

SỬ DỤNG MẠNG XÃ HỘI TRONG SINH VIÊN VIỆT NAM

TRẦN THỊ MINH ĐỨC *

BÙI THỊ HỒNG THÁI **

Tóm tắt: Hiện nay, mạng xã hội (MXH) đang phát triển mạnh ở Việt Nam. Trong đó, những người sử dụng chủ yếu là thanh thiếu niên và sinh viên. Bài viết trình bày một số kết quả về: 1/ Thực trạng sử dụng MXH trong sinh viên, 2/ Bảo mật thông tin trên MXH, 3/ Nhu cầu sử dụng MXH và 4/ Những áp lực sinh viên (SV) có thể gặp phải khi sử dụng MXH. Từ số liệu điều tra bằng bảng hỏi trên 4.205 sinh viên có sử dụng MXH ở 6 thành phố lớn, các tác giả đã chỉ ra: trong các MXH sinh viên thường dùng thì Facebook được sử dụng nhiều nhất (chiếm 86,6%), với thời gian sử dụng trải dài từ 1 giờ đến dưới 5 giờ/ngày. Sinh viên sử dụng mạng xã hội chủ yếu cho nhu cầu tương tác và giải trí, mặc dù mức độ chịu áp lực từ việc sử dụng mạng xã hội ở sinh viên chưa đáng báo động, nhưng khi sinh viên càng có nhu cầu sử dụng mạng xã hội cao thì họ càng dễ có nguy cơ chịu áp lực từ MXH.

Từ khóa: Mạng xã hội; sinh viên; bảo mật; nhu cầu; áp lực.

1. Đặt vấn đề

Ở Việt Nam, những năm gần đây, các mạng xã hội phát triển mạnh và thu hút một lượng lớn người sử dụng, chủ yếu là thanh thiếu niên và sinh viên. Mạng xã hội tạo ra một hệ thống kết nối các thành viên cùng sở thích với nhiều mục đích khác nhau, không phân biệt không gian và thời gian với những tính năng như kết bạn, chat, e-mail, phim ảnh, voice chat dựa trên nền Internet. Nghiên cứu về MXH tại Việt Nam chưa nhiều và gần như chưa có nghiên cứu về MXH với SV ở quy mô lớn.

Để tìm hiểu về việc sử dụng mạng xã hội trong SV Việt Nam, chúng tôi đã tiến hành phương pháp điều tra bằng

bảng hỏi trên 4.247 SV từ năm thứ nhất tới năm thứ 4 với tuổi trung bình là 20,42 (trong đó, nam: 1.791 người - chiếm 43,2% và nữ là 2.359 người - chiếm 56,8%) ở 6 thành phố lớn là Hà Nội, Hải Phòng, Vinh, Huế, Đà Nẵng và thành phố Hồ Chí Minh. Trong khuôn khổ bài báo này, chúng tôi chỉ trình bày một số kết quả về: 1/ Thực trạng sử dụng MXH trong SV, 2/ Bảo mật thông tin trên MXH, 3/ Nhu cầu sử dụng MXH và 4/ Những áp lực SV có thể gặp phải khi sử dụng MXH.

(*) Giáo sư, tiến sĩ, Trường Đại học Khoa học Xã hội và Nhân văn, Đại học Quốc gia Hà Nội.

(**) Tiến sĩ, Trường Đại học Khoa học Xã hội và Nhân văn, Đại học Quốc gia Hà Nội.

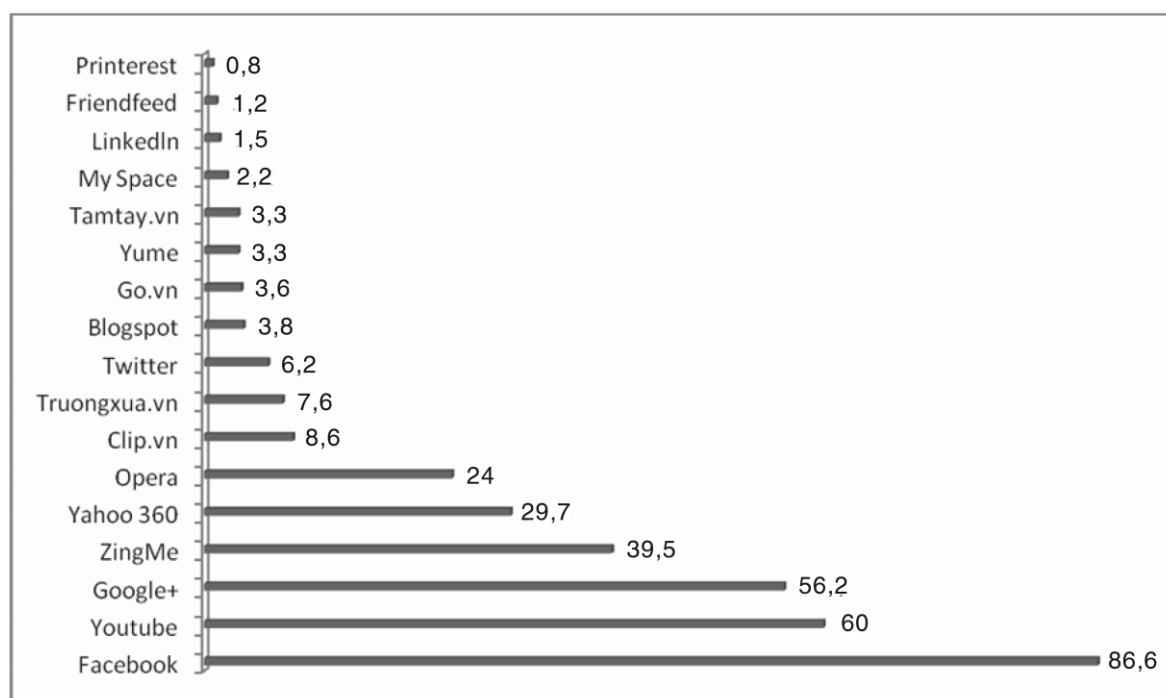
Các số liệu điều tra được xử lý và phân tích bằng phần mềm SPSS 16.0. Đối với phần thực trạng sử dụng và vấn đề bảo mật thông tin trên MXH của SV, phương pháp xử lý số liệu tập trung vào các phép toán thống kê mô tả (tính điểm trung bình, chỉ số phần trăm của các phương án lựa chọn và tương quan chéo). Chúng tôi sử dụng phân tích thống kê suy luận (phân tích tương quan nhị biến) khi xem xét số liệu về nhu cầu và áp lực sử dụng mạng xã hội. Ở 2 phần này, chúng tôi sử dụng thang Likert 4 bậc. Điểm trung bình của các item hoặc các biến cho thấy có tương quan thuận giữa các nhu cầu sử dụng MXH hoặc các áp lực sử dụng MXH khi so sánh với nhau. Nghiên cứu dùng phép

