

# Lo lắng trong học tập tiếng Trung Quốc - ngoại ngữ thứ hai của sinh viên ngành Ngôn ngữ Anh (Trường hợp Học viện Báo chí và Tuyên truyền)

Trần Thị Thanh Huyền\*

\*Khoa Ngoại ngữ, Học viện Báo chí và Tuyên truyền

Received: 13/03/2024; Accepted: 26/03/2024; Published: 16/04/2024

**Abstract:** This article focuses on the issue of anxiety in the process of learning Chinese as a second foreign language of English Language students at Academy of Journalism and Communication. The study used a survey method to collect data from a group of students, aiming to identify the main factors causing anxiety and its impact on academic performance. The results show that there is a strong relationship between anxiety and students' Chinese learning performance. Key factors that cause anxiety include fear of mispronunciation, pressure from personal and family expectations, and difficulty understanding and remembering new vocabulary. Research also shows that teacher support and group learning activities can reduce students' feelings of anxiety. Based on these findings, the article proposes some anxiety reduction strategies to improve learning outcomes and enhance students' confidence when learning Chinese. These strategies include increasing classroom interaction, using game-based teaching methods, and increasing psychological support for students. This research contributes to a deeper understanding of the challenges of foreign language learning and suggests more effective educational methods.

**Keywords:** Anxiety, students English Language, Chinese

## 1. Đặt vấn đề

Việc học một ngoại ngữ không chỉ là quá trình thu nhận kiến thức về ngôn ngữ đó mà còn là một thách thức đối với tâm lý học viên. Trong đó, lo lắng là một yếu tố tâm lý phổ biến và có ảnh hưởng sâu sắc, đặc biệt trong bối cảnh học tập tiếng Trung Quốc là ngoại ngữ thứ hai. Các nghiên cứu đã chỉ ra rằng lo lắng ngôn ngữ không chỉ hạn chế khả năng học tập mà còn ảnh hưởng đến sự tự tin và hiệu quả sử dụng ngôn ngữ của học viên (Horwitz, Horwitz, & Cope, 1986).

Trong khuôn khổ của nghiên cứu này, chúng tôi quan tâm đến việc khám phá cách thức lo lắng ảnh hưởng đến sinh viên ngành Ngôn ngữ Anh tại Học viện Báo chí và Tuyên truyền, một môi trường đặc thù với yêu cầu cao về năng lực ngôn ngữ. Các sinh viên trong ngành này không chỉ đối mặt với thách thức học một ngôn ngữ khác biệt về cấu trúc và ngữ âm như tiếng Trung Quốc mà còn phải vượt qua áp lực từ kỳ vọng của bản thân và gia đình, cũng như áp lực từ môi trường học tập cạnh tranh.

Theo MacIntyre và Gardner (1991), lo lắng có thể ức chế khả năng ghi nhớ và tái sử dụng ngôn ngữ một cách hiệu quả, làm giảm sự chú ý và tập trung cần

thiết cho việc học tập. Điều này làm trầm trọng thêm tình trạng lo lắng, tạo thành một vòng luẩn quẩn khó khăn cho sinh viên. Mặt khác, Young (1999) đã chỉ ra rằng việc giảm thiểu lo lắng có thể không chỉ cải thiện hiệu quả học tập mà còn giúp sinh viên phát triển kỹ năng ngôn ngữ một cách tự nhiên và thoải mái hơn.

Nghiên cứu này được thiết kế nhằm đánh giá mức độ lo lắng của sinh viên và xác định các nguyên nhân chính gây ra lo lắng khi học tiếng Trung. Phương pháp nghiên cứu bao gồm khảo sát định lượng và phân tích định tính những trải nghiệm cá nhân của sinh viên qua phỏng vấn sâu. Mục tiêu là đề xuất các chiến lược giảm thiểu lo lắng, cải thiện hiệu quả học tập và nâng cao sự tự tin cho sinh viên trong quá trình học tiếng Trung Quốc. Các kết quả được mong đợi không chỉ giúp làm sáng tỏ các yếu tố góp phần vào lo lắng học tập mà còn đóng góp vào thực tiễn giảng dạy ngoại ngữ, giúp giáo viên và các nhà giáo dục thiết kế những chương trình học tập phù hợp hơn.

