

THỰC TRẠNG KHÓ KHĂN TÂM LÝ CỦA SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC CÔNG ĐOÀN

PHAN THỊ VÓC

Khoa Công tác xã hội, Trường Đại học Công đoàn

Nhận bài ngày 07/01/2026. Sửa chữa xong 25/02/2026. Duyệt đăng 28/02/2026.

Abstract

This article presents the findings of a study on the current state of psychological difficulties among students at Trade Union University in 2025. The research focuses on three main groups of difficulties: career orientation, academic challenges, and social relationships. The results indicate that difficulties related to career orientation are the most prominent, particularly concerns about employment opportunities, uncertainty regarding future career paths, and a lack of professional skills. Academic difficulties are reported at a moderate level, with exam anxiety and pressure related to academic performance emerging as the most notable issues. Difficulties in social relationships are generally at a low to moderate level; however, they remain evident among a proportion of students, especially in relation to family pressure and feelings of loneliness. The study also reveals differences in the level of psychological difficulties according to gender, academic year, living conditions, and economic status. These findings provide an important basis for proposing psychological counseling programs, academic support services, and career guidance initiatives tailored to the university educational environment.

Keywords: Academic pressure, career orientation, psychological difficulties, social relationships, students.

1. Đặt vấn đề

Giai đoạn học đại học là bước chuyển quan trọng trong quá trình trưởng thành của sinh viên (SV). Bên cạnh cơ hội phát triển kiến thức và kỹ năng nghề nghiệp, SV đồng thời phải thích nghi với môi trường sống và học tập mới, tự chủ trong sinh hoạt, xây dựng quan hệ xã hội và định hướng tương lai nghề nghiệp. Những thay đổi này có thể trở thành nguồn gây khó khăn tâm lý (KKTL) đáng kể. Các nghiên cứu trước đây đã chỉ ra nhiều yếu tố ảnh hưởng đến KKTL của SV. Misra & McKean (2000) cho rằng: SV thường gặp stress khi khối lượng học tập lớn, yêu cầu tự học cao, áp lực thời gian, thi cử, thiếu kỹ năng học tập [2, tr. 41-51]. Ross và cộng sự (2006) nhấn mạnh khó khăn tài chính làm giảm kết quả học tập, tăng stress và ảnh hưởng đến sức khỏe. SV làm thêm quá nhiều thường thiếu ngủ và giảm khả năng tập trung [6, tr. 584-592]. Pargett (2011) tìm thấy SV gặp khó khăn về kỹ năng giao tiếp, kết bạn, duy trì quan hệ, đặc biệt là SV nội trú xa nhà [4]. Trần Thị Thu Hà (2015) cho thấy SV năm thứ nhất gặp nhiều khó khăn trong: quản lý thời gian, thích nghi phương pháp học mới, kết nối xã hội, ổn định cảm xúc. Nghiên cứu cũng chỉ ra rằng SV tỉnh lẻ lên thành phố dễ dàng căng thẳng hơn SV sống cùng gia đình [7, tr. 33-40]. Nguyễn Văn Tài & cộng sự (2019) nhận thấy rối nhiễu lo âu - stress ở SV Việt Nam có xu hướng tăng, liên quan mạnh đến áp lực học tập và định hướng nghề nghiệp [3, tr. 112-121]. Phạm Thị Minh Hằng (2018) chỉ ra yếu tố ảnh hưởng gồm: mức độ yêu cầu của chương trình học, áp lực điểm số, ảnh hưởng gia đình, tình trạng kinh tế [5, tr. 72-79].

Thông tư số 18/2025 TT-BGDĐT có ghi: KKTL của người học là những yếu tố tâm lý biểu hiện ở nhận thức, thái độ và hành vi, nảy sinh trong quá trình học tập, rèn luyện, gây cản trở, ảnh hưởng tiêu cực đến kết quả hoạt động của người học [1].

