

Tình trạng nghiện internet ở học sinh trung học cơ sở tại thành phố Biên Hòa, tỉnh Đồng Nai

Lê Minh Công¹

Nghiện internet đang là một chủ đề mới mẻ và còn nhiều bàn cãi cả trong học thuật lẫn bối cảnh lâm sàng. Nghiện internet dẫn tới nhiều hậu quả nghiêm trọng đối với cuộc sống của người nghiện, nhất là với thanh thiếu niên. Tuy nhiên, tại Việt Nam còn rất ít nghiên cứu về chủ đề này. Nghiên cứu nhằm xác định tỷ lệ nghiện internet ở học sinh trung học cơ sở (THCS) tại TP. Biên Hòa, Đồng Nai và mô tả một số đặc điểm của học sinh nghiện internet, sử dụng thiết kế nghiên cứu cắt ngang phân tích với bộ câu hỏi tự điền. Chọn mẫu cụm với cỡ mẫu là 391 học sinh trung học cơ sở (THCS) đại diện cho khối trường dân lập và công lập tại TP. Biên Hòa. Kết quả cho thấy tỷ lệ nghiện internet ở học sinh THCS là 12.3%. Học sinh nghiện internet có những biểu hiện tập trung ở việc mất kiểm soát, cảm xúc và giảm sút chất lượng học tập. Các đặc điểm liên quan đến gia đình, học lực, nguyên nhân, hậu quả của nghiện internet được phân tích trong nghiên cứu. Từ kết quả của nghiên cứu cho thấy rằng cần phải tiếp tục nghiên cứu sâu hơn về chủ đề này. Đồng thời cần phải có sự hỗ trợ từ phía xã hội, nhà trường, gia đình để giảm tình trạng nghiện internet ở học sinh. Nghiên cứu cũng đề xuất cần phải xây dựng một trung tâm chuyên biệt để can thiệp, phòng ngừa với đối tượng này.

Từ khóa: Nghiện internet, lạm dụng internet, internet, trung học cơ sở, Biên Hòa.

Internet addiction of secondary students in Bien Hoa city, Dong Nai province

Lê Minh Công¹

Internet addiction is a new and controversial topic both academically and clinically. It had caused serious consequences in the life of the addicts, especially the youth. However, there are only a few academic reports on these topics. The aim of the present study is to conduct an investigation of internet addiction rates among secondary students in Bien Hoa city, Dong Nai province as well as to describe characteristics of them, using cross-sectional study and self-administered questionnaires. A sample size comprising of 391 secondary students representing private and public schools in Bien Hoa province was made. Data reveals that 12.3% of informants show loss of emotion control and decrease in learning performance. The research focuses on analysis of major aspects such as: family, study, causes and negative impacts of internet addiction. Research findings shows the need for conducting a further study on this topic. At the same time, supports from family, school and society

are very important to reduce internet addiction in general. It is also recommended that a special center should be established for prevention and intervention of this phenomenon.

Key words: *Internet addiction, internet abuse, internet, secondary school, Bien Hoa.*

Tác giả

I Trường Đại học Khoa học Xã hội và Nhân văn - Đại học Quốc gia TP. Hồ Chí Minh.

1. Đặt vấn đề

Với những ứng dụng mang tính cách mạng, internet đang ngày càng trở thành phương tiện hữu ích cho đời sống con người và số lượng người sử dụng internet ngày càng tăng nhanh từ khi nó mới bắt đầu xuất hiện đến nay.

Cùng với sự phát triển của dịch vụ internet, các báo cáo lâm sàng về những trường hợp lạm dụng internet cũng tăng nhanh. Theo các nghiên cứu tại Hoa Kỳ và châu Âu cho thấy có khoảng 2 - 10% thanh thiếu niên (TTN) sử dụng internet đủ tiêu chuẩn nghiện (Young, 1996; Orzack, 1997; Davis, 1999; Cooper, 2002; Griffiths, 2004). Châu Á có thể được coi là khu vực có số lượng người sử dụng internet tăng nhanh, cùng với đó là các nghiên cứu cho thấy tỷ lệ người nghiện internet ngày càng nhiều. Tại Trung Quốc, các nghiên cứu cho thấy có khoảng 8,40% người sử dụng internet bị nghiện, nghiên cứu tương tự tại Đài Loan là 17,55%, tại Hàn Quốc là 11,05% (Cui, Zhao, Wu & Xu, 2006; Yang, 2001; Jang, Wang, Choi, 2008). Bên cạnh đó, các báo cáo nghiên cứu trên toàn thế giới trong suốt 2 thập niên vừa qua đã mô tả một bức tranh khá toàn diện về nghiện internet, bao gồm các vấn đề như mô tả đặc điểm lâm sàng của nghiện internet, nguyên nhân, vấn đề hậu quả, điều trị của nghiện internet mà chủ yếu là nghiên cứu trên đối tượng TTN. Tuy vậy, nghiện internet vẫn chưa được các Hiệp hội Tâm thần trên thế giới công nhận là một rối loạn có đủ tiêu chuẩn chẩn đoán và chủ đề này được khuyến khích như là một chủ đề nghiên cứu mới mẻ, hấp dẫn với các nhà nghiên cứu trên thế giới (Davis, 2006; Griffiths, 2008; Young, 2010).

