

# ĐÁNH GIÁ CÁC MỐI QUAN HỆ VÀ ẢNH HƯỞNG CỦA TỰ CHẤP NHẬN TRONG GIÁO DỤC THỂ CHẤT ĐẠI HỌC

Lê Xuân Điệp\*; Lê Anh Dũng\*\*  
Trần Văn Tiên\*; Nguyễn Văn Quang\*

## Tóm tắt:

Bằng phương pháp phỏng vấn tự nguyện chúng tôi tiến hành đánh giá mối quan hệ và ảnh hưởng của tự chấp nhận trong giáo dục thể chất (GDTC) Đại học đến 1003 sinh viên các trường đại học khu vực phía Bắc Việt Nam. Mục đích của nghiên cứu này là điều tra các mối quan hệ giữa các vấn đề của tính tự chấp nhận, lòng tự trọng và vai trò trung gian của các mục tiêu học tập trong mối quan hệ giữa lòng tự trọng và tự chấp nhận trong GDTC Đại học. Kết quả cho thấy, nâng cao lòng tự trọng của cá nhân và thúc đẩy các mục tiêu có tính tích cực, đồng thời giảm các mục tiêu điểm tiêu cực được cho là có hiệu quả giảm thiểu các vấn đề về tự chấp nhận của cá nhân trong GDTC Đại học.

**Từ khóa:** Giáo dục thể chất, tự chấp nhận, sinh viên đại học, Bắc Việt Nam.

## Evaluating the relationships and effects of self-acceptance in university physical education

**Summary:** Using the voluntary interview method, we assessed the relationship and the effect of self-acceptance in University Physical Education on 1003 university students in the North of Vietnam. The purpose of this study is to investigate the relationships between problems of self-acceptance, self-esteem and the mediating role of learning goals in the relationship between self-esteem and self-acceptance in university physical education. The results showed that, increasing personal self-esteem and promoting positive goals while reducing negative target goals are found to effectively reduce individual self-acceptance problems in the university physical education.

**Keywords:** Physical education, self-acceptance, university student, the North of Vietnam.

## ĐẶT VẤN ĐỀ

Tự chấp nhận (TCN) là “một quá trình sử dụng các chiến lược độc đáo bằng lời nói và (hoặc) không bằng lời nói về sự bất cần, thờ ơ và trốn tránh trách nhiệm, nhiệm vụ học tập làm giảm chất lượng học tập” [1]. Các hành vi TCN được cho là có ảnh hưởng xấu và rất xấu đến hiệu quả và thành tích cá nhân trong học tập. Tương tự các môn học khác, các hành vi TCN cũng được thể hiện rõ trong môn giáo dục thể chất (PE) đại học (ĐH). Có nhiều lý do được các sinh viên (SV) dùng để trốn tránh PE hoặc một bài tập có áp lực như mệt, ốm, chu kỳ kinh nguyệt,... bằng cách này, các SV có thể che giấu sự yếu kém về năng lực vận động (NLVD) trong

đám đông (được cho là để bảo vệ giá trị, hình ảnh cá nhân) hoặc áp lực môn học. Nói cách khác, các SV này đã tạo lý do hoặc các “cực điểm cá nhân” để giải thích cho sự yếu kém về năng lực bản thân. Các SV có hành vi TCN tin rằng việc này có thể che giấu hoặc phá vỡ mối quan hệ giữa năng lực, thành tích với kết quả trong trường hợp cá nhân họ thực hiện không tốt. Thực tế cho thấy, trong một số trường hợp có thể sử dụng hành vi TCN để giảm ảnh hưởng đến bản thân trước các nhân tố không phù hợp. Tuy nhiên, lạm dụng hành vi TCN có thể là nguyên nhân của suy giảm sức khỏe và hạnh phúc, giảm khả năng thỏa mãn bản thân, giảm động lực và cảm xúc tiêu cực xuất hiện thường

\*ThS, Trường Đại học Sư phạm Hà Nội 2

\*\*TS, Trường Đại học Huế

xuyên hơn. Một báo cáo khác cho rằng xu hướng TCN có liên quan trực tiếp đến sự biến đổi nhận thức cá nhân và được thể hiện bởi các yếu tố điển hình như tự trách bản thân, tự phê bình, vô vọng hoặc bận tâm đến nguy hiểm ở các SV.

