

NÂNG CAO KHẢ NĂNG TỰ HỌC TIẾNG ANH CỦA SINH VIÊN VÀ ĐỀ XUẤT KHẮC PHỤC

Đỗ Thị Xuân
Khoa Ngoại ngữ- Đại học Hạ Long

Tóm tắt: Bài báo này tập trung vào việc nâng cao khả năng tự học tiếng Anh của sinh viên đại học. Trên thực tế, nhiều sinh viên vẫn phụ thuộc nhiều vào việc học trên lớp và thiếu các chiến lược tự học hiệu quả, điều này hạn chế sự phát triển ngôn ngữ của họ. Nghiên cứu này chỉ ra các vấn đề phổ biến như thiếu động lực, thiếu kế hoạch học tập và sử dụng tài nguyên học tập không hiệu quả. Để giải quyết những vấn đề này, một số giải pháp thực tiễn được đề xuất, bao gồm hướng dẫn sinh viên đặt ra mục tiêu học tập rõ ràng, xây dựng kế hoạch học tập phù hợp và sử dụng công nghệ hiện đại như các nền tảng trực tuyến và ứng dụng di động. Ngoài ra, vai trò của giáo viên trong việc hỗ trợ và động viên sinh viên cũng được nhấn mạnh. Bài báo kết luận rằng việc nâng cao khả năng tự học là điều cần thiết để cải thiện trình độ tiếng Anh. Với các phương pháp phù hợp và nỗ lực kiên trì, sinh viên có thể trở thành những người học tự chủ hơn và đạt được kết quả tốt hơn trong quá trình học tiếng Anh của mình.

Từ khóa: Tự học, tiếng Anh, sinh viên đại học, năng lực tự học, phương pháp học tập, động lực học tập, kỹ năng ngôn ngữ, học ngoại ngữ, tự chủ học tập, chiến lược học tập.

IMPROVING STUDENTS' SELF-LEARNING ABILITY IN ENGLISH AND PROPOSING SOLUTIONS

Abstract: This paper focuses on improving English self-study ability among university students. In reality, many students still rely heavily on classroom instruction and lack effective self-learning strategies, which limits their language development. The study highlights common issues such as low motivation, lack of learning plans, and ineffective use of learning resources. To address these problems, several practical solutions are proposed, including guiding students to set clear learning goals, develop suitable study plans, and utilize modern technology such as online platforms and mobile applications. In addition, the role of teachers in supporting and motivating students is also emphasized. The paper concludes that enhancing self-study ability is essential for improving English proficiency. With appropriate methods and consistent effort, students can become more autonomous learners and achieve better results in their English learning process.

Keywords: Self-learning, English, university students, self-learning ability, learning methods, learning motivation, language skills, learning a foreign language, autonomous learning, learning strategies.

Nhận bài: 16/03/2026

Phản biện: 14/04/2026

Duyệt đăng: 19/04/2026

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong bối cảnh toàn cầu hóa và hội nhập quốc tế ngày càng sâu rộng, tiếng Anh đã trở thành một công cụ quan trọng trong học tập, nghiên cứu và phát triển nghề nghiệp của sinh viên. Việc thành thạo tiếng Anh không chỉ giúp sinh viên tiếp cận nguồn tài liệu phong phú trên thế giới mà còn mở rộng cơ hội việc làm trong môi trường quốc tế. Do đó, nâng cao năng lực sử dụng tiếng Anh là một yêu cầu cấp thiết đối với sinh viên đại học hiện nay.

Bên cạnh đó, trong xu thế đổi mới giáo dục, năng lực tự học ngày càng được coi trọng. Tự học không chỉ giúp sinh viên chủ động tiếp thu kiến thức mà còn rèn luyện khả năng tư duy, sáng tạo và thích ứng với sự thay đổi của xã hội. Đặc biệt, đối với việc học ngoại ngữ, tự học đóng vai trò then chốt vì thời lượng học trên lớp là không đủ để đạt được sự thành thạo.

Tuy nhiên, thực tế cho thấy nhiều sinh viên vẫn gặp khó khăn trong việc tự học tiếng Anh. Một bộ phận sinh viên còn thiếu động lực học tập, học

mang tính đối phó hoặc chưa nhận thức đầy đủ về tầm quan trọng của tiếng Anh đối với tương lai. Ngoài ra, nhiều sinh viên chưa biết cách tự học hiệu quả, chưa có kế hoạch học tập rõ ràng và chưa biết khai thác các nguồn tài liệu phù hợp. Không ít sinh viên còn có xu hướng phụ thuộc vào giảng viên và tài liệu có sẵn, thiếu tính chủ động trong việc tìm tòi và thực hành.

