

CÁC NGHIÊN CỨU VỀ MẠNG XÃ HỘI TRÊN THẾ GIỚI VÀ Ở VIỆT NAM

Phạm Thị Huyền Trang

Trường Đại học Thủ đô Hà Nội

Tóm tắt: Bài viết này nhằm phân tích các công trình nghiên cứu của các tác giả trên thế giới về mạng xã hội theo các hướng: (i) Quan niệm bạn bè trên MXH; (ii) Nhu cầu và lợi ích khi sử dụng MXH; (iii) Bản sắc cá nhân thể hiện trên MXH; (iv) Sự tự công khai và bảo mật thông tin trên MXH; (v) Những rủi ro và hành vi nguy cơ từ MXH và (vi) Sự phụ thuộc mạng xã hội và nghiện MXH. Việc tham khảo các nghiên cứu của các tác giả đi trước giúp chúng tôi có thêm cơ sở khoa học để xây dựng hệ thống lý luận và phương pháp luận nghiên cứu về MXH. Từ đó, chỉ ra thực trạng sử dụng MXH và luận giải các biện pháp sử dụng MXH an toàn cho sinh viên ngành công tác xã hội (CTXH), Trường Đại học Thủ đô Hà Nội trong thời đại công nghệ số hiện nay.

Từ khóa: Mạng xã hội, lợi ích của mạng xã hội, rủi ro của mạng xã hội, nghiện mạng xã hội.

Nhận bài ngày 7.5.2021; gửi phản biện, chỉnh sửa và duyệt đăng ngày 22.6.2021
Liên hệ tác giả: Phạm Thị Huyền Trang; Email: pthtrang@daihocthudo.edu.vn

1. MỞ ĐẦU

Mạng xã hội (MXH) ra đời mang đến cho người dùng những lợi ích to lớn trong nhiều lĩnh vực của đời sống như kinh tế, giáo dục, giải trí. Do những ưu điểm nổi trội của MXH cùng với sự hỗ trợ hữu ích của khoa học công nghệ mà MXH ngày càng thu hút và tăng nhanh về số người tham gia sử dụng [7, tr.13]. MXH xuất hiện ở mọi lúc mọi nơi trở thành đam mê và thói quen hàng ngày, nó trở thành món ăn tinh thần với nhiều người. MXH mang lại rất nhiều lợi ích, nó mở ra một hướng đi mới, mang ý nghĩa tích cực cho những ai biết tận dụng và kiểm soát nó. Tuy nhiên, MXH đã để lại hệ lụy nếu như người dùng lạm dụng, quá chú tâm vào các hoạt động trên MXH thì nó ảnh hưởng không nhỏ tới công việc, học tập, sinh hoạt của rất nhiều người; thậm chí nó để lại hậu quả khôn lường cho chính bản thân và gia đình, xã hội.

Những vấn đề chung của MXH thu hút sự quan tâm của các nhà nghiên cứu trong nhiều lĩnh vực khác nhau. Trên thế giới, khi nghiên cứu về MXH, các tác giả tập trung nhiều nhất vào nhóm người sử dụng là người trẻ tuổi, thanh thiếu niên, học sinh, sinh viên. Các tác giả đặt ra nhiều vấn đề khác nhau từ việc nghiên cứu về thói quen sử dụng MXH; những lợi ích

