

KỶ YẾU HỘI NGHỊ KHOA HỌC QUỐC TẾ  
VỀ TRƯỜNG HỌC HẠNH PHÚC LẦN THỨ NHẤT  
(Nhiều tác giả)



# “CÓ THỂ HỌC ĐƯỢC KỸ NĂNG KIẾN TẠO HẠNH PHÚC KHÔNG?”

PROCEEDINGS OF THE 1<sup>st</sup> HAPPY SCHOOLS INTERNATIONAL SYMPOSIUM  
CAN HAPPINESS SKILLS BE LEARNED?

NHÀ XUẤT BẢN ĐẠI HỌC HUẾ

KỶ YẾU HỘI NGHỊ KHOA HỌC QUỐC TẾ  
VỀ TRƯỜNG HỌC HẠNH PHÚC LẦN THỨ NHẤT  
“CÓ THỂ HỌC ĐƯỢC KỸ NĂNG KIẾN TẠO HẠNH PHÚC KHÔNG?”

PROCEEDINGS OF THE 1<sup>st</sup> HAPPY SCHOOLS INTERNATIONAL SYMPOSIUM  
CAN HAPPINESS SKILLS BE LEARNED?

Đơn vị tài trợ:



EURASIA LEARNING INSTITUTE  
FOR HAPPINESS AND WELLBEING  
SOCIAL INNOVATION & GLOBAL CARE



ISSN: 978-604-396-179-9



SÁCH TẶNG KHÔNG BÁN

NHIỀU TÁC GIẢ

KỶ YẾU  
HỘI NGHỊ KHOA HỌC QUỐC TẾ VỀ  
TRƯỜNG HỌC HẠNH PHÚC  
LẦN THỨ NHẤT

**“CÓ THỂ HỌC ĐƯỢC KỸ NĂNG  
KIẾN TẠO HẠNH PHÚC KHÔNG?”**

NHÀ XUẤT BẢN ĐẠI HỌC HUẾ

HUẾ, 2023

**Biên mục trên xuất bản phẩm của Thư viện Quốc gia Việt Nam**

Kỷ yếu Hội nghị Khoa học Quốc tế về Trường học Hạnh phúc lần thứ nhất: “Có thể học được kỹ năng kiến tạo hạnh phúc không?”/ Proceedings of the 1st happy schools international symposium can happiness skills be learned?. - Huế : Đại học Huế, 2023. - 396 tr. ; 30 cm

Thư mục cuối mỗi bài

ISBN 978-604-399-178-9

1. Trường học 2. Giáo dục 3. Hạnh phúc 4. Kỷ yếu hội nghị  
371 - dc23

DUH0293p-CIP

---

**Mã số sách: NC/158-2023**

## **BAN BIÊN TẬP**

### **ĐỒNG TRƯỞNG BAN**

PGS.TS. Lê Anh Phương

Hiệu trưởng,

Trường Đại học Sư phạm, Đại học Huế

TS. Hà Vĩnh Thọ

Chủ tịch Hiệp hội Eurasia

### **PHÓ TRƯỞNG BAN**

PGS.TS. Nguyễn Thành Nhân

Phó Hiệu trưởng,

Trường Đại học Sư phạm, Đại học Huế

PGS.TS. Đinh Thị Hồng Vân

Phó Trưởng Khoa Tâm lý và Giáo dục,

Trường Đại học Sư phạm, Đại học Huế

### **ỦY VIÊN TRỰC**

TS. Hà Việt Hải

Trưởng Phòng KHCN&HTQT,

Trường Đại học Sư phạm, Đại học Huế

### **ỦY VIÊN**

TS. Đinh Thị Thiên Ái

Khoa Xã hội học và Công tác xã hội,

Trường Đại học Khoa học, Đại học Huế

PGS.TS. Trần Thị Tú Anh

Khoa Tâm lý và Giáo dục,

Trường Đại học Sư phạm, Đại học Huế

ThS. Nguyễn Thị Quỳnh Anh

Khoa Tâm lý và Giáo dục,

Trường Đại học Sư phạm, Đại học Huế

TS. Nguyễn Thị Ngọc Bé

Khoa Tâm lý và Giáo dục,

Trường Đại học Sư phạm, Đại học Huế

TS. Hồ Văn Dũng

Khoa Tâm lý và Giáo dục,

Trường Đại học Sư phạm, Đại học Huế

TS. Hoàng Thế Hải

Khoa Tâm lý và Giáo dục,

Trường Đại học Sư phạm, Đại học Đà Nẵng

TS. Phạm Thị Thúy Hằng

Khoa Tâm lý và Giáo dục,

Trường Đại học Sư phạm, Đại học Huế

TS. Nguyễn Thanh Hùng

Trưởng Khoa Tâm lý và Giáo dục,

Trường Đại học Sư phạm, Đại học Huế

PGS.TS. Phan Thị Mai Hương

Viện Tâm lý học

PGS.TS. Đậu Minh Long

Khoa Tâm lý và Giáo dục,

Trường Đại học Sư phạm, Đại học Huế

TS. Nguyễn Bá Phú

Khoa Tâm lý và Giáo dục,

Trường Đại học Sư phạm, Đại học Huế

*Trường Đại học Sư phạm, Đại học Huế*

TS. Hồ Thị Trúc Quỳnh	Khoa Tâm lý và Giáo dục, Trường Đại học Sư phạm, Đại học Huế
TS. Phạm Tiến Sỹ	Khoa Xã hội học và Công tác xã hội, Trường Đại học Khoa học, Đại học Huế
ThS. Mai Thị Thanh Thủy	Khoa Tâm lý và Giáo dục, Trường Đại học Sư phạm, Đại học Huế
TS. Nguyễn Phước Cát Tường	Khoa Tâm lý và Giáo dục, Trường Đại học Sư phạm, Đại học Huế
TS. Nguyễn Tuấn Vĩnh	Khoa Giáo dục Mầm non Trường Đại học Sư phạm, Đại học Huế

## MỤC LỤC

INTRODUCTION TO PROCEEDINGS OF THE HAPPY SCHOOLS SYMPOSIUM.....	1
	<i>Ha Vinh Tho</i>
TEACHING WELL-BEING FOR ADOLESCENTS IN SCHOOL SETTINGS: A LITERATURE REVIEW.....	3
	<i>Quynh-Anh Ngoc Nguyen</i>
THE HAPPY SCHOOLS PROJECT IN THUA THIEN HUE PROVINCE: IMPACT EVALUATION.....	16
	<i>Tu-Anh Thi Tran, Phuoc Cat Tuong Nguyen, Hong-Van Thi Dinh, Quynh-Anh Ngoc Nguyen</i>
CẢM NHẬN HẠNH PHÚC CỦA SINH VIÊN NĂM NHẤT TẠI TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH.....	38
	<i>Nguyễn Thị Ngọc Cẩm, Lê Thị Thu Liễu, Nguyễn Văn Hiến, Dư Thống Nhất, Trần Thị Hương</i>
DỰ ÁN “NGÃM” VÀ MÔ HÌNH GIÁO DỤC CẢM XÚC XÃ HỘI TRONG TRƯỜNG TRUNG HỌC PHỔ THÔNG.....	47
	<i>Nguyễn Thị Ngọc Châu</i>
RÈN LUYỆN KỸ NĂNG ĐỒNG CẢM NHẪM NÂNG CAO SỨC KHỎE TÂM THẦN CHO TRẺ VỊ THÀNH NIÊN.....	56
	<i>Nguyễn Thị Diệp, Võ Thị Phương Trang, Nguyễn Trần Diễm Phúc, Mai Thị Diệu Huyền, Nguyễn Phước Cát Tường, Nguyễn Đăng Nhật</i>
TRIỂN KHAI MÔN HỌC GIÁO DỤC CẢM XÚC TRONG CHƯƠNG TRÌNH ĐÀO TẠO - MỘT ĐỊNH HƯỚNG PHÁT TRIỂN NĂNG LỰC CẢM XÚC CHO SINH VIÊN KHOA TRUYỀN THÔNG VÀ THIẾT KẾ, TRƯỜNG ĐẠI HỌC CÔNG NGHỆ THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH.....	66
	<i>Nguyễn Thị Ngọc Giàu, Nguyễn Phước Cát Phương, Đặng Thị Thanh Tâm</i>
ẢNH HƯỞNG CỦA LÒNG TRẮC ẨN VỚI BẢN THÂN ĐẾN SỨC KHỎE TÂM THẦN CỦA SINH VIÊN.....	73
	<i>Lê Thanh Hà, Đào Thị Diệu Linh</i>
HỘI CHỨNG SỢ ĐỒNG TÍNH LUYỆN ÁI Ở HỌC SINH TRUNG HỌC PHỔ THÔNG TRÊN ĐỊA BÀN THÀNH PHỐ HÀ NỘI.....	80
	<i>Hồ Thu Hà, Bùi Huyền Trang, Nguyễn Minh Hằng</i>
THỰC TRẠNG SỬ DỤNG CÁC PHƯƠNG PHÁP VÀ CÔNG CỤ NHẬN DIỆN RỐI NHIỀU TÂM LÝ Ở HỌC SINH CỦA GIÁO VIÊN TRUNG HỌC CƠ SỞ.....	86
	<i>Hoàng Thế Hải, Lê Thị Hiền</i>

