

NHÓM 1

THÁI ĐỘ CỦA SINH VIÊN ĐẠI HỌC CÔNG NGHIỆP TP.HCM VỀ CỘNG ĐỒNG LGBT

PHẦN MỞ ĐẦU

1. Lí do chọn đề tài

Khi nhắc tới cộng đồng LGBT nó là một thứ gì đó rất mới mẻ khiến cho ta phải suy ngẫm và đặt ra rất nhiều câu hỏi. Bởi đâu ai được quyền chọn cho mình giới tính và cách sống như thế nào mà đó là bản năng và cách mình tiếp nhận nó. Có một câu nói “Tôi không thể thay đổi sự thật rằng tôi là người đồng tính, nhưng tôi có thể thay đổi cách mọi người nhìn nhận về điều đó”. Khi đọc xong câu này thì nó càng làm chúng tôi muốn mọi người có thái độ khách quan hơn về cộng đồng LGBT bởi đâu đó ở ngoài xã hội kia vẫn còn xuất hiện đầy rẫy những suy nghĩ cổ hủ và lạc hậu. Những ánh mắt kì thị, những thái độ thô lỗ hay những lời nói miệt thị chỉ vì họ “khác người” sẽ ảnh hưởng không ít đến các bạn trong cộng đồng.

Lương Thế Huy và Phạm Quỳnh Phương (2015), đã tiến hành khảo sát 2362 người trên cả nước Việt Nam. Theo nghiên cứu chỉ ra cứ 3 người đã công khai bản thân thuộc cộng đồng LGBT thì có 1 người cảm thấy họ đã bị người khác kì thị trong suốt 12 tháng qua (33,3%). Ngoài ra, có những người chưa công khai về giới tính của mình với tất cả mọi người (16,4%) là bản thân thuộc cộng đồng LGBT vẫn cho rằng chính mình bị cũng bị kì thị trong 12 tháng qua.

Theo nghiên cứu học đường trên cơ sở giới tiến hành bởi UNICEF ở Việt Nam vào năm 2016, cho rằng học sinh thuộc LGBT đang bị bạo lực ở mức cao. Những bạn học sinh tự cho bản thân mình thuộc cộng đồng LGBT (cả các bạn không theo một chuẩn mực giới) đã từng phải chịu bạo lực về thể chất lên đến 71%, bạo lực về lời nói đến 72,2%, còn bạo lực về tâm lý xã hội 65,2%. Hơn thế nữa, học sinh LGBT còn trải qua hình thức bạo lực lẫn cả về tình dục 26% và bạo lực Internet, trên cộng đồng mạng xã hội là 20%. (UNICEF, 2016).

Theo nghiên cứu của Viện Nghiên cứu Xã hội Kinh tế và Môi trường (iSEE) vào năm 2023 với số lượng người tham gia là 2497 người trên khắp 63 tỉnh thành, học sinh thuộc cộng đồng LGBT phải chịu những bình luận tiêu cực, những hành vi phân biệt đối xử đến từ thầy cô nhà trường (20%). Chủ yếu là những lời nhận xét mang theo định kiến về giới tính “nam phải ra nam, nữ phải ra nữ” và hơn nữa còn yêu cầu phải thay đổi cử chỉ, điệu bộ và cả ngoại hình sao cho đúng với chuẩn mực (14,4%). Từ những hành động kì thị tại trường học nó đã ảnh hưởng không nhỏ đến tinh thần của các bạn thuộc trong cộng đồng khiến 7,8% những bạn học sinh chuyển giới phải rời bỏ việc học của mình giữa chừng (iSEE,2022).

Qua những nghiên cứu trên đã thể hiện sự kì thị, thái độ thô lỗ với LGBT tại trường học đang diễn ra hằng ngày. Nó có thể dẫn đến trầm cảm, tự ti với bản thân, luôn cho bản thân là “không bình thường” để rồi sợ hãi xã hội, sống khép kín hoàn toàn với xã hội và hậu quả tệ nhất là tự tử. Vì lí do đó nhóm đã thống nhất lựa chọn đề tài “Thái độ của sinh viên Đại học Công Nghiệp TP.HCM đối với cộng đồng LGBT” để tìm hiểu thái độ của sinh viên đang theo học tại trường có quan điểm như thế nào về cộng đồng và có những giải pháp cho cái nhìn tiêu cực đối với cộng đồng LGBT.

2. Mục tiêu nghiên cứu

2.1. Mục tiêu chính

Tìm hiểu ~~cụ thể~~ về thái độ của sinh viên tại trường Đại học Công nghiệp TP.HCM đối với cộng đồng LGBT.

2.2. Mục tiêu cụ thể

- a. Khảo sát, thu thập dữ liệu về thái độ của sinh viên Đại học Công nghiệp TP.HCM (IUH) với cộng đồng LGBT.
- b. Tìm kiếm những nguyên nhân dẫn đến những thái độ như trên.
- c. Đưa ra những giải pháp cải thiện những thái độ tiêu cực.

3. Câu hỏi nghiên cứu

- a. Thái độ của sinh viên đang học tập tại trường Đại học Công nghiệp TP.HCM về cộng đồng LGBT là như thế nào?

- b. Lí do vì sao họ lại có thái độ như vậy?
- c. Giải pháp nào dành cho những thái độ tiêu cực đối với cộng đồng LGBT?

4. Đối tượng và phạm vi nghiên cứu

4.1. Đối tượng nghiên cứu

Nghiên cứu về thái độ với cộng đồng LGBT của sinh viên đang theo học tại Đại học Công nghiệp TP.HCM.

4.2. Phạm vi nghiên cứu

- Thời gian: 8/8/2023 đến ngày 30/2/2024.
- Không gian: Đề tài được thực hiện tại trường Đại học Công nghiệp TP.HCM.
- Nội dung: Thái độ tích cực và tiêu cực với cộng đồng LGBT của sinh viên đang học tập tại trường Đại học Công nghiệp TP.HCM.
- Đối tượng thu thập thông tin: Sinh viên từ năm học thứ nhất đến năm học thứ tư đang học tập tại trường Đại học Công nghiệp TP.HCM.

5. Ý nghĩa khoa học và thực tiễn

5.1. Ý nghĩa khoa học

Đề tài nghiên cứu giúp có cái nhìn rõ hơn về thái độ của sinh viên Đại học Công nghiệp TP.HCM về cộng đồng LGBT. Hơn hết, đề tài còn được sử dụng làm tài liệu tham khảo cho các bài nghiên cứu sau này.

5.2. Ý nghĩa thực tiễn

Bài nghiên cứu cho thấy thái độ của sinh viên Đại học Công nghiệp TP.HCM về cộng đồng LGBT. Qua đó, giúp cho sinh viên có cái nhìn tích cực hơn và giúp cho các bạn trong cộng đồng dám khẳng định bản thân, dám sống thật với chính mình và cùng tạo nên một môi trường học nói không với phân biệt đối xử.

TỔNG QUAN TÀI LIỆU

1. Các khái niệm

1.1. Khái niệm thái độ

Theo nhà Tâm lí học Newcomb (1961): “Thái độ là thiên hướng hành động, tư duy nhận thức, cảm nhận của cá nhân tới một đối tượng hay sự việc có liên quan”. Trong một khía cạnh khác, thái độ còn được hiểu như là “một phản ứng mang tính chất đánh giá tích cực hay tiêu cực đối với một đối tượng nào đó (người, sự vật, hiện tượng, ý tưởng...) thể hiện qua ý nghĩ, xúc cảm hay hành vi dự định.” (dẫn theo [4])

Nhà tâm lý học người Mỹ Allport (1935) đã cho rằng “Thái độ là một trạng thái sẵn sàng về tinh thần và thần kinh, được tổ chức thông qua kinh nghiệm, tạo ra ảnh hưởng mang tính định hướng hoặc năng động đối với phản ứng của cá nhân đối với tất cả các đối tượng và tình huống mà nó có liên quan.” (dẫn theo [1])

Song song đó RiDavid Krech, Richard S. Crutchfield và Egerton S. Ballachey (1962) đã đưa ra định nghĩa rằng: “Thái độ là hệ thống lâu dài của những đánh giá tích cực hoặc tiêu cực, cảm xúc cảm xúc và xu hướng hành động ủng hộ hoặc chống đối đối với các đối tượng xã hội.” (dẫn theo [1])

Ở một quan điểm khác “Thái độ là khuynh hướng phản ứng, nhưng được phân biệt với các thái độ khác những trạng thái sẵn sàng như vậy ở chỗ chúng có xu hướng hướng tới việc đánh giá lại tài trợ.” (Osgood, Suci, & Tannenbaum, 1957). (dẫn theo [1])

Nhóm chúng tôi đã thống nhất và quyết định chọn khái niệm về thái độ của David Krech và Richard S. Crutchfield và Egerton S. Ballachey để định nghĩa về “thái độ” cho đề tài nghiên cứu này.

1.2. Khái niệm về cộng đồng LGBT

1.2.1. Khái niệm về thuật ngữ LGBT:

Theo bảng thuật ngữ của Viện nghiên cứu Xã hội Kinh tế và Môi trường (iSEE,2014), LGBT chính là cụm từ viết tắt cho những người bị thu hút về tình yêu và tình dục khác biệt với những người dị tính. Lần lượt là:

1.2.2. Người dị tính (Straight)

Cũng theo Viện nghiên cứu Xã hội Kinh tế và Môi trường (iSEE,2014) người dị tính là những người thường được gọi với cái tên là “trai thẳng”, “gái thẳng” và là những người bị người khác giới thu hút về mặt tình cảm cũng như là tình dục.

1.2.3 Đồng tính nữ (Lesbian)

Khi xét về khía cạnh giới tính sinh học thì những người đồng tính nữ vẫn được coi là nữ giới, tuy nhiên về họ thường bị hấp dẫn với các bạn nữ khác về tình cảm và tình dục. (iSEE,2014).

1.2.4. Đồng tính nam (Gay)

Những người là đồng tính nam về mặt giới tính sinh học họ vẫn là nam nhưng họ cũng chỉ bị thu hút về tình yêu cũng như tình dục với các bạn nam khác (iSEE,2014)

. 1.2.5. Song tính hoặc lưỡng tính (Bisexual)

Người song tính đều bị thu hút ở cả hai giới về mặt tình cảm, thể chất và tình dục. Họ không phân biệt, quan trọng về giới tính của đối phương (nam hoặc nữ). Họ đều có khả năng có cảm xúc và quan hệ tình dục với cả hai giới (iSEE,2014) .

1.2.6. Người chuyển giới (Transgender)

Họ có cơ thể là nam nhưng họ lại có suy nghĩ cho rằng bản thân mình là giới nữ và ngược lại. Hiện nay nhiều người vẫn còn hiểu lầm về người đồng tính muốn chuyển giới. Bởi vì, người đồng tính họ vẫn muốn bản thân là nam hoặc nữ họ chỉ yêu người đồng giới, còn người chuyển giới họ mong muốn chuyển đổi giới tính sinh học của mình (iSEE,2014).

2. Thực trạng thái độ đối với cộng đồng LGBT tại các trường học ở Việt Nam

Ngày nay, có thể nhận thấy thái độ của các bạn tại các trường học Việt Nam đã được cởi mở hơn nhờ sự giao thoa văn hoá. Nhưng sự kì thị hay được hiểu là có một thái độ phân biệt vẫn còn đang diễn ra song song tồn tại ngay trường học ở Việt Nam. Cụ thể được minh chứng qua rất nhiều bài báo đã được nghiên cứu trước đây:

Theo một bài nghiên cứu của Lương Thế Huy và Phạm Quỳnh Phương (2015), đã khảo sát với 2362 người với độ tuổi 18-26 tuổi (67%) và so sánh với số liệu của nhóm dưới 18 tuổi được khảo sát có phần ít hơn (22%) trên tổng phạm vi của cả nước.

Kết quả thể hiện chính các bạn học sinh LGBT đã từng nghe những lời nhận xét tiêu cực từ bạn bè là (67,5%), từ giáo viên nhà trường (38,2%). Bạn bè còn quấy rầy, có những hành động bắt nạt (53,8%) và giáo viên, cán bộ nhà trường (23,0%). Có thể thấy trong môi trường giáo dục luôn hiện hữu những cái nhìn định kiến về những bạn trong cộng đồng. Nguyên nhân do họ cảm thấy những bạn học là người trong cộng đồng mang giới tính không bình thường, họ suy nghĩ rằng những bạn học sinh, sinh viên đó chưa nhận được giáo dục về giáo dục giới tính. Ngoài những lời lẽ thô tục, miệt thị xúc phạm thì học sinh, sinh viên thuộc cộng đồng hằng ngày đến trường luôn phải chịu đựng những tác động bằng thể chất. Nghiên cứu biểu thị những học sinh khác, giáo viên nhà trường đã từng ép buộc học sinh phải thay đổi đồng phục sao cho phù hợp với giới tính (20,4%), bắt buộc kiểu tóc, cử chỉ, điệu bộ phải thay đổi (39,3%). Những hành động đó bộc phát từ chính tư tưởng của họ là “nam phải cho ra nam, nữ phải cho ra nữ”. Ngoài ra, các bạn còn phải đối mặt với sự kì thị cụ thể là: họ bị từ chối cho tham gia các hoạt động ngoại khóa (6,2%), bị các bạn cùng lớp tẩy chay, bị quấy rối tình dục... điều đó trực tiếp dẫn đến các bạn phải trốn học (9,8%) và phải bỏ học (5,0%). Có lẽ nền nhà trường mang đến những buổi giáo dục giới tính có hiệu quả, để thay đổi những suy nghĩ về giới và giới tính. Từ đó dẫn đến nạn bắt nạt hay kỳ thị người khác là một điều “còn con”. Những lời miệt thị, bắt nạt rõ ràng mang tính lặp lại và liên tục dần dần khiến các học sinh LGBT thu hẹp bản thân với xã hội, dẫn đến trầm cảm hay thậm chí là tự kết liễu cuộc đời mình.

Theo một khảo sát của UNICEF (2016) với sự tham gia của 241 học sinh tự nhận thức bản thân là LGBT. Kết quả biểu hiện rằng trong 6 tháng gần nhất đã từng phải trải qua các hành vi bạo lực (51,9%) và số còn lại cho biết rằng chưa từng trải qua bạo lực trong chính ngôi trường của mình là 48,9%. Trong khi đó, các học sinh LGBT có tần suất phải chịu hành vi bạo lực cao nhất. Các bạn học sinh LGBT trong 6 tháng gần đây đã phải trải qua bạo lực về thể chất đối với nữ với tỉ lệ 36,3%, còn đối với nam có xu hướng thấy rõ phải trải qua tần suất bạo lực đó nhiều hơn nữ với tỉ lệ 56,5%. Hành vi bắt nạt bằng bạo lực thể chất thường sử dụng vũ lực như đánh, đâm, đá hay hẹn nhau sau giờ học để đánh nhau. Học sinh nam thường mang trong mình

bản chất ít nói cho nên luôn giải quyết mọi chuyện bằng vũ lực và thích thể hiện bản thân, luôn thích thể hiện bản lĩnh đàn ông muốn bảo vệ các bạn nữ. Ngoài ra, thái độ kỳ thị còn được thể hiện qua hành vi bạo lực lời nói khi những học sinh LGBT nam phải nghe những lời chửi rủa, chọc ghẹo, sử dụng nhiều từ ngữ xúc phạm như “Pê-đê”, “bắp nướng” chiếm tỉ lệ 48,6%, đối với nữ có khuynh hướng thấp hơn 33,3%. Cuộc nghiên cứu cũng phản ánh tỉ lệ học sinh nam đã từng bị bạo lực về xã hội (50,8%), thậm chí bạo lực về tình dục (34,6%) , và bạo lực qua mạng Internet, thiết bị di động (20,4%) cao hơn so với nữ về bạo lực xã hội (38,9%), bạo lực về tình dục (10,2%), và bạo lực qua mạng Internet, thiết bị di động (8,1%).

Như vậy, hai cuộc nghiên cứu đều thể hiện rất rõ được thực trạng thái độ với cộng đồng LGBT tại các trường học Việt Nam vẫn còn rất nhiều những định kiến, sự kỳ thị, phân biệt thậm chí là còn bắt nạt và ép buộc các bạn LGBT phải thay đổi sao cho đúng lẽ tự nhiên. Phần lớn các bạn đồng tính nam sẽ chịu đựng các loại bạo lực nhiều hơn so với nữ.

3. Những nguyên nhân vì sao mà họ có thái độ như trên

Nguyên nhân mà họ có thái độ như vậy đối với cộng đồng LGBT thì không thể nào đếm xuể được. Nó còn phụ thuộc vào quan điểm, văn hoá, truyền thống, tín ngưỡng của họ. Dưới đây là những nguyên do mà khiến họ có thái độ như vậy:

Lê Thị Thuý Hồng và cộng sự của mình (2014) tiến hành khảo sát 300 người là học sinh, sinh viên từ 16-25 tuổi trên thủ đô Hà Nội. Kết quả là các bạn sinh viên nam cho rằng LGBT là một căn bệnh (32%), ngược lại các bạn sinh viên nữ có cái nhìn cởi mở hơn (23,5%). Như vậy, cái định kiến mà các bạn sinh viên, học sinh khác cho đồng tính là một “căn bệnh” vẫn còn ở mức khá cao. Các bạn vẫn áp đặt theo sự dạy dỗ của cha, mẹ hay ông bà là nam phải lớn lên cưới vợ sinh con và con gái lớn lên phải lấy chồng. Ngoài ra, theo nghiên cứu các bạn còn cho rằng đồng tính luyến ái bị ảnh hưởng bởi gen, đối với học sinh nam kết quả thu được (44,9%) và tỷ lệ nữ cao hơn so với nam (59,5%). Ngoài những nguyên nhân mà các bạn tham gia khảo sát còn có những lí do khiến học sinh, sinh viên có cái nhìn tiêu cực về LGBT như: luôn bị áp đặt trong khuôn mẫu giới tính của xã hội, bị lạm dụng, bị bạn bè lôi kéo rủ rê. Kết quả

cho thấy học sinh nữ cho rằng bạn bè là nguyên nhân ảnh hưởng tới giới tính (13,7%) còn đối với nam chỉ (1,1%), đối với sinh viên (11%).

Theo Quỳnh Chi (2021) nguyên nhân hình thành các thái độ khác nhau đối với cộng đồng LGBT chủ yếu từ những định kiến xã hội. Ở phương Tây những định kiến này đang dần trở nên được nói rộng thông qua các dự luật cụ thể là có 30 quốc gia cho phép hôn nhân đồng giới và hầu hết các nước này đều ở châu Âu và châu Mỹ. Ở châu Á chỉ có Đài Loan là quốc gia duy nhất công nhận sự hợp pháp của hôn nhân đồng giới. Do những định kiến xã hội về nam và nữ trong suốt những năm dài bị thống trị bởi giai cấp phong kiến, quan điểm xã hội của mọi người luôn tôn vinh những phẩm giá đặc trưng riêng của phái nam và phái nữ. Do đó dẫn tới nhiều luồng ý kiến sai lệch khi họ nghe tới cụm từ cộng đồng LGBT hay giới tính thứ ba.

Theo một kết quả khảo sát xã hội của iSEE vào năm 2011 về nhận thức với cộng đồng LGBT tại ba thành phố lớn như Hà Nội, TP. Hồ Chí Minh và An Giang cho thấy mọi người có tỉ lệ về thái độ tiêu cực về người đồng tính ở mức khá cao. Theo kết quả nghiên cứu, người dân khẳng định đồng tính là một “căn bệnh” có thể chạy chữa được (48%), ngoài ra họ còn khẳng định người đồng tính là những người đang chạy theo xu hướng của xã hội (57%). Thiếu hiểu biết hay sai lệch về những kiến thức của xu hướng tính dục ở Việt Nam là nguyên nhân chính dẫn đến phân biệt. Các bậc phụ huynh khi phát hiện con mình thuộc cộng đồng LGBT sẽ đều cảm thấy thất vọng (77%), từ những định kiến có sẵn dẫn đến cha mẹ nghiêm cấm con chơi với người đồng tính (58%). Cũng dễ hiểu, vì những định kiến của xã hội và chưa có đủ kiến thức cho nên khi con chơi với người thuộc LGBT sợ rằng sẽ “lây” đồng tính. Người chuyển giới họ thường phải chịu đựng sự kì thị giới tính của mình hay chỉ vì một nguyên nhân nào đó mà họ vẫn không biết được. Đó chính là “kỳ thị kép” mà người chuyển giới đang chịu đựng từ những định kiến của xã hội. Người mà không khớp với giới tính sinh học là nam hay là nữ của bản thân đều bị mọi người xem như là những người không đúng nguyên tắc tự nhiên và điều đó đối với họ là đang vi phạm chuẩn mực của xã hội. Từ ngữ trêu ghẹo như pê-đê mà những người chuyển giới từ

nam sang nữ (MTF) chịu đựng. Người chuyển giới từ nữ sang nam (FTM) không ngoại lệ thường bị gọi với từ ngữ miệt thị là ô môi (Phạm Thu Hoa và Đồng Thị Yến, 2015).