Về mặt tâm lý học, TCN là một phương pháp bảo vệ lòng tự trọng (LTT) khi một người đối mặt với một tình huống có yếu tố đe dọa bản thân. Thực tế cũng cho thấy, LTT và hành vi TCN có mối tương quan thuận, đồng thời những SV có LTT thấp thường bị đe dọa đến LTT hơn do đó cũng thường sử dụng các hành vi TCN hơn.

Yếu tố mục tiêu về thành tích mà SV mong muốn được cho là đứng giữa hai bên của LTT và các hành vi TCN. Mục tiêu này là mục đích chính để các SV tham gia vào các hoạt động được lựa chọn liên quan đến năng lực (hoặc khả năng) PE. Đồng thời, cũng tùy vào cách xác định NL mà có thể chia mục tiêu làm 2 loại phát triển NLVĐ (thiếu số) và điểm số (số đông). Đối với SV lựa chọn mục tiêu phát triển NLVĐ, việc đánh giá năng lực (NL) bản thân dựa vào các yếu tố xác định như thành tích thi đấu hoặc lịch sử vận động, trong khi các sv lựa chọn điểm số thường tìm kiếm và dựa các tiêu chuẩn có sẵn như chương trình học, nội dung thi [2].

Do sự khác biệt của các mục tiêu phụ thuộc vào cách các SV xác định NLVĐ, LTT vì vậy các yếu tố này có mối liên hệ mật thiết với nhau. Cụ thể: những SV có LTT cao thường tự nhận định và tin tưởng NLVĐ cá nhân, đồng thời có tự tin thể hiện và mong muốn nhận được sự đánh giá cao về bản thân. Do đó nhóm SV này có xu hướng lựa chọn các mục tiêu có tính phát triển NLVĐ cao hơn; những SV có LTT thấp thường có sự hoài nghi về NL và giá trị bản thân, thường xuất hiện tâm lý lo lắng bị người khác đánh giá thấp, vì vậy thường có xu hướng lựa chọn những mục tiêu an toàn hơn như mục tiêu điểm. Quan điểm này cũng được ghi nhận trong một báo cáo năm 2015 [3].

Các mục tiêu được cho là đều có liên quan đến hành vi TCN, mục tiêu phát triển NLVĐ có liên quan thuận, mục tiêu điểm số được cho rằng có liên quan chắc chắn với TCN [4]. Theo đó, các mục tiêu phát triển NLVĐ được cho là chủ yếu rơi vào các trường hợp có các yếu tố tâm lý

tự tin có cơ sở, ngược lại các mục tiêu điểm số có xu hướng giảm nhẹ áp lực để đảm bảo tính an toàn cho bản thân. Đó là bản chất tâm lý của sự lựa chọn mục tiêu điểm số, đồng thời cũng là điều kiện quan trọng để các SV chấp nhận và sử dụng thường xuyên hơn các hành vi TCN.

Mối quan hệ giữa các hành vi TCN đối với các trường hợp SV lựa chọn mục tiêu PE tự chọn do sự ham mê và mong muốn hoàn thiện kỹ năng thể thao là không rõ ràng. Cũng có quan điểm cho rằng, mối quan hệ này là tương quan nghịch, lý giải được chấp nhận trong các trường hợp SV từ chối hoặc tham gia không tích cực tất cả các PE được cho là không có lợi ích đến sự phát triển một NLVĐ thể thao hẹp của cá nhân.

Tổng hợp các quan điểm trên cho thấy, LTT có ảnh hưởng đến sự lựa chọn các mục tiêu và tỷ lệ sử dụng các hành vi TCN trong học, tập PE của SV. Vì vậy, có thể nói các mục tiêu đứng giữa trong mối quan hệ của 2 yếu tố LTT và hành vi TCN, hoặc giữa LTT với sự yếu kém về mặt NLVĐ cá nhân. Thực tế, vấn đề này rất ít được đề cập đến đối với các chương trình PE. Đánh giá được các vấn đề về hành vi TCN có vai trò quan trọng đối với chương trình PE đại học, nếu kết quả NC xác định chính xác, tin cậy mối quan hệ của các yếu tố liên quan sẽ có tác dụng hoàn thiện chương trình PE, giảm tỷ lệ sử dụng hành vi TCN, nâng cao chất lượng thể chất và hiệu quả giáo dục nói chung.

