

Tự quản lối sống của sinh viên trước tác động tiêu cực của mạng xã hội

Trần Nguyên Tường Lâm, Đỗ Thành Phát, Bùi Kim Minh

Trường Đại học Chính trị

Received: 25/10/2024; Accepted: 04/11/2024; Published: 15/11/2024

Abstract: The need to use social networks for students is inevitable, but it has both positive and negative impacts on their lifestyle. The negative impacts of social networks on students' lifestyles include learning activities, communication, behavior, personal activities, and political and social activities. However, how their lifestyle is shaped by the negative impact of social networks depends on their self-governing role. It is the ability to self-select positive factors, eliminate negative factors from social networks to organize, manage, and resolve personal life activities in accordance with social standards.

Keyword: Self-governance; lifestyle; negative impact; social network; student

1. Đặt vấn đề

Bước chuyển tiếp từ phổ thông trung học lên các trường cao đẳng đại học, trung cấp chuyên nghiệp là giai đoạn sinh viên cần phải tự lập, tự quản, tự quyết định mọi vấn đề liên quan đến học tập, sinh hoạt, lối sống của bản thân. Trong giai đoạn này, đa phần sinh viên phải sống xa gia đình, đồng thời họ được tiếp cận với các lĩnh vực của đời sống xã hội, trong đó việc sử dụng mạng xã hội để khai thác thông tin phục vụ học tập, trao đổi, giải trí. Bên cạnh những ưu thế, mạng xã hội cũng bộc lộ những mặt trái tác động rất lớn đến lối sống của con người nói chung, trong đó có sinh viên. Theo đó, nghiên cứu ảnh hưởng tiêu cực của mạng xã hội đến lối sống của sinh viên, từ đó phát huy vai trò tự quản lối sống của họ, nhằm khắc phục những ảnh hưởng tiêu cực từ mạng xã hội, giúp cho sinh viên có các hoạt động sống như: sinh hoạt, ăn ở, học tập, giao tiếp xã hội đúng với chuẩn mực xã hội.

2. Nội dung nghiên cứu

2.1. Tác động tiêu cực của mạng xã hội đến lối sống của sinh viên

Theo từ điển Tiếng Việt: “Lối sống là cách thức diễn ra hoạt động đã trở thành ổn định, mang đặc điểm riêng”¹. Như vậy, lối sống là tổng thể các hoạt động sống của một cá nhân, nhóm xã hội, hoặc một dân tộc. Lối sống được hình thành và trở thành thói quen, ổn định luôn gắn với những điều kiện sống, môi trường sống. Khi những điều kiện đó thay đổi thì lối sống cũng thay đổi ít hoặc nhiều, khi điều kiện, môi trường đó mang tính ổn định thì lối sống cũng dần ổn định, trở thành thói quen. Đối với những học sinh, đang sống trong môi trường được sự giáo dục, quản lý chặt chẽ bởi gia đình, nhà trường, khi chuyển sang giai

đoạn sinh viên, những điều kiện môi trường trước đây dần thay đổi, bằng môi trường và điều kiện khác. Đặc biệt, do nhu cầu học tập, trao đổi thông tin, mở rộng các mối quan hệ, thì mạng xã hội là công cụ hữu hiệu. Do vậy, trước tác động của mạng xã hội, cũng bắt đầu hình thành ở họ lối sống khác với giai đoạn còn là học sinh. Trước những tác động tiêu cực từ mạng xã hội sẽ tác động đến lối sống của sinh viên trên các mặt như sau:

Thứ nhất, trong học tập, biểu hiện ở nhận thức, thái độ, động cơ, tính chủ động trong học tập; ở thời gian học, đặc biệt biểu hiện việc tự học, tự nghiên cứu nâng cao trình độ. Việc sử dụng mạng xã hội lãng phí thời gian, tiền bạc, sức lực vào những trò tiêu khiển vô bổ như “tán gẫu”, đọc tin, chơi games, v.v.. khiến cho sinh viên không có đủ thời gian, sức lực, tâm trí, tiền bạc để đầu tư cho học tập, lao động và các hoạt động lành mạnh khác. Đây là nguyên nhân dẫn tới hiện tượng lơ là, xao nhãng, học tập sút kém ở một bộ phận không nhỏ sinh viên.

