

# SỰ BIẾN ĐỔI KHẢ NĂNG THÍCH ỨNG CỦA SINH VIÊN VIỆT NAM THEO CÁC NHÓM ĐỊNH HƯỚNG GIÁ TRỊ Ý NGHĨA

Hồ Võ Quế Chi

*Trường Đại học Khoa học Xã hội và Nhân văn, Đại học Quốc gia thành phố Hồ Chí Minh, Trường Đại học Tổng hợp Hiitü Nghị Các dân tộc Nga, Liên bang Nga.*

Кудинюв Сергей Иванович (Kudinov Sergey Ivanovich)

*Trường Đại học Tổng hợp Hiitü Nghị Các dân tộc Nga, Liên bang Nga.*

## TÓM TẮT

*Bài viết phân tích kết quả nghiên cứu theo chiều dọc về sự biến đổi khả năng thích ứng của nhóm sinh viên Việt Nam đang học tập tại Матхсова (Liên bang Nga) được khảo sát ở hai thời điểm khác nhau theo ba nhóm định hướng giá trị - ý nghĩa. Từ đó, bài viết tìm hiểu các định hướng giá trị - ý nghĩa của sinh viên ảnh hưởng đến quá trình thích ứng của họ. Nghiên cứu sử dụng các bảng hỏi của Леонтьев Д.А. (Леонтьев Д.А., 2000), Крупнов А.И. (Шентуры А.В., 2015), Bass В (Пономарева М.А., Юхновец Т.И., 2008) và Potemkin O.F. (Кудинюв С.И., Кудинюв С.С., Айбазова С.Р., 2016) để thu thập dữ liệu. Kết quả của nghiên cứu giúp sinh viên Việt Nam hiểu và gia tăng khả năng thích ứng của bản thân vào môi trường học tập, văn hóa mới.*

**Từ khóa:** *Khả năng thích ứng; Định hướng giá trị - ý nghĩa; Lưu sinh viên Việt Nam.*

*Ngày nhận bài: 17/9/2019; Ngày duyệt đăng bài: 25/12/2019.*

## 1. Đặt vấn đề

Trong thế giới hiện đại, xu hướng du học của thanh niên đã bắt đầu tăng lên rõ rệt do nhu cầu toàn cầu hóa tri thức mở rộng. Thế hệ trẻ, đặc biệt là những người đến từ các nước châu Phi, châu Á và Nam Mỹ đổ xô vào các nước châu Âu và Mỹ để được nhận một nền giáo dục tiên tiến hơn; trong đó có rất nhiều du học sinh đó đã chọn Liên bang Nga là nơi để sinh sống và học tập trong khoảng thời gian dài. Những nghiên cứu trước đây về khả năng thích ứng của sinh viên nước ngoài học tập tại Nga cho thấy, rào cản lớn nhất của họ chủ yếu là thành thạo tiếng Nga, mặt khác là sự chủ động tương tác của các cá nhân

với môi trường và con người xung quanh. Hiện nay, có nhiều nghiên cứu liên quan đến hệ thống thích ứng tâm lý xã hội, các rào cản tâm lý, khả năng thích ứng của cá nhân đối với sinh viên nước ngoài của các tác giả như Alexandrovsky Yu.A. (1993), Aliydarai A. (2010), Aliydarai A., Kostales A. (2011), Volkova T.F., Trần Thị Hương (2016), Kotlyar N.V., Nguyễn Thị Ngọc Phương (2015) (dẫn theo Xo Bo Kye Ти, 2018), cũng như các nghiên cứu về khả năng thích ứng được phân tích trong bối cảnh tiếp cận hệ thống trong một nền giáo dục bền vững và đa chiều như các nghiên cứu của Boyko Z.V., Khascnova L.B. (2011), Bùi Đức Tuấn (2015), Krupnov A.I. (2006), Maslova O.V. (2011) (dẫn theo Xo Bo Kye Ти, 2018). Tất nhiên, có rất nhiều yếu tố ảnh hưởng đến sự thành công trong học tập và quá trình thích ứng của cá nhân như năng lực, động lực, sự siêng năng, v.v. Tuy nhiên, các giá trị - ý nghĩa là một bộ điều chỉnh hành vi xã hội của một cá nhân, đóng một vai trò quan trọng trong quá trình này. Trong các nghiên cứu hiện đại, vấn đề định hướng giá trị - ý nghĩa của cá nhân cho thấy, sự đảm bảo thành công về việc thể hiện bản thân của cá nhân trong các lĩnh vực khác nhau của cuộc sống, kể cả trong lĩnh vực đa văn hóa giáo dục (Айбазова С.Р., 2015; Кудипов С.И., Кудинова И.Б., С.Р. Айбазова, 2016).

Do đó, cho đến nay, một lượng lớn nghiên cứu đã được thực hiện liên quan đến sự phát triển của vấn đề giá trị và thích ứng ở khía cạnh này hay khía cạnh khác của sinh viên Việt Nam đang học tập tại Liên bang Nga mà tiêu biểu là nghiên cứu của Bùi Đức Tuấn (dẫn theo Буй Дык Туан, 2015) về quá trình thay đổi về các giá trị của sinh viên Việt Nam khi chuyển đổi từ học dự bị tiếng Nga sang học năm thứ nhất. Kết quả cho thấy “chiến lược hội nhập” chiếm ưu thế trong các chiến lược khác. Trong nghiên cứu của Nguyễn Thị Trâm Anh (dẫn theo Грген Тхи Чам Ань, 2009), tác giả so sánh quá trình thay đổi sự thích ứng của sinh viên Việt Nam năm nhất tại Trường Đại học Sư phạm Quốc gia Voronezh và sinh viên Nga tại Trường Đại học Sư phạm Hà Nội, kết quả cho thấy rằng có sự khác nhau trong sự chuẩn bị sẵn sàng thay đổi bản thân, hiểu những khó khăn của người khác, khả năng thấu cảm và đặc biệt là sự khác biệt về văn hóa - môi trường xã hội. Bên cạnh đó, cũng có nhiều đề tài, khóa luận hay luận văn của lưu sinh viên Việt Nam nghiên cứu riêng lẻ về giá trị hay về khả năng thích ứng của sinh viên Việt Nam tại Nga như Nguyễn Thị Hồng Bắc Liên (2016); Lepekhin N.N., Tô Thị Duyên Thủy (2016); Volkova T.F., Trần Thị Hương (2016); Đinh T.T.D. (2015); Kotlyar N.V., Nguyễn Thị Ngọc Phương (2015) (dẫn theo Xo Bo Kye Ти, 2018). Tuy nhiên, hiện nay vẫn còn rất ít các nghiên cứu về giá trị - ý nghĩa của cá nhân ảnh hưởng đến khả năng thích ứng của sinh viên Việt Nam trong một bối cảnh giáo dục đa sắc tộc ở Liên bang Nga.

