VAI TRÒ TRUNG GIAN CỦA NIỀM TIN VÀO NĂNG LỰC BẢN THÂN TRONG MỐI QUAN HỆ GIỮA ÁP LỰC THÀNH TÍCH HỌC TẬP VÀ ĐỘNG CƠ HỌC TẬP NỘI TẠI MÔN TIẾNG ANH CỦA HỌC SINH TẠI CÁC TRUNG TÂM NGOẠI NGỮ

Nguyễn Thị Trung Kiên
Công ty TNHH Giáo dục và Truyền thông Kachiusa Việt Nam

Tóm tắt: *Nghiên cứu tìm hiểu vai trò trung gian của niềm tin vào năng lực bản thân trong mối quan hệ giữa áp lực thành tích học tập và động cơ học tập nội tại môn tiếng Anh của học sinh tại các trung tâm ngoại ngữ, trong bối cảnh Việt Nam vừa định hướng đưa tiếng Anh thành ngôn ngữ thứ hai vừa đề xuất giảm áp lực thi cử bắt buộc ở phổ thông. Qua khảo sát 222 học sinh trung học cơ sở và trung học phổ thông, kết quả cho thấy niềm tin năng lực bản thân là trung gian một phần, có ý nghĩa thống kê; học sinh có xu hướng đánh giá áp lực thành tích là thách thức hơn là đe dọa. Động cơ học tập nội tại không suy giảm ở nhóm không còn thi bắt buộc tiếng Anh, cho thấy động cơ có thể duy trì độc lập với tính bắt buộc của thi cử nếu niềm tin năng lực bản thân được củng cố đúng cách, điều đó góp phần định hướng việc triển khai chủ trương đưa tiếng Anh thành ngôn ngữ thứ hai.*

Từ khóa: *áp lực thành tích học tập; niềm tin vào năng lực bản thân; động cơ học tập nội tại; vai trò trung gian; trung tâm ngoại ngữ.*

THE MEDIATING ROLE OF SELF-EFFICACY BELIEFS IN THE RELATIONSHIP BETWEEN ACADEMIC ACHIEVEMENT PRESSURE AND INTRINSIC MOTIVATION IN ENGLISH LEARNING AMONG STUDENTS AT FOREIGN LANGUAGE CENTERS

Abstract: *This study examines the mediating role of self-efficacy beliefs in the relationship between academic achievement pressure and intrinsic learning motivation for English among students at foreign language centers, against the backdrop of Vietnam simultaneously orienting toward establishing English as a second language and proposing to reduce mandatory examination pressure in general education. Through a survey of 222 lower- and upper-secondary school students, the results show that self-efficacy beliefs act as a statistically significant partial mediator; students tended to appraise achievement pressure as a challenge rather than a threat. Intrinsic learning motivation did not decline among the group no longer subject to mandatory English examinations, indicating that motivation can be sustained independently of the compulsory nature of examinations provided that self-efficacy beliefs are appropriately reinforced, which in turn helps inform the implementation of the policy to establish English as a second language.*

Keywords: *academic achievement pressure; self-efficacy; intrinsic motivation; mediating role; foreign language center.*

Nhận bài: 17/07/2026 *Phản biện: 17/08/2026* *Duyệt đăng: 20/08/2026*

I. GIỚI THIỆU

Học sinh phổ thông Việt Nam hiện đang đối mặt với áp lực học tập kép: từ chương trình chính khóa với dày đặc kỳ kiểm tra, và từ các hoạt động học thêm ngoài nhà trường ("giáo dục trong bóng tối" – shadow education; Nguyen & Vu, 2024), đặc biệt ở môn tiếng Anh, để phục vụ nhiều mục tiêu khác nhau, trong đó có các kỳ thi lấy chứng chỉ quốc tế như IELTS, TOEFL, Cambridge English, SAT... Áp lực thi cử này làm gia tăng nguy cơ ảnh hưởng tiêu cực đến sức khỏe tinh thần học đường và có thể định hướng sai lệch động lực của người học (Nguyen & Phan, 2024).