Khi đề cập đến khía cạnh khó khăn mà SV gặp phải, các công trình nghiên cứu đã chỉ ra nhiều khía

Email: vocpt@dhcd.edu.vn

canh khác nhau, trong nghiên cứu này, chúng tôi tập trung vào làm rõ: 1) Những khó khăn liên quan đến học tập của SV; 2) Những khó khăn liên quan đến mối quan hệ xã hội của SV; 3) Những khó khăn liên quan đến định hướng nghề nghiệp của SV. Nghiên cứu được thực hiện trên 385 SV của tất cả các khóa từ năm thứ nhất đến năm thứ tư Trường Đại học Công đoàn năm 2025. Các phương pháp được thực hiện nhằm thu thập thông tin trong đề tài nghiên cứu bao gồm: phương pháp phân tích tài liệu, phương pháp điều tra bằng bảng hỏi, phương pháp thống kê toán học.

2. Nội dung nghiên cứu

Chúng tôi nghiên cứu những KKTL của SV ở ba mặt: Khó khăn liên quan đến học tập của SV; khó khăn liên quan đến mối quan hệ xã hội của SV; khó khăn liên quan đến định hướng nghề nghiệp của SV.

2.1. Khó khăn liên quan đến học tập của sinh viên

Qua khảo sát về khó khăn liên quan đến học tập của SV, kết quả thu được thể hiện ở bảng 1 và 2.

Bảng 1: Khó khăn trong học tập của SV xét theo tổng thể

Khó khăn liên quan đến học tập của SV	Tổng thể		Mức độ (%)				
	Mean	SD	1	2	3	4	5
1. Nội dung học tập nặng, áp lực bài tập	2,81	0.89	9.33	18.22	58.22	10.22	4.00
2. Áp lực từ thi cử và kết quả học tập	3,07	0.97	8.00	12.00	52.89	19.11	8.00
3. Cảm thấy học tập không hiệu quả	2,82	0.99	10.67	22.22	46.67	15.11	5.33
4. Thiếu động lực, chán học	2,84	1.05	12.44	20.89	43.11	17.33	6.22
5. Khó khăn trong việc sắp xếp thời gian học tập và hoạt động khác.	2,88	1.09	13.78	17.78	42.22	19.56	6.67
6. Lo lắng trước kỳ thi/kiểm tra	3,28	1.08	8.00	10.22	40.44	28.00	13.33
7. Thiếu phương pháp học tập hiệu quả ở bậc đại học.	2,92	1.04	11.11	18.22	45.33	18.22	7.11

Nguồn: Kết quả khảo sát của nghiên cứu năm 2025

Ghi chú: Mean: Điểm trung bình, SD: Độ lệch chuẩn

1: Không gặp khó khăn gì; 2: Gặp một chút khó khăn; 3: Có gặp khó khăn nhưng không thường xuyên; 4: Gặp khá nhiều khó khăn; 5: Gặp rất nhiều khó khăn

Điểm trung bình các yếu tố dao động từ 2,81 đến 3,28, cho thấy mức độ khó khăn học tập ở mức trung bình. Lo lắng trước kỳ thi/kiểm tra có điểm trung bình cao nhất (ĐTB = 3,28), phản ánh áp lực thi cử là nguồn căng thẳng nổi bật. Tiếp theo là áp lực từ thi cử và kết quả học tập (ĐTB = 3,07). Các yếu tố như thiếu phương pháp học tập hiệu quả (ĐTB = 2,92), khó khăn sắp xếp thời gian (ĐTB = 2,88), thiếu động lực học tập (ĐTB = 2,84) đều ở mức trung bình, cho thấy SV còn lúng túng trong thích nghi với phương thức học đại học.

Từ phân tích kết quả cho thấy, khó khăn trong học tập của SV tập trung chủ yếu vào áp lực thi cử, lo lắng tâm lý và sự thiếu hụt kỹ năng học tập hiệu quả hơn là các yếu tố thuần túy về nội dung học tập. Đây là cơ sở quan trọng để đề xuất các giải pháp hỗ trợ SV, đặc biệt là các hoạt động tham vấn tâm lý, hướng dẫn phương pháp học tập và quản lý thời gian trong môi trường đại học.