Xuất phát từ thực trạng trên, việc nghiên cứu các giải pháp nhằm nâng cao khả năng tự học tiếng Anh cho sinh viên là rất cần thiết. Đây cũng chính là lý do tác giả lựa chọn nội dung “Nâng cao khả năng tự học tiếng Anh cho sinh viên đại học” để nghiên cứu và áp dụng trong thực tiễn giảng dạy. Mục tiêu của đề tài là xác định những khó khăn mà sinh viên gặp phải trong quá trình tự học tiếng Anh, đồng thời đề xuất các giải pháp phù hợp nhằm giúp sinh viên nâng cao hiệu quả tự học, từ đó cải thiện năng lực sử dụng tiếng Anh một cách bền vững.

II. NỘI DUNG NGHIÊN CỨU

2.1. Khái niệm và vai trò trong việc tự học

Tự học trong học tiếng Anh được hiểu là quá trình người học chủ động tìm kiếm, tiếp thu và rèn luyện kiến thức, kỹ năng ngôn ngữ mà không hoàn toàn phụ thuộc vào sự hướng dẫn trực tiếp của giảng viên. Đây là một năng lực quan trọng, đòi hỏi người học phải có ý thức, động cơ học tập rõ ràng và biết cách tổ chức hoạt động học tập một cách hiệu quả. Trong bối cảnh giáo dục hiện đại, tự học không chỉ là yêu cầu mà còn là yếu tố quyết định đến chất lượng học tập của sinh viên.

Vai trò của tự học trong việc học tiếng Anh là vô cùng quan trọng. Trước hết, tự học giúp sinh viên chủ động trong việc tiếp cận kiến thức, từ đó nâng cao khả năng ghi nhớ và vận dụng ngôn ngữ. Bên cạnh đó, việc tự học thường xuyên giúp người học có thêm thời gian luyện tập các kỹ năng như nghe, nói, đọc, viết – những kỹ năng không thể phát triển chỉ trong thời gian trên lớp. Ngoài ra, tự học còn giúp sinh viên hình thành thói quen học tập suốt đời, một yếu tố cần thiết trong bối cảnh tri thức luôn thay đổi. Đặc biệt, trong học ngoại ngữ, việc tiếp xúc thường xuyên với ngôn ngữ thông qua tự học sẽ giúp cải thiện phản xạ và sự tự tin khi giao tiếp. Như vậy, có thể khẳng định rằng tự học đóng vai trò then chốt trong việc nâng cao năng lực tiếng Anh của sinh viên.

2.2. Các mô hình tự học

Mô hình tự học có hướng dẫn (Guided Self-Study)

Mô hình tự học có hướng dẫn là hình thức học tập trong đó sinh viên chủ động học tập nhưng vẫn có sự định hướng và hỗ trợ từ giảng viên. Trong mô hình này, giảng viên đóng vai trò là người thiết kế nội dung, cung cấp tài liệu và đưa ra lộ trình học tập phù hợp. Sinh viên sẽ tự thực hiện các nhiệm vụ học tập như làm bài tập, đọc tài liệu, luyện nghe – nói theo yêu cầu. Ưu điểm của mô hình này là giúp sinh viên không bị mất phương hướng và có định hướng rõ ràng trong quá trình học. Đồng thời, việc nhận được phản hồi từ giảng viên giúp người học kịp thời điều chỉnh sai sót. Tuy nhiên, mức độ tự chủ của sinh viên vẫn chưa cao vì còn phụ thuộc vào sự hướng dẫn. Mô hình này phù hợp với sinh viên chưa có nhiều kinh nghiệm tự học. Qua đó, sinh viên dần hình thành thói quen tự học hiệu quả hơn.

Mô hình tự học hoàn toàn (Autonomous Learning)

Mô hình tự học hoàn toàn đề cao vai trò chủ động của người học, trong đó sinh viên tự quyết định mục tiêu, nội dung, phương pháp và tiến độ

học tập của mình. Người học có thể tự lựa chọn tài liệu, phương tiện học tập và đánh giá kết quả học tập cá nhân. Mô hình này giúp phát triển tính độc lập, khả năng tư duy và kỹ năng quản lý thời gian. Trong học tiếng Anh, sinh viên có thể tự luyện nghe qua podcast, xem video, đọc tài liệu hoặc tham gia các khóa học trực tuyến. Tuy nhiên, mô hình này đòi hỏi người học phải có động lực mạnh mẽ và kỹ năng tự học tốt. Nếu thiếu kỷ luật, sinh viên dễ bị mất phương hướng hoặc bỏ dở việc học. Vì vậy, mô hình này phù hợp với những sinh viên có ý thức học tập cao. Đây cũng là mục tiêu hướng tới trong giáo dục hiện đại.

