

BIỆN PHÁP PHÒNG TRÁNH NGHIỆN GAME ONLINE CHO HỌC SINH TRUNG HỌC CƠ SỞ

SOLUTIONS TO PREVENT ONLINE GAME ADDICTION AMONG JUNIOR HIGH SCHOOL STUDENTS

NGUYỄN THỊ HỒNG^{1a}, NGUYỄN QUỐC TRUNG¹

¹Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Vĩnh Long

+ Tác giả liên hệ: ^aEmail: hongnt@vlute.edu.vn

Nhận bài (Received): 09/11/2022; Phản biện (Reviewed): 16/11/2022; Chấp nhận (Accepted): 22/2/2023

TÓM TẮT

Nghiện game online ở học sinh trung học cơ sở là một vấn đề đang tồn tại và nó ảnh hưởng tiêu cực đến tương lai cùng sự phát triển toàn diện của học sinh, làm gia tăng gánh nặng cho gia đình, nhà trường và xã hội. Bài viết đề xuất những biện pháp phòng tránh nghiện game online cho học sinh trung học cơ sở góp phần giảm thiểu tác hại của nghiện game online đến học sinh, thông qua việc nâng cao nhận thức của học sinh đồng thời đưa ra các biện pháp thuộc về trách nhiệm của gia đình, nhà trường và xã hội trong việc phòng tránh vấn đề này.

Từ khóa: Quản lý, học sinh, game online

ABSTRACT

Online game addiction among junior high school students is an existing problem and it negatively affects the future and comprehensive development of students, imposing an increasing burden on families, schools and society. The article proposes measures to prevent online game addiction among junior high school students, contributing to reducing the harmful effects of online game addiction on students, through raising students' awareness and suggesting measures to prevent online game addiction with regard to the responsibilities of families, schools and society.

Keywords: Management, students, online games

NỘI DUNG

1. Đặt vấn đề

Nhiệm vụ của học sinh trung học cơ sở (HS THCS) gồm: Thực hiện nhiệm vụ học tập, rèn luyện theo chương trình, kế hoạch giáo dục của nhà trường. Kính trọng cha mẹ, thầy giáo, cô giáo, cán bộ, nhân viên của nhà trường và những người lớn tuổi; đoàn kết, giúp đỡ lẫn nhau trong học tập,

rèn luyện; thực hiện điều lệ, nội quy nhà trường; chấp hành pháp luật của Nhà nước. Rèn luyện thân thể, giữ gìn vệ sinh cá nhân. Tham gia các hoạt động tập thể của trường, của lớp, của Đội Thiếu niên Tiền phong Hồ Chí Minh, Đoàn Thanh niên Cộng sản Hồ Chí Minh; giúp đỡ gia đình và tham gia các công tác xã hội như hoạt động bảo vệ môi trường, thực hiện trật tự an toàn giao thông. Giữ gìn, bảo vệ tài sản của nhà trường, nơi

công cộng; góp phần xây dựng, bảo vệ và phát huy truyền thống của nhà trường (BGD-ĐT, 2011; 2017).

Thế nhưng hiện nay tình hình chơi game online ở HS trung học cơ sở THCS chiếm tỷ lệ khá cao, vì yêu thích và thường xuyên tham gia vào trò chơi trực tuyến này mà một số HS đã quên đi nhiệm vụ của mình. Theo Trần Thị Hương, 2014 “*Nghiên cứu mối quan hệ giữa việc chơi game online với các vấn đề hành vi trên lớp của HS THCS*” thì có mối tương quan giữa thời gian chơi game online và học lực hạnh kiểm HS, HS dành càng nhiều thời gian chơi game online thì thành tích học tập và hạnh kiểm càng giảm, ảnh hưởng nghiêm trọng đến kết quả học tập và đạo đức của các em HS, từ việc chơi game online quá mức dẫn đến các em trễ nải trong học tập, không chấp hành tốt quy định của nhà trường.

