

KHÓ KHĂN TRONG HOẠT ĐỘNG HỌC TẬP CỦA SINH VIÊN NGƯỜI DÂN TỘC THIỂU SỐ VÙNG TÂY BẮC

Lò Thị Vân
Trường Đại học Tây Bắc

Tóm tắt: Trong bối cảnh giáo dục đại học Việt Nam chuyển mạnh sang tiếp cận phát triển năng lực người học, vấn đề nhận diện và hỗ trợ sinh viên vượt qua khó khăn trong học tập ngày càng được quan tâm, đặc biệt đối với sinh viên người dân tộc thiểu số (DTTS) vùng Tây Bắc - nhóm đối tượng chịu nhiều bất lợi về điều kiện kinh tế - xã hội, ngôn ngữ và văn hóa học tập. Bài báo tập trung hệ thống hóa cơ sở lý luận về hoạt động học tập của sinh viên người DTTS, làm rõ khái niệm “khó khăn” và “khó khăn trong hoạt động học tập của sinh viên người DTTS”, đồng thời phân tích các biểu hiện khó khăn chủ yếu trong ba cấu phần của hoạt động học tập gồm: học lý thuyết trên lớp, hoạt động tự học và hoạt động thực hành, thực tế. Kết quả phân tích cho thấy sinh viên DTTS thường gặp khó khăn trong tiếp cận ngôn ngữ học thuật, tư duy trừu tượng và phản biện, kỹ năng tự học, ứng dụng công nghệ học tập, cũng như khả năng vận dụng lý thuyết vào thực tiễn và thích nghi với môi trường thực tế. Trên cơ sở đó, bài báo đề xuất một số biện pháp tâm lý sư phạm nhằm nâng cao năng lực vượt khó trong học tập và hỗ trợ sự phát triển bền vững của sinh viên người DTTS vùng Tây Bắc.

Từ khóa: Khó khăn học tập, sinh viên dân tộc thiểu số, hoạt động học tập, tự học, năng lực vượt khó.

PSYCHOLOGICAL FACTORS RELATED TO LEARNING DIFFICULTIES AMONG ETHNIC MINORITY UNIVERSITY STUDENTS IN TAY BAC REGION

Abstract: In the context of Vietnamese higher education shifting strongly toward a competency-based approach to student development, increasing attention has been paid to identifying and supporting students in overcoming learning difficulties, particularly ethnic minority students in the Tay Bac region, who face multiple disadvantages related to socio-economic conditions, language barriers, and learning culture. This paper aims to systematize the theoretical foundations of learning activities among ethnic minority students, clarify the concepts of “difficulty” and “learning difficulties of ethnic minority students,” and analyze the major manifestations of learning difficulties across three structural components of learning activities: in-class theoretical learning, self-study, and practical or field-based learning. The analysis indicates that ethnic minority students commonly experience difficulties in accessing academic language, developing abstract and critical thinking skills, acquiring effective self-study skills, applying learning technologies, as well as transferring theoretical knowledge into practice and adapting to real-world learning environments. Based on these findings, the paper proposes several psycho-pedagogical measures to enhance academic adversity competence and support the sustainable development of ethnic minority students in the Tay Bac region.

Keywords: Learning difficulties, ethnic minority students, learning activities, self-study, academic adversity competence.

Nhận bài: 21/11/2025

Phản biện: 20/12/2025

Duyệt đăng: 25/12/2025

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Đổi mới giáo dục theo hướng phát triển năng lực đặt ra yêu cầu chuyển từ nhấn mạnh “học để biết” sang “học để làm, để chung sống, để tự khẳng định”, trong đó năng lực tự học, tự điều chỉnh và thích ứng được xem là điều kiện quan trọng giúp sinh viên đạt kết quả học tập và phát triển nghề nghiệp. Với sinh viên người DTTS vùng Tây Bắc, việc đáp ứng các yêu cầu này gặp nhiều thách thức do điều kiện kinh tế - xã hội, rào cản ngôn ngữ, khác biệt văn hóa học tập và hạn chế cơ hội tiếp cận công nghệ, nguồn lực học tập.

