

SỬ DỤNG TRÍ TUỆ NHÂN TẠO TRONG HỌC TẬP VÀ TÁC ĐỘNG ĐẾN TÂM LÝ LỆ THUỘC CÔNG NGHỆ CỦA SINH VIÊN

Nguyễn Thị Kim Quế, Lê Thị Thùy Dương
Khoa Khoa học Chính trị, xã hội và nhân văn - Đại học Cần Thơ

Tóm tắt: Bài viết khảo sát thực trạng áp dụng trí tuệ nhân tạo (AI) trong học tập đại học và phân tích mối quan hệ giữa việc sử dụng AI với tâm lý lệ thuộc công nghệ của sinh viên. Dựa trên tổng hợp các nghiên cứu quốc tế và trong nước, bài viết trình bày bằng chứng định lượng về tần suất sử dụng AI, các lợi ích (hỗ trợ học tập, cá nhân hóa, tiết kiệm thời gian) và rủi ro tâm lý (giảm tự chủ học tập, tăng phụ thuộc, vấn đề giấc ngủ và lo âu). Kết luận đề xuất hướng tiếp cận chính sách và giáo dục nhằm cân bằng ứng dụng AI và phát triển năng lực phê phán của người học.

Từ khóa: Trí tuệ nhân tạo trong giáo dục, lệ thuộc công nghệ, hành vi sinh viên, sức khỏe tâm thần học đường, Giáo dục số hoá

USING ARTIFICIAL INTELLIGENCE IN LEARNING AND ITS IMPACT ON STUDENTS' PSYCHOLOGICAL DEPENDENCE ON TECHNOLOGY

Abstract: This paper examines the adoption of artificial intelligence (AI) in higher education learning and analyzes how students' use of AI relates to psychological technological dependence. Drawing on international and Vietnamese studies, it presents quantitative evidence on AI usage rates, benefits (learning support, personalization, time efficiency), and psychological risks (reduced learning autonomy, increased dependence, sleep disturbance, anxiety). The study synthesizes empirical findings and theoretical perspectives to assess mechanisms connecting AI tools and dependency behaviors, then proposes policy and pedagogical interventions to balance AI integration with critical digital literacy and resilience.

Keywords: artificial intelligence in education, technological dependence, student behavior, mental health in education, digital pedagogy

Nhận bài: 18/10/2025

Phản biện: 18/11/2025

Duyệt đăng: 22/11/2025

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong thập kỷ gần đây, sự xuất hiện nhanh chóng của các công cụ AI, đặc biệt là mô hình ngôn ngữ lớn và các hệ thống hỗ trợ học tập tự động đã thay đổi nhanh chóng cách sinh viên tiếp cận thông tin và hoàn thành nhiệm vụ học thuật. Nhiều khảo sát cho thấy tỉ lệ sinh viên sử dụng AI cho mục đích học tập rất cao (ví dụ: báo cáo khảo sát gần đây ghi nhận khoảng 86% sinh viên đã dùng AI trong học tập; một nghiên cứu khác báo cáo tỉ lệ trên 90% trong mẫu khảo sát nhất định), đồng thời cộng đồng giáo dục đang nỗ lực xây dựng khung chính sách và hướng dẫn ứng xử đối với AI trong môi trường học tập. Tuy nhiên, bên cạnh lợi ích rõ ràng như tối ưu hoá thời gian, hỗ trợ cá nhân hoá và mở rộng khả năng tiếp cận tri thức, sự tiếp xúc liên tục với công cụ số có thể hình thành những cơ chế tâm lý dẫn tới lệ thuộc công nghệ: giảm tự chủ, giảm năng lực tư duy phản biện, rối loạn giấc ngủ và tăng mức độ lo âu. Ở Việt Nam, một số nghiên cứu về “nghiện smartphone” và lệ thuộc số học đường đã báo cáo mối liên hệ giữa sử dụng thiết bị di động quá mức với chất lượng giấc ngủ và sức khỏe tâm thần của sinh viên. Bài viết này tổng hợp lý thuyết và bằng

chứng thực nghiệm quốc tế và trong nước, phân tích cơ chế tâm lý, hành vi giữa việc sử dụng AI trong học tập và lệ thuộc công nghệ của sinh viên, và đề xuất chiến lược can thiệp ở mức giảng dạy, chính sách và hỗ trợ tâm lý nhằm giảm thiểu tác động tiêu cực mà vẫn giữ được lợi ích học thuật của AI.