## 2. Nội dung nghiên cứu

### 2.1. Phương pháp nghiên cứu

#### 2.1.1. Thiết kế nghiên cứu

Nghiên cứu sử dụng phương pháp khảo sát định

lượng để thu thập thông tin về mức độ lo lắng và các yếu tố liên quan. Một bộ câu hỏi được phát triển dựa trên Thang đo lo lắng ngôn ngữ ngoại ngữ của Horwitz et al. (1986), được điều chỉnh để phù hợp hơn với ngữ cảnh học tiếng Trung. Ngoài ra, để hiểu rõ hơn, nghiên cứu cũng bao gồm phỏng vấn sâu với một số sinh viên nhằm hiểu rõ hơn về trải nghiệm và cảm nhận cá nhân của họ liên quan đến quá trình học.

### 2.1.2. Đối tượng nghiên cứu

Mẫu nghiên cứu bao gồm 100 sinh viên đang theo học tiếng Trung tại Học viện. Sinh viên được chọn mẫu ngẫu nhiên từ danh sách đăng ký các lớp tiếng Trung của học kỳ 2 năm học 2023-2024. Thông tin về nghiên cứu và mục đích của nó được giải thích kỹ lưỡng cho mỗi tham gia trước khi họ đồng ý tham gia.

### 2.1.3. Phân tích số liệu

Dữ liệu từ khảo sát định lượng được nhập vào phần mềm SPSS để phân tích thống kê. Các kỹ thuật phân tích bao gồm phân tích tần số, phân tích phương sai (ANOVA), và phân tích hồi quy để xem xét mối liên hệ giữa lo lắng và thành tích học tập. Dữ liệu định tính từ các buổi phỏng vấn được phân tích bằng phần mềm NVivo để xác định các mô hình và liên kết chủ đề.

Các phương pháp nghiên cứu này giúp xác định các nguyên nhân cụ thể của lo lắng và cách thức mà lo lắng ảnh hưởng đến hiệu quả học tập, từ đó đề xuất các giải pháp có thể giúp giảm thiểu lo lắng trong quá trình học tiếng Trung của sinh viên.

### 2.1.4. Khung lý thuyết và giả thuyết nghiên cứu

Nghiên cứu này dựa trên khung lý thuyết lo lắng ngôn ngữ được phát triển bởi Horwitz, Horwitz và Cope (1986), bổ sung bởi các công trình của MacIntyre và Gardner (1994). Theo mô hình này, lo lắng ngôn ngữ bao gồm ba thành phần chính: lo lắng về giao tiếp, lo lắng về thất bại học tập, và lo lắng về tình huống thi cử. Lo lắng về giao tiếp xuất hiện do thiếu tự tin trong khả năng sử dụng ngôn ngữ thứ hai, trong khi lo lắng về thất bại học tập phát sinh từ nỗi sợ không đạt được mục tiêu học tập hoặc không đáp ứng được kỳ vọng. Lo lắng về tình huống thi cử liên quan đến sự sợ hãi đối với các bài kiểm tra và đánh giá. Từ khung lý thuyết này, nghiên cứu đề xuất ba giả thuyết: thứ nhất, sinh viên có mức độ lo lắng ngôn ngữ cao sẽ có kết quả học tập tiếng Trung thấp hơn so với những người có mức lo lắng thấp; thứ hai, yếu tố cá nhân như tự tin trong kỹ năng ngôn ngữ và kinh nghiệm học tập trước đây có mối liên hệ tiêu cực với mức độ lo lắng; thứ ba, yếu tố môi trường

học tập như phương pháp giảng dạy và khí hậu lớp học có ảnh hưởng giảm bớt lo lắng. Các giả thuyết này được kiểm định thông qua phương pháp khảo sát định lượng và phỏng vấn định tính để đánh giá cách thức và mức độ ảnh hưởng của lo lắng đến hiệu quả học tập tiếng Trung của sinh viên, nhằm phát triển các chiến lược can thiệp hiệu quả giúp sinh viên giảm bớt lo lắng và cải thiện hiệu quả học tập.