Vậy giá trị - ý nghĩa là gì? Có rất nhiều quan điểm khác nhau định nghĩa về khái niệm này, nhưng trong nghiên cứu của mình, chúng tôi thực hiện theo quan điểm của Leontiev D.A. (2000). Ông coi giá trị nhân cách như nguồn gốc, là biểu tượng đại diện có ý nghĩa quan trọng trong sự phát triển cá nhân. Giá trị - ý nghĩa có ảnh hưởng đến hành vi, hoạt động và giao tiếp của cá nhân trong môi trường văn hóa xã hội khác nhau. Nó đóng vai trò hình thành ý nghĩa và mục tiêu tồn tại của con người, cũng như cách để họ hòa nhập với cuộc sống xã hội. Định hướng giá trị - ý nghĩa được lĩnh hội bởi con người trong xã hội, nhưng con người là chủ thể tích cực, có thể lựa chọn, chấp nhận hoặc từ chối các giá trị và lý tưởng đang tồn tại trong môi trường xã hội một cách độc lập. Các vấn đề về định hướng giá trị - ý nghĩa của cá nhân hiện chưa được xem xét trong bối cảnh là đối tượng của khả năng thích ứng (Айбазова С.Р., 2015; Кудинов С.И., 2016).

Một trong những yếu tố quan trọng của quá trình thích ứng là khả năng thích ứng. Cho đến nay, khả năng thích ứng của con người được xem xét từ các góc độ tiếp cận khác nhau. Nghiên cứu của chúng tôi dựa trên quan điểm của Krupnov A.I., xem khả năng thích ứng là hệ thống thuộc tính nhân cách có tính hệ thống, cho phép con người thực hiện sự nhận thức ở những khía cạnh riêng biệt của cá nhân trong sự tương tác qua lại giữa hệ thống xã hội - tự nhiên với môi trường xung quanh (Крупнов А.И., 2006). Để thích ứng hiệu quả cần có các yếu tố: sự ổn định của các giá trị tích cực, thái độ, nhu cầu và mục tiêu hình thành nên định hướng giá trị - ý nghĩa của từng cá nhân. Định hướng giá trị - ý nghĩa được xem là yếu tố dự báo về khả năng tự thực hiện và xã hội hóa của chủ thể hoạt động. Nó thể hiện sự ảnh hưởng của khả năng thích ứng lên hoạt động, hành vi, giao tiếp của cá nhân trong điều kiện xã hội khác nhau (Айбазова С.Р., 2015; Кудинов С.И., 2016).

Mục tiêu nghiên cứu là tìm hiểu, phân tích sự biến đổi của các chỉ số khả năng thích ứng giữa các nhóm định hướng giá trị - ý nghĩa qua thời điểm khảo sát của sinh viên Việt Nam đang học tập tại Liên bang Nga. Từ đó, tìm hiểu các định hướng giá trị - ý nghĩa ảnh hưởng đến quá trình thích ứng của sinh viên Việt Nam đang học tập tại Liên bang Nga.

## **2. Mẫu và công cụ nghiên cứu**

### **2.1. Mẫu nghiên cứu**

Nghiên cứu được tiến hành tại các trường đại học ở Matxcova (Đại học Tổng hợp Hữu nghị Các dân tộc Nga, Đại học Sư phạm Matxcova, Đại học Dầu khí, Đại học Vật lý kỹ thuật, Đại học Kỹ thuật công nghệ Matxcova, Đại học Tài chính - Kinh tế Plekhanov,...). Tổng số mẫu nghiên cứu bao gồm 112

sinh viên Việt Nam đang học tập tại Matxcova (44% là nam và 56% là nữ) tuổi từ 18 - 26. Thời gian khảo sát từ tháng 1/2016 đến tháng 3/2017.

Nghiên cứu được thực hiện trong 2 giai đoạn tương ứng với hai năm học của sinh viên Việt Nam đang học tập tại Matxcova. Giai đoạn một, nghiên cứu thực hiện vào đầu học kỳ hai trên các bạn sinh viên năm nhất để tìm hiểu các nhóm định hướng giá trị - ý nghĩa, từ đó xem xét khả năng thích ứng của họ sau một năm ba tháng sống và học tập tại Matxcova. Giai đoạn 2, nghiên cứu tiếp tục khảo sát vào đầu học kỳ hai của năm thứ hai trên cùng nhóm sinh viên đã khảo sát ở giai đoạn một, lúc này các bạn sống và học tập tại Liên bang Nga được hai năm ba tháng.

## 2.2. Công cụ nghiên cứu

Đối với việc xác định ba nhóm định hướng giá trị - ý nghĩa, chúng tôi sử dụng ba bảng hỏi chính phù hợp với mục tiêu nghiên cứu.

