

THE IMPACT OF EFFECTIVE NOTE - TAKING TECHNIQUES ON LISTENING COMPREHENSION AMONG EFL ENGLISH MAJORS

Vo Ngoc Thien Tien

Email: tienvnt@dhv.edu.vn

Hung Vuong University of Ho Chi Minh City
736 Nguyen Trai street, Cho Lon ward,
Ho Chi Minh City, Vietnam

Received: 13/10/2025

Revised: 02/12/2025

Accepted: 25/12/2025

Published: 20/01/2026

Abstract: Note-taking is no longer merely a passive act of copying information but has become an essential academic skill that supports learners in processing, organizing, and retaining knowledge. This study aims to investigate the relationship between effective note-taking techniques and listening comprehension among EFL English majors, an area that has received limited empirical attention in the context of language education in Vietnam. Based on a survey of 107 EFL English-major undergraduates, the study employed exploratory factor analysis and multiple linear regression to identify the key influencing factors. The results revealed five main components: Personal skills, content organization, visual aids and symbols, language and abbreviations, and note-taking speed and quantity. Among these, content organization was found to have the strongest impact on students' listening comprehension. The findings suggest that effective note-taking plays a critical role in improving academic listening and should be incorporated into EFL listening instruction. Findings further indicate that note-taking instruction emphasizing content organization should be systematically integrated into academic listening curricula to maximize learners' comprehension performance. This research provides practical insights for educators and institutions to design appropriate instructional strategies and develop supporting activities to enhance EFL learners' listening performance through structured and personalized note-taking techniques.

Keywords: *Note-taking techniques, listening comprehension, EFL English majors, academic listening, language education.*

TÁC ĐỘNG CỦA CÁC KỸ THUẬT GHI CHÚ HIỆU QUẢ ĐỐI VỚI KHẢ NĂNG NGHE HIỂU CỦA SINH VIÊN CHUYÊN NGÀNH TIẾNG ANH

Võ Ngọc Thiên Tiên

Email: tienvnt@dhv.edu.vn.

Trường Đại học Hùng Vương
Thành phố Hồ Chí Minh
736 Nguyễn Trãi, phường Chợ Lớn,
Thành phố Hồ Chí Minh, Việt Nam

Nhận bài: 13/10/2025

Chỉnh sửa xong: 02/12/2025

Chấp nhận đăng: 25/12/2025

Xuất bản: 20/01/2026

Tóm tắt: Kỹ năng ghi chép ngày nay không chỉ đơn thuần là hành vi sao chép thông tin mà đã trở thành một năng lực học thuật quan trọng, hỗ trợ người học trong việc xử lý, tổ chức và lưu giữ tri thức. Nghiên cứu này nhằm tìm hiểu mối quan hệ giữa các kỹ thuật ghi chép hiệu quả và khả năng nghe hiểu của sinh viên chuyên ngành Tiếng Anh trong bối cảnh học tiếng Anh như một ngoại ngữ (EFL), một lĩnh vực còn ít được nghiên cứu trong bối cảnh giáo dục ngôn ngữ tại Việt Nam. Trên cơ sở khảo sát 107 sinh viên đại học chuyên ngành Tiếng Anh (EFL English - major undergraduates), nghiên cứu sử dụng phân tích nhân tố khám phá và hồi quy tuyến tính đa biến để xác định các yếu tố ảnh hưởng chính. Kết quả chỉ ra năm nhóm thành phần chủ yếu: Kỹ năng cá nhân, tổ chức nội dung, trực quan và ký hiệu, ngôn ngữ và viết tắt, tốc độ và lượng thông tin ghi chép. Trong đó, tổ chức nội dung là yếu tố có ảnh hưởng mạnh nhất đến khả năng nghe hiểu của sinh viên. Kết quả nghiên cứu cho thấy kỹ thuật ghi chép hiệu quả đóng vai trò quan trọng trong việc nâng cao kỹ năng nghe học thuật và cần được tích hợp vào quá trình giảng dạy kỹ năng nghe trong bối cảnh EFL. Ngoài ra, kết quả gợi ý rằng, việc đào tạo kỹ năng ghi chép nhấn mạnh vào tổ chức nội dung nên được tích hợp có hệ thống vào chương trình nghe học thuật nhằm tối đa hóa hiệu quả hiểu bài của người học. Nghiên cứu mang lại những hàm ý thực tiễn cho giảng viên và cơ sở đào tạo trong việc thiết kế chiến lược giảng dạy và xây dựng hoạt động hỗ trợ giúp người học cải thiện năng lực nghe thông qua các kỹ thuật ghi chép có cấu trúc và cá nhân hóa.

Từ khóa: *Kỹ thuật ghi chép, khả năng nghe hiểu, sinh viên chuyên ngành Tiếng Anh, nghe học thuật, giáo dục ngôn ngữ.*

1. Đặt vấn đề

Trong bối cảnh toàn cầu hóa, kỹ năng nghe hiểu đóng vai trò then chốt trong việc tiếp cận tri thức và giao tiếp hiệu quả. Đối với người học tiếng Anh như một ngoại ngữ (EFL learners), đặc biệt là sinh viên chuyên ngành Ngôn ngữ Anh tại Việt Nam, năng lực nghe hiểu không chỉ phục vụ mục tiêu học thuật, mà còn là nền tảng phát triển kỹ năng ngôn ngữ phục vụ công việc và hội nhập quốc tế. Tuy nhiên, đây được xem là một trong những kỹ năng gây nhiều thách thức nhất, do đặc điểm thời gian thực và tính thoáng qua của lời nói khiến người học khó có cơ hội xử lý lại thông tin như khi đọc văn bản.

