MỨC ĐỘ LO LẮNG KHI NÓI TIẾNG ANH CỦA SINH VIÊN ĐẠI HỌC VIỆT NAM: NGHIÊN CỨU DƯỚI GÓC ĐỘ GIỚI TÍNH

Nguyễn Thị Mơ
Khoa Ngoại ngữ, Trường Đại học Văn Hiến
Email: MoNT@vhu.edu.vn

Tóm tắt: *Nghiên cứu định lượng này điều tra mức độ lo lắng khi nói tiếng Anh như một ngoại ngữ (EFL) của sinh viên đại học Việt Nam và xem xét những khác biệt tiềm ẩn về giới tính đối với sự lo lắng này. Đối tượng tham gia gồm 119 sinh viên đại học (52 nam và 67 nữ) tại 2 trường đại học ở Việt Nam. Dữ liệu được thu thập bằng Thang đo Lo lắng khi nói ngoại ngữ (FLSAS). Thống kê mô tả được sử dụng để xác định mức độ lo lắng tổng thể, trong khi kiểm định t độc lập (independent samples t-test) được thực hiện để xác định xem có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê giữa sinh viên nam và nữ hay không. Kết quả cho thấy sinh viên đại học Việt Nam thể hiện mức độ lo lắng khi nói ngoại ngữ từ trung bình đến cao và không có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê về mức độ lo lắng này xét theo giới tính. Dựa trên các phát hiện, một số định hướng thực tiễn đã được đề xuất.*

Từ khóa: *sự lo lắng khi nói ngoại ngữ, khác biệt giới tính, người học EFL cấp đại học, giáo dục đại học, FLSAS.*

ENGLISH-SPEAKING ANXIETY AMONG VIETNAMESE UNIVERSITY STUDENTS: A GENDER-BASED PERSPECTIVE

Abstract: *This quantitative study investigated the level of English as a Foreign Language (EFL) speaking anxiety among Vietnamese university students and examined potential gender differences in their experienced speaking anxiety. The participants will consist of 119 undergraduate students (52 males and 67 females) at 2 universities in Vietnam. Data was gathered using the Foreign Language Speaking Anxiety Scale (FLSAS). Descriptive statistics was employed to determine the overall anxiety level, while an independent samples t-test will be conducted to identify whether significant differences exist between male and female undergraduates. The findings indicated that Vietnames university students exhibited a moderate to high level of foreign language speaking anxiety and there was no significant difference of foreign language speaking anxiety of Vietnamese undergraduates in terms of genders. Based on the findings, several implications were suggested.*

Keywords*: foreign language speaking anxiety, gender differences, tertiary EFL learners, higher education, FLSAS.*

Nhận bài: 18/06/2026 *Phản biện: 18/07/2026* *Duyệt đăng: 21/07/2026*

I. GIỚI THIỆU

Lo lắng khi học ngoại ngữ (FLA) đã được thừa nhận rộng rãi là một trong những biến số tâm lý-tình cảm quan trọng ảnh hưởng đến quá trình học ngôn ngữ thứ hai và ngoại ngữ (Horwitz và cộng sự, 1986; MacIntyre, 1999). Trong số bốn kỹ năng ngôn ngữ chính, kỹ năng nói liên tục được người học và các nhà nghiên cứu xác định là trải nghiệm gây lo lắng nhất trong lớp học ngôn ngữ (Young, 1990; Woodrow, 2006).

Ở bậc giáo dục đại học, sinh viên phải đối mặt với kỳ vọng ngày càng cao về khả năng giao tiếp hiệu quả bằng tiếng Anh để phục vụ cho các bài thuyết trình học thuật, thảo luận trên lớp và sự chuẩn bị cho nghề nghiệp tương lai. Tuy nhiên, trong bối cảnh giáo dục đại học ở Việt Nam, giảng viên EFL thường xuyên gặp phải tình trạng sinh viên ngập ngừng, nói lắp, nói nhỏ hoặc e ngại tham gia vào các hoạt động nói.

