

TÁC ĐỘNG CỦA MẠNG XÃ HỘI ĐẾN LỐI SỐNG CỦA SINH VIÊN - VẤN ĐỀ CẦN QUAN TÂM

Vũ Công Thương
Trường Đại học Sài Gòn

Tóm tắt: Hiện nay, sự phát triển của nhiều mạng xã hội khiến sinh viên càng có cơ hội tham gia vào thế giới thông tin với kết nối rộng lớn, cùng lúc tiếp cận với nhiều hệ tư tưởng và giá trị sống khác nhau. Tuy nhiên, với khối lượng thông tin lớn, có những thông tin chưa qua kiểm duyệt được truyền tải lên mạng xã hội mỗi ngày, có ảnh hưởng rất lớn đến nhận thức, lối sống của sinh viên hiện nay. Bài viết trình bày khái quát về mạng xã hội, lối sống của sinh viên; một số tác động tích cực và tiêu cực của mạng xã hội đối với lối sống của sinh viên; đề xuất một số giải pháp chủ yếu nhằm phát huy mặt tích cực, hạn chế mặt tiêu cực của mạng xã hội đến lối sống của sinh viên.

Từ khóa: Tác động, mạng xã hội, lối sống của sinh viên.

THE IMPACT OF SOCIAL NETWORKS ON STUDENTS' LIFESTYLES - ISSUES OF CONCERN

Vu Cong Thuong
Sai Gon University

Abstract: Nowadays, the development of many social networks gives students more opportunities to participate in the world of information with wide connections, simultaneously accessing many different ideologies and values. However, with a large amount of information, there is uncensored information transmitted on social networks every day, which has a great influence on the perception and lifestyle of today's students. The article presents an overview of social networks, student lifestyle; some positive and negative impacts of social networks on student lifestyle; proposes some main solutions to promote the positive aspects, limit the negative aspects of social networks on student lifestyle.

Keywords: Impact, social networks, student lifestyle.

Nhận bài: 06/05/2025

Phản biện: 05/06/2025

Duyệt đăng: 09/06/2025

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Sinh viên (SV) là một tầng lớp quan trọng trong cơ cấu xã hội, nguồn nhân lực chính yếu, cơ bản góp phần quan trọng vào công cuộc xây dựng đất nước. Họ là những người lao động được đào tạo, rèn luyện từ các cơ sở giáo dục đại học, có trình độ học vấn và kiến thức chuyên môn nghề nghiệp nhất định. Trong quá trình học tập, SV luôn nỗ lực vươn lên, rèn đức, luyện tài để góp phần vào công cuộc xây dựng và bảo vệ Tổ quốc. Tuy nhiên, trong giai đoạn hiện nay sự phát triển của công nghệ thông tin (CNTT), nổi bật là mạng xã hội (MXH) vừa có ảnh hưởng tích cực, vừa có ảnh hưởng tiêu cực đến lối sống của một bộ phận không nhỏ SV, làm thay đổi quan niệm của họ về lối sống. Các hiện tượng tiêu cực trong lối sống xã hội, tội phạm ngày càng gia tăng, nhất là ở lứa tuổi thanh thiếu niên, SV đang là mối quan tâm của toàn xã hội. Vì vậy, việc nghiên cứu tìm hiểu tác động của MXH đến lối sống của SV, trên cơ sở đó truy tìm những giải pháp khả thi nhằm phát huy mặt tích cực, hạn chế mặt tiêu cực sự tác động của MXH đến lối sống SV, nhằm xây dựng người SV phát triển toàn diện “vừa có tài, vừa có đức” là vấn đề cần quan tâm hiện nay.

II. NỘI DUNG NGHIÊN CỨU

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

Thứ nhất, một số vấn đề về mạng xã hội.

MXH là một thuật ngữ quen thuộc, phổ biến trong xã hội hiện đại, việc sử dụng MXH đã trở thành một hoạt động không thể thiếu trong cuộc sống hàng ngày. Theo Boyd và Ellison (2007), MXH là “các dịch vụ dựa trên web cho phép các cá nhân tạo hồ sơ công khai hoặc bán công khai trong hệ thống giới hạn, nêu rõ danh sách những người dùng khác với người mà họ chia sẻ kết nối, đồng thời xem và đi qua danh sách kết nối của họ và những kết nối được tạo bởi những người khác trong hệ thống”.

