

# TÁC ĐỘNG HAI MẶT CỦA MẠNG XÃ HỘI ĐẾN ĐỜI SỐNG HỌC TẬP VÀ PHÁT TRIỂN CÁ NHÂN CỦA SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC KIỂM SÁT TRONG BỐI CẢNH KỶ NGUYÊN SỐ

PHÙNG THANH THẢO\* - NGUYỄN LÊ ĐÌNH QUÝ\*\*

*Tóm tắt: Trong bối cảnh chuyển đổi số diễn ra mạnh mẽ trên toàn cầu, mạng xã hội (MXH) trở thành một phần không thể thiếu trong đời sống sinh viên. Nghiên cứu này nhằm phân tích tác động hai chiều – tích cực và tiêu cực – của MXH đến quá trình học tập, định hướng nghề nghiệp và sự phát triển cá nhân của sinh viên Trường Đại học Kiểm sát. Dựa trên các khung lý thuyết Sử dụng và Thỏa mãn, Nhận thức Xã hội và Tự quyết, nghiên cứu đã tiến hành khảo sát định lượng trên 320 sinh viên chính quy và phỏng vấn sâu 10 sinh viên thuộc các năm học khác nhau. Kết quả cho thấy MXH giúp sinh viên mở rộng mối quan hệ, phát triển kỹ năng mềm và tiếp cận thông tin pháp lý. Tuy nhiên, cũng ghi nhận nhiều rủi ro như ảnh hưởng tâm lý, lệch chuẩn đạo đức nghề nghiệp và nguy cơ lạm dụng MXH. Từ đó, nghiên cứu đề xuất các hướng giáo dục truyền thông số và tăng cường năng lực tự chủ để sinh viên sử dụng MXH một cách tích cực và có trách nhiệm.*

*Từ khóa: Mạng xã hội; sinh viên luật; phát triển cá nhân; đời sống học tập; chuyển đổi số; Trường Đại học Kiểm sát*

*Ngày nhận bài: 24/02/2025; Biên tập xong: 10/4/2025; Duyệt đăng: 23/5/2025*

## THE DUAL IMPACT OF SOCIAL MEDIA ON ACADEMIC LIFE AND PERSONAL DEVELOPMENT OF STUDENTS AT PROCURATORATE UNIVERSITY IN THE CONTEXT OF DIGITAL AGE

**Abstract:** In the era of rapid digital transformation, social media has become an integral part of student life. This study investigates the dual impact - both positive and negative - of social media on the academic performance, career orientation, and personal development of students at Procuratorate University. Grounded in the theoretical frameworks of Uses and Gratifications Theory, Social Cognitive Theory, and Self-Determination Theory, the research conducted a quantitative survey of 320 undergraduate students and in-depth interviews with 10 representatives from different cohorts. Findings reveal that social media fosters relationship building, soft skills development, and access to legal information. However, significant risks were also observed, such as psychological pressure, ethical erosion, and potential overuse. The study calls for targeted digital media education and the enhancement of students' self-regulation capacity to promote constructive and responsible social media use.

**Keyword:** Social media; law student; personal development; academic life; digital transformation; Procuratorate University

**Received:** Feb 24th, 2025; **Editing completed:** Apr 10th, 2025; **Accepted for publication:** May 23rd, 2025

### 1. Đặt vấn đề

Trong kỷ nguyên số, do sự tác động của cuộc Cách mạng Công nghiệp 4.0, sự chuyển đổi số đang diễn ra nhanh chóng và ảnh hưởng đến hầu hết các mặt trong đời sống xã hội. Trong bối cảnh đó, MXH đã và đang trở thành một công cụ giao tiếp, chia sẻ, tìm kiếm thông tin được sử dụng rộng rãi, đặc biệt là trong giới trẻ và sinh viên. Việt Nam hiện đang có hơn 78 triệu người dùng MXH, chiếm hơn 78% dân số. Sinh viên đại học, đặc biệt là

các sinh viên thuộc nhóm ngành Luật, Kiểm sát không nằm ngoài xu hướng đó. Họ vừa sử dụng MXH để cập nhật kiến thức chuyên ngành, tham gia các nhóm nghề nghiệp, vừa chia sẻ quan điểm, giao lưu kết nối bạn bè. Tuy nhiên, bên cạnh những lợi ích rõ ràng, MXH cũng mang đến những rủi ro tiềm ẩn

\*Email: Thanhthao2191@gmail.com

Tiến sĩ, Trường Đại học Kiểm sát

\*\*Email: Quynld96@gmail.com

Thạc sĩ, VTC Academy

đối với sinh viên, đặc biệt là các vấn đề về đạo đức nghề nghiệp, an toàn thông tin và nhận thức pháp luật.