Qua nhiều thập kỷ, một lượng lớn nghiên cứu đã xem xét sự lo lắng trong lớp học ngoại ngữ (Tran và cộng sự, 2013; Öztürk & Gürbüz, 2014; Chou, 2018). Mặc dù số lượng tài liệu nghiên cứu ngày càng tăng, sự biến thiên theo giới tính về mức độ lo lắng khi nói ngoại ngữ vẫn là một chủ đề còn tranh cãi. Trong khi một số nghiên cứu cho rằng sinh viên nữ gặp phải mức độ lo lắng ngoại ngữ cao hơn so với nam giới (Park & French, 2013; Çağatay, 2015; Karatas và cộng sự, 2016), các nghiên cứu khác lại không ghi nhận sự khác biệt có ý nghĩa về giới tính hoặc thậm chí nam giới có mức độ lo lắng cao hơn tùy thuộc vào bối cảnh tình huống (Öztürk & Gürbüz, 2013). Trong bối cảnh đại học ở Việt Nam, các nghiên cứu thực nghiệm tập trung cụ thể vào sự lo lắng trong kỹ năng nói và mối liên hệ của nó với giới tính vẫn còn hạn chế. Do đó, một nghiên cứu chuyên sâu hướng tới đối tượng người học cấp đại học là rất cần thiết.

Nghiên cứu hiện tại nhằm mục đích điều tra mức độ lo lắng khi nói tiếng Anh (EFL) của sinh viên đại học tại Việt Nam và xác định xem mức độ lo lắng này có sự khác biệt có ý nghĩa giữa

các giới tính hay không. Sử dụng Thang đo Lo lắng khi nói ngoại ngữ (FLSAS) (Balemir, 2009; Huang, 2004), nghiên cứu định lượng này giải quyết hai câu hỏi nghiên cứu cụ thể:

Câu 1: Mức độ lo lắng khi nói tiếng Anh (EFL) của sinh viên đại học Việt Nam là bao nhiêu?

Câu 2: Có sự khác biệt có ý nghĩa nào về mức độ lo lắng khi nói tiếng Anh giữa sinh viên nam và sinh viên nữ hay không?

Nghiên cứu này đóng góp vào hệ thống tài liệu hiện tại về thụ tiến ngôn ngữ thứ hai (SLA) bằng cách làm phong phú thêm hiểu biết thực nghiệm về sự lo lắng khi nói của sinh viên đại học Việt Nam. Về mặt lý thuyết, nghiên cứu làm sáng tỏ cách thức giới tính — như một đặc điểm cá biệt — tương tác với sự lo lắng khi nói mang tính tình huống trong bối cảnh đại học. Về mặt sư phạm, việc hiểu rõ các mô hình lo lắng theo giới tính giúp giảng viên ngôn ngữ và các nhà phát triển chương trình điều chỉnh các can thiệp trong lớp học, tạo ra môi trường nói giảm thiểu áp lực và triển khai các chiến lược giảng dạy hỗ trợ phù hợp cho cả sinh viên nam và nữ.

II. TỔNG QUAN TÀI LIỆU

2.1 Khái niệm hóa sự lo lắng khi nói ngoại ngữ

Lo lắng nhìn chung được khái niệm hóa là một trạng thái tâm lý căng thẳng, e sợ và lo âu (Spielberger, 1983). Trong nghiên cứu thụ tiến ngôn ngữ, MacIntyre và Gardner (1991) đã phân biệt giữa lo lắng tính cách (trait anxiety), lo lắng trạng thái (state anxiety) và lo lắng tình huống cụ thể (situation-specific anxiety). Lo lắng khi học ngoại ngữ (FLA) được xếp vào loại lo lắng tình huống cụ thể, được định nghĩa là "một phức hợp phân biệt của các tự nhận thức, niềm tin, cảm xúc và hành vi liên quan đến việc học ngôn ngữ trong lớp học phát sinh từ tính duy nhất của quá trình học ngôn ngữ" (Horwitz và cộng sự, 1986, trang 128). Khi thu hẹp vào kỹ năng nói, lo lắng khi nói ngoại ngữ phản ánh sự e sợ trải qua cụ thể trong quá trình tạo lập ngôn ngữ nói, được kích hoạt bởi các yếu tố như sợ bị đánh giá tiêu cực, sợ mắc lỗi khi nói và áp lực thể hiện (Huang, 2004; Balemir, 2009).

