

Giải pháp nâng cao ý thức, khắc phục những tác động tiêu cực của sinh viên học viện báo chí và tuyên truyền trong việc sử dụng smartphone

Ngày nhận bài: 07/08/2025 | Ngày phản biện: 10/08/2025 | Ngày xuất bản: 18/09/2025

Tác giả: Quản Văn Sỹ (Học viện Báo chí và Tuyên truyền)

Tóm tắt: Đối diện với sự bùng nổ của công nghệ thông tin và sự phổ biến ngày càng tăng của điện thoại thông minh (Smartphon), sinh viên hiện nay đang phải đối mặt với những tác động tiêu cực trong quá trình sử dụng thiết bị này. Vì vậy, nghiên cứu những tác động tiêu cực trong việc sử dụng điện thoại thông minh đối với sinh viên Học viện Báo chí và Tuyên truyền hiện nay, để đi sâu vào khám phá những ảnh hưởng tiêu cực tác động đến sinh viên ở những khía cạnh như; tâm lý và tinh thần, hiệu suất học tập, sức khỏe, thể chất của sinh viên khi sử dụng Smartphon. Qua đó, góp phần giúp cho sinh viên nhận biết rõ những tác động tiêu cực của việc sử dụng điện thoại thông minh. Đồng thời, đề xuất các biện pháp mang tính khả thi giúp cho sinh viên sử dụng Smartphon một cách hiệu quả và có thể duy trì một lối sống cân bằng, tối ưu hóa quá trình học tập, và phát triển một môi trường sống tích cực và lành mạnh.

1. Các chứng năng cơ bản của Smartphone đối với sinh viên Học viện Báo chí và Tuyên truyền

Smartphone (điện thoại thông minh), là thiết bị điện tử cầm tay, nhỏ, gọn, tiện lợi, cung cấp kết nối với mạng di động, tiếp nhận và truyền dẫn âm thanh và hình ảnh qua đường sóng vô tuyến. Cùng với sự phát triển của công nghệ thông tin, Smartphone đều có khả năng nhắn tin, nghe nhạc, chụp ảnh, quay phim, xem truyền hình, duyệt web... Vì Smartphone có nhiều chức năng, chúng yêu cầu phần mềm tiên tiến, tương tự như hệ điều hành máy tính (IOS, Android, Windows...).

Smartphone có các chức năng cơ bản như:

Chức năng kết nối: Đây là một trong những chức năng cốt lõi của Smartphone. Smartphone cho phép chúng ta gọi điện thoại, gửi tin nhắn, thậm chí thực hiện cuộc gọi video giữa sinh viên với bạn bè, người thân, đồng nghiệp từ bất kỳ nơi nào trên thế giới. Điều này đã làm thu hẹp khoảng cách địa lý và tạo cơ hội để kết nối với những người ở xa mà trước đây có thể là một việc khó khăn hoặc không thể thực hiện được.

Chức năng truy cập Internet: Smartphone cho phép chúng ta nghe nhạc, xem phim, đọc sách điện tử và truy cập vào các dịch vụ trực tuyến. Hơn nữa, còn có khả năng truy cập thông tin một cách nhanh chóng thông qua các trang web và ứng dụng tin tức. Điều này đã tạo ra nguồn cung cấp thông tin vô tận và giúp người sử dụng cảm thấy như được kết nối với các sự kiện trên thế giới.

Chức năng hỗ trợ công việc và học tập: Smartphone cho phép người dùng truy cập và quản lý email, danh bạ liên hệ, văn bản tài liệu, công cụ tính toán một cách thuận tiện và thậm chí sử dụng ứng dụng trực tuyến để liên lạc nhanh chóng với đồng nghiệp và khách hàng. Ngoài ra, có nhiều ứng dụng học tập và giáo dục giúp truy cập vào khóa học trực tuyến, tài liệu học tập, bài giảng từ các trường đại học và các tổ chức giáo dục trực tuyến. Điều này tạo điều kiện thuận lợi cho việc học tập từ xa và cải thiện kiến thức.

Chức năng tăng chất lượng cuộc sống: Smartphone giúp cuộc sống của mọi người dễ dàng hơn và đã mang lại nhiều lợi ích cho hàng tỷ người. Smartphone nhỏ, gọn và mọi người đều có thể mang nó trong túi. Mọi người hiện đang sử dụng Smartphone để thanh toán, giao dịch tài chính, điều hướng, gọi điện, giao tiếp trực tiếp, nhắn tin, gửi email và lên lịch cho thói quen của họ. Bên cạnh các yếu tố khác, sử dụng Smartphone để thực hiện các công việc hàng ngày có thể tiết kiệm rất nhiều thời gian và giúp mọi người đạt được mục tiêu nhanh chóng và dễ dàng hơn; ngoài ra Smartphone đã trở thành một thiết bị giải trí của mọi người. Ngày nay, mọi người sử dụng công nghệ không dây, đặc biệt là Smartphone, để xem phim, chương trình truyền hình và nghe nhạc. Trên thực tế, Smartphone đã làm cho cuộc sống phong phú, đa dạng hơn. Nhờ đó, mọi người tiết kiệm tiền bạc và thời gian của họ bằng cách sử dụng Smartphone. Ngoài ra, những thiết bị đó đã làm tăng chất lượng cuộc sống ở hầu hết các xã hội đương đại