Căn cứ lý luận, giả thuyết NC bao gồm: 1) LTT tương quan thuận với tự đánh giá NLVĐ cá nhân; 2) sự lựa chọn mục tiêu sẽ có liên quan mật thiết với xu hướng TCN, dự đoán mối tương quan thuận; 3) mục tiêu điểm số có liên quan hoàn toàn hoặc phần lớn với xu hướng sử dụng thường xuyên hành vi TCN.

### PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Quá trình nghiên cứu chúng tôi sử dụng các phương pháp sau: Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu; phương pháp phỏng vấn.

#### - Đối tượng nghiên cứu:

+ *Test kiểm định*: Sử dụng phương pháp phỏng vấn tự nguyện bằng phiếu phỏng vấn điện tử (lần 1). 231 phiếu trả lời hợp lệ của SV một số trường ĐH khu vực Hà Nội và lân cận được thu lại (Mage =20.3±0.8 tuổi) và được

dùng để kiểm tra độ tin cậy và tính hợp lệ của các thang đo được sử dụng trong NC. Tỷ lệ giới là 129 nam (=55.85%) và 102 nữ (=44.16%).

+ Đối tượng chính: 772 phiếu phỏng vấn online tự nguyện của SVĐH một số trường ĐH khu vực Hà Nội và lân cận ( $Mage=20.8\pm 0.5$  năm) được đưa vào NC (lần 2). Số phiếu hợp lệ là 695=90.02%. Tỷ lệ giới của mẫu là 359 nam (=55.5%) và 336 nữ (=44.5%).

+ Tiêu chuẩn: SV tham gia NC được giới hạn trong điều kiện đã hoặc đang học chương trình PE tự chọn. Thời lượng 2 tiết/1 tuần. Giảng viên giảng dạy có trình độ đạt chuẩn Thạc sĩ trở lên.

**- Phương tiện:**

1) Lòng tự trọng: Đánh giá bằng thang điểm của Rosenberg (1965) [5] điều chỉnh với 10 mục trên thang điểm Likert 5 điểm, từ 1 đến 5 (rất không đồng ý đến rất đồng ý). Số điểm tỷ lệ thuận với LTT.

2) Thang mục tiêu thành tích của Elliot - PE (Elliot, 1999 [6]): được dịch và điều chỉnh bởi các chuyên gia ngôn ngữ và nhóm NC. Thang điểm này đánh giá các mục tiêu NLVĐ và điểm số trên thang điểm Likert 5 điểm từ 1 (hoàn toàn không đồng ý) đến 5 (hoàn toàn đồng ý).

3) Tự chấp nhận: đánh giá bằng thang Self-Handicapping in Academic Contexts [7]. Quy trình dịch và điều chỉnh tương tự thang Elliot. Phân loại điểm của thang bằng Likert 5 điểm từ 1 - 5 (hoàn toàn không đúng - rất đúng), bao gồm 10 mục đã được sửa đổi phù hợp với bối cảnh trong NC này.

4) Phân tích thống kê: NC sử dụng IBM SPSS Statistics 22, độ tin cậy của thang đo được xác định bằng Cronbach Alpha (CA), mối tương quan Pearson (r) được sử dụng để đánh giá mối quan hệ giữa LTT, các mục tiêu và TCN.

**KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN**

Bảng 1, 2 cho thấy: 2 nhóm có giá trị tương đương; độ tin cậy của các thang đo đều > .60.

Bảng 3 thu được: LTT có tương quan nghịch với mục tiêu điểm ( $r = -0.26, p < 0.01$ ) và TCN ( $r = -0.47, p < 0.01$ ); LTT có tương quan thuận với các mục tiêu thành tích ( $r = 0.50, p < 0.01$ ); Mục tiêu điểm có tương quan nghịch với TCN ( $r = -0.39, p < 0.01$ ).