Hầu hết, mọi người đều suy nghĩ lệch lạc, không đúng với cộng đồng LGBT. Họ cứ theo những định kiến xưa cũ, lạc hậu, chưa có kiến thức chuẩn xác về cộng đồng cho nên vẫn cứ coi người trong cộng đồng là “một căn bệnh”. Họ lấy với cái lí do là những người trong cộng đồng LGBT vi phạm chuẩn mực của xã hội, vi phạm đến thuần phong mỹ tục mà ra sức bắt nạt, trêu chọc vô tội vạ.

4. Một số vấn đề, khía cạnh chưa được đề cập trong các nghiên cứu trước đó

Hiện nay, có nhiều nghiên cứu về thái độ cộng đồng LGBT và cho thấy rất rõ ràng là tình trạng thái độ thô lỗ, kỳ thị hay thậm chí là bắt nạt vẫn còn đang diễn ra tại môi trường giáo dục ở Việt Nam. Mặc dù thời đại truyền thông thông tin vô cùng phát triển nhưng sự hiểu biết về cộng đồng LGBT vẫn còn không đúng từ đó gây nên những thái độ tiêu cực. Điều tưởng chừng vô hình nhưng nó mang đến hậu quả về tâm lý vô cùng nặng nề. Nghiên cứu nói về thái độ của sinh viên đối với cộng đồng LGBT là vẫn còn hạn chế và đặc biệt là với sinh viên ở Trường Đại học Công nghiệp TP.HCM. Dựa trên thực trạng trên và hiểu được tính cấp bách của đề tài nên nhóm nghiên cứu tiến hành thực hiện đề tài về thái độ đối với sinh viên của trường. Từ đó, xác định được sinh viên đang nghĩ gì và lí do vì sao họ nghĩ như vậy. Cuối cùng, đề xuất ra giải pháp cho những thái độ tiêu cực.

NỘI DUNG – PHƯƠNG PHÁP

1. Thiết kế nghiên cứu

Nhóm nghiên cứu đã lựa chọn những thiết kế nghiên cứu với những lí do như sau:

- ✓ **Thiết kế nghiên cứu định lượng:** bằng việc dùng bảng hỏi khảo sát trên Google Form giúp dữ liệu thu thập không tốn quá nhiều công sức, chi phí trong một khoảng thời gian ngắn. Thêm vào đó, việc sử dụng thiết kế định lượng mang về dữ liệu lớn đáng tin cậy và mang tính đại diện của mẫu cao.
- ✓ **Thiết kế cắt ngang:** đối với thiết kế này không phải theo dõi mẫu theo thời gian mà chỉ cần thu nhập dữ liệu chỉ một lần duy nhất. Từ đó, dẫn đến thời gian khảo

sát được tiết kiệm, thực hiện thuận tiện và không tốn quá nhiều thời gian, công sức của nhóm.

2. Chọn mẫu

- ✓ **Dân số nghiên cứu:** Toàn bộ sinh viên đang theo học tại trường Đại học Công nghiệp TP.HCM.
- ✓ **Kích cỡ mẫu:** Số lượng sinh viên đang theo học tại trường Đại học Công nghiệp TP.HCM chiếm hơn 30.000 sinh viên, do số lượng mẫu hơn 10.000 cho nên nhóm nghiên cứu áp dụng theo công thức Cochran (1977) để chọn kích cỡ mẫu cho đề tài nghiên cứu.

$$n = \frac{z^2 \times p \times (1 - p)}{e^2}$$

Từ công thức, suy ra:

$$n = \frac{1,96^2 \times 0,5 \times (1 - 0,5)}{0,05^2} = 384,5$$

Trong đó ta có:

n: kích thước mẫu

z: giá trị ngưỡng của phân phối chuẩn (z = 1,96 tương ứng với mức độ tin cậy là 95%)

p: xác suất chuẩn (với tỷ lệ tối đa là p = 0,5)

e: sai số cho phép (tỷ lệ thông thường được sử dụng là e = 5%)

Kết quả cho thấy số lượng mẫu tối thiểu phải thu thập là 384,5. Tuy nhiên, vì trong quá trình khảo sát không tránh khỏi việc hao hụt cho nên nhóm đã chọn số lượng mẫu thu thập cho bài nghiên cứu là 500 sinh viên đang học tập tại trường Đại học Công nghiệp TP.HCM.

- ✓ **Chiến lược chọn mẫu:** Nhóm nghiên cứu đã lựa chọn kết hợp cả hai chiến lược chọn mẫu là chọn mẫu tích lũy mầm và chọn mẫu phi xác suất thuận tiện.

Lý do: Với điều kiện là sinh viên đang học tập tại trường có thể truy cập vào đường link khảo sát trên Google Form trên tinh thần tự nguyện khảo sát. Bảng khảo sát sẽ được gửi trực tuyến trên các mạng xã hội từ group Zalo học phần

của sinh viên cho đến các diễn đàn có sinh viên trường tham gia đông đảo. Quá trình này giúp nhóm nghiên cứu tối ưu hoá thời gian, chi phí, tiện lợi hơn về mặt thời gian cũng như có thể thu thập được số lượng sinh viên chính xác đã được nhóm quyết định.

✓ **Cách tiếp cận mẫu:**

- Chọn mẫu tích lũy mẫu: nhóm nghiên cứu thực hiện bằng việc gửi bảng khảo sát cho các bạn sinh viên đang học tập tại trường Đại học Công nghiệp TP.HCM tiến hành khảo sát và sau đó nhờ họ gửi bảng khảo sát đến bạn bè hay những người mà họ quen biết cũng đang học tập tại trường.
- Chọn mẫu phi xác suất thuận tiện: nhóm tiến hành gửi link khảo sát Google Form đến các lớp học phần trong group Zalo mà các thành viên trong nhóm đang học tập. Hơn nữa, nhóm cũng tiến hành đăng các bài viết có kèm link khảo sát trong các hội nhóm học tập, group sinh viên trường trên nền tảng Facebook.

3. Thiết kế thu thập thông tin

Nghiên cứu cần thu thập dữ kiện về 3 khía cạnh thái độ của sinh viên đối với cộng đồng LGBT lần lượt là: những hiểu biết của sinh viên về cộng đồng LGBT; thái độ của sinh viên trường Đại học Công nghiệp TP.HCM đối với cộng đồng; cuối cùng là sinh viên đề xuất giải pháp đối với những thái độ tiêu cực dành cho cộng đồng này. Từ đó, quá trình nghiên cứu và thiết kế bảng câu hỏi để khảo sát bao gồm 3 giai đoạn:

Giai đoạn 1: Tìm hiểu, tham khảo các nguồn tài liệu, thông tin liên quan và các bảng hỏi đã được sử dụng trong các bài nghiên cứu trước đó có liên quan đến đề tài thông qua số liệu khảo sát của các nhà nghiên cứu tại Việt Nam và thế giới.

Giai đoạn 2: Nhóm nghiên cứu tiến hành lập bảng khảo sát dựa trên những mục tiêu nhóm đã đặt ra.

Giai đoạn 3: Sau khi thành lập bảng khảo sát nhóm sẽ tiến hành kiểm tra thử bảng hỏi bằng việc phát bảng khảo sát cho 30 sinh viên. Nhóm cũng sẽ thực hiện việc trao đổi, thu thập những dữ liệu của 30 sinh viên về nội dung của bảng hỏi. Qua đó, nhằm phát hiện kịp thời những lỗi sai về cấu trúc bảng, về thứ tự câu hỏi, về ngữ nghĩa

tránh gây ra vấn đề người tham gia khảo sát không hiểu nội dung của câu hỏi. Ngoài ra, những dữ liệu cũng mang đến độ tin cậy sơ bộ về bảng khảo sát.

Sau khi đã kiểm tra thử, bảng khảo sát cuối cùng sẽ có 28 câu hỏi đóng và 1 câu hỏi mở và chia ra làm 4 phần

- *Phần 1:* Thông tin cá nhân (8 câu hỏi)
- *Phần 2:* Thái độ của sinh viên trường Đại học Công nghiệp TP.HCM đối với cộng đồng (14 câu hỏi)
- *Phần 3:* Nguyên nhân vì sao sinh viên có thái độ như vậy (6 câu hỏi)
- *Phần 4:* Đề xuất giải pháp cho những thái độ tiêu cực (1 câu hỏi)

4. Phương pháp nghiên cứu

Nhóm nghiên cứu có 3 mục tiêu cụ thể cho đề tài. Để hoàn thiện các mục tiêu đó nhóm đã quyết định chọn các phương pháp nghiên cứu khác nhau và phù hợp với từng mục tiêu cụ thể mà nhóm đã đề ra. Các phương pháp đó được nhóm trình bày một cách cụ thể như sau:

Mục tiêu	Phương pháp thu thập dữ liệu	Phép tính thống kê
1. Khảo sát, thu thập dữ liệu về thái độ của sinh viên trường Đại học Công nghiệp TP.HCM đối với cộng đồng LGBT.	<ul style="list-style-type: none"> - Khảo sát với 500 sinh viên bằng bảng hỏi. - Phân tích, tổng hợp lý thuyết. 	<ul style="list-style-type: none"> - Thống kê mô tả.
2. Tìm kiếm những nguyên nhân dẫn đến các thái độ khác nhau của sinh viên IUH với cộng đồng LGBT.		
3. Đề xuất những giải pháp cho những thái độ tiêu cực đối với cộng đồng LGBT.	<ul style="list-style-type: none"> - Suy luận logic dựa trên kết quả nghiên cứu và cơ sở lý thuyết. - Khảo sát 500 sinh viên bằng bảng hỏi. 	

5. Quy trình thu thập và xử lý dữ liệu

5.1. Quy trình thu thập dữ liệu

- Hình thức thu thập: dữ liệu được thu thập từ bảng khảo sát được gửi cho 500 sinh viên đang học tập tại trường Đại học Công nghiệp TP.HCM.
- Thời gian thu thập: bảng khảo sát được phát từ ngày 1/12/2023 đến ngày 1/1/2024
- Cách tiến hành thu thập dữ liệu: bảng khảo sát được nhóm tiến hành thực hiện trên nền tảng Google Form. Sau khi hoàn tất bảng, nhóm sẽ bắt đầu gửi đường link khảo sát vào các group lớp học phần trên Zalo và cũng như đăng các bài viết có kèm đường link khảo sát vào các hội nhóm sinh viên trường có số lượng thành viên cao trên Facebook. Sinh viên dành ra từ 5 đến 10 phút hoàn thành bảng khảo sát. Đường link khảo sát sẽ được đóng lại ngay sau khi có đủ số lượng người tham gia khảo sát và tất cả quy trình phát bảng đều được diễn ra trong khoảng thời gian cụ thể đã được xác định.

5.2. Quy trình xử lý dữ liệu

- Bước 1: Kiểm tra lại các phiếu khảo sát. Tiến hành loại bỏ những phiếu khảo sát không đạt yêu cầu cụ thể là những phiếu khảo sát bị bỏ trống hoặc làm một vài câu rất ít, những phiếu khảo sát chỉ chọn duy nhất một câu trả lời.
- Bước 2: Tất cả các phiếu khảo sát đã được lọc sẽ được nhập và tổng hợp trên phần mềm Google Sheet. Cuối cùng dữ liệu sẽ được lưu trữ bằng tài khoản Google của nhóm trưởng
- Bước 3: Nhóm tiến hành sử dụng phép tính thống kê mô tả để xác định số lượng sinh viên từ năm học thứ nhất đến năm học thứ tư tham gia khảo sát, thái độ và nguyên nhân của sinh viên,... Trong đó nhóm cũng đã sử dụng phần mềm SPSS để có thể thu thập được dữ liệu.
- Bước 4: Xuất dữ liệu và trình bày kết quả nghiên cứu sau khi phân tích. Cuối cùng, nhóm nghiên cứu sử dụng kết quả nghiên cứu để so sánh với các kết quả nghiên cứu trước đây để đề xuất các giải pháp cải thiện thái độ tiêu cực của sinh viên trường Đại học Công nghiệp TP.HCM đối với cộng đồng LGBT.

CẤU TRÚC DỰ KIẾN CỦA LUẬN VĂN

Đề tài nghiên cứu dự kiến sẽ có 04 chương chính được nhóm trình bày cụ thể như sau:

Chương I: Tổng quan tài liệu

1. Những khái niệm liên quan đến đề tài
2. Thực trạng thái độ của sinh viên đối với cộng đồng LGBT ở trường học tại Việt Nam.
3. Những nguyên nhân vì sao mà khiến họ có thái độ như vậy đối với cộng đồng.
4. Các khía cạnh, vấn đề chưa được đề cập trong các bài nghiên cứu trước.

Chương II: Nội dung và phương pháp

1. Thiết kế nghiên cứu
2. Chọn mẫu
3. Thiết kế thu thập thông tin
4. Phương pháp nghiên cứu
5. Quy trình thu thập và xử lý dữ liệu

Chương III: Kết quả nghiên cứu và phân tích kết quả nghiên cứu

1. Phân tích thực trạng về thái độ của sinh viên trường Đại học Công nghiệp TP.HCM dành cho cộng đồng LGBT.
2. Phân tích những nguyên nhân khiến sinh viên trường Đại học Công nghiệp TP.HCM có thái độ như vậy.
3. Đề xuất những giải pháp để cải thiện thái độ tiêu cực dành cho cộng đồng LGBT.

KẾ HOẠCH THỰC HIỆN ĐỀ TÀI

STT	Thành viên thực hiện	Nội dung	Thời gian thực hiện (tuần)								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
01		- Xác định đề									

		tài nghiên cứu. - Tham khảo tài liệu.									
02		- Lí do chọn đề tài.									
03		- Mục tiêu nghiên cứu. - Câu hỏi nghiên cứu.									
04		- Đối tượng và phạm vi nghiên cứu. - Ý nghĩa thực tiễn và khoa học.									
05		- Thực hiện viết tổng quan tài liệu.									

06		- Các khái niệm.									
07		- Thực trạng thái độ của sinh viên tại trường học Việt Nam.									
08		- Nguyên nhân vì sao họ có thái độ như vậy.									
09		- Các vấn đề, khía cạnh chưa được đề cập.									
10		- Tiến hành thực hiện bảng khảo sát.									

11		- Thiết kế nghiên cứu.									
12		- Chọn mẫu.									
13		- Thiết kế công cụ thu thập thông tin.									
14		- Phương pháp nghiên cứu.									
15		- Quy trình thu thập và xử lý dữ liệu.									
16		- Cấu trúc dự kiến.									
17		- Kiểm tra, chỉnh sửa và hoàn thiện đề tài.									

18		- Làm Power Point.									
19		- Trình bày đề tài nghiên cứu.									

DANH MỤC TÀI LIỆU THAM KHẢO

Tài liệu tiếng nước ngoài

Sách

[1]Anthony G. Greenwald, Timothy C. Brock và Thomas M. Ostrom. (1968).

Psychological Foundations of Attitudes (pp.362). London: ACADEMIC

PRESS, INC. (LONDON) LTD. Berkeley Square House, London W.1.

Tài liệu tiếng Việt

Tạp chí khoa học

[2] UNESCO, (2016). *Hướng tới môi trường học đường an toàn, bình đẳng và*

hòa nhập: Báo cáo nghiên cứu bạo lực học đường trên cơ sở giới tại Việt

Nam. Tổ chức Giáo dục, Khoa học và Văn hóa của Liên Hợp Quốc

(UNESCO). [Truy cập ngày 4/10/2023]. Truy cập tại:

https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000246927_vie/PDF/246927vie.pdf.

multi

[3] iSEE, (2023). *"CÓ PHẢI BỞI VÌ TÔI LÀ LGBT". Phân biệt đối xử dựa trên xu*

hướng tính dục, bản dạng giới và đặc điểm giới tính.Viện nghiên cứu Xã hội

Kinh tế và Môi trường. [Truy cập ngày 4/10/2023]. Truy cập tại:

[https://tvlgbt.s3.ap-southeast-1.amazonaws.com/2d5155da-5d47-4ed0-8953-](https://tvlgbt.s3.ap-southeast-1.amazonaws.com/2d5155da-5d47-4ed0-8953-9acd0695b120.pdf)

[9acd0695b120.pdf](https://tvlgbt.s3.ap-southeast-1.amazonaws.com/2d5155da-5d47-4ed0-8953-9acd0695b120.pdf)

[4] Lăng, N. T, (2019). *Thực trạng thái độ đối với hành vi ủng hộ xã hội của sinh*

viên

trường Đại học Trà Vinh. Tạp chí Giáo dục, Số 461 (Kì 1- 9/2019), tr 19-24.

[5] Lê Thị Thúy Hồng, Nguyễn Thị Ngọc Anh, Đỗ Phương Chinh, Nguyễn Ngọc An,

Nguyễn Thị Diệu My, Hoàng Thị Phương, (2014). *Quan điểm của giới trẻ Hà Nội về giới tính thứ ba*. Báo cáo tổng kết đề tài nghiên cứu khoa học của sinh viên. Trường Đại học Quốc gia Hà Nội.

[6] Lương Thế Huy và Phạm Thị Quỳnh. (2015). *Có phải bởi vì tôi là LGBT? Phân biệt đối xử dựa trên xu hướng tính dục và bản dạng giới tại Việt Nam*. Viện nghiên cứu Xã hội Kinh tế và Môi trường (iSEE).

[7] Phạm Thu Hoa, Đồng Thị Yến. (2015). *Định kiến, kỳ thị và phân biệt đối xử đối với người đồng tính và chuyển giới ở Việt Nam*. Tạp chí Khoa học ĐHQGHN, Tập 31, Số 5 (2015), tr 70-79.

Website

[8] Quỳnh Chi. (12/10/2021). Báo điện tử Đài Truyền Hình Việt Nam. Được truy lục từ 30 quốc gia trên thế giới công nhận hôn nhân đồng giới hợp pháp:

21

<https://vtv.vn/the-gioi/30-quoc-gia-tren-the-gioi-cong-nhan-hon-nhan-donggioi-hop-phap-20211208200419667.htm>, truy cập ngày 4/10/2023

[9] Viện nghiên cứu Xã hội Kinh tế và Môi trường (iSEE, 2014), Bảng đối chiếu thuật ngữ LGBT, truy cập tại <https://123docz.net/document/4646646-iseefactsheet-bang-doi-chieu-thuat-ngu-lgbt-2014.htm>, truy cập ngày 4/10/2023

PHỤ LỤC PHIẾU KHẢO SÁT

BẢNG KHẢO SÁT VỀ THÁI ĐỘ CỦA SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC CÔNG NGHIỆP THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH VỀ CỘNG ĐỒNG LGBT

Lời nói đầu tiên, cảm ơn các bạn đã tham gia vào cuộc khảo sát. Nghiên cứu này chỉ nhằm mục đích tìm hiểu về "Thái độ của sinh viên trường Đại học Công nghiệp TP.HCM đối với cộng đồng LGBT". Bảng khảo sát sẽ mất khoảng 5 - 10 phút để hoàn thành. Chúng tôi xin cam kết bất cứ thông tin nào mà các bạn cung cấp trong bảng khảo sát sẽ được nhóm bảo mật tuyệt đối và chỉ sử dụng cho mục đích duy nhất là học tập và nghiên cứu.

PHẦN I: THÔNG TIN CÁ NHÂN

Câu 1: Bạn có phải sinh viên Trường Đại học Công nghiệp hay không?

☐ có ☐ không

Câu 2: Bạn là sinh viên năm mấy?

☐ năm thứ nhất ☐ năm thứ hai ☐ năm thứ ba ☐ năm thứ tư

Câu 3: Giới tính của bạn là gì?

☐ nam ☐ nữ ☐ khác

Câu 4: Xu hướng tính dục của bạn là gì?

☐ dị tính ☐ đồng tính ☐ song tính ☐ khác

Câu 5: Bạn có hiểu biết gì về cộng đồng LGBT hay không?

☐ có ☐ không

Câu 6: Theo bạn, LGBT có phải là một căn bệnh?

☐ có ☐ không

Câu 7: Bạn đã tiếp xúc với người thuộc cộng đồng LGBT.

☐ có ☐ không

Câu 8: Bạn có biết ít nhất một tổ chức nào hỗ trợ cộng đồng LGBT không?

