LO ÂU VÀ ÁP LỰC TÂM LÝ TRONG HỌC CHỮ HÁN: KHẢO SÁT THỰC TRẠNG VÀ ĐỀ XUẤT GIẢI PHÁP DẠY HỌC TÍCH CỰC TẠI HỌC VIỆN CẢNH SÁT NHÂN DÂN

Nguyễn Thị Minh Tân
Khoa Ngoại ngữ - Học viện Cảnh sát Nhân dân

Tóm tắt: *Lo âu và áp lực tâm lý có tác động tiêu cực đáng kể đến kết quả học tiếng Trung, đặc biệt ở giai đoạn ghi nhớ chữ Hán của sinh viên không chuyên ngữ tại các cơ sở đào tạo kỷ luật cao như Học viện Cảnh sát nhân dân. Nghiên cứu khảo sát mô tả cắt ngang trên 198 sinh viên khóa D51 (khóa tuyển sinh năm 2023) kết hợp phỏng vấn bán cấu trúc 8 giảng viên nhằm mô tả thực trạng dạy học và áp lực tâm lý, làm cơ sở để định hướng giải pháp. Kết quả phân tích mô tả cho thấy phương pháp dạy học hiện tại còn thiên về học thuộc và chép chính tả; sinh viên thường xuyên gặp áp lực mau quên mặt chữ, lo âu kiểm tra và thanh điệu, quá tải thông tin và chán nản. Trên cơ sở đó, nghiên cứu đối chiếu bốn nhóm giải pháp dạy học tích cực — trò chơi hóa, học hợp tác nhóm, trực quan hóa chữ Hán theo bộ thủ, và ôn tập lặp lại giãn cách có công nghệ hỗ trợ — theo mức độ phù hợp với từng biểu hiện áp lực đã khảo sát. Việc thiết kế mô hình can thiệp cụ thể và kiểm chứng bằng thực nghiệm được để lại cho một nghiên cứu độc lập tiếp theo.*

Từ khóa: *dạy học tích cực; trò chơi hóa; dạy học chữ Hán; lo âu ngôn ngữ; áp lực tâm lý; sinh viên Học viện Cảnh sát.*

ANXIETY AND PSYCHOLOGICAL PRESSURE IN LEARNING CHINESE CHARACTERS: A SITUATIONAL SURVEY AND PROPOSALS FOR ACTIVE TEACHING STRATEGIES AT THE PEOPLE'S POLICE ACADEMY

Abstract: *Anxiety and psychological pressure can significantly affect Chinese language learning outcomes, particularly during the process of memorizing Chinese characters among non-language-major students in highly disciplined educational institutions such as the People's Police Academy. This study employed a cross-sectional descriptive survey involving 198 students from cohort D51 (admitted in 2023), combined with semi-structured interviews with eight lecturers, to examine the current teaching practices and students' psychological pressure as a basis for proposing appropriate pedagogical solutions. Descriptive findings indicate that current teaching methods still rely heavily on memorization and dictation. Students frequently experience pressure related to quickly forgetting character forms, test and tone anxiety, information overload, and discouragement. Based on these findings, the study examines four active teaching approaches—gamification, collaborative group learning, visualization of Chinese characters through radicals, and technology-supported spaced repetition—in terms of their suitability for addressing the identified forms of psychological pressure. The development of a specific intervention model and its experimental validation are proposed for future independent research.*

Keywords: *active learning; gamification; Chinese character instruction; language anxiety; psychological pressure; People's Police Academy students.*

Nhận bài: 25/07/2026 *Phản biện: 26/08/2026* *Duyệt đăng: 28/08/2026*

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Năng lực tiếng Trung ngày càng quan trọng đối với sinh viên lực lượng Công an nhân dân, phục vụ đắc lực cho công tác hợp tác đối ngoại và phòng chống tội phạm xuyên quốc gia. Tuy nhiên, việc học ngoại ngữ tại Học viện Cảnh sát nhân dân diễn ra trong môi trường kỷ luật nghiêm ngặt, thời khóa biểu huấn luyện quân sự dày đặc, khiến thời gian dành cho việc tự học bị hạn chế. Thêm vào đó, chữ Hán là hệ chữ biểu ý phức tạp, đòi hỏi người học phải ghi nhớ đồng thời ba lớp thông tin độc lập bao gồm mặt chữ (bộ thủ), âm đọc (thanh điệu) và ý nghĩa, không có mối liên hệ ngữ âm – chữ viết trực tiếp như chữ Latin. Điều này tạo ra rào cản nhận thức rất lớn đối với sinh viên không chuyên.

