

Thanh thiếu niên chơi game bạo lực: Những phân tích về tâm lí - xã hội và một số giải pháp quản lí - giáo dục định hướng

Trần Thị Minh Đức*, Bùi Thị Hồng Thái

*Trường Đại học Khoa học Xã hội và Nhân văn, ĐHQGHN,
336 Nguyễn Trãi, Thanh Xuân, Hà Nội, Việt Nam*

Nhận ngày 08 tháng 6 năm 2013

Chỉnh sửa ngày 04 tháng 9 năm 2013; chấp nhận đăng ngày 22 tháng 10 năm 2013

Tóm tắt: Trên cơ sở nghiên cứu 4.468 thanh thiếu niên Việt Nam chơi game ở độ tuổi từ 11-30 tuổi, trong đó có 63.7% người chơi game bạo lực tại thành phố Hà Nội, Hải Phòng, Vinh, Đà Nẵng và thành phố Hồ Chí Minh (đề tài do quỹ Nafosted tài trợ, 2010-2012), bài báo đề cập đến thực trạng chơi game bạo lực trong thanh thiếu niên, những ảnh hưởng và áp lực của game bạo lực đến người chơi. Thông qua đó, bài báo đề xuất những giải pháp ngăn ngừa game bạo lực từ phía các nhà quản lí và cha mẹ thanh thiếu niên.

Từ khóa: Game bạo lực, thanh thiếu niên, áp lực game, ảnh hưởng của game bạo lực, phòng ngừa lạm dụng game.

1. Đặt vấn đề

“Game” là một thuật ngữ dùng để chỉ các trò chơi điện tử nói chung. Đó là những trò chơi có tính tương tác, hoặc nhập vai, có hình ảnh, âm thanh và đồ họa hiện ra sống động trên các thiết bị điện tử nhất định, như ti vi, đầu điện tử, máy tính, điện thoại di động, v.v... (Children's Health, 2011).

Game bạo lực được các nhà nghiên cứu xem là các trò chơi điện tử có những hành động có ý của người chơi trực tiếp gây tổn hại về thể chất đối với các nhân vật đầy sức sống trong game [Poher, Thompson, Haninger & Yokota].

Theo bảng phân loại game bạo lực của Sở Thông tin và Truyền thông thành phố Hồ Chí

Minh (Sở TT&TT TP. HCM), game bạo lực được phân theo 3 nhóm tiêu chí: (1) Căn cứ theo vũ khí sử dụng và hoạt động đâm chém bắn giết đơn lẻ hay có tổ chức trong trò chơi, (2) Căn cứ theo đối tượng bị chém giết trong trò chơi và (3) Căn cứ vào góc độ nhập vai của người chơi. Trong nghiên cứu này, chúng tôi đưa ra 31 game bạo lực đang được lưu hành ở Việt Nam (xem Biểu đồ 1, trong đó có 10 game được xếp vào loại bạo lực nhất mọi thời đại (theo hệ thống phân loại game của Ủy ban Đánh giá Phần mềm Giải trí ESRB của Mỹ, 2011). Các game này được xếp theo trật tự từ thấp (ít bạo lực hơn) đến cao (bạo lực nhất) như sau: (10) Call of Duty: Modern Warfare 2 (2010); (9) Postal (1997); (8) Mortal Kombat (1992); (7) Grand Theft Auto III (2001); (6) MadWorld (2009); (5) Manhunt (2003); (4)

* Tác giả liên hệ. ĐT: 84-913094892
Email: ttmduc@gmail.com

Splatterhouse (2010); (3) Soldier of Fortune (2000); (2) God of War III (2010) và (1) Dead Space (2008).

Để tìm hiểu thực trạng chơi game bạo lực ở thanh thiếu niên và ảnh hưởng của game bạo lực đến tâm lý người chơi, chúng tôi đã sử dụng những phương pháp điều tra sau: Phương pháp điều tra bằng bảng hỏi với các câu hỏi làm rõ thực trạng chơi game bạo lực ở thanh thiếu niên; Phương pháp trắc nghiệm đo mức độ bị áp lực bởi game đến tâm lý, sinh lý, xã hội của người chơi, gồm 25 câu (của Chang, 2008), được chúng tôi bổ sung thêm 5 câu cho phù hợp với mục đích nghiên cứu của đề tài; Phương pháp phỏng vấn sâu đối với các chủ đại lý internet, các cán bộ quản lý game, bác sĩ tâm thần, nhà thực hành tâm lý; Phương pháp quan sát (gồm quan sát không tham dự và quan sát có tham dự tại các quán game); đề tài cũng tiến hành tham vấn 2 trường hợp bị lạm dụng game. Các số liệu được xử lý bằng phần mềm SPSS 13.0, gồm các phép phân tích mô tả (tính điểm trung bình, độ lệch chuẩn, chỉ số phần trăm của các phương án lựa chọn) và phân tích thống kê suy luận (phân tích so sánh, phân tích tương quan nhị biến).

Trong bài báo này, chúng tôi sẽ đề cập đến một số khía cạnh về thực trạng chơi game bạo lực của thanh thiếu niên Việt Nam và ảnh hưởng của game bạo lực đến đời sống tâm lý, xã hội của người chơi. Thông qua đó, đề xuất những giải pháp cho các nhà quản lý game và các bậc cha mẹ trong việc giáo dục con cái, nhằm hạn chế ảnh hưởng tiêu cực của game bạo lực đến các em.

2. Thực trạng chơi game bạo lực của thanh thiếu niên Việt Nam

Trong tổng số 4.468 khách thể nghiên cứu, có 63.7% người chơi các game mang tính bạo lực (xem Biểu đồ 1) và 36.3% người chơi game

không tính chất bạo lực (như Audition, Kim cương, Line...).