Kết quả bảng 4 cho thấy, LTT có tác động tiêu cực đến TCN (0.52), tính ảnh hưởng tổng

thể trực tiếp ở mức lớn (0.71).

Trong giới hạn nghiên cứu (NC), nhóm NC đánh giá các mối quan hệ giữa LTT, mục tiêu và tính TCN của các SV với chương trình PE đại học, trong đó chú trọng vai trò của các mục tiêu đối với tính TCN.

**Giả thuyết 1- mối quan hệ tiêu cực:** Các hệ số tương quan thu được trong NC này cho thấy LTT có tương quan nghịch với TCN, có nghĩa là các đối tượng có LTT càng cao thì TCN bản thân càng thấp hơn so với các nhóm đối tượng khác.

TCN là một cách thức hoặc phản ứng tự bảo vệ được áp dụng khi con người cảm thấy LTT bị đe dọa, có quan điểm cho rằng những người có LTT thấp có xu hướng tự khuyết tật mạnh hơn những người có LTT cao [9]. Thực tế cho thấy, rất nhiều SV có kết quả hoặc NLVĐ kém sẽ tìm nhiều phương pháp (bao gồm cả bất lợi) để tránh các đánh giá thấp nhằm duy trì LTT cá nhân. LTT được cho là đường dẫn của suy nghĩ TCN đến hành vi TCN hoặc những người có LTT thấp có xu hướng cao thực hiện hành vi TCN để cải thiện đánh giá hoặc kết quả thi đấu. Một NC trong môn Golf năm 1998 đã minh chứng kết quả này trong các hoạt động thể thao [10]. Một báo cáo năm 2011 của Coudevylle và cộng sự [11] cho rằng, sự tự tin là trung gian giữa LTT và xu hướng, hành vi TCN. NC này khẳng định những người có LTT thấp sẽ có sự tự tin thấp hơn và xu hướng TCN cao hơn. Một báo cáo khác chứng minh, dưới ảnh hưởng của thành tích thể thao, LTT và tự đánh giá thể chất có tương quan nghịch với khuynh hướng TCN. Nói cách khác LTT càng cao thì mong muốn sử dụng hành vi TCN càng thấp.

**Giả thuyết 2- mối quan hệ tích cực:** Giả thuyết này phù hợp với một số kết quả của NC và báo cáo của Hao J. năm 2015 [3]. Kết quả NC này cũng cho thấy, một nhóm các đối tượng (14.32%) có mong muốn nâng cao NL cá nhân để hoàn thành các mục tiêu cá nhân và một nhóm khác (64.2%) hướng vào việc đảm bảo sự an toàn và giữ gìn hình ảnh cá nhân. Kết quả này cũng tương đồng với một báo cáo năm 1997 [12]. Thực tế cũng cho thấy, SV có LTT và sự tự tin cao thường mong muốn nâng cao hoặc hoàn thiện bản thân, ngược lại SV có LTT, tự tin có thiên hướng về nhu cầu tự bảo vệ và tính an toàn.

**Bảng 1. Đặc điểm cơ bản của biến**

	Lần 1		Lần 2		P <sub>value</sub>
	Nam (n=129)	Nữ (n=102)	Nam (n=359)	Nữ (n=336)	
Tuổi ( $\bar{x} \pm \delta$ )	20.4±0.8	20.3±0.8	20.7±0.5	20.5±0.5	<0.001
Kỳ 2 (%)	32 (24.8)	33 (32.3)	79 (22)	75 (22.3)	<0.001
Kỳ 3 (%)	36 (27.9)	40 (39.2)	108 (30.1)	109 (32.4)	<0.001
Kỳ 4 (%)	31 (24)	29 (28.4)	92 (25.6)	81 (24.1)	<0.001
Kỳ 5 (%)	22 (17.1)	14 (12.7)	44 (12.3)	42 (12.5)	<0.001
Kỳ 6-8 (%)	8 (6.2)	4 (3.9)	36 (10.0)	29 (8.6)	<0.001
BMI (kg/m <sup>2</sup> )	22.7 (4.4)	23.2 (5.1)	23.1 (4.3)	23.3 (4.8)	<0.283
Tự chấp nhận (điểm)	2.6 (0.6)	2.5 (0.5)	2.6 (0.5)	2.7 (0.4)	<0.001
Lòng tự trọng (điểm)	2.1 (0.8)	2.0 (0.9)	2.0 (0.6)	2.2 (0.6)	<0.004
PE (điểm)	2.3 (1.1)	2.2 (0.9)	2.2 (1.1)	2.4 (1.2)	<0.001