MXH đem lại nhiều tiện ích: Giúp sinh viên truy cập nhanh vào các nguồn tài liệu, trao đổi kinh nghiệm học tập, mở rộng quan hệ nghề nghiệp. Tuy nhiên, nếu thiếu kỹ năng lựa chọn, kiểm chứng thông tin, sinh viên rất dễ rơi vào tình trạng tiếp nhận sai lệch, bị ảnh hưởng tâm lý hoặc vô tình áp dụng những thủ thuật giao tiếp/"kỹ năng mềm" mang xu hướng thao túng, thiếu đạo đức nghiên cứu. Một số nghiên cứu điển hình trên thế giới như Kross và cộng sự (2013) đã chỉ ra rằng việc sử dụng Facebook đối với giới trẻ gây cảm giác cô đơn, trầm cảm và tự nghi ngờ. Primack và cộng sự (2017) phát hiện sự gia tăng tỷ lệ lo âu và cách biệt xã hội ở người dùng MXH thường xuyên. Tại Việt Nam, Nguyễn Lan Nguyễn (2020) và Cù Thị Nhung (2023) đã góp phần khám phá ra cách sinh viên dùng MXH trong học tập và đời sống, tuy nhiên các nghiên cứu chỉ mới dừng lại ở góc nhìn tổng quát, chưa đi sâu vào đặc thù nghề nghiệp hay tâm lý nghề nghiệp của sinh viên luật.

Trong bối cảnh đó, việc nghiên cứu về tác động hai chiều của MXH đối với sinh viên Trường Đại học Kiểm sát không chỉ góp phần bổ sung kho tàng tri thức về đối tượng sinh viên Việt Nam, mà còn mang ý nghĩa thực tiễn trong việc giáo dục, định hướng đạo đức nghề nghiệp cho sinh viên ngành Luật trong xu hướng số hóa và quốc tế hóa ngày càng mạnh mẽ. Nghiên cứu này đặt ra câu hỏi trung tâm: MXH đang hỗ trợ hay đang tác động tiêu cực tới quá trình hình thành nhân cách nghề nghiệp của sinh viên kiểm sát? Từ đó, nghiên cứu mong muốn làm rõ những tác động cụ thể, đề xuất hướng giải pháp từ phía sinh viên, Nhà trường, và gia đình trong việc sử dụng MXH một cách an toàn, hợp lý, phát huy tính tích cực và hạn chế tiêu cực tối đa.

## 2. Cơ sở lý luận

Trong những năm trở lại đây, MXH đã trở thành một hiện tượng văn hoá đối với thế hệ trẻ và sinh viên. MXH không chỉ đơn thuần là môi trường giao tiếp mới mà còn

đóng vai trò quan trọng trong việc định hình hành vi, thói quen, nhận thức và thậm chí cả nhân cách của người dùng. Việc tiếp cận, tiêu dùng nội dung và tương tác trên MXH làm nảy sinh những tác động hai chiều rõ rệt: Một mặt củng cố và hỗ trợ hành trang kiến thức; mặt khác tác động tâm lý, làm suy giảm động lực và thái độ nghề nghiệp của sinh viên.

### 2.1. Lý thuyết Sử dụng và Thoả mãn (Uses and Gratifications Theory)

Lý thuyết Sử dụng và Thoả mãn (Katz và cộng sự, 1973) cho rằng người dùng truyền thông mới không ở vai trò bị động như trong truyền thông truyền thống, mà họ tích cực lựa chọn nội dung để đáp ứng nhu cầu cá nhân. MXH trở thành công cụ thoả mãn các nhu cầu như:

- Nhu cầu thông tin: Sinh viên truy cập MXH để theo dõi tin tức, cập nhật kiến thức chuyên ngành, học tập trực tuyến.
- Nhu cầu giải trí: MXH mang lại sự thư giãn qua video ngắn, hình ảnh, video hoặc văn bản ngắn mang tính hài hước, châm biếm (meme), phát trực tiếp (livestream).
- Nhu cầu giao lưu: MXH giúp duy trì các mối quan hệ xã hội, giao lưu với người bạn cùng lý tưởng nghề nghiệp.
- Khẳng định bản thân: Thể hiện suy nghĩ, phong cách cá nhân, thu hút người theo dõi, gia tăng sự tự tin.

Với sinh viên luật, MXH còn là cầu nối đến các diễn đàn chuyên môn, trang chia sẻ kinh nghiệm nghề nghiệp, vụ án mô phỏng... Việc tham gia những không gian đó đóng vai trò quan trọng trong việc hình thành thái độ nghề nghiệp nghiêm túc, tính tự chủ và tư duy pháp lý.

### 2.2. Lý thuyết Nhận thức Xã hội (Social Cognitive Theory)

Bandura (1986) cho rằng con người học hỏi hành vi thông qua quá trình quan sát, mô phỏng lại các hành vi đã thấy. MXH trở thành "màn hình" học hành vi làm mẫu: Các video, livestream, chia sẻ tạm thời (story), đặc biệt là từ người có sức ảnh hưởng (influencer), tác động đến cách sinh viên nhận thức về "thành công", "kỹ năng giao tiếp", "kỹ thuật nghề nghiệp"...

Khác với Lý thuyết Sử dụng và Thỏa mãn nhấn mạnh vào động lực chủ quan, lý thuyết Bandura chỉ ra nguy cơ hình thành hành vi thiếu đạo đức hoặc sai lệch do học theo những gương không chuẩn mực. Trong ngôn ngữ MXH, nhiều influencer dùng phong cách thu hút nhưng đôi khi bóp méo sự thật, dẫn dắt nhận thức của người xem. Đối với sinh viên chưa đủ trải nghiệm và không được định hướng rõ ràng, việc sao chép hành vi, lối suy nghĩ từ MXH dẫn đến nhiều nguy cơ.

