

**ẢNH HƯỞNG CỦA NĂNG LỰC NHẬN THỨC BẢN THÂN
ĐẾN LỰA CHỌN NGHỀ NGHIỆP CỦA HỌC SINH TRUNG HỌC PHỔ THÔNG
HUYỆN XUÂN TRƯỜNG, TỈNH NAM ĐỊNH**

Vũ Thị Hoa
Công ty TNHH Thương mại và dịch vụ HTP Toàn Cầu
Email: maihoa091186@gmail.com

Tóm tắt: Nghiên cứu hướng đến mục đích chính tìm hiểu mối quan hệ giữa năng lực nhận thức bản thân và lựa chọn nghề nghiệp của học sinh trung học phổ thông huyện Xuân Trường, tỉnh Nam Định. Trên cơ sở khảo sát 300 học sinh lớp 10, lớp 11 và lớp 12 tại các trường THPT trong huyện, nghiên cứu sử dụng phương pháp điều tra bằng bảng hỏi, phỏng vấn sâu, phỏng vấn trường hợp kết hợp với xử lý thống kê mô tả và phân tích tương quan. Kết quả cho thấy: học sinh có mức độ nhận thức bản thân cao thường đưa ra lựa chọn nghề nghiệp phù hợp hơn với năng lực, giá trị sống và điều kiện thực tế. Ngược lại, những học sinh có mức độ nhận thức bản thân thấp dễ bị chi phối bởi yếu tố ngoại cảnh hoặc thiếu định hướng rõ ràng. Kết quả nghiên cứu cho thấy có mối quan hệ thuận chiều và có ý nghĩa thống kê giữa các khía cạnh của năng lực nhận thức bản thân và các biểu hiện về lựa chọn nghề nghiệp của học sinh

Từ khóa: Năng lực nhận thức, nhận thức bản thân, lựa chọn nghề nghiệp, học sinh trung học phổ thông, hướng nghiệp.

**THE INFLUENCE OF SELF-AWARENESS COMPETENCY ON CAREER
CHOICES AMONG HIGH SCHOOL STUDENTS IN XUAN TRUONG DISTRICT,
NAM DINH PROVINCE**

Vu Thi Hoa
HTP Global Trading and Service Co., Ltd
Email: maihoa091186@gmail.com

Abstract: This study primarily aims to explore the relationship between self-awareness competency and career choices among high school students in Xuan Truong District, Nam Dinh Province. Based on a survey of 300 students in grades 10, 11, and 12 at various high schools in the district, the research employed questionnaires, in-depth interviews, and case interviews, combined with descriptive statistical analysis and correlation analysis. The results show that students with a high level of self-awareness tend to make career choices that are more aligned with their abilities, life values, and actual conditions. Conversely, students with low self-awareness are more likely to be influenced by external factors or lack clear direction. The findings indicate a positive and statistically significant relationship between aspects of self-awareness competency and students' career choice behaviors.

Keywords: self-awareness competency, self-awareness, career choice, high school students, career orientation.

Nhận bài: 19/06/2025

Phản biện: 18/07/2025

Duyệt đăng: 23/07/2025

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong bối cảnh xã hội hiện đại, với sự biến động không ngừng của nền kinh tế tri thức và xu hướng toàn cầu hóa, thị trường lao động ngày càng đòi hỏi người lao động không chỉ có kiến thức chuyên môn mà còn phải có sự hiểu biết sâu sắc về bản thân để đưa ra những lựa chọn nghề nghiệp phù hợp, lâu dài và bền vững. Việc lựa chọn nghề nghiệp ngày nay không còn là quyết định đơn thuần về ngành học mà đã trở thành một trong những dấu mốc quan trọng của quá trình phát triển nhân cách và định hướng tương lai của mỗi cá nhân, đặc biệt là học sinh trung học phổ thông – những người đang đứng trước ngưỡng cửa lựa chọn con đường học vấn hoặc nghề nghiệp sau khi tốt nghiệp. Theo OECD (2020), năng lực ra quyết định lựa chọn nghề nghiệp sớm và đúng đắn là một trong những yếu tố then chốt giúp giảm thiểu tỷ lệ thất nghiệp, cải thiện sự thích ứng nghề nghiệp và tăng cơ hội thành công nghề nghiệp về lâu dài.