Các nghiên cứu về vượt khó/khả năng phục hồi và chỉ số vượt khó cho thấy năng lực ứng phó nghịch cảnh có liên quan đến khả năng duy trì động lực, kiên trì nỗ lực và thích ứng học tập

của người học. Thực tiễn cho thấy, không ít sinh viên DTTS chăm chỉ và trân trọng cơ hội học tập nhưng vẫn gặp khó khăn khi chuyển đổi từ cách học phổ thông sang cách học đại học: giảm phụ thuộc vào “thầy đọc - trò chép”, tăng tự học, tư duy phản biện, học theo dự án/giải quyết vấn đề và tăng yêu cầu vận dụng vào thực tiễn.

Từ đó, bài báo tập trung làm rõ các vấn đề sau: hệ thống hóa lý luận về hoạt động học tập và đặc điểm hoạt động học tập của sinh viên DTTS; làm rõ khái niệm “khó khăn” và “khó khăn trong hoạt động học tập” của sinh viên DTTS; phân tích các nhóm khó khăn điển hình trong học lý thuyết, tự học và thực hành, thực tế; đề xuất hỗ trợ theo tiếp cận năng lực và phát triển chỉ số vượt khó (AQ).

II. NỘI DUNG NGHIÊN CỨU

2.1. Hoạt động học tập và đặc điểm hoạt động học tập của sinh viên người DTTS

2.1.1. Khái niệm hoạt động học tập

Hoạt động học tập là một dạng hoạt động trí tuệ cơ bản, có ý thức, có mục đích và được tổ chức theo phương thức nhà trường; thông qua đó người học lĩnh hội tri thức khoa học, hình thành kỹ năng, kỹ xảo và phát triển năng lực cá nhân. Theo tiếp cận tâm lý học lứa tuổi và tâm lý học sư phạm, hoạt động học của người học là hoạt động đặc thù, được điều khiển bởi mục đích tự giác nhằm chiếm lĩnh tri thức và phương thức hành động; đồng thời là quá trình làm thay đổi chính chủ thể về nhận thức, thái độ và hành vi.

Trong bối cảnh giáo dục hiện đại, dạy học theo tiếp cận năng lực nhấn mạnh tổ chức các hoạt động học tập hướng vào phát triển năng lực người học, coi năng lực là mục tiêu của hoạt động dạy - học. Do đó, hoạt động học tập ở đại học đòi hỏi mức độ tự chủ cao hơn, tăng cường tự học, tự nghiên cứu và vận dụng tri thức.

2.1.2. Đặc điểm cơ bản của hoạt động học tập

Hoạt động học tập có các đặc điểm: đối tượng là tri thức, kỹ năng, kỹ xảo; hướng vào làm thay đổi chính chủ thể; được điều khiển bởi mục đích có ý thức; không chỉ tiếp thu tri thức mà còn tiếp thu phương pháp học tập (cách thức chiếm lĩnh tri thức). Ở bậc đại học, yêu cầu “học như một hoạt động nghiên cứu” và tự chủ trí tuệ càng nổi bật, gắn với năng lực tự học và năng lực phát triển bản thân.

2.1.3. Khái niệm hoạt động học tập của sinh viên người DTTS

Học tập là hoạt động chủ đạo của sinh viên nhằm chuẩn bị tri thức, kỹ năng, thái độ nghề nghiệp. Hoạt động học tập của sinh viên DTTS có thể xem xét ở ba cấu phần: học lý thuyết trên lớp, tự học, thực hành, thực tế. Đây là quá trình diễn ra trong môi trường giáo dục đại học, đòi hỏi sinh viên có năng lực tự chủ và thích ứng cao; đồng thời chịu ảnh hưởng của bối cảnh văn hóa - xã hội, rào cản ngôn ngữ và điều kiện học tập của người DTTS.

