

SỬ DỤNG 5-7 PHÚT HÀI SITCOM NÂNG CAO KỸ NĂNG NÓI CHO SINH VIÊN KHÔNG CHUYÊN TIẾNG ANH TẠI ĐẠI HỌC BÁCH KHOA HÀ NỘI

LƯƠNG TRUNG KIÊN
Khoa Ngoại ngữ, Đại học Bách khoa Hà Nội
LƯƠNG NGUYỄN THUẬN ANH
NP Education Center

Nhận bài ngày 15/4/2026. Sửa chữa xong 25/5/2026. Duyệt đăng 03/6/2026.

Abstract

This study investigates the effectiveness of integrating 5-7 minute short sitcom clips into speaking classes for non-major English students at Hanoi University of Science and Technology. Using a mixed-methods action research design, the study measures changes in fluency, accuracy, confidence, and engagement of learners. The findings reveal that short sitcoms provide authentic linguistic and cultural contexts while significantly reducing foreign language anxiety. Moreover, the 5-7 minute duration serves as an 'optimal zone' that maintains high concentration without causing cognitive overload. Based on these results, a four-stage framework is proposed to optimize short-form audiovisual materials in large classrooms.

Keywords: Authentic linguistic and cultural contexts, cognitive overload, non-major English students, optimal zone, short sitcoms.

1. Đặt vấn đề

Trong xu thế hội nhập toàn cầu và chủ trương đưa tiếng Anh trở thành ngôn ngữ thứ hai trong trường học, năng lực giao tiếp - đặc biệt là kỹ năng nói đã trở thành tiêu chí cốt lõi quyết định cơ hội việc làm của sinh viên (SV). Tuy nhiên, đối với SV không chuyên khối kỹ thuật, việc phát triển kỹ năng này gặp nhiều rào cản. Dù đã có nền tiếng Anh, phần lớn SV vẫn dừng lại ở mức độ giao tiếp cơ bản, thiếu tự nhiên và khó áp dụng vào ngữ cảnh thực tế do áp lực từ các môn chuyên ngành. Nguyên nhân một phần xuất phát từ phương pháp giảng dạy truyền thống phụ thuộc vào sách giáo khoa với các hội thoại mẫu mang tính "kịch bản". Dù chuẩn về ngữ pháp, tài liệu này thiếu đi tính sống động của ngôn ngữ đời thực. Kết quả là SV có thể đạt điểm cao trong bài kiểm tra đọc, viết nhưng lại lúng túng khi đối thoại với người bản xứ. HÀI SITCOM ngắn được sử dụng như một công cụ hỗ trợ đắc lực nhờ tính giải trí cao, lời thoại ngắn, bối cảnh gần gũi. Việc đưa nguyên tập phim "20-25 như *Friends* hay *Motherlover* vào lớp học thường phản tác dụng, dễ gây quá tải nhận thức và SV mất tập trung. Do đó, việc sử dụng các phân đoạn sitcom ngắn từ 5-7 phút là một giải pháp mang tính chiến lược cho phép thời gian vừa đủ để người học phân tích sâu về ngôn ngữ mà không bị áp lực, truyền tải trọn vẹn một tình huống giao tiếp hài hước, giảm thiểu đáng kể tâm lý ngại nói (Nguyen & Do, 2024).

2. Phương pháp nghiên cứu

2.1. Thiết kế nghiên cứu và đối tượng tham gia

Nghiên cứu hành động này dựa theo mô hình của Kemmis và McTaggart, kết hợp với thiết kế thực nghiệm kiểm chứng kéo dài liên tục trong 15 tuần. Nghiên cứu được triển khai với 120 SV không chuyên thuộc khối chuyên ngành kỹ thuật tại Đại học Bách khoa Hà Nội. Qua kết quả khảo sát sơ bộ và bài thi khảo sát đầu khóa cho thấy trình độ tiếng Anh mức tương đương bậc A2 đến B1 theo khung

Email: kien.luongtrung@hust.edu.vn

tham chiếu ngôn ngữ chung Châu Âu (CEFR). Đây là nhóm đối tượng có tư duy logic toán học xuất sắc nhưng có độ ì lớn về phản xạ nói ngoại ngữ và SV được phân chia thành hai nhóm: - *Nhóm thực nghiệm* - (EG): Được áp dụng hoàn toàn quy trình giảng dạy 4 bước (4-Step Cornerstone) tích hợp các đoạn phim sitcom ngắn từ 5-7 phút trong tất cả các tiết thực hành nói; - *Nhóm đối chứng* - (CG): Được giảng dạy kỹ năng nói theo đúng chương trình chuẩn và tài liệu sách giáo khoa truyền thống của trường, khai thác các đoạn nghe (audio tracks) đi kèm sách và thảo luận nhóm dựa trên hệ thống câu hỏi tình trong giáo trình.

