

NỖI SỢ BỎ LỖ Ở SINH VIÊN ĐẠI HỌC VÀ MỐI QUAN HỆ CỦA NÓ VỚI TẦN SUẤT TRỞ THÀNH NẠN NHÂN BẮT NẠT TRỰC TUYẾN

Hồ Thị Trúc Quỳnh*, Đậu Minh Long, Nguyễn Thị Ngọc Bé

Khoa Tâm lý và Giáo dục, Trường Đại học Sư phạm, Đại học Huế

* Tác giả liên hệ: httquynh@hueuni.edu.vn

Tóm tắt: Bài viết này đánh giá thực trạng nỗi sợ bỏ lỡ và mối quan hệ của nó với tần suất trở thành nạn nhân bắt nạt trực tuyến trong mẫu sinh viên thuộc hai trường đại học tại Việt Nam (Đại học Đà Nẵng và trường Đại học Tây Nguyên). Mẫu nghiên cứu bao gồm 1.534 sinh viên, chủ yếu là nữ (chiếm 64,3%). Sinh viên tham gia nghiên cứu được yêu cầu hoàn thành ba thang đo nhằm đo lường mức độ nỗi sợ bỏ lỡ, tần suất trở thành nạn nhân bắt nạt trực tuyến và hành vi bộc lộ bản thân trực tuyến. Kết quả nghiên cứu chỉ ra rằng mức độ nỗi sợ bỏ lỡ của sinh viên tham gia khảo sát là trung bình, không có sự khác biệt về mức độ nỗi sợ bỏ lỡ giữa nhóm sinh viên nam và sinh viên nữ. Đồng thời, kết quả nghiên cứu cũng cho thấy hành vi bộc lộ bản thân trực tuyến đóng vai trò trung gian trong mối quan hệ giữa nỗi sợ bỏ lỡ và tần suất trở thành nạn nhân bắt nạt trực tuyến ở sinh viên. Những phát hiện của nghiên cứu này cũng cho thấy sự cần thiết phải giảm mức độ nỗi sợ bỏ lỡ và giảm hành vi bộc lộ bản thân trực tuyến nhằm phòng ngừa và hạn chế nguy cơ trở thành nạn nhân bắt nạt trực tuyến trong sinh viên.

Từ khóa: Nỗi sợ bỏ lỡ; Hành vi bộc lộ bản thân trực tuyến; Nạn nhân bắt nạt trực tuyến; Sinh viên.

Ngày nhận bài: 28/10/2024; Gửi phản biện: 7/11/2024; Ngày duyệt đăng bài: 10/3/2026.

1. Đặt vấn đề

Nỗi sợ bỏ lỡ (fear of missing out) là một hiện tượng tương đối mới (Al-Furaih và Al-Awidi, 2021). Khái niệm “nỗi sợ bỏ lỡ”, lần đầu được giới thiệu vào năm 2004 và trở nên phổ biến từ năm 2010, được dùng để mô tả hiện tượng thường thấy trên các trang mạng xã hội. Đến năm 2013, thuật ngữ này được đưa vào Từ điển Oxford, phản ánh mức độ ảnh hưởng rộng rãi của nó trong đời sống hiện đại (Gupta và Sharma, 2021). Nỗi sợ bỏ lỡ là trạng thái lo sợ hoặc e ngại của cá nhân rằng những người khác có thể có các trải nghiệm bổ ích trong khi họ vắng mặt; nó đặc trưng bởi mong muốn liên tục kết nối với những gì người khác đang làm (Przybylski và cộng sự, 2013). Điện thoại thông minh và sự phát triển của công nghệ thông tin và truyền thông đã cho phép mọi người, đặc biệt là giới trẻ, duy trì kết nối với mạng lưới xã hội của họ. Điều này khiến người dùng phải thường xuyên kiểm tra các cập nhật trạng thái và tin nhắn vì sợ bỏ lỡ (Wireko, 2019). Nỗi sợ bỏ lỡ đã trở nên phổ biến hơn do hành vi sử dụng mạng xã hội trong những năm qua (Przybylski và cộng sự, 2013; Alt, 2017).

Bằng việc sử dụng 10 items của thang đo nỗi sợ bỏ lỡ của Przybylski và cộng sự (2013), các nghiên cứu trước đây đã báo cáo mức độ nỗi sợ bỏ lỡ trong mẫu sinh viên đại học tại các quốc gia. Qutishat và Sharour (2019) đã báo cáo mức độ nỗi sợ bỏ lỡ ở sinh viên

tại Oman là trung bình. Kết quả tương tự được tìm thấy trên mẫu sinh viên Hoa Kỳ (Adams và cộng sự, 2020; McKee và cộng sự, 2022), Thổ Nhĩ Kỳ (Deniz, 2021) và Trung Quốc (Sun và cộng sự, 2022). Tuy nhiên, trái với xu hướng chung này, các nghiên cứu của Alabri (2022), Gong và cộng sự (2022) đều ghi nhận mức độ nỗi sợ bỏ lỡ ở sinh viên Hoa Kỳ và Trung Quốc thấp hơn so với các nghiên cứu trước đó. Như vậy, có sự khác biệt về mức độ nỗi sợ bỏ lỡ trong các mẫu sinh viên ở các quốc gia khác nhau và thậm chí có sự khác biệt về mức độ nỗi sợ bỏ lỡ trên các mẫu sinh viên cùng quốc gia.