+ “*Bảng hỏi định hướng ý nghĩa cuộc sống*” (СЖО - Смысложизненные ориентации) được Leontiev D.A. (2000) và một số nhà khoa học Nga phát triển trên cơ sở bảng hỏi “Mục tiêu trong cuộc sống” (Purpose-in-Life Test, PIL) của Crumbaugh và Maholick. Đây là một công cụ nghiên cứu đã được xây dựng dựa trên “học thuyết khát vọng tìm ý nghĩa” và liệu pháp ý nghĩa “logotherapy” của Frankl V.E. Bảng hỏi bao gồm 20 cặp câu đối lập phản ánh ý nghĩa cuộc sống của mỗi cá nhân. Trong bảng hỏi này, cuộc sống được xem là có ý nghĩa khi có sự hiện diện của: mục tiêu, sự hài lòng khi tiếp nhận những thành tựu của mình và sự tự tin vào khả năng của chính bản thân để thiết lập mục tiêu, sự lựa chọn một nhiệm vụ từ những nhiệm vụ có sẵn và cố gắng để đạt được kết quả tốt. Khi tham gia vào nghiên cứu này, người trả lời cần chọn 1 trong 2 câu mà họ cho là phù hợp với quan điểm của họ, sau đó đánh giá mức độ phù hợp đó theo thứ tự: 1- phù hợp thấp nhất, 2- trung bình, 3- cao nhất và 0- khi 2 phát biểu ngang nhau. Kết quả khảo sát cho phép đánh giá nguồn gốc ý nghĩa cuộc sống mà người ta có thể tìm thấy trong tương lai (*mục tiêu*) hoặc trong hiện tại (*quá trình*) hoặc trong quá khứ (*kết quả*) hoặc trong cả ba thành phần của cuộc sống và hai khía cạnh của vị trí kiểm soát (*tự kiểm soát bản thân và tự kiểm soát cuộc sống*). Ví dụ như cặp phát biểu: “Khi tôi về hưu, tôi sẽ làm những việc thú vị mà tôi đã mơ ước được làm” và “Khi tôi về hưu, tôi cố gắng không phải lo lắng bất cứ điều gì”.

+ “*Bảng hỏi định hướng nhân cách*” của Bass B. (Пономарёва М.А., Юхновец Т.И., 2008) - Bảng hỏi này còn được gọi là “ЦОЛ” (Ценностные Ориентации Личности) bao gồm 27 câu hỏi được chia thành ba định hướng chính: “cho bản thân”, “trong giao tiếp”, “trong công việc”. Các kết quả thu được thể hiện phản ứng của người trả lời khi ở trong các tình huống có liên

quan đến công việc hay học tập và có ảnh hưởng đến người khác, đồng thời cho phép hiểu được sở thích và sự hài lòng của họ. Mỗi câu hỏi có 3 phương án trả lời cụ thể tương ứng với 3 định hướng nhân cách. Người tham gia khảo sát xem xét cả 3 phương án trả lời và lựa chọn mức độ phù hợp cho từng phương án trả lời theo quan điểm của họ, với các mức độ sau: 0- ít phù hợp, 1- phù hợp, 2- rất phù hợp. Ví dụ: Tôi mong muốn rằng bạn bè của tôi: A- Tốt bụng và giúp đỡ mọi người khi có thể, B- Đáng tin cậy và trung thành với tôi, C- Người thông minh và thú vị.

+ “*Bảng hỏi chẩn đoán hệ thống nhân cách tâm lý - xã hội trong môi trường nhu cầu - động cơ*” của Potemkin O.F. (Кудинов С.И., Кудинов С.С., Айбазова С.Р., 2016). Đây là bảng hỏi cho phép khám phá môi trường nhu cầu - động cơ và nhằm trả lời cho câu hỏi “Đối với bạn, điều gì là quan trọng nhất trong cuộc sống?”. Bảng hỏi bao gồm 80 câu hỏi, chia thành hai phần. Phần thứ nhất gồm 40 câu hỏi nhằm tìm hiểu giá trị nào là quan trọng đối với cá nhân (bao gồm: quá trình, kết quả, lòng vị tha, sự ích kỷ). Phần thứ hai gồm 40 câu hỏi nhằm phát hiện định hướng đánh giá ý nghĩa các giá trị (lao động, tự do, quyền lực, tiền bạc). Mỗi một câu hỏi có 2 phương án trả lời: Có và Không và mỗi một giá trị có ý nghĩa riêng.

Trong nghiên cứu về sự biến đổi khả năng thích ứng của sinh viên Việt Nam đang học tập tại Matxcova, chúng tôi sử dụng “Bảng hỏi khả năng thích ứng” của tác giả Krupnov A.I. (Щегуров А.В., 2015). Theo quan điểm của Krupnov A.I., “khả năng thích ứng” thể hiện qua 8 đặc điểm sau: cởi mở, khó khăn trong giao tiếp, không tự tin, suy nhược, rối loạn tâm thần, nhớ nhà, xa lánh, thích ứng. Các đặc điểm này được thể hiện trong 6 phần của bảng hỏi. Mỗi phần bao gồm 20 câu nhận định mô tả đầy đủ các đặc tính và các dấu hiệu của “khả năng thích ứng”. Các phương án trả lời và điểm tương ứng như sau: 1- hoàn toàn không, 2- không, 3- có lẽ không, 4- bình thường, 5- có lẽ có, 6- có, 7- hoàn toàn có.

Tất cả các bảng hỏi đều được dịch sang tiếng Việt để thuận tiện cho quá trình khảo sát.

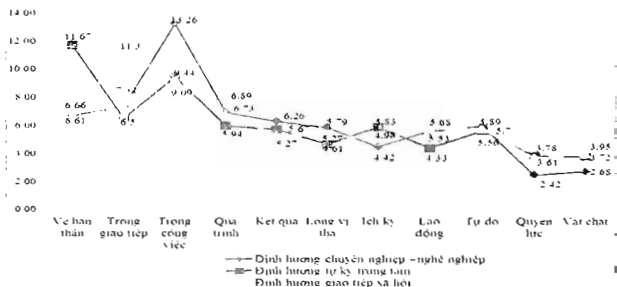
Độ tin cậy của các thang đo được xác định bằng phương pháp tính hệ số Alpha của Cronbach. Kết quả tính toán độ tin cậy Alpha của Cronbach của các thang đo trong các bảng hỏi lần lượt như sau: 1) Độ tin cậy của “Bảng hỏi định hướng ý nghĩa cuộc sống” là 0,801; 2) Độ tin cậy của “Bảng hỏi định hướng nhân cách” là 0,709; 3) Độ tin cậy của “Bảng hỏi chẩn đoán hệ thống nhân cách tâm lý - xã hội trong môi trường nhu cầu - động cơ” là 0,705; 4) Độ tin cậy của “Bảng hỏi khả năng thích ứng” là 0,768.