Thế hệ TTN Việt Nam hiện nay là thế hệ đầu

tiên được tiếp cận với internet một cách rộng rãi. Các nghiên cứu đã thực hiện cho thấy sự gia tăng về số lượng TTN sử dụng internet. Điều tra Quốc gia về TTN mới đây (Bộ Y tế, Tổ chức Y tế Thế giới và Quỹ Nhi đồng Liên Hiệp Quốc, 2005) cho thấy 50% TTN ở thành thị và 13% TTN ở nông thôn đã sử dụng internet. Một nghiên cứu khác (2004) đã xác định internet là một không gian mới ở Việt Nam, nơi mà TTN có thể trao đổi khá thoải mái (Đức, 2008).

Sử dụng internet, nhất là chức năng chơi game trực tuyến một cách quá mức đang là một vấn đề đáng báo động của toàn xã hội. Các cơ quan truyền thông ngày càng cảnh báo các trường hợp TTN giết người, cướp của, đánh nhau, phạm tội do tác động từ internet. Các cơ sở thực hành ngày càng tiếp nhận nhiều trường hợp có vấn đề bệnh lý lâm sàng ảnh hưởng từ việc sử dụng internet quá mức. Tuy nhiên, các nghiên cứu về nghiện internet ở Việt Nam vẫn còn khá mờ nhạt và rất lẻ tẻ, chủ yếu là các báo cáo lâm sàng chứ chưa có các nghiên cứu về chủ đề này (Trần, 2009; Lê, 2010). Một số nghiên cứu chỉ tập trung về mô tả yếu tố tâm lý - xã hội của TTN sử dụng internet, hay chức năng trò chơi trực tuyến (Trình, 2008; Trần, 2010; Nguyễn, 2008). Chính vì thế, việc thực hiện các nghiên cứu thực chứng về chủ đề này ở Việt Nam là rất quan trọng, góp phần vào lý luận chung của chủ đề và mở ra các hướng nghiên cứu tiếp theo. Đồng thời giúp các nhà thực hành lâm sàng có một cái nhìn khách quan khi tiến hành can thiệp với đối tượng này. Vì vậy, tôi triển khai đề tài Tình trạng nghiện internet ở học sinh trung học cơ sở tại thành phố Biên Hòa, Đồng Nai năm 2011 với các mục tiêu cụ thể sau:.

- Xác định tỷ lệ nghiện internet ở học sinh THCS tại Tp. Biên Hoà tỉnh Đồng Nai năm 2011.
- Mô tả một số đặc điểm của học sinh THCS nghiện internet ở học sinh THCS tại Tp. Biên Hòa.

2. Phương pháp nghiên cứu

2.1. Đối tượng nghiên cứu:

Đối tượng nghiên cứu là học sinh THCS tại thành phố Biên Hòa, tỉnh Đồng Nai

2.2. Phương pháp nghiên cứu:

+ Phương pháp chọn mẫu.

Chúng tôi chia nghiên cứu thành 2 giai đoạn tương ứng với 2 nhóm mẫu. Phương pháp chọn mẫu thuận tiện.

Để tiến hành chọn mẫu nghiên cứu xác định tỷ lệ nghiện internet (giai đoạn 1), chúng tôi lựa chọn 2 trường THCS là trường THCS Quyết Thắng và Bùi Thị Xuân, đại diện là khối trường công lập và khối trường dân lập. Mỗi khối trường chúng tôi chọn ngẫu nhiên 4 lớp ở 4 khối lớp là 6,7,8,9. Kết quả nhóm đối tượng nghiên cứu sàng lọc được lựa chọn là 400 em.

Để tiến hành nghiên cứu thực trạng (một số đặc điểm ở học sinh THCS nghiện internet), chúng tôi lựa chọn 39 học sinh đủ tiêu chuẩn nghiện internet đã được xác định ở phần nghiên cứu tỷ lệ.

+ Phương pháp nghiên cứu

Thiết kế nghiên cứu: Nghiên cứu sử dụng thiết kế nghiên cứu cắt ngang phân tích.

Công cụ và kỹ thuật nghiên cứu:

- Trắc nghiệm nghiện internet của Young (1996) đã được thích ứng với phạm vi nhỏ tại Việt Nam với độ tin cậy đủ mạnh (Cronbach/Alpha = 0.853) (Internet addiction test - IAT) (Lê, 2010). Bảng tiêu chuẩn chẩn đoán nghiện internet của Young (1996) (Internet Addiction Diagnostic Questionnaire - IADQ). Hai công cụ trên sử dụng nghiên cứu xác định tỷ lệ nghiện internet.

- Bảng câu hỏi phát vấn tự diễn đã được thiết kế sẵn khi tham khảo tài liệu và khảo sát định lượng từ trước, đồng thời dựa vào các chỉ số tương ứng với mục tiêu. Các biến số được xác định khảo sát bao gồm các đặc điểm về tâm lý khi nghiện internet, các yếu tố liên quan như thời gian sử dụng, yếu tố gia đình, học tập, quan hệ xã hội.

Nghiên cứu một số trường hợp (case study) để

làm nổi bật mục tiêu nghiên cứu.

- Sử dụng phần mềm SPSS 11.5 để phân tích trung bình cộng, tỷ lệ phần trăm, kiểm định T - test,...