### 2.3. Lý thuyết Tự quyết (Self-determination Theory)

Theo Deci & Ryan (1985), con người bị chi phối bởi ba yếu tố tâm lý là nhu cầu tự chủ, nhu cầu nỗ lực và nhu cầu kết nối. Khi những nhu cầu này được đáp ứng tích cực, sinh viên phát triển động lực nội tại, học tập vì bản thân, vì nghề nghiệp, vì sự hoàn thiện. Ngược lại, nếu những yếu tố đó bị chi phối bởi MXH (các lượt thích, tín hiệu ảo, áp lực đồng trang lứa), sinh viên dễ rơi vào tâm lý so sánh, thiếu động lực học tập chính danh. Khi đó, Lý thuyết Tự quyết có giá trị trong việc giải thích vì sao nhiều sinh viên dù thường xuyên dùng MXH vẫn thiếu kỹ năng lựa chọn nội dung, bị lôi cuốn vào xu hướng tự đánh giá bản thân qua nội dung ảo.

Tổng thể, ba lý thuyết trên mang lại khung lý luận toàn diện về hành vi sinh viên trên MXH. Nếu Lý thuyết Sử dụng và Thỏa mãn là công cụ giải thích vì sao sinh viên tiếp cận MXH, thì Lý thuyết Nhận thức Xã hội và Lý thuyết Tự quyết lại thúc giục ta hiểu rõ hơn hậu quả của sự tiếp nhận nội dung đó đến tâm lý, thái độ và hành vi nghề nghiệp. Cơ sở lý luận này là nền tảng để phân tích sâu sắc tác động hai chiều của MXH đối với sinh viên Trường Đại học Kiểm sát trong phần nghiên cứu tiếp theo.

### 3. Phương pháp nghiên cứu

Nghiên cứu sử dụng phương pháp định lượng kết hợp với định tính để đánh giá tác động hai chiều của MXH đối với sinh viên Trường Đại học Kiểm sát. Cụ thể, nghiên cứu tiến hành khảo sát trên mẫu 320 sinh viên hệ chính quy thuộc các khóa học từ năm nhất

đến năm tư tại Trường Đại học Kiểm sát. Bảng hỏi được thiết kế theo thang đo Likert 05 mức độ (từ 1: Hoàn toàn không đồng ý, đến 5: Hoàn toàn đồng ý), tập trung vào các nhóm nội dung chính: Tần suất sử dụng MXH, mục đích sử dụng, nhận thức về tác động, độ ứng dụng và ảnh hưởng tới thái độ nghề nghiệp. Ngoài ra, nghiên cứu còn tiến hành phỏng vấn sâu 10 sinh viên đại diện cho các nhóm năm học, để tăng tính thuyết phục và bổ sung chiều sâu cho dữ liệu định lượng. Phỏng vấn xoay quanh các vấn đề: Thói quen sử dụng MXH, trải nghiệm với nội dung tiêu cực, tác động tốt - xấu đến nhận thức nghề nghiệp.

Dữ liệu sau khi thu thập được xử lý và phân tích bằng phương pháp thống kê mô tả (tần suất, tỷ lệ %, điểm trung bình, độ lệch chuẩn) kết hợp với phân tích nội dung định tính. Tâm điểm của nghiên cứu là làm rõ cách sinh viên tiếp nhận và nhận thức về vai trò MXH trong việc hình thành thái độ nghề nghiệp và sự phát triển bản thân.

### 4. Kết quả nghiên cứu

Dựa trên dữ liệu thu thập được từ khảo sát 320 sinh viên Trường Đại học Kiểm sát, nghiên cứu ghi nhận nhiều phát hiện đáng lưu tâm về thói quen sử dụng, mục đích truy cập, và nhận thức về ảnh hưởng của MXH đối với quá trình học tập và phát triển nghề nghiệp.

**Bảng 1. Đặc điểm về sinh viên trong mẫu khảo sát**

Đặc điểm mẫu khảo sát		Số lượng (N)	Phần trăm (%)
Giới tính	Nữ	160	50
	Nam	160	50
	<b>Tổng</b>	<b>320</b>	<b>100</b>
Năm học	Năm thứ nhất	80	25
	Năm thứ hai	80	25
	Năm thứ ba	80	25
	Năm thứ tư	80	25
	<b>Tổng</b>	<b>320</b>	<b>100</b>

Kết quả nghiên cứu được phân tích chi tiết theo các khía cạnh sau:

#### 4.1. Thói quen sử dụng và mức độ phổ biến mạng xã hội

Toàn bộ sinh viên tham gia khảo sát (100%) đã sử dụng MXH trước khi nhập học đại học, trong đó 82% sử dụng đồng thời nhiều nền tảng. Facebook và TikTok là hai nền tảng phổ biến nhất, với tỷ lệ sử dụng lần lượt là 87,2% và 86,7%. Bên cạnh đó, Zalo (61,3%), Instagram (54,5%) và YouTube (46,8%) cũng được nhiều sinh viên lựa chọn. Một bộ phận nhỏ (dưới 5%) sử dụng các nền tảng như Twitter, Telegram hoặc các diễn đàn pháp lý chuyên biệt.