Các kết quả nghiên cứu thực nghiệm được xử lý bằng các phương pháp thống kê mô tả: phân tích chùm K-means (cluster analysis), phân tích trị trung bình Mean, phân tích sự khác biệt T-test với sự trợ giúp của phần mềm thống kê SPSS.

### 3. Kết quả nghiên cứu

#### 3.1. Thiết lập các nhóm định hướng giá trị - ý nghĩa

Ở giai đoạn đầu của nghiên cứu, với mục tiêu thiết lập và phân tích các nhóm định hướng giá trị - ý nghĩa của sinh viên Việt Nam, chúng tôi đã sử dụng phương pháp phân tích chùm (xem biểu đồ 1).



**Biểu đồ 1:** Điểm trung bình các chỉ số định hướng giá trị - ý nghĩa của sinh viên Việt Nam ( $n = 112$ )

Với kết quả phân tích chùm cho thấy, sự hình thành 3 nhóm định hướng giá trị - ý nghĩa riêng lẻ với các xu hướng khác nhau dựa trên thứ bậc điểm trung bình của các giá trị thành phần, tương ứng như sau: Nhóm 1 - nhóm định hướng chuyên nghiệp - nghề nghiệp, Nhóm 2 - nhóm định hướng tự kỷ trung tâm, Nhóm 3 - nhóm định hướng giao tiếp xã hội.

Nhóm chuyên nghiệp - nghề nghiệp (nhóm 1): bao gồm 38 sinh viên Việt Nam được ghi nhận giá trị cao nhất là chỉ số định hướng “trong công việc” ( $M = 13,26$ ) và trong hệ thống phân cấp các chỉ số của giá trị - ý nghĩa thì giá trị “quá trình” ( $M = 6,89$ ) cũng là giá trị cao nhất. Vì thế, chúng tôi đặt tên cho nhóm này là nhóm định hướng chuyên nghiệp - nghề nghiệp. Đây là những sinh viên khao khát có kiến thức, quan tâm đến kết quả thực hiện, khát

vọng cao, họ coi trọng sự tự do trong hoạt động và công bằng trong các mối quan hệ. Rõ ràng, các giá trị định hướng chuyên nghiệp - nghề nghiệp của họ gắn liền với mong muốn đạt được kết quả cao trong sự phát triển của chuyên ngành, sau này sẽ là cơ sở cho sự phát triển nghề nghiệp và phúc lợi chung của cá nhân. Đối với điều này, họ tự quản lý bản thân để tránh bị hấp dẫn bởi giải trí và các sự kiện không liên quan đến sự phát triển chuyên nghiệp.

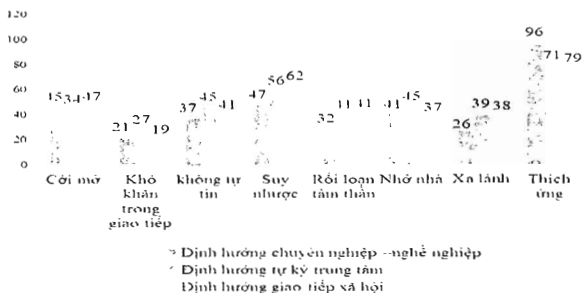
Nhóm định hướng tự kỷ trung tâm (nhóm 2): bao gồm 30 sinh viên Việt Nam. Nhóm này có một số khác biệt so với nhóm đầu tiên. Chiếm ưu thế với vị trí cao nhất trong thang định hướng nhân cách là định hướng “về bản thân” ( $M = 11,67$ ) và giá trị “ích kỷ” ( $M = 5,83$ ) trong thang thứ bậc giá trị - ý nghĩa. Chính vì thế, nhóm này có thể được gọi tên là nhóm định hướng tự kỷ trung tâm. Đây là những sinh viên có kế hoạch cho việc đạt được mục tiêu cá nhân và chứng minh sự khác biệt của mình với những người xung quanh. Đặc điểm cá nhân điển hình của những người như vậy là tự tin trong công việc, có mục đích, khả năng tập trung, trách nhiệm, tổ chức, nhưng gặp khó khăn trong giao tiếp. Khi thực hiện các hoạt động, họ cạnh tranh với những người khác để thể hiện bản thân, đạt được mục tiêu và thỏa mãn nhu cầu cá nhân. Vì thế, họ có một cuộc sống hiện đại và làm những gì mình mong muốn.

Cuối cùng, nhóm định hướng giao tiếp xã hội (nhóm 3): bao gồm 44 sinh viên, họ lựa chọn giá trị cao nhất trong định hướng nhân cách là chỉ số định hướng “trong giao tiếp” với giá trị “tự do” ( $M = 5,70$ ) chiếm ưu thế sau giá trị “quá trình” trong thang các giá trị - ý nghĩa. Đây là những sinh viên thích mở rộng quan hệ bạn bè, sử dụng phần lớn thời gian để giao tiếp, giúp đỡ người khác, đặc biệt coi trọng mối quan hệ giữa các cá nhân, chăm sóc bạn bè và các thành viên trong gia đình. Tuy nhiên, họ chú ý quá nhiều đến ý kiến từ người khác và xã hội và điều này làm giảm cơ hội xây dựng và thực hiện kế hoạch, nguyện vọng và tham vọng cá nhân của chính họ.