**Bảng 2. Độ tin cậy của biến**

	CA
Tự chấp nhận (điểm)	0.693
Lòng tự trọng (điểm)	0.817
PE (điểm)	0.704

So với những SV có LTT cao, những SV có LTT thấp dễ dàng tự thỏa hiệp và rút lui trong các

tình huống lựa chọn có bao gồm các mức độ khó khăn thử thách, điều này dẫn đến xu hướng đảm bảo tính an toàn, trốn tránh thất bại rõ ràng hơn. LTT phản ánh sự nhận thức về bản thân và được kết nối với giá trị bản thân dựa trên sự TCN của cá nhân trong trải nghiệm tổng thể đã trải qua. SV có LTT cao luôn đánh giá hoặc mong muốn bản thân cao hơn, đồng thời tự tin hơn khi lựa chọn hoặc giải quyết công việc. Do đó, nhóm SV này có xu hướng chọn các mục tiêu có tính

**Bảng 3. Mối tương quan và tính đồng nhất của các biến**

	M	SD	1	2	3	4
Lòng tự trọng	3.32	0.49				
Mục tiêu thành tích	3.67	0.61	0.50**			
Mục tiêu điểm	3.09	0.70	-0.26**	0.04		
Tự chấp nhận	2.33	0.77	-0.47**	-0.39*	0.27**	

\*p <0.05, \*\*p <0.01.

**Bảng 4. Ảnh hưởng của lòng tự trọng đối với TCN**

	Độ hiệu quả
Lòng tự trọng→mục tiêu thành tích→tự chấp nhận	-0.11
Lòng tự trọng→Mục tiêu điểm→tự chấp nhận	-0.16
Lòng tự trọng→tự chấp nhận	-0.52
Ảnh hưởng của lòng tự trọng đối với tự chấp nhận	-0.71

Ghi chú: 0.1 cho hiệu quả thấp; 0.3 cho hiệu quả trung bình; 0.5 cho hiệu quả lớn [8].



**Giáo dục thể chất học đường hiện chịu sự ảnh hưởng của rất nhiều yếu tố, trong đó có sự tự chấp nhận của học sinh, sinh viên**

thử thách cao hơn, đồng thời tính nỗ lực vượt khó cũng cao hơn vì vậy cơ hội để vượt qua mục tiêu cũng lớn hơn. Ngược lại, nhóm SV có LTT thấp thường ít coi trọng bản thân hơn, thiếu tự tin và có xu hướng đánh giá cao hơn những khó khăn gặp phải trong PE.

Thông qua kết quả NC, nhóm NC có quan điểm đồng thuận với giả thuyết 2. Mục tiêu điểm có tác động tiêu cực đáng kể đến các vấn đề TCN. Theo đó, TCN được tạo ra bởi những hậu quả mang tính tiêu cực và dự đoán về giá trị của bản thân như một phản ứng trước các tác động có đi kèm tính ảnh hưởng, an toàn. Như vậy, nhóm SV lựa chọn mục tiêu thành tích sẽ ít bị đe dọa LTT hơn những nhóm SV lựa chọn mục tiêu điểm. Điều này được giải thích do SV tập trung sự chú ý vào việc học và phát triển NLVD hơn là những tư duy về hậu quả tiêu cực có thể ảnh hưởng bản thân. Nhóm SV này có thể gặp thất bại và thất bại, tuy nhiên nhóm SV có mục tiêu thành tích cao hơn sẽ dễ dàng chuyển thất bại thành kinh nghiệm hoàn thiện bản thân hơn các nhóm mục tiêu khác.

