

VIDEO NGẮN VÀ TRÌ HOÃN HỌC TẬP: PHÂN TÍCH THỨ CẤP CÁC TUYẾN GIÁN TIẾP QUA PHÂN MẢNH CHÚ Ý VÀ TẬP TRUNG

Nguyễn Vũ Hồng Ngân
Trường Đại học FPT

Email: nguyenvuhong2005ngan@gmail.com

Tóm tắt: Nghiên cứu phân tích thứ cấp 410 phản hồi hợp lệ của sinh viên FPT Polytechnic, Thành phố Hồ Chí Minh, nhằm làm rõ mối liên hệ giữa tiêu thụ video ngắn (SVC) và trì hoãn học tập (AP) thông qua phân mảnh chú ý (AF) và tập trung học tập (AC). PLS-SEM với bootstrap 5.000 mẫu lặp cho thấy SVC liên hệ thuận với AF ($\beta = 0,491$; $p < 0,001$); AF liên hệ nghịch với AC ($\beta = -0,338$; $p < 0,001$) và thuận với AP ($\beta = 0,318$; $p < 0,001$); AC liên hệ nghịch với AP ($\beta = -0,299$; $p < 0,001$). Khi AF và AC được đưa vào mô hình, đường trực tiếp SVC $\rightarrow$ AP không còn ý nghĩa thống kê ($\beta = 0,069$; $p = 0,109$). Bốn hiệu ứng gián tiếp đều có ý nghĩa, trong đó chuỗi SVC $\rightarrow$ AF $\rightarrow$ AC $\rightarrow$ AP có $\beta = 0,050$. DSC liên hệ với AC cao hơn, AF thấp hơn và AP thấp hơn. Mô hình giải thích 48,7% phương sai AP. Kết quả cho thấy mối liên hệ giữa SVC và AP được thể hiện rõ hơn qua các cơ chế chú ý. Do dữ liệu cắt ngang và tự báo cáo, kết quả phản ánh mối liên hệ thống kê, không xác lập quan hệ nhân quả.

Từ khóa: video ngắn; phân mảnh chú ý; tập trung học tập; trì hoãn học tập; phân tích thứ cấp; PLS-SEM

SHORT-FORM VIDEO AND ACADEMIC PROCRASTINATION: A SECONDARY ANALYSIS OF INDIRECT PATHWAYS THROUGH ATTENTIONAL FRAGMENTATION AND CONCENTRATION

Abstract: This study conducted a secondary analysis of 410 valid responses from students at FPT Polytechnic in Ho Chi Minh City to clarify the relationship between short-form video consumption (SVC) and academic procrastination (AP) through attentional fragmentation (AF) and academic concentration (AC). PLS-SEM with 5,000 bootstrap resamples showed that SVC was positively associated with AF ($\beta = 0.491$; $p < 0.001$); AF was negatively associated with AC ($\beta = -0.338$; $p < 0.001$) and positively associated with AP ($\beta = 0.318$; $p < 0.001$); and AC was negatively associated with AP ($\beta = -0.299$; $p < 0.001$). When AF and AC were included in the model, the direct path from SVC to AP was no longer statistically significant ($\beta = 0.069$; $p = 0.109$). All four indirect effects were significant, including the sequential pathway SVC $\rightarrow$ AF $\rightarrow$ AC $\rightarrow$ AP ($\beta = 0.050$). Digital self-control (DSC) was associated with higher AC, lower AF, and lower AP. The model explained 48.7% of the variance in AP. The findings indicate that the relationship between SVC and AP is more clearly reflected through attentional mechanisms. Given the cross-sectional and self-reported nature of the data, the findings represent statistical associations rather than evidence of causal relationships.