Về thời gian sử dụng, nhóm sinh viên dùng MXH từ 3 – 6 giờ/ngày chiếm tỷ lệ cao nhất (35,7%), trong khi 31,7% sinh viên sử dụng hơn 6 giờ/ngày. Đáng chú ý, có 8,9% sinh viên sử dụng MXH trên 9 giờ mỗi ngày, chủ yếu là nhóm sinh viên năm nhất và năm hai. Khoảng 24% sinh viên tự nhận mình từng có dấu hiệu lệ thuộc vào MXH (khó kiểm soát thời gian, mất tập trung khi không sử dụng).

#### 4.2. Mục đích sử dụng mạng xã hội của sinh viên

Khảo sát ghi nhận đa dạng mục đích sử dụng MXH:

- Giải trí (96%): Xem video, meme, nội dung hài hước hoặc livestream.
- Học tập (61,5%): Tìm kiếm tài liệu, theo dõi trang chuyên ngành pháp luật, học từ vụ án thực tế.
- Thể hiện bản thân, giải tỏa cảm xúc (41,7%): Đăng bài viết, video cá nhân, chia sẻ quan điểm.
- Tìm việc làm (39,8%): Theo dõi các nhóm tuyển dụng, chương trình thực tập.
- Kinh doanh hoặc kiếm tiền trên MXH (5,7%): Bán hàng online, tiếp thị liên kết, làm video.

Sinh viên năm tư thể hiện mức độ sử dụng MXH vì mục đích nghề nghiệp cao hơn so với các năm học khác. Trong khi đó, sinh viên năm nhất chủ yếu dùng để giải trí và kết nối bạn bè.

#### 4.3. Tác động của mạng xã hội đến các khía cạnh phát triển cá nhân

Kết quả phân tích cho thấy MXH tác động đồng thời đến cả mặt tích cực lẫn tiêu cực trong sự phát triển cá nhân và định hướng nghề nghiệp của sinh viên:

- Phát triển kỹ năng mềm: Với điểm trung bình 3,26 (trên thang 5), nhiều sinh viên cho biết MXH giúp họ tăng sự tự tin, học được kỹ năng giao tiếp, khả năng diễn đạt trước đám đông (thông qua video, story, bình luận).

- Phát triển quan hệ xã hội: Điểm trung bình 3,90 cho thấy vai trò tích cực của MXH trong duy trì và mở rộng mối quan hệ. Sinh viên có thể kết nối với bạn học cũ, người hướng dẫn, hoặc các nhóm chuyên môn (ví dụ như hội sinh viên luật, cộng đồng học thuật).

- Hỗ trợ học tập và nghiên cứu: Điểm trung bình 2,98 phản ánh một mức ảnh hưởng trung bình. Sinh viên thường xuyên truy cập các trang luật, đọc tin tức pháp lý, nhưng vẫn chưa có thói quen sử dụng MXH như một công cụ học chính thức.

- Định hướng nghề nghiệp và tìm việc làm: Với điểm trung bình 2,53, đây là khía cạnh MXH chưa hỗ trợ rõ ràng. Dù có nhóm nhỏ tìm kiếm cơ hội việc làm qua MXH, phần lớn sinh viên vẫn thiếu định hướng rõ ràng và ít chủ động tận dụng công cụ này để phát triển nghề nghiệp.

#### 4.4. Mặt trái và rủi ro khi sử dụng mạng xã hội

Bên cạnh tác động tích cực, nghiên cứu cũng ghi nhận nhiều biểu hiện tiêu cực:

- 27,1% sinh viên thừa nhận đã học và áp dụng các “thủ thuật giao tiếp/ nghề” từ MXH mà không kiểm chứng giá trị đạo đức hay tính hợp pháp.

- 41,9% sinh viên từng bị người lạ tiếp cận với mục đích không lành mạnh như dụ dỗ, lừa đảo, mời vay tiền, hoặc gạ gẫm chuyển khoản.

- 18,3% sinh viên từng chia sẻ thông tin cá nhân trên MXH mà không lường trước rủi ro.

- Nhiều sinh viên (hơn 62%) từng có cảm giác so sánh tiêu cực bản thân với những hình ảnh “thành công ảo” trên MXH, dẫn đến giảm động lực học tập hoặc căng thẳng tâm lý.

Một số sinh viên thừa nhận họ học được nhiều kỹ năng mềm từ MXH, nhưng đồng thời cũng ảnh hưởng đến khả năng tập trung, giao tiếp trực tiếp, và nhận thức đạo đức nghề nghiệp khi bị tác động quá nhiều từ nội dung “câu view”, “thao túng tâm lý”.