Nghiện internet vẫn còn là một thuật ngữ mới mẻ với nhiều nhà nghiên cứu. Hiện có khoảng gần 10 cách tiếp cận đưa ra các khái niệm nghiện internet khác nhau, một số khái niệm tiếp cận nghiện internet như một rối loạn kiểm soát xung lực, một số khác tiếp cận như một rối loạn nghiện chất. Trong nghiên cứu của mình, chúng tôi sử dụng khái niệm nghiện internet của Griffiths (1998) (dẫn lại theo Young, 2010) và có 6 tiêu chuẩn đánh giá như một tình trạng nghiện thông thường như sau:

- Sự nổi bật (salience): Khi sử dụng internet trở thành hoạt động hầu như rất quan trọng trong cuộc sống con người nó ảnh hưởng đến suy nghĩ (mối bận tâm quá nhiều và sự sai lệch nhận thức), cảm giác (sự thèm muốn sử dụng) và hành vi (giảm các hành vi xã hội). Trong nhiều trường hợp, mặc dù không thực sự sử dụng internet nhưng cá nhân vẫn nghĩ về thời gian lên mạng kế tiếp mà anh ta sẽ thực hiện.

- Thay đổi cảm xúc (mood modification): Cá nhân có những trải nghiệm về cảm xúc tiêu cực (như buồn chán, lo âu, ...) khi sử dụng internet quá mức.

- Sức chịu đựng (tolerance): Đây là một quá trình tăng dần thời gian sử dụng internet, và luôn đạt được những cảm xúc như cũ khi sử dụng internet mặc dù có sự thay đổi những tác động.

- Triệu chứng rút lui (withdrawal symptoms): Có những cảm giác khó chịu và ảnh hưởng đến cơ thể khi bị gián đoạn hoặc đột ngột giảm sử dụng internet (cảm giác run, buồn rầu, hay cáu gắt,...).

- Xung đột (conflict): Liên quan giữa việc sử dụng internet và suy nghĩ về chúng (xung đột cá nhân), liên quan giữa việc sử dụng internet với các hành vi khác (công việc, việc học tập, cuộc sống xã hội, sở thích và quan tâm riêng) hay trong chính bản thân cá nhân (mâu thuẫn nội tâm hay cảm giác chủ quan về việc mất kiểm soát). Đó là sự lo lắng do cá nhân trải qua quá nhiều thời gian trên mạng.

- Sự tái phát (relapse): Lập đi lập lại những hành vi có nguy cơ cao của việc sử dụng internet quá mức sau một thời gian cá nhân kiêng kham và kiểm soát.

3. Kết quả nghiên cứu

Sau khi phát ra 400 bảng trắc nghiệm nghiện internet, chúng tôi thu về được 391 bảng trắc nghiệm hợp lệ. Số lượng bảng trắc nghiệm này được chúng tôi sử dụng cùng với việc đánh giá lại bằng bảng tiêu chuẩn chẩn đoán để xác định tỷ lệ nghiện internet.

3.1. Tỷ lệ học sinh THCS nghiện internet tại TP. Biên Hòa

Sau khi phân tích 391 bảng trắc nghiệm nghiện internet được thu về, chúng tôi thấy có 102 em trả lời đủ tiêu chuẩn nghiện internet, chiếm tỷ lệ 26,1%. Chúng tôi cho rằng bảng trắc nghiệm có thể chưa đủ khách quan để đánh giá xác định tỷ lệ nghiện internet, chúng tôi tiến hành phỏng vấn 102 em học sinh trên bằng bảng tiêu chuẩn nghiện internet. Kết quả cho thấy có 48 em đủ tiêu chuẩn nghiện internet, chiếm tỷ lệ 12,3%.

Kết quả nghiên cứu cũng cho thấy không có sự khác biệt có ý nghĩa về tỷ lệ nghiện internet giữa khối trường dân lập và công lập. Tỷ lệ nghiện internet ở trường THCS Quyết Thắng là 23 em chiếm 47,9%, trường Bùi Thị Xuân là 25 em chiếm 52,1% ($p = 0,69 > 0,05$).

Kết quả nghiên cứu cho thấy, tỷ lệ nghiện internet ở học sinh THCS theo khối lớp là có sự khác biệt rõ ràng, mức độ nghiện internet tăng lên theo từng khối lớp. Ở lớp 6 có 2 học sinh nghiện internet chiếm 4,2%, lớp 7 thì có 12 em học sinh nghiện internet chiếm 25,0%, lớp 8 thì có 15 em nghiện internet chiếm 31,2% và lớp 9 là 19 chiếm 39,6% ($p < 0,001$).

Nghiên cứu cho thấy tỷ lệ học sinh nam nghiện internet là 37 em chiếm 77,1%, học sinh nữ nghiện internet là 11 em chiếm 22,9%. Tuy nhiên, khách thể nghiên cứu là nam cũng nhiều hơn khách thể nghiên cứu là nữ nhiều lần. Điều này cho thấy không có sự khác nhau có ý nghĩa giữa tỷ lệ nghiện internet ở nam và nữ ($p > 0,05$).