Song hành với thực trạng này, nhiều chính sách giáo dục ngoại ngữ được ban hành trong thời gian gần đây đi theo hai hướng dường như trái chiều. Một mặt, Chính phủ đề xuất đưa tiếng Anh thành môn học bắt buộc từ lớp 1 (Cổng Thông tin điện tử Chính phủ, 2026) và định hướng dài hạn đưa tiếng Anh thành ngôn ngữ thứ hai. Mặt khác, quy chế thi cử có xu hướng nới lỏng thông qua các đề xuất giảm tải như lược bỏ môn tiếng Anh khỏi kỳ thi tuyển sinh lớp 10 (Tuổi Trẻ Online, 2026) và chuyển tiếng Anh thành môn thi tự chọn trong kỳ thi tốt nghiệp THPT từ năm 2025 (Bộ Giáo dục và Đào tạo, 2023). Sự "thiếu nhất quán" này – theo quan điểm của nhiều người- dấy lên lo ngại rằng việc bỏ đòn bẩy thi cử bắt buộc có thể khiến học sinh mất đi động lực học tập nền tảng.

Dựa trên Lý thuyết Tự quyết (Self-Determination Theory) của Deci và Ryan cùng Lý thuyết Năng lực bản thân (Self-Efficacy Theory) của Bandura, nghiên cứu này nhằm làm rõ cơ chế tâm lý giúp học sinh duy trì động cơ nội tại bền vững trước các áp lực học tập hiện nay, với bốn

mục tiêu cụ thể: (1) khảo sát thực trạng áp lực thành tích, niềm tin năng lực bản thân và động cơ học tập nội tại môn tiếng Anh; (2) kiểm định độ tin cậy và cấu trúc các thang đo; (3) phân tích vai trò trung gian của niềm tin năng lực bản thân trong mối quan hệ giữa áp lực thành tích và động cơ học tập nội tại; và (4) đề xuất định hướng giáo dục và chính sách nhằm đổi mới phương pháp dạy học và đánh giá năng lực ngoại ngữ.

II. TỔNG QUAN VỀ VẤN ĐỀ NGHIÊN CỨU

2.1. Áp lực thành tích và niềm tin vào năng lực bản thân

Áp lực thành tích học tập xuất hiện khi cá nhân cảm nhận kỳ vọng cao về kết quả học tập từ gia đình, nhà trường hoặc chính bản thân (Lazarus & Folkman, 1984). Theo thuyết đánh giá nhận thức (cognitive appraisal theory), một tác nhân kích thích có thể được đánh giá là thách thức (challenge appraisal) hoặc đe dọa (threat appraisal) tùy thuộc phần lớn vào nguồn lực nội tại mà cá nhân cảm nhận được. Trong đó, niềm tin vào năng lực bản thân (self-efficacy) – niềm tin của cá nhân vào khả năng thực hiện hành động để đạt kết quả mong muốn (Bandura, 1997) – đóng vai trò là bộ lọc nhận thức trung tâm, quyết định chiều hướng đánh giá này. Schunk và DiBenedetto (2020) khẳng định niềm tin năng lực bản thân là động lực cốt lõi định hình mức độ nỗ lực và tính kiên trì của người học. Trong giáo dục ngoại ngữ (EFL), vai trò trung gian của self-efficacy giữa các yếu tố môi trường bên ngoài và động cơ học tập đã được nhiều nghiên cứu thực nghiệm kiểm chứng (Ma, Du, & Liu, 2018; Luo, Ahmadi, & Izadpanah, 2024).

2.2. Động cơ học tập nội tại

Theo Ryan và Deci (2000), động cơ nội tại (intrinsic motivation) là xu hướng tự nhiên của con người trong việc tìm kiếm thách thức và vận dụng năng lực cá nhân để đạt sự hài lòng tự thân, không phụ thuộc vào phần thưởng bên ngoài. Trong ba nhu cầu tâm lý cơ bản của Thuyết Tự quyết (tự chủ, năng lực, kết nối), nhu cầu cảm nhận năng lực có liên hệ mật thiết nhất với self-efficacy. Khi người học có niềm tin năng lực bản thân mạnh mẽ, nhu cầu cảm nhận năng lực được thỏa mãn, trực tiếp kích hoạt và củng cố động cơ học tập nội tại bền vững.

2.3. Giả thuyết nghiên cứu

Trên cơ sở lý thuyết, nghiên cứu đề xuất hai giả thuyết kiểm định thực nghiệm:

– Giả thuyết H1: Niềm tin vào năng lực bản thân đóng vai trò trung gian trong mối quan hệ giữa áp lực thành tích học tập và động cơ học tập nội tại môn tiếng Anh của học sinh.