Mô hình tự học kết hợp (Blended Learning)

Mô hình tự học kết hợp là sự kết hợp giữa học trên lớp và tự học ngoài lớp thông qua các phương tiện công nghệ. Sinh viên được học kiến thức cơ bản trên lớp, sau đó tiếp tục củng cố và mở rộng thông qua các nền tảng trực tuyến như video, bài tập online hoặc ứng dụng học tập. Mô hình này tận dụng được ưu điểm của cả học truyền thống và học trực tuyến, giúp nâng cao hiệu quả học tập. Trong học tiếng Anh, sinh viên có thể luyện nghe, nói qua các ứng dụng, đồng thời nhận được sự hỗ trợ từ giảng viên khi cần thiết. Mô hình này giúp tăng tính linh hoạt về thời gian và không gian học tập. Tuy nhiên, sinh viên cần có kỹ năng sử dụng công nghệ và quản lý thời gian tốt. Đây là mô hình phổ biến và phù hợp với xu hướng giáo dục hiện nay.

Mô hình học tập qua trải nghiệm (Experiential Learning)

Mô hình học tập qua trải nghiệm nhấn mạnh việc học thông qua thực hành và trải nghiệm thực tế. Trong học tiếng Anh, sinh viên có thể tham gia các hoạt động như câu lạc bộ tiếng Anh, giao tiếp với người nước ngoài, thuyết trình hoặc làm việc nhóm bằng tiếng Anh. Thông qua những trải nghiệm này, người học không chỉ nâng cao kỹ năng ngôn ngữ mà còn phát triển kỹ năng mềm như giao tiếp, hợp tác và tư duy phản biện. Mô hình này giúp việc học trở nên sinh động và gắn liền với thực tiễn. Tuy nhiên, việc tổ chức các hoạt động trải nghiệm đòi hỏi thời gian và sự chuẩn bị kỹ lưỡng. Ngoài ra, không phải sinh viên nào cũng sẵn sàng tham gia do tâm lý e ngại. Dù vậy, đây là một mô hình hiệu quả trong việc phát triển toàn diện năng lực sử dụng tiếng Anh.

2.3. Các yếu tố ảnh hưởng đến khả năng tự học tiếng Anh

Động lực học tập (Motivation)

Động lực học tập là một trong những yếu tố

quan trọng nhất ảnh hưởng đến khả năng tự học của sinh viên. Khi sinh viên có mục tiêu rõ ràng như đạt chứng chỉ, phục vụ công việc hoặc giao tiếp, họ sẽ chủ động hơn trong việc học. Ngược lại, nếu thiếu động lực, sinh viên dễ học mang tính đối phó và nhanh chóng bỏ cuộc. Động lực có thể đến từ bên trong (niềm yêu thích, mong muốn phát triển bản thân) hoặc bên ngoài (áp lực thi cử, yêu cầu công việc). Ngoài ra, môi trường học tập tích cực cũng góp phần thúc đẩy động lực học. Việc xây dựng mục tiêu học tập cụ thể và phù hợp sẽ giúp duy trì hứng thú lâu dài. Do đó, phát triển động lực học tập là yếu tố then chốt trong tự học tiếng Anh.

Phương pháp học tập (Learning Strategies)

Phương pháp học tập ảnh hưởng trực tiếp đến hiệu quả tự học của sinh viên. Những sinh viên có phương pháp học khoa học như lập kế hoạch, học theo mục tiêu và biết cách ôn tập sẽ đạt kết quả tốt hơn. Ngược lại, việc học thiếu định hướng, học dàn trải hoặc chỉ học thuộc lòng sẽ không mang lại hiệu quả cao. Trong học tiếng Anh, việc kết hợp các kỹ năng nghe, nói, đọc, viết một cách hợp lý là rất cần thiết. Ngoài ra, sinh viên cần biết cách lựa chọn tài liệu phù hợp với trình độ của mình. Việc áp dụng các chiến lược như ghi chép, sơ đồ tư duy hay luyện tập theo ngữ cảnh cũng giúp nâng cao hiệu quả học tập. Vì vậy, việc trang bị phương pháp học đúng là điều kiện quan trọng để tự học hiệu quả.