3.2. Một số đặc điểm của học sinh THCS nghiện internet.

3.2.1. Vấn đề gia đình của học sinh THCS nghiện Internet.

Bảng 1 cho thấy, nghề nghiệp của bố mẹ của học sinh THCS nghiện internet tập trung vào nhóm nghề lao động phổ thông (chân tay) và buôn bán. Điều này lý giải rằng bố mẹ làm công việc lao động chân tay thường có nhận thức về internet thấp và

Bảng 1. Vấn đề của gia đình học sinh THCS nghiện internet

Các biến số	Tỷ lệ (%) N = 39
<i>Nghề nghiệp của Bố</i>	
Thất nghiệp	5,1
Nội trợ	2,6
Lao động phổ thông	59,0
Buôn bán	28,2
Công chức	5,1
<i>Nghề nghiệp của Mẹ</i>	
Thất nghiệp	-
Nội trợ	28,2
Lao động phổ thông	33,3
Buôn bán	35,9
Công chức	2,6
<i>Số thứ tự của học sinh nghiện internet trong gia đình</i>	
Con một	17,9
Con đầu	23,1
Con thứ 2	41,0
Con thứ 3 trở lên	17,9
<i>Điều kiện kinh tế gia đình</i>	
Nghèo	5,1
Trung bình	33,3
Khá	59
Giàu	2,6
<i>Tình trạng hôn nhân của bố mẹ</i>	
Sống cùng nhau	66,7
Ly thân	2,6
Ly dị	15,4
Bố hay mẹ đã chết	10,3
Bố hay mẹ thường xuyên không có ở nhà	5,1

khó kiểm soát các em sử dụng internet. Còn các bậc cha mẹ làm nghề kinh doanh buôn bán thường bận bịu, ít có thời gian quan tâm và kiểm soát các em trong việc sử dụng internet phù hợp.

Số thứ tự của học sinh THCS nghiện internet chủ yếu là con thứ 2 trong gia đình có hai người con (chiếm 41,0%). Kết quả phân tích cũng cho thấy đa số học sinh THCS nghiện internet là sống trong gia đình có điều kiện kinh tế khá giả và trung bình. Điều này không phù hợp với một số báo cáo trước đó cho thấy nghiện internet tập trung ở nhóm học sinh có điều kiện gia đình khó khăn và giàu.

Kết quả nghiên cứu cũng cho thấy rằng đa số học sinh nghiện internet sống trong gia đình có bố và mẹ sống chung với nhau (có 26 em chiếm 66,7%). Chỉ một số nhỏ sống trong gia đình có tình trạng ly tán hoặc bố mẹ đã mất (tỷ lệ là 15,4% và bố hay mẹ chết là 10,3%). Qua số liệu trên cho thấy tình trạng ly tán gia đình (ly hôn hay bố hoặc mẹ mất) ảnh hưởng phần nào đến tình trạng nghiện internet của học sinh. Tuy nhiên, số liệu cũng cho thấy tình trạng trên không phải là yếu tố tác động lớn nhất, điều đó thể hiện rõ nhất ở tỷ lệ 66,7 % học sinh nghiện internet vẫn có bố mẹ sống chung với nhau.

3.2.2. *Học lực của học sinh THCS nghiện internet.*

Bảng 2. Học lực của học sinh THCS nghiện internet

N	Học lực				Tổng
	Yếu	Trung bình	Khá	Giỏi	
N	1	19	16	3	39
%	2,6	48,7	41,0	7,7	100

Bảng 2 cho thấy rằng tỷ lệ học sinh nghiện internet có học lực trung bình và khá chiếm đa số trong tổng số khách thể nghiên cứu. Học sinh có học lực giỏi và yếu chiếm tỷ lệ không đáng kể trong khách thể nghiên cứu là học sinh nghiện internet.

3.3. Một số biểu hiện tâm lý, nguyên nhân, hậu quả của học sinh nghiện internet.

3.3.1. *Biểu hiện tâm lý của học sinh THCS nghiện internet.*

Bảng 3 cho thấy biểu hiện "ngừng, cắt giảm sử dụng internet không thành công" có điểm trung bình là 1,56 (xếp thứ 1), biểu hiện "sử dụng thời gian nhiều hơn so với dự kiến" có điểm trung bình là 1,46 (xếp thứ 2), biểu hiện "luôn luôn bận tâm với internet" có điểm trung bình là 1,38 (xếp thứ 3), biểu hiện "sử dụng internet để lấn át các vấn đề của cuộc sống (khó khăn, tâm trạng không vui,...)" có điểm trung bình là 1,28 (xếp thứ 4) và biểu hiện "cảm giác bồn chồn, buồn bã, trầm uất, bứt rứt khi cắt hoặc giảm sử dụng internet" có điểm trung bình là 1,25 (xếp thứ 5). Điều này cho thấy, các biểu hiện tâm lý liên quan đến việc mất kiểm soát sử dụng internet và biểu về các khó khăn cảm xúc, hành vi chiếm ưu thế ở học sinh THCS nghiện internet.

3.3.2. *Nguyên nhân dẫn tới nghiện internet ở học*

Bảng 3. Biểu hiện tâm lý của học sinh nghiện internet

STT	Biểu hiện	Mức độ								ĐTB	SD	Thứ bậc
		RTK		TX		TT		KBG				
		N	%	N	%	N	%	N	%			
1	Luôn bận tâm về internet	1	2,6	14	35,9	23	59	1	2,6	1,38	0,59	3
2	Tăng thời gian sử dụng internet để thoát nỗi	2	5,1	5	12,8	20	51,3	12	30,8	0,92	0,40	7
3	Ngừng, cắt giảm sử dụng internet nhưng không thành công	6	15,4	16	41,0	11	28,2	6	15,4	1,56	0,54	1
4	Cảm giác bồn chồn, buồn bã, trầm uất, bứt rứt khi cắt hoặc giảm sử dụng internet	4	10,3	12	30,8	15	38,3	10	25,6	1,25	0,96	5
5	Sử dụng internet nhiều hơn thời gian dự kiến	4	10,3	14	35,9	17	43,6	4	10,3	1,46	0,82	2
6	Sử dụng internet gây nguy cơ đến học tập	3	7,7	8	20,5	18	46,2	10	25,6	1,10	0,62	6
7	Mất hứng thú tham gia trong cuộc sống thực	1	2,6	3	7,7	6	15,4	29	74,4	0,38	0,74	9
8	Nổi dè dặt ngại về việc sử dụng internet	1	2,6	5	12,8	15	38,5	18	46,2	0,71	0,79	8
9	Sử dụng internet để	7	17,9	6	15,4	17	43,6	9	23,1	1,28	1,02	4

sinh THCS.

