

## TÌM HIỂU VỀ SỐC TÂM LÝ CỦA SINH VIÊN NGÀNH GIÁO DỤC MẦM NON TRONG THỰC TẬP TẠI TRƯỜNG MẦM NON: MỘT NGHIÊN CỨU ĐỊNH TÍNH

*Exploring psychological shock among pre-service early childhood education  
teachers during their practicum: A qualitative study*

Nguyễn Mạnh Tuấn<sup>(1)\*</sup>, Hoàng Quỳnh Duyên<sup>(1)</sup>

<sup>(1)</sup>Trường Đại học Sư phạm Hà Nội

### TÓM TẮT

Nghiên cứu nhằm tìm hiểu nguyên nhân, biểu hiện và tác động tiêu cực của sốc tâm lý đối với sinh viên ngành GDMN trong thực tập sư phạm tại các trường mầm non. Sử dụng phương pháp phỏng vấn bán cấu trúc với sự tham gia của tám sinh viên chuyên ngành giáo dục mầm non. Kết quả nghiên cứu cho thấy sốc tâm lý là một hiện tượng phổ biến ở sinh viên ngành GDMN trong thực tập. Đa số sinh viên cho biết họ đã trải qua mức độ sốc tâm lý khác nhau trong thời gian thực tập, với các nguyên nhân chủ yếu bao gồm áp lực từ giáo viên hướng dẫn, khối lượng công việc nhiều và ngoài chuyên môn, sự khác biệt giữa lý thuyết và thực tế, và môi trường làm việc căng thẳng.

**Từ khóa:** *sốc tâm lý, sinh viên ngành giáo dục mầm non, giáo dục mầm non, thực tập, chương trình, phỏng vấn bán cấu trúc*

### ABSTRACT

The study aims to explore the causes, manifestations, and negative impacts of psychological shock experienced by pre-service early childhood education teachers at the beginning of their teaching practicum in preschools. A semi-structured interview method was employed, involving eight graduates from early childhood education programs. The findings indicate that psychological shock is a common phenomenon among these students when starting their practicum. Most participants reported experiencing varying degrees of psychological shock, primarily due to pressures from supervising teachers, heavy and non-specialized workloads, discrepancies between theory and practice, and stressful working environments.

**Keywords:** *Psychological shock, pre-service teachers, early childhood education, practicum, program, semi-structured interview*

### 1. Đặt vấn đề

Thực tập sư phạm (TTSP) là một giai đoạn quan trọng trong quá trình đào tạo giáo viên mầm non, giúp sinh viên (SV) tiếp xúc trực tiếp với môi trường giáo dục thực tế. TTSP là một giai đoạn quan trọng trong quá trình đào tạo SV ngành GDMN,

giúp họ chuyển từ lý thuyết sang thực hành và tiếp cận thực tế chăm sóc và giáo dục trẻ. Đây không chỉ là cơ hội để SV áp dụng kiến thức đã học mà còn là thời điểm họ trải nghiệm những thách thức thực sự của nghề giáo viên mầm non. Quá trình này giúp SV rèn luyện kỹ năng sư phạm, phát

\*Tác giả liên hệ: [nguyenmanhtuan@hnue.edu.vn](mailto:nguyenmanhtuan@hnue.edu.vn)

triển khả năng quản lý lớp học, xây dựng kế hoạch giáo dục phù hợp và học cách xử lý các tình huống phát sinh trong quá trình làm việc với trẻ nhỏ. Tuy nhiên, nhiều nghiên cứu chỉ ra rằng SV thường gặp phải "sốc tâm lý" do sự khác biệt giữa lý thuyết và thực tiễn, áp lực công việc, cũng như sự thích nghi với môi trường mới. Điều này ảnh hưởng không chỉ đến tâm lý, động lực nghề nghiệp mà còn đến hiệu quả chăm sóc và giáo dục trẻ sau này của họ.