Môi trường học tập (Learning Environment)

Môi trường học tập đóng vai trò quan trọng trong việc hỗ trợ quá trình tự học của sinh viên. Một môi trường tích cực, có nhiều cơ hội sử dụng tiếng Anh sẽ giúp sinh viên luyện tập thường xuyên và nâng cao kỹ năng. Ngược lại, nếu thiếu môi trường thực hành, sinh viên dễ quên kiến thức và giảm hứng thú học tập. Môi trường học không chỉ giới hạn trong lớp học mà còn bao gồm môi trường trực tuyến, câu lạc bộ, bạn bè và các hoạt động ngoại khóa. Việc tiếp xúc với tiếng Anh qua phim ảnh, âm nhạc hay giao tiếp thực tế cũng góp phần cải thiện khả năng ngôn ngữ. Ngoài ra, sự hỗ trợ từ giảng viên và bạn bè cũng tạo động lực cho người học. Do đó, xây dựng môi trường học tập thuận lợi là yếu tố cần thiết.

Ý thức và tính tự giác của sinh viên (Learner Autonomy)

Ý thức tự giác là yếu tố quyết định đến sự thành công của quá trình tự học. Sinh viên có tinh thần tự giác cao sẽ chủ động lập kế hoạch học tập,

kiên trì thực hiện và không dễ bị ảnh hưởng bởi các yếu tố bên ngoài. Ngược lại, nếu thiếu kỷ luật, sinh viên dễ trì hoãn và không duy trì được thói quen học tập. Trong học tiếng Anh, việc luyện tập thường xuyên là rất quan trọng, do đó đòi hỏi người học phải có tính kiên trì. Ngoài ra, sinh viên cần biết tự đánh giá kết quả học tập để điều chỉnh phương pháp học phù hợp. Ý thức tự học cũng giúp người học phát triển kỹ năng học tập suốt đời. Vì vậy, việc rèn luyện tính tự giác là yếu tố không thể thiếu.

Vai trò của giảng viên (Teacher's Role)

Giảng viên đóng vai trò quan trọng trong việc định hướng và hỗ trợ quá trình tự học của sinh viên. Thông qua việc hướng dẫn phương pháp học, cung cấp tài liệu và tạo động lực, giảng viên giúp sinh viên hình thành thói quen tự học hiệu quả. Ngoài ra, việc phản hồi kịp thời và sửa lỗi cũng giúp sinh viên nhận ra hạn chế của mình. Giảng viên cũng có thể tổ chức các hoạt động học tập tích cực nhằm khuyến khích sinh viên tham gia. Bên cạnh đó, việc ứng dụng công nghệ trong giảng dạy cũng góp phần hỗ trợ tự học. Tuy nhiên, giảng viên chỉ đóng vai trò hỗ trợ, còn người học vẫn là trung tâm của quá trình học tập. Do đó, sự phối hợp giữa giảng viên và sinh viên là rất cần thiết.

2.4. Thực trạng và nguyên nhân của việc tự học tiếng Anh của sinh viên

Thực trạng

Trong thực tế hiện nay, khả năng tự học tiếng Anh của sinh viên đại học vẫn còn nhiều hạn chế. Nhiều sinh viên chưa hình thành được thói quen tự học thường xuyên, chủ yếu học khi có yêu cầu từ giảng viên hoặc trước các kỳ kiểm tra, thi cử. Việc học mang tính đối phó khiến hiệu quả tiếp thu kiến thức không cao và dễ quên sau một thời gian ngắn.

Bên cạnh đó, không ít sinh viên thiếu động lực học tập rõ ràng, chưa xác định được mục tiêu cụ thể khi học tiếng Anh. Điều này dẫn đến việc học tập thiếu định hướng và dễ bỏ cuộc khi gặp khó khăn. Ngoài ra, nhiều sinh viên chưa biết cách tự học hiệu quả, chưa có kế hoạch học tập phù hợp và chưa biết lựa chọn tài liệu học tập tương ứng với trình độ của mình.

Một thực trạng đáng chú ý khác là sinh viên còn phụ thuộc nhiều vào giảng viên và tài liệu có sẵn. Khi không có sự hướng dẫn cụ thể, sinh viên thường lúng túng, không biết bắt đầu từ đâu. Đồng thời, môi trường sử dụng tiếng Anh trong thực tế còn hạn chế cũng làm giảm cơ hội luyện tập và phát triển kỹ năng của người học.