mà MXH mang lại cho thanh thiếu niên như làm tăng lòng tự trọng, tăng cảm nhận hạnh phúc, tăng nguồn vốn xã hội cũng như những ảnh hưởng của MXH đến cuộc sống của người sử dụng. Tại Việt Nam, các MXH bắt đầu du nhập từ những năm 2000 dưới hình thức các trang nhật ký điện tử (blog). Đến nay, có khoảng 270 MXH được cấp giấy phép hoạt động, trung bình mỗi ngày người Việt Nam vào MXH hơn 2 giờ. Nhóm người sử dụng mạng internet thường xuyên nhất là học sinh, sinh viên và người lao động trong độ tuổi từ 15-40. Thực tế cho thấy, internet và các trang MXH đem tới cho người dùng rất nhiều tiện ích nhờ tốc độ thông tin nhanh, gần như tức thời; nội dung phong phú, hình thức sinh động, hấp dẫn. Nếu được sử dụng phù hợp, đúng mục đích, MXH giúp mỗi cá nhân trao đổi thông tin, giải trí, học tập, giao lưu, kinh doanh trực tuyến,... có hiệu quả. Song, bên cạnh những mặt tích cực, MXH cũng đem lại nhiều tác hại và hệ lụy cho mỗi cá nhân cũng như cộng đồng. Đối với cá nhân, lạm dụng mạng internet và MXH có thể dẫn tới tình trạng phụ thuộc, gây “nghiện”, làm ảnh hưởng tới chất lượng học tập, giảm sút năng suất lao động, thậm chí gây tác hại cho sức khỏe, tâm sinh lý và lối sống của con người, nhất là trong thanh, thiếu niên. Từ đó, các nghiên cứu cho thấy tầm quan trọng trong việc quản lý và giúp đỡ thanh thiếu niên sử dụng MXH một cách hiệu quả nhất và an toàn nhất. Tuy nhiên, tại Việt Nam chỉ có rất ít những nghiên cứu về MXH, phần lớn là những bài viết ngắn mang tính chất cảm tính.

Bài viết này nhằm phân tích các công trình nghiên cứu của các tác giả trên thế giới về mạng xã hội theo 6 hướng: (i) Quan niệm bạn bè trên MXH; (ii) Nhu cầu và lợi ích khi sử dụng MXH; (iii) Bản sắc cá nhân thể hiện trên MXH; (iv) Sự tự công khai và bảo mật thông tin trên MXH; (v) Những rủi ro và hành vi nguy cơ từ MXH và (vi) Sự phụ thuộc mạng xã hội và nghiện MXH.

2. NỘI DUNG

Mạng xã hội (MXH) ra đời đã thay đổi hoàn toàn phương thức giao tiếp của cư dân mạng qua cách kết nối với nhau nhờ yếu tố tích hợp đa tính năng vào cùng một trang mạng như chat, e-mail, phim ảnh, chia sẻ file,... Từ khi trang MXH trên thế giới xuất hiện lần đầu tiên năm 1995 với sự ra đời của trang Classmate với mục đích đơn thuần chỉ là kết nối bạn học, các MXH đã nhanh chóng trở thành một hiện tượng phổ biến toàn cầu thu hút đông đảo người dùng, đặc biệt là thanh thiếu niên, những người trẻ tuổi. Có thể thấy rằng, MXH trở thành một xu hướng không thể thiếu đối với thanh niên nói chung và đối với sinh viên nói riêng. Với đặc thù là những người trẻ tuổi, có tri thức, có tính năng động nên sinh viên là đối tượng rất dễ dàng tiếp cận những cái mới. Vì vậy, việc thường xuyên sử dụng internet và MXH, trở thành công dân mạng có thể làm thay đổi các hoạt động giao tiếp và một số quan niệm của họ về giá trị của các quan hệ xã hội mà họ tiếp xúc và đối xử với quan hệ đó.

Các nhà nghiên cứu thuộc nhiều lĩnh vực khác nhau đã nhanh chóng nhận ra rằng việc tìm câu trả lời về ảnh hưởng của phương tiện truyền thông internet là rất phức tạp. Khi tổng hợp các nghiên cứu về MXH của các tác giả trên thế giới, chúng tôi nhận thấy các nội dung chủ yếu được tập trung bàn theo 6 khía cạnh sau:

2.1. Quan niệm bạn bè trên mạng xã hội

Bạn bè trên MXH có thể phân thành 3 loại: (1) Quen biết thường xuyên gặp gỡ nhau như đồng môn, đồng nghiệp; (2) Quen biết nhau từ trước, chuyện trò với nhau trên MXH là chủ yếu; (3) Quen biết nhau thông qua MXH. Tác giả Trịnh Hòa Bình và Lê Thế Linh cho rằng, quy mô của mạng lưới quan hệ xã hội trước hết được thể hiện ở số lượng thành viên bạn bè có trên MXH [1]. Một người có thể tham gia ở nhiều trang MXH khác nhau. Nếu tính số lượng bạn bè trên tất cả các trang MXH mà cá nhân tham gia thì trung bình mỗi bạn trẻ có 419 bạn bè trên các trang MXH, trong đó facebook được nhiều người tham gia nhất, với trung bình 361 bạn trên một người tham gia facebook. Các nhà nghiên cứu khác cho rằng, số bạn bè trên MXH của một người nhiều hơn số bạn bè mà họ liên hệ trong đời sống thực [7, tr.47]. Bởi trong mạng lưới bạn bè đó, không chỉ có các mối quan hệ đã quen biết ở đời thường như gia đình, bạn bè, đồng nghiệp, làng xóm,... mà còn rất nhiều mối quan hệ xã hội khác như mạng lưới những người chưa quen biết, hay những người nổi tiếng.

MXH đã giúp những người trẻ tuổi thiết lập các kết nối cá nhân với mọi người trong cộng đồng cư dân mạng, điều này là một trong những điều kiện giúp người trẻ tuổi phát triển và trưởng thành trong thời kỳ công nghệ số. Tuy nhiên, Manago và đồng nghiệp cho rằng, sự liên hệ dễ dàng của liên lạc điện tử lại có thể làm cho thanh thiếu niên ít quan tâm đến giao tiếp mặt đối mặt với bạn bè của họ [8]. Điều này cũng được khẳng định trong nghiên cứu của Trịnh Hòa Bình và Lê Thế Linh, kết quả khảo sát trong nghiên cứu của hai tác giả cho thấy, mặc dù MXH ra đời và thu hút được mạng lưới bạn bè đông đúc, rộng khắp, khiến cho mức độ giao tiếp ở thực tế có thể bị giảm sút, song mức độ giao tiếp, sự bền vững với hầu hết các mối quan hệ ở ngoài đời sống thực lại được củng cố hơn [1, tr.55]. Các mối quan hệ xã hội thực bị giảm xuống là nhóm các quan hệ với hàng xóm, bạn thân, người lạ nhưng với tỷ lệ không đáng kể. Trong khi đó, mức độ giao tiếp với bạn thân, đồng nghiệp, người yêu, bạn bè quen biết lại gia tăng rất đáng kể (cao hơn so với tỷ lệ trả lời giảm xuống và như cũ). Một trong những lý do giải thích cho hiện tượng này được giới trẻ nhắc đến là: quan hệ trên MXH chỉ mang tính chất gián tiếp, không có độ chính xác của thông tin. Kết quả nghiên cứu này cũng tương đồng với kết quả nghiên cứu của Yamauchi và Coget về ảnh hưởng của Internet tới các mối quan hệ theo truyền thống với bạn bè, gia đình và những biến đổi của nó, theo đó họ phát hiện ra rằng giao tiếp giữa các thành viên trong gia đình không bị ảnh hưởng bởi việc sử dụng Internet.

Nhìn chung, MXH đã giúp con người hình thành các mối quan hệ xã hội để tương tác, trao đổi. Các quan hệ trong môi trường này đã tạo dựng được sự tin tưởng nhất định và từ đó đã có kỳ vọng về sự giúp đỡ khi gặp khó khăn, đặc biệt là hỗ trợ về thông tin, tinh thần và việc làm. Tuy nhiên, sự tin tưởng trên MXH vẫn chủ yếu tập trung ở những quan hệ bắt đầu từ việc đã quen biết hoặc đã gặp gỡ nhau ở ngoài đời sống thực, những người sử dụng MXH chưa đặt nhiều niềm tin vào bạn bè mới quen biết trên mạng.

