

BẠO LỰC TINH THẦN TỪ MẶT TRÁI CỦA MẠNG XÃ HỘI

Mai Thị Mai

Trung tâm Nghiên cứu Tâm lý học và Giáo dục học, Viện Khoa học Giáo dục Việt Nam

Tóm tắt. Bạo lực tinh thần là hình thức phổ biến của bạo lực song khó nhận dạng hơn các hình thức bạo lực khác. Bài viết này bàn về thực trạng, hậu quả, nguyên nhân của bạo lực tinh thần nhìn từ mặt trái của các trang mạng xã hội, từ đó đề xuất một số giải pháp hạn chế tình trạng đó, góp một tiếng nói vào việc giảm thiểu vấn nạn bạo lực học đường hiện nay.

Từ khóa: Bạo lực tinh thần, mạng xã hội, tâm lý đám đông, bạo lực học đường.

1. Mở đầu

Trong xã hội hiện đại, sự phát triển mạnh mẽ của công nghệ thông tin, các trang mạng xã hội giúp kết nối các cư dân mạng cùng sở thích với nhiều mục đích khác nhau, tạo ra những trải nghiệm tích cực. Song bên cạnh đó, một trong những mặt trái của nó là vấn nạn bạo lực trên mạng. Vấn nạn này ngày càng nhức nhối, thâm nhập vào những vấn nạn bạo lực ngoài đời. Thời gian gần đây, nhiều nhà nghiên cứu trong công trình của mình đã đề cập đến bạo lực tinh thần như một hình thức bạo lực và internet là nguyên nhân thuộc yếu tố xã hội gây ra tình trạng bạo lực phải kể đến các nghiên cứu của: Hội Khoa học Tâm lý - Giáo dục Việt Nam [1], Viện Nghiên cứu Giáo dục thành phố Hồ Chí Minh [2]; Lê Văn Anh [3], Nguyễn Thị Thanh Bình, Nguyễn Thị Mai Lan [4],... Bên cạnh đó, cũng có một số tác giả nghiên cứu trực tiếp vấn đề bạo lực tinh thần ở học sinh - biểu hiện, nguyên nhân, hậu quả như: Võ Thị Minh Chí [5], Nguyễn Bá Đạt [6],... Nghiên cứu về ảnh hưởng của internet với bạo lực học đường ở học sinh có tác giả: Trần Thị Minh Đức [7], Ngô Thị Lanh [8], ... Tuy nhiên, việc nghiên cứu một cách hệ thống về vấn nạn bạo lực mà cụ thể là bạo lực tinh thần trên các trang mạng xã hội còn chưa nhiều. Bài viết này bàn tới một khía cạnh của bạo lực - bạo lực tinh thần nhìn từ mặt trái của các trang mạng xã hội, tìm hiểu nguyên nhân, hậu quả từ đó bước đầu đề xuất một số giải pháp nhằm góp một tiếng nói vào việc giảm thiểu vấn nạn bạo lực học đường hiện nay.

2. Nội dung nghiên cứu

2.1. Bạo lực và bạo lực tinh thần

Trong xã hội hiện nay, tình trạng bạo lực có xu hướng ngày càng gia tăng về số lượng vụ việc, mức độ nguy hiểm và tàn độc, hình thức đa dạng, tính chất phức tạp... báo hiệu sự xuống cấp về đạo đức, lối sống, đặc biệt ở tầng lớp thanh thiếu niên. Thuật ngữ bạo lực thường được hiểu là những “hành vi sử dụng sức mạnh thể chất với mục đích gây thương vong, tổn hại một ai đó” (Wikipedia). Theo tổ chức Y tế thế giới WHO thì: Bạo lực là việc đe dọa hay dùng sức mạnh thể