Ở Khoản 22 Điều 3 Nghị định số 72/2013/NĐ-CP của Chính phủ về quản lý, cung cấp, sử dụng internet và thông tin trên mạng, thuật ngữ MXH (social network) được giải thích: “là hệ thống thông tin cung cấp cho cộng đồng người sử dụng mạng các dịch vụ lưu trữ, cung cấp, sử dụng, tìm kiếm, chia sẻ và trao đổi thông tin với nhau, bao gồm dịch vụ tạo trang thông tin điện tử cá nhân, diễn đàn (forum), trò chuyện (chat) trực tuyến, chia sẻ âm thanh, hình ảnh và các hình thức dịch vụ tương tự khác”.

Hiểu theo nghĩa chung nhất, MXH là một trang web hay một nền tảng trực tuyến giúp kết nối mọi người ở bất kỳ địa điểm nào một cách thuận lợi, với nhiều dạng thức và tính năng khác nhau. Nếu có các phương tiện như: máy tính để bàn, máy tính xách tay, máy tính bảng hay điện thoại thông minh, người dùng có thể truy cập vào bất cứ một MXH nào đó một cách dễ dàng.

Hiện nay, quá trình toàn cầu hóa và hội nhập quốc tế sâu rộng đã giúp CNTT của Việt Nam phát triển nhanh chóng, vào những năm 90 của thế kỷ XX, internet chính thức hình thành và phát triển ở nước ta. Các MXH có số lượng người dùng lớn nhất Việt Nam hiện nay có thể kể đến là Facebook, Zalo, Youtube, Instargam và Linkedin. Trên các nền tảng này, mọi người có thể dễ dàng tìm kiếm, tạo dựng các mối quan hệ với những người khác đang sử dụng MXH, những người có chung tính cách, sở thích, thị hiếu, nghề nghiệp, định hướng, quan điểm sống hay đơn giản chỉ để theo dõi, cập nhật thông tin về lĩnh vực nào đó mà không phân biệt không gian hay thời gian.

Thứ hai, lối sống của sinh viên.

Vấn đề lối sống được nghiên cứu dưới nhiều góc độ khác nhau của nhiều ngành khoa học như triết học, văn hóa học, xã hội học, giáo dục học... Tuỳ theo góc độ nghiên cứu, các tác giả đưa ra những quan niệm khác nhau về lối sống. Theo C.Mác và Ph.Ăngghen, lối sống chính là phương thức, là dạng hoạt động của con người, nó chịu sự quyết định của phương thức sản xuất, cũng như toàn bộ điều kiện sống và quan hệ xã hội của con người. Theo tác giả Vũ Khiêu: “Lối sống là phạm trù xã hội khái quát toàn bộ hoạt động của các dân tộc, giai cấp, các nhóm xã hội, các cá nhân trong những điều kiện của một hình thái kinh tế - xã hội nhất định và biểu hiện trên các lĩnh vực của đời sống: trong lao động và hưởng thụ, trong quan hệ giữa người với người trong sinh hoạt tinh thần và văn hóa”. Tác giả Thanh Lê quan niệm: “Lối sống là một hệ thống những nét căn bản nói lên hoạt động của các dân tộc, các giai cấp, các tập đoàn xã hội, cá nhân trong những điều kiện của một hình thái kinh tế - xã hội nhất định”.

Như vậy, lối sống là toàn bộ phương thức sống cơ bản của cộng đồng (dân tộc, giai cấp, nhóm xã hội) và các cá nhân trong điều kiện kinh tế - xã hội nhất định, được biểu hiện trên các lĩnh vực của đời sống xã hội.

2.2. Tác động của mạng xã hội đến lối sống của sinh viên

2.2.1. Những tác động tích cực

Thứ nhất, MXH góp phần quan trọng trong việc nâng cao trình độ nhận thức và rèn luyện tính chủ động, tích cực trong học tập, rèn luyện của SV. MXH là kho tư liệu chứa đựng nhiều kiến thức trên tất cả các lĩnh vực của đời sống xã hội, đáp ứng nhu cầu học tập, trao đổi thông tin, nắm bắt được xu thế phát triển tri thức mới, nâng cao hiểu biết. Do đó, MXH trở thành công cụ rất cần thiết phục vụ nhu cầu học tập chủ động, rèn luyện, nâng cao trình độ và kỹ năng cho SV, nhất là trong điều kiện chuyển đổi số đang diễn ra mạnh mẽ hiện nay.