Quan sát thực tế cho thấy sinh viên khóa D51 tại Học viện Cảnh sát nhân dân thường xuyên biểu hiện dấu hiệu lo âu và áp lực tâm lý rõ rệt khi học chữ Hán, từ việc mau quên mặt chữ sau kiểm tra, lo âu trước giờ kiểm tra thanh điệu, cho đến chán nản với lối luyện viết lặp lại theo cách truyền thống. Mặc dù y văn quốc tế ghi nhận nhiều phương pháp dạy học tích cực giúp giảm thiểu áp lực này, phần lớn nghiên cứu lại tập trung vào môi trường dân sự và các ngôn ngữ dùng chữ biểu âm.

Nhằm giải quyết khoảng trống đó, nghiên cứu này được thực hiện nhằm hai mục tiêu: khảo sát thực trạng giảng dạy, mô tả các biểu hiện áp lực tâm lý của sinh viên khóa D51, thu thập quan điểm giảng viên; và đối chiếu, đề xuất các giải pháp dạy học tích cực phù hợp với điều kiện thực tế của Học viện. Nghiên cứu dừng lại ở mức khảo sát mô tả và định hướng giải pháp, chưa tiến hành thực nghiệm can thiệp. Hai câu hỏi nghiên cứu cốt lõi được đặt ra: (1) Sinh viên khóa D51 đang trải

qua những biểu hiện lo âu và áp lực tâm lý nào khi học chữ Hán, và biểu hiện nào nổi bật nhất? (2) Những giải pháp dạy học tích cực nào có tính khả thi và phù hợp để giải quyết các biểu hiện áp lực đó tại Học viện?

II. TỔNG QUAN NGHIÊN CỨU

2.1. Cơ sở động lực học tập và các phương pháp dạy học tích cực

Nghiên cứu sử dụng Lý thuyết Tự quyết (Self-Determination Theory - SDT) của Deci và Ryan (2000) làm khung tham chiếu. Theo SDT, động lực nội sinh của người học phát triển mạnh nhất khi ba nhu cầu tâm lý cơ bản được thỏa mãn: nhu cầu tự chủ (Autonomy - được tự lựa chọn cách học và nhịp độ), nhu cầu năng lực (Competence - nhận phản hồi tiến bộ), và nhu cầu gắn kết xã hội (Relatedness - kết nối với bạn học khác).

2.2. Lo âu và áp lực tâm lý trong học tiếng Trung

Lo âu trong lớp học ngoại ngữ ảnh hưởng tiêu cực đến hiệu quả tiếp nhận và sản sinh ngôn ngữ. Phân tích tổng hợp 23 nghiên cứu với 4.191 học viên chỉ ra lo âu tương quan nghịch ở mức nhỏ đến trung bình với thành tích tiếng Trung ($r = -0,28$), tác động mạnh nhất ở người mới bắt đầu và giảm dần khi trình độ tăng (Qiao et al., 2025). Đáng chú ý, mức độ lo âu này thường thấp hơn so với học tiếng Anh, do người học tiếng Trung có động lực nội tại từ hứng thú văn hóa giúp giảm bớt rào cản tâm lý.

Đi sâu vào kỹ năng cụ thể, chữ Hán và thanh điệu phức tạp là hai yếu tố trung tâm gây ra nhận thức khó khăn và lo âu (Gou, 2025). Áp lực học tập quá mức làm giảm năng lực nhận thức của học viên theo quy luật hiệu suất - mức độ kích thích (Yerkes-Dodson Law): áp lực vừa phải thúc đẩy hiệu suất, nhưng áp lực quá ngưỡng sẽ gây phản ứng ức chế nhận thức (Hou, 2025). Lo âu học tiếng Trung kéo dài còn dự báo sức khỏe tâm lý kém thông qua khả năng thích ứng học đường thấp, biểu hiện qua lo lắng, mất ngủ và sợ bị giảng viên đánh giá tiêu cực (Qian & Yu, 2023).

