

SCIENTIFIC BASIS RESEARCH FOR DEVELOPING AN EDUCATION PROGRAM FOR ONLINE GAME-DEPENDENT INDIVIDUALS

Trinh Thi Quy^{*1}, Hoang Thi Kim Hue²,
Hoang Thi Ngan Tam³

Corresponding author
Email: quytt@hnue.edu.vn

¹ Hanoi National University of Education
136 Xuan Thuy street, Cau Giay ward,
Hanoi, Vietnam

² Email: huehk@naem.edu.vn
National Academy of Education Management
31 Phan Dinh Giot street, Hanoi, Vietnam

³ Email: tamhntn75@gmail.com
Hanoi National University of Education
136 Xuan Thuy street, Cau Giay ward,
Hanoi, Vietnam

Received: 25/7/2025
Revised: 08/8/2025
Accepted: 02/9/2025
Published: 15/12/2025

Abstract: In the context of the increasing prevalence of online game dependence and its negative consequences for both adolescents and adults, the development of appropriate educational programs for prevention and intervention has become an urgent issue. This article focuses on analyzing theoretical and practical aspects to establish an orientation for developing educational programs for individuals dependent on online games. Regarding research methodology, the authors employ theoretical analysis and synthesis, systematization and generalization of theory, classification and comparison of theoretical approaches, as well as content analysis of relevant documents. Accordingly, the article reviews domestic and international studies on the impacts of online games, clarifies the theoretical foundations of education for online game dependence, and - based on current legal documents on the prevention of online game-related harms - establishes a legal framework for program development. The findings show that international experience from the United States, Canada, South Korea, China, Australia, and the United Kingdom, together with related studies, provide important grounds for proposing a program orientation model. On this basis, the article proposes the development of an educational program for online game-dependent individuals, focusing on defining objectives, orienting program content, selecting organizational methods, and designing appropriate evaluation approaches.

Keywords: *Online game, online game dependence, development of education program, education for online game-dependent individuals.*

NGHIÊN CỨU CƠ SỞ KHOA HỌC CỦA PHÁT TRIỂN CHƯƠNG TRÌNH GIÁO DỤC CHO NGƯỜI PHỤ THUỘC GAME ONLINE

Trịnh Thị Quý^{*1}, Hoàng Thị Kim Huệ²,
Hoàng Thị Ngân Tâm³

Tác giả liên hệ
Email: quytt@hnue.edu.vn

¹ Trường Đại học Sư phạm Hà Nội
136 Xuân Thủy, phường Cầu Giấy,
Hà Nội, Việt Nam

² Email: huehk@naem.edu.vn
Học viện Quản lý Giáo dục
31 Phan Đình Giót, Hà Nội, Việt Nam

³ Email: tamhntn75@gmail.com
Trường Đại học Sư phạm Hà Nội
136 Xuân Thủy, phường Cầu Giấy,
Hà Nội, Việt Nam

Nhận bài: 25/7/2025
Chỉnh sửa xong: 08/8/2025
Chấp nhận đăng: 02/9/2025
Xuất bản: 15/12/2025

Tóm tắt: Trong bối cảnh tình trạng phụ thuộc game online đang gia tăng và gây ra nhiều hệ lụy tiêu cực đối với thanh thiếu niên cũng như người trưởng thành, việc xây dựng chương trình giáo dục phù hợp nhằm phòng ngừa và can thiệp là vấn đề cấp thiết. Bài viết tập trung phân tích các phương diện lý luận và thực tiễn để hình thành định hướng phát triển chương trình giáo dục dành cho người phụ thuộc game online. Về phương pháp nghiên cứu, nhóm tác giả sử dụng các phương pháp phân tích và tổng hợp lý thuyết, hệ thống hóa và khái quát hóa lý thuyết, phân loại và so sánh lý thuyết, cùng với phân tích nội dung tài liệu. Nhờ đó, bài viết tổng quan các nghiên cứu trong và ngoài nước liên quan đến tác động của game online; làm rõ cơ sở lý luận về giáo dục cho người phụ thuộc game online; đồng thời dựa trên các văn bản pháp lý hiện hành về phòng, chống tác hại của trò chơi trực tuyến để xác lập nền tảng pháp lý cho việc định hướng xây dựng chương trình. Kết quả nghiên cứu cho thấy, kinh nghiệm quốc tế từ Hoa Kỳ, Canada, Hàn Quốc, Trung Quốc, Australia và Anh cùng với các nghiên cứu tham khảo, cung cấp những căn cứ quan trọng để đề xuất mô hình định hướng. Trên cơ sở đó, bài báo đề xuất định hướng phát triển chương trình giáo dục cho người phụ thuộc game online, tập trung vào việc xác định mục tiêu, định hướng nội dung, lựa chọn phương pháp tổ chức và xây dựng cách thức đánh giá phù hợp.

