https://doi.org/10.66270/vap26.v14.n3.9

THE RELATIONSHIPS AMONG PROBLEMATIC SHORT-VIDEO USE, ATTENTION, CONSCIENTIOUSNESS, AND ACADEMIC PERFORMANCE AMONG UNIVERSITY STUDENTS IN HO CHI MINH CITY

Nguyen Huu Long[1], Nguyen Hieu Van[2], Bui Thanh Hoang[3]*

[1]Ho Chi Minh City Open University; [2]Van Lang University; [3]Master's student, Van Hien University

Received: March 3, 2026
Accepted: May 20, 2026

Abstract: *This study tested the effect of problematic short-video use (PSVU) on students' academic performance (GPA), with attention as a mediator and conscientiousness as a moderator. Survey data from 116 university students in Ho Chi Minh City were analyzed using structural equation modeling (SEM). Results showed that PSVU did not significantly reduce intentional attention. Moreover, intentional attention did not mediate the effect on GPA, and conscientiousness emerged as a robust independent predictor rather than a moderator. These findings suggest that personal factors, particularly conscientiousness, may play a more important role in academic performance than the level of problematic short-video use. The study therefore recommends that educational institutions emphasize the development of students' self-management capacity and academic responsibility, while further research with larger samples is needed to test the relevant psychological mechanisms.*

Keywords: *Short videos; Academic performance; Attention; Conscientiousness; University students in Ho Chi Minh City.*

MỐI QUAN HỆ GIỮA HÀNH VI SỬ DỤNG VIDEO NGẮN CÓ VẤN ĐỀ, SỰ CHÚ Ý CÓ CHỦ ĐÍCH, TÍNH TẬN TÂM VÀ KẾT QUẢ HỌC TẬP CỦA SINH VIÊN CÁC TRƯỜNG ĐẠI HỌC TẠI THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

Nguyễn Hữu Long[1], Nguyễn Hiếu Văn[2], Bùi Thanh Hoàng[3]*

[1]Trường Đại học Mở Thành phố Hồ Chí Minh; [2]Trường Đại học Văn Lang; [3]Học viên cao học, Trường Đại học Văn Hiến.

Ngày nhận bài: 3/3/2026
Ngày duyệt đăng bài: 20/5/2026

Tóm tắt: *Nghiên cứu kiểm định tác động của hành vi sử dụng video ngắn có vấn đề (PSVU) đến kết quả học tập (GPA) của sinh viên, với vai trò trung gian của chú ý có chủ định và sự điều tiết của tính tận tâm. Dữ liệu khảo sát từ 116 sinh viên tại Thành phố Hồ Chí Minh được phân tích bằng mô hình cấu trúc tuyến tính (SEM). Kết quả cho thấy PSVU không làm suy giảm đáng kể chú ý có chủ định. Hơn nữa, chú ý có chủ định không làm trung gian tác động đến GPA; và tính tận tâm là yếu tố dự báo độc lập bền vững thay vì đóng vai trò điều tiết. Kết quả này gợi ý rằng các yếu tố cá nhân, đặc biệt là tính tận tâm, có thể đóng vai trò quan trọng hơn đối với kết quả học tập so với mức độ sử dụng video ngắn có vấn đề. Từ đó, nghiên cứu đề xuất các cơ sở giáo dục chú trọng phát triển năng lực tự quản lý và trách nhiệm học tập của sinh viên, đồng thời cần có thêm các nghiên cứu với mẫu lớn hơn để kiểm định các cơ chế tâm lý liên quan.*

Từ khóa: *Video ngắn; Kết quả học tập; Sự chú ý; Tính tận tâm; Sinh viên Thành phố Hồ Chí Minh.*

1. Đặt vấn đề

Trong kỷ nguyên chuyển đổi số đã kiến tạo nên một cuộc cách mạng về phương thức tiếp cận tri thức, song song đó cũng kích hoạt những thách thức chưa từng có về khả năng duy trì sự tập trung trong môi trường giáo dục. Tại Việt Nam, sự thâm nhập sâu rộng của Internet và thiết bị di động đã thay đổi hoàn toàn hành vi tiêu thụ nội dung của giới trẻ. Theo báo cáo Digital 2024: Vietnam (Kemp, 2024), Việt Nam hiện nằm trong nhóm quốc gia có lượng người dùng tích cực cao nhất thế giới trên các nền tảng video ngắn (short-form video), với thời lượng sử dụng trung bình của giới trẻ vượt ngưỡng 2 giờ mỗi ngày. Đối với sinh viên đại học - thế hệ "công dân số" các nền tảng như TikTok, Reels hay YouTube Shorts không còn đơn thuần là công cụ giải trí mà đã trở thành một thói quen ăn sâu vào lối sống (Nguyễn và cộng sự, 2024). Tuy nhiên, sự dịch chuyển từ văn bản/hình ảnh tĩnh sang video ngắn với cơ chế "cuộn vô tận" đang đặt ra bài toán lớn về quản lý thời gian và sự xói mòn của năng lực tập trung sâu.