Về can thiệp giáo dục, hai phát hiện định hướng cho việc đề xuất giải pháp: Thứ nhất, áp lực tự thân ở mức vừa phải giúp thúc đẩy học sâu, nhưng nếu thi đua cạnh tranh quá mức sẽ dẫn đến cảm giác bất lực nhận thức (Liu & Xin, 2025). Thứ hai, lo âu trước kỳ kiểm tra ảnh hưởng mạnh nhất đến lo âu ngôn ngữ nói chung (Suttiphan & Parris, 2025). Từ đó, nghiên cứu rút ra ba tiêu chí đối chiếu giải pháp: (1) giảm tính chất đánh giá nặng nề; (2) tăng cơ hội hợp tác nhóm; (3) kiểm soát cường độ thi đua ở ngưỡng kích thích vừa phải.

III. PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

3.1. Thiết kế và mẫu nghiên cứu

Nghiên cứu sử dụng thiết kế khảo sát mô tả cắt ngang kết hợp dữ liệu định lượng và định tính. Mẫu khảo sát định lượng gồm 198 sinh viên khóa D51 (đang học năm thứ nhất) chọn theo phương pháp thuận tiện từ các lớp học phần tiếng Trung cơ sở không chuyên ngữ tại Học viện Cảnh sát nhân dân. Việc khảo sát khóa D51 giúp thu thập phản hồi từ những học viên đang trực tiếp trải qua giai đoạn đầu làm quen với chữ Hán trong môi trường kỷ luật quân sự. Mẫu khảo sát định tính gồm 8 giảng viên trực tiếp đứng lớp khóa D51 tại Khoa Ngoại ngữ, chọn theo phương pháp có mục đích nhằm đảm bảo đa dạng về thâm niên giảng dạy và mức độ tiếp cận công nghệ.

3.2. Công cụ và quy trình nghiên cứu

Bảng hỏi dành cho sinh viên gồm ba phần: thông tin nhân khẩu học; thang đo lo âu và áp lực tâm lý Likert 5 mức độ, cải biên và mở rộng từ thang đo Lo âu Lớp học Ngoại ngữ (FLCAS) của Horwitz và cộng sự (1986); và thang đo mức độ quan tâm đối với các hoạt động học tích cực. Điểm mới của việc cải biên FLCAS là bổ sung các mục đo lường trạng thái "mau quên mặt chữ", "quá tải thông tin" và "chán nản" — những biểu hiện gần với khái niệm áp lực học tập trong môi trường kỷ luật nghiêm ngặt hơn là lo âu ngôn ngữ thuần túy. Bảng phỏng vấn giảng viên gồm 8 câu hỏi bán cấu trúc về thực trạng phương pháp dạy học, khó khăn của học viên, nhận thức về dạy học tích cực và điều kiện hạ tầng.

Cả hai công cụ được thẩm định nội dung bởi 3 chuyên gia giảng dạy và đo lường giáo dục trước khi triển khai. Dữ liệu định lượng được xử lý bằng SPSS để tính thống kê mô tả (Mean, SD, tỷ lệ phần trăm) và đánh giá độ tin cậy nội tại Cronbach's Alpha (ngưỡng chấp nhận >= 0,70). Dữ liệu phỏng vấn được phân tích theo phương pháp phân tích nội dung theo chủ đề (thematic analysis) thông qua các bước mã hóa mở và đối chiếu chéo. Nghiên cứu tuân thủ nghiêm ngặt các nguyên tắc đạo đức nghiên cứu, đảm bảo sự tự nguyện, bảo mật danh tính và tính trung thực học thuật.

IV. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

4.1. Đặc điểm mẫu khảo sát và thực trạng phương pháp giảng dạy hiện tại

Mẫu khảo sát định lượng ($n = 198$) có 76,3% nam (151 học viên) và 23,7% nữ (47 học viên), phản ánh đặc thù cơ cấu giới tính ngành Cảnh sát. Về kinh nghiệm học tiếng Trung trước đó, có tới

62,1% (123 học viên) chưa từng học; 28,3% (56 học viên) học dưới 1 năm; và chỉ 9,6% (19 học viên) đã học từ 1 năm trở lên. Kết quả khảo sát thực trạng phương pháp giảng dạy hiện tại cho thấy, có tới 84,3% sinh viên cho biết hoạt động ôn tập và ghi nhớ chủ yếu vẫn là chép chính tả chữ Hán nhiều lần vào vở và học thuộc lòng bảng từ vựng song ngữ. Ngược lại, chỉ có 12,6% sinh viên từng được trải nghiệm các hoạt động học tập tương tác, có phản hồi tức thời hoặc có sự hỗ trợ của các công cụ công nghệ tích cực.