II. NỘI DUNG NGHIÊN CỨU

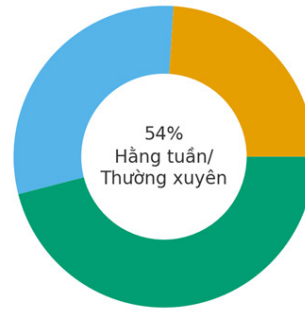
2.1. Thực trạng áp dụng AI trong học tập

Sự gia tăng nhanh chóng của AI trong giáo dục được phản ánh qua nhiều khảo sát và báo cáo quốc tế. Báo cáo của các tổ chức nghiên cứu và nhà cung cấp công nghệ cho thấy AI đã trở thành một phần trong công cụ học tập thường nhật: khảo sát sinh viên ở nhiều quốc gia ghi nhận tỉ lệ sử dụng AI lên đến 80-95% tùy mẫu nghiên cứu và định nghĩa “sử dụng AI”. Ví dụ, một khảo sát ngành (Campus Technology, 2024) báo cáo 86% sinh viên đã sử dụng AI trong học tập, với mong muốn trường cung cấp hướng dẫn và đào tạo về sử dụng AI hiệu quả. Một nghiên cứu gần đây đăng trên tạp chí giáo dục (MDPI, 2025) thậm chí ghi nhận 95.6% người tham gia sử dụng công nghệ AI trong hoạt động học tập.

Tỷ lệ sinh viên sử dụng AI trong học tập
86% sinh viên cho biết có sử dụng AI



Tần suất sinh viên sử dụng AI
54% dùng AI hằng tuần hoặc thường xuyên



Nguồn: Khảo sát Sinh viên Trí tuệ Nhân tạo Toàn cầu 2024

<https://www.digitaleducationcouncil.com/post/digital-education-council-global-ai-student-survey-2024>

Ở cấp quản lý và giảng viên, các báo cáo từ hệ sinh thái giáo dục (Ellucian/EDUCAUSE) cho thấy sự tăng nhanh trong nhận thức và áp dụng AI: tỷ lệ giảng viên/nhà quản trị báo cáo mở rộng sử dụng AI tăng rõ rệt trong giai đoạn 2023–2024, kèm theo lo ngại về đạo đức, độ chính xác và bảo mật dữ liệu. Những con số này phản ánh một bối cảnh kép: sinh viên nhanh chóng tiếp nhận và thử nghiệm các công cụ AI, trong khi tổ chức giáo dục chậm hơn trong việc xây dựng chính sách và năng lực hướng dẫn.

Phân tích các loại công cụ AI được dùng cho thấy phạm vi đa dạng: mô hình ngôn ngữ lớn (ChatGPT, Bard...), công cụ hỗ trợ viết, hệ thống gợi ý phản hồi tự động, nền tảng học tập cá nhân hóa và phần mềm chấm điểm tự động. Sinh viên thường sử dụng AI cho: (1) tìm kiếm và tóm tắt tài liệu, (2) tạo nháp bài viết, (3) giải quyết bài tập lập trình hoặc bài toán, và (4) hỗ trợ ôn tập, luyện đề. Ưu thế của AI nằm ở tốc độ, khả năng tạo nội dung và tùy biến theo yêu cầu người dùng, khiến nó rất hấp dẫn với nhóm tuổi sinh viên, vốn ưu tiên tiện lợi và hiệu quả thời gian.