phân tích nhân tố cho hai thang đo này nhằm tìm ra các nhóm nhu cầu và các nhóm áp lực. Dựa vào điểm trung bình chung và độ lệch chuẩn chung của toàn thang đo, chúng tôi xác định được 3 mức xếp hạng là thấp, trung bình và cao khi phân tích các nhóm nhu cầu và các nhóm áp lực đối với việc sử dụng MXH trong SV.

2. Thực trạng sử dụng mạng xã hội trong sinh viên

Kết quả điều tra mức độ sử dụng MXH trong SV cho thấy trong tổng số 4.247 SV được khảo sát, có đến 4.205 SV (chiếm 99%) có sử dụng MXH. Như vậy, việc sử dụng MXH trong SV hiện nay là phổ biến. Vậy MXH nào được SV sử dụng nhiều nhất?

Biểu đồ 1: Các mạng xã hội được sinh viên sử dụng (%)



Biểu đồ 1 cho thấy Facebook hiện đang là MXH được ưa dùng nhất trong SV - chiếm 86,6%. Không chỉ được ưa dùng ở Việt Nam mà trên toàn thế giới, Facebook đang được xếp thứ nhất trong số 11 MXH lớn⁽¹⁾. Do Facebook có tính tương tác cao, kho lưu trữ ứng dụng lớn, đa ngôn ngữ và phát triển sớm trên mạng di động nên mức độ sử dụng của Facebook đối với SV là rất cao. Sự ưa chuộng MXH này trong SV được chúng tôi ghi nhận qua ý kiến của một người sử dụng MXH có tên Heliter: “Ở Việt Nam, mọi người dùng đều dùng Facebook. Còn ở nước ngoài thì người ta dùng Facebook, Twitter, Google+ và một số MXH khác. Nếu như bạn có nhiều bạn bè dùng Facebook thì tốt nhất là nên đăng ký Facebook. Vì đa số dân Việt Nam đều dùng Facebook, số người dùng Twitter rất ít”⁽²⁾.

Xếp ở vị trí thứ hai trong nghiên cứu này là Youtube, với 60% SV sử dụng. Theo ý kiến của nhiều SV, Youtube có ưu điểm là tính tiện dụng trong việc chia sẻ các video trực tuyến với những hình ảnh, âm thanh và chuyển động của nội dung các video tạo ra tác động trực quan tới mặt cảm xúc của người dùng. Youtube có khả năng chứa đựng số lượng video lớn với đầy đủ các chương trình truyền hình, video và phim ảnh do chính các thành viên chia sẻ. Vì vậy, những SV tham gia cộng đồng mạng này không chỉ giải trí bằng các bộ phim, bài hát mà còn có thể học hỏi được các

chủ đề đa dạng như lịch sử, ngoại ngữ hay các kỹ năng sống, cách lựa chọn trang phục, kiểu tóc v.v..

