Ý NGHĨA THỰC TIỄN CỦA HỌC PHẦN "QUẢN LÝ CẢM XÚC CỦA GIÁO VIÊN MẦM NON" Ở CÁC LỚP SƯ PHẠM GIÁO DỤC MẦM NON - HỆ VỪA HỌC VỪA LÀM TẠI TRƯỜNG ĐẠI HỌC ĐỒNG THÁP

LÊ ÁNH NGUYỆT
Trường Đại học Đồng Tháp

Nhận bài ngày 03/4/2025. Sửa chữa xong 10/4/2025. Duyệt đăng 19/4/2025.

Abstract

This article presents our survey on the impacts of the module "Management of Emotions for Preschool Teachers" on preschool teachers attending part-time, continuing education classes at Dong Thap University. The results indicate that most participants recognize the importance and significant benefits of this module for their teaching work and personal lives. It contributes to improving work efficiency and quality, while also helping prevent inappropriate behaviors that may arise in the absence of necessary knowledge and skills in emotional management.

Keywords: *Emotion, management of emotion, preschool teachers, impact, significance.*

1. Đặt vấn đề

Theo số liệu thống kê đầu năm học 2024-2025 (đến 17h3/9/2024), nước ta có khoảng 381.000 giáo viên mầm non (GVMN), chiếm tỷ lệ cao thứ nhì trong số GV phổ thông, chỉ đứng sau số lượng GV tiểu học (28,8% so với 30,4%), công tác tại 13.000 trường công lập và ngoài công lập, phụ trách chăm sóc và giáo dục khoảng 8 triệu trẻ em. Đây thực sự là con số ấn tượng bởi dự kiến trong năm học 2024-2025 cả nước vẫn còn thiếu trên 113.000 GV phổ thông, trong đó bao gồm cả GVMN [1]. Tuy nhiên, thống kê cũng cho thấy GVMN bỏ việc chiếm tỷ lệ cao nhất. Trong vòng 3 năm học kể từ tháng 8/2020 đến tháng 8/2023, tổng số GVMN, phổ thông nghỉ việc, bỏ việc lên đến con số hơn 40.000 người. Trong đó 2 năm học có số lượng GV bỏ việc nhiều nhất là năm 2021-2022 (khoảng 16.000) và năm học 2022-2023 (hơn 13.000) [2]. Vì sao GVMN bỏ việc quá nhiều? Thực tế cho thấy đặc điểm công việc của GVMN ở Việt Nam bị nhiều yếu tố chuyên môn và ngoài chuyên môn chi phối như: 1) Khối lượng công việc lớn; 2) Quản lý hành vi trẻ nhỏ vô cùng phức tạp; 3) Kỳ vọng quá nhiều từ phụ huynh; 4) Mức lương thấp và điều kiện làm việc chưa tốt; 5) Thiếu sự ghi nhận từ xã hội. Từ đó, GV luôn cảm thấy mệt mỏi, căng thẳng và đầy áp lực. Điều đó dẫn đến những thay đổi về tâm lý như cáu gắt, giận dữ dẫn đến những suy nghĩ, hành động thiếu kiểm soát, không phù hợp trong công việc giáo dục và chăm sóc trẻ như: bỏ mặc trẻ, la hét trẻ, đánh trẻ, cãi nhau với đồng nghiệp,… Trong thực tế, vì không kiềm chế được những cảm xúc tiêu cực bộc phát mà nhiều GVMN đã gây ra những tổn thương nghiêm trọng đến tinh thần, thể chất của trẻ mầm non, khiến xã hội vô cùng lo lắng, bức xúc và căm phẫn. Theo tác giả Nguyễn Thị Kim Chung thì "để tránh những thực trạng đáng tiếc xảy ra trong thời gian qua ở các trường mầm non, như GVMN bạo hành với trẻ, phạt trẻ sai cách, mâu thuẫn với đồng nghiệp, "chia bè, kết phái" trong tập thể thì một trong những kỹ năng cần thiết, quan trọng đối với GVMN là kỹ năng quản lý cảm xúc (QLCX) bản thân [3].

