

# CÁC YẾU TỐ ẢNH HƯỞNG ĐẾN CẢM XÚC TÍCH CỰC CỦA SINH VIÊN TRONG GIỜ HỌC: NGHIÊN CỨU TRƯỜNG HỢP TẠI TRƯỜNG ĐẠI HỌC GIAO THÔNG VẬN TẢI THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

Đặng Thị Bích Hoài<sup>1,\*</sup>, Vương Nguyên Hoàng<sup>1</sup>

## TÓM TẮT

Nghiên cứu nhằm xác định và đo lường mức độ ảnh hưởng của các yếu tố đến cảm xúc tích cực của sinh viên trong giờ học, qua đó đề xuất các hàm ý quản trị nhằm nâng cao hiệu quả đào tạo. Dữ liệu được thu thập từ khảo sát 492 sinh viên Trường Đại học Giao thông Vận tải Thành phố Hồ Chí Minh và được phân tích bằng phương pháp hồi quy tuyến tính bội. Kết quả cho thấy năm yếu tố có tác động cùng chiều đến cảm xúc của sinh viên trong giờ học, với mức độ ảnh hưởng giảm dần lần lượt là cảm xúc của giảng viên, cơ sở vật chất và môi trường nhà trường, nội dung giảng dạy, công tác tổ chức giảng dạy và các yếu tố thuộc về bản thân sinh viên. Trên cơ sở kết quả nghiên cứu, nhóm tác giả đề xuất mô hình “Lớp học Hạnh phúc” dựa trên triết lý giáo dục khai phóng như một giải pháp tổng thể nhằm cải thiện trải nghiệm học tập và nâng cao chất lượng đào tạo trong giáo dục đại học

**Từ khóa:** Cảm xúc sinh viên, lớp học hạnh phúc, tâm lý giáo dục, giáo dục đại học

**Ngày nhận bài:** 15/01/2026; **Ngày phản biện:** 25/01/2026; **Ngày duyệt đăng:** 20/03/2026

## ABSTRACT

This study aims to identify and measure the effects of various factors on students' positive emotions in the classroom, thereby proposing managerial implications to enhance training effectiveness. Data were collected from a survey of 492 students at Ho Chi Minh City University of Transport and analyzed using multiple linear regression. The results indicate that five factors have positive effects on students' emotions during class, with decreasing levels of influence as follows: lecturers' emotions, facilities and institutional environment, lecture content, teaching organization, and students' personal factors. Based on these findings, the study proposes the “Happy Classroom” model grounded in the philosophy of liberal education as a comprehensive approach to improving students' learning experiences and the quality of higher education.

**Keywords:** Student emotions, happy class, educational psychology, higher education

\***Email:** hoai.dang@ut.edu.vn

### 1. Đặt vấn đề

Trong bối cảnh giáo dục hiện đại, đặc biệt là giáo dục đại học, hiệu quả của quá trình đào tạo không chỉ được đánh giá thông qua việc truyền đạt và tiếp thu kiến thức chuyên môn mà còn chịu ảnh hưởng đáng kể từ trạng thái tâm lý và cảm xúc của người học. Nhiều nghiên cứu thực nghiệm đã chỉ ra rằng mức độ hài lòng và cảm nhận hạnh phúc của sinh viên có mối liên hệ chặt chẽ với kết quả học tập, mức độ gắn kết học tập cũng như hiệu quả của hoạt động giảng dạy trong nhà trường (Tabbodi và cộng sự, 2015). Đối với thế hệ sinh viên Gen Z, lực lượng lao động chủ đạo trong tương lai gần, những người được đặc trưng bởi tính năng động, khả năng tự chủ cao nhưng

đồng thời cũng dễ chịu tác động bởi các áp lực về sức khỏe tinh thần, việc kiến tạo một môi trường học tập tích cực và hỗ trợ về mặt cảm xúc ngày càng trở nên cấp thiết.

Mặc dù hạnh phúc được xem là một mục tiêu quan trọng của giáo dục, việc đo lường chính xác khái niệm này vẫn đặt ra nhiều thách thức do tính chất đa chiều, phức tạp và thiếu các chỉ số đo lường mang tính tuyệt đối (Dodge và cộng sự, 2012). Bên cạnh đó, mức độ hạnh phúc tổng thể của sinh viên thường chịu ảnh hưởng bởi nhiều yếu tố bên ngoài môi trường học tập, như điều kiện tài chính, các mối quan hệ xã hội hay định hướng nghề nghiệp cá nhân (Wgunasekara & Jayasekara, 2021). Tuy nhiên,

<sup>1</sup>Trường Đại học Giao thông vận tải TP. Hồ Chí Minh

trong phạm vi hẹp hơn là không gian lớp học, cảm xúc của sinh viên lại chịu tác động trực tiếp và mạnh mẽ từ các yếu tố thuộc môi trường sư phạm, những yếu tố mà giảng viên và nhà trường có thể chủ động điều chỉnh và cải thiện thông qua các chính sách và hoạt động quản lý đào tạo.

Tại Việt Nam, những năm gần đây ghi nhận sự gia tăng đáng kể các nghiên cứu quan tâm đến khía cạnh tâm lý học đường và sức khỏe tinh thần của sinh viên. Các công trình nghiên cứu tại Trường Đại học Lạc Hồng (Đỗ, 2021), Trường Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh (Mai, 2013) hay Trường Đại học Huế (Nguyễn & Phan, 2023) đã cung cấp những bằng chứng thực nghiệm quan trọng liên quan đến trí tuệ cảm xúc và trạng thái tâm lý của người học trong bối cảnh giáo dục đại học. Tuy nhiên, các nghiên cứu chuyên sâu tập trung vào việc xác định và lượng hóa các yếu tố cụ thể ảnh hưởng đến cảm xúc tích cực của sinh viên ngay trong giờ học, đặc biệt tại các trường đại học khối kỹ thuật nơi chương trình đào tạo thường có cường độ cao và áp lực học tập lớn, vẫn còn tương đối hạn chế.

