

MỘT SỐ NỘI DUNG TÁC ĐỘNG CỦA MẠNG XÃ HỘI ĐẾN LỐI SỐNG SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC CÔNG ĐOÀN

✍ ĐẶNG THỊ PHƯƠNG DUYÊN*

Ngày nhận: 28/8/2019

Ngày phản biện: 28/11/2019

Ngày duyệt đăng: 25/12/2019

Tóm tắt: Khi các ứng dụng công nghệ ngày càng phổ biến, các trang mạng xã hội ngày càng mở rộng và tác động mạnh mẽ đến người dùng, nhất là giới trẻ. Bài viết làm rõ tác động tích cực và tiêu cực của mạng xã hội đến lối sống sinh viên Trường Đại học Công đoàn, tập trung chủ yếu ở các hoạt động học tập, nghiên cứu khoa học và hoạt động hàng ngày. Từ đó đưa ra khuyến nghị nhằm hạn chế tác động tiêu cực, phát huy tác động tích cực của mạng xã hội, định hướng lối sống lành mạnh, tiến bộ cho sinh viên.

Từ khóa: Mạng xã hội, tác động, lối sống sinh viên

SOME IMPACT OF SOCIAL NETWORKS ON STUDENT'S LIFESTYLES OF TRADE UNION UNIVERSITY.

Abstract: As technology applications become more and more popular, social networking sites increasingly expand and impact strongly users, especially young people. The article clarifies the positive and negative impacts of social networks on students lifestyles of Trade Union University, focusing mainly on learning activities, scientific research and daily activities. Since then, it makes recommendations to limit negative impacts, promote positive impacts of social networks, orient healthy lifestyles and progress for students.

Keywords: Social networking, impact, student lifestyles.

1. Đặt vấn đề

Sự tiến bộ của khoa học công nghệ, sự bùng nổ của công nghệ thông tin khiến mạng xã hội trở thành một phần không thể thiếu trong cuộc sống của mỗi cá nhân và cộng đồng. Trong môi trường giáo dục đại học, mạng xã hội tạo điều kiện để các thành viên gia tăng các mối liên kết, chia sẻ thông tin, tìm kiếm các cơ hội học tập, việc làm và khẳng định bản thân. Những biến đổi về thói quen, tư duy, lối sống và cá nhân cách của giới trẻ hiện nay, trong đó có sinh viên Trường Đại học Công đoàn ít nhiều đều chịu tác động của mạng xã hội. Bài viết dựa trên kết quả nghiên cứu từ đề tài khoa học "Tác động của mạng xã hội đến lối sống sinh viên Trường Đại học Công đoàn", do TS. Đặng Thị Phương Duyên làm chủ nhiệm, báo cáo này đánh giá bước đầu về tình hình sử dụng mạng xã hội của sinh viên Trường Đại học Công đoàn cũng như tác động hai chiều của mạng xã hội đến lối sống của họ, từ đó đề xuất một số khuyến nghị phù hợp với yêu cầu thực tiễn xây dựng lối sống mới của sinh viên hiện nay.

2. Nội dung

2.1. Khái quát về mạng xã hội và lối sống sinh viên

Sự phát triển nhanh chóng của công nghệ thông tin và truyền thông cùng những ứng dụng tiện ích đã tác động rất lớn đến cuộc sống con người. Trên nền tảng Internet, xuất hiện nhiều dịch vụ mạng xã hội: Youtube, Zalo, Facebook,... Khái niệm mạng xã hội được hình thành trên cơ sở các mối quan hệ xã hội, xuất phát từ đời sống thực tiễn, sự tương tác trực tiếp giữa con người với con người. Hiện nay, khái niệm *mạng xã hội* - social network - được nói đến như mạng xã hội trực tuyến dựa trên nền tảng Internet. Trong các văn bản quy phạm pháp luật của Việt Nam, *mạng xã hội* (social network) là hệ thống thông tin cung cấp cho cộng đồng người sử dụng mạng các dịch vụ lưu trữ, cung cấp, sử dụng, tìm kiếm, chia sẻ và trao đổi thông tin với nhau, bao gồm dịch vụ tạo trang thông tin điện tử cá nhân, diễn đàn (forum), trò chuyện (chat) trực tuyến, chia sẻ âm thanh, hình ảnh và các hình thức dịch vụ tương tự khác¹.