Về mặt địa lý và nhân khẩu, hiện có bằng chứng cho thấy sự chênh lệch: sinh viên ở khu vực đô thị hoặc ngành CNTT/KT có tỷ lệ sử dụng và hiểu biết AI cao hơn; giới tính và điều kiện kinh tế cũng tạo ra khác biệt trong quyền tiếp cận công cụ AI. Trong bối cảnh Việt Nam, các khảo sát ban đầu về sử dụng thiết bị thông minh và internet cho học tập chỉ ra mức sử dụng cao của smartphone và ứng dụng trực tuyến; tuy nhiên, các nghiên cứu chuyên sâu về tần suất sử dụng AI chuyên biệt tại các trường đại học Việt Nam vẫn còn hạn chế, là khoảng trống cần được đề cập tiếp.

2.2. Cơ chế tâm lý dẫn tới lệ thuộc công nghệ trong bối cảnh AI

Để hiểu cơ chế hình thành lệ thuộc công nghệ ở sinh viên khi sử dụng AI, cần liên kết lý thuyết hành vi với bằng chứng thực nghiệm. Từ góc nhìn tâm lý học học tập, lệ thuộc (dependence) không chỉ là hành vi lặp lại mà còn chứa yếu tố giảm khả năng tự chủ (self-regulation), củng cố thói quen (habit formation) và phụ thuộc vào phần thưởng tức thì (immediate reward). AI cung cấp phản hồi nhanh và kết quả dễ tiêu thụ, tạo nên reinforcement loop khiến người dùng có xu hướng lặp lại hành vi để giảm nỗ lực nhận thức. Những vòng phản hồi này tương đồng với cơ chế gây nghiện hành vi đã được mô tả trong nghiên cứu về nghiện kỹ thuật số.

Một cơ chế quan trọng là "sự triệt tiêu nỗ lực học tập" (effort displacement): khi AI thực hiện phần lớn công việc phân tích, sinh viên có thể ít có cơ hội thực hành kỹ năng tư duy phản biện, lập luận logic và giải quyết vấn đề. Thời gian ban đầu tiết kiệm được có thể biến thành thiếu hụt năng lực (skill atrophy) về lâu dài điều này làm giảm lòng tự tin khi phải xử lý nhiệm vụ không có sự trợ giúp của AI, từ đó củng cố tâm lý lệ thuộc. Các nghiên cứu cho thấy hiệu ứng này có thể biểu hiện dưới dạng "agency dilemma": khi AI rút đi, hiệu suất con người đôi khi giảm mạnh vì mất thói quen chủ động.

Mối liên hệ giữa sử dụng AI và các hậu quả tâm lý khác cũng được nghiên cứu thông qua chỉ số sức khỏe tâm thần: nhiều nghiên cứu về lệ thuộc số và nghiện smartphone báo cáo liên hệ với giảm chất lượng giấc ngủ, tăng triệu chứng lo

âu và trầm cảm ở sinh viên. Ở Việt Nam, các khảo sát về smartphone và internet cho thấy tần suất sử dụng quá mức có liên quan đến rối loạn giấc ngủ và sức khỏe tâm thần giảm sút; mặc dù AI không hoàn toàn trùng với khái niệm "smartphone addiction", nhưng khi AI được truy cập qua thiết bị di động và tích hợp vào thói quen giải trí/học tập, nguy cơ tương tự có thể gia tăng.

Một khía cạnh nhận thức cảm xúc khác là "sự lệ thuộc vào xác nhận bên ngoài" (external validation). AI có thể nhanh chóng tạo ra phản hồi "đúng" hoặc "đẹp" cho sản phẩm học tập, khiến sinh viên tìm kiếm sự chấp thuận thông qua kết quả do công cụ tạo ra thay vì qua đánh giá nội tại về chất lượng tư duy cá nhân. Kết quả là giảm động lực chủ động và gia tăng cảm giác bất an khi phải tự tạo sản phẩm học thuật. Những quá trình này tương tác phức tạp: giảm tự chủ → ít thực hành → giảm năng lực → tăng sự cần đến AI → tiếp tục vòng lặp lại.