Sinh viên là người học tập tại các trường đại học, cao đẳng. Ở đó, họ được truyền đạt kiến thức bài bản về một ngành nghề, chuẩn bị cho công việc sau này của họ. Họ được xã hội công nhận qua những bằng cấp đạt được trong quá trình học tập. Sinh viên Học viện Báo chí và Tuyên truyền hiện nay là những người đang theo học hệ đại học chính quy tập trung tại các chuyên ngành thuộc khối nghiệp vụ và lý luận chính trị tại Học viện, họ được đào tạo và trang bị kiến thức cơ bản, chuyên sâu về lý luận chính trị và báo chí truyền thông.

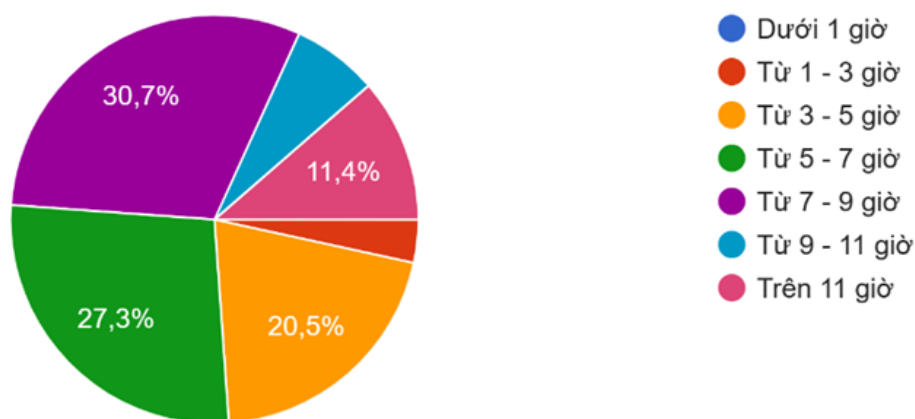
Sinh viên học viện Báo chí và Tuyên truyền có độ tuổi trung bình từ 18 đến 25, ở độ tuổi này, sinh viên đang trong quá trình hình thành, phát triển, hoàn thiện về nhân cách đạo đức, được đào tạo cả về mặt lý luận chính trị và nghiệp vụ. Vì vậy, sinh viên không chỉ nắm chắc nền tảng tư tưởng chính trị, mà còn được trang bị kỹ năng, nghiệp vụ giảng dạy lý luận chính trị và công tác tư tưởng của Đảng. Cùng với sự nhiệt huyết của tuổi trẻ, sinh viên Học viện Báo chí và Tuyên truyền dễ dàng và tích cực tham gia vào các hoạt động, các sự kiện, các chương trình phù hợp với bản thân mình, giúp họ học hỏi kinh nghiệm, nâng cao các kỹ năng mềm, trau dồi bản thân, có khả năng thích nghi nhanh chóng với những tiến bộ của khoa học công nghệ, bao gồm: phương tiện truyền thông đại chúng, thiết bị công nghệ, công cụ biên tập, quay, dựng video, và nhiều công nghệ khác, trong đó có Smartphone.

2. Những tác động tiêu cực trong việc sử dụng Smartphone của sinh viên Học viện Báo chí và Tuyên truyền hiện nay

Qua khảo sát, đánh giá về việc sử dụng Smartphone của sinh viên khối nghiệp vụ và khối lý luận chính trị từ K41 đến K44 tại Học viện Báo chí và Tuyên truyền, tổng số 800 sinh viên, cho những kết quả như sau:

Thời gian sử dụng Smartphone; Theo kết quả khảo sát về thời gian sử dụng Smartphone trung bình một ngày với 7 mức giờ như sau: Dưới 1 giờ, từ 1 – 3 giờ, từ 3 – 5 giờ, từ 5 – 7 giờ, từ 7 – 9 giờ, từ 9 – 11 giờ, trên 11 giờ. Kết quả khảo sát cho thấy, tổng số thời gian sinh viên dành cho việc sử dụng Smartphone, 30.7% số sinh viên sử dụng Smartphone từ 7 – 9 giờ / ngày, 11.4% sinh viên sử dụng điện thoại trên 11 giờ/ ngày, không có sinh viên sử dụng Smartphone dưới 1 giờ/ ngày, ở mức sử dụng