Bảng 2: Khó khăn trong học tập theo giới tính, khóa học, cuộc sống hiện tại và tình trạng kinh tế cá nhân

Nhóm đối tượng có khó khăn trong học tập		Mean	SD
Giới tính	Nam	2.87	1.06
	Nữ	2.95	0.79
Khóa học	Năm thứ nhất	2.69	0.83
	Năm thứ 2	3.34	0.62
	Năm thứ 3	3.00	0.88
	Năm thứ 4	2.84	0.88

Cuộc sống hiện tại	Sống cùng bố mẹ	2.89	0.88
	Sống một mình	2.86	0.93
	Sống cùng bạn bè, người thân khác	3.07	0.73
	Sống cùng anh/chị em	2.84	0.87
	Khác	2.84	1.09
Tình trạng kinh tế	Khó khăn	3.05	1.09
	Trung bình	2.90	0.80
	Khá giả	2.96	1.02

Nguồn: Kết quả khảo sát của nghiên cứu năm 2025

Kết quả phân tích mô tả cho thấy mức độ khó khăn trong học tập của người tham gia có sự khác biệt nhất định theo các đặc điểm nhân khẩu - xã hội như giới tính, khóa học, điều kiện sống và tình trạng kinh tế cá nhân.

Theo giới tính, ĐTB của nhóm nữ (ĐTB = 2,95; ĐLC = 0,79) cao hơn nhẹ so với nhóm nam (ĐTB = 2,87; ĐLC = 1,06). Tuy nhiên, sự chênh lệch này không lớn, cho thấy mức độ khó khăn trong học tập giữa nam và nữ tương đối tương đồng. Đáng chú ý, độ lệch chuẩn của nhóm nam cao hơn, phản ánh mức độ phân tán lớn hơn trong cảm nhận khó khăn học tập của nam giới so với nữ giới.

Xét theo khóa học, SV năm thứ hai có ĐTB cao nhất (ĐTB = 3,34; ĐLC = 0,62), cho thấy nhóm này gặp khó khăn trong học tập nhiều hơn so với các năm học còn lại. SV năm thứ nhất có ĐTB thấp nhất (ĐTB = 2,69; ĐLC = 0,83), trong khi SV năm thứ ba (ĐTB = 3,00; ĐLC = 0,88) và năm thứ tư (ĐTB = 2,84; ĐLC = 0,88) có mức độ khó khăn ở mức trung bình.

Theo điều kiện sống, nhóm sống cùng bạn bè hoặc người thân khác có điểm trung bình cao nhất (ĐTB = 3,07; ĐLC = 0,73), cho thấy mức độ khó khăn trong học tập tương đối cao so với các nhóm còn lại. Các nhóm sống cùng bố mẹ (ĐTB = 2,89; ĐLC = 0,88), sống một mình (ĐTB = 2,86; ĐLC = 0,93), sống cùng anh/chị em (ĐTB = 2,84; ĐLC = 0,87) và nhóm khác (ĐTB = 2,84; ĐLC = 1,09) có mức điểm khá tương đồng. Điều này cho thấy hình thức sinh hoạt chung với bạn bè hoặc người thân khác có thể tác động đến thời gian, không gian và sự tập trung dành cho học tập.

Về tình trạng kinh tế cá nhân, nhóm có hoàn cảnh kinh tế khó khăn ghi nhận ĐTB cao nhất (ĐTB = 3,05; ĐLC = 1,09), phản ánh mức độ khó khăn trong học tập lớn hơn so với nhóm có điều kiện kinh tế trung bình (ĐTB = 2,90; ĐLC = 0,80) và khá giả (ĐTB = 2,96; ĐLC = 1,02). Kết quả này cho thấy điều kiện kinh tế có thể là một yếu tố ảnh hưởng đáng kể đến khả năng học tập, thông qua các áp lực tài chính, điều kiện học tập và nguồn lực hỗ trợ.

Từ các kết quả mô tả cho thấy, mức độ khó khăn trong học tập có xu hướng cao hơn ở SV năm thứ hai, nhóm sống cùng bạn bè hoặc người thân khác và nhóm có hoàn cảnh kinh tế khó khăn. Những phát hiện này là cơ sở quan trọng để đề xuất các biện pháp hỗ trợ học tập và tư vấn tâm lý phù hợp cho từng nhóm đối tượng cụ thể trong môi trường giáo dục đại học.