Có sự khác biệt giữa sinh viên nam và sinh viên nữ về mức độ nỗi sợ bỏ lỡ. Trên mẫu sinh viên tại Oman, Qutishat (2020) chỉ ra rằng nữ sinh viên trải qua mức độ nỗi sợ bỏ lỡ cao hơn nam sinh viên. Ngược lại, trong mẫu sinh viên tại Hoa Kỳ, Alabri (2022) phát hiện rằng nam sinh viên có mức độ nỗi sợ bỏ lỡ cao hơn nữ sinh viên. Lý giải kết quả trên, các tác giả cho rằng sự khác biệt giới tính về mức độ nỗi sợ bỏ lỡ là do cách sinh viên sử dụng điện thoại thông minh (Qutishat, 2020), nhu cầu thuộc về và mức độ sử dụng mạng xã hội của sinh viên (Alabri, 2022). Chẳng hạn, nữ sinh viên cho biết họ có nhu cầu thuộc về cao hơn và tần suất sử dụng mạng xã hội nhiều hơn nên mức độ sợ bỏ lỡ cao hơn nam sinh viên (Alabri, 2022; Przybylski và cộng sự, 2013). Như vậy, có sự không đồng nhất trong các kết quả nghiên cứu trước đây liên quan đến sự khác biệt giới tính về mức độ nỗi sợ bỏ lỡ.

Hành vi bộc lộ bản thân trực tuyến được hiểu là việc cung cấp các thông tin cá nhân cho người khác thông qua các nền tảng trực tuyến (Nguyen và Ho, 2022). Nghiên cứu trên 1.347 người dùng mạng xã hội ở Kuwait cho thấy nỗi sợ bỏ lỡ có liên quan đến sự gia tăng mức độ hành vi bộc lộ bản thân trực tuyến (Sultan, 2021). Đồng thời, có nghiên cứu chỉ ra rằng chứng nghiện mạng xã hội là yếu tố trung gian trong mối quan hệ giữa nỗi sợ bỏ lỡ và hành vi bộc lộ bản thân trực tuyến (Sultan, 2021). Mới đây, một nghiên cứu báo cáo rằng nỗi sợ bỏ lỡ có thể làm tăng ý định bộc lộ bản thân của người dùng các trang mạng xã hội và nhận thức về các rủi ro đóng vai trò trung gian trong mối quan hệ này (Van der Schyff và Flowerday, 2023). Do đó, chứng nghiện các mạng xã hội và nhận thức rủi ro có thể là những yếu tố giải thích mối quan hệ giữa nỗi sợ bỏ lỡ và hành vi bộc lộ bản thân trực tuyến của cá nhân.

Tần suất trở thành nạn nhân bắt nạt trực tuyến đề cập đến số lần là nạn nhân của một người thông qua việc sử dụng công nghệ thông tin và truyền thông (Shoib và cộng sự, 2022). Một số nghiên cứu trước đây cho thấy hành vi bộc lộ bản thân trực tuyến có liên quan đến sự gia tăng tần suất trở thành nạn nhân bắt nạt trực tuyến (Aizenkot, 2020; Ho và Nguyen, 2023). Nghiên cứu trên trẻ em và thiếu niên tại Israel chỉ ra rằng học sinh càng đăng nhiều thông tin lên các trang mạng xã hội thì càng dễ bị bắt nạt trực tuyến (Aizenkot, 2020). Mới đây, trên mẫu thanh thiếu niên tại Việt Nam, Ho và Nguyen (2023) thấy rằng hành vi bộc lộ bản thân trên các trang mạng xã hội đã làm tăng nguy cơ bị bắt nạt trực tuyến ở thanh thiếu niên. Theo các nghiên cứu trước đây, khi người dùng tiết lộ các thông tin, hình ảnh và quan điểm cá nhân trên các nền tảng trực tuyến (hành vi bộc lộ bản thân trực tuyến), thủ phạm trực tuyến có thể dễ dàng sử dụng những thông tin đó để bắt nạt hoặc đe dọa nạn nhân (Aizenkot, 2020; Ho và Nguyen, 2023). Do vậy, việc hành vi bộc lộ bản thân trực tuyến có thể làm tăng nguy cơ trở thành nạn nhân bắt nạt trực tuyến.