4.2. Thực trạng biểu hiện áp lực tâm lý khi học chữ Hán

Dữ liệu khảo sát chỉ ra sinh viên khóa D51 chịu mức độ áp lực tâm lý khá cao khi học chữ Hán, với điểm trung bình chung đạt 3,78/5 (SD = 0,64). Kết quả này tương thích với các kết luận của Qiao và cộng sự (2025) về áp lực nhận thức lớn đối với người mới học chữ biểu ý. Số liệu chi tiết từng biểu hiện áp lực được tổng hợp trong Bảng 1.

Biểu hiện áp lực tâm lý	Điểm trung bình (Mean)	Độ lệch chuẩn (SD)	Tỷ lệ đồng ý (%)	Xếp hạng
Mau quên mặt chữ sau kiểm tra	3,95	0,71	73,0%	1
Lo âu kiểm tra và thanh điệu	3,88	0,69	70,0%	2
Quá tải thông tin	3,74	0,73	63,0%	3
Chán nản với lối học lặp lại	3,55	0,80	55,0%	4
Điểm trung bình chung	3,78	0,64	—	—

Bảng 1. Điểm trung bình các biểu hiện áp lực tâm lý khi học chữ Hán (n = 198)

4.3. Sự phân hóa điểm áp lực tâm lý theo đặc điểm nhân khẩu học

Dưới góc độ mô tả, sự phân hóa điểm áp lực tâm lý theo giới tính và kinh nghiệm học trước đó (Bảng 2) chỉ ra các xu hướng rất đáng lưu ý đối với việc thiết kế can thiệp.

Biểu hiện áp lực tâm lý	Nam (n=151)	Nữ (n=47)	Chưa học (n=123)	Dưới 1 năm (n=56)	Từ 1 năm (n=19)
Mau quên mặt chữ	3,88	4,15	4,09	3,78	3,52
Lo âu kiểm tra, thanh điệu	3,81	4,08	4,02	3,71	3,45
Quá tải thông tin	3,67	3,94	3,88	3,57	3,31
Chán nản với lối học	3,48	3,75	3,69	3,38	3,12

Bảng 2. Điểm trung bình áp lực tâm lý theo giới tính và kinh nghiệm học tiếng Trung trước đó

Bảng 2 cho thấy hai xu hướng chính: Thứ nhất, sinh viên nữ báo cáo mức điểm áp lực cao hơn nam khoảng 0,27 điểm ở tất cả các biểu hiện, phù hợp với ghi nhận của Hou (2025) về sự nhạy cảm giới tính đối với lo âu ngôn ngữ. Thứ hai, kinh nghiệm học trước đó là yếu tố phân hóa sâu sắc nhất. Nhóm sinh viên chưa từng học tiếng Trung trước khi vào Học viện có điểm áp lực vượt trội so với nhóm đã học từ một năm trở lên (chênh lệch từ 0,55 đến 0,60 điểm tùy biểu hiện). Điều này cho thấy nhóm người mới bắt đầu học chữ biểu ý trong môi trường kỷ luật phải đối mặt với cú sốc nhận thức rất lớn, đòi hỏi các phương án hỗ trợ và nâng đỡ kịp thời từ phía giảng viên.

4.4. Thái độ đối với các hoạt động học tập tích cực và quan điểm của giảng viên

Khảo sát về thái độ của sinh viên đối với hoạt động dạy học tích cực mang lại kết quả tích cực, với điểm trung bình chung đạt 4,05/5 (SD = 0,61). Có 81,3% sinh viên mong muốn tham gia trắc nghiệm nhanh có phản hồi tức thời và 74,2% thích hoạt động thi đua theo nhóm hơn tự học. Nhóm sinh viên chưa từng học tiếng Trung có điểm quan tâm cao hơn (Mean = 4,18/5 so với 3,72/5 ở nhóm đã có nền tảng), cho thấy nhóm chịu áp lực nhận thức cao nhất lại có mong muốn đổi mới phương pháp học mạnh mẽ nhất.