Để hỗ trợ người học vượt qua những thách thức này, nhiều chiến lược học tập chủ động đã được đề xuất, trong đó kỹ thuật ghi chép (Note-taking) được xem là một chiến lược hữu ích giúp tăng khả năng xử lý và ghi nhớ thông tin (Piolat và cộng sự, 2005). Tuy nhiên, theo Sweller (1988), trong Thuyết Tải nhận thức (Cognitive Load Theory), bộ nhớ làm việc của con người có dung lượng giới hạn; khi người học phải đồng thời nghe, hiểu, chọn lọc và ghi chép, họ dễ rơi vào trạng thái quá tải nhận thức, làm giảm hiệu quả tiếp nhận thông tin. Vì vậy, việc hướng dẫn áp dụng các kỹ thuật ghi chép hiệu quả được coi là chìa khóa giúp người học giảm tải nhận thức và nâng cao năng lực nghe hiểu.

Các nghiên cứu quốc tế gần đây tập trung làm rõ mối quan hệ giữa kỹ thuật ghi chép hiệu quả và kỹ năng nghe hiểu trong bối cảnh EFL. Một số nghiên cứu cho thấy việc ghi chép không ảnh hưởng đáng kể đến khả năng nghe hiểu nếu người học không được hướng dẫn cụ thể (Ahour và Bargool, 2015; Jin và Webb, 2024), trong khi các công trình khác khẳng định tác động tích cực của việc đào tạo kỹ thuật ghi chép có hệ thống, bao gồm chọn lọc thông tin trọng tâm, tổ chức nội dung hợp lý và sử dụng ký hiệu hiệu quả (Kim, 2019; Siegel, 2020, 2022). Bên cạnh đó, các yếu tố kỹ thuật cụ thể như ngôn ngữ ghi chú, cấu trúc thông tin và tốc độ ghi chép được xác định là những biến ảnh hưởng đáng kể đến hiệu quả nghe hiểu (Al-Ghazo, 2023; Bao, 2020; İpek, 2018; Park, 2019).

Tại Việt Nam, số lượng nghiên cứu về mối quan hệ giữa kỹ thuật ghi chép và kỹ năng nghe hiểu vẫn còn rất hạn chế. Các công trình hiện có chủ yếu sử dụng phương pháp định tính hoặc nghiên cứu mô tả ở quy mô nhỏ, chẳng hạn như Phan Thi Lam (2021), Phùng Nguyễn Quỳnh Nga và các cộng sự (2024), tập trung vào việc khảo sát thái độ và nhận thức của sinh viên về việc ghi chép trong lớp học nghe. Hiện chưa

có nhiều nghiên cứu định lượng quy mô lớn phân tích tác động của từng yếu tố kỹ thuật ghi chép (như tổ chức nội dung, tốc độ ghi, hay ngôn ngữ ghi chú) đến năng lực nghe hiểu của sinh viên chuyên ngành Tiếng Anh. Khoảng trống này cho thấy, cần có thêm bằng chứng thực nghiệm nhằm xác định rõ yếu tố kỹ thuật nào ảnh hưởng mạnh nhất đến kết quả nghe hiểu, từ đó hỗ trợ việc thiết kế chương trình giảng dạy phù hợp trong bối cảnh giáo dục đại học Việt Nam.

Xuất phát từ thực tiễn đó, nghiên cứu này được thực hiện nhằm xác định các yếu tố kỹ thuật ghi chép có ảnh hưởng đáng kể đến khả năng nghe hiểu của sinh viên chuyên ngành Tiếng Anh trong bối cảnh EFL. Đối tượng khảo sát là 107 sinh viên ngành Ngôn ngữ Anh tại Trường Đại học Hùng Vương Thành phố Hồ Chí Minh. Kết quả nghiên cứu được kỳ vọng sẽ cung cấp bằng chứng thực nghiệm và gợi ý sư phạm nhằm tích hợp việc đào tạo kỹ thuật ghi chép vào chương trình giảng dạy kỹ năng nghe học thuật, góp phần nâng cao hiệu quả dạy và học tại các cơ sở giáo dục đại học Việt Nam.

2. Phương pháp nghiên cứu

2.1. Giả thuyết nghiên cứu

Quá trình nghe hiểu là hoạt động tiếp nhận thông tin trong thời gian thực, đòi hỏi người học đồng thời lắng nghe, phân tích, lựa chọn ý chính và ghi chép, gây áp lực đáng kể lên bộ nhớ làm việc vốn có giới hạn xử lý. Theo Thuyết tải nhận thức (Cognitive Load Theory - CLT) của Sweller (1988), hiệu quả học tập phụ thuộc vào việc kiểm soát ba loại tải: Nội tại (độ phức tạp nội dung), ngoại lai (cách trình bày thông tin) và liên quan đến học tập (quá trình hình thành lược đồ tri thức). Nếu thiếu kỹ năng điều tiết thì người học dễ bị quá tải nhận thức khi vừa nghe vừa ghi chú, đặc biệt trong bối cảnh sử dụng ngôn ngữ thứ hai (Chandler và Sweller, 1992). Trong tình huống đó, các kỹ năng cá nhân như tập trung, quản lý thời gian và tự điều chỉnh đóng vai trò giảm tải, giúp duy trì hiệu quả tiếp nhận thông tin. Piolat và các cộng sự (2005), Siegel (2020) đều khẳng định rằng, năng lực điều hành nhận thức giúp người học tối ưu hóa quá trình ghi chú và hiểu bài nghe. Từ những cơ sở này, nghiên cứu đề xuất giả thuyết H1:

Giả thuyết H1: Kỹ năng cá nhân có ảnh hưởng tích cực đến hiệu quả tổng thể của kỹ thuật ghi chép, từ đó nâng cao kỹ năng nghe hiểu của sinh viên ngành Ngôn ngữ Anh.