– Giả thuyết H2: Có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê về mức độ áp lực thành tích, niềm tin năng lực bản thân và động cơ nội tại giữa học sinh khối THCS (chịu chế độ thi chuyển cấp bắt buộc) và THPT (chuyển sang cơ chế tự chọn theo Quyết định số 4068/QĐ-BGDĐT).

III. PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

3.1. Đối tượng và công cụ nghiên cứu

Dữ liệu được thu thập bằng bảng hỏi trực tuyến từ mẫu thuận tiện gồm 222 học sinh đang học tại một số trung tâm ngoại ngữ ở Việt Nam (không có phản hồi khuyết). Đặc điểm mẫu khảo sát được mô tả tại Bảng 1.

Bảng 1. Đặc điểm mẫu khảo sát thực nghiệm (N = 222)

Đặc điểm	Phân loại	n	%
Khối lớp	THCS (Lớp 6–9)	128	57,7%
	THPT (Lớp 10–12)	94	42,3%
Giới tính	Nam	85	38,3%
	Nữ	134	60,4%
	Khác / không tiết lộ	3	1,3%
Thời gian học tại trung tâm	Dưới 1 năm	110	49,5%
	Từ 1–2 năm	53	23,9%
	Trên 2 năm	59	26,6%

Bảng hỏi sử dụng thang đo Likert 5 mức (1 = Hoàn toàn không đồng ý; 5 = Hoàn toàn đồng ý) gồm 4 cấu phần: Áp lực thành tích học tập (ALT1–ALT6); Niềm tin năng lực bản thân (NTN1–NTN6); Động cơ nội tại (DCN1–DCN5); Động cơ ngoại tại và định hướng học tập (DCX1–DCX4, GK1). Thang đo áp lực thành tích dùng cho mô hình trung gian cuối cùng được rút gọn còn 4 biến (ALT1–ALT4) sau phân tích thành phần chính (PCA) nhằm đảm bảo tính đơn hướng.

3.2. Phương pháp phân tích dữ liệu

Dữ liệu định lượng được xử lý bằng Python (NumPy, Pandas, SciPy) qua 4 bước: (1) thống kê mô tả tần số và điểm trung bình; (2) kiểm định độ tin cậy thang đo bằng Cronbach's alpha và phân tích thành phần chính (PCA) trên ma trận tương quan; (3) phân tích tương quan Pearson và so sánh trung bình hai nhóm bằng kiểm định t độc lập; (4) phân tích hồi quy trung gian theo quy trình Baron và Kenny (1986), kết hợp kiểm định Sobel và khoảng tin cậy Bootstrap 95% (5.000 mẫu lặp) theo khuyến nghị của Hayes (2018).

IV. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ THẢO LUẬN

4.1. Thực trạng áp lực thành tích học tập

Học sinh cảm nhận áp lực lớn nhất ở việc sắp xếp thời gian đáp ứng đồng thời mục tiêu điểm số chính khóa và năng lực tại trung tâm ngoại ngữ (ALT4: 64,4% đồng ý/hoàn toàn đồng ý). Xem điểm số là thước đo quan trọng hàng đầu (ALT1: 60,3%) và áp lực so sánh kết quả với bạn bè đồng lứa (ALT3: 53,2%) cũng là những nguồn áp lực đáng kể. Nhìn chung, áp lực thành tích trong mẫu khảo sát chủ yếu xuất phát từ sự chồng chéo mục tiêu giữa hai môi trường học tập hơn là từ áp lực điểm số đơn thuần.

4.2. Thực trạng động cơ học tập nội tại và ngoại tại

Động cơ ngoại tại vẫn chi phối khá rõ rệt: 64,9% học sinh đồng ý việc học gắn liền với yêu cầu bắt buộc của chương trình (DCX1) và 65,3% chịu tác động bởi điểm số/khen thưởng (DCX2). Tuy nhiên, động cơ học tập nội tại vẫn được duy trì ở mức cao: 72,1% hài lòng khi làm chủ tri thức mới (DCN2) và 70,7% hào hứng khi áp dụng tiếng Anh vào thực tế (DCN5). Đáng chú ý, hành vi tự học chủ động không cần nhắc nhở (DCN3) có tỷ lệ đồng thuận thấp hơn hẳn (45,9%), cho thấy động cơ nội tại của học sinh thể hiện rõ hơn ở mặt cảm xúc tích cực so với hành vi tự chủ triệt để.