Trên thế giới, hiện có rất nhiều trang mạng xã hội với quy mô khác nhau. Có trang mạng với tầm hoạt động phủ rộng toàn cầu như *Facebook*, *Instagram*,

* Trường Đại học Công đoàn

có trang mạng hoạt động mạnh ở một hoặc một số châu lục như *Twitter*, có trang mạng chỉ hoạt động trong phạm vi một hay một vài quốc gia như *Sina Weibo*,... Các mạng xã hội phổ biến ở Việt Nam hiện nay có *Blog, Zalo, Facebook, Youtube, Instagram*,... Các trang mạng xã hội hiện đang là một phần không thể thiếu trong cuộc sống của cá nhân và cộng đồng. Với những tính năng ứng dụng như liên kết, trò chuyện, chia sẻ thông tin, bày tỏ quan điểm, ý kiến, cập nhật trạng thái,... đã thúc đẩy mối liên hệ xã hội trên không gian mạng, là môi trường giao tiếp cho tất cả mọi người trên thế giới và tạo cơ sở kỹ thuật để xây dựng những mối quan hệ tốt đẹp.

Khi bàn về lối sống, nhiều tác giả luận giải các khái niệm lối sống, nếp sống, phong cách sống, lễ sống, lý tưởng sống,... và coi lối sống là “một cơ cấu tổng thể bao chứa cả nếp sống, lễ sống, chất lượng sống, phong cách sống và phương thức sống gắn liền với tồn tại, ý thức xã hội và phương thức sản xuất của xã hội”². Từ góc độ triết học, chúng tôi thống nhất với quan điểm cho rằng, “Lối sống chính là cách thức sống, phương thức sống của con người trong một chế độ xã hội nhất định”³.

Khái niệm lối sống của sinh viên là một thành tố nằm trong nội hàm khái niệm lối sống nói chung. *Lối sống sinh viên là cách sống của một lực lượng xã hội đặc thù dựa trên tiền đề kinh tế, văn hoá, xã hội nhất định gắn với đặc điểm tâm sinh lý, tính cách của tuổi trẻ, trong môi trường giáo dục đại học*. Ngoài những đặc điểm chung như: tính giai cấp, tính dân tộc, ảnh hưởng của tập quán tín ngưỡng, tôn giáo, lối sống sinh viên còn thể hiện những sắc thái riêng mang đặc trưng của lứa tuổi thanh niên gắn với môi trường giáo dục đại học mang tính học thuật, tính chuyên nghiệp. Trong phạm vi báo cáo này, chúng tôi tiếp cận lối sống sinh viên từ góc độ lĩnh vực hoạt động, thể hiện trong các hoạt động cơ bản gắn liền với sinh viên như học tập, nghiên cứu khoa học và hoạt động hàng ngày. Những biến động của đời sống xã hội, trong đó có tâm trạng, thói quen, hành vi của cộng đồng mạng xã hội mà sinh viên tham gia đều ít nhiều tác động đến lối sống của họ.

2.2. Tác động của mạng xã hội đến lối sống sinh viên Trường Đại học Công đoàn

2.2.1. Tình hình sử dụng mạng xã hội của sinh viên Trường Đại học Công đoàn

Kết quả điều tra trên 258 sinh viên đại diện cho các khối ngành kinh tế, kỹ thuật và xã hội của Trường Đại học Công đoàn cho thấy, tuyệt đại đa số sinh viên được hỏi đều tham gia mạng xã hội (99,6%), nhiều nhất là Facebook với 98,4%, kế đến là Youtube (95,3%), Zalo (76%), Instagram (74,4%)⁴. Đây cũng

là các mạng xã hội phổ biến ở Việt Nam hiện đang có sự hấp dẫn lớn đối với giới trẻ. Hội sinh viên của trường cũng lập một trang Facebook với hơn 34 ngàn thành viên tham gia. Mạng xã hội đã trở thành một phần không thể thiếu trong đời sống sinh viên Trường Đại học Công đoàn hiện nay.

Về mục đích, sinh viên Trường Đại học Công đoàn sử dụng mạng xã hội để thỏa mãn nhiều nhu cầu khác nhau trong cuộc sống, trong đó, nhu cầu giao tiếp và cập nhật thông tin chiếm tỷ lệ cao nhất. Số sinh viên vào các trang mạng để trò chuyện, nhắn tin là 95,3%, cập nhật thông tin: 94,2%, tìm hiểu thông tin về bạn bè: 84,5%, cập nhật thông tin về học tập: 80,6%. 71,1% sinh viên sử dụng mạng xã hội để chơi game, nghe nhạc, 62,4% để giao lưu, kết bạn mới⁵. Ngoài ra, sinh viên dùng các trang mạng để tham gia nhóm học tập, hội nhóm sở thích hay mua hàng trực tuyến, tìm kiếm thông tin việc làm hay kinh doanh,...