Phỏng vấn sâu 8 giảng viên đứng lớp ghi nhận bốn chủ đề chính: (1) Nhận thức tích cực đối với các công cụ dạy học hiện đại giúp khuấy động lớp học; (2) Rào cản về hạ tầng mạng không dây tại giảng đường thường xuyên bị hạn chế bảo mật và thời lượng tiết học cố định khó dôi dư cho hoạt động trò chơi; (3) Nhu cầu được tập huấn phương pháp tích cực chuyên biệt và xây dựng ngân hàng học liệu dùng chung để giảm gánh nặng giáo án; (4) Đề xuất gắn kết quả hoạt động tích cực với hệ thống điểm rèn luyện, thi đua của Học viện.

V. ĐỀ XUẤT GIẢI PHÁP DẠY HỌC TÍCH CỰC THÍCH ỨNG

5.1. Định hướng và đối chiếu bốn nhóm giải pháp

Dựa trên các tiêu chí rút ra từ tổng quan nghiên cứu và thực tế khảo sát, nghiên cứu tiến hành đối chiếu bốn nhóm giải pháp dạy học tích cực phổ biến nhằm xác định hướng đi phù hợp cho từng biểu hiện áp lực của sinh viên (Bảng 3).

Nhóm giải pháp	Biểu hiện áp lực nhắm đến	Nhu cầu đáp ứng (SDT)	Yêu cầu nguồn lực & Rào cản	Cơ sở lý thuyết
Trò chơi hóa	Lo âu kiểm tra/ thanh điệu, chán nản	Tự chủ, Năng lực, Gắn kết	Mạng ổn định; kiểm soát cường độ thi đua	Wang & Tahir (2020)
Học hợp tác nhóm/dự án	Chán nản, quá tải thông tin	Gắn kết xã hội	Thời gian chuẩn bị; không phụ thuộc công nghệ	Deci & Ryan (2000)
Trực quan hóa bộ thủ	Mau quên mặt chữ sau kiểm tra	Năng lực	Thấp; cần xây dựng ngân hàng câu chuyện	Alghameeti (2025)
Ôn tập lặp lại giãn cách	Mau quên, quá tải thông tin	Tự chủ, Năng lực	Đòi hỏi thiết bị cá nhân (smartphone)	Hou (2025)

Bảng 3. Khung đối chiếu các giải pháp dạy học tích cực với biểu hiện áp lực tâm lý thực tế

Mỗi giải pháp có ưu thế và rào cản riêng biệt. Trò chơi hóa có tính toàn diện cao nhưng vấp rào cản mạng không dây tại Học viện. Học hợp tác nhóm giải quyết tốt trạng thái chán nản và gắn kết sinh viên mà không cần internet, nhưng đòi hỏi giảng viên đầu tư công sức thiết kế. Trực quan hóa bộ thủ đánh thẳng vào áp lực lớn nhất là "mau quên mặt chữ" bằng cách thay đổi cơ chế mã hóa từ chép vẹt sang liên tưởng hình ảnh, yêu cầu nguồn lực cực thấp. Ôn tập lặp lại giãn cách là chìa khóa chống suy giảm trí nhớ dài hạn nhưng đòi hỏi tính tự giác cao ngoài giờ lên lớp. Do đó, một chương trình can thiệp hiệu quả cần kết hợp đồng bộ các giải pháp này.

5.2. Giải pháp cụ thể thích ứng với bối cảnh Học viện Cảnh sát nhân dân

- Trò chơi hóa không phụ thuộc internet (Offline Gamification): Giảng viên chuyển đổi trò chơi trực tuyến sang vận động trực tiếp tại lớp để khắc phục rào cản mạng Wi-Fi. Ví dụ: Trò chơi "Ghép bộ thủ giải mật mã vụ án". Lớp học chia theo các tiểu đội, mỗi nhóm nhận bộ thẻ chứa các bộ thủ và nét vẽ rời rạc. Khi giảng viên đưa ra gợi ý bằng các thuật ngữ nghiệp vụ cảnh sát, các nhóm thảo luận nhanh, ghép bộ thủ thành chữ Hán hoàn chỉnh và viết âm đọc pinyin tương ứng lên bảng. Ví dụ: Khi giảng viên yêu cầu tìm mật mã từ khóa "Ma túy" (毒品 - Dúpǐn), học viên phải nhanh chóng tìm thẻ chứa chữ 毒 (gồm bộ 丰 - Phong và bộ 母 - Mẫu) kết hợp với chữ 品 (gồm 3 bộ 口 - Khẩu). Tương tự với từ "Vụ án" (案件 - Ànjiàn), học viên ghép chữ 案 (bộ 宀 - Miên, bộ 木 - Mộc) và chữ 件 (bộ 亻 - Nhân, chữ 牛 - Ngưu). Trò chơi này tận dụng tinh thần đồng đội của học viên cảnh sát, không phụ thuộc internet và kiểm soát cường độ thi đua ở mức vừa phải.