TRƯỜNG HỌC HẠNH PHÚC NHÌN TỪ SỨC KHỎE TÂM THẦN CỦA GIÁO VIÊN.....92

*Đỗ Thị Lệ Hằng, Nguyễn Thị Phương Hoa, Phan Thị Mai Hương  
Lê Thị Linh Trang*

SỬ DỤNG PHƯƠNG PHÁP TEACCH TRONG CAN THIỆP TRẺ RỐI LOẠN PHỔ TỰ KỶ TẠI THÀNH PHỐ QUẢNG NGÃI .....99

*Trần Thị Phong Hậu, Nguyễn Thị Trâm Anh*

BIỆN PHÁP GIÁO DỤC CẢM XÚC XÃ HỘI CHO TRẺ MẪU GIÁO Ở TRƯỜNG MẦM NON ..... 106

*Trịnh Thị Hiếu, Nguyễn Thị Khuyên*

XÂY DỰNG TRƯỜNG HỌC HẠNH PHÚC TẠI HỆ THỐNG GIÁO DỤC NGUYỄN BÌNH KHIÊM, CẦU GIẤY, HÀ NỘI..... 114

*Nguyễn Văn Hoà, Bùi Thị Nga, Bùi Bích Liên, Bùi Thị Diễm My,  
Phùng Thị Năm, Cao Thị Lan Nhi, Nguyễn Thuỳ Trang,  
Trần Thị Lệ Thu, Vũ Thị Việt Nga*

NHẬN THỨC VỀ NĂNG LỰC XÂY DỰNG MÔI TRƯỜNG GIÁO DỤC AN TOÀN CỦA GIÁO VIÊN CÁC TRƯỜNG PHỔ THÔNG TẠI KHU VỰC MIỀN NAM, VIỆT NAM ..... 131

*Trần Thị Hương, Nguyễn Thị Ngọc Cẩm, Lê Thị Thu Liễu,  
Nguyễn Văn Hiến, Nguyễn Đắc Thanh, Dư Thống Nhất*

SỰ CẦN THIẾT XÂY DỰNG TRƯỜNG HỌC HẠNH PHÚC Ở CÁC TRƯỜNG PHỔ THÔNG VIỆT NAM..... 142

*Đỗ Thị Thu Hương, Nguyễn Phúc Lộc*

NGHIÊN CỨU CẢM NHẬN HẠNH PHÚC Ở TRƯỜNG HỌC CỦA HỌC SINH TRUNG HỌC PHỔ THÔNG THÀNH PHỐ HUẾ ..... 148

*Phạm Thế Kiên, Phạm Thanh Nhi*

THỰC TRẠNG KHÓ KHĂN TÂM LÝ VÀ CÁC CHIẾN LƯỢC ỨNG PHÓ CỦA HỌC SINH TRUNG HỌC PHỔ THÔNG GIAI ĐOẠN HẬU COVID - 19 TẠI THÀNH PHỐ HÀ NỘI VÀ TỈNH VĨNH PHÚC..... 159

*Lưu Thị Phương Loan, Trần Văn Công*

GIÁO DỤC LÒNG BIẾT ƠN CHO HỌC SINH LỚP 2 Ở CÁC TRƯỜNG TIỂU HỌC HUYỆN TUY AN, TỈNH PHÚ YÊN..... 171

*Lê Hữu Lộc, Nguyễn Tuấn Vĩnh*

FEASIBILITY AND FIT OF THE PSYCHCLUB - A SCHOOL-BASED MENTAL HEALTH PROMOTION PROGRAM DEVELOPED THROUGH THE CO-CREATION APPROACH..... 178

*Dang Hoang Minh, Vu Hong Van, Nguyen Lan Phuong, Kieu Thi Anh Dao,  
Ho Thu Ha, Nguyen Thi Thuong, Tran Thi Hang Ly, Le Vu Ha,  
Arnaldo Pellini, Jose Manual Roche, Fiona Samuels*

CẢM NHẬN HẠNH PHÚC Ở TRƯỜNG HỌC CỦA HỌC SINH TRUNG HỌC CƠ SỞ THÀNH PHỐ ĐỒNG XOÀI, TỈNH BÌNH PHƯỚC .....	188
<i>Uông Thị Lê Na, Nguyễn Quỳnh Dung</i>	
THỰC TRẠNG HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC PHÒNG NGỪA BẠO LỰC HỌC ĐƯỜNG CHO HỌC SINH TRUNG HỌC CƠ SỞ HUYỆN EA KAR, TỈNH ĐẮK LẮK .....	195
<i>Nguyễn Đình Nam, Bé Thị Thao, Lương Thị Ngọc Thảo</i>	
HẠNH PHÚC TỪ HÀNH TRÌNH “CÙNG HỌC SINH ĐỌC SÁCH” .....	205
<i>Trần Thị Quỳnh Nga, Hoàng Thụy Bích Thủy, Nguyễn Minh Thanh Nhân</i>	
THỰC TRẠNG HOẠT ĐỘNG TƯ VẤN HỌC ĐƯỜNG Ở CÁC TRƯỜNG TRUNG HỌC CƠ SỞ HUYỆN HÓC MÔN, THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH	213
<i>Nguyễn Thị Nga</i>	
KHÁI NIỆM, BIỂU HIỆN, CƠ CHẾ VÀ CON ĐƯỜNG DẪN ĐẾN NGHIỆN ĐIỆN THOẠI THÔNG MINH: TỔNG QUAN NGHIÊN CỨU .....	221
<i>Nguyễn Phương Hồng Ngọc, Nguyễn Thị Ngọc Bé</i>	
XÂY DỰNG CHƯƠNG TRÌNH PHÒNG NGỪA LẠM DỤNG ĐIỆN THOẠI THÔNG MINH CHO HỌC SINH TRUNG HỌC .....	229
<i>Trần Hoàng Nguyên, Đậu Nguyễn Thái Bình, Lê Văn Luân, Đinh Thị Cẩm Lai</i>	
CẢI THIỆN SỰ AN KHANG TÂM LÝ CỦA HỌC SINH CẤP BA BẰNG MÔ HÌNH GIÁO DỤC CẢM XÚC, XÃ HỘI VÀ ĐẠO ĐỨC.....	238
<i>Lương Dũng Nhân</i>	
STUDY OF PARENTING TRAINING PROGRAMS FOR PARENTS OF CHILDREN WITH ATTENTION DEFICIT HYPERACTIVITY DISORDER .....	249
<i>Nguyen Thi Hong Nhung, Nguyen Thi Tram Anh, Tran Thanh Nam</i>	
ĐIỀU TIẾT CẢM XÚC CỦA SINH VIÊN TRONG CỘNG ĐỒNG LGBT ..	257
<i>Nguyễn Hồng Phúc, Nguyễn Văn Tường, Nguyễn Đức Tài</i>	
CHỈ SỐ VƯỢT KHÓ CỦA SINH VIÊN ĐẠI HỌC ĐÀ NẴNG .....	264
<i>Trần Minh Phúc, Nguyễn Thị Trâm Anh</i>	
PHÁT TRIỂN NĂNG LỰC HỌC TẬP CẢM XÚC XÃ HỘI CHO HỌC SINH GÓP PHẦN XÂY DỰNG TRƯỜNG HỌC HẠNH PHÚC.....	274
<i>Bùi Hồng Quân, Trịnh Duy Trọng, Phạm Thị Thu Hiền Nguyễn Văn Chiến</i>	
LÒNG BIẾT ƠN CỦA TRẺ VỊ THÀNH NIÊN – MỘT NGHIÊN CỨU KHÁM PHÁ TRÊN HỌC SINH TRƯỜNG TRUNG HỌC PHỔ THÔNG NGUYỄN TRƯỜNG TỘ, THÀNH PHỐ HUẾ .....	283
<i>Nguyễn Thị Quyên, Nguyễn Thị Ánh Hà, Nguyễn Phan Nhã Uyên, Nguyễn Thị Huyền Trâm, Nguyễn Phước Cát Tường</i>	