2.2 Các phát hiện thực nghiệm về mức độ lo lắng khi nói EFL ở bậc đại học

Một lượng lớn tài liệu đã khám phá sự lo lắng khi nói ngoại ngữ của sinh viên đại học trên toàn cầu và trong khu vực (Horwitz và cộng sự, 1986; Woodrow, 2006; Liu & Jackson, 2008). Thông qua các nghiên cứu thực nghiệm sử dụng thang đo tự báo cáo — đáng chú ý nhất là Thang đo Lo lắng Lớp học Ngoại ngữ (FLCAS) và Thang đo Lo lắng khi nói Ngoại ngữ (FLSAS) — các kết quả nghiên cứu nhìn chung phân loại mức độ lo lắng khi nói của sinh viên đại học thành ba mức độ rõ rệt: cao, trung bình và thấp.

Một mặt, nhiều nghiên cứu thực nghiệm ghi nhận sinh viên đại học chịu mức độ lo lắng khi nói ở mức cao (Huang, 2004; Chou, 2018). Trong các bối cảnh này, nói bằng ngôn ngữ đích được ghi nhận là hoạt động trong lớp gây căng thẳng nhất (Young, 1990; Woodrow, 2006). Thực tế, Huang (2004) đã điều tra sinh viên năm nhất không chuyên tiếng Anh tại Đài Loan và quan sát thấy mức độ lo lắng khi nói cao, bị tác động mạnh bởi sự thiếu tự tin và sợ mắc lỗi nói trước công chúng. Tương tự, Chou (2018) tiết lộ rằng từ một nửa đến hai phần ba sinh viên đại học Đài Loan trải qua sự lo lắng khi nói tăng cao, đặc biệt khi được yêu cầu nói bộc phát mà không có sự chuẩn bị trước. Trong bối cảnh Việt Nam, Tran và cộng sự (2013) đã khảo sát 419 sinh viên đại học và báo cáo mức độ lo lắng cao phổ biến trong các nhiệm vụ nói. Các tác nhân chính được xác định trong các lớp học đại học ở Việt Nam bao gồm sợ bị bạn bè và giáo viên đánh giá tiêu cực, bị giáo viên gọi phát biểu đột xuất và các bài kiểm tra nói chính thức.

Mặt khác, phần lớn các nghiên cứu thực nghiệm gần đây kết luận rằng sinh viên đại học thường trải qua mức độ lo lắng khi nói ở mức trung bình (Balemir, 2009; Karatas và cộng sự, 2016). Trong những trường hợp này, sinh viên không rơi vào trạng thái hoảng loạn tột độ, nhưng họ vẫn cảm thấy sự căng thẳng tâm lý thường xuyên khi phải thực hiện kỹ năng nói. Chẳng hạn, Karatas và cộng sự (2016) tìm thấy mức độ lo lắng khi nói ở mức trung bình ở các sinh viên hệ dự bị đại học tại Thổ Nhĩ Kỳ. Tương tự, các nghiên cứu gần đây về sinh viên đại học Đông Nam Á (Bhattarachaiyakorn & Phettakua, 2023) xác nhận rằng trong khi sinh viên thoải mái với việc học thụ động, sự lo lắng của họ tăng lên mức trung bình trong quá trình tạo lập ngôn ngữ nói chủ động như làm việc nhóm và thuyết trình. Tại Việt Nam, các nghiên cứu địa

phương gần đây hướng đến giáo dục đại học — như Ho và Truong (2022) cũng như Le và Tran (2020) — cũng tìm thấy sinh viên năm nhất không chuyên tiếng Anh thể hiện mức độ lo lắng khi nói EFL ở ngưỡng trung bình.

Đáng chú ý, một nhóm nghiên cứu riêng biệt đã ghi nhận mức độ lo lắng khi nói ngoại ngữ ở mức thấp ở sinh viên đại học (Öztürk & Gürbüz, 2014; Septiawan & Septiyana, 2023). Öztürk và Gürbüz (2014) đã khảo sát 383 sinh viên đại học và bất ngờ tìm thấy các đối tượng tham gia trải qua mức độ lo lắng khi nói tổng thể ở mức thấp. Các nhà nghiên cứu cho rằng phát hiện này là nhờ vào mối quan hệ hỗ trợ giữa giáo viên - sinh viên, không khí lớp học không đe dọa và thiết kế bài tập theo nhóm nhỏ. Trong môi trường đó, sự lo lắng được tìm thấy đóng vai trò như một lực thúc đẩy thay vì một rào cản trở, kích thích sinh viên chú ý nhiều hơn đến độ chính xác của lời nói. Các nghiên cứu của Septiawan và Septiyana (2025) chỉ ra rằng sinh viên đại học năm cuối hoặc sinh viên tiếp xúc nhiều hơn với ngôn ngữ thường báo cáo mức độ lo lắng khi nói thấp. Khi sinh viên tiến bộ qua các năm học đại học và quen thuộc hơn với các nhiệm vụ giao tiếp, sự lo lắng tình huống của họ tự nhiên giảm đi.