### ***3.2. Sự biến đổi các chỉ số khả năng thích ứng trong hai năm học liên tiếp của các nhóm định hướng giá trị - ý nghĩa***

Ở giai đoạn hai của nghiên cứu, đầu tiên, chúng tôi xem xét các chỉ số khả năng thích ứng của các nhóm định hướng giá trị - ý nghĩa của các bạn sinh viên năm nhất. Từ biểu đồ 2, kết quả cho thấy chỉ số cao nhất trong thang khả năng thích ứng là chỉ số thích ứng của nhóm định hướng chuyên nghiệp - nghề nghiệp (96 điểm). Vì thế chúng tôi có thể mô tả khả năng thích ứng của những sinh viên năm nhất trong nhóm này khá thành công. Họ sẵn sàng hợp tác với các sinh viên khác từ các quốc gia khác nhau, nhiệt tình chấp nhận các ý tưởng mới và công nghệ tiên tiến trong các hoạt động học tập, dễ dàng thích nghi với điều kiện mới, tìm cách tương tác với nhiều người, nhưng chủ đề tương tác của

họ là lĩnh vực học tập, nghiên cứu và nghề nghiệp tương lai. Bên cạnh đó, họ còn tìm hiểu các lĩnh vực khác xung quanh cuộc sống của người Nga như văn hóa, văn học, truyền thống và phong tục Nga, thành tựu về khoa học, công nghệ và thể thao. Rõ ràng, sự chuẩn bị tại khoa dự bị trong năm đầu tiên có tác động tích cực đến việc nghiên cứu ngôn ngữ Nga. Họ giao tiếp rất nhiều với sinh viên Nga, điều này giải thích rằng họ không gặp nhiều khó khăn trong giao tiếp. Rõ ràng các sinh viên đã nỗ lực để dẫn đến sự thích ứng thành công nhất trong môi trường đại học ở Nga.



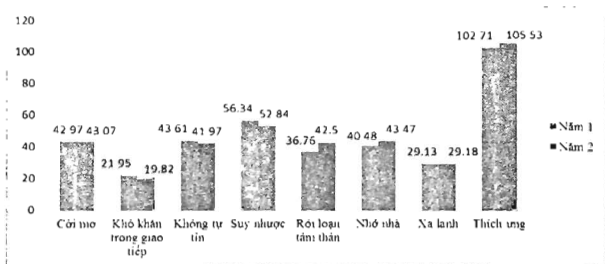
**Biểu đồ 2:** Điểm trung bình các chỉ số khả năng thích ứng trong ba nhóm định hướng giá trị - ý nghĩa của sinh viên Việt Nam (n = 112)

Đối với nhóm định hướng tự kỷ trung tâm, chúng tôi cố gắng vẽ ra một bức tranh tương tự như nhóm trước, kết quả các chỉ số trong thang khả năng thích ứng cho thấy, chỉ số thích ứng thấp nhất và chỉ số suy nhược cao nhất trong ba nhóm. Trong nhóm này, sinh viên cố gắng sử dụng tất cả các cơ hội để cải thiện kết quả trong hoạt động học tập và các hoạt động khác trong cuộc sống. Họ đã bắt đầu làm chủ được tiếng Nga của mình, phát triển khả năng học nhóm, bắt đầu có bước tiến trong học tập, giải quyết các vấn đề cá nhân. Khi tương tác với người khác, họ gặp khó khăn trong giao tiếp, điều này thể hiện rõ trong chỉ số khó khăn trong giao tiếp và chỉ số suy nhược. Họ không phải lúc nào cũng hài lòng với quá trình giao tiếp và tương tác với các sinh viên và giảng viên khác, thường thì họ gặp phải sự căm giận, bất mãn, thờ ơ, hoài niệm về những người thân yêu và đất nước của họ. Nhìn chung, các yếu tố bất lợi



này ảnh hưởng đến điểm số thích ứng chung. Bởi vì, ở trong cộng đồng sinh viên, họ công khai xác định những nhu cầu cá nhân, đó là một trở ngại để các sinh viên khác chấp nhận họ. Tất cả những yếu tố này làm giảm khả năng thích ứng của họ.

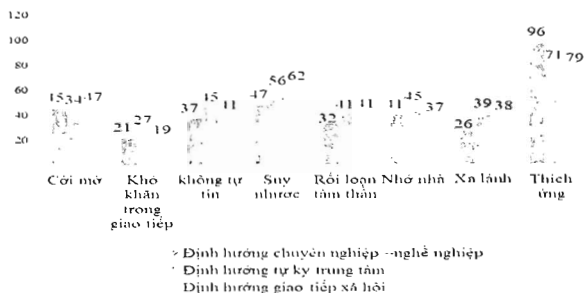
Phân tích các chỉ số trong thang khả năng thích ứng trong nhóm định hướng giao tiếp xã hội, kết quả cho thấy, chỉ số khả năng thích ứng thấp hơn nhóm một, chỉ số suy nhược cao, bên cạnh đó, chỉ số cởi mở cao cũng là đặc điểm chính của nhóm này. Mặc dù thực tế, sinh viên nhóm này có ưu thế về khả năng giao tiếp và khuynh hướng xã hội nhưng chưa có thành công trong giao tiếp giữa các cá nhân với môi trường học tập tại Liên bang Nga. Những khó khăn chính trong giao tiếp là: khó khăn trong việc thiết lập các liên lạc, lựa chọn các lập luận, không có chính kiến riêng, phản ứng cảm xúc chưa phù hợp với các biểu hiện bằng lời nói, cứng nhắc, cảm xúc chưa rõ ràng. Sự kết hợp của các đặc điểm này dẫn đến biểu hiện cảm xúc tiêu cực ở sinh viên như dễ có biểu hiện cáu kỉnh, thờ ơ, trầm cảm và đôi khi gây hấn. Những sinh viên nhóm này có chiều hướng giảm tự tin và khó khăn trong tương tác làm giảm đáng kể các cơ hội thích ứng của sinh viên trong một môi trường giáo dục đa sắc tộc.



**Biểu đồ 3:** Các chỉ số của thang khả năng thích ứng của nhóm định hướng chuyên nghiệp - nghề nghiệp ở hai giai đoạn nghiên cứu (n = 38)

Tiếp theo, chúng tôi tìm hiểu, so sánh và phân tích sự biến đổi các chỉ số của thang khả năng thích ứng ở hai lần khảo sát trên cùng một nhóm sinh viên của các nhóm định hướng giá trị - ý nghĩa. Kết quả nghiên cứu thu được ở nhóm định hướng chuyên nghiệp - nghề nghiệp cho thấy, các bạn sinh viên năm hai bắt đầu hiểu rõ hơn về truyền thống và văn hóa Nga, mở rộng kiến

họ là lĩnh vực học tập, nghiên cứu và nghề nghiệp tương lai. Bên cạnh đó, họ còn tìm hiểu các lĩnh vực khác xung quanh cuộc sống của người Nga như văn hóa, văn học, truyền thống và phong tục Nga, thành tựu về khoa học, công nghệ và thể thao. Rõ ràng, sự chuẩn bị tại khoa dự bị trong năm đầu tiên có tác động tích cực đến việc nghiên cứu ngôn ngữ Nga. Họ giao tiếp rất nhiều với sinh viên Nga, điều này giải thích rằng họ không gặp nhiều khó khăn trong giao tiếp. Rõ ràng các sinh viên đã nỗ lực để dẫn đến sự thích ứng thành công nhất trong môi trường đại học ở Nga.