Bảng 4 cho thấy nhóm nguyên nhân nổi lên hàng đầu dẫn tới nghiện internet ở học sinh THCS là: Có chức năng về âm thanh, xem phim,... yêu thích, tiếp cận thông tin dễ dàng, thoát khỏi sự buồn chán, thỏa mãn nhu cầu kết bạn, mở rộng quan hệ, và sử dụng internet (trò chơi trực tuyến) cho cảm giác giải hơn, khẳng định được bản thân. Kết quả nghiên cứu cho thấy ở lứa tuổi học sinh THCS thì việc mong muốn tiếp cận cái mới, nhu cầu mở rộng quan hệ bạn bè luôn là những vấn đề đáng quan tâm. Đồng thời, sự cô đơn, buồn chán và thiếu kỹ năng tâm lý - xã hội, thiếu cơ hội khẳng định bản thân trong cuộc sống thực là những nguyên nhân dẫn tới nghiện internet ở học sinh THCS. Đồng thời nguyên nhân nghiện internet còn do sự thu hút của các chức năng internet.

3.3.3. *Hậu quả của học sinh THCS nghiện internet*

Bảng 4. Nguyên nhân sử dụng internet của học sinh THCS

STT	Biểu hiện	Mức độ			ĐTB	SD	Thứ bậc
		TX	TT	KHG			
1	Tạo dựng hình ảnh và thể hiện bản thân	9 (33,1%)	20 (51,3%)	10 (25,6%)	0,97	0,70	9
2	Giao lưu, kết bạn, kết bạn online và không có bạn bè	11 (38,2%)	18 (46,2%)	10 (25,6%)	1,02	0,74	7
3	Sử dụng internet vì không biết làm gì khác	14 (35,9%)	17 (43,6%)	8 (20,5%)	1,15	0,74	6
4	Thất bại học tập	10 (25,6%)	15 (38,5%)	15 (35,9%)	0,89	0,78	10
5	Đo bạn bè sử dụng	6 (15,4%)	10 (25,6%)	23 (59,0%)	0,56	0,75	12
6	Thời gian nhàn rỗi để làm một công việc	17 (43,6%)	20 (51,3%)	2 (5,1%)	1,18	0,59	4
7	Sử dụng internet để chơi trò chơi online cho cảm giác, giải buồn, không được bạn thân	15 (38,5%)	16 (41,0%)	8 (20,5%)	1,17	0,75	5
8	Thời gian sử dụng internet	19 (48,7%)	17 (43,6%)	5 (12,7%)	1,41	0,60	3
9	Tiếp cận thông tin dễ dàng	28 (71,8%)	10 (25,6%)	1 (2,6%)	1,69	0,52	2
10	Giúp tạo ra sự giao lưu và tích thích sự khám phá	13 (33,1%)	21 (53,8%)	9 (23,1%)	1,00	0,68	8
11	Có chức năng về học thuật, học thêm, yêu thích	32 (82,1%)	6 (15,4%)	1 (2,6%)	1,79	0,46	1
12	Sử dụng internet để tham gia các hoạt động xã hội	2 (5,1%)	0	37 (94,9%)	0,10	0,44	14
13	Để tìm các hình ảnh, hình ảnh	1 (2,6%)	0	38 (97,4%)	0,02	0,16	15
14	Sử dụng internet để chơi trò chơi online	6 (15,4%)	18 (46,2%)	15 (38,5%)	0,76	0,70	11
15	Có liên quan đến việc sử dụng	1 (2,6%)	6 (15,4%)	12 (31,1%)	0,20	0,46	13

Bảng 5 cho thấy, biểu hiện hậu quả "ít làm việc nhà" (hạng 1), biểu hiện "mỏi lưng, mệt mỏi, hay căng thẳng" (hạng 2), biểu hiện "kém tập trung trong học tập" (hạng 3), "hay cáu gắt với người khác" (hạng 4) và "luôn buồn ngủ", "ít tham gia các hoạt động xã hội" (hạng 5). Như vậy, biểu hiện về hậu quả của nghiện internet của học sinh THCS rất đa dạng, tuy nhiên tập trung nhiều vào vấn đề mối quan hệ xã hội của người nghiện và vấn đề sức khỏe của các em, cả về vấn đề sức khỏe thể chất và tinh thần.

4. Bàn luận

4.1. Về tỷ lệ nghiện internet ở học sinh THCS

Nghiên cứu của chúng tôi cho thấy tỷ lệ nghiện internet ở học sinh THCS là 12,3%. Kết quả này phù hợp với tỷ lệ nghiện internet ở một số nghiên cứu khác trên cộng đồng thanh thiếu niên mà nhiều tác giả châu Á khác đã công bố.