Tại Việt Nam, một số nghiên cứu đã được tiến hành nhằm điều tra thực trạng nỗi sợ bỏ lỡ của sinh viên (Phạm Thị Thuy Hang, 2023), mối quan hệ giữa cô đơn và nỗi sợ bỏ lỡ

(Do và Nguyen, 2022), mối quan hệ giữa hành vi bộc lộ bản thân trực tuyến với an lạc (Nguyen và Ho, 2022) và mối quan hệ giữa hành vi bộc lộ bản thân trực tuyến với các vấn đề sức khỏe tâm thần như cô đơn và đau khổ tâm lý (Ho và Nguyen, 2023), mối quan hệ giữa hành vi bộc lộ bản thân trực tuyến với tần suất trở thành nạn nhân bắt nạt trực tuyến (Ho và Nguyen, 2023). Cho tới nay, Việt Nam vẫn còn thiếu các bằng chứng về mức độ nỗi sợ bỏ lỡ của sinh viên, sự khác biệt giới tính về mức độ nỗi sợ bỏ lỡ và vai trò trung gian của hành vi bộc lộ bản thân trực tuyến trong mối quan hệ giữa nỗi sợ bỏ lỡ và tần suất trở thành nạn nhân bắt nạt trực tuyến ở sinh viên. Nghiên cứu này nhằm mô tả thực trạng nỗi sợ bỏ lỡ và phân tích vai trò trung gian của hành vi bộc lộ bản thân trực tuyến trong mối quan hệ giữa nỗi sợ bỏ lỡ và tần suất trở thành nạn nhân bắt nạt trực tuyến ở sinh viên. Năm giả thuyết nghiên cứu được đặt ra như sau:

Giả thuyết 1: Nỗi sợ bỏ lỡ của sinh viên ở mức trung bình.

Giả thuyết 2: Có sự khác biệt giới tính về mức độ nỗi sợ bỏ lỡ.

Giả thuyết 3: Nỗi sợ bỏ lỡ có liên quan đến sự gia tăng hành vi bộc lộ bản thân trực tuyến của sinh viên.

Giả thuyết 4: Hành vi bộc lộ bản thân trực tuyến có liên quan đến sự gia tăng tần suất trở thành nạn nhân bắt nạt trực tuyến của sinh viên.

Giả thuyết 5: Hành vi bộc lộ bản thân trực tuyến đóng vai trò trung gian trong mối quan hệ giữa nỗi sợ bỏ lỡ và tần suất trở thành nạn nhân bắt nạt trực tuyến của sinh viên.

2. Mẫu và phương pháp nghiên cứu

2.1. Mẫu nghiên cứu

Dữ liệu nghiên cứu được thu thập vào đầu năm 2024. Để thu thập dữ liệu, chúng tôi sử dụng thiết kế nghiên cứu cắt ngang và phương pháp lấy mẫu phân tầng theo trường đại học bằng hai hình thức: trực tuyến (thông qua Google Form) và trực tiếp dưới sự hỗ trợ của các giảng viên. Những người tham gia khảo sát là sinh viên của Đại học Đà Nẵng và Đại học Tây Nguyên. Mẫu nghiên cứu bao gồm 1.534 sinh viên với 987 sinh viên nữ (chiếm 64,3%) và 547 sinh viên nam (chiếm 35,7%). Xét theo trường học, có 1.028 sinh viên Đại học Đà Nẵng (chiếm 67%) và 506 sinh viên Đại học Tây Nguyên (chiếm 33%). Tất cả những người tham gia đều tự nguyện trả lời phiếu khảo sát.

2.2. Công cụ nghiên cứu

Mức độ nỗi sợ bỏ lỡ của sinh viên được đánh giá bằng thang đo Fear of Missing Out (FoMO) do Przybylski và cộng sự (2013) phát triển. Thang đo này gồm 10 câu hỏi tự đánh giá, với một số mệnh đề như: “Tôi sợ người khác có nhiều kinh nghiệm bổ ích hơn tôi” và “Ngay cả khi đi nghỉ mát tôi vẫn theo dõi những gì bạn bè đang làm”,... Mỗi item được đánh giá trên thang Likert 5 điểm từ 1 (hoàn toàn không đúng với tôi) đến 5 (rất đúng với tôi). Tổng điểm thang đo nỗi sợ bỏ lỡ dao động từ 10 đến 50, điểm càng cao chứng tỏ mức độ sợ bỏ lỡ càng cao.