Mặc dù các nghiên cứu tiền nhiệm đã cung cấp bằng chứng thực nghiệm vững chắc về mối tương quan nghịch biến giữa nghiện mạng xã hội tổng quát và kết quả học tập (GPA), với cơ chế chủ đạo là sự trì hoãn (Sanchez-Ruiz và Khoury, 2019) song cách tiếp cận này đang bộc lộ hạn chế. Bối cảnh hiện tại đòi hỏi sự phân định rạch ròi giữa mạng xã hội truyền thống (Facebook cũ) và video ngắn. Khác với sự tương tác thụ động trên các nền tảng cũ, video ngắn vận hành dựa trên một cơ chế tâm lý phức tạp hơn mà Zhang và cộng sự (2019) gọi là "gắn bó kép". Trạng thái này là sự cộng hưởng giữa yếu tố kỹ thuật (thuật toán gợi ý cá nhân hóa gây nghiện) và yếu tố tâm lý xã hội (nhu cầu thuộc về, nỗi sợ bị bỏ lỡ). Chính sự kích thích thần kinh liên tục và nhanh chóng của video ngắn khiến nó có khả năng gây ra "Hành vi sử dụng có vấn đề" (PSVU) mạnh mẽ hơn, dẫn đến lo âu học đường và suy giảm chánh niệm trầm trọng hơn so với các định dạng trước đây (Li và cộng sự, 2024).

Sự suy giảm hiệu suất học tập từ các phân tích sâu về nhận thức đã chỉ ra rằng nghiện video ngắn tác động đến kết quả học tập thông qua việc làm xói mòn khả năng kiểm soát sự chú ý (Xie và cộng sự, 2023). Cụ thể, dữ liệu từ các nhiệm vụ theo dõi chuyển động mắt cho thấy người dùng bị nghiện có thời gian cố định thị giác ngắn hơn, rời rạc hơn và độ chính xác thấp hơn trong các bài kiểm tra nhận thức (Chen và cộng sự, 2022). Đáng quan ngại hơn, hành vi đa nhiệm với phương tiện truyền thông - một đặc tính phổ biến của người dùng video ngắn được chứng minh là có liên quan đến những biến đổi trong cấu trúc và chức năng của vỏ não đai trước (ACC), dẫn đến sự gia tăng các khoảng hổng trong chú ý và tổn thương trí nhớ làm việc (Uncapher và Wagner, 2018). Tác động tiêu cực của PSVU đối với GPA không còn dừng lại ở mức giả thuyết mà đã được khẳng định thông qua thực nghiệm. Cụ thể, theo nghiên cứu về hiện tượng "Brain drain" của Ward và cộng sự (2017), sự hiện diện của điện thoại thông minh làm suy giảm đáng kể năng lực nhận thức và khả năng chú ý có chủ đích. Đây vốn là những nguồn lực cốt lõi giúp sinh viên duy trì sự tập trung vào các nhiệm vụ học thuật dài hạn, từ đó trực tiếp dẫn đến kết quả học tập kém hơn.

Mặc dù các tác động tiêu cực của việc sử dụng video ngắn có vấn đề đối với các chức năng nhận thức đã được ghi nhận trong nhiều nghiên cứu, mức độ ảnh hưởng thực tế lại có sự khác biệt đáng kể giữa các cá nhân, gợi mở vai trò điều tiết của các đặc điểm nhân cách. Tại Việt Nam, thang đo Năm nhân tố tính cách (Big Five) đã được kiểm định và cho thấy độ tin cậy cũng như giá trị sử dụng phù hợp trên đối tượng sinh viên (Bùi và Nguyễn, 2019). Trong số các đặc điểm nhân cách, tính tận tâm được xem là yếu tố có mối

liên hệ ổn định và mạnh mẽ nhất với thành tích học tập, nhờ khả năng tự kỷ luật, quản lý thời gian, kiểm soát hành vi và định hướng mục tiêu dài hạn (Poropat, 2009; Richardson và cộng sự, 2012). Tuy nhiên, trong khi các yếu tố nguy cơ như xu hướng dễ cảm thấy nhàm chán đã được chứng minh là làm gia tăng tác động tiêu cực của hành vi sử dụng video ngắn có vấn đề (Xie và cộng sự, 2023), vai trò bảo vệ tiềm năng của tính tận tâm trong việc điều tiết mối quan hệ giữa hành vi sử dụng video ngắn có vấn đề, khả năng kiểm soát chú ý và kết quả học tập vẫn chưa được làm rõ. Đặc biệt, các bằng chứng thực nghiệm trong bối cảnh giáo dục đại học Việt Nam hiện còn rất hạn chế, tạo nên một khoảng trống nghiên cứu đáng được quan tâm.