2.2. Công cụ thu thập và xử lý dữ liệu

Nghiên cứu áp dụng phương pháp hỗn hợp nhằm kết hợp điểm mạnh của dữ liệu định lượng và định tính thông qua 3 công cụ chính: 1) *Kiểm tra năng lực nói* (Pre-test và Post-test): Pre-test (Tuần 1): Tiến hành trước can thiệp nhằm đo xuất phát điểm của hai nhóm; Post-test (Tuần 15): Tiến hành sau thực nghiệm nhằm đo lường sự tiến bộ và thái độ của người học; *Tiêu chí đánh giá*: Bài kiểm tra được thiết kế theo cấu trúc bài thi nói chuẩn Cambridge (PET/FCE) và chấm điểm dựa trên khung đánh giá năng lực nói theo lý thuyết của Thornbury (2005). Thang đo bao gồm 4 tiêu chí cốt lõi: 1) Độ lưu loát và mạch lạc; 2) Vốn từ vựng tình huống; 3) Độ chính xác ngữ pháp; 4) Phát âm và Ngữ điệu. Mỗi tiêu chí được chấm theo thang từ 1 đến 5 điểm (Tổng điểm tối đa là 20 điểm); 2) *Khảo sát bằng bảng hỏi*: Được phát trực tuyến cho toàn bộ SV nhóm thực nghiệm (EG) vào tuần thứ 14. Bảng hỏi sử dụng thang đo Likert 5 mức độ, tập trung vào 3 khía cạnh: 1) Mức độ phù hợp của thời lượng 5-7 phút đối với tải nhận thức; 2) Sự thay đổi về mặt tự tin và mức độ giảm lo âu nhờ yếu tố hài hước; 3) Động lực chủ động tự học ngôn ngữ qua phim ảnh ngoài giờ lên lớp; 3) *Phỏng vấn bán cấu trúc* (Semi-structured Interview): Khi có kết quả Post-test, chọn mẫu có mục đích để phỏng vấn sâu SV thuộc nhóm EG. Nhóm này bao gồm các đại diện: SV có mức độ tiến bộ vượt trội, tiến bộ trung bình và tiến bộ ít. Phỏng vấn bằng tiếng Việt nhằm gỡ bỏ rào cản ngôn ngữ, giúp SV thoải mái bộc lộ những chuyển biến tâm lý nội tại, khó khăn đã trải qua và tiếp thu ngôn ngữ cá nhân.

2.3. Quy trình và tiêu chí lựa chọn tư liệu Sitcom

Học liệu không phải là các video ngẫu nhiên mà được sàng lọc nghiêm ngặt dựa trên một bộ tiêu chí chuẩn hóa nhằm phục vụ tối ưu cho đối tượng SV không chuyên kỹ thuật bậc A2-B1: *Thời lượng*: Video phải có thời lượng cắt trích dao động chặt chẽ từ 4'30 giây đến tối đa là 7'. Không chọn các đoạn dưới 3' vì không lột tả hết cốt truyện, không chọn đoạn quá dài vượt giới hạn tải nhận thức; *Ngôn ngữ*: Video sử dụng ngôn ngữ tiếng Anh bản xứ hoặc Anh-Mỹ. Tốc độ nói từ mức tự nhiên nhưng phải đảm bảo rõ lời, không lẫn quá nhiều tạp âm. Video phải có hệ thống phụ đề tiếng Anh chuẩn xác, có thể tắt/bật linh hoạt về mặt kỹ thuật; *Nội dung và văn hóa*: Nội dung phim phải giàu tính hướng giao tiếp hằng ngày, mang tính đại diện cho văn hóa, văn minh các nước nói tiếng Anh (giao tiếp công sở, nhà hàng, gia đình, nhà trường). Loại bỏ các phân cảnh chứa nội dung nhạy cảm về chính trị, tôn giáo, sắc tộc hoặc các từ ngữ thô tục không phù hợp với không gian sư phạm; *Nguồn tư liệu chính*: Nghiên cứu lựa chọn 3 nguồn học liệu uy tín như *Extra English*, *Mind Your Language*, *BBC Learning English & Comedy Central* - các tiểu phẩm được thiết kế chuyên biệt cho người học Tiếng Anh với cốt truyện hài hước, những tình huống hiểu lầm ngôn ngữ thú vị, tốc độ nói vừa phải và hình ảnh trực quan rõ nét, giúp SV đồng cảm và rút ra kinh nghiệm thực tế. Hơn nữa các tiểu phẩm đã được nghiên cứu, biên tập, cắt cúp lại để đảm bảo đúng thời lượng quy định và bám sát các chủ đề giao tiếp trong khung chương trình của Đại học Bách khoa Hà Nội như: Job Interview, Traveling, Technology, Socializing.