Về thời điểm tham gia mạng xã hội, số sinh viên truy cập các trang mạng mọi lúc có thể là 32,9%. Nhóm này sử dụng mạng xã hội vào bất cứ lúc nào, không kể đó là thời gian làm việc, học tập hay nghỉ ngơi. 65,9% sinh viên chỉ sử dụng mạng xã hội khi nhàn rỗi. Còn lại, 16,3% sinh viên cho biết họ truy cập các trang mạng vào giờ nghỉ trên lớp. Cá biệt, có sinh viên cứ thích là vào mạng xã hội, hoặc mỗi khi thức dậy, hoặc mỗi khi cầm điện thoại.

Về lượng thời gian truy cập mạng xã hội, đa số, sinh viên sử dụng mạng xã hội trong khoảng thời gian từ dưới 1 giờ đến dưới 5 giờ. Đối với mạng Youtube, có 47,7% sinh viên sử dụng từ 1 đến dưới 3 giờ và 14,7% sử dụng từ 3 giờ đến dưới 5 giờ. Có 39,5% sinh viên vào Facebook từ 1 giờ đến dưới 3 giờ và 21,7% sinh viên vào trang này từ 3 giờ đến dưới 5 giờ. Ngoài ra, đa số sinh viên cũng dành thời gian cho trang Instagram dưới 1 giờ (40,3%), từ 1 giờ đến dưới 3 giờ (23,6%), cho trang Zalo tương ứng là 60,9% và 13,6%. Đáng chú ý có tới 15,1% sinh viên truy cập Facebook từ 5 giờ tới dưới 8 giờ và 9,3% truy cập Facebook trên 8 giờ; có 3,1% sinh

¹ Chính phủ (2013), *Nghị định 72/2013/NĐ-CP Về quản lý, cung cấp, sử dụng dịch vụ Internet và thông tin điện tử trên mạng*, tr.1.

² Đỗ Huy (2008), *Lối sống dân tộc - hiện đại, mấy vấn đề lý luận và thực tiễn*, Nxb Văn hóa - Thông tin và Viện văn hóa, Hà Nội, tr.43.

³ PGS.TS Lương Gia Ban, Nguyễn Thế Kiệt (CB) 2017, *Phát huy giá trị đạo đức truyền thống trong xây dựng lối sống mới cho sinh viên Việt Nam hiện nay*, Nxb Lao động, Hà Nội, tr.10.

⁴ Số liệu điều tra năm 2018.

⁵ Số liệu điều tra năm 2018.

viên theo dõi trang Instagram từ 5 giờ tới dưới 8 giờ và 4,7% sinh viên vào trang mạng trên 8 giờ trong ngày. Với thời lượng truy cập như vậy, họ có nguy cơ nghiện mạng xã hội.

2.2.2. Tác động của mạng xã hội đến hoạt động học tập, nghiên cứu khoa học của sinh viên Trường Đại học Công đoàn

Mục đích cơ bản của sinh viên là tiếp cận và chiếm lĩnh tri thức khoa học ngành và chuyên ngành, chuẩn bị đáp ứng những yêu cầu về chuyên môn, nghiệp vụ của những ngành, nghề nhất định trong tương lai. 52,7% sinh viên được hỏi cho rằng, mạng xã hội giúp họ có mong muốn khám phá, chiếm lĩnh tri thức; giúp họ có nhiều ý tưởng hơn trong học tập và nghiên cứu khoa học (62,8%) và 31,8% cho rằng, các trang mạng giúp họ có quyết tâm cao hơn trong học tập và nghiên cứu. Có 69% sinh viên tìm thấy ở mạng xã hội những kinh nghiệm, kỹ năng để phục vụ quá trình học tập, nghiên cứu của mình. Như vậy, mạng xã hội tác động đến cả động cơ, ý chí, nghị lực phấn đấu của sinh viên. Điều đó đặc biệt có ý nghĩa đối với việc học tập, rèn luyện của họ. Tuy nhiên, chỉ có 24,8% sinh viên được hỏi cho rằng, thông tin trên các trang mạng giúp họ say mê học tập hơn⁶. Thực tế cho thấy, mạng xã hội đã và đang làm thay đổi lối học tập, nghiên cứu, tiếp thu tri thức, kỹ năng của sinh viên Trường Đại học Công đoàn theo cả hai hướng tích cực và tiêu cực.

Mạng xã hội tạo môi trường thuận lợi để sinh viên tìm kiếm tri thức, chia sẻ, trao đổi thông tin, mang lại sự hiểu biết nhiều mặt cho người dùng. Thông qua các trang mạng, sinh viên dễ dàng tìm hiểu, nắm bắt thông tin một cách thuận lợi, kịp thời. Ví dụ, trang Facebook của Hội Sinh viên Trường Đại học Công đoàn thường xuyên cập nhật các thông tin về lịch học, lịch thi, các nhu cầu kết bạn mở lớp, hay tìm hiểu các vấn đề về quy chế, quy định liên quan đến quá trình học tập, rèn luyện, các kinh nghiệm học tập, ôn thi, bài tập, khóa luận tốt nghiệp. Có 80,6% người được hỏi cho rằng, mục đích sử dụng mạng xã hội để cập nhật thông tin về học tập, và cho rằng, mạng xã hội giúp tìm kiếm thông tin, tri thức, tài liệu học tập dễ dàng, thuận lợi hơn.