Các em chưa thấu hiểu “Sở thích của mình là gì, đam mê ở lĩnh vực nào và bản thân mình có năng lực như thế nào?” là câu hỏi mà học sinh cần suy nghĩ trước khi đặt bút điền nguyện vọng hay đăng ký xét học bạ vào chuyên ngành của các trường đại học, cao đẳng, trung cấp hay các trường đào tạo dạy nghề. Bởi khi phân tích nghiêm túc về vấn đề này, chúng ta càng có thêm căn cứ để lựa chọn nghề nghiệp đúng đắn.

Tại huyện Xuân Trường, tỉnh Nam Định – địa bàn có truyền thống học tập và sự đầu tư mạnh mẽ vào giáo dục – học sinh được tiếp cận với nhiều thông tin hướng nghiệp qua nhiều kênh thông tin khác nhau. Tuy nhiên, qua khảo sát sơ bộ và tham khảo báo cáo chuyên môn tại một số trường THPT trong huyện, cho thấy tình trạng học sinh lựa chọn nghề nghiệp vẫn mang tính cảm tính, thiếu cơ sở tự đánh giá năng lực cá nhân và chưa có khả năng

để nhận diện được sự phù hợp giữa bản thân và yêu cầu nghề nghiệp trong tương lai.

Tác giả lựa chọn đề tài nghiên cứu: “*Ảnh hưởng của năng lực nhận thức bản thân đến lựa chọn nghề nghiệp của học sinh Trung học phổ thông huyện Xuân Trường, tỉnh Nam Định*”, với mục đích làm rõ mối quan hệ giữa hai yếu tố này, từ đó đề xuất một số khuyến nghị hỗ trợ học sinh nâng cao năng lực nhận thức bản thân, giúp học sinh hiểu rõ hơn về khả năng, sở thích, giá trị cá nhân để đưa ra những lựa chọn nghề nghiệp phù hợp với năng lực và nguyện vọng của bản thân.

II. NỘI DUNG NGHIÊN CỨU

2.1. Khách thể và địa bàn nghiên cứu

Nghiên cứu này thu thập dữ liệu khảo sát từ một số trường trung học phổ thông trên địa bàn -huyện Xuân Trường, Tỉnh Nam Định. Thời gian nghiên cứu :từ tháng 1/9/2024 đến tháng 31/5/2025. Tổng cộng có 300 phiếu được phát ra, thời gian trả lời mỗi phiếu khảo sát là 15 phút. Học sinh bao gồm trường trung học phổ thông Xuân Trường A, học sinh THPT Xuân Trường C, học sinh THPT Nguyễn Trường Thủy, huyện Xuân Trường B.

2.2. Phương pháp nghiên cứu và tiêu chí đánh giá

Phương pháp nghiên cứu: Nghiên cứu sử dụng kết hợp các phương pháp nghiên cứu sau: phương pháp điều tra bằng bảng hỏi, phương pháp phỏng vấn sâu, phương pháp nghiên cứu trường hợp, phương pháp xử lý số liệu bằng thống kê toán học.

Công cụ và tiêu chí đánh giá

Để đảm bảo việc đo lường và phân tích được thực hiện một cách khoa học và nhất quán, nghiên cứu xây dựng hệ thống tiêu chí và thang đánh giá dựa trên các khái niệm, thành tố và biểu hiện của năng lực nhận thức bản thân cũng như lựa chọn nghề nghiệp theo lý thuyết của Donald Super (1990) và Gottfredson (2002).