MỐI QUAN HỆ GẮN BÓ VỚI BẠN ĐỒNG LÚA VÀ SỨC KHỎE TÂM THẦN Ở HỌC SINH .....	289
<i>Phạm Tiến Sĩ</i>	
THỰC TRẠNG NĂNG LỰC CẢM XÚC – XÃ HỘI CỦA HỌC SINH LỚP 2 CÁC TRƯỜNG TIỂU HỌC THỊ XÃ PHÚ MỸ, TỈNH BÀ RỊA – VŨNG TÀU .....	295
<i>Phan Ngọc Thảo, Phạm Thị Diệp</i>	
NĂNG LỰC CẢM XÚC XÃ HỘI CỦA CHA MẸ HỌC SINH TIỂU HỌC THÀNH PHỐ HUẾ.....	301
<i>Tôn Thất Minh Thông, Nguyễn Phước Cát Tường</i>	
RÈN LUYỆN KỸ NĂNG THIẾT LẬP MỤC TIÊU CHO HỌC SINH TRUNG HỌC PHỔ THÔNG THÔNG QUA HOẠT ĐỘNG TRẢI NGHIỆM .....	311
<i>Dương Thị Thu Thủy, Lý Trực Quang Minh, Đặng Kiều Diễm</i>	
TRƯỜNG HỌC HẠNH PHÚC KHÔNG CÓ TỰ TỬ: NHÀ TÂM LÝ HỌC ĐƯỜNG PHÒNG NGỪA HỌC SINH TỰ TỬ.....	321
<i>Nguyễn Lê Minh Trang, Lê Thị Mai Liên</i>	
KỸ NĂNG LẮNG NGHE VÀ MỐI QUAN HỆ CỦA NÓ VỚI SỨC KHỎE TÂM THẦN Ở HỌC SINH TRUNG HỌC PHỔ THÔNG TỈNH THỪA THIÊN HUẾ .....	333
<i>Võ Thị Phương Trang, Nguyễn Thị Diệp, Trần Khánh Hoàng, Nguyễn Đăng Nhật, Nguyễn Phước Cát Tường</i>	
RÈN LUYỆN KỸ NĂNG QUẢN LÝ CƠN GIẬN - MỘT GIẢI PHÁP NGĂN NGỪA BẠO LỰC HỌC ĐƯỜNG Ở HỌC SINH TRUNG HỌC PHỔ THÔNG .....	342
<i>Võ Thị Phương Trang, Nguyễn Thị Diệp, Trần Khánh Hoàng, Ngô Đình Yến Nhi, Nguyễn Đăng Nhật Nguyễn Phước Cát Tường</i>	
RÈN LUYỆN KỸ NĂNG TỰ NHẬN THỨC CẢM XÚC ĐỂ ỨNG PHÓ VỚI KHÓ KHĂN TÂM LÝ TRONG ĐẠI DỊCH COVID-19 – MỘT NGHIÊN CỨU HÀNH ĐỘNG TỪ TRƯỜNG TRUNG HỌC PHỔ THÔNG HƯƠNG VINH, TỈNH THỪA THIÊN HUẾ .....	353
<i>Lương Nguyễn Quỳnh Trang, Phan Nguyễn Phương Uyên, Trần Thị Lý Nguyễn Phước Cát Tường, Lê Hoàng Phương Vỹ, Bùi Kim Ngân, Nguyễn Phước Hải</i>	
GIÁO DỤC LÒNG BIẾT ƠN VÌ HẠNH PHÚC CỦA TRẺ EM – NHÌN TỪ MỘT SỐ NGHIÊN CỨU THỰC CHỨNG TRÊN THẾ GIỚI .....	363
<i>Nguyễn Phước Cát Tường, Trần Thị Tú Anh, Đinh Thị Hồng Vân, Nguyễn Tuấn Vĩnh, Nguyễn Thị Quỳnh Anh Nguyễn Ngọc Quỳnh Anh</i>	

THE EFFECTS OF ANIMAL ASISSTED EDUCATION ON SOCIAL-EMOTIONAL COMPETENCIES OF TYPICALLY DEVELOPING STUDENTS: A SYSTEMATIC REVIEW..... 373

*Phuoc Cat Tuong Nguyen, Tu-Anh Thi Tran, Hong-Van Thi Dinh, Tuan-Vinh Nguyen, Nguyen Thi Quynh Anh, Quynh-Anh Ngoc Nguyen*

ĐÁNH GIÁ MỨC ĐỘ NHẬN BIẾT CẢM XÚC CỦA TRẺ 5 – 6 TUỔI Ở CÁC TRƯỜNG MẦM NON QUẬN LIÊN CHIÊU, THÀNH PHỐ ĐÀ NẴNG..... 386

*Ngô Thị Hồng Vân, Nguyễn Thị Trâm Anh*

## KHÁI NIỆM, BIỂU HIỆN, CƠ CHẾ VÀ CON ĐƯỜNG DẪN ĐẾN NGHIÊN ĐIỆN THOẠI THÔNG MINH: TỔNG QUAN NGHIÊN CỨU

NGUYỄN PHƯƠNG HỒNG NGỌC

Trường Đại học Giáo dục, Đại học Quốc gia Hà Nội

NGUYỄN THỊ NGỌC BÉ\*

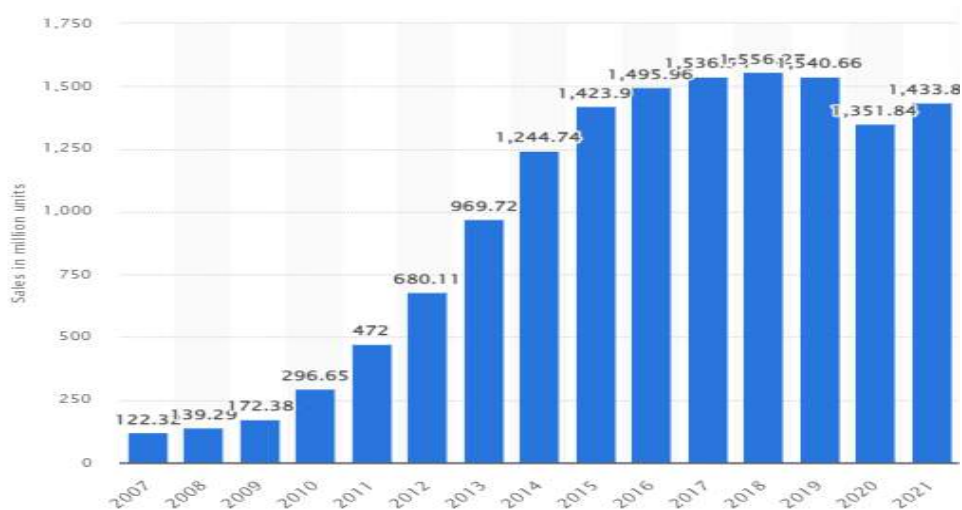
Trường Đại học Sư phạm, Đại học Huế

**Tóm tắt:** Bài viết này trình bày khái niệm, biểu hiện của nghiên điện thoại thông minh cũng như những cách giải thích về cơ chế và con đường dẫn đến nghiên điện thoại thông minh qua các nghiên cứu trên thế giới và tại Việt Nam. Đến nay, vẫn chưa có khái niệm và tiêu chí thống nhất để xác định nghiên điện thoại thông minh. Một số cách giải thích về cơ chế và con đường dẫn đến nghiên điện thoại thông minh được các nhà nghiên cứu đưa ra dựa trên các lý thuyết hành vi, lý thuyết về sự gắn bó. Kết quả nghiên cứu này góp phần xây dựng cơ sở lý luận cho các nghiên cứu về nghiên điện thoại thông minh, đồng thời cũng đưa ra các khoảng trống cho nghiên cứu trong tương lai về vấn đề này tại Việt Nam.