2.3 Khác biệt giới tính trong sự lo lắng khi nói ngoại ngữ

Giới tính đã được nghiên cứu rộng rãi như một yếu tố nhân khẩu học quan trọng trong nghiên cứu ngoại ngữ. Tuy nhiên, các phát hiện thực nghiệm liên quan đến sự khác biệt giới tính trong lo lắng khi nói lại đưa ra kết quả không nhất quán. Các nghiên cứu như Park và French (2013), Çağatay (2015), và Karatas và cộng sự (2016) báo cáo rằng sinh viên nữ trải qua mức độ lo lắng khi nói cao hơn đáng kể so với sinh viên nam. Các nhà nghiên cứu giải thích điều này là do người học nữ thường tự khắt khe với bản thân hơn, quan tâm nhiều hơn đến đánh giá của bạn bè và cởi mở hơn trong việc tự báo cáo trạng thái cảm xúc trên các bản khảo sát. Không có sự khác biệt có ý nghĩa: Ngược lại, nghiên cứu của Akkakoson (2016) không tìm thấy sự khác biệt có ý nghĩa thống kê về sự lo lắng khi nói giữa sinh viên nam và nữ tại Thái Lan. Tương tự, Öztürk và Gürbüz (2013) gợi ý rằng sự khác biệt giới tính trong lo lắng khi nói thường phụ thuộc vào cấu trúc nhiệm vụ cụ thể hơn là các đặc điểm giới tính vốn có.

III. PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

3.1 Đối tượng tham gia

Đối tượng tham gia gồm 119 sinh viên đại học (52 nam và 67 nữ) được chọn theo phương pháp lấy mẫu thuận tiện từ 2 trường đại học ở Việt Nam. Trong độ tuổi từ 18 đến 21, tất cả sinh viên đã hoàn thành ít nhất 7 đến 10 năm học tiếng Anh chính thức trước khi nhập học đại học. Việc tham gia hoàn toàn trên tinh thần tự nguyện.

3.2 Công cụ nghiên cứu

Thang đo Lo lắng khi nói Ngoại ngữ (FLSAS) Để đo lường sự lo lắng cụ thể trong kỹ năng nói, nghiên cứu sử dụng phiên bản điều chỉnh của Thang đo Lo lắng khi nói Ngoại ngữ (FLSAS) do Huang (2004) phát triển dựa trên Balemir (2009). FLSAS là công cụ được công nhận rộng rãi với độ tin cậy nội bộ cao (sử dụng hệ số Cronbach's alpha = .822 trong nghiên cứu của Tercan & Dikilitas, 2015).

FLSAS gồm hai phần chính: Phần 1: Thông tin nhân khẩu học (Tuổi, Giới tính, Số năm học tiếng Anh). Phần 2: 28 câu hỏi đo lường các khía cạnh khác nhau của sự lo lắng khi nói (ví dụ: nói trước bạn bè, giáo viên sửa lỗi, làm việc nhóm, sợ mắc lỗi). Các câu hỏi được chấm theo thang đo Likert 5 điểm từ 1 (Hoàn toàn không đồng ý) đến 5 (Hoàn toàn đồng ý). Để đảm bảo sự hiểu biết đầy đủ và tránh hiểu lầm, bản câu hỏi được dịch sang tiếng Việt thông qua quy trình dịch ngược nghiêm ngặt với sự tham gia của các chuyên gia ngôn ngữ.