Khi nghe hiểu, người học không chỉ tiếp nhận mà còn cần ghi chép các ý chính một cách có hệ

thống để hỗ trợ việc ghi nhớ và ôn tập. Tuy nhiên, nếu thiếu sự tổ chức hợp lý thì việc ghi chép trở nên kém hiệu quả do người học không thể nhận diện cấu trúc thông tin hoặc kết nối các ý chính. Theo Thuyết tải nhận thức của Sweller (1988), cách tổ chức thông tin có thể làm giảm hoặc tăng tải nhận thức trong quá trình học. Chandler và Sweller (1992) chỉ ra rằng, trình bày thông tin có cấu trúc - như sử dụng sơ đồ, bảng biểu hay từ khóa - giúp giảm tải ngoại lai, từ đó cải thiện khả năng hiểu và ghi nhớ. Trong bối cảnh học tiếng Anh như ngoại ngữ, việc tổ chức nội dung ghi chú có hệ thống giúp người học theo dõi bài nghe hiệu quả hơn và rút ngắn thời gian xử lý thông tin. Pauk và Owens (2010) cho rằng, phương pháp Cornell Notes là một kỹ thuật tổ chức ghi chú hữu hiệu, giúp tăng khả năng tập trung và phân tích (Anjarsit & Adnan, 2017; Bao, 2020). Các nghiên cứu gần đây của Al-Ghazo (2023) và İpek (2018) khẳng định rằng, việc bố trí thông tin logic, phân cấp ý chính và định dạng hệ thống là yếu tố cốt lõi ảnh hưởng đến hiệu quả ghi chép và hiểu bài. Từ những cơ sở này, nghiên cứu đề xuất giả thuyết H2:

Giả thuyết H2: Tổ chức nội dung ghi chú có ảnh hưởng tích cực đến hiệu quả tổng thể của kỹ thuật ghi chép, từ đó nâng cao kỹ năng nghe hiểu của sinh viên ngành Ngôn ngữ Anh.

Trong môi trường học tập bằng ngoại ngữ, người học thường gặp khó khăn khi theo kịp tốc độ nói và nhận diện ý chính trong bài nghe. Việc kết hợp các công cụ trực quan như sơ đồ, hình ảnh và kí hiệu giúp giảm tải xử lý thông tin và tăng khả năng ghi nhớ. Theo Chandler và Sweller (1992), trình bày thông tin ở dạng trực quan giúp giảm tải ngoại lai bằng cách làm rõ mối quan hệ giữa các đơn vị kiến thức, từ đó nâng cao hiệu quả tiếp nhận. Điều này đặc biệt quan trọng trong kỹ năng nghe, khi người học không thể “quay lại” thông tin như khi đọc văn bản. Trong bối cảnh đó, việc sử dụng sơ đồ tư duy, hình ảnh minh họa và kí hiệu cá nhân là chiến lược ghi chú hiệu quả, giúp người học xử lý thông tin nhanh hơn và duy trì tập trung. Bao (2020), Anjarsit và Adnan (2017) chứng minh rằng, việc ghi chú bằng sơ đồ và kí hiệu giúp người học hệ thống hóa thông tin nhanh hơn và giảm áp lực nhận thức. Gần đây, Siegel (2022) và Abualzain (2024) cũng khẳng định rằng, hướng dẫn sử dụng sơ đồ trực quan kết hợp từ khóa là biện pháp hiệu quả để giảm tải nhận thức và tăng khả năng lưu giữ thông tin trong nghe hiểu bằng ngoại ngữ. Từ những cơ sở trên, nghiên cứu đề xuất giả thuyết H3:

Giả thuyết H3: Trực quan hình ảnh, sơ đồ, kí hiệu có ảnh hưởng tích cực đến hiệu quả tổng thể của kỹ thuật ghi chép, từ đó nâng cao kỹ năng nghe hiểu của sinh viên ngành Ngôn ngữ Anh.

Trong quá trình nghe hiểu, người học phải xử lý lượng thông tin lớn trong thời gian ngắn. Hiệu quả ghi chép không chỉ phụ thuộc vào nội dung mà còn vào tốc độ và mức độ chọn lọc thông tin. Nếu ghi quá chậm hoặc quá nhiều chi tiết không trọng tâm thì người học dễ mất mạch nghe và quá tải trong xử lý.

Theo Thuyết tải nhận thức (Sweller, 1988), việc thực hiện đồng thời các tác vụ nghe - hiểu - ghi chú có thể làm tăng tải nội tại và tải ngoại lai, đặc biệt khi thiếu chiến lược ghi chép phù hợp. Park (2019) cho thấy, sinh viên có khả năng ghi nhanh và chọn lọc thông tin duy trì được mạch tư duy tốt hơn. Bao (2020) nhấn mạnh rằng, việc kiểm soát tốc độ và tránh ghi nguyên văn giúp người học tập trung vào ý chính và giảm căng thẳng khi nghe. Jin và Webb (2023) khẳng định, đào tạo kỹ năng ghi nhanh có chọn lọc giúp duy trì dòng tiếp nhận liên tục trong bài nghe. Như vậy, tốc độ và lượng thông tin ghi vừa là kỹ năng thao tác, vừa là yếu tố kỹ thuật then chốt quyết định hiệu quả ghi chú trong môi trường nghe hiểu. Từ cơ sở này, nghiên cứu đề xuất giả thuyết H4:

Giả thuyết H4: Tốc độ và lượng thông tin ghi có ảnh hưởng tích cực đến hiệu quả tổng thể của kỹ thuật ghi chép, từ đó nâng cao kỹ năng nghe hiểu của sinh viên ngành Ngôn ngữ Anh.

