Mẫu số 01

CỘNG HOÀ XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM
Độc lập - Tự do - Hạnh phúc

ĐƠN ĐỀ NGHỊ CÔNG NHẬN SÁNG KIẾN

Kính gửi:[1] Hội đồng Sáng kiến Trường Đại học Sư phạm, Đại học Huế

Tôi (chúng tôi) ghi tên dưới đây:

Số TT	**Họ và tên**	**Ngày tháng năm sinh**	**Chức vụ, Nơi công tác** (hoặc nơi thường trú)	**Chức danh**	**Trình độ chuyên môn**	**Nội dung đóng góp vào việc tạo ra sáng kiến** (ghi rõ đối với đồng tác giả, nếu có)
1	Hồ Thị Trúc Quỳnh	1985	Khoa Tâm lý và Giáo dục, Trường Đại học Sư Phạm, Đại học Huế		TS	Tác giả
2	Đậu Minh Long	1976	Khoa Tâm lý và Giáo dục, Trường Đại học Sư Phạm, Đại học Huế		PGS.TS	Đồng tác giả
3	Nguyễn Thị Ngọc Bé	1986	Khoa Tâm lý và Giáo dục, Trường Đại học Sư Phạm, Đại học Huế		PGS.TS	Đồng tác giả
4	Phạm Thị Thúy Hằng	1983	Khoa Tâm lý và Giáo dục, Trường Đại học Sư Phạm, Đại học Huế		PGS.TS	Đồng tác giả

[1] Tên cơ quan, đơn vị được yêu cầu công nhận sáng kiến.

Là tác giả (nhóm tác giả) đề nghị xét công nhận sáng kiến[2]: **CÁC GIẢI PHÁP CAN THIỆP NHẰM GIẢM TÁC ĐỘNG CỦA NGHIỆN FACEBOOK ĐẾN SỨC KHỎE TÂM THẦN CỦA SINH VIÊN ĐẠI HỌC**

- Chủ đầu tư tạo ra sáng kiến (trường hợp tác giả không đồng thời là chủ đầu tư tạo ra sáng kiến)[3]:

- Lĩnh vực áp dụng sáng kiến[4]: Khoa học giáo dục và Khoa học Tâm lý

- Ngày sáng kiến được áp dụng lần đầu hoặc áp dụng thử (ghi ngày nào sớm hơn): 28/06/2025

- Mô tả bản chất của sáng kiến[5]: Nghiên cứu đã hệ thống hóa những vấn đề lý luận về mối quan hệ giữa nghiện Facebook, hành vi trì hoãn và sức khỏe tâm thần của sinh viên đại học. Trên cơ sở dữ liệu khảo sát 2.476 sinh viên đến từ các trường đại học tại Việt Nam, nghiên cứu đã sử dụng phương pháp định lượng với mô hình phương trình cấu trúc (SEM) để phân tích mối quan hệ giữa các biến. Kết quả nghiên cứu cho thấy, nghiện Facebook có mối liên hệ tích cực với hành vi trì hoãn và mức độ căng thẳng tâm lý, đồng thời có mối liên hệ tiêu cực với mức độ hài lòng trong cuộc sống của sinh viên. Hành vi trì hoãn không chỉ đóng vai trò trung gian một phần trong mối quan hệ giữa nghiện Facebook và căng thẳng tâm lý, mà còn là biến trung gian giữa nghiện Facebook và mức độ hài lòng cuộc sống. Trên cơ sở kết quả nghiên cứu thực tiễn, chúng tôi đã đề xuất một số biện pháp nhằm giảm thiểu tác động tiêu cực của nghiện Facebook đến sức khỏe tâm thần của sinh viên, tập trung vào việc giảm hành vi trì hoãn, nâng cao nhận thức về quản lý thời gian và sử dụng mạng xã hội một cách lành mạnh. Những kết quả của nghiên cứu này có ý nghĩa lý luận và thực tiễn trong công tác tham vấn, hỗ trợ tâm lý cho sinh viên đại học tại Việt Nam.