☐ có ☐ không

PHẦN III: THÁI ĐỘ CỦA SINH VIÊN IUH ĐỐI VỚI CỘNG ĐỒNG LGBT

Phát biểu	Hoàn toàn đồng tình (1)	Đồng tình (2)	Trung lập (3)	Không đồng tình (4)	Rất không đồng tình (5)
a/ Thái độ tích cực					
1. Bạn hiểu về những khó khăn mà người LGBT có thể phải đối mặt như bị phân biệt và kỳ thị.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Bạn cảm thấy thoải mái khi kết bạn với người thuộc cộng đồng LGBT.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Bạn sẵn sàng hỗ trợ và ủng hộ các tổ chức và sự kiện liên quan đến cộng đồng LGBT.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Bạn cho rằng việc người LGBT có quyền kết hôn và hình thành gia đình giống như người khác.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Bạn có tham gia hoặc ủng hộ các hoạt động xã hội và tổ chức tình nguyện liên quan đến cộng đồng LGBT.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Bạn đã chứng kiến một vụ bạo hành những người thuộc cộng đồng LGBT và cho rằng điều đó đáng được lên án.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

7. Bạn ủng hộ việc thay đổi hoặc cải thiện các chính sách và luật pháp để bảo vệ quyền của người LGBT.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b/ Thái độ tiêu cực					
1. Bạn cho rằng đồng tính “lây” sang người khác	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Bạn cho rằng việc những người thuộc LGBT là căn bệnh	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Bạn cho rằng những người thuộc LGBT là trái với thuần phong mỹ tục.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Bạn cảm thấy nhục nhĩ, xấu hổ khi tiếp xúc với những người thuộc LGBT.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Bạn cảm thấy khó chịu khi phải nói đến chủ đề đồng tính.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Bạn đã từng sử dụng từ ngữ kỳ thị như “pê-đê”, “ô môi”, “lại cái”, “bóng”,...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Bạn đã từng bác bỏ hay khinh bỉ xu hướng tính dục của họ.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

PHẦN IV: NGUYÊN NHÂN DẪN ĐẾN THÁI ĐỘ NHƯ TRÊN

Phát biểu	Hoàn toàn đồng tình (1)	Đồng tình (2)	Trung lập (3)	Không đồng tình (4)	Rất không đồng tình (5)
1. Truyền thống, văn hoá đã ảnh hưởng đến thái độ của bạn với người LGBT.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Truyền thông và phương tiện truyền thông ảnh hưởng đến cách bạn nhìn nhận người LGBT.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Bạn đã tiếp xúc với những người LGBT trong cuộc sống hàng ngày.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Gia đình của bạn đã ảnh hưởng đến cách bạn nhìn nhận người LGBT.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Bạn bè đã ảnh hưởng đến cách bạn nhìn nhận về cộng đồng	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Bạn tin rằng giáo dục giới tính trong nhà trường có ảnh hưởng đến cách nhìn nhận về cộng đồng LGBT.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

NHÓM 2

Đề tài: Ảnh hưởng của mạng xã hội đối với sinh viên tại Trường Đại học Công nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh

PHẦN MỞ ĐẦU

1. Lí do chọn đề tài

Ngày nay, với sự phát triển không ngừng của công nghệ thông tin, Internet ngày càng chiếm một vị trí trong đời sống và sinh hoạt của con người. Đi kèm với sự phát triển này là sự xuất hiện liên tục của các trang mạng xã hội đáp ứng nhu cầu của con người. Theo thống kê của We Are Social và Meltwater, tính đến tháng 1 năm 2023, Việt Nam có 77,83 triệu người dùng Internet, tương đương 79,1% tổng dân số. Hơn nữa, phân tích của Kepios còn cho thấy từ năm 2022 đến năm 2023, người dùng Internet Việt Nam sẽ tăng thêm 5,3 triệu người, tương đương 7,3% tổng dân số Việt Nam.

Theo báo cáo từ GWI và data.ai, số lượng người dùng mạng xã hội ở Việt Nam chiếm 71% tổng dân số vào đầu năm 2023. Đặc biệt, dữ liệu được công bố bởi các công cụ lập kế hoạch quảng cáo nền tảng mạng xã hội hàng đầu cho thấy, đầu năm có 64,4 triệu người dùng từ 18 tuổi trở lên sử dụng mạng xã hội tại Việt Nam. Đến năm 2023 sẽ tương đương 89% tổng dân số từ 18 tuổi trở lên. (Tính đến đầu năm 2023, người từ 18 tuổi trở lên chiếm 73,5% dân số, tương đương 72,42 triệu người, theo báo cáo của We Are Social và Melwater).

Mạng xã hội là phương tiện giao tiếp, trao đổi thông tin, chia sẻ kiến thức, kinh nghiệm rất phổ biến và hiệu quả trong thời đại số hiện nay. Tuy nhiên, mạng xã hội cũng mang lại những tác động bất lợi cho học sinh như giảm hiệu quả học tập, gây mất tập trung, thiếu tập trung, ảnh hưởng đến sức khỏe thể chất và tinh thần, hay gây ra các nguy cơ về an ninh mạng, an toàn thông tin cá nhân.

Đề tài nghiên cứu khoa học này được lựa chọn vì có tính thực tiễn cao và gắn liền với đời sống, học tập của sinh viên Trường Đại học Công nghiệp TP.HCM.

Nghiên cứu này hy vọng sẽ giúp nâng cao chất lượng học tập và cuộc sống của sinh viên IUH và góp phần phát triển mạng xã hội trong bối cảnh toàn cầu hóa và số hóa.

2. Mục tiêu nghiên cứu

2.1. Mục tiêu chính

Mục đích chính của nghiên cứu này là điều tra, đánh giá và phân tích tác động của mạng xã hội đến sinh viên Trường Đại học Công nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh nhằm đề xuất các giải pháp sử dụng mạng xã hội có lợi, hiệu quả và an toàn. Nghiên cứu này còn giúp nâng cao nhận thức và trách nhiệm của sinh viên trong việc sử dụng mạng xã hội và tạo điều kiện để các nhà quản lý giáo dục, nhà nghiên cứu, nhà phát triển mạng xã hội bổ sung những thông tin hữu ích nhằm hoàn thiện chính sách, phương pháp, công nghệ liên quan đến mạng xã hội.

2.2. Mục tiêu cụ thể

- Nghiên cứu thực trạng sử dụng mạng xã hội của sinh viên trường Đại học Công nghiệp TP.HCM (IUH).
- Xác định những tác động của việc tiếp xúc mạng xã hội lên sinh viên IUH.
- Đề ra các giải pháp để giảm thiểu mặt tiêu cực và tận dụng mặt tích cực của mạng xã hội.

3. Câu hỏi nghiên cứu

- Sinh viên trường Đại học Công nghiệp TP.HCM sử dụng mạng xã hội như thế nào?
- Mạng xã hội có tác động như thế nào lên sinh viên trường Đại học Công nghiệp TP.HCM?
- Cần làm gì để giúp sinh viên trường Đại học Công nghiệp TP.HCM sử dụng mạng xã hội một cách hiệu quả, có lợi và an toàn?

4. Đối tượng và phạm vi nghiên cứu

4.1. Đối tượng nghiên cứu

Những ảnh hưởng của việc tiếp xúc mạng xã hội đối với sinh viên Trường Đại học Công nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh.

4.2. Phạm vi nghiên cứu

- Thời gian: Nghiên cứu dự kiến được tiến hành từ ngày 01/03/2024 đến ngày 01/04/2024.
- Không gian: Nghiên cứu được thực hiện tại trường Đại học Công nghiệp TP.HCM. Trong nghiên cứu này, nhóm chỉ thực hiện khảo sát đối với sinh viên đang theo học tại trường Đại học Công nghiệp TP.HCM.

5. Ý nghĩa khoa học và thực tiễn

5.1. Ý nghĩa khoa học

Nghiên cứu này sẽ cung cấp những dữ liệu, phân tích và kết luận về tác động của mạng xã hội lên sinh viên trường Đại học Công nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh, một đối tượng nghiên cứu quan trọng và đại diện cho sinh viên đại học Việt Nam. Nghiên cứu này cũng sẽ góp phần vào việc bổ sung và phát triển các lý thuyết, mô hình và phương pháp nghiên cứu về mạng xã hội, một lĩnh vực nghiên cứu mới mẻ và hấp dẫn trong thời đại công nghệ số. Nghiên cứu này cũng sẽ tạo cơ sở cho các nghiên cứu sau này có thể mở rộng, so sánh và tổng hợp với các đối tượng nghiên cứu khác, như sinh viên các trường đại học khác, sinh viên các cấp học khác, hay người dùng mạng xã hội khác.

5.2. Ý nghĩa thực tiễn

Nghiên cứu này sẽ giúp sinh viên trường Đại học Công nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh nâng cao nhận thức và trách nhiệm trong việc sử dụng mạng xã hội, cũng như áp dụng những giải pháp để sử dụng mạng xã hội một cách có ích, hiệu quả và an toàn. Nghiên cứu này cũng sẽ giúp các nhà quản lý giáo dục, các giáo viên, các phụ huynh và các cơ quan, tổ chức có liên quan có thêm những thông tin bổ ích để cải thiện chính sách, phương pháp và công nghệ liên quan đến mạng xã hội trong giáo dục. Nghiên cứu này cũng sẽ góp phần vào việc nâng cao chất lượng học tập và cuộc sống của sinh viên trường IUH, cũng như góp phần vào sự phát triển của mạng xã hội trong bối cảnh toàn cầu hóa và số hóa

TỔNG QUAN TÀI LIỆU

1. Các khái niệm

1.1. Khái niệm mạng xã hội

Khái niệm Mạng xã hội (Social networks sites) là khái niệm được sinh ra trong thập niên cuối của thế kỷ XX. Khái niệm được bắt đầu bằng sự ra đời của Classmates.com (1995), SixDegree (1977), hay là sự bùng nổ của một loạt các trang mạng khác nhau như MySpace (2003), Facebook (2004), Friendster (2002) và tại Việt Nam là Yobane (2006) hay là Zinngme (2009).

Mạng xã hội được sử dụng để chỉ các hệ thống thông tin và giao tiếp trực tuyến, nơi mà người dùng có thể tạo, chia sẻ và trao đổi thông tin, ý kiến, nội dung và quan hệ với nhau. Mạng xã hội có thể có nhiều hình thức, tính năng và nền tảng khác nhau, nhưng đều dựa trên sự kết nối và tương tác giữa các cá nhân, nhóm cá nhân, tổ chức hay cộng đồng trên môi trường internet. Mạng xã hội có ảnh hưởng sâu sắc đến đời sống xã hội, văn hóa, kinh tế, chính trị, giáo dục và nhiều lĩnh vực khác của con người.

Một số mạng xã hội phổ biến tại Việt Nam:

- Facebook: Một trang web tạo trang cá nhân cho người dùng, kết bạn, nhắn tin, đăng bài viết, ảnh, video, tham gia các nhóm, sự kiện, trò chơi trực tuyến và nhiều hoạt động khác.
- Instagram: Ứng dụng cho phép người dùng có thể chụp ảnh hoặc quay video, chỉnh sửa, chia sẻ, cũng như theo dõi, bình luận, nhắn tin.
- Twitter: Trang web cho phép người dùng có thể đăng và đọc các bài viết ngắn gọi là tweet, có thể chứa văn bản, ảnh, video, liên kết và nhiều nội dung khác. Twitter cũng cho phép người dùng theo dõi, bình luận, nhắn tin và tương tác với những người dùng khác.

1.2. Sinh viên

Theo Wikipedia (2023), sinh viên là người đăng ký học các lớp trong khóa học trình độ cao đẳng hoặc đại học để nâng cao kiến thức môn học theo sự hướng dẫn của người giảng dạy. Theo nghĩa rộng hơn, sinh viên là bất kỳ ai đăng ký học các

khóa học chuyên sâu về một số chủ đề cần thiết để vận dụng nó vào một số vấn đề thực tế trong đó việc nắm vững các kiến thức đó có vai trò quan trọng hoặc quyết định. Sinh viên có những đặc điểm riêng, như tuổi trẻ, thích học hỏi, sáng tạo, nhạy cảm với các vấn đề xã hội, cũng như sử dụng công nghệ thông tin và mạng xã hội rộng rãi. Sinh viên cũng phải đối mặt với những thách thức và vấn đề trong học tập, sức khỏe, tâm lý, đạo đức, an ninh mạng, v.v

Theo Khoản 2, Điều 2 Thông tư số 10/2016/TT-BGDĐT ngày 05/04/2016 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo về việc ban hành quy chế công tác sinh viên cho chương trình đào tạo đại học hệ chính quy quy định: “ Sinh viên là trung tâm của các hoạt động giáo dục và đào tạo trong cơ sở giáo dục đại học, được bảo đảm điều kiện thực hiện đầy đủ nhiệm vụ và quyền trong quá trình học tập và rèn luyện tại cơ sở giáo dục và đào tạo”.

Như vậy ta có thể hiểu, sinh viên là những người đang theo học tại các trường đại học, cao đẳng, trung cấp; được đảm bảo điều kiện để hoàn thành nhiệm vụ và quyền hạn trong quá trình học tập và rèn luyện.

2. Thực trạng sử dụng mạng xã hội ở sinh viên Việt Nam

Theo nghiên cứu của Trần Thị Minh Đức và Bùi Thị Hồng Thái, có đến 99% sinh viên sử dụng mạng xã hội. Trong đó, Facebook là nền tảng được sinh viên sử dụng nhiều nhất – chiếm 86,6%. Tiếp đến vị trí thứ 2 là Youtube – chiếm 60% sinh viên sử dụng. Và Google xếp ở vị trí thứ 3 trong số các mạng xã hội được sinh viên ưa dùng với tỉ lệ là 56,2%.

Nghiên cứu trên cũng đề cập đến khía cạnh thời gian sinh viên dành ra mỗi ngày để truy cập mạng xã hội. Sinh viên thường sử dụng mạng xã hội từ 1 giờ đến dưới 3 giờ/ngày là cao nhất (chiếm 43,5%), và từ 3 giờ đến dưới 5 giờ/ngày (chiếm 31,5%). Đặc biệt là có 7,2% sinh viên bỏ ra trên 8 giờ/ngày để truy cập mạng xã hội. Tùy theo mỗi cá nhân, sinh viên Việt Nam sử dụng mạng xã hội rất nhiều và đa dạng, với nhiều mục đích khác nhau, như học tập, giải trí, giao lưu, kết nối, v.v. Sinh viên là một trong những đối tượng sử dụng mạng xã hội chủ yếu và đại diện cho người dùng internet ở Việt Nam.

Theo khảo sát của Trung tâm Nghiên cứu Pew (2022), thời gian sử dụng mạng xã hội trung bình của sinh viên Việt Nam là 2 giờ 20 phút mỗi ngày. Tuy nhiên, có tới 11% sinh viên sử dụng mạng xã hội trên 4 giờ mỗi ngày.

Theo Yên Chi (2023), việc sử dụng mạng xã hội có sự khác biệt ở các ngành học, lượt sử dụng và tần suất cao nhất là Khoa Kinh tế Quản trị chiếm gần 28%; Khoa Khoa học Sức khỏe là 27%, thấp nhất là Khoa Quản lý Giáo dục chỉ chiếm 6%.

Theo một khảo sát của Trung tâm Nghiên cứu Pew (2022), có tới 97% sinh viên Việt Nam sử dụng mạng xã hội, trong đó Facebook là nền tảng mạng xã hội được sử dụng phổ biến nhất với tỷ lệ 97,8%.

Sinh viên sử dụng mạng xã hội với nhiều mục đích khác nhau, trong đó chủ yếu là:

- Tương tác với bạn bè, người thân: mạng xã hội giúp sinh viên kết nối với bạn bè, người thân ở khắp mọi nơi. Sinh viên thường sử dụng mạng xã hội để trò chuyện cũng như có thể chia sẻ thông tin, hình ảnh, video,... với nhau.
- Giải trí: mạng xã hội cung cấp cho sinh viên nhiều hình thức giải trí ấn tượng có thể kể đến như: xem phim, lướt web, nghe nhạc, chơi game, đọc báo,... Sinh viên thường sử dụng mạng xã hội để giải trí khi rảnh rỗi, thư giãn sau những giờ học tập căng thẳng.
- Tìm kiếm thông tin: mạng xã hội sở hữu một nguồn thông tin phong phú, đa dạng, giúp sinh viên cập nhật tin tức, tìm kiếm kiến thức, học tập,... Sinh viên thường sử dụng mạng xã hội để tìm kiếm những thông tin cần thiết về việc học, công việc, sự kiện,...
- Kinh doanh, khởi nghiệp: mạng xã hội được xem là một công cụ marketing hiệu quả giúp sinh viên kinh doanh, khởi nghiệp. Sinh viên thường sử dụng mạng xã hội để quảng bá sản phẩm, dịch vụ, tìm kiếm khách hàng,...

3. Ảnh hưởng của mạng xã hội đối với sinh viên Việt Nam

Tiếp xúc mạng xã hội đối với sinh viên có thể là tích cực hoặc cũng có thể là tiêu cực, điều đó phụ thuộc vào cách sử dụng, mục đích, thời gian, nội dung, v.v. của mỗi cá nhân. Nó đem lại nhiều lợi ích cho sinh viên, nhưng bên cạnh đó cũng có những tác động tiêu cực nếu không sử dụng một cách hợp lý.

- Những lợi ích đối với sinh viên:

- Tăng cường giao tiếp, kết nối: giúp sinh viên duy trì kết nối với người thân cũng như bạn bè, bên cạnh đó còn giúp tạo dựng những mối quan hệ mới.
- Giúp sinh viên cập nhật thông tin, học tập: cung cấp cho sinh viên nhiều nguồn thông tin phong phú, đa dạng, giúp sinh viên cập nhật tin tức, học tập, nâng cao kiến thức.
- Phát triển kỹ năng mềm: giúp sinh viên phát triển các kỹ năng mềm như tư duy phản biện, giao tiếp, sáng tạo, giải quyết vấn đề,...

- Những tác hại đối với sinh viên:

- Giảm khả năng tập trung: nguồn thông tin vô tận, hấp dẫn, có thể khiến sinh viên bị phân tâm.
- Gây nghiện: làm cho sinh viên sử dụng quá nhiều thời gian trong ngày cho mạng xã hội, bỏ bê việc học tập, công việc hay những mối quan hệ.
- Ảnh hưởng đến sức khỏe: gây căng thẳng, mệt mỏi, ảnh hưởng tinh thần và thể chất
- Mang lại thông tin sai lệch: mạng xã hội là nơi dễ dàng lan truyền những thông tin sai lệch nhằm bóp méo dư luận, gây hoang mang, ảnh hưởng đến nhận thức của sinh viên.

4. Các vấn đề và khía cạnh chưa được đề cập trong các nghiên cứu trước đó

Các nghiên cứu trước đây về ảnh hưởng của mạng xã hội đối với sinh viên cho thấy những ảnh hưởng của mạng xã hội đối với sinh viên trong đời sống hay học tập

bao gồm cả mặt tích cực và mặt tiêu cực. Tuy nhiên, vấn đề này chưa được nghiên cứu tại trường Đại học Công nghiệp TP.HCM, dù rằng đây cũng là đề tài quan trọng, ảnh hưởng trực tiếp đến đời sống hay là trong quá trình học tập của sinh viên IUH. Vì vậy, việc nghiên cứu sẽ khảo sát thực trạng sử dụng mạng xã hội của sinh viên trường, xác định những ảnh hưởng của mạng xã hội đối với sinh viên và qua đó đưa ra những giải pháp phù hợp cho vấn đề này.

NỘI DUNG – PHƯƠNG PHÁP

1. Thiết kế nghiên cứu

- Thiết kế cắt ngang: tạo thuận tiện cho nhóm nghiên cứu, ít tốn kém các chi phí, chỉ cần thu thập thông tin của đối tượng nghiên cứu 1 lần duy nhất và không phải quan sát đối tượng theo chiều thời gian.
- Thiết kế nghiên cứu định lượng: giúp thu thập một lượng lớn thông tin qua bảng hỏi, do đó tiết kiệm thời gian và chi phí liên quan.

2. Chọn mẫu

- Dân số nghiên cứu: Sinh viên đang theo học tại Trường Đại học Công nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh.
- Kích cỡ mẫu: Nhóm áp dụng công thức Cochran (1977) để tính kích cỡ mẫu vì số lượng sinh viên theo học tại Trường Đại học Công nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh là 36.000 sinh viên (2022) và vượt quá 10.000.
- Công thức tính:

$$N = \frac{z^2 * p * (1-p)}{e^2}$$

Ta có:

$$N = \frac{1.96^2 * 0.5 * (1-0.5)}{0.05^2} = 384$$

Trong đó:

n: kích thước mẫu

Z: giá trị ngưỡng của phân phối chuẩn ($Z = 1,96$ tương ứng độ tin cậy là 95%)

p: xác suất chọn ($p = 0,5$ là tỷ lệ tối đa)

e: sai số cho phép ($e = 5\%$ là tỷ lệ thông thường được sử dụng)

Vì trong quá trình khảo sát có sự hao hụt nhất định nên nhóm quyết định chọn số lượng khảo sát là 400 sinh viên tại trường Đại học Công nghiệp TP.HCM.

- Chiến lược chọn mẫu: quyết định kết hợp sử dụng 2 chiến lược chọn mẫu đó là Chọn mẫu tích lũy mầm và chọn mẫu phi xác suất thuận tiện

Lý do: tiện lợi cho công việc nghiên cứu, giảm những chi phí phát sinh khác, tiết kiệm thời gian và có thể lấy một lượng lớn thông tin và không phải đòi hỏi khuôn mẫu. Với sự phát triển của mạng xã hội và công nghệ như thời đại này, chúng ta có thể dễ dàng tiếp cận với sinh viên Trường Đại học Công nghiệp TP.HCM trên các nhóm, fanpage của trường, của sinh viên trường trên nền tảng Facebook, các nhóm học tập, các nhóm lớp học phần trên nền tảng Zalo hoặc trên các nền tảng khác (nếu có) mà các thành viên trong nhóm đã và đang theo học.