Ngôn ngữ và kí hiệu viết tắt là yếu tố kỹ thuật quan trọng giúp tăng tốc độ ghi chép trong quá trình nghe hiểu - nơi thông tin diễn ra nhanh và không thể lặp lại. Việc lựa chọn ngôn ngữ ghi chú (tiếng mẹ đẻ hoặc tiếng Anh), sử dụng kí hiệu cá nhân hợp lý giúp người học tiết kiệm thời gian và giảm tải xử lý. Theo Piolat và các cộng sự (2005), Sweller (1988), việc dùng ngôn ngữ không thành thạo hoặc hệ thống kí hiệu thiếu nhất quán có thể làm tăng tải nhận thức, cản trở việc tiếp thu. Ngược lại, Park (2019) cho rằng, ghi chú bằng tiếng mẹ đẻ giúp duy trì mạch tư duy, còn ghi bằng ngôn ngữ thứ hai (L2) hỗ trợ phát triển năng lực ngôn ngữ. İpek (2018) và Al-Ghazo (2023) cũng khẳng định rằng, hướng dẫn sinh viên sử dụng kí hiệu viết tắt và từ khóa hệ thống giúp cải thiện khả năng ghi nhớ và giảm gián đoạn khi nghe. Gần đây, Irgin (2025) bổ sung rằng, việc ghi chú bằng L2 có thể tăng tải nhận thức ban đầu nhưng mang lại lợi ích ngôn ngữ dài hạn khi được luyện tập thường xuyên. Từ cơ sở lý luận và bằng chứng trên, nghiên cứu đề xuất giả thuyết H5:

Giả thuyết H5: Ngôn ngữ và kí hiệu viết tắt có ảnh hưởng tích cực đến hiệu quả tổng thể của kĩ thuật ghi chép, từ đó nâng cao kĩ năng nghe hiểu của sinh viên ngành Ngôn ngữ Anh.

Trong bối cảnh giáo dục đại học tăng cường phát triển kĩ năng học thuật bằng tiếng Anh, kĩ thuật ghi chép được xem là công cụ hỗ trợ hiệu quả cho kĩ năng nghe hiểu. Nhiều nghiên cứu cho thấy hiệu quả ghi chép chịu ảnh hưởng bởi các yếu tố như kĩ năng cá nhân, tổ chức nội dung, hình thức trình bày, tốc độ ghi chép và ngôn ngữ sử dụng. Dựa trên lí thuyết tải nhận thức (Sweller, 1988) và các bằng chứng thực nghiệm, nghiên cứu này xây dựng mô hình và giả thuyết nhằm kiểm định mối quan hệ giữa các yếu tố kĩ thuật ghi chép và hiệu quả tiếp nhận thông tin khi nghe.

2.2. Phương pháp nghiên cứu

Nghiên cứu sử dụng phương pháp định lượng nhằm kiểm định mối quan hệ giữa các yếu tố kĩ thuật ghi chép và hiệu quả của kĩ thuật ghi chép hiệu quả trong quá trình phát triển kĩ năng nghe hiểu của sinh viên ngành Ngôn ngữ Anh. Các yếu tố kĩ thuật ghi chép hiệu quả được phân tích thông qua năm giả thuyết H1 đến H5, được xây dựng dựa trên cơ sở lí thuyết tải nhận thức (Sweller, 1988) và các nghiên cứu thực nghiệm có liên quan, làm nền tảng cho mô hình nghiên cứu. Dữ liệu được thu thập thông qua bảng câu hỏi khảo sát, thiết kế dựa trên các công trình nghiên cứu trước và điều chỉnh phù hợp với bối cảnh người học tiếng Anh tại Việt Nam. Bảng câu hỏi sử dụng thang đo Likert 5 mức độ (từ 1 - Hoàn toàn không đồng ý đến 5 - Hoàn toàn đồng ý), gồm 21 câu hỏi, chia thành 5 nhóm yếu tố độc lập và 1 nhóm biến phụ thuộc, cụ thể như sau:

Kĩ năng cá nhân: KNCN1 - KNCN4 (Piolat và các cộng sự, 2005; Sweller, 1988).

Tổ chức nội dung ghi chú: TCND1 - TCND3 (Pauk và Owens, 2010; Al-Ghazo, 2023).

Trực quan hình ảnh, sơ đồ, kí hiệu: TQKH1 - TQKH3 (Chandler và Sweller, 1992; Anjarsit và Adnan, 2017).

Tốc độ và lượng thông tin ghi: TDTT1 - TDTT4 (Park, 2019; Bao, 2020).

Ngôn ngữ và kí hiệu viết tắt: NNKH1 - NNKH4 (İpek, 2018; Siegel, 2020).

Biến phụ thuộc là kĩ năng nghe hiểu của sinh viên ngành Ngôn ngữ Anh, được đo lường thông qua 3 biến quan sát (KNNH1 – KNNH3). Các biến này phản ánh nhận thức của sinh viên về mức độ tập trung khi nghe, khả năng hiểu nội dung bài giảng bằng tiếng Anh, và ý định tiếp tục áp dụng kĩ thuật ghi chú nhằm hỗ trợ quá trình nghe hiểu trong tương lai (Jin và Webb, 2023; Siegel, 2020).

Dữ liệu được phân tích bằng các phương pháp thống kê gồm: Cronbach’s Alpha, phân tích nhân tố khám phá (EFA) và hồi quy tuyến tính đa biến, nhằm kiểm định các giả thuyết H1-H5 và đánh giá mức độ ảnh hưởng của các yếu tố kĩ thuật ghi chép đến kĩ năng nghe hiểu. Đối tượng khảo sát là sinh viên năm nhất và năm hai ngành Ngôn ngữ Anh tại Trường Đại học Hùng Vương Thành phố Hồ Chí Minh.