Việc nghiên cứu các biểu hiện, mức độ và nguyên nhân gây ra sốc tâm lý ở SV ngành GDMN trong quá trình TTSP đóng vai trò quan trọng trong việc hiểu rõ những thách thức mà SV phải đối mặt khi chuyển tiếp từ môi trường đào tạo lý thuyết sang thực tiễn nghề nghiệp. Những trải nghiệm tiêu cực, nếu không được nhận diện và xử lý kịp thời, có thể ảnh hưởng đến động lực nghề nghiệp, thái độ làm việc và sự gắn bó lâu dài với nghề của SV. Do đó, việc tìm hiểu sâu sắc hiện tượng này không chỉ góp phần làm rõ thực trạng tâm lý của SV thực tập mà còn cung cấp căn cứ khoa học để các cơ sở đào tạo đề xuất các giải pháp hỗ trợ tâm lý, điều chỉnh nội dung và hình thức thực tập phù hợp. Đây là một hướng đi thiết thực nhằm nâng cao chất lượng đào tạo và chuẩn bị đội ngũ giáo viên mầm non vững về chuyên môn, ổn định về tâm lý, sẵn sàng đáp ứng yêu cầu ngày càng cao của nghề giáo dục trong bối cảnh đổi mới giáo dục hiện nay.

## **2. Khái niệm và biểu hiện sốc tâm lý trong thực tập sư phạm của sinh viên ngành giáo dục mầm non**

Sốc tâm lý là trạng thái rối loạn cảm xúc mạnh, xảy ra khi một cá nhân đột ngột phải đối mặt với những tình huống hoặc trải nghiệm bất ngờ, tiêu cực, khác xa kỳ vọng hoặc vượt quá khả năng thích ứng của bản

thân trong một khoảng thời gian ngắn (Vartuli & Rohs, 2009). Nó thường dẫn đến các phản ứng tâm lý như lo âu, hoang mang, mất phương hướng, sợ hãi, căng thẳng, và trong một số trường hợp nghiêm trọng có thể gây trầm cảm hoặc mất kiểm soát cảm xúc tạm thời.

Một số nghiên cứu quốc tế đã chỉ ra rằng hiện tượng sốc tâm lý ở SV ngành GDMN là một hiện tượng phổ biến và có ảnh hưởng sâu sắc đến quá trình hình thành năng lực nghề nghiệp. Stokking, Leenders, De Jong và Van Tartwijk (2003) mô tả cú sốc này như chuỗi thách thức nảy sinh từ sự chênh lệch giữa lý thuyết sư phạm được học và thực tiễn lớp học, gây hoang mang và suy giảm tự tin ở SV. Allsopp, DeMarie, Alvarez-McHatton và Doone (2006) bổ sung rằng SV thường có những kỳ vọng lý tưởng về môi trường giáo dục nhưng lại chưa được chuẩn bị đầy đủ để đối mặt với áp lực thực tế. Tác giả nhấn mạnh rằng khoảng cách giữa lý thuyết và thực hành, cùng với thiếu hỗ trợ từ giáo viên hướng dẫn, là những nguyên nhân chủ yếu dẫn đến cảm giác lo âu, cô lập và thiếu năng lực thích ứng của SV (Allsopp et al., 2006).

Nhiều nghiên cứu khác cho thấy sốc tâm lý trong thực tập có thể ảnh hưởng tiêu cực đến động lực nghề nghiệp. Các nghiên cứu này cho rằng áp lực công việc thực tế khiến một số SV mất đi niềm tin vào lựa chọn nghề nghiệp. Caires, Almeida và Martins (2009) khẳng định tình trạng quá tải, chênh lệch kỳ vọng, và thiếu hỗ trợ khiến SV dễ rơi vào trạng thái căng thẳng. Correa, Martínez-Arbelaiz và Aberasturi-Apráiz (2015) nghiên cứu chỉ ra tình trạng sinh viên dễ tự nghi ngờ vào năng lực bản thân với nghề nghiệp giáo viên mầm non.

Mặt khác, các nghiên cứu cũng cho thấy thực tập, dù đầy thách thức, có thể trở thành bước đệm phát triển nghề nghiệp nếu được hỗ trợ phù hợp (Vartuli & Rohs, 2009). Theo Delamarter (2015), quá trình vượt qua cú sốc giúp SV nâng cao khả năng thích nghi và củng cố cam kết nghề nghiệp. Delamarter (2015) nhận thấy rằng nhiều SV sau TTSP trở nên tự tin và trưởng thành hơn trong vai trò giáo viên.