Google+ xếp hạng ở vị trí thứ 3 trong số các MXH được SV Việt Nam ưa dùng với tỉ lệ 56,2%. Các SV Việt Nam, do yêu cầu của hoạt động học tập, nên cần phải lập thư điện tử (gmail) để liên lạc với giảng viên, các thành viên trong các nhóm học tập, bạn bè v.v.. Tài khoản Google của họ được mặc định là một tài khoản của MXH Google+, ngay cả khi họ không bao giờ đăng nhập vào nó.⁽¹⁾

Xem xét *những khó khăn thường gặp phải khi sử dụng MXH*, kết quả khảo sát cho thấy: chỉ có 24,5% SV cho rằng họ có gặp khó khăn khi sử dụng MXH. Trong đó, hai khó khăn lớn nhất mà SV gặp phải là *sự hạn chế về ngoại ngữ* (chiếm 39,6%) và *không nắm vững chức năng của MXH* (chiếm 22,2%). Ngoài ra, những khó khăn khác cũng được sinh viên nhắc tới, đó là: *sử dụng MXH chưa thuần thục* (chiếm 16,1%) và *SV cảm thấy lúng túng trước một lượng thông tin lớn trên mạng* (chiếm 13,8%). Một số cản trở nhỏ khác (trong tổng số 9,9%) được SV nêu ra về phía khách quan như *mạng yếu, mạng bị chặn* và khó khăn chủ quan là *thiếu thời gian và không*

⁽¹⁾ <http://kenh14.vn/2-tek/11-website-khung-nhat-the-gioi-20130207114344885.chn,11-website-khung-nhat-the-gioi>, truy cập ngày 07/02/2013.

⁽²⁾

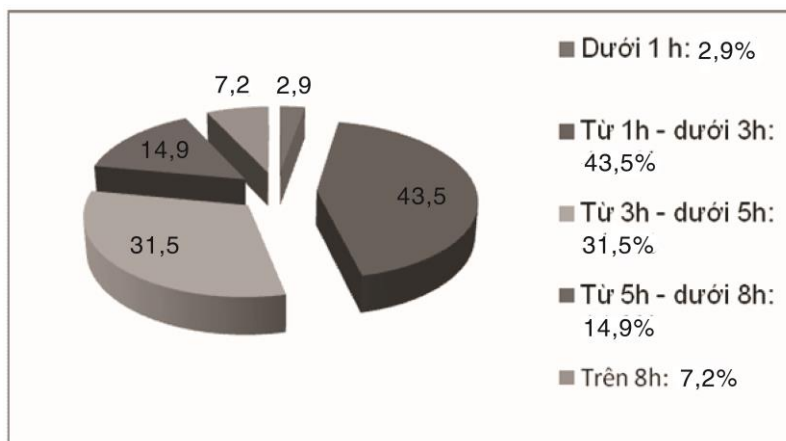
<http://vn.answers.yahoo.com/question/index?qid=20130916210120AAs5G6Y>.

làm chủ được thời gian để vào MXH.

Nghiên cứu cũng đề cập đến khía cạnh thời gian SV dành ra mỗi ngày để

truy cập MXH. Kết quả về thời gian sử dụng MXH trong ngày của SV được trình bày ở biểu đồ 2.

Biểu đồ 2: Số giờ sử dụng mạng xã hội trong ngày (%)



Biểu đồ 2 cho thấy tỉ lệ SV thường sử dụng MXH 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%). Đáng lưu ý là: có 7,2% SV cho biết họ thường bỏ ra trên 8 giờ/ngày để vào MXH. Lượng thời gian này là đáng báo động về một trong những dấu hiệu cho thấy nguy cơ nghiện MXH trong SV.

Theo nghiên cứu của Tiffany A và cộng sự (2009), SV đại học Hoa Kỳ sử dụng Facebook trung bình từ 10 đến 30 phút mỗi ngày⁽³⁾. Trong nghiên cứu của chúng tôi, kết quả cho thấy có đến trên 50% SV sử dụng MXH nhiều hơn 3 giờ mỗi ngày. Khi các nhu cầu của giới trẻ không được đáp ứng một cách toàn diện thì việc ngồi nhiều thời gian trên MXH để họ học tập, tán gẫu, giải trí, tìm cảm giác mạnh thông qua các trò chơi điện tử là điều dễ hiểu. Mặc dù vậy, hiệu quả của việc đáp ứng các nhu cầu đã chiếm

nhiều thời gian từ một môi trường ảo đang gây nhiều ồn ào, bàn tán là điều đáng để quan tâm nghiên cứu.

Xem xét số lượng bạn bè trên MXH, chúng tôi đã dựa vào “con số Dunbar”⁽⁴⁾

⁽³⁾ Tiffany A. Pempek, Yevdokiya A. Yermolayeva, Sandra L. Calvert (2009), “College students' social networking experiences on Facebook”, *Journal of Applied Developmental Psychology*, 30, 227 - 238.

⁽⁴⁾ Số Dunbar là một giới hạn về số lượng người mà một cá nhân có thể duy trì các mối quan hệ xã hội ổn định. Đây là những mối quan hệ trong đó một cá nhân biết người mỗi người là như thế nào và mỗi người liên quan đến tất cả mọi người khác. Con số này lần đầu tiên được đề xuất bởi nhà nhân chủng học người Anh Robin Dunbar (1992), người đã tìm thấy một mối tương quan giữa kích thước não động vật linh trưởng và kích thước nhóm xã hội trung bình. Dựa vào kích thước bộ não trung bình của con người và ngoại suy từ kết quả nghiên cứu trên các loài linh trưởng, ông đề xuất rằng con người chỉ có thể thoải mái duy trì mối quan hệ ổn định trong mức 150 người.