Nghiên cứu này mang tính cấp thiết đặc biệt tại Thành phố Hồ Chí Minh - trung tâm giáo dục lớn nhất cả nước, nơi áp lực cạnh tranh và môi trường số năng động khiến sinh viên dễ tổn thương trước các cám dỗ kỹ thuật số. Xuất phát từ những lý do trên, đề tài được thực hiện nhằm kiểm định mô hình cấu trúc tổng thể, giải quyết ba câu hỏi nghiên cứu cốt lõi: (1) Liệu hành vi sử dụng video ngắn có vấn đề có thực sự làm suy giảm khả năng duy trì sự chú ý có chủ đích của sinh viên hay không; (2) Sự suy giảm chú ý này đóng vai trò trung gian như thế nào trong việc dẫn đến những thay đổi về hiệu quả học tập (GPA) và (3) Tính tận tâm tham gia vào quá trình này với tư cách là một cơ chế điều tiết ra sao, liệu đặc điểm nhân cách này có thể hoạt động như một lá chắn giúp giảm thiểu các tác động tiêu cực của thuật toán video ngắn lên nhận thức của người học hay không. Việc giải mã các câu hỏi này sẽ cung cấp những bằng chứng thực nghiệm quan trọng, làm cơ sở cho các giải pháp can thiệp sư phạm phù hợp trong kỷ nguyên số.

2. Khách thể và phương pháp nghiên cứu

2.1. Mẫu khảo sát

Khảo sát được tiến hành với 116 sinh viên các trường đại học tại Thành phố Hồ Chí Minh với nguyên tắc lựa chọn mẫu ngẫu nhiên, cụ thể được thể hiện ở bảng sau:

Bảng 1. Đặc điểm mẫu nghiên cứu

Đặc điểm	Phân loại	Số lượng (N)	Tỷ lệ (%)
Giới tính	Nam	25	21,6
	Nữ	91	78,4
Năm học	Năm 1	5	4,3
	Năm 2	58	50,0
	Năm 3	6	5,2
	Năm 4	42	36,2
	Năm 5 (khác)	5	4,3
Hình thức đào tạo	Chính quy	115	99,1
	Vừa học vừa làm	1	0,9
Nơi sinh	Thành phố Hồ Chí Minh	44	37,9
	Tỉnh khác	72	62,1
Năm sinh	1994	1	0,9
	1997	1	0,9
	2000	2	1,7
	2002	1	0,9
	2003	7	6,0
	2004	41	35,3
	2005	11	9,5
	2006	48	41,4
	2007	4	3,4
Tổng		**116**	**100,0**

2.2. Phương pháp nghiên cứu

Nghiên cứu được thực hiện bằng phương pháp định lượng thông qua kỹ thuật khảo sát bằng bảng hỏi với đối tượng tham gia được lựa chọn theo phương pháp lấy mẫu thuận tiện. Bộ công cụ thu thập dữ liệu bao gồm tổng cộng 26 biến quan sát (item) được đưa vào mô hình phân tích; trong đó cấu trúc thang đo bao gồm 12 item cho biến độc lập đo lường hành vi sử dụng video ngắn có vấn đề, 6 item cho biến trung gian đo lường sự chú ý có chủ đích, 6 item cho biến điều tiết đo lường tính tận tâm và 2 item cho biến phụ thuộc đo lường kết quả học tập cùng thói quen sử dụng. Các biến quan sát không đạt tiêu chuẩn về độ tin cậy (Corrected Item-Total Correlation < 0,30) được xem xét loại bỏ theo quy trình phân tích thang đo trước khi thực hiện EFA. Tất cả các item này đều được đánh giá dựa trên thang đo Likert 5 mức độ (từ 1: Hoàn toàn không đồng ý đến 5: Hoàn toàn đồng ý, ngoại trừ GPA).

Quy trình xử lý dữ liệu được tiến hành qua hai giai đoạn bằng các phần mềm thống kê chuyên dụng. Giai đoạn đầu sử dụng SPSS. 27 để thực hiện thống kê mô tả, kiểm định độ tin cậy Cronbach's Alpha và phân tích nhân tố khám phá (EFA) với phương pháp trích Principal Axis Factoring và phép quay Promax. Giai đoạn hai sử dụng AMOS 24 để phân tích nhân tố khẳng định (CFA) và kiểm định mô hình cấu trúc tuyến tính (SEM). Bên cạnh đó, nghiên cứu áp dụng kỹ thuật Bootstrap để ước lượng khoảng tin cậy và phân tích đa nhóm nhằm kiểm định giả thuyết về vai trò điều tiết của biến tính tận tâm.

