

NGHỊ LUẬN XÃ HỘI VỀ HIỆN TƯỢNG NGHIỆN FACEBOOK CỦA GIỚI TRẺ HIỆN NAY

1. Nghị luận xã hội về hiện tượng nghiện Facebook của giới trẻ hiện nay

Nhắc tới những căn bệnh thế kỉ, những căn bệnh là mối nguy hại cho cả thế giới, bạn sẽ nghĩ tới bệnh gì? Ung thư? Ebola? Cúm Tây Ban Nha hay là AIDS? Những căn bệnh gợi đến sự đau đớn về thể xác, sự tàn phá cơ thể. Nhưng có bao giờ bạn nghĩ rằng sự tàn phá về tâm hồn, sự lệch lạc trong suy nghĩ và hành động mới là căn bệnh đáng sợ nhất? Nghiện facebook là một trong những căn bệnh như thế – một căn bệnh không gây đau đớn thể xác nhưng nó lại mang đến vô vàn nguy hại, là một sự báo động lớn cho xã hội hôm nay.

Chúng ta ai cũng đều biết, khoa học công nghệ với sự phát triển chóng mặt đã kéo theo sự ra đời của các trang mạng xã hội. Nói đến chúng, ta không thể không nhắc đến Facebook – một cái tên chẳng còn xa lạ với tất cả mọi người. Facebook là một trang mạng xã hội cho phép người dùng đăng tải những thông tin cá nhân, kết bạn, giao lưu, tương tác với mọi người. Chẳng cần bàn cãi hay bình luận gì thêm, chúng ta đều không thể phủ nhận được những lợi ích và vai trò to lớn mà Facebook mang lại. Còn gì kì diệu hơn khi mà nhờ nó, hai con người ở hai vùng miền khác nhau, xa cách về địa lí, không gian, vậy mà lại có thể quen nhau, kết bạn với nhau trong sự tương hợp về sở thích, mục tiêu chỉ bằng một chiếc điện thoại có kết nối Internet. Thú vị gì hơn khi mọi tin tức về giới showbiz, thần tượng, bạn bè, người thân đều được chúng ta cập nhật từng phút, từng giây? Bao nhiêu lợi ích không nhỏ của Facebook đã đủ trở thành chiếc nam châm thu hút mọi người, đặc biệt là giới trẻ. Càng dùng Facebook, càng có nhiều bạn, càng có nhiều điều hấp dẫn, thú vị mời gọi. Mãi mê theo những cảm xúc ảo, ít ai nhận ra Facebook như là một con dao hai lưỡi mà những mặt trái của nó đang dần bộc lộ. Và một trong số đó là căn bệnh nghiện Facebook đã và đang diễn ra phổ biến, đặc biệt là trong giới trẻ.

Nghiện Facebook, đó là một căn bệnh mà người dùng face quá phụ thuộc vào trang mạng này. Chỉ cần ngồi trước màn hình máy tính hay cầm trên tay chiếc điện thoại là y như rằng như một thói quen, một phản xạ tự nhiên: truy cập vào Facebook theo dõi bạn bè, để comment, like, share. Rảnh rỗi là vào Facebook, buồn lên Facebook tâm sự, vui cũng vào face để chia sẻ niềm vui. Suốt ngày online, vì thế khi không thể truy cập, người nghiện Facebook luôn cảm thấy bức rứt, khó chịu, trống trải như thiếu thiếu một điều gì, nặng hơn là không thể chịu đựng được và, bằng mọi cách có thể thỏa mãn nhu cầu “lướt face” của mình.