Xem xét nhóm thanh thiếu niên chơi game bạo lực, Biểu đồ 1 cho kết quả sau: Đột kích là game có tỉ lệ người chơi cao nhất (65.1%). Đây là thể loại game bắn súng góc nhìn người thứ nhất (FPS), xuất xứ từ Hàn Quốc. Game này được Hàn Quốc xếp vào loại game bạo lực hạng “18”, nghĩa là chỉ những người từ 18 tuổi trở lên mới được chơi. Game Đột kích thực tế đã bị Sở Thông tin và truyền thông thành phố Hồ Chí Minh (TT&TT TP. HCM) cấm lưu hành từ năm 2010. Tuy nhiên, kết quả điều tra cho thấy, có đến 47.3% người chơi game Đột kích là dưới 18 tuổi và 19.8% người chơi có độ tuổi dưới 16. Điều này thể hiện, công tác quản lý game vẫn còn thiếu chặt chẽ, đặc biệt là những game bạo lực đã được Sở TT&TT TP. HCM cấm lưu hành. Quan sát trong các quán game hiện nay, chúng ta dễ dàng nhận thấy hiện tượng: *Con nít cao 1m3 vẫn hí hoáy ngồi bắn CrossFire*.

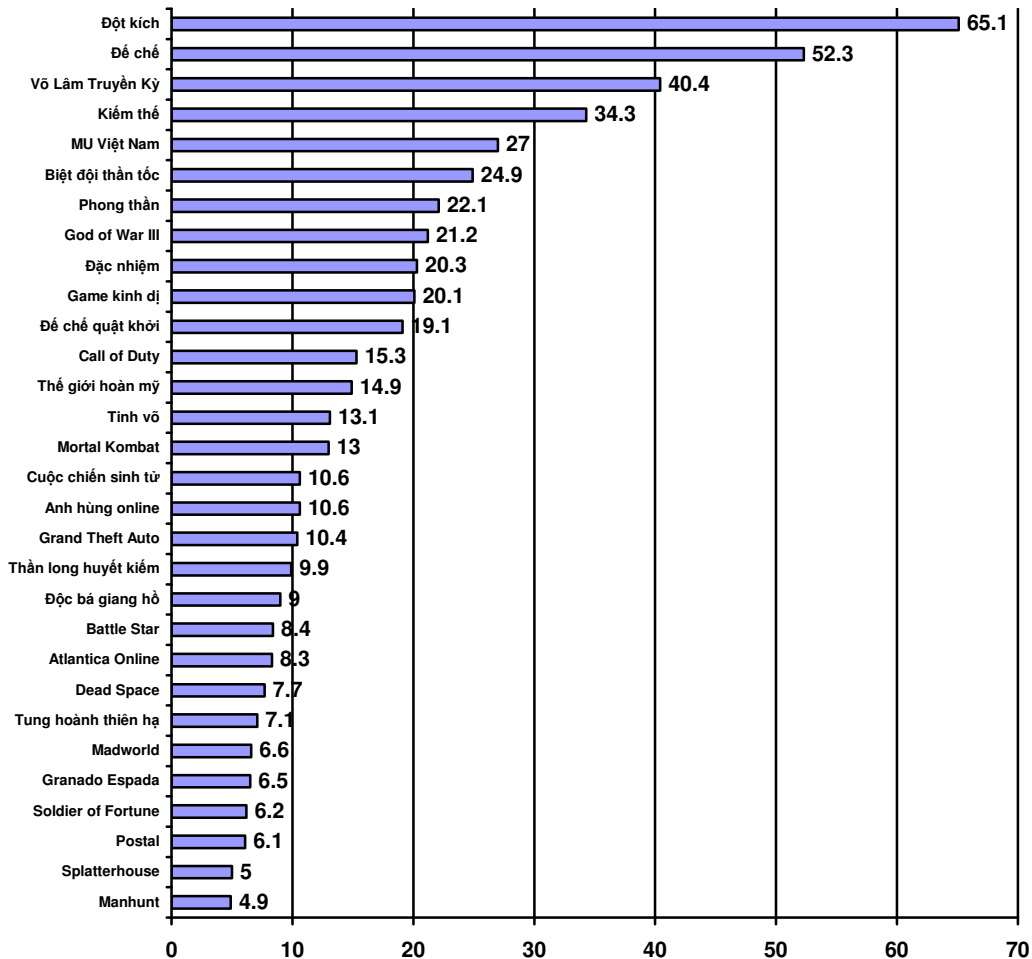
Xét về mức độ bạo lực trong các game thanh thiếu niên chơi, kết quả điều tra cho thấy: có 54.6% cảnh “Đâm chém, đâm đá, đánh đập, đầu rơi máu chảy, các bộ phận cơ thể người bị hủy hoại”; 43.3% là cảnh “Hành động hủy diệt các vật thể, thành phố, động vật hay quái vật”; 22.7% là những cảnh “Rùng rợn, kinh dị, quần quai, đau đớn của con người” và 21.8% cảnh “Thỏa mãn, khoái trá của kẻ gây tội ác”. Có thể nói: Trong cả các nghiên cứu thực nghiệm và phi thực nghiệm đều cho thấy, khi thanh thiếu niên tiếp xúc nhiều với game bạo lực thì sẽ gia tăng suy nghĩ, cảm nhận và hành vi gây hấn; gia tăng kích thích gây hấn, đồng thời làm giảm hành vi giúp đỡ xã hội. Tiếp xúc nhiều với game bạo lực còn có nguy cơ ảnh hưởng tới sức khỏe của trẻ em và thanh thiếu niên [1].

Liên quan đến thời điểm chơi game bạo lực, kết quả cho thấy: Phần lớn thanh thiếu niên bắt đầu tiếp xúc với các trò chơi liên quan đến

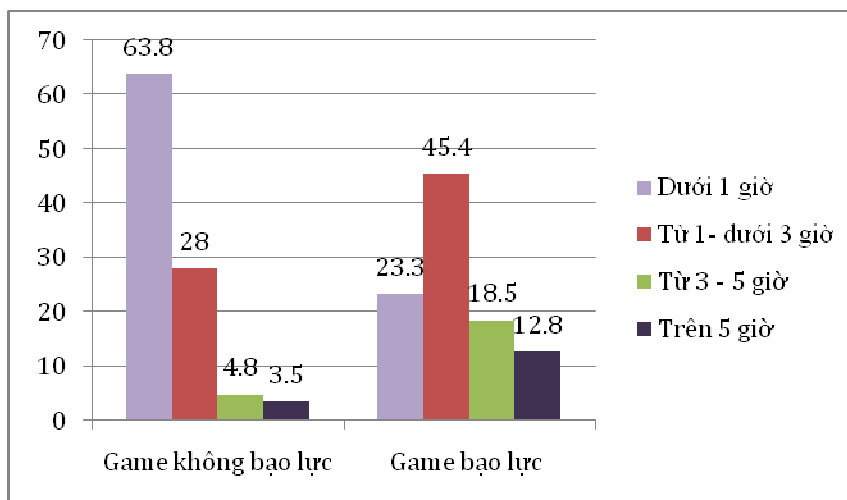
game bạo lực từ nhóm tuổi thiếu niên (6 - 11 tuổi) chiếm 24.9%, đặc biệt từ lứa tuổi 12 -15 tuổi (chiếm 41.5%). Đây có thể xem như một tiếng chuông cảnh báo cho các bậc phụ huynh, các nhà giáo dục và các nhà quản lí game về sự chai sạn, thích ứng quá sớm với bạo lực ở thanh thiếu niên Việt Nam.