+ Các tiêu chí đánh giá trong nghiên cứu được xác lập dựa trên các yếu tố cấu thành hai biến nghiên cứu chính: Bảng hỏi năng lực nhận thức bản thân này bao gồm 18 mệnh đề (item) và bảng hỏi lựa chọn nghề nghiệp bao gồm 15 mệnh đề (item). Để lượng hóa các tiêu chí nêu trên một cách khoa học và thống nhất, nghiên cứu sử dụng thang đo Likert 5 mức độ, với các mức điểm từ 1 đến 5, tương ứng với mức độ đồng ý hoặc mức độ thể hiện hành vi như sau:

Mức độ	Điểm	Ý nghĩa
1	1	Hoàn toàn không đồng ý /Không bao giờ thể hiện
2	2	Không đồng ý / ít khi thể hiện
3	3	Phân vân/ Thỉnh thoảng thể hiện
4	4	Đồng ý /Thường xuyên thể hiện
5	5	Hoàn toàn đồng ý /luôn luôn thể hiện

+ Thang đánh giá

Năng lực nhận thức bản thân

Bảng. Mức độ năng lực nhận thức bản thân của học sinh trung học phổ thông

Mức độ	Nhận thức về năng lực cá nhân	Nhận thức về giá trị và sở thích cá nhân	Nhận thức về cảm xúc và động cơ cá nhân
1. Rõ ràng, chính xác. (từ 63 – 90 điểm)	- Hiểu rõ điểm mạnh, điểm yếu của bản thân - Tin tưởng vào năng lực bản thân	- Xác định rõ sở thích, giá trị cá nhân - Biết kết nối sở thích và giá trị với lựa chọn nghề nghiệp.	- Nhận diện chính xác cảm xúc - Biết điều tiết cảm xúc và duy trì động lực
2. Chưa rõ ràng, còn mơ hồ. (từ 36– 62 điểm)	- Chỉ nhận thức được năng lực một cách sơ lược - Đánh giá bản thân chưa khách quan - Mục tiêu học tập còn chung chung	- Biết một số sở thích nhưng chưa sâu sắc - Dễ bị ảnh hưởng bởi người khác khi lựa chọn nghề nghiệp	- Nhận biết cảm xúc còn mơ hồ - Dễ bị dao động bởi hoàn cảnh
3. Sai lệch hoặc yếu kém (từ 18 – 35 điểm)	- Nhận thức sai lệch về năng lực - Thiếu tự tin hoặc ảo tưởng về bản thân	- Không biết rõ sở thích, giá trị cá nhân - Lựa chọn nghề nghiệp theo xu hướng, không phù hợp bản thân	- Không hiểu rõ cảm xúc cá nhân - Thiếu động cơ học tập - Không kiểm soát được cảm xúc tiêu cực

2.3..Kết quả nghiên cứu

2.3.1.Thực trạng biểu hiện năng lực nhận thức bản thân của học sinh trung học phổ thông huyện Xuân Trường

Bảng. Biểu hiện năng lực nhận thức bản thân bản thân của HS THPT

STT	Thành tố	Trung bình điểm tổng	Độ lệch chuẩn	Mức độ	Thứ bậc
1	Nhận thức về năng lực cá nhân	19,4	5,4	Trung bình	3
2	Nhận thức về giá trị và sở thích cá nhân	20,1	5,9	Trung bình	2
3	Nhận thức về cảm xúc và động cơ cá nhân	20,2	6,0	Trung bình	1
Tổng		59,8	16,8	Trung bình	

Kết quả bảng tổng hợp cho thấy năng lực nhận thức bản thân của học sinh THPT huyện Xuân Trường đang ở mức trung bình, với điểm trung bình chung là 59,8 trên tổng điểm là 90 độ lệch chuẩn là 16,8, phản ánh mức độ nhận thức tương đối ổn định giữa các học sinh. Trong ba thành tố cấu thành năng lực này, “Nhận thức về cảm xúc và động cơ cá nhân” đạt trung bình điểm tổng cao nhất (20,2). Điều này cho thấy học sinh đã bắt đầu có khả năng nhận biết cảm xúc, xác định động lực học tập cũng như phân biệt được mục tiêu học tập xuất phát từ yêu thích hay trách nhiệm.