Xuất phát từ thực tiễn đào tạo tại Trường Đại học Giao thông Vận tải Thành phố Hồ Chí Minh, nhóm tác giả nhận thấy sự cần thiết phải làm rõ các yếu tố tác động đến trạng thái cảm xúc của sinh viên trong bối cảnh lớp học cụ thể. Trên cơ sở đó, nghiên cứu này được thực hiện nhằm lượng hóa mức độ ảnh hưởng của các yếu tố bao gồm cảm xúc của giảng viên, cơ sở vật chất và môi trường nhà trường, nội dung giảng dạy cũng như công tác tổ chức giảng dạy đối với cảm xúc tích cực của sinh viên trong giờ học.

Kết quả nghiên cứu không chỉ góp phần bổ sung bằng chứng thực nghiệm về mối quan hệ giữa môi trường sư phạm và cảm xúc của người học trong bối cảnh giáo dục đại học tại Việt Nam, mà còn tạo cơ sở thực tiễn cho việc đề xuất mô hình “Lớp học Hạnh phúc”. Đây là cách tiếp cận lấy sinh viên làm trung tâm, hướng tới việc gia tăng sự hứng thú, nâng cao mức độ hài lòng và động lực học tập, qua đó hỗ trợ sinh viên phát triển toàn diện cả về tri thức lẫn kỹ năng nghề nghiệp.

### 2. Cơ sở lý thuyết

Nhằm xây dựng khung phân tích cho nghiên cứu, phần này tập trung làm rõ khái niệm và bản chất của cảm xúc trong môi trường giáo dục, phân tích vai trò của cảm xúc đối với kết quả học tập của sinh viên, đồng thời trình bày các lý thuyết nền tảng làm cơ sở

giải thích mối quan hệ giữa môi trường học tập và cảm xúc của người học trong bối cảnh giáo dục đại học.

#### 2.1. Khái niệm và bản chất của cảm xúc trong giáo dục

Cảm xúc không chỉ là những phản ứng tức thời mang tính ngẫu nhiên, mà là một hiện tượng tâm lý đa chiều và phức tạp. Các nghiên cứu trong lĩnh vực tâm lý học và khoa học thần kinh cho thấy cảm xúc được hình thành từ sự kết hợp giữa trải nghiệm chủ quan của cá nhân, các quá trình nhận thức, hành vi biểu cảm và những phản ứng sinh học phát sinh khi con người tương tác với các sự kiện hoặc môi trường xung quanh. Do đó, cảm xúc vừa mang tính cá nhân, vừa chịu ảnh hưởng mạnh mẽ từ bối cảnh xã hội và môi trường mà cá nhân đang tham gia.

Trong môi trường giáo dục, cảm xúc của người học thường được phân chia thành hai nhóm cơ bản là cảm xúc tích cực và cảm xúc tiêu cực, với những tác động trái ngược đến quá trình học tập. Các cảm xúc tích cực, như sự hứng thú, niềm vui, sự tự hào hay cảm giác được ghi nhận, đóng vai trò như chất xúc tác thúc đẩy động lực học tập, gia tăng khả năng tư duy sáng tạo và hỗ trợ quá trình giải quyết vấn đề. Ngược lại, các cảm xúc tiêu cực, bao gồm lo lắng, căng thẳng, buồn chán hoặc thất vọng, có thể tạo ra những rào cản tâm lý, làm suy giảm khả năng tập trung, giảm mức độ gắn kết học tập và trong những trường hợp nghiêm trọng còn dẫn đến xu hướng né tránh học tập hoặc bỏ học, ảnh hưởng tiêu cực đến sức khỏe tinh thần của sinh viên.

#### 2.2. Vai trò của cảm xúc đối với kết quả học tập

Mối quan hệ giữa cảm xúc và hiệu quả học tập đã được nhiều nghiên cứu khẳng định trong lĩnh vực tâm lý học giáo dục. Cảm xúc được xem là yếu tố trung tâm chi phối sự chú ý, duy trì động lực học tập và hỗ trợ quá trình xử lý, lưu giữ thông tin của người học. Khi sinh viên trải nghiệm những cảm xúc tích cực trong quá trình học tập, họ có xu hướng tham gia tích cực hơn vào các hoạt động học thuật, duy trì sự tập trung cao độ và sẵn sàng đầu tư nỗ lực để đạt được mục tiêu học tập.

Pekrun và cộng sự (2017) nhấn mạnh rằng cảm xúc ảnh hưởng trực tiếp đến việc lựa chọn và vận dụng các chiến lược học tập của sinh viên. Cụ thể, sinh viên có trạng thái cảm xúc tích cực thường ưu tiên các chiến lược học tập theo chiều sâu, chủ động tìm tòi, phân tích và liên kết kiến thức mới với tri

thức đã có. Ngược lại, khi sinh viên trải qua các cảm xúc tiêu cực, họ có xu hướng áp dụng các chiến lược học tập bề mặt, học đối phó hoặc thậm chí né tránh các nhiệm vụ học tập, từ đó làm suy giảm chất lượng và kết quả học tập.