So sánh về thời gian chơi game trong ngày giữa nhóm người chơi game bạo lực và nhóm người chơi game không mang tính chất bạo lực, kết quả Biểu đồ 2 cho thấy: Đối với nhóm

người chơi các loại game không có tính bạo lực, chơi game dưới 1h/ngày là khoảng thời gian mà nhiều người lựa chọn nhất (63,8%), thời gian từ 1 - dưới 3 giờ (28%). Trong khi đó, có tới 45,4% người chơi trong nhóm game bạo lực bỏ ra từ 1-3 giờ/ ngày để chơi game. Bên cạnh đó, số người chơi từ 3-5 giờ/ ngày chiếm 18.5% và trên 5 giờ/ ngày chiếm 12.8%. Có thể nói, nhóm thanh thiếu niên chơi game bạo lực dành nhiều thời gian để chơi game hơn so với nhóm chơi game không bạo lực.



Biểu đồ 1: Tỷ lệ các game đã từng chơi của người sử dụng (%).



Biểu đồ 2: Thời gian chơi game trong một ngày của nhóm thanh thiếu niên chơi game bạo lực và nhóm chơi game không bạo lực (%).

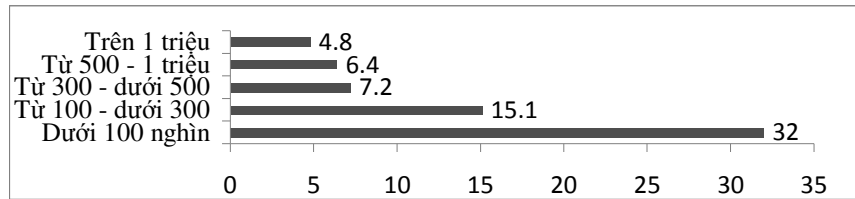
Xét riêng trong số 10 game bạo lực hạng nặng có nguồn gốc từ phương Tây mà chúng tôi đã trình bày ở trên (xem Biểu đồ 1), tỉ lệ thanh thiếu niên chơi chỉ chiếm trong khoảng từ 4.9% đến 21.2% cho mỗi loại game. Nếu tính % trung bình trong 10 game này thì người chơi chỉ chiếm có 9%. Có thể thấy, ở Việt Nam tỉ lệ thanh thiếu niên chơi game bạo lực hạng nặng là không cao. Điều này có thể lí giải từ nhiều lí do, như: Cốt truyện của các game này chưa hấp dẫn so với văn hóa Việt Nam, lời dịch trong game chưa thuần Việt, thiết kế đồ họa chưa bắt mắt, sự cập nhật các lỗi trong game chậm...

Kết quả nghiên cứu cũng cho thấy, mặc dù số thanh thiếu niên chơi các loại game bạo lực hạng nặng có xuất xứ từ phương Tây là không cao (9%) và số người chơi từ trên 5 tiếng mỗi ngày cũng không nhiều (12.8%). Tuy nhiên kết quả lại cho thấy: những người chơi game trên 5 tiếng mỗi ngày thì thường tập trung vào các game bạo lực hạng nặng. Ví dụ: MadWord (chiếm 33% số người chơi), Manhunt (chiếm 31.7% số người chơi), Granada Espada (chiếm 30.9% số người chơi), Soldier of Fortune (chiếm 30.7% số người chơi) và Splatterhouse (chiếm 30.5% số người chơi).

Bên cạnh đó, khi xem xét thời gian chơi game theo các buổi trong ngày, chúng tôi nhận thấy buổi tối là thời gian có tỉ lệ thanh thiếu niên chơi nhiều nhất (42%). Mặc dù tỉ lệ thanh thiếu niên chơi vào buổi đêm là không cao (10.9%) nhưng khi so sánh giữa số giờ chơi game và thời gian chơi trong ngày, kết quả lại chỉ ra rằng, trong số thanh thiếu niên thường chơi game trên 5 giờ/ngày, có đến 33.1% thường chơi vào buổi đêm và chơi game bạo lực hạng nặng.

Tìm hiểu về mức chi phí hàng tháng mà thanh thiếu niên bị hao tổn cho game bạo lực, kết quả thu được như sau (Biểu đồ 3):

Số liệu ở Biểu đồ 3 chỉ ra rằng, tỉ lệ người chơi bỏ ra dưới 100 nghìn/tháng để chơi game là cao nhất (32%), chỉ có 4.8% thanh thiếu niên bỏ ra trên 1 triệu/tháng để chơi game. Theo chúng tôi, những thanh thiếu niên dành hàng triệu đồng/tháng cho game chủ yếu thuộc nhóm số ít những người có nhiều khả năng bị lạm dụng game. Thông thường số tiền chơi game của họ bao gồm cả các khoản mua quần áo, vũ khí, dụng cụ... trong game.



Biểu đồ 3: Lượng tiền trung bình phải trả hàng tháng cho việc chơi game bạo lực (%).

Tìm hiểu thói quen tiêu dùng khi chơi game (chủ yếu liên quan đến việc ăn uống) của thanh thiếu niên, kết quả nghiên cứu cho thấy: có đến 42.1% người chơi trả lời “không dùng gì cả” khi chơi game, 48.9% người chơi sử dụng các loại nước uống phổ biến như “trà đá/nước ngọt”, 16.2% dùng “đồ ăn nhanh” khi chơi. Trong khi tỉ lệ người dùng các chất kích thích như “thuốc lá” là 13% và “rượu bia” là 6% (xem Bảng 1).