**Từ khóa:** Biểu hiện, cơ chế, khái niệm, nghiên điện thoại thông minh.

### 1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Theo World Bank Group (2016), chúng ta đang ở trong cuộc cách mạng thông tin và truyền thông vĩ đại nhất trong lịch sử loài người. Hơn 40% dân số thế giới có quyền truy cập Internet, đi liền với đó là những người dùng mới trực tuyến mỗi ngày. Với sự gia tăng vai trò của công nghệ hiện đại trong cuộc sống, điện thoại thông minh đang là một trong những thiết bị không chỉ ngày càng phổ biến mà còn mang đến cho con người nhiều tiện ích mới trên mọi lĩnh vực như: trao đổi thông tin, học tập, giải trí và kết nối với gia đình, bạn bè, người thân,... ở mọi lúc, mọi nơi (Nguyễn Thị Vân Khánh, 2018; Singh và Samah, 2018; Gowthami và Kumar, 2016; Loc My Thi Nguyen, Tuong Sy Hoang, 2020). Thống kê từ Statista cho thấy số lượng điện thoại thông minh được bán ra từ năm 2007 đến 2021 có xu hướng tăng lên (biểu đồ 1):



Biểu đồ 1. Số lượng điện thoại thông minh đã bán trên thế giới từ 2007 – 2021

(Nguồn: Statista)

Theo đó, 1,52 tỷ chiếc điện thoại thông minh đã được bán ra vào năm 2019. Năm 2020, con số này là 1,35 tỷ chiếc điện thoại thông minh, tương đương với mức tăng 1,5%.

\* Liên hệ với tác giả: ntngocbe@hueuni.edu.vn

Điện thoại thông minh hiện nay đã và đang trở thành một phần không thể thiếu trong cuộc sống hằng ngày của mọi người, đặc biệt là ở những người trẻ tuổi. Ví dụ, nghiên cứu của Roberts, Yaya và Manolis (2014) cho thấy sinh viên đại học tại Mỹ dành trung bình 8 – 10 giờ mỗi ngày cho việc sử dụng điện thoại thông minh, hay nghiên cứu của Saadeh và cộng sự (2021) cho thấy tại Jordan, trong số 6157 sinh viên được hỏi, có 42% sử dụng điện thoại thông minh nhiều hơn 6 giờ mỗi ngày. Tại Việt Nam, nghiên cứu của Nguyễn Phương Hồng Ngọc và Trần Văn Công (2017) cho thấy việc sở hữu và sử dụng điện thoại thông minh là rất phổ biến, 100% học sinh trung học phổ thông được khảo sát đều sở hữu điện thoại thông minh, trong đó có 33,3% học sinh đã sở hữu điện thoại thông minh được 5 năm hoặc lâu hơn, với thời lượng trung bình dành để sử dụng là 5,4 giờ mỗi ngày.

Bên cạnh những tiện ích mà điện thoại thông minh mang lại, thực tế và các nghiên cứu đã cho thấy một số tác hại, nguy cơ có thể xảy ra khi học sinh, sinh viên sử dụng điện thoại thông minh như thiếu sự tương tác xã hội trong cuộc sống thực, gây mất tập trung cho việc học tập, gây mất tập trung cho người lái xe (đặc biệt là người trẻ) khi họ nói chuyện/nhắn tin khi đang lái xe, khi đi qua đường, tiềm ẩn nguy cơ tai nạn, tiếp xúc với các nội dung, văn hóa phẩm đồi trụy, có các vấn đề về thể chất như đau cổ và vai, giảm thời gian vận động thể chất, sử dụng quá mức, nghiện điện thoại thông minh,... (Singh và Samah, 2018; Gowthami và Kumar, 2016; Cazzulino và cộng sự, 2014; Jacobsen và Forste, 2011). Các tính năng tiện ích mà điện thoại thông minh đem lại khiến cho thời gian sử dụng của người dùng có xu hướng tăng lên. Việc phụ thuộc, sử dụng quá mức không thể kiểm soát được, gây ảnh hưởng đến các hoạt động chức năng là vấn đề cần lưu ý.

Trong bài viết này, chúng tôi tập trung tìm hiểu các khái niệm, biểu hiện của nghiện điện thoại thông minh cũng như những cách giải thích về cơ chế và con đường dẫn đến nghiện điện thoại thông minh qua các nghiên cứu trên thế giới và tại Việt Nam.

## 2. PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Nghiên cứu này tìm kiếm, phân tích và tổng hợp các nghiên cứu liên quan đến khái niệm, các biểu hiện/ tiêu chí đánh giá cũng như con đường và cơ chế giải thích cho hành vi nghiện điện thoại thông minh. Nhóm nghiên cứu đã sử dụng các từ khóa bằng tiếng Anh và tiếng Việt, bao gồm: khái niệm, definition, concept, biểu hiện, symptom, tiêu chuẩn, criteria kết hợp với nghiện điện thoại thông minh, smartphone addiction, problematic smartphone use, smartphone dependency, excessive smartphone use, smartphone overdependence,... để tìm kiếm tài liệu là các bài báo khoa học, sách hoặc các báo cáo trong kỷ yếu hội thảo khoa học (được viết bằng tiếng Việt hoặc tiếng Anh) trên các cơ sở dữ liệu như Google Scholar, Pubmed, PsyInfo,... Các tài liệu được đưa vào bài viết tổng quan này được xuất bản trước tháng 01 năm 2023.

## 3. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

### 3.1. Khái niệm về nghiện điện thoại thông minh

Có hai dạng nghiện là nghiện chất như nghiện rượu, cafein, cần sa, chất gây ảo giác, thuốc an thần, thuốc ngủ, chất kích thích, và thuốc lá,... và nghiện về mặt hành vi (behavioral addiction) như nghiện game, internet, điện thoại thông minh. Nghiện về mặt hành vi được định nghĩa là một mong muốn mãnh liệt trong việc thực hiện lặp lại một số hành vi tạo ra sự thích thú, thoải mái, thỏa mãn hoặc có khả năng giảm bớt một số đau khổ, mặc dù nhận thức được rằng hành vi đó có thể gây ra hậu quả tiêu cực. Trong Sổ tay hướng dẫn thống kê và chẩn đoán các rối loạn tâm thần DSM-5 (APA, 2013), rối loạn nghiện cờ bạc được đưa vào vì hành vi đó tạo ra kích hoạt tương tự trong não như với rối loạn sử dụng rượu hoặc chất kích thích (Dasgupta, 2020).

Cho đến nay, khái niệm hay các tiêu chí xác định hành vi nghiện điện thoại vẫn còn chưa thống nhất (Kim và cộng sự, 2019, Khoe, 2020). Hành vi nghiện điện thoại thông minh xuất hiện trong các nghiên cứu dưới nhiều thuật ngữ như nghiện điện thoại thông minh (smartphone addiction), phụ thuộc vào điện thoại thông minh (smartphone dependency), sử dụng điện thoại

thông minh quá mức (excessive smartphone use), sử dụng điện thoại thông minh có vấn đề (problematic smartphone use), phụ thuộc quá mức vào điện thoại thông minh (smartphone overdependence),...