để phân chia các khoảng số lượng bạn bè mà một SV duy trì trên trang cá nhân của mình. Theo đó có các mức: dưới 150 bạn (mức trung bình); từ 150 đến dưới 300 bạn (khá nhiều bạn); từ 300 đến dưới 500 bạn (nhiều bạn); trên 500 bạn (quá nhiều bạn). Kết quả nghiên cứu cho thấy: mức dưới 150 bạn chiếm 35,4%, tiếp đó mức trên 500 bạn chiếm 23,6%, mức từ 150 bạn đến dưới 300 bạn chiếm 23% và từ 300 bạn đến dưới 500 bạn chiếm 18%. Theo con số Dunbar, đa phần SV được nghiên cứu duy trì lượng bạn ở mức thông thường (150 bạn), giống như số lượng mối quan hệ lý tưởng có thể duy trì trong đời thực. Tuy nhiên, có một tỉ lệ khá lớn SV duy trì mức bạn lên tới trên 500 bạn. Ở mức trên 500 bạn, có SV thông báo có đến 3.000 bạn, thậm chí 5.000 bạn. Kết quả này cho thấy, trong khi một bộ phận lớn SV xây dựng mạng lưới quan hệ trong thế giới “ảo” có sự gắn kết với thế giới “thực” thì một bộ phận khác dường như muốn “phóng đại” các quan hệ trong thế giới “ảo”. Thực tế với số lượng bạn trên MXH đông đến trên 500 bạn và thậm chí lên đến vài nghìn bạn thì chỉ có thể tồn tại dạng bạn với số lần họ “like” cho nhau mà thôi. Trong khi đó, một nghiên cứu (được dẫn từ Psychology Today) đã chỉ ra số lượng bạn bè lý tưởng trên Facebook là 302 - con số này đủ để người dùng không cảm thấy cô đơn hay

quá lệ thuộc vào người khác⁽⁵⁾.

Tìm hiểu *mối quan hệ giữa giới tính của SV và số lượng bạn trên MXH* của họ, kiểm định Chi-square cho thấy có tồn tại mối quan hệ có ý nghĩa giữa hai biến số này với giá trị $X^2_{(3)} = 49.467$, $p < 0.001$. Kết quả cụ thể cho thấy hầu như nữ SV có số lượng bạn trên mạng nhiều hơn so với nam SV. Tuy nhiên ở mức trên 500 bạn, nam SV lại có số bạn lớn hơn nữ SV.⁽⁵⁾

Xem xét *số lượng bạn SV thường xuyên trao đổi trên MXH*, kết quả ghi nhận rằng: 46,3% SV thường xuyên trao đổi với dưới 25 bạn, 32% SV thường xuyên trao đổi với từ 25 bạn đến dưới 100 bạn và 21,7% SV thường xuyên trao đổi với trên 100 bạn trên MXH. Có mối liên hệ có ý nghĩa giữa số bạn SV có và số bạn họ thường xuyên trao đổi trên MXH với giá trị $X^2_{(6)} = 1.244.908$, $p < 0.001$. Theo đó, những SV có dưới 150 bạn tập trung nhiều nhất ở nhóm thường xuyên liên lạc với dưới 25 bạn còn những SV có trên 500 bạn lại tập trung đông nhất ở nhóm thường xuyên trao đổi với trên 100 bạn. Kết quả này cho thấy xu hướng càng có nhiều bạn trên MXH, SV càng thường xuyên trao đổi với nhiều bạn bè hơn.

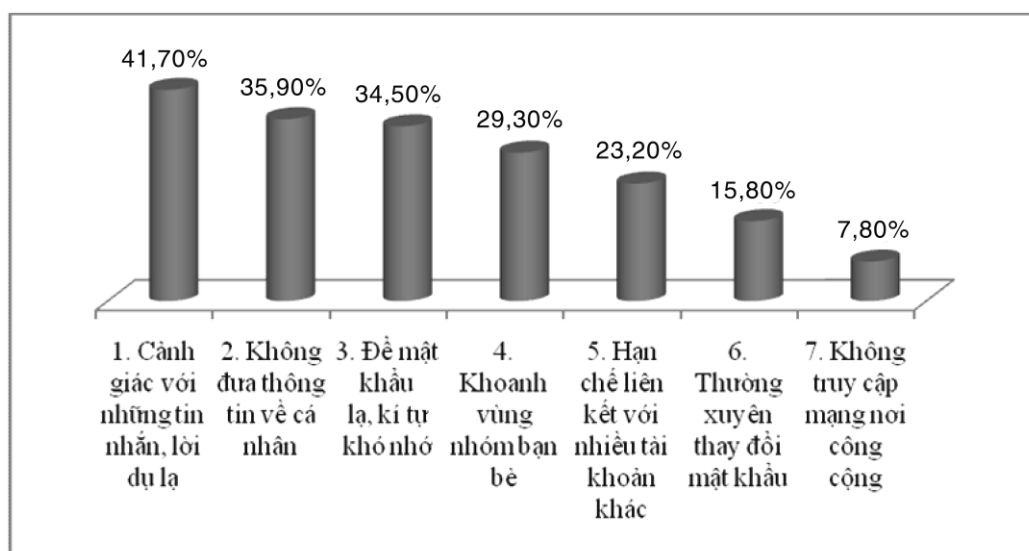
⁽⁵⁾ Uyên Huỳnh (Dịch từ Psychology Today), Có quá nhiều bạn trên Facebook? Bao nhiêu là đủ? <http://vietpsy.com/2013/06/09/qua-nhieu-ban-be-tren-facebook/>, Truy cập ngày 23 tháng 7 năm 2013.