Lật ngược lại thời gian, chúng ta cùng nhìn lại lịch sử phát triển của trang mạng xã hội này. Năm 2004 là năm đánh dấu sự xuất hiện của Facebook. Vậy mà chỉ tính đến năm 2013, mỗi ngày đã có khoảng 618 triệu người hoạt động trên facebook, hơn 30 tỷ tin tức khác nhau được chia sẻ và hàng trăm triệu hình ảnh được đăng tải. Trong một khoảng thời gian không quá dài, Facebook đã có bước nhảy vọt đáng kinh ngạc, trở nên quá thông dụng và sự lan tỏa của nó nhanh chóng tới mức khó kiểm soát được. Theo đó, số lượng người nghiện Facebook cũng tăng lên đến chóng mặt. Mãi giao lưu, kết bạn, đến khi giật mình nhìn lại, chúng ta mới nhận ra lo ngại về hiện tượng nghiện Facebook đang tràn lan phổ biến với những tác hại không hề nhỏ.

Trước hết, người nghiện Facebook đang tiêu tốn một phần lớn thời gian của mình vào việc online Facebook: rảnh rỗi lên face, khi làm việc trên máy tính cũng tranh thủ lướt Facebook. Vừa ăn vừa Facebook, đến cả thời gian ngủ cũng được cắt giảm cho Facebook. Với học sinh, sinh viên, việc quá nghiện Facebook vì thế sẽ gây ảnh hưởng nghiêm trọng đến tình hình học tập. Thời gian đầu để học nữa khi mà những tin tức, những status của

bạn bè còn đang mời gọi hấp dẫn? Còn đâu để học nữa khi mà online chát chít Facebook thì không chán nhưng cứ đưng vào sách vở là buồn ngủ, chán trường? Học tập đi xuống, các bạn ấy đang bỏ quên những giấc mơ, bỏ quên cả tương lai của mình vào màn hình Facebook. Tuổi trẻ là tương lai của đất nước, vậy thử hỏi đất nước ấy sẽ đi đến đâu khi mà các bạn còn đang mãi chơi face quên nhiệm vụ? Đó thực sự là một thực trạng đáng báo động không chỉ với Việt Nam mà còn với tất cả các nước khác trên thế giới.

Không chỉ thế, việc nghiện Facebook còn khiến cho cuộc sống của người dùng bị đảo lộn. Các hoạt động vui chơi ngoài trời cùng bạn bè, thể dục thể thao được thay thế bằng việc lên Facebook. Bị thu hút vào cái màn hình màu xanh hấp dẫn với những hình ảnh kia thì liệu còn thời gian đâu mà ăn uống hợp lí, thời gian cho bạn bè, cho người thân? Họ sẽ đắm chìm trong thế giới ảo mà quên đi hiện tại. Thế có nghĩa là, họ có thể kết bạn với biết bao bạn bè trên mạng nhưng lại đang bỏ qua những mối quan hệ thực tế, những tình cảm thực mà mọi người dành cho mình. Cùng với đó, các kỹ năng giao tiếp, ứng xử cũng dần bị mất đi. Vì thế, chẳng có gì đáng ngạc nhiên khi mà một người nghiện Facebook có thể chém gió thỏa thích không chán với bạn bè khắp nơi nhưng lại khó có thể giao tiếp trực tiếp với mọi người. Cứ thế, họ trở thành “anh hùng bàn phím” và dần sống ảo với những tình cảm không thực tế.

Một hậu quả cũng không hề nhỏ với việc nghiện Facebook, đó là bị lợi dụng. Do quá nghiện Facebook, vì thế, họ thường xuyên đăng tải những thông tin cá nhân, cập nhật trạng thái, hình ảnh của mình. Có người chỉ trong ít phút mà bao nhiêu tâm trạng được đưa lên, bao nhiêu hình ảnh check-in. Họ đâu biết Facebook là một xã hội thu nhỏ, ở đó có thể có nhiều người tốt nhưng cũng không thiếu những kẻ xấu. Họ không lường trước được việc những thông tin của họ đang bị người xấu lợi dụng vào mục đích xấu. Không ít người bị trộm cắp hết tài sản trong nhà khi đi du lịch ở xa về, bởi trước khi đi, họ đã cập nhật trạng thái công việc, khoe lịch trình của mình, và đương nhiên, đó chính là điều kiện thuận lợi cho kẻ xấu hành nghề. Có người chụp ảnh đăng lên Facebook và thật đáng buồn, hình ảnh của họ bị ghép, cắt thành những hình ảnh nóng gây hiểu lầm đáng tiếc. Và còn nhiều, nhiều hơn thế những hậu quả khôn lường mà người người nghiện facebook phải gánh chịu. Nhìn lại chúng, chắc hẳn ai cũng phải rùng mình, và càng rùng mình hơn nữa khi mà thấy con số người sử dụng Facebook của người Việt Nam đang dần tăng lên, đồng nghĩa với việc số người nghiện Facebook cũng phát triển từng ngày. Và cũng chẳng còn gì đáng ngạc nhiên khi bạn sẽ phải gán mác “người ngoài hành tinh” nếu chưa có tài khoản Facebook hay thậm chí là chưa biết hết cách sử dụng hay những ứng dụng trên trang mạng xã hội này.