2.2. Nhu cầu và lợi ích khi sử dụng mạng xã hội

Sự phát triển của mạng máy tính mang lại những thay đổi lớn cho cuộc sống của con người, nó là một nguồn dự trữ thông tin vô cùng lớn với khả năng thông tin liên lạc một cách

nhANH chóng và chính xác đã trở thành một nhân tố quan trọng trong sự phát triển của mỗi cá nhân, mỗi quốc gia. Ngoài ra, với hàng loạt những ứng dụng, tiện ích như “trò chơi trực tuyến”, “tán gẫu”, “nhật kí điện tử”, “mạng xã hội”,... mạng máy tính đã trở thành là một công cụ giải trí hấp dẫn mà chưa có một loại hình nào có thể sánh bằng, đặc biệt là cho giới trẻ. Vì vậy, việc sử dụng MXH đã cho phép những người trẻ tuổi sử dụng mạng thỏa mãn nhu cầu rộng rãi trong việc kết bạn, trao đổi thông tin, giao tiếp, duy trì các mối quan hệ, giải trí, học tập, sáng tạo, được nhận biết và được thừa nhận hoặc chấp nhận. Không chỉ giúp cho việc mở rộng mạng lưới bạn bè cũ, thường xuyên “gặp nhau”, MXH còn giúp người dùng kết nối tìm lại bạn bè cũ một cách thuận lợi [1, tr.53]. MXH đem lại rất nhiều lợi ích cho mọi người, đặc biệt là nhóm thanh thiếu niên, nó tạo cơ hội tốt để thanh thiếu niên thể hiện bản thân và tương tác với bạn bè đồng lứa. Những cơ hội này lại giúp họ phát triển bản sắc và điều chỉnh khả năng tương tác của mình một cách lành mạnh, từ đó cá nhân có thể hòa nhập vào xã hội tốt hơn [2]. Ngoài việc hỗ trợ phát triển xã hội, các dịch vụ MXH cũng tạo điều kiện cho việc chia sẻ liên kết web, hình ảnh và tin tức giúp người dùng kết nối một cách thân thiết và gần gũi hơn với bạn bè ở mọi khoảng cách không gian. Trịnh Hòa Bình và đồng nghiệp cũng khẳng định, MXH đã trở thành phương tiện hữu ích cho giới trẻ xây dựng, duy trì và phát triển các liên hệ xã hội, từ đó mở rộng mạng lưới xã hội [1, tr.52]. Việc tạo dựng mới hay duy trì các mạng lưới xã hội vốn có bằng việc tham gia MXH cung cấp cho giới trẻ những lợi ích về cả vật chất lẫn tinh thần. Việc tham gia các MXH đã giúp cho giới trẻ thể hiện những thái độ, quan điểm, hành vi, định hướng giá trị trong nhiều lĩnh vực của đời sống, từ công việc, học tập đến vui chơi giải trí. Hơn nữa, MXH có thể hỗ trợ tốt cho những người trẻ trong việc học và chia sẻ thông tin. Thêm vào đó, các trang mạng cho phép thanh thiếu niên có cơ hội tự thể hiện và truyền thông một cách bình đẳng. Một số nghiên cứu khác còn cho rằng, “không gian xã hội” còn mang lại lợi ích về mặt giáo dục, nó giúp cá nhân có thể tích lũy những kinh nghiệm học tập trong môi trường trực tuyến nhiều hơn.

Dễ dàng nhận thấy rằng, MXH là phương thức kết nối các thành viên với nhau trên thế giới ảo không phân biệt không gian và thời gian. Mỗi người tham gia vào MXH có thể tự tạo cho mình một mạng lưới, duy trì và phát triển các thành viên trong mạng lưới đó. Do tính ưu việt của mình, các MXH đã giành được sự ưa chuộng của xã hội và có sự phát triển hết sức nhanh chóng, trở thành một phần tất yếu trong cuộc sống của mỗi người tham gia. MXH ngoài việc duy trì mạng lưới liên kết cũ, sẵn có, MXH còn giúp giới trẻ tạo ra hoặc mở rộng những liên kết xã hội mới hoặc giúp cho tương tác giữa cá nhân ở ngoài đời thực gần gũi hơn, đặc biệt là giữa các thành viên trong gia đình. Bên cạnh đó, MXH cũng đem lại rất nhiều lợi ích cho những người sử dụng như việc cập nhật kiến thức, tin tức và xu thế một cách nhanh chóng, kịp thời; kết nối các mối quan hệ; cải thiện các kỹ năng; kinh doanh, quảng cáo không mất chi phí; giải trí; chia sẻ và bày tỏ cảm xúc; giáo dục,... Chúng ta không thể phủ nhận những lợi ích mà mạng xã hội đã mang đến cho con người hiện nay như giúp ích cho công việc, cho việc tìm kiếm thông tin, thiết lập các mối quan hệ cá nhân hay giải trí... một cách có hiệu quả, vượt ra ngoài những giới hạn về địa lý và thời gian. Tuy nhiên, nó cũng chứa đựng nhiều nguy cơ, rủi ro tiềm ẩn có thể ảnh hưởng xấu tới công việc, mối quan