- Thực trạng nhận thức về năng lực bản thân của học sinh

Từ kết quả bảng khảo sát về năng lực nhận thức bản thân của học sinh cho thấy mức độ đánh giá của học sinh ở mức trung bình khá, với ĐTB = 3,23 trên thang điểm 5 và ĐLC = 0,91 cho thấy mức độ phân tán vừa phải giữa các yếu tố khảo sát.

** Thực trạng nhận thức về giá trị và sở thích cá nhân*

Thực trạng nhận thức về giá trị và sở thích cá nhân của học sinh THPT cho thấy mức độ nhận thức chung tương đối tốt với ĐTB = 3,36 trên thang điểm 5 và ĐLC = 0,98 phản ánh mức độ biến động vừa phải giữa các tiêu chí khảo sát. Trong đó nhận định được đánh giá cao nhất là Tôi biết rõ những hoạt động hoặc lĩnh vực mà mình yêu thích với ĐTB = 3,53 (ĐLC = 1,20). Điều này cho thấy đa số học sinh đã có nhận thức nhất định về những giá trị nền tảng trong cuộc sống.

- Thực trạng nhận thức về cảm xúc và động cơ cá nhân

Kết quả bảng khảo sát cho thấy học sinh THPT huyện Xuân Trường có mức độ nhận thức tương đối tích cực về cảm xúc và động cơ cá nhân, với ĐTB chung là 3,37 và độ lệch chuẩn là 1,00, phản ánh mức độ dao động vừa phải trong nhận thức giữa các học sinh.

2.3.2.Mối tương quan giữa năng lực nhận thức bản thân và mức độ lựa chọn nghề nghiệp

Kết quả phân tích tương quan Pearson cho thấy có mối quan hệ thuận chiều và có ý nghĩa thống kê giữa năng lực nhận thức bản thân và mức độ lựa chọn nghề nghiệp của học sinh ($r = 0,517$; $p < 0,01$). Điều này cho thấy khi năng lực nhận thức bản thân của học sinh càng cao, tức là khả năng hiểu biết rõ ràng về điểm mạnh, điểm yếu, giá trị, sở thích và động cơ cá nhân càng tốt thì mức độ lựa chọn nghề nghiệp của các em cũng càng được nâng cao.

Mối tương quan này khẳng định vai trò quan trọng của năng lực nhận thức bản thân trong việc hỗ trợ học sinh đưa ra các quyết định nghề nghiệp phù hợp và hiệu quả hơn. Việc phát triển năng lực nhận thức bản thân không chỉ giúp học sinh hiểu rõ hơn về chính mình mà còn tạo nền tảng vững chắc cho quá trình lựa chọn nghề nghiệp có căn cứ và đúng đắn.

Kết quả nghiên cứu cho thấy: Năng lực nhận thức bản thân đóng vai trò nền tảng trong cấu trúc trí tuệ cảm xúc, là năng lực giúp cá nhân hiểu rõ cảm xúc, giá trị, động cơ cũng như điểm mạnh và hạn chế của bản thân. Kết quả khảo sát trên 300 học sinh trung học phổ thông cho thấy mức độ năng lực nhận thức bản thân có sự phân hóa rõ rệt. Cụ thể, có 151 học sinh (chiếm 50,3%) cho biết các em có khả năng nhận thức bản thân một cách rõ ràng và chính xác. Đây là nhóm học sinh có khả năng hiểu biết đúng đắn về bản thân, bao gồm việc nhận diện được điểm mạnh, điểm yếu, cảm xúc, giá trị cá nhân cũng như định hướng tương lai phù hợp với năng lực và hoàn cảnh của bản thân.

Như vậy, mặc dù phần lớn học sinh đã có mức độ nhận thức bản thân tương đối tốt, song vẫn còn một tỷ lệ không nhỏ học sinh gặp khó khăn trong

việc hiểu rõ và đánh giá đúng bản thân.