3. Kết quả nghiên cứu

Bảng 2. Kết quả học tập (GPA) của sinh viên

Mức điểm GPA (hệ 4.0)	Tần suất (N)	Tỷ lệ (%)
Dưới 1,0	1	0,9
Từ 1,0 đến 1,99	22	19,0
Từ 2,0 đến 2,99	81	69,8
Từ 3,0 đến 3,69	12	10,3
Từ 3,7 đến 4,0	0	0,0
Tổng cộng	**116**	**100,0**

Từ bảng 2 cho thấy, kết quả khảo sát trên 116 sinh viên cho thấy học lực chủ yếu tập trung ở mức trung bình. Cụ thể, nhóm có GPA từ 2,0 đến 2,99 chiếm tỷ lệ áp đảo với 69,8%, tiếp theo là nhóm từ 1,0 đến 1,99 chiếm 19,0%. Tỷ lệ sinh viên đạt loại khá (3,0 - 3,69) chỉ chiếm 10,3% và không ghi nhận trường hợp nào đạt mức xuất sắc (trên 3,7). Số liệu này phản ánh mẫu nghiên cứu mang tính đại diện cao cho nhóm sinh viên có sức học trung bình và trung bình khá.

Bảng 3. Kết quả kiểm đinh độ tin cậy Cronbach's Alpha

Thang đo	Số biến quan sát	Cronbach's Alpha	Tương quan biến tổng (Min - Max)	Kết luận
Hành vi sử dụng video ngắn (PSVU) - A	12	0,920	0,615 - 0,810	Đạt
Khả năng chú ý có chủ đích - B	5	0,875	0,624 - 0,775	Đạt *(Đã loại B6)*
Tính tận tâm - C	6	0,847	0,609 - 0,663	Đạt

Để đánh giá độ tin cậy của thang đo, nghiên cứu sử dụng hệ số Cronbach's Alpha. Theo quy ước, thang đo đạt yêu cầu khi hệ số Alpha ≥ 0,6 và hệ số tương quan biến tổng (Corrected Item-Total Correlation) của các biến quan sát ≥ 0,3.

Kết quả kiểm định cho thấy các thang đo đều đạt độ tin cậy cao. Cụ thể, nhóm hành vi sử dụng video ngắn (A) và tính tận tâm (C) đều có hệ số Cronbach's Alpha tốt (> 0,8) và được giữ nguyên. Riêng đối với thang đo sự chú ý có chủ đích, biến B6_Dao ("*Tôi có khả năng tự kiểm soát trước cám dỗ từ điện thoại và mạng xã hội*") có hệ số tương quan biến - tổng âm (-0,100), cho thấy biến này không phản ánh cùng chiều với các biến còn lại trong thang đo. Nhóm nghiên cứu đã tiến hành rà soát dữ liệu, kiểm tra khả năng sai sót nhập liệu, mã hóa ngược và các lỗi kỹ thuật khác nhưng không phát hiện bất thường. Xét về nội dung, năm biến còn lại chủ yếu phản ánh khả năng duy trì sự tập trung và kiểm soát sự chú ý trong hoạt động học tập, trong khi B6 thiên về đánh giá năng lực tự kiểm soát hành vi trước các cám dỗ từ công nghệ số. Mặc dù có liên hệ lý thuyết với sự chú ý có chủ đích, biến này phản ánh khía cạnh gần với tự kiểm soát hành vi hơn là sự chú ý. Sự khác biệt về nội hàm khái niệm có thể là nguyên nhân dẫn đến việc B6 không hội tụ với các biến còn lại trong thang đo. Do đó, biến B6 được loại khỏi các phân tích tiếp theo. Sau khi loại bỏ, hệ số Cronbach's Alpha của thang đo tăng lên 0,875. Việc loại biến này không làm thay đổi ý nghĩa lý thuyết của cấu trúc sự chú ý có chủ đích do năm biến còn lại vẫn phản ánh đầy đủ các khía cạnh cốt lõi của khả năng duy trì và kiểm soát sự chú ý trong học tập.

Kết quả kiểm định EFA (sử dụng phương pháp Principal Axis Factoring, phép xoay Promax) được trình bày tại bảng 4 cho thấy dữ liệu có độ phù hợp cao với hệ số KMO = 0,848 và kiểm định Bartlett có ý nghĩa thống kê (Sig. = 0,000). Tại mức Eigenvalues > 1, phân tích đã trích xuất thành công 4 nhân tố giải thích được 67,20% tổng phương sai tích lũy, với hệ số tải của các biến quan sát đều đạt chuẩn (λ ≥ 0,520).

Đáng chú ý, thang đo "Hành vi sử dụng video ngắn" (nhóm A) đã tái cấu trúc thành hai thành phần rõ rệt: Nhân tố 1 phản ánh "Cường độ và Thói quen" (sự hội tụ của các biến A1 và A3; λ = 0,583 - 0,879) và Nhân tố 3 phản ánh sự "Mất kiểm soát" (nhóm biến A2 tách biệt hoàn toàn; λ = 0,793 - 0,902). Sự phân tách này hoàn toàn phù hợp với các lý thuyết về nghiện hành vi, giúp phân định rõ ràng giữa tần suất sử dụng cao và trạng thái cưỡng chế tâm lý. Trong khi đó, các thang đo "Khả năng chú ý" (Nhân tố 2; λ = 0,641 - 0,864) và "Tính tận tâm" (Nhân tố 4; λ = 0,520 - 0,829) vẫn giữ vững cấu trúc đơn hướng như giả thuyết ban đầu.