hệ cá nhân và cuộc sống của người sử dụng.

2.3. Bản sắc cá nhân thể hiện trên mạng xã hội

Bản sắc của mỗi cá nhân là điều làm nên chính cá nhân đó, nhưng cũng đồng thời là thứ cá nhân muốn người khác nhìn vào mình [7, tr.57]. Trên các trang mạng giới trẻ có thể thử nghiệm nhiều hình thức khác nhau để nói về bản thân và thể hiện bản sắc cá nhân của riêng mình. Klein, A (2001) giải thích rằng: Mỗi trang cá nhân đều là tượng trưng của sự sáng tạo và thiết lập. Trên thực tế giới trẻ chủ yếu sử dụng internet cho các việc truyền thông các thông tin cá nhân của họ. Boyd (2007) cũng đưa ra nhiều lập luận để khẳng định rằng, không gian ảo (MXH) giúp thanh thiếu niên xây dựng bản sắc cá nhân. Theo Klein, bản sắc cá nhân được hình thành thông qua trang cá nhân trên MXH là bản sắc đang hình thành [6]. Thông qua các trang cá nhân, chủ thể thể hiện bản thân mình, nhưng sâu xa hơn là tìm ra ý nghĩa cho những mảnh ghép bản sắc của mình, liên kết những đặc điểm mình có với những đặc điểm mình muốn người khác nghĩ rằng mình sở hữu. Các dịch vụ của các MXH được tạo ra làm biến dạng và khuếch đại ý thức về bản thân trong văn hóa của giới trẻ, điều này được biểu thị qua việc viết blog, cập nhật trạng thái và những phản hồi. Theo Valkenburg và Peter, hiện nay thanh thiếu niên chủ yếu sử dụng internet cho các việc truyền thông các thông tin cá nhân.

Hayes đã đề cập đến ba chức năng của internet đối với việc hình thành bản sắc ở thanh thiếu niên. Thứ nhất, với chức năng là công cụ giao tiếp, internet giúp thanh thiếu niên gặp gỡ rất nhiều bạn trẻ khác cùng độ tuổi, chia sẻ quan điểm, suy nghĩ, cảm xúc. Nhìn chung, bầu không khí được tạo dựng mang tính chất khoan dung, chấp nhận. Những suy ngẫm và cảm xúc được trao đổi trong cộng đồng mạng giúp cho thanh thiếu niên có thể nghĩ lại về bản thân mình. Dĩ nhiên là sự tự do trong lời nói không tồn tại một cách tuyệt đối, các bạn trẻ thường tụ họp nhau lại thành một “cộng đồng” thực sự trên các blog cá nhân, kết nối qua MXH. Thứ hai, internet thực hiện chức năng mang tính chất nghịch đảo là công bố cho công chúng những điều riêng tư của cá nhân. Phản ứng của những người khác thông qua các bình luận được cá nhân chờ đợi và cũng được sử dụng để tự xây dựng hình ảnh bản thân. Thứ ba, internet cho phép những người trẻ tuổi có thể thử nghiệm về bản sắc cá nhân. Họ chọn ra những “mảnh bản sắc” để thể hiện với cộng đồng mạng [4]. Một bạn trẻ có thể cùng lúc sở hữu nhiều blog khác nhau, sử dụng các tên khác nhau khi chat, tham gia vào các trò chơi trên mạng,... Với các tên gọi và thông tin hiển thị trên internet, có thể khó mà phân biệt được con người thực sự đằng sau các tên gọi đó là nam hay nữ, ở độ tuổi nào, tính cách ra sao,... Điều này không nhằm mục đích “đánh lừa” người khác, mà bởi vì thanh thiếu niên muốn thể nghiệm những “bộ mặt” khác nhau của nhân cách và quan sát xem những người khác phản ứng thế nào về các “bộ mặt” này của mình.