Thứ hai, trong giao tiếp, ứng xử. Theo chiều hướng tiêu cực, mạng xã hội làm lệch chuẩn trong giao tiếp, ứng xử của sinh viên: Trong quan hệ gia đình không giữ được tôn ti trật tự; trong quan hệ nhà trường thể hiện ứng xử thiếu mô phạm; trong quan hệ xã hội, quan hệ với môi trường biểu hiện lối ứng xử thiếu văn hóa. Tệ nói tục, chửi bậy, thậm chí đăng comment trên mạng xã hội có tính nhục mạ những người thân trong gia đình, tình trạng “xả” rác bừa bãi, vi phạm giao thông, v.v.. diễn ra phổ biến trong sinh viên hiện nay. Nguy hiểm ở chỗ, những hành vi ứng xử như vậy được đăng, lan truyền trên các diễn đàn, nhận được nhiều bình luận ủng hộ, tung hô làm lan tràn lối giao tiếp ứng xử thiếu văn hóa trong sinh viên.

1. Viện Ngôn ngữ học, Từ điển Tiếng Việt, Nxb Đà Nẵng, 2003, tr.597

Thứ ba, trong sinh hoạt cá nhân. Ảnh hưởng tiêu cực của mạng xã hội đến sinh hoạt cá nhân của sinh viên thể hiện ở thị hiếu thẩm mỹ thiếu lành mạnh, như các trào lưu văn hóa, lối sống không phù hợp được du nhập hay phục hồi có ảnh hưởng khá mạnh mẽ trong một bộ phận sinh viên. Đó là lối sống toan tính, đề cao, tuyệt đối hóa giá trị vật chất, xem nhẹ, hạ thấp giá trị tinh thần, hưởng thụ, chạy theo lợi ích cá nhân tạo nên tâm lý sống gấp trong một bộ phận sinh viên. MXH cùng với internet đang là một trong những yếu tố chủ chốt trong việc truyền bá lối sống thực dụng, vị kỷ trong một bộ phận sinh viên. Điều này đã được Đảng ta nhiều lần cảnh báo, đó là: tệ sùng bái nước ngoài, coi thường những giá trị văn hóa dân tộc, chạy theo lối sống thực dụng, cá nhân vị kỷ đang gây hại đến thuần phong mỹ tục của dân tộc. Không ít trường hợp vì đồng tiền và danh vị mà chà đạp lên tình nghĩa gia đình, quan hệ thầy trò, đồng chí, đồng nghiệp. Những vấn đề mà sinh viên tỏ ra thờ ơ, ít quan tâm nhất là “những vấn đề ít liên quan đến gia đình và bản thân họ, nhưng lại quan trọng nhất đối với các cộng đồng lớn hơn như xã hội, đất nước”².