### 5. Bàn luận

#### 5.1. Tác động tích cực của mạng xã hội đối với sinh viên

Kết quả khảo sát cho thấy sinh viên Trường Đại học Kiểm sát sử dụng MXH với nhiều mục đích đa dạng, phản ánh rõ nét những nhu cầu mà MXH thỏa mãn theo Lý thuyết Sử dụng và Thỏa mãn của Katz và cộng sự (1973). Hầu hết sinh viên tham gia khảo sát đều sử dụng MXH hàng ngày, thậm chí “không đếm được số lần” mỗi ngày, và gần như 100% đã dùng MXH trước khi vào đại học. Mục đích phổ biến nhất là để giải trí – có tới ~96% sinh viên sử dụng MXH nhằm thư giãn, tiêu khiển – điều này tương ứng với nhu cầu giải tỏa căng thẳng và tìm kiếm niềm vui mà Katz và cộng sự (1973) đã đề cập. Bên cạnh đó, xây dựng và duy trì các mối quan hệ là một mục đích nổi bật khác, với khoảng 40 - 45% sinh viên ở các khóa cho biết họ dùng MXH để kết nối bạn bè, đồng nghiệp mới. Điều này cho thấy MXH đang đáp ứng nhu cầu gắn kết xã hội của sinh viên – phù hợp với nhận định của Nadkarni và Hofmann (2012) rằng người trẻ dùng MXH để thuộc về một cộng đồng và tự thể hiện bản thân. Ngoài ra, sinh viên còn tận dụng MXH để phục vụ học tập (khoảng 58 – 69% tùy khóa) và tìm kiếm cơ hội nghề nghiệp (tỷ lệ này tăng dần từ 24% ở năm nhất lên 56% ở năm cuối). Những con số này nhất quán với động cơ sử dụng MXH theo Lý thuyết Sử dụng và Thỏa mãn, tức sinh viên chủ động tìm đến MXH để thỏa mãn các nhu cầu thông tin, giao tiếp, định hướng nghề nghiệp của mình (Katz và cộng sự, 1973; Onat Kocabiyik, 2021).

Những mục đích sử dụng trên gắn liền với mặt tích cực mà MXH mang lại cho sinh viên. Trước hết, MXH được ghi nhận là hỗ trợ cho việc học tập và phát triển kỹ năng. Nhiều sinh viên cho biết họ theo dõi các trang MXH của luật sư, chuyên gia pháp lý hoặc tham khảo thông tin về các vụ án, tài liệu học thuật chia sẻ trên mạng. Theo Lý thuyết Nhận thức Xã hội của Bandura (1986), hành vi này cho thấy sinh viên đang học tập thông qua quan sát người khác trên MXH: Họ nhìn thấy cách các luật sư hoặc bạn bè chia sẻ kiến thức, kinh nghiệm, từ đó mô phỏng và áp dụng vào quá trình học của mình. Hiệu quả kỳ vọng (outcome expectations) cũng đóng vai trò quan trọng: Nếu sinh viên tin rằng việc sử dụng MXH sẽ mang lại kết quả tích cực (ví dụ như cải thiện thành tích học tập, mở rộng hiểu biết pháp luật), họ sẽ tích cực sử dụng MXH hơn (Bandura, 1986; Onat Kocabiyik, 2021). Thật vậy, khảo sát định lượng của nghiên cứu này cho thấy sinh viên đánh giá MXH có ảnh hưởng tích cực lớn nhất đến việc phát triển kỹ năng (điểm trung bình đạt khoảng 3,26/5) và mở rộng các mối quan hệ nghề nghiệp – xã hội (điểm trung bình đạt khoảng 3,90/5). Đây là những khía cạnh then chốt cho sinh viên luật, bởi kỹ năng mềm (như kỹ năng giao tiếp, tìm kiếm thông tin) và mạng lưới quan hệ là hành trang thiết yếu cho nghề nghiệp tương lai.

Đối chiếu với sinh viên Trường Đại học Kiểm sát, có thể thấy MXH đang được các em tận dụng theo những hướng tích cực: Tạo lập quan hệ với thầy cô, anh chị khóa trên hoặc chuyên gia pháp lý; tham gia các nhóm học tập trực tuyến; và tìm kiếm thông tin pháp luật mới. Thậm chí, trong bối cảnh dịch COVID-19, sinh viên luật còn được ghi nhận là biết sử dụng tư duy phản biện để sàng lọc tin tức trên MXH. Chẳng hạn, nghiên cứu tại Pakistan cho thấy đa số sinh viên luật sử dụng Facebook/Instagram rất thường xuyên nhưng vẫn dựa vào tư duy phản biện và lẽ thường để kiểm chứng thông tin về dịch bệnh trước khi chia sẻ (Jamshed, 2021). Điều này cho thấy khi được trang bị kỹ năng, người học có thể biến MXH thành

công cụ hỗ trợ hiệu quả cho việc học và rèn luyện nghiệp vụ.