Keywords: short-form video; attentional fragmentation; academic concentration; academic procrastination; secondary analysis; PLS-SEM

Nhận bài: 14/08/2026

Phản biện: 14/09/2026

Duyệt đăng: 17/09/2026

I. GIỚI THIỆU

Video ngắn có thể dễ dàng xen vào hoạt động học tập, nhưng mối liên hệ giữa mức sử dụng và trì hoãn không nhất thiết là trực tiếp. Mối liên hệ này có thể phản ánh thời gian học bị lấn át, sự phân mảnh chú ý, giảm khả năng duy trì tập trung hoặc xu hướng tìm đến video ngắn của những sinh viên vốn dễ trì hoãn.

Nghiên cứu về đa nhiệm truyền thông cho thấy chuyển đổi giữa các nguồn thông tin có thể liên hệ với khó khăn kiểm soát chú ý và kết quả học tập thấp hơn (Chen & Yan, 2016; May & Elder, 2018). Các nghiên cứu về video ngắn cũng ghi nhận mối liên hệ giữa sử dụng có vấn đề với trì hoãn, lo âu và mức tham gia học tập (Li et al., 2024; Xie et al., 2023). Tuy nhiên, các kết quả này không chứng minh rằng tiêu thụ video ngắn trực tiếp dẫn đến trì hoãn, do đó cần xem xét các cơ chế chú ý trung gian.

Nghiên cứu sử dụng 410 phản hồi hợp lệ của sinh viên FPT Polytechnic, cơ sở Thành phố Hồ Chí Minh, dưới hình thức phân tích thứ cấp. Giá trị của phân tích nằm ở việc phân rã mối liên hệ giữa tiêu thụ video ngắn (SVC), phân mảnh chú ý (AF), tập trung học tập (AC), trì hoãn học tập (AP) và tự kiểm soát số (DSC), thay vì xem đây là một mẫu dữ liệu độc lập mới.

Nghiên cứu đặt ra hai câu hỏi: (1) khi AF và AC được đưa vào mô hình, SVC $\rightarrow$ AP còn có ý nghĩa thống kê hay không; và (2) các tuyến gián tiếp qua AF, AC và chuỗi AF $\rightarrow$ AC đóng vai trò như thế nào? Cách tiếp cận này dựa trên giới hạn của nguồn lực nhận thức (Lang, 2000) và quan điểm xem trì hoãn là vấn đề tự điều chỉnh (Steel, 2007).

II. CƠ SỞ LÝ THUYẾT VÀ GIẢ THUYẾT

2.1. Tiêu thụ video ngắn và phân mảnh chú ý

Theo mô hình giới hạn năng lực xử lý, cá nhân có một lượng nguồn lực hữu hạn để mã hóa, lưu trữ và truy xuất thông tin tại một thời điểm (Lang, 2000). Khi nhiệm vụ học đòi hỏi duy trì mục tiêu, theo dõi nhiều bước hoặc tích hợp thông tin trong thời gian dài, các lần chuyển sang nội dung khác có thể làm quá trình xử lý bị đứt đoạn. Trong nghiên cứu này, AF được hiểu là trạng thái hoặc xu hướng mà mạch chú ý học tập bị chia thành nhiều đoạn do chuyển đổi giữa nhiệm vụ và các kích thích cạnh tranh.

Mối liên hệ giữa đa nhiệm truyền thông và kiểm soát chú ý đã được khảo sát trong nhiều bối cảnh. Ophir et al. (2009) cho thấy người đa nhiệm truyền thông ở mức cao có khác biệt trong một số nhiệm vụ kiểm soát nhận thức; các nghiên cứu sau đó cho kết quả phức tạp hơn và cảnh báo không nên suy rộng quá mức từ một nhóm tác vụ sang toàn bộ khả năng nhận thức (Uncapher & Wagner, 2018). Tuy nhiên, ở cấp hành vi học tập, các tổng quan vẫn cho thấy việc xen hoạt động truyền thông vào nhiệm vụ thường đi kèm nhiều lần chuyển đổi và có thể làm giảm độ liên mạch của quá trình học (May & Elder, 2018). Với video ngắn, mức tiêu thụ cao hơn tạo nhiều cơ hội hơn để người học tiếp xúc với luồng nội dung nhanh và chuyển hướng khỏi nhiệm vụ.