3. Bảo mật thông tin cá nhân trên mạng xã hội của sinh viên

Theo Boyd Danah (2007), bảo mật thông tin trên MXH được hiểu là một cá nhân có những thông tin quan trọng mà người khác không thể biết, thông tin đó có thể là những thông tin cá nhân như tên, địa chỉ liên lạc, chứng minh thư hoặc những thông tin khác nếu cá nhân cho đó là những thông tin riêng tư⁽⁶⁾. Bảo mật thông tin trên MXH

thường gắn liền với sự riêng tư của cá nhân và nó rất khác nhau giữa cá nhân này với cá nhân khác. Những thông tin riêng tư này được giới hạn trong những cách thức, kỹ thuật bảo mật của cá nhân. Trong phần này, chúng tôi tìm hiểu SV bảo vệ thông tin riêng tư của mình trên mạng xã hội như thế nào? Đồng thời làm rõ nhận thức của SV về những thông tin mà theo họ cần phải bảo mật.

Biểu đồ 3: Cách thức bảo vệ thông tin của sinh viên (%)



Số liệu khảo sát cho thấy có đến 81,8% SV cho rằng mình đã bảo mật thông tin của mình trên MXH, chỉ có 18,2% SV không quan tâm đến chuyện này. Tuy nhiên, cách thức họ bảo mật thông tin của mình thể hiện như thế nào là điều đáng được làm rõ. Trong 7 cách thức bảo mật mà nghiên cứu đưa ra, biểu đồ 3 cho thấy: SV thường sử dụng

nhiều hơn cả là cách thức “*Cảnh giác với những tin nhắn, lời dụ dỗ*” (chiếm

⁽⁶⁾ Danah Boyd (2007), “Why Youth (Heart) Social Network Sites: The Role of Networked Publics in Teenage Social Life.” *MacArthur Foundation Series on Digital Learning - Youth, Identity, and Digital Media Volume* (ed. David Buckingham). Cambridge, MA: MIT Press, <http://www.danah.org/papers/WhyYouthHeart.pdf>.

41,7%), “Không đưa thông tin về cá nhân” (chiếm 35,9%) và “Để mật khẩu, kí tự lạ khó nhớ” (chiếm 34,5%). Trong khi đó, những cách thức mà SV ít sử dụng nhất có liên quan đến việc “Thường xuyên thay đổi mật khẩu” (chiếm 15,8%) và “Không truy cập mạng nơi công cộng” (chiếm 7,8%).

Kết quả xác định mức độ bảo mật thông tin cá nhân trên MXH theo 7 hình thức (biểu đồ 3) cho thấy: trong tổng số 3.432 SV (chiếm 81,8%) có bảo mật thông tin, có 73,2% SV giữ bí mật thông tin cá nhân đạt ở mức độ thấp (chỉ có từ 1 đến 2 cách thức bảo mật), SV bảo mật thông tin ở mức độ trung bình chiếm 23,6% (có từ 3 đến 5 cách thức bảo mật) và số SV bảo mật thông tin ở mức độ cao chỉ chiếm 3,2% (có từ 6 đến 7 cách thức bảo mật). Kết quả này cho thấy SV Việt Nam trong nghiên cứu này còn khá chủ quan khi chia sẻ các thông tin của mình trên mạng. Đây chính là nguy cơ của sự bắt nạt, lừa gạt, quấy rối tình dục, v.v. trên MXH. Thực tế là, khi một người chia sẻ thông tin cá nhân lên MXH thì cũng có nghĩa người đó đang chia sẻ thông tin với mọi người trên thế giới. Những thông tin riêng tư và nhạy cảm sẽ có nguy cơ trở thành những phiền phức sau này. Vì vậy, bảo mật thông tin là thực sự cần thiết đối với sinh viên sử dụng MXH.

Xem xét *quan điểm của SV về những*

nội dung thông tin không nên đăng tải trên MXH, kết quả như sau: về *chính trị* chiếm 40,6%, về *các mối quan hệ cá nhân* chiếm 39,9%, về *tôn giáo* chiếm 29% về *kế hoạch dự định cá nhân* chiếm 24%, về *Tình yêu* chiếm 17,3% và *gia đình* chiếm 7,1%, về *công việc/học tập* chiếm 11,8% và *hoạt động giải trí* chiếm 5,9%. Như vậy, có thể thấy, SV trong nghiên cứu này dường như thận trọng với những chia sẻ thể hiện quan điểm, niềm tin cá nhân nhiều hơn là những chia sẻ liên quan đến các hoạt động thường nhật của mình.

4. Nhu cầu sử dụng mạng xã hội của sinh viên

Nghiên cứu việc sử dụng MXH của bất cứ nhóm người nào, các tác giả trên thế giới đều tập trung xác định những nhu cầu của người sử dụng khi tham gia vào MXH. Kiểm định độ tin cậy của toàn thang đo về nhu cầu sử dụng MXH của SV cho kết quả α Cronbach = 0,826 (cho thấy thang đo có độ tin cậy đảm bảo). Sau khi tiến hành phân tích nhân tố để cấu trúc lại số liệu định lượng của thang đo từ 20 nhu cầu bằng phương pháp Varimax, chúng tôi thu được 5 nhóm nhu cầu về sử dụng MXH (giải thích 54,074% sự biến thiên của biến) có tên tương ứng với các nội dung như sau:

1/ *Nhóm nhu cầu chia sẻ* ($\alpha = 0,702$), bao gồm các nội dung liên quan đến: bày tỏ cảm xúc, ý kiến; thăm dò, hỏi đáp

thắc mắc; gửi quà tặng, lời chúc; chia sẻ khó khăn tâm lý; đăng tải hình ảnh, video, mp3 và viết nhật kí, ghi chú.