Trên thực tế việc chơi game online có kiểm soát sẽ mang lại những lợi ích nhất định cho HS như sau: Kích thích sự liên kết và hoạt động của não bộ; Tăng khả năng sáng tạo; Tăng sự quyết đoán; Giảm trầm cảm, bớt căng thẳng; Tăng tính kiên trì và khả năng làm việc nhóm. Đó là lợi ích của game online mang lại nếu người chơi sử dụng đúng cách.

Bên cạnh đó nếu người chơi sử dụng game online không hợp lý sẽ dẫn đến việc lệ thuộc và nghiện game online từ đó nảy sinh nhiều tác động tiêu cực đến bản thân, gia đình và xã hội như sau: Ảnh hưởng đến sức khỏe; Tác động tiêu cực đến não bộ; Hao tổn tiền bạc; Mất dần khả năng giao tiếp và gia tăng tệ nạn xã hội. Đặc biệt là HS THCS khi các em đang trong giai đoạn phát triển và thay đổi về tâm sinh lý, chưa đủ kinh nghiệm và nhận thức, việc chơi game online không kiểm soát có thể dẫn

đến nghiện và gây nên những hậu quả ảnh hưởng đến bản thân, gia đình và xã hội.

Chính vì vậy nhóm tác giả chọn bài viết “*Biện pháp phòng tránh nghiện game online cho học sinh trung học cơ sở*” để nghiên cứu và đề xuất một số giải pháp để phòng tránh vấn đề nghiện game online ở HS THCS, giúp các em có thể học tập tốt và phát triển toàn diện.

2. Biện pháp phòng tránh nghiện game online ở học sinh trung học cơ sở

2.1. Nâng cao nhận thức cho HS THCS trong phòng tránh nghiện game online

2.1.1 Mục tiêu

- Nâng cao kỹ năng tìm kiếm sự hỗ trợ khi gặp những khó khăn trong học tập và cuộc sống
- Giúp HS xác định được giá trị bản thân và tôn trọng giá trị của người khác
- Cải thiện kỹ năng kiềm chế cảm xúc tiêu cực
- Cải thiện kỹ năng giao tiếp trực tiếp với những người xung quanh
- Rèn luyện, tiếp thu những thói quen tích cực và phòng tránh các thói quen không tốt
- Nâng cao tinh thần học tập, biết phấn đấu để đạt kết quả tốt
- Nâng cao kỹ năng giải quyết mâu thuẫn cho HS THCS

2.1.2. Nội dung và cách thực hiện

Tìm sự hỗ trợ từ những người có chuyên môn: Nếu HS phát hiện bản thân nghiện game online thì đừng cố gắng che giấu sẽ khiến sự việc trở nên nghiêm trọng, mà các em nên tìm đến nhân viên Công tác Xã hội trường học và các tổ Tư vấn Tâm lý

tại nhà trường để nhận được can thiệp kịp thời từ các phương pháp hỗ trợ HS nghiên cứu game online.

Xác định đúng giá trị và tự tin về bản thân: Trong cuộc sống và học tập, một số HS có cảm giác không bằng bạn bè đồng trang lứa, cảm giác ấy khiến HS mệt mỏi và chán nản nên tìm đến game online như một cách để giải tỏa và trốn tránh vấn đề. Điều này cho thấy HS đang tự đánh giá thấp bản thân. HS phải xác định được giá trị của bản thân và chấp nhận tôn trọng giá trị của người khác. Từ đó học sinh trở nên tự tin với chính mình, sống tích cực, chăm lo cho bản thân, tìm kiếm thế mạnh bản thân cố gắng phát huy để đạt được thành công nhất định.

Ưu tiên việc giao tiếp với các mối quan hệ thực tế: Việc giao tiếp trên không gian mạng có thể mang lại nhiều rủi ro, HS có thể bị lừa đảo hoặc vô tình tham gia vào các hoạt động phi pháp, những tranh luận tại đây có khả năng dẫn đến bạo lực học đường. Vì vậy HS cần khai thác thông tin trên internet một cách phù hợp, có chọn lọc. Đồng thời nên ưu tiên việc giao tiếp thực tế vì ở đây HS sẽ được học hỏi kinh nghiệm và phát triển các kỹ năng xã hội. Bên cạnh đó thường xuyên tham gia các hoạt động giải trí lành mạnh giúp gia tăng sự gắn kết với mọi người xung quanh.