Từ khóa: *Game online, phụ thuộc game online, phát triển chương trình, giáo dục cho người phụ thuộc game online.*

1. Đặt vấn đề

Trong bối cảnh công nghệ số phát triển mạnh mẽ, trò chơi trực tuyến (Game online) đã và đang trở thành một trong những hình thức giải trí phổ biến nhất đối với thanh thiếu niên. Tuy nhiên, bên cạnh những mặt tích cực như rèn luyện phản xạ, tư duy chiến lược hay khả năng kết nối cộng đồng ảo, việc lạm dụng và phụ thuộc vào game online đang gây ra nhiều hệ lụy đáng lo ngại (Purwaningsih & Nurmala, 2021). Một nghiên cứu tại Hà Nội với đối tượng là người chơi MMORPG (Trò chơi nhập vai trực tuyến nhiều người chơi) cho thấy mức độ phụ thuộc cao có tương quan mạnh với điểm số rối loạn tâm thần cao hơn nhiều so với nhóm không chơi ($r = 0,730$, $p < .001$) (Đình Thái Sơn và cộng sự, 2013). Một khảo sát khác ở Việt Nam đo bằng thang VN-IGD-17 báo cáo tỉ lệ phụ thuộc game online ở học sinh là 13,7%, đồng thời chỉ ra các yếu tố như áp lực học tập, thời gian chơi và thể loại trò chơi có ảnh hưởng đáng kể đến nguy cơ nghiện (Phạm Thị Yến Nhi và cộng sự, 2024).

Trong khi đó, giáo dục được coi là một trong những giải pháp quan trọng nhằm giúp người học, thanh thiếu niên hình thành năng lực tự điều chỉnh hành vi, quản lý thời gian, kiểm soát cảm xúc, đồng thời phát triển khả năng giao tiếp, hợp tác và giải quyết vấn đề. Việc xây dựng một chương trình giáo dục dành riêng cho đối tượng có biểu hiện phụ thuộc vào game online sẽ góp phần hỗ trợ các em vượt qua khó khăn, tái lập sự cân bằng trong đời sống, phát triển hài hòa về nhân cách và hòa nhập tích cực vào môi trường học đường cũng như xã hội.

Về mặt khoa học, nghiên cứu cơ sở lý luận và thực tiễn để phát triển chương trình giáo dục cho người phụ thuộc vào game online không chỉ đáp ứng yêu cầu cấp bách của thực tiễn giáo dục hiện nay mà còn đóng góp vào việc hoàn thiện cơ sở lý thuyết về phòng ngừa và can thiệp hành vi lệ thuộc ở mọi lứa tuổi. Bài báo có ý nghĩa cả về mặt lý luận và thực tiễn, đồng thời có khả năng ứng dụng cao trong việc xây dựng chính sách, chương trình và hoạt động hỗ trợ người phụ thuộc game online trong cộng đồng.

Các câu hỏi cần trả lời trong bài báo: Nền tảng lý luận về giáo dục phòng chống phụ thuộc game online được luận giải như thế nào? Hệ thống văn bản pháp quy hiện nay đề cập đến giáo dục phòng chống phụ thuộc game online ra sao? Thực tiễn đặt ra yêu cầu cấp thiết như thế nào cho phát triển chương trình giáo dục phòng chống phụ thuộc game online? và Chương trình giáo dục phòng chống phụ thuộc game online nên được thiết kế theo những định hướng như thế nào?

2. Phương pháp nghiên cứu

Trong quá trình nghiên cứu, nhóm tác giả sử dụng một số phương pháp nghiên cứu lý thuyết cơ bản.

Phương pháp phân tích và tổng hợp lý thuyết: Nhóm tác giả vận dụng phương pháp này nhằm đi sâu tìm hiểu các khái niệm, quan điểm, công trình khoa học liên quan đến vấn đề, từ đó tách ra những yếu tố cốt lõi và liên kết lại thành một chỉnh thể logic.

Phương pháp hệ thống hóa và khái quát hóa lý thuyết: Phương pháp này được sử dụng để sắp xếp, tổ chức các tài liệu, luận điểm thành hệ thống, qua đó rút ra những kết luận khái quát về bản chất và quy luật của vấn đề nghiên cứu.

Phương pháp phân loại và so sánh lý thuyết: Phương pháp này giúp nhóm tác giả đối chiếu các cách tiếp cận, mô hình, quan điểm khác nhau, chỉ ra sự tương đồng và khác biệt, từ đó lựa chọn cơ sở lý luận phù hợp cho nghiên cứu.

Phương pháp phân tích nội dung tài liệu: Được áp dụng để nghiên cứu sâu các văn bản, chính sách, báo cáo, công trình khoa học liên quan, nhằm rút ra những luận điểm cần thiết cho việc xây dựng cơ sở lý luận của bài báo.

3. Kết quả nghiên cứu

3.1. Cơ sở lý luận của phát triển chương trình giáo dục phòng chống phụ thuộc game online

Nhiều nghiên cứu quốc tế đã chỉ ra mối liên hệ chặt chẽ giữa phụ thuộc game online và sự suy giảm kết quả học tập, hành vi cũng như sức khỏe tinh thần của người học, sinh viên.

Một nghiên cứu ở Trung Quốc khảo sát 443 sinh viên và cho thấy kết quả là phụ thuộc game trực tuyến ảnh hưởng tiêu cực đến sự tham gia học tập ở ba khía cạnh: Hành vi ($\beta = -0,486$), cảm xúc ($\beta = -0,430$) và nhận thức ($\beta = -0,370$), từ đó làm giảm động lực học tập ($p < 0,001$). Tác giả của nghiên cứu này khuyến nghị cần tăng cường sự tham gia học tập như một biện pháp can thiệp quan trọng (Rui-Qi Sun và cộng sự, 2023).

Một nghiên cứu khác thí điểm chương trình can thiệp nhóm dựa trên gia đình (FAME) cho thấy sự phối hợp giữa cha mẹ và con cái giúp quản lý việc sử dụng màn hình, đồng thời nâng cao hiệu quả giao tiếp và sức khỏe tinh thần (Werner và cộng sự, 2024).