Ngoài việc hỗ trợ tìm kiếm tri thức, mạng xã hội cũng giúp sinh viên Nhà trường dễ dàng trao đổi thông tin về học tập, nghiên cứu (77,9%), tìm kiếm thông tin hay về phương pháp, kỹ năng học tập, nghiên cứu (55%). Các thông tin này thường được sinh viên chia sẻ, tương tác trên mạng xã hội, bởi sự tiện lợi, nhanh chóng với chi phí rẻ, phù hợp với điều

kiện hiện có của họ. 65,5% sinh viên cho rằng, mạng xã hội giúp họ dễ thực hiện các hoạt động học tập theo nhóm, chủ đề. 40,7% sinh viên cho biết, mạng xã hội giúp họ chủ động hơn trong học tập, nghiên cứu. Các ý tưởng sáng tạo của sinh viên cũng dễ dàng nảy sinh từ các nội dung thông tin cập nhật trên mạng xã hội (43,4%). Nếu mạng xã hội có thể thúc đẩy sự say mê học tập, nghiên cứu, là công cụ tìm kiếm và thu thập thông tin của nhóm sinh viên này, thì chắc chắn sẽ giúp cho việc học tập và khiến kết quả học tập của họ tốt hơn. Tuy nhiên, vẫn có những sinh viên không nhận thấy sự hấp dẫn và tính có ích của mạng xã hội đối với quá trình học tập, nghiên cứu của họ.

Bảng 1: Kết quả khảo sát tác động tích cực của mạng xã hội đến việc học tập và nghiên cứu khoa học của sinh viên

Nội dung	SL	%
Tìm kiếm thông tin, tri thức, tài liệu học tập dễ dàng hơn.	208	80,6
Dễ dàng trao đổi thông tin về hoạt động học tập, nghiên cứu.	201	77,9
Dễ dàng tổ chức các hoạt động học tập trong nhóm, lớp.	169	65,5
Tìm kiếm thông tin, tri thức, tài liệu học tập nhiều hơn.	165	64,0
Dễ dàng tìm kiếm thông tin hay về phương pháp, kỹ năng học tập, nghiên cứu.	142	55,0
Chủ động hơn trong học tập, nghiên cứu.	105	40,7
Dễ nảy sinh nhiều ý tưởng sáng tạo hơn.	112	43,4
Dễ dàng đạt được nguyện vọng của mình với thầy cô giáo, nhà trường.	185	32,9

Nguồn: Số liệu điều tra năm 2018

Bên cạnh những tác động tích cực, mạng xã hội cũng dẫn đến hệ quả tiêu cực trong học tập, nghiên cứu khoa học của sinh viên Trường Đại học Công đoàn. Phần đông sinh viên cho rằng, việc sử dụng mạng xã hội khiến họ có ít thời gian cho học tập (60,1%), làm lãng phí thời gian của họ. Sự hấp dẫn nhất định của các trang mạng khiến sinh viên bị phân tán sự chú ý, mất tập trung trong học tập (71,3%), khiến họ thụ động hơn trong học tập, nghiên cứu (38%), trong khi chỉ có 40,7% cho rằng, nó giúp họ chủ động hơn trong học tập. Đáng chú ý, có tới 27,1% người được hỏi cho rằng, sử dụng mạng xã hội khiến họ dễ gian lận trong học tập, nghiên cứu khoa học. Mặc dù không có câu hỏi cụ thể về phương thức gian lận, nhưng thực tế cho thấy, trong các kinh nghiệm được chia sẻ tại các hội, nhóm sinh viên, có không ít những thông tin theo kiểu “mách nước” những cách thức có thể áp dụng để đạt được mục đích học tập không phải bằng con đường tự học, tự rèn luyện.

⁶ Số liệu điều tra 2018.