Bảng 1: Thói quen tiêu dùng khi chơi game của thanh thiếu niên (%)

Thói quen tiêu dùng khi chơi game	Tỉ lệ
Trà đá/nước ngọt	42.1
Đồ ăn nhanh	16.2
Thuốc lá	13
Rượu bia	6
Không dùng gì cả	42.1

Trong nghiên cứu này, nhóm khách thể chủ yếu tập trung vào lứa tuổi học sinh, sinh viên nên việc dùng rượu, bia, thuốc lá hay đồ ăn nhanh không chiếm số lượng đông. Tuy nhiên, phải thấy rằng: với 16.2% thanh thiếu niên sử dụng đồ ăn nhanh khi chơi game cho thấy có lẽ đây là nhóm thanh thiếu niên mãi chơi game nên đã bỏ bữa hoặc chơi game qua đêm. Điều đáng lưu ý là so sánh tương quan giữa việc người chơi dùng đồ ăn nhanh với thời gian chơi game trung bình trong ngày cho thấy những người chơi game bạo lực trên 5 giờ mỗi ngày là đối tượng sử dụng đồ ăn nhanh nhiều nhất - chiếm 27.9%. Có thể nói, càng chơi game trong

thời gian dài thì người chơi càng dễ sử dụng các đồ ăn nhanh. Đây như một giải pháp tiết kiệm thời gian cho hoạt động chơi game mà mình yêu thích.

Tóm lại, các kết quả trình bày ở trên cho phép chúng tôi đưa ra nhận định sau: Mặc dù số thanh thiếu niên chơi game bạo lực chiếm tỉ lệ khá lớn (2/3 số khách thể được nghiên cứu), trong đó mức độ chơi nhiều nhất là game đột kích (trên thế giới game này chỉ dành cho người trên 18 tuổi). Tỉ lệ thanh thiếu niên chơi các game bạo lực hạng thật nặng của phương Tây là không cao (khoảng 9%). Tuy nhiên, khi đã chơi các game này, thanh thiếu niên thường chơi liên tục trong thời gian dài (trên 5 giờ/ngày). Đây là mức thời gian nằm trong cảnh báo về nguy cơ nghiện game. Bên cạnh đó, những người chơi game bạo lực hạng nặng có xu hướng chơi nhiều hơn vào ban đêm và thường sử dụng đồ ăn nhanh trong khi chơi.

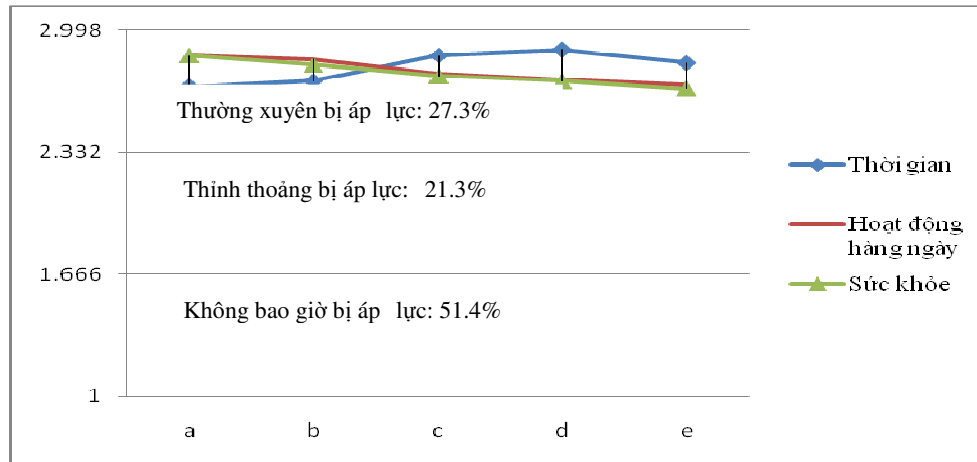
3. Ảnh hưởng của game bạo lực đến đời sống tâm lí - xã hội của người chơi

Xem xét những ảnh hưởng của game bạo lực đến người chơi, chúng tôi đánh giá mức độ bị áp lực thông qua 6 khía cạnh như: sức khỏe, các hoạt động hàng ngày, thời gian dành cho game, hoạt động giao tiếp, nhận thức và cảm xúc. Biểu đồ 4 trình bày kết quả liên quan đến tự đánh giá chung của người chơi về mức độ bị áp lực bởi game bạo lực và những biểu hiện của các áp lực của game bạo lực lên người chơi.

Như vậy, trong tổng số thanh thiếu niên chơi game bạo lực, có 27.3% người chơi cho rằng họ thường xuyên bị một trong sáu loại áp lực kể trên. Áp lực mà chúng tôi đề cập ở đây chính là sự căng thẳng tâm lí của người chơi khi phải ngừng chơi, khi không được chơi và một số tác động không mong muốn do game gây ra, như luôn bị thôi thúc bởi game, cảm thấy bồn chồn không yên, thời gian dành cho giao tiếp bị giảm... Lí giải về hiện tượng bị áp lực bởi game, bác sĩ Trịnh Tất Thắng (Giám đốc bệnh viện Tâm thần TP. HCM) cho biết: “*Xét từ góc độ sinh học, nghiện game cũng giống như nghiện thuốc phiện hoặc nghiện sex, đó là sau mỗi khi thắng trận não bộ sẽ tiết ra một chất khiến người chơi cảm giác thoải mái, dễ chịu. Do đó khi chơi game nhiều sẽ rất dễ có tâm lí phụ thuộc, áp lực*”.

Trong các loại áp lực kể trên, áp lực về thời gian được thanh thiếu niên đề cập đến nhiều nhất (chiếm 92.7%). Tiếp đó là áp lực về hoạt động hàng ngày (91.8%), áp lực về sức khỏe (90.7%). Đây là những áp lực mà người chơi dễ nhận thấy, do chúng có biểu hiện ra bên ngoài qua lời nói, hành động và có ảnh hưởng trực tiếp đến cuộc sống của người chơi. Sự đảo lộn về thời gian có thể dẫn đến sự thay đổi về mặt sức khỏe, sự đảo lộn về thời gian cũng có thể ảnh hưởng trực tiếp đến các hoạt động sinh hoạt hàng ngày và chất lượng giao tiếp.

Biểu đồ 4 cũng cho thấy từng biểu hiện cụ thể của 3 loại áp lực mà người chơi game bạo lực thường xuyên gặp phải, đó là: vấn đề thời gian; các hoạt động hàng ngày và sức khỏe (chúng đều có điểm trung bình ở mức thường xuyên).