Xuất phát từ thực tiễn đó, Trường Đại học Đồng Tháp đã đưa học phần "Quản lý cảm xúc của GVMN" vào trong chương trình đào tạo GVMN các lớp vừa học vừa làm. Trong quá trình triển khai dạy học, chúng tôi đã ghi nhận được rất nhiều ý kiến, quan điểm khác nhau của GVMN về học phần này. Do đó, chúng tôi tiến hành khảo sát ý kiến các học viên (HV) tham gia các lớp học trên để tìm hiểu đầy đủ hơn

Email: languyet@dthu.edu.vn

về vai trò, ý nghĩa và tầm quan trọng của học phần này đối với công việc cũng như những thay đổi về tâm lý, hành vi sau một thời gian tiếp cận với nội dung học phần.

2. Một số vấn đề lý luận và thực tiễn

2.1. Cảm xúc và quản lý cảm xúc

Theo từ điển Tâm lý học thì *"Cảm xúc là sự phản ánh tâm lý về mặt ý nghĩa sống động của các hiện tượng và hoàn cảnh, tức mối quan hệ giữa các thuộc tính khách quan của chúng với nhu cầu của cơ thể, dưới hình thức rung động trực tiếp".* Các tác giả Nguyễn Quang Uẩn và cộng sự cũng cho rằng cảm xúc *"Là những thái độ thể hiện rung cảm của con người đối với sự vật, hiện tượng của hiện thực, phản ánh ý nghĩa của chúng trong mối liên hệ với nhu cầu, động cơ của con người"* [4]. Theo Joseph LeDoux (1996), cảm xúc được mô tả là "*Các quá trình tương tác giữa bộ não và cơ thể nhằm xử lý thông tin, từ đó dẫn đến các phản ứng hành vi và sinh lý đặc trưng*" [5]. Theo tác giả Paul Ekman trong nghiên cứu "An Argument for Basic Emotions", cảm xúc cơ bản bao gồm 6 loại chính: vui vẻ, buồn bã, giận dữ, sợ hãi, ngạc nhiên và ghê tởm [6]. QLCX, theo các nhà tâm lý học trên thế giới và tại Việt Nam được hiểu là khả năng nhận biết, hiểu và điều chỉnh cảm xúc của bản thân và người khác để phục vụ mục tiêu tích cực. Theo Nguyễn Thị Hải thì "QLCX là quá trình điều chỉnh cảm xúc của bản thân cho phù hợp với hoàn cảnh giao tiếp" [7]. QLCX là quá trình đánh giá khách quan những suy nghĩ có liên quan đến sự kiện kích hoạt cảm xúc để nhận diện, kiểm soát và điều chỉnh cảm xúc của bản thân nhằm đạt được hiệu quả hoạt động. QLCX là quá trình đánh giá khách quan những suy nghĩ có liên quan đến sự kiện kích hoạt cảm xúc để nhận diện, kiểm soát và điều chỉnh cảm xúc của bản thân nhằm đạt được hiệu quả hoạt động.

2.2. Đặc điểm lao động của giáo viên mầm non và những tình huống sư phạm xung đột về cảm xúc

Công việc của GVMN và mẫu giáo đòi hỏi sự liên kết chặt chẽ với yếu tố cảm xúc, bởi họ không chỉ giảng dạy mà còn chăm sóc và nuôi dưỡng trẻ trong giai đoạn phát triển quan trọng. Một số đặc điểm công việc liên quan đến yếu tố cảm xúc bao gồm: Chăm sóc và giáo dục trẻ: Theo nghiên cứu của Lê Thị Thanh Huyền trong luận án "Kỹ năng QLCX của GVMN ", việc chăm sóc trẻ nhỏ đòi hỏi GV phải kiểm soát cảm xúc cá nhân để duy trì môi trường tích cực và an toàn cho trẻ [8]. Giao tiếp với phụ huynh: Nghiên cứu từ Nguyễn Thị Kim Liên và Trần Thị Lợi nhấn mạnh rằng năng lực cảm xúc - xã hội của GVMN đóng vai trò quan trọng trong việc xây dựng mối quan hệ tốt với phụ huynh, giúp giải quyết các vấn đề một cách hiệu quả [9].