Nguyên nhân lớn nhất vẫn là ở chính bản thân người nghiện Facebook. Sống trong thế giới công nghệ, được tiếp nhận những tinh hoa văn hóa nhân loại nhưng lại không làm chủ được mình. Mới đầu, có thể chỉ vì lí do tham gia cho có phong trào cùng bạn bè, dần lại quá sa đà, không làm chủ, không nhận thức được rõ tác hại của việc sử dụng Facebook quá nhiều, hoặc cũng có thể đã nhận thức được nhưng lại không đủ bản lĩnh để có thể thoát ra được sự hấp dẫn mà Facebook mang lại. Và kết quả là, vẫn ngày ngày sống cùng Facebook, trở nên nghiện Facebook mà không thể nào thoát ra được.

Dừng để mọi thứ trở nên quá muộn, hãy hành động ngay hôm nay vì tương lai ngày mai. Mỗi gia đình cần phải quan tâm hơn nữa đến con em của mình, tạo điều kiện cho con học tập nhưng cũng cần quan tâm sát sao hơn, trò chuyện, giáo dục con mình nhiều hơn nữa. Bản thân những người nghiện Facebook cần phải thật tỉnh táo và sáng suốt, tự thức tỉnh và làm chủ chính mình. Hãy tìm cho mình một niềm vui trong cuộc sống thường nhật, trải lòng mình, giao tiếp với mọi người, bạn sẽ nhận ra xung quanh mình còn bao điều tuyệt vời và lý thú khác. Nói bỏ hẳn việc online Facebook đối với những ai đã quá nghiện Facebook thì quả là một điều khó khăn, nhưng chúng ta có thể hạc chế tối đa việc kết bạn, tham gia nhóm, đăng tải thông tin lên Facebook. Thay vào đó, chúng ta hãy thử tham gia

vào các hoạt động tập thể, thể dục thể thao, picnic vừa đi chơi, ngắm phong cảnh, vừa có thời gian bên bạn bè, người thân lại vừa giúp chúng ta thư giãn sau những bận bịu cuộc sống. Thật thú vị và hấp dẫn! Chắc chắn sau những chuyến đi như thế, chúng ta sẽ tìm lại được niềm vui thực cho mình, tạo động lực hơn cho bản thân. Hay thay bằng việc chia sẻ tâm trạng lên Facebook, tại sao chúng ta không chia sẻ chúng với bố mẹ, cô bạn thân. Bạn chắc chắn sẽ cảm thấy vui hơn và nhận được nhiều những lời khuyên thật bổ ích cho cuộc sống của mình.