Từ đó có thể quan niệm: Hoạt động học tập của sinh viên DTTS là quá trình thực hiện các hoạt động học lý thuyết, tự học và thực hành, thực tế có mục đích, được tổ chức theo phương thức nhà trường, do sinh viên thực hiện tự giác dưới sự hướng dẫn của giảng viên nhằm lĩnh hội tri thức khoa học, hình thành kỹ năng, kỹ xảo và phát triển năng lực nghề nghiệp.

2.1.4. Một số đặc điểm nổi bật của hoạt động học tập ở sinh viên DTTS

Sinh viên người DTTS bước vào môi trường giáo dục đại học với xuất phát điểm rất khác biệt so với sinh viên người Kinh về nhiều mặt: điều kiện sống, trải nghiệm giáo dục, văn hóa học tập và tâm lý tiếp nhận tri thức. Những khác biệt này được thể hiện rõ nét qua các khía cạnh cụ thể của hoạt động học tập như sau:

**Về nội dung học tập*

Tiếp cận kiến thức trừu tượng, chuyên sâu còn nhiều khó khăn do sự chênh lệch về kiến thức nền tảng ở bậc phổ thông, đặc biệt là ở các môn khoa học tự nhiên, kỹ thuật và ngoại ngữ.

Khả năng kết nối kiến thức học thuật với thực tiễn còn hạn chế, do sinh viên DTTS phần lớn sống trong môi trường thực tế giản đơn, chưa tiếp xúc nhiều với tư duy phản biện, logic hiện đại.

Đôi khi gặp rào cản ngôn ngữ trong việc hiểu sâu các khái niệm chuyên môn, đặc biệt nếu môn học sử dụng nhiều thuật ngữ học thuật hoặc tiếng nước ngoài.

**Về phương pháp học tập*

Thiên về lối học ghi nhớ, học thuộc lòng, chưa hình thành phương pháp học mang tính hệ thống, phân tích - tổng hợp hoặc học qua giải quyết vấn đề.

Ngại sử dụng các phương pháp học tích cực như: học qua dự án, học hợp tác, học thông qua phản biện - thảo luận, do thiếu tự tin và kỹ năng trình bày.

Chưa quen với việc học chủ động (tự tìm tài liệu, đặt câu hỏi, tự đánh giá kết quả học), mà vẫn giữ thói quen học “thầy đọc - trò chép” như ở phổ thông.

**Về hình thức học tập*

Ưu hình thức học tập truyền thống như nghe giảng, chép bài, làm bài tập cá nhân. Khi chuyển sang các hình thức hiện đại như học trực tuyến, học theo mô hình tích hợp - liên môn, nhiều sinh viên DTTS còn lúng túng.

Ngại tham gia thảo luận nhóm, trình bày trước lớp, do lo ngại bị đánh giá, thiếu tự tin vào khả năng ngôn ngữ và lập luận.

Ít chủ động tận dụng các hình thức học mở như: học qua mạng, học qua thư viện số, học qua trao đổi với giảng viên hoặc bạn bè ngoài giờ học.

**Về động cơ và thái độ học tập*

Động cơ học tập chủ yếu mang tính ngoại sinh: học để có việc làm ổn định, để phụ giúp gia đình, để thực hiện kỳ vọng của cộng đồng - hơn là động cơ phát triển bản thân.

Thái độ học tập có tính hai mặt: một mặt là biết trân trọng cơ hội học tập, nghiêm túc, chăm chỉ; mặt khác là thiếu tính chủ động, sáng tạo, dễ nản khi không đạt kết quả như mong muốn.

Một số sinh viên thiếu lòng tin vào bản thân trong học tập, so sánh tiêu cực với bạn bè người Kinh, từ đó ảnh hưởng đến động lực và hiệu suất học tập.

**Về hiệu quả học tập*

Điểm trung bình học tập của sinh viên DTTS thường thấp hơn mức trung bình chung của trường, đặc biệt ở những học phần cần tư duy phản biện, kĩ năng công nghệ, hoặc giao tiếp học thuật.