3. Kết quả nghiên cứu

Tác giả thực hiện khảo sát bằng cách gửi Google Form qua các nhóm lớp và mạng xã hội, trong tổng số 139 lời mời tham gia khảo sát, kết quả thu về 125 phản hồi khảo sát trong đó 107 phản hồi hợp lệ, đạt tỉ lệ 77%. Trong đó, có 67 nữ (62,6%) và 40 nam (37,4%), thuộc bốn năm học: Năm nhất có 28

Bảng 1: Thống kê mô tả và kiểm định Cronbach’s Alpha

Nhóm yếu tố	Số câu hỏi	Giá trị trung bình	Độ lệch chuẩn	Hệ số tin cậy Cronbach’s Alpha
Trực quan hình ảnh, sơ đồ, kí hiệu (TQKH)	3	3,6791	0,66812	0,755
Tốc độ và lượng thông tin ghi (TDTT)	4	3,6752	0,92158	0,777
Tổ chức nội dung ghi chú (TCND)	3	3,5234	0,96708	0,814
Ngôn ngữ và kí hiệu viết tắt (NNKH)	4	3,5771	0,81366	0,753
Kĩ năng cá nhân (KNCN)	4	3,4206	0,91476	0,833
Kĩ năng nghe hiểu của sinh viên (KNNH)	3	3,5701	0,90307	0,786

sinh viên (26,2%), năm hai có 31 sinh viên (29,0%), năm ba có 27 sinh viên (25,2%) và năm tư có 21 sinh viên (19,6%). Độ tuổi dao động từ 18 đến 22 (độ tuổi trung bình là 20,2), trong đó nhóm 20 tuổi chiếm tỉ lệ cao nhất với 29,9%. Nghiên cứu sử dụng phương pháp chọn mẫu thuận tiện với sự tham gia tự nguyện và người tham gia được thông tin đầy đủ về mục đích, tính ẩn danh, bảo mật trước khi trả lời.

Bảng 1 trình bày kết quả thống kê mô tả (số lượng, trung bình, độ lệch chuẩn) và độ tin cậy Cronbach's Alpha của từng nhóm thang đo nhằm đánh giá mức độ ổn định nội tại của các biến quan sát trong mô hình nghiên cứu.

Về trung bình điểm, các nhóm yếu tố đều dao động từ 3,42 đến 3,68 cho thấy người học có xu hướng đồng ý tích cực với các phát biểu liên quan đến việc áp dụng kỹ thuật ghi chép hiệu quả trong quá trình nghe hiểu. Nhóm TQKH và TDTT cùng đạt trung bình cao nhất (3,68), phản ánh tầm quan trọng của việc sử dụng sơ đồ, hình ảnh và tốc kí trong quá trình ghi chú. Ngược lại, nhóm KNCN ghi nhận trung bình thấp nhất (3,42), phản ánh khả năng tự điều chỉnh và duy trì tập trung khi nghe còn ở mức chưa cao, đặc biệt với sinh viên năm đầu. Độ lệch chuẩn trung bình của các nhóm dao động từ 0,81 đến 1,19, cho thấy mức độ phân tán dữ liệu là vừa phải, không có dấu hiệu bất thường. Điều này chứng tỏ các phản hồi của sinh viên là tương đối đồng đều, không bị ảnh hưởng bởi các ngoại lệ.

Để đánh giá độ tin cậy của các nhóm yếu tố trong việc đo lường ảnh hưởng đến kỹ năng nghe hiểu, tác giả sử dụng hệ số Cronbach's Alpha để đánh giá. Bảng 1 cho thấy, các nhóm đều có Cronbach's Alpha > 0,7 và được xem là đạt yêu cầu về độ tin cậy (Hair và các cộng sự, 2013). Do đó, toàn bộ các nhóm thang đo trong nghiên cứu này đều đạt tiêu chuẩn và có thể đưa vào các phân tích tiếp theo.

Trước khi tiến hành phân tích nhân tố, kiểm định Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) và Bartlett's Test of Sphericity đã được thực hiện nhằm đánh giá mức độ phù hợp của dữ liệu. Kết quả ở Bảng 2 cho thấy KMO = 0,809, vượt ngưỡng 0,7 cho thấy độ thích hợp

cao để thực hiện phân tích nhân tố (Kaiser, 1974). Đồng thời, Bartlett's Test có giá trị Chi-Square = 1069,188 với $p < 0,001$, chứng tỏ ma trận tương quan khác biệt có ý nghĩa so với ma trận đơn vị, khẳng định tính phù hợp của việc rút trích các yếu tố kỹ thuật ghi chép ảnh hưởng đến kỹ năng nghe hiểu.

Bảng 2: Kiểm định KMO and Bartlett's

Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy.		0,809
Bartlett's Test of Sphericity	Approx. Chi-Square	1069,188
	Df	153
	Sig.	0,000

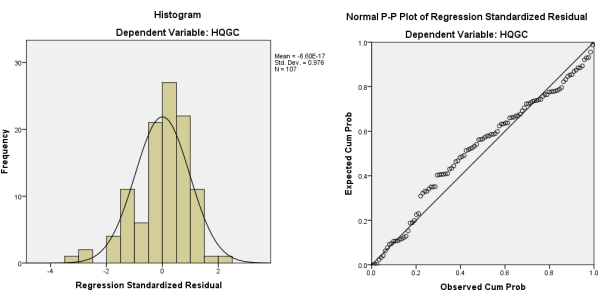
Phân tích nhân tố khám phá được thực hiện với phương pháp PCA và phép xoay Varimax, sử dụng tiêu chí Eigenvalue ≥ 1 . Kết quả cho thấy, năm nhân tố chính được trích xuất, giải thích 70,52% tổng phương sai, vượt ngưỡng tối thiểu 50% theo đề xuất của Hair và các cộng sự (2010). Kết quả ma trận xoay (Rotated Component Matrix) cho thấy các biến quan sát đều có hệ số tải cao lên các nhân tố dự kiến, không có hiện tượng giao thoa chéo lớn (cross-loading). Cụ thể: Nhân tố 1 bao gồm các câu hỏi phản ánh kỹ năng cá nhân; Nhân tố 2 tập trung vào các biến thuộc yếu tố tổ chức nội dung ghi chú như TDTT3, TCND2, TDTT2, TCND1; Nhân tố 3 đại diện cho nhóm trực quan hình ảnh, sơ đồ, kí hiệu gồm TQKH1, TQKH2, TQKH3; Nhân tố 4 bao gồm các biến NNKH2, NNKH4, NNKH3 đại diện cho yếu tố ngôn ngữ và kí hiệu viết tắt; Nhân tố 5 thể hiện nhóm tốc độ ghi chú như TDTT1, TDTT4. Sau khi xác định được năm nhân tố từ phân tích EFA, nghiên cứu tiếp tục thực hiện phân tích hồi quy tuyến tính bội nhằm đánh giá mức độ ảnh hưởng của các nhân tố kỹ thuật ghi chép đến kỹ năng nghe hiểu là biến phụ thuộc trong mô hình nghiên cứu.