- Những thông tin cần được bảo mật (nếu có): Không có

- Các điều kiện cần thiết để áp dụng sáng kiến: Để sáng kiến "Các giải pháp can thiệp nhằm giảm tác động của nghiện Facebook đến sức khỏe tâm thần của sinh viên đại học" được triển khai một cách hiệu quả trong môi trường giáo dục đại học, cần hội tụ một số điều kiện mang tính nền tảng và hỗ trợ. Trước hết, nhà trường cần xây dựng một cơ chế phối hợp chặt chẽ giữa các đơn vị chức năng như phòng công tác sinh viên, trung tâm hỗ trợ sinh viên, tổ tư vấn tâm lý và các khoa chuyên môn nhằm đảm bảo tính liên ngành trong việc tổ chức thực hiện các biện pháp can thiệp. Bên cạnh đó, cần có sự cam kết về mặt chính sách và nguồn lực từ phía lãnh đạo nhà trường, bao gồm cả hỗ trợ tài chính, nhân lực và cơ sở vật chất phục vụ cho công tác truyền thông, đào tạo và tư vấn tâm lý.

Một điều kiện quan trọng khác là nâng cao nhận thức của sinh viên về ảnh hưởng tiêu cực của nghiện mạng xã hội, vai trò của hành vi trì hoãn trong đời sống học tập và

---

[2] Tên và địa chỉ của chủ đầu tư tạo ra sáng kiến.

[3] Tên và địa chỉ của chủ đầu tư tạo ra sáng kiến

[4] Điện tử, viễn thông, tự động hóa, công nghệ thông tin, Nông lâm ngư nghiệp và môi trường, Cơ khí; xây dựng; giao thông vận tải, Dịch vụ (ngân hàng, du lịch, giáo dục, y tế, …), khác …

[5] Cần nêu rõ các nội dung theo quy định tại điểm d khoản 1 Điều 5 của Thông tư số 18/2013/BKHCN hướng dẫn thi hành một số quy định của Điều lệ Sáng kiến.

sức khỏe tinh thần, cũng như tầm quan trọng của việc quản lý thời gian và sử dụng mạng xã hội một cách có kiểm soát. Việc triển khai cần được đặt trên nền tảng của dữ liệu thực tiễn, thông qua khảo sát nhu cầu, đánh giá mức độ nghiện mạng xã hội, và sàng lọc các yếu tố nguy cơ về tâm lý.

Ngoài ra, việc áp dụng sáng kiến cũng đòi hỏi có sự đồng hành của đội ngũ chuyên gia tâm lý có năng lực chuyên môn vững vàng, được đào tạo bài bản về tham vấn học đường và có khả năng ứng dụng các phương pháp can thiệp tâm lý phù hợp với đặc điểm tâm lý của sinh viên đại học. Cuối cùng, cần thiết lập hệ thống theo dõi, đánh giá hiệu quả thực hiện sáng kiến để đảm bảo tính bền vững và khả năng mở rộng mô hình trong các bối cảnh giáo dục khác nhau.

- Đánh giá lợi ích thu được hoặc dự kiến có thể thu được do áp dụng sáng kiến theo ý kiến của tác giả[6]: Việc triển khai sáng kiến "Biện pháp giảm tác động của nghiện Facebook đối với sức khỏe tâm thần của sinh viên" được kỳ vọng sẽ mang lại nhiều lợi ích thiết thực cả trên phương diện cá nhân và tổ chức. Trước hết, đối với sinh viên – đối tượng chính của sáng kiến, các biện pháp can thiệp sẽ góp phần làm giảm hành vi trì hoãn, cải thiện khả năng quản lý thời gian, nâng cao nhận thức về việc sử dụng mạng xã hội một cách lành mạnh, từ đó cải thiện rõ rệt tình trạng căng thẳng tâm lý và nâng cao mức độ hài lòng trong cuộc sống. Về lâu dài, sáng kiến sẽ thúc đẩy sự phát triển năng lực tự chủ, tăng hiệu quả học tập và cải thiện chất lượng đời sống tinh thần của sinh viên.

Ở cấp độ tổ chức, sáng kiến góp phần xây dựng môi trường giáo dục lành mạnh, hỗ trợ công tác tư vấn – tham vấn tâm lý trong nhà trường, đồng thời tạo điều kiện cho các cán bộ quản lý và giảng viên hiểu rõ hơn về các yếu tố tâm lý xã hội đang tác động đến sinh viên trong kỷ nguyên số. Việc áp dụng sáng kiến cũng giúp nhà trường nâng cao chất lượng đào tạo toàn diện, không chỉ chú trọng kiến thức chuyên môn mà còn phát triển sức khỏe tâm thần và kỹ năng sống cho người học. Nhìn chung, sáng kiến có ý nghĩa thiết thực, khả thi và đóng góp vào định hướng phát triển bền vững trong giáo dục đại học hiện nay.