**2.3. Các lý thuyết nền tảng cho mô hình nghiên cứu**

Để giải thích cơ chế tác động của các yếu tố môi trường học tập đến cảm xúc của sinh viên, nghiên cứu này dựa trên hai nền tảng lý thuyết chính là Lý thuyết Kiểm soát - Giá trị và lý thuyết Trí tuệ cảm xúc.

Lý thuyết Kiểm soát - Giá trị, được phát triển bởi Pekrun và cộng sự (2017) và tiếp tục được mở rộng bởi Goetz và Bieg (2016), cho rằng cảm xúc trong học tập không hình thành một cách ngẫu nhiên mà là kết quả của quá trình đánh giá nhận thức của người học đối với môi trường học tập. Theo lý thuyết này, sinh viên sẽ nảy sinh cảm xúc tích cực khi họ cảm nhận rằng môi trường lớp học cho phép họ kiểm soát được quá trình học tập và mang lại giá trị thiết thực đối với mục tiêu cá nhân. Các yếu tố như thái độ và cảm xúc của giảng viên, điều kiện cơ sở vật chất, nội dung giảng dạy và cách thức tổ chức lớp học đóng vai trò quan trọng trong việc hình thành những đánh giá này. Đây là cơ sở lý thuyết quan trọng để nghiên cứu đề xuất các biến độc lập liên quan đến môi trường sư phạm trong mô hình nghiên cứu.

Bên cạnh đó, lý thuyết Trí tuệ cảm xúc nhấn mạnh vai trò của khả năng nhận thức, điều chỉnh và biểu đạt cảm xúc của cá nhân trong quá trình học tập. Các nghiên cứu của Sakai (1999) và Keefer và cộng sự (2018) cho thấy năng lực tự nhận thức và quản lý cảm xúc là yếu tố then chốt giúp sinh viên duy trì trạng thái tâm lý tích cực trong giờ học, đồng thời nâng cao chất lượng tương tác giữa giảng viên và người học. Trong bối cảnh giáo dục đại học, khi cả giảng viên và sinh viên đều sở hữu mức độ trí tuệ cảm xúc phù hợp, môi trường lớp học có xu hướng trở nên cởi mở, hỗ trợ và giàu tính tương tác hơn, qua đó biến giờ học thành một trải nghiệm học tập tích cực. Lý thuyết này cung cấp cơ sở khoa học cho việc đưa các yếu tố thuộc về bản thân sinh viên và cảm xúc của giảng viên vào mô hình nghiên cứu.

**3. Mô hình và phương pháp nghiên cứu**

**3.1. Mô hình nghiên cứu đề xuất**

Dựa trên nền tảng của Lý thuyết Kiểm soát - Giá trị và kế thừa các nghiên cứu trước đây về môi

trường giáo dục và cảm xúc trong học tập, nhóm tác giả đề xuất mô hình nghiên cứu nhằm đo lường mức độ ảnh hưởng của năm nhóm nhân tố đến cảm xúc của sinh viên trong giờ học. Trong mô hình này, cảm xúc của sinh viên được xem là biến phụ thuộc, phản ánh trạng thái cảm xúc tích cực mà sinh viên trải nghiệm trong quá trình tham gia các hoạt động học tập trên lớp.

Mô hình nghiên cứu đề xuất được minh họa tại Hình 1, thể hiện mối quan hệ trực tiếp giữa năm nhóm nhân tố độc lập, bao gồm cảm xúc của giảng viên, cơ sở vật chất và môi trường nhà trường, nội dung giảng dạy, công tác tổ chức giảng dạy và các yếu tố thuộc về bản thân sinh viên, với cảm xúc của sinh viên trong giờ học. Các mối quan hệ này được giả định là cùng chiều, phù hợp với lập luận của Lý thuyết Kiểm soát - Giá trị cũng như các bằng chứng thực nghiệm trong lĩnh vực tâm lý học giáo dục.

Mối quan hệ giữa các biến trong mô hình được khái quát hóa thông qua phương trình hồi quy tuyến tính đa biến như sau:

$$CX = \beta_0 + \beta_1GV + \beta_2CS + \beta_3ND + \beta_4TC + \beta_5SV + \epsilon \quad (1)$$

Trong đó, CX là biến phụ thuộc đại diện cho cảm xúc của sinh viên trong giờ học;  $\beta_0$  là hằng số;  $\beta_i$  ( $i = 1, \dots, 5$ ) là các hệ số hồi quy phản ánh mức độ và chiều hướng tác động của các biến độc lập; và  $\epsilon$  là sai số ngẫu nhiên của mô hình.

Các biến độc lập trong mô hình bao gồm:

- GV: Cảm xúc của giảng viên
- CS: Cơ sở vật chất và môi trường nhà trường
- ND: Nội dung giảng dạy
- TC: Công tác tổ chức giảng dạy
- SV: Các yếu tố thuộc về bản thân sinh viên.

**3.2. Các giả thuyết nghiên cứu**

Trên cơ sở mô hình nghiên cứu đề xuất tại Hình 1 và các lập luận lý thuyết đã trình bày ở phần cơ sở lý thuyết, nghiên cứu xây dựng năm giả thuyết nhằm kiểm định mối quan hệ giữa các biến độc lập và cảm xúc của sinh viên trong giờ học. Các giả thuyết đều kỳ vọng mang dấu dương, hàm ý rằng sự cải thiện của từng yếu tố sẽ góp phần gia tăng cảm xúc tích cực của sinh viên trong quá trình học tập.