3.3 Thu thập và phân tích dữ liệu

Việc thu thập dữ liệu diễn ra trong học kỳ 2 của năm học. Sau khi nhận được sự phê duyệt của nhà trường và sự cho phép của giảng viên bộ môn, nhà nghiên cứu đã gửi bảng khảo sát FLSAS trực tuyến đến sinh viên. Dữ liệu được phân tích bằng SPSS (Phiên bản 26.0). Để trả lời RQ1 (Mức độ lo lắng tổng thể), các thống kê mô tả bao gồm Điểm trung bình (Mean) và Độ lệch chuẩn (Standard Deviation) đã được tính toán cho toàn thang đo và từng câu hỏi riêng lẻ để phân loại mức độ lo lắng. Để trả lời RQ2 (Khác biệt giới tính), kiểm định Independent Samples t-test được thực hiện để đánh giá xem có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê về điểm trung bình FLSAS giữa sinh viên nam và nữ hay không.

IV. KẾT QUẢ

4.1 Mức độ lo lắng khi nói tiếng Anh (EFL) của sinh viên đại học Việt Nam

Bảng 1: Bảng thống kê mô tả của FLSAS

	N	Min	Max	Mean	Std.Deviation
Q1	119	1.0	5.0	3.437	1.2048
Q2	119	1.0	5.0	3.496	1.1994
Q3	119	1.0	5.0	3.706	1.1074
Q4	119	1.0	5.0	3.269	1.2934
Q5	119	1.0	5.0	3.127	1.2925
Q6	119	1.0	5.0	3.353	1.3378
Q7	119	1.0	5.0	3.555	1.0711
Q8	119	1.0	5.0	3.681	1.1712
Q9	119	1.0	5.0	2.866	1.2949
Q10	119	1.0	5.0	3.050	1.1487
Q11	119	1.0	5.0	3.513	1.1488
Q12	119	1.0	5.0	3.555	1.3064
Q13	119	1.0	5.0	3.420	1.1753
Q14	119	1.0	5.0	3.849	1.1691
Q15	119	1.0	5.0	3.664	1.1145
Q16	119	1.0	5.0	3.647	0.9707
Q17	119	1.0	5.0	3.378	1.0576
Q18	119	1.0	5.0	3.824	0.9799
Q19	119	1.0	5.0	3.555	1.1176
Q20	119	1.0	5.0	3.975	1.0289
Q21	119	1.0	5.0	3.840	1.0250
Q22	119	1.0	5.0	3.227	1.1308
Q23	119	1.0	5.0	3.445	1.0791
Q24	119	1.0	5.0	3.177	1.1764
Q25	119	1.0	5.0	3.496	1.1708
Q26	119	1.0	5.0	3.185	1.0412
Q27	119	1.0	5.0	3.059	1.2973
Q28	119	1.0	5.0	3.571	1.2252
FLSAS	119	2.0	5.0	3.461	0.5983

Như thể hiện ở Bảng 1, điểm trung bình tổng thể về sự lo lắng khi nói ngoại ngữ của 119 đối tượng tham gia là Mean = 3.461 (SD = .5982), với mức điểm trung bình cá nhân dao động từ tối thiểu 2.00 đến tối đa 5.00. Dựa trên ngưỡng của thang đo Likert 5 điểm, điểm trung bình tổng thể 3.461 chỉ ra rằng sinh viên đại học Việt Nam trải qua mức độ lo lắng khi nói EFL ở mức trung bình đến cao. Trong số 28 câu hỏi, mức độ đồng ý cao nhất được ghi nhận ở câu Q20 ("Tôi sẵn sàng tham gia lớp học hơn nếu chủ đề thú vị", M = 3.975, SD = 1.0289), câu Q14 ("Tôi cảm thấy lo lắng khi không thể diễn đạt suy nghĩ của mình một cách hiệu quả khi nói tiếng Anh", M = 3.849, SD = 1.1691), và câu Q21 ("Tôi không cảm thấy căng thẳng trong bài kiểm tra nói nếu thực hành nói nhiều ở lớp", M = 3.840, SD = 1.0250). Mặt khác, điểm số lo lắng thấp nhất được ghi nhận ở câu Q9 ("Vì bị sửa sai bởi giáo viên nên tôi sợ đến lớp học nói", M = 2.866, SD = 1.2949).

4.2 Sự khác biệt có ý nghĩa nào về mức độ lo lắng khi nói tiếng Anh giữa sinh viên nam và sinh viên nữ

Bảng 2: Bảng thống kê mô tả của nam và nữ

Giới tính	N	Mean	SD	Std. Error Mean
Nam	52	3.4801	0.6481	0.0899
Nữ	67	3.4467	0.5611	0.0686

Như mô tả chi tiết ở Bảng 2, sinh viên nam báo cáo điểm số lo lắng khi nói trung bình cao hơn một chút (M = 3.4801, SD = .6481) so với sinh viên nữ (M = 3.4467, SD = .5611).