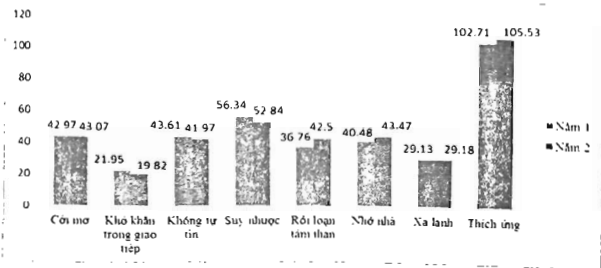


**Biểu đồ 2:** Điểm trung bình các chỉ số khả năng thích ứng trong ba nhóm định hướng giá trị - ý nghĩa của sinh viên Việt Nam (n = 112)

Đối với nhóm định hướng tự kỷ trung tâm, chúng tôi cố gắng vẽ ra một bức tranh tương tự như nhóm trước, kết quả các chỉ số trong thang khả năng thích ứng cho thấy, chỉ số thích ứng thấp nhất và chỉ số suy nhược cao nhất trong ba nhóm. Trong nhóm này, sinh viên cố gắng sử dụng tất cả các cơ hội để cải thiện kết quả trong hoạt động học tập và các hoạt động khác trong cuộc sống. Họ đã bắt đầu làm chủ được tiếng Nga của mình, phát triển khả năng học nhóm, bắt đầu có bước tiến trong học tập, giải quyết các vấn đề cá nhân. Khi tương tác với người khác, họ gặp khó khăn trong giao tiếp, điều này thể hiện rõ trong chỉ số khó khăn trong giao tiếp và chỉ số suy nhược. Họ không phải lúc nào cũng hài lòng với quá trình giao tiếp và tương tác với các sinh viên và giảng viên khác, thường thì họ gặp phải sự căm giận, bất mãn, thờ ơ, hoài niệm về những người thân yêu và đất nước của họ. Nhìn chung, các yếu tố bất lợi

này ảnh hưởng đến điểm số thích ứng chung. Bởi vì, ở trong cộng đồng sinh viên, họ công khai xác định những nhu cầu cá nhân, đó là một trở ngại để các sinh viên khác chấp nhận họ. Tất cả những yếu tố này làm giảm khả năng thích ứng của họ.

Phân tích các chỉ số trong thang khả năng thích ứng trong nhóm định hướng giao tiếp xã hội, kết quả cho thấy, chỉ số khả năng thích ứng thấp hơn nhóm một, chỉ số suy nhược cao, bên cạnh đó, chỉ số cởi mở cao cũng là đặc điểm chính của nhóm này. Mặc dù thực tế, sinh viên nhóm này có ưu thế về khả năng giao tiếp và khuynh hướng xã hội nhưng chưa có thành công trong giao tiếp giữa các cá nhân với môi trường học tập tại Liên bang Nga. Những khó khăn chính trong giao tiếp là: khó khăn trong việc thiết lập các liên lạc, lựa chọn các lập luận, không có chính kiến riêng, phản ứng cảm xúc chưa phù hợp với các biểu hiện bằng lời nói, cứng nhắc, cảm xúc chưa rõ ràng. Sự kết hợp của các đặc điểm này dẫn đến biểu hiện cảm xúc tiêu cực ở sinh viên như dễ có biểu hiện cáu kỉnh, thờ ơ, trầm cảm và đôi khi gây hấn. Những sinh viên nhóm này có chiều hướng giảm tự tin và khó khăn trong tương tác làm giảm đáng kể các cơ hội thích ứng của sinh viên trong một môi trường giáo dục đa sắc tộc.



**Biểu đồ 3:** Các chỉ số của thang khả năng thích ứng của nhóm định hướng chuyên nghiệp - nghề nghiệp ở hai giai đoạn nghiên cứu ( $n = 38$ )

Tiếp theo, chúng tôi tìm hiểu, so sánh và phân tích sự biến đổi các chỉ số của thang khả năng thích ứng ở hai lần khảo sát trên cùng một nhóm sinh viên của các nhóm định hướng giá trị - ý nghĩa. Kết quả nghiên cứu thu được ở nhóm định hướng chuyên nghiệp - nghề nghiệp cho thấy, các bạn sinh viên năm hai bắt đầu hiểu rõ hơn về truyền thống và văn hóa Nga, mở rộng kiến

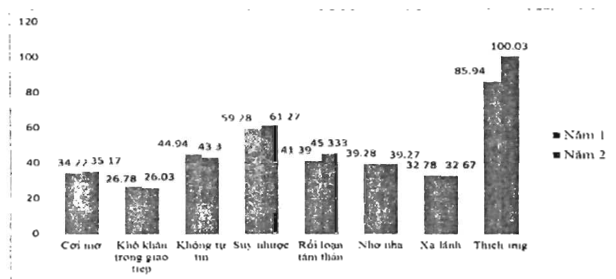
thức về địa lý, lịch sử Nga, có kiến thức sâu về những người anh hùng trong lịch sử nước Nga. Nhìn vào biểu đồ 3, đã xuất hiện một số thay đổi trong quá trình sống và học tập tại Liên bang Nga.