Còn với chúng ta thì sao? Chúng ta cần phải nỗ lực tuyên truyền, phổ biến về tác hại của việc sử dụng Facebook quá nhiều cho mọi người, đặc biệt là các bạn học sinh, cùng nhau tạo ra nhiều hoạt động hấp dẫn giúp người nghiện Facebook quay về với thế giới thực. Sẽ không phải là ngày một ngày hai, sẽ tiêu tốn nhiều thời gian và công sức, nhưng hãy tin rằng, với sự cố gắng, nỗ lực không ngừng, một ngày nào đó không xa, Facebook sẽ trở về đúng nghĩa của nó, là một công cụ giải trí giao lưu, trao đổi về các vấn đề trong cuộc sống chứ không phải là một ông chủ khó tính điều khiển cuộc sống, suy nghĩ của con người. Bởi lẽ, thực chất Facebook không xấu, chỉ là do ta không biết cách sắp xếp, sử dụng hợp lí mà thôi. Nếu biết cách sử dụng hợp lí, Facebook chắc chắn sẽ là một trang mạng xã hội thực sự hữu ích với tất cả mọi người.

Tóm lại, trong thực tế cuộc sống hôm nay, vấn đề nghiện Facebook vẫn còn hiện tượng nhức nhối đáng báo động. Hãy cùng chung tay loại bỏ hiện tượng xấu này ra khỏi xã hội! Hãy trở thành một con người thông minh, biết tiếp nhận những tinh hoa công nghệ của thời đại phục vụ cuộc sống của chính mình, đừng để chúng có cơ hội bộc lộ những mặt trái tiêu cực và chi phối quá sâu vào cuộc sống chính mình, bạn nhé!

2. Dàn ý nghị luận về hiện tượng nghiện internet

a. Mở bài

Trong suốt dòng lịch sử con người, đã có những người phải vất vả chống lại tính nghiện ngập, nào là nghiện rượu, nghiện ma túy, bài bạc, hiện nay, có một tình trạng nghiện mới xuất hiện: nghiện Internet.

b. Thân bài

- Thực trạng về căn bệnh nghiện internet trong giới trẻ

- Với nhiều người, Internet là một thứ không thể thiếu; một thói quen không kiểm soát nổi.
- Quên thời gian, sao lãng ăn uống và ngủ; tức giận, căng thẳng, bồn chồn khi không thể lên mạng; cần trang bị máy tính mạnh hơn, nhiều phần mềm mới; biểu hiện trầm cảm, hay cáu giận và tách biệt với xã hội.
- Nghiện Internet – một hành vi gây căng thẳng cho cuộc sống của chính nạn nhân và cho cả gia đình, bạn bè, đồng nghiệp – là một căn bệnh tâm lí đang lan tràn trên toàn thế giới.
- Chơi game trực tuyến là một dạng của nghiện Internet và đang lan tràn nhanh chóng trong giới trẻ.

- Hậu quả của nghiện internet

- Trong đó có tình trạng vì quá mê mẩn Internet mà các con nghiện xao lãng chuyện học hành, thậm chí bỏ học.
- Họ giảm tiếp xúc với gia đình, bè bạn, sống cô lập trước màn hình máy tính, lặn vào những "chatroom" hay chơi những trò chơi bạo lực.
- Các thiếu niên mắc bệnh này thường là những em có vấn đề về thái độ hành xử, mặc cảm.
- (Lưu ý: Internet chỉ là chất xúc tác chứ không phải là nguyên nhân gây nghiện)

- Giải pháp

- Xây dựng một mạng lưới trung tâm tư vấn về nghiện Internet, cùng với các chương trình điều trị.
- Không được phủ nhận, vai trò của tích cực của Internet trong đời sống xã hội, nhưng cần có những định hướng đúng đắn.
- Liên hệ bản thân

c. Kết bài

Cũng giống như nghiện rượu hay ma túy vậy, nghiện Internet mang lại những hậu quả nhất định về tâm lí thể xác và các mối quan hệ xung quanh. Đừng để thành quả được coi là có ý nghĩa nhất đôi với xã hội loài người lại huỷ hoại chính bạn – công dân của thời đại.

3. Nghị luận về hiện tượng nghiện internet của giới trẻ hiện nay

"Nghiện internet" hiện được xem như một vấn nạn đang tiềm ẩn nhiều tác hại đối với các quốc gia phát triển trên thế giới. Đối tượng của nó không giới hạn ở riêng lứa tuổi nào mà đã tác động đến hầu hết tất cả mọi người.