Một số sinh viên duy trì kết quả học tập ở mức chấp nhận được, nhưng không nổi bật, do thiếu định hướng nghề nghiệp rõ ràng, học mang tính đối phó.

Có nguy cơ bỏ học cao hơn, đặc biệt nếu gặp khó khăn về tài chính, sức khỏe hoặc thiếu môi trường hỗ trợ tâm lý - học đường.

Sinh viên DTTS bước vào đại học với xuất phát điểm khác biệt, dẫn đến đặc điểm hoạt động học tập thể hiện trên nhiều mặt: nội dung học tập (khó tiếp cận kiến thức trừu tượng - chuyên sâu), phương pháp học tập (thiên về ghi nhớ, ít phản biện), hình thức học tập (lúng túng với học trực tuyến và học mở), động cơ - thái độ (động cơ ngoại sinh mạnh nhưng dễ nản), và hiệu quả học tập (nguy cơ tụt hậu, bỏ học cao hơn trong điều kiện bất lợi). Những đặc điểm này có thể kéo theo khó khăn tâm lý trong thích ứng với yêu cầu học tập mới, nhất là khi thiếu hỗ trợ phù hợp.

2.2. Khái niệm “khó khăn” và “khó khăn trong hoạt động học tập của sinh viên DTTS”

2.2.1. Khái niệm khó khăn

Theo Từ điển Tiếng Việt, “khó khăn” được hiểu là có nhiều trở ngại, làm mất nhiều công sức. Trên bình diện tâm lý - giáo dục, khó khăn thường gắn với các rào cản trong thích ứng, ảnh hưởng đến hiệu suất hoạt động và có thể biểu hiện thành khó khăn tâm lý nếu kéo dài hoặc không được hỗ trợ. Nghiên cứu về khả năng phục hồi trong học tập cũng cho thấy “ngại cạnh tranh/khó khăn” là điều kiện kích hoạt nhu cầu thích nghi và vượt qua trở ngại, đồng thời liên quan đến mức độ bền bỉ, tự điều chỉnh của người học.

Từ đó, có thể hiểu: Khó khăn là những yêu cầu hoặc hoàn cảnh đòi hỏi cao hơn so với điều kiện hiện có của cá nhân, buộc cá nhân phải nỗ lực vượt qua để hoàn thành nhiệm vụ và phát triển.

2.2.2. Khó khăn trong hoạt động học tập của sinh viên DTTS

Từ khái niệm khó khăn và cấu phần hoạt động học tập của sinh viên DTTS, có thể xác định:

Khó khăn trong hoạt động học tập của sinh viên DTTS là những yêu cầu hoặc hoàn cảnh trong quá trình học lí thuyết, tự học và thực hành, thực tế đòi hỏi cao hơn so với điều kiện hiện có của sinh viên DTTS, làm gia tăng hao phí thời gian, công sức và gây áp lực tâm lý trong học tập.

2.3. Khó khăn trong hoạt động học lí thuyết trên lớp

Học lí thuyết là một phần quan trọng trong chương trình đào tạo đại học, giúp sinh viên tiếp cận và xây dựng hệ thống kiến thức nền tảng phục vụ cho việc tư duy, phân tích và vận dụng trong các hoạt động thực hành - nghề nghiệp. Tuy nhiên, đối với sinh viên người DTTS, quá trình học lí thuyết thường gặp nhiều khó khăn do những yếu tố xuất phát từ năng lực cá nhân, đặc điểm văn hóa, điều kiện học tập và môi trường sư phạm.

Hạn chế trong khả năng tiếp cận ngôn ngữ học thuật: Tiếng Việt không phải là ngôn ngữ mẹ đẻ của phần lớn sinh viên DTTS, khiến các em gặp khó khăn trong việc tiếp cận và hiểu các nội dung lí thuyết mang tính trừu tượng, logic cao. Ngôn ngữ học thuật thường sử dụng nhiều khái niệm chuyên môn, cấu trúc câu phức tạp, đòi hỏi năng lực ngôn ngữ và tư duy khái quát tốt. Sinh viên DTTS không chỉ gặp trở ngại trong việc nghe giảng, đọc tài liệu, mà còn lúng túng khi phải ghi chép, trình bày hay tái hiện lại kiến thức đã học. Đây là một rào cản nghiêm trọng ảnh hưởng trực tiếp đến hiệu quả học lí thuyết.