3. Nội dung nghiên cứu

3.1. Cơ sở lý luận chuyên sâu

3.1.1. Thuyết thụ đắc ngôn ngữ và vai trò của tài liệu chân thực

Nền tảng cốt lõi của việc tiếp nhận và phát triển một ngôn ngữ thứ hai (L2) dựa trên Thuyết ngữ nhập của Stephen Krashen. Ông chỉ ra rằng bộ não con người thụ đắc ngôn ngữ hiệu quả nhất khi được tiếp cận với nguồn "đầu vào hiểu được". Khi đầu vào quá khó, người học sẽ rơi vào trạng thái quá tải và từ chối tiếp nhận; ngược lại, nếu đầu vào quá dễ hoặc lặp lại, sự tiến bộ sẽ dẫn triệt tiêu (Krashen 1985). Trong môi trường học tập L2 hiện đại, tài liệu chân thực là những văn bản, âm thanh hoặc hình ảnh do người bản xứ tạo ra nhằm mục đích giao tiếp thực tế với người bản xứ, hoàn toàn không được thiết kế cho mục đích sư

phạm hay giảng dạy ngoại ngữ (Gilmore 2007). Tuy nhiên, tài liệu này vô cùng phong phú bao gồm các hiện tượng tình lược, từ đệm và các biến thể ngữ điệu mà sách giáo khoa thông thường đã chủ động lược bỏ để giữ tính "trong sáng" học thuật. Việc tiếp xúc với tài liệu giúp người học thu hẹp khoảng cách giữa lý thuyết lớp học và thực tế. Sherman (2003) phân tích thể loại nghe nhìn và khẳng định các dạng video chân thực như phim truyền hình, tin tức hay đặc biệt là phim sitcom đóng vai trò như một "cửa sổ nhìn ra thế giới văn hóa bản địa" giúp người học không chỉ tiếp nhận từ vựng tĩnh mà còn tiếp cận một hệ sinh thái ngôn ngữ động bao gồm: âm thanh tự nhiên, ngôn ngữ cử chỉ và văn hóa ngữ dụng, cách ứng xử, biểu thị sự mỉa mai, từ chối hay tán thưởng. Sự kết hợp đồng thời giữa kênh thính giác và thị giác trực quan giúp não bộ của người học dễ dàng "giải mã nghĩa" của các từ vựng hay thành ngữ một cách tự nhiên mà không cần đến sự can thiệp của việc chuyển ngữ qua lăng kính tiếng mẹ đẻ.

3.1.2. Thuyết tải nhận thức và giới hạn thời lượng 5-7 phút

a. *Giới hạn bộ nhớ và hiện tượng quá tải nhận thức khi xem video*: Thuyết tải nhận thức của John Sweller (1988) chỉ ra rằng bộ nhớ làm việc của con người chỉ có thể xử lý từ 4-7 đơn vị thông tin tại một thời điểm trong vài chục giây. Khi xem video tiếng Anh, SV phải hoạt động hết công suất để xử lý đồng thời nhiều luồng dữ liệu: lọc âm thanh, quan sát hình ảnh, dịch từ vựng và phân tích văn hóa. Nếu thời lượng video quá dài, bộ nhớ sẽ bị nghẽn do quá tải, khiến hiệu quả tiếp thu ngôn ngữ giảm.

b. *Thời lượng 5-7 phút là "vùng tối ưu" nhận thức cho Gen Z*: Để giải quyết bài toán dung lượng bộ nhớ, Stempleski và Tomalin (2001) đưa ra "nguyên tắc vàng" đó là thời lượng video chân thực lý tưởng chỉ nên kéo dài từ vài phút đến dưới 10 phút để tránh biến giờ học thành buổi giải trí thụ động. Nghiên cứu hiện đại của Tafazoli (2023) cũng chứng minh SV Gen Z dễ bị "mệt mỏi kỹ thuật số" và có xu hướng từ chối tiếp nhận video dài quá 8 phút do thói quen xem nội dung ngắn. Do đó, khoảng thời gian 5-7 phút là định dạng hợp lý nhất, vừa bảo toàn cấu trúc cốt truyện hài hước, vừa giữ bộ nhớ làm việc hiệu quả, GV có thời gian triển khai các hoạt động tương tác ngôn ngữ tiếp theo.