Biểu đồ 4: Mức độ bị áp lực của người chơi và những biểu hiện của các áp lực của game bạo lực lên người chơi.

Chú thích:

Áp lực về thời gian

- Thời gian tôi chơi game thường dài hơn nhiều so với thời gian dự định khi đăng nhập (ĐTB = 2.69)
- Một số người bảo rằng tôi đã dành nhiều thời gian để chơi game (ĐTB = 2.72)
- Thời gian tôi dành cho game liên tục tăng lên (ĐTB = 2.86)
- Tôi phải dành càng nhiều thời gian chơi game càng tốt hoặc tôi sẽ cảm thấy không hài lòng (ĐTB = 2.89)
- Thời gian trung bình hàng tuần tôi dành cho game nhiều hơn so với trước đây (ĐTB = 2.82)

Áp lực về các hoạt động sinh hoạt hàng ngày

- Tôi không ngủ chỉ để chơi game lâu hơn (ĐTB = 2.86)
- Tôi bỏ cả ăn vì chơi game (ĐTB = 2.84)

- c. Có một số tác động tiêu cực lên việc học tập hoặc công việc của tôi là do chơi game (ĐTB = 2.76)
- d. Tôi chậm trễ xao lãng trách nhiệm trong thực hiện công việc để ra (ĐTB = 2.73)
- e. Vì chơi game mà thời gian dành cho các hoạt động khác bị giảm đi (ĐTB = 2.7)

Áp lực về sức khỏe

- a. Tôi ngủ ít hơn 4 giờ/ngày vì chơi game (ĐTB = 2.86)
- b. Tôi bơ phờ cả ngày vì thức khuya chơi game (ĐTB = 2.81)
- c. Tôi cảm thấy không khỏe vì đã dành hết tâm sức chơi game (ĐTB = 2.75)
- d. Tôi thấy khó ngủ (ĐTB = 2.72)
- e. Chơi game khiến sức khỏe của tôi suy giảm (ĐTB = 2.68)

Như vậy, về mặt thời gian, khi thanh thiếu niên đã đam mê game thì họ sẽ sẵn sàng dành nhiều thời gian hơn cho game và sẽ cảm thấy thoải mái khi chơi. Ngược lại, khi không còn được thỏa mãn nhu cầu chơi game theo như thời gian mong muốn, thanh thiếu niên có thể cảm thấy khó chịu không yên. Như chia sẻ của một người chơi ở Hải Phòng: “*Khi chơi game trải nghiệm bao cảm xúc như thư giãn đến hồi hộp, vui có, buồn cũng có. Do vậy, chỉ cần vài ngày không được động vào game thôi là cảm giác thèm thuồng đã xuất hiện*”.

Khi đã chơi game bạo lực và bị áp lực về các hoạt động hàng ngày, việc sinh hoạt, ăn, ngủ của thanh thiếu niên đã bị giảm thiểu. Ý kiến của một người chơi cho thấy rõ hơn sự thay đổi trong sinh hoạt hàng ngày: “*Cả phòng trọ của em chơi game thâu đêm, đũa nào mặt cũng hóc hác vì thiếu ngủ, đến lớp chả còn học được chữ nào, chỉ ngồi ngáp ngáp dài. Ăn uống thì hầu như toàn bánh mì với trà đá nên sút cân nhanh*” (người chơi ở Hải Phòng).

Tương tự như vậy, việc ham mê chơi game bạo lực khiến thanh thiếu niên bị ảnh hưởng nghiêm trọng đến sức khỏe. Qua phỏng vấn sâu người chơi ở các quán game, chúng tôi được biết: “*Hồi còn là sinh viên, không ngày nào tôi không dành 6-8 giờ buổi tối để chơi game, chơi từ 8 giờ tối đến 2 giờ hoặc 3 giờ sáng. Có lúc tôi chỉ còn 47kg so với bây giờ là 67kg. Bố mẹ ở nhà hoàn toàn không hề hay biết chúng tôi đã chơi game như thế, chỉ thấy xót con lần nào về cũng hỏi mà ăn uống kiểu gì, rồi giục đi khám, cho thêm tiền để bồi dưỡng*” (người chơi ở Hà Nội).

Tìm hiểu thái độ đánh giá của nhóm người chơi game bạo lực và nhóm người chơi game không bạo lực về xu hướng hành vi của người chơi game bạo lực, kết quả cho thấy: Nhóm thanh thiếu niên không chơi game bạo lực (mà chơi các game giải trí khác) có xu hướng đánh giá tiêu cực hơn hành vi của người chơi game bạo lực (bảng 2). Trong khi đó, bản thân những thanh thiếu niên chơi game bạo lực, họ đánh giá thấp hơn, giảm nhẹ hơn về các hành vi tiêu cực của người chơi game bạo lực. Điều này thể hiện một cơ chế phòng vệ của người chơi game bạo lực trước những định kiến của xã hội về những hành vi lệch chuẩn mà những người trẻ tuổi ham chơi game, đặc biệt là game bạo lực thường gây ra cho xã hội.

Đánh giá ảnh hưởng của game bạo lực đến kết quả học tập/làm việc của người chơi, kết quả cho thấy, có 11.1% số khách thể chơi game bạo lực cho rằng kết quả học của họ rất giảm sút do họ không tập trung và bỏ học, họ ưu tiên thời gian để chơi game và sức khỏe họ có suy giảm. Thực tế cho thấy, có những trẻ em do học mệt quá nên chơi game cho thoải mái. Tuy nhiên, nếu chơi game thiếu sự kiểm soát thì từ việc chơi game để giải trí có thể dẫn tới mê game và bỏ học để chơi. Ở lứa tuổi thanh thiếu niên, học tập vẫn là hoạt động chủ đạo. Khi chơi game không có sự kiểm soát của bản thân hay của người lớn có thể dẫn đến việc các em mất kiên nhẫn nền tảng. Những lo lắng, căng thẳng khi các em học không theo kịp chương trình, bạn bè sẽ lại dẫn các em giải tỏa vào game.