Tuy nhiên, các nghiên cứu từ châu Á, kể cả nghiên cứu của chúng tôi vẫn thể hiện một trong những yếu tố quan trọng đó là công cụ nghiên

Bảng 5. Hậu quả của việc sử dụng internet ở học sinh THCS nghiện internet

STT	Biểu hiện	Mức độ						ĐTB	SD	Thứ bậc		
		RTY		TX		TT						
		N	%	N	%	N	%					
1	Kém tập trung trong học tập	3	7,7	4	10,3	16	41,0	0,84	0,90	3		
2	Giảm sức học tập	1	2,6	7	17,9	13	33,3	0,62	0,76	4		
3	Ít tiếp xúc bạn bè	1	2,6	4	10,3	15	38,5	0,66	0,77	5		
4	Ít tham gia các hoạt động xã hội	0	0	4	10,3	20	51,3	0,71	0,64	5		
5	Ít nói chuyện với gia đình	1	2,6	1	2,6	10	25,6	0,62	0,58	13		
6	Ít làm việc nhà hơn	1	2,6	8	20,5	17	43,6	1,1	1,07	1		
7	Luôn quấy rối, mệt mỏi, ngại giao tiếp với người khác	2	5,1	3	7,7	9	23,1	0,53	0,85	10		
8	Đau nhức mắt	0	0	19	48,7	17	43,6	3	7,7	0,68	5	
9	Mỏi lưng, mệt mỏi, hay căng thẳng	0	0	28	71,1	10	25,6	1	2,6	1,05	2	
10	Luôn buồn ngủ	0	0	9	23,1	21	53,8	0,71	0,88	5		
11	Thức giấc ban đêm và khó ngủ	0	0	32	82,1	6	15,4	1	2,6	0,35	0,77	14
12	Hay cáu gắt, nóng giận	0	0	2	5,1	0	0	37	94,9	0,43	0,71	12
13	Sử dụng email, chat, hình ảnh, video (thực tế)	0	0	0	0	1	2,6	38	97,4	0,02	0,16	15
14	Hết hộp, lo lắng, bồn chồn	0	0	6	15,4	18	46,2	0,51	0,79	11		
15	Hay cáu gắt với người khác	0	0	1	2,6	6	15,4	32	82,1	0,76	0,95	4
16	Cảm xúc khó khăn	2	5,1	3	7,7	11	28,2	0,58	0,84	8		
17	Biếng ăn, buồn ngủ	1	2,6	5	12,8	9	23,1	24	61,5	0,56	0,82	9
18	Áp lực học tập	1	2,6	0	0	5	12,8	37	94,9	0,20	0,57	15
19	Bên trên mạng thì vui vẻ	2	5,1	1	2,6	11	28,2	23	59,0	0,59	0,84	7
20	Đồng lòng tình hình học tập của nhân viên	1	2,6	5	12,8	9	23,1	24	61,5	0,56	0,82	9

cứu phù hợp. Các nghiên cứu từ Hoa Kỳ và châu Âu cho thấy tỷ lệ nghiện internet chỉ từ 2 - 6% (Young, 1998, Griffiths, 2006, Davis, 2006,...). Điều này thể hiện cho thấy chủ đề nghiên cứu internet vẫn còn là một vấn đề chưa được thống nhất, kể cả trong nghiên cứu dịch tễ.

Quốc Gia	Số nghiên cứu cập nhật	Cỡ mẫu	Tỷ lệ
China	8	7656	8,40
Taiwan	5	6463	17,55
Korea	6	4266	11,05
HongKong	1	699	37,90

Nguồn: Ma, Regina M. Hechanova and Jennifer Cincz; Internet tại Châu Á - Thực tế hay ảo tưởng; <http://www.idrc.ca>

Các nghiên cứu khác nhau vẫn chưa cho thấy tỷ lệ nghiện internet phân theo giới tính, lứa tuổi, văn hóa trường học. Nghiên cứu của chúng tôi đã xác định được vấn đề này. Tuy nhiên, trong nghiên cứu của chúng tôi, phương pháp chọn mẫu và cỡ mẫu vẫn chưa đại diện và đủ độ tin cậy cao, chính vì thế về tỷ lệ vẫn chưa đại diện cho đối tượng nghiên cứu.

4.2. Vấn đề gia đình và học lực của học sinh THCS nghiện internet

Học sinh có biểu hiện nghiện internet chủ yếu tập trung ở các em có học lực trung bình và khá, có bố mẹ làm lao động phổ thông và buôn bán, có điều kiện kinh tế gia đình trung bình và khá, tỷ lệ bố mẹ sống cùng nhau tương đối cao. Nhiều nghiên cứu về chủ đề này cũng có kết quả tương tự (Brener, 1997; David, 1999; Young, 2006). Điều này cho thấy các yếu tố gia đình và học lực chỉ ảnh hưởng một phần nhỏ đến tình trạng nghiện internet ở các em. Điều quan trọng là các em thiếu định hướng giá trị, thiếu kỹ năng sống và kiểm soát bản thân. Ở lứa tuổi THCS các em có nhu cầu mở rộng quan hệ xã hội cao, trong khi các em lại thiếu hụt kỹ năng quan trọng để ứng xử cuộc sống. Chính điều này là nguy cơ cao dẫn tới tình trạng nghiện internet ở các em.