3.1.3. Giải thuyết bộ lọc cảm xúc và yếu tố hài hước qua Sitcom

Theo thuyết bộ lọc cảm xúc của Krashen (1985), việc tiếp thu ngôn ngữ bị chi phối mạnh mẽ bởi động lực, sự tự tin và lo âu. Khi người học căng thẳng hay tự ti, "bộ lọc" sẽ như một bức tường ngăn chặn mọi nguồn đầu vào ngôn ngữ ($i+1$). Trong các kỹ năng, Thornbury (2005) nhận định kỹ năng nói dễ kích hoạt bộ lọc nhất do tính chất bộc lộ công khai và diễn ra theo thời gian thực. Người học phải chịu áp lực kép: vừa xử lý tư duy, vừa đối diện với sự đánh giá của người nghe. Vì vậy, nhiệm vụ cốt lõi của GV là phải tạo ra môi trường an toàn về tâm lý để hạ thấp bộ lọc này. Để giải quyết bài toán trên, việc tích hợp yếu tố hài hước qua phim sitcom ngắn được xem là giải pháp tối ưu. Nghiên cứu của Berk (2009) chứng minh tiếng cười tác động mạnh đến não bộ, lập tức hạ bộ lọc xuống mức tối thiểu và biến lớp học thành nơi an toàn, nơi lỗi sai được nhìn nhận tích cực. Đồng thời, Kohnke và Moorhouse (2021), SV Gen Z nhạy bén với các tương tác ngắn, có tính giải trí cao; các đoạn clip sitcom ngắn sẽ giúp họ phản xạ và giao tiếp bằng L2 một cách tự nhiên, phóng khoáng hơn so với giáo trình khô khan thông thường.

3.2. Quy trình giảng dạy 4 bước để xuất (4-Step Cornerstone)

Quy trình "4-Step Cornerstone" được thiết kế như một chu trình khép kín kéo dài trong 45 phút của một tiết thực hành nói. Quy trình này là sự kết hợp biện chứng giữa mô hình khai thác video của Stempleski và Tomalin (2001) và nguyên tắc tổ chức hoạt động nói sản sinh của Thornbury (2005), giúp SV từ trạng thái tiếp nhận ngôn ngữ thụ động sang làm chủ ngôn ngữ chủ động.

Bước 1: Trước khi xem (5-7 phút): Mục tiêu: Kích hoạt kiến thức nền, khơi dậy các đơn vị từ vựng đang ở trạng thái thụ động "ngôn ngữ ngủ" trong não bộ SV; đồng thời giảm thiểu tối đa áp lực tâm lý từ mới và thu hút toàn bộ sự tập trung của SV vào bài học, tách khỏi các yếu tố gây nhiễu kỹ thuật số cá nhân (Stempleski & Tomalin, 2001). *Hoạt động*: GV chiếu một hình ảnh tĩnh được chụp cắt từ phân cảnh đắt giá nhất của video sitcom sắp xem hoặc đưa ra một câu hỏi gợi mở mang tính kích thích tư duy, liên quan trực tiếp đến tình huống hài hước trong phim. Ví dụ: Trước khi xem một phân cảnh trong phim Extra English khi nhân vật Hector đến nhà bạn gái ăn tối nhưng dùng sai từ dẫn đến hiểu lầm, GV sẽ chiếu cảnh Hector và hỏi: "What is the most embarrassing mistake you could make when meeting your partner's family for the

first time?". SV sẽ thảo luận nhanh theo cặp. Sau đó, GV giới thiệu 3-4 cụm từ lóng hoặc thành ngữ then chốt xuất hiện trong clip mà nếu không biết, SV không thể hiểu được nút thắt hài hước của phim. Việc này giúp SV không rơi vào trạng thái "hoang mang nhận thức" ở bước tiếp theo.

Bước 2: Trong khi xem (10-12 phút): Mục tiêu: Rèn luyện kỹ năng nghe hiểu trong một bối cảnh trực quan động; giúp SV nâng cao năng lực cảm nhận âm điệu, nhận diện cách thức sử dụng ngôn ngữ tình huống thực tế và biểu cảm của người bản xứ (Sherman, 2003). **Hoạt động:** GV tổ chức cho SV xem đoạn video sitcom 2 lần với các nhiệm vụ nhận thức có tính phân bậc rõ ràng: - *Lần 1 (Tắt toàn bộ phụ đề):* SV tập trung cao độ vào việc nắm bắt đại ý và diễn biến cốt truyện, không ghi chép, chỉ quan sát và lắng nghe để trả lời các câu hỏi bao quát mang tính định hướng: "Who are the main characters? What is the main conflict between them? Why is it funny?". GV gọi 2-3 SV trả lời nhanh để xác nhận lớp học đã bắt được nhịp của câu chuyện; - *Lần 2 (Bật phụ đề tiếng Anh):* Đây là giai đoạn nghe sâu để tìm kiếm thông tin chi tiết. GV phát phiếu bài tập và SV vừa xem vừa thực hiện nhiệm vụ như điền vào chỗ trống một câu thoại hài hước mang tính "chốt" của nhân vật hoặc nối các câu thành ngữ, từ lóng với ý nghĩa tương ứng trong ngữ cảnh phim theo kỹ thuật khai thác của Stempleski và Tomalin (2001).