Lý thuyết học tập xã hội (Bandura) nhấn mạnh vai trò mô phỏng và quan sát: khi môi trường học tập (giảng viên, bạn bè) chấp nhận và sử dụng AI rộng rãi, hành vi dùng AI được chuẩn hóa, làm giảm rào cản tâm lý để tự làm. Khi cộng hưởng với áp lực cạnh tranh (ví dụ: "ai cũng dùng AI, nếu mình không dùng sẽ thua thiệt"), sinh viên dễ chấp nhận lệ thuộc như một chiến lược thích nghi. Điều này thấy rõ trong các khảo sát cho thấy nhiều sinh viên mong muốn trường cung cấp chính sách hướng dẫn thay vì cấm đoán, vì họ coi AI là công cụ cần thiết để duy trì hiệu suất.

Mặt khác, yếu tố nhân cách và kỹ năng tự quản lý đóng vai trò trung gian. Sinh viên có kỹ năng quản lý thời gian, tư duy phản biện và tự kiểm soát cao ít có nguy cơ lệ thuộc hơn. Vì vậy, can thiệp giảm lệ thuộc cần nhắm tới việc tăng cường những năng lực này—không chỉ kiểm soát truy cập, mà còn xây dựng năng lực số phản biện (digital critical literacy), chiến lược tự làm việc và kỹ năng kiểm chứng thông tin.

Tóm lại, cơ chế hình thành lệ thuộc công nghệ trong bối cảnh AI là đa chiều: sự củng cố hành vi do phản hồi tức thì, triệt tiêu nỗ lực học tập, ảnh hưởng xã hội và sự thiếu hụt kỹ năng tự quản. Việc nhận diện từng cơ chế cho phép thiết kế can thiệp

mục tiêu: từ thiết kế bài tập nâng cao yêu cầu tư duy sâu, tới chương trình đào tạo AI literacy và hỗ trợ sức khỏe tâm thần.

2.3. Ảnh hưởng của lệ thuộc công nghệ tới kết quả học tập và sức khỏe tâm lý

Việc đánh giá ảnh hưởng thực tế của lệ thuộc công nghệ tới kết quả học tập cần phân biệt những tác động tức thời và lâu dài. Ở cấp tức thời, AI có thể cải thiện điểm số trong các bài tập định dạng rõ ràng (ví dụ: câu hỏi trắc nghiệm, bài tập lập trình có test suite) nhờ tính chính xác và khả năng tối ưu hoá giải pháp nhanh. Tuy nhiên, nghiên cứu cho thấy khi đánh giá năng lực bền vững như tư duy phản biện, sáng tạo và giải quyết vấn đề phức tạp, việc dựa dẫm vào AI có thể làm giảm sự phát triển các kỹ năng này nếu không có sự hướng dẫn sư phạm thích hợp. Hiện tượng "đánh đổi hiệu suất và năng lực" là mối quan tâm chính của các nhà giáo dục.

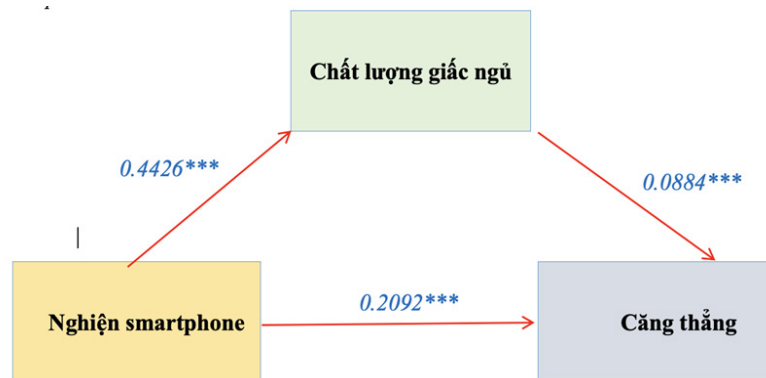
Về mặt học thuật, một số trường hợp cho thấy tăng điểm ngắn hạn kèm theo giảm khả năng tự hoàn thiện khi không có trợ giúp AI: sinh viên có thể hoàn thành bài tốt hơn nhưng ít học được quy trình tư duy, ít hiểu sâu về giả thiết và logic vì công cụ đã "làm hộ" phần phân tích. Hệ quả là khi gặp đề thi dạng mở hoặc cần vận dụng kiến thức trong thực tế, hiệu suất thực tế có thể kém hơn so với kết quả ban đầu. Đây là hiện tượng đã được ghi nhận trong các phân tích trường hợp và khảo sát giáo viên bắt gặp bài làm có dấu hiệu "copy-paste" hoặc nội dung quá đồng nhất do AI tạo ra.