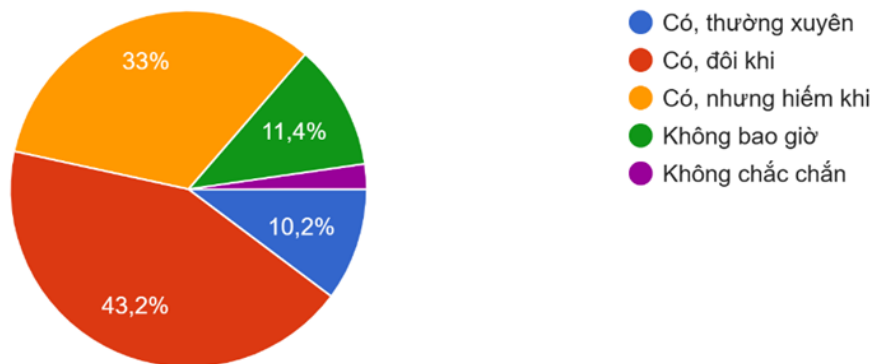
Smartphon từ 1 – 3 giờ/ ngày có 3.4%.



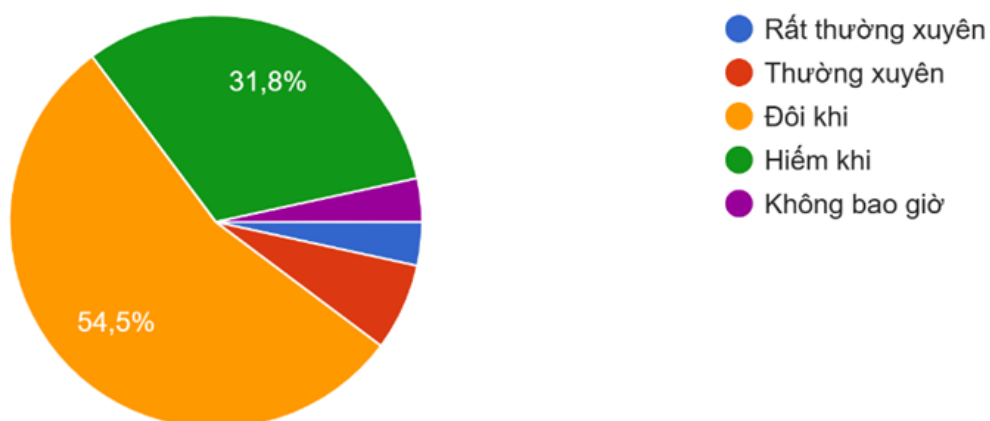
Theo kết quả nghiên cứu, có đến gần 50% sinh viên sử dụng Smartphone nhiều hơn 7 giờ mỗi ngày. Điều này khẳng định, Smartphone là một thiết bị có sức hút rất lớn đối với sinh viên nói chung và sinh viên Học viện Báo chí và Tuyên truyền nói riêng. Đối với sinh viên, trong giai đoạn này, mục đích chính là tập trung tích lũy kiến thức, kỹ năng nghề nghiệp, trau dồi những kỹ năng bản thân. Tuy nhiên, sinh viên lại dành quá nhiều thời gian cho việc sử dụng Smartphone (một phần ba thời gian/ ngày “chìm đắm” trong Smartphone). Trong khi đó, một ngày, sinh viên đã phải mất khoảng 8 tiếng cho việc nghỉ ngơi, 8 tiếng cho việc sử dụng Smartphone và 8 tiếng còn lại cho tất cả các hoạt động khác như: học tập trên trường, làm việc, ăn uống, sinh hoạt, gặp gỡ, dọn dẹp, tự học,... Như vậy, thời gian sinh viên dành cho học tập (mục đích chính của sinh viên) là không đủ để tích lũy kiến thức và trau dồi bản thân. Không thể phủ nhận một thực tế, bên cạnh việc giải trí, giao tiếp, Smartphone có nhiều lợi ích giúp sinh viên trong quá trình học tập và rèn luyện. Tuy nhiên, hiệu quả của việc học hỏi trong một môi trường có quá nhiều sự phân tâm là điều đáng để suy nghĩ. Việc sinh viên dành quá nhiều thời gian trên Smartphone gây ảnh hưởng tiêu cực đến cuộc sống của họ, đặc biệt về quản lý thời gian và hiệu suất học tập.