Qua các nghiên cứu, có nhiều khái niệm nghiên cứu điện thoại thông minh đã được đưa ra. Ví dụ, Moattari và cộng sự (2017) sử dụng định nghĩa “*Nghiện điện thoại thông minh có thể được định nghĩa là tình trạng thiếu kiểm soát trong việc sử dụng điện thoại thông minh, bất chấp những tác động có hại về tài chính, tâm lý và thể chất, xã hội của người dùng*”, hay Han và Kim (2022) cho rằng “*Nghiện điện thoại thông minh đề cập đến việc người nghiện sử dụng điện thoại thông minh một cách quá mức và không kiểm soát*”, Raymond và Kartasasmita (2022) cho rằng nghiện điện thoại thông minh là một dạng nghiện công nghệ, đó là một dạng hành vi nghiện bao gồm sự tương tác giữa người – máy,... Không chỉ có vậy, nghiện điện thoại thông minh là một hiện tượng tương đối mới, do đó, số lượng nghiên cứu xác định các triệu chứng của loại hành vi nghiện này vẫn còn hạn chế (theo Direktor và Nuri, 2019).

### **3.2. Biểu hiện của nghiện điện thoại thông minh**

Cho đến nay, trên thế giới và tại Việt Nam vẫn chưa có các tiêu chí để xác định nghiện điện thoại thông minh một cách chính thức và nhất quán. Như đã đề cập ở trên, nghiện về mặt hành vi (bao gồm nghiện điện thoại thông minh) nói chung là khó để định nghĩa, nó không chỉ liên quan đến thể chất, mà còn liên quan đến các yếu tố xã hội và tâm lý (Lee và cộng sự, 2014). Theo Mok và cộng sự (2014), các khía cạnh của nghiện về mặt hành vi bao gồm: duy trì thực hiện hành vi bất chấp những tác động tiêu cực của nó, giảm khả năng kiểm soát đối với việc thực hiện hành vi, thực hiện một cách ám ảnh và có sự thèm muốn thôi thúc ngay lập tức trước khi thực hiện hành vi (Mok và cộng sự, 2014).

Jameel, Shahnawaz và Griffiths (2019) đã phân tích và đưa ra một số lập luận về việc xác định hành vi như thế nào là hành vi nghiện điện thoại thông minh. Theo đó, việc xác định chính xác thời điểm hành vi sử dụng điện thoại thông minh trở thành hành vi nghiện là rất khó (Griffiths, 2013), mọi người (bao gồm cả các nhà nghiên cứu) có thể nhầm lẫn việc sử dụng điện thoại thông minh theo thói quen là một hành vi gây nghiện và cuối cùng, nếu nhìn nhận như vậy, hành vi sử dụng điện thoại thông minh thông thường có thể bị biến thành một hành vi bệnh lý, điều không hợp lý. Các nhà nghiên cứu cũng lập luận rằng việc sử dụng quá mức không nhất thiết có nghĩa là nghiện (Griffiths, 2005). Các nhà nghiên cứu đã khẳng định thêm rằng hành vi nghiện cần được xem xét trên một phạm vi rộng hơn với các mức độ nghiêm trọng khác nhau và không phải lúc nào cũng có thể xác định một ngưỡng cụ thể cho một hiện tượng khách quan như vậy. Người dùng không nghiện điện thoại thông minh có thể dành cùng một lượng thời gian trên điện thoại thông minh của họ như người dùng nghiện điện thoại thông minh, nhưng thời gian của người không nghiện tập trung nhiều hơn vào các nhiệm vụ cụ thể (Tossell và cộng sự, 2015). Điều này có nghĩa là thời lượng sử dụng điện thoại thông minh không phải là yếu tố duy nhất giúp xác định một cá nhân nghiện hay không nghiện điện thoại thông minh.

Griffiths (2005) đã đề xuất các thành tố trong mô hình về nghiện, mô hình này gợi ý rằng tất cả các dạng nghiện đều có một danh sách các biểu hiện, tiêu chí cốt lõi và sự kết hợp của các loại phần thưởng (sinh lý và tâm lý) và môi trường (thể chất, xã hội và văn hóa) liên quan đến bất kỳ hành vi nào ảnh hưởng đến mức độ tham gia quá mức vào bất kỳ hoạt động cụ thể nào đó. Theo đó, Griffiths (2005) liệt kê sáu thành tố cốt lõi của nghiện là nổi bật, thay đổi tâm trạng, thỏa hiệp, hội chứng cai, xung đột và tái nghiện. Liên quan đến việc sử dụng điện thoại thông minh:

- Nổi bật – Điều này xảy ra khi sử dụng điện thoại thông minh trở thành một hoạt động quan trọng nhất trong cuộc sống của người đó và nó chi phối suy nghĩ (bận tâm, nhận thức bị bóp méo), cảm xúc (thèm muốn) và hành vi (suy đồi các hành vi đã được xã hội hóa).
- Thay đổi tâm trạng – Điều này đề cập đến các trải nghiệm chủ quan mà người đó báo cáo như là hệ quả của việc sử dụng điện thoại thông minh.

- Thỏa hiệp – Đây là quá trình tăng lượng thời gian sử dụng điện thoại thông minh để đạt được cảm nhận thay đổi tâm trạng trước đó.

- Hội chứng cai – Đây là những trạng thái cảm giác khó chịu về mặt thể chất (ví dụ: run, ủ rũ, khó chịu,...) xảy ra khi một người không thể sử dụng điện thoại thông minh của họ. – Xung đột – Điều này đề cập đến những xung đột giữa người đó và những người xung quanh (xung đột giữa các cá nhân), xung đột với các hoạt động khác (đời sống xã hội, sở thích) hoặc từ bên trong chính cá nhân đó (xung đột nội tâm và/hoặc cảm giác mất kiểm soát) có liên quan đến việc dành quá nhiều thời gian cho điện thoại thông minh của họ.

- Tái nghiện – Đây là xu hướng tái diễn lặp đi lặp lại các kiểu sử dụng điện thoại thông minh quá mức trước đó, việc sử dụng quá mức như vậy sẽ nhanh chóng được khôi phục sau một thời gian kiểm soát (theo Jameel, Shahnawaz, và Griffiths, 2019).

Lin và cộng sự (2016) đã nghiên cứu và thấy rằng các biểu hiện nghiện điện thoại thông minh trùng với một số khía cạnh với các rối loạn nghiện về mặt hành vi và liên quan đến chất, nhưng ở nghiện điện thoại thông minh vẫn tồn tại các đặc điểm riêng biệt. Nhóm tác giả đã đề xuất các tiêu chí chẩn đoán nghiện điện thoại thông minh như sau:

- Tiêu chí A: Các mẫu hành vi sử dụng điện thoại thông minh kém thích nghi, dẫn đến sự suy giảm hoặc đau khổ có ý nghĩa lâm sàng, xảy ra trong khoảng thời gian 3 tháng. Có ba (hoặc nhiều hơn) biểu hiện sau:

1. Thường xuyên không cưỡng lại được thôi thúc sử dụng điện thoại thông minh.
2. Biểu hiện cai: biểu hiện khó chịu, lo lắng và/hoặc khó chịu sau một thời gian không sử dụng điện thoại thông minh.
3. Sử dụng điện thoại thông minh trong thời gian dài hơn dự kiến.
4. Mong muốn dai dẳng và/hoặc đã cố gắng bỏ hoặc giảm sử dụng điện thoại thông minh nhưng không thành công.
5. Dành quá nhiều thời gian cho việc sử dụng hoặc bỏ sử dụng điện thoại thông minh.
6. Tiếp tục sử dụng điện thoại thông minh quá mức mặc dù biết rằng bản thân gặp các vấn đề về thể chất hoặc tâm lý dai dẳng hoặc tái phát do sử dụng điện thoại thông minh quá mức.