Để hạn chế tác động tiêu cực của sốc thực tập, một số giải pháp đã được đề xuất. Một số tác giả nhấn mạnh việc tăng cường liên kết giữa lý thuyết và thực hành thông qua các chương trình tập huấn trước thực tập (Caires, Almeida, & Martins, 2009; Delamarter, 2015). Những nghiên cứu này đề xuất rằng đào tạo kỹ năng quản lý lớp học, hỗ trợ tâm lý, và xây dựng hệ thống cố vấn từ giáo viên hướng dẫn là những yếu tố then chốt. Pecivova (2017) và cũng đề xuất phát triển năng lực ứng phó với căng thẳng và giải quyết vấn đề như một phần trong chương trình đào tạo sư phạm.

Tại Việt Nam, vấn đề sốc tâm lý ở SV ngành GDMN vẫn chưa được nghiên cứu một cách hệ thống. Các nghiên cứu gần đây như của Tran và Huynh (2019) đã bước đầu nhận diện sự chênh lệch kỳ vọng – thực tế, thiếu hỗ trợ và áp lực từ môi trường TTSP là các nguyên nhân chính. Việc nghiên cứu sâu hơn hiện tượng này không chỉ giúp nâng cao chất lượng TTSP mà còn là cơ sở khoa học để cải thiện chương trình đào tạo, tăng cường năng lực thích ứng nghề nghiệp và đảm bảo sự phát triển bền vững của đội ngũ giáo viên mầm non tương lai.

### 3. Phương pháp nghiên cứu

Trong nghiên cứu này, phương pháp phỏng vấn bán cấu trúc được lựa chọn nhằm thu thập dữ liệu định tính về trải

nghiệm TTSP và biểu hiện sốc tâm lý của SV ngành GDMN. Đây là phương pháp phù hợp để khai thác các yếu tố cảm xúc, tâm lý cá nhân nhờ khả năng cung cấp thông tin linh hoạt, sâu sắc và phản ánh trung thực trải nghiệm của người tham gia. Phỏng vấn bán cấu trúc được hiểu là hình thức thu thập dữ liệu trong đó người nghiên cứu sử dụng một khung câu hỏi định hướng nhưng không cứng nhắc, cho phép điều chỉnh nội dung và trình tự câu hỏi tùy theo diễn biến cuộc trò chuyện, từ đó tạo điều kiện khai thác thêm các thông tin có giá trị. Việc sử dụng phương pháp này cho phép SV chia sẻ suy nghĩ một cách tự nhiên, chân thực, đồng thời giúp người nghiên cứu làm rõ các nguyên nhân dẫn đến sốc tâm lý mà các phương pháp khảo sát định lượng khó có thể tiếp cận được.

Đối tượng tham gia phỏng vấn là 8 SV ngành GDMN đã tốt nghiệp trong khoảng thời gian từ năm 2020 đến 2024 ở một trường đại học đào tạo ngành sư phạm khu vực miền Bắc. Các cá nhân này được lựa chọn dựa trên tiêu chí từng trải qua TTSP trong khuôn khổ chương trình đào tạo giáo viên mầm non (Thời gian thực tập là 10 tuần, gồm 2 đợt vào năm cuối của chương trình đào tạo đại học ngành GDMN). Thời gian sau tốt nghiệp của người tham gia từ 1 đến 5 năm giúp đảm bảo tính xác thực của dữ liệu nhờ khả năng ghi nhớ các trải nghiệm cụ thể, đồng thời nhóm này cũng đã có cơ hội trải nghiệm và phản tư từ cả vai trò người học lẫn người hành nghề. Nhiều người trong số họ hiện đang công tác tại các cơ sở giáo dục, giữ vai trò giáo viên, tổ trưởng chuyên môn nên có góc nhìn đa chiều, sâu sắc về chất lượng và hiệu quả của hoạt động thực tập.

Phỏng vấn được thực hiện theo hình thức trực tuyến qua nền tảng Zoom, với thời

lượng mỗi buổi từ 30 đến 60 phút. Việc ghi âm và ghi chép được tiến hành khi có sự đồng thuận từ người tham gia, nhằm đảm bảo chất lượng và độ chi tiết của dữ liệu phục vụ phân tích nội dung sau này.

Dữ liệu ghi âm của các phỏng vấn sau đó được chuyển thành file văn bản. Quá trình này giúp lưu giữ chính xác nội dung trao đổi, làm cơ sở cho việc mã hóa và nhận diện các chủ đề nghiên cứu. Phiên mã cần đảm bảo tính trung thực và bảo mật thông tin người tham gia. Văn bản sau phiên mã sẽ được đưa vào phân tích nội dung với sự hỗ trợ của phần mềm như NVivo 12.