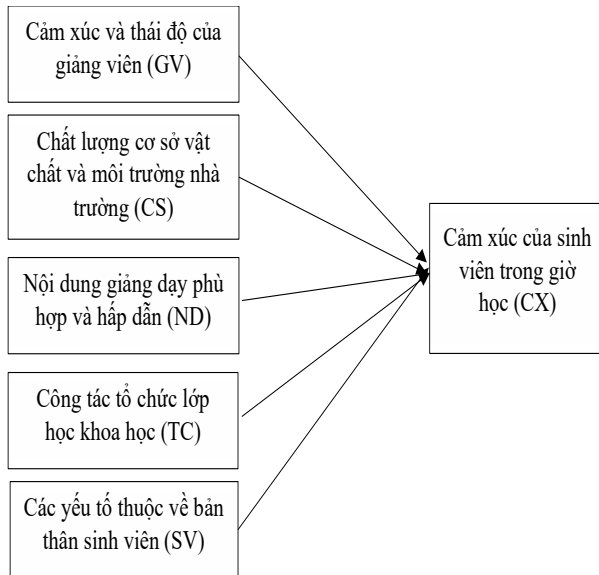
Giả thuyết H1: Cảm xúc và thái độ của giảng viên có tác động tích cực đến cảm xúc của sinh viên trong giờ học.

Giả thuyết H2: Chất lượng cơ sở vật chất và môi trường nhà trường có tác động tích cực đến cảm xúc của sinh viên trong giờ học.

Giả thuyết H3: Nội dung giảng dạy phù hợp và hấp dẫn có tác động tích cực đến cảm xúc của sinh viên trong giờ học.

Giả thuyết H4: Công tác tổ chức lớp học khoa học có tác động tích cực đến cảm xúc của sinh viên trong giờ học.

Giả thuyết H5: Các yếu tố thuộc về bản thân sinh viên, bao gồm sức khỏe, trạng thái tâm lý và mức độ chuẩn bị cho giờ học, có tác động tích cực đến cảm xúc của sinh viên trong giờ học.



Hình 1: Mô hình nghiên cứu đề xuất

Nguồn: Đề xuất của nhóm tác giả (2025)

### 3.3. Phương pháp nghiên cứu

Nghiên cứu được thực hiện theo phương pháp định lượng, sử dụng bảng câu hỏi khảo sát làm công cụ thu thập dữ liệu sơ cấp. Đối tượng khảo sát là sinh viên đang theo học tại Trường Đại học Giao thông Vận tải Thành phố Hồ Chí Minh. Phương pháp lấy mẫu phi xác suất, cụ thể là phương pháp lấy mẫu thuận tiện, được áp dụng nhằm tiếp cận khoảng 500 sinh viên, qua đó bảo đảm quy mô mẫu phù hợp cho các phân tích định lượng tiếp theo và phản ánh tương đối đặc điểm của tổng thể nghiên cứu.

Các biến quan sát trong mô hình được đo lường bằng thang đo Likert 5 mức độ, trong đó mức 1 tương ứng với “Hoàn toàn không đồng ý” và mức 5 tương ứng với “Hoàn toàn đồng ý”. Bộ thang đo gồm 24 biến quan sát, được sử dụng để đo lường năm biến độc lập và một biến phụ thuộc trong mô hình nghiên cứu.

Dữ liệu thu thập được xử lý và phân tích bằng

phần mềm SPSS phiên bản 26.0 thông qua một quy trình sàng lọc và kiểm định theo các bước sau. Trước hết, độ tin cậy của thang đo được đánh giá bằng hệ số Cronbach’s Alpha nhằm loại bỏ các biến quan sát không phù hợp. Thang đo được chấp nhận khi hệ số Cronbach’s Alpha lớn hơn 0,7 và hệ số tương quan biến - tổng lớn hơn 0,3.

Tiếp theo, phân tích nhân tố khám phá được sử dụng để kiểm định giá trị hội tụ và giá trị phân biệt của các thang đo. Kết quả phân tích được xem là phù hợp khi hệ số Kaiser-Meyer-Olkin lớn hơn hoặc bằng 0,5, kiểm định Bartlett có ý nghĩa thống kê với mức ý nghĩa nhỏ hơn 0,05, và tổng phương sai trích đạt từ 50 phần trăm trở lên.

Sau khi các thang đo đáp ứng đầy đủ các yêu cầu về độ tin cậy và giá trị, phân tích hồi quy tuyến tính bội được tiến hành nhằm kiểm định các giả thuyết nghiên cứu từ H1 đến H5, đồng thời xác định mức độ và chiều hướng tác động của từng yếu tố đến cảm xúc của sinh viên trong giờ học. Trong quá trình ước lượng mô hình, các kiểm định về hiện tượng đa cộng tuyến thông qua hệ số phóng đại phương sai và kiểm định tự tương quan cũng được thực hiện nhằm bảo đảm độ tin cậy và tính phù hợp của mô hình hồi quy.