H1: Tiêu thụ video ngắn (SVC) liên hệ thuận với phân mảnh chú ý (AF).

2.2. Phân mảnh chú ý, tập trung học tập và trì hoãn

AF có thể liên hệ với AP theo hai tuyến. Tuyến thứ nhất là trực tiếp: khi nhiệm vụ liên tục bị đứt đoạn, người học mất thời gian tái định hướng và có nhiều điểm mà tại đó họ có thể kéo dài khoảng nghỉ. Tần suất “rời đi - quay lại” cao vì vậy có thể đi cùng sự chậm trễ lớn hơn trong việc tiếp tục hoặc hoàn thành nhiệm vụ. Các nghiên cứu về sử dụng mạng xã hội cho mục đích trì hoãn cũng gợi ý rằng hoạt động số có thể trở thành một lựa chọn thay thế khi người học né tránh nhiệm vụ không thoải mái hoặc khó khăn (Meier et al., 2016).

Tuyến thứ hai đi qua AC. AC trong nghiên cứu này phản ánh khả năng duy trì tập trung vào nhiệm vụ học. Khi AF tăng, người học phải thường xuyên khôi phục mục tiêu và vị trí xử lý, do đó mức tập trung liên tục có thể thấp hơn. Nghiên cứu về thất bại chú ý trong đời sống thường ngày và đa nhiệm truyền thông cung cấp cơ sở cho mối liên hệ này,

dù vẫn cần tránh diễn giải như quan hệ nhân quả cố định ở mọi cá nhân (Ralph et al., 2014). Nếu AC thấp, người học khó tích lũy tiến độ đủ sớm, và nhiệm vụ có thể tiếp tục bị trì hoãn. Điều này phù hợp với quan điểm của Steel (2007) rằng trì hoãn là một biểu hiện thất bại tự điều chỉnh trong đó mục tiêu dài hạn bị nhường chỗ cho phần thưởng gần hoặc lựa chọn ít khó chịu hơn.

H2: Phân mảnh chú ý (AF) liên hệ nghịch với tập trung học tập (AC).

H3: Phân mảnh chú ý (AF) liên hệ thuận với trì hoãn học tập (AP).

H4: Tập trung học tập (AC) liên hệ nghịch với trì hoãn học tập (AP).

2.3. Đường trực tiếp còn lại và vai trò của các hiệu ứng gián tiếp

Một mô hình chỉ gồm SVC và AP không phân biệt được cơ chế. Nếu AF và AC thực sự là các mắt xích quan trọng, hệ số trực tiếp SVC → AP được kỳ vọng giảm khi chúng được đưa vào mô hình. Tuy nhiên, không có cơ sở để giả định trước rằng hệ số này phải bằng 0. SVC vẫn có thể liên hệ với AP qua những cơ chế khác không được đo trong bộ dữ liệu, chẳng hạn chiếm dụng thời gian, thay đổi nhịp nghỉ hoặc mối liên hệ với trạng thái cảm xúc. Vì vậy, phân tích xem xét đồng thời đường trực tiếp và các tuyến gián tiếp thay vì áp đặt một cấu trúc “trung gian hoàn toàn”.

Hai tuyến gián tiếp đặc biệt được quan tâm. Tuyến SVC → AF → AP phản ánh khả năng mức tiêu thụ cao hơn liên hệ với trì hoãn thông qua sự phân mảnh. Tuyến chuỗi SVC → AF → AC → AP mô tả một quá trình dài hơn: tiêu thụ cao hơn đi cùng AF lớn hơn, AF đi cùng AC thấp hơn, và AC thấp hơn đi cùng AP cao hơn. Ngoài ra, vì mô hình dữ liệu có đường SVC → AC, phân tích cũng báo cáo tuyến SVC → AC → AP. Các hiệu ứng này được hiểu là trung gian thông kê trong dữ liệu cắt ngang, không được dùng để khẳng định thứ tự nhân quả theo thời gian.