Phần mềm NVivo 12 được sử dụng như một công cụ hỗ trợ hiệu quả cho quá trình phân tích dữ liệu định tính, đặc biệt trong việc mã hóa và phát triển chủ đề. Với khả năng xử lý dữ liệu lớn, NVivo 12 cho phép mã hóa trực tiếp bằng các trích dẫn nguyên văn từ người tham gia theo phương pháp In Vivo Coding, từ đó bảo toàn sắc

thái ngôn ngữ và cách biểu đạt cá nhân. Phần mềm cũng hỗ trợ nhóm các mã tương đồng thành các chủ đề sơ bộ, giúp phát hiện các mẫu ý nghĩa nổi bật.

#### 4. Kết quả nghiên cứu và thảo luận

Dữ liệu nhân khẩu học của 8 SV ngành GDMN tham gia nghiên cứu được mô tả trong Bảng 1. Dữ liệu cho thấy sự đa dạng về thời điểm tốt nghiệp, môi trường TTSP và độ tuổi trẻ được chăm sóc. Các SV tốt nghiệp trong khoảng thời gian từ năm 2020 đến 2024, trong đó phần lớn là từ năm 2023 (4/8 người). Về môi trường thực tập, tất cả đều từng TTSP tại các trường mầm non công lập, trong đó có 3 người trải nghiệm cả hai loại hình công lập và tư thục. Các lớp thực tập mà họ tham gia có độ tuổi trẻ dao động từ nhà trẻ (dưới 3 tuổi) đến mẫu giáo lớn (5–6 tuổi), với số lượng trẻ trong lớp từ 25 đến 46 trẻ. Mỗi lớp thường có từ 1 đến 4 SV cùng thực tập, cho thấy sự khác biệt trong điều kiện làm việc và mức độ phân công nhiệm vụ giữa các cơ sở.

**Bảng 1.** Dữ liệu nhân khẩu học của SV tham gia phỏng vấn

Sinh viên	Năm tốt nghiệp	Trường đã thực tập	Lớp thực tập	Số lượng trẻ	Số SV TTSP trong lớp
SV 01	2024	Công lập và tư thục	3-4 tuổi, 5-6 tuổi	25-36 trẻ	1-3 SV
SV 02	2022	Công lập và tư	5-6 tuổi, nhà trẻ	30-46 trẻ	3-4 SV
SV 03	2023	Công lập	3-4 tuổi, 5-6 tuổi	30-35 trẻ	2-4 SV
SV 04	2023	Công lập & Tư thục	Nhà trẻ, 3-4 tuổi	25-40 trẻ	2-3 SV
SV 05	2020	Công lập	2-3 tuổi, 3-4 tuổi	30-40 trẻ	1-2 SV
SV 06	2024	Công lập	3- 4 tuổi, 5- 6 tuổi	32-45 trẻ	3 SV
SV 07	2023	Công lập	3- 4 tuổi, 5- 6 tuổi	25-30 trẻ	3 SV
SV 08	2023	Công lập	3- 4 tuổi, 5- 6 tuổi	25- 30 trẻ	3 SV

Kết quả mã hóa phân tích chủ đề về sức tâm lý trong TTSP của SV ngành GDMN được mô tả trong Bảng 2.