- Cách tiếp cận mẫu:
 - + Chọn mẫu tích lũy mầm: Nhóm sẽ liên hệ với bạn bè đang theo học tại Trường Đại học Công nghiệp TP.HCM để gửi bảng khảo sát sau đó nhờ họ chuyển tiếp bảng khảo sát cho những người bạn khác mà họ quen biết đang theo học tại trường.
 - + Chọn mẫu phi xác suất thuận tiện: nhóm gửi link bảng khảo sát vào các nhóm học phần trên nền tảng Zalo mà các thành viên trong nhóm đã và đang theo học, các group sinh viên IUH trên nền tảng Facebook, các hội nhóm liên quan đến Trường IUH mà trong đó có sinh viên IUH là người tham gia.

3. Thiết kế công cụ thu thập thông tin

Quá trình thiết kế bảng hỏi gồm 3 giai đoạn :

Giai đoạn 1: Tham khảo tài liệu và chuẩn bị

- Tìm hiểu tài liệu và nghiên cứu liên quan: bao gồm việc đọc các nghiên cứu liên quan với đề tài đã được thực hiện trước đó. Xác định những mảng cần tập trung thu thập thông tin, các phương pháp đã sử dụng, và các thang đo, câu hỏi đã được sử dụng.
- Xác định mục tiêu và phạm vi của nghiên cứu: Định hình rõ mục tiêu cuối cùng của việc thu thập thông tin là để đưa ra đánh giá chung về những ảnh hưởng của mạng xã hội đối với sinh viên IUH hiện nay, và xác định phạm vi của nghiên cứu là sinh viên trường đại học Công Nghiệp TP HCM.

Giai đoạn 2: Xây dựng công cụ thu thập dữ liệu

- Xác định các phương pháp thu thập dữ liệu : xây dựng bảng câu hỏi bao gồm các câu hỏi mở và câu hỏi đóng.
- Thiết kế bảng hỏi trên nền tảng Google Form.
- Bảng câu hỏi khảo sát được xây dựng trên kết quả tham khảo tài liệu.

Giai đoạn 3: Thực hiện và đánh giá

- Nhóm thực hiện nghiên cứu bằng cách trả lời các câu hỏi trong bảng khảo sát trên nền tảng Google Form mà nhóm đã gửi link trước đó.
- Dùng bảng hỏi để khảo sát ý kiến của 400 học tại trường. Trước khi chính thức dùng bảng hỏi để tiến hành thu thập dữ liệu, nhóm sẽ gửi bảng hỏi đến một nhóm nhỏ từ 10- 15 thành viên kiểm tra những sai sót về ngữ nghĩa và cấu trúc dẫn đến việc người trả lời không hiểu đúng ý câu hỏi. Bảng câu hỏi bao gồm:

+ Phần 1 : Thông tin cá nhân, bao gồm 3 câu hỏi : Tuổi, giới tính, ngành học

+ Phần 2 : Thực trạng dùng mạng xã hội hiện nay của sinh viên IUH, bao gồm 4 câu hỏi.

+ Phần 3: Tác động của mạng xã hội đối với sinh viên IUH, bao gồm 11 câu hỏi.

+ Phần 4: Đề xuất các giải pháp nhằm hạn chế mặt tiêu cực đồng thời phát huy những mặt tích cực, bao gồm 4 câu hỏi.

4. Phương pháp nghiên cứu

Nhóm nghiên cứu với 4 mục tiêu cụ thể. Từng phương pháp nghiên cứu được sử dụng cho từng mục tiêu nghiên cứu được trình bày cụ thể trong bảng mô tả dưới đây:

Mục tiêu nghiên cứu	Phương pháp nghiên cứu
Khảo sát thực trạng sử dụng mạng xã hội đối với sinh viên tại trường Đại học Công nghiệp TP.HCM (IUH)	Khảo sát bằng bảng hỏi với 400 sinh viên đang theo học tại trường IUH
Xác định được những ảnh hưởng tích cực của việc tiếp xúc mạng xã hội trong đời sống đối với sinh viên IUH	
Xác định được những ảnh hưởng tiêu cực của việc tiếp xúc mạng xã hội trong đời sống đối với sinh viên IUH	
Đề xuất các giải pháp để hạn chế mặt tiêu cực đồng thời phát huy những mặt tích cực	Suy luận logic dựa trên kết quả nghiên cứu và cơ sở lý thuyết

5. Quy trình thu thập và xử lý dữ liệu

5.1. Quy trình thu thập dữ liệu

- Nhóm thực hiện nghiên cứu, tham khảo các tài liệu liên quan, tìm hiểu thông tin để thiết kế bảng câu hỏi khảo sát.
- Nhóm tiến hành làm phiếu khảo sát trên nền tảng Google Forms. Link khảo sát được gửi đến bạn bè của các thành viên nhóm, và thông qua đó nhờ họ

chuyển tiếp tới những người bạn khác mà họ quen biết. Link khảo sát được gửi vào các nhóm lớp học phần mà các thành viên trong nhóm đã và đang theo học.

- Link khảo sát cũng được đăng tải lên các group sinh viên IUH trên nền tảng Facebook và các hội nhóm khác liên quan đến trường IUH mà có các sinh viên đang theo học tại trường IUH tham gia.
- Thời gian thu thập dữ liệu từ ngày 01/03/2024 đến 01/04/2024.
- Khi khảo sát đủ 400 ảnh viên tại trường IUH, nhóm sẽ dừng khảo sát.

5.2. Quy trình xử lý dữ liệu

Bước 1: Sau khi thu thập đủ kết quả khảo sát, nhóm sử dụng phương pháp thống kê mô tả để tính phần trăm số lượng người tham gia khảo sát có bao nhiêu sinh viên năm nhất, năm hai, năm ba,....

Bước 2: Nhóm tiến hành sử dụng phần mềm SPSS để xử lý số liệu đã thu thập được, qua đó thu được các kết quả có ý nghĩa và có độ tin cậy cao.

Bước 3: Dựa vào kết quả khảo sát và nghiên cứu lý thuyết để kết luận về thực trạng sử dụng mạng xã hội đối với sinh viên trường IUH; những tác động tích cực, tiêu cực đối với đời sống sinh viên IUH.

Bước 4: Đề xuất các giải pháp giúp hạn chế những mặt tiêu cực và phát huy những mặt tích cực.

CẤU TRÚC DỰ KIẾN CỦA ĐỀ CƯƠNG

Nghiên cứu sự ảnh hưởng của mạng xã hội đối với sinh viên Trường Đại học Công Nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh có thể được thiết kế dựa trên cấu trúc sau:

Chương I: Tổng quan tài liệu

1. Các khái niệm

1.1. Khái niệm mạng xã hội

1.2. Khái niệm sinh viên

Chương II: Nội dung và phương pháp nghiên cứu

2.1. Thiết kế nghiên cứu

2.2. Chọn mẫu

2.3. Thiết kế công cụ thu thập thông tin

2.4. Phương pháp nghiên cứu

2.. Thu thập và xử lý dữ liệu

Chương III: Kết quả và thảo luận

3.1. Phân tích thực trạng sử dụng mạng xã hội của sinh viên hiện nay.

3.2. Phân tích các tác động của việc sử dụng mạng xã hội đối với sinh viên.

3.3. Đề xuất các giải pháp và khuyến nghị để giúp sinh viên sử dụng mạng xã hội một cách hiệu quả hơn trong quá trình học tập cũng như đời sống.

Chương IV: Kết luận và khuyến nghị

4.1. Kết luận

4.2. Khuyến nghị

KẾ HOẠCH THỰC HIỆN ĐỀ TÀI

Nghiên cứu được tiến hành từ:

STT	NGƯỜI THỰC HIỆN	CÔNG VIỆC	THỜI GIAN (TUẦN)								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
1		Lí do chọn đề tài									
2		Mục tiêu nghiên cứu Câu hỏi nghiên cứu									
3		Tìm tài liệu lý thuyết có liên quan									
4		Danh mục tài liệu tham khảo									
5		Tổng quan tài liệu									

PHỤ LỤC PHIẾU KHẢO SÁT

Thưa quý Anh/Chị. Nhóm em thuộc lớp DHKQ18CTT môn PPLNCKH - học viên ngành Kinh Doanh Quốc Tế, Trường Đại học Công Nghiệp TP.HCM. Hiện tại nhóm em đang tiến hành nghiên cứu đề tài “ Tác động của mạng xã hội lên sinh viên tại Trường Đại học Công nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh”. Nhóm em kính mong Anh/Chị hỗ trợ bằng cách tham gia trả lời các câu hỏi trong bản khảo sát này. Mục tiêu của việc thu thập dữ liệu là để phân tích vấn đề nghiên cứu. Thông tin do quý Anh/Chị cung cấp rất quan trọng cho sự hoàn thành của đề tài và sẽ được bảo mật hoàn toàn. Xin chân thành cảm ơn sự đóng góp quý giá của Anh/Chị

Phần I : Thông tin cá nhân

1. **Bạn đang là sinh viên năm mấy tại trường Đại học Công Nghiệp TP HCM ?**

☐ Năm 1

☐ Năm 2

☐ Năm 3

☐ Năm 4

2. **Ngành học của bạn là gì ?**

3. **Giới tính của bạn là gì ?**

☐ Nam

☐ Nữ

☐ LGBT

Phần II : Thực trạng sử dụng mạng xã hội hiện nay đối với sinh viên IUH.

4. **Bạn có bao giờ tiếp xúc với mạng xã hội không**

Có

Không

5. **Bạn bắt đầu tiếp xúc với mạng xã hội từ khi nào (năm bạn bao nhiêu tuổi?)**

6. **Bạn có thường xuyên tiếp xúc với mạng xã hội không ?**

Rất Nhiều

Nhiều

Bình Thường

Ít

Rất ít

7. **Bạn dùng mạng xã hội trong khoảng thời gian nào trong ngày ?**

Sáng

Trưa

Chiều

Tối

Đêm

Cả ngày nếu rảnh

Phần III : Tác động của mạng xã hội đối với sinh viên IUH.

8. **Sử dụng mạng xã hội làm bạn cảm thấy như thế nào ?**

☐

Thoả Thích

☐

Buồn Chán

☐

Thư giãn

☐

Lo lắng

☐

Mục khác:

9. **Bạn có cảm nhận thay đổi nào đối với bạn sau khi dùng mạng xã hội không ?**

☐ Có

☐ Không

10. **Bạn cảm nhận các hành vi của mình thay đổi ra sao sau khi tiếp xúc với mạng xã hội lâu dài ?**

11. **Bạn cảm thấy mạng xã hội có giúp được cho bạn điều gì trong cuộc sống không?**

☐ Có

☐ Không

12. **Giúp ích về vấn đề gì? (Nếu có)**

13. **Theo bạn , việc dùng mạng xã hội có giúp được gì cho bạn trong học tập hay cuộc sống hàng ngày không?**

☐ Có

☐ Không

14. **Bạn nghĩ mạng xã hội có những tác hại gì đối với cuộc sống và việc học tập?**

15. **Nếu không có mạng xã hội, cuộc sống của bạn có thay đổi gì không ?**

- ☐ Rất nhiều
- ☐ Nhiều
- ☐ Bình thường
- ☐ Ít thay đổi
- ☐ Không thay đổi

16. **Đó là những thay đổi gì (nếu có)**

17. **Khi sử dụng mạng xã hội bạn đã gặp qua các hành vi , trường hợp tiêu cực nào chưa**

- ☐ Có
- ☐ Không

18. **Đó là hành vi gì ?**

Phần IV: Đề xuất các giải pháp nhằm hạn chế mặt tiêu cực đồng thời phát huy những mặt tích cực.

19. **Bạn có thấy mình đang dung mạng xã hội quá nhiều không ?**



Có

Không

20. **Dùng mạng xã hội có làm thay đổi lịch học tập của bạn không ?**

☐

Có

☐

Không

21. **Bạn có thói quen chia sẻ những điều hay và tích cực trên các trang mạng xã hội không ?**

☐

Có

☐

Không

22. **Khi sử dụng mạng xã hội, bạn có cách nào để giảm thiểu những ảnh hưởng xấu và tận dụng những lợi ích tốt không ?**

Bảng khảo sát đến đây là kết thúc

Xin cảm ơn quý Anh/Chị đã dành thời gian để trả lời các câu hỏi khảo sát trên !!

NHÓM 3

TÁC ĐỘNG CỦA CĂNG THẲNG TÂM LÝ ĐẾN QUYẾT ĐỊNH HÀNH VI CỦA SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC CÔNG NGHIỆP TP.HỒ CHÍ MINH

PHẦN MỞ ĐẦU

1. Lý do chọn đề tài:

Trong thời đại hiện nay, vấn đề liên quan đến căng thẳng tâm lý và ảnh hưởng của nó đối với sinh viên đã trở thành một vấn đề đáng quan tâm và đầy tính cấp bách trong hệ thống giáo dục đại học. Cuộc sống hằng ngày và môi trường học tập đặt lên đôi vai của sinh viên những áp lực lớn từ việc phải hoàn thành bài tập, đối mặt với các kỳ thi, và xây dựng nền tảng cho tương lai nghề nghiệp của họ. Căng thẳng tâm lý có thể xuất phát từ nhiều nguồn, bao gồm áp lực học tập, khó khăn về tài chính, vấn đề liên quan đến mối quan hệ xã hội và áp lực từ cuộc sống cá nhân.

Lựa chọn đề tài này bắt nguồn từ việc nhận thức về sự cần thiết của nghiên cứu và khám phá thêm về tác động của căng thẳng tâm lý đối với đời sống và quyết định của sinh viên tại Trường Đại học Công nghiệp TP.HCM (IUH). Đại học không chỉ đơn thuần là một giai đoạn quan trọng trong cuộc đời của mỗi sinh viên, mà còn là một thời kỳ quan trọng trong việc hình thành cá nhân và tương lai nghề nghiệp của họ. Tác động của căng thẳng tâm lý có thể gây ra sự ảnh hưởng đáng kể đến quyết định hành vi của sinh viên, bao gồm cả sự phát triển của cá nhân và hiệu suất thành quả học tập của họ.

Nguyễn Tấn Đạt và cộng sự (2013) thực hiện một nghiên cứu với 1161 học sinh từ lớp 6 đến lớp 12 tại thành phố Cần Thơ. Kết quả nghiên cứu cho thấy có 22,8% học sinh có triệu chứng lo âu và 41,1% học sinh có triệu chứng trầm cảm ở mức ngưỡng có thể được chẩn đoán. Ngoài ra, có 26,3% học sinh suy nghĩ tự tử nghiêm túc, 12,9% học sinh lập kế hoạch tự tử và 3,8% học sinh cố gắng tự tử. Các yếu tố nguy cơ liên quan đến lo âu và trầm cảm bao gồm bị bạo hành vật lý hoặc cảm xúc bởi gia đình và áp lực học tập cao.

Trần Minh Anh Quang và cộng sự (2022) tiến hành một nghiên cứu với 654 sinh viên đang theo học tại các trường Đại học thuộc khu vực miền Bắc Việt Nam. Kết quả nghiên cứu cho thấy sinh viên có tự trọng khá cao (3,3 trên thang điểm từ 1 đến 4), tự

thương khá cao (3,2 trên thang điểm từ 1 đến 5), chán nản trung bình (13,9 trên thang điểm từ 0 đến 63) và căng thẳng cao (19,4 trên thang điểm từ 0 đến 40). Trong đó sinh viên năm nhất có tự trọng và tự thương cao nhất, trong khi sinh viên năm cuối có chán nản cao nhất. Các yếu tố gây căng thẳng chủ yếu cho sinh viên là áp lực từ việc học (81%), áp lực từ gia đình (70%), áp lực từ bạn bè (59%) và áp lực từ xã hội (55%). Căng thẳng có xu hướng đi cùng với chán nản và giảm tự trọng, tự thương.

Qua những kết quả nghiên cứu, số liệu trên, nhóm nhận thấy căng thẳng tâm lý là một vấn đề phổ biến và nghiêm trọng đối với sinh viên. Căng thẳng tâm lý có thể gây ra những hậu quả xấu cho sức khỏe, học tập và quan hệ xã hội của sinh viên. Tuy nhiên, ở Việt Nam hiện tại còn ít những công trình nghiên cứu về những tác động khách quan và chủ quan của việc căng thẳng tâm lý ảnh hưởng đến quyết định hành vi của sinh viên. Từ đó, nhóm quyết định lựa chọn đề tài trên để nghiên cứu đó góp phần nâng cao nhận thức của sinh viên về căng thẳng tâm lý cũng như các yếu tố ảnh hưởng đến sự đưa ra quyết định hành vi của sinh viên.

2. Mục tiêu nghiên cứu

2.1. Mục tiêu chính:

Tìm hiểu về các tác động của căng thẳng tâm lý dẫn đến các quyết định hành vi của sinh viên trong trường Đại học Công nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh.

2.2. Mục tiêu cụ thể:

- Khảo sát thực tế thực trạng mức độ căng thẳng tâm lý của sinh viên trường Đại học Công nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh.
- Xác định các nhân tố gây ra tình trạng căng thẳng tâm lý của sinh viên của trường Đại học Công nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh.
- Tìm hiểu các quyết định hành vi từ việc căng thẳng tâm lý quá mức gây ra cho sinh viên trường Đại học Công nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh.
- Đề xuất các biện pháp và giải pháp nhằm hạn chế việc gây ra căng thẳng tâm lý dẫn đến quyết định hành vi cho sinh viên trường Đại học Công nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh.

3. Câu hỏi nghiên cứu

Thực trạng căng thẳng tâm lý (stress) hiện nay của sinh viên Trường Đại học Công nghiệp TP.HCM có những biểu hiện nào?

Nguyên nhân nào dẫn đến các hiện tượng căng thẳng tâm lý (stress) của sinh viên Trường Đại học Công nghiệp TP.HCM?

Tình trạng căng thẳng tâm lý (stress) dẫn đến những tác động nào đối với hành vi của sinh viên Trường Đại học Công nghiệp TP.HCM?

Làm sao để giúp sinh viên Trường Đại học Công nghiệp TP.HCM giảm căng thẳng tâm lý (stress)?

4. Đối tượng và phạm vi nghiên cứu

4.1. Đối tượng nghiên cứu

Nghiên cứu tập trung vào sinh viên của Đại học Công nghiệp TP.Hồ Chí Minh.

4.2. Phạm vi nghiên cứu

- Phạm vi không gian: Nghiên cứu sẽ diễn ra tại Đại học Công Nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh.
- Phạm vi thời gian: Thời gian nghiên cứu kéo dài từ ngày 01/09/2023 đến 01/12/2023.
- Phạm vi nội dung: Nghiên cứu sẽ tập trung vào căng thẳng tâm lý và cách nó ảnh hưởng đến quyết định hành vi của sinh viên tại Đại học Công Nghiệp TP.Hồ Chí Minh.
- Đối tượng thu thập thông tin: Toàn bộ sinh viên đang học tại Đại học Công Nghiệp TP.Hồ Chí Minh.

5. Ý nghĩa khoa học và thực tiễn của nghiên cứu

5.1. Ý nghĩa khoa học

Tìm hiểu nguyên nhân và tác động của căng thẳng tâm lý (stress) đến hành vi của sinh viên Trường Đại học Công nghiệp TP.HCM. Xác định mối quan hệ giữa căng thẳng tâm lý và hành vi của sinh viên. Đồng thời, nghiên cứu có thể được sử dụng như tài liệu tham khảo cho các nghiên cứu sau này.

5.2. Ý nghĩa thực tiễn

Nghiên cứu về tác động của căng thẳng tâm lý đối với quyết định hành vi của sinh viên Đại học Công nghiệp TP.HCM mang ý nghĩa quan trọng. Đầu tiên, nó giúp sinh viên hiểu rõ hơn về cách căng thẳng tâm lý ảnh hưởng đến hành vi của họ và cách ứng phó. Điều này có thể giúp họ đối phó hiệu quả hơn với căng thẳng tâm lý trong cuộc sống và học tập hàng ngày.

Thứ hai, nghiên cứu cung cấp thông tin chi tiết về nguyên nhân gây ra căng thẳng tâm lý và cách chúng tác động đến hành vi. Dựa trên kết quả này, có thể đề xuất biện pháp hỗ trợ giảm tác động của căng thẳng tâm lý.

Cuối cùng, khi hiểu rõ hơn về tác động của căng thẳng tâm lý đối với hành vi của sinh viên, trường Đại học Công nghiệp TP.HCM có cơ sở để điều chỉnh và cải thiện môi trường học tập, hỗ trợ sự phát triển và thành công của sinh viên.

TỔNG QUAN TÀI LIỆU

1. Các khái niệm

1.1. Khái niệm căng thẳng tâm lý (stress)

Theo Shozo Shibuya (2020), stress là nguyên nhân gây ra căng thẳng tinh thần hoặc căng thẳng thể chất đến con người. Hans Selye (1952) cho rằng stress là một phản ứng sinh học không đặc hiệu của cơ thể trước những tình huống căng thẳng. Richard Lazarus và đồng nghiệp (1993) nói rằng: “Stress như một quá trình tương tác đặc biệt giữa con người với môi trường. Trong đó, chủ thể nhận thức sự kiện từ môi trường như là sự thử thách, sự hấp dẫn hoặc như một đòi hỏi mà chủ thể không thể ứng phó được chủ thể phải đối mặt với nguy hiểm” [2, tr. 61].