chất, quyền lực đối với bản thân, người khác hoặc với một nhóm người, gây ra hay làm gia tăng gây ra tổn thương, tử vong, tổn hại về tâm lí, ảnh hưởng đến sự phát triển hay gây ra sự mất mát. Có nhiều hình thức bạo lực: Bạo lực thể xác, bạo lực tinh thần, bạo lực tình dục, bạo lực kinh tế. . . Trong đó, bạo lực tinh thần là loại bạo lực phổ biến nhưng khó nhận dạng so với bạo lực thể xác. Bạo lực tinh thần thường được thể hiện ở những hành động: chửi mắng, nói xấu, lăng mạ, dọa nạt, dè bĩu, chơi khăm, sỉ nhục, tạo ra áp lực, cô lập đối tượng; làm cho người khác luôn cảm thấy không an toàn, cố ý hạ thấp không coi trọng giá trị người khác, xúc phạm và hạ thấp người khác trước mặt mọi người, nhận xét về hình thức, trí tuệ, khả năng của người khác bằng những lời lẽ gây tổn thương; phớt lờ, từ chối cũng như không thể hiện tình yêu thương; khủng bố bằng cách gửi tin nhắn đe dọa liên tục, bịa đặt, vu khống trên mạng xã hội, v.v... Ngoài ra, bạo lực tinh thần còn thể hiện ở những biểu hiện khác nhau như: xúi giục hay cưỡng ép người khác thực hiện hành vi không phù hợp, khiến họ phát triển không bình thường về mặt cảm xúc hoặc gặp khó khăn trong giao tiếp xã hội, hoặc bắt người khác làm những điều vượt quá khả năng của bản thân, thậm chí là những hành động bắt buộc người khác phải xem và chứng kiến cảnh bạo lực. Bạo lực thể hiện trong mọi lĩnh vực, từ gia đình đến nhà trường, xã hội, từ thế giới thực tới thế giới ảo. Trước đây, bạo lực chỉ chủ yếu xảy ra trong đời thực. Ngày nay, sự phát triển của công nghệ thông tin đã đưa hành vi bạo lực này tới không gian mạng, qua các thiết bị như điện thoại di động và máy tính bảng, trên những trang mạng xã hội. Bạo lực tinh thần qua mạng xã hội là hình thức bạo lực thông qua sử dụng mạng xã hội để thực hiện những hành vi nhằm gây tổn thương về mặt tinh thần cho người khác của các đối tượng có động cơ xấu.

2.2. Bạo lực tinh thần trên mạng xã hội – thực trạng và hậu quả

Một hiện tượng khá phổ biến trong giới trẻ hiện nay là nghiện Internet, trải nghiệm thế giới qua mạng điện tử thay cho việc tiếp xúc thực tế ngoài đời. Chỉ cần bấm một vài nút trên điện thoại, máy tính, họ có thể dễ dàng kết nối với thế giới ảo để giật status, comment, share, like, trình diễn về cái tôi, trải lòng với những người xa lạ, ban phát tình thương hoặc chê bai, giễu cợt, tra tấn tinh thần người khác.

(1) Bạo lực tinh thần trên các trang mạng xã hội được thể hiện dưới nhiều mức độ khác nhau.

Mức độ nhẹ của bạo lực tinh thần là sự sung sướng, hả hê trước nỗi đau, bị kịch, sai lầm của người khác. Niềm vui ấy có thể ngấm ngấm, có thể công khai nhưng đều thể hiện sự ích kỉ của con người. Hai bảo mẫu trong một nhà trẻ tư ở TP Hồ Chí Minh bị tòa tuyên án 3 năm tù giam vì tội bạo hành trẻ nhỏ. Bình luận này được 15.000 likes: “L. cho rằng không biết hành vi của mình là phạm tội mà chỉ muốn các cháu bé được ăn uống đầy đủ, ngoan ngoãn, anh cũng muốn hai em được ngoan”. Bình luận khác được 5.000 likes: “Ăn tết vui vẻ sau song sắt nhé hai em” [9]. Những tâm hình hai bảo mẫu chèn chữ mang nội dung đùa cợt lan tỏa trên mạng như virus.

Mức độ cao hơn của bạo lực tinh thần là sự sỉ nhục, miệt thị, chà đạp lên danh dự, lòng tự trọng, làm cho người khác luôn cảm thấy không an toàn. Biểu hiện cụ thể là hành vi nói xấu, bôi nhọ, chửi rủa người khác hoặc bắt người khác phải chứng kiến cảnh bạo lực. Đây là hình thức phổ biến nhất. Giữa tháng 6/2015, nữ sinh T., 15 tuổi, ở Đồng Nai, bị bạn trai tung clip sex lên mạng. Chỉ trong hai ngày, gần 300.000 người xem, 18.000 likes, 4.000 lượt share, hàng ngàn bình luận, vừa đay nghiến vừa cợt nhả. “Hàng ngon thế!”, “Bị tung clip là đáng, mới tí tuổi đã đua đòi”. Bố mẹ T. van xin cộng đồng mạng “hãy tha cho cháu”. Cộng đồng mạng lại càng đổ xô vào, truyền nhau các ảnh, bình phẩm về cơ thể của T., gọi cô là bán dâm chuyên nghiệp, và rủa: “Chết đi đồ hư hỏng” [10]. Trong số các lượt like, comment, share ấy có không ít học sinh cũng trong độ tuổi như nữ sinh này bao gồm quen và không quen. Cũng chỉ cần vài cú click chuột, không khó để tìm thấy các anti Fanpage, các video clip được lập ra và đăng tải nhằm mục đích bôi nhọ hình ảnh người khác. Trường Page anti hot teen Đà Nẵng là một ví dụ điển hình trong thời gian vừa qua. Fanpage này được lập bởi nhóm học sinh - sinh viên gồm 7 người, cầm đầu là Phạm Hồng Q.