4.3. Thực trạng niềm tin vào năng lực bản thân

Học sinh duy trì self-efficacy ở mức khá, với đa số lựa chọn mức 3–4 trên thang Likert. Niềm tin vào khả năng hoàn thành tốt yêu cầu môn học (NTN1) đạt tỷ lệ đồng thuận 50,5%. Tuy nhiên, trong các tình huống thử thách cụ thể như tự giải bài tập phức tạp (NTN2) hay giữ tự tin trước kỳ thi có độ phân hóa cao (NTN5), tỷ lệ phản hồi trung lập và không đồng ý tăng rõ rệt (NTN5 có 21,6% chọn mức 1–2). Điều này cho thấy self-efficacy của học sinh dao động khá mạnh theo tính chất và độ khó của nhiệm vụ học tập.

4.4. So sánh giữa học sinh khối THCS và THPT

Để kiểm định giả thuyết H2 về sự khác biệt do bất đối xứng chính sách thi cử giữa hai cấp học, kiểm định t độc lập được thực hiện (Bảng 2). Kết quả cho thấy không tồn tại khác biệt có ý nghĩa thống kê về áp lực thành tích, niềm tin năng lực bản thân và động cơ nội tại giữa hai khối ($p > 0,05$). Như vậy, giả thuyết H2 bị bác bỏ.

Bảng 2. So sánh điểm trung bình giữa khối THCS và THPT

Biến số	THCS (n=128) TB (ĐLC)	THPT (n=94) TB (ĐLC)	t	p	d Cohen
ALT (Áp lực thành tích)	3,47 (0,82)	3,66 (0,83)	-1,67	0,097	-0,23
NTN (Niềm tin năng lực)	3,35 (0,72)	3,44 (0,84)	-0,83	0,409	-0,11
DCN (Động cơ nội tại)	3,55 (0,82)	3,70 (0,84)	-1,29	0,199	-0,18

Phát hiện này mang lại hai điểm đáng chú ý về mặt chính sách: (1) trải nghiệm áp lực thành tích và động cơ nội tại có tính ổn định cao, không tự động suy giảm khi chuyển từ chế độ thi bắt buộc sang tự chọn; (2) việc nới lỏng thi cử cơ học không làm giảm động cơ học tiếng Anh của học sinh THPT, vì động lực thi cử bắt buộc dường như đã được thay thế hiệu quả bởi áp lực tự nguyện gắn với mục tiêu dài hạn (thi chứng chỉ quốc tế, xét tuyển đại học). Điều kiện cốt lõi để duy trì động cơ vẫn là việc bồi dưỡng và củng cố self-efficacy cho người học.

4.5. Độ tin cậy và cấu trúc thang đo

Các thang đo đều đạt độ tin cậy Cronbach's alpha cao (Bảng 3). Với thang đo áp lực thành tích, phân tích thành phần chính (PCA) trên ma trận tương quan cho thấy ALT5 và ALT6 tải trên một nhân tố riêng biệt, liên quan đến xung đột định hướng hơn là áp lực trực tiếp từ kết quả học tập (hệ số tải lần lượt là -0,524 và -0,617). Hai biến này được loại bỏ để đảm bảo tính đơn hướng của thang đo, giúp hệ số alpha của thang đo 4 biến còn lại (ALT1–ALT4) đạt 0,798.

Bảng 3. Kết quả đánh giá độ tin cậy thang đo (Cronbach's Alpha)

Thang đo	Số biến	Cronbach's alpha	Nhận định
Áp lực thành tích học tập (ALT1–ALT4)	4	0,798	Đạt yêu cầu đơn hướng
Niềm tin vào năng lực bản thân (NTN1–NTN6)	6	0,877	Tin cậy rất cao
Động cơ học tập nội tại (DCN1–DCN5)	5	0,874	Tin cậy rất cao
Động cơ ngoại tại & định hướng (DCX1–4, GK1)	5	0,851	Tin cậy rất cao

4.6. Tương quan giữa các biến

Hệ số tương quan Pearson cho thấy cả ba biến số tổng hợp đều tương quan thuận chiều chặt chẽ ở mức ý nghĩa thống kê cao ($p < 0,001$). Đáng chú ý, áp lực thành tích tương quan thuận với cả niềm tin năng lực bản thân ($r = 0,54$) và động cơ nội tại ($r = 0,56$), bác bỏ giả định trực quan rằng áp lực luôn làm xói mòn động cơ tự thân của người học.