Bảng 4. Tổng hợp kết quả kiểm định EFA

Biến quan sát	Nhân tố 1 (Cường độ và Thói quen)	Nhân tố 2 (Khả năng chú ý)	Nhân tố 3 (Mất kiểm soát)	Nhân tố 4 (Tính tận tâm)
A3.2	0,879			
A3.4	0,818			
A1.1	0,816			
A1.3	0,706			
A3.1	0,640			
A3.3	0,637			
A1.2	0,610			
A1.4	0,583			
B1		0,864		

B3		0,808		
B2		0,780		
B5		0,680		
B4		0,641		
A2.3			0,902	
A2.1			0,835	
A2.4			0,797	
A2.2			0,793	
C3				0,829
C2				0,686
C1				0,679
C6				0,595
C5				0,541
C4				0,520
Eigenvalues	6,526	4,518	1,814	1,254
Phương sai trích (%)	31,08	21,52	8,64	5,97
Hệ số KMO	0,848			
Kiểm định Bartlett (Sig.)	0,000			

Nguồn: Xử lý số liệu từ SPSS

* Tổng phương sai trích tích lũy: 67,2%

Dựa trên nội dung các biến quan sát, nghiên cứu tiến hành định danh lại các thành phần của hành vi sử dụng video ngắn để đảm bảo tính logic khi kiểm định mô hình nghiên cứu:

Nhân tố 1 "Cường độ sử dụng" (A_HABIT): Gồm nhóm A1 (tần suất) và A3 (thời lượng) phản ánh mặt lượng và thói quen tiêu thụ nội dung của người dùng.

Nhân tố 2 "Sự chú ý" (B_ATTEN): Giữ nguyên cấu trúc theo nhóm B.

Nhân tố 3 "Mất kiểm soát" (A_CONTROL): Gồm nhóm A2, phản ánh mặt chất của hành vi thông qua sự thôi thúc cưỡng chế và bất lực trong việc điều chỉnh hành vi sử dụng.

Nhân tố 4 "Tính tận tâm" (C_CONS): Giữa nguyên cấu trúc nhóm C.

Nhân tố bậc 2 "A_PROB": Gồm hai nhân tố A_HABIT và A_CONTROL được sử dụng làm các chỉ báo bậc 1 cấu thành biến tiềm ẩn bậc 2 là "Hành vi sử dụng video ngắn có vấn đề".

Bảng 5. Kết quả kiểm định giả thuyết

Giả thuyết	**Nội dung**	**Hệ số chưa chuẩn hóa (Estimate)**	**S.E.**	**C.R.**	**P-value**	**Kết luận**
H1	A_PROB → B_ATTEN	0,149	0,105	1,417	0,156	Bác bỏ
H2	B_ATTEN → GPA	0,071	0,092	0,773	0,439	Bác bỏ

Kết quả phân tích mô hình cấu trúc tuyến tính được thực hiện trên phần mềm AMOS cho thấy các chỉ số độ phù hợp mô hình đều đạt yêu cầu. Tuy nhiên, khi xét đến các mối quan hệ nhân quả cụ thể, kết quả kiểm định các giả thuyết chính không nhận được sự ủng hộ về mặt thống kê. Cụ thể, hệ số hồi quy chuẩn hóa từ biến "Hành vi sử dụng có vấn đề" (A_PROB) đến "Sự chú ý" (B_ATTEN) là 0,100 với p = 0,156 > 0,05. Tương tự, tác động của "Sự chú ý" lên "Kết quả học tập" (GPA) cũng không có ý nghĩa thống kê (β = 0,076; p = 0,439).

Bảng 6. Kết quả kiểm định tác động trung gian

Biến độc lập	Biến trung gian	Biến phụ thuộc	P-value (Bootstrap)	Kết luận
A_PROB	B_ATTEN	GPA	0,454	Không có vai trò trung gian

Để kiểm định vai trò trung gian của "Sự chú ý" trong mối quan hệ giữa hành vi sử dụng video ngắn và kết quả học tập, phương pháp Bootstrap (độ tin cậy 95%) đã được áp dụng. Kết quả tại bảng tác động gián tiếp (cho thấy hệ số tác động gián tiếp từ A_PROB đến GPA thông qua B_ATTEN không có ý nghĩa thống kê (p = 0,454). Điều này hàm ý rằng, trong phạm vi dữ liệu của nghiên cứu, sự suy giảm chú ý không phải là cơ chế giải thích cho mối liên hệ giữa việc sử dụng video ngắn và điểm số GPA.