Thứ tư, trong các hoạt động chính trị, xã hội. Hoạt động chính trị - xã hội của sinh viên rất đa dạng, phong phú, từ hoạt động Đoàn thanh niên, hội sinh viên, công đoàn, các hoạt động khác thu hút sinh viên tham gia của các đơn vị, cơ quan trên địa bàn. Không thể phủ nhận rằng, đa phần sinh viên tích cực tham gia các hoạt động trên. Tuy nhiên, hiện nay, sự phát triển của mạng xã hội đang đặt ra nhiều thách thức đối với việc thu hút, tập hợp sinh viên. Các kênh thu hút sinh viên phi truyền thống hình thành từ mạng xã hội như hội nghệ nghiệp, hội theo sở thích, hội theo quê quán,... thành lập các diễn đàn ảo; cùng với đó, sự bùng nổ các mạng xã hội, đặc biệt là Zalo, Facebook.v.v.. đang lôi cuốn sinh viên tham gia. Tất nhiên, điều đó sẽ làm cho sợi dây liên kết đoàn, hội truyền thống có những lỏng lẻo ở một số sinh viên. Thực tế hiện nay, nhiều sinh viên thờ ơ với hoạt động đoàn, hội, hoặc chỉ tham gia có vì chứ không thực sự tâm huyết. Việc sinh viên mãi mê với mạng xã hội xao nhãng các hoạt động chính trị, xã hội ảnh hưởng không nhỏ tới lối sống của họ. Một mặt, việc quá lệ thuộc vào mạng xã hội, thậm chí nghiện mạng xã hội gây những tác động tiêu cực không nhỏ tới sức khỏe, tâm sinh lý, thái độ, hành vi của sinh viên. Mặt khác, việc xao nhãng các hoạt động chính trị, xã hội làm giảm hiệu quả thu hút, tập hợp, giáo dục định hướng nhận thức, lối sống cho sinh viên.

2. Phạm Hồng Tung, *Thanh niên và lối sống của thanh niên Việt Nam trong quá trình đổi mới và hội nhập quốc tế*, Nxb Chính trị quốc gia, Hà Nội, 2011, tr.362

2.2. Vai trò tự quản lối sống của sinh viên trước tác động tiêu cực của mạng xã hội

Vai trò tự quản lối sống của sinh viên trước tác động tiêu cực của mạng xã hội được thể hiện như sau:

Một là, sinh viên tự chuyển hóa những yêu cầu khách quan từ công tác định hướng, quản lý của các chủ thể và từ tác động của môi trường hoạt động của họ. Tức là trên cơ sở các hệ giá trị xã hội, thang giá trị xã hội đang có, họ tự phát hiện và lựa chọn các giá trị, chuẩn mực xã hội phù hợp với nhu cầu phát triển nhân cách của bản thân, khả năng tự gạt bỏ, loại bỏ các phân giá trị trên môi trường đa giá trị và có cả những phân giá trị từ mạng xã hội để tiếp thu cho cá nhân mình, từ đó hình thành cách sống phù hợp. Đó còn là khả năng tự quán triệt và tự tổ chức thực hiện pháp luật nhà nước, quy chế, quy định của nhà trường, ban quản lý sinh viên để hình thành nếp sống văn minh, khoa học.

Hai là, khả năng tự phát hiện và giải quyết các mâu thuẫn giữa nhu cầu về tìm kiếm các giá trị cho họ với đa giá trị trên mạng xã hội. Đó là mâu thuẫn giữa nhận thức của họ về chính bản thân mình và thực tiễn các hoạt động sống đang diễn ra trên mạng xã hội, trên các phương diện hoạt động, trong học tập, trong ứng xử, trong sinh hoạt cá nhân, trong tham gia các hoạt động chính trị - xã hội. Nhiều sinh viên nhận thức đúng về ảnh hưởng của mạng xã hội nhưng trong thực tế lại bị tiêm nhiễm bởi chính các ảnh hưởng tiêu cực đó. Ví như, sức hấp dẫn của games, phim ảnh có tính khêu gợi, những cuộc tán gẫu, những tin nóng, giật gân.v.v.. khiến sinh viên xa đà, quên đi mục đích tốt đẹp mà mình mong muốn, lâu dần thành nghiện, tất yếu dẫn tới xao nhãng công việc chính của mình, hình thành lối học tập, lối ứng xử, lối sinh hoạt cá nhân thiếu chuẩn mực, tiếp nhận những ảnh hưởng xấu từ mạng xã hội.