4.7. Kiểm định vai trò trung gian

R^2 của mô hình đạt 0,529, cho thấy mô hình giải thích được 52,9% sự biến thiên của động cơ học tập nội tại.

Hiệu ứng gián tiếp ước tính đạt $ab = 0,295$. Kiểm định Sobel cho thấy hiệu ứng này có ý nghĩa thống kê rất lớn ($z = 6,86$, $p < 0,001$). Khoảng tin cậy Bootstrap 95% (5.000 mẫu lặp) là [0,198; 0,399], không chứa số 0. Vì hiệu ứng trực tiếp $c' = 0,272$ vẫn có ý nghĩa thống kê, nghiên cứu xác nhận niềm tin vào năng lực bản thân đóng vai trò trung gian một phần (partial mediation), giải thích khoảng 52,1% tổng tác động của áp lực thành tích lên động cơ học tập nội tại.

4.8. Thảo luận

Kết quả thực nghiệm ủng hộ giả thuyết H1 và cho thấy rõ hơn cơ chế hai mặt của áp lực tâm lý trong môi trường giáo dục Việt Nam. Khi áp lực được duy trì ở mức vừa phải (eustress), nó có xu hướng được đánh giá là thách thức tích cực (challenge appraisal) hơn là đe dọa (Lazarus & Folkman, 1984). Trong đó, niềm tin năng lực bản thân đóng vai trò như một bộ lọc nhận thức: khi học sinh tin vào khả năng ứng phó của bản thân ($a = 0,505$), nhu cầu cảm nhận năng lực được thỏa mãn, giúp chuyển hóa áp lực điểm số và kỳ vọng bên ngoài thành sự hài lòng và động cơ học ngôn ngữ mang tính tự thân ($b = 0,586$). Vai trò trung gian của self-efficacy chiếm tới 52,1% tổng hiệu ứng, cho thấy đây là yếu tố then chốt giúp chuyển hóa áp lực từ bên ngoài thành động cơ học tập nội tại.

Bằng chứng này cũng góp phần lý giải nghịch lý chính sách hiện hành: giảm tải thi cử cơ học (như bỏ môn thi tiếng Anh trong tuyển sinh lớp 10 hay tốt nghiệp THPT) không làm suy giảm động cơ học tập của học sinh nếu nhà trường chú trọng xây dựng và bảo vệ niềm tin năng lực bản thân thực chất cho người học. Giảm tải thi cử là điều kiện cần để giảm lo âu cho học sinh, nhưng củng cố niềm tin năng lực bản thân mới là điều kiện đủ để duy trì động cơ học tập lâu dài.

4.9. Đề xuất chính sách nhằm tái định hình hệ thống dạy học và đánh giá năng lực ngoại ngữ

Từ kết quả thực nghiệm và bối cảnh đổi mới tuyển sinh, định hướng đưa tiếng Anh trở thành ngôn ngữ thứ hai tại Việt Nam, nghiên cứu đề xuất bốn định hướng nhằm củng cố niềm tin năng lực và động cơ học tập của học sinh.

Thứ nhất, cần cá nhân hóa dạy học thông qua phân nhóm theo năng lực thực tế. Lớp học hành chính cố định có thể khiến học sinh khá giỏi thiếu thử thách, trong khi học sinh yếu dễ chịu tác động của so sánh xã hội hướng lên, làm giảm tự hiệu quả (Bandura, 1997; Festinger, 1954). Khung năng lực ngoại ngữ dùng cho Việt Nam (Bộ Giáo dục và Đào tạo, 2026) có thể được sử dụng để xếp lớp linh hoạt theo trình độ.

Thứ hai, đánh giá định kỳ nên chuyển từ trọng tâm ngữ pháp–từ vựng sang năng lực giao tiếp tích hợp bốn kỹ năng. Khi kết quả phản ánh đúng khả năng sử dụng ngôn ngữ, học sinh dễ nhận thấy tiến bộ, qua đó củng cố tự hiệu quả và động cơ nội tại (Ryan & Deci, 2000).