Từ biểu đồ 3, chúng tôi sử dụng phân tích T-test để tìm hiểu sự khác biệt về mặt thống kê. Kết quả cho thấy có sự khác biệt ở chỉ số như suy nhược, rối loạn tâm thần, nhớ nhà và thích ứng ( $p < 0,01$ ). Sau một năm học tập trong không gian giáo dục đa sắc tộc, khi bước vào năm thứ hai, sinh viên Việt Nam cảm thấy tự tin hơn. Điều này được phản ánh trong thực tế là họ bắt đầu dễ dàng liên lạc với sinh viên Nga và giáo viên, từ đó mở rộng mối quan hệ bạn bè. Các hoạt động của họ lan rộng ra ngoài khuôn khổ của việc học, họ thể hiện tích cực hơn trong các hoạt động nghiên cứu, trong các cuộc thi giáo dục, giao lưu với các khoa khác và khả năng tự học tăng lên rõ rệt. Ví thể, chỉ số suy nhược giảm, các cảm xúc tiêu cực giảm, cảm xúc tích cực chiếm đa phần thời gian của họ. Đồng thời, tỷ lệ rối loạn tâm thần và nhớ nhà tăng lên. Điều này được lý giải như sau: những sinh viên này không có cơ hội gặp người thân và bạn bè trong một thời gian dài, không gần gũi với họ, tạo ra sự khó chịu bên trong, gia tăng tâm trạng hoài niệm. Bởi vì, các bạn sinh viên học tập ở Nga, khó có điều kiện kinh tế để về thăm gia đình hằng năm, hầu hết các bạn sẽ về thăm gia đình sau 2 - 3 năm học tập. Nhìn chung, đối với nhóm này, chúng tôi có thể kết luận rằng, mặc dù đã cải thiện khả năng thích ứng và giảm cảm giác tiêu cực, nhưng các bạn sinh viên Việt Nam vẫn cảm thấy nhớ nhà và mong muốn trở về quê hương càng sớm càng tốt. Họ vẫn cảm thấy khó chịu khi phải xa đất nước của họ, nước Nga chưa thật sự trở thành quê hương thứ hai của họ. Do hơn hai năm ở Nga, họ chưa đủ thời gian để hoàn toàn quen với văn hóa dân tộc, ẩm thực và các thành phần khác về mặt dân tộc, chưa thể hiện bản thân một cách đầy đủ, chưa thỏa mãn nhu cầu xã hội hóa trong một nền văn hóa nước ngoài.

Đối với nhóm định hướng tự kỷ trung tâm, chúng tôi sử dụng phân tích T-test để làm rõ sự khác biệt về mặt thống kê của hai giai đoạn khảo sát trên cùng một nhóm sinh viên. Từ biểu đồ 4, kết quả cho thấy những thay đổi chính ở mức có ý nghĩa thống kê cũng xảy ra ở chỉ số thích ứng trong thang khả năng thích ứng và các biến khác có xu hướng giảm hoặc tăng ( $p < 0,01$ ).

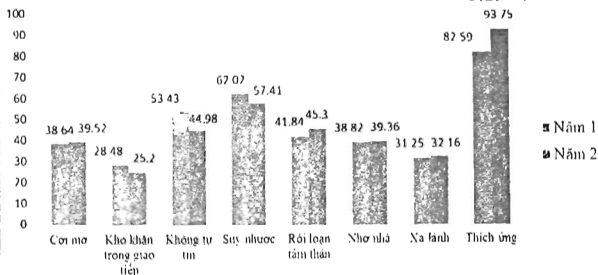
Phân tích đặc điểm khả năng thích ứng của các bạn sinh viên Việt Nam sau hơn một năm bước vào học chuyên ngành ở Nga, chúng tôi thấy rằng, nhóm sinh viên này tích cực hoạt động hơn vào các lĩnh vực khác nhau của cuộc sống trong môi trường giáo dục đa sắc tộc. Các chỉ số thành công trong giáo dục của họ được cải thiện đáng kể, họ bắt đầu tham gia thường xuyên hơn trong việc thảo luận các vấn đề khoa học và xã hội trong các chủ đề trên lớp cũng như trong cộng đồng sinh viên Nga, vòng tròn quan hệ hẹp trước đây đã

được mở rộng hơn và ổn định hơn. Đồng thời, sinh viên của nhóm này vẫn gặp khó khăn trong giao tiếp, họ tránh tham gia các sự kiện do khoa và trường đại học tổ chức. Những sinh viên này vẫn còn cảm thấy cô đơn trong môi trường học tập, vẫn trải qua cảm giác khó chịu khi thảo luận với các sinh viên và giáo viên khác do những khó khăn về ngôn ngữ. Khi bước vào tình huống khó khăn, họ không thể ứng phó nhanh. Họ vẫn có cảm giác nhớ gia đình và những người thân thiết và điều này không mang lại cảm giác hạnh phúc trọn vẹn và một cuộc sống thú vị phong phú trên đất nước Nga. Sự gia tăng chỉ số suy nhược và rối loạn tâm thần cho thấy rằng, các sinh viên nhóm này vẫn tồn tại cảm giác lo lắng đối với mọi thứ xung quanh. Họ lo lắng về tương lai và về những gì đang xảy ra. Sống và học tập trong một môi trường đa sắc tộc là một tình huống bắt buộc đối với họ. Do đó, sinh viên ở nhóm này là những người bày tỏ mong muốn hoàn thành việc học càng sớm càng tốt để trở về quê hương.



**Biểu đồ 4:** Các chỉ số của thang khả năng thích ứng của nhóm định hướng tự kỷ trung tâm ở hai giai đoạn nghiên cứu (n = 30)

Cuối cùng là nhóm định hướng giao tiếp xã hội, từ biểu đồ 5 và phân tích T-test, kết quả cho thấy có sự khác biệt ý nghĩa thống kê ở chỉ số thích ứng, khó khăn trong giao tiếp, không tự tin, suy nhược ( $p < 0,05$ ). Điều này cho thấy, sinh viên nhóm này tiến bộ đáng kể trong quá trình thích ứng. Hành vi và hoạt động của họ đã thay đổi đáng kể. Họ bắt đầu thể hiện sự chủ động và hoạt động nhiều hơn trong giao tiếp và học tập. Hiệu quả của khả năng thích ứng của họ chủ yếu là do các chỉ số về khó khăn trong giao tiếp, suy nhược và không tự tin giảm.