Về sức khỏe tâm lý, bằng chứng từ nghiên cứu về nghiện kỹ thuật số và smartphone chỉ ra mối liên hệ giữa sử dụng quá mức/không kiểm soát và các rối loạn như giảm chất lượng giấc ngủ, tăng lo âu, trầm cảm, và giảm tập trung. Ở Việt Nam, một số nghiên cứu tiền gần đây đã báo cáo liên hệ giữa smartphone addiction với giấc ngủ kém và triệu chứng tâm lý ở sinh viên y dược và các nhóm sinh viên khác. Khi AI được tích hợp vào thói quen sử dụng thiết bị di động (ví dụ: dùng chatbot để tra cứu ban đêm, dùng công cụ tạo nội dung trước hạn nộp), nguy cơ gián đoạn giấc ngủ và stress tăng lên. Giấc ngủ kém sau đó ảnh hưởng trực tiếp tới khả năng học tập, trí nhớ và điều chỉnh cảm xúc của sinh viên.

Bảng 1. Ảnh hưởng trung gian của chất lượng giấc ngủ trong mối liên hệ giữa nghiện smartphone và căng thẳng

Đường tác động	β	SE	Thấp	Cao
Tác động trực tiếp				
Nghiện smartphone – Căng thẳng	0.2092	0.0208	0.1684	0.2500
Nghiện smartphone – Chất lượng giấc ngủ	0.4426	0.0909	0.2643	0.6210
Chất lượng giấc ngủ – Căng thẳng	0.0884	0.0075	0.0736	0.1032
Giới tính – Chất lượng giấc ngủ	0.4619	0.2590	-0.0464	0.9702
Giới tính – Căng thẳng	-0.0855	0.0586	-0.2005	0.0296
Tác động gián tiếp				
Nghiện smartphone – Chất lượng giấc ngủ – Căng thẳng	0.0391	0.0090	0.0214	0.0582

Ghi chú: $N = 905$, $CI =$ khoảng tin cậy (5000 mẫu bootstrap). * $p < 0.05$; ** $p < 0.01$; *** $p < 0.001$.



Hình 2. Mô hình trung gian của tác động gián tiếp của việc nghiện điện thoại thông minh đối với căng thẳng

Chứng minh các tác động trực tiếp và gián tiếp của việc nghiện điện thoại thông minh đối với căng thẳng. Kết quả trong Bảng 1 và Hình 2 cho thấy việc nghiện điện thoại thông minh là một yếu tố dự báo có ý nghĩa thống kê về chất lượng giấc ngủ ($b=0.4426$, $SE=0.0909$, $p<0.001$, Khoảng tin cậy 95%=[0.2643, 0.6210]), và chất lượng giấc ngủ là một yếu tố dự báo có ý nghĩa thống kê về căng thẳng ($b=0.0884$, $SE=0.0075$, $p<0.001$, Khoảng tin cậy 95%=[0.0075, 0.1032]). Tác động trực tiếp của việc nghiện điện thoại thông minh đối với căng thẳng là có ý nghĩa thống kê ($b=0.2092$, $SE=0.0208$, Khoảng tin cậy 95%=[0.1684, 0.2500]). Tác động gián tiếp từ việc nghiện điện thoại thông minh đến căng thẳng thông qua chất lượng giấc ngủ cũng có ý nghĩa thống kê ($b=0.0391$, $SE=0.0090$, Khoảng tin cậy 95%=[0.0214, 0.0582]). Những kết quả này chứng tỏ rằng chất lượng giấc ngủ phân nào trung gian mối liên hệ giữa việc nghiện điện thoại thông minh và căng thẳng.