Nghiên cứu của Rosales-Navarro khẳng định hành vi cha mẹ có tác động quyết định: Thiếu giám sát tạo điều kiện cho nghiện game, trong khi sự quan tâm và hỗ trợ giúp định hình thói quen chơi game

lành mạnh (Rosales-Navarro và Torres-Pérez, 2025).

Tác giả Esmaeel Taghipour và cộng sự trong một nghiên cứu của mình đã chỉ ra gamification cải thiện kiến thức, thái độ và kết quả học tập liên quan đến phụ thuộc internet. Tuy nhiên, không phải người học nào cũng đáp ứng tốt với phương pháp này (Taghipour và cộng sự, 2023).

Nghiên cứu của Alzahrani và cộng sự cho thấy chơi game quá mức làm giảm tập trung, kết quả học tập và kỹ năng xã hội. Thiếu giám sát từ gia đình, nhà trường cũng là yếu tố gia tăng rủi ro. Nghiên cứu khuyến nghị triển khai các chương trình giáo dục và hỗ trợ để can thiệp (Alzahrani và Griffiths, 2024).

Nhiều công trình trong nước đã nghiên cứu về thực trạng, yếu tố ảnh hưởng và giải pháp can thiệp tình trạng phụ thuộc game online ở người học.

Tại Bình Định, một nghiên cứu chỉ ra 6 nhóm yếu tố tác động: cá nhân, gia đình, nhà trường, cộng đồng, xã hội và chính sách.

Tác giả Nguyễn Văn Nga vận dụng lý thuyết hệ thống, khẳng định cần nhìn nhận người học như một phần của hệ thống gia đình - nhà trường - cộng đồng, từ đó thiết kế các can thiệp tích hợp, lâu dài (Nguyễn Văn Nga, 2017).

Trong nghiên cứu “Thanh thiếu niên chơi game bạo lực: Những phân tích về tâm lý xã hội và một số giải pháp quản lý - giáo dục định hướng”, tác giả khảo sát 4.468 thanh thiếu niên (11-30 tuổi) tại nhiều thành phố lớn, ghi nhận 63,7% chơi game bạo lực, dẫn đến nguy cơ căng thẳng, hành vi hung hăng. Tác giả đề xuất quản lý nội dung game, kết hợp giáo dục kỹ năng sống và tăng vai trò gia đình (Trần Thị Minh Đức & Bùi Thị Hồng Thái, 2013).

Tác giả Mai Mỹ Hạnh trong một nghiên cứu tại Thành phố Hồ Chí Minh cho thấy 5,89% người học trung học phổ thông có dấu hiệu phụ thuộc game online. Thử nghiệm giáo dục - tư vấn - hỗ trợ tâm lý giúp nâng cao nhận thức và thay đổi hành vi, nhấn mạnh vai trò phối hợp giữa gia đình - nhà trường - cộng đồng (Mai Mỹ Hạnh, 2011).

Trong một nghiên cứu với 568 người học trung học phổ thông Phù Cừ (Hưng Yên), nhóm tác giả phát hiện tỉ lệ phụ thuộc internet là 9,5%. Yếu tố nguy cơ gồm: Cha mẹ ly hôn/mất, thời gian sử dụng Internet, thói quen của phụ huynh. Tác giả khuyến nghị xây dựng chương trình giáo dục toàn diện kết hợp tác động tâm lý, thể chất và xã hội để giảm phụ thuộc internet/game (Trần Thị Minh Xuân và cộng sự, 2024).

Tóm lại, các nghiên cứu quốc tế và trong nước đều nhấn mạnh tác động tiêu cực của phụ thuộc game online đến học tập, tâm lý và hành vi. Gia đình, nhà trường và xã hội đóng vai trò then chốt trong việc phòng ngừa và can thiệp. Những tiếp cận như tăng cường sự tham gia học tập, can thiệp dựa trên gia đình và lý thuyết hệ thống được coi là định hướng khả thi cho giảm thiểu mức độ phụ thuộc vào game online.

a. Một số khái niệm

Game online là gì? Trò chơi trực tuyến (tiếng Anh: Game online hay Online Game) là một dạng trò chơi được chơi thông qua mạng máy tính có kết nối Internet, có tương tác giữa người chơi với nhau, hay giữa người chơi với hệ thống máy chủ (Server) của trò chơi trong thời gian thực. Mạng máy tính thông thường là Internet hoặc các công nghệ tương đương. Tuy nhiên, các trò chơi vẫn luôn sử dụng những công nghệ hiện hữu; trước thời Internet là modem, trước thời của modem là các thiết bị đầu cuối. Sự phát triển của game online phản ánh sự phát triển của mạng máy tính, từ những mạng nội bộ cho tới mạng toàn cầu Internet và chính sự tăng trưởng của Internet. Game online bao gồm những loại game như game dựa trên mã hóa cho tới những game lồng ghép các đồ họa phức tạp và những thế giới ảo mà nhiều game thủ có thể chơi đồng thời. Rất nhiều game online có gắn với những cộng đồng ảo, biến nó trở thành một dạng hoạt động xã hội vượt qua khỏi những game một người chơi thông thường.

Phụ thuộc game online: Phụ thuộc game online được hiểu là trạng thái một cá nhân dành quá nhiều thời gian và năng lượng cho việc chơi trò chơi trực tuyến, đến mức gây ảnh hưởng tiêu cực đến sức khỏe thể chất, tinh thần, học tập, công việc và các mối quan hệ xã hội. Biểu hiện của sự phụ thuộc này thường bao gồm: Mất kiểm soát thời gian chơi, luôn bị thôi thúc phải tham gia trò chơi, giảm hứng thú với các hoạt động khác, lo âu hoặc cáu gắt khi không thể chơi và tiếp tục chơi dù biết rõ hậu quả tiêu cực (Young, 1998; World Health Organization, 2019).