Trước hết; Tác động đến tâm lý và tinh thần của sinh viên: Theo kết quả điều tra có đến hơn 86% sinh viên Học viện Báo chí và Tuyên truyền trả lời “có” cảm thấy tủi thân hoặc áp lực khi so sánh cuộc sống của mình với những gì họ thấy trên mạng xã hội khi sử dụng Smartphone. Trong đó, có 43,2% sinh viên phản hồi là “đôi khi cảm thấy”,

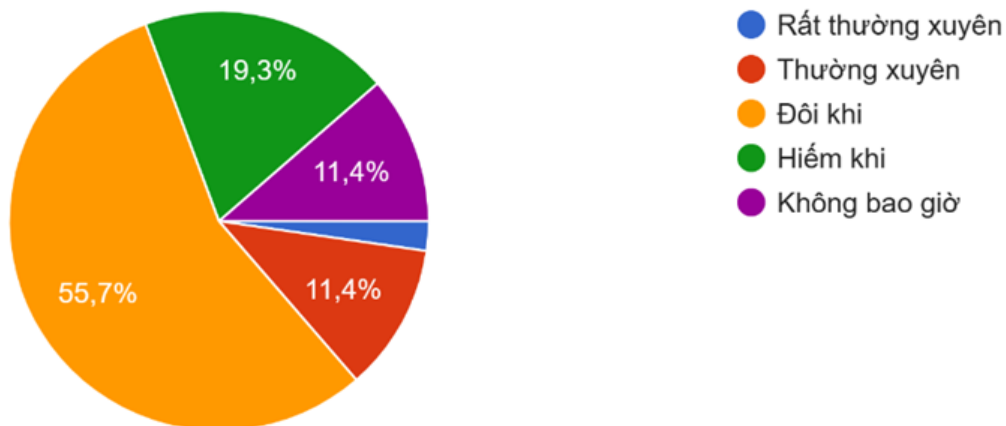
10,2% thường xuyên cảm thấy có vấn đề về tâm lý. Điều này có thể lý giải là bởi, khi sử dụng Smartphone, sinh viên liên tục so sánh cuộc sống của họ với những gì họ thấy trên các trang mạng xã hội, nó có thể dẫn đến tăng cảm giác vô dụng và không thỏa đáng, cuối cùng có thể biến thành trầm cảm. Việc tiếp xúc kéo dài với những nội dung trên mạng xã hội có thể làm gia tăng khả năng mắc trầm cảm ở sinh viên, đặc biệt là những người dễ bị những thông tin tiêu cực tác động.



Thứ hai, tác động đến hiệu suất học tập và công việc, Theo kết quả khảo sát về việc sử dụng Smartphone ảnh hưởng đến hiệu suất học tập và làm việc: có 54,5% sinh viên trả lời đôi khi bỏ lỡ các bài giảng hoặc trì hoãn việc học bài do sử dụng Smartphone. Việc sinh viên phụ thuộc quá nhiều vào Smartphone gây cản trở sự chú ý và làm giảm sự tập trung vào các bài giảng trên lớp. Điều này đã gây nên khó khăn, thách thức khi giảng viên phải cố gắng để thu hút và duy trì sự tập trung của sinh viên trong mỗi buổi học.



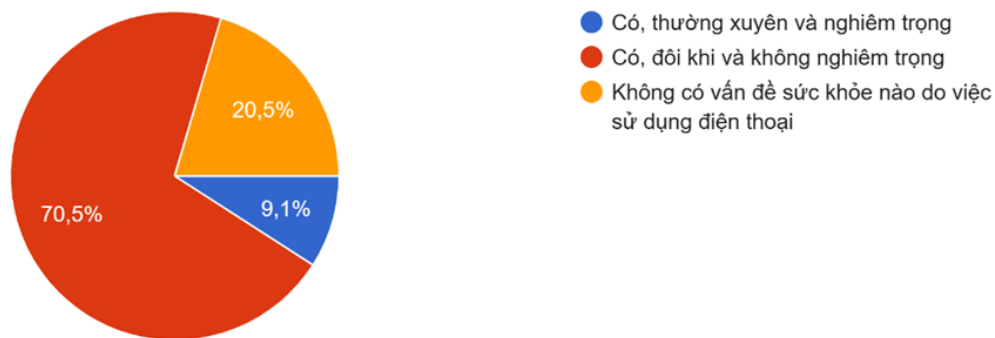
Có tới 55,7% sinh viên thừa nhận đôi khi xem mạng xã hội hoặc chơi trò chơi điện tử trên Smartphone trong giờ học, 11,4% trả lời thường xuyên xem mạng xã hội hoặc chơi trò chơi trên Smartphon và 2,3% sinh viên rất thường xuyên xem mạng xã hội hoặc chơi trò chơi trên Smartphone trong giờ học. Điều này càng khẳng định rằng việc sử dụng Smartphone cho các mục đích không phù hợp diễn ra phổ biến ở sinh viên, nó gây xao nhãng và làm ảnh hưởng đến khả năng tập trung, tiếp thu bài giảng của họ.