Tìm hiểu nguyên nhân của việc giảm sút học tập/ làm việc, chúng tôi phân tích mối tương quan giữa yếu tố sức khỏe suy giảm với hiệu quả học tập, làm việc của người chơi. Kết quả phân tích mối tương quan giữa các yếu tố “Chơi game khiến sức khỏe của tôi suy giảm” và “Tôi bỏ phờ cả ngày vì thức khuya để chơi game” với kết quả học tập giảm sút cho thấy sự tương quan thuận. Mối tương quan giữa các yếu

tố trên đều đạt ở mức chặt chẽ và có ý nghĩa thống kê (mức tương quan dao động từ $r = 0.586$ cho tới $r = 0.645$ và $p < 0.05$). Như vậy, việc chơi game bạo lực ngoài gây ảnh hưởng trực tiếp tới sức khỏe của người chơi, nó còn dẫn đến những ảnh hưởng tiêu cực tới kết quả học tập/làm việc và mối quan hệ giao lưu xã hội (Bảng 3).

Bảng 2: Đánh giá của nhóm thanh thiếu niên chơi game bạo lực và nhóm chơi game không bạo lực về xu hướng hành vi của người chơi game bạo lực (%)

STT	Hành vi	Nhóm chơi game bạo lực	Nhóm chơi game không bạo lực
1	Đánh nhau	37,5	62,5
2	Cố ý gây thương tích	38.9	61.1
3	Trộm cắp, cướp giật tài sản	38.3	61.7
4	Không thích giao tiếp với người khác	40.4	59.6
5	Dễ nóng giận, hung hãn, thích khiêu khích, gây sự đánh nhau	39.2	60.8
6	Lời nói mang tính gây hấn	39.7	60.3
7	Văng tục, chửi bậy	34.0	66.0
8	Gây rối trật tự công cộng	40.2	59.8
9	Hiếp dâm	40.0	60.0
10	Giết người	37.2	62.8
	Tổng chung	38.5	61.4

Bảng 3: Mối tương quan giữa sức khỏe và kết quả học tập/công việc của thanh thiếu niên chơi game bạo lực

So sánh tương quan (r)	Chơi game khiến sức khỏe của tôi suy giảm	Tôi bỏ phờ cả ngày vì thức khuya chơi game
Học hành/công việc của tôi bị ảnh hưởng/ sút kém do chơi game	0.586*	0.619*
Tôi thấy chậm trễ, sao lãng trách nhiệm khi thực hiện việc đề ra	0.621*	0.643*

* $p < 0.05$

Kết quả điều tra cho thấy nếu chơi game quá độ và thiếu sự điều tiết thì việc ảnh hưởng đến sức khỏe sẽ kéo theo ảnh hưởng tiêu cực đến học tập, công việc của người chơi. Như đã nói ở trên, sự hấp dẫn quá lớn của game khiến cho người chơi thường khó làm chủ được bản thân, họ lao vào những cuộc tranh đua và bỏ bê tất cả những vấn đề ở thế giới thực. Mặt khác, não khi phải hoạt động vượt mức bình thường do con người chơi game quá độ, nó sẽ bị ám ảnh bởi các trò game và nó sẽ khó có thể thu

nhận kiến thức môn học. Trên diễn đàn game, một sinh viên đại học cho biết “Tôi hiện đang học năm thứ 3 tại ĐH FPT, trước đây tôi luôn có được một thành tích không đến nỗi nào trong học tập tuy nhiên sau khi cùng mấy người bạn tìm hiểu và chơi Kiếm thế, tôi đã quá đam mê và dành rất nhiều thời gian cho nó. Hậu quả là điểm kỳ này của tôi tệ ngoài sức tưởng tượng, mặc dù đã cố gắng bỏ cây và tập trung lại vào việc học nhưng để làm được điều đó thực sự

không hề đơn giản chút nào, bởi cứ bật máy tính lên là lại muốn vào game”.

So sánh tương quan giữa áp lực tâm lí của người chơi với kết quả học tập/làm việc giảm sút chúng tôi thu được những kết quả sau: Các ảnh hưởng của game bạo lực đến yếu tố tâm lí và các ảnh hưởng của game đến kết quả học tập/công việc, quan hệ xã hội đều có mối tương

quan tỉ lệ thuận (với mức tương quan trong khoảng $r = 0.540$ đến $r = 0.686$, $p < 0.05$, xem bảng 4). Các kết quả này chỉ ra rằng game có những ảnh hưởng trực tiếp tới tâm lí của thanh thiếu niên. Đồng thời, những ảnh hưởng tâm lí này là chất xúc tác gây ảnh hưởng tiêu cực tới kết quả học tập/làm việc và quan hệ xã hội của người chơi game.

Bảng 4: Ảnh hưởng của nhận thức và cảm xúc tới các hoạt động học tập/làm việc và quan hệ xã hội do chơi game

Các yếu tố ảnh hưởng	Học hành/công việc của tôi bị ảnh hưởng/ sút kém do chơi game	Tôi thấy chậm trễ, sao lãng trách nhiệm khi thực hiện việc để ra	Vì chơi game nên tương tác của tôi với bạn bè ít đi
1. Các yếu tố nhận thức			
Tôi có những giấc mơ hay tưởng tượng liên quan đến game online hoặc Internet	0.540*	0.579*	0.613*
Mỗi sáng thức dậy, điều đầu tiên trong đầu tôi là game	0.579*	0.630*	0.686*
2. Các yếu tố cảm xúc			
Tôi cảm thấy bồn chồn khi không thể lên mạng chơi game	0.543*	0.576*	0.631*
Tôi cảm thấy những lo lắng không rõ nguyên nhân	0.590*	0.631*	0.643*

* $p < 0.05$

Mặc dù game là một công cụ giải trí mang tính thời đại nhưng với việc sử dụng game không thích hợp, đặc biệt không thích hợp với độ tuổi của người chơi sẽ không mang lại hiệu quả tích cực, thậm chí còn gây tổn hại cho họ. Các kết quả nghiên cứu này cho thấy việc chơi game thiếu sự điều tiết có thể dẫn đến những ảnh hưởng tiêu cực tới học hành, công việc.