Không chỉ trong học tập, MXH còn giúp sinh viên thỏa mãn nhu cầu tâm lý và tạo động lực theo hướng tích cực, nếu được sử dụng hợp lý. Dưới lăng kính Lý thuyết Tự quyết của Deci và Ryan (1985), việc tham gia MXH có thể đáp ứng ba nhu cầu cơ bản của con người: Nhu cầu gắn bó (liên kết xã hội với bạn bè, cộng đồng), nhu cầu có năng lực (cảm thấy bản thân tiến bộ, làm chủ kiến thức/kỹ năng mới) và nhu cầu tự chủ (tự do thể hiện quan điểm, sở thích cá nhân). Khi các nhu cầu này được thỏa mãn, động lực nội tại và cảm giác hài lòng của sinh viên sẽ tăng lên. Kết quả nghiên cứu cho thấy nhiều sinh viên cảm thấy tự tin hơn khi có thể bày tỏ ý kiến trên MXH hoặc tham gia thảo luận các vấn đề pháp luật trực tuyến – đó là biểu hiện của việc nhu cầu tự chủ và có năng lực được đáp ứng. Tương tự, việc duy trì kết nối với bạn học và cộng đồng trên MXH giúp sinh viên có cảm giác gắn kết, giảm bớt căng thẳng trong môi trường đào tạo luật nhiều áp lực. West và cộng sự (2024) khi xem xét tác động của MXH dưới góc độ Lý thuyết Tự quyết đã khẳng định MXH có tác động hai mặt: Nó hỗ trợ sinh viên thỏa mãn nhu cầu tâm lý ở mức độ nhất định (ví dụ như dễ dàng duy trì tình bạn, tìm kiếm sự hỗ trợ về mặt học thuật lẫn tinh thần), đồng thời cũng có thể cản trở sự thỏa mãn nhu cầu nếu sử dụng thiếu kiểm soát. Nói cách khác, MXH giống như một “môi trường mở rộng” của trường học, nơi sinh viên có thêm cơ hội phát triển bản thân ngoài lớp học truyền thống (Castello, 2021). Nếu được hướng dẫn và tận dụng tốt, những cơ hội này sẽ góp phần hình thành động lực học tập và giá trị nghề nghiệp tích cực cho sinh viên ngành Luật.

### **5.2. Tác động tiêu cực và thách thức đạo đức**

Bên cạnh những lợi ích kể trên, nghiên cứu cũng đồng thời phát hiện các ảnh hưởng tiêu cực và rủi ro từ việc sử dụng MXH – đây chính là mặt thứ hai trong “tác động hai mặt” của MXH đối với sinh viên.

Trước hết, việc sinh viên dành nhiều thời gian trên MXH tiềm ẩn nguy cơ sao nhãng học tập. Một số sinh viên thừa nhận họ đôi khi ưu tiên thời gian cho MXH hơn cho việc học, dẫn đến quản lý thời gian kém hiệu quả. Hiện tượng này được nhiều nghiên cứu trước chỉ ra: Sử dụng MXH quá mức có thể làm giảm sự tập trung và kết quả học tập (Yang & Ting, 2023). Hơn nữa, theo Lý thuyết Nhận thức Xã hội, môi trường MXH với vô vàn nội dung giải trí, quảng cáo có thể ảnh hưởng đến hành vi thông qua quan sát. Ví dụ, sinh viên thấy bạn bè thường xuyên đăng bài vui chơi, họ có thể hình thành thói quen trực tuyến thay vì học bài (Bandura, 1986). Cơ chế so sánh xã hội trên MXH cũng có thể gây tác động tiêu cực: Nhìn thấy thành tựu hay hình ảnh “hào nhoáng” của người khác, một số sinh viên cảm thấy tự ti hoặc áp lực, từ đó giảm động lực phấn đấu (Fox và Moreland, 2015; Vogel và cộng sự, 2014). Thực tế, phỏng vấn sâu trong nghiên cứu này ghi nhận một tỷ lệ không nhỏ sinh viên (41,9%) từng trải qua cảm giác cô đơn hoặc lo âu sau khi sử dụng MXH – chủ yếu do họ vô tình so sánh bản thân với hình ảnh thành công của người khác hoặc do tiếp xúc với các luồng ý kiến tiêu cực. Đây là minh chứng cụ thể cho thấy MXH có thể thỏa mãn giả tạo nhu cầu giao lưu vì kết nối ảo không thay thế được kết nối thật, dẫn đến cảm giác trống trải, đồng thời cản trở nhu cầu tự chủ vì người dùng dễ bị cuốn theo xu hướng chung, mất đi tiếng nói và thời gian của chính mình. West và cộng sự (2024) đã cảnh báo rằng nếu việc thỏa mãn nhu cầu tâm lý qua MXH không bền vững, nó có thể để lại hệ quả lâu dài cho sức khỏe tinh thần và sự phát triển cá nhân. Do đó, sinh viên cần được nâng cao nhận thức để tránh lệ thuộc vào sự thỏa mãn tức thời trên MXH và duy trì cân bằng với cuộc sống thực.

Đáng chú ý, nghiên cứu phát hiện một số biểu hiện đáng lo ngại về đạo đức nghề nghiệp trong cách sinh viên sử dụng MXH. Cụ thể, 27,1% sinh viên được phỏng vấn thừa nhận họ phụ thuộc vào MXH để học và áp dụng các “thủ thuật” giao tiếp hoặc