- Đánh giá lợi ích thu được hoặc dự kiến có thể thu được do áp dụng sáng kiến theo ý kiến của tổ chức, cá nhân đã tham gia áp dụng sáng kiến lần đầu, kể cả áp dụng thử (nếu có)[7]: .....

- Danh sách những người đã tham gia áp dụng thử hoặc áp dụng sáng kiến lần đầu (nếu có):

Số TT	**Họ và tên**	**Ngày tháng năm sinh**	**Nơi công tác** (hoặc nơi thường trú)	**Chức danh**	**Trình độ chuyên môn**	**Nội dung công việc hỗ trợ**

[6] Đánh giá lợi ích thu được theo hướng dẫn quy định tại điểm g khoản 1 Điều 5 của Thông tư số 18/2013/ BKHCN hướng dẫn thi hành một số quy định của Điều lệ Sáng kiến.

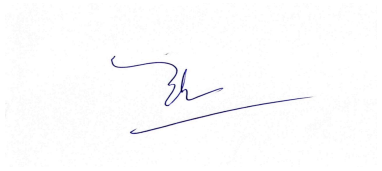
[7] Đánh giá lợi ích thu được theo hướng dẫn quy định tại điểm g khoản 1 Điều 5 của Thông tư số 18/2013/ BKHCN hướng dẫn thi hành một số quy định của Điều lệ Sáng kiến.

Tôi (chúng tôi) xin cam đoan mọi thông tin nêu trong đơn là trung thực, đúng sự thật và hoàn toàn chịu trách nhiệm trước pháp luật.

Huế, ngày 1 tháng 7 năm 2025

Người nộp đơn

(Ký và ghi rõ họ tên)



Hồ Thị Trúc Quỳnh

Mẫu số 02

ĐẠI HỌC HUẾ
TÊN ĐƠN VỊ ……..

CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM
Độc lập - Tự do - Hạnh phúc

BÁO CÁO MÔ TẢ SÁNG KIẾN

1. Tên sáng kiến (thể hiện được bản chất của giải pháp): **CÁC GIẢI PHÁP CAN THIỆP NHẰM GIẢM TÁC ĐỘNG CỦA NGHIỆN FACEBOOK ĐẾN SỨC KHỎE TÂM THẦN CỦA SINH VIÊN ĐẠI HỌC**

2. Họ và tên tác giả sáng kiến, chức danh, trình độ chuyên môn: .....

Hoặc

Nhóm tác giả:

Số TT	**Họ và tên**	**Nơi công tác** (hoặc nơi thường trú)	**Chức danh**	**Trình độ chuyên môn**	**Tỷ lệ (%) đóng góp vào việc tạo ra sáng kiến của các đồng tác giả sáng kiến**
1	Hồ Thị Trúc Quỳnh	Khoa Tâm lý và Giáo dục, Trường Đại học Sư Phạm, Đại học Huế		TS	45%
2	Đậu Minh Long	Khoa Tâm lý và Giáo dục, Trường Đại học Sư Phạm, Đại học Huế		PGS.TS	40%
3	Nguyễn Thị Ngọc Bé	Khoa Tâm lý và Giáo dục, Trường Đại học Sư Phạm, Đại học Huế		PGS.TS	10%
4	Phạm Thị Thúy Hằng	Khoa Tâm lý và Giáo dục, Trường Đại học Sư Phạm, Đại học Huế		TS	5%

3. Lĩnh vực áp dụng sáng kiến: Khoa học Giáo dục và Khoa học Tâm lý

4. Mô tả bản chất của sáng kiến

a) **Tình trạng giải pháp đã biết**: Facebook hiện là một trong những nền tảng mạng xã hội được giới trẻ sử dụng phổ biến nhất. Tuy nhiên, việc sử dụng quá mức nền tảng này có thể dẫn đến những hành vi không lành mạnh, được định danh trong các tài liệu học thuật là hiện tượng nghiện Facebook. Nghiện Facebook không chỉ thể hiện ở tần suất hoặc thời lượng sử dụng cao mà còn được đặc trưng bởi tính cưỡng bức, sự mất kiểm soát và đặc biệt là các hậu quả tiêu cực đối với đời sống hàng ngày, chẳng hạn như gia tăng đau khổ tâm lý, gián đoạn trong việc học tập và khó khăn trong các mối quan hệ xã hội.