Một vấn đề khác được gọi là "vấn đề Wikipedia", có nghĩa là sinh viên đã trở nên quá phụ thuộc vào thông tin được tìm thấy trực tuyến. Thay vì đọc, tư duy phản biện hoặc áp dụng các kỹ năng được dạy ở trường, sinh viên dễ dàng bỏ cuộc và chuyển sang các công cụ tìm kiếm trên điện thoại thông minh. Điều này khiến sinh viên không còn nghiên cứu sâu vào những vấn đề trong bài giảng mà chỉ hời hợt nhằm đối phó với các câu hỏi của giảng viên.

Thứ ba, tác động đến tình hình sức khỏe thể chất; Trong cuộc điều tra sinh viên Học viện Báo chí và Tuyên truyền về vấn đề cảm thấy đau cổ, đau vai hoặc thiếu ngủ, căng thẳng, hay mất tập trung vì việc sử dụng Smartphone trong thời gian dài, có đến 79,6% sinh viên phản hồi là "có" trong đó, 70,5% cảm thấy "đôi khi có vấn đề và không nghiêm trọng, còn 9,1% thường xuyên có vấn đề" về sức khỏe và ở mức nghiêm trọng. Có thể nhận thấy rằng, sinh viên càng sử dụng Smartphone ở cường độ cao thì càng ít vận động thể chất. Điều này có liên quan đến việc tăng tỷ lệ mỡ cơ thể, giảm thể lực do sinh viên chỉ ngồi, nằm và bị thu hút bởi các nội dung trên Smartphone thay vì tham gia vào các hoạt động tăng cường thể chất như: thể dục, thể thao, yoga,

gym,...



Ngoài ra, ánh sáng xanh phát ra từ màn hình điện thoại di động làm kích thích não và giảm sản xuất melatonin, hormone giúp điều chỉnh chu kỳ giấc ngủ. Ngoài tác động của ánh sáng xanh, việc sinh viên tương tác trên điện thoại di động có thể gây nghiện. Cho dù là chơi trò chơi hay tìm kiếm thông tin trên mạng xã hội, sinh viên dễ dàng dành nhiều giờ để sử dụng Smartphone, khiến họ thức khuya hơn dự định. Việc này có tác động tiêu cực đến chất lượng giấc ngủ tổng thể của họ và khiến họ cảm thấy uể oải và mệt mỏi vào ngày hôm sau. Hậu quả của nó là làm suy giảm các chức năng nhận thức như sự chú ý, trí nhớ và khả năng giải quyết vấn đề của sinh viên.

Nguyên nhân của thực trạng sử dụng Smartphone của sinh viên

Nguyên nhân khách quan, Smartphone là một thiết bị liên lạc giữa con người với con người nhằm kết nối mọi người với nhau. Với các tiện ích như: tin nhắn, cuộc gọi hay các ứng dụng yêu cầu Internet như: Messenger, Zalo, Facebook,... Smartphone giúp sinh viên chia sẻ và thông báo tình hình của bản thân với bạn bè, cũng như cập nhật được tình trạng của những người xung quanh nhằm duy trì các mối quan hệ xã hội. Việc gia tăng kết nối với các mối quan hệ xã hội này khiến sinh viên ngày càng lạm dụng việc sử dụng Smartphone. Đồng thời với đặc điểm này sẽ hỗ trợ sinh viên vượt qua được những giới hạn như không gian, thời gian để có thể liên lạc với nhau một cách thuận tiện và thường xuyên nhất.

Smartphone được sinh viên sử dụng nhiều thông qua các ứng dụng giải trí như: Tiktok, Facebook, Youtube, Instagram,... hay những ứng dụng trò chơi như: FreeFire,

PUBG, Liên quân, Candy Crush, Farm Frenzy,... Ở góc độ này, Smartphon cho thấy rõ được sự thu hút và lôi cuốn đối với sinh viên. Chỉ với một chiếc Smartphone có kết nối Internet, sinh viên có thể bị cuốn vào và sử dụng nó đến hàng tiếng đồng hồ. Đây cũng là nguyên nhân cơ bản dẫn đến những tác động tiêu cực trong việc sử dụng Smartphone đối với sinh viên.

Nguyên nhân chủ quan

Sinh viên Học viện Báo chí và Tuyên truyền thường sử Smartphone để giao tiếp, duy trì và kết nối các mối quan hệ trong nhà trường và ngoài xã hội. Điều đó tác động đến đặc điểm tâm lý của sinh viên – những người trẻ đang trong độ tuổi từ 18 - 25 tuổi. Giai đoạn này ảnh hưởng đến việc hình thành bản sắc cá nhân, tăng cường các mối quan hệ xã hội, phát triển tư duy và Smartphone cung cấp các dịch vụ đáp ứng các nhu cầu đó. Do đó, sinh viên sử dụng nhiều và coi Smartphone như một công cụ để giao tiếp, kết nối là điều tất yếu.