2.2. Khó khăn trong các mối quan hệ

Với khó khăn trong các mối quan hệ, chúng tôi xây dựng 05 tiêu chí, mỗi tiêu chí có 5 mức độ gặp khó khăn từ 1: Không gặp khó khăn gì đến 5: Gặp rất nhiều khó khăn để SV lựa chọn. Kết quả thu được thể hiện ở bảng 3 và 4.

Bảng 3: Khó khăn trong các mối quan hệ xã hội xét về tổng thể

Khó khăn trong các mối quan hệ xã hội	Tổng thể		Mức độ (%)				
	Mean	SD	1	2	3	4	5
1. Mâu thuẫn với bạn bè	1.95	0.98	40.18	33.93	18.75	5.36	1.79
2. Khó hòa nhập với tập thể lớp	2.02	1.04	38.84	31.70	20.54	6.25	2.68

3. Khó khăn trong việc xây dựng, duy trì mối quan hệ tình cảm	2.07	1.11	40.18	26.79	22.77	6.25	4.02
4. Mâu thuẫn, áp lực từ gia đình (tài chính, kì vọng...).	2.17	1.17	39.73	21.88	23.66	11.16	3.57
5. Cảm thấy cô đơn, thiếu người chia sẻ.	2.12	1.15	39.73	25.89	20.09	11.16	3.12

Nguồn: Kết quả khảo sát của nghiên cứu năm 2025

Điểm trung bình dao động từ 1,95 đến 2,17, phản ánh mức độ thấp đến trung bình. Mâu thuẫn với bạn bè có điểm thấp nhất. Tuy nhiên, áp lực từ gia đình và cảm giác cô đơn nổi bật hơn so với các yếu tố khác. Mâu thuẫn với bạn bè có ĐTB thấp nhất (ĐTB = 1,95; ĐLC = 0,98). Khi khó hòa nhập với tập thể lớp, ĐTB đạt 2,02 (ĐLC = 1,04). Khó khăn trong việc xây dựng và duy trì mối quan hệ tình cảm có ĐTB 2,07 (ĐLC = 1,11). Đối với mâu thuẫn và áp lực từ gia đình (liên quan đến tài chính, kỳ vọng...), biến này có ĐTB cao nhất trong nhóm (ĐTB = 2,17; ĐLC = 1,17). Tương tự, cảm giác cô đơn và thiếu người chia sẻ có ĐTB 2,12 (ĐLC = 1,15).

Như vậy, khó khăn trong các mối quan hệ xã hội của người tham gia chủ yếu tập trung ở mức độ nhẹ, song các vấn đề liên quan đến áp lực gia đình, cảm giác cô đơn và mối quan hệ tình cảm có xu hướng nổi bật hơn so với mâu thuẫn bạn bè và khó hòa nhập tập thể. Đây là những khía cạnh cần được quan tâm trong việc xây dựng các chương trình hỗ trợ tâm lý - xã hội và tham vấn cho người học trong bối cảnh giáo dục hiện nay.

Bảng 4: Khó khăn trong các mối quan hệ xã hội theo giới tính, khóa học, cuộc sống hiện tại và tình trạng kinh tế cá nhân

Nhóm đối tượng có khó khăn trong các mối quan hệ xã hội		Mean	SD
Giới tính	Nam	2.19	1.02
	Nữ	2.03	0.86
Khóa học	Năm thứ nhất	1.78	0.78
	Năm thứ 2	2.42	1.03
	Năm thứ 3	2.12	0.89
	Năm thứ 4	2.23	0.98
Cuộc sống hiện tại	Sống cùng bố mẹ	2.05	0.97
	Sống một mình	2.06	0.84
	Sống cùng bạn bè, người thân khác	2.16	0.81
	Sống cùng anh/chị em	1.90	0.86
	Khác	2.12	1.07
Tình trạng kinh tế	Khó khăn	2.31	1.08
	Trung bình	2.01	0.85
	Khá giả	2.06	0.95

Nguồn: Kết quả khảo sát của nghiên cứu năm 2025

Kết quả phân tích mô tả cho thấy mức độ khó khăn trong các mối quan hệ xã hội của người tham gia nghiên cứu nhìn chung ở mức thấp đến trung bình, với ĐTB dao động từ 1,78 đến 2,42 trên thang đo Likert 5 mức.