Thứ ba, tuyển sinh chuyển cấp có thể giảm phụ thuộc vào kỳ thi tiếng Anh bắt buộc và tăng cơ chế công nhận, cộng điểm hoặc miễn thi đối với các chứng chỉ như IELTS, TOEFL và VSTEP tương đương Khung năng lực ngoại ngữ. Cách tiếp cận này có thể giảm áp lực thi một lần, khuyến khích học sinh chủ động lựa chọn thời điểm đánh giá và tập trung vào năng lực giao tiếp thực chất (Tuổi Trẻ Online, 2026; Bộ Giáo dục và Đào tạo, 2026).

Thứ tư, cần tăng liên thông giữa chứng chỉ ngoại ngữ và kết quả học tập tại trường. Việc học sinh vừa có chứng chỉ chuẩn hóa vừa phải thực hiện đầy đủ các bài kiểm tra ở trường có thể tạo áp lực và trùng lặp (Nguyen & Vu, 2024). Công nhận và quy đổi hợp lý các chứng chỉ được cấp phép có thể giảm tải và tăng tính thống nhất trong đánh giá.

Ngoài ra, cần đồng bộ hóa hình thức đánh giá theo Khung năng lực ngoại ngữ trong kiểm tra

định kỳ, thi học sinh giỏi và tuyển sinh chuyên/chọn, qua đó giảm tình trạng học sinh phải theo đuổi nhiều hệ chuẩn đánh giá khác nhau và hỗ trợ động cơ học tập hướng tới sử dụng ngôn ngữ thực tế.

4.10. Giới hạn của đề xuất và hướng nghiên cứu tiếp theo

Các đề xuất trên cần được xem xét cùng một số giới hạn nhất định. Việc xếp lớp tiếng Anh theo trình độ thực tế (ability grouping) có thể dẫn đến "hiệu ứng gán nhãn" (labeling effect), ảnh hưởng đến sự tự tin học tập của học sinh nhóm trình độ thấp. Để giảm thiểu rủi ro này, nhà trường không nên dùng tên gọi mang tính định kiến cho các lớp, mà nên sử dụng ký hiệu trung lập gắn với chuẩn năng lực (nhóm Bậc 1, Bậc 2...) và duy trì cơ chế đánh giá định kỳ linh hoạt, cho phép học sinh chuyển lớp khi có tiến bộ.

Về phương pháp luận, do sử dụng thiết kế cắt ngang (cross-sectional) và mẫu thuận tiện (N = 222 học sinh tại các trung tâm ngoại ngữ), các tác động tâm lý của việc xếp lớp lệch trình độ trong nghiên cứu này mới dừng ở mức độ lý thuyết. Các nghiên cứu tiếp theo nên kiểm định thực nghiệm bằng cách so sánh trực tiếp chỉ số lo âu và tự tin học tập giữa học sinh được xếp đúng và lệch trình độ trong trường phổ thông, đồng thời đánh giá tác động thực tế của cơ chế liên thông và cộng điểm thưởng khi được triển khai thí điểm.

V. KẾT LUẬN

Nghiên cứu cung cấp bằng chứng thực nghiệm cho thấy niềm tin vào năng lực bản thân đóng vai trò trung gian một phần, có ý nghĩa thống kê, trong mối quan hệ giữa áp lực thành tích học tập và động cơ học tập nội tại môn tiếng Anh của học sinh tại các trung tâm ngoại ngữ, giải thích 52,1% tổng hiệu ứng. Khác với giả định phổ biến rằng áp lực thành tích cản trở động cơ nội tại, kết quả cho thấy mối tương quan thuận giữa áp lực thành tích với cả niềm tin năng lực bản thân và động cơ nội tại, phù hợp với mô hình đánh giá nhận thức của Lazarus và Folkman (1984): học sinh trong mẫu khảo sát có xu hướng đánh giá áp lực thành tích theo hướng thách thức (challenge appraisal) hơn là đe dọa (threat appraisal).