Ngoài ra, lệ thuộc AI có thể tạo ra stress liên quan tới "độ chính xác mong đợi": khi sinh viên quen với phản hồi nhanh và hoàn chỉnh, họ có thể cảm thấy áp lực để luôn đạt kết quả "hoàn hảo",

dẫn tới lo âu hiệu suất và giảm ham muốn thử nghiệm/rủi ro sáng tạo. Mặt khác, khi AI cho kết quả không chính xác (hallucination), người dùng thiếu kỹ năng kiểm chứng có thể bị dẫn dắt tới sai lầm học thuật điều này làm gia tăng bất an và mất niềm tin vào năng lực cá nhân.

Một khía cạnh quan trọng là ảnh hưởng đến đạo đức học thuật và văn hoá học tập: khi việc sử dụng AI không được quản lý, có nguy cơ tăng gian lận học thuật, làm suy yếu tiêu chuẩn đào tạo và công bằng đánh giá. Điều này không chỉ tác động tới kết quả cá nhân mà còn tới giá trị bằng cấp và uy tín đào tạo. Do đó, tác động của lệ thuộc công nghệ vượt ra ngoài cá nhân, ảnh hưởng hệ thống nếu không có chính sách quản trị.

Can thiệp hiệu quả phải kết hợp: (1) thiết kế đánh giá tập trung vào năng lực thực hành và tư duy (ít bị máy làm hộ), (2) đào tạo kỹ năng AI literacy và kiểm chứng nguồn, (3) hỗ trợ sức khỏe tâm thần và quản lý thời gian, (4) khung chính sách minh bạch về sử dụng AI trong đánh giá. Các kết quả nghiên cứu và báo cáo ngành đều khuyến nghị hướng tiếp cận tích hợp thay vì cấm đoán hoàn toàn, vì AI cũng mang lại cơ hội lớn cho cá nhân hoá học tập và tiếp cận tri thức.

2.4. Chính sách, can thiệp sư phạm và đề xuất quản trị để giảm lệ thuộc mà vẫn tận dụng lợi ích AI

Trước hết, nguyên tắc thiết kế chính sách là cân bằng: không cấm AI tuyệt đối (không khả thi và có thể phản tác dụng), nhưng cung cấp khung sử dụng có hướng dẫn rõ ràng, minh bạch và có tính giáo dục. Nhiều tổ chức giáo dục quốc tế đề xuất khung gồm: (1) đào tạo AI literacy cho sinh viên và giảng viên, (2) minh bạch trong quy định đánh giá và trích dẫn khi sử dụng AI, (3) bảo vệ dữ liệu và quyền riêng tư khi tích hợp công cụ AI. EDUCAUSE và các báo cáo ngành đều nhấn mạnh nhu cầu đào tạo và chính sách thay vì cấm đoán đơn thuần.

Về can thiệp sư phạm cụ thể, có thể triển khai các chiến lược sau:

Thiết kế nhiệm vụ mang tính "kiểm chứng thực hành": yêu cầu sinh viên nộp cả quy trình tư duy (draft, log hành vi) và sản phẩm cuối cùng

Kết hợp đánh giá trực tiếp (in-class, oral exam) để kiểm tra năng lực thật sự

Sử dụng rubrics đánh giá năng lực tư duy phản biện, sáng tạo và khả năng kiểm chứng thông tin

Dạy phương pháp phê phán nội dung do AI tạo: kiểm tra nguồn, kiểm chứng dữ liệu, nhận diện hallucination. Những can thiệp này giúp giảm hiệu ứng triệt tiêu nỗ lực học tập bằng cách bắt buộc sinh viên vận dụng năng lực con người mà AI không dễ thay thế.