**Biểu đồ 5:** Các chỉ số của thang khả năng thích ứng của nhóm định hướng giao tiếp xã hội ở hai giai đoạn nghiên cứu ( $n = 44$ )

Rõ ràng, sự gia tăng khả năng tiếng Nga của các sinh viên cho phép họ mở rộng lĩnh vực giao tiếp, điều này làm gia tăng sự tự tin của họ. Khó khăn khi tương tác với các sinh viên có quốc tịch khác và với giáo viên biến mất, họ trở nên cởi mở hơn, dễ tiếp cận các sinh viên khác, cảm xúc tích cực được gia tăng, thân thiện và bình tĩnh trong các tình huống bất ngờ. Thất bại trong các hoạt động giáo dục hay các lĩnh vực khác không làm cho họ đau khổ, trầm cảm và cũng như các biểu hiện tiêu cực khác mà họ nhanh chóng hồi phục tinh thần và khắc phục tình hình khó khăn đó. Do họ đã cải thiện sự tự điều chỉnh trong các hoạt động, giao tiếp và hành vi nên họ tự kiểm soát được cảm xúc và biểu hiện bằng lời nói trong các cuộc thảo luận, khẳng định vị trí của mình trong nhóm, làm chủ kiến thức về truyền thống, văn hóa Nga, thông thạo các câu tục ngữ và câu nói đùa của Nga, đã làm quen với âm thực Nga. Cuộc sống xã hội của họ ở Nga đã trở nên tích cực và thú vị hơn. Họ sẵn sàng thể hiện bản thân trong các hoạt động học tập, các hoạt động ngoại khóa bên ngoài, tham gia các chương trình hòa nhạc, thể thao, các cuộc thi kiến thức.

#### 4. Kết luận

Tóm lại, nghiên cứu của chúng tôi chỉ ra một số đặc điểm tâm lý về khả năng thích ứng của sinh viên Việt Nam với các chỉ số giá trị - ý nghĩa ở ba nhóm định hướng giá trị - ý nghĩa khác nhau. Trước hết, cần nhấn mạnh sự kết hợp giữa định hướng giá trị và ý nghĩa cuộc sống tạo đã thành các nhóm định hướng giá trị - ý nghĩa của từng cá nhân. Kết quả nghiên cứu cho phép phân biệt ba nhóm sinh viên Việt Nam với các chỉ số khác nhau về định hướng giá

trị - ý nghĩa. Đồng thời với nghiên cứu theo chiều dọc, chúng tôi xác định được các chỉ số thích ứng đối với nhóm định hướng chuyên nghiệp - nghề nghiệp là cao nhất. Theo quan điểm của chúng tôi, sinh viên nhóm định hướng chuyên nghiệp - nghề nghiệp với các giá trị lao động, quá trình và kết quả chiếm ưu thế nên ở họ tồn tại các chiến lược tự thể hiện bản thân trong những lĩnh vực khác nhau của cuộc sống và cung cấp cho họ khả năng thích ứng cao. Sinh viên nhóm định hướng tự kỷ trung tâm có giá trị chiếm ưu thế là ích kỷ, tự do, và giá trị kết quả nên họ quan tâm nhiều hơn đến sự thỏa mãn và lợi ích cá nhân. Vì thế, họ có tiềm năng thích ứng trong môi trường mới nhưng do nhu cầu cá nhân cao khiến họ xa lánh các sinh viên khác và tạo ra một số khó khăn trong quá trình giao tiếp, điều này phần nào làm ảnh hưởng đến quá trình thích ứng. Đối với những sinh viên có giá trị vị tha, lao động, tự do chiếm ưu thế ở nhóm định hướng giao tiếp xã hội thì họ không có kế hoạch cụ thể trong cuộc sống, không có mục tiêu rõ ràng trong việc thiết lập các mối quan hệ xã hội, nhưng lại dành phần lớn thời gian giao tiếp với mọi người, chính vì thế làm ảnh hưởng đến quá trình thích ứng.

Dựa trên kết quả nghiên cứu, chúng tôi có thể kết luận định hướng giá trị - ý nghĩa của sinh viên Việt Nam đang học tập tại Liên bang Nga không ảnh hưởng đáng kể đến quá trình thích ứng, nhưng là yếu tố phụ ảnh hưởng đến chiến lược giao tiếp, hành vi, hoạt động cá nhân.

### **Tài liệu tham khảo**

1. Айбазова С.Р. (2015). Роль ценностно - смысловой направленности в динамике самореализации личности//Дисс. кан.псих.наук. М.
2. Буй Дык Туан (2015). Динамика ценностей вьетнамских студентов в начальный период обучения в России//Дисс...канд.псих.наук - Москва.
3. Крупнов А.И. (2006). Системно-диспозиционный подход к изучению личности и ее свойства [Текст]/А.И. Крупнов//Вестник РУДН. Серия: Психология и педагогика. № 1. - с. 63 - 73.
4. Кудинов С.И., Кудинов С.С., Айбазова С.Р. (2015). Ценностно-смысловая направленность как условие самореализации личности/Современные тенденции развития науки и технологий: материалы 3-й Между-нар. науч.-практ. конф.: в 6 ч. Белгород. Ч. 5. С. 64 - 70.
5. Леонтьев Д.А. (2000). Тест смысложизненных ориентаций (СЖО). 2-е изд. - М.: Смысл. С. 18.
6. Нгуен Тхи Чам Ань (2009). Личностная адаптация студентов-психологов к вузовскому образованию. Автореферат. Кан. ф.п.н. Тамбов.

7. Психодиагностика личности: пособие для студентов вузов/М.А. Пономарёва, Т.И. Юхновец/под общ. ред. М.А. Пономарёвой.- Минск: Тесей. 2008.
8. Шептуры А.В. (2015). Психологические особенности уверенности и адаптивности иностранных студентов. Дисс...канд.псих.наук - Москва.
9. Хо Во Кие Ти (2018). Взаимосвязь ценностно-смысловой направленности и адаптивности личности вьетнамских студентов. Дисс...канд.псих.наук - Москва.