Bảng 3: Tóm tắt kết quả mô hình

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics					Durbin-Watson
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change	
1	0,825a	0,680	0,664	0,57937616	0,680	42,956	5	101	0,000	2,282

Kết quả bảng 3 cho thấy $R^2 = 0,680$ và Adjusted $R^2 = 0,664$, có nghĩa là 68,0% sự biến thiên của HQGC được giải thích bởi các biến độc lập. Đồng thời, kiểm định ANOVA cho kết quả $F = 42,956$, $p < 0,001$, xác nhận rằng mô hình có ý nghĩa thống kê mạnh mẽ. Chỉ số Durbin-Watson = 2,282 cho thấy không có tự tương quan phần dư, khẳng định mô hình đáp ứng các giả định hồi quy.

Bảng 4 cho thấy, kết quả các biến đại diện nhóm các nhân tố (factor scores) được tạo bằng phương pháp hồi quy (Regression Method), trong số 5 yếu tố được đưa vào mô hình, có 4 yếu tố (KNCN, TCND, TQKH, NNKH) có ảnh hưởng tích cực và có ý nghĩa thống kê đến biến phụ thuộc, với TCND là yếu tố có tác động lớn nhất. Riêng yếu tố TDTT không có ý nghĩa thống kê ở mức 5%, cho thấy chưa đủ bằng chứng để khẳng định ảnh hưởng rõ rệt đến kết quả. Đồng thời, khi kiểm định đa cộng tuyến, kết quả cho thấy hệ số phóng đại phương sai (VIF) cho tất cả biến đều nhỏ hơn 5 chứng tỏ không tồn tại đa cộng tuyến.



Hình 1: Biểu đồ Histogram và Normal P-P Plot

Hình 1 cho thấy phần dư chuẩn hóa phân bố gần chuẩn, với dạng phân phối hình chuông và các điểm nằm gần sát đường chéo 45°. Do đó, có thể kết luận rằng mô hình không vi phạm giả định phân phối

chuẩn, giúp đảm bảo độ tin cậy của các suy luận thống kê trong hồi quy.

4. Thảo luận

Bảng 4 cho thấy, tổ chức nội dung ghi chú (TCND) được xác định là yếu tố trung tâm tác động đến kỹ năng nghe hiểu, với hệ số ảnh hưởng lớn nhất ($\beta = 0,631$, $p < 0,001$), phát hiện này khẳng định rằng, việc ghi chép hiệu quả không đơn thuần là hành động sao chép, mà là quá trình phân tích, sắp xếp và cấu trúc lại thông tin nghe được. Kết quả này tương đồng với kết luận của Siegel (2020), cho rằng việc hướng dẫn người học cách phân loại, nhóm thông tin và xác định ý chính giúp giảm tải nhận thức và tăng khả năng xử lý nội dung. Do đó, “tổ chức nội dung” có thể được xem là kỹ năng điều tiết nhận thức cốt lõi, giúp người học chuyển đổi thông tin nghe thành cấu trúc ý nghĩa, từ đó tối ưu hóa quá trình hiểu và ghi nhớ (Bao, 2020; Piolat và các cộng sự, 2005).

Trực quan hình ảnh, sơ đồ, kí hiệu (TQKH) có hệ số $\beta = 0,340$; $p < 0,001$, cho thấy việc sử dụng sơ đồ, hình ảnh và biểu tượng có tác động tích cực đến kỹ năng nghe hiểu của sinh viên. Các yếu tố trực quan không chỉ hỗ trợ mã hóa thông tin hiệu quả hơn trong quá trình nghe, mà còn thúc đẩy quá trình học sâu thông qua các liên kết hình ảnh và tổ chức trực quan. Phát hiện này phù hợp với nghiên cứu của Paivio (1990), trong đó nhấn mạnh hiệu quả của việc kết hợp giữa ngôn ngữ và hình ảnh trong việc ghi nhớ và xử lý thông tin. Kết quả cũng tương đồng với các nghiên cứu trước đây của Anjarsit và Adnan

(2017), Chandler và Sweller (1992), khi các tác giả đều khẳng định vai trò của yếu tố trực quan trong việc nâng cao khả năng tiếp thu thông tin trong môi trường nghe hiểu bằng ngoại ngữ. Ngoài ra, theo

Bảng 4: Các hệ số ước lượng của mô hình hồi quy

Model	Unstandardized Coefficients			
	B	Std. Error	t	Sig.
1 (Constant)	2,602E-16	0,056	0,000	1,000
Kĩ năng cá nhân (KNCN)	0,334	0,056	5,927	0,000
Tổ chức nội dung ghi chú (TCND)	0,631	0,056	11,221	0,000
Trực quan hình ảnh, sơ đồ, kí hiệu (TQKH)	0,340	0,056	6,035	0,000
Ngôn ngữ và kí hiệu viết tắt (NNKH)	0,227	0,056	4,036	0,000
Tốc độ và lượng thông tin ghi (TDTT)	0,057	0,056	1,014	0,313

Siegel (2020), việc kết hợp ghi chú bằng kí hiệu và hình ảnh còn giúp giảm tải kênh ngôn ngữ, cho phép người học phân bổ nguồn lực nhận thức hiệu quả hơn trong môi trường nghe có tốc độ cao.