Ngoài ra, sinh viên cũng là những người có nhu cầu giải trí cao khi họ còn đang chưa có nhiều mối bận tâm về gia đình, công việc, tiền bạc. Đồng thời, đa số sinh viên thường có nhiều thời gian rảnh cho bản thân bởi lẽ khoảng thời gian học đại học, sinh viên chủ yếu tự học, tự trải nghiệm và nghiên cứu, họ thường sử dụng những khoảng thời gian trống này để đáp ứng nhu cầu vui chơi, giải trí của bản thân. Do đó, sinh viên thường dễ dàng xem phim, nghe nhạc, đọc truyện, chơi game, lướt web,... trong bất kỳ thời gian, địa điểm nào.

Bên cạnh đó, sinh viên cũng thường sử dụng Smartphone để ghi chú các thông tin bài học cũng như truy cập vào mạng xã hội để theo dõi, tìm kiếm các thông tin, nắm bắt được các sự kiện diễn ra trong đời sống. Điều này giúp sinh viên tiếp cận được với tri thức xã hội và nâng cao chất lượng học tập. Thông qua mạng xã hội trên Smartphone, sinh viên dễ dàng tham gia vào các nhóm cộng đồng có chung mục tiêu, hoạt động nhằm tiếp cận với những người, với môi trường có nhiều kinh nghiệm trong lĩnh vực mà họ quan tâm để nâng cao thêm vốn hiểu biết cho bản thân.

3. Một số giải pháp nhằm nâng cao ý thức, khắc phục những tác động tiêu cực của sinh viên Học viện Báo chí và Tuyên truyền trong việc sử dụng smartphone

Một là, nâng cao ý thức, kỹ năng lĩnh hội tri thức trên lớp và tự quản lý thời gian của mình trong sinh hoạt hàng ngày

- Nâng cao ý thức, kỹ năng lĩnh hội tri thức trên lớp

Chuẩn bị bài trước buổi học, việc chuẩn bị bài trước giờ học giúp sinh viên tăng cường sự tập trung và hiểu biết. Khi sinh viên đã nắm vững nội dung cơ bản, thời gian trong lớp học có thể được sử dụng để giải quyết các thắc mắc, thảo luận về các khía cạnh phức tạp, làm việc với giảng viên để tận dụng kiến thức một cách tối ưu. Sinh viên có thể đưa ra các câu hỏi, ý kiến, hoặc góc nhìn riêng biệt dựa trên kiến thức sinh viên đã tự nắm vững. Thay vì chỉ tập trung vào việc ghi chép hoặc ghi nhớ kiến thức mới, sinh viên có thể tập trung vào việc hiểu sâu hơn và đặt ra các câu hỏi có ý nghĩa. Điều đó giúp làm phong phú cho buổi học và khám phá khía cạnh mới của bài học.

Tránh những xao nhãng từ Smartphone, trong thời gian lên lịch cho bài tập ở trường, sinh viên nên cất các thiết bị không cần thiết như Smartphon và tắt thông báo trên mạng xã hội. Thông báo từ Smartphone về cuộc gọi, tin nhắn, email, hoặc các ứng dụng xã hội xuất hiện khiến sinh viên phải kiểm tra điện thoại liên tục và gây ảnh hưởng đến không gian tập trung của buổi học trên lớp. Bên cạnh đó, việc hủy theo dõi và xóa những ứng dụng không cần thiết cũng giúp sinh viên tiết kiệm được nhiều thời gian và tập trung cho việc học một cách tối ưu nhất.

- Nâng cao khả năng tự quản lý thời gian trong sinh hoạt hằng ngày

Sinh viên tự lập kế hoạch và lịch trình hằng ngày cho bản thân, khi nắm rõ được thời gian biểu cố định như: các buổi học, buổi hội thảo, việc làm thêm,... sinh viên hoàn toàn có thể bổ sung thêm các hoạt động khác phù hợp với bản thân như: Hoạt động xã hội, thể dục thể thao, vui chơi, giải trí,... bản thân có một lịch trình phù hợp, tối đa hóa thời gian mà không bị quá tải trong một ngày. Sinh viên hoàn toàn có thể tận dụng các công cụ trên điện thoại như: Nhắc nhở, ghi chú, Google Lịch, Microsoft Project,... để lập kế hoạch một cách đơn giản, hiệu quả và tối ưu nhất. Ngoài ra, sinh viên cần ưu tiên các nhiệm vụ quan trọng, khẩn cấp trước nhằm đảm bảo tiến độ và hiệu suất công việc đồng thời giúp sinh viên tránh rơi vào tình trạng căng thẳng và quá tải.