4.3. Biểu hiện tâm lý, nguyên nhân, hậu quả của học sinh nghiện internet

Các biểu hiện liên quan đến mất khả năng kiểm soát thời gian khi sử dụng internet và biểu hiện liên quan đến khó khăn về cảm xúc, hành vi chiếm ưu thế trong nghiên cứu của chúng tôi. Điều này cho thấy khi sử dụng internet đến mức nghiện, các em sẽ không thể thoát khỏi tương tác internet mà luôn bị bận tâm với nó. Nhiều nhà nghiên cứu cho rằng yếu tố số lượng thời gian không phải là quan trọng trong tiêu chuẩn nghiện internet (Griffiths, 2006; Young, 1996, 2007). Qua nghiên cứu này, chúng tôi cũng đồng tình với ý kiến này, và đề nghị yếu tố mất kiểm soát như là yếu tố quan trọng của nghiện internet. Đồng thời, các biểu hiện như là khó khăn cảm xúc, hành vi, khó khăn trong tương tác xã hội, suy giảm các chức năng xã hội, mẫu thuẫn nội tâm là yếu tố tiên quyết biểu hiện nghiện internet ở học sinh.

Về nghiên cứu nguyên nhân, có nhiều giả thiết về vấn đề này, và đây cũng còn đang là một vấn đề mới mẻ. Trong nghiên cứu của mình, chúng tôi không thể triển khai cùng một lúc để kiểm chứng

các nguyên nhân dẫn tới nghiện internet ở học sinh, đặc biệt là các nguyên nhân liên quan đến yếu tố sinh lý thần kinh. Vì vậy, nghiên cứu của chúng tôi chỉ như một bảng tổng hợp đánh giá ban đầu thực trạng một số nguyên nhân có thể dẫn tới nghiện Internet ở học sinh THCS.

Kết quả nghiên cứu của chúng tôi khá tương đồng với kết quả của Young (1997) khi cho rằng nguyên nhân của việc nghiện internet chính là do bản thân internet là một chức năng gây nghiện, đồng thời những vấn đề của cá nhân, đặc biệt là những khó khăn và nhận thức sai lệch về cuộc sống thường có nguy cơ cao dẫn tới nghiện thế giới ảo (Davis, 2001; Caplan, 2003). Tuy nhiên, nhóm các nguyên nhân liên quan đến khó khăn học tập, mối quan hệ bạn đồng lứa vốn là tiền tố của các rối loạn nghiện chất và các rối loạn tâm thần khác chưa được nghiên cứu sâu. Nhóm các nguyên nhân liên quan đến đặc điểm tâm lý lứa tuổi như quá trình đồng nhất hóa, tương tác liên cá nhân,... cũng chưa được nghiên cứu của chúng tôi chỉ ra. Một số các yếu tố văn hóa cũng chưa được chỉ ra trong nghiên cứu của chúng tôi. Điều này cho thấy nghiên cứu vẫn còn rất nhiều chế.

Nghiện internet thường để lại nhiều hậu quả đối với cá nhân về mặt sức khỏe thể chất, tinh thần, mối quan hệ, năng lực học tập, ... Trong nghiên cứu này, chúng tôi tập trung nghiên cứu một số hậu quả của việc nghiện Internet liên quan đến năng lực học tập, quan hệ xã hội, sức khỏe, cảm xúc và sự an toàn liên quan đến mạng. Như vậy, biểu hiện về hậu quả của nghiện internet của học sinh THCS rất đa dạng, tuy nhiên tập trung nhiều vào vấn đề mối quan hệ xã hội của người nghiện và vấn đề sức khỏe của các em, cả về vấn đề sức khỏe thể chất và tinh thần. Biểu hiện hậu quả liên quan đến học tập, quan hệ xã hội của học sinh THCS nghiện internet tập trung vào vấn đề các em ít quan tâm đến việc nhà, và kém tập trung học tập, giảm sút học lực, ít tham gia các hoạt động xã hội. Các kết quả về biểu hiện trong nghiên cứu của chúng tôi phù hợp với nhiều nghiên cứu khác nhau với một số nhà nghiên cứu từ châu Âu, Hoa Kỳ, và Bắc Á (Cooper, 2002; Gordon, 2006; Morahan - Martin, Schumacher, 1999; Young, 2007; Cao, Shu, 2008;...). Tuy nhiên, nghiên cứu của chúng tôi vẫn chưa mở rộng các hậu quả của nghiện internet ở lứa tuổi các em như vấn đề về an toàn mạng, lạm dụng hay bạo hành trên internet như các báo cáo khác

4.4. Một số kiến nghị

Nghiên cứu tiếp theo

Nghiên cứu internet là một chủ đề rất mới mẻ không những với các nhà nghiên cứu tại Việt Nam mà còn với nhiều nhà nghiên cứu tại các nước phát triển. Tại Việt Nam rất ít nghiên cứu về chủ đề này. Chính vì thế chúng tôi kiến nghị với các nghiên cứu tiếp theo cần tập trung vào mấy vấn đề sau: mở rộng nghiên cứu với cỡ mẫu đại diện và mở rộng đối tượng nghiên cứu; cần xem xét lại công cụ nghiên cứu để phù hợp với bối cảnh chung tại Việt Nam. Với nhóm đối tượng là thanh thiếu niên cần xem xét các yếu tố về đặc điểm tâm lý và yếu tố bạn đồng lứa như là những yếu tố tác động quan trọng. Nghiên cứu tiếp theo cũng cần làm rõ hơn và mô tả sâu hơn về các biểu hiện của nghiện internet, các yếu tố ảnh hưởng, hậu quả.