**Bảng 2.** Kết quả mã hóa phân tích chủ đề về sức tâm lý trong TTSP của SV ngành GDMN

<b>Chủ đề</b>	<b>Dữ liệu từ file</b>	<b>Mã hóa (Coding)</b>
Áp lực từ giáo viên hướng dẫn	"Giáo viên hướng dẫn không duyệt giáo án, không hướng dẫn tận tình, thậm chí tỏ thái độ tức giận khi SV tự chuẩn bị đồ dùng."	Thiếu hỗ trợ từ giáo viên hướng dẫn
	"Bị phân biệt đối xử so với SV trường khác khi làm đồ dùng."	Thiên vị trong thực tập
	"Bị giáo viên bắt học thuộc khẩu hình, ngôn ngữ theo ý giáo viên."	Bị áp đặt về phương pháp giáo dục
Khối lượng công việc lớn	"Ngoài việc dạy học, SV còn phải làm nhiều việc như dọn vệ sinh, dọn dẹp lớp học, rửa bát, làm đồ dùng dạy học."	Bị giao công việc ngoài chuyên môn
Sự khác biệt giữa lý thuyết và thực tế	"Lý thuyết trên lớp đơn giản, nhưng khi thực hành, SV phải linh hoạt điều chỉnh cách dạy để phù hợp với từng trẻ."	Thực tế chăm sóc và giáo dục khác xa lý thuyết
	"Cách dạy và giáo án ở trường thực tế khác với những gì cô được học ở trường."	Chênh lệch giữa lý thuyết và thực tế
Mâu thuẫn trong môi trường thực tập	"Mâu thuẫn với bạn thực tập do bạn lười biếng, ý lại công việc."	Xung đột với đồng nghiệp thực tập
	"Không có tiếng nói chung khi làm đồ dùng dạy học."	Khó khăn trong làm việc nhóm
Sốc vì hành vi của trẻ	"Áp lực từ hành vi ứng xử của trẻ, khi bị một trẻ nhìn từ trên xuống dưới và cười nhếch mép sau khi bị nhắc nhở."	Áp lực khi quản lý lớp học
	"Một trẻ không kiểm soát được vệ sinh cá nhân, khiến mình phải dọn dẹp nhiều lần."	Khó khăn trong chăm sóc trẻ đặc biệt
Tác động tâm lý nghiêm trọng	"Mất ngủ, suy nghĩ nhiều về những điều tiêu cực, bị sụt cân do lo lắng."	Mất ngủ, căng thẳng, lo âu
	"Muốn bỏ nghề vì cảm thấy bất công."	Mất động lực, muốn bỏ nghề
	"Ám ảnh đến mức không dám nhìn vào trường khi đi ngang qua."	Sợ hãi và ám ảnh môi trường thực tập
Cách đối phó	"Chỉ cần nghĩ thoáng hơn, coi như thử thách và cố gắng hoàn thành."	Tự động viên, suy nghĩ tích cực
	"Tìm sự hỗ trợ từ bạn bè để chia sẻ khó khăn."	Tìm kiếm hỗ trợ từ bạn bè
Đề xuất cải thiện thực tập	"Nên có những buổi lắng nghe chia sẻ từ SV để cải thiện điều kiện thực tập."	Tăng cường sự lắng nghe từ phía trường mầm non

Kết quả nghiên cứu cho thấy sức tâm lý là một hiện tượng phổ biến ở SV ngành GDMN trong thực tập tại các trường mầm non (6 SV có biểu hiện sức tâm lý trong TTSP). Phần lớn SV đều trải qua các mức độ sức tâm lý khác nhau, xuất phát từ áp lực của giáo viên hướng dẫn, khối lượng công việc ngoài chuyên môn, sự khác biệt giữa lý thuyết và thực tiễn, thái độ từ phụ huynh, cũng như môi trường làm việc căng thẳng.

#### **4.1. Biểu hiện của sức tâm lý**

Trong quá trình thực tập, 5 SV đã đối mặt với những phản ứng cảm xúc tiêu cực như lo lắng, sợ hãi, hoang mang và bất an. Nhiều SV bày tỏ cảm giác thiếu tự tin, lo ngại không thể thích nghi với môi trường mới hoặc gặp khó khăn trong giao tiếp với trẻ và giáo viên hướng dẫn. Các tình huống như bị phân biệt đối xử, thiếu sự hỗ trợ chuyên môn, bị giao việc không liên quan đến nhiệm vụ chăm sóc và giáo dục (dọn dẹp, rửa bát, làm đồ dùng...) khiến SV cảm thấy bất mãn, áp lực và kiệt sức. 3 SV chia sẻ họ từng trải qua mất ngủ, sụt cân và trạng thái lo âu kéo dài. Ngoài ra, cảm giác bị cô lập, không có tiếng nói chung với bạn thực tập hay chứng kiến hành vi không phù hợp từ giáo viên cũng góp phần làm trầm trọng thêm trạng thái sức tâm lý. 3 trường hợp cho thấy SV từng có ý định bỏ thực tập hoặc rút lui khỏi ngành nghề do cảm thấy bất công và mất định hướng.