H5: SVC có các hiệu ứng gián tiếp đến AP qua AF và qua chuỗi AF → AC; đồng thời mô hình kiểm tra đường trực tiếp SVC → AP còn lại sau khi các cơ chế chú ý được đưa vào.

2.4. Tự kiểm soát số như nguồn lực bổ trợ

DSC được giữ trong mô hình như một nguồn lực trực tiếp thay vì đặt trọng tâm vào tương tác điều tiết. Cách xử lý này phù hợp với quan điểm tự điều chỉnh, theo đó người học khác nhau về khả năng duy trì mục tiêu và quản lý hành vi trước các lựa chọn hấp dẫn tức thời (Zimmerman, 2000).

Bằng chứng chung về tự kiểm soát cũng cho thấy mức tự kiểm soát cao thường liên hệ với các kết quả học tập và thích nghi tốt hơn, dù độ lớn của liên hệ phụ thuộc bối cảnh và cách đo (Tangney et al., 2004). Trong mô hình hiện tại, DSC được xem như biến hỗ trợ có liên hệ trực tiếp với AF, AC và AP.

III. PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

3.1. Nguồn dữ liệu và phạm vi phân tích thứ cấp

Phân tích sử dụng 410 phản hồi hợp lệ của sinh viên FPT Polytechnic, cơ sở Thành phố Hồ Chí Minh. Bản thảo xác định rõ đây là phân tích thứ cấp: cỡ mẫu và các cấu trúc đã tồn tại trong bộ dữ liệu gốc, còn câu hỏi hiện tại tập trung vào việc phân rã đường liên hệ SVC $\rightarrow$ AP. Vì vậy, 410 trường hợp không được mô tả như một mẫu mới được thu thập riêng cho bài viết này. Cách trình bày này giúp giữ ranh giới giữa giá trị của một câu hỏi phân tích mới và giá trị của một đợt thu thập dữ liệu mới.

3.2. Đo lường

Mô hình gồm năm cấu trúc. SVC được đo bằng 5 chỉ báo; AF, AC và DSC mỗi cấu trúc gồm 4 chỉ báo; AP gồm 5 chỉ báo. Tất cả các biến quan sát sử dụng thang Likert 5 mức, trong đó điểm cao phản ánh mức cao hơn của cấu trúc tương ứng. Phân tích thứ cấp giữ nguyên cấu trúc thang đo của bộ dữ liệu, không thay đổi số chỉ báo hoặc tái mã hóa khái niệm để phù hợp với kết quả mong đợi.

3.3. Chiến lược phân tích

Mô hình đo lường được đánh giá qua tải ngoài, Cronbach's alpha, composite reliability (CR), average variance extracted (AVE) và giá trị phân

biệt. Đa cộng tuyến được xem xét bằng VIF. Mô hình cấu trúc được ước lượng bằng PLS-SEM; suy luận về hệ số sử dụng bootstrap 5.000 mẫu lặp. Các đường trọng tâm gồm SVC $\rightarrow$ AF, AF $\rightarrow$ AC, AF $\rightarrow$ AP, AC $\rightarrow$ AP, SVC $\rightarrow$ AP và SVC $\rightarrow$ AC. Bốn hiệu ứng gián tiếp được báo cáo riêng. DSC được giữ trong mô hình với các đường trực tiếp đến AF, AC và AP. Theo hướng dẫn báo cáo PLS-SEM, các chỉ số phù hợp như SRMR và NFI được xem là thông tin bổ trợ, không được dùng đơn lẻ để kết luận mô hình đúng hay sai (Hair et al., 2022).