Ba là, mâu thuẫn giữa những chuẩn giá trị xã hội được tiếp nhận trong môi trường hoạt động của sinh viên với những phân giá trị đang được lan truyền trên mạng xã hội khiến cho sinh viên hoang mang, dao động, không biết đâu là chân giá trị cốt lõi cần theo đuổi, dẫn tới nhận thức, hành vi lệch lạc. Điều này phản ánh mâu thuẫn chung của xã hội hiện nay. Đó là sự giằng co giữa tốt - xấu, thiện - ác, tích cực - tiêu cực trong mọi ngõ ngách của cuộc sống. Mâu thuẫn xã hội đó lại được đẩy lên, nhân lên, thậm chí bóp méo hiện thực khiến cho nhận thức về hiện trạng xã hội cũng bị thiên lệch. Hệ quả xã hội của nó là sự bi quan, dao động, mất niềm tin và sã ngã của những người không có bản lĩnh, nhận thức lệch lạc do ảnh hưởng tiêu cực từ mạng xã hội.

2.3. Phát huy vai trò tự quản lối sống của sinh viên trước tác động tiêu cực của mạng xã hội

Thứ nhất, nâng cao nhận thức cho sinh viên về hoạt động khắc phục ảnh hưởng tiêu cực của mạng xã hội. Việc giáo dục thường xuyên nhằm nâng cao nhận thức cho sinh viên về hoạt động khắc phục ảnh hưởng tiêu cực của mạng xã hội là rất cần thiết. Để thực hiện được điều này, các bậc phụ huynh, đảng ủy, ban giám hiệu nhà trường cùng cơ quan, các tổ chức đoàn, hội và đội ngũ giảng viên, nhất là giảng viên chủ nhiệm phải thường xuyên quán triệt, giáo dục vai trò to lớn của hoạt động khắc phục ảnh hưởng tiêu cực của mạng xã hội. Kết hợp giáo dục với khuyến khích, đề cao tinh thần tự khắc phục của sinh viên, động viên kịp thời những tấm gương mẫu mực trong lối sống, trong tự khắc phục ảnh hưởng tiêu cực của mạng xã hội.

Hai là, sinh viên tự đấu tranh để lựa chọn sử dụng mạng xã hội một cách hợp lý, tiếp nhận mặt tích cực, loại bỏ mặt tiêu cực của mạng xã hội. Vì vậy, sinh viên phải cân đối thời gian hợp lý giữa học tập, hoạt động khác với việc sử dụng mạng xã hội, mỗi sinh viên cần cân đối thời gian phù hợp giữa các hoạt động, tránh dành quá nhiều thời gian, ở nhiều thời điểm truy cập mạng xã hội dẫn tới nghiện, phụ thuộc vào mạng xã hội, xao nhãng học tập, tiêm nhiễm những hành vi xấu. Sinh viên biết đặt ra mục đích rõ ràng trong truy cập mạng xã hội. Để tránh xa đà bị ảnh hưởng bởi những nội dung thiếu lành mạnh trên mạng xã hội thì bản thân mỗi sinh viên phải biết đặt ra mục đích rõ ràng trong truy cập mạng xã hội. Sinh viên hình thành kỹ năng cần thiết để biết tự bảo vệ trước các nguy cơ từ mạng xã hội.

Ba là, sinh viên phát huy tính tự giác, chủ động trong khắc phục ảnh hưởng tiêu cực của mạng xã hội trên các biểu hiện cụ thể trong lối sống. Trước tiên là trong học tập. Mỗi sinh viên cần xác định động cơ thái độ học tập đúng đắn, xu hướng nghề nghiệp rõ ràng, khai thác tối đa ưu thế của mạng xã hội phục vụ cho hoạt động học tập. Không xa đà vào mạng xã hội một cách vô bổ dẫn tới lơ đãng nhiệm vụ học tập. Cần khai thác tối đa tiện ích hỗ trợ học tập thông qua mạng xã hội, như tìm kiếm thông tin, trao đổi tri thức, tham gia các nhóm học tập trên mạng xã hội, bồi dưỡng năng lực ngoại ngữ, trau dồi kinh nghiệm tuyển dụng, tìm kiếm cơ hội việc làm.v.v.. Trong ứng xử, giao tiếp xã hội, trong sinh hoạt cá nhân. Mỗi sinh viên không “comment” (bình luận), không “like” (thích), không chia sẻ những xu hướng lối sống không phù hợp với thuần phong mỹ tục của dân tộc, thể hiện thái độ lên