Trong nghiên cứu này, nhóm tác giả sẽ trình bày các vấn đề nghiên cứu liên quan đến các khái niệm về căng thẳng tâm lý (stress) được nêu trên.

1.2. Khái niệm hành vi của sinh viên

Theo Hoàng Phê (1988), hành vi được hiểu là toàn bộ những phản ứng, cách cư xử biểu hiện ra bên ngoài của một người trong một hoàn cảnh cụ thể nhất định. Phạm Minh Hạc (1995) cho rằng hành vi của con người là những biểu hiện bên ngoài thông qua các hoạt động và bao giờ hoạt động đó cũng gắn liền với động cơ, mục đích [19, tr 222]. Vũ Dũng (2008) định nghĩa hành vi là sự tương tác của cá nhân với môi trường bên ngoài trên cơ sở tính tích cực bên ngoài (vận động) và bên trong (tâm lý) của chúng, trong đó có định hướng của cơ thể sống đảm bảo thực hiện các tiếp xúc với thế giới bên ngoài [6, tr259].

Từ những định nghĩa trên, nhóm tác giả cho rằng hành vi của sinh viên là những hành động và cách ứng xử mà mỗi sinh viên thể hiện ra bên ngoài với môi trường mà họ tiếp xúc, hành vi thể hiện tính cách và cách sống của mỗi sinh viên.

2. Thực trạng của việc căng thẳng tâm lý tác động đến quyết định hành vi của sinh viên

Căng thẳng tâm lý là một hiện tượng phổ biến trong cuộc sống ngày nay, đặc biệt là đối với học sinh sinh viên. Căng thẳng có thể ảnh hưởng đến sức khỏe tâm lý, hành vi và quyết định của họ. Để hiểu rõ hơn về biểu hiện và ảnh hưởng của căng thẳng đến quyết định hành vi của học sinh sinh viên ở Việt Nam, chúng tôi sẽ trình bày hai nghiên cứu tiêu biểu sau đây.

Nguyễn Tấn Đạt và cộng sự (2013) thực hiện một nghiên cứu với sự tham gia của 1161 học sinh từ lớp 6 đến lớp 12 tại thành phố Cần Thơ. Trong số này, có 581 học sinh THCS và 580 học sinh THPT. Độ tuổi trung bình của các học sinh là 14,8 và tỉ lệ giới tính gồm 568 nữ (48,9%) và 593 nam (51,1%). Kết quả cho thấy, tỷ lệ triệu chứng trầm cảm và lo âu ở mức ngưỡng có thể được chẩn đoán là 22,8% và 41,1%, tương ứng. Tỷ lệ suy nghĩ tự tử nghiêm túc là 26,3%, trong khi tỷ lệ lập kế hoạch tự tử là 12,9% và tỉ lệ cố gắng tự tử là 3,8%. Các yếu tố nguy cơ liên quan đến lo âu và trầm cảm bao gồm bị bạo hành vật lý hoặc cảm xúc bởi gia đình và áp lực học tập cao.

Trần Minh Anh Quang và cộng sự (2022) đã thực hiện nghiên cứu với sự tham gia của 654 sinh viên đang theo học tại các trường Đại học thuộc khu vực miền Bắc Việt Nam. Trong số này, có 380 nam (58,1%) và 274 nữ (41,9%). Độ tuổi trung bình của các sinh viên là 20,6. Qua khảo sát các nhà nghiên cứu đã xác định mức độ tự trọng của sinh viên theo thang điểm Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES), mức độ tự thương của sinh viên theo thang điểm Self-Compassion Scale (SCS), mức độ chán nản của sinh viên theo thang điểm Beck Depression Inventory (BDI) và mức độ căng thẳng của sinh viên theo thang điểm Perceived Stress Scale (PSS). Kết quả cho thấy, mức độ tự trọng trung bình của sinh viên là 3,3 (trên thang điểm từ 1 đến 4), cho thấy sinh viên có tự trọng khá cao. Mức độ tự thương trung bình của sinh viên là 3,2 (trên thang điểm từ 1 đến 5), cho thấy sinh viên có khả năng tự chấp nhận và quan tâm đến bản thân. Mức độ chán nản trung bình của sinh viên là 13,9 (trên thang điểm từ 0 đến 63), cho thấy sinh viên có nguy cơ mắc trầm cảm trung bình. Mức độ căng thẳng trung bình của sinh viên là 19,4 (trên thang điểm từ 0 đến 40), cho thấy sinh viên có căng thẳng cao hơn so với mức chuẩn là 13. Trong đó sinh viên năm nhất có tự trọng và tự thương cao nhất, trong khi sinh viên năm cuối có chán nản cao nhất. Các yếu tố gây căng thẳng chủ yếu cho sinh viên là áp

lực từ việc học (81%), áp lực từ gia đình (70%), áp lực từ bạn bè (59%) và áp lực từ xã hội (55%). Sinh viên càng chán nản và buồn bã, thì càng cảm thấy căng thẳng và khó chịu. Ngược lại, sinh viên càng căng thẳng và khó chịu, thì càng dễ bị chán nản và buồn bã. Cho thấy chán nản và căng thẳng có xu hướng đi cùng nhau.

Qua hai nghiên cứu trên, chúng ta có thể thấy rằng căng thẳng là một vấn đề nghiêm trọng ảnh hưởng đến học sinh sinh viên ở Việt Nam. Căng thẳng có thể gây ra các triệu chứng lo âu, trầm cảm, suy nghĩ tự tử và giảm tự trọng, tự thương của họ. Căng thẳng cũng có thể làm giảm khả năng học tập, giao tiếp và quyết định của họ. Các yếu tố gây căng thẳng chủ yếu là áp lực từ việc học, gia đình, bạn bè và xã hội. Do đó, cần có những biện pháp phòng ngừa và giảm căng thẳng cho học sinh sinh viên.

3. Những nguyên nhân dẫn đến căng thẳng tâm lý quyết định hành vi của sinh viên

Căng thẳng tâm lý ở sinh viên xảy ra do nhiều nguồn nguyên nhân nhưng chủ yếu liên quan đến các yếu tố như là: học tập, thi cử, áp lực gia đình, mối quan hệ xung quanh, lo ngại về tài chính, năng lực, nghề nghiệp,... Căng thẳng áp lực luôn hiện hữu và đã trở thành một phần trong đời sống học tập hằng ngày của sinh viên do những kỳ vọng từ bên trong và cả bên ngoài đặt lên vai họ.

Căng thẳng trong học tập được xác định là nguyên nhân chính dẫn đến căng thẳng tâm lý ở sinh viên. Theo số liệu thống kê do Cục Hồ sơ Tội phạm Quốc gia công bố, cứ mỗi giờ lại có một học sinh tự tử (Saha, 2017). Cục đã đăng ký 1,8% sinh viên tự tử do thi trượt và tỷ lệ tự tử tăng 80% trong khoảng thời gian một năm. Một báo cáo của Lancet năm 2012 cũng trích dẫn rằng nhóm tuổi 15-29 ở Ấn Độ có tỷ lệ tự tử cao nhất thế giới và những con số này không có dấu hiệu giảm xuống. Lee & Larson (2000) giải thích sự căng thẳng này là sự tương tác giữa các yếu tố gây căng thẳng từ môi trường, sự đánh giá và phản ứng của sinh viên đối với những điều tương tự. Giờ đây nó đã trở thành một thực tế nghiêm trọng được gọi là “điểm dừng sự nghiệp” (Kadapatti & Vijayalaxmi, 2012). Do đó, nó trở thành một nguyên nhân đáng lo ngại vì nó là triệu chứng của mối lo ngại về sức khỏe tâm thần đang gia tăng ở Ấn Độ (Nadamuri & Ch, 2011).

Trầm cảm, lo lắng, các vấn đề về hành vi,... là một vài trong số rất nhiều vấn đề được báo cáo ở những học sinh có căng thẳng học tập cao (Deb, Strodl & Sun, 2015;

Verma, Sharma & Larson, 2002). Tỷ lệ trầm cảm cũng được tìm thấy ở thanh thiếu niên căng thẳng vì nó liên quan đến việc không thể tập trung, sợ thất bại, đánh giá tiêu cực về tương lai, v.v. (Busari, 2012). Thanh thiếu niên cũng được cho là có nhiều hành vi nguy hiểm khác nhau như tăng cường uống rượu và ma túy, hoạt động tình dục không an toàn, không hoạt động thể chất, ăn ngủ kém (Hiệp hội Y tế Đại học Hoa Kỳ, 2009; Bennet & Holloway, 2014; King, Vidourek & Singh, 2014). Áp lực mà những sinh viên này phải đối mặt để thực hiện là rất nghiêm trọng, dẫn đến số vụ cố gắng tự tử tăng gấp 5 lần.

Một số yếu tố gây căng thẳng phổ biến được báo cáo trong môi trường học thuật bao gồm bài tập quá nhiều, quản lý thời gian và kỹ năng xã hội kém, cạnh tranh ngang hàng,... (Fairbrother & Warn, 2003). Những kết quả này phù hợp với các nghiên cứu được thực hiện ở Ấn Độ cũng như được báo cáo bởi Sreeramareddy, Shankar, Binu, Mukopadhyay, Ray & Menezes (2007).

Các yếu tố cụ thể khác của cá nhân bao gồm các vấn đề trong quản lý tài chính, thay đổi môi trường sống, khó khăn trong việc quản lý cuộc sống cá nhân và học tập, áp lực từ gia đình,... (Byron, Brun & Ivers, 2008; Chernomas & Shapiro, 2013; Goff, 2011; Jimenez, Navia-Osorio & Diaz, 2010; Moscaritolo, 2009).

Hệ thống giáo dục cũng đóng một vai trò tạo điều kiện, sau đó dẫn đến mức độ căng thẳng gia tăng của học sinh. Một số nguồn bao gồm giảng đường quá đông, hệ thống chấm điểm học kỳ, nguồn lực và cơ sở vật chất không đầy đủ (Awing & Agolla, 2008), giáo trình quá rộng lớn (Agrawal & Chahar, 2007; Sreeramareddy et al, 2007), thời gian dài và kỳ vọng học vẹt (Deb và cộng sự, 2015). Cha mẹ và các tổ chức không ngừng gieo rắc nỗi sợ thất bại, ảnh hưởng đến lòng tự trọng và sự tự tin của các em. Ang & Huân (2006) cho biết những kỳ vọng gia tăng là một trong những yếu tố làm tăng mức độ căng thẳng.

Do đó, sinh viên có rất nhiều nguồn gây nên căng thẳng tâm lý (stress) quyết định đến hành vi, việc hiểu rõ nguyên nhân gây căng thẳng sẽ giúp đưa ra các biện pháp can thiệp phù hợp nhằm mục đích giảm mức độ căng thẳng của sinh viên.

4. Những tác động của căng thẳng tâm lý đến hành vi của sinh viên

Nguyễn Đạt Đạm (2018) căng thẳng tâm lý ảnh hưởng tiêu cực đến quá trình học tập và rèn luyện của sinh viên, nhất là trong các trường đại học quân sự. Kết quả nghiên cứu về mức độ stress tại các trường này đã cho thấy 18,5% sinh viên trải qua stress ở mức rất căng thẳng, 62,4% ở mức căng thẳng, và 19,1% ở mức ít căng thẳng. Nhận thức của sinh viên bị ảnh hưởng khi căng thẳng tâm lý làm giảm khả năng tập trung, sáng tạo và trí nhớ, thậm chí làm sinh viên lo sợ và bị ám ảnh trong quá trình học tập. Cảm xúc và tình cảm của sinh viên cũng thay đổi đáng kể, Thường thì sinh viên sẽ thể hiện sự cáu gắt không hợp lý, nóng nảy, và khó chịu, có thể dẫn đến phản ứng thất thường trong các mối quan hệ, tình trạng lo âu hoặc cảm thấy thu mình. Căng thẳng tâm lý khiến tâm lý căng thẳng và đặt lên học viên áp lực nặng nề. Điều này ảnh hưởng đến khả năng hoạt động của họ, giảm chất lượng học tập và rèn luyện, làm mất đi sự tập trung. Hơn nữa, căng thẳng tâm lý cũng gây hại cho sức khỏe của sinh viên, xuất hiện các triệu chứng như mất ngủ, lo âu, tim đập không đều, đau đầu, và nhiều vấn đề sức khỏe khác.

Đặng Thị Lan (2019) căng thẳng tâm lý trong quá trình học ngoại ngữ của sinh viên thể hiện qua nhiều biểu hiện. Mặt sinh lý, họ trải qua mệt mỏi, đau nhức, và có khả năng ngại vận động. Mặt nhận thức, suy nghĩ tiêu cực, khó tập trung, và trí nhớ yếu kém. Cảm xúc của họ thường bao gồm lo lắng, sự chán nản, khó chịu và thiếu kiên nhẫn. Các biểu hiện về hành vi bao gồm khả năng duy trì hoạt động học ngoại ngữ kém, nhiều sai sót, khó quản lý thời gian, và phản ứng quá mức. Các tình trạng này có thể ảnh hưởng xấu đến hiệu suất học tập và trải nghiệm của sinh viên khi học ngoại ngữ.

Trần Thái Phúc (2020) trong nghiên cứu về căng thẳng cảm xúc của nữ sinh viên điều dưỡng chính quy tại Trường Đại học Y Dược Thái Bình năm 2020, kết quả cho thấy mối liên quan mạnh mẽ giữa căng thẳng cảm xúc và học lực của họ. Sinh viên có điểm xếp loại học tập ở mức khá trở lên thường có nguy cơ bị căng thẳng cảm xúc mức độ cao chỉ bằng một nửa so với những sinh viên có kết quả học tập ở mức trung bình khá trở xuống. Tác động của căng thẳng tâm lý có thể ảnh hưởng đáng kể đến cuộc sống và học tập. Nó làm cho sinh viên gặp khó khăn trong việc tập trung và thậm chí dẫn đến sự suy giảm về hiệu suất học tập dù có cố gắng. Trong trường hợp nghiêm trọng, sinh viên có thể thể hiện những hành vi không kiểm soát như bỏ học, gây rối, xung đột với người khác, và thậm chí có suy tư tự tử hoặc các dấu hiệu loạn thần.

5. Một số vấn đề, khía cạnh chưa được đề cập trong các nghiên cứu trước đó.

Dựa vào những nguồn thông tin và các nghiên cứu đã có, liên quan đến tình trạng tác động của căng thẳng tâm lý dẫn đến quyết định hành vi của sinh viên, ta có thể dễ dàng nhận thấy những tác động của căng thẳng tâm lý dẫn đến các hành vi của sinh viên đang ở mức độ đáng được quan tâm. Mặc dù vậy, các nghiên cứu trước đó về chủ đề này vẫn còn nhiều thiếu sót vì không đào sâu các khía cạnh:

Các yếu tố ảnh hưởng: Các nghiên cứu trước mới chỉ tập trung vào áp lực học tập, tiền bạc và môi trường xung quanh. Nhưng chưa có sự khảo sát về các yếu tố ảnh hưởng khác như: ngành đang theo học, kỹ năng mềm, nhu cầu của bản thân. Những yếu tố này có ảnh hưởng sâu sắc đến khả năng phản ứng và quyết định hành vi của sinh viên khi gặp căng thẳng.

Vai trò của các nguồn hỗ trợ tâm lý trong việc giảm bớt căng thẳng tâm lý và nâng cao quyết định hành vi của sinh viên: Các nghiên cứu trước chỉ ra rằng có sự liên kết giữa các nguồn hỗ trợ tâm lý như gia đình, bạn bè, giáo viên,... với mức độ căng thẳng tâm lý và quyết định hành vi của sinh viên. Tuy nhiên, các nghiên cứu đó chưa so sánh mức độ hiệu quả của các nguồn hỗ trợ tâm lý khác nhau, cũng như chưa khám phá những rào cản trong việc tiếp cận các nguồn hỗ trợ tâm lý cho sinh viên.

Tuy số lượng sinh viên gặp phải trường hợp này khá là nhiều, nhưng vấn đề này chưa được tiếp cận và nghiên cứu kỹ càng với sinh viên IUH, dù rằng các hậu quả nghiêm trọng có thể gây ra. Vì lẽ đó, việc nghiên cứu, khảo sát thực trạng tác động của căng thẳng tâm lý dẫn đến các hành vi của sinh viên là rất quan trọng, nhằm biết rõ tỉ lệ sinh viên IUH bị tác động, ảnh hưởng bởi tình trạng này. Đưa ra được các biện pháp xử lý kịp thời và phù hợp giúp đỡ sinh viên. Đồng thời, giúp sinh viên nhận ra được tầm quan trọng của việc bảo vệ sức khỏe của bản thân.

NỘI DUNG – PHƯƠNG PHÁP

1. Thiết kế nghiên cứu

Nhóm lựa chọn sử dụng phương pháp thiết kế nghiên cứu gồm thiết kế nghiên cứu định lượng, thiết kế nghiên cứu cắt ngang và thiết kế nghiên cứu phi thực nghiệm vì những lý do sau:

+ Thiết kế nghiên cứu định lượng: Các yếu tố gây ra căng thẳng tâm lý dẫn đến hành vi của sinh viên có mối liên hệ với các yếu tố khách quan từ bên ngoài và các yếu tố chủ quan đến từ bản thân của đối tượng. Do vậy, nghiên cứu này cho phép chúng ta thu thập được nhiều thông tin hơn so với phương pháp nghiên cứu định tính nên đây là một lựa chọn hợp lý. Pháp thu thập dữ liệu mà nhóm chọn trong nghiên cứu này là khảo sát bằng bảng hỏi. Việc này sẽ thu thập được lượng thông tin lớn nhưng không mất nhiều thời gian và chi phí cho quá trình khảo sát. Việc này sẽ không gây mất nhiều thời gian cũng như là chi phí cho quá trình khảo sát, và sẽ giúp thu thập được lượng thông tin lớn.

+ Thiết kế nghiên cứu cắt ngang: Nghiên cứu chỉ là thu thập dữ liệu duy nhất một lần nên thiết kế này sẽ giúp thực hiện nhanh, ít tốn kém, tiện lợi để khảo sát nhiều mối liên hệ cùng một lúc và không cần theo dõi trong thời gian dài.

+ Thiết kế nghiên cứu phi thực nghiệm: Thiết kế không tạo ra bất kỳ tác động nào làm biến đổi trạng thái và môi trường của đối tượng mà nhóm muốn thu thập dữ liệu.

2. Chọn mẫu

❖ Dân số nghiên cứu

Sinh viên đang theo học tại trường Đại học Công nghiệp TP.HCM

❖ Cỡ mẫu

Áp dụng phương pháp tính cỡ mẫu theo công thức Cochran (1977)

Trong đó:

n = kích cỡ mẫu

z = giá trị ngưỡng của phân phối chuẩn ($z = 1,96$ tương ứng độ tin cậy 95%)

p = xác suất chọn ($p = 0,5$ là tỉ lệ tối đa)

ϵ = sai số cho phép (thường lấy ở mức 5%)

Vì trong quá trình khảo sát khó tránh khỏi sự hao hụt nên nhóm tác giả quyết định chọn 500 sinh viên đang theo học tại trường Đại học Công nghiệp TP.HCM để tham gia khảo sát.

❖ Cách tiếp cận dân số mẫu

Gửi link khảo sát vào các hội nhóm của các bạn là sinh viên từ năm một đến năm tư của trường Đại học Công nghiệp TP.HCM.

❖ Chiến lược chọn mẫu

Với bối cảnh nghiên cứu về tác động của căng thẳng đối với hành vi của sinh viên trường Đại học Công nghiệp TP.HCM, nhóm nghiên cứu đã lựa chọn một chiến lược chọn mẫu phi xác suất thuận tiện. Khảo sát được thực hiện trực tuyến qua nền tảng Google Form sinh viên có thể truy cập vào đường link khảo sát trên tinh thần tự nguyện. Sự lựa chọn này giúp cho nhóm nghiên cứu tiết kiệm thời gian và chi phí mà vẫn đem lại nhiều hiệu quả thống kê số liệu trong cả quá trình khảo sát.

3. Thiết kế bảng câu hỏi khảo sát

Bảng những câu hỏi gồm 23 câu hỏi, trong 23 câu hỏi có 3 câu hỏi là hỏi về thông tin của cá nhân sinh viên và 20 câu hỏi về các khía cạnh liên quan đến căng thẳng tâm lý của sinh viên. Các câu hỏi đều là câu hỏi đóng, cho phép sinh viên sẽ trả lời là chọn một hoặc nhiều đáp án trong các đáp án có sẵn trên phiếu khảo sát. Bảng câu hỏi được thiết kế dựa trên các câu hỏi nghiên cứu và các tài liệu tham khảo trong nước và ngoài nước. Bảng câu hỏi đã được kiểm tra kỹ lưỡng bởi các thành viên trong nhóm.