Bước 3: Sau khi xem (12-15 phút): Mục tiêu: Đóng vai trò là "cầu nối" vững chắc để chuyển hóa toàn bộ nguồn ngữ liệu đầu vào thành tài nguyên sẵn sàng, chủ động nhằm tập trung xử lý sâu về mặt ngữ âm và năng lực ngữ dụng (Gilmore, 2007). **Hoạt động:** GV vận dụng linh hoạt tổ hợp 4 kỹ thuật nghiệp vụ sư phạm cốt lõi: - *Phân tích ngữ điệu:* GV dùng màn hình tại các câu chốt tạo nên tính hài hước, phân tích cho SV thấy tại sao nhân vật lại nhấn trọng âm vào từ này, lên giọng hay hạ giọng ở cuối câu để bộc lộ sự mỉa mai, châm biếm hay ngạc nhiên, điều mà các đoạn audio sách giáo khoa thường bỏ qua; - *Nói nhại:* GV phát lại một đoạn hội thoại đỉnh điểm kéo dài khoảng 30 giây, yêu cầu lớp học cá nhân bật mic nói đuổi theo nhân vật, bắt chước hoàn chỉnh từ phát âm, nhịp điệu, tốc độ nói cho đến khẩu hình và cơ mặt. Kỹ thuật này giúp phá vỡ sức ỳ phát âm, hình thành phản xạ phát âm tự nhiên; - *Giải mã ý tại ngôn ngoại:* SV kỹ thuật thường hiểu câu chữ theo nghĩa đen. GV sẽ chọn 1-2 câu mang tính "gài" trong phim để hỏi sâu. Ví dụ, khi nhân vật nói: "Oh, brilliant!" với một khuôn mặt méo mó khi gặp sự cố, GV hỏi: "Does 'brilliant' here mean excellent or something else?". Kỹ thuật này giúp SV hiểu sâu về ngữ dụng học để tránh giao tiếp vô duyên trong thực tế; - *Đọc suy luận và Đoán ý:* GV bấm dừng hình ảnh đột ngột ngay sau lời thoại của nhân vật A và trước phản ứng của nhân vật B, đặt câu hỏi: "Look at character C's expression. What is she actually thinking right now?" hoặc "Why did he/she change his attitude suddenly?". Câu hỏi này buộc SV phải vận dụng tư duy phản biện bằng L2 để thảo luận và biện luận, tạo bước đệm ý tưởng cho giai đoạn thực hành nói tự do.

Bước 4: Thực hành và Sáng tạo (12-15 phút): Mục tiêu: Đạt đến mức độ "Tự động hóa" và "Khái quát hóa" ngôn ngữ trong cấu trúc nhận thức, giúp SV làm chủ hoàn toàn các cấu trúc khẩu ngữ vừa học và biến chúng thành năng lực nói của bản thân (Thornbury, 2005). **Hoạt động:** GV chia lớp thành các nhóm nhỏ từ 3- 4 SV và giao nhiệm vụ đóng vai với hai sự lựa chọn linh hoạt nhằm phân hóa năng lực người học: *Lựa chọn A:* Các nhóm tiến hành đóng vai lại chính phân cảnh hài hước vừa xem trong sitcom. SV bắt buộc phải sử dụng lại các từ lóng, từ khóa và ngữ điệu đã được học ở bước 3 nhưng được phép tùy biến lời thoại theo phong cách hài hước riêng; *Lựa chọn B:* Dành cho các nhóm có năng lực khá giỏi. SV thảo luận để viết tiếp một phần kết mới cho tình huống trong phim hoặc tự xây dựng một kịch bản hoàn toàn mới có cốt truyện tương tự nhưng xảy ra trong bối cảnh thực tế đời sống SV tại Việt Nam như sự cố hiểu lầm trong ký túc xá, căng-tin, lớp học.

Thể hiện và đánh giá: GV gọi ngẫu nhiên các nhóm lên "sân khấu" với phần diễn trước lớp. 'Khán giả' phía dưới đóng vai trò giám khảo, sử dụng bình chọn để đánh giá nhóm nào có diễn xuất tự nhiên, lời thoại tiếng Anh hài hước, thuyết phục nhất dựa trên tinh thần ganh đua tích cực (Berk, 2009). GV tiến hành nhận xét tổng kết về mặt ngôn ngữ sau khi hoạt động kết thúc.