Thứ hai, MXH góp phần quan trọng trong xây dựng, phát triển các mối quan hệ xã hội, tạo điều kiện cho SV tiếp cận, học hỏi, giao lưu với nhiều tấm gương người tốt, việc tốt góp phần hoàn thiện nhân cách của bản thân. Thông qua MXH, SV có thể kết giao với cá nhân, các đội, nhóm, câu lạc bộ, những người có chung đam mê, sở thích và định hướng đúng đắn trong và ngoài nhà trường để hỗ trợ nhau trong học tập, vui chơi và các hoạt động khác.

Thứ ba, MXH góp phần quan trọng giúp SV thể hiện năng lực, tài năng, sở trường và sức sáng tạo của mình trong học tập, trong nghệ thuật. Đó còn là một công cụ đắc lực, hỗ trợ hiệu quả trong quá trình lập thân, lập nghiệp của SV. Theo đánh giá của nhiều chuyên gia, kinh doanh qua MXH sẽ tiếp tục trở thành xu thế mạnh mẽ ở Việt Nam và trên thế giới. Điều này, mở ra cơ hội cho giới trẻ, đặc biệt là SV có thể khởi nghiệp thành công ngay từ khi còn học ở trường đại học.

2.2.2. Một số tác động tiêu cực của mạng xã hội đến lối sống của sinh viên

Thứ nhất, MXH làm tăng nguy cơ về sự xuống cấp về đạo đức, lối sống của SV. MXH chính là môi trường để các thông tin sai trái, đi ngược lại với đạo lý, thuần phong mỹ tục của dân tộc Việt Nam, có cơ hội thâm nhập vào đời sống xã hội, tác động xấu đến đạo đức, lối sống của các cá nhân, nhất là học sinh, SV. Những lối sống “lệch chuẩn”, bạo lực được cổ vũ, tuyên truyền biến thành những trào lưu phổ biến trên MXH tạo ra những nguy cơ dẫn đến sự suy thoái về đạo đức, lối sống ảnh hưởng lớn đến sự hình thành nhân cách của SV.

Thứ hai, MXH làm tăng nguy cơ SV mất nhiều thời gian cho những giá trị “ảo”, dẫn đến ít để tâm trong học tập, rèn luyện, hạn chế tư duy sáng tạo. Điều đáng quan tâm lo ngại nhất hiện nay là

nhieu thông tin trên MXH hàm chứa nội dung xấu độc, dụ dỗ, lôi kéo SV như: phim ảnh khiêu dâm, lối sống trụy lạc, kích động bạo lực, khiêu khích chiến tranh, chia rẽ đoàn kết dân tộc, tôn giáo... Với đặc tính hấp dẫn, lôi cuốn của các trang MXH rất dễ làm cho SV tham gia bị sa đà vào “biển thông tin” hỗn loạn đó nếu không có sự hiểu biết, nhận thức đúng đắn và bản lĩnh vững vàng. Hệ lụy của hiện tượng “nghiện online” dẫn đến học tập sao nhãng, sức khỏe giảm sút, tinh thần mệt mỏi, uể oải, đắm chìm vào thế giới ảo trong đời sống thực. Đây chính là tác nhân làm ảnh hưởng nghiêm trọng đến sức khỏe, tâm sinh lý và việc hình thành, phát triển nhân cách, lối sống tốt đẹp của một bộ phận SV hiện nay.

Nhiều nhà nghiên cứu đã đánh giá việc sử dụng MXH quá nhiều sẽ gây ra hội chứng “nghiện mạng xã hội”, thậm chí, “một bộ phận thanh niên đã rơi vào tình trạng thái quá, có biểu hiện bị lệ thuộc, làm ảnh hưởng đến cuộc sống, công việc, học tập”. Bên cạnh đó, việc phụ thuộc vào MXH và những tri thức có sẵn chỉ cần truy cập vào google là tìm kiếm được, khiến cho SV có xu hướng ngại tư duy, nghiên cứu, tìm tòi các kiến thức, tri thức mới, điều đó dẫn đến việc tiếp thu kiến thức sẽ hời hợt, thiếu chiều sâu, thậm chí nhiều thông tin sai trái, phản giá trị, đi ngược với thuần phong, mỹ tục của dân tộc mà SV không nhận thấy.