Bảng 2: Kết quả khảo sát tác động tiêu cực của mạng xã hội đến việc học tập và nghiên cứu khoa học của sinh viên

Nội dung	SL	%
Mất tập trung trong học tập.	184	71,3
Ít thời gian dành cho học tập.	155	60,1
Thụ động hơn trong học tập	98	38,0
Để gian lận trong học tập, nghiên cứu khoa học.	70	27,1

Nguồn: Số liệu điều tra năm 2018

2.2.3. Tác động của mạng xã hội đến các hoạt động khác của sinh viên Trường Đại học Công đoàn

Nhiều năm qua, các hoạt động ngoại khóa được Đoàn Thanh niên, Hội sinh viên nhà trường tổ chức thường xuyên, ngày càng đi vào chiều sâu và mang tính hiệu quả cao. Những thông tin về hoạt động thiện nguyện, các hoạt động ngoại khóa được cập nhật thường xuyên, kịp thời trên trang Facebook của Hội sinh viên nhà trường. Nhờ đó, sinh viên cũng muốn tham gia các hoạt động ngoại khóa nhiều hơn (44,6%), muốn làm nhiều việc tử tế, có ích cho người khác và cho cộng đồng hơn (59,3%). Các trang mạng khiến sinh viên muốn gần gũi nhiều hơn với gia đình, bạn bè, người thân (52,3%), muốn giao tiếp nhiều hơn với cộng đồng mạng (45%). Tuy nhiên, có đến 11,6% người được hỏi cho rằng, mạng xã hội khiến họ muốn sống khép mình hơn⁷.

Về nhu cầu vui chơi, giải trí, sinh viên Trường Đại học Công đoàn coi mạng xã hội là một kênh cung cấp các thông tin có tính chất giải trí. 72,5% sinh viên thích xem các video ca nhạc, phim về chủ đề tình bạn, tình yêu, giới tính, thời trang, thể thao, trong khi chỉ có 48,1% sinh viên thích xem các video ca nhạc, phim về chủ đề văn hóa, lịch sử, khoa học. Ngoài ra, nhiều bạn sinh viên còn cho rằng, các trang mạng còn giúp họ giải tỏa căng thẳng, mệt mỏi, lo âu trong học tập và cuộc sống. Trong ứng xử, có 24,4% sinh viên được hỏi cho rằng, họ thích giao tiếp trên mạng hơn là gặp gỡ thực tế, 50% thích sử dụng ngôn ngữ tự do hơn. 43,8% sinh viên cho rằng, mạng xã hội giúp họ có cử chỉ, hành vi ứng xử chuẩn mực hơn, 48,8% cho rằng, tham gia mạng xã hội khiến họ có mong muốn giữ hình ảnh bản thân đẹp hơn trong cộng đồng, 39,9% cho rằng, họ ứng xử lịch thiệp hơn. Tuy nhiên, có 6,6% thừa nhận mạng xã hội làm cho họ dễ nổi nóng, thô bạo hơn⁸.

Thông qua mạng xã hội, sinh viên Trường Đại học Công đoàn có thể dễ dàng kết nối với bạn bè, người thân (91,5%), học hỏi kinh nghiệm, kỹ năng sống trên các trang mạng (77,5%). 56,2% sinh viên nhận thấy mạng xã hội khiến họ dễ dàng chia sẻ,

giúp đỡ người khác. Họ cũng nhận thấy sự thuận lợi trong việc tiếp nhận thông tin về các hoạt động tình nguyện và tham gia các hoạt động ngoại khóa (34,1%). Trên thực tế, nhiều hoạt động ngoại khóa, hoạt động thiện nguyện như Hiến máu nhân đạo, ngày chủ nhật xanh, tiếp sức mùa thi,... thường xuyên được chia sẻ trên trang facebook của sinh viên nhà trường và lôi cuốn nhiều sinh viên tham gia. Ngoài ra, tham gia mạng xã hội khiến sinh viên nhận được những lợi ích về sức khỏe tinh thần (31,8%), dễ dàng trong kinh doanh, khởi nghiệp (38,9%). 62,4% sinh viên cho rằng, mạng xã hội tạo điều kiện cho họ bày tỏ quan điểm, ý kiến cá nhân trên không gian mạng mà không phải e ngại như khi giao tiếp trực tiếp ngoài đời thực. Bên cạnh đó, họ cũng có cơ hội để giới thiệu bản thân với cộng đồng mạng (28,7%). Đây là môi trường để sinh viên thể hiện bản thân và khẳng định cái tôi cá nhân của mình.

Bảng 3: Tác động tích cực của mạng xã hội đến đời sống hàng ngày của sinh viên

Nội dung	SL	%
Dễ dàng kết nối với bạn bè, người thân.	236	91,5
Học hỏi kinh nghiệm, kỹ năng sống.	200	77,5
Dễ bày tỏ quan điểm, ý kiến cá nhân.	161	62,4
Dễ dàng chia sẻ, giúp đỡ người khác.	145	56,2
Dễ dàng trong kinh doanh, khởi nghiệp.	100	38,9
Dễ dàng tham gia các hoạt động ngoại khóa.	88	34,1
Lợi ích về sức khỏe tinh thần.	82	31,8
Giới thiệu về bản thân.	74	28,7