- Học hợp tác nhóm gắn liền với tình huống nghiệp vụ thực chiến: Nghiệp vụ hóa hoạt động học nhóm nhằm kích thích động lực tự thân. Giảng viên thiết kế dự án nhóm như "Biên soạn Sổ tay bỏ túi thuật ngữ tiếng Trung chuyên ngành Cảnh sát" hoặc tổ chức đóng vai (Role-play) xử lý tình huống thực tế nhằm đáp ứng nhu cầu gắn kết xã hội và làm nổi bật tính thực chiến của ngoại ngữ, giúp đẩy lùi cảm giác chán nản học vẹt. Ví dụ: Trong tình huống kiểm tra hộ chiếu tại cửa khẩu, học viên thực hành mẫu câu nghiệp vụ: 请出示您的护照和签证。(Qǐng chūshì nín de hùzhào hé qiānzhèng - Xin vui lòng xuất trình hộ chiếu và thị thực). Trong tình huống thẩm vấn nghi phạm xuyên quốc gia, học viên ứng dụng cấu trúc: 你为什么要走私这些货物？ (Nǐ wèishénme yào zǒusī zhèxiē huòwù? - Tại sao anh lại buôn lậu những loại hàng hóa này?).

- Trực quan hóa chữ Hán theo bộ thủ bằng câu chuyện liên tưởng: Giảng viên xây dựng hệ thống bài giảng trực quan hóa, phân rã chữ Hán phức tạp thành bộ thủ và gắn với câu chuyện, hình ảnh

liên tưởng sinh động. Đặc biệt, các câu chuyện này được lồng ghép hoạt động phá án hoặc tư duy logic quân ngũ để tăng sức hút, giúp chuyển đổi thông tin từ trí nhớ ngắn hạn sang trí nhớ dài hạn, khắc phục biểu hiện mau quên mặt chữ. Ví dụ: Với chữ 边 (Biān - Biên giới), giảng viên phân rã thành bộ 辶 (Sức - bước đi, con đường) và chữ 力 (Lực - sức mạnh), kiến tạo câu chuyện: "Chiến sĩ biên phòng phải dùng sức mạnh (力) để tuần tra dọc con đường biên giới (辶) bảo vệ Tổ quốc". Với chữ 察 (Chá - Quan sát/Điều tra trong từ Cảnh sát), chữ được tách thành bộ 宀 (Miên - mái nhà) và chữ 祭 (Tế - xem xét kỹ lưỡng), gắn với ngữ cảnh: "Cảnh sát hình sự đi vào hiện trường dưới mái nhà (宀) để xem xét kỹ lưỡng (祭) từng dấu vết".

- Hỗ trợ ôn tập lặp lại giãn cách ngoài giờ lên lớp: Tận dụng chế độ sinh hoạt tập trung tại ký túc xá tiểu đội để thiết lập cơ chế ôn tập chéo. Giảng viên hỗ trợ học viên cài đặt ứng dụng thẻ ghi nhớ ngoại tuyến (Anki/Quizlet offline). Hằng ngày, sau giờ huấn luyện, các thành viên trong phòng ký túc xá có thể kiểm tra bài lẫn nhau thông qua hệ thống flashcard được thiết kế tối giản, tập trung vào từ vựng cốt lõi. Ví dụ: Mặt trước flashcard hiển thị từ chuyên ngành đơn lẻ như 嫌疑人 (Xiányírén). Mặt sau hiển thị phiên âm, ý nghĩa tiếng Việt (Nghi phạm / Người tình nghi) và cụm từ mở rộng bắt buộc phải nhớ như 抓捕嫌疑人 (Zhuābǔ xiányírén - Bắt giữ nghi phạm) để học viên tự đánh giá mức độ thuộc bài.