Bảng 3: Kết quả Independent-sample T-test cho so sánh giới tính

Kiểm định Levene	F		Sig.		
Bình đẳng phương sai	1.952		0.165		
Kiểm định t	t	df	Sig.(2-tailed)	Khác biệt trung bình	Sai số chuẩn	Khoảng tin cậy 95% (Thấp-cao)
Bình đẳng phương sai giả định	0.301	117	0.764	0.0334	0.1110	-0.18639- 0.25326
Không giả định	0.296	101.154	0.768	0.0334	0.1130	-0.19079- 0.25766

Theo Bảng 3, kết quả Kiểm định Levene cho thấy giả định bình đẳng phương sai được đảm bảo (F = 1.952, p = .165 > .05); do đó, hàng "Bình đẳng phương sai giả định" được đọc kết quả. Kiểm định t độc lập cho thấy không có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê về mức độ lo lắng khi nói ngoại ngữ giữa sinh viên nam (M = 3.4801, SD = .64807) và sinh viên nữ (M = 3.4467, SD = .56114) (t = .301, p = .764), chứng tỏ rằng sinh viên đại học nam và nữ ở Việt Nam trải qua mức độ lo lắng khi nói EFL tương đương nhau.

V. THẢO LUẬN

Nghiên cứu định lượng nhằm đánh giá mức độ lo lắng khi nói EFL của sinh viên đại học Việt Nam và xem xét sự khác biệt theo giới tính.

Đối với Câu hỏi nghiên cứu 1, kết quả cho thấy điểm lo lắng khi nói trung bình đạt M = 3,461 (SD = 0,5982) trên thang Likert 5 điểm, tương ứng với mức lo lắng từ trung bình đến cao. Kết quả phù hợp với nhiều nghiên cứu trước đây trong bối cảnh Việt Nam (Tran et al., 2013; Le & Tran, 2020; Ho & Truong, 2022), cho thấy sinh viên thường chịu áp lực khi thực hiện các nhiệm vụ nói tiếng Anh. Sự chuyển đổi từ môi trường học tập thụ động, lấy giáo viên làm trung tâm sang yêu cầu giao tiếp, thuyết trình và thảo luận tại đại học có thể làm gia tăng sự e ngại khi nói. Kết quả này trái ngược với Öztürk và Gürbüz (2014) và Septiawan và Septiyana (2023), khi các nghiên cứu này ghi nhận mức lo lắng thấp hơn nhờ môi trường lớp học thân thiện, hoạt động nhóm và kinh nghiệm giao tiếp.

Đối với Câu hỏi nghiên cứu 2, kiểm định Independent Samples t-test cho thấy không có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê về lo lắng khi nói giữa nam (M = 3,4801; SD = 0,6481) và nữ (M = 3,4467; SD = 0,5611), với t = 0,301; p = 0,764 > 0,05. Kết quả phù hợp với các nghiên cứu cho thấy mức lo lắng tương đương giữa hai giới (Akkakoson, 2016; Öztürk & Gürbüz, 2013), dù khác với một số nghiên cứu cho rằng nữ giới có mức lo lắng cao hơn. Điều này có thể được giải thích bởi sinh viên nam và nữ đều chịu những yêu cầu học tập, hình thức đánh giá và chuẩn đầu ra tiếng Anh tương tự nhau. Do đó, đặc điểm nhiệm vụ, không khí lớp học và năng lực cá nhân có thể ảnh hưởng đến lo lắng khi nói mạnh hơn giới tính.

VI. KẾT LUẬN

Nghiên cứu khảo sát 119 sinh viên đại học Việt Nam bằng Thang đo Lo lắng khi nói Ngoại ngữ (FLSAS) cho thấy sinh viên trải qua mức độ lo lắng khi nói EFL từ trung bình đến cao, không có khác biệt có ý nghĩa thống kê giữa nam và nữ. Kết quả gợi ý giảng viên nên lựa chọn chủ đề giao tiếp phù hợp với sở thích, vấn đề xã hội và tình huống nghề nghiệp thực tế để tăng động lực và giảm e ngại. Các biện pháp hỗ trợ tâm lý nên được áp dụng cho toàn lớp, đồng thời ưu tiên phản hồi mang tính khích lệ, như sửa lỗi gián tiếp, trì hoãn hoặc phản hồi đồng đẳng không phán xét, nhằm duy trì sự tự tin khi nói.