Theo giới tính, nam giới có ĐTB về khó khăn trong các mối quan hệ xã hội cao hơn nữ giới (ĐTB = 2,19; ĐLC = 1,02 so với ĐTB = 2,03; ĐLC = 0,86). Mặc dù mức chênh lệch không lớn, kết quả này cho thấy nam giới có xu hướng gặp nhiều khó khăn hơn trong các mối quan hệ xã hội so với nữ giới. Đồng thời, ĐLC của nhóm nam cao hơn phản ánh sự khác biệt lớn hơn trong trải nghiệm các vấn đề quan hệ xã hội giữa các cá nhân nam giới.

Xét theo khóa học, SV năm thứ hai ghi nhận mức độ khó khăn trong các mối quan hệ xã hội cao nhất (ĐTB = 2,42; ĐLC = 1,03), trong khi SV năm thứ nhất có ĐTB thấp nhất (ĐTB = 1,78; ĐLC = 0,78). SV năm thứ ba (ĐTB = 2,12; ĐLC = 0,89) và năm thứ tư (ĐTB = 2,23; ĐLC = 0,98) có mức độ khó khăn ở mức

trung bình. Kết quả này cho thấy SV năm thứ hai có thể đối mặt với nhiều thách thức trong việc thích nghi xã hội, mở rộng và duy trì các mối quan hệ trong môi trường đại học.

Theo điều kiện sống, ĐTB về khó khăn trong các mối quan hệ xã hội giữa các nhóm không có sự khác biệt rõ rệt. Nhóm sống cùng bạn bè hoặc người thân khác có ĐTB cao nhất (ĐTB = 2,16; ĐLC = 0,81), trong khi nhóm sống cùng anh/chị em có ĐTB thấp nhất (ĐTB = 1,90; ĐLC = 0,86). Các nhóm sống cùng bố mẹ (ĐTB = 2,05; ĐLC = 0,97), sống một mình (ĐTB = 2,06; ĐLC = 0,84) và nhóm khác (ĐTB = 2,12; ĐLC = 1,07) có mức điểm khá tương đồng, cho thấy hình thức sinh hoạt không tạo ra sự khác biệt đáng kể về mức độ khó khăn trong các mối quan hệ xã hội.

Về tình trạng kinh tế cá nhân, nhóm có hoàn cảnh kinh tế khó khăn ghi nhận ĐTB cao nhất (ĐTB = 2,31; ĐLC = 1,08), cao hơn so với nhóm có điều kiện kinh tế trung bình (ĐTB = 2,01; ĐLC = 0,85) và nhóm khá giả (ĐTB = 2,06; ĐLC = 0,95). Điều này cho thấy áp lực kinh tế có thể là một yếu tố liên quan đến khó khăn trong các mối quan hệ xã hội, khi những lo lắng về tài chính có thể ảnh hưởng đến khả năng giao tiếp, tham gia các hoạt động xã hội và duy trì mối quan hệ cá nhân.

Từ kết quả phân tích trên cho thấy, khó khăn trong các mối quan hệ xã hội có xu hướng cao hơn ở nam giới, SV năm thứ hai và nhóm có hoàn cảnh kinh tế khó khăn, trong khi điều kiện sống không thể hiện sự khác biệt rõ rệt. Những phát hiện này là cơ sở quan trọng cho việc xây dựng các chương trình hỗ trợ tâm lý - xã hội và tham vấn phù hợp với từng nhóm đối tượng trong môi trường giáo dục đại học.

2.3. Khó khăn trong định hướng nghề nghiệp

Với khó khăn trong định hướng nghề nghiệp, chúng tôi xây dựng 06 tiêu chí, mỗi tiêu chí có 5 mức độ gặp khó khăn từ 1: Không gặp khó khăn gì đến 5: Gặp rất nhiều khó khăn để SV lựa chọn. Kết quả thu được thể hiện ở bảng 5 và 6.