- Tiêu chí B: Suy giảm chức năng: có hai (hoặc nhiều hơn) biểu hiện sau:

1. Sử dụng điện thoại thông minh quá mức dẫn đến các vấn đề về thể chất hoặc tâm lý kéo dài hoặc tái phát.
2. Sử dụng điện thoại thông minh trong tình huống nguy hiểm (ví dụ: sử dụng điện thoại thông minh khi lái xe hoặc băng qua đường) hoặc có tác động tiêu cực khác đến cuộc sống hàng ngày.
3. Sử dụng điện thoại thông minh dẫn đến hậu quả làm suy giảm các mối quan hệ xã hội, thành tích học tập hoặc hiệu suất công việc.
4. Sử dụng điện thoại thông minh quá mức gây ra sự đau khổ đáng kể hoặc tốn thời gian.

- Tiêu chí C: Tiêu chí loại trừ: Hành vi nghiện điện thoại thông minh không được xem xét và giải thích như là biểu hiện của rối loạn ám ảnh cưỡng chế hoặc bởi rối loạn lưỡng cực.

Một quan niệm khác gần tương tự về các thành tố của hành vi nghiện điện thoại thông minh được Alageel và cộng sự (2021) sử dụng trong nghiên cứu của với quan điểm cho rằng nghiện điện thoại thông minh bao gồm bốn thành tố: các hành vi xung động, thỏa hiệp, hội chứng cai và suy giảm chức năng. Quan niệm này xuất phát từ việc coi nghiện điện thoại thông minh là một dạng nghiện công nghệ (technological addiction), và nó tương tự như nghiện Internet (Kim, 2013). Tuy nhiên, các nhà nghiên cứu khác cũng cho thấy những điểm khác biệt, chẳng hạn như chẳng hạn như tính di động dễ dàng, khả năng truy cập Internet theo thời gian thực và các tính năng giao tiếp dễ dàng và trực tiếp của điện thoại thông minh có thể khác với internet (Kwon

và cộng sự, 2013).

Đến nay, mặc dù còn tồn tại tranh luận, chẳng hạn như Emanuel và cộng sự (2015) cho rằng mọi người không nghiện điện thoại thông minh mà nghiện thông tin, giải trí và các kết nối cá nhân mà nó mang lại, hay Panova và Carbonell (2018) đề xuất chuyển nghiện điện thoại thông minh ra khỏi khuôn khổ của vấn đề nghiện bởi sự hạn chế của các nghiên cứu sàng lọc và tương quan, việc thiếu các nghiên cứu trường hợp và nghiên cứu trường diễn, các định nghĩa mơ hồ về tiêu chí xác định nghiện điện thoại thông minh, thiếu các hậu quả tâm lý hoặc thể chất nghiêm trọng liên quan. Họ cho rằng một hành vi có thể biểu hiện tương tự như nghiện với các biểu hiện như sử dụng quá mức, các vấn đề kiểm soát xung động và hậu quả tiêu cực, nhưng không có nghĩa đó là các hành vi nghiện. Tuy nhiên, ở một mặt khác, có thể thấy việc nghiện sử dụng điện thoại thông minh cũng có những đặc điểm giống như nghiện internet, có những đặc điểm như ám ảnh với việc sử dụng điện thoại thông minh, các hành vi như kiểm tra tin nhắn hoặc cập nhật thông tin lặp đi lặp lại, sử dụng với thời gian và cường độ cao, có cảm giác kích động hoặc đau khổ khi không có điện thoại, suy giảm chức năng, ảnh hưởng hưởng đến các hoạt động sống và các mối quan hệ xã hội (Moattari và cộng sự, 2017).

### **3.3. Cơ chế và con đường dẫn đến nghiện điện thoại thông minh**

Một số nghiên cứu đã được thực hiện nhằm giải thích cơ chế phát triển của hành vi nghiện điện thoại thông minh:

Nghiên cứu tổng quan hệ thống của Elhai và cộng sự (2017) đã tổng hợp một số con đường dẫn đến việc sử dụng điện thoại thông minh có vấn đề: Mô hình củng cố tiêu cực: a) các hành vi kiểm tra và sử dụng theo thói quen; b) tìm kiếm sự yên tâm/trấn an quá mức; và c) không nỡ bỏ lỡ thông tin hoặc nội dung quan trọng. Những con đường này có liên quan đến việc củng cố tiêu cực vì chúng liên quan đến các hành vi nhằm giảm bớt cảm xúc tiêu cực. Tiếp theo là mô hình củng cố tiêu cực và tích cực vì nó liên quan đến các hành vi nhằm mục đích thúc đẩy cảm xúc tích cực, nhưng cũng tránh cảm xúc tiêu cực: d) hướng ngoại và e) xung động. Các con đường này không loại trừ lẫn nhau. Về mô hình củng cố, sự phát triển của việc sử dụng điện thoại thông minh có vấn đề thông qua thói quen có liên quan đến các tính năng của điện thoại, chẳng hạn như tính năng thông báo. Tính năng này phục vụ như một tín hiệu kích hoạt hành vi kiểm tra điện thoại một cách tự động của người dùng. Theo thời gian, chỉ cần nhìn thấy điện thoại trên mặt bàn, trên tủ, v.v cũng sẽ là tín hiệu cho việc kiểm tra các thông báo thường xuyên và lặp lại. Những thói quen như vậy có vai trò như một cánh cửa dẫn đến tần suất sử dụng điện thoại thông minh ngày càng nhiều hơn và có thể đến mức có vấn đề. Những thói quen kiểm tra điện thoại như vậy cũng giúp cho người dùng nhận được sự yên tâm/trấn an từ phía bạn bè, các mối quan hệ. Hành vi tìm kiếm sự yên tâm này có thể liên quan đến các yếu tố như lòng tự trọng thấp, cô đơn, trầm cảm, và lo âu, những yếu tố này thúc đẩy hành vi tìm kiếm sự yên tâm đó. Con đường tiếp theo là sợ bị bỏ lỡ (“fear of missing out” (FoMO)). Người dùng có thể lo sợ mình bỏ lỡ những thông tin quan trọng, do đó họ cần liên tục kết nối. Các nghiên cứu trước đây đã chứng minh rằng FoMO là yếu tố thúc đẩy việc sử dụng mạng xã hội và điện thoại thông minh quá mức. Về con đường liên quan đến tính hướng ngoại và xung động, con đường liên quan đến tính hướng ngoại gồm các biểu hiện liên quan đến sự phụ thuộc vào xã hội, điều này thúc đẩy người dùng liên tục duy trì và thiết lập các mối quan hệ mới, và điều này cũng không nhất thiết liên quan đến việc tìm kiếm sự yên tâm từ các mối quan hệ hiện có. Con đường liên quan đến tính xung động thể hiện ở việc người dùng thiếu tự chủ và thiếu nguyên tắc trong việc quản lý việc sử dụng điện thoại thông minh. Con đường này có liên quan đến các đặc điểm như chống đối xã hội, mất phản xạ có điều kiện và giảm chú ý (Elhai và cộng sự, 2017).