Tỷ lệ sinh viên đại học có nguy cơ nghiện Facebook trên thế giới hiện dao động từ 16,2% đến hơn 52%. Đáng chú ý, một nghiên cứu gần đây tại Việt Nam cho thấy có tới 80,7% sinh viên đại học nằm trong nhóm có nguy cơ cao nghiện Facebook. Các bằng chứng trong và ngoài nước đều chỉ ra rằng nghiện Facebook có liên quan tiêu cực đến sức khỏe tâm thần, trong đó bao gồm sự gia tăng các triệu chứng đau khổ tâm lý và sự suy giảm mức độ hài lòng với cuộc sống.

Nhiều cơ chế trung gian đã được đề xuất nhằm lý giải mối liên hệ giữa nghiện Facebook với sức khỏe tâm thần, trong đó hành vi trì hoãn là một yếu tố nổi bật đang được quan tâm. Tại Việt Nam, một số nghiên cứu bước đầu đã ghi nhận mối quan hệ giữa nghiện Facebook với hành vi trì hoãn, cũng như giữa nghiện Facebook và đau khổ tâm lý. Tuy nhiên, hiện vẫn chưa có nghiên cứu nào kiểm tra một cách toàn diện vai trò trung gian của hành vi trì hoãn trong mối quan hệ giữa nghiện Facebook và các yếu tố sức khỏe tâm thần như đau khổ tâm lý hoặc mức độ hài lòng với cuộc sống – đặc biệt trong bối cảnh nhóm sinh viên đại học Việt Nam là một trong những nhóm có tỷ lệ nghiện Facebook cao đáng kể.

Xuất phát từ khoảng trống nghiên cứu này, công trình hiện tại là nghiên cứu đầu tiên tại Việt Nam tiến hành khảo sát trên một mẫu lớn sinh viên đại học để kiểm tra vai trò trung gian của hành vi trì hoãn trong mối quan hệ giữa nghiện Facebook và sức khỏe tâm thần. Nghiên cứu được xây dựng trên nền tảng lý thuyết của Thuyết Định hướng Tự thân, nhằm khám phá sâu hơn các cơ chế tác động tiềm ẩn. Bên cạnh giá trị học thuật, kết quả nghiên cứu còn có thể cung cấp các gợi ý thiết thực cho việc xây dựng những biện pháp hỗ trợ tâm lý, giúp sinh viên đại học sử dụng mạng xã hội một cách điều độ, kiểm soát hành vi trì hoãn và từ đó nâng cao chất lượng sức khỏe tinh thần trong môi trường học tập và xã hội hiện nay.

b) Nội dung giải pháp

Nghiên cứu này cho thấy rằng hiện tượng nghiện Facebook có mối liên hệ trực tiếp với sức khỏe tâm thần của sinh viên đại học sử dụng Facebook tại Việt Nam. Hơn nữa, mối liên hệ này còn bị chi phối một phần bởi hành vi trì hoãn. Những phát hiện này gợi ý rằng nghiện Facebook và hành vi trì hoãn có thể gây ra những tác động tiêu cực đến sức khỏe tâm thần của sinh viên, dù rằng các nghiên cứu tiếp theo với mẫu đa dạng và đại diện hơn là cần thiết để củng cố kết luận này. Dựa trên các kết quả nghiên cứu, chúng tôi đề xuất một số giải pháp nhằm cải thiện sức khỏe tâm thần cho sinh viên.

Thứ nhất, tăng cường giáo dục sinh viên về tác động tiêu cực của nghiện Facebook và nâng cao kỹ năng quản lý thời gian hiệu quả: Giải pháp nhằm tăng cường giáo dục sinh viên về tác động tiêu cực của nghiện Facebook và nâng cao kỹ năng quản lý thời gian được đề xuất với mục đích giúp sinh viên nhận thức rõ hơn về những rủi ro và hệ lụy của việc sử dụng mạng xã hội một cách mất cân bằng, từ đó điều chỉnh hành vi và cải thiện sức khỏe tâm thần. Nội dung của giải pháp bao gồm ba nhóm hoạt động chính: tổ chức các buổi truyền thông, hội thảo chuyên đề với chủ đề liên quan đến sức khỏe tâm thần và mạng xã hội; tích hợp nội dung về kỹ năng quản lý thời gian vào các học phần kỹ năng mềm hoặc giáo dục công dân; và phát triển các sản phẩm truyền thông sáng tạo như infographic, video, podcast để tuyên truyền rộng rãi qua các kênh chính thức của nhà trường. Cách thức triển khai cần có sự phối hợp giữa các đơn vị như phòng Công tác sinh viên, giảng viên, chuyên gia tâm lý và các tổ chức đoàn thể; đồng thời tận dụng các nền tảng công nghệ, mạng xã hội nội bộ và sự tham gia tích cực của sinh viên thông qua các hình thức khuyến khích như cộng điểm rèn luyện, cấp chứng nhận. Điều kiện để thực hiện giải pháp bao gồm đội ngũ nhân sự chuyên môn, cơ sở vật chất phù hợp, nền tảng trực tuyến ổn định và đặc biệt là sự hưởng ứng chủ động từ phía sinh viên. Nếu triển khai hiệu quả, giải pháp sẽ góp phần hình thành lối sống lành mạnh trong sinh viên, giảm hành vi sử dụng Facebook quá mức và hạn chế các vấn đề tâm lý liên quan.