## 4. Kết quả nghiên cứu

### 4.1. Thống kê mô tả mẫu nghiên cứu

Quá trình khảo sát được tiến hành với tổng cộng 550 phiếu được phát ra. Kết quả thu về 505 phiếu, trong đó có 13 phiếu không hợp lệ do thiếu thông tin hoặc lựa chọn nhiều phương án trả lời. Do đó, số lượng phiếu hợp lệ được sử dụng cho các phân tích tiếp theo là 492 phiếu, tương ứng với tỷ lệ phản hồi hợp lệ đạt 89,45 phần trăm. Quy mô mẫu này được xem là phù hợp cho các phân tích định lượng trong nghiên cứu (bảng 1)

**Bảng 1: Thống kê mô tả đặc điểm mẫu nghiên cứu**

Đặc điểm	Phân loại	Tần suất (n)	Tỷ lệ (%)
Giới tính	Nam	171	34,8
	Nữ	321	65,2
Khóa học	K20 và trước đó	108	21,9
	K21	39	7,9
	K22	50	10,2
	K23	295	60,0
Hệ đào tạo	Chương trình chuẩn	421	85,6
	Chất lượng cao	71	14,4
<b>Tổng cộng</b>		<b>492</b>	<b>100,0</b>

*Nguồn: Kết quả khảo sát của nhóm tác giả (2025)*

Bảng 1 trình bày các đặc điểm cơ bản của mẫu nghiên cứu theo giới tính, khóa học và hệ đào tạo. Về giới tính, nữ giới chiếm tỷ lệ cao hơn so với nam giới, phản ánh đặc điểm cơ cấu sinh viên của Nhà trường trong giai đoạn khảo sát. Xét theo khóa học, sinh viên Khóa 23 chiếm tỷ trọng lớn nhất trong mẫu, cho thấy mức độ tham gia khảo sát tích cực của nhóm sinh viên mới nhập học. Các nhóm sinh viên thuộc các khóa trước K20, K21 và K22 chiếm tỷ lệ thấp hơn nhưng vẫn bảo đảm sự đa dạng cần thiết của mẫu nghiên cứu. Về hệ đào tạo, phần lớn sinh viên tham gia khảo sát đang theo học chương trình chuẩn, trong khi sinh viên chương trình chất lượng cao chiếm một tỷ lệ nhỏ hơn.

Nhìn chung, cơ cấu mẫu nghiên cứu phản ánh tương đối đầy đủ đặc điểm của sinh viên Trường Đại học Giao thông Vận tải Thành phố Hồ Chí Minh theo các tiêu chí cơ bản, qua đó bảo đảm tính đại diện và độ tin cậy cho các phân tích và kết luận được rút ra trong nghiên cứu.

#### **4.2. Kiểm định độ tin cậy thang đo và phân tích nhân tố khám phá**

Kết quả kiểm định độ tin cậy thang đo và phân

tích nhân tố khám phá được tổng hợp tại Bảng 2. Trước hết, hệ số Cronbach's Alpha của các nhân tố đều lớn hơn 0,7, cho thấy các thang đo đạt độ tin cậy tốt và có mức độ nhất quán nội tại cao. Đồng thời, hệ số tương quan biến - tổng của các biến quan sát đều lớn hơn 0,3, đáp ứng điều kiện cần để tiếp tục thực hiện phân tích nhân tố khám phá.

**Bảng 2: Kết quả kiểm định độ tin cậy thang đo và phân tích nhân tố khám phá**

Nhân tố	Biến quan sát	Hệ số tải nhân tố	Cronbach's Alpha
CS	CS1	0,863	0,778
	CS2	0,846	
	CS3	0,756	
	CS4	0,746	
	CS5	0,715	
	CS6	0,704	
GV	GV2	0,791	0,783
	GV1	0,772	
	GV3	0,764	
	GV4	0,702	
SV	SV3	0,884	0,878
	SV2	0,780	
	SV1	0,760	
ND	ND1	0,874	0,847
	ND3	0,867	
	ND4	0,848	
	ND2	0,839	
	ND5	0,782	
TC	TC4	0,765	0,812
	TC5	0,748	
	TC6	0,695	
	TC1	0,666	
	TC3	0,617	
	TC2	0,611	

*Ghi chú: Chỉ trình bày các hệ số tải nhân tố lớn hơn 0,5.*

*Nguồn: Kết quả khảo sát và phân tích của nhóm tác giả (2025).*

Kết quả phân tích nhân tố khám phá cho thấy dữ liệu hoàn toàn phù hợp để rút trích các nhân tố tiềm ẩn. Cụ thể, hệ số Kaiser-Meyer-Olkin đạt 0,836 và kiểm định Bartlett có ý nghĩa thống kê với mức ý nghĩa bằng 0,000. Tại ngưỡng giá trị riêng lớn hơn 1, năm nhân tố được trích phù hợp với mô hình nghiên cứu đề xuất, với tổng phương sai trích đạt 66,947 phần trăm. Các hệ số tải nhân tố sau khi xoay Varimax đều lớn hơn 0,5 và không xuất hiện hiện tượng tải chéo đáng kể, do đó không có biến quan sát nào bị loại khỏi mô hình.

#### **4.3. Phân tích hồi quy và Kiểm định giả thuyết**

Trước khi tiến hành phân tích hồi quy, mỗi tương

quan giữa các biến nghiên cứu được kiểm định thông qua hệ số tương quan Pearson. Kết quả cho thấy cả năm biến độc lập đều có mối tương quan tuyến tính cùng chiều và có ý nghĩa thống kê với biến phụ thuộc là cảm xúc của sinh viên trong giờ học, với mức ý nghĩa nhỏ hơn 0,05. Điều này cho thấy các biến độc lập đều đáp ứng điều kiện cần để được đưa vào mô hình hồi quy tuyến tính bội. Kết quả phân tích hồi quy tuyến tính bội được trình bày tại Bảng 3.