Nghiên cứu điều trị/ can thiệp nghiện internet còn rất ít do đó chúng tôi đề nghị cần có các nghiên cứu về chủ đề này. Đồng thời hướng tiếp cận nghiên cứu tiếp theo cần nghiên cứu tương quan đồng bệnh với nghiện internet, đặc biệt là các rối loạn tâm thần.

Gia đình, nhà trường, xã hội và học sinh

Cần truyền thông nâng cao nhận thức của thanh thiếu niên, người dân về những ảnh hưởng tiêu cực

của internet đối với cuộc sống, đặc biệt là vấn đề nghiện internet. Đồng thời, cùng nhau xây dựng và huấn luyện các kỹ năng sử dụng internet một cách hiệu quả.

Tổ chức nhiều sân chơi lành mạnh hơn nữa cho thanh thiếu niên, nhất là thanh thiếu niên thành thị. Điều này giúp các em có cuộc sống thực lành mạnh, sẽ là cơ hội để các em thoát ra khỏi thế giới ảo và là cơ hội để các em có nhiều trải nghiệm cuộc sống hơn, phòng ngừa nghiện internet ở các em.

Xây dựng các hoạt động giáo dục kỹ năng tâm lý - xã hội, tạo ra một môi trường giáo dục thân thiện, lành mạnh. Hướng tới việc giáo dục phát triển lành mạnh cái Tôi của mỗi học sinh và giáo dục học sinh có tính tự chủ cao phù hợp với nền tảng xã hội, văn hoá của dân tộc.

Các bậc phụ huynh cũng cần có những hiểu biết về internet và vấn đề nghiện internet để cùng trải nghiệm với các em những hữu ích từ internet mang lại, đồng thời chia sẻ để giúp các em phòng ngừa tình trạng nghiện internet.

Cần có một trung tâm chuyên biệt tại Việt nam để đánh giá, can thiệp, hỗ trợ, phòng ngừa và nghiên cứu sâu hơn về nghiện internet ở thanh thiếu niên và các đối tượng khác nữa.

Tài liệu tham khảo

Tiếng Việt

1. Hội khoa học Tâm lý - giáo dục Đồng Nai (2009). Kỹ yếu hội thảo khoa học "Nghiên Internet - game online: thực trạng và giải pháp", Đồng Nai.
2. Lê Minh Công (2009) Nghiện internet ở thanh thiếu niên, báo cáo qua ba trường hợp lâm sàng. (Kỷ yếu hội thảo quốc tế "Nhu cầu, định hướng và đào tạo tâm lý học đường Việt Nam), Viện Tâm lý học Việt Nam.
3. Lê Minh Công (2010). Phối hợp điều trị tâm lý cho một trường hợp nghiện game online. Tạp chí Tâm lý học Vol 2, Viện Tâm lý học.
4. Lê Minh Công (2011). Một số vấn đề lý luận và thực hành lâm sàng về nghiện internet. Tạp chí Tâm lý học, số tháng 6/2011, Viện Tâm lý học.
5. Nguyễn Thị Bích Hà, Hoàng Thị Xuân Dung, Trịnh Thị Quỳnh (2006). Tác động của game online tới thanh thiếu niên. Đề tài cấp ĐH Quốc Gia Hà Nội.

Tiếng Anh

6. Alecia C. Douglas , Juline E. Mills, et... (2008). Internet addiction: Meta-synthesis of qualitative research for the decade 1996-2006. Computers in Human Behavior 24, 3027-3044
7. Allan L. Riess, et ... (2007). Gender differences in the mesocorticolimbic system during computer game-play Stanford School of Medicine, CA, USA.
8. Child Health Promotion Research center and Edith Cowan University (2009) Review of Existing Australian and International Cyber- Safety Research.
9. F. Cao and L. Su. Internet addiction among Chinese

adolescents prevalence and psychological features. Child-care, health and development, 33, 3, 275-281

10. Gordon M. Hart, Ph.D, et... (2009). Effects of Video Games on Adolescents and Adults. CYBERPSYCHOLOGY & BEHAVIOR Volume 12, Number 1.
11. Kimberly Young, Cristiano Nabuco de Abreu (2010). Internet addiction : A Handbook and guide to Evaluation and Treatment. John Wiley & Sons, Inc.
12. Laura Widyaoto & Mark Griffiths (2006). 'Internet Addiction': A Critical Review. Int J Ment Health Addict 4: 31-51
13. Ma, Regina M. Hechanova and Jennifer Czinca. Internet addiction in Asia. Reality or Myth?. <http://www.idrc.ca>
14. Mark Griffiths (2008). Internet and Video - game Addiction. Adolescent Addiction: Epidemiology Assessment and treatment.
15. R.A Davis (2001). A cognitive-behavioral model of pathological Internet use; Computers in Human Behavior 17, 187±195
16. Soo Kyung Park, et...(2009). Prevalence of internet addiction and correlations with family factors among south Korean adolescents. Family Therapy, Volume 36, Number 3.
17. Subramaniam Mythily, Shijia Qin, Munidasa Winslow (2008). Prevalence and Correlates of Excessive Internet Use among Youth in Singapore. Annals Academy of Medicine Vol. 37 No. 1
18. Sue Fisher (1994). Identifying Video game addiction in children and adolescents. Addictive Behaviors. Vol 19. No5. 545 - 553.
19. Yair Amichai, Hamburger (2005). The Social Net- human behavior in cyberspace Oxford University Press.
20. <http://www.dsm5.org>