Bảng 5: Khó khăn trong định hướng nghề nghiệp xét theo tổng thể

Khó khăn trong định hướng nghề nghiệp	Tổng thể		Mức độ (%)				
	Mean	SD	1	2	3	4	5
1. Khó khăn tìm kiếm việc làm thêm/thực tập phù hợp	3.00	1.14	13.18	15.91	37.73	24.09	9.09
2. Thiếu thông tin về thị trường lao động	3.00	1.12	11.87	18.26	36.53	24.66	8.68
3. Lo lắng về cơ hội việc làm	3.29	1.10	7.73	12.27	37.73	27.73	14.55
4. Lúng túng, không chắc chắn về ngành nghề tương lai.	3.18	1.16	11.36	12.27	35.91	27.73	12.73
5. Chưa xác định được ngành nghề phù hợp	3.14	1.17	11.47	14.68	34.86	26.15	12.84
6. Thiếu kỹ năng nghề nghiệp (phỏng vấn, viết CV, làm việc nhóm...)	3.14	1.15	9.55	19.55	30.91	27.73	12.27

Nguồn: Kết quả khảo sát của nghiên cứu năm 2025

Đây là nhóm có mức độ cao nhất, với ĐTB dao động từ 3,00 đến 3,29. Lo lắng về cơ hội việc làm có điểm cao nhất (ĐTB = 3,29). Các yếu tố như lúng túng về ngành nghề tương lai, chưa xác định ngành nghề phù hợp và thiếu kỹ năng nghề nghiệp đều ở mức tương đối cao. Khó khăn trong việc tìm kiếm việc làm thêm hoặc thực tập phù hợp có ĐTB 3,00 (ĐLC = 1,14). Tương tự, thiếu thông tin về thị trường lao động cũng ghi nhận ĐTB 3,00 (ĐLC = 1,12). Lo lắng về cơ hội việc làm sau khi tốt nghiệp là nội dung có ĐTB cao nhất trong nhóm (ĐTB = 3,29; ĐLC = 1,10). Đáng chú ý, tỷ lệ người tham gia lựa chọn mức độ cao (mức 4 và 5) lên tới 42,28%, cho thấy mối lo ngại về khả năng tìm được việc làm phù hợp là vấn đề phổ biến và có cường độ mạnh đối với người học. Đối với sự lúng túng và thiếu chắc chắn về ngành nghề trong tương lai, ĐTB đạt 3,18 (ĐLC = 1,16). Chưa xác định được ngành nghề phù hợp với bản thân cũng có ĐTB tương đối cao (ĐTB = 3,14; ĐLC = 1,17). Cuối cùng, thiếu kỹ năng nghề nghiệp như kỹ năng phỏng vấn, viết CV và làm việc nhóm có ĐTB 3,14 (ĐLC = 1,15). Các kết quả cho thấy, khó khăn trong định hướng nghề nghiệp của người tham gia nghiên cứu ở mức trung bình đến cao, trong đó nổi bật nhất là lo lắng về cơ hội việc làm, sự thiếu chắc chắn về ngành nghề tương lai và hạn chế về kỹ năng nghề nghiệp. Những phát hiện này nhấn mạnh sự cần thiết của các chương trình tư vấn hướng nghiệp, cung cấp thông tin thị trường lao động và đào tạo kỹ năng nghề nghiệp nhằm hỗ trợ người học trong quá trình chuẩn bị cho nghề nghiệp tương lai.

Bảng 6: Khó khăn trong định hướng nghề nghiệp xét theo giới tính, khóa học, cuộc sống hiện tại và tình trạng kinh tế

Nhóm đối tượng có khó khăn trong định hướng nghề nghiệp		Mean	SD
Giới tính	Nam	3.16	1.22
	Nữ	3.12	0.99
Khóa học	Năm thứ nhất	2.77	1.05
	Năm thứ 2	3.43	1.00
	Năm thứ 3	3.34	1.02
	Năm thứ 4	2.72	0.87
Cuộc sống hiện tại	Sống cùng bố mẹ	3.07	1.03
	Sống một mình	3.18	1.14
	Sống cùng bạn bè, người thân khác	3.28	0.98
	Sống cùng anh/chị em	2.97	1.12
	Khác	3.13	1.16
Tình trạng kinh tế	Khó khăn	3.08	1.00
	Trung bình	3.08	1.00
	Khá giả	2.71	1.22