Thiếu kĩ năng tư duy trừu tượng và phản biện: Phần lớn nội dung lí thuyết trong chương trình đại học đòi hỏi khả năng tư duy trừu tượng, phân tích - tổng hợp và phản biện độc lập. Tuy nhiên, sinh viên DTTS thường chưa được rèn luyện kĩ năng này từ bậc phổ thông - nơi phương pháp dạy học còn nặng tính ghi nhớ, học thuộc. Việc thiếu nền tảng tư duy bậc cao khiến sinh viên gặp khó khăn trong việc hiểu sâu, kết nối và vận dụng lí thuyết vào tình huống cụ thể. Ngoài ra, yếu tố văn hóa cũng góp phần tác động đến cách tiếp cận tri thức: nhiều sinh viên DTTS có xu hướng tôn trọng tuyệt đối kiến thức của giảng viên, ngại phản biện hoặc bày tỏ ý kiến khác biệt, điều này làm giảm cơ hội chủ động tương tác và làm sâu sắc nội dung học tập.

Thói quen học tập thụ động, học đối phó: Do ảnh hưởng từ môi trường học phổ thông và sự thiếu tự tin, sinh viên DTTS có xu hướng tiếp cận việc học lí thuyết một cách thụ động: nghe - ghi chép - học thuộc, thay vì chủ động đọc trước, đặt

câu hỏi, hoặc tìm kiếm tài liệu mở rộng. Trong nhiều trường hợp, các em học lí thuyết chỉ để vượt qua kỳ thi, chứ không thực sự hiểu và chiếm lĩnh kiến thức. Điều này không chỉ làm giảm chất lượng học tập, mà còn ảnh hưởng tiêu cực đến khả năng tư duy sáng tạo và năng lực áp dụng kiến thức vào thực tiễn - vốn là mục tiêu cốt lõi của giáo dục đại học.

Áp lực tâm lí và thiếu sự hỗ trợ phù hợp từ giảng viên: Quá trình học lí thuyết ở đại học thường diễn ra trong lớp học đông, thời lượng dài, với hình thức giảng dạy chủ yếu là thuyết trình - điều này gây áp lực lớn đối với sinh viên DTTS. Việc không hiểu bài nhưng ngại hỏi, cảm giác bị bỏ lại phía sau hoặc lo sợ bị bạn bè đánh giá khiến các em dễ rơi vào trạng thái lo âu, thiếu động lực học tập. Vì vậy, hỗ trợ sư phạm (giảng giải phân tầng, khuyến khích hỏi, hướng dẫn cách học) cần gắn với hỗ trợ tâm lí - học đường.

2.4. Khó khăn trong hoạt động tự học

Trong tiếp cận năng lực, tự học là điều kiện để người học phát triển năng lực cá nhân và thích ứng học tập. Tuy vậy, sinh viên DTTS thường gặp những khó khăn:

Thiếu kĩ năng tự học: Sinh viên có thể lúng túng trong tìm kiếm - chọn lọc tài liệu, lập kế hoạch, ghi chép có hệ thống, tự đánh giá tiến độ, dẫn đến tự học kém hiệu quả và phụ thuộc vào “học trước thi”. Khi tự học không hiệu quả kéo dài, sinh viên dễ xuất hiện căng thẳng, giảm tự tin - những biểu hiện thường gặp của khó khăn tâm lí trong học tập.

Hạn chế ứng dụng công nghệ phục vụ học tập: Năng lực sử dụng công nghệ, nguồn học liệu số, LMS... trở thành yêu cầu phổ biến trong đại học, nhưng sinh viên DTTS vùng khó khăn thường bất lợi về thiết bị, kết nối và kĩ năng số. Trong khi đó, phát triển năng lực người học trong bối cảnh mới đòi hỏi nhà trường có chiến lược hỗ trợ để giảm bất bình đẳng cơ hội học tập.