ng nghiệp vụ mang tính tiêu cực. Điều này có nghĩa là một bộ phận sinh viên tìm kiếm trên MXH những cách thức không chính đáng nhằm đạt mục đích cá nhân (ví dụ như thủ thuật tranh cãi để thắng bằng mọi giá, kỹ xảo “lách luật” trong thực tập...). Theo Lý thuyết Nhận thức Xã hội, việc này có thể bắt nguồn từ học hỏi qua quan sát: Sinh viên nhìn thấy trên MXH những hành vi thiếu chuẩn mực (như luật sư hoặc người nổi tiếng dùng lời lẽ công kích, thao túng dư luận) nên dần coi đó là bình thường và bắt chước theo (Bandura, 1986). Nếu không được định hướng, về lâu dài những hành vi này có thể ăn mòn nhận thức đạo đức nghề nghiệp của sinh viên luật – một hậu quả nguy hiểm cho hệ thống tư pháp. Thêm vào đó, 41,9% sinh viên cho biết từng bị người lạ trên MXH tiếp cận với mục đích không lành mạnh (như lừa đảo tình cảm, vay tiền, lợi dụng thông tin cá nhân hoặc mời chào công việc phi pháp). Đây là hồi chuông cảnh báo về rủi ro an ninh cá nhân mà sinh viên ngành Luật – những người sẽ nắm giữ thông tin nhạy cảm – phải đặc biệt lưu tâm. Trong lĩnh vực pháp lý, Castello (2021) cũng nhấn mạnh rằng luật sư và sinh viên luật phải đối mặt với những thách thức đạo đức trên MXH: Một mặt cần sử dụng MXH để kết nối và cập nhật thông tin nghề nghiệp, mặt khác phải tuân thủ quy tắc đạo đức nghề nghiệp (như bảo mật thông tin khách hàng, giữ thái độ chuẩn mực khi phát ngôn). Do vậy, Nhà trường và giảng viên cần chủ động hướng dẫn sinh viên về “văn hóa sử dụng MXH” một cách chuyên nghiệp, giúp họ nhận thức được ranh giới giữa hành vi chấp nhận được và không chấp nhận được trên môi trường mạng (Castello, 2021).

Những phát hiện của nghiên cứu đã khắc họa bức tranh hai chiều về ảnh hưởng của MXH đối với sinh viên Trường Đại học Kiểm sát: Vừa hỗ trợ, vừa thách thức quá trình phát triển học thuật và nghề nghiệp của các sinh viên. Kết quả này phù hợp với xu hướng chung trên thế giới, khi nhiều nghiên cứu gần đây cũng ghi nhận tác động đồng thời tích cực và tiêu cực của MXH lên người

trẻ (West và cộng sự, 2024; Onat Kocabiyık, 2021). Điều quan trọng là cách sinh viên sử dụng và tương tác trên MXH sẽ quyết định mặt tác động nào chiếm ưu thế. Do đó, dựa trên nền tảng các lý thuyết đã nêu, nhóm tác giả cho rằng cần có sự định hướng và giáo dục từ phía Nhà trường và gia đình nhằm tối đa hóa lợi ích của MXH và giảm thiểu rủi ro. Chẳng hạn, Nhà trường có thể tổ chức các buổi tọa đàm về kỹ năng sử dụng MXH một cách có trách nhiệm, lồng ghép chủ đề đạo đức nghề nghiệp trên không gian mạng vào chương trình đào tạo kỹ năng mềm. Về phía sinh viên, việc tự giác rèn luyện “tự quyết” – tức ý thức tự kiểm soát, cân bằng nhu cầu cá nhân với chuẩn mực nghề nghiệp – là hết sức cần thiết. Khi sinh viên hiểu rõ động cơ sử dụng MXH của bản thân (theo Lý thuyết Sử dụng và Thỏa mãn), nhận thức được ảnh hưởng qua lại giữa môi trường mạng và hành vi cá nhân (theo Lý thuyết Nhận thức Xã hội), cũng như biết cách duy trì động lực nội tại lành mạnh (theo Lý thuyết Tự quyết), họ sẽ biến MXH thành bộ phóng tích cực cho sự phát triển của mình, thay vì trở thành nạn nhân của mặt trái công nghệ.

Để phát huy những tính tích cực và hạn chế tính tiêu cực, cần tăng cường vai trò của các chủ thể trong và ngoài trường, đặc biệt nhấn mạnh đến sự phối hợp giữa cố vấn học tập, giáo viên chủ nhiệm, tổ chức Đoàn Thanh niên, các phòng ban chức năng như Phòng Đào tạo, kết hợp với sự tham gia của các gia đình. Trước hết, cố vấn học tập và giáo viên chủ nhiệm là cầu nối quan trọng giữa Nhà trường và sinh viên. Cố vấn học tập có thể tổ chức các buổi tư vấn để giúp sinh viên nhận thức về cách sử dụng MXH một cách hiệu quả, đồng thời hỗ trợ sinh viên trong việc quản lý thời gian học tập. Chủ nhiệm lớp cùng với cố vấn học tập có thể khuyến khích các hoạt động giao lưu trên MXH nhằm tạo ra sự kết nối giữa sinh viên và giáo viên. Đoàn Thanh niên có thể khuyến khích tổ chức các sự kiện liên quan đến kỹ năng mềm và việc sử dụng MXH để tạo ra môi trường học tập tích cực. Đoàn trường Đại học Kiểm sát hoạt động dưới sự lãnh đạo của Ban chấp hành Đoàn

trường, có 04 ban chuyên môn và 10 Câu lạc bộ. Việc tạo ra các câu lạc bộ hoặc nhóm hỗ trợ trên MXH để sinh viên có thể trao đổi kinh nghiệm và học hỏi lẫn nhau. Các câu lạc bộ học thuật cũng như các hoạt động trực tiếp để khuyến khích sinh viên giao lưu và hạn chế thời gian sử dụng MXH. Phòng Đào tạo có thể cung cấp các tài liệu, khóa học trực tuyến và hướng dẫn sinh viên cách tìm kiếm thông tin hữu ích trên MXH.