Bảng 7. So sánh hệ số hồi quy giữa hai nhóm tính tận tâm đến sự chú ý

Nhóm	Đường dẫn	Hệ số (Estimate)	S.E.	P-value	Kết luận
Nhóm Thấp (N = 52)	A_PROB → B_ATTEN	-0,005	0,144	0,973	Không tác động
Nhóm Cao (N = 64)	A_PROB → B_ATTEN	0,202	0,127	0,111	Không tác động

Phân tích đa nhóm được thực hiện để so sánh sự khác biệt trong mô hình cấu trúc giữa hai nhóm sinh viên: Nhóm có tính tận tâm thấp (N = 52) và nhóm có tính tận tâm cao (N = 64). Kết quả cho thấy ở cả hai nhóm, tác động của hành vi sử dụng video ngắn lên sự chú ý đều không đạt mức ý nghĩa thống kê (p > 0,05). Cụ thể, nhóm có tính tận tâm thấp có hệ số tác động là -0,005 (p = 0,973), trong khi nhóm cao là 0,202 (p = 0,111). Sự khác biệt không đáng kể này dẫn đến việc bác bỏ giả thuyết về vai trò điều tiết của tính tận tâm.

4. Bàn luận

Nghiên cứu này được thực hiện nhằm kiểm định mô hình lý thuyết về tác động của hành vi sử dụng video ngắn đối với khả năng chú ý và hiệu suất học tập, dưới sự điều tiết của tính tận tâm. Dữ liệu thực nghiệm từ 116 sinh viên tại Thành phố Hồ Chí Minh đã cung cấp những bằng chứng quan trọng, góp phần làm sáng tỏ bức tranh tâm lý của sinh viên Việt Nam trong bối cảnh chuyển đổi số giáo dục.

4.1. Sự thích nghi nhận thức của Gen Z

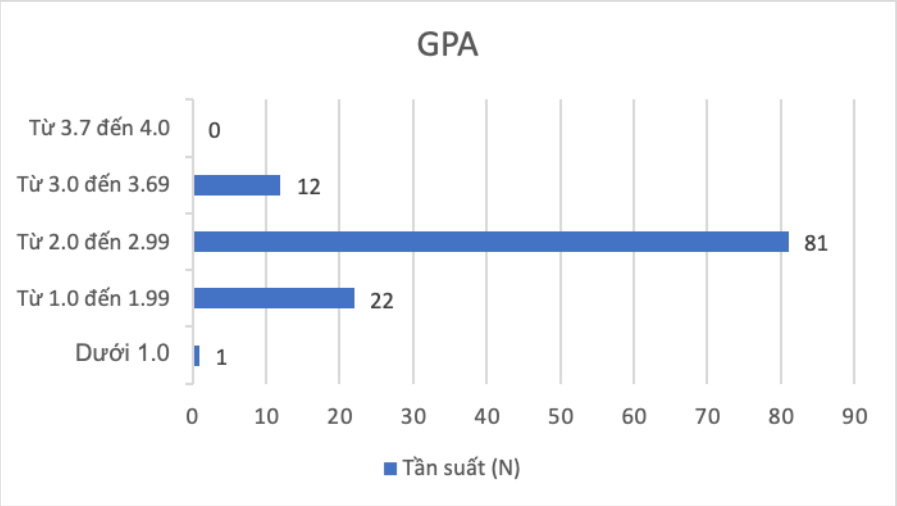
Kết quả nghiên cứu không tìm thấy tác động tiêu cực có ý nghĩa thống kê của hành vi nghiện video ngắn lên khả năng chú ý (β = 0,149; p > 0,05). Phát hiện này thoạt nhìn có vẻ mâu thuẫn với các cảnh báo về sức khỏe tâm thần, nhưng lại phù hợp với bối cảnh hạ tầng số tại Việt Nam. Theo báo cáo của VNNIC (2023), Việt Nam nằm trong nhóm

quốc gia có tỷ lệ người trẻ sử dụng Internet trên thiết bị di động cao nhất khu vực. Sự tiếp xúc sớm và thường xuyên với công nghệ số có thể là một trong những bối cảnh cần được xem xét khi diễn giải kết quả nghiên cứu. Tuy nhiên, nghiên cứu hiện tại không đo lường trực tiếp các năng lực nhận thức hoặc khả năng thích nghi với môi trường số.

Tương đồng với quan điểm của Prensky (2001) về "Người bản địa kỹ thuật số", một số nghiên cứu trong nước của Dương Thị Thu Hương (2025) cho rằng sinh viên Việt Nam hiện nay có xu hướng sử dụng mạng xã hội như một công cụ đa năng: vừa giải trí, vừa tìm kiếm thông tin học tập và dành nhiều thời gian sử dụng đồng thời nhiều mạng xã hội khác nhau. Do đó, ranh giới giữa "nghiện" và "sử dụng tích cực" trở nên mờ nhạt hơn. Kết quả nghiên cứu chưa ghi nhận bằng chứng thống kê cho thấy hành vi sử dụng video ngắn có vấn đề làm suy giảm khả năng chú ý có chủ định của sinh viên. Tuy nhiên, nghiên cứu chưa đủ cơ sở để xác định các cơ chế tâm lý hoặc nhận thức đứng sau kết quả này.