#### **4.2. Nguyên nhân của sức tâm lý**

Các nguyên nhân dẫn đến sức tâm lý có thể phân thành ba nhóm chính: năng lực cá nhân, môi trường thực tập, và yếu tố hệ thống. Về mặt năng lực, sự khác biệt trong quá trình đào tạo khiến SV đại học có lợi thế về lý thuyết nhưng thiếu kỹ năng ứng dụng. Về mặt môi trường, sự thiếu thân thiện, hỗ trợ từ giáo viên hướng dẫn, áp lực

từ khối lượng công việc và sự phân biệt đối xử là những yếu tố phổ biến dẫn đến trạng thái khủng hoảng. 04 SV cho biết họ bị phân công công việc nặng nề hơn so với SV từ các trường khác, bị hạn chế quyền tham gia hoạt động chuyên môn, hoặc cảm thấy bị “ngứa mắt” khi cố gắng thể hiện. Ngoài ra, yếu tố hệ thống như sự thiếu thống nhất trong công tác hướng dẫn, thiếu tiếng nói chung giữa SV và nhà trường thực tập, cũng làm giảm hiệu quả hỗ trợ và gia tăng sự cô lập. Đặc biệt, sự chênh lệch giữa lý thuyết được học và thực tế tại cơ sở thực tập được xem là một trong những nguyên nhân then chốt gây sức tâm lý ở cả hai nhóm SV.

#### **4.3. Ảnh hưởng của sức tâm lý và cách ứng phó của sinh viên**

Sức tâm lý trong giai đoạn TTSP có ảnh hưởng nghiêm trọng đến cả sức khỏe tinh thần, hiệu quả TTSP và định hướng nghề nghiệp của SV. Về mặt cảm xúc, SV trải qua lo âu, mất ngủ, cảm giác bị tổn thương, sợ hãi khi đến trường và thậm chí ám ảnh về môi trường thực tập. 02 SV cho biết họ cảm thấy “khó thở” khi đến trường, hoặc không dám nhìn vào trường cũ sau khi đã tốt nghiệp. Về mặt thể chất, trạng thái căng thẳng kéo dài dẫn đến sụt cân và rối loạn giấc ngủ. Về động lực nghề nghiệp, sức tâm lý làm giảm hứng thú, gia tăng cảm giác thất vọng, và trong một số trường hợp dẫn đến ý định bỏ nghề. Ngoài ra, mối quan hệ xã hội cũng bị ảnh hưởng khi SV cảm thấy khó kết nối với bạn thực tập, mâu thuẫn khi phân công công việc hoặc không nhận được sự chia sẻ từ đồng nghiệp và giáo viên hướng dẫn. 03 SV còn bị ảnh hưởng bởi hành vi ứng xử không phù hợp của trẻ, đặc biệt là trong những tình huống chăm sóc trẻ đặc biệt hoặc thiếu hỗ trợ từ phía người hướng dẫn. Những

yếu tố này cho thấy cú sốc tâm lý không chỉ là một phản ứng cá nhân tức thời mà là một vấn đề có tính hệ thống, đòi hỏi sự quan tâm từ các cơ sở đào tạo và các trường mầm non trong việc cải thiện chất lượng và điều kiện TTSP.

Dữ liệu cho thấy mặc dù đối mặt với nhiều áp lực từ giáo viên hướng dẫn, khối lượng công việc lớn, sự khác biệt giữa lý thuyết và thực tế, cũng như các xung đột trong môi trường thực tập, SV ngành GDMN vẫn thể hiện những chiến lược ứng phó nhất định để vượt qua khó khăn. Hai xu hướng chính có thể nhận thấy là: tự điều chỉnh nhận thức cá nhân và tìm kiếm sự hỗ trợ xã hội.

Một số SV lựa chọn cách tự động viên bản thân bằng cách nhìn nhận những khó khăn như một thử thách mang tính rèn luyện. Việc "nghĩ thoáng hơn" được xem như một cơ chế phòng vệ tâm lý giúp họ giảm bớt áp lực nội tại và duy trì sự kiên trì trong quá trình thực tập. 03 SV tìm đến bạn bè như một nguồn hỗ trợ chính về mặt cảm xúc. Việc chia sẻ với những người đồng cảnh ngộ đóng vai trò quan trọng trong việc giải tỏa căng thẳng và duy trì tinh thần tích cực. Đây là minh chứng rõ ràng cho vai trò của hỗ trợ ngang hàng (peer support) trong môi trường thực tập – yếu tố có thể được phát triển như một chiến lược chính thức trong chương trình đào tạo.