Theo Tổ chức Y tế Thế giới (WHO, 2019), hiện tượng này có thể được phân loại trong nhóm “rối loạn do chơi game” (Gaming Disorder), đặc trưng bởi việc mất kiểm soát hành vi chơi, ưu tiên ngày càng cao cho hoạt động chơi game so với các hoạt động khác và tiếp tục chơi bất chấp hậu quả bất lợi.

Chương trình giáo dục phòng chống phụ thuộc game online: Trong phạm vi bài viết này, chương trình giáo dục phòng chống phụ thuộc game online được

hiểu là văn bản chính thức, quy định mục đích, mục tiêu, yêu cầu nội dung kiến thức và kỹ năng, cấu trúc tổng thể các nội dung, kế hoạch tổ chức hoạt động giáo dục; hướng dẫn phương thức, phương pháp, phương tiện, điều kiện cơ sở vật chất, đánh giá kết quả giáo dục của cơ sở giáo dục có thẩm quyền dành cho người phụ thuộc game online.

b. Nội dung chương trình giáo dục phòng chống phụ thuộc game online

Để xây dựng một chương trình giáo dục toàn diện và hiệu quả cho người phụ thuộc game online, việc phân chia và lồng ghép các nhóm nội dung giáo dục là cần thiết nhằm bảo đảm sự phát triển hài hòa về thể chất, tinh thần, đạo đức và xã hội. Các nội dung cốt lõi bao gồm: giáo dục đạo đức và giá trị sống, giáo dục kỹ năng sống, giáo dục lao động, giáo dục phục vụ cộng đồng và giáo dục thể chất.

Giáo dục đạo đức và giá trị sống: Giáo dục đạo đức - giá trị sống giữ vai trò nền tảng trong việc hình thành những phẩm chất nhân cách tích cực như trách nhiệm, trung thực, lòng tự trọng và định hướng sống rõ ràng. Chương trình “Living Values Education” đã chứng minh hiệu quả trong việc bồi dưỡng hệ giá trị và thái độ sống tích cực cho học sinh (UNESCO, 2002). Đây là cơ sở quan trọng để người học biết tự điều chỉnh hành vi và xây dựng chuẩn mực giá trị cá nhân.

Giáo dục kỹ năng sống: Song song với đó, giáo dục kỹ năng sống giúp trang bị cho người học các năng lực thiết yếu như tự nhận thức, quản lý cảm xúc, giao tiếp, giải quyết vấn đề và tư duy phản biện. Tổ chức Y tế Thế giới (WHO) khẳng định giáo dục kỹ năng sống là một trong những biện pháp hiệu quả nhất để nâng cao khả năng ứng phó và giảm nguy cơ hành vi lệ thuộc ở thanh thiếu niên (WHO, 1997). Đây là yếu tố quan trọng để hạn chế việc sử dụng game online như công cụ tránh né thực tại.

Giáo dục lao động: Giáo dục lao động rèn luyện kỷ luật, tinh thần trách nhiệm và năng lực tự lực thông qua hoạt động sản xuất, lao động sáng tạo và tự phục vụ. Theo quan điểm giáo dục toàn diện, sự kết hợp giữa lý thuyết và thực hành trong các hoạt động lao động góp phần hình thành thái độ tích cực đối với công việc và khả năng thích ứng với yêu cầu thực tiễn (Miller, 2005).

Giáo dục phục vụ cộng đồng: Một nội dung quan trọng khác là giáo dục phục vụ cộng đồng, nhằm phát triển lòng nhân ái, sự sẻ chia và ý thức công dân. Nghiên cứu của Bringle và Hatcher (1996) cho thấy giáo dục gắn với phục vụ cộng đồng không chỉ

nâng cao năng lực xã hội mà còn góp phần củng cố giá trị sống và trách nhiệm công dân cho người học.

Giáo dục thể chất: Cuối cùng, giáo dục thể chất có vai trò quan trọng trong việc nâng cao sức khỏe, rèn luyện ý chí và hình thành thói quen sinh hoạt lành mạnh. Nghiên cứu của Biddle và Asare (2011) chỉ ra rằng, hoạt động thể chất thường xuyên giúp cải thiện sức khỏe tâm thần, giảm lo âu và trầm cảm ở thanh thiếu niên, qua đó hỗ trợ trực tiếp cho việc phòng ngừa các hành vi lệ thuộc.