2/ *Nhóm nhu cầu thể hiện bản thân và tìm kiếm việc làm* ($\alpha = 0,685$), bao gồm: quảng cáo sản phẩm; tham gia cuộc thi trên mạng; chat sex, chụp hình nude; và tìm kiếm việc làm.

3/ *Nhóm nhu cầu giải trí* ($\alpha = 0,617$), gồm: nghe nhạc, xem phim; chơi game; cập nhật thông tin, sự thật xảy ra trong xã hội và đọc truyện.

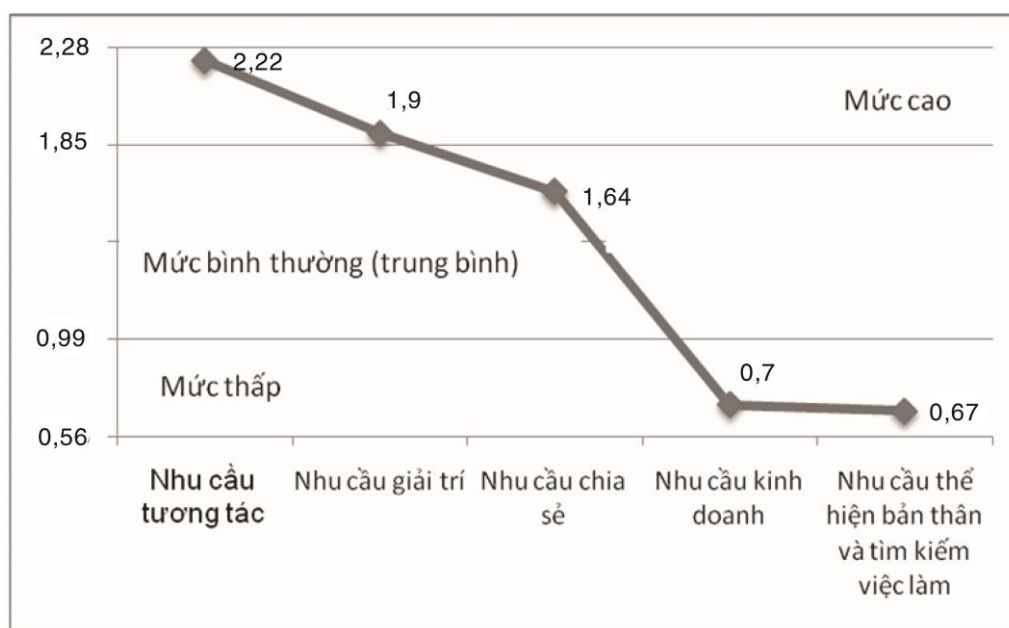
4/ *Nhóm nhu cầu kinh doanh* ($\alpha = 0,766$), gồm: mua hàng; bán hàng và các

hoạt động thu hút liên quan đến quảng cáo.

5/ *Nhóm nhu cầu tương tác* ($\alpha = 0,616$), gồm: giao lưu, kết bạn; tìm kiếm người thân, bạn bè và chat, gửi tin nhắn.

Giá trị trung bình của từng nhóm nhu cầu được trình bày ở biểu đồ 4, cho thấy: khi sử dụng MXH, SV có *nhu cầu tương tác* (ĐTB = 2,22) và *nhu cầu giải trí* (ĐTB = 1,90) ở mức cao; nhóm *nhu cầu chia sẻ* nằm trong mức bình thường (ĐTB = 1,64). Trong khi đó, nhóm *nhu cầu kinh doanh* (ĐTB = 0,7) và *nhu cầu thể hiện bản thân, tìm kiếm việc làm* (ĐTB = 0,67) nằm ở mức thấp.

Biểu đồ 4: Điểm trung bình các nhóm nhu cầu sử dụng mạng xã hội



Xét về đặc điểm hoạt động của SV, ngoài việc học tập thì phát triển, gìn giữ các mối quan hệ xã hội cũng là hoạt động chủ đạo và có ý nghĩa quan trọng

trong việc phát triển các đặc điểm tâm lý cá nhân. Do vậy, việc các SV sử dụng nhiều nhất MXH như công cụ để trò chuyện, tương tác với người khác là

điều dễ nhận thấy.

Ngoài mục đích giao tiếp, kết nối với bạn bè, SV cũng là những người có nhu cầu giải trí cao khi những mối bận tâm về gia đình, công việc còn chưa chiếm nhiều tâm trí và thời gian của họ. Nhìn chung, hầu hết các MXH đều được khen ngợi vì tính năng cung cấp nguồn giải trí cho người sử dụng như nghe nhạc, xem phim, chơi game trực tuyến. Chỉ cần một chiếc máy tính hay điện thoại di động có kết nối internet, các SV dễ dàng xem phim, nghe nhạc, đọc truyện, chơi game, v.v. trong bất cứ thời gian và địa điểm nào. Có lẽ đây là lí do khiến việc thực hiện nhu cầu giải trí cũng nằm mức độ cao trong nghiên cứu này.