Thứ hai, thúc đẩy kết nối xã hội thông qua hoạt động ngoại khóa nhằm nâng cao sức khỏe tâm thần cho sinh viên: Giải pháp này khuyến khích sinh viên tham gia các hoạt động ngoại khóa như câu lạc bộ, sự kiện xã hội được đề xuất với mục đích tăng cường sự kết nối xã hội, tạo điều kiện để sinh viên xây dựng các mối quan hệ tích cực và cảm nhận được sự hỗ trợ từ cộng đồng, từ đó giảm bớt cảm giác cô đơn và nâng cao mức độ hài lòng với cuộc sống. Nội dung giải pháp tập trung vào việc đa dạng hóa các loại hình hoạt động ngoại khóa (văn nghệ, thể thao, học thuật, tình nguyện...), xây dựng các câu lạc bộ theo sở thích và nhu cầu tâm lý của sinh viên, đồng thời tổ chức thường xuyên các sự kiện giao lưu, hội trại, talkshow, workshop để tạo môi trường tương tác cởi mở. Việc triển khai cần có sự phối hợp giữa Đoàn Thanh niên – Hội Sinh viên, phòng Công tác sinh viên, giảng viên chủ nhiệm và đội ngũ sinh viên nòng cốt để thiết kế các chương trình phù hợp, hấp dẫn và mang tính kết nối cao. Ngoài ra, cần tăng cường truyền thông nội bộ nhằm nâng cao nhận thức của sinh viên về lợi ích của hoạt động ngoại khóa đối với sức khỏe tinh thần, đồng thời lồng ghép các hình thức ghi nhận như điểm rèn luyện, chứng nhận kỹ năng mềm. Điều kiện để thực hiện giải pháp bao gồm sự hỗ trợ chính sách từ nhà trường, nguồn lực tổ chức (nhân sự, tài chính, cơ sở vật chất) và nhất là môi trường học đường thân thiện, khuyến khích sự chủ động tham gia của sinh viên. Giải pháp này có thể góp phần tích cực vào việc xây dựng một cộng đồng sinh viên năng động, giàu tính kết nối và có khả năng đối phó tốt hơn với các vấn đề tâm lý trong bối cảnh hiện đại.

Thứ 3, tăng cường dịch vụ tham vấn học đường để hỗ trợ sức khỏe tâm thần cho sinh viên: Giải pháp này nhằm giải quyết vấn đề thiếu hụt hệ thống hỗ trợ tâm lý

trong các cơ sở giáo dục đại học – một yếu tố quan trọng trong bối cảnh gia tăng các vấn đề sức khỏe tâm thần do tác động của mạng xã hội, đặc biệt là nghiện Facebook. Việc xây dựng và củng cố các dịch vụ tham vấn học đường giúp sinh viên có nơi đáng tin cậy để chia sẻ, được lắng nghe và hỗ trợ chuyên môn khi gặp các biểu hiện căng thẳng, lo âu, hoặc trầm cảm. Nội dung thực hiện bao gồm: bố trí đội ngũ chuyên viên tâm lý có trình độ chuyên môn; thiết lập kênh tư vấn trực tiếp và trực tuyến; tổ chức các buổi truyền thông, tọa đàm về sức khỏe tâm thần; đồng thời xây dựng quy trình phối hợp giữa giảng viên chủ nhiệm, cố vấn học tập và phòng công tác sinh viên để kịp thời phát hiện và hỗ trợ người học. Điều kiện để thực hiện giải pháp hiệu quả là sự cam kết đầu tư từ phía nhà trường, sự phối hợp chặt chẽ giữa các đơn vị liên quan, và tăng cường truyền thông nhằm giảm kỳ thị tâm lý, khuyến khích sinh viên chủ động tiếp cận dịch vụ.