2.3. Vai trò của quản lý cảm xúc đối với giáo viên mầm non

Cảm xúc của con người có ảnh hưởng sâu sắc đến chất lượng và hiệu quả công việc. QLCX đóng vai trò quan trọng trong công việc, giúp cải thiện hiệu suất làm việc, xây dựng mối quan hệ tốt hơn và duy trì sức khỏe tinh thần. Theo Nguyễn Thanh Hiền và cộng sự, trí tuệ cảm xúc có tác động tích cực đến hiệu quả công việc, đặc biệt là trong môi trường giáo dục [10]. Ngoài ra, nghiên cứu của Vũ Việt Hằng và Phan Thị Cẩm Linh chỉ ra rằng trí tuệ cảm xúc có thể giảm căng thẳng trong công việc, từ đó nâng cao sự hài lòng và hiệu quả làm việc của nhân viên [11].

QLCX đóng vai trò quan trọng đối với GVMN và mẫu giáo, giúp họ tạo môi trường học tập tích cực, xây dựng mối quan hệ tốt với trẻ và đồng nghiệp cũng như duy trì sức khỏe tinh thần. Theo tác giả Nghiêm Thị Dương và Trần Thị Nguyệt, QLCX giúp GV "Nâng cao chất lượng chăm sóc, nuôi dưỡng và giáo dục tại các trường mầm non, đặc biệt trong bối cảnh đổi mới giáo dục hiện nay" [12]. Tác giả Lê Thị Thanh Huyền cũng nhấn mạnh rằng, kỹ năng QLCX là yếu tố cần thiết để GVMN đối mặt với những thách thức trong việc chăm sóc và giáo dục trẻ [8]. Do đó, để thực hiện tốt công việc của mình thì ngoài công việc chuyên môn GV phải biết kiềm chế mình, điều khiển cảm xúc của bản thân như nghiên cứu của Lê Thị Thanh Huyền, Phạm Thị Lệ Hằng đã khẳng định [12].

3. Hiệu quả tích cực của học phần "Quản lý cảm xúc" đối với giáo viên mầm non ở một số lớp hệ vừa học vừa làm tại Trường Đại học Đồng Tháp

3.1. Mô tả nghiên cứu

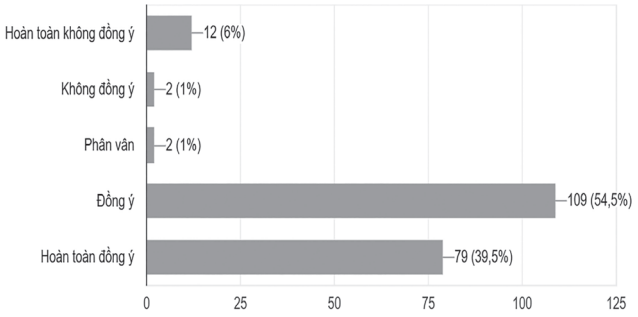
Để tìm hiểu những thay đổi về tâm lý cũng như những hành vi ứng xử có liên quan đến vấn đề cảm xúc

của GVMN, chúng tôi đã chọn ngẫu nhiên 7 lớp liên thông ngành Giáo dục mầm non, hệ vừa học vừa làm, với tổng số khoảng 231 HV, sau đó chúng tôi chọn 200 câu trả lời để đưa vào phân tích. HV là các cô giáo mầm non độ tuổi từ 20 đến 50, trong đó 20-25 tuổi chiếm 36.5%, 26-30 tuổi là 31%, 31-40 tuổi là 25.5% và nhóm cuối 41-50 là 7,0%, công tác tại các trường công lập (82,0%) dân lập và tư thục (14,0%) và nhóm trẻ gia đình (2,0%) trên địa bàn một số tỉnh như: Đồng Tháp, Kiên Giang, Bạc Liêu... Trong 12 câu hỏi, ngoài thông tin chung ở trên, chúng tôi tập trung khai thác hai vấn đề: 1) Những khó khăn, thách thức của GV khi chưa học qua học phần "QLCX của GVMN";) Những thay đổi sau khi học xong học phần đó.