Khẳng định bản thân đúng cách để được công nhận: Việc HS mượn game online khẳng định mình thực chất chỉ được các game thủ công nhận và không được sự tán dương của mọi người ngoài đời thực. Vì vậy HS nên tham gia các hoạt động thực tế, cố gắng học tập và rèn luyện để đạt được những thành tích tốt từ đó được thầy/cô, bạn bè và gia đình khen ngợi, có như vậy HS mới thật sự khẳng định được vị trí của mình với mọi người.

Biết cách bộc lộ tính cách bản thân: Việc mượn hình ảnh của các nhân vật trong game online để bộc lộ tính cách chỉ mang tính tạm thời. Vì vậy HS nên kiểm chế các cảm xúc tiêu cực, hành động bộc phát bằng cách tự ý thức bản thân là một HS nên thể hiện hành vi cho đúng với các quy chuẩn đạo đức đã được thầy/cô giáo truyền thụ, ứng xử có văn hóa và phù hợp với từng hoàn cảnh, tình huống cụ thể để được mọi người yêu mến và tôn trọng.

Tiếp thu những thói quen tích cực: Việc chơi cùng với nhóm bạn có những thói quen không lành mạnh như: sử dụng chất kích thích, bạo lực, nói tục, chơi game online thâu đêm sẽ ảnh hưởng xấu đến HS. Chính vì vậy HS cần sáng suốt trong việc tiếp thu, học hỏi từ nhóm bạn, nên chọn lọc những điều tốt đẹp để học hỏi và tránh xa các thói quen xấu.

Giải quyết các vấn đề tiêu cực từ phía bạn bè: Đối với HS THCS việc không được chấp nhận tình cảm từ phía bạn bè, thường xuyên bị bắt nạt, chế giễu trêu chọc,... khiến học sinh cảm thấy cô lập. HS không nên chán nản mà tìm đến game online để trốn tránh mà hãy tìm hiểu căn nguyên của vấn đề và giải quyết, nếu sự việc ngoài tầm kiểm soát của bản thân thì hãy nhờ đến sự can thiệp của thầy/cô, cha/mẹ. Đồng thời nên giữ tinh thần lạc quan, sống hòa nhã với mọi người rồi những điều tốt đẹp sẽ đến với HS.

Phấn đấu học tập để đạt được kết quả như mong muốn: Trong học tập muốn đạt được kết quả tốt thì sự cố gắng từ chính bản thân HS là yếu tố quan trọng nhất. Đối với những HS bị mất kiên nhẫn cần xác định rõ bản thân hạn chế ở đâu từ đó có thể nhờ sự trợ giúp của thầy/cô bộ môn hỗ trợ, bên cạnh đó việc học hỏi từ bạn bè cùng lớp sẽ góp phần cải thiện đáng kể vấn đề này.

HS có thể tìm kiếm một vài người bạn có chung hoàn cảnh để cùng nhau phấn đấu để đạt được kết quả tốt.

Giải quyết mâu thuẫn: Ở môi trường chung mâu thuẫn thường xuyên xảy ra và dễ dẫn đến xung đột. Để tránh được việc này ngoài việc bảo vệ ý kiến của mình HS cũng cần tôn trọng ý kiến của bạn bè, việc biết cách kết hợp các giải pháp có thể mang lại sự thành công. Trong trường hợp dù đã cố gắng nhưng cả đôi bên không có được tiếng nói chung thì HS nên nhờ thầy/cô hỗ trợ để nhận được kết quả phù hợp.

2.2. Trách nhiệm của gia đình trong việc phòng tránh nghiện game online ở HS

2.2.1. Mục tiêu

- Khuyến khích phụ huynh tự trang bị kiến thức và một số biện pháp phòng tránh nghiện về nghiện game online cho HS THCS

- Tăng cường kỹ năng làm cha/mẹ cho phụ huynh

- Kết nối giữa phụ huynh và nhà trường trong việc quản lý và giáo dục HS THCS.