Nhìn chung, dù gặp nhiều thách thức, SV vẫn chủ động xây dựng các cách ứng phó phù hợp để duy trì động lực học tập và theo đuổi nghề. Tuy nhiên, sự ứng phó này chủ yếu mang tính cá nhân, chưa được hệ thống hóa hay hỗ trợ bởi nhà trường và cơ sở thực tập. Do đó, cần thiết kế các chương trình hỗ trợ chính thức hơn nhằm nâng cao khả năng thích nghi và sức bền tâm lý cho SV trong quá trình TTSP.

#### 4.4. Thảo luận

Một trong những điểm mới nổi bật từ nghiên cứu này là việc mở rộng khái niệm "sốc tâm lý" vượt ra ngoài cảm xúc lo lắng hay mất phương hướng vốn được mô tả trong các nghiên cứu trước. Vartuli và Rohs (2009) đã nhấn mạnh rằng SV sư phạm thường gặp phải trạng thái rối loạn cảm xúc ("emotional turbulence") trong những tuần đầu thực tập, chủ yếu do sự chênh lệch giữa lý thuyết được học và thực tiễn tại cơ sở. Tuy nhiên, dữ liệu phỏng vấn trong nghiên cứu này cho thấy nhiều SV không chỉ lo lắng mà còn thực sự sốc khi bị giao các công việc ngoài chuyên môn, như dọn dẹp, thay bím, lau sàn, vốn không được đề cập rõ trong các tài liệu trước. SV03 chia sẻ: "Ai ngờ lại phải dọn vệ sinh hằng ngày, lúc ấy em nghĩ liệu đây có phải là nghề của mình không nữa." Sự va chạm trực tiếp với thực tế nghề nghiệp ở cấp độ lao động chân tay đã dẫn đến khủng hoảng nghề nghiệp ban đầu, cho thấy cú sốc tâm lý ở SV TTSP còn bắt nguồn từ kỳ vọng xã hội không tương thích với thực tiễn của công việc GDMN – một khía cạnh ít được chú trọng trong các nghiên cứu.

Kết quả phỏng vấn cho thấy SV TTSP thường trải qua nhiều cú sốc tâm lý có tính hệ thống, phản ánh những thách thức chưa được nghiên cứu đầy đủ trong bối cảnh Việt Nam. Thứ nhất, nhiều SV bày tỏ sự ngỡ ngàng trước sự khác biệt giữa lý thuyết được học và thực tế vận hành tại các cơ sở mầm non, đặc biệt liên quan đến văn hóa tổ chức và sự phân quyền trong lớp học. Một số giáo viên không tuân thủ các nguyên tắc sư phạm như khuyến khích giao tiếp tích cực hay không dùng hình phạt. Điều này gợi mở hướng nghiên cứu về cú sốc văn hóa tổ chức và khả năng thích nghi của SV với môi trường nghề tại địa phương – một

lĩnh vực còn ít được khai thác trong nghiên cứu GDMN tại Việt Nam.

Thứ hai, nhiều SV phản ánh sự mập mờ và căng thẳng trong vai trò giữa họ và giáo viên hướng dẫn, dẫn đến cảm giác bị kiểm soát hoặc cạnh tranh. Mọi quan hệ quyền lực chưa rõ ràng này là yếu tố ảnh hưởng lớn đến trải nghiệm thực tập, từ đó đặt ra nhu cầu nghiên cứu sâu hơn về cấu trúc quyền lực và vai trò của SV TTSP trong lớp học mầm non.

Thứ ba, dữ liệu cho thấy mối quan hệ ngang hàng giữa các SV trong cùng nhóm TTSP có ảnh hưởng đáng kể đến cảm xúc và khả năng thích nghi của từng cá nhân. Tương tác hỗ trợ giữa các thành viên có thể làm giảm áp lực và tăng mức độ gắn kết với hoạt động thực tập. Do đó, cần mở rộng nghiên cứu về vai trò của hỗ trợ ngang hàng (peer support) như một yếu tố bảo vệ tâm lý trong quá trình TTSP.

Cuối cùng, một số SV sau TTSP bày tỏ mong muốn chuyển hướng nghề nghiệp, không tiếp tục theo đuổi công việc chăm sóc và giáo dục trẻ nhỏ. Hiện tượng này gợi ý hướng nghiên cứu về quá trình tái định hình bản sắc nghề nghiệp (professional identity reconstruction) – một chủ đề đang được chú ý trên thế giới nhưng chưa phổ biến trong bối cảnh nghiên cứu Việt Nam.