Nguồn: Kết quả khảo sát của nghiên cứu năm 2025

Kết quả phân tích mô tả cho thấy mức độ khó khăn trong định hướng nghề nghiệp của người tham gia nghiên cứu nhìn chung ở mức trung bình đến cao, với ĐTB dao động từ 2,71 đến 3,43 trên thang đo Likert 5 mức.

Theo giới tính, nam giới có ĐTB về khó khăn trong định hướng nghề nghiệp cao hơn nữ giới (ĐTB = 3,16; ĐLC = 1,22 so với ĐTB = 3,12; ĐLC = 0,99). Tuy nhiên, mức chênh lệch giữa hai nhóm là không đáng kể, cho thấy khó khăn trong định hướng nghề nghiệp xuất hiện tương đối đồng đều ở cả nam và nữ. ĐLC của nhóm nam cao hơn phản ánh mức độ khác biệt cá nhân trong trải nghiệm khó khăn nghề nghiệp lớn hơn so với nhóm nữ.

Xét theo khóa học, SV năm thứ hai ghi nhận mức độ khó khăn cao nhất (ĐTB = 3,43; ĐLC = 1,00), tiếp đến là SV năm thứ ba (ĐTB = 3,34; ĐLC = 1,02). Ngược lại, SV năm thứ nhất (ĐTB = 2,77; ĐLC = 1,05) và năm thứ tư (ĐTB = 2,72; ĐLC = 0,87) có mức độ khó khăn thấp hơn. Kết quả này cho thấy các năm học giữa có thể là giai đoạn người học bắt đầu đối mặt rõ rệt hơn với các quyết định và áp lực liên quan đến nghề nghiệp, trong khi SV năm cuối có xu hướng định hình định hướng nghề nghiệp rõ ràng hơn.

Theo điều kiện sống, nhóm sống cùng bạn bè hoặc người thân khác có ĐTB cao nhất (ĐTB = 3,28; ĐLC = 0,98), cho thấy mức độ khó khăn trong định hướng nghề nghiệp cao hơn so với các hình thức sinh hoạt khác. Nhóm sống một mình (ĐTB = 3,18; ĐLC = 1,14) và sống cùng bố mẹ (ĐTB = 3,07; ĐLC = 1,03) có mức độ khó khăn ở mức tương đối. Trong khi đó, nhóm sống cùng anh/chị em có ĐTB thấp hơn (ĐTB = 2,97; ĐLC = 1,12). Kết quả này cho thấy môi trường sống có thể tác động đến khả năng tiếp cận thông tin nghề nghiệp và mức độ hỗ trợ trong quá trình định hướng nghề nghiệp.

Về tình trạng kinh tế cá nhân, nhóm có điều kiện kinh tế khó khăn và trung bình có cùng mức ĐTB (ĐTB = 3,08; ĐLC = 1,00), cao hơn so với nhóm khá giả (ĐTB = 2,71; ĐLC = 1,22). Điều này cho thấy người học có điều kiện kinh tế tốt hơn có xu hướng ít gặp khó khăn hơn trong định hướng nghề nghiệp, có thể nhờ khả năng tiếp cận tốt hơn với các nguồn lực, thông tin và cơ hội trải nghiệm nghề nghiệp.

Kết quả cho thấy khó khăn trong định hướng nghề nghiệp nổi bật hơn ở SV năm thứ hai và thứ ba, nhóm sống cùng bạn bè hoặc người thân khác và nhóm có điều kiện kinh tế không khá giả. Những phát hiện này là cơ sở quan trọng cho việc xây dựng các chương trình tư vấn hướng nghiệp theo từng giai đoạn học tập và nhóm đối tượng nhằm hỗ trợ người học đưa ra các quyết định nghề nghiệp phù hợp và giảm thiểu lo lắng về tương lai nghề nghiệp.

Xem tiếp trang 95