**Bảng 3: Kết quả phân tích hồi quy tuyến tính bội**

Biến	$\beta$ chưa chuẩn hóa	Sai số chuẩn	$\beta$ chuẩn hóa	Giá trị t	Sig.	VIF
Const.	-1,017	0,225		-4,514	0,000	
GV	0,182	0,051	0,259	3,604	0,001	1,255
CS	0,296	0,048	0,238	6,178	0,000	1,301
ND	0,235	0,041	0,202	5,689	0,000	1,362
TC	0,182	0,037	0,145	4,893	0,007	1,169
SV	0,131	0,041	0,133	3,204	0,003	1,194

*Nguồn: Kết quả của nhóm tác giả (2025)*

Kết quả ước lượng cho thấy mô hình hồi quy tuyến tính bội có mức độ phù hợp tốt. Hệ số xác định hiệu chỉnh đạt 0,619, cho thấy các biến độc lập trong mô hình giải thích được 61,9 phần trăm sự biến thiên của cảm xúc sinh viên trong giờ học; phần còn lại 38,1 phần trăm được giải thích bởi các yếu tố ngoài mô hình và sai số ngẫu nhiên.

Kiểm định Durbin-Watson cho giá trị 1,622, nằm trong khoảng chấp nhận từ 1,5 đến 2,5, cho thấy mô hình không xuất hiện hiện tượng tự tương quan chuỗi bậc nhất. Đồng thời, kiểm định độ phù hợp của mô hình thông qua phân tích phương sai cho kết quả thống kê F bằng 51,429 với mức ý nghĩa bằng 0,000, khẳng định mô hình hồi quy có ý nghĩa thống kê và phù hợp với tập dữ liệu nghiên cứu.

Bên cạnh đó, hiện tượng đa cộng tuyến không được ghi nhận trong mô hình, khi hệ số phóng đại phương sai của các biến độc lập đều nhỏ hơn 2 và dao động trong khoảng từ 1,169 đến 1,362. Điều này cho thấy các ước lượng hồi quy là đáng tin cậy.

Dựa trên hệ số hồi quy chuẩn hóa, cả năm giả thuyết nghiên cứu đều được chấp nhận với mức ý nghĩa thống kê nhỏ hơn 0,05 và đều có tác động cùng chiều đến cảm xúc của sinh viên trong giờ học. Phương trình hồi quy chuẩn hóa của mô hình được xác định như sau:

$$CX = 0,259GV + 0,238CS + 0,202ND + 0,145TC + 0,133SV \quad (2)$$

Căn cứ vào giá trị hệ số Beta chuẩn hóa, mức độ ảnh hưởng của các yếu tố được sắp xếp theo thứ tự giảm dần như sau. Cảm xúc của giảng viên là yếu tố có tác động mạnh nhất đến cảm xúc của sinh viên trong giờ học, cho thấy vai trò trung tâm của người giảng viên trong việc định hình bầu không khí và trải nghiệm học tập trên lớp. Tiếp theo là yếu tố cơ sở vật chất và môi trường nhà trường, phản ánh tầm quan trọng của không gian và điều kiện học tập đối với trạng thái cảm xúc của người học. Nội dung giảng dạy giữ vị trí thứ ba, cho thấy mức độ hấp dẫn và phù hợp của bài giảng có ảnh hưởng đáng kể đến cảm xúc sinh viên. Công tác tổ chức giảng dạy và các yếu tố thuộc về bản thân sinh viên có mức độ tác động thấp hơn, song vẫn có ý nghĩa thống kê và đóng vai trò hỗ trợ trong việc hình thành cảm xúc tích cực của sinh viên trong giờ học.

**5. Hàm ý quản trị và giải pháp đề xuất**

Trên cơ sở kết quả phân tích định lượng, nghiên cứu đã xác định được mức độ tác động của các yếu tố đến cảm xúc của sinh viên trong giờ học theo thứ tự giảm dần là cảm xúc của giảng viên, cơ sở vật chất và môi trường nhà trường, nội dung giảng dạy, công tác tổ chức giảng dạy và các yếu tố thuộc về bản thân sinh viên. Kết hợp với đặc điểm tâm lý của sinh viên thế hệ Gen Z - nhóm người học đề cao tính cá nhân, khả năng tự chủ nhưng đồng thời cũng dễ chịu tác động tiêu cực từ áp lực học tập và các vấn đề sức khỏe tinh thần - nghiên cứu đề xuất mô hình giải pháp tổng thể mang tên “Lớp học Hạnh phúc”, được xây dựng trên cơ sở tiếp cận lấy sinh viên làm trung tâm và triển khai theo các trụ cột ưu tiên sau.

**5.1. Nâng cao năng lực trí tuệ cảm xúc cho đội ngũ giảng viên**

Kết quả hồi quy cho thấy cảm xúc của giảng viên là yếu tố có tác động mạnh nhất đến cảm xúc của sinh viên trong giờ học, với hệ số tác động chuẩn hóa đạt 0,259. Điều này khẳng định vai trò trung tâm của giảng viên không chỉ trong việc truyền đạt tri thức mà còn trong việc kiến tạo bầu không khí cảm xúc tích cực cho lớp học. Trong bối cảnh giáo dục đại học hiện đại, giảng viên cần được nhìn nhận như người dẫn dắt cảm xúc và tạo động lực học tập cho sinh viên, bên cạnh vai trò chuyên môn truyền thống.

Về mặt quản trị, việc nâng cao năng lực trí tuệ cảm xúc cho đội ngũ giảng viên cần được xem là một

ưu tiên chiến lược. Giảng viên cần được trang bị kỹ năng nhận thức và điều tiết cảm xúc cá nhân, duy trì trạng thái năng lượng tích cực và khả năng lan tỏa cảm hứng trong giờ học. Việc thể hiện sự nhiệt tình, cởi mở và thái độ tích cực của giảng viên có thể tạo ra hiệu ứng tâm lý lan truyền, giúp sinh viên cảm thấy an tâm, được khích lệ và sẵn sàng tham gia vào các hoạt động học tập.