(SN 1997, học sinh lớp 10 trường THPT N.H., Đà Nẵng). 7 thanh niên này đã lập ra một mạng xã hội có địa chỉ “Bộ mặt thật của các hot teen Đà Thành” rồi đưa lên những bài viết, hình ảnh bịa đặt, xâm phạm đời tư, xúc phạm danh dự của hàng loạt các “teen” Đà Nẵng [11].

Mức độ cao nhất của bạo lực tinh thần trên mạng là sự đe dọa, khủng bố người khác. Ngày 27/4, Công an tỉnh Hậu Giang đã bắt Dương Hồ Vũ (19 tuổi, quê An Giang, sinh viên Đại học Cần Thơ). Theo điều tra, trong thời gian học giáo dục quốc phòng, Vũ dùng điện thoại quay lén nhiều nữ sinh viên tắm. Kết thúc môn học, Vũ về TP Cần Thơ tạo hai tài khoản facebook, sau đó tìm và kết bạn với các nạn nhân. Anh ta cắt các ảnh nhạy cảm gửi đến các nữ sinh, kèm lời đe dọa: "Muốn êm chuyện thì phải nộp 5-6 triệu đồng vào tài khoản... Nếu không, toàn bộ clip nhạy cảm sẽ được tung lên mạng" [12].

(2) Thủ phạm tạo nên bạo lực tinh thần trên mạng là những kẻ lười biếng, lừa đảo, "anh hùng bàn phím", những trolling (đầu gấu trên mạng). Họ thường đưa ra các bình luận cố tình khiêu khích, tấn công một số thành viên trong cộng đồng mạng. Mục đích của troll là chọc tức nạn nhân, tạo niềm vui cho bản thân. Troll xuất hiện ở khắp mọi nơi, từ ý kiến trên YouTube tới các trò chơi trực tuyến video, những bài viết, những lời bình luận mang tính kích động, nội dung lăng mạ thô tục. Cũng không thể không kể tới sự thiếu lương tâm của một số nhà báo khi đưa tin tức lên mạng đã giật tittle để thu hút sự chú ý của cộng đồng mạng. Nhiều khi tiêu đề bài báo và nội dung bên trong không hề khớp với nhau. Có những sự việc đáng lí dừng lại thì lại bị đào quá sâu, bình luận quá tàn nhẫn, gây thêm nỗi đau cho người trong cuộc và sự bực mình của độc giả.

Bên cạnh đó, cũng có trường hợp cư dân mạng vô tình trở thành thủ phạm của nạn bạo lực tinh thần. Không phải ai cũng thông minh khi dùng mạng xã hội. Đó là trường hợp cư dân mạng bị ảnh hưởng bởi tâm lí đám đông mà ấn nút like, comment thiếu thiện chí, share thông tin vô tội vạ, tạo thành áp lực tinh thần cho các nạn nhân. Đám đông đang dần trở nên vô cảm trước những bất công hay nỗi đau của người khác. Trong rất nhiều tình huống, học sinh đứng xem và cầm điện thoại ra quay clip như một phần xạ bình thường khi chứng kiến một học sinh bị cả nhóm bạn đánh hội đồng. Họ cứ nghĩ rằng mình vô can trong những chuyện này, nhưng thực ra, chính mỗi người khi tham gia cộng đồng mạng với những cú like, share đã vô tình góp phần tạo nên làn sóng bạo lực mà bản thân họ không hề nghĩ tới.

(3) Nạn nhân của những trò bạo lực tinh thần trên mạng thường là những người nổi tiếng và những người mắc sai lầm trong cuộc sống.