Kĩ năng cá nhân (KNCN) như quản lí thời gian, khả năng tập trung và lập kế hoạch, được chứng minh có ảnh hưởng đáng kể đến kĩ năng nghe hiểu của sinh viên với hệ số $\beta = 0,334$. Phát hiện này cho thấy rằng khả năng ghi chép hiệu quả trong môi trường nghe hiểu không thể tách rời khỏi các kĩ năng điều hành nhận thức. Điều này phù hợp với các nghiên cứu của Piolat và các cộng sự (2005), Siegel (2020), khi các tác giả cho rằng, các chiến lược ghi chép chỉ phát huy tác dụng khi người học có khả năng kiểm soát sự chú ý, phân bổ thời gian và tổ chức cá nhân hợp lí. Ngược lại, nếu thiếu những kĩ năng nền tảng này, ngay cả những phương pháp ghi chú hiệu quả cũng khó có thể cải thiện rõ rệt khả năng tiếp nhận thông tin khi nghe.

Ngôn ngữ và kí hiệu viết tắt (NNKH) cho thấy ảnh hưởng tích cực đáng kể đến kĩ năng nghe hiểu ($\beta = 0,227$; $p < 0,001$). Kết quả này phản ánh vai trò của kĩ năng rút gọn thông tin, sử dụng ngôn ngữ chính xác và khả năng diễn đạt ngắn gọn theo văn phong học thuật trong việc hỗ trợ ghi chép hiệu quả trong môi trường nghe hiểu bằng ngoại ngữ. Phát hiện này phù hợp với các nghiên cứu của İpek (2018), Siegel (2020), Bao (2020), khi các tác giả đều nhấn mạnh rằng, ghi chép không chỉ là quá trình lưu giữ thông tin, mà còn là sự cá nhân hóa và chuyển hóa tri thức thông qua ngôn ngữ mang tính học thuật. Việc sử dụng kí hiệu, từ viết tắt và ngôn ngữ chuyên biệt giúp người học xử lí thông tin nhanh hơn, đồng thời duy trì sự liên kết logic trong quá trình nghe hiểu. Yếu tố tốc độ và khối lượng thông tin ghi ($\beta = 0,057$, $p = 0,313$) lại không có ý nghĩa thống kê trong mô hình. Kết quả này cho thấy, tốc độ và khối lượng thông tin ghi chủ yếu phản ánh khía cạnh định lượng (số lượng, tốc độ) mà chưa đo được chiến lược chọn lọc hoặc mã hóa thông tin, nên độ nhạy của biến này còn hạn chế (Jin và Webb, 2023). Piolat và các cộng sự (2005) cho rằng, việc ghi chép quá nhanh có thể dẫn đến sao chép máy móc thay vì xử lí ý nghĩa, làm tăng tải nhận thức và giảm khả năng chọn lọc thông tin (Bao, 2020).

Nghiên cứu vẫn tồn tại một số hạn chế nhất định, bao gồm cỡ mẫu còn nhỏ ($N = 107$), giới hạn khả năng khái quát hóa, do đó trong tương lai nghiên cứu nên mở rộng quy mô mẫu, không chỉ trên phạm vi 01 trường, áp dụng thiết kế thực nghiệm hoặc bán thực

nghiệm để kiểm định quan hệ nhân quả, cũng như sử dụng phương pháp nghiên cứu dọc (longitudinal) nhằm theo dõi sự phát triển kĩ năng ghi chú theo thời gian. Ngoài ra, việc kết hợp các chỉ báo hành vi hoặc công cụ đánh giá khách quan sẽ giúp tăng độ tin cậy và tính khái quát của kết quả.

5. Kết luận

Trong bối cảnh giáo dục đại học chú trọng phát triển kĩ năng học thuật bằng tiếng Anh, kĩ thuật ghi chép hiệu quả đóng vai trò quan trọng trong việc hỗ trợ kĩ năng nghe hiểu của sinh viên. Nghiên cứu khảo sát 107 sinh viên ngành Ngôn ngữ Anh nhằm xác định các yếu tố kĩ thuật ghi chép ảnh hưởng đến quá trình tiếp nhận thông tin qua nghe. Kết quả phân tích cho thấy năm nhóm yếu tố chính, trong đó tổ chức nội dung ghi chú là yếu tố có ảnh hưởng mạnh nhất đến kĩ năng nghe hiểu, phản ánh vai trò của việc phân loại và trình bày thông tin có cấu trúc. Các yếu tố như kĩ năng cá nhân, sử dụng sơ đồ và kí hiệu trực quan, cùng ngôn ngữ và kí hiệu viết tắt cũng có tác động tích cực, trong khi tốc độ và lượng thông tin ghi không đạt ý nghĩa thống kê. Điều này cho thấy kĩ năng ghi chú hiệu quả không phụ thuộc vào tốc độ ghi chép mà nằm ở khả năng tổ chức, chọn lọc và mã hóa thông tin theo cấu trúc hợp lí. Kết quả nghiên cứu củng cố và mở rộng các mô hình nhận thức trong lĩnh vực kĩ năng học thuật, đặc biệt là lí thuyết tải nhận thức. Phát hiện rằng, tổ chức nội dung ghi chú là nhân tố trung tâm cho thấy người học không chỉ cần năng lực ngôn ngữ, mà còn phải phát triển các kĩ năng điều hành nhận thức trong quá trình nghe - ghi - xử lí thông tin.