2.2.2. Nội dung và cách thực hiện

Hỗ trợ con hạn chế việc chơi game online: Phụ huynh cần chủ động tìm hiểu và trang bị kiến thức về những biểu hiện của nghiện game online. Nếu phụ huynh phát hiện sự bất thường liên quan đến nghiện game online hãy tìm hiểu rõ nguyên nhân từ đó giúp con hạn chế việc chơi game online. Cần có sự phối hợp giữa cả cha và mẹ để giúp con giải quyết vấn đề này.

Dành nhiều thời gian quan tâm, chia sẻ với con: Để hiểu được con em mình và có được biện pháp giáo dục phù hợp, phụ huynh cần thường xuyên quan tâm đến con, tìm hiểu được các mối quan hệ xung

quanh con cũng như việc sử dụng thời gian và việc tham gia các hoạt động xã hội, các loại hình giải trí, nên khuyến khích con tham gia các hoạt động cùng gia đình giúp tăng sự gắn kết của các thành viên trong gia đình, đây là yếu tố quan trọng trong việc phòng ngừa việc con nghiện game online.

Tôn trọng và tin tưởng con: Nhiều phụ huynh thường áp đặt ý kiến, hay la mắng và không tin tưởng con mình làm ảnh hưởng nghiêm trọng đến tâm lý của các em. Vì vậy phụ huynh cần tôn trọng con hơn, biết lắng nghe ý kiến và tin tưởng vào con mình. Đồng thời phụ huynh không nên so sánh các em với người khác khiến trẻ cảm thấy không được tôn trọng. Bên cạnh đó nên giao nhiệm vụ vừa sức cho con thực hiện trẻ sẽ trở nên tự tin hơn trong việc đương đầu với những khó khăn trong cuộc sống từ đó giúp các em trưởng thành hơn.

Tạo bầu không khí tích cực trong gia đình: Phụ huynh nên coi trọng việc xây dựng, giữ gìn hạnh phúc gia đình, các thành viên luôn quan tâm gắn bó, yêu thương nhau chính là nền tảng cốt yếu để tạo điều kiện thuận lợi để con em mình có được môi trường sống tốt để hình thành những hành vi tích cực đối với bản thân, với gia đình và xã hội.

Đồng thời phụ huynh cần giải quyết xung đột, mâu thuẫn trong gia đình một cách hòa nhã tránh tạo áp lực cho con và khiến cho bầu không khí gia đình trở nên căng thẳng. Xây dựng bầu không khí tâm lý thể hiện được tinh thần thương yêu, trách nhiệm, dân chủ, bình đẳng, cởi mở giữa các thành viên sẽ có tác dụng rất lớn đối với sự trưởng thành của các em.

Làm tấm gương tốt cho con: Tính cách của trẻ thường chịu sự ảnh hưởng từ những người nuôi dưỡng, muốn con trở thành người như thế nào phần lớn do cách

giáo dục của phụ huynh. Phụ huynh nên làm gương về những điều sau để giúp cho con hình thành phẩm chất đạo đức: Làm gương về sự hiếu thảo của cha mẹ đối với ông bà và những người lớn khác trong gia đình, họ hàng; Làm gương về việc tự học tập của bố mẹ; Làm gương về tinh thần tự giác, việc rèn luyện thân thể và cuối cùng là làm gương về lời nói, hành vi cử chỉ khi giao tiếp ứng xử với người khác một cách chuẩn mực.

Tìm hiểu, hỗ trợ con vượt qua những khó khăn trong học tập và các mối quan hệ trong trường học: Phụ huynh nên theo dõi tình hình học tập của con, tìm hiểu chia sẻ về những khó khăn trong quá trình học tập của con giúp trẻ an tâm học tập. Thường xuyên liên lạc với giáo viên chủ nhiệm để nắm bắt tình hình học và sinh hoạt của con để kịp thời giải quyết. Đồng thời dạy con cách phòng tránh bạo lực học đường như: Dạy con biết bình tĩnh, bảo vệ bản thân; Dạy con cách cư xử hòa nhã để được bạn bè, thầy/cô yêu mến.