án những trào lưu, xu hướng sống không phù hợp thuần phong, mỹ tục, có hại tới sự hình thành, phát triển nhân cách, lối sống của giới trẻ; biết tiếp thu, học hỏi cái hay, cái đẹp, kiên quyết bài trừ, phản đối cái xấu, cái không phù hợp, góp phần xây dựng lối ứng xử, giao tiếp văn hóa, lối sinh hoạt cá nhân lành mạnh trong mỗi sinh viên. Trong tham gia các hoạt động chính trị - xã hội. Mỗi sinh viên cần nhận thức việc tham gia các hoạt động chính trị, xã hội nhất là các hoạt động đoàn, hội là cơ hội để sinh viên trải nghiệm, nâng cao vốn sống, vốn hiểu biết, nâng cao trách nhiệm xã hội và nghĩa vụ công dân, gần gũi và có cái nhìn đúng đắn về cuộc sống. Đây là cơ hội để sinh viên học tập, rèn luyện toàn diện. Từ đó, mỗi sinh viên cần phải tích cực tham gia các hoạt động đoàn, hội, các phong trào chính trị, xã hội rộng rãi trong thanh niên, sinh viên trên địa bàn do Trung ương Đoàn thanh niên cộng sản Hồ Chí Minh, Hội Sinh viên Việt Nam và nhiều hoạt động khác do các cơ quan, đơn vị trên địa bàn tổ chức.

3. Kết luận

Mạng xã hội đã và đang gây ra nhiều ảnh hưởng tiêu cực tới lối sống của sinh viên. Tự quản lý lối sống của mình trước tác động tiêu cực của mạng xã hội sẽ khắc phục được những biểu hiện tiêu cực trong học tập như, giúp cho sinh viên xác định rõ mục đích, động cơ học tập, xu hướng nghề nghiệp, tự đặt ra mục tiêu và có kế hoạch cụ thể cho học tập, không bị xao nhãng, xa đà vào các hoạt động giải trí online gây lãng phí thời gian, sức lực. Trong giao tiếp ứng xử sẽ giúp học tránh được những biểu hiện lệch lạc trong sinh hoạt cá nhân, tạo dựng cho họ thị hiếu thẩm mỹ lành mạnh, loại bỏ lối sống thực dụng buông thả, ích kỷ, thờ ơ, vô cảm. Tự quản lý lối sống cũng giúp cho sinh viên sống có trách nhiệm với xã hội, gia đình, nhà trường và bản thân, bớt đi biểu hiện thờ ơ, ít quan tâm tham gia các hoạt động chính trị, xã hội.

Tài liệu tham khảo

1. Đảng cộng sản Việt Nam, *Văn kiện hội nghị lần thứ 5 Ban chấp hành Trung ương khóa VIII*, Nxb chính trị quốc gia, Hà Nội. 1998.
2. Đảng Cộng sản Việt Nam, *Văn kiện Đại hội đại biểu toàn quốc lần thứ XIII*, Nxb. Chính trị quốc gia Sự thật, H, 2021, tập I.
3. Ngô Đức Thịnh, *Bảo tồn, làm giàu và phát huy các giá trị văn hóa truyền thống Việt Nam trong đổi mới và hội nhập*, Nxb. Khoa học xã hội, Hà Nội, 2010.
4. Phạm Hồng Tung, *Thanh niên và lối sống của thanh niên Việt Nam trong quá trình đổi mới và hội nhập quốc tế*, Nxb Chính trị quốc gia, Hà Nội. 2011
5. Viện Ngôn ngữ học, *Từ điển Tiếng việt*, Nxb Đà Nẵng. 2003.