3.2. Cơ sở pháp lý của phát triển chương trình giáo dục cho người phụ thuộc game online

Việc xây dựng và triển khai chương trình phòng chống phụ thuộc game online cho người phụ thuộc không chỉ xuất phát từ nhu cầu thực tiễn cấp bách mà còn được đặt trên nền tảng pháp lý vững chắc, được quy định trong nhiều văn bản quy phạm pháp luật của Nhà nước. Luật Trẻ em năm 2016 đã khẳng định rõ quyền của trẻ em được bảo vệ trước các nguy cơ gây tổn hại, trong đó có môi trường mạng. Đồng thời, luật cũng quy định trách nhiệm của gia đình, nhà trường và toàn xã hội trong việc phát hiện, phòng ngừa, can thiệp sớm các biểu hiện lệ thuộc vào trò chơi điện tử trực tuyến (Quốc hội Nước Cộng hòa Xã hội Chủ nghĩa Việt Nam, 2016). Luật Giáo dục năm 2019 nhấn mạnh mục tiêu giáo dục toàn diện, hướng đến phát triển phẩm chất và năng lực người học, đặc biệt là năng lực tự học, tự chủ, quản lý thời gian và làm chủ bản thân. Đây là cơ sở quan trọng để lồng ghép các nội dung giáo dục cho người phụ thuộc game online, qua đó hỗ trợ người học nhận diện và phòng tránh tình trạng phụ thuộc vào game online (Quốc hội Nước Cộng hòa Xã hội Chủ nghĩa Việt Nam, 2019). Song song với đó, các văn bản dưới luật cũng đóng vai trò quan trọng. Nghị định 72/2013/NĐ-CP cùng Thông tư 24/2014/TT-BTTTT đã đặt ra các quy định cụ thể trong quản lý trò chơi điện tử trực tuyến, bao gồm việc phân loại theo nhóm (G1-G4), kiểm soát thời gian chơi, xác định độ tuổi người chơi. Đây là cơ sở để gia đình và nhà trường có căn cứ pháp lý trong giám sát, định hướng người học tham gia hoạt động giải trí trực tuyến một cách lành mạnh (Chính phủ, 2013). Nghị định 147/2024/NĐ-CP đã siết chặt hơn các quy định đối với người chơi dưới 18 tuổi, giới hạn thời gian tham gia không quá 60 phút cho mỗi trò chơi và tối đa 180 phút mỗi ngày. Đồng thời, nghị định yêu cầu nhà phát hành tích hợp biện pháp kỹ thuật nhằm giám sát, cảnh báo và nhắc nhở người chơi, góp phần ngăn ngừa nguy cơ nghiện game ở lứa tuổi người học (Chính phủ, 2024).

Có thể khẳng định rằng, hệ thống văn bản pháp lý hiện hành đã tạo ra một hành lang pháp lý tương đối rõ ràng, toàn diện và chặt chẽ. Đây chính là nền tảng quan trọng để ngành Giáo dục cùng các bên liên quan xây dựng và triển khai hiệu quả chương trình phòng chống phụ thuộc game online cho người học, góp phần bảo vệ và phát triển thế hệ trẻ trong bối cảnh chuyển đổi số và xã hội mạng đang ngày càng phát triển mạnh mẽ.

3.3. Cơ sở thực tiễn của phát triển chương trình giáo dục phòng chống phụ thuộc game online

Hiện nay, ở Việt Nam tốc độ phát triển của game online rất nhanh. Theo báo cáo của một công ty nghiên cứu tại Mỹ, chỉ 6 tháng đầu năm 2017, số lượng người chơi game ở Việt Nam là 32,8 triệu người, chiếm khoảng 35% dân số. Con số này được dự báo sẽ tiếp tục tăng trong những năm tới. Hiện nay, nhiều người sở hữu máy tính cá nhân của mình song số lượng các điểm kinh doanh Internet vẫn lớn, đặc biệt là xung quanh các trường học. Trung bình mỗi quán net chỉ rộng từ 25 - 30m nhưng chủ quán thường tận dụng tối đa diện tích để lắp đặt máy tính chỉ để chứa lại lối đi nhỏ, nhiều quán net còn mở nhiều dịch vụ khác như nước giải khát, mì tôm... để phục vụ cho các game thủ chơi thâu đêm. Những ngày hè nóng bức hay mùa đông lạnh giá, nhiều quán vẫn đông khách mà trong đó có tới 95% là học viên, sinh viên. Theo điều tra Quốc gia về vị thành niên và thanh niên Việt Nam năm 2013, tỉ lệ thanh niên sử dụng Internet đạt 73%, trong số đó 50,2% là thanh niên đô thị. Hơn 60% thanh thiếu niên truy cập mạng để lướt facebook tán gẫu và chơi game, rất nhiều trong số đó rơi vào tình trạng bị phụ thuộc game.

Theo kết quả khảo sát của Viện Khoa học Giáo dục Việt Nam (2021), có tới 42,6% học viên từ lớp 6 đến lớp 12 thường xuyên chơi game online, trong đó gần 21% học viên thừa nhận đã từng bị cha mẹ hoặc giáo viên nhắc nhở vì chơi game quá nhiều. Một nghiên cứu khác của Trường Đại học Sư phạm Hà Nội (Nguyễn Thị Mai Hương, 2020) cho thấy: 32,4% học viên trung học cơ sở có dấu hiệu bị ảnh hưởng tiêu cực bởi game online như: Giảm sút thành tích học tập, thiếu ngủ, thờ ơ với các hoạt động ngoài trời và suy giảm giao tiếp xã hội.

3.4. Kinh nghiệm quốc tế về giáo dục cho người phụ thuộc game online

a. Hoa Kỳ

Ngay từ năm 1995, Kimberly Young đã thành lập Trung tâm phục hồi phụ thuộc Internet, được

coi là một trong những cơ sở đầu tiên trên thế giới chuyên điều trị vấn đề này. Các phương pháp can thiệp chủ yếu là trị liệu nhận thức - hành vi nhằm giúp người nghiện thay đổi thói quen và nhận thức lệch lạc về việc sử dụng internet. Bên cạnh đó, các hoạt động như hội thảo, đào tạo kỹ năng sử dụng internet lành mạnh cũng được triển khai rộng rãi. Hoa Kỳ còn nổi bật với các chương trình chuyên biệt như "Hope for Teens", tập trung hỗ trợ thanh thiếu niên thông qua đào tạo nghề, phát triển kỹ năng xã hội và định hướng lại lối sống. Một số mô hình khác như "trại hoang dã" tại Utah đưa người nghiện vào môi trường tự nhiên, tách biệt hoàn toàn khỏi công nghệ để giúp họ xây dựng lại thói quen sinh hoạt và kỹ năng sống.