2.3. Trách nhiệm của nhà trường trong việc phòng tránh nghiện game online ở HS THCS

2.3.1. Mục tiêu

- Tìm hiểu, trang bị các biện pháp phòng ngừa, can thiệp, phục hồi cho HS nghiện game online

- Trang bị các kỹ năng giải quyết mâu thuẫn cho HS

- Tăng cường tổ chức và khuyến khích HS tham gia các hoạt động vui chơi giải trí lành mạnh.

- Khuyến khích tinh thần tự học, học tập suốt đời cho HS

- Tạo môi trường giáo dục, học tập gần gũi, thân thiện.

2.3.2. Nội dung và cách thực hiện

Phòng ngừa, can thiệp, phục hồi cho học sinh nghiện game online: Nhà trường cần định kỳ tìm hiểu về tình hình nghiện game online ở HS để kịp thời giải quyết. Tăng cường chức năng các phòng Tham vấn tâm lý, phòng CTXH hỗ trợ HS và gia đình trong việc lập kế hoạch khắc phục tình trạng nghiện game online. Thường xuyên động viên khích lệ tinh thần HS trong quá trình khắc phục được tình trạng nghiện game online. Bên cạnh đó cần thông tin đến HS về những tấm gương điển hình đã thành công trong việc khắc phục được tình trạng nghiện game online. Nhà trường cùng gia đình và giáo viên chủ nhiệm giám sát quá trình khắc phục tình trạng nghiện game online của HS để kịp thời hỗ trợ các em.

Thường xuyên tổ chức các hoạt động giao lưu giải trí cho HS: Nhà trường nên thường xuyên tổ chức các hoạt động giao lưu, giải trí giúp các em cảm thấy thoải mái hơn, giảm áp lực học tập cho các em. Đồng thời nhà trường nên xem trọng và phát triển hoạt động đọc sách cho HS giúp cho các em HS hình thành thói quen đọc sách, tạo nền tảng cho việc tự học, học tập suốt đời của mỗi người. Bên cạnh đó, việc tạo điều kiện cho HS tham gia các hoạt động thể dục thể thao cũng góp phần không nhỏ tới việc cải thiện chất lượng giáo dục của nhà trường.

Giải quyết các mâu thuẫn trong môi trường học đường: Nhà trường thường xuyên thu thập thông tin về các sự mâu thuẫn trong vấn đề học tập giữa giáo viên và HS, giữa HS với HS để kịp thời chỉ đạo các phòng chức năng can thiệp giải quyết. Cần có sự phối hợp giữa bạn bè, thầy cô và gia đình để sớm phát hiện, can thiệp giải quyết vấn đề. Giáo viên chủ nhiệm có trách

nhiệm thông tin đến các phụ huynh về tình hình học tập và sinh hoạt của HS khi có vấn đề tiêu cực phát sinh để kịp thời giải quyết.

Tạo bầu không khí học tập gần gũi, thân thiện trong nhà trường: Để xây dựng bầu không khí thân thiện ở trường trước hết tập thể thầy/cô giáo phải yêu thương, đoàn kết, tôn trọng lẫn nhau. Đối với HS, thầy/cô phải là người công tâm trong quan hệ ứng xử, công bằng trong đánh giá. Tạo được không khí học tập vui vẻ sẽ hình thành những năng lượng tích cực cho cả thầy và trò. Thầy/cô cần lắng nghe và tôn trọng ý kiến của học trò. Sự thân thiện tạo nên tình yêu thương và tôn trọng, điều đó được trân trọng và bồi đắp hằng ngày trong cách ứng xử giữa các nhà giáo với nhau, giữa nhà giáo với HS, giữa HS với HS, đó là một giá trị đích thực để trường học thực sự là nơi hạnh phúc của cả thầy và trò.