4. Phương pháp nghiên cứu

Để thành công đạt được những mục tiêu đề ra, nhóm nghiên cứu đã sử dụng những phương pháp nghiên cứu sau đây:

Mục tiêu nghiên cứu	Phương pháp thu thập dữ liệu	Phép tính thống kê
1. Khảo sát thực trạng mức độ căng thẳng tâm lý của sinh viên trường Đại học Công nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh.	Khảo sát bằng phiếu khảo sát câu hỏi với 500 sinh viên đang theo học tại trường IUH.	Thống kê mô tả
2. Xác định các nhân tố gây ra tình trạng căng thẳng tâm lý của sinh viên trường Đại học Công nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh.		
3. Tìm hiểu các quyết định hành vi từ việc căng thẳng tâm lý quá mức gây ra cho sinh viên trường Đại học Công nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh		
4. Đề xuất những giải pháp nhằm hạn chế tối thiểu việc gây ra căng thẳng tâm lý dẫn đến quyết định hành vi cho sinh viên trường Đại học Công nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh.	Suy luận logic dựa trên các kết quả nghiên cứu và cơ sở lý thuyết	

4.1. Quy trình thu thập dữ liệu

Khảo sát bằng bảng câu hỏi được tạo trên Google Form để thu thập thông tin cho đề tài nghiên cứu

Thời gian khảo sát: Từ 01/09/2023 đến 01/12/2023

Khảo sát bằng bảng câu hỏi với sự tham gia của 500 sinh viên Trường Đại học Công Nghiệp TP.HCM. Bảng câu hỏi được nhóm tác giả thiết kế trên Google Form sau đó gửi đường link vào các nhóm Zalo lớp học phần của các thành viên trong nhóm và nhóm Facebook có sự tham gia của sinh viên Trường Đại học Công Nghiệp TP.HCM. Người tham gia khảo sát sẽ mất khoảng 15 phút để hoàn thành các câu hỏi. Bảng câu hỏi sẽ được đóng khi đủ số lượng người tham gia khảo sát là 500 sinh viên. Sau khi tổng hợp thông tin từ khảo sát, nhóm tác giả sẽ nhập dữ liệu vào máy tính để tiện thống kê và nghiên cứu.

4.2. Xử lý dữ liệu

Quy trình xử lý dữ liệu

Bước 1:

Nhóm tiến hành tổng hợp các phiếu khảo sát, dùng phần mềm Google sheet để thống kê, xác định thông tin.

Bước 2:

Rà soát lại các phiếu khảo sát, loại bỏ một số phiếu không đạt yêu cầu, trùng lặp, sau đó lưu trữ thông tin.

Bước 3:

Xử lý dữ liệu bằng phép tính thống kê mô tả để xác định được số lượng người tham gia khảo sát, thái độ, so sánh giữa các nhóm.

Sử dụng SPSS để tăng mức độ tin cậy cho kết quả và tiết kiệm thời gian.

Bước 4:

Xuất dữ liệu, trình bày kết quả nghiên cứu sau khi đã hoàn thành việc phân tích.

CẤU TRÚC DỰ KIẾN CỦA LUẬN VĂN

Phần mở đầu:

1. Lí do chọn đề tài
2. Mục tiêu nghiên cứu

3. Câu hỏi nghiên cứu

4. Đối tượng và phạm vi nghiên cứu

5. Ý nghĩa khoa học và thực tiễn

Chương I: Cơ sở lý luận của đề tài

1.1. Các khái niệm cơ bản của đề tài nghiên cứu (căng thẳng tâm lý, hành vi của sinh viên)

1.2. Thực trạng của việc căng thẳng tâm lý tác động đến quyết định hành vi của sv

1.3. Xác định những nguyên nhân dẫn đến căng thẳng tâm lý quyết định hành vi của sinh viên

1.4. Những tác động của căng thẳng đến hành vi của sinh viên

1.5. Một số vấn đề, khía cạnh chưa được đề cập trong các nghiên cứu trước đó

Chương II: Phương pháp nghiên cứu

2.1. Khảo sát bằng bảng hỏi

2.2. Phỏng vấn không có cấu trúc chắc chắn

Chương III: Kết quả nghiên cứu và thảo luận

3.1. Phân tích thực trạng chủ điểm nghiên cứu

3.2. Kết quả nghiên cứu

3.3. Thảo luận

KẾ HOẠCH THỰC HIỆN ĐỀ TÀI

Nghiên cứu sẽ được tiến hành như sau:

STT	NGƯỜI THỰC HIỆN	CÔNG VIỆC	THỜI GIAN (TUẦN)								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
1		Lí do chọn đề tài									

DANH MỤC TÀI LIỆU THAM KHẢO

Tài liệu tiếng Việt

1. Hoàng Phê (1988). *Từ điển tiếng Việt*, NXB Từ điển Bách khoa.
2. Phạm Minh Hạc (1995). *Tâm lý học*, NXB Giáo Dục
3. Vũ Dũng (2008). *Từ điển Tâm lý học*, NXB Từ điển Bách khoa.
4. Shozo Shibuya (2020). *Từ Điển Tâm Lý - Tính Cách Và Cảm Xúc Đến Từ Đâu*, NXB Thế Giới.

Tài liệu tiếng Anh

1. Hans Selye (1952). *The story of the adaptation syndrome: told in the form of informal, illustrated lectures*, Medical Publishers.
2. Richard Lazarus (1993). "Why We Should Think of Stress as a Subset of Emotion", in *Handbook of Stress: Theoretical and Clinical Aspects*, 2nd ed., L Goldberger and S. Breznitz (ed), New York, N.Y., Free Press.
3. Reddy, K.J., Menon, K.R. and Thattil, A. (2018) Academic Stress and Its Sources among University Students. *Biomedical and Pharmacology Journal*, 11, 531-537.
4. Nguyen, D. T., Dedding, C., Pham, T. T., Wright, P., & Bunders, J. (2013, December 1). Depression, Anxiety, and Suicidal Ideation Among Vietnamese Secondary School Students and Proposed Solutions: A Cross-sectional Study. *BMC Public Health*. Retrieved December 2, 2023, from <https://doi.org/10.1186/1471-2458-13-1195>
5. Tran, M. A. Q., Vo-Thanh, T., Soliman, M., Khoury, B., & Chau, N. N. T. (2022, September 15). Self-compassion, Mindfulness, Stress, and Self-esteem Among Vietnamese University Students: Psychological Well-being and Positive Emotion as Mediators. *Mindfulness*. Retrieved December 2, 2023, from <https://doi.org/10.1007/s12671-022-01980-x>

PHỤ LỤC PHIẾU KHẢO SÁT

Xin chào, bạn được mời tham gia khảo sát về tác động của căng thẳng tâm lý đến quyết định hành vi của sinh viên trường Đại học Công Nghiệp TP.HCM. Mục đích của khảo sát này là để nghiên cứu thực trạng, nguyên nhân, tác động và chiến lược giảm căng thẳng tâm lý của sinh viên. Khảo sát này sẽ mất khoảng 15 phút để hoàn thành. Câu trả lời của bạn sẽ được bảo mật và chỉ được sử dụng cho mục đích nghiên cứu. Vui lòng trả lời thật lòng và chính xác. Xin chân thành cảm ơn!

Phần I: Thông tin cá nhân

1. Giới tính

- ☐ Nam
- ☐ Nữ
- ☐ Mục khác:

2. Bạn là sinh viên năm mấy của trường Đại học Công nghiệp TP.HCM?

- ☐ Năm nhất
- ☐ Năm hai
- ☐ Năm ba
- ☐ Năm tư
- ☐ Năm năm

3. Bạn theo học ngành nào của trường Đại học Công nghiệp TP.HCM?

- ☐ Công nghệ thông tin
- ☐ Cơ khí
- ☐ Điện
- ☐ Điện tử
- ☐ Hóa học
- ☐ Kinh tế
- ☐ Quản trị kinh doanh
- ☐ Kế toán
- ☐ Ngôn ngữ
- ☐ Khác (vui lòng ghi rõ)

Phần II. Câu hỏi khảo sát

Phần 1: Thực trạng căng thẳng tâm lý có những biểu hiện nào?

1. Bạn có thường xuyên cảm thấy căng thẳng tâm lý trong quá trình học tập không?

- ☐ Rất thường xuyên
- ☐ Thường xuyên
- ☐ Không thường xuyên
- ☐ Hiếm khi
- ☐ Không bao giờ

2. Bạn thường cảm thấy căng thẳng tâm lý vào thời điểm nào trong học kỳ?

- ☐ Đầu học kỳ
- ☐ Giữa học kỳ
- ☐ Cuối học kỳ
- ☐ Trước khi thi
- ☐ Sau khi thi
- ☐ Không có thời điểm cụ thể nào

3. Bạn cảm thấy căng thẳng tâm lý với mức độ nào trong thang điểm từ 1 đến 10, trong đó 1 là không căng thẳng và 10 là rất căng thẳng?

- ☐ 1
- ☐ 2
- ☐ 3
- ☐ 4
- ☐ 5
- ☐ 6
- ☐ 7
- ☐ 8
- ☐ 9
- ☐ 10

Phần 2: Nguyên nhân nào dẫn đến các hiện tượng căng thẳng tâm lý của sinh viên?

1. Bạn thường có những biểu hiện nào khi cảm thấy căng thẳng tâm lý? (Có thể chọn nhiều đáp án)

☐ Đau đầu

☐ Mệt mỏi

☐ Buồn nôn

☐ Khó ngủ

☐ Lo lắng

☐ Bực bội

☐ Tự ti

☐ Khó tập trung

☐ Khó quyết định

☐ Khó hợp tác

☐ Khác (vui lòng ghi rõ)

2. Theo bạn, nguyên nhân nào gây ra căng thẳng tâm lý cho bạn trong quá trình học tập? (Có thể chọn nhiều đáp án)

☐ Áp lực từ gia đình

☐ Áp lực từ bạn bè

☐ Áp lực từ giáo viên

☐ Áp lực từ bản thân

☐ Khối lượng học tập quá nhiều

☐ Nội dung học tập quá khó

☐ Thiếu thời gian để học tập

☐ Thiếu thời gian để nghỉ ngơi

☐ Thiếu thời gian để giải trí

☐ Thiếu kỹ năng học tập

- ☐ Thiếu kỹ năng quản lý thời gian
- ☐ Thiếu kỹ năng giải quyết vấn đề
- ☐ Thiếu kỹ năng giao tiếp
- ☐ Thiếu kỹ năng xử lý xung đột
- ☐ Khác (vui lòng ghi rõ)

Phần 3: Tình trạng căng thẳng tâm lý dẫn đến những tác động tiêu cực nào đối với hành vi của sinh viên?

1. Bạn thường làm gì khi cảm thấy căng thẳng tâm lý? (Có thể chọn nhiều đáp án)

- ☐ Ngủ
- ☐ Ăn
- ☐ Uống
- ☐ Hút thuốc
- ☐ Chơi game
- ☐ Xem phim
- ☐ Nghe nhạc
- ☐ Đọc sách
- ☐ Thể dục
- ☐ Thiền
- ☐ Nói chuyện với người thân
- ☐ Nói chuyện với bạn bè
- ☐ Nói chuyện với giáo viên
- ☐ Tìm kiếm thông tin trên mạng
- ☐ Tìm kiếm sự giúp đỡ của chuyên gia
- ☐ Khác (vui lòng ghi rõ)

2. Bạn có thấy căng thẳng tâm lý ảnh hưởng đến quyết định hành vi của bạn không?

- ☐ Rất nhiều

- ☐ Nhiều
- ☐ Ít
- ☐ Rất ít
- ☐ Không

3. Bạn có thấy căng thẳng tâm lý ảnh hưởng đến học tập của bạn không?

- ☐ Rất nhiều
- ☐ Nhiều
- ☐ Ít
- ☐ Rất ít
- ☐ Không

4. Bạn có thấy căng thẳng tâm lý ảnh hưởng đến sức khỏe của bạn không?

- ☐ Rất nhiều
- ☐ Nhiều
- ☐ Ít
- ☐ Rất ít
- ☐ Không

5. Bạn có thấy căng thẳng tâm lý ảnh hưởng đến mối quan hệ của bạn với người thân, bạn bè và giáo viên không?

- ☐ Rất nhiều
- ☐ Nhiều
- ☐ Ít
- ☐ Rất ít
- ☐ Không

6. Bạn có thấy căng thẳng tâm lý ảnh hưởng đến tâm trạng của bạn không?

- ☐ Rất nhiều

- ☐ Nhiều
- ☐ Ít
- ☐ Rất ít
- ☐ Không

7. Bạn có thấy căng thẳng tâm lý ảnh hưởng đến nhận thức về bản thân của bạn không?

- ☐ Rất nhiều
- ☐ Nhiều
- ☐ Ít
- ☐ Rất ít
- ☐ Không

Phần 4: Các chiến lược nào giúp sinh viên giảm căng thẳng tâm lý và cải thiện hành vi của họ?

1. Bạn có thấy căng thẳng tâm lý ảnh hưởng đến kế hoạch tương lai của bạn không?

- ☐ Rất nhiều
- ☐ Nhiều
- ☐ Ít
- ☐ Rất ít
- ☐ Không

2. Bạn có thấy mình có thể kiểm soát được căng thẳng tâm lý của mình không?

- ☐ Rất có thể
- ☐ Có thể
- ☐ Không chắc chắn
- ☐ Không thể
- ☐ Rất không thể

3. Bạn có thấy mình có thể kiểm soát được căng thẳng tâm lý của mình không?

- ☐ Rất có thể
- ☐ Có thể
- ☐ Không chắc chắn
- ☐ Không thể
- ☐ Rất không thể

4. Bạn có thấy mình cần được hỗ trợ để giảm căng thẳng tâm lý không?

- ☐ Rất cần
- ☐ Cần
- ☐ Không chắc chắn
- ☐ Không cần
- ☐ Rất không cần

5. Bạn có thấy trường quan tâm đến vấn đề căng thẳng tâm lý của sinh viên không?

- ☐ Rất quan tâm
- ☐ Quan tâm
- ☐ \]Không quan tâm
- ☐ Không biết

6. Bạn có mong muốn trường tổ chức thêm các hoạt động giúp sinh viên giảm căng thẳng tâm lý không?

- ☐ Rất mong muốn
- ☐ Mong muốn
- ☐ Không mong muốn
- ☐ Không quan tâm

7. Bạn có tham gia các câu lạc bộ, đội nhóm hoặc các hoạt động ngoại khóa của trường không?

- ☐ Có

☐ Không

8. Nếu có, bạn có thấy các hoạt động đó giúp bạn giảm căng thẳng tâm lý và cải thiện hành vi không?

☐ Rất nhiều

☐ Nhiều

☐ Ít

☐ Rất ít

☐ Không

Chân thành cảm ơn bạn đã dành thời gian hoàn thành khảo sát này! Bạn đã góp phần vào nghiên cứu quan trọng về căng thẳng tâm lý ở sinh viên. Nhóm hy vọng khảo sát này sẽ giúp bạn nhận thức và chăm sóc tốt hơn cho sức khỏe tâm lý của mình. Chúc bạn học tập tốt và hạnh phúc!

NHÓM 4
TÌM HIỂU THỰC TRẠNG VIỆC CHƠI TRÒ CHƠI TRỰC TUYẾN ĐỐI VỚI SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC CÔNG NGHIỆP THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

PHẦN MỞ ĐẦU

1. Lí do chọn đề tài

Xã hội ngày nay đang phát triển theo hướng công nghiệp hóa và hiện đại hóa, kéo theo nhu cầu vật chất và tinh thần ngày càng cải thiện và nâng cao. Để đáp ứng nhu cầu trên, công nghệ kỹ thuật phải phát triển nhanh chóng. Vì vậy, giới trẻ có thể giải trí với nhiều cách thông qua Internet. Một số hoạt động giải trí mà hiện nay giới trẻ yêu thích như là xem phim trực tuyến, nghe nhạc trực tuyến, tham gia những hoạt động trực tuyến và đặc biệt là trò chơi trực tuyến (game online). Trò chơi trực tuyến có rất nhiều thể loại trò chơi để đáp ứng được nhu cầu cho người chơi ở mọi lứa tuổi, đa số những thanh thiếu niên đều thích giải trí thông qua việc chơi trò chơi trực tuyến. Không thể phủ nhận rằng trò chơi trực tuyến có thể giúp con người được thư giãn sau những giờ giấc lao động và học tập căng thẳng. Trò chơi trực tuyến còn mang tính xã hội cao, những người chơi xa lạ, ở khắp mọi vùng miền, quốc gia có thể chơi game cùng nhau chỉ cần có Internet. Ngoài ra, trò chơi trực tuyến còn là nơi nhiều gamer, streamer dùng để khai thác và biến nó thành nền tảng kiếm tiền.

Theo Hiệp hội Doanh nghiệp Phần mềm Việt Nam - VINASA (2009) chia sẻ “Việt Nam có khoảng 2 triệu người chơi trò chơi trực tuyến, trong đó phần lớn là học sinh, sinh viên và cán bộ văn phòng. Tỷ lệ người thích chơi trò chơi trực tuyến là 70%, người chơi game từ 2-4 tiếng mỗi ngày là 55%, người bỏ ra mỗi tháng 70-160 nghìn đồng cho việc chơi game chiếm 60% và 40% còn lại thì chỉ khoảng 160-300 nghìn đồng/tháng”.

Theo Tiến sĩ Trịnh Hòa Bình và cộng sự (2010) đã tiến hành nghiên cứu đề tài “Khảo sát xã hội về dịch vụ trò chơi trực tuyến ở Việt Nam trong bối cảnh hội nhập quốc tế” và kết quả cho thấy “ Có 42,1% số người chơi game ở nhóm tuổi 16-20, tức xu hướng chơi trò chơi trực tuyến tập trung vào nhóm trẻ có khả năng nhận thức. Một con số khác cũng đáng lưu ý, có tới 30,1% người có trình độ đại học, cao đẳng trở lên chiếm tỷ lệ cao nhất. Và tỷ lệ người chơi trò chơi trực tuyến đang đi học chiếm đến 2/3 số người chơi với 71,7%, tiếp đến là 6,5% nhóm nhân viên văn phòng”.

Qua những nghiên cứu trên, chúng tôi nhận ra sự hấp dẫn của trò chơi trực tuyến đối với độ tuổi thanh thiếu niên là rất lớn. Tuy nhiên việc người chơi sử dụng thời gian nhiều

cho việc chơi trò chơi trực tuyến sẽ làm cơ thể thấy thiếu năng lượng, uể oải, buồn chán, cảm giác cô đơn, bất an, làm cơ thể cảm thấy mất hứng thú với hoạt động thể chất khác, lười vận động, dễ cảm thấy bức tức, cáu gắt cho dù đó chỉ là những chuyện rất nhỏ, con người khi chơi trò chơi trực tuyến sẽ cảm thấy bản thân vô dụng dẫn tới phương hướng muốn bạo lực hoặc tự sát, chơi trò chơi trực tuyến còn làm rối loạn giấc ngủ ở người chơi. Ở Việt Nam, hiện tại còn hiếm những công trình nghiên cứu về thực trạng việc chơi trò chơi trực tuyến đối với sinh viên. Từ đó, chúng tôi quyết định lựa chọn đề tài trên để nghiên cứu nhằm góp phần nâng cao nhận thức của sinh viên về việc chơi trò chơi trực tuyến đồng thời đưa ra những giải pháp nhằm hạn chế việc chơi trò chơi trực tuyến đối với sinh viên trường “Đại học Công Nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh”.

2. Mục tiêu nghiên cứu

2.1. Mục tiêu chính

Xác định hành vi chơi trò chơi trực tuyến của sinh viên tại trường Đại học Công nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh.

2.2. Mục tiêu cụ thể

a. Khảo sát thực trạng việc chơi trò chơi trực tuyến đối với sinh viên trường Đại học Công Nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh.

b. Xác định các nguyên nhân dẫn đến việc chơi trò chơi trực tuyến đối với sinh viên tại trường Đại học Công Nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh.

c. Tìm hiểu những ảnh hưởng của việc chơi trò chơi trực tuyến đến sức khỏe tinh thần và sức khỏe thể chất của sinh viên tại trường Đại học Công Nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh.

d. Đề xuất những giải pháp để hạn chế việc chơi trò chơi trực tuyến đến sinh viên tại trường Đại học Công Nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh.

3. Câu hỏi nghiên cứu

1. Thực trạng việc chơi trò chơi trực tuyến của sinh viên trường Đại học Công Nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh hiện nay như thế nào?

2. Nguyên nhân nào dẫn đến việc chơi trò chơi trực tuyến đối sinh viên tại trường Đại học Công Nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh?

3. Việc chơi trò chơi trực tuyến ảnh hưởng như nào đến sức khỏe tinh thần và sức khỏe thể chất của sinh viên trường Đại học Công nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh?

4. Những giải pháp nào giúp hạn chế việc chơi trò chơi trực tuyến đối với sinh viên tại trường Đại học Công Nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh?

4. Đối tượng và phạm vi nghiên cứu

4.1. Đối tượng nghiên cứu

Đối tượng nghiên cứu của đề tài là thực trạng việc chơi trò chơi trực tuyến đối với sinh viên trường “Đại học Công Nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh”.