b. Canada

Canada phát triển hướng tiếp cận khá toàn diện thông qua Trung tâm Tech Addiction do Brent Conarad sáng lập. Trung tâm này tập trung vào trị liệu tâm lý cá nhân, đồng thời kết hợp với huấn luyện để nâng cao kỹ năng sử dụng Internet một cách có kiểm soát và lành mạnh. Điểm đặc biệt của mô hình Canada là nhấn mạnh sự kết hợp song song giữa can thiệp đối với người đã nghiện và dự phòng cho nhóm có nguy cơ, nhằm hạn chế sự phát triển của tình trạng phụ thuộc trong cộng đồng.

c. Hàn Quốc

Hàn Quốc được đánh giá là quốc gia có sự can thiệp mạnh mẽ nhất từ phía Chính phủ. Hiện nay, nước này có hơn 140 trung tâm tư vấn, khoảng 100 bệnh viện chuyên điều trị, cùng với nhiều "trại giải thoát khỏi internet" được nhà nước tài trợ và quản lý. Các biện pháp điều trị chủ yếu vẫn dựa trên trị liệu nhận thức - hành vi, giúp bệnh nhân thay đổi hành vi lệ thuộc vào internet. Đặc biệt, chương trình "I Will Enter" (2009) được triển khai rộng rãi trong các trường học, mang lại hiệu quả rõ rệt khi giúp tỉ lệ nghiện internet ở thanh thiếu niên giảm từ 10% (2009) xuống còn 5,4% (2011).

d. Trung Quốc

Trung Quốc lựa chọn mô hình can thiệp mang tính quân sự và cách li. Hiện nay có hơn 250 trại phục hồi được xây dựng theo mô hình quân đội, trong đó người nghiện được tách biệt khỏi môi trường internet trong thời gian dài. Các biện pháp điều trị chủ yếu bao gồm: Dùng thuốc, cách li, kết hợp với rèn luyện thể chất, huấn luyện đạo đức và kỹ năng sống. Quá trình cai nghiện có thể kéo dài đến 6 tháng, mang tính kỉ luật cao và đặt trọng tâm vào việc rèn ý chí và sự tuân thủ.

e. Australia

Tại Australia, các cơ sở điều trị do Tiến sĩ Andrew phát triển tập trung chủ yếu vào can thiệp bằng trị liệu nhận thức - hành vi kết hợp nghiên cứu khoa học. Mặc dù việc điều trị cá nhân được chú trọng nhưng hạn chế của mô hình này là ít tập trung vào công tác phòng ngừa, dẫn đến việc chưa xây dựng được các chương trình giáo dục cộng đồng quy mô lớn nhằm giảm thiểu nguy cơ phụ thuộc internet ngay từ đầu.

f. Anh

Tại Vương quốc Anh, một mô hình đặc biệt được triển khai tại tu viện trong Đại học Roehampton, nơi cung cấp dịch vụ điều trị nghiện Internet với chi phí cao. Phương pháp cai nghiện ở đây được áp dụng tương tự như đối với nghiện rượu hoặc ma túy, nhấn mạnh yếu tố trị liệu chuyên sâu và môi trường tách biệt hoàn toàn khỏi các tác nhân gây nghiện. Tuy nhiên, do chi phí điều trị lớn, mô hình này chỉ phù hợp với một nhóm nhỏ người có khả năng tài chính.

Nhìn chung, mỗi quốc gia đều xây dựng những mô hình can thiệp khác nhau dựa trên đặc điểm xã hội, văn hóa và chính sách. Các phương pháp dao động từ trị liệu tâm lý - giáo dục, cách ly, cho đến mô hình quân sự. Nguồn kinh phí thực hiện có thể đến từ chính phủ, các tổ chức tư nhân hoặc trực tiếp từ bệnh nhân. Dù khác biệt, điểm chung của tất cả các mô hình là phản ánh sự gia tăng nhận thức của xã hội về tác động tiêu cực của phụ thuộc Internet và game online, từ đó thúc đẩy sự hình thành các chương trình phòng ngừa và điều trị ngày càng đa dạng, toàn diện hơn.

3.5. Đề xuất hướng phát triển chương trình giáo dục cho người phụ thuộc game online

Từ những nghiên cứu lý luận, cơ sở pháp lý và kinh nghiệm quốc tế, nhóm tác giả đề xuất hướng phát triển chương trình giáo dục cho người phụ thuộc game online như sau:

a. Tiếp cận phát triển chương trình giáo dục cho người phụ thuộc game online

Chương trình giáo dục cho người phụ thuộc game online cần được tiếp cận đa chiều, nhấn mạnh vai trò của cộng đồng (gia đình, nhà trường, đoàn thể) trong hỗ trợ và hình thành lối sống lành mạnh cho người học. Đồng thời, chương trình cần được thiết kế tích hợp, liên kết các yếu tố trong hệ sinh thái xã hội, từ gia đình, nhà trường, truyền thông đến doanh nghiệp công nghệ và chính sách công. Nội dung giáo

dục hướng tới thay đổi hành vi, phát triển năng lực tự chủ, tư duy phản biện và kỹ năng điều chỉnh hành vi của người học, dựa trên các nguyên tắc thay đổi hành vi của NAS. Chương trình cũng cần vận dụng học tập trải nghiệm theo Kolb và định hướng phát triển năng lực theo mô hình kim tự tháp của Miller, giúp người học vừa chiếm lĩnh tri thức vừa áp dụng vào thực tế và cải thiện tình trạng phụ thuộc game online.