Như vậy, trên các trang MXH là nơi mà cá nhân có thể trình bày và thể hiện những khía cạnh nổi bật của bản thân tạo điều kiện cho những người bạn, đồng nghiệp có thể xem nó; giúp cho bản thân trở nên tốt hơn trong khi ngoài đời. Tuy nhiên, khi đưa thông tin lên mạng

xã hội để thể hiện bản sắc cá nhân, người dùng cần phải tỉnh táo trước những lời bình phẩm, nhận xét, đánh giá để bảo vệ sự an toàn cho bản thân cả về thể chất lẫn tinh thần.

2.4. Sự tự công khai và bảo mật thông tin trên mạng xã hội

Tự công khai là một quá trình cần thiết trong việc hình thành, duy trì và phát triển các mối quan hệ xã hội, giúp phát triển bản sắc cá nhân, tăng cường các mối quan hệ thân thiết như gia đình hay bạn bè. MXH cung cấp cho thanh thiếu niên những cơ hội tự công khai thông tin của bản thân nhiều hơn nhờ các chức năng và thuộc tính của nó, khắc phục được những nhược điểm của giao tiếp offline thực [7, tr.63]. Các MXH có đầy đủ tính năng giúp khắc họa toàn bộ chân dung của một cá nhân online như hồ sơ cá nhân, những cập nhật trạng thái của bản thân, tường bài viết, số lượng bạn bè hay hình ảnh. Dựa vào đó, bạn bè của họ có thể đưa ra những ý kiến phản hồi. Từ đó, thanh thiếu niên sử dụng các trang MXH như một cách để đánh giá những ý kiến bình luận về bản thân mình mà điều này sau đó có thể ảnh hưởng đến sự hình thành bản sắc của họ. Bên cạnh đó, các trang MXH có tính năng bảo mật thông tin cho phép người tham gia hạn chế những gì người khác có thể xem của họ. Tuy nhiên, các nhà nghiên cứu trên thế giới đã điều tra các mối đe dọa tiềm ẩn đến sự riêng tư chủ yếu là liên quan đến sự an toàn của người dùng trẻ tuổi [2].

2.5. Những rủi ro và hành vi nguy cơ từ mạng xã hội

Bên cạnh những lợi ích mà MXH mang lại thì vẫn có những nguy cơ, rủi ro tồn tại song song cho những người dùng MXH. Người dùng MXH vẫn gặp phải những rủi ro và quấy rối trực tuyến. Các nhà nghiên cứu cũng chỉ ra rằng, những người ít tuổi có thể không có sự chuẩn bị tốt cho sự riêng tư, những chuẩn mực đạo đức trong giao tiếp trực tuyến [7, tr.67]. Khi cá nhân hiển thị công khai thường xuyên thông tin trên MXH thì thông tin đó có thể bị sao chép, tải về hoặc phát tán bởi bất kỳ người xem nào và nó có thể gây ra những rủi ro trực tuyến không mong muốn như bị quấy rối, bắt cóc, mất uy tín nghề nghiệp... Có rất nhiều trường hợp MXH sử dụng trong môi trường thiếu an toàn gây nên những hiện tượng, như bắt nạt, chống đối, ám ảnh về cuộc sống cá nhân của ai đó và các hoạt động bị ảnh hưởng khác. Ngoài ra, những thông tin này ảnh hưởng tiêu cực đến cơ hội việc làm trong tương lai của họ. Kết quả nghiên cứu của Dương Thị Thu Hương chỉ ra rằng, những học sinh lứa tuổi THPT dành nhiều thời gian trên MXH, hoặc có trên 1000 bạn bè trên MXH đều có nguy cơ có nhiều hành vi rủi ro: hút thuốc lá, uống bia/rượu, hút shisha, sử dụng chất gây nghiện, thuốc/chất gây ảo giác. Bên cạnh đó, những học sinh dành trên 3 tiếng/ngày sử dụng MXH và có quá nhiều bạn bè trên mạng xã hội có mối quan hệ chặt chẽ đối với hành vi gây bạo lực. Học sinh sẵn sàng khẩu chiến, lăng mạ nhau chỉ vì một lời chê, thậm chí là khen trên MXH,...