2.3. Trách nhiệm của xã hội trong việc phòng tránh nghiện game online ở HS THCS

2.3.1. Mục tiêu

- Tăng cường bổ sung, thực thi chính sách quản lý game online

- Tạo môi trường xã hội lành mạnh, phù hợp cho HS phát triển

- Nâng cao các biện pháp tuyên truyền, giáo dục cho HS về vấn đề nghiện game online

2.3.2. Nội dung và cách thực hiện

Bổ sung, thực thi chính sách quản lý game online: Đối với các cơ quan quản lý cần có chính sách quản lý chặt chẽ và rõ ràng hơn trong việc kinh doanh phát hành các game online. Có quy trình kiểm soát, hạn chế các trò chơi mang tính chất bạo lực, đồi trụy để tránh những hành vi tiêu cực có thể xảy ra với người sử dụng. Đồng

thời xử lý nghiêm các nhà cung cấp dịch vụ, các cơ sở kinh doanh internet khi có dấu hiệu vi phạm các quy định của pháp luật về việc quản lý trò chơi trực tuyến. Đồng thời khuyến khích các doanh nghiệp phát triển các ứng dụng, sản xuất nhiều nội dung bổ ích, xây dựng một hệ sinh thái số lành mạnh, giúp trẻ em tương tác, sáng tạo an toàn trên môi trường mạng. Bên cạnh đó, các doanh nghiệp viễn thông, internet phải tăng cường trách nhiệm trong việc ngăn chặn chia sẻ và xóa bỏ thông tin có nội dung nguy hại, xâm phạm trẻ em.

Tuyên truyền giáo dục nâng cao nhận thức HS: Các cơ quan chức năng cần tuyên truyền giáo dục tác hại của nghiện game online cho HS, tổ chức tập huấn cho phụ huynh về “Kỹ năng nhận biết các biểu hiện nghiện game online với HS”; “Kỹ năng giáo dục HS THCS”, ... hoặc tuyên truyền thông qua các chương trình truyền hình trực tiếp với các chuyên gia trong lĩnh vực giáo dục HS THCS. Đồng thời các cơ quan chức năng nên kết hợp với nhà trường định kỳ tổ chức điều tra xã hội học để nắm bắt về thực trạng nghiện game online ở HS THCS để kịp thời giải quyết.

Tạo điều kiện thuận lợi cho HS tham gia các hoạt động vui chơi, giải trí: Ngoài việc học tập HS THCS rất cần trải nghiệm các hoạt động vui chơi, giải trí để có thể phát triển toàn diện. Vì vậy các cơ quan chức năng cần phối hợp với nhà trường, phụ huynh HS tạo điều kiện thuận lợi cho HS tham gia các hoạt động giải trí lành mạnh thông qua các chương trình, hội thi giúp các em có được sân chơi phù hợp đáp ứng nhu cầu chính đáng của lứa tuổi này.

3. Kết luận

Hiện nay game online là trò chơi khá phổ biến đối với HS THCS và được các em yêu thích, thường xuyên sử dụng, nếu HS

sử dụng có chừng mực, hợp lý thì nó sẽ đem lại những lợi ích nhất định nhưng khi các em sử dụng quá mức, không kiểm soát thì sẽ dẫn đến việc nghiện game online, từ đó làm ảnh hưởng tiêu cực đến sự phát triển của tâm sinh lý và cả tương lai của các em. Để phòng tránh được vấn đề nghiện game online ở HS THCS điều quan trọng là phải nâng cao được nhận thức của HS về vấn

đề này. Gia đình - nhà trường - xã hội có trách nhiệm tuyên truyền, giáo dục, tạo bầu không khí tích cực, môi trường thân thiện, lành mạnh, phù hợp với HS sẽ giúp công tác phòng tránh trở nên hiệu quả, giúp HS học tập tốt hơn và phát triển toàn diện. Các bên cần có sự nỗ lực và phối hợp chặt chẽ, thường xuyên, định kỳ trong việc phòng tránh nghiện game online cho HS.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1]. Bộ GD-ĐT (2011), Ban hành Điều lệ trường trung học cơ sở, trường trung học phổ thông và trường phổ thông có nhiều cấp học.
- [2]. Bộ GD-ĐT (2017), Ban hành Hệ thống chỉ tiêu thống kê ngành giáo dục.
- [3]. Trần Thị Hương (2014), *Nghiên cứu mối quan hệ giữa việc chơi game online với các vấn đề hành vi trên lớp của học sinh trung học cơ sở*, luận văn Thạc sĩ chuyên ngành Tâm Lý Học. Trường Đại học Giáo dục Hà Nội