3.2. Kết quả nghiên cứu

3.2.1. Những thách thức của giáo viên trước khi học học phần "Quản lý cảm xúc của giáo viên mầm non"

Trước tiên, chúng tôi nêu vấn đề những thay đổi cảm xúc đột ngột trong công việc qua câu hỏi *"Trong công tác giảng dạy và giao tiếp với đồng nghiệp, quý cô đã có ít nhất một vài lần đối diện với tình huống mà trong đó tâm lý/tinh thần của mình chuyển từ trạng thái bình thường sang trạng thái khác (vui, buồn, lo lắng, giận dữ,...)"* thì đa số các cô giáo xác nhận điều đó thường xảy ra. Mức độ cụ thể như sau:

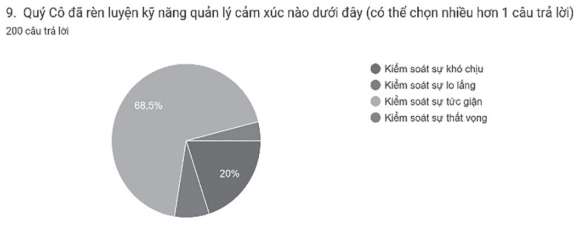


Thống kê cho thấy, việc đối diện với những tình huống khó khăn trong công việc là vấn đề thường xuyên xảy ra đối với đa số cô giáo. Có 109 (54,5%) GV thừa nhận thường xuyên đối diện các tình huống căng thẳng và 79 (39,5%) thừa nhận luôn đối diện với những tình huống gây căng thẳng về cảm xúc. Tuy nhiên, khi chúng tôi hỏi thêm về phương pháp xử lý các tình huống cũng như vượt qua tình trạng không hạnh phúc trong công việc, đa số GV đều chưa có cách giải quyết thấu đáo. Cụ thể, có đến hơn phân nữa các cô (109, 54,0% trả lời đồng ý, 20, 10% nhấn mạnh rất đồng ý) cho rằng "Đó là những vấn đề cảm xúc riêng trong công việc của mình, tự tìm cách giải quyết mà không cần sự hỗ trợ". Có rất ít GV (12, 12%) thừa nhận mình có tìm kiếm sự hỗ trợ để giải quyết các vấn đề cảm xúc, số còn lại tỏ ra phân vân, có lẽ là tùy trường hợp thì có cách giải quyết.

Dù đa số GV (126, 60%) có thừa nhận đã được "*Bạn bè, đồng nghiệp, người thân lưu ý, nhắc nhở, chia sẻ,... mình về vấn đề "QLCX" trong khi giảng dạy và giao tiếp với đồng nghiệp*" (câu hỏi 06) nhưng có lẽ các cô vẫn chưa có kiến thức một cách hệ thống, đầy đủ, chưa có kỹ năng và chiến lược rõ ràng trong việc QLCX của mình. Do đó, đa số GV (141, 65,5%) thừa nhận "*Việc mình biểu lộ trạng thái khác thường (vui, buồn, lo lắng, giận dữ,...) với trẻ, đồng nghiệp một cách tự nhiên, thẳn thắng, không cần nguyên tắc,... là một điều bình thường*" (câu hỏi 4). Chỉ một tỉ lệ rất ít (15, 7,5%) GV trả lời không đồng ý, có nghĩa là bản thân các cô đã có những "chiến lược" QLCX cho riêng mình.

