cả ba hành động học đều có tỷ lệ cao hơn so với nhóm đối chứng, ngược lại, mức độ thích ứng thấp của nhóm thực nghiệm ở cả ba hành động học đều có tỷ lệ thấp hơn so với nhóm đối chứng. Kiểm định T - test cho thấy: mức độ thích ứng với ba hành động học cơ bản môn Tâm lý học ở nhóm thực nghiệm cao hơn rõ rệt so với nhóm đối chứng. Cụ thể là: *Chuẩn bị nghe giảng bài* với giá trị $t = 3,019$ và mức ý nghĩa $P = 0,001$. *Nghe và ghi bài giảng* với giá trị $t = 2,601$ và mức ý nghĩa $P = 0,000$. *Sử dụng giáo trình và tài liệu tham khảo* với giá trị $t = 3,159$ và mức ý nghĩa $P = 0,011$. Kết quả này cho phép xác định sự khác nhau có ý nghĩa giữa mức độ thích ứng của nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng sau thực nghiệm. Điều này khẳng định, việc tổ chức biện pháp tác động sự phạm ở nhóm thực nghiệm là hợp lý và có tác dụng nâng cao mức độ thích ứng với hoạt động học môn Tâm lý học của sinh viên được thực nghiệm.

Để đánh giá sự phát triển của mức độ thích ứng với ba hành động học cơ bản môn Tâm lý học, chúng tôi xác định hiệu số phát triển của mỗi hành động học ở nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng bằng cách dựa vào tần suất ở ba mức độ thích ứng trước, sau thực nghiệm.

Bảng 5: Kết quả trước và sau thực nghiệm về mức độ thích ứng với ba hành động học cơ bản môn Tâm lý học ở nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng

Mức độ thích ứng với từng hành động học		Nhóm thực nghiệm			Nhóm đối chứng		
		Trước thực nghiệm	Sau thực nghiệm	Hiệu số phát triển	Trước thực nghiệm	Sau thực nghiệm	Hiệu số phát triển
Chuẩn bị nghe giảng bài	Cao	23,80	28,57	+ 4,77	23,25	25,58	+ 2,33
	Trung bình	40,47	42,85	+ 2,38	39,53	39,53	0
	Thấp	35,71	28,57	- 7,14	37,20	34,88	- 2,32
Nghe và ghi bài giảng	Cao	14,28	19,04	+ 4,76	13,95	13,95	0
	Trung bình	30,95	40,48	+ 9,53	30,23	32,55	+ 2,32
	Thấp	54,76	40,48	- 14,28	55,81	53,48	- 1,62
Sử dụng giáo trình và tài liệu tham khảo	Cao	11,90	16,67	+ 4,77	11,62	13,95	+ 2,33
	Trung bình	23,80	33,33	+ 9,53	23,25	25,58	+ 2,33
	Thấp	64,28	50,00	- 14,28	65,11	60,46	- 4,65

Nhận xét: ở nhóm thực nghiệm mức độ thích ứng với ba hành động học cơ bản môn Tâm lý học có hiệu số phát triển cao hơn nhiều so với nhóm đối chứng. Kết quả này đã khẳng định sự phát triển vượt trội về mức độ thích ứng ở nhóm thực nghiệm.

5. Kết luận và ý kiến đề xuất

Kết quả thực nghiệm tác động sư phạm cho thấy, mức độ thích ứng với ba hành động học cơ bản môn Tâm lý học của sinh viên nhóm thực nghiệm có sự phát triển do ảnh hưởng của biện pháp tác động. Sự phát triển của mức độ thích ứng với ba hành động học cơ bản của sinh viên nhóm thực nghiệm cao hơn sự phát triển của sinh viên nhóm đối chứng. Điều này cho phép khẳng định: *việc hướng dẫn và tổ chức cho sinh viên thực hành một số hành động học cơ bản môn Tâm lý học là biện pháp sư phạm chính xác, phù hợp, đúng đắn và có hiệu quả trong việc nâng cao mức độ thích ứng với hoạt động học môn Tâm lý học của sinh viên sư phạm.* Biện pháp này không chỉ áp dụng trong việc nâng cao mức độ thích ứng với hoạt động học môn Tâm lý học của sinh viên sư phạm, mà còn có thể áp dụng trong việc nâng cao mức độ thích ứng với hoạt động học các môn học bằng tiếng Việt của sinh viên các trường đại học, góp phần nâng cao chất lượng đào tạo.

Từ những kết quả nghiên cứu trên, chúng tôi đề xuất một số ý kiến để giúp sinh viên sư phạm nâng cao mức độ thích ứng với hoạt động học môn Tâm lý học:

- Nhà trường phối hợp chặt chẽ với các khoa, các bộ môn trực thuộc và Đoàn thanh niên... tổ chức, hướng dẫn cho sinh viên nắm vững và vận dụng phù hợp phương pháp học ở đại học.

- Giảng viên thường xuyên đổi mới phương pháp giảng dạy giúp sinh viên tiếp thu kiến thức và rèn luyện các hành động học phù hợp.

- Sinh viên tích cực rèn luyện các hành động học cơ bản.

Nhóm biện pháp này cần phải được tiến hành trong sự phối hợp đồng bộ giữa giảng viên, sinh viên, các khoa và nhà trường.

Tài liệu tham khảo

1. Đặng Thành Hưng, *Hệ thống kỹ năng học tập hiện đại*, Tạp chí Giáo dục, Số 48, 2004.
2. Lê Ngọc Lan, *Sự thích ứng với hoạt động học tập của sinh viên*, Tạp chí Tâm lý học, Viện Tâm lý học, Số 3, 2002.
3. Retzke R (chủ biên), *Học tập hợp lý*, NXB Đại học và Trung học chuyên nghiệp, Hà Nội, 1973.
4. Trần Trọng Thủy, *Một số vấn đề tâm lý học đại học*, Vụ các trường Đại học và Trung học chuyên nghiệp, 1993.