Nguồn: Số liệu điều tra năm 2018

Mạng xã hội mang lại cơ hội giao lưu, kết bạn cho giới trẻ nhưng mặt khác, nó cũng làm xơ cứng các mối quan hệ xã hội. 46,5% người được hỏi cho rằng, mạng xã hội làm giảm tương tác trực tiếp giữa bạn bè, người thân; 30,6% cho rằng, họ có ít thời gian quan tâm đến bạn bè. Đa số sinh viên (70,2%) nhận thấy, mạng xã hội gây ra sự lãng phí thời gian. Với lượng thời gian tham gia mạng xã hội trong ngày lớn, tiếp xúc với lượng thông tin khổng lồ, khó kiểm chứng, sinh viên dễ bị lôi kéo theo các xu hướng, trào lưu tiêu cực, chạy theo "hội chứng đám đông", phê phán, bài xích hoặc tung hô một vụ, việc, hay người nào đó mà chưa kịp phân định chân, giả. Không hiếm những "anh hùng bàn phím" dễ dàng phán xét, "ném đá" một hành vi, một sự việc nào đó trên mạng mà không chờ thời gian kiểm chứng. Vì vậy, một bộ

⁷ Số liệu điều tra 2018.

⁸ Số liệu điều tra 2018.

phần sinh viên Nhà trường nhận thấy mạng xã hội khiến họ dễ ứng xử nóng vội, thiếu suy xét (20,9%). Ngoài ra, sinh viên còn nhận thấy họ tư duy theo lối mòn khi tham gia mạng xã hội.

Bảng 4: Tác động tiêu cực của mạng xã hội đến đời sống hàng ngày của sinh viên

Nội dung	SL	%	Nội dung	SL	%
Lãng phí thời gian.	181	70,2	Bị theo dõi thông tin, hoạt động của cá nhân.	63	24,4
Giảm tương tác trực tiếp giữa bạn bè, người thân.	120	46,5	Dễ ứng xử nóng vội, thiếu suy xét.	54	20,9
Mất ngủ	100	38,8	Không hài lòng với bản thân.	53	20,5
Dễ bị lôi kéo theo các xu hướng, trào lưu trên mạng.	83	32,2	Thiếu riêng tư	53	20,5
Ít có thời gian quan tâm tới bạn bè.	79	30,6	Trầm cảm	42	16,3
Ảo tưởng về bản thân.	69	26,7	Không trung thực	39	15,1
Bạo lực trên mạng.	35	13,6			

Nguồn: Số liệu điều tra năm 2018

Thời gian qua, nhiều cảnh báo về tác động tiêu cực của mạng xã hội đến lối sống của giới trẻ được đề cập đến trên các phương tiện thông tin đại chúng, các trang thông tin điện tử. Sinh viên là đối tượng có học vấn, nhạy bén với công nghệ, tiếp thu nhanh các tính năng mới của các trang mạng, do đó, những tác động của mạng xã hội đến sinh viên cũng nhanh và rõ hơn. Trong môi trường ảo, dễ nảy sinh trạng thái tâm lý ảo, giao tiếp ảo. Thực tế có tới 26,7% sinh viên được hỏi cho rằng, mạng xã hội khiến họ ảo tưởng về bản thân; 13,6% cho biết có tình trạng bạo lực trên mạng. Ngoài ra, một bộ phận không nhỏ người được hỏi cho thấy, họ nhận thấy sự thiếu riêng tư, bị theo dõi thông tin cá nhân, thậm chí trầm cảm (16,3%), mất ngủ (38,8%) khi tham gia mạng xã hội. Về lâu dài, những tác động đó gây hệ quả tiêu cực đến sức khỏe thể chất và tinh thần của sinh viên, dẫn đến những hạn chế trong học tập, rèn luyện sức khỏe, hoạt động cộng đồng hay tổ chức cuộc sống cá nhân.

Theo kết quả điều tra, tuyệt đại đa số sinh viên Nhà trường đều sử dụng mạng xã hội, ở những mức độ và tần suất khác nhau và vì thế, mạng xã hội đã làm thay đổi lối sống sinh viên Trường Đại học Công đoàn cả theo chiều hướng tích cực và tiêu cực, trong đó, tác động tích cực chiếm tỷ lệ lựa chọn nhiều hơn. Tuy nhiên, một bộ phận sinh viên nhận thức chưa đúng về mạng xã hội, chưa biết cách khai thác lợi ích từ đó để phục vụ cho học tập, nghiên cứu, hoạt động hàng ngày; không ít sinh viên thiếu kiến