3.3. Kết quả và thảo luận

3.3.1. Phân tích kết quả định lượng (Pre-test và Post-test) của nhóm thực nghiệm (EG) và nhóm đối chứng (CG)

Kết quả cho thấy, trước khi tiến hành thực nghiệm, năng lực nói tiếng Anh của SV ở hai nhóm khá đồng đều và không có chênh lệch đáng kể. Điểm trung bình Pre-test của nhóm thực nghiệm (EG) là 10.14 ± 2.13 và nhóm đối chứng (CG) là 10.30 ± 1.98 . Kiểm định t-test độc lập xác nhận sự khác biệt này

đảm bảo tính tương đồng về xuất phát điểm của các đối tượng tham gia nghiên cứu khi $p > 0.05$. Tuy nhiên, sau 15 tuần áp dụng mô hình, bút phá về năng lực nói đã được ghi nhận ở nhóm thực nghiệm (EG). Điểm trung bình tăng mạnh từ 10.14 lên 15.86 ± 1.45 . Giá trị khác biệt trung bình giữa trước và sau tác động đạt mức tăng trưởng rất cao $\Delta M = +5.72$ trên thang điểm 20. Kiểm định t-test cặp khẳng định sự tiến bộ này có ý nghĩa khi thống kê với $p < 0.001$. Nhóm đối chứng (CG) ghi nhận mức tăng nhẹ, từ 10.30 lên 12.45 ± 1.82 ($\Delta M = +2.15$). Mức độ cải thiện này được đánh giá là không có bút phá đáng kể về mặt thống kê quy chuẩn khi $p > 0.05$ so với nhóm thực nghiệm. Kết luận chênh lệch $\Delta MEG = +5.72 > \Delta MCG = +2.15$ cùng với giá trị $p < 0.001$ là bằng chứng khẳng định việc sử dụng các clip sitcom ngắn 5-7 phút kết hợp với quy trình giảng dạy tương tác mang lại hiệu quả vượt trội trong việc nâng cao năng lực nói cho SV khối kỹ thuật so với phương pháp giảng dạy truyền thống.

Nghiên cứu tiến hành bóc tách theo 4 tiêu chí thành phần cấu thành năng lực nói theo lý thuyết của Thornbury (2005). Dữ liệu cho thấy tiêu chí *Độ lưu loát và Mạch lạc* của nhóm EG tăng cao nhất 1.83. Tiếp theo đó là *Phát âm và Ngữ điệu* tăng 1.44, nhờ vào hiệu quả trực tiếp của kỹ thuật nói nhại và phân tích ngữ điệu ở bước 3. SV không còn nói tiếng Anh với tông giọng đều đều theo kiểu đọc văn bản mà đã biết nhấn trọng âm từ, chuyển dịch trọng âm câu và lên xuống giọng để biểu thị cảm xúc. Ngược lại, tiêu chí *Độ chính xác về ngữ pháp* ghi nhận mức tăng khiêm tốn nhất ở cả hai nhóm (nhóm EG chỉ tăng 0.70). Kết quả này hoàn toàn tương thích với bản chất của ngôn ngữ nói tự nhiên được Gilmore (2007) là trong giao tiếp thực tế, bộ não ưu tiên xử lý tốc độ truyền tải thông điệp và ngữ nghĩa hơn là trau chuốt cấu trúc ngữ pháp phức tạp.

3.3.2. Phân tích kết quả định tính

Kết quả bảng hỏi khảo sát thái độ thang đo Likert của nhóm EG minh chứng cho giả thuyết việc khống chế thời lượng video từ 5-7 phút đã giải tỏa triệt để áp lực nhận thức ngoại lai cho SV kỹ thuật. 91.4% SV đồng ý hoặc rất đồng ý với nhận định: *"Thời lượng phim ngắn dưới 7 phút giúp em duy trì sự tập trung tối đa mà không cảm thấy mệt mỏi hay buồn ngủ như các bài nghe dài truyền thống"*. Đồng thời, 88.6% SV xác nhận yếu tố hài hước của thể loại sitcom giúp rũ bỏ tâm lý lo âu ngôn ngữ trong giờ học. Qua phân tích dữ liệu phỏng vấn bán cấu trúc với SV đại diện cho các nhóm tiến bộ khác nhau, nghiên cứu đã làm sáng tỏ cơ chế chuyển hóa tâm lý và nhận thức nội tại của người học khi trải qua quy trình 4 bước này.