Với những người nổi tiếng, scandal gần như là một phần không thể thiếu được trong sự nghiệp của họ (cả cố tình - vô tình). Nhiều scandal được tạo ra để hủy hoại sự nghiệp của những người khác. Với tốc độ lan truyền của thông tin quá lớn trên các trang mạng, scandal đó đã trở thành một điểm đen trong sự nghiệp của họ. Nhà báo LVS – “MC của mọi nhà” bị dính phải nhiều tin đồn ác ý trên mạng: bị tai nạn khó qua khỏi, bị nhiễm HIV, bị đột tử trong chuyến công tác năm 2015; Hoa hậu KD bị ghép ảnh nóng ở Nhật Bản,...

Nạn nhân phổ biến hơn của nạn bạo hành trên mạng là những người mắc sai lầm trong cuộc sống, chủ yếu là giới trẻ. Những trận đánh nhau trong lớp học, quan hệ tình dục nơi công cộng, hình ảnh khỏa thân khi chat sex.v.v. có thể vừa xảy ra đã bị tung lên mạng với tốc độ lan truyền chóng mặt.

Nạn nhân, cũng là thủ phạm của nạn bạo lực tinh thần trên mạng còn là cư dân mạng. Những hình ảnh, ngôn ngữ bạo lực trên mạng đã trực tiếp tác động tới cư dân mạng, thấm dần, thấm dần để một ngày có thể sẽ trở thành ngôn ngữ và hành động của chính họ.

(4) Hậu quả của nạn bạo lực tinh thần trên mạng:

Mạng xã hội nhiều khi cung cấp thông tin chưa được kiểm chứng nên rất dễ làm nhiễu loạn thông tin, vàng thau lẫn lộn, mập mờ trong các chuẩn giá trị. Mọi người đều được đọc và chia sẻ thông tin mà chưa biết thực hư, vô tình gây ra những rắc rối, ảnh hưởng xấu tới cá nhân người trong cuộc. Những lời nói, những bình luận trên mạng là ảo, tuy nhiên tổn thương mang lại là có thật.

Đó là tội ác mềm của một thế giới ảo.

Hậu quả ở mức độ nhẹ của bạo lực tinh thần trên mạng là khiến cho nạn nhân tổn thương tinh thần, căng thẳng, chán nản, lo sợ khi tiếp xúc với người khác, tự tạo vỏ bọc cho mình, trở nên nhút nhát, sợ hãi cuộc sống và suy sụp, trầm cảm. Nhiều khi họ rơi vào trạng thái stress do phải gồng mình lên cho phù hợp với hình ảnh bản thân đã được tạo dựng, tô vẽ trên mạng. Đối với những người nổi tiếng, những thông tin lệch lạc, thiếu trung thực và thiếu thiện chí trên mạng đã ảnh hưởng không nhỏ tới sự nghiệp và đời tư của họ.

Từ bạo lực tinh thần trên thế giới ảo, có thể dẫn tới bạo lực thể xác trong đời thực - một cái giá quá đắt của thế giới ảo. Không trực tiếp làm chết người song thủ phạm lại truy lùng, dồn đuổi các nạn nhân của mình vào tận chân tường, buộc những người này phải tự tìm đến cái chết. Nữ sinh Phan U.N. lớp 12 trường THPT Trần Phú (Đà Nẵng) đã uống thuốc an thần tự tử sau khi bị trang FB "Bộ mặt thật" đăng bài xuyên tạc, xúc phạm danh dự. N. bị dựng chuyện có con, đi học kênh kiệu, chảnh chọe [13]. Dù đã được cấp cứu kịp thời nhưng di chứng tinh thần để lại cho N. thì không đo đếm được. Một động tác đưa cái clip nóng lên mạng chưa làm T. (cô gái ở Đồng Nai) chết, nhưng hàng chục ngàn người xem và chuyển tay nhau, mỗi người đã góp một viên đá để ném cô tới chết (2 hôm sau, T tự tử). Ngày 27/4, trang facebook của Mai Thái Anh - thí sinh The X-Factor 2016 – xuất hiện một bức ảnh màu đen với status tuyệt mệnh “Đến cuối cùng thì bản thân cũng chỉ là một vật dùng xong rồi bỏ, cũng chỉ là thứ để mọi người nhìn vào dè bủ như căn bã mà thôi tìm một lối thoát cho bản thân”. Lí do là vì sau tập 3 The X-Factor 2016 phát sóng, cô bị cư dân mạng tố giả tạo, giả bệnh để lấy lòng thương hại của khán giả truyền hình [14].