IV. KẾT QUẢ

4.1. Mô hình đo lường

Các thang đo đạt mức độ tin cậy và giá trị hội tụ phù hợp với các ngưỡng thường dùng trong PLS-SEM. Cronbach's alpha dao động từ 0,846 đến 0,902; CR từ 0,897 đến 0,927; AVE từ 0,685 đến 0,719. Tải ngoài của các chỉ báo nằm trong khoảng 0,796-0,869. HTMT cao nhất dưới 0,85, còn VIF nằm trong khoảng 1,00-1,70. Các kết quả này cho thấy trong bộ dữ liệu hiện tại, các thang đo có độ nhất quán nội tại tốt và không có dấu hiệu đa cộng tuyến cao ở mức báo cáo.

Kiểm tra một nhân tố Harman cho thấy nhân tố đầu tiên giải thích 40,5% phương sai. Chỉ số này được xem như một kiểm tra chẩn đoán sơ bộ, không phải bằng chứng đủ để loại trừ sai lệch phương pháp chung. SRMR = 0,057 và NFI = 0,921 được báo cáo như các chỉ báo hỗ trợ của mô hình. Việc diễn giải vẫn dựa chủ yếu vào chất lượng đo lường, các hệ số đường dẫn, độ không chắc chắn từ bootstrap và tính hợp lý của đặc tả mô hình.

Bảng 1. Độ tin cậy và giá trị hội tụ

Cấu trúc	Số biến	Alpha	CR	AVE	Tải ngoài
SVC	5	0,894	0,922	0,703	0,813-0,864
AF	4	0,846	0,897	0,685	0,796-0,862
AC	4	0,869	0,911	0,719	0,828-0,867
AP	5	0,902	0,927	0,719	0,827-0,869
DSC	4	0,862	0,906	0,707	0,806-0,853

Bảng 2. Các đường dẫn trực tiếp trọng tâm

Quan hệ	β	t	p	Diễn giải
SVC $\rightarrow$ AF	0,491	12,21	<0,001	Có ý nghĩa
AF $\rightarrow$ AC	-0,338	7,19	<0,001	Có ý nghĩa
AF $\rightarrow$ AP	0,318	7,30	<0,001	Có ý nghĩa
AC $\rightarrow$ AP	-0,299	6,53	<0,001	Có ý nghĩa
SVC $\rightarrow$ AP	0,069	1,60	0,109	Không có ý nghĩa
SVC $\rightarrow$ AC	-0,252	5,62	<0,001	Có ý nghĩa

Bảng 3. Hiệu ứng gián tiếp

Tuyến gián tiếp	β	Kết luận
SVC -> AF -> AC	-0,166	Có ý nghĩa
SVC -> AF -> AP	0,156	Có ý nghĩa
SVC -> AC -> AP	0,076	Có ý nghĩa
SVC -> AF -> AC -> AP	0,050	Có ý nghĩa