a. Giải tỏa "Bộ lọc cảm xúc": SV A (đại diện nhóm tiến bộ) chia sẻ: *"Trước đây, em ghét giờ tiếng Anh. Em luôn sợ thầy cô gọi tên vì sợ nói sai ngữ pháp thì các bạn cười. Nhưng khi học qua phim sitcom, thấy các nhân vật trong phim đến từ nhiều nước cũng nói sai lầm và tạo ra những tình huống buồn cười. Tiếng cười trong lớp khiến em thấy thoải mái và tự tin hơn"*. Lời bạch là minh chứng cho giả thuyết bộ lọc cảm xúc của Krashen (1985) và lý thuyết về môi trường an toàn tâm lý của Thornbury (2005) rằng khi lo âu bị triệt tiêu bởi nội dung hài hước, rào cản nhận thức hạ xuống, giúp năng lực ngôn ngữ tiềm ẩn của SV được phát huy.

b. Tính hiệu quả của quy trình 4 bước đối với tải nhận thức: SV B (đại diện nhóm tiến bộ trung bình) nhấn mạnh tầm quan trọng của cấu trúc phân bậc: *"Em thích nhất là bước 3. Nếu thầy/cô chỉ cho xem phim xong rồi bắt đóng vai ngay thì bọn em chịu chết, không nói được vì không nhớ lời và không biết dùng từ thế nào. Nhưng nhờ dùng hình, cả lớp nói đuổi theo nhân vật và giải thích tại sao nhân vật lại lên giọng, dùng từ lóng đó, em có thời gian để nhớ và em chủ động hơn"*. Phản hồi của SV B củng cố luận điểm của Sweller (1988) về việc tối ưu hóa tải nhận thức hữu ích. Bước 3 đóng vai trò là 'cầu nối' vững chắc, giúp thông tin từ bộ nhớ làm việc ngắn hạn chuyển dịch ổn định, bám rễ vào bộ nhớ dài hạn dưới dạng các lược đồ ngôn ngữ tự động.

c. Lý giải nhóm tiến bộ thấp: Bên cạnh những thành công, cũng thẳng thắn nhìn nhận trường hợp của một số SV có mức độ tiến bộ thấp. SV C (đại diện nhóm ít tiến bộ) giải thích: *"Quy trình trên lớp của thầy/cô rất hay nhưng vì vốn từ vựng của em quá ít nên dù video chỉ dài 5 phút và có phụ đề em vẫn không theo kịp tốc độ nói của người bản xứ. Khi vào phần đóng vai sáng tạo (bước 4), em bị đuối"*. Trường hợp của SV C chỉ ra một thực tế: đối với những em có mức độ rỗng kiến thức nền quá lớn, nguồn đầu vào dù là $i+1$ đối với số đông vẫn có thể là $i+3$ đối với cá nhân họ. Điều này đặt ra yêu cầu cho GV phải có những biện pháp phân hóa hoặc hỗ trợ như phát từ vựng trước buổi học để đảm bảo không có người học nào bị bỏ lại phía sau.

3.4. Khuyến nghị

Từ những kết quả thực nghiệm đạt được, nghiên cứu đưa ra 3 khuyến nghị cốt lõi dành cho các nhà quản lý giáo dục và GV trực tiếp giảng dạy Tiếng Anh không chuyên: - *Chuẩn hóa và tích hợp học liệu vào khung chương trình*: Các khoa/viện ngoại ngữ tại các trường đại học khối kỹ thuật cần linh hoạt hơn trong việc thiết kế khung chương trình, cho phép tích hợp các tài liệu nghe nhìn chân thực ngoài sách giáo khoa; chủ động xây dựng kho lưu trữ dữ liệu điện tử chứa các "micro-video" như sitcom, talkshow, quảng cáo có thời lượng dưới 8 phút, được phân loại chặt chẽ theo chủ đề giao tiếp và trình độ CEFR để làm tài liệu bổ trợ chính thức bên cạnh sách giáo khoa truyền thống; - *Đổi mới tư duy kiểm tra, đánh giá kỹ năng nói*: GV cần dịch chuyển trọng tâm đánh giá từ việc "vạch lá tìm sâu" các lỗi sai ngữ pháp nhỏ sang đánh giá tổng thể năng lực thực thi ngôn ngữ, độ lưu loát và khả năng ứng biến ngữ dụng tình huống của SV. Mắc lỗi trong quá trình đóng vai như dấu hiệu tự nhiên của phát triển ngôn ngữ; - *Tăng cường tập huấn nghiệp vụ sư phạm nghe nhìn*: GV cần được đào tạo chuyên sâu về kỹ thuật điều phối lớp học theo mô hình 4 bước, làm chủ các kỹ thuật nghiệp vụ như, dừng hình suy luận và cách thiết kế các phiếu bài tập vi mô tránh biến giờ học ngoại ngữ thành giờ xem phim giải trí đơn thuần; cần chủ động nâng cao năng lực công nghệ thông tin để biên tập video, nhạy bén trong việc áp dụng các mô hình giảng dạy tương tác (Thornbury, 2005) và nhường sân tối đa cho SV thực hành nói; không ngừng cập nhật các tiểu phẩm Sitcom sao cho phù hợp với môi trường thực tế đời thường.