3.2.2. Hiệu quả bước đầu của học phần "Quản lý cảm xúc của giáo viên mầm non" đối với giáo viên mầm non

Để kiểm tra ý nghĩa, hiệu quả bước đầu của học phần "*QLCX của GVMN*" đối với GVMN, chúng tôi đã nêu câu hỏi "*Hiện nay, quý cô đã chủ động và sẵn sàng chia sẻ các "kỹ năng" ở trên với bạn bè/đồng nghiệp của mình hay chưa*". Kết quả có 114 câu trả lời đồng ý (57,0%) và 77 (37,0%) cho rằng sẽ sẵn sàng chia sẻ các kỹ năng QLCX với đồng nghiệp. Về kỹ năng mà các cô muốn chia sẻ, chúng tôi nhận thấy có sự khác biệt, trong đó nổi bật là "kiểm soát sự tức giận" (137, 68,5%), "kiểm soát sự khó chịu" (40, 20,0%) và sau đó là "kiểm soát sự lo lắng" (15,7,5%), "kiểm soát sự thất vọng" (8, 4,0%).



Về các kỹ năng QLCX mà các cô cho rằng mình cần rèn luyện, chúng tôi thu được kết quả như sau:

Kết quả bảng trên cho thấy điều mà các cô nhận thức rõ và muốn thay đổi đó là phải "kiểm soát sự tức giận" của bản thân là phương án tốt nhất để xoa dịu các tình huống căng thẳng, dễ xảy ra xung đột, từ đó có thể hạn chế được các tình huống xấu có thể xảy ra và để thực hiện tốt các kỹ năng QLCX, các cô cho rằng cần phải "*Lắng nghe các câu chuyện thực tế đã xảy ra và rút kinh nghiệm cho bản thân*" (78, 39,0%), "*Chỉ cần để ý các sự việc đã xảy ra với bản thân rồi rút kinh nghiệm*" (74,37,0%), một số ít cho phải "*Đọc tài liệu, sách báo*" (38, 19,0%) và số ít "*Xem một tình huống dàn dựng trênvideo/phim ảnh*" (10, 5,0%).

4. Kết luận

Số liệu khảo sát ở trên chỉ là kết quả ban đầu sau một thời gian được trang bị kiến thức, kỹ năng và chia sẻ kinh nghiệm về một lĩnh vực ngoài chuyên môn nhưng có tính mật thiết, có thể quyết định chất lượng công việc đối với các GVMN. Điều mà chúng tôi cảm nhận được đó là những thay đổi của các cô về vấn đề cảm xúc và QLCX. Thứ nhất, đa số các cô (186, 93,0%) đều thống nhất rằng "*Mọi GVMN cần phải được trang bị đầy đủ những kiến thức và kỹ năng QLCX để làm việc tốt hơn và tinh thần được thoải mái hơn*". Thứ hai, các cô có sự cởi mở hơn, sẵn sàng chia sẻ các vấn đề của mình cho đồng nghiệp, bạn bè trong lớp học, trong các giờ thảo luận và cả khoảng thời gian sau này (một điều mà trước đây các cô thường xem là "vấn đề riêng của bản thân"). Thứ ba, qua các buổi học các cô đã được trang bị các kiến thức, kỹ năng một cách đầy đủ, hệ thống và khoa học về cảm xúc và QLCX. Đặc biệt là kinh nghiệm thực tiễn của đồng nghiệp, bạn bè về vấn đề này trong các buổi thảo luận sẽ giúp các cô vững vàng, bản lĩnh hơn khi đối diện với các tình huống có sự xung đột về cảm xúc. Từ đó, các cô sẽ tự xác định và chọn lựa những phương án và cách giải quyết các tình huống một cách kịp thời, chính xác, hài hòa và thấu đáo, đảm bảo chất lượng dạy học và giữ gìn không khí vui vẻ, thoải mái trong lớp học.

Tài liệu tham khảo

[1] Minh Giảng (2024), *Toàn cảnh giáo dục Việt Nam năm học 2024-2025*, nguồn: https://tuoitre.vn/toan-canh-giao-duc-viet-nam-nam-hoc-2024-2025-2024090510153954.htm, ngày 05/09/2024

[2] Ngọc Trân (2023), *Hơn 40.000 giáo viên bỏ việc trong 3 năm qua - có đáng lo ngại?*, nguồn: https://congdankhuyenhoc.vn/hon-40000-giao-vien-bo-viec-trong-3-nam-qua-co-dang-lo-ngai-179230819222250398.htm, ngày 20/08/2023.