Không chỉ từ phía nạn nhân mà ngay cả những người có hành vi gây hại cũng phải chịu hậu quả từ bạo lực tinh thần trên mạng. Mức độ nặng là sự trừng phạt của pháp luật. Mức độ nhẹ hơn là sự kiểm điểm, phê bình, cảnh cáo trong nhà trường (nếu thủ phạm là học sinh, sinh viên). Kể cả trường hợp thủ phạm không bị trừng phạt thì tòa án lương tâm cũng sẽ khiến họ bị dằn vặt. Mặt khác, những hành vi bạo lực trên mạng rất có thể sẽ là mẫu để sau này những người chứng kiến có hành vi bạo lực tương tự trong tương lai. Có thể nhận thấy rằng, khi cuộc sống kĩ thuật số lấn át cả cá tính của con người, thế hệ trẻ sẽ dễ bị tổn thương và gặp nguy hiểm nhiều hơn.

2.3. Nguyên nhân của nạn bạo lực tinh thần trên mạng xã hội

* Nguyên nhân nạn bạo lực tinh thần trên mạng xã hội từ góc nhìn tâm lí học:

(1) Tâm lí đám đông: Theo lí thuyết Tâm lí đám đông của nhà tâm lí học Gustave Le Bon, những đám đông luôn bị vô thức tác động nên xử sự như người nguyên thủy, không có khả năng suy nghĩ, suy luận, mà chỉ cảm nhận bằng hình ảnh, bằng sự liên kết các ý tưởng, họ không kiên định, thất thường, và đi từ trạng thái nhiệt tình cuồng loạn nhất đến ngây dại ngớ ngẩn nhất. Các thành viên khi tham gia mạng xã hội đã hòa vào đám đông vô danh. Trong đám đông đó, con người có cảm giác về sự an toàn và được bảo vệ. Đám đông cũng tạo ra cảm giác về sức mạnh của quyền lực. Trong đám đông vô danh, cảm giác về ý thức trách nhiệm của cá nhân trở nên mờ nhạt. Áo tưởng về sức mạnh bản thân cùng sự lây lan của tâm lí đám đông đã khiến nhiều người ngoài đời nhút nhát bỗng trở nên hung hăng, thô bạo trên mạng, nhiều khi đánh mất bản thân mình. Cái tôi với những ẩn ức tinh thần bị đè nén có dịp bùng nổ, tạo nên một diện mạo khác hẳn với diện mạo đời thường.

(2) Tâm lí so sánh bản thân với người khác: Theo nhà tâm lí học Leon Festinger, con người thường đánh giá bản thân không theo chuẩn khách quan mà qua sự so sánh mình với người khác. Sự so sánh giúp họ biết được bản thân có những giá trị và hạn chế gì. Tuy nhiên, từ sự khiếm khuyết, thiếu hụt của bản thân, họ sẽ có những cảm xúc trái ngược: Một mặt, vui mừng trước những khiếm khuyết, thiếu hụt của người khác vì thấy mình cao hơn người khác. Đây là lí do để giải thích cho hành động giải trí mua vui tàn nhẫn, cười giễu những sai lầm, khiếm khuyết của người khác trên mạng. Mặt khác, thù ghét, đố kị với những người hơn mình nên tìm cách đìm xuống, bởi vì càng

đim người khác xuống thì họ càng cảm thấy dường như giá trị của bản thân được nâng lên. Đây là lí do giải thích tại sao một bộ phận không nhỏ cư dân mạng nỗ lực đập vỡ những giá trị truyền thống, kéo người cao hơn mình xuống thấp bằng hoặc thấp hơn mình.

* Một số nguyên nhân khách quan khác:

(1) Sự phát triển thiếu kiểm soát của mạng xã hội: Không ai có thể phủ nhận những ưu thế mà mạng Internet đã đem lại cho đời sống xã hội với khối lượng khổng lồ thông tin về mọi lĩnh vực. Tuy nhiên, trong lượng thông tin đồ sộ ấy, thông tin về bạo lực, chém giết, khiêu dâm.... chiếm một tỉ lệ không nhỏ với nội dung cụ thể, mô tả chi tiết, kĩ càng. Quy luật nhờn quen của tình cảm khiến mới đầu người ta còn thấy sợ, sau dần thấy quen, rồi thấy bình thường như bao chuyện bình thường khác, thậm chí tích cực tham gia và vô tình trở thành thủ phạm của nạn bạo lực tinh thần trên mạng và bạo lực thể xác ngoài đời thực. Tuy nhiên, việc kiểm soát và quản lí thông tin mạng đến nay vẫn là một việc khá khó khăn với những lỗ hổng lớn.