VI. KẾT LUẬN

Nghiên cứu đã khảo sát và mô tả thực trạng lo âu, áp lực tâm lý trong việc học chữ Hán của sinh viên khóa D51 tại Học viện Cảnh sát nhân dân. Kết quả phân tích chỉ ra sinh viên chịu mức áp lực khá cao, nổi bật nhất là tình trạng mau quên mặt chữ sau kiểm tra và lo âu thanh điệu trước áp lực thi cử — đặt trong bối cảnh phương pháp dạy học hiện tại vẫn chủ yếu theo lối truyền thống thụ động, tạo ra khoảng cách lớn với mong muốn học tương tác tích cực của sinh viên. Thông qua phân tích đối chiếu bốn nhóm phương pháp dạy học tích cực — trò chơi hóa, học hợp tác, trực quan hóa bộ thủ và ôn tập giãn cách — gắn với điều kiện thực tế và tính chất kỷ luật tại Học viện, nghiên cứu đề xuất hệ thống giải pháp có tính khả thi cao, không phụ thuộc internet và gắn kết chặt chẽ với năng lực thực chiến nghiệp vụ cảnh sát.

Tuy nhiên, nghiên cứu tồn tại một số giới hạn cần ghi nhận: thiết kế cắt ngang chưa cho phép khẳng định quan hệ nhân quả; mẫu thuận tiện tại một cơ sở duy nhất hạn chế khả năng tổng quát hóa; thang đo cải biên chưa được kiểm định cấu trúc nhân tố bằng EFA/CFA; và dữ liệu tự báo cáo dễ chịu ảnh hưởng bởi sai lệch nhận thức cá nhân. Định hướng tiếp theo là tiến hành nghiên cứu thực nghiệm dọc có nhóm đối chứng, trong đó chương trình can thiệp tích hợp sẽ được giảng dạy thí điểm và đo lường hiệu quả trước–sau so với nhóm học truyền thống, đồng thời chuẩn hóa thang đo trên cỡ mẫu lớn hơn. Nghiên cứu này đóng vai trò cơ sở dữ liệu thực chứng quan trọng, định hướng cho các can thiệp tiếp theo nhằm nâng cao chất lượng đào tạo ngoại ngữ trong lực lượng Công an nhân dân

TÀI LIỆU THAM KHẢO

E. L. Deci and R. M. Ryan, "The 'what' and 'why' of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior," Psychological Inquiry, vol. 11, no. 4, pp. 227–268, 2000.

A. I. Wang and R. Tahir, "The effect of using Kahoot! for learning – A literature review," Computers & Education, vol. 149, art. 103818, 2020.

P. Qiao, Z. Yuan, and S. Li, "The impact of anxiety on Chinese as a second language achievement: a meta-analytic perspective," Frontiers in Psychology, vol. 16, 2025.

A. Alghameeti, A. Alghumsha, A. Alsaleh, B. Alqarni, and T. Alghizzi, "A correlational study of anxiety and motivation on learning Chinese as a foreign language," Acta Psychologica, vol. 260, art. 105483, 2025.

D. Gou, "Unraveling online Chinese language learning anxiety among South American learners: exploring the influencing factors," International Theory and Practice in Humanities and Social Sciences, vol. 2, no. 3, pp. 179–193, 2025.

X. Hou, "The effect of learning pressure on the academic performance of international students studying Chinese in China," Aussie-Sino Studies, vol. 11, no. 1, 2025.

J. Qian and J. Yu, "Effects of Chinese language learning anxiety on the mental health of international students in China: the chain mediating effect of campus adaptation and academic resilience," Psychology Research and Behavior Management, vol. 16, pp. 2201–2211, 2023.

R. Liu and P. Xin, "Self-imposed pressure or joyful learning: emotions of Chinese as a foreign language learners in feedback on academic writing," Frontiers in Psychology, vol. 15, 2025.

N. Suttiphan and P. Srisinthon, "A study on Chinese speaking anxiety and Chinese speaking learning strategies among Thai Chinese language learners," Journal of Education Culture and Society, vol. 16, no. 1, pp. 1007–1025, 2025.

E. K. Horwitz, M. B. Horwitz, and J. Cope, "Foreign language classroom anxiety," The Modern Language Journal, vol. 70, no. 2, pp. 125–132, 1986.