Parent, Bond và Shapka (2021) đã nghiên cứu về hành vi nghiện điện thoại thông minh dựa trên lý thuyết về sự gắn bó. Từ quan điểm này, các nhà nghiên cứu đã đưa ra giả thiết rằng thanh niên phát triển mối quan hệ gắn bó với điện thoại thông minh của họ và sử dụng chúng để thỏa mãn nhu cầu được gắn bó. Theo Bowlby (1969), chức năng sinh học của hệ thống gắn bó là để bảo vệ mỗi người khỏi sự nguy hiểm bằng cách đảm bảo rằng họ duy trì sự gắn bó với những người quan tâm và hỗ trợ họ (đối tượng gắn bó). Parent và cộng sự (2021) lập luận rằng các

nghiên cứu đã cung cấp bằng chứng chỉ ra việc con người dễ hình thành mối quan hệ gắn bó với các đối tượng không phải là con người, đó có thể là những đồ vật vô tri vô giác (Scannell và Gifford, 2010, Cipriani và Kreider, 2009; Konok và cộng sự, 2016; Konok và cộng sự, 2017). Theo đó, việc hình thành mối quan hệ gắn bó với điện thoại thông minh cũng như sử dụng nó như là một nguồn an toàn, thoải mái và bảo mật được thúc đẩy bởi hệ thống gắn bó để bảo vệ mỗi người khỏi những tổn thương về thể chất và tinh thần. Do đó, tương tự như sự gắn bó hình thành với con người, sự gắn bó với các đồ vật như điện thoại thông minh được cho là phản ánh các đặc điểm chính của mối quan hệ gắn bó (sự gắn gũi với đối tượng gắn bó, nó mang lại cảm giác an toàn, là nơi trú ẩn trong các tình huống đau khổ), vậy nên sự tách rời khỏi đối tượng gắn bó dẫn đến cảm xúc lo lắng về sự tách rời. Nhóm nghiên cứu này cho rằng các đối tượng gắn bó (như điện thoại thông minh) đại diện cho nguồn an ủi, hình thành mối quan hệ gắn bó thông qua các liên kết mà người dùng học được. Ví dụ, ở giai đoạn sơ sinh, người ta đã đưa ra giả thiết rằng trẻ học cách liên kết chiếc chăn của trẻ với sự ấm áp, thoải mái, mềm mại, từ đó trẻ có thể phát triển sự gắn bó với chiếc chăn và sử dụng chiếc chăn đó để thay thế cho cảm giác an toàn, thoải mái thường được cung cấp bởi đối tượng gắn bó với trẻ. Bằng cách này, khi phát triển sự gắn bó với một đối tượng cụ thể như điện thoại thông minh, sự hiện diện của đối tượng đó đem lại cảm giác an toàn trong các tình huống đau khổ, cho phép có các chiến lược ứng phó và điều chỉnh cảm xúc hiệu quả hơn, do đó giảm bớt lo lắng. Hơn nữa, khi đối tượng gắn bó được liên kết với những hệ quả tích cực, việc tương tác với đối tượng sẽ mang lại cảm giác thoải mái, ngay cả khi không có tác nhân gây căng thẳng nào xuất hiện.

Theo van Velthoven (2018), việc sử dụng điện thoại thông minh có vấn đề hay nghiện điện thoại thông minh được tạo điều kiện phát triển bởi các đặc điểm/chức năng của công nghệ, bao gồm khả năng truy cập dễ dàng, khả năng khiến người dùng cảm thấy tách khỏi cuộc sống bình thường hàng ngày, tính năng ẩn danh trực tuyến và tần suất thông báo và tin nhắn. Các ứng dụng và nền tảng mạng xã hội phổ biến như Facebook, được thiết kế theo cách để tăng lượng thời gian sử dụng của người dùng. Ví dụ như các ứng dụng sử dụng cơ chế củng cố bằng “phần thưởng thay đổi không liên tục”; có nghĩa là các nhà thiết kế ứng dụng đã liên kết hành vi của người dùng với việc nhận được một phần thưởng khác nhau, giúp tối đa hóa khả năng gây nghiện. Sức mạnh của việc củng cố không liên tục cũng có thể được thấy ở các máy đánh bạc, người chơi chỉ kéo một đòn bẩy có thể dẫn đến một trong nhiều giải thưởng hoặc không có gì. Các ứng dụng điện thoại thông minh cung cấp các phần thưởng thay đổi không liên tục này, chẳng hạn như thông báo, tin nhắn, số lượt thích trên mạng xã hội hay được ghép đôi phù hợp với nhau trên ứng dụng hẹn hò. Theo thời gian, việc thường xuyên, liên tục được củng cố như vậy có thể khiến người sử dụng nghiện điện thoại thông minh (Hwang và cộng sự, 2012).

#### 4. KẾT LUẬN

Bài viết này đã trình bày khái niệm, biểu hiện của nghiện điện thoại thông minh cũng như những cách giải thích về cơ chế và con đường dẫn đến nghiện điện thoại thông minh qua các nghiên cứu trên thế giới và tại Việt Nam. Thứ nhất, về mặt khái niệm, cho đến nay, trên thế giới và tại Việt Nam vẫn chưa có khái niệm hay định nghĩa thống nhất về nghiện điện thoại thông minh. Thứ hai, về mặt biểu hiện và tiêu chí đánh giá xác định hành vi nghiện điện thoại thông minh, trên thế giới và tại Việt Nam vẫn chưa có các tiêu chí để xác định nghiện điện thoại thông minh một cách chính thức và nhất quán. Thứ ba, một số cách giải thích về cơ chế và con đường dẫn đến nghiện điện thoại thông minh được các nhà nghiên cứu đưa ra dựa trên các lý thuyết hành vi, lý thuyết về sự gắn bó.

Qua đó, có thể thấy hiện còn nhiều khoảng trống cho các nghiên cứu về vấn đề này liên quan đến việc xác định và sử dụng một khái niệm thống nhất, với các tiêu chí xác định nghiện điện thoại thông minh rõ ràng cũng như cần làm sáng tỏ cơ chế và con đường hình thành hành vi nghiện điện thoại thông minh qua các nghiên cứu trường hợp, nghiên cứu trường điển.



## TÀI LIỆU THAM KHẢO

- American Psychiatric Association (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.). <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>
- Alageel, A. A., Alyahya, R. A., Bahatheq, Y., Alzunaydi, N. A., Alghamdi, R. A., Alrahili, N. M., ... & Iacobucci, M. (2021). Smartphone addiction and associated factors among postgraduate students in an Arabic sample: a cross-sectional study. *BMC psychiatry*, 21(1), 1-10.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss, Vol. 1: Attachment*. Attachment and Loss. New York: Basic Books.
- Cazzulino, F., Burke, R. V., Muller, V., Arbogast, H., & Upperman, J. S. (2014). Cell phones and young drivers: a systematic review regarding the association between psychological factors and prevention. *Traffic injury prevention*, 15(3), 234-242.
- Cipriani, J., Kreider, M., Sapulak, K., Jacobson, M., Skrypski, M., & Sprau, K. (2009). Understanding object attachment and meaning for nursing home residents: An exploratory study, including implications for occupational therapy. *Physical & Occupational Therapy in Geriatrics*, 27(6), 405-422.
- Dasgupta, A. (2020). *Fighting the Opioid Epidemic: The Role of Providers and the Clinical Laboratory in Understanding Who is Vulnerable*. Elsevier.
- Direktör, C., & Nuri, C. (2019). Personality beliefs as a predictor of smartphone addiction. *Archives of Clinical Psychiatry (São Paulo)*, 46, 61-65.
- Elhai, J. D., Dvorak, R. D., Levine, J. C., & Hall, B. J. (2017). Problematic smartphone use: A conceptual overview and systematic review of relations with anxiety and depression psychopathology. *Journal of affective disorders*, 207, 251-259.
- Emanuel, R., Bell, R., Cotton, C., Craig, J., Drummond, D., Gibson, S., ... & Williams, A. (2015). The truth about smartphone addiction. *College Student Journal*, 49(2), 291-299.
- Griffiths, M. D. (2013). Social networking addiction: Emerging themes and issues. *Journal of Addiction Research & Therapy*, 4(5).
- Griffiths, M. (2005). A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance use*, 10(4), 191-197.
- Jameel, S., Shahnawaz, M. G., & Griffiths, M. D. (2019). Smartphone addiction in students: A qualitative examination of the components model of addiction using face-to-face interviews. *Journal of Behavioral Addictions*, 8(4), 780-793.
- Gowthami, S., & Kumar, S. V. K. (2016). Impact of smartphone: A pilot study on positive and negative effects. *International Journal of Scientific Engineering and Applied Science (IJSEAS)*, 2(3), 473-478.
- Han, S. W., & Kim, C. H. (2022). Neurocognitive Mechanisms Underlying Internet/Smartphone Addiction: A Preliminary fMRI Study. *Tomography*, 8(4), 1781-1790.
- Hwang K. H., Yoo Y. S. & Cho O. H. (2012). Smartphone overuse and upper extremity pain, anxiety, depression, and interpersonal relationships among college students. *The Journal of the Korea Contents Association*, 12(10), 365-375.
- Jacobsen, W. C., & Forste, R. (2011). The wired generation: Academic and social outcomes of electronic media use among university students. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 14(5), 275-280.
- Jameel, S., Shahnawaz, M. G., & Griffiths, M. D. (2019). Smartphone addiction in students: A qualitative examination of the components model of addiction using face-to-face interviews. *Journal of Behavioral Addictions*, 8(4), 780-793.
- Khoe, K. (2020). A Research on the Prevention of Smartphone Addiction. *Journal of Convergence for Information Technology*, 10(2), 49-54.
- Kim, H. (2013). Exercise rehabilitation for smartphone addiction. *Journal of exercise rehabilitation*, 9(6), 500.
- Kim, S. G., Park, J., Kim, H. T., Pan, Z., Lee, Y., & McIntyre, R. S. (2019). The relationship between smartphone addiction and symptoms of depression, anxiety, and attention-deficit/hyperactivity in South Korean adolescents. *Annals of general psychiatry*, 18(1), 1-8.
- Konok, V., Gigler, D., Bereczky, B. M., & Miklósi, Á. (2016). Humans' attachment to their mobile phones and its relationship with interpersonal attachment style. *Computers in Human Behavior*, 61, 537-547.
- Kwon, M., Kim, D. J., Cho, H., & Yang, S. (2013). The smartphone addiction scale: development and validation of a short version for adolescents. *PLoS one*, 8(12), e83558.