Tóm lại, trong bối cảnh kỷ nguyên số, MXH đã trở thành một phần không thể tách rời trong đời sống hàng ngày của sinh viên, bao gồm cả sinh viên Trường Đại học Kiểm sát. Tác động của MXH đến đời sống học tập và phát triển cá nhân của sinh viên có thể được xem xét từ hai khía cạnh là tích cực và tiêu cực. Nghiên cứu chỉ ra tác động hai chiều, từ đó đưa ra giải pháp nhằm giúp sinh viên sử dụng MXH một cách hiệu quả, đồng thời phát triển toàn diện hơn trong học tập và cuộc sống cá nhân./.

### TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bandura, A. (1986), *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*, Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall;
2. Castello, R., "The New Skill on the Block: Using Social Media in the Law School Classroom to Facilitate Learning", *S. Ill. ULJ*, 45 (393)/2020;
3. Cù Thị Nhung, "Tác động của MXH đến học tập và đời sống của sinh viên Trường Đại học Hà Tĩnh", *Tạp chí Thiết bị Giáo dục*, số 6/2023;
4. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985), *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*, New York: Plenum;
5. Jamshed, J., "Lawyers Response to COVID-19 infodemic on social media", *Library Philosophy and Practice*, 2021, 1-14.
6. Katz, E., Blumler, J. G., & Gurevitch, M., "Uses and gratifications research", *Public Opinion Quarterly*, 37(4)/1973, p. 509-523;
7. Khalaf, A. M., Alubied, A. A., Khalaf, A. M., & Rifaey, A. A., "The impact of social media on the mental health of adolescents and young adults: A systematic review", *Cureus*, 15(8)/2023, e42990;
8. Kross, E., Verduyn, P., Demiralp, E., Park, J., Lee, D. S., Lin, N., Shablack, H., Jonides, J., & Ybarra, O., "Facebook use predicts declines in subjective well-being in young adults", *PLoS ONE*, 8(8)/2013, e69841;

9. Nguyễn Lan Nguyên, "Tác động của MXH Facebook đến sinh viên hiện nay: Thực trạng và đề xuất chính sách", *Tạp chí Khoa học Đại học Quốc gia Hà Nội: Nghiên cứu Chính sách và Quản lý*, 36(2)/2020, tr. 90-99;

10. Nguyễn Thị Bích Phụng, "Ảnh hưởng của MXH đến nhận thức xã hội của người dùng", *Tạp chí Kinh tế và Dự báo*, số 21/2023, tr. 87-90;

11. Onat Kocabıyık, O., "Social media usage experiences of young adults during the COVID-19 pandemic through a social cognitive approach to uses and gratifications", *International Journal of Technology in Education and Science*, 5(3)/2021, p. 447-462;

12. Phan Lan Chi, Nguyễn Quang Anh, Ma Anh Tú, Bùi Thị Thu Huyền, "Ảnh hưởng của MXH TikTok đến thế hệ Z", *Tạp chí Khoa học – Đại học Sư phạm Hà Nội*, số 3 XH/2022, tr. 186-195;

13. Primack, B. A., Shensa, A., Sidani, J. E., Whaite, E. O., Lin, L. Y., Rosen, D., Colditz, J. B., Radovic, A., & Miller, E., "Social media use and perceived social isolation among young adults in the U.S", *American Journal of Preventive Medicine*, 53(1)/2017, p. 1-8;

14. Schonning, V., Hjetland, G. J., Aar, L. E., & Skogen, J. C., "Social media use and mental health and well-being among adolescents: A scoping review", *Frontiers in Psychology*, 11/2020, 1949;

15. Strowger, M., Meisel, M. K., Haikalis, M., Rogers, M. L., & Barnett, N. P., "Associations between frequency of exposure to peer-generated alcohol-related posts and alcohol use within a social network of college students", *Addictive Behaviors*, 152/2024, 107956;

16. Trần Hải Đăng, Nguyễn Hà Giang, Hán Thị Kim Liên, "Ảnh hưởng của MXH tới trẻ em hiện nay", *Tạp chí Khoa học – Đại học Thủ Đô Hà Nội*, 60/2022, tr. 15-23;

17. Vukušić Rukavina, T., Viskić, J., Machala Poplašen, L., Relić, D., Marelić, M., Jokić, D., & Sedak, K., "Dangers and benefits of social media on e-professionalism of health care professionals: Scoping review", *Journal of Medical Internet Research*, 23(11)/2021, e25770;

18. Võ Thành Đạt, Nguyễn Ngọc Thúc (2021), "Nghiên cứu các yếu tố ảnh hưởng đến hành vi học tập thông qua MXH của sinh viên tại Trường Đại học Công nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh", *Hội nghị Khoa học trẻ lần 3, Trường Đại học Công nghiệp Thành phố Hồ Chí Minh*;

19. West, M., Rice, S., & Vella-Brodrick, D., "Adolescent social media use through a self-determination theory lens: A systematic scoping review", *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 21(7)/2024, p. 862;

20. Yin, T., Yin, J., & Xu, Z., "Chinese students' perceptions of social networks and their academic engagement in technology-enhanced classrooms", *Heliyon*, 9(11)/2023, e21686.