### 2.2. Kết quả và thảo luận

#### Kết quả số liệu định lượng:

Trong nghiên cứu này, tác giả đã tiến hành phân tích dữ liệu định lượng để khám phá mối liên hệ giữa lo lắng ngôn ngữ và hiệu quả học tập tiếng Trung của sinh viên ngành Ngôn ngữ Anh tại Học viện Báo chí và Tuyên truyền. Dữ liệu thu thập được phân tích thông qua phương pháp thống kê mô tả và hồi quy tuyến tính, nhằm định lượng mức độ ảnh hưởng của lo lắng đến điểm số học tập.

Bảng 2.1: Thống kê mô tả

Biến	Trung bình	Độ lệch chuẩn	Min	Max
Điểm số học tập	72.5	8.3	55	90
Lo lắng về giao tiếp	3.4	1.1	1	5
Lo lắng về thất bại	3.2	0.9	1	5
Lo lắng về thi cử	3.7	1.2	1	5

Bảng 2.2: Kết quả phân tích hồi quy tuyến tính

Biến độc lập	Hệ số hồi quy	Sai số chuẩn	Giá trị t	Giá trị p
Lo lắng về giao tiếp	-3.5	0.6	-5.83	<0.001
Lo lắng về thất bại	-2.8	0.5	-5.60	<0.001
Lo lắng về thi cử	-4.1	0.7	-5.86	<0.001

Phân tích thống kê mô tả cho thấy sinh viên trung bình có điểm số học tập là 72.5, với mức độ lo lắng về giao tiếp, thất bại và thi cử lần lượt là 3.4, 3.2 và 3.7 trên thang điểm 5. Điều này chỉ ra rằng lo lắng ngôn ngữ là một trạng thái phổ biến trong số sinh viên được khảo sát.

Từ kết quả hồi quy tuyến tính trong Bảng 2, có thể thấy rằng tất cả các biến độc lập về lo lắng có mối quan hệ tiêu cực đáng kể với điểm số học tập. Cụ thể, mỗi điểm tăng trong lo lắng về giao tiếp dẫn đến sự giảm 3.5 điểm trong điểm số học tập, trong khi lo lắng về thất bại và thi cử lần lượt làm giảm 2.8 và 4.1

điểm. Các giá trị  $p$  nhỏ hơn 0.001 cho thấy những mối quan hệ này là rất đáng kể về mặt thống kê.

Giá trị R-squared của mô hình là 0.62, chỉ ra rằng khoảng 62% sự biến thiên trong điểm số học tập có thể được giải thích bởi các biến lo lắng ngôn ngữ. Điều này khẳng định tầm quan trọng của việc quản lý lo lắng trong quá trình đào tạo ngôn ngữ, vì lo lắng có tác động rất lớn đến kết quả học tập của sinh viên.

Những phát hiện này không chỉ làm sáng tỏ mối quan hệ giữa lo lắng ngôn ngữ và hiệu quả học tập mà còn cung cấp bằng chứng cơ sở cho việc phát triển các chiến lược can thiệp hiệu quả nhằm giảm bớt lo lắng và cải thiện kết quả học tập cho sinh viên.

#### *Kết quả số liệu định tính:*

Trong nghiên cứu này, chúng tôi đã tiến hành phỏng vấn sâu với 20 sinh viên để hiểu rõ hơn về những lo lắng ngôn ngữ của họ khi học tiếng Trung. Các cuộc phỏng vấn được thiết kế theo dạng bán cấu trúc, cho phép sinh viên tự do bày tỏ cảm xúc và suy nghĩ về quá trình học của họ. Các cuộc phỏng vấn đã tiết lộ ba chủ đề chính: sợ giao tiếp, áp lực từ kỳ vọng, và lo lắng về thi cử. Sinh viên thường cảm thấy không tự tin vào khả năng phát âm và sử dụng từ ngữ của mình, dẫn đến sự e ngại trong giao tiếp và sợ bị người khác đánh giá. Ngoài ra, họ cũng lo sợ không thể đạt được các tiêu chuẩn mà bản thân hoặc gia đình đặt ra, đặc biệt là trong các kỳ thi, nơi họ cảm thấy ít có khả năng kiểm soát hơn các kỹ năng nghe và nói của mình.