Thứ ba, MXH làm gia tăng lối sống vô cảm, thờ ơ, chỉ quan tâm đến lợi ích cá nhân quên đi lợi ích tập thể, lợi ích cộng đồng. Thực tế cho thấy, MXH đã làm một bộ phận SV đang có chiều hướng giảm thiểu giao tiếp với mọi người ngoài đời thực, thờ ơ với những người thân, bạn bè xung quanh mình, điều đó dẫn đến việc có thể làm rạn nứt các mối quan hệ trong gia đình, ngoài xã hội. Về lâu dài, nếu SV chìm vào “thế giới ảo” sẽ có ảnh hưởng lớn đến các mối quan hệ trong cuộc sống, thậm chí tự cô lập mình trong cuộc sống hiện tại, bị mọi người xa lánh, lạnh nhạt, Brian A. Primack cho rằng: “mọi sự gia tăng trong việc sử dụng mạng xã hội đều đi kèm với sự gia tăng hiện tượng trầm cảm,... như chứng lo âu, cảm giác không được hỗ trợ về mặt tinh thần và thậm chí là sự cô lập xã hội”.

2.3. Một số giải pháp chủ yếu nhằm tác động tích cực, khắc phục tác động tiêu cực của mạng xã hội đến lối sống của sinh viên

Thứ nhất, nâng cao nhận thức, trách nhiệm của các chủ thể trong giáo dục lối sống cho SV trước tác động của MXH hiện nay.

Trước tác động của MXH đối với lối sống SV, các chủ thể giáo dục trong nhà trường cần nâng cao nhận thức và trách nhiệm của mình đối với việc giáo dục lối sống văn hóa cho SV, cần quan tâm giúp SV có thói quen nhận thức, hành động, sinh hoạt, học tập chủ động, sáng tạo, hoàn thành tốt mục tiêu, yêu cầu đào tạo. Do vậy, giáo dục lối sống cho SV trước tác động của MXH cần tập trung xây dựng thói quen suy nghĩ, hành động chủ động, sáng tạo khi giao tiếp với MXH, giúp họ không chỉ khai thác những thông tin, bài viết tích cực mà còn tránh được những MXH, những blog xấu độc; có thể vận dụng, phát triển cao hơn, sâu hơn những tri thức, kỹ năng, kỹ xảo học tập, rèn luyện từ thông tin của những bài viết tốt, phê phán, đấu tranh, vạch trần những thủ đoạn phản động của những bài viết, blog có nội dung xấu độc, xuyên tạc sự thật, kích động bạo lực, lối sống tiêu cực.

Thứ hai, phát huy vai trò của nhà trường trong giáo dục lối sống và định hướng cho SV trong sử dụng MXH.

Để phát huy mặt tích cực, hạn chế mặt tiêu cực của MXH tác động đến lối sống của SV, các cơ sở giáo dục đại học cần phải tăng cường sự lãnh đạo của Đảng ủy, Ban Giám hiệu nhà trường; coi trọng phát huy sức mạnh tổng hợp của các phòng, khoa, bộ môn, Đoàn Thanh niên, Hội sinh viên, nhất là coi trọng vai trò của đội ngũ giảng viên nhà trường trong giáo dục lối sống cho SV, giúp cho SV biết đánh giá, lựa chọn giá trị trong cuộc sống, tự giác học tập, tu dưỡng, rèn luyện tư tưởng chính trị, đạo đức, lối sống. Đồng thời, cơ sở giáo dục đại học và các bên liên quan cần tổ chức tốt các hoạt động vui chơi, giải trí lành mạnh, phù hợp với nhu cầu và đặc điểm tâm sinh lý của SV nhằm hạn chế thời gian SV sử dụng MXH cho những trò chơi và nội dung thiếu lành mạnh. Chú trọng giáo dục lối sống SV thông qua học tập làm theo tư tưởng, đạo đức, phong cách Hồ Chí Minh. Xây dựng, tôn vinh các điển hình tiên tiến học tập và làm theo tư tưởng, đạo đức, phong cách Hồ Chí Minh ở các nhà trường, đặc biệt là tấm gương đạo đức của các giảng viên, tấm gương SV vượt khó phấn đấu học tập, lập thân, lập nghiệp, giúp đỡ bạn bè trong những hoàn cảnh khó khăn, những đức tính trung thực trong đời thường và trong học tập... qua đó góp phần giáo dục lối sống cho SV.