4.2. Bối cảnh đào tạo tín chỉ và sự phân loại kết quả học tập (GPA)

Việc không tìm thấy mối liên hệ dự báo giữa sự chú ý và điểm GPA (p = 0,439) phản ánh rõ nét đặc thù của thang đo lường trong bối cảnh giáo dục đại học hiện nay. Dữ liệu ghi nhận 69,8% sinh viên có kết quả học tập tập trung ở mức Khá (2,0 - 2,99), tạo nên hiện tượng "Hạn chế dải biến thiên" theo lý thuyết của Sackett và Yang (2000).



Hình 1. Biểu đồ phân bố kết quả học tập (GPA) của sinh viên

Tại Việt Nam, việc chuyển đổi sang phương thức đào tạo theo tín chỉ đã mang lại nhiều tích cực, nhưng một số nhà nghiên cứu giáo dục như Nguyễn Phước Hải và Trịnh Thị Kim Bình (2022) hay Phan Thị Yến (2018) cũng từng thảo luận về vấn đề đánh giá, khi điểm số đôi khi chưa phân hóa triệt để năng lực người học do các yếu tố về đề thi hoặc cách thức cộng điểm quá trình. Khi biến số đầu ra (GPA) trở nên đồng nhất, khả năng phát hiện các yếu tố tác động tâm lý (như sự chú ý) của mô hình hồi quy bị suy giảm. Đây có thể là một trong những nguyên nhân làm giảm khả năng phát hiện các mối quan hệ thống kê trong mô hình nghiên cứu. Do đó, kết quả không nên được hiểu là phủ nhận vai trò của các yếu tố nhận thức đối với kết quả học tập.

4.3. Tính tận tâm: Yếu tố độc lập hay Điều tiết?

Kết quả bác bỏ vai trò điều tiết của tính tận tâm, khẳng định đây là một yếu tố dự báo độc lập, phù hợp với các phân tích quốc tế của Poropat (2009). Trong bối cảnh văn

hóa Việt Nam, điều này càng có ý nghĩa sâu sắc hơn. Phẩm chất "Cần cù" hay sự tận tâm luôn được xem là giá trị cốt lõi trong văn hóa học đường.

Từ kết quả nghiên cứu, có thể bước đầu gợi ý rằng việc phát triển các phẩm chất cá nhân như tính tận tâm, khả năng tự quản lý và trách nhiệm học tập là những hướng tiếp cận đáng quan tâm. Tuy nhiên, các hàm ý này cần được kiểm chứng thêm thông qua các nghiên cứu can thiệp và thực nghiệm trong tương lai.

5. Kết luận

Nghiên cứu được thực hiện nhằm kiểm định tác động của hành vi sử dụng video ngắn có vấn đề đến kết quả học tập của sinh viên, đồng thời xem xét vai trò trung gian của chú ý có chủ định và vai trò điều tiết của tính tận tâm. Kết quả phân tích mô hình cấu trúc tuyến tính cho thấy nghiên cứu chưa tìm thấy bằng chứng thống kê ủng hộ giả thuyết cho rằng hành vi sử dụng video ngắn có vấn đề làm suy giảm khả năng chú ý có chủ định của sinh viên. Đồng thời, chú ý có chủ định không đóng vai trò trung gian trong mối quan hệ giữa hành vi sử dụng video ngắn có vấn đề và kết quả học tập. Tính tận tâm cũng không thể hiện vai trò điều tiết như giả thuyết đề xuất, mà xuất hiện như một yếu tố dự báo độc lập đối với kết quả học tập.

Những phát hiện này cho thấy, trong phạm vi mẫu khảo sát gồm 116 sinh viên tại Thành phố Hồ Chí Minh, chưa có cơ sở thực nghiệm để khẳng định rằng hành vi sử dụng video ngắn có vấn đề gây ảnh hưởng tiêu cực đến khả năng chú ý hoặc kết quả học tập. Tuy nhiên, do quy mô mẫu còn hạn chế và nghiên cứu sử dụng dữ liệu tự báo cáo, kết quả cần được diễn giải một cách thận trọng và tiếp tục được kiểm chứng trong các nghiên cứu tiếp theo với mẫu lớn hơn, đa dạng hơn về đối tượng khảo sát cũng như kết hợp các phương pháp đo lường khách quan.

Từ kết quả nghiên cứu, có thể bước đầu gợi ý rằng việc phát triển các đặc điểm cá nhân tích cực, đặc biệt là tính tận tâm và trách nhiệm học tập, có thể là một hướng tiếp cận đáng quan tâm trong hỗ trợ sinh viên. Tuy nhiên, đây mới chỉ là gợi ý dựa trên kết quả nghiên cứu hiện tại và chưa đủ cơ sở để đưa ra các khuyến nghị chính sách hoặc can thiệp giáo dục mang tính khẳng định.

Tài liệu tham khảo

Tài liệu tiếng Việt

1. Bùi Minh Đức và Nguyễn Thị Anh Thư (2019). Mối quan hệ giữa đặc điểm tính cách và sức khỏe tâm thần của sinh viên. *Kỷ yếu Hội thảo quốc tế về sức khỏe tâm thần trẻ em Việt Nam lần thứ V: hiểu biết về sức khỏe tâm thần ở trường học và cộng đồng*, 20-28.