4.2. Phạm vi nghiên cứu

- **Phạm vi thời gian:** từ 9/2023 đến 11/2023.
- **Phạm vi không gian:** Đề tài tiến hành nghiên cứu tại trường “Đại học Công Nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh”.
- **Phạm vi nội dung:** Nghiên cứu thực trạng việc chơi trò chơi trực tuyến, tìm ra nguyên nhân và ảnh hưởng của nó đối với sinh viên tại trường “Đại học Công Nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh”.
- **Đối tượng thu thập thông tin:** Sinh viên tại trường “Đại học Công Nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh”.

5. Ý nghĩa khoa học và thực tiễn

5.1. Ý nghĩa khoa học

Góp phần làm rõ hơn về thực trạng của việc chơi trò chơi trực tuyến cũng như nguyên nhân và ảnh hưởng của nó đối với sinh viên trường “Đại học Công Nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh”. Đồng thời, nghiên cứu có thể được sử dụng như tài liệu tham khảo cho các nghiên cứu sau này.

5.2. Ý nghĩa thực tiễn

Dựa theo nghiên cứu, nhóm có thể khảo sát được thực trạng chơi trò chơi trực tuyến đối với sinh viên trường “Đại học Công Nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh”. Từ đó, đưa ra các đánh giá và những giải pháp thích hợp nhằm giảm thiểu được các ảnh hưởng của thực trạng trên. Qua đó, sinh viên trường “Đại học Công nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh” có thể hiểu rõ hơn về ảnh hưởng mà trò chơi trực tuyến mang lại, đồng thời sinh viên có thể tự tìm ra những biện pháp cho riêng mình trong việc kiểm soát thời gian khi chơi trò chơi trực tuyến.

TỔNG QUAN TÀI LIỆU

1. Các khái niệm

1.1. Khái niệm trò chơi

Trò chơi là một hoạt động có tính giải trí, vui chơi, được thực hiện theo những quy tắc nhất định, đem lại cho người chơi sự thoải mái, hứng thú, thư giãn. Trò chơi được diễn ra với sự tham gia của nhiều người hoặc một người, vào mọi lúc, ở mọi nơi.

Theo Từ điển Tiếng Việt (2004), Trò chơi là hoạt động giải trí, vui chơi, có tính tập thể hoặc cá nhân, được diễn ra theo các luật lệ cụ thể, mang lại sự hứng thú, thoải mái, thư giãn cho người chơi.

Theo Trần Thị Anh Đào (2007), “Trò chơi là hoạt động mang tính vui chơi, giải trí, được thực hiện theo những quy tắc nhất định, mang lại cho người chơi sự hứng thú, thoải mái, thư giãn, đồng thời giúp họ phát triển về trí tuệ, tinh thần, thể chất và xã hội”.

1.2. Khái niệm trò chơi trực tuyến

Theo Thông tư liên tịch về quản lý trò chơi trực tuyến (Online games) của Bộ Văn hóa - Thông tin - Bộ Tư pháp, Viễn thông - Bộ Công an (Số 60/2006/TTLT-BVHTT-BBCVT-BCA ngày 01 tháng 06 năm 2006) tại chương 1 điều 2 có viết: “Trò chơi trực tuyến: Là trò chơi trên mạng Internet có sự tương tác giữa những người chơi với hệ thống máy chủ của doanh nghiệp cung cấp dịch vụ trò chơi trực tuyến và giữa người chơi với nhau. Trò chơi trực tuyến qui định trong thông tư này là những trò chơi có nhiều người chơi (MMOG - Massively Multiplayer Online Games), bao gồm: Trò chơi trực tuyến nhập vai (MMOPRG - Massively Multiplayer Online Role-Playing Games) và trò chơi trực tuyến thông thường (Casual Games)”.

Về cơ bản trò chơi trực tuyến là một phân loại của trò chơi điện tử. Để có thể tham gia, người chơi cần phải có mạng Internet để có thể tương tác với những người chơi khác thông qua việc điều khiển các nhân vật trong trò chơi theo thời gian thực. Hiện nay, trên tất cả các thiết bị máy tính, điện thoại di động đều có hỗ trợ để chơi trò chơi trực tuyến.

2. Thực trạng việc chơi trò chơi trực tuyến ở Việt Nam

Những năm trở lại đây, loại hình giải trí phổ biến và đang ngày càng phát triển mạnh ở Việt Nam là trò chơi trực tuyến, có ảnh hưởng đáng kể trong nhiều lĩnh vực như sức khỏe, giáo dục, văn hóa...đặc biệt là lĩnh vực tâm lý, trò chơi trực tuyến trở thành nơi để đáp ứng nhu cầu giải tỏa tâm trạng căng thẳng, mệt mỏi của một bộ phận không nhỏ những người có nhu cầu chơi game để giải trí, giảm áp lực từ học tập, công việc. Nhưng

hiện nay, tình trạng chơi trò chơi trực tuyến quá nhiều ở giới trẻ sẽ dẫn đến “nghiện” đang ngày càng tăng cao, phổ biến nhất là sinh viên đang học tại các trường đại học, cao đẳng. Trò chơi trực tuyến đang dần trở thành một trong những mối nguy hại của xã hội vì nó gây ra những hậu quả khó lường.

Theo Công ty tư vấn, nghiên cứu về Internet và công nghệ Pearl Research (2008) dự báo rằng “Khả năng đến năm 2011, số lượng người chơi trò chơi trực tuyến ở Việt Nam sẽ vượt qua con số 10 triệu. Dự báo cho thấy rằng, thị trường trò chơi trực tuyến ở nước ta đang ngày càng tăng lên”.

Theo Công ty Vinagame (2008) cho thấy “Trong số 20,2 triệu người đang dùng Internet, chỉ 30% dùng Internet để đọc tin tức và tìm kiếm thông tin, nhưng chat và chơi game chiếm đến 53%. Các chuyên gia nghiên cứu cho biết thị trường trò chơi trực tuyến tại Việt Nam chỉ có trị giá khoảng 5 triệu USD vào năm 2005 nhưng nay đã tăng gấp 10 lần so với trước đó”.

Theo Hiệp hội Doanh nghiệp phần mềm Việt Nam (VINASA) (2009), các số liệu công bố tại hội thảo hiện nay “Có khoảng 2 triệu game thủ, phần lớn là các bạn học sinh, sinh viên và nhân viên văn phòng. Có 55% người chơi dành từ 2 - 4 tiếng mỗi ngày để chơi game, 60% người chơi dám bỏ ra mỗi tháng từ 70 nghìn - 160 nghìn đồng phục vụ cho việc chơi game và 40% thì người chơi bỏ ra từ 160 nghìn - 300 nghìn đồng/tháng để chơi game”.

Theo Tiến sĩ Trịnh Hòa Bình (2010) cùng Viện Khoa học Xã hội Việt Nam đã thực hiện khảo sát với quy mô: 1.320 mẫu định lượng và 100 mẫu nghiên cứu định tính, được triển khai ở 6 tỉnh, thành phố: Hà Nội, TP. Hồ Chí Minh, Hải Dương, Đà Nẵng, Cần Thơ và Đồng Nai. Đối với 1.320 mẫu định lượng để tiến hành khảo sát thì nhóm nghiên cứu thu thập được 180 mẫu được tiến hành khảo sát tại các quán game, 180 mẫu thực hiện tại các trường học, nơi công cộng và 960 mẫu thực hiện phỏng vấn tại các hộ gia đình,. Qua khảo sát cho thấy “Có 73% người đang chơi, 22% người chưa từng chơi và 5% người đã từng chơi. Tỷ lệ người chơi trò chơi tập trung chủ yếu vào độ tuổi 16 - 20 (42,1%), tiếp theo ở nhóm tuổi 10-15 tuổi (26,3%) và từ 21-25 tuổi (22%). Người chơi trò chơi trực tuyến vẫn đang đi học chiếm tỷ lệ 71,7%. Về giới tính, nam giới chơi trò chơi trực tuyến nhiều hơn nữ giới là 54,5%. Và người chơi ở trình độ Đại học, Cao đẳng là 30,1% chiếm tỷ lệ cao nhất. Người chơi trò chơi trực tuyến qua đêm (từ 0h - 6h) với tỷ lệ 0,3%”.

Trong cuộc khảo sát thực trạng sinh viên chơi trò chơi trực tuyến tại Trường Đại học Hải Dương của Nguyễn Thị Thu Thủy (2015), với sự tham gia của 200 sinh viên cả nam và nữ theo bảng hỏi được thiết kế dựa trên cơ sở tiêu chuẩn chẩn đoán của Kimberly S.Young và dựa trên đặc điểm của địa bàn nghiên cứu. Qua khảo sát ,nhà nghiên cứu cho thấy “Đa số các sinh viên tham gia khảo sát là các sinh viên chơi trò chơi trực tuyến, cụ thể có tới 160 sinh viên (80%) chơi trò chơi trực tuyến, chỉ 40 sinh viên (20%) là không chơi trò chơi trực tuyến. Với 160 sinh viên từng chơi trò chơi trực tuyến, nhà nghiên cứu tiếp tục tiến hành kiểm tra trắc nghiệm của Young để kiểm tra mức độ chơi trò chơi trực tuyến của sinh viên trong trường. Tỷ lệ sinh viên chơi trò chơi trực tuyến ở mức độ bình thường là 45 sinh viên (28,1%), sinh viên sử dụng trò chơi ở mức độ nhẹ là 60 sinh viên (37,5%), sinh viên chơi ở mức độ nhiều là 35 sinh viên (21,8%) và ở mức độ nặng là 20 sinh viên (12,5%)”.

Từ các kết quả khảo sát có thể thấy rằng, người trẻ chơi trò chơi trực tuyến đang tăng cao. Cho nên, trong tương lai gần, việc chơi các trò chơi trực tuyến sẽ thành hiện tượng đáng báo động đến các bạn trẻ. Vì vậy, chúng ta cần có những định hướng và các giải pháp kịp thời nhằm phổ cập giáo dục và nâng cao sự hiểu biết đến các bạn thanh thiếu niên không trở thành nạn nhân của các trò chơi trực tuyến.

3. Những nguyên nhân dẫn đến việc chơi trò chơi trực tuyến đối với sinh viên Việt Nam

Cuộc sống hiện đại, công nghệ ngày càng phát triển, đặc biệt là trong giai đoạn đại dịch Covid-19, sinh viên bị giãn cách ở nhà học trực tuyến dẫn đến việc tìm những trò chơi trực tuyến để giết thời gian. Ngoài ra, cũng có rất nhiều nguyên nhân sinh viên tìm đến trò chơi trực tuyến.

Theo BS. Đỗ Minh Trang (2022) chia sẻ “Thanh thiếu niên là lứa tuổi dễ bị ảnh hưởng nhất của trò chơi trực tuyến. Nguyên nhân của việc này là do đặc điểm não bộ ở tuổi dậy thì”.

Theo Tiến sĩ Lê Minh Công (2007) chia sẻ “Một số trường hợp cho thấy, sinh viên chơi trò chơi điện tử quá mức vì có những thất bại trong cuộc sống hiện thực. Một số khác thì nghiện do không được tôn trọng trong cuộc sống, họ mất tự tin, lo lắng và sử dụng trò chơi trực tuyến như một cách khẳng định bản thân mình. Những biến cố trong cuộc sống cũng tạo cho người chơi rất dễ bị cuốn vào trò chơi”.

Theo chuyên gia tư vấn Phạm Mai Hoa (2008), Trung tâm tư vấn Tuổi trẻ hạnh phúc và kỹ năng cuộc sống, có một số nguyên nhân dẫn đến việc chơi trò chơi trực tuyến: “Thứ nhất, do bản thân trò chơi đó có sức hấp dẫn, người làm ra trò chơi tìm mọi cách lôi kéo người tham gia. Thứ hai, do hệ thần kinh của người chơi khá yếu đuối, tính tự chủ và khả năng độc lập kém. Những người có hệ thần kinh dễ bị xúc động thường bị lôi kéo, bị phụ thuộc bởi sức hấp dẫn của những trò chơi này”. Ngoài những nguyên nhân trên, bà cho biết thêm: “Ngoài ra còn do môi trường xung quanh. Ngồi chơi ở nhà thì có mấy khi bị nghiêm. Chỉ ra hàng net, có “hội” có “phường” mới thúc đẩy sự ham muốn đến với trò chơi”.

Theo BS. Lê Minh Tuấn (2008), Phó Viện trưởng, Viện Sức khỏe Tâm thần Quốc gia chia sẻ “Ranh giới giữa việc chơi trò chơi và nghiện trò chơi điện tử là hết sức mong manh. Bản thân trò chơi điện tử là giải trí nhưng lại mang tính kích thích rất mạnh vì có thi đấu, cạnh tranh, có thưởng”.

Theo Nguyễn Thị Phương Thảo (2008) trong đề tài luận văn thạc sĩ “Tác động của game online đối với việc học tập và nâng cao kiến thức của học sinh đô thị hiện nay” cho thấy “Sự thiếu quan tâm của gia đình, sự lôi kéo của bạn bè cùng với sự hấp dẫn của các loại hình game online là những nguyên nhân chủ yếu khiến học sinh chơi game online”. Tuy nhiên, nguyên nhân chính dẫn đến việc chơi game online với cường độ cao và mức độ lớn tác giả vẫn chưa lí giải được. Nghiên cứu cũng cho thấy “Game online không chỉ có tác động tích cực mà còn có cả tác động tiêu cực đối với hành vi học tập, sức khỏe, giờ giấc sinh hoạt, hành vi ứng xử và cả nhân cách đạo đức của học sinh trong và sau khi chơi game. Song dưới một góc độ nào đó game online cũng có những ảnh hưởng rất tích cực tới những mối quan hệ và công việc khác của người chơi thông qua việc thường xuyên và thỉnh thoảng giúp cho người chơi cảm thấy được giải toả mệt mỏi, căng thẳng và ức chế, được thoả mãn từ những nhu cầu rất đơn giản là trí tò mò đến cả những nhu cầu vô cùng thâm kín và tế nhị mà người chơi không dễ bày tỏ và giải toả với người khác đó là những nhu cầu về: quyền lực, bạo lực và tình dục”.

Như vậy, nguyên nhân của việc sinh viên chơi trò chơi trực tuyến là do nhà sáng tạo trò chơi đánh trúng tâm lí của người tham gia, sở thích của giới trẻ, các phần thưởng ảo hấp dẫn, kích thích tâm lý hiếu thắng của người chơi, do môi trường xung quanh ảnh hưởng, sự thiếu chăm sóc từ phía gia đình và nhà trường...

4. Những ảnh hưởng của việc chơi trò chơi trực tuyến đến sức khỏe tinh thần và sức khỏe thể chất của sinh viên Việt Nam

Theo Trần Thị Minh Đức (2013), nghiên cứu “Game bạo lực với thanh thiếu niên. Phân tích từ góc độ tâm lý xã hội” cho thấy “nếu chơi trò chơi trực tuyến quá độ và thiếu sự điều tiết thì việc ảnh hưởng đến sức khỏe sẽ kéo theo ảnh hưởng tiêu cực đến học tập, công việc của người chơi. Như đã nói ở trên, sự hấp dẫn quá lớn của trò chơi trực tuyến khiến cho người chơi thường khó làm chủ được bản thân, họ lao vào những cuộc tranh đua và bỏ bê tất cả những vấn đề ở thế giới thực. Mặt khác, não khi phải hoạt động vượt mức bình thường do con người chơi trò chơi quá độ, nó sẽ bị ám ảnh bởi các trò chơi và nó sẽ khó có thể thu nhận kiến thức môn học”.

Theo ThS Bùi Quang Trung, Trưởng phòng truyền thông và Marketing Trường ĐH Nguyễn Tất Thành, đã chia sẻ trong buổi tọa đàm “Nghiện game online - Hậu quả khôn lường” do báo Tiền Phong tổ chức tại Trường THPT Thành Nhân (2020) đã phát biểu “Nhiều bạn trẻ khi say mê vào game thì sẽ quên ăn quên ngủ, thậm chí ngồi nhiều giờ trong một tư thế ở các phòng chơi game. Với những cách chơi game như vậy sẽ dẫn đến rất nhiều hậu quả cho chính những người nghiện game. Vì các bạn đang ở độ tuổi đẹp nhất để phát triển bản thân, tâm lý bị thay đổi bởi các hành vi trong game dẫn đến các hành vi bạo lực, hành vi cướp giật... gây ra những hậu quả tổn thất cho chính gia đình và xã hội rất là lớn thủ phạm chính là các bạn game thủ”.

Theo Phó Trưởng khoa Sức khỏe vị thành niên Ngô Anh Vinh công tác tại Bệnh viện Nhi trung ương chia sẻ “Khi nghiện trò chơi trực tuyến, trẻ không hứng thú với các hoạt động và học tập như trước kia vẫn thích. Điều đáng lo ngại là trẻ nghiện trò chơi trực tuyến có thể gặp nhiều hệ lụy về sức khỏe, thậm chí có thể mắc chứng trầm cảm, lo âu, tự ti, mất kiểm soát... Từng có những vụ trẻ đột tử do kiệt sức, hay suy nhược cơ thể vì chơi game kéo dài và liên tục. Đây là lý do Tổ chức Y tế thế giới (WHO) xếp nghiện game vào dạng rối loạn tâm lý, tương tự như bệnh lý trầm cảm hay tâm thần phân liệt”.

Theo giám đốc Lâm Xuân Điền, Bệnh viện Tâm thần Tp.HCM (2005) cho rằng “Hành vi chơi game online quá độ là biểu hiện của sự thiếu khả năng kiểm soát về hành vi. Từ đây có thể dẫn đến nhiều hành vi khác, trong đó có cả việc tự tử... Người chơi game quá độ và lâu dài cũng có thể bị chính những game đó ám ảnh mà ám ảnh chính là con đường mở rộng của việc loạn thần. Khi chơi game quá độ, căng thẳng tâm lý là điều tất yếu. Một cuộc chơi kéo dài từ 12 đến 24 tiếng sẽ khiến não của người chơi không thể chịu nổi, sẽ

làm lệch trí tưởng tượng, dẫn tới tổn thương chức năng của não và các tổ chức bên trong não”.

5. Những khía cạnh chưa được đề cập trong tài liệu

Theo các nghiên cứu trước đây, tình trạng chơi trò chơi trực tuyến tại Việt Nam đang ở mức báo động. Hiện nay, số lượng người chơi trò chơi trực tuyến ở Việt Nam đang tăng nhanh chóng, trong đó có nhiều sinh viên. Tuy nhiên, nhiều người trong số họ vẫn chưa có đủ nhận thức được tính chất nghiêm trọng của vấn đề này. Điều này cũng chưa được nghiên cứu kỹ lưỡng ở sinh viên trường “Đại học Công nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh”. Vì vậy, nghiên cứu thực trạng việc chơi trò chơi trực tuyến đối với sinh viên của trường là vô cùng cần thiết để đề ra các giải pháp phù hợp nhằm ngăn ngừa và giảm thiểu tác hại của nó. Chơi trò chơi trực tuyến là một hoạt động giải trí trực tuyến giúp người chơi giảm căng thẳng, áp lực nếu biết sắp xếp thời gian chơi và cách chơi.

NỘI DUNG – PHƯƠNG PHÁP

1. Thiết kế nghiên cứu

Nhóm lựa chọn các thiết kế nghiên cứu vì những lý do sau:

- ❖ **Thiết kế cắt ngang:** Thiết kế này có tính thuận tiện cao, thông tin chỉ cần thu thập một lần duy nhất và không cần thiết phải quan sát thường xuyên.
- ❖ **Thiết kế nghiên cứu định lượng:** Thiết kế có thể thu thập thông tin qua bảng hỏi giúp tiết kiệm thời gian, ít phát sinh chi phí và nhân lực, đồng thời thu thập được dữ liệu với số lượng lớn.
- ❖ **Thiết kế phi thực nghiệm:** Thiết kế không gây ra bất kỳ ảnh hưởng nào trong quá trình thực hiện nghiên cứu dẫn đến việc thay đổi thái độ và trạng thái của đối tượng nghiên cứu.

2. Chọn mẫu

- ❖ **Dân số nghiên cứu:** Sinh viên tại trường “Đại học Công Nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh”.

- ❖ **Kích cỡ mẫu:**

Áp dụng phương pháp tính kích cỡ mẫu theo công thức Cochran (1977)

$$n = \frac{z^2 \times p \times (1 - p)}{e^2}$$

Trong đó:

n: kích cỡ mẫu

z: giá trị ngưỡng của phân phối chuẩn (độ tin cậy là 95% tương ứng $z=1,96$)

p: tỷ lệ mẫu dự kiến được chọn ($p=0,5$ là tỷ lệ tối đa)

e: sai số cho phép ($e=0,05$ là sai số ở mức phổ biến nhất)

Ta có:

$$n = \frac{1,96^2 \times 0,5 \times (1 - 0,5)}{0,05^2} = 384,16$$

Như vậy, kích cỡ mẫu cần có của đề tài nghiên cứu là 400 sinh viên.

- ❖ **Chiến lược chọn mẫu:** Nhóm quyết định sử dụng kết hợp 2 chiến lược là chọn mẫu tích lũy mầm và chọn mẫu phi xác suất thuận tiện.

Lý do: nhanh chóng, tiện lợi, có thể tiết kiệm được thời gian và chi phí, đồng thời giúp nhóm dễ dàng hơn trong việc thu thập thông tin và xử lý dữ liệu.