Sự ra đời của internet đã đánh dấu một bước tiến lớn của cả nhân loại trong lĩnh vực kết nối thông tin toàn cầu. Với những ích lợi to lớn và những kiến thức mà nó mang lại trong hầu hết mọi lĩnh vực của đời sống xã hội, internet đã được coi như một phương tiện không thể thiếu đối với con người. Tuy nhiên, bên cạnh những mặt tốt đẹp mà nó mang lại, thì những vấn đề phức tạp cũng bắt đầu nảy sinh. Trong đó, hiện tượng "lạm dụng internet", hay như cách mà các nhà khoa học thường gọi là tình trạng "nghiện internet" của không ít người đã trở thành một vấn đề nhức nhối thực sự đối với xã hội thời hiện đại.

Lượng thời gian mà giới trẻ hiện đang dành cho việc online thực sự đã gây nên tâm lí lo sợ đối với các bậc phụ huynh. Gia đình nào cũng đặt nhiều hi vọng rằng việc kết nối internet sẽ giúp cho thế hệ trẻ được tiếp cận với những kiến thức bổ ích trên nhiều lĩnh vực. Kết nối internet cũng có nghĩa là kết nối được với một thế giới rộng lớn, với những cơ hội học tập, nghiên cứu và hiểu biết sâu rộng hơn... Tuy nhiên, các gia đình cũng bắt đầu nhận ra rằng thay vì sử dụng internet cho những mục đích tốt đẹp mà họ đang mong đợi ở con em mình, những đứa trẻ hiếu động lại dễ dàng bị cuốn hút hàng giờ đồng hồ vào những hoạt động khác trên mạng như: chat trực tuyến, gửi mail cho bạn bè, chơi game online (trò chơi trực tuyến), hay làm quen với những người lạ, đôi khi thực hiện các hoạt động harker phá hoại...

Việc giữ cân bằng giữa sức khỏe với các hoạt động vui chơi, giải trí và các hoạt động khác cho giới trẻ vốn đã luôn là những thách thức không nhỏ đối với bậc phụ huynh. Song sự xuất hiện của internet và hội chứng "nghiện internet" đã làm cho vấn đề trở nên khó khăn gấp bội. Một điều hết sức tự nhiên khi những người trẻ tuổi sử dụng internet đó là chúng dễ dàng bị mê hoặc bởi những điều mới lạ, thú vị và bị cuốn hút tới mức không còn kiểm soát được thời gian. Tại nhiều quốc gia trên thế giới, thực trạng của việc trẻ em say mê internet và game online đã lên đến mức báo động. Nhiều trường hợp do mãi mê với mạng internet, những đứa trẻ thậm chí quên ăn, quên ngủ trong suốt nhiều ngày. Kết quả tất yếu của tình trạng này là sức khỏe, năng lực học tập của chúng bị ảnh hưởng và giảm sút nghiêm trọng. Gia đình và nhà trường cũng không nhận ra vấn đề cho đến khi nó bắt đầu trở thành mối đe dọa thực sự, trẻ bắt đầu có những hành vi cư xử kì lạ, sự phát triển tâm sinh lí bị rối loạn và rơi dần vào một chứng bệnh có tên gọi là: hội chứng "nghiện internet". Và kết cục... Theo các chuyên gia tâm lí tại Trường đại học Harvard – Mĩ, chứng "nghiện internet" của giới trẻ phần nhiều là do sự buông lỏng quản lí từ phía gia đình và nhà trường đối với các hoạt động của chúng. Sự thiếu quan tâm này của người lớn đã dẫn tới sự thay đổi trong nhận thức của lớp trẻ, chúng bắt đầu xa lánh dần với thế giới bên ngoài và chìm dần vào thế giới game của riêng mình. Sự ham mê đối với game online ngày càng tăng lên và dần tới mức không thể kiểm soát được... Đó là hiện tượng thường thấy ở giới trẻ, song không ít trường hợp người lớn cũng mắc phải. Tại Bắc Kinh -Trung Quốc, nhiều gia đình đã thực sự bị ám ảnh về internet khi các phương tiện thông tin đại chúng của nước này cho biết: một người đàn ông 30 tuổi đã bị chết trên đường đến bệnh viện cấp cứu từ một cửa hàng internet. Ban đầu cảnh sát Trung Quốc nghi ngờ rằng người này đã tự tử, tuy nhiên sau khi tiến hành điều tra kĩ, người ta phát hiện ra rằng nguyên nhân dẫn đến cái chết của người đàn ông này là do chơi game quá lâu và điều này đã khiến cho anh ta bị kiệt sức. Trước đó, rất nhiều trường hợp người chơi bị kiệt sức, bị ngất xỉu phải cấp cứu... đã diễn ra. Chính phủ Trung Quốc đã đưa ra một số biện pháp nhằm ngăn chặn kịp thời tình trạng lạm dụng internet, và hiện tượng chơi game vô độ của giới trẻ nước này. Không lâu sau đó, tại một số quốc gia châu Âu và châu Á, hiện tượng "nghiện game online" cũng