b. Mục tiêu phát triển chương trình giáo dục cho người phụ thuộc game online

Khi xác định mục tiêu chương trình giáo dục cho người phụ thuộc game online, việc tuân thủ những nguyên tắc phát triển là điều cần thiết để đảm bảo chương trình vừa phù hợp với nhu cầu của người học vừa mang tính khoa học và hiệu quả thực tiễn. Những nguyên tắc này hướng dẫn việc lựa chọn nội dung, phương pháp, hình thức tổ chức hoạt động và cơ chế đánh giá, giúp người học phát triển, tăng cường khả năng tự quản lý bản thân, điều chỉnh hành vi và hình thành lối sống lành mạnh, đồng thời giảm thiểu tình trạng phụ thuộc vào game online. Mục tiêu chương trình giáo dục cho người phụ thuộc game online là giúp người học phát triển, cần đảm bảo các nguyên tắc: 1) Dựa trên đặc điểm đối tượng, 2) Dựa trên mục tiêu năng lực, 3) Kết hợp các tiếp cận giáo dục, 4) Trải nghiệm thực tiễn, 5) Cá nhân hoá và linh hoạt.

c. Nội dung chương trình giáo dục cho người phụ thuộc game online

Nội dung chương trình tập trung vào phát triển giáo dục gồm: Giáo dục đạo đức và giá trị sống, giáo dục kỹ năng sống, giáo dục lao động, giáo dục phục vụ cộng đồng và giáo dục thể chất nhằm giúp người học hình thành một nền tảng toàn diện về nhận thức, kỹ năng và thái độ. Việc kết hợp các lĩnh vực này đảm bảo người học không chỉ hiểu và tuân thủ các giá trị đạo đức mà còn phát triển năng lực tự quản lý, khả năng hợp tác, tinh thần trách nhiệm, kỹ năng giải quyết vấn đề, sức khỏe thể chất và ý thức cống hiến cho cộng đồng, từ đó xây dựng lối sống lành mạnh và phòng tránh sự phụ thuộc vào game online.

d. Phương pháp tổ chức và cách thức đánh giá của chương trình giáo dục cho người phụ thuộc game online

Hướng phương pháp tổ chức và cách thức đánh giá của chương trình giáo dục cho người phụ thuộc game online được thiết kế nhằm đảm bảo người học tham gia một cách chủ động, tích cực và thực tế. Phương pháp tổ chức kết hợp các hoạt động trải

nghiệm, thực hành, thảo luận nhóm và hướng dẫn cá nhân, giúp người học vừa chiếm lĩnh kiến thức vừa rèn luyện tình trạng phụ thuộc game và khả năng tự điều chỉnh hành vi.

Cách thức đánh giá bao gồm đánh giá liên tục, toàn diện và định kì, không chỉ đo lường kiến thức mà còn phản ánh sự phát triển kĩ năng, thái độ và hành vi của người học, từ đó điều chỉnh và cải tiến chương trình để đảm bảo hiệu quả lâu dài và phù hợp với từng đối tượng.

4. Kết luận

Việc phát triển chương trình giáo dục cho người phụ thuộc game online cần dựa trên cơ sở lí luận, pháp lí và kinh nghiệm quốc tế, đồng thời định hướng phù hợp với bối cảnh Việt Nam. Về lí luận, các nghiên cứu trong và ngoài nước đã cung cấp hệ thống khái niệm, phân loại và khẳng định vai trò của giáo dục trong điều chỉnh hành vi, hình thành nhân

cách và nâng cao năng lực tự chủ - nền tảng để xác định mục tiêu, nội dung và phương pháp chương trình. Về pháp lí, các văn bản như: Luật Trẻ em 2016, Luật Giáo dục 2019, Nghị định 72/2013/NĐ-CP và Quyết định 1387/QĐ-BGDĐT (2011) tạo cơ sở vững chắc cho việc thiết kế và triển khai chương trình giáo dục chuyên biệt. Bên cạnh đó, kinh nghiệm quốc tế từ Hoa Kỳ, Canada, Hàn Quốc, Trung Quốc, Australia và Anh cho thấy tầm quan trọng của phối hợp liên ngành, các giải pháp cá nhân hóa và sự phù hợp với đặc điểm lứa tuổi, văn hóa. Trên những nền tảng này, định hướng phát triển chương trình được xác định theo nguyên tắc: Mục tiêu rõ ràng, nội dung phù hợp, phương pháp tổ chức đa dạng và đánh giá chặt chẽ. Như vậy, chương trình giáo dục cho người phụ thuộc game online là yêu cầu tất yếu, vừa hỗ trợ cá nhân thoát khỏi lệ thuộc vừa góp phần xây dựng thể hệ trẻ khỏe mạnh, có trách nhiệm và khả năng thích ứng với xã hội hiện đại.