Về hỗ trợ sức khỏe tâm lý và quản lý thời gian, nhà trường cần: (1) chương trình tư vấn tâm lý chú trọng vấn đề lệ thuộc số và quản lý stress liên quan công nghệ; (2) workshop về quản lý thời gian và kỹ năng tự điều chỉnh; (3) hướng dẫn công cụ kỹ thuật (ví dụ: bật chế độ giới hạn thời gian, thiết lập không gian học không có thiết bị) để giảm tiếp xúc không cần thiết. Ở Việt Nam, việc tích hợp

chương trình này vào định hướng sinh viên đầu khoá và các hoạt động cố vấn học tập có thể giúp giảm rủi ro.

Về quản trị hệ thống, các đề xuất gồm: (a) xây dựng chính sách sử dụng AI rõ ràng (định nghĩa được phép và không được phép); (b) đào tạo giảng viên để họ trở thành người hướng dẫn về việc tích hợp AI hợp lý; (c) phát triển bộ công cụ đánh giá phù hợp để nhận diện nội dung do AI tạo, kèm theo quy trình kỷ luật và giáo dục khi phát hiện vi phạm; (d) thúc đẩy nghiên cứu nội bộ về tác động AI tại từng cơ sở để có dữ liệu quyết định. Mô hình quản trị này cần đồng bộ với tiêu chuẩn bảo mật dữ liệu và đạo đức nghiên cứu/giảng dạy.

Cuối cùng, cần chú ý đến bình đẳng tiếp cận: đảm bảo sinh viên ở mọi hoàn cảnh đều có kiến thức và khả năng tiếp cận công cụ một cách an toàn để tránh tạo ra bất bình đẳng mới. Đồng thời, khuyến khích văn hoá học tập lấy con người làm trung tâm: sử dụng AI để hỗ trợ, không thay thế, với mục tiêu phát triển năng lực bền vững cho người học.

III. KẾT LUẬN

Trí tuệ nhân tạo mang lại cơ hội lớn cho đổi mới phương pháp dạy và học: cá nhân hoá, tăng hiệu suất và mở rộng truy cập tri thức. Tuy nhiên, bằng chứng cho thấy việc sử dụng AI không được quản lý có thể dẫn tới các biểu hiện lệ thuộc công nghệ ở sinh viên giảm tự chủ học tập, suy giảm năng lực tư duy bền vững, và ảnh hưởng tiêu cực tới sức khỏe tâm thần. Vì vậy, giải pháp hiệu quả phải là tiếp cận tích hợp: xây dựng chính sách minh bạch, đào tạo AI literacy cho sinh viên và giảng viên, thiết kế đánh giá thúc đẩy tư duy con người, và cung cấp hỗ trợ tâm lý cùng kỹ năng tự quản. Chỉ khi kết hợp can thiệp sư phạm, quản trị và hỗ trợ sức khỏe mới có thể vừa tận dụng lợi ích AI vừa giảm thiểu rủi ro lệ thuộc.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- Campus Technology. *Survey: 86% of Students Already Use AI in Their Studies*. 2024.
 Vieriu, A.M. et al. *The Impact of Artificial Intelligence (AI) on Students'*. MDPI, 2025.
 Ellucian / EDUCAUSE. *AI survey & EDUCAUSE reports (AI in higher education)*. 2024.
 Han, S.J. et al. *Digital Addiction and Related Factors among College Students*. (PMC). 2023.
 Nguyễn T.V., *Smartphone use, nomophobia, and academic achievement (Central Vietnam study)*. 2024.
 Nguyễn B.T.N., *Smartphone addiction and mental health problems among Vietnamese undergraduate students: the mediating role of sleep quality (Hue University repository)*. 2024.
 Báo cáo và bài viết phân tích về AI trong nghiên cứu và giáo dục (The Times, TechRadar).