đã khiến cho không ít người phải nhập viện trong tình trạng nguy cấp. Tại Anh, chứng "nghiện internet" được xem như một chứng bệnh tương tự tình trạng "nghiện cờ bạc". Không riêng giới trẻ, mà kể cả người lớn cũng dễ dàng bị mắc phải chứng "nghiện" nguy hiểm này. Hàng loạt các hoạt động cờ bạc, cá độ diễn ra qua mạng internet đã tạo nên một làn sóng những người "hâm mộ" đủ lứa tuổi. Cờ bạc qua internet đã trở thành một tệ nạn phổ biến và không thể kiểm soát ở nhiều quốc gia phát triển. Theo các nhà khoa học Anh thuộc Trường đại học Queensland, có nhiều dấu hiệu khá tiêu biểu cho hội chứng này: người "nghiện internet" thường thờ ơ với tất cả các công việc khác, kể cả những việc quan trọng nhất; thường xảy ra hiện tượng xung đột bên trong tình trạng mất kiểm soát; luôn thèm muốn được sử dụng internet đến phát điên... và thường có thái độ, hành vi cư xử bất bình thường. Theo các nhà tâm lý học, các chuyên gia về lĩnh vực thần kinh, và các nhà xã hội học, "nghiện internet" cũng giống như chứng "nghiện cờ bạc", nó không phải là một căn bệnh về thể chất thông thường, mà đã trở thành một vấn đề nghiêm trọng hơn nhiều: đó là một dạng bệnh lý học có liên quan đến thái độ và hành vi xử sự của con người. Những người bị mắc chứng "nghiện internet" hay "nghiện cờ bạc" đều gặp phải những áp lực, sự căng thẳng về thần kinh. Tại Mỹ, ước tính hiện có khoảng 27% dân số mắc phải chứng "nghiện" theo kiểu này. Khoảng 1,1% trong đó là những người nghiện cờ bạc qua mạng. Đây cũng là một trong những vấn đề khá nhức nhối tại Mỹ hiện nay. Chính phủ Mỹ và các tổ chức xã hội nước này đã nhiều lần đưa ra khuyến cáo về việc công dân Mỹ lạm dụng internet và thường xuyên sử dụng internet cho các hoạt động xâm nhập bất hợp pháp hoặc tấn công phá hoại dữ liệu máy tính. Hiện Mỹ cũng là quốc gia có số lượng người sử dụng internet vào mục đích phá hoại nhiều nhất thế giới, đa số họ đều là những người mắc hội chứng "nghiện internet". Các chuyên gia cảnh báo: trong tương lai, có thể hội chứng này sẽ còn tiếp tục phát triển với quy mô rộng lớn và tính chất phức tạp hơn nhiều. Và nếu như xã hội không có các biện pháp ngăn chặn kịp thời, "nghiện internet" có thể sẽ trở thành một "đại dịch" chứ không đơn thuần là một hội chứng như hiện nay.