Nhóm nhu cầu kinh doanh và nhu cầu thể hiện bản thân, tìm kiếm việc làm nằm ở mức thấp cho thấy việc kinh doanh qua MXH không phải là mối bận tâm của SV. Bên cạnh đó, 80% SV trong nghiên cứu này đang học đại học năm thứ I, thứ II và thứ III đại học, nên có thể họ chưa bị áp lực về công việc tương lai nên việc tìm kiếm công việc trên MXH chưa phải là nhu cầu cao của họ.

5. Áp lực từ sử dụng mạng xã hội đối với sinh viên

Kiểm định thang đo áp lực của việc sử dụng MXH lên tâm lí người sử dụng cho thấy hệ số α rất đáng tin cậy ($\alpha = 0,894$). Phân tích nhân tố từ 18 nội dung

về áp lực gây ra đối với người sử dụng mạng xã hội cho phép xác định 4 nhóm áp lực (giải thích 62,158% sự biến thiên của biến) có tên tương ứng với các nội dung trong từng nhóm như sau:

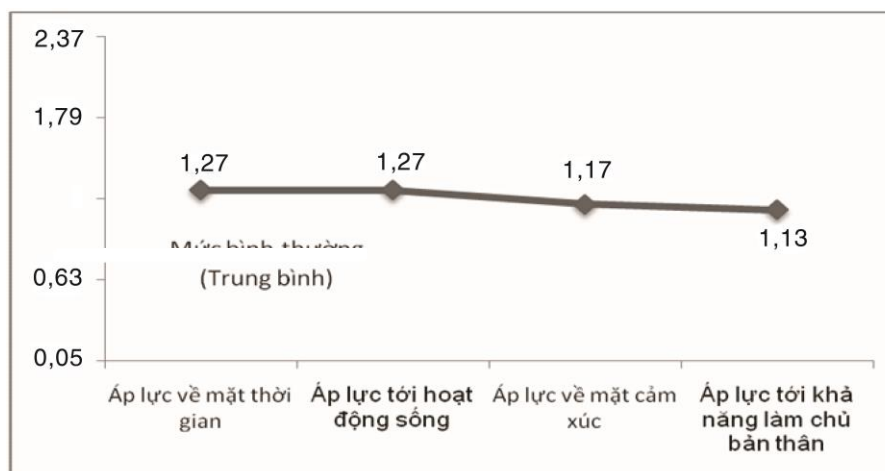
1/ *Áp lực về cảm xúc* ($\alpha = 0,833$) với điểm trung bình là 1,17, bao gồm 6 nội dung về sự không thoải mái, sự bồn chồn, cảm giác cuộc sống vô vị, cảm giác mất mát, mệt mỏi và không thể cường lại khi không sử dụng MXH.

2/ *Áp lực về thời gian* ($\alpha = 0,803$) với điểm trung bình là 1,27, với 4 nội dung như: thời gian dành cho MXH ngày càng nhiều hơn, tăng lên liên tục, thời gian nhiều hơn so với dự định và so với trước đây.

3/ *Áp lực tới hoạt động sống* ($\alpha = 0,799$) có điểm trung bình là 1,27, với 4 nội dung nói về việc dùng MXH nhiều ảnh hưởng tiêu cực đến việc học tập, sức khỏe suy giảm, giao tiếp với bạn bè bị ít đi và các hoạt động giải trí khác bị giảm sút.

4/ *Áp lực tới khả năng làm chủ bản thân* ($\alpha = 0,718$) với điểm trung bình là 1,13, bao gồm 3 nội dung, như: cá nhân không thể kiểm chế mong muốn vào MXH, cá nhân không thành công khi cố giảm bớt thời gian vào MXH và việc không giải thoát được nỗi ám ảnh luôn thường trực trong đầu liên quan đến MXH.