Có thể nói, chơi game bạo lực không chỉ ảnh hưởng đến học tập/công việc mà còn làm thanh thiếu niên bị ảnh hưởng tới sức khỏe và các tương tác xã hội. Vấn đề không chỉ là tốn phí thời gian của người chơi dành cho game mà còn là năng lượng, sự tập trung và hứng thú dành cho những hoạt động khác sẽ bị chi phối

khi tâm trí đã dành hết cho game. Bạo lực là phần bản năng của con người từ thuở sơ khai khi con người phải đấu tranh với thiên nhiên để sinh tồn, nhưng môi trường xã hội lành mạnh sẽ dung dưỡng cái tốt, giảm bạo lực. Nhiều nghiên cứu chỉ ra rằng cảm giác về sự đau đớn ở những đứa trẻ có thể giảm đi sau khi chúng xem phim có cảnh bạo lực, chém giết. Nhưng, việc tiếp xúc với các cảnh bạo lực thường xuyên dù ở tình huống nào cũng có thể làm cho con người trở nên trở lị với bạo lực và các cá nhân có thể giảm thiểu các cảm giác đau đớn, lo hãi, căng thẳng bằng nhiều hoạt động tích cực, mà không nhất thiết phải trở thành những người xa rời và hủy hoại cuộc sống thực tại của bản thân và người khác.

4. Một số giải pháp quản lí và giáo dục phòng ngừa chơi game bạo lực của thanh thiếu niên

Như chúng ta đã biết, game là một trò chơi, nên lợi ích trước hết của nó là giúp người chơi tăng cường sự tiêu khiển, giải tỏa căng thẳng và thỏa mãn nhu cầu hiểu biết của con người. Bên cạnh đó, loại hình giải trí này có thể giúp người chơi giao lưu, kết bạn với những người chơi khác; được trải nghiệm sự đồng cảm của các nhân vật trong game và bày tỏ sự đồng cảm của mình với các sự kiện xảy ra trong thế giới thật của các game thủ. Với ý nghĩa đó, game không dừng lại với tư cách là một trò giải trí đơn thuần mà nó còn là một xã hội thu nhỏ, giúp người chơi khẳng định mình.

Mặc dù vậy, game cũng là một trò chơi mang tính “gây nghiện”, có sức hấp dẫn khó cưỡng cho những người sử dụng chúng. Thật khó để có thể khẳng định người chơi game sẽ luôn làm chủ và không chịu ảnh hưởng tiêu cực của game, nhất là đối với người chơi bị áp lực game ở lứa tuổi thanh thiếu niên. Hiện nay việc tìm kiếm các giải pháp nhằm kiểm soát việc chơi game ở những người trẻ tuổi, nhất là đối với game bạo lực đang là vấn đề đau đầu của toàn xã hội. Ở Việt Nam hiện nay, công tác quản lí game bạo lực vẫn còn nhiều hạn chế do chưa có những đánh giá và phân loại game theo các tiêu chí từ các nhà khoa học (tâm lí học, giáo dục học, xã hội học và tâm thần học). Trong khuôn khổ bài báo này, chúng tôi đề xuất một số giải pháp nhằm giảm thiểu việc chơi game bạo lực và ảnh hưởng của game bạo lực đến thanh thiếu niên từ góc độ của cơ quan quản lí game và phụ huynh của thanh thiếu niên.

Về phía cơ quan quản lí game

Chúng tôi cho rằng cần có một số biện pháp quản lí game liên quan đến những đối tượng sau:

- Đối với các nhà cung cấp dịch vụ game: Cơ quan quản lí game cần xây dựng các tiêu chí phân loại game bạo lực với sự tham gia từ các nhà Tâm thần học, Tâm lí học, Giáo dục học và nhà Xã hội học. Tránh trường hợp phân loại game lại chỉ do Vinagame quyết định. Trên cơ sở thang phân loại game, cơ quan quản lí game sẽ cho phép các nhà cung cấp dịch vụ nhập khẩu những game, game sản xuất với những quy định rõ ràng về tuổi được chơi đối với từng loại game.

- Cơ quan quản lí game cần phổ biến rộng rãi các văn bản về quản lí game để toàn xã hội, đặc biệt các phụ huynh và thanh thiếu niên biết về những game nào trẻ em được chơi và chơi ở độ tuổi nào.

- Đối với các đại lí internet và chủ quán game: Cơ quan quản lí cần bám sát việc thực thi những quy định đối với các đại lí internet, chủ quán game theo Nghị định 103/2009/NĐ-CP ngày 06/11/2009 của Chính phủ về Quy chế hoạt động văn hóa và kinh doanh dịch vụ văn hóa công cộng. Mặc dù Nghị định này đã quy định rất rõ các tổ chức kinh doanh trò chơi điện tử không được hoạt động từ 10 giờ đêm đến 8 giờ sáng. Tuy nhiên, chúng tôi nhận thấy thời gian hoạt động và dịch vụ các trò chơi ở quán game chủ yếu vẫn là từ 6 giờ sáng đến 23-24 giờ, thậm chí có những quán còn cho chơi suốt đêm, hay những quy định như cửa hàng trò chơi điện tử phải cách trường phổ thông từ 200m trở lên, ở một số nơi vẫn chưa thực hiện đúng. Đã đến lúc, cơ quan quản lí game phải có những cưỡng chế bắt buộc các quán game phải cài chuông cảnh báo về thời gian chơi game liên tục trên 3 tiếng và máy tính tự động ngắt nếu người chơi chơi liên tục từ 5 tiếng trở lên. Với mỗi cá nhân, thời gian chơi game liên tục từ 5 tiếng trở lên trong một ngày và chơi liên tục từ 6 tháng trở lên là một trong những tiêu chí đánh giá về nghiện game.

Về phía gia đình

Thực tế cho thấy, phần lớn việc lạm dụng game của trẻ em phụ thuộc chính vào môi trường gia đình, trong đó sự quan tâm của cha mẹ với việc chơi game của trẻ là quan trọng hơn cả. Các giải pháp mang tính định hướng, phòng ngừa được nhiều các nhà Giáo dục học, nhà Tâm lý học, nhà Tâm thần học và các nhà quản lý game đưa ra nhằm giúp các bậc cha mẹ kiểm soát việc chơi game của con. Những giải pháp chúng tôi trình bày dưới đây được tổng hợp từ nhiều kết quả nghiên cứu và báo cáo của Hiệp hội Tâm thần Mỹ, đặc biệt của Kimberly Young (2009) [4] và Mark D. Griffiths và Alex Meredith (2009) [5]:

- Phụ huynh cần quan tâm tìm hiểu nội dung game mà trẻ chơi. Hầu hết các game đều được đánh giá, bình luận trên các trang mạng, phụ huynh cần đăng nhập vào các trang mạng để tìm hiểu về nội dung của trò chơi để chắc chắn rằng trò chơi đó phù hợp với con và trong game đó không chứa nội dung mà mình không muốn con tiếp xúc. Nếu phụ huynh không tán thành với việc chơi game của trẻ, họ nên thảo luận với trẻ và lập một số quy tắc đối với trẻ nếu cần thiết. Bên cạnh đó, phụ huynh cần trò chuyện với trẻ về nội dung trò chơi và giúp trẻ chọn một game phù hợp với lứa tuổi để đảm bảo rằng trẻ hiểu sự khác biệt giữa thế giới thực của cuộc sống và thế giới ảo trong game.