4.2. Các đường dẫn trực tiếp

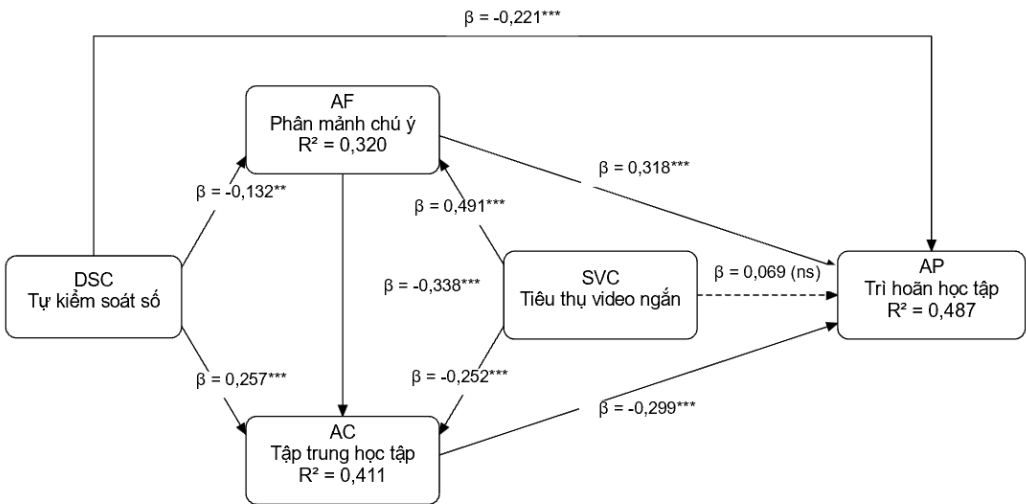
SVC liên hệ thuận với AF ($\beta = 0,491$; $t = 12,21$; $p < 0,001$), cho thấy sinh viên có mức tiêu thụ video ngắn cao hơn trong bộ dữ liệu cũng có mức phân mảnh chú ý cao hơn sau khi tính đến cấu trúc mô hình. AF liên hệ nghịch với AC ($\beta = -0,338$; $t = 7,19$; $p < 0,001$) và thuận với AP ($\beta = 0,318$; $t = 7,30$; $p < 0,001$). AC liên hệ nghịch với AP ($\beta = -0,299$; $t = 6,53$; $p < 0,001$). Bốn đường này có ý nghĩa thống kê và phù hợp với H1-H4.

Đáng chú ý, đường trực tiếp SVC -> AP không có ý nghĩa thống kê sau khi AF và AC được đưa vào mô hình ($\beta = 0,069$; $t = 1,60$; $p = 0,109$). SVC vẫn liên hệ trực tiếp với AC theo chiều âm ($\beta = -0,252$; $t = 5,62$; $p < 0,001$). Kết quả này không nên được đọc như bằng chứng rằng SVC “không liên quan” đến AP; nó cho thấy phần liên hệ trực tiếp còn lại nhỏ và không đạt ý nghĩa trong đặc tả hiện tại, trong khi các tuyến qua biến chú ý vẫn tồn tại.

4.3. Hiệu ứng gián tiếp và phương sai giải thích

Bốn hiệu ứng gián tiếp được báo cáo đều có khoảng tin cậy bootstrap không chứa 0. SVC liên hệ với AC thấp hơn qua AF ($\beta = -0,166$); liên hệ với AP cao hơn qua AF ($\beta = 0,156$); liên hệ với AP cao hơn qua tuyến SVC -> AC -> AP ($\beta = 0,076$); và liên hệ với AP cao hơn qua chuỗi SVC -> AF -> AC -> AP ($\beta = 0,050$). Chuỗi ba bước có hệ số nhỏ hơn tuyến SVC -> AF -> AP, nhưng vẫn có ý nghĩa, cho thấy AF có thể liên hệ với AP cả trực tiếp và thông qua mức AC thấp hơn.

Mô hình giải thích 32,0% phương sai AF, 41,1% phương sai AC và 48,7% phương sai AP. DSC liên hệ với AF thấp hơn ($\beta = -0,132$; $p = 0,002$), AC cao hơn ($\beta = 0,257$; $p < 0,001$) và AP thấp hơn ($\beta = -0,221$; $p < 0,001$). Các đường DSC đi theo hướng phù hợp với cách xem tự kiểm soát số như một nguồn lực bảo vệ trực tiếp. Tuy nhiên, vì bài viết không tập trung vào tương tác điều tiết, các kết quả này được dùng để bổ sung cách hiểu về mô hình thay vì làm thay đổi câu hỏi trung tâm.



Hình 1. Kết quả mô hình cấu trúc về video ngắn, cơ chế chú ý và trì hoãn học tập

Ghi chú: $^{**} p < 0,01$; $^{***} p < 0,001$; ns = không có ý nghĩa thống kê. R^2 được ghi trong các biến nội sinh.