Ngoài ra, nhóm SV có mục tiêu thành tích nói chung sẽ cho rằng thất bại là do các yếu tố có thể thay đổi và kiểm soát được (vd: nỗ lực thấp). Trên thực tế, hiệu ứng này có thể có tác dụng hoàn thành mục tiêu đồng thời giảm tỷ lệ

xuất hiện TCN vì các nguy cơ ảnh hưởng thường được đánh giá theo nhận định cá nhân và bị ảnh hưởng bởi sự tiếp nhận các cảm quan và tư duy trước đó của cá nhân, do vậy nó mang tính ổn định và không thể kiểm soát [13]. Mục tiêu điểm được nhận định có thể giúp SV duy trì hình ảnh về giá trị bản thân hoặc NLVD của mình. Vì vậy, những SV có mục tiêu điểm sẽ khó khăn hơn trong việc biến thất bại thành bài học cho bản thân.

SV có mục tiêu điểm khác với SV có mục tiêu NLVD, sự khác biệt lớn nhất được cho là không thu hoạch được các bài học từ các thất bại. Nguyên nhân được cho là do SV có khuynh hướng điểm thường tự nhận định năng lực bản thân thấp, do đó tránh các hoạt động cao hoặc thậm chí tương đương với năng lực bản thân, tránh những hoạt động bản thân tự cho rằng có thể thực hiện không tốt. Điều này được cho là cá nhân đang tự đặt ra các “cực điểm” không thể vượt qua hoặc đưa ra các chương ngại có sẵn để giải thích cho việc thất bại không liên quan đến năng lực. Làm như vậy, những SV này tự cho rằng có thể đạt được mục đích bảo vệ giá trị bản thân, tránh bị đánh giá là thiếu năng lực trong mắt người khác. Chính vì vậy, nhóm SV điểm có nhiều lý do sử dụng hành vi TCN hơn các nhóm khác.

Trong NC này, khi phân tích mối tương quan của nhóm mục tiêu điểm với TCN, kết quả ghi nhận có sự khác biệt tương đối lớn. Một nhóm các SV thuộc nhóm mục tiêu điểm (11.7%) có mối tương quan thuận và tích cực với tỷ lệ TCN. Nhóm NC cho rằng, nhóm này cũng mang các ưu điểm của nhóm mục tiêu NLVĐ, có thể chấp nhận thất bại và có thể biến thất bại thành động cơ học tập tốt hơn. Một số SV khác trong nhóm điểm (72.5%) lại cho thấy có mối tương quan thuận với TCN. Thông qua NC các yếu tố ảnh hưởng, nhóm NC cho rằng vấn đề này có thể liên quan đến quy định giáo dục của Việt Nam. Theo đó, PE là môn học bắt buộc trong các trường ĐH ở Việt Nam, tuy nhiên PE không được coi trọng như chương trình học văn hóa, là môn học cơ bản nhưng mang tính điều kiện. Chính vì vậy, quan điểm xã hội đại chúng cho rằng, PE không quan trọng bằng các môn khác. Thực tế cũng cho thấy, giá trị nhiệm vụ PE trong trường học rất thấp, thậm chí một bộ phận không nhỏ người trong xã hội cho rằng không hoàn thành chương trình học cũng không phải là việc lớn và có thể được hoàn thành bằng các biện pháp không chính quy. Đây là môi trường thuận lợi để TCN được dễ dàng chấp nhận sử dụng như một thường pháp.

Thông qua đánh giá chéo ngẫu nhiên một số SV thuộc các nhóm khác nhau, nhóm NC nhận thấy rằng, một số SV thuộc nhóm mục tiêu điểm có các kết quả đánh giá tiếp cận với nhóm mục tiêu NLVĐ. Điều này được nhận định rằng, nhóm SV này có những quan điểm rõ ràng về các giới hạn và quy định chương trình PE, nói cách khác LTT có tác động đáng kể tới sự lựa chọn và TCN của bản thân. Phát hiện này cho thấy mối quan hệ mâu thuẫn của những SV đứng giữa hai nhóm mục tiêu hoặc giữa LTT và xu hướng TCN cá nhân. Cụ thể hơn, LTT có thể được xem như một động lực để duy trì hình ảnh về giá trị và khả năng của bản thân, trong khi TCN của bản thân thể hiện một hành vi hướng đến thành tích. Cơ chế liên kết giữa LTT với khuyết tật của bản thân trong một số kết quả được cho là thông qua các mục tiêu thành tích. Sự chênh lệch không được phân định rõ ràng dẫn đến các lựa chọn đảm bảo tính an toàn dưới mức năng lực cá nhân. Số khác có LTT cao, thái