2.5. Khó khăn trong hoạt động thực hành, thực tế

Thực hành, thực tế giúp sinh viên chuyển hóa tri thức thành năng lực nghề nghiệp. Với sinh viên DTTS, khó khăn thường thể hiện:

Hạn chế vận dụng lí thuyết vào thực tiễn: Khi tri thức nền chưa vững và thiếu trải nghiệm, sinh viên dễ lúng túng trong xử lí tình huống nghề, thiếu tự tin khi thực hành. Điều này làm giảm hiệu quả hình thành năng lực

nghề nghiệp - mục tiêu trọng tâm của đào tạo theo tiếp cận năng lực.

Rào cản giao tiếp và thích nghi môi trường thực tế: Trong môi trường thực tập, khác biệt văn hóa, ngôn ngữ và tâm lí tự ti có thể làm sinh viên thu mình, ít giao tiếp, hạn chế học hỏi; đây cũng là một dạng khó khăn tâm lí trong thích ứng với môi trường mới.

2.6. Bàn luận và đề xuất hỗ trợ theo hướng phát triển chỉ số vượt khó (AQ) và tiếp cận năng lực

Các nghiên cứu về chỉ số vượt khó của sinh viên cho thấy AQ liên quan đến mức độ bền bỉ, cách ứng phó với thách thức và khả năng duy trì nỗ lực trong học tập. Theo Stoltz, AQ có thể hiểu và phát triển thông qua mô hình CORE; đồng thời có thể vận dụng trong bối cảnh học tập và công việc như một khung nâng cao khả năng đối diện thách thức. Ở Việt Nam, hướng nghiên cứu năng lực vượt khó/khả năng phục hồi trong học tập cũng nhấn mạnh ý nghĩa của việc xây dựng các biện pháp hỗ trợ nhằm tăng khả năng thích nghi và phát triển của người học.

Từ đó, có thể gợi mở các nhóm giải pháp hỗ trợ sinh viên DTTS vùng Tây Bắc (gắn với CORE):

* *C (Control)* - Nhận diện, kiểm soát khó khăn: hỗ trợ sinh viên hiểu bản chất khó khăn (ngôn ngữ, phương pháp, công nghệ...), rèn kĩ năng quản lí cảm xúc khi không hiểu bài/thi trượt; giảm lo âu học tập.

* *O (Ownership)* - Tự chịu trách nhiệm: phát triển niềm tin “mình có thể tiến bộ”, khuyến khích chủ động hỏi - xin hỗ trợ, xây dựng thói quen tự chịu trách nhiệm với kế hoạch học.

* *R (Reach)* - Nỗ lực giải quyết: rèn chiến lược học: đọc tài liệu, ghi chép, học theo vấn đề, học nhóm; tăng năng lực sử dụng công nghệ học tập; tăng kết nối nguồn lực (cố vấn học tập, trung tâm hỗ trợ SV, bạn học).

* *E (Endurance)* - Duy trì cố gắng: xây dựng mục tiêu học tập ngắn - trung - dài hạn; rèn kiên trì; thiết lập cơ chế theo dõi tiến bộ và khen thưởng; tạo nhóm đồng đẳng hỗ trợ; kết nối thực tập có người hướng dẫn đồng hành.

Các đề xuất trên phù hợp định hướng đào tạo theo tiếp cận năng lực và có thể tích hợp thành chương trình hỗ trợ sinh viên DTTS nhằm giảm khó khăn học tập và tăng khả năng thích ứng, phát triển bền vững.