Nghiên cứu còn hạn chế do mẫu thuận tiện gồm 119 sinh viên từ hai trường đại học và chỉ sử dụng dữ liệu tự báo cáo. Các nghiên cứu tiếp theo nên mở rộng mẫu theo vùng miền và chuyên ngành, đồng thời áp dụng phương pháp hỗn hợp, kết hợp phỏng vấn, quan sát lớp học và nhật ký phản ánh để hiểu sâu hơn trải nghiệm lo lắng khi nói của người học.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

Akkakoson, S. (2016). Speaking anxiety in English conversation classrooms among Thai students. Malaysian Journal of Learning and Instruction, 13(1), 63-82.

Balemir, S. H. (2009). The sources of foreign language speaking anxiety and the relationship between proficiency level and degree of foreign language speaking anxiety (Doctoral dissertation, Bilkent University).

Bhattarachaiyakorn, S., & Phettakua, S. (2023). English speaking anxiety among northeastern Thai university students. LEARN Journal: Language Education and Acquisition Research Network, 16(1), 384–407.

Çağatay, S. (2015). Examining EFL students' foreign language speaking anxiety: The case at a Turkish state university. Procedia-Social and Behavioral Sciences, 199, 648-656.

Chou, M. H. (2018). Speaking anxiety and strategy use for learning English as a foreign language in full and partial English-Medium instruction contexts. TESOL Quarterly, 52(3), 611-633.

Ho, K. D. P., & Truong, N. T. N. (2022). Exploring Vietnamese non-English majored freshmen's English speaking anxiety at a public university in Vietnam. VNU Journal of Foreign Studies, 38(5), 105–125.

Horwitz, E. K., Horwitz, M. B., & Cope, J. (1986). Foreign language classroom anxiety. The Modern Language Journal, 70(2), 125-132.

Huang, H. (2004). The relationship between learning motivation and speaking anxiety among EFL non-English major freshmen in Taiwan (Unpublished master's thesis, Chaoyang University of Technology).

Karatas, H., Alci, B., Bademcioglu, M., & Ergin, A. (2016). An investigation into university students' foreign language speaking anxiety. Procedia-Social and Behavioral Sciences, 232, 382-388.

Le, Q. D., & Tran, L. H. (2020). Speaking anxiety and language proficiency among EFL at a university in Vietnam. International Journal of Social Science and Human Research, 3(9), 124-133. https://doi.org/10.47191/ijsshr/v3-i9-01

MacIntyre, P. D., & Gardner, R. C. (1991). Methods and results in the study of anxiety and language learning: A review of the literature. Language Learning, 41(1), 85-117.

Öztürk, G., & Gürbüz, N. (2013). The impact of gender on foreign language speaking anxiety and motivation. Procedia-Social and Behavioral Sciences, 70, 654-665.

Öztürk, G., & Gürbüz, N. (2014). Speaking anxiety among Turkish EFL learners: The case at a state university. Journal of Language and Linguistic Studies, 10(1), 1-17.

Park, G. P., & French, B. F. (2013). Gender differences in the foreign language classroom anxiety scale. System, 41(2), 462-471.

Septiawan, H., & Septiyana, L. (2025). The anxiety in English for foreign language speaking class: The case of university students. Journal of Education and Learning (EduLearn), 17(3), 362–370.

Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L., & Lushene, R. (1968). Self-Evaluation Questionnaire: STAI Form X-1.

Tercan, G., & Dikilitaş, K. (2015). EFL students' speaking anxiety: A case from tertiary level students. ELT Research Journal, 4(1), 16-27.

Tran, T. T. T., Baldauf Jr, R. B., & Moni, K. (2013). Foreign language anxiety: Understanding its status and insiders' awareness and attitudes. TESOL Quarterly, 47(2), 216-243.

Woodrow, L. (2006). Anxiety and speaking English as a second language. RELC Journal, 37(3), 308-328.

Young, D. J. (1990). An investigation of students' perspectives on anxiety and speaking. Foreign Language Annals, 23(6), 539-553.