Nguyên nhân

Những hạn chế trong việc tự học tiếng Anh của sinh viên xuất phát từ nhiều nguyên nhân khác nhau. Trước hết là do ý thức tự giác của một bộ phận sinh viên còn chưa cao, chưa thực sự chủ động trong việc học tập và rèn luyện. Nhiều sinh viên vẫn giữ thói quen học tập thụ động từ bậc phổ thông, phụ thuộc vào sự hướng dẫn của giáo viên.

Bên cạnh đó, phương pháp học tập chưa phù hợp cũng là một nguyên nhân quan trọng. Sinh viên chưa được trang bị đầy đủ kỹ năng tự học như lập kế hoạch, quản lý thời gian hay lựa chọn tài liệu học tập. Điều này khiến việc tự học trở nên kém hiệu quả và dễ bị gián đoạn.

Ngoài ra, yếu tố môi trường học tập cũng ảnh hưởng không nhỏ. Việc thiếu môi trường giao tiếp tiếng Anh, ít cơ hội thực hành khiến sinh viên khó duy trì động lực học. Tâm lý sợ sai, thiếu tự tin cũng khiến sinh viên ngại sử dụng tiếng Anh trong thực tế.

Cuối cùng, sự hỗ trợ và định hướng từ giảng viên đôi khi chưa được chú trọng đúng mức trong việc phát triển năng lực tự học. Nếu không có sự hướng dẫn ban đầu, sinh viên sẽ gặp khó khăn trong việc hình thành phương pháp học tập hiệu quả.

2.5. Giải pháp nâng cao hiệu quả tự học tiếng Anh của sinh viên

Xây dựng mục tiêu và kế hoạch học tập rõ ràng

Để nâng cao hiệu quả tự học, sinh viên cần xác định mục tiêu học tiếng Anh cụ thể, phù hợp với nhu cầu và trình độ của bản thân. Mục tiêu có thể là cải thiện kỹ năng giao tiếp, đạt chứng chỉ hoặc phục vụ công việc trong tương lai. Trên cơ sở đó, sinh viên cần lập kế hoạch học tập chi tiết theo tuần hoặc tháng, phân bổ thời gian hợp lý cho từng kỹ năng. Việc có kế hoạch rõ ràng sẽ giúp người học duy trì động lực và theo dõi tiến độ học tập. Ngoài ra, sinh viên cần thường xuyên đánh giá kết quả để điều chỉnh kế hoạch cho phù hợp. Đây là bước quan trọng giúp quá trình tự học trở nên có định hướng và hiệu quả hơn.

Lựa chọn phương pháp và tài liệu học phù hợp

Sinh viên cần lựa chọn phương pháp học phù hợp với năng lực và mục tiêu cá nhân. Việc học nên kết hợp linh hoạt giữa các kỹ năng nghe, nói, đọc, viết để phát triển toàn diện. Bên cạnh đó, lựa chọn tài liệu học tập phù hợp với trình độ sẽ giúp tránh tình trạng quá khó hoặc quá dễ gây chán nản. Sinh viên có thể sử dụng sách, video, podcast hoặc các khóa học trực tuyến để hỗ trợ việc học. Ngoài ra, việc học từ vựng theo ngữ cảnh và luyện

tập thường xuyên sẽ giúp nâng cao khả năng sử dụng ngôn ngữ. Một phương pháp học đúng đắn sẽ góp phần quan trọng vào việc nâng cao hiệu quả tự học.

Tăng cường ứng dụng công nghệ trong tự học

Việc sử dụng công nghệ là một giải pháp hiệu quả giúp nâng cao khả năng tự học tiếng Anh. Sinh viên có thể sử dụng các ứng dụng học ngoại ngữ, từ điển trực tuyến, video học tập hoặc nền tảng học online để hỗ trợ quá trình học. Công nghệ giúp người học tiếp cận nguồn tài liệu phong phú và linh hoạt về thời gian, không gian. Ngoài ra, các ứng dụng còn giúp theo dõi tiến độ học tập và cung cấp phản hồi kịp thời. Sinh viên cũng có thể tham gia các diễn đàn hoặc nhóm học tập trực tuyến để trao đổi kiến thức. Việc ứng dụng công nghệ không chỉ giúp học hiệu quả mà còn tạo hứng thú cho người học.