Bên cạnh đó, việc kiến tạo môi trường an toàn tâm lý trong lớp học cũng đóng vai trò quan trọng. Giảng viên cần xây dựng văn hóa tôn trọng, không phán xét và khuyến khích sinh viên bày tỏ quan điểm, tranh luận học thuật một cách cởi mở. Sự đồng cảm, lắng nghe và hỗ trợ của giảng viên đặc biệt có ý nghĩa đối với những sinh viên thiếu tự tin, qua đó giúp giảm bớt tâm lý sợ sai và tăng cường sự tham gia tích cực trong giờ học.

### **5.2. Chuyển đổi không gian học tập sáng tạo**

Với hệ số tác động chuẩn hóa đạt 0,238, cơ sở vật chất và môi trường nhà trường là yếu tố có mức độ ảnh hưởng lớn thứ hai đến cảm xúc của sinh viên. Kết quả này cho thấy môi trường vật lý của lớp học không chỉ đóng vai trò hỗ trợ kỹ thuật cho hoạt động giảng dạy, mà còn ảnh hưởng trực tiếp đến trạng thái tâm lý và trải nghiệm học tập của người học.

Do đó, các giải pháp quản trị cần hướng tới việc chuyển đổi không gian học tập theo hướng vừa bảo đảm các điều kiện vật lý cơ bản, vừa tạo cảm hứng cho sinh viên. Trước hết, cần chuẩn hóa các yếu tố như ánh sáng, nhiệt độ, độ thông thoáng, khả năng cách âm và vệ sinh môi trường lớp học nhằm tạo điều kiện học tập thoải mái và ổn định. Đồng thời, hệ thống trang thiết bị hỗ trợ giảng dạy như âm thanh, máy chiếu và kết nối internet cần được bảo đảm hoạt động hiệu quả để tránh làm gián đoạn mạch cảm xúc trong giờ học.

Bên cạnh đó, việc thiết kế không gian lớp học theo hướng linh hoạt, cho phép dễ dàng sắp xếp lại bàn ghế để phục vụ các hoạt động học tập theo nhóm, thảo luận hoặc trình bày, sẽ góp phần tăng cường tương tác và giảm bớt tính cứng nhắc của mô hình lớp học truyền thống. Không gian học tập mở và linh hoạt có thể tạo điều kiện thuận lợi cho sự kết nối giữa các thành viên trong lớp, qua đó nâng cao trải nghiệm cảm xúc tích cực của sinh viên.

### **5.3. Đổi mới nội dung và phương pháp theo triết lý giáo dục khai phóng**

Kết quả nghiên cứu cho thấy nội dung giảng dạy và công tác tổ chức giảng dạy, với các hệ số tác động lần lượt là 0,202 và 0,145, có ảnh hưởng đáng kể đến cảm xúc của sinh viên trong giờ học. Mặc dù mức độ tác động thấp hơn so với hai yếu tố trên, song đây là những nhân tố có vai trò then chốt trong việc duy trì động lực học tập và sự hứng thú lâu dài của sinh viên.

Theo Lý thuyết Kiểm soát - Giá trị, việc giúp sinh viên cảm nhận được khả năng kiểm soát quá trình học tập và giá trị thực tiễn của kiến thức là điều kiện quan trọng để hình thành cảm xúc tích cực. Do đó, giảng viên cần minh bạch hóa lộ trình học tập thông qua việc công bố rõ ràng đề cương học phần, chuẩn đầu ra và phương thức đánh giá ngay từ đầu kỳ. Khi sinh viên hiểu rõ mục tiêu học tập và yêu cầu đánh giá, mức độ lo âu sẽ giảm xuống và sự chủ động trong học tập sẽ được tăng cường.

Song song với đó, việc đa dạng hóa phương pháp giảng dạy theo triết lý giáo dục khai phóng cần được đẩy mạnh. Thay vì tập trung vào truyền thụ kiến thức một chiều, giảng viên nên kết hợp linh hoạt các phương pháp như học tập qua tình huống, đóng vai, trò chơi hóa và kể chuyện nhằm phát triển tư duy phản biện và khả năng vận dụng kiến thức của sinh viên. Ngoài ra, việc trao quyền tự chủ cho sinh viên thông qua việc tham gia xây dựng cam kết lớp học hoặc tự quản lý các nhóm thảo luận sẽ góp phần thỏa mãn nhu cầu khẳng định bản thân và tăng cường sự gắn kết học tập của sinh viên thế hệ Gen Z.

### **5.4. Hỗ trợ tâm lý và định hướng cho sinh viên**

Mặc dù các yếu tố thuộc về bản thân sinh viên có hệ số tác động thấp nhất trong mô hình, với giá trị 0,133, nhưng trạng thái tâm lý và mức độ sẵn sàng của sinh viên vẫn được xem là điều kiện nền tảng để tiếp nhận và xử lý tri thức. Do đó, các giải pháp hỗ trợ sinh viên cần được triển khai như một phần bổ trợ trong mô hình “Lớp học Hạnh phúc”.