Cuối cùng, xây dựng chương trình can thiệp nhằm điều chỉnh thói quen sử dụng mạng xã hội và giảm hành vi trì hoãn ở sinh viên: Giải pháp này hướng đến việc giải quyết hai vấn đề có mối liên hệ mật thiết với nhau và đều tác động tiêu cực đến sức khỏe tâm thần của sinh viên, đó là việc sử dụng mạng xã hội thiếu kiểm soát và hành vi trì hoãn. Nội dung thực hiện bao gồm thiết kế các chương trình giáo dục và can thiệp tâm lý mang tính hệ thống nhằm nâng cao nhận thức của sinh viên về những ảnh hưởng tiêu cực từ việc nghiện mạng xã hội (đặc biệt là Facebook), đồng thời trang bị cho họ kỹ năng sử dụng mạng xã hội một cách có trách nhiệm và cân bằng. Bên cạnh đó, chương trình cũng tập trung vào việc huấn luyện kỹ năng quản lý thời gian, tổ chức công việc cá nhân, đồng thời cung cấp các công cụ hành vi – nhận thức để giúp sinh viên thay đổi thói quen trì hoãn như thiết lập mục tiêu ngắn hạn, kỹ thuật tự kiểm soát và phương pháp chia nhỏ nhiệm vụ. Điều kiện để triển khai hiệu quả giải pháp bao gồm: đội ngũ chuyên môn có năng lực về tâm lý học giáo dục và công nghệ truyền thông, sự phối hợp giữa nhà trường và các tổ chức hỗ trợ sinh viên, cùng với sự tham gia chủ động của chính người học trong quá trình can thiệp. Việc thực hiện giải pháp này không chỉ giúp hạn chế sự lệ thuộc vào mạng xã hội mà còn góp phần cải thiện sức khỏe tâm thần và hiệu suất học tập của sinh viên một cách bền vững.

c) **Hiệu quả áp dụng và khả năng nhân rộng của giải pháp:** Các giải pháp được đề xuất trong nghiên cứu không chỉ phù hợp với bối cảnh của sinh viên tại các trường đại học ở Việt Nam, mà còn có tính khả thi và khả năng áp dụng rộng rãi trong nhiều cơ sở giáo dục khác nhau. Về hiệu quả áp dụng, các giải pháp này góp phần trực tiếp vào việc nâng cao nhận thức của sinh viên về tác hại của việc nghiện mạng xã hội và hành vi trì hoãn, từ đó hình thành các hành vi sử dụng mạng xã hội lành mạnh, cải thiện kỹ năng quản lý thời gian và tăng cường sức khỏe tâm thần. Ngoài ra, thông qua các hoạt động ngoại khóa và dịch vụ tham vấn học đường, sinh viên có cơ hội kết nối xã hội nhiều hơn, giảm cảm giác cô đơn, tăng mức độ hài lòng với cuộc sống và học tập. Về khả năng nhân rộng, các giải pháp này mang tính linh hoạt, có thể được điều chỉnh để phù hợp với đặc điểm văn hóa, điều kiện cơ sở vật chất và nguồn lực của từng trường. Hơn nữa, việc ứng dụng công nghệ trong truyền thông, tư vấn trực tuyến, cũng như sự

tham gia của các đơn vị chức năng trong nhà trường sẽ là nền tảng vững chắc để nhân rộng mô hình này ra các cơ sở giáo dục đại học trên cả nước, góp phần xây dựng môi trường học đường thân thiện, hỗ trợ phát triển toàn diện cho sinh viên trong thời đại số.

d) Các thông tin cần được bảo mật *(nếu có yêu cầu): Không có*

đ) Tài liệu kèm theo:

Dau Minh, L, Ho, T. T. Q., Nguyen, B. T. N., & Pham, T. T. H. (2025). *Procrastination as a Mediator Between Facebook Addiction and Mental Health*. Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy, 43(3), 34. https://doi.org/10.1007/s10942-025-00600-6

5. Cam kết không sao chép hoặc vi phạm bản quyền: Tôi cam kết không sao chép và vi phạm bản quyền.

6. Hội đồng cơ sở đã xét công nhận sáng kiến: Quyết định số … ngày..... tháng ... năm...

Huế, ngày 1 tháng 7 năm 2025

Người đứng đầu đơn vị hoặc trưởng nhóm sáng kiến	**Tác giả sáng kiến**
(Xác nhận, ký, ghi rõ họ tên, đóng dấu (nếu có))	*(Ký, ghi rõ họ tên)*
	Hồ Thị Trúc Quỳnh