thức và kỹ năng để tham gia mạng xã hội, có những biểu hiện lệch lạc trong nhận thức, thái độ và hành vi. Thực trạng đó đòi hỏi các chủ thể giáo dục, trong đó có bản thân sinh viên cần nâng cao nhận thức về mạng xã hội và những tác động nhiều mặt của nó đến lối sống sinh viên, tích cực hành động để khai thác hiệu quả những lợi ích từ mạng xã hội cũng như hạn chế đến mức thấp nhất những tác hại của nó đến sinh viên và lối sống của họ. Thay đổi nhận thức, điều chỉnh thái độ và hành vi của sinh viên trong việc tham gia mạng xã hội là một quá trình, cần sự tham gia có trách nhiệm và tích cực của nhiều chủ thể. Vấn đề có ý nghĩa quyết định để hạn chế tác động tiêu cực cũng như khai thác những tác động tích cực của mạng xã hội đến lối sống sinh viên Trường Đại học Công đoàn chính là ý chí, nỗ lực, quyết tâm của bản thân sinh viên. Đó là nhân tố cơ bản giúp sinh viên tiếp nhận những lợi ích từ mạng xã hội cho việc hoàn thiện lối sống văn hóa của mình cũng như khả năng “miễn nhiễm” với những tác động tiêu cực từ môi trường mạng.

3. Một số khuyến nghị

Để phát huy tác động tích cực, hạn chế tác động tiêu cực của mạng xã hội đến lối sống sinh viên Trường Đại học Công đoàn đạt hiệu quả cao nhất, nhóm nghiên cứu xin đề xuất một số khuyến nghị như sau:

- Tăng cường chỉ đạo và kiểm tra giám sát thực hiện nghiêm túc các nhiệm vụ chính trị của nhà trường, trong đó có nhiệm vụ giáo dục chính trị, tư tưởng, đạo đức, lối sống, thực hiện các nội dung cuộc vận động học tập, làm theo tư tưởng, đạo đức, tác phong của Hồ Chí Minh, trách nhiệm nêu gương của cán bộ, đảng viên, giảng viên, nhất là người đứng đầu.

- Xây dựng bộ quy tắc ứng xử trên mạng xã hội, làm cơ sở để định hướng cán bộ, giảng viên, sinh viên trong việc tham gia mạng xã hội, đảm bảo an toàn, lành mạnh, đúng quy định của pháp luật.

- Hỗ trợ về vật chất để đầu tư hạ tầng công nghệ thông tin, thư viện điện tử, mạng wifi miễn phí trong nhà trường, không chỉ cho cán bộ, giảng viên, mà cả sinh viên. Tạo điều kiện cho các tổ chức Đoàn, Hội tăng cường các hoạt động truyền thông về pháp luật, an ninh mạng và các kỹ năng cần thiết cho sinh viên trong môi trường mạng.

- Từng cán bộ, giảng viên, nhân viên nhà trường phát huy tinh thần tiên phong, nêu gương về đạo đức, lối sống cũng như thái độ, hành vi ứng xử khi

(Xem tiếp trang 82)

chấm điểm hồ sơ học tập điện tử, kiểm tra bài tập nhóm lớn, chấm điểm tần suất tương tác nhóm hay phản hồi với giảng viên... Giảng viên cần thông báo cụ thể cho sinh viên từ đầu học kỳ cách thức và thời gian cũng như số lần đánh giá điểm quá trình để sinh viên có động cơ và kế hoạch cho việc học của mình. Để giảng viên có thể hỗ trợ và phát huy ý thức tự học cho sinh viên bản thân các em cũng cần chủ động trao đổi với giảng viên về những khó khăn trong quá trình học trên lớp, trong giờ tự học ở nhà và chủ động đề xuất những mong muốn của mình đối với giảng viên, nhà trường, đoàn Thanh niên và các câu lạc bộ, hội, nhóm trong trường.

3.7. Khuyến khích sinh viên gắn việc học tiếng Anh với những sở thích, đam mê và tích cực tham gia vào những sân chơi tiếng Anh hấp dẫn

Đoàn Thanh niên, Hội Sinh viên phối hợp với Bộ môn Ngoại ngữ hằng năm lên kế hoạch tổ chức các cuộc thi tiếng Anh dưới nhiều hình thức hoặc các hoạt động liên quan đến sở thích của sinh viên (nếu thích âm nhạc, các bài hát tiếng Anh sẽ là một gợi ý hay; nếu thích điện ảnh, những bộ phim nổi tiếng sẽ có tác dụng tích cực hoặc nếu có đam mê nấu ăn, chương trình Master Chef sẽ mang đến nhiều hấp

dẫn). Đây sẽ là một động lực để sinh viên ngày càng thấy yêu thích tiếng Anh và sẽ tự giác học, luyện tập nhằm sớm đạt được mục tiêu trước mắt cũng như lâu dài đối với môn tiếng Anh.