V. THẢO LUẬN

5.1. Mỗi liên hệ SVC - AP qua cơ chế chú ý

Khi AF và AC được đưa vào mô hình, đường trực tiếp SVC -> AP không còn ý nghĩa thống kê, trong khi các hiệu ứng gián tiếp vẫn có ý nghĩa.

Trong mẫu 410 sinh viên, kết quả cho thấy SVC liên hệ với trì hoãn rõ hơn thông qua phân mảnh chú ý và mức tập trung thấp hơn, thay vì chỉ qua cường độ sử dụng.

5.2. Hai vai trò của phân mảnh chú ý

AF vừa liên hệ trực tiếp với AP vừa liên hệ với AC thấp hơn. Chuỗi SVC $\rightarrow$ AF $\rightarrow$ AC $\rightarrow$ AP ($\beta = 0,050$) nhỏ hơn tuyến SVC $\rightarrow$ AF $\rightarrow$ AP ($\beta = 0,156$) nhưng vẫn bổ sung một cơ chế liên hệ thông qua khả năng duy trì tập trung.

SVC cũng liên hệ trực tiếp âm với AC ($\beta = -0,252$), cho thấy AF không giải thích toàn bộ mối liên hệ giữa SVC và tập trung. Các yếu tố như phân bổ thời gian, mệt mỏi hoặc thói quen chuyển nhiệm vụ có thể góp phần giải thích phần còn lại. Tuy nhiên, thiết kế cắt ngang không cho phép kết luận SVC làm giảm AC.

5.3. Vai trò của tự kiểm soát số

DSC liên hệ với AF thấp hơn, AC cao hơn và AP thấp hơn, phù hợp với cách tiếp cận tự điều chỉnh. Tuy nhiên, DSC là biến tự báo cáo và có thể phản ánh cả năng lực cá nhân lẫn cách tổ chức môi trường, nên không thể xem đây là bằng chứng rằng tự kiểm soát có thể khắc phục tác động của video ngắn.

5.4. Đóng góp của phân tích thứ cấp

Phân tích làm rõ sự khác biệt giữa mức tiếp xúc video ngắn và quá trình chú ý. Khi AF và AC được đưa vào mô hình, liên hệ trực tiếp còn lại giữa SVC và AP không có ý nghĩa thống kê. Kết quả gợi ý các nghiên cứu sau nên đo cách video ngắn xen vào phiên học thay vì chỉ sử dụng tổng thời lượng hằng ngày.

VI. HÀM Ý GIÁO DỤC

Thay vì chỉ khuyến nghị giảm thời gian màn hình, các chương trình hỗ trợ có thể tập trung vào giảm số lần rời nhiệm vụ và duy trì mạch học. Các chiến lược cần được kiểm định gồm gom hoặc tắt thông báo, để điện thoại ngoài tầm, tổ chức thời gian học thành các khối có điểm nghỉ và ghi lại

bước tiếp theo trước khi nghỉ. Dữ liệu hiện tại chưa chứng minh hiệu quả của các biện pháp này mà chỉ cung cấp cơ sở để kiểm định chúng.

VII. HẠN CHẾ VÀ HƯỚNG NGHIÊN CỨU TIẾP THEO

Nghiên cứu có bốn hạn chế chính: (1) dữ liệu cắt ngang không xác định được chiều thời gian giữa SVC, AF, AC và AP; (2) các biến tự báo cáo có nguy cơ sai lệch phương pháp chung và kết quả Harman 40,5% không đủ để loại trừ vấn đề này; (3) mẫu từ một cơ sở FPT Polytechnic tại Thành phố Hồ Chí Minh hạn chế khả năng khái quát; và (4) đây là phân tích thứ cấp, nên tính mới nằm ở câu hỏi và đặc tả phân tích chứ không phải dữ liệu mới.