Thứ ba, tăng cường công tác quản lý nhà nước đối với thông tin trên mạng và đối với các tổ chức, đơn vị, cá nhân khai thác và cung cấp dịch vụ MXH.

Quản lý nhà nước đối với thông tin trên MXH nhằm định hướng cho SV khả năng biết lựa chọn, đánh giá thông tin một cách đúng đắn. Trong công tác quản lý cũng cần có sự phối hợp chặt chẽ giữa các cơ quan, ban ngành, nhất là Bộ Thông tin Truyền thông, Sở Thông tin Truyền thông và Sở Văn hóa, Thể thao và Du lịch, cần nhận thức sâu sắc được nhiệm vụ cụ thể của từng ngành để tránh chồng chéo, dẫn đến sơ hở, buông lỏng trong quản lý.

Thứ tư, nâng cao ý thức tự giáo dục của SV trước tác động của MXH.

Để sử dụng có hiệu quả MXH phục vụ hoạt động học tập và các công việc khác, trước hết, bản thân SV phải tự trang bị cho mình kiến thức hiểu biết về pháp luật trong việc khai thác, sử dụng MXH an toàn và hiệu quả. Mỗi SV phải tự nâng cao nhận thức về ảnh hưởng hai mặt của MXH đến lối sống của mình để biết lựa chọn, tiếp nhận ảnh hưởng tích cực, ngăn ngừa ảnh hưởng tiêu cực của MXH đến tư tưởng, lối sống của mình. Luôn có ý thức tự học tập, rèn luyện lối sống văn hóa, có khả năng “tự đề kháng” trước những tác động tiêu cực của MXH. Đồng thời, tự tìm tòi, nghiên cứu, học hỏi để nâng cao trình độ nhận thức và hành vi văn hóa trong sử dụng MXH của bản thân, trang bị

những kỹ năng cần thiết để có thể tự bảo vệ mình, nhất là kỹ năng giao tiếp trên mạng.

III. KẾT LUẬN

Trong xã hội ngày nay, MXH - với tính chất là một loại hình thức, phương tiện truyền thông mới được xem như là một hiện tượng văn hóa của thời đại. Với thế mạnh về khả năng tương tác cao, độ bao phủ rộng, sử dụng thuận tiện, các nền tảng MXH đã thu hút được đông đảo người sử dụng, nhất là SV. Bên cạnh những tiện ích và tác động tích cực, MXH cũng đang bộc lộ nhiều mặt trái đáng lo ngại, tác động tiêu cực đến nhận thức, lối sống của SV. Do đó, việc nghiên cứu những tác động của MXH đến lối sống của SV ở cả mặt tích cực và tiêu cực là một trong những biện pháp góp phần nhận thức một cách đúng đắn bản chất của loại hình phương tiện truyền thông này, giúp cho nhà trường và các bên liên quan có những giải pháp hữu hiệu để quản lý và phát triển MXH một cách đúng hướng, cũng như quan tâm chăm lo xây dựng đời sống văn hóa lành mạnh cho SV - những chủ nhân tương lai của công cuộc xây dựng và phát triển đất nước Việt Nam giàu đẹp, hiện đại, văn minh, phồn vinh, hạnh phúc.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Boyd, D.M. and Ellison, N.B, (2007), Social Network Sites: Definition, History, and Scholarship. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 13, (2).
2. Brian A. Primack (2023), *Bạn là những gì bạn Click vào - Click ảo trải nghiệm thật*, (Phương Hoa dịch), Nxb Thế giới, Hà Nội.
3. Chính phủ (2013), Số 72/2013/NĐ-CP ngày 15 tháng 7 năm 2013, *Nghị định về quản lý, cung cấp, sử dụng internet và thông tin trên mạng*.
4. Lê Hải (2017), *Phương tiện truyền thông xã hội với giới trẻ Việt Nam*, Nxb Chính trị quốc gia - Sự thật, Hà Nội.
5. Vũ Khiêu (2000), *Văn hóa Việt Nam, xã hội và con người*, Nxb Khoa học xã hội, Hà Nội.
6. Thanh Lê (2001) *Lối sống xã hội chủ nghĩa và xu thế toàn cầu hóa*, Nxb Khoa học xã hội, Hà Nội.