Nguồn áp lực được cảm nhận nhiều nhất đến từ việc sắp xếp thời gian để đáp ứng đồng thời điểm số học bạ tại trường và mục tiêu phát triển năng lực giao tiếp thực tế tại trung tâm ngoại ngữ. Đáng chú ý, dù môn tiếng Anh đã chuyển thành môn thi tự chọn trong kỳ thi tốt nghiệp THPT từ năm 2025 (Bộ Giáo dục và Đào tạo, 2023), mức độ áp lực thành tích, niềm tin năng lực bản thân và động cơ học tập nội tại giữa học sinh THCS (thi chuyển cấp bắt buộc) và THPT (thi tự chọn) không khác biệt có ý nghĩa thống kê. Kết quả này cho thấy động cơ học tập tiếng Anh có thể được duy trì độc lập với tính bắt buộc của quy chế thi cử, miễn là niềm tin năng lực bản thân của học sinh được củng cố đúng cách – một cơ sở thực chứng quan trọng cho quá trình triển khai chủ trương đưa tiếng Anh trở thành ngôn ngữ thứ hai tại Việt Nam.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

Bandura, A. (1997). Self-efficacy: The exercise of control. W. H. Freeman.

Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator–mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. Journal of Personality and Social Psychology, 51(6), 1173–1182. https://doi.org/10.1037/0022-3514.51.6.1173

Bộ Giáo dục và Đào tạo. (2023). Quyết định số 4068/QĐ-BGDĐT ngày 28/11/2023 phê duyệt Phương án tổ chức Kỳ thi và xét công nhận tốt nghiệp trung học phổ thông từ năm 2025. https://xaydungchinhsach.chinhphu.vn/toan-van-quyet-dinh-4068-qd-ttg-phuong-an-thi-tot-nghiep-thpt-tu-2025-119231129165103334.htm

Bộ Giáo dục và Đào tạo. (2026). Thông tư số 33/2026/TT-BGDĐT ngày 15/4/2026 ban hành Khung năng lực ngoại ngữ dùng cho Việt Nam. https://vanban.chinhphu.vn/?pageid=27160&docid=217873

Cổng Thông tin điện tử Chính phủ. (2026, ngày 20 tháng 8). Đề xuất sửa đổi, bổ sung một số nội dung giáo dục ngoại ngữ trong Chương trình giáo dục phổ thông. https://xaydungchinhsach.chinhphu.vn/de-xuat-sua-doi-bo-sung-mot-so-noi-dung-giao-duc-ngoai-ngu-trong-chuong-trinh-giao-duc-pho-thong-119260820161924368.htm

Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. Human Relations, 7(2), 117–140. https://doi.org/10.1177/001872675400700202

Hayes, A. F. (2018). Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach (2nd ed.). Guilford Press.

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). Stress, appraisal, and coping. Springer.

Luo, Q., Ahmadi, R., & Izadpanah, S. (2024). Exploring the mediating role of self-efficacy beliefs among EFL university language learners: The relationship of social support with academic enthusiasm and academic vitality. Heliyon, 10(12), e33253. https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e33253

Ma, L., Du, X., & Liu, J. (2018). Intrinsic and extrinsic value for English learning: Mediation effects of self-efficacy in Chinese EFL context. Chinese Journal of Applied Linguistics, 41(2), 150–168. https://doi.org/10.1515/cjal-2018-0009

Nguyen, L. T. H., & Vu, T. (2024). Learning English in the 'shadow': Patterns and implications of English private tutoring in Vietnam. Studies in English Language and Education, 11(3), 1515–1534. https://doi.org/10.24815/siele.v11i3.37898

Nguyen, M. T., & Phan, M. K. (2024). The impact of academic pressure on the mental health of Vietnamese students. Social Science and Humanities Journal, 8(8), 4721–4732. https://doi.org/10.18535/sshj.v8i08.1290

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definitions and new directions. Contemporary Educational Psychology, 25(1), 54–67. https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1020

Schunk, D. H., & DiBenedetto, M. K. (2020). Self-efficacy and human motivation. Advances in Motivation Science, 7, 153–179. https://doi.org/10.1016/bs.adms.2020.10.001

Tuổi Trẻ Online. (2026, ngày 14 tháng 8). Bộ Giáo dục lấy ý kiến thi vào lớp 10 chỉ gồm 2 môn toán và văn. https://tuoitre.vn/bo-giao-duc-lay-y-kien-thi-vao-lop-10-chi-gom-2-mon-toan-va-van-10026081415465868.htm