Có nhiều cách để học tốt tiếng Anh nhưng quan trọng hơn là chính bản thân người học phải biết tạo cho mình niềm đam mê, thực hành thường xuyên, luôn học hỏi và phải tự tin vào khả năng có thể dần đạt được hết những ý tưởng, suy nghĩ muốn truyền đạt của mình bằng tiếng Anh. Trên đây là một số gợi ý nhằm giúp sinh viên có thêm động lực và yêu thích học tiếng Anh hơn, góp phần nâng cao chất lượng dạy và học tiếng Anh cho sinh viên trong giai đoạn hiện nay. □

Tài liệu tham khảo

1. Lukmani, YM (1972). Motivation to learn and language proficiency. Language learning.
2. Smith, Alfred.N. (1971). The importance of attitude in foreign language learning. Modern language journal, vol 55, 83-88.
3. <https://cfl.edu.vn/tao-thoi-quen-hoc-tieng-anh-hang-ngay/> 15h 30.12.2019.
4. <https://cfl.edu.vn/cach-tao-dong-luc-va-duy-tri-dam-me-hoc-tieng-anh/> 20h 31.12.2019.
5. <https://vnexpress.net/giao-duc/lam-the-nao-de-duy-tri-hung-thu-hoc-tieng-anh-3274205.html> 09h 01.01.2020.

MỘT SỐ NỘI DUNG TÁC ĐỘNG...

(Tiếp theo trang 69)

tham gia mạng xã hội, định hướng tốt cho sinh viên trong việc tham gia mạng xã hội.

- Tăng cường công tác kiểm tra, giám sát, nắm bắt tư tưởng của sinh viên, kịp thời phát hiện các vụ, việc trên mạng xã hội để cảnh báo, định hướng và đề xuất cách giải quyết kịp thời, đúng quy chế của nhà trường và quy định của pháp luật.

- Tăng cường tổ chức các hoạt động đoàn thể, ngoại khóa, các câu lạc bộ để thu hút sinh viên, tạo sân chơi lành mạnh để sinh viên tham gia hoạt động, vui chơi, giải trí và điều tiết hành vi của bản thân trong việc tham gia mạng xã hội. □

Tài liệu tham khảo

1. PGS.TS Lương Gia Ban, Nguyễn Thế Kiệt (CB) 2017, *Phát huy giá trị đạo đức truyền thống trong xây dựng lối sống mới cho sinh viên Việt Nam hiện nay*, Nxb Lao động, Hà Nội, tr.10.
2. Chính phủ nước Cộng hòa xã hội chủ nghĩa Việt Nam (2013), *Nghị định 72/2013/NĐ-CP Về quản lý, cung cấp, sử dụng dịch vụ Internet và thông tin điện tử trên mạng*. <https://thuvienphapluat.vn/van-ban/Cong-nghe-thong-tin/Nghi-dinh-72-2013-ND-CP-quan-ly-cung-cap-su-dung-dich-vu-Internet-va-thong-tin-tren-mang-201110.aspx>

<https://thuvienphapluat.vn/van-ban/Cong-nghe-thong-tin/Nghi-dinh-72-2013-ND-CP-quan-ly-cung-cap-su-dung-dich-vu-Internet-va-thong-tin-tren-mang-201110.aspx>

3. Chính phủ nước Cộng hòa xã hội chủ nghĩa Việt Nam (2018), *Nghị định 27/2018/NĐ-CP, ngày 01/3/2018, Sửa đổi, bổ sung một số điều của nghị định số 72/2013/NĐ-CP ngày 15/7/2013 của Chính phủ về quản lý, cung cấp, sử dụng dịch vụ Internet và thông tin trên mạng*. <https://thuvienphapluat.vn/van-ban/Cong-nghe-thong-tin/Nghi-dinh-27-2018-ND-CP-sua-doi-Nghi-dinh-72-2013-ND-CP-su-dung-dich-vu-Internet-376023.aspx>
4. Nguyễn Thị Kim Hoa, Nguyễn Lan Nguyên (2016), *Tác động của mạng xã hội Facebook đối với sinh viên hiện nay*, Tạp chí Khoa học ĐHQGHN: Nghiên cứu chính sách và quản lý, tập 32, số 2.
5. Đỗ Huy (2008), *Lối sống dân tộc - hiện đại, mấy vấn đề lý luận và thực tiễn*, Nxb Văn hóa - Thông tin và Viện văn hóa, Hà Nội, tr.43.
6. Hoàng Thị Nga (2016), *Báo cáo kết quả đề tài nghiên cứu khoa học Lối sống của sinh viên hiện nay*, Đề tài khoa học cấp cơ sở, Trường Đại học Công đoàn.
7. Quốc hội nước Cộng hòa xã hội chủ nghĩa Việt Nam (2018), *Luật An ninh mạng*, Luật số 24/2018/QH14 Quốc hội nước cộng hòa xã hội chủ nghĩa Việt Nam khóa XIV, kỳ họp thứ 5 thông qua ngày 12/6/2018.