Hai là, tuyên truyền, giáo dục, nâng cao nhận thức của sinh viên về những nội dung tiêu cực trên Smartphone khi tiếp cận

Vấn đề tuyên truyền, giáo dục, nâng cao nhận thức về những nội dung tiêu cực trên Smartphone khi tiếp cận là rất cần thiết vì thực chất đây là hoạt động nhằm tạo ra sự hiểu biết sâu sắc, toàn diện về môi trường thông tin trên Smartphone cho sinh viên. Thông qua đó, sinh viên hình thành thái độ đấu tranh đối với những thông tin tiêu cực, xấu độc, sai lệch và cổ vũ, khích lệ sinh viên có những hành động cụ thể để phản bác, đẩy lùi, loại bỏ những nội dung tiêu cực trên Smartphone khi tiếp cận.

Để tuyên truyền, giáo dục, nâng cao nhận thức của sinh viên có hiệu quả cần thực hiện một số phương pháp sau:

- Tạo dư luận xã hội: Tạo dư luận xã hội rộng rãi nhằm ủng hộ việc xây dựng môi trường thông tin trên Smartphone lành mạnh đồng thời phê phán, đấu tranh chống lại các thông tin có nội dung không lành mạnh, tiêu cực từ đó định hướng các nội dung cần đạt được trong nhiệm vụ xây dựng môi trường thông tin trên điện thoại tích cực.
- Sử dụng các cơ quan báo chí, phát thanh - truyền hình để tổ chức tuyên truyền bằng cách tăng thêm bài viết, các chuyên mục, các phóng sự ảnh mang tính chất tuyên truyền chống các thông tin tiêu cực, sai lệch, độc hại khi sử dụng Smartphone.
- Thông qua mạng Internet: Đặc biệt coi trọng vai trò, tác dụng của website của nhà trường trong việc cung cấp thông tin, tuyên truyền, thông báo nội dung các hoạt động, biểu dương các cá nhân điển hình, tập thể tiến tiến... Tích cực sử dụng các phương tiện truyền thông đại chúng, truyền thông số qua các kênh như: Facebook, Tiktok, ... hay thông qua các câu lạc bộ, các sự kiện nổi bật để lồng ghép về văn hóa học đường cho sinh viên. Việc này sẽ khiến sinh viên dễ dàng tiếp nhận các thông tin một cách dễ dàng, chủ động và có hiệu quả hơn.

Ba là, xây dựng nội dung, chương trình giáo dục đa dạng, sinh động, phù hợp

Cần xây dựng nội dung, chương trình giáo dục phong phú, đa dạng và phù hợp, lời cuốn, lý luận ngắn gọn, súc tích gắn với thực tiễn. Điều này giúp sinh viên nâng cao nhận thức và phát triển kỹ năng một cách toàn diện đồng thời tạo ra một môi trường

học tập kích thích và thú vị. Từ đó, giúp sinh viên thấy hứng thú và tạo động lực để tham gia vào quá trình học tập và làm tăng khả năng tiếp thu kiến thức. Điều này không chỉ tập trung vào khía cạnh học thuật, mà còn khuyến khích phát triển kỹ năng xã hội, kỹ năng tư duy, kỹ năng thực hành và kỹ năng sáng tạo. Qua đó, giúp sinh viên trở thành những con người tự tin, linh hoạt và sẵn sàng đối mặt với các thử thách trong cuộc sống. Trong thời đại ngày nay, cần phải có một chương trình giáo dục phong phú và đa dạng, phù hợp giúp sinh viên có được nền tảng tri thức vững chắc, biết nhìn nhận, đánh giá đúng những tích cực và hạn chế khi sử dụng Smartphone một cách hiệu quả. Bên cạnh đó, cần cung cấp các chương trình thực tế, hoạt động ngoại khóa và tạo cơ hội cho sinh viên tham gia các câu lạc bộ, tổ chức sinh viên sẽ giúp sinh viên khám phá và phát triển sở thích cá nhân, kỹ năng mềm và tư duy sáng tạo.

Bốn là, nâng cao chất lượng quản lý của cán bộ, giảng viên đối với việc sử dụng Smartphone của sinh viên trên lớp

Trong giờ học, tình trạng sinh viên thiếu tập trung vào bài giảng mà thường xuyên sử dụng Smartphone. Vì lý do này, giảng viên cần sử dụng nhiều phương pháp mới hấp dẫn và kết hợp giữa lý luận với thực tiễn, tạo cơ hội cho sinh viên được phép tương tác với nhau.