Tài liệu tham khảo

- Alzahrani, A. K. D. & Griffiths, M. D. (2024). Problematic gaming and students' academic performance: A systematic review. *International Journal of Mental Health and Addiction*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1007/s11469-024-01338-5>
- Biddle, S. J. & Asare, M. (2011). Physical activity and mental health in children and adolescents: A review of reviews. *British Journal of Sports Medicine*, 45(11), 886–895.
- Bộ Thông tin và Truyền thông. (2014). *Thông tư số 24/2014/TT-BTTTT ngày 29 tháng 12 năm 2014 quy định chi tiết về quản lí, cung cấp, sử dụng dịch vụ trò chơi điện tử trên mạng*. Hà Nội: Bộ Thông tin và Truyền thông.
- Bringle, R. G. & Hatcher, J. A. (1996). Implementing service learning in higher education. *The Journal of Higher Education*, 67(2), 221–239.
- Chính phủ. (2013). *Nghị định số 72/2013/NĐ-CP ngày 15 tháng 7 năm 2013 về quản lí, cung cấp, sử dụng dịch vụ Internet và thông tin trên mạng*. Hà Nội: Chính phủ Nước Cộng hòa Xã hội Chủ nghĩa Việt Nam.
- Chính phủ. (2024). *Nghị định số 147/2024/NĐ-CP ngày 30 tháng 12 năm 2024 Sửa đổi, bổ sung một số điều của Nghị định số 72/2013/NĐ-CP về quản lí, cung cấp, sử dụng dịch vụ Internet và thông tin trên mạng*. Hà Nội: Chính phủ nước Cộng hòa Xã hội Chủ nghĩa Việt Nam.
- Dinh, T. S., Yasuoka, J., Poudel, K. C., Otsuka, K. & Jimba, M. (2013). Massively multiplayer online role-playing games (MMORPG): Association between its addiction, self-control and mental disorders among young people in Vietnam. *International Journal of Social Psychiatry*, 59(6), 570–577.
- General Statistics Office of Viet Nam, Ministry of Health & United Nations Children's Fund. (2010). *Survey assessment of Vietnamese youth round 2 (SAVY 2)*. Hanoi, Viet Nam: Statistical Publishing House.
- Mai Mỹ Hạnh. (2011). Thử nghiệm nâng cao nhận thức của người học trung học phổ thông tại Thành phố Hồ Chí Minh về hành vi nghiện game online. *Tạp chí Khoa học Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh*, (31), 202–209.
- Miller, R. (2005). *Holistic education: An analysis of its ideas and nature*. Brandon, VT: Foundation for Educational Renewal.
- Nguyễn Văn Nga. (2017). Vai trò của lí thuyết hệ thống trong công tác xã hội đối với hoạt động trợ giúp người học nghiện Internet. *Tạp chí Khoa học Yersin*, 88–93.
- Phạm Thị Yến Nhi, Phạm Phương Thảo, Nguyễn Võ Phương Trang, Trần Quang Trọng. (2024). Nghiện trò chơi trực tuyến và các yếu tố liên quan ở học sinh trung học phổ thông huyện Cần Giờ, Thành phố Hồ Chí Minh. *Tạp chí Y học Cộng đồng*, 65(CD6).
- Purwaningsih, E. & Nurmala, I. (2021). The impact of online game addiction on adolescent mental health: A systematic review and meta-analysis. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 9(F), 260–274.
- Quốc hội Nước Cộng hòa Xã hội Chủ nghĩa Việt Nam. (2016). *Luật Trẻ em*, số 102/2016/QH13.

- Quốc hội Nước Cộng hòa Xã hội Chủ nghĩa Việt Nam. (2019). *Luật Giáo dục 2019*.
- Rosales-Navarro, C. & Torres Pérez, I. (2025). Parental behaviors and video game addiction in adolescents: A systematic review. *International Journal of Mental Health and Addiction*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1007/s11469-025-01412-8>
- Sun, R.-Q., Sun, G.-F. & Ye, J.-H. (2023). The effects of online game addiction on reduced academic achievement motivation among Chinese college students: The mediating role of learning engagement. *Frontiers in Psychology*, 14, Article 1185353. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1185353>
- Taghipour, E., Vizeshfar, F. & Zarifsanaiey, N. (2023). The effect of gamification-based training on the knowledge, attitudes, and academic achievement of male adolescents in preventing substance and internet addiction. *BMC Medical Education*, 23, Article 860. <https://doi.org/10.1186/s12909-023-04387-7>
- Trần Thị Minh Đức & Bùi Thị Hồng Thái. (2013). Thanh thiếu niên chơi game bạo lực: Những phân tích về tâm lý xã hội và một số giải pháp quản lý - giáo dục định hướng. *Tạp chí Khoa học, Đại học Quốc gia Hà Nội*, 29(1), 27-38.
- Trần Thị Minh Xuân, Bùi Thị Huyền Diệu & Vũ Duy Tùng. (2024). Một số yếu tố liên quan tới nghiện Internet ở người học Trường Trung học phổ thông Phù Cừ tỉnh Hưng Yên năm 2024. *Tạp chí Y Dược Thái Bình*, 13(4), 139-143.
- UNESCO. (2002). *Living values: An educational program*. Paris: UNESCO Publishing.
- World Health Organization. (2019). *International classification of diseases for mortality and morbidity statistics (11th revision)*. <https://icd.who.int>
- Werner, M., Kapetanovic, S. & Claesdotter-Knutsson, E. (2024). Family-centered treatment program for problematic gaming and excessive screen use in a clinical child and youth population (FAME): Protocol for a feasibility pilot mixed method study. *JMIR Research Protocols*, 13, e56387. <https://doi.org/10.2196/56387>
- World Health Organization. (1997). *Life skills education for children and adolescents in schools (WHO/MNH/PSF/93.7A.Rev.2)*. Geneva: WHO.
- Young, K. S. (1998). *Caught in the net: How to recognize the signs of Internet addiction and a winning strategy for recovery*. New York, NY: John Wiley & Sons.