[3] Nguyễn Thị Kim Chung (2022), *Kỹ năng quản lý cảm xúc bản thân của sinh viên Khoa Giáo dục mầm non,* Trường Cao đẳng Sư phạm Nghệ An, Tạp chí Tâm lý học, số 4 (277), tháng 4, tr. 84-97.

[4] Nguyễn Quang Uẩn, Trần Hữu Luyến, Trần Quốc Thành (2002), *Tâm lý học đại cương*, NXB Đại học Quốc gia Hà Nội.

[5] Joseph LeDoux (1998), *The Emotional Brain: The Mysterious Understandings of emotional life (Bộ não cảm xúc: Những hiểu biết về đời sống cảm xúc đầy bí ẩn),* Published by Simon & Schuster (NXB Simon & Schuster).

[6] Paul Ekman (1992), *An Argument for Basic Emotions (Một ý kiến tranh luận về những bậc cảm xúc cơ bản)*, Cognition and Emotion (Tạp chí Nhận thức và Cảm xúc), No. 6 (3/4), pp. 169-200.

[7] Nguyễn Thị Hải (2014), *Kĩ năng quản lý cảm xúc bản thân của sinh viên sư phạm*, Luận án Tiến sĩ chuyên ngành Tâm lý học, Viện Khoa học Xã hội, Viện Hàn lâm Khoa học Xã hội Việt Nam.

[8] Lê Thị Thanh Huyền (2019), *Những yếu tô ảnh hưởng đến sự thay đổi kĩ năng quản lí cảm xúc của giáo mầm non tại Thành phố Hồ Chí Minh*, Tạp chí khoa học, Trường Đại học Sư phạm TP. Hồ Chí Minh, tập 16, số 11, tr. 809-818.

[9] Nguyễn Thị Kim Liên, Trần Thị Lợi (2023), *Một số giải pháp phát triển năng lực cảm xúc - xã hội cho giáo viên mầm non hiện nay*, Tạp chí Khoa học, Trường Đại học Quảng Nam, số đặc biệt, tr. 56-65.

[10] Nguyễn Thanh Hiền, Kiều Hà Châu, Nguyễn Hà Vân, Thân Thị Thảo Vân, Lê Thu Hằng (2021), *Nghiên cứu ảnh hưởng của trí tuệ cảm xúc đến hiệu quả công việc: nghiên cứu trường hợp của các giảng viên đại học tại Thành phố Hà Nội,* FTU Working Paper Series, Vol. 2 No. 4 (10/2021), tr. 176-194.

[11] Vũ Việt Hằng, Phan Thị Cẩm Linh (2016), *Tác động của trí tuệ cảm xúc đến căng thẳng trong công việc của nhân viên kế toán tại Thành phố Hồ Chí Minh*, Tạp chí Khoa học Trường Đại học Mở TP. Hồ Chí Minh, số 11 (1), tr. 187-198.

[12] Nghiem Thi Duong, Tran Thi Nguyet (2024), *Self-emotional management skills of preschool teachers: a case study in preschools in Binh Xuyen district, Vinh Phuc province, Vietnam (Kỹ năng tự quản lý cảm xúc của giáo viên mầm non, một nghiên cứu trường hợp tại các trường mầm non huyện Bình Xuyên, tỉnh Bình Phước, Việt Nam),* European Journal of Educational Studies (Tạp chí Nghiên cứu Giáo dục Châu Âu), Vol 11, No 12 (2024).

[13] Lê Thị Thanh Huyền, Phạm Thị Lệ Hằng (2021), *Biện pháp rèn kĩ năng quản lý cảm xúc bản thân cho giáo viên tại cơ sở Thực hành Mầm non Hoa Sen - Trường Cao đẳng Sư phạm Hòa Bình*, Tạp chí Dạy và Học ngày nay, tháng 5, tr. 45-48.