Tạo môi trường sử dụng tiếng Anh thường xuyên

Môi trường học tập có vai trò quan trọng trong việc phát triển kỹ năng ngôn ngữ. Sinh viên cần chủ động tạo môi trường sử dụng tiếng Anh thông qua các hoạt động như xem phim, nghe nhạc, đọc sách hoặc giao tiếp với bạn bè. Việc tham gia câu lạc bộ tiếng Anh hoặc các hoạt động ngoại khóa cũng giúp tăng cơ hội thực hành. Ngoài ra, sinh viên nên tập thói quen suy nghĩ bằng tiếng Anh để nâng cao phản xạ ngôn ngữ. Môi trường học tập tích cực sẽ giúp người học duy trì thói quen và cải thiện kỹ năng một cách tự nhiên. Đây là yếu tố quan trọng giúp nâng cao hiệu quả tự học lâu dài.

Nâng cao ý thức tự học và tính kỷ luật

Ý thức tự học và tính kỷ luật là yếu tố quyết định đến thành công của quá trình học tập. Sinh viên cần chủ động, kiên trì và duy trì thói quen học tập hàng ngày. Việc học ngoại ngữ đòi hỏi thời gian dài, do đó người học cần có sự kiên nhẫn và không dễ bỏ cuộc khi gặp khó khăn. Ngoài ra, sinh viên cần hạn chế sự phân tâm từ các yếu tố bên ngoài và tập trung vào mục tiêu học tập. Việc tự đánh giá và điều chỉnh phương pháp học cũng giúp nâng cao hiệu quả. Khi có ý thức và kỷ luật tốt, việc tự học sẽ trở nên hiệu quả và bền vững hơn.

Tăng cường vai trò hỗ trợ của giảng viên

Giảng viên đóng vai trò quan trọng trong việc định hướng và hỗ trợ sinh viên trong quá trình tự học. Việc hướng dẫn phương pháp học, cung cấp tài liệu phù hợp và tạo động lực học tập sẽ giúp sinh viên học hiệu quả hơn. Ngoài ra, giảng viên cần thường xuyên kiểm tra, đánh giá và phản hồi

để giúp sinh viên nhận ra lỗi sai và cải thiện. Việc tổ chức các hoạt động học tập tích cực cũng góp phần nâng cao khả năng tự học. Tuy nhiên, giảng viên chỉ đóng vai trò hỗ trợ, còn sinh viên vẫn là trung tâm của quá trình học tập. Sự phối hợp giữa giảng viên và sinh viên sẽ mang lại hiệu quả cao trong việc học tiếng Anh.

III. KẾT LUẬN

Trong quá trình học tiếng Anh, tự học đóng vai trò đặc biệt quan trọng đối với sinh viên đại học. Thực tế cho thấy, mặc dù đã có nhiều điều kiện thuận lợi về tài liệu và công nghệ, nhưng khả năng tự học của sinh viên vẫn còn nhiều hạn chế. Nhiều sinh viên chưa có động lực học tập rõ ràng, chưa biết cách xây dựng kế hoạch và phương pháp học hiệu quả, dẫn đến kết quả học tập chưa cao.

Tuy nhiên, việc nâng cao khả năng tự học hoàn toàn có thể thực hiện được nếu sinh viên có ý thức và định hướng đúng đắn. Khi người học biết xác định mục tiêu cụ thể, lựa chọn phương pháp phù hợp và duy trì thói quen học tập thường xuyên, hiệu quả học tiếng Anh sẽ được cải thiện rõ rệt. Bên cạnh đó, việc tận dụng các nguồn tài liệu phong phú và ứng dụng công nghệ cũng góp phần hỗ trợ quá trình tự học một cách hiệu quả hơn.

Ngoài ra, môi trường học tập và sự hỗ trợ từ giảng viên cũng đóng vai trò quan trọng trong việc hình thành và phát triển năng lực tự học. Giảng viên cần định hướng, hướng dẫn phương pháp học phù hợp, đồng thời tạo điều kiện để sinh viên được thực hành và phát huy tính chủ động. Tuy nhiên, yếu tố quyết định vẫn là sự nỗ lực và tinh thần tự giác của người học.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- Holec, H. (1981). *Autonomy and Foreign Language Learning*. Oxford: Pergamon Press.
 Little, D. (1991). *Learner Autonomy 1: Definitions, Issues and Problems*. Dublin: Authentik.