độ tích cực hơn đối với NL và giá trị của bản thân, tin tưởng vào khả năng hoàn thành nhiệm vụ một cách tương đối sẽ có xu hướng áp dụng các mục tiêu theo mục đích đảm bảo hơn, điều này cũng liên quan đến các yếu tố tâm lý con người, hơn nữa sự lựa chọn mục tiêu còn liên quan đến các kế hoạch hoặc tâm lý cá nhân, điều này có thể làm thay đổi nhu cầu bảo vệ giá trị bản thân. Đồng thời, những người có lòng tự trọng thấp có nhiều xu hướng hoài nghi về khả năng và giá trị của họ và lo lắng khi biểu hiện kém hơn những người khác, họ sẽ làm hỏng hình ảnh của chính họ. Do đó, họ có xu hướng cao lựa chọn dưới NL tự đánh giá của bản thân. Nhóm NC cũng cho rằng, nhóm SV này cũng sẽ có xu hướng cao cố ý tạo ra hoặc sử dụng các khó khăn bên ngoài để giảm lựa chọn xuống mức an toàn, điều này được giả định có thể chuyển hướng đánh giá của người khác về NL cá nhân người thực hiện.

Kết quả NC cũng cho thấy, các mục tiêu thể hiện vai trò kết nối (trung gian) giữa lòng tự trọng và TCN. Cũng cho thấy các khía cạnh khác nhau của TCN khi xem xét trong nhóm mục tiêu NLVĐ. Đồng thời có ý nghĩa quan trọng trong môn học PE cấp đại học. Đặc biệt trong các trường hợp SV chưa xác định chính xác NL bản thân và các mối quan hệ qua lại giữa kết quả với quá trình học và sự rèn luyện cá nhân. Nếu đánh giá toàn diện sẽ đưa ra được các phương pháp giám hành vi TCN trong việc học PE. Chúng tôi cho rằng, giảng viên nên tạo điều kiện và môi trường để khuyến khích SV theo hướng tự phát triển bên trong hơn là dùng đánh giá của người khác để tăng cường sự tự tin và tích cực. Ngoài ra, việc sử dụng đa dạng có định hướng các phương tiện đánh giá được cho là có lợi ích trong hoạt động giáo dục nói chung và nếu được kết hợp phù hợp có thể cho thấy các mặt phát triển khác của SV, điều này có thể tăng cường tự tin và hình thành tính tích cực chủ động cũng mang lại nhiều cơ hội thử thách và thành công hơn cho SV. Theo đó, môi trường giáo dục là học tập tiếp thu phát triển năng lực người học, do vậy nâng cao các NLVĐ là điều quan trọng, các mục tiêu cần có tính khó khăn mới có thể phát triển tiềm năng, hơn thế nữa xu hướng giáo dục phát triển tư duy động lực

tích cực được cho là tối ưu, sai lầm nên được giáo dưỡn thành bài học hoàn thiện.

Kết quả NC cũng cho thấy một số hạn chế: 1) Do giới hạn NC, các mối quan hệ giữa các đối tượng chủ thể với kết quả học tập PE của đối tượng khách thể chưa được đánh giá, do đó mối quan hệ giữa lý luận và hiệu quả thực tiễn cần được mở rộng NC; 2) kết quả NC cũng cho thấy, bản thân các mục tiêu cũng tồn tại các biến không đồng nhất, vì vậy sự phân chia trong các nhóm mục tiêu cũng có thể cần xem xét theo các phân hướng nhỏ hơn (ví dụ: mục tiêu NLVĐ trong NC này có thể chia nhỏ thành 3 loại vượt trội, nâng cao và hoàn thiện); 3) đối tượng NC giới hạn trong nhóm SV đại học do vậy khả năng tổng quát của các phát hiện có thể bị hạn chế. Vì vậy, nhóm NC cho rằng, các NC trong tương lai là cần thiết để xác nhận mối quan hệ giữa LTT, các mục tiêu và TCN của bản thân trong các nhóm dân cư đa dạng. 4) yếu tố phù hợp thực tế của các bảng đánh giá đối với SV của Việt Nam cần được xem xét theo khía cạnh khoa học hơn. Nhóm NC cho rằng, giới hạn NC này là cánh cửa mở cho các NC tiêu chuẩn hơn, các gợi ý về việc sử dụng thêm các yếu tố khẳng định và tin cậy cao hơn sẽ là những căn cứ khoa học tiêu chuẩn cho các NC tương tự sau này của nhóm.