- Lee, H., Ahn, H., Choi, S., & Choi, W. (2014). The SAMS: Smartphone addiction management system and verification. *Journal of medical systems*, 38(1), 1-10.
- Lin, Y. H., Chiang, C. L., Lin, P. H., Chang, L. R., Ko, C. H., Lee, Y. H., & Lin, S. H. (2016). Proposed diagnostic criteria for smartphone addiction. *PLoS one*, 11(11), e0163010.
- Loc My Thi Nguyen, Tuong Sy Hoang (2020). Mobile technology to promote education 4.0 in Vietnam, *Vietnam Journal of Education*, 2020, 4(4), 1-6.
- Moattari, M., Moattari, F., Kaka, G., Kouchesfahani, H. M., Sadraie, S. H., & Naghdi, M. (2017). Smartphone addiction, sleep quality and mechanism. *Int J Cogn Behav*, 1(002).
- Mok, J. Y., Choi, S. W., Kim, D. J., Choi, J. S., Lee, J., Ahn, H., ... & Song, W. Y. (2014). Latent class analysis on internet and smartphone addiction in college students. *Neuropsychiatric disease and treatment*, 10, 817.
- Nguyễn Phương Hồng Ngọc, Trần Văn Công (2017), Mối quan hệ giữa chứng sợ thiếu điện thoại ở học sinh trung học phổ thông với sự gắn kết trong gia đình, *Kỷ yếu hội thảo khoa học toàn quốc lần thứ 2: Tâm lý học, giáo dục học với tình yêu, hôn nhân và gia đình*, NXB Thông tin và Truyền thông, tr. 287-295.
- Nguyễn Thị Vân Khánh (2018). Sử dụng smartphone trong dạy – học dịch nói, *Tạp chí Khoa học Ngoại ngữ*, số 56 (tháng 9/2018), tr.98-106.
- Panova, T., & Carbonell, X. (2018). Is smartphone addiction really an addiction?. *Journal of behavioral addictions*, 7(2), 252-259.
- Parent, N., Bond, T. A., & Shapka, J. D. (2021). Smartphones as attachment targets: an attachment theory framework for understanding problematic smartphone use. *Current Psychology*, 1-12.
- Raymond, A., & Kartasmita, S. (2022, April). The Relationship between Smartphone Addiction and Psychological Well-Being in Early Adulthood. In *3rd Tarumanagara International Conference on the Applications of Social Sciences and Humanities (TICASH 2021)* (pp. 1531-1535). Atlantis Press.
- Roberts, J., Yaya, L., & Manolis, C. (2014). The invisible addiction: Cell-phone activities and addiction among male and female college students. *Journal of behavioral addictions*, 3(4), 254-265.
- Saadeh, H., Al Fayez, R. Q., Al Refaei, A., Shewaikani, N., Khawaldah, H., Abu-Shanab, S., & Al-Hussaini, M. (2021). Smartphone use among university students during COVID-19 quarantine: an ethical trigger. *Frontiers in public health*, 9.
- Scannell, L., & Gifford, R. (2010). Defining place attachment: A tripartite organizing framework. *Journal of environmental psychology*, 30(1), 1-10.
- Singh, M. K. K., & Samah, N. A. (2018). Impact of smartphone: A review on positive and negative effects on students. *Asian Social Science*, 14(11), 83-89.
- Tossell, C., Kortum, P., Shepard, C., Rahmati, A., & Zhong, L. (2015). Exploring smartphone addiction: insights from long-term telemetric behavioral measures. *International Journal of Interactive Mobile Technologies*, 9(2).
- Van Velthoven, M. H., Powell, J., & Powell, G. (2018). Problematic smartphone use: Digital approaches to an emerging public health problem. *Digital Health*, 4, 2055207618759167.
- World Bank Group. (2016). *World development report 2016: digital dividends*. World Bank Publications.

## DEFINITIONS, SYMPTOMS, MECHANISMS, AND PATHWAYS OF SMARTPHONE ADDICTION: LITERATURE REVIEW

NGUYEN PHUONG HONG NGOC

University of Education, Vietnam National University, Hanoi

NGUYEN THI NGOC BE

University of Education, Hue University

**Abstract:** This article presents the definition and symptoms of smartphone addiction as well as explanations of the mechanisms and pathways leading to smartphone addiction through researches in the world and Vietnam. Until now, there is still no consistent concept and criteria to define smartphone addiction. Several explanations for the mechanisms and pathways leading to smartphone addiction have been proposed by researchers based on behavioral theories and attachment theories. This research result contributes to the development of a theoretical foundation for research on this topic while also identifying gaps for future research in Vietnam.

**Keywords:** Symptoms, mechanism, definition, smartphone addiction.

**NHÀ XUẤT BẢN ĐẠI HỌC HUẾ**

07 Hà Nội, Huế - Điện thoại: 0234.3834486; Fax: 0234.3819886

<http://huph.hueuni.edu.vn>

---

**Chịu trách nhiệm xuất bản**

**Giám đốc**

Trần Bình Tuyên

**Chịu trách nhiệm nội dung**

**Quyền Tổng biên tập**

Nguyễn Chí Bảo

**Biên tập viên**

Ngô Văn Cường

**Biên tập kỹ thuật**

Trần Dương Hoàng Long

**Trình bày, minh họa**

Lê Huy

**Sửa bản in**

Việt Dũng - Hồng Vân

---

**Đối tác liên kết xuất bản**

Trường Đại học Sư phạm, Đại học Huế, 34 Lê Lợi, thành phố Huế

---

KỶ YẾU HỘI NGHỊ KHOA HỌC QUỐC TẾ VỀ TRƯỜNG HỌC HẠNH PHÚC  
LẦN THỨ NHẤT

“CÓ THỂ HỌC ĐƯỢC KỸ NĂNG KIẾN TẠO HẠNH PHÚC KHÔNG?”

PROCEEDINGS OF THE 1<sup>st</sup> HAPPY SCHOOLS INTERNATIONAL  
SYMPOSIUM

**CAN HAPPINESS SKILLS BE LEARNED?**

In 200 bản, khổ 20.5x29.5cm tại Công ty TNHH In Bảo An, 08 Ngô Quyền, phường  
Vĩnh Ninh, thành phố Huế. Số xác nhận đăng ký xuất bản: 978-604-399-178-9. Quyết định  
xuất bản số: 158/QĐ -NXB cấp ngày 30 tháng 3 năm 2023. In xong và nộp lưu chiểu năm  
2023.

**ISBN: 978-604-399-178-9**