Giảng viên có thể sưu tầm và giới thiệu các hoạt động tập thể và trải nghiệm thú vị giúp sinh viên phát triển tư duy và thể hiện bản thân. Các hoạt động như trong giờ học có thể tổ chức như thảo luận, hoặc tổ chức các hoạt động ngoại khóa thật bổ ích và lý thú giúp họ tận hưởng thời gian học tập một cách tích cực và lành mạnh. Nhà trường cần khuyến khích sinh viên tham gia vào các hoạt động xã hội và tương tác trực tiếp với sinh viên, gia đình và cộng đồng. Thay vì dựa vào Smartphone, việc tương tác trực tiếp giúp họ giảm sự phụ thuộc vào thiết bị truyền thông, đồng thời tạo điều kiện cho tinh thần và sức khỏe cải thiện

Giảng viên có thể dễ dàng sử dụng công nghệ để thay thế việc sử dụng Smartphon thông qua các video hoặc slide liên quan đến chủ đề học tập thật hấp dẫn. Những ý tưởng này có thể hạn chế việc sử dụng Smartphon trong quá trình học tập.

Năm là, cải thiện cơ sở vật chất của nhà trường, khuyến khích, động viên, thúc đẩy tinh thần học tập của sinh viên

Xây dựng thư viện: Thư viện đại học ngày nay không còn giới hạn ở chức năng mượn và trả truyền thống, chế độ tích hợp nhiều dịch vụ sẽ là xu hướng phát triển lâu dài trong tương lai. Thư viện cần điều chỉnh bố cục tổng thể của không gian, phân chia lại các khu chức năng theo nhu cầu sử dụng, đầu tư các thiết bị (ánh sáng, cách âm và giảm tiếng ồn, nhiệt độ, v.v.) ở các khu vực khác nhau, đồng thời cung cấp bàn, ghế, đồ nội thất và ổ cắm phù hợp, triển khai mạng có dây và không dây, cài đặt hệ thống kiểm soát truy cập hỗ trợ, thiết bị mượn và trả tự phục vụ, thiết bị đọc điện tử, máy in và sao chép tự phục vụ, v.v., để tạo ra việc học tập, giao tiếp, thực hành khoa học và thoải mái.

Sự phát triển không ngừng của công nghệ đặc biệt là Smartphone trong giai đoạn hiện nay. Giúp cho việc lấy thông tin từ sách, báo của thư viện và cổng thông tin điện tử trong nhà trường không còn đáp ứng đầy đủ nhu cầu của sinh viên mà xu hướng mới là muốn trao đổi thông tin từ thư viện thuận tiện, nhanh chóng và có sự tương tác hơn đang ngày càng phát triển. Do đó, thư viện Nhà trường cũng cần chuyển đổi và phát triển không gian ảo trên mạng (phần mềm, ứng dụng trao đổi về các thông tin, tài liệu trên thư viện,...) để rút ngắn khoảng cách giữa sinh viên với giảng viên và rút ngắn giao tiếp giữa bạn đọc và thư viện qua mạng.

Các chính sách khuyến khích động viên: Một thách thức lớn mà Nhà trường và các cán bộ, giảng viên phải đối mặt là thúc đẩy được tinh thần học tập của sinh viên. Để hỗ trợ sự thành công, kiên trì và duy trì động lực học tập thì nhà trường, cán bộ, giảng viên cần tạo ra các chính sách khuyến khích, động viên, thúc đẩy tinh thần học tập của sinh viên. Nhà trường có thể tổ chức lễ trao giải tôn vinh thành tích của sinh viên để ghi nhận sự chăm chỉ, nỗ lực và cố gắng của sinh viên. Tùy thuộc vào ngân sách, quy mô và thành tích để xem xét trao thưởng hoặc giấy chứng nhận để khích lệ sinh viên. Ngoài ra, Nhà trường nên tổ chức các sự kiện và hoạt động tạo động lực cho sinh viên, như các buổi gặp gỡ, thảo luận các vấn đề về phát triển cá nhân. Một trong những chính sách khuyến khích, động viên, thúc đẩy tinh thần học tập của sinh viên đó là tặng học bổng cho sinh viên có thành tích xuất sắc và ý thức rèn luyện tốt. Điều này có thể giúp xây dựng tinh thần cống hiến với trường và thúc đẩy sinh viên tham gia vào các hoạt động học tập và xã hội, tạo nên một cộng đồng học tập đa dạng và phát triển.

Kết luận

Tổng hợp những vấn đề đã được đề cập nêu trên, có thể thấy rõ rằng, việc sử dụng Smartphone mang đến những tác động tiêu cực và có thể là nguy hại đối với sinh viên hiện nay. Tuy nhiên, điều quan trọng không phải là việc loại bỏ hay nghiêm cấm sử dụng Smartphone mà là giúp họ nhận biết, quản lý và sử dụng Smartphone một cách hiệu quả. Từ đó, có thể giúp sinh viên tận dụng tốt những ưu điểm của Smartphon và thấy rõ được những tác hại mà Smartphone mang đến; họ tự nhận thức việc quản lý thời gian và sử dụng Smartphone phù hợp, hiệu quả để nâng cao hiệu suất học tập và cải thiện vấn đề sức khỏe tinh thần cũng như thể chất của bản thân./.