### **KẾT LUẬN**

Kết quả NC cho thấy nâng cao LTT của cá nhân và thúc đẩy các mục tiêu có tính tích cực đồng thời giảm các mục tiêu điểm tiêu cực được cho là có hiệu quả giảm thiểu các vấn đề về TCN của bản thân trong PE đại học.

Các NC sâu hơn, tập mẫu lớn hơn và xem xét các phân chia mục tiêu nhỏ nên được khuyến khích để khẳng định các kết quả NC này trong thực tế.

### **TÀI LIỆU THAM KHẢO**

1. Wikipedia b.k.t.t.m.p. Self - handicapping. pdf. 2019: p. <https://en.wikipedia.org/wiki/Self-handicapping>.
2. P.R P. An achievement goal theory perspective on issues in motivation terminology, theory, and research. Contemporary Educational Psychology, 2000. 25(1): p. 92-104.
3. J H. A study on the relationship between high school students' achievement goal orientation and parenting styles: The mediating

role of self-esteem (Master's thesis). Jilin University, Jilin, China., 2015.

4. Midgley C, U. T. Academic Self-Handicapping and Achievement Goals: A Further Examination. Contemp Educ Psychol, 2001. 26(1): p. 61-75.
5. Wikipedia C.t.v., Thang đo lòng tự trọng Rosenberg. truy cập ngày 06 tháng 06 năm 2020: [https://en.wikipedia.org/w/index.php?title=Rosenberg\\_self-esteem\\_scale&oldid=973989765](https://en.wikipedia.org/w/index.php?title=Rosenberg_self-esteem_scale&oldid=973989765).
6. Andrew J. Elliot, H.A McGregor. Test Anxiety and the Hierarchical Model of Approach and Avoidance Achievement Motivation. Journal of Personality and Social Psychology, 1999. 76(4): p. 628-644.
7. Urdan T, Midgley C, A. E.M. The role of classroom goal structure in students' use of self-handicapping strategies. American Educational Research Journal, 1998. 35(1): p. 101-122.
8. J C. Statistical Power Analysis for the Behavioral Sciences. New york, NY: Routledge, 1988.
9. H M. The relationship between self-esteem and self-interference of undergraduates. Journal of Shandong Normal University (Humanities and Social Sciences), 2010. 55(5): p. 112-115.
10. Prapavessis H, G. J.R. Self-handicapping and self-esteem. Journal of Applied Sport Psychology, 1998. 10(2): p. 175-184.
11. Coudevylle G.R, Gernigon C, M.G K.A. Self-esteem, self-confidence, anxiety and claimed self-handicapping: A mediational analysis. Psychology of Sport and Exercise, 2011. 12(6): p. 670-675.
12. Elliot A.J, C. M.A., A hierarchical model of approach and avoidance achievement motivation. Journal of Personality and Social Psychology, 1997. 72(1): p. 218-232.
13. Martin A.J, Marsh H.W, D. R.L., Self-handicapping and defensive pessimism: Exploring a model of predictors and outcomes from a self-protection perspective. Journal of Educational Psychology, 2001. 93(1): p. 87-102.

(Bài nộp ngày 10/11/2020, phản biện ngày 17/11/2020, duyệt in ngày 4/12/2020)  
 Chịu trách nhiệm chính: Lê Xuân Điệp  
 Email: [lexuandiep@hpu2.edu.vn](mailto:lexuandiep@hpu2.edu.vn)