- Phụ huynh không khuyến khích trẻ chơi các trò chơi một mình. Một trong các nguyên nhân khiến trẻ đắm chìm trong game là các em không tìm thấy hứng thú trong các hoạt động khác. Vì vậy, phụ huynh nên tạo ra nhiều hoạt động để trẻ làm trong thời gian rảnh rỗi, khuyến khích chơi cùng các bạn để có sự kiểm soát trẻ. Phụ huynh có thể chơi các trò chơi cùng con để biết những gì con đang tiếp xúc với loại game nào và cách chúng phản ứng khác nhau trong các trò chơi. Với những đứa trẻ cảm thấy hưng phấn về chơi game, việc dạy trẻ thành thực một hoạt động nào đó như chơi một môn thể thao,

một nhạc cụ, tham gia các hoạt động có ý nghĩa ở trường... có thể khiến đứa trẻ cảm thấy hài lòng và sẽ ít hướng tới chơi game.

- Phụ huynh cần ngăn chặn việc chơi game quá độ của trẻ. Khi gia đình có trẻ em, thanh thiếu niên chơi game, cha mẹ cần kiểm soát thời gian chơi của con em mình ngay từ đầu. Cha mẹ nên chỉ sử dụng game làm phần thưởng nếu trẻ hoàn thành tốt nhiệm vụ được giao. Việc trẻ chơi game từ 3 giờ trở lên mỗi ngày là phải cảnh báo và ngăn chặn. Nếu cha mẹ cảm thấy lo lắng vì con dành quá nhiều thời gian chơi game, cần giới hạn thời gian hoặc chỉ định thời gian trong ngày, trong tuần.

- Phụ huynh cần hiểu được lý do trẻ chơi game. Khi trẻ đã mê chơi game, cha mẹ thử lý giải nguyên nhân trẻ chơi game: Liệu có phải do kết quả học tập không tốt hay trẻ có vấn đề gì đó ở trường? Học hành không tốt, bị bắt nạt có thể ảnh hưởng tới lòng tự trọng của trẻ. Trẻ có thể tìm đến game để đối phó với những cảm giác tiêu cực về bản thân. Nếu phụ huynh nhận thấy con trẻ trở nên hung dữ hoặc bất ổn sau khi chơi game, thì phụ huynh không cho con chơi trò chơi đó, bất kể độ tuổi nào của con.

- Phụ huynh cần để máy tính cho trẻ chơi game ở nơi mình thường qua lại và có thể nhìn thấy màn hình để biết được trẻ đang chơi game gì, chơi bao lâu rồi.

- Phụ huynh cần tìm hiểu trò chơi mà các bậc cha mẹ khác thích và không thích, cũng như những trò chơi mà họ cho con của mình chơi khi chúng đến chơi nhà bạn. Đây là một cách tốt để cha mẹ tìm hiểu về các trò chơi mà con mình thích, trò chơi mà cha mẹ khác chấp nhận và để cho các phụ huynh khác biết những trò chơi mà bạn không muốn con của bạn chơi.

Ngoài ra, theo các nhà quản lý giáo dục, cần phải có sự phối hợp hết sức chặt chẽ giữa nhà trường và gia đình để hạn chế việc các em chơi game, đặc biệt là game bạo lực. Thông qua sĩ số lớp, nhà trường có thể biết học sinh nào vắng

mặt và báo về cho gia đình. Đồng thời, một điều rất quan trọng trong quản lí game là sự phối hợp giữa các ban, ngành chức năng như công an, đoàn thanh niên, hội phụ nữ. Việc tạo ra nhiều sân chơi bổ ích khác nhau cho các em sẽ tránh tình trạng là các em muốn chơi mà không có nơi nào để chơi. Vì vậy, các em buộc phải chơi game.

Tài liệu tham khảo

- [1] Anderson, CA and B.J. Bushman, Effects of violent video game on aggressive behavior, aggressive cognition, aggressive affect, physiological arousal, and prosocial behavior: A meta-analytic review of the scientific literature, *Psychological Science* 12, 2001: 353-359.
- [2] Trần Thị Minh Đức (chủ biên), đề tài nghiên cứu: *Game bạo lực với thanh thiếu niên. Phân tích từ góc độ tâm lí xã hội*, do Quỹ phát triển Khoa học và Công nghệ Quốc gia tài trợ, 2011-013, Nhà xuất bản Đại học Quốc gia, 2013.
- [3] Ferguson, C.J. Blazing angels or resident evil? Can violent video games be a force for good? *Review of General Psychology*, Volume 14, Issue 2, 2010.
- [4] Kimberly Young. Understanding Gaming Online Addiction and Treatment Issues for Adolescents. *The American Journal of Family Therapy*, Volume 37, 2009, 355-372.
- [5] Mark D. Griffiths & Alex Meredith. Video game Addiction and its Treatment. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, Volume 39, Issue 4, 2009, 247-253.

Teenagers Play Violent Games: Psychological-Social Analysis and Some Solutions to Educational Management and Orientation

Trần Thị Minh Đức, Bùi Thị Hồng Thái

*VNU University of Social Sciences & Humanities,
336 Nguyễn Trãi, Thanh Xuân, Hanoi, Vietnam*

Abstract: Based on the research of 4.468 Vietnamese teenagers who play games, aged 11-30, in which 63.7% of them play violent games in Hà Nội, Hải Phòng, Đà Nẵng and Hồ Chí Minh city (project is funded by Nafosted, 2012-2013), the paper deals with the real state of playing violent games of teenagers and the influences and pressures of violent games on game players. From this result, the paper has come up with the solutions for the prevention of violent games on the part of managers and parents of teenagers.

Keywords: Violent game, teenagers, pressure of game, influence of violent games, prevention of game abuse.