(2) Sự thiếu hụt của con người trong đời thực:

Trên thực tế, không chỉ trẻ lứa tuổi học đường mà rất nhiều cư dân mạng ở tuổi trưởng thành thiếu hụt các kĩ năng sống như: xác định giá trị, kiểm chế cảm xúc, giải quyết mâu thuẫn... Sự thiếu hụt nhận thức về giá trị bản thân cùng những khiếm khuyết, hạn chế đã khiến họ có những hành động cực đoan, trực tiếp hoặc gián tiếp gây ra nạn bạo lực tinh thần trên mạng.

Bên cạnh đó là sự thiếu quan tâm của gia đình, nhà trường và xã hội. Trong xã hội hiện đại, cha mẹ không có thời gian chia sẻ tâm tư, tình cảm với con cái nên không thể nắm bắt được tâm lí của các em. Gần như gia đình nào cũng cố gắng tạo điều kiện cho con cái có thể tiếp cận sử dụng internet bằng nhiều phương tiện khác nhau (máy tính, điện thoại) nhưng hiếm cha mẹ quản lí việc các con sử dụng thế nào. Chưa kể chính cha mẹ, người lớn trong nhà cũng có những hành vi bạo lực tinh thần qua mạng từ đó để trẻ bắt chước theo. Điều này góp phần không nhỏ tạo ra ảnh hưởng không tốt đến sự hình thành, phát triển nhân cách của các em. Bên cạnh đó, ở các trường học hiện nay chủ yếu chú trọng vào việc dạy chữ. Mỗi tuần chỉ có 01 tiết Giáo dục công dân, nội dung lại nghèo nàn, khô khan. Việc dạy kĩ năng sống và giáo dục đạo đức, lối sống còn thiếu hụt, thiếu chiều sâu, chưa định hướng được lối sống đúng đắn, lành mạnh cho các em.

(3) Tác động tiêu cực từ môi trường gia đình và xã hội:

Nền văn minh công nghiệp với cường độ căng thẳng, yêu cầu cao, áp lực lớn; tác động của mặt trái trong cơ chế thị trường làm nhạt phai dần văn hóa, đạo đức truyền thống khiến tiêu cực, bạo lực gia tăng trong xã hội. Bạo lực tinh thần trên mạng phản ánh tình trạng bạo lực gia tăng trong gia đình, nhà trường và xã hội. Những vụ bạo lực tăng lên về số lượng, đa dạng hơn về hình thức, phức tạp hơn về mức độ ngay ở trong mỗi gia đình. Trong nhà trường, vẫn nạn bạo lực học đường gióng lên hồi chuông cảnh tỉnh về sự xuống cấp nghiêm trọng của đạo đức, lối sống. Ngoài xã hội, bạo lực có mặt ở mọi góc ngách, mọi thời điểm. Những thông tin về bạo lực, về mảng tối của xã hội nhan nhản trên các trang báo phản chiếu tình trạng bạo lực trong cuộc sống, góp phần dẫn tới vẫn nạn bạo lực tinh thần trên mạng.

2.4. Giải pháp hạn chế vẫn nạn bạo lực tinh thần trên mạng xã hội

Để hạn chế vẫn nạn bạo lực tinh thần trên mạng, cần áp dụng đồng bộ các biện pháp, trong đó có những giải pháp cơ bản sau:

1. Các cơ quan chức năng cần siết chặt sự quản lí đối với các trang mạng xã hội, dịch vụ internet. Cần những quy định pháp luật cụ thể về quyền và nghĩa vụ của chủ thể cung cấp thông tin, chủ thể tiếp nhận thông tin trên mạng như: kí kết các thỏa thuận về đấu tranh chống tệ nạn, phong tỏa tội phạm internet... Đây là cơ sở pháp lí quan trọng để thực hiện quyền tự do ngôn luận của cá nhân. Cần có hình thức phạt cụ thể, nghiêm khắc với những trường hợp bạo hành tinh thần qua mạng. Theo quy định mới ban hành của Bộ GD-ĐT trong công tác học sinh, sinh viên, những

hành vi bình luận, chia sẻ bài viết dung tục, bạo lực - nhẹ thì bị khiển trách, nặng thì buộc thôi học hoặc xử lí theo pháp luật.