III. KẾT LUẬN

Sinh viên DTTS vùng Tây Bắc có hoạt động học tập mang tính đặc thù do xuất phát điểm và bối cảnh văn hóa - xã hội khác biệt. Khó khăn trong hoạt động học tập biểu hiện rõ ở ba cấu phần: học lí thuyết trên lớp, tự học và thực hành, thực tế; trong đó nổi bật là rào cản ngôn ngữ học thuật, hạn chế tư duy trừu tượng - phản biện, thói quen học thụ động, thiếu kĩ năng tự học và kĩ năng số, khó vận dụng lí thuyết vào thực tiễn và rào cản giao tiếp - thích nghi trong môi trường thực tế.

Để nâng cao hiệu quả đào tạo theo tiếp cận năng lực, cần triển khai các giải pháp hỗ trợ học thuật và tâm lí - học đường, đồng thời chú trọng phát triển chỉ số vượt khó (AQ) theo mô hình CORE như một định hướng quan trọng giúp sinh viên DTTS tăng khả năng kiểm soát khó khăn, chủ động chịu trách nhiệm, biết cách giải quyết và duy trì sự cố gắng trước thách thức học tập.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- Lê Văn Hồng, Lê Ngọc Lan, Nguyễn Văn Thành (2001), *Tâm lí học lứa tuổi và Tâm lí học sư phạm*, NXB Đại học Quốc gia Hà Nội.
- Nguyễn Hồng Huân và cộng sự (2002), “Lý luận về khả năng phục hồi trong học tập”, *Tạp chí khoa học trường ĐHSPT Thành phố Hồ Chí Minh*, Tập 19, số 8, tr.12-16.
- Trần Thị Kim Huệ (2018), “Chỉ số vượt khó của sinh viên sư phạm”, *Kỷ yếu hội thảo khoa học Quốc tế Tâm lí học đường lần thứ 6...*, NXB Đại học Sư phạm, tr.859-866.
- Nguyễn Thị Huệ, Phan Thanh Long (2018, chủ biên), *Khó khăn tâm lý trong việc thích ứng với chế độ “học tập và sinh hoạt...” (sách chuyên khảo)*, NXB Giáo dục Việt Nam.
- Hà Thanh Huệ (2024), *Năng lực vượt khó trong hoạt động sư phạm của giáo viên THCS...*, Luận án TS Tâm lí học, Trường ĐHSPT Hà Nội.
- Đặng Thành Hưng (2012), “*Năng lực và giáo dục theo tiếp cận năng lực*”, *Tạp chí Quản lí Giáo dục*, (43), tháng 12-2012.
- Võ An Hải (2023), “*Thực trạng và giải pháp phát triển năng lực cho sinh viên...*”, *Tạp chí Thiết bị Giáo dục*, tháng 5, 2013.
- Ngô Thị Hải, Nguyễn Thị Ngọc Trâm, Trần Thị Quỳnh Trang (2021), “*Mối quan hệ giữa chỉ số vượt khó và năng lực ngoại ngữ...*”, *Kỷ yếu hội thảo Quốc tế: Giáo dục cho mọi người*, 2021.
- Đào Lan Hương, Nguyễn Thị Thương, Vương Thị Thùy (2023), “*Khó khăn tâm lý của học sinh THCS...*”, *Kỷ yếu HTQT Tâm lí học Trường học lần thứ 7...*, NXB ĐHQG-TPHCM.
- Hoàng Phê (chủ biên) (1997), *Từ điển Tiếng Việt*, NXB Đà Nẵng.
- Nguyễn Quang Uẩn, Nguyễn Thị Thủy (2010), “*Tìm hiểu những khó khăn và biểu hiện vượt khó...*”, *Tạp chí Tâm lí học*, Số 10, tr.7-11.
- Trần Thị Yên (2020), “*Nghiên cứu học sinh DTTS cấp THCS bỏ học...*”, *Tạp chí Nghiên cứu lý luận*, số 27 (3/2020), tr.38-39.
- Stoltz, P.G (1997), *Adversity Quotient: Turning Obstacles into Opportunities*, New York: John Wiley and Sons, Inc.
- Stoltz P.G (2000), *Adversity quotient at work...*, Harper Collins Publishing, Inc.