❖ Cách tiếp cận mẫu:

- Chọn mẫu tích lũy mầm: Các thành viên trong nhóm sẽ liên hệ với bạn bè đang học tại trường “Đại học Công Nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh” để gửi bảng khảo sát sau đó nhờ họ chuyển tiếp bảng khảo sát cho bạn của họ hoặc những người mà họ quen biết đang theo học tại trường.
- Chọn mẫu phi xác suất thuận tiện: Nhóm tiến hành gửi đường link của bảng khảo sát vào các nhóm trên Zalo, Messenger của các lớp học phần mà các thành viên trong nhóm đã và đang theo học hoặc gửi vào các hội nhóm của sinh viên trường “Đại học Công Nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh” trên nền tảng mạng xã hội.

3. Thiết kế công cụ thu thập thông tin

Nhóm dùng bảng câu hỏi khảo sát để thu thập thông tin.

Các bước xây dựng bảng câu hỏi khảo sát:

- **Bước 1:** Mục tiêu nghiên cứu

Xác định những ảnh hưởng của việc chơi trò chơi trực tuyến tại trường Đại học Công Nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh.

- **Bước 2:** Xác định các câu hỏi nghiên cứu

1. Thực trạng việc chơi trò chơi trực tuyến của sinh viên trường Đại học Công Nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh hiện nay như thế nào?
2. Nguyên nhân nào dẫn đến việc chơi trò chơi trực tuyến đối sinh viên tại trường Đại học Công Nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh?
3. Việc chơi trò chơi trực tuyến ảnh hưởng như nào đến sức khỏe tinh thần và sức khỏe thể chất của sinh viên trường Đại học Công nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh?
4. Những giải pháp nào giúp hạn chế việc chơi trò chơi trực tuyến đối với sinh viên tại trường Đại học Công Nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh?

- **Bước 3:** Xác định các thông tin cần thiết muốn thu thập cho từng câu hỏi nghiên cứu

1. Thực trạng việc chơi trò chơi trực tuyến của sinh viên trường Đại học Công Nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh hiện nay như thế nào?
 - + Xác định sinh viên có thường chơi trò chơi trực tuyến không?
 - + Xác định thời gian mà sinh viên chơi trò chơi trực tuyến.

- + Xác định hình thức chơi trò chơi trực tuyến của sinh viên.
 - 2. Nguyên nhân nào dẫn đến việc chơi trò chơi trực tuyến đối sinh viên tại trường “Đại học Công Nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh”?
 - + Xác định yếu tố bên ngoài.
 - + Xác định yếu tố bên trong.
 - 3. Việc chơi trò chơi trực tuyến ảnh hưởng như nào đến sức khỏe tinh thần và sức khỏe thể chất của sinh viên trường Đại học Công nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh?
 - + Xác định ảnh hưởng đối với thể chất.
 - + Xác định ảnh hưởng đối với tinh thần.
 - 4. Những giải pháp nào giúp hạn chế việc chơi trò chơi trực tuyến đối với sinh viên tại trường Đại học Công Nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh?
 - + Xác định sinh viên đã có giải pháp để tự hạn chế việc chơi trò chơi trực tuyến chưa?
 - **Bước 4:** Viết câu hỏi khảo sát
- Bảng câu hỏi khảo sát có bố cục gồm 5 phần:
- + Phần I: Những câu hỏi về thông tin cá nhân (3 câu hỏi).
 - + Phần II: Những câu hỏi về thực trạng việc chơi trò chơi trực tuyến của sinh viên trường “Đại học Công Nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh” hiện nay (4 câu hỏi).
 - + Phần III: Những câu hỏi về nguyên nhân dẫn đến việc chơi trò chơi trực tuyến đối với sinh viên trường “Đại học Công Nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh” (4 câu hỏi).
 - + Phần IV: Những câu hỏi về việc chơi trò chơi trực tuyến ảnh hưởng đến sức khỏe tinh thần và sức khỏe thể chất của sinh viên trường “Đại học Công nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh” (5 câu hỏi).
 - + Phần V: Câu hỏi về những giải pháp giúp hạn chế việc chơi trò chơi trực tuyến đối với sinh viên trường “Đại học Công Nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh” (1 câu hỏi).
 - **Bước 5:** Nhóm sẽ tiến hành thử nghiệm bảng câu hỏi với một nhóm nhỏ có đặc điểm tương tự với dân số nghiên cứu (40 người) trước khi chính thức thu thập dữ liệu bằng bảng câu hỏi.

4. Phương pháp nghiên cứu

Trong quá trình nghiên cứu, nhóm thực hiện nghiên cứu với 4 mục tiêu cụ thể, nhóm sẽ sử dụng phương pháp nghiên cứu được trình bày dưới bảng mô tả sau đây:

Mục tiêu nghiên cứu	Phương pháp nghiên cứu	Phép tính thống kê
1. Khảo sát thực trạng việc chơi trò chơi trực tuyến đối với sinh viên trường “Đại học Công Nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh”.	Khảo sát bằng bảng hỏi với sự tham gia của 400 bạn sinh viên đang theo học tại trường “Đại học Công Nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh”.	Thống kê mô tả
2. Xác định các nguyên nhân dẫn đến việc chơi trò chơi trực tuyến đối với sinh viên tại trường “Đại học Công Nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh”.		
3. Tìm hiểu những ảnh hưởng của việc chơi trò chơi trực tuyến đến sức khỏe tinh thần và sức khỏe thể chất của sinh viên tại trường “Đại học Công Nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh”.		
4. Đề xuất những giải pháp để hạn chế việc chơi trò chơi trực tuyến đến sinh viên tại trường “Đại học Công Nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh”.		

5. Quy trình thu thập và xử lý dữ liệu

Nhóm thực hiện tạo bảng câu hỏi khảo sát bằng Microsoft Word. Tiếp theo, nhóm tiến hành tạo bảng hỏi thông qua nền tảng Google Form. Gửi đường dẫn liên kết vào các trang, hội nhóm được điều hành bởi “ Trường Đại học Công nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh” trên Facebook và các nhóm học tập chung của các lớp danh nghĩa hoặc các nhóm học tập riêng của các lớp học phần dành cho các sinh viên của trường trên Zalo. Thời gian được nhóm chúng tôi quy định để lấy đủ dữ liệu được dự kiến từ 9/10/2023 đến ngày 30/11/2023 và thời gian cho phép để tiến hành cuộc khảo sát là 8 – 10 phút. Cuối cùng, khi số lượng khảo sát đủ 400 sinh viên mà nhóm đã đặt ra thì sẽ dừng khảo sát.

Sau khi thu được kết quả khảo sát, nhóm chúng tôi sẽ áp dụng phương thức thống kê là thống kê mô tả để tính phần trăm số lượng người thực hiện khảo sát cũng như các kết quả mà họ trả lời được ghi nhận từ các câu hỏi khảo sát. Khi đã có được tất cả kết quả của cuộc khảo sát, Nhóm nghiên cứu sẽ tiến hành sử dụng công cụ SPSS để thực hiện các thao tác xử lý số liệu đã nhận được thì việc thu thập dữ liệu để có thể có những kết quả có hiệu quả, chi tiết và có độ tin cậy đạt mức cao. Dựa vào công tác tiến hành phương pháp nghiên cứu tổng kết kinh nghiệm và tổng kết thực tế và kết quả từ bài khảo sát sẽ dễ dàng đề xuất được các giải pháp giúp hạn chế việc chơi trò chơi trực tuyến đối với sinh viên trường “Đại học Công Nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh”.

CẤU TRÚC DỰ KIẾN CỦA LUẬN VĂN

Luận văn sẽ có bố cục 5 chương:

Chương 1: Tổng quan tài liệu

Giới thiệu những tài liệu được thu thập và chọn lọc bao gồm những khái niệm về trò chơi và trò chơi trực tuyến, thực trạng việc chơi trò chơi trò chơi trực tuyến trong nhà trường ở Việt Nam, những nguyên nhân dẫn đến việc chơi trò chơi trực tuyến đối với sinh viên Việt Nam, những ảnh hưởng của việc chơi trò chơi trực tuyến đến sức khỏe tinh thần và sức khỏe thể chất của sinh viên Việt Nam và những khía cạnh chưa được đề cập trong tài liệu.

Chương 2: Nội dung và phương pháp

Trình bày quy trình nghiên cứu, phương pháp thu thập thông tin đối với thực trạng việc chơi trò chơi trực tuyến đối với sinh viên trường đại học công nghiệp thành phố Hồ Chí Minh.

Chương 3: Kết quả

Chương này trình bày kết quả nghiên cứu đã thu được và dựa vào đó để đưa ra kết luận về thực trạng việc chơi trò chơi trực tuyến của sinh viên tại trường Đại học Công Nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh hiện tại, những nguyên nhân dẫn đến việc chơi trò chơi trực tuyến đối với sinh viên Việt Nam, những ảnh hưởng của việc chơi trò chơi trực tuyến đến sức khỏe tinh thần và sức khỏe thể chất của sinh viên Việt Nam. So sánh kết quả nghiên cứu với những nghiên cứu trước đó, tìm hiểu những điểm giống và khác, tích cực hơn hay tiêu cực hơn.

Chương 4: Đề xuất giải pháp

Đề xuất những giải pháp để hạn chế việc chơi trò chơi trực tuyến đối với sinh viên tại trường “Đại học Công Nghiệp thành phố Hồ Chí Minh”.

Chương 5: Kết luận và kiến nghị

Tổng hợp lại kết quả nghiên cứu và đưa ra kết luận thực trạng việc chơi trò chơi trực tuyến thực trạng việc chơi trò chơi trực tuyến của sinh viên tại trường Đại học Công Nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh hiện tại. Đồng thời , đưa ra một số ý kiến, giải pháp để hạn chế việc chơi trò chơi trực tuyến đối với sinh viên tại trường Đại học Công Nghiệp thành phố Hồ Chí Minh.

KẾ HOẠCH THỰC HIỆN NGHIÊN CỨU

Nghiên cứu được tiến hành từ tháng 9 đến tháng 11 năm 2023

STT	NGƯỜI THỰC HIỆN	CÔNG VIỆC THỰC HIỆN	THỜI GIAN (TUẦN)											
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1		Lí do chọn đề tài												
2		Mục tiêu nghiên cứu												
3		Câu hỏi nghiên cứu												
4		Đối tượng và phạm vi nghiên cứu												
5		Ý nghĩa khoa học và thực tiễn												
6		Tổng quan tài liệu												

7		Tra cứu tài liệu liên quan đến vấn đề nghiên cứu											
8		Thiết kế nghiên cứu											
9		Chọn mẫu											
10		Thiết kế công cụ thu thập thông tin											
11		Phương pháp nghiên cứu											
12		Quá trình thu thập và xử lý dữ liệu											
13		Thiết kế PowerPoint											
14		Trình bày đề tài											

DANH MỤC TÀI LIỆU THAM KHẢO

Tài liệu tiếng Việt

1. Minh Tiến, 2010. *Nghiện game, không thần kinh mới là chuyện lạ!*. Báo Công an nhân dân online. [Truy cập 03/10/2023].
Truy cập tại: <http://cand.vn/Phong-su/Nghien-game-khong-than-kinh-moi-la-chuyen-la-i298014/>
2. Quang và Thanh, 2010. *Công bố kết quả khảo sát xã hội học về game online*. Báo tuổi trẻ online. [Truy cập 07/10/2023].
Truy cập tại: <http://tuoitre.vn/cong-bo-ket-qua-khao-sat-xa-hoi-hoc-ve-game-online-406707.htm>
3. Từ điển Tiếng Việt, 2004. *Trung tâm Từ điển học – Viện Ngôn ngữ học*. Tạp chí giáo dục. [Truy cập 20/11/2023].
Truy cập tại: <http://tapchigiaoduc.moet.gov.vn/>
4. Trần Thị Anh Đào, 2007. *Giáo trình Tâm lý học trẻ em*. Tạp chí giáo dục. [Truy cập 24/11/2023].
Truy cập tại: <http://tapchigiaoduc.moet.gov.vn/>
5. Bộ Văn hóa, Thông tin - Bộ Bưu chính, Viễn thông - Bộ Công an. *Về quản lý trò chơi trực tuyến (Online games)*. Chương 1, điều 2, 2006. [Truy cập ngày 02/10/2023].
Truy cập tại: <https://m.thuvienphapluat.vn/van-ban/Cong-nghe-thong-tin/Thong-tu-lien-tich-60-2006-TTLT-BVHTT-BBCVT-BCA-quan-ly-tro-choi-truc-tuyen-online-games-12355.aspx>
6. Trần Việt, 2012. *Từ nghiện “nét” đến bệnh viện tâm thần*. Báo Điện tử An ninh Thủ đô. [Truy cập 06/10/2023].
Truy cập tại: <http://www.anninhthudo.vn/tu-nghien-net-den-benh-vien-tam-than-post147478.antd>
7. Vi Thảo và Kim Anh, 2008. *Cai nghiện game online – Kỳ cuối: Ai là bà đỡ?*. Báo tuổi trẻ online. [Truy cập 06/10/2023].
Truy cập tại: <http://tuoitre.vn/cai-nghien-game-online---ky-cuoi-ai-la-ba-do-290916.htm>

8. Nguyễn Thị Thu Thủy, 2015. *Công tác xã hội cá nhân trong hỗ trợ sinh viên cai nghiện game online tại Trường Đại học Hải Dương*. Luận văn Thạc sĩ. Đại học Khoa học xã hội và Nhân văn, Đại học Quốc gia Hà Nội.
9. Hương Thu, 2022. *Chuyên gia nói về vấn nạn nghiện game ở trẻ và giải pháp*. Báo Tuổi trẻ Thủ Đức. [Truy cập 20/11/2023].
Truy cập tại: <http://tuoitrethudo.com.vn/chuyen-gia-noi-ve-van-nan-nghien-game-o-tre-va-giai-phap-197530.html>
10. Lê Minh Công, 2007. Nghiện game và chứng rối loạn tâm lý ở trẻ. Báo điện tử Dân trí. [Truy cập 22/11/2023].
Truy cập tại: <http://dantri.com.vn/suc-khoe/nghien-game-va-chung-roi-loan-tam-ly-o-tre-1198068303.htm>
11. Ngô Hương, 2008. Bị tâm thần vì nghiện game online. Báo Hà Nội mới. [Truy cập 22/11/2023].
Truy cập tại: <http://hanoimoi.vn/bi-tam-than-vi-nghien-game-online-186090.html>
12. Lâm Vũ, 2008. *Tâm thần vì nghiện game online*. Báo Người lao động. [Truy cập 23/11/2023].
Truy cập tại: <http://nld.com.vn/tinh-yeu-hon-nhan/tam-than-vi-nghien-game-online-244650.htm>
13. Nguyễn Thị Phương Thảo, 2008. *Tác động của game online đối với việc học tập và nâng cao kiến thức của học sinh đô thị hiện nay*. Luận văn Thạc sĩ. Đại học Khoa học xã hội và Nhân văn, Đại học Quốc gia Hà Nội.
14. Trần Thị Minh Đức, 2013. Thanh thiếu niên chơi game bạo lực: Những phân tích về tâm lý – xã hội và một số giải pháp quản lý – giáo dục định hướng. Tạp chí Khoa học Đại học Quốc gia Hà Nội, Nghiên cứu Giáo dục, số 1, tr. 31 – 35.
15. Bùi Quang Trung, 2020. *Nghiện game online – Hậu quả khôn lường*. Báo Tiền Phong. [Truy cập 05/10/2023].
Truy cập tại: <http://tienphong.vn/nghien-game-online-hau-qua-khon-luong-post1248655.tpo>
16. Thu Trang, 2023. *Giúp trẻ thoát nghiện game*. Báo Hà Nội mới. [Truy cập 21/11/2023].
Truy cập tại: <http://hanoimoi.vn/giup-tre-thoat-nghien-game-637406.html>

17. Hạnh Chi, 2005. *Nghiện game dưới góc nhìn của bác sĩ tâm thần*. Báo Công an Nhân dân online. [Truy cập 23/11/2023].
Truy cập tại: <http://cand.com.vn/Xa-hoi/Nghien-game-duoi-goc-nhin-cua-bac-si-tam-than-i11958/>

PHỤ LỤC

Bảng câu hỏi khảo sát xác định những ảnh hưởng của việc chơi trò chơi trực tuyến đối với sinh viên tại trường Đại học Công nghiệp thành phố Hồ Chí Minh.

Xin chào các bạn, nhóm nghiên cứu chúng tôi đang thực hiện một cuộc khảo sát về thực trạng việc chơi trò chơi trực tuyến đối với sinh viên tại trường Đại học Công nghiệp thành phố Hồ Chí Minh. Chúng tôi mong rằng các bạn có thể dành một ít thời gian để trả lời các câu hỏi dưới đây. Chúng tôi xin cam đoan kết quả của các bạn khi tham gia khảo sát chỉ được sử dụng cho mục đích học tập và nghiên cứu.

Xin chân thành cảm ơn!

Phần I: Thông tin cá nhân

1. Bạn là sinh viên năm thứ mấy?

☐ Năm nhất ☐ Năm hai ☐ Năm ba ☐ Năm tư

2. Giới tính của bạn?

☐ Nam ☐ Nữ

3. Bạn học khoa nào?

☐ Khoa Quản trị Kinh doanh

☐ Khoa Thương mại – Du lịch

☐ Khoa Ngoại ngữ

☐ Khác:

Phần II : Thực trạng việc chơi trò chơi trực tuyến của sinh viên trường Đại học Công Nghiệp TP. HCM hiện nay.

1. Bạn có thường chơi trò chơi trực tuyến hay không?

☐ Rất thường xuyên

☐ Thường xuyên

☐ Không thường xuyên

☐ Ít khi

☐ Không bao giờ

2. Thời gian chơi trò chơi trực tuyến của bạn là bao lâu?

☐ <1 tiếng

☐ 1-2 tiếng

☐ 2-3 tiếng

☐ 3-4 tiếng

☐ Mục khác:

3. Bạn có cảm thấy bạn cần phải giảm thiểu thời gian chơi trò chơi trực tuyến

không? Không cần thiết

Rất cần thiết

☐ 1

☐ 2

☐ 3

☐ 4

☐ 5

4. Bạn thường chơi trò chơi trực tuyến một mình hay chơi với bạn bè?

☐ Một mình

☐ Chơi với bạn bè

Phần III: Nguyên nhân dẫn đến việc chơi trò chơi trực tuyến đối với sinh viên trường Đại học Công Nghiệp TP. HCM.

1. Lý do mà bạn chơi trò chơi trực tuyến là gì?

☐ Vì áp lực về học tập

☐ Vì áp lực từ phía gia đình

☐ Vì thấy trò chơi trực tuyến thú vị, cuốn hút

☐ Vì bạn bè của bạn cũng chơi

2. Bạn có cho rằng dễ dàng tiếp cận với trò chơi trực tuyến là một yếu tố quan trọng dẫn đến việc chơi trò chơi trực tuyến không?

Không đồng ý

Đồng ý

☐ 1

☐ 2

☐ 3

☐ 4

☐ 5

3. Có phải bạn muốn thể hiện bản thân thông qua các trò chơi trực tuyến

không? Không đồng ý

Đồng ý

ý

☐ 1

☐ 2

☐ 3

☐ 4

☐ 5

4. Có phải bạn cảm thấy cô đơn và thiếu kết nối xã hội nếu không chơi trò chơi trực tuyến?

Không Đồng ý

Đồng ý

☐ 1

☐ 2

☐ 3

☐ 4

☐ 5

Phần IV: Ảnh hưởng của việc chơi trò chơi trực tuyến đến sức khỏe tinh thần và sức khỏe thể chất của sinh viên trường Đại học Công Nghiệp TP. HCM.

Dưới đây là những câu hỏi liên quan đến ảnh hưởng của trò chơi trực tuyến đến sức

khỏe tinh thần và sức khỏe thể chất của bạn. Xin vui lòng cho biết quan điểm của bạn về các câu hỏi sau bằng cách đánh dấu X vào ô tương ứng. Trong đó: **(1) Hoàn toàn không đồng ý; (2) Không đồng ý; (3) Không ý kiến; (4) Đồng ý; (5) Hoàn toàn đồng ý.**

1. Bạn có cảm thấy hối hận sau khi chơi trò chơi trực tuyến không?

☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5

2. Bạn có cảm thấy việc chơi trò chơi trực tuyến làm bạn lười vận động không?

☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5

3. Bạn có cảm thấy trò chơi trực tuyến ảnh hưởng đến khả năng tập trung, ghi nhớ của bạn không?

☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5

4. Bạn có cảm thấy khó chịu khi không được chơi trò chơi trực tuyến không?

☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5

5. Bạn có cảm thấy việc chơi trò chơi trực tuyến khiến bạn không thể ngủ ngon không?

☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5

Phần V: Những giải pháp giúp hạn chế việc chơi trò chơi trực tuyến đối với sinh viên tại trường Đại học Công Nghiệp TP. HCM.

1. Bạn có những đề xuất gì nhằm hạn chế việc chơi trò chơi trực tuyến không?

Câu trả lời của bạn:

Chân thành cảm ơn bạn đã dành thời gian thực hiện khảo sát này!