Có thể thấy rằng MXH phát triển mở ra một hướng đi mới, mang ý nghĩa tích cực cho những ai biết tận dụng và kiểm soát nó. Tuy nhiên, mạng xã hội đã để lại hệ lụy không nhỏ đối với con người. Việc lạm dụng, quá chú tâm vào các hoạt động trên mạng xã hội đang ảnh hưởng không nhỏ tới công việc, học tập, sinh hoạt của rất nhiều người; có nhiều cá nhân lợi dụng mạng xã hội để làm những điều phản cảm, vô văn hoá,... Bên cạnh đó, nhiều người dùng không biết cách chuẩn bị để đối phó với những mặt xấu của thế giới ảo, không ít người

vấp phải những hệ lụy khôn lường như: bỏ quên thời gian cho học tập, công việc, dần biến họ thành những người phụ thuộc và bị thao túng thời gian, thậm chí cả quyền riêng tư, sức khỏe, vật chất,... khi gặp khó khăn, bế tắc trong cuộc sống, họ lại đi vào thế giới ảo để tìm lối thoát; đắm mình trong thế giới ảo, dễ dàng bày tỏ trên mạng, quên đi cuộc sống hiện tại và con người thực của chính mình.

2.6. Sự phụ thuộc mạng xã hội và nghiện mạng xã hội

Nhiều nghiên cứu chỉ ra rằng, các trang web MXH có sức mạnh rất lớn khi nó khiến người sử dụng bị phụ thuộc và việc sử dụng liên tục lại ngày càng củng cố sự phụ thuộc ấy. David Greenfield cho rằng có nhiều dịch vụ trên internet tạo ra sự chia li, sự sai lệch về thời gian, và có khoảng 6% cá nhân sử dụng internet bị những điều đó tác động đến cuộc sống của họ [3, tr.135]. Một số kết quả nghiên cứu khác cho rằng có thể có một số tác động có hại từ việc sử dụng Internet nhiều, điều này dường như làm tăng một số biện pháp cách ly xã hội và trầm cảm. Greenfield nhận thấy, Internet có thể tạo ra những thay đổi rõ ràng về tâm trạng; gần 30% người dùng Internet thừa nhận sử dụng MXH để thay đổi tâm trạng của họ nhằm giảm bớt trạng thái tâm trạng tiêu cực. Nói cách khác, họ sử dụng Internet như một loại ma túy. Isbulan cho rằng sức mạnh của MXH trực tuyến lớn tới mức mà “Các nghiên cứu về nghiện đã nhấn mạnh vị trí của nghiện MXH cũng đặc biệt như nghiện thuốc lá hay rượu” [5]. Kuss và Griffiths cho rằng, những người nghiện MXH cũng có những trải nghiệm giống như những người lạm dụng chất hay có các hành vi nghiện khác [8]. Sergerie và Lajoie nhấn mạnh thêm, việc lạm dụng internet có thể gây ra cảm giác căng thẳng và các khó khăn trên bình diện tâm lý, xã hội và nghề nghiệp [10]. Lý do mà các cá nhân ngày càng phụ thuộc và nghiện MXH, là bởi sự kết hợp của nội dung có sẵn, dễ truy cập, tiện lợi, chi phí thấp, kích thích thị giác, quyền tự chủ và ẩn danh – tất cả đều góp phần tạo ra trải nghiệm thần kinh cao. Bằng cách tác động tâm lý, có nghĩa là thay đổi tâm trạng và có khả năng tác động đến hành vi. Nói cách khác, những công nghệ này ảnh hưởng đến cách con người sống và có thể góp phần vào các tác động tâm lý tiêu cực ở các mức độ khác nhau.