Một số biện pháp có thể được áp dụng bao gồm việc dành một khoảng thời gian ngắn đầu giờ học cho các hoạt động khởi động hoặc chia sẻ nhằm giúp sinh viên giải tỏa áp lực cá nhân trước khi bước vào nội dung chính của bài giảng. Bên cạnh đó, việc tăng cường định hướng nghề nghiệp gắn với nội dung giảng dạy sẽ giúp sinh viên nhận thấy ý nghĩa thực tiễn của kiến thức, từ đó khơi dậy động lực nội tại và nâng cao cảm xúc tích cực trong quá trình học tập.

### 6. Kết luận

Nghiên cứu đã lượng hóa các yếu tố ảnh hưởng đến cảm xúc tích cực của sinh viên trong giờ học tại Trường Đại học Giao thông Vận tải Thành phố Hồ Chí Minh. Kết quả cho thấy cảm xúc của giảng viên là yếu tố có tác động mạnh nhất, khẳng định rằng trong việc xây dựng “Lớp học Hạnh phúc”, các điều kiện về công nghệ và cơ sở vật chất, dù quan trọng, vẫn không thể thay thế vai trò dẫn dắt cảm xúc của người giảng viên.

Mô hình nghiên cứu đề xuất không chỉ có ý nghĩa về mặt lý luận mà còn cung cấp cơ sở thực tiễn cho nhà trường trong việc hoạch định và điều chỉnh chính sách đào tạo theo hướng lấy sinh viên làm trung tâm. Tuy nhiên, nghiên cứu vẫn còn hạn chế khi chưa đề xuất các giải pháp kỹ thuật cụ thể nhằm phát triển và huấn luyện năng lực trí tuệ cảm xúc cho đội ngũ giảng viên. Đây là hướng nghiên cứu tiếp theo cần được quan tâm trong bối cảnh giáo dục đại học đang chịu tác động ngày càng mạnh mẽ của quá trình chuyển đổi số.

**\*\*\*Lời cảm ơn:** Nghiên cứu này được tài trợ và hỗ trợ thực hiện bởi Trường Đại học Giao thông Vận tải Thành phố Hồ Chí Minh. Bài báo là sản phẩm khoa học nằm trong khuôn khổ của Đề tài nghiên cứu khoa học cấp Trường, được phê duyệt thực hiện theo Quyết định số 572/QĐ-ĐHGTVT.

### Tài liệu tham khảo

Báo Đại biểu Nhân dân (n.d.), “Bức tranh đặc điểm tâm lý của thế hệ Gen Z”, Truy cập ngày 20 tháng 12 năm 2025, từ <https://elitepschool.edu.vn/buc-tranh-dac-diem-tam-ly-cua-gen-z/>

Đỗ, T.N.A. (2021), “Một số yếu tố tác động đến hạnh phúc của sinh viên: Nghiên cứu tại Trường Đại học Lạc Hồng”, *Tạp chí Công Thương*, Truy cập từ <https://tapchicongthuong.vn/mot-so-yeu-to-tac-dong-den-hanh-phuc-cua-sinh-vien--nghienn-cuu-tai-truong-dai-hoc-lac-hong-85641.htm>

Dodge, R., Daly, A., Huyton, J. và Sanders, L. (2012), “The challenge of defining wellbeing”, *International Journal of Wellbeing*, Tập 2, Số 3, tr. 222-235.

Goetz, T. và Bieg, M. (2016), “Academic emotions and their regulation via emotional intelligence”, trong *Psychosocial Skills and School Systems in the 21st Century*, Lipnevich, A.A., Preckel, F. và

Roberts, R.D. (Chủ biên), Springer International Publishing, tr. 279-298.

Keefer, K.V., Parker, J.D.A. và Saklofske, D.H. (Chủ biên) (2018), *Emotional Intelligence in Education: Integrating Research with Practice*, Springer International Publishing.

Lane, R.D. và Nadel, L. (Chủ biên) (1999), *Cognitive Neuroscience of Emotion*, Oxford University Press.

Mai, T.T.T. (2013), “Trí tuệ cảm xúc của sinh viên Trường Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh”, *Tạp chí Khoa học Trường Đại học Sư phạm TP. Hồ Chí Minh*, Số 48, tr. 137-147.

Nguyễn, D.T. (2013), *Giáo trình Phương pháp nghiên cứu khoa học trong kinh doanh* (Tái bản lần 2), Nhà xuất bản Tài chính.

Nguyễn, T.B.C. và Phan, D.Q.T. (2023), “Trí tuệ cảm xúc của sinh viên ngành Sư phạm Tiếng Anh”, *Tạp chí Khoa học Ngôn ngữ và Văn hóa*, Tập 7, Số 1, tr. 1-11.

Niedenthal, P.M. và Ric, F. (2017), *Psychology of Emotion* (Tái bản lần 2), Psychology Press.

Pekrun, R., Muis, K.R., Frenzel, A.C. và Goetz, T. (2017), *Emotions at School*, Routledge.

Sakai, K. (1999), “A study of the relationship among self-awareness of emotions, emotional intelligence, and alexithymia”, *The Japanese Journal of Research on Emotions*, Tập 6, Số 2, tr. 57-69.

Tabbodi, M., Rahgozar, H. và Abadi, M.M.M. (2015), “The relationship between happiness and academic achievements”, *European Online Journal of Natural and Social Sciences*, Tập 4, Số 1, tr. 441-446.

Wgunasekara, N. và Jayasekara, A. (2021), “The impact of happiness on the academic performance of undergraduates: An investigation of undergraduates of the Faculty of Humanities and Social Sciences, University of Ruhuna, Sri Lanka”, *International Journal of Management, Accounting and Economics*, Tập 8, Số 1, tr. 1-15.