Từ kết quả nghiên cứu trên đã chứng minh giả thuyết khoa học tác giả đưa ra là đúng đắn. Năng lực nhận thức bản thân có ảnh hưởng đến quá trình lựa chọn nghề nghiệp của học sinh trung học phổ thông huyện Xuân Trường, tỉnh Nam Định. Học sinh có năng lực nhận thức bản thân cao và nhận thức rõ về bản thân sẽ có quyết định và xu hướng lựa chọn nghề nghiệp rõ ràng và phù hợp với sở thích cá nhân, năng lực và giá trị sống của họ. Còn học sinh có mức độ nhận thức thấp về bản thân và năng lực cá nhân của mình sẽ gặp khó khăn trong việc lựa chọn nghề nghiệp, dẫn đến những lựa chọn nghề nghiệp không phù hợp hoặc thiếu chắc chắn hoặc dễ bị tác động bởi yếu tố bên ngoài.

III. KẾT LUẬN

Kết quả nghiên cứu thực tiễn cho thấy năng lực nhận thức bản thân của học sinh có ảnh hưởng sâu sắc và toàn diện đến quá trình lựa chọn nghề nghiệp của học sinh THPT. Dựa trên các số liệu định lượng và biểu đồ minh họa, có thể khẳng định rằng phần lớn học sinh đánh giá cao tầm quan trọng của việc hiểu rõ chính mình trong quá trình định hướng nghề nghiệp. Tuy nhiên, năng lực nhận thức bản thân của học sinh còn nhiều hạn

chế và chưa đồng đều, là chỉ báo trong việc tăng cường giáo dục kỹ năng nhận thức bản thân trong nhà trường.

Việc lựa chọn nghề nghiệp của học sinh THPT huyện Xuân Trường vẫn còn nhiều thách thức. Mặc dù gần một nửa số học sinh đã có định hướng rõ ràng và phù hợp, nhưng một tỷ lệ tương đương lại đang ở trong trạng thái mơ hồ, thiếu định hướng, và đáng lo ngại hơn là một bộ phận không nhỏ có những lựa chọn không phù hợp hoặc sai lệch. Học sinh thể hiện sự chủ động trong việc tìm kiếm thông tin nghề nghiệp và có thể trả lời các thông tin cơ bản, nhưng khả năng phân tích sâu sắc các nhóm nghề nghiệp còn yếu.

Nghiên cứu đã khẳng định rõ ràng rằng năng lực nhận thức bản thân có ảnh hưởng tích cực và trực tiếp đến mức độ lựa chọn nghề nghiệp của học sinh. Khi học sinh càng hiểu rõ về chính mình – từ điểm mạnh, điểm yếu, đến giá trị, sở thích và động cơ cá nhân – thì khả năng các em đưa ra lựa chọn nghề nghiệp phù hợp và hiệu quả càng cao. Điều này nhấn mạnh rằng, việc phát triển năng lực nhận thức là nền tảng cốt lõi để học sinh có thể định hướng và đưa ra quyết định nghề nghiệp một cách có căn cứ, phù hợp với chính mình.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Ths Vũ Tuấn Anh, Ths Đào Trung Thành (2019). *Hướng nghiệp 4.0*, NXB Hồng Đức.
2. Nguyễn Thị Nhân Ái. (2013). *Định hướng giá trị nghề của học sinh THPT một số tỉnh đồng bằng Bắc bộ*, Luận án tiến sĩ Tâm lý học, Trường Đại học Sư phạm Hà Nội, Hà Nội.
3. Hoàng Danh (2016). “*chọn nghề, học sinh phải hiểu được mình*”, Tuổi trẻ online
4. Ngô Minh Duy (2011). *Động cơ chọn nghề của học sinh lớp 12 tại một số trường ở Tp.Hồ Chí Minh*, Luận văn thạc sĩ tâm lý học, trường đại học sư phạm Tp.Hồ Chí Minh
5. Trương thị Hoa. (2011), *Thực trạng định hướng nghề nghiệp của học sinh trung học phổ thông tỉnh Hòa Bình* “tạp chí khoa học giáo dục, số 66, tháng 3.
6. Brown, S. D., & Lent, R. W. (2013). *Career development and counseling: Putting theory and research to work* (2nd ed.). Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.
7. Duval, S., & Wicklund, R. A. (1972). *A theory of objective self-awareness*. New York: Academic Press.