3. KẾT LUẬN

Nhìn chung, các nhà nghiên cứu nước ngoài đã có nhiều công trình nghiên cứu về MXH, các nghiên cứu chủ yếu tập trung vào nhóm đối tượng là học sinh và sinh viên. Còn tại Việt Nam, các nghiên cứu mà chúng tôi tìm được hầu hết sử dụng phương pháp nghiên cứu tài liệu, hoặc phương pháp quan sát có tính chất cảm tính. Qua đó cũng thấy rằng nghiên cứu tại Việt Nam nói chung về MXH là chưa nhiều và nghiên cứu về MXH với SV có rất ít. Việc tham khảo các nghiên cứu của các tác giả đi trước giúp chúng tôi có thêm cơ sở khoa học để xây dựng hệ thống lý luận và phương pháp luận nghiên cứu về MXH. Từ đó, chỉ ra thực trạng sử dụng MXH và luận giải các biện pháp sử dụng MXH an toàn cho sinh viên ngành công tác xã hội (CTXH), Trường Đại học Thủ đô Hà Nội trong thời đại công nghệ số hiện nay.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Trịnh Hòa Bình & Lê Thế Linh (2015), “Mạng xã hội trực tuyến của giới trẻ ở đô thị hiện nay”,

- Tạp chí xã hội học số 1 (129), tr52-59.*
2. Boyd, D. (2007), *Why Youth (Heart) Social Network Sites: The Role of Networked Publics in Teenage Social Life*, MacArthur Foundation Series on Digital Learning - Youth, Identity, and Digital Media Volume (ed. David Buckingham), Cambridge, MA: MIT Press.
 3. Hayes B (2008), "Cloud computing", *Communications of the ACM*, 51(7):9–11.
 4. Onur Isbulan (2012), "A new addiction for teacher candidates: Social network", *The Turkish Online Journal of Educational Technology*, 11 (3), 14-19.
 5. Klein, A. (2001), "Les homepages, nouvelles écritures de soi, nouvelles lectures de l'autre", *Spirale Revue de Recherches en Éducation*, 28, 67-82.
 6. Trần Hữu Luyện, Trần Thị Minh Đức, Bùi Thị Hồng Thái (2015), *Mạng xã hội với sinh viên*, Nxb. Đại học Quốc gia Hà Nội, Hà Nội.
 7. Kuss, DJ, Griffiths, M.D, (2011), "Excessive online social networking: Can adolescents become addicted to Facebook?", *Education and Health* 29, Vol.29 No. 4, 68-71.
 8. Manago, A.A. and others (2007), *Self - Presentation and Gender Differences on the MySpace Network*, Department of Psychology, UCLA.
 9. Sergerie, M-A., Lajoie, J. (2007), "Internet: usage problématique etf usage approprié", *Revue québécoise de psychologie*, 28(2), p.149 - 159.
 10. Valkenburg, P., Peters, J. (2007), "Preadolescents' and Adolescents' Online Communication and Their Closeness to Friends", *Developmental Psychology* 43 (2), 267-77.

RESEARCHES ABOUT SOCIAL NETWORKS IN THE WORLD AND VIETNAM

Abstract: *This article aims to analyze the works of authors around the world on social networks in the following directions: (i) The perception of friends on social networks; (ii) The needs and benefits of using social networks; (iii) Personal identity shows on social networks; (iv) Self-disclosure and confidentiality of information on social networks; (v) Risks and risky behaviours from social networks and (vi) Dependence on social network and social media addiction. The reference to the studies of the previous authors helps us have a more scientific basis and build the theoretical system and research methodology on social networks. It then points out the current situation of using social media, explains measures to safely use social media for students in social work (social work) at Hanoi Metropolitan University in the digital age nowadays.*

Keywords: *Social networks, benefits of social networks, risks of social networks, addiction to social networks.*