Các kết quả từ phân tích định tính cho thấy mối quan hệ trực tiếp giữa cảm giác lo lắng ngôn ngữ và sự thiếu tự tin trong kỹ năng ngôn ngữ. Điều này cũng phản ánh sự cần thiết của một môi trường học tập nhiều hỗ trợ hơn, nơi sinh viên có thể cảm thấy an toàn để thể hiện và khám phá khả năng ngôn ngữ của mình mà không sợ bị đánh giá (Dörnyei, 2005). Để giúp sinh viên quản lý lo lắng của mình một cách hiệu quả hơn, các trường và giáo viên nên tích cực triển khai các chiến lược như tăng cường các hoạt động học tập nhóm, tạo cơ hội để sinh viên thực hành ngôn ngữ trong các tình huống thực tế ít áp lực, và cung cấp tư vấn cũng như phát triển kỹ năng đối phó. Việc thực hiện những chiến lược này không chỉ cải thiện hiệu quả học tập mà còn giúp sinh viên phát triển sự tự tin và kỹ năng giao tiếp ngôn ngữ, đồng thời xây dựng một môi trường học tập lành mạnh và hỗ trợ.

### **3. Kết luận**

Nghiên cứu này đã khám phá mối quan hệ giữa lo

lắng ngôn ngữ và hiệu quả học tập tiếng Trung của sinh viên ngành Ngôn ngữ Anh tại Học viện Báo chí và Tuyên truyền. Các kết quả thu được từ phân tích định lượng và định tính đã cung cấp cái nhìn sâu sắc về cách thức mà lo lắng ngôn ngữ ảnh hưởng đến khả năng học tập của sinh viên. Đặc biệt, các phân tích hồi quy cho thấy lo lắng ngôn ngữ có một tác động tiêu cực đáng kể đến điểm số học tập, với các biến như lo lắng về giao tiếp, lo lắng về thất bại, và lo lắng về thi cử đều làm giảm hiệu quả học tập.

Mặt khác, phân tích định tính đã làm rõ các yếu tố cụ thể gây ra lo lắng, bao gồm sự thiếu tự tin trong kỹ năng giao tiếp, áp lực từ kỳ vọng cá nhân và gia đình, cũng như sợ hãi trước các kỳ thi. Những phát hiện này nhấn mạnh tầm quan trọng của việc xây dựng một môi trường học tập hỗ trợ, trong đó sinh viên có thể cảm thấy thoải mái để thể hiện và cải thiện kỹ năng ngôn ngữ của mình mà không lo sợ bị đánh giá.

Dựa trên kết quả nghiên cứu, rõ ràng là các trường học và giáo viên cần phát triển các chương trình giảng dạy và hỗ trợ tâm lý nhằm giảm bớt lo lắng cho sinh viên. Điều này có thể bao gồm việc tích hợp các phương pháp dạy học dựa trên sự hợp tác, sử dụng các tình huống học tập thực tế ít áp lực, và cung cấp dịch vụ tư vấn để giúp sinh viên phát triển kỹ năng đối phó với áp lực và lo lắng (Spielberger, 1983). Cuối cùng, nghiên cứu này góp phần vào lĩnh vực giáo dục ngôn ngữ bằng cách cung cấp bằng chứng về mối liên hệ giữa lo lắng ngôn ngữ và hiệu quả học tập, đồng thời đề xuất các giải pháp thực tiễn có thể cải thiện kết quả học tập và tăng cường sự tự tin ngôn ngữ cho sinh viên.

#### **Tài liệu tham khảo**

1. Horwitz, E. K., Horwitz, M. B., & Cope, J. (1986). Foreign language classroom anxiety. *The Modern Language Journal*, 70(2), 125-132.
2. MacIntyre, P. D., & Gardner, R. C. (1991). Methods and results in the study of anxiety and language learning: A review of the literature. *Language Learning*, 41(1), 85-117.
3. Young, D. J. (1999). An investigation of students' perspectives on anxiety and speaking. *Foreign Language Annals*, 23(6), 539-553.
4. Dörnyei, Z. (2005). *The psychology of the language learner: Individual differences in second language acquisition*. Lawrence Erlbaum Associates.
5. Spielberger, C. D. (1983). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory (STAI)*. Consulting Psychologists Press.