4. Kết luận

Nhờ sức hấp dẫn mạnh mẽ, đồng thời là nguồn tài nguyên phong phú về ngôn ngữ bản xứ và sự đa dạng văn hóa, phim ảnh có thể đóng vai trò như những học liệu hữu ích giúp GV lồng ghép việc giảng dạy vào các lớp học Tiếng Anh bậc đại học tại Việt Nam (Hang, 2023). Phim ảnh tiếng Anh giúp nâng cao mức độ tương tác của người học, phát triển vốn từ vựng và nhận thức văn hóa; do đó, hình thức này nên được lồng ghép song song với các tài liệu truyền thống (Lam & Oanh, 2026). Nghiên cứu hành động này đã chứng minh một cách thuyết phục rằng việc ứng dụng quy trình giảng dạy 4 bước kết hợp các phân đoạn phim sitcom dạng ngắn là một giải pháp sư phạm có tính thực tiễn và hiệu quả cao trong việc nâng cao năng lực nói cho SV không chuyên khối ngành kỹ thuật tại Đại học Bách khoa Hà Nội. Quy trình này giúp cải thiện đáng kể độ lưu loát, mạch lạc và đặc biệt là phát âm, ngữ điệu của người học, thu hẹp khoảng cách đáng kể giữa tiếng Anh học thuật và khẩu ngữ đời thực nhờ nguồn ngữ liệu chân thực. Nghiên cứu đã giải quyết thành công bài toán "lo âu ngôn ngữ" bằng cách mượn tiếng cười và bối cảnh hài hước của thể loại sitcom để hạ thấp bộ lọc cảm xúc, tạo dựng một môi trường thực hành giao tiếp an toàn, kích thích động lực và tinh thần học tập chủ động của SV thế hệ mới. Việc khống chế thời lượng video ở "vùng tối ưu nhận thức" 5-7 phút hoàn toàn tương thích với kiến trúc nhận thức của bộ nhớ làm việc, ngăn hiện tượng quá tải thông tin và phù hợp với thói quen 'tiêu hóa' nội dung vi mô của Gen Z trong kỷ nguyên số.

Tài liệu tham khảo

- Berk, R. A. (2009). Multimedia teaching with video clips: TV, movies, YouTube, and MTV in the college classroom. *International Journal of Technology in Teaching and Learning*, 5(1), 1-21.
- Đoàn Nguyễn Thị Lệ Hằng (2024). Phim ảnh cho việc dạy học giao tiếp liên văn hóa trong tiếng Anh ở Việt Nam. *Tạp chí Khoa học Trường Đại học Quy Nhơn*, số 17, tr. 21-29.
- Gilmore, A. (2007). Authentic materials and authenticity in foreign language learning. *Language Teaching*, 40(2), 97-118.
- Kohnke, L., & Moorhouse, B. L. (2021). Using digital short-form videos in the EFL classroom: Benefits and challenges. *TESOL Journal*, 12(4), e612.
- Krashen, S. (1985). *The Input Hypothesis: Issues and Implications*. Torrance, CA: Laredo Publishing Co.
- Nguyen, T. M. H., & Do, T. V. (2024). Enhancing non-English majors' speaking performance through short authentic videos: An action research in Vietnam. *Vietnam Journal of Education*, 8(1), 89-98.
- Sherman, J. (2003). *Using Authentic Video in the Language Classroom*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Stempleski, S., & Tomalin, B. (2001). *Film in the Language Classroom*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Sweller, J. (1988). Cognitive load during problem solving: Effects on learning. *Cognitive Science*, 12(2), 257-285.
- Tafazoli, D. (2023). Micro-learning and short-form videos in language education: A cognitive load perspective. *Journal of Computer Assisted Learning*, 39(3), 712-725.
- Thornbury, S. (2005). *How to Teach Speaking*. Longman.
- Trần Nhật Lâm, Quách Hoàng Oanh (2026). Ảnh hưởng của phim tiếng Anh đến kỹ năng nghe và thái độ học tập của sinh viên ngành Tiếng Anh thương mại. *Tạp chí Khoa học và Công nghệ Cần Thơ*, số 09, tr. 108-116.