Biểu đồ 5: Điểm trung bình các nhóm áp lực do sử dụng mạng xã hội

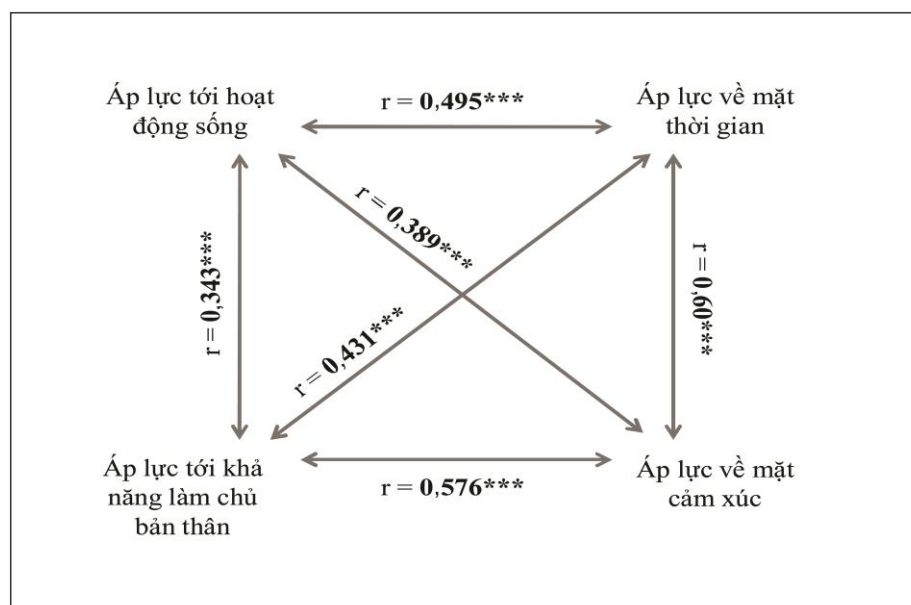


Kết quả biểu đồ 5 cho thấy: SV sử dụng MXH trong nghiên cứu này chịu những áp lực bởi MXH ở mức bình thường. Nói cách khác, điểm trung bình của các nhóm áp lực (từ 1,13 đến 1,27) chưa phải là mức đáng lo ngại về ảnh hưởng tiêu cực của MXH lên SV - những

người đang sử dụng MXH hàng ngày.

Xem xét mối tương quan giữa các nhóm áp lực đối với việc sử dụng MXH (hình 1), kết quả cho thấy có mối tương quan thuận ở mức tương đối mạnh giữa nhu cầu sử dụng MXH và áp lực từ MXH (với các giá trị: $r = 0,313$ và $p < 0,001$).

Hình 1: Tương quan giữa các nhóm áp lực do sử dụng mạng xã hội



(*** $p < 0,001$)

Như vậy, khi SV có nhu cầu sử dụng MXH càng cao thì họ càng có nguy cơ chịu áp lực từ việc sử dụng MXH. Kết quả này gợi ý về vai trò của nhu cầu sử dụng MXH đối với nguy cơ chịu áp lực từ MXH của người sử dụng. Mặt khác, khi sinh viên sử dụng MXH có nguy cơ chịu áp lực ở bất cứ khía cạnh nào trong số 4 nhóm áp lực thì họ cũng có nguy cơ bị những áp lực còn lại. Ví dụ, một sinh viên bị áp lực về thời gian cũng sẽ có xu hướng đồng thời chịu áp lực về mặt cảm xúc ($r = 0,60^{***}$), áp lực tới các hoạt động sống ($r = 0,495^{***}$) và áp lực tới khả năng làm chủ bản thân ($r = 0,431^{***}$) khi sử dụng MXH.

6. Kết luận

SV là những người trẻ, năng động nên việc họ sử dụng MXH là điều tất yếu. Không thể phủ nhận những lợi ích của MXH khi giúp sinh viên tăng cường các mối quan hệ, tăng cường tri thức hiểu biết, cung cấp nguồn giải trí lớn cho người sử dụng. Mặc dù vậy, với những kết quả trình bày ở trên, chúng tôi cho rằng cần có sự định hướng cho SV trong việc sử dụng MXH liên quan đến thời gian, mục đích sử dụng, cũng như những cách thức bảo vệ bản thân khi tham gia vào cộng đồng mạng. Việc SV (trong nghiên cứu này) đã sử dụng MXH cho những mối tương tác xã hội và giải trí cá nhân vượt mức cho phép (mức chuẩn). Điều này đặt ra những câu hỏi cho các nghiên cứu tiếp theo: Phải chăng SV hiện nay có xu hướng chú trọng đến việc duy trì các mối quan hệ

của bản thân thông qua MXH hơn là bằng con đường giao tiếp trực tiếp ngoài đời thực? Những tương tác trên MXH có giúp SV giảm bớt sự căng thẳng từ việc bị chối bỏ hay thất bại trong những mối quan hệ trong thế giới thực? Liệu có phải những sân chơi phục vụ cho việc giải trí, thư giãn của SV còn quá ít nên họ tìm đến MXH để hiện thực hóa nhu cầu của bản thân?

Tài liệu tham khảo

1. Tiffany A. Pempek, Yevdokiya A. Yermolayeva, Sandra L. Calvert (2009), "College students' social networking experiences on Facebook", *Journal of Applied Developmental Psychology*, 30, 227 - 238.
2. Danah Boyd (2007), "Why Youth (Heart) Social Network Sites: The Role of Networked Publics in Teenage Social Life", *MacArthur Foundation Series on Digital Learning - Youth, Identity, and Digital Media Volume* (ed. David Buckingham), Cambridge, MA: MIT Press, <http://www.danah.org/papers/WhyYouthHeart.pdf>.
3. Uyên Huỳnh (Dịch từ Psychology Today), Có quá nhiều bạn trên Facebook? Bao nhiêu là đủ? <http://vietpsy.com/2013/06/09/quá-nhiều-bạn-trên-facebook/>, Truy cập ngày 23 tháng 7 năm 2013.
4. <http://kenh14.vn/2-tek/11-website-khung-nhat-the-gioi-20130207114344885.chn>, 11 website "khủng" nhất thế giới, Truy cập ngày 07 tháng 02 năm 2013.
5. <http://vn.answers.yahoo.com/question/index?qid=20130916210120AAs5G6Y>
6. http://en.wikipedia.org/wiki/Dunbar's_number