Từ những phân tích trên, có thể khẳng

định rằng TTSP không chỉ là giai đoạn kiểm chứng năng lực nghề mà còn là tiến trình tái cấu trúc về mặt tâm lý, vai trò và bản sắc nghề nghiệp. Đây là cơ sở quan trọng để phát triển các nghiên cứu chuyên sâu hơn, đặc biệt trong các lĩnh vực: tâm lý học thực hành giáo dục, đào tạo giáo viên thích ứng thực tiễn, và chính sách hỗ trợ SV sư phạm trước - trong - sau thực tập.

### 5. Kết luận

Sốc tâm lý của SV ngành GDMN trong TTSP là một vấn đề phổ biến và có tác động sâu rộng đến tâm lý, thái độ và khả năng thích nghi với môi trường làm việc thực tế của SV. Những khó khăn mà SV gặp phải không chỉ dừng lại ở khối lượng công việc lớn hay áp lực từ giáo viên hướng dẫn mà còn xuất phát từ sự khác biệt giữa lý thuyết được đào tạo và thực tế công tác tại các trường mầm non. Bên cạnh đó, những yếu tố như áp lực từ sự thiếu hỗ trợ từ giáo viên hướng dẫn, môi trường làm việc căng thẳng và khả năng quản lý thời gian còn hạn chế cũng góp phần làm gia tăng mức độ sốc tâm lý của SV. Nghiên cứu còn hạn chế như mẫu nghiên cứu không lớn, chỉ sử dụng phương pháp định tính, điều này cũng gợi mở cho những nghiên cứu tiếp theo về vấn đề quan trọng này trong đào tạo giáo viên mầm non ở Việt Nam.

## TÀI LIỆU THAM KHẢO

- Allsopp, D. H., DeMarie, D., Alvarez-McHatton, P., & Doone, E. (2006). Bridging the gap between theory and practice: Connecting courses with field experiences. *Teacher Education Quarterly*, 33(1), 19–35. <https://eric.ed.gov/?id=EJ795196>
- Caires, S., Almeida, L. S., & Martins, C. (2009). The Socioemotional Experiences of Student Teachers During Practicum: A Case of Reality Shock?, *The Journal of Educational Research*, 103(1), 17- 27. <http://dx.doi.org/10.1080/00220670903228611>
- Correa, J. M., Martínez-Arbelaiz, A., & Aberasturi-Apráiz, E. (2015). Post-modern reality

- shock: Beginning teachers as sojourners in communities of practice, *Teaching and Teacher Education*, 48, 66-74. [www.elsevier.com/locate/tate](http://www.elsevier.com/locate/tate)
- Delamarter, J. (2015). Avoiding Practice Shock: Using Teacher Movies to Realign Pre-Service Teachers' Expectations of Teaching, *Australian Journal of Teacher Education*, 40(2), 1-14. <https://doi.org/10.14221/ajte.2015v40n2.1>
- Pecivova, V. (2017). Preventing reality shock in future preschool and primary school teachers. *New Trends and Issues Proceedings on Humanities and Social Sciences*, 4(8), 171–175. <https://doi.org/10.18844/prosoc.v4i8.3028>
- Stokking, K., Leenders, F., De Jong, J., & Van Tartwijk, J. (2003). From student to teacher: reducing practice shock and early dropout in the teaching profession, *European Journal of Teacher Education*, 26(3), 329-350. <http://dx.doi.org/10.1080/0261976032000128175>
- Tran, L. H. N., & Huynh, N. T. (2019). Preservice teachers' experiences with internship-related challenges in regional schools and their career intention: implications for teacher education programs, *Journal of Early Childhood Teacher Education*, 40(2), 159-176. <https://doi.org/10.1080/10901027.2018.1536902>
- Vartuli, S., & Rohs, J. (2009). Early Childhood Prospective Teacher Pedagogical Belief Shifts Over Time, *Journal of Early Childhood Teacher Education*, 30(4), 310-327. <http://dx.doi.org/10.1080/10901020903320262>

Ngày nhận bài: 17/4/2025

Ngày chấp nhận đăng: 20/6/2025