2. Tăng cường giáo dục văn hóa ứng xử trong môi trường mạng, giúp mạng xã hội thực hiện tốt vai trò gắn kết cộng đồng và sức lan tỏa tình người. Cách người Pháp đối mặt với đau thương, mất mát sau vụ đánh bom tự sát và xả súng kinh hoàng là một bài học quý giá, thể hiện chiều sâu và bản lĩnh của một dân tộc có bề dày văn hóa. Ngay trong đêm khủng bố đẫm máu, những người Pháp không hề chen lấn, giẫm đạp mà vẫn bình thản nắm tay nhau hát quốc ca, bình thản nắm tay nhau đi trong đường hầm tới tàu điện ngầm. Kiên quyết không thỏa hiệp với chủ nghĩa khủng bố nhưng họ vẫn lựa chọn cách thể hiện mang màu sắc lãng mạn trên nền hoang tàn của khủng bố. Người đàn ông Pháp vô danh vẫn ôm đàn chơi bài Imagine trong khung cảnh ngập tràn đau thương, chết chóc. Tất cả những hình ảnh chân thực, những thông điệp của họ được người dân đưa lên mạng xã hội. Không thể dùng bạo lực để đối xử với bạo lực tinh thần trên mạng. Trái lại, thái độ lịch thiệp, ngôn ngữ đúng mực, sự phân tích sâu sắc, có lí có tình sẽ góp phần định hướng dư luận đúng, hạ nhiệt những cảm xúc đang bị kích động, giúp cộng đồng mạng bình tĩnh hơn trong nhìn nhận, đánh giá các sự kiện, thông tin trên mạng.

Người sử dụng mạng cần tỉnh táo, thông minh, lọc thông tin khi tiếp nhận, cân nhắc lựa chọn thông tin để đưa lên mạng. Ban biên tập các trang báo mạng cần giảm liều lượng thông tin xấu, mang tính bạo lực, tăng những thông tin người tốt việc tốt, những câu chuyện nhân văn, giáo dục đạo đức, lối sống, phổ biến kiến thức...

Nhà trường cần tăng cường giáo dục tư tưởng, đạo đức, lối sống cho học sinh đồng thời tạo ra một sân chơi lành mạnh với các hoạt động ngoại khóa, thể thao, văn nghệ thu hút sự hứng thú của học sinh. Những sân chơi bổ ích và hấp dẫn sẽ giúp học sinh thoát khỏi việc mất quá nhiều vào thời gian trên mạng với những trò chơi bạo lực, những trang web vô bổ, thay thế niềm vui xấu xí bằng niềm vui lành mạnh, tách khỏi đám đông vô danh trên mạng, đứng độc lập với cái tôi, nhân cách và bản lĩnh riêng trong đời thực. Cần chú trọng hơn nữa việc giáo dục kĩ năng sống cho học sinh để các em có kĩ năng giải quyết có hiệu quả các vấn đề trong học tập cũng như trong cuộc sống, hướng dẫn cho học sinh tham gia sử dụng blog, mạng xã hội, các trang web cá nhân theo các quy định của pháp luật.

Các bậc cha mẹ cần dành nhiều thời gian để tìm hiểu và nắm bắt sự thay đổi trong tâm sinh lí của con cái, từ đó kịp thời điều chỉnh suy nghĩ và hành vi của các em; tìm hiểu và nâng cao nhận thức của mình về bạo lực tinh thần trên mạng để có thể giúp cho con em mình phòng tránh tốt hơn; kịp thời phát hiện và ngăn chặn những biểu hiện, hành vi không lành mạnh do ảnh hưởng từ những nội dung độc hại trên mạng. Đồng thời, cần chọn lọc kênh thông tin lành mạnh, bổ ích để hướng dẫn cho con em nên xem, đọc và chơi gì; giải thích rõ tại sao không nên và dẫn chứng những tác hại của các loại thông tin xấu, chứ không đơn thuần là cấm mà không giải thích, phân tích cận kề; cần giới hạn cho con cái thời gian sử dụng mạng, nội dung các trang mạng được phép truy cập chặt hơn nữa mối quan hệ để giáo dục ngăn ngừa và đẩy lùi hành vi bạo lực ở thế hệ trẻ, giáo dục lối

Nhà trường – gia đình – xã hội cần thất sống lành mạnh, giáo dục văn hóa mạng, các bài học về cư xử đúng mực trên mạng xã hội cho học sinh, xây dựng hệ thống mạng lưới tư vấn học đường, các tổ chức hỗ trợ online cho nạn nhân bị bạo lực tinh thần trong mọi hoàn cảnh.