Nghiên cứu tiếp theo nên kết hợp log thiết bị, nhật ký trải nghiệm và thiết kế dọc để kiểm tra chuỗi SVC $\rightarrow$ AF $\rightarrow$ AC $\rightarrow$ AP; đồng thời đo trực tiếp số lần gián đoạn và thời gian tái nhập nhiệm vụ. Thiết kế thực nghiệm so sánh phiên học có và không có gián đoạn cũng có thể giúp tách ảnh hưởng của tần suất chuyển đổi khỏi tổng thời lượng sử dụng.

VIII. KẾT LUẬN

Trong mẫu 410 sinh viên, SVC liên hệ với AP chủ yếu qua các tuyến có AF và AC hơn là qua một đường trực tiếp còn lại có ý nghĩa thống kê. AF vừa liên hệ trực tiếp với AP vừa liên hệ với AC thấp hơn, trong khi DSC đi cùng AF thấp hơn, AC cao hơn và AP thấp hơn. Kết quả định vị cơ chế chú ý như một phân trung tâm cần được đo kỹ hơn trong nghiên cứu về video ngắn và học tập. Do giới hạn của dữ liệu cắt ngang, kết luận phù hợp nhất là về cấu trúc liên hệ; việc xác lập cơ chế nhân quả cần các thiết kế theo thời gian và dữ liệu hành vi.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- Chen, Q., & Yan, Z. (2016). Does multitasking with mobile phones affect learning? A review. *Computers in Human Behavior*, 54, 34-42. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.07.047>
- Hair, J. F., Hult, G. T. M., Ringle, C. M., & Sarstedt, M. (2022). *A primer on partial least squares structural equation modeling (PLS-SEM)* (3rd ed.). SAGE.
- Lang, A. (2000). The limited capacity model of mediated message processing. *Journal of Communication*, 50(1), 46-70. <https://doi.org/10.1111/j.1460-2466.2000.tb02833.x>
- Li, G., Geng, Y., & Wu, T. (2024). Effects of short-form video app addiction on academic anxiety and academic engagement: The mediating role of mindfulness. *Frontiers in Psychology*, 15, 1428813. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1428813>
- May, K. E., & Elder, A. D. (2018). Efficient, helpful, or distracting? A literature review of media multitasking in relation to academic performance. *International Journal of Educational Technology in Higher Education*, 15, 13. <https://doi.org/10.1186/s41239-018-0096-z>
- Meier, A., Reinecke, L., & Meltzer, C. E. (2016). Facebookrastination? Predictors of using Facebook for procrastination and its effects on students' well-being. *Computers in Human Behavior*, 64, 65-76. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.06.011>
- Ophir, E., Nass, C., & Wagner, A. D. (2009). Cognitive control in media multitaskers. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 106(37), 15583-15587. <https://doi.org/10.1073/pnas.0903620106>
- Ralph, B. C. W., Thomson, D. R., Cheyne, J. A., & Smilek, D. (2014). Media multitasking and failures of attention in everyday life. *Psychological Research*, 78, 661-669. <https://doi.org/10.1007/s00426-013-0523-7>
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65-94. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.65>
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality*, 72(2), 271-324. <https://doi.org/10.1111/j.0022-3506.2004.00263.x>
- Uncapher, M. R., & Wagner, A. D. (2018). Minds and brains of media multitaskers: Current findings and future directions. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 115(40), 9889-9896. <https://doi.org/10.1073/pnas.1611612115>
- Xie, J., Xu, X., Zhang, Y., Tan, Y., Wu, D., Shi, M., & Huang, H. (2023). The effect of short-form video addiction on undergraduates' academic procrastination: A moderated mediation model. *Frontiers in Psychology*, 14, 1298361. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1298361>
- Zimmerman, B. J. (2000). Attaining self-regulation: A social cognitive perspective. In M. Boekaerts, P. R. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of self-regulation* (pp. 13-39). Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-012109890-2/50031-7>