2. Nguyễn Phước Hải và Trịnh Thị Kim Bình (2022). Các phương pháp đánh giá kết quả học tập của sinh viên ở cơ sở giáo dục đại học. *Tạp chí Khoa học và Công nghệ Đại học Thái Nguyên, 227*(05), 120-127. https://doi.org/10.34238/tnu-jst.5554.

3. Dương Thị Thu Hương (2025). Hành vi sử dụng mạng xã hội và bảo vệ bản thân trên không gian mạng của sinh viên Hà Nội. *Tạp chí Khoa học Học viện Phụ nữ Việt Nam, 30*(2), 81-89.

4. Lê Thanh Minh và Phạm Hoài Nam (2021). Hành vi sử dụng mạng xã hội TikTok và ảnh hưởng đến lối sống của sinh viên hiện nay. *Tạp chí Khoa học Xã hội và Nhân văn, 7*(2), 112-125.

5. Trung tâm Internet Việt Nam (2023). *Báo cáo tài nguyên internet Việt Nam 2023*. Hà Nội: Bộ Thông tin và Truyền thông. Truy xuất từ: https://vnnic.vn.

6. Nguyễn Thị Hải Yến, Đặng Ngọc Minh, Nguyễn Trần Tâm Như, Nguyễn Thị Thu Ngân, Đỗ Xuân Biên và Trần Vinh Quang (2024). Thói quen sử dụng mạng xã hội của

sinh viên Trường Đại học Quốc tế Hồng Bàng. *Tạp chí Khoa học Trường Đại học Quốc tế Hồng Bàng* (đặc biệt - 1), 389-396. https://doi.org/10.59294/HIUJS.KHTT.2024.044.
7. Phan Thị Yến (2018). Mô hình đánh giá năng lực đầu ra của sinh viên tốt nghiệp ngành quốc tế học tại Việt Nam. *Tạp chí Khoa học Ngôn ngữ và Văn hóa, 2*(1). ISSN 2525-2674.

Tài liệu tiếng Anh

8. Chen, Y., Li, M., Guo, F., & Wang, X. (2022). The effect of short-form video addiction on users' attention. *Behaviour & Information Technology*, *42*(16), 2893-2910. https://doi.org/10.1080/0144929X.2022.2151512.
9. Kemp, S. (2024). *Digital 2024: Vietnam*. https://datareportal.com/reports/digital-2024-vietnam.
10. Li, G., Geng, Y. and Wu, T. (2024). Effects of short-form video app addiction on academic anxiety and academic engagement: The mediating role of mindfulness. *Frontiers in Psychology*, *15*, 1428813. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1428813.
11. Poropat, A. E. (2009). A meta-analysis of the five-factor model of personality and academic performance. *Psychological Bulletin*, *135*(2), 322-338. https://doi.org/10.1037/a0014996.
12. Prensky, M. (2001). Digital natives, digital immigrants part 2: Do they really think differently?. *On the Horizon, Vol. 9*, No. 6, 1-6. https://doi.org/10.1108/10748120110424843.
13. Richardson, M., Abraham, C., & Bond, R. (2012). Psychological correlates of university students' academic performance: A systematic review and meta-analysis. *Psychological Bulletin*, *138*(2), 353-387. https://doi.org/10.1037/a0026838.
14. Sackett, P. R., & Yang, H. (2000). Correction for range restriction: An expanded typology. *Journal of Applied Psychology*, *85*(1), 112-118. https://doi.org/10.1037/0021-9010.85.1.112.
15. Sanchez-Ruiz, M. J., & El Khoury, J. (2019). A model of academic, personality, and emotion-related predictors of university academic performance. *Frontiers in Psychology*, *10*, 2435. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02435.
16. Uncapher, M. R., & Wagner, A. D. (2018). Minds and brains of media multitaskers: Current findings and future directions, *Proc. Natl. Acad. Sci. U.S.A*, *115*(40) 9889-9896. https://doi.org/10.1073/pnas.1611612115.
17. Ward, A. F., Duke, K., Gneezy, A., & Bos, M. W. (2017). Brain drain: The mere presence of one's own smartphone reduces available cognitive capacity. *Journal of the Association for Consumer Research, 2*(2), 140-154. https://doi.org/10.1086/691462.
18. Xie, J., Xu, X., Zhang, Y., Tan, Y., Wu, D., Shi, M. and Huang, H. (2023). The effect of short-form video addiction on undergraduates' academic procrastination: A moderated mediation model. *Front. Psychol*, *14*, 1298361. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1298361.
19. Zhang, X., Wu, Y., & Liu, S. (2019). Exploring short-form video application addiction: Socio-technical and attachment perspectives. *Telematics and informatics*, *42*, 101243. https://doi.org/10.1016/j.tele.2019.101243.