Kết quả nghiên cứu gợi mở định hướng cụ thể cho việc giảng dạy và phát triển kĩ năng ghi chú học thuật trong các chương trình đại học. Các trường cần xây dựng môi trường học tập thúc đẩy kĩ năng ghi chép một cách toàn diện, không chỉ phục vụ việc học ngắn hạn mà còn hình thành thói quen học tập suốt đời. Kĩ năng ghi chép nên được tích hợp chính thức vào chương trình đào tạo học thuật tiếng Anh, thay vì chỉ giới hạn trong các môn kĩ năng mềm. Nhà trường nên thiết kế khóa huấn luyện hoặc workshop 2 buổi theo mô hình Cornell Note-Taking, trong đó buổi thứ nhất giới thiệu lí thuyết và các phương pháp ghi chú (Cornell, Mind-map, Sketchnote), buổi thứ hai hướng dẫn thực hành và sử dụng rubrics đánh giá chất lượng ghi chú (về độ chính xác, cấu trúc và tính logic). Giảng viên có thể lồng ghép kĩ năng này vào bài giảng thông qua việc cung cấp outline, tín hiệu ngôn ngữ (Signposting) và ví dụ minh họa

trực quan để hỗ trợ quá trình ghi chú có định hướng. Đồng thời, nhà trường có thể xây dựng thư viện mẫu ghi chép (Note banks) theo từng chuyên ngành, giúp sinh viên tham khảo và tự điều chỉnh phương pháp phù hợp với phong cách học tập cá nhân. Ngoài ra, nên xem ghi chép như một tiêu chí đánh giá quá trình học tập (Formative assessment) nhằm khuyến khích người học áp dụng chiến lược ghi chú có chọn lọc,

kết hợp tư duy phản biện và khả năng tổng hợp thông tin. Về phía sinh viên, cần hình thành thói quen ghi chép chủ động, không sao chép máy móc mà biết chọn lọc và rút gọn thông tin. Việc duy trì thực hành ghi chép thường xuyên giúp phát triển tư duy hệ thống, tăng khả năng tự học và tự điều chỉnh là những năng lực cốt lõi của người học trong bối cảnh đại học hiện đại.

Tài liệu tham khảo

- Ahour, T. & Bargool, S. (2015). A Comparative Study on the Effects of While Listening Note Taking and Post Listening Summary Writing on Iranian EFL Learners' Listening Comprehension. *Theory and Practice in Language Studies*, 5(11), p.2327. <https://doi.org/10.17507/tpls.0511.17>.
- Al-Ghazo, A. (2023). The Impact of Note-Taking Strategy on EFL Learners' Listening Comprehension. *Theory and Practice in Language Studies*, 13(5), pp.1136-1147. <https://doi.org/10.17507/tpls.1305.06>.
- Anjarsit, Y. & Adnan, A. (2017). The use of Cornell note taking technique to improve listening comprehension of senior high school students. *Journal of English Language Teaching*, 6(1), pp.9-15.
- Bao, X. (2020). The Effect of Note-Taking Strategy Training on Passage Listening Comprehension. *International Journal of English Linguistics*, 10(6), p.431. <https://doi.org/10.5539/ijel.v10n6p431>.
- Chandler, P. & Sweller, J. (1992). The split-attention effect as a factor in the design of instruction. *British Journal of Educational Psychology*, 62(2), pp.233-246. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8279.1992.tb01017.x>.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J. & Anderson, R. E. (2013). *Multivariate data analysis*. Pearson Higher Ed.
- Kim, J. (2019). The Effects of Note-Taking Strategy Training on Students' Notes During Academic English Listening Tests. *English Teaching*, 74(1), pp.25-48. <https://doi.org/10.15858/engtea.74.1.201903.25>.
- İpek, H. (2018). Perceptions of ELT Students on Their Listening and Note Taking Skills. *International Online Journal of Education and Teaching*, 5(1), pp.206-217.
- Irgin, P. (2025). Note-taking in Academic Listening: A Translanguaging Perspective. *RELC Journal*, 0(0). <https://doi.org/10.1177/00336882251322253>.
- Jin, Z. & Webb, S. (2024). The effectiveness of note taking through exposure to L2 input: A meta-analysis. *Studies in Second Language Acquisition*, 46(2), pp.404-426. <https://doi.org/10.1017/S0272263123000529>.
- Kaiser, H. F. (1974). An Index of Factorial Simplicity. *Psychometrika*, 39(1), pp.31-36. <https://doi.org/10.1007/BF02291575>.
- Phan Thi Lam (2021). The Influence of Note-Taking Technique On EFL Learners' Listening Comprehension In A Higher Education Context. *International Journal of Progressive Sciences and Technologies*, 25(2), Article 2.
- Phùng Nguyễn Quỳnh Nga, Lê Hồng Ninh, Hoàng Thị Quỳnh Như, Lê Thị Quỳnh Trang, Lăng Thị Mai Dung & Lê Hà Trang. (2024). Áp dụng phương pháp ghi chú để nâng cao kỹ năng nghe hiểu cho sinh viên năm thứ hai Khoa Sư phạm Ngoại ngữ tại Trường Đại học Vinh. *Vinh University Journal of Science*, 53, Article 53. <https://doi.org/10.56824/vujs.2024c006c>
- Paivio, A. (1990). *Mental Representations: A dual coding approach*. Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780195066661.001.0001>.
- Park, H. (2019). The Effect of L1 and L2 Notetaking in Academic Lecture Listening on Listening Comprehension and Analysis of Notes. *Culminating Projects in TESL*. https://repository.stcloudstate.edu/tesl_etds/1.
- Pauk, W. & Owens, R. J. Q. (2010). *How to study in college*. Cengage Learning.
- Piolat, A., Olive, T., & Kellogg, R. T. (2005). Cognitive effort during note taking. *Applied Cognitive Psychology*, 19(3), pp.291-312. <https://doi.org/10.1002/acp.1086>.
- Siegel, J. (2020). Effects of notetaking instruction on intermediate and advanced L2 English learners: A quasi-xperimental study. *Journal of English for Academic Purposes*, 46, 100868. <https://doi.org/10.1016/j.jeap.2020.100868>.
- Siegel, J. (2022). Research into practice: Teaching notetaking to L2 students. *Language Teaching*, 55(2), pp.245-259. <https://doi.org/10.1017/S0261444820000476>.
- Sweller, J. (1988). Cognitive Load During Problem Solving: Effects on Learning. *Cognitive Science*, 12(2), pp.257-285. https://doi.org/10.1207/s15516709cog1202_4.