3. Kết luận

Sự phát triển mạnh mẽ của công nghệ thông tin trong thời đại toàn cầu hóa đã tác động hai mặt tới con người, đặc biệt là giới trẻ. Bạo lực tinh thần là một trong những khía cạnh tiêu cực của mạng xã hội. Nhận diện đúng bản chất, thực trạng và hậu quả của hiện tượng này, tìm ra nguyên nhân để có giải pháp khắc phục, đó là việc làm cần thiết để góp phần giáo dục thế hệ trẻ, xây dựng môi trường xã hội trong sạch, lành mạnh và nhân văn.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1] Hội Khoa học Tâm lí - Giáo dục Việt Nam, 2016. *Kỉ yếu Hội thảo: Phòng, chống bạo lực học đường trong bối cảnh hiện nay*. Thực trạng và giải pháp.
- [2] Viện Nghiên cứu Giáo dục thành phố Hồ Chí Minh, 2014. *Kỉ yếu Hội thảo: Thực trạng và giải pháp ngăn chặn bạo lực học đường ở trường phổ thông*.
- [3] Lê Văn Anh, 2013. *Giáo dục kỹ năng phòng chống bạo lực học đường và tệ nạn xã hội cho học sinh THPT*. Nxb Đại học Quốc gia Hà Nội.
- [4] Nguyễn Thị Thanh Bình, Nguyễn Thị Mai Lan, 2013. *Bạo lực học đường ở Việt Nam hiện nay nhìn từ góc độ tâm lí học*. Nxb Từ điển Bách khoa
- [5] Võ Thị Minh Chí, 2016. *Bạo lực tinh thần ở học sinh: Các biểu hiện, nguyên nhân và hệ lụy tiềm ẩn*. Kỉ yếu Hội thảo: Phòng, chống bạo lực học đường trong bối cảnh hiện nay - Thực trạng và giải pháp, Hội Khoa học Tâm lí - Giáo dục Việt Nam, 35 - 40.
- [6] Nguyễn Bá Đạt, 2013. *Các lí thuyết trong nghiên cứu về bạo lực học đường hiện nay*. Tạp chí Giáo dục số 321, 8-10
- [7] Trần Thị Minh Đức, Bùi Hồng Thái, 2013. *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*. Tạp chí Khoa học Đại học Quốc gia Hà Nội, Nghiên cứu giáo dục, Tập 29, Số 1, 27-33.
- [8] Ngô Thị Lanh, 2016. *Ảnh hưởng của internet với bạo lực học đường ở bậc tiểu học*. Kỉ yếu Hội thảo: Phòng, chống bạo lực học đường trong bối cảnh hiện nay - Thực trạng và giải pháp, Hội Khoa học Tâm lí - Giáo dục Việt Nam, 141 -148.
- [9] <http://vnexpress.net/tin-tuc/phap-luat/bat-2-bao-mau-hanh-ha-da-man-tre-o-sai-gon-2925039.html> (truy cập ngày 08/06/2016).
- [10] <http://vtv.vn/truyen-hinh-truc-tuyen/vtv1/tin-tuc-0.htm> (truy cập ngày 08/06/2016).
- [11,13] <http://kenh14.vn/doi-song/da-nang-nu-sinh-lop-12-tu-tu-vi-bi-beu-rieu-tren-facebook-20130714122726827.chn> (truy cập ngày 10/06/2016).
- [12] [.http://dantri.com.vn/cong-an-can-tho.tag](http://dantri.com.vn/cong-an-can-tho.tag) (truy cập ngày 10/06/2016).
- [14] <http://www.vtc.vn/thi-sinh-x-factor-tu-tu-toi-khong-dien-tro-de-lay-long-thuong-hai-d255980.html> (truy cập ngày 10/06/2016).

ABSTRACT

Psychological violence resulting from social networking

Mai Thi Mai

Research Center of Psychological and Pedagogical Sciences,

Vietnam Institute of Educational Sciences

Psychological violence is a very real kind of violence but it can be difficult to recognize. This article discusses the reasons for and consequences of psychological violence that stems from social networking, then suggest ways to improve the situation and deal with school-related violence.

Keywords: Psychological violence, social network, crowd psychology, school violence.