Cho đến nay, chúng tôi chưa tìm thấy bất cứ nghiên cứu nào kiểm tra độ tin cậy và tính hiệu lực của thang đo Nỗi sợ bỏ lỡ của Przybylski và cộng sự (2013) trên mẫu sinh viên Việt Nam. Vì vậy, trong nghiên cứu này, chúng tôi thực hiện kiểm tra độ tin cậy và tính hội tụ của thang đo Nỗi sợ bỏ lỡ. Quy trình kiểm tra độ tin cậy và hiệu lực của thang đo nỗi sợ

bỏ lỡ (FoMO) bao gồm các bước sau: (1) Chuyển ngữ thang đo: Đầu tiên, hai chuyên gia tâm lý học và truyền thông, thành thạo tiếng Anh và có kinh nghiệm học tập tại nước ngoài, dịch thang đo FoMO từ tiếng Anh sang tiếng Việt để tạo phiên bản tiếng Việt của thang đo. Sau đó, một chuyên gia bản ngữ tiếng Anh, đang làm việc tại một trung tâm Anh ngữ ở Việt Nam, dịch ngược phiên bản tiếng Việt sang tiếng Anh. Phiên bản dịch ngược được so sánh với thang đo gốc để xác định bất đồng, rồi các chuyên gia thảo luận để thống nhất và điều chỉnh, đảm bảo nội dung chính xác và không sai lệch ý nghĩa gốc. (2) Kiểm tra độ tin cậy: Độ tin cậy của thang đo được đánh giá thông qua độ tin cậy tổng hợp (CR), Cronbach's Alpha. $CR \geq 0,7$ cho thấy mức độ nhất quán nội tại tốt (Wong, 2013; Hair, Risher, Sarstedt, Ringle, 2019). Tương tự, Cronbach's Alpha $\geq 0,7$ phản ánh sự ổn định của thang đo (Ercan và Kan, 2004). (3) Kiểm tra độ hiệu lực: Độ hiệu lực hội tụ được kiểm tra bằng phương sai trích trung bình (AVE), với $AVE \geq 0,5$ cho thấy các biến quan sát đo lường tốt khái niệm nghiên cứu (Hair và cộng sự, 2019; Wong, 2013). (4) Đánh giá mô hình đo lường: Hệ số Outer Loadings của các biến quan sát được xem xét, với ngưỡng $\geq 0,6$ là chấp nhận được (Wong, 2013; Hair và cộng sự, 2019). Các biến có hệ số tải thấp có thể bị loại bỏ để tối ưu mô hình. Nghiên cứu sử dụng phần mềm SMART PLS 3.9 nhằm hỗ trợ đánh giá toàn diện, giúp xác nhận độ tin cậy và hiệu lực của thang đo FoMO trong nghiên cứu.

Hành vi bộc lộ bản thân trực tuyến được đo lường bằng ba item của thang đo hành vi bộc lộ bản thân (the Self-disclosure Scales) (Wheless và Grotz, 1976). Đó là: “Tôi thường tự bộc bạch những thông tin cá nhân và hình ảnh của bản thân trên mạng xã hội (Facebook, Zalo)”; “Tôi thường chia sẻ những cảm xúc của mình về bản thân trên mạng xã hội”; và “Tôi thường tự bộc bạch tất cả về bản thân trong phần tự giới thiệu trên mạng xã hội”. Ba item này đã từng được sử dụng để đánh giá mức độ bộc lộ bản thân trực tuyến trong các nghiên cứu trước đây ở Hàn Quốc (Lee và cộng sự, 2013) và Việt Nam (Ho và Nguyen, 2023). Các câu trả lời cho mỗi item được thiết kế trên thang 7 điểm từ 1 (rất không đồng ý) đến 7 (rất đồng ý). Tổng điểm của ba item dao động từ 3 đến 21, với điểm cao hơn cho biết mức độ bộc lộ bản thân trực tuyến cao hơn.

Tần suất trở thành nạn nhân bắt nạt trực tuyến được đo lường bằng 6 item của thang đo tần suất trở thành nạn nhân bắt nạt trực tuyến của Patchin và Hinduja (2010) và được chỉnh sửa bởi Phạm Thị Thu Ba và Trần Quỳnh Anh (2016). Theo đó, phiên bản chỉnh sửa của thang đo nạn nhân bắt nạt trực tuyến của Phạm Thị Thu Ba và Trần Quỳnh Anh (2016) giảm đi 3 item (tương ứng với 3 hình thức bắt nạt trực tuyến) so với phiên bản gốc của Patchin và Hinduja (2010). Một số items mẫu bao gồm: “Tôi nhận được tin nhắn/ hình ảnh khiếm nhã” và “Tôi bị cô lập hoặc tách biệt khỏi nhóm bạn trên mạng xã hội”. Các items của thang đo được sử dụng để đo lường tần suất trở thành nạn nhân bắt nạt trực tuyến. Các câu trả lời cho mỗi item được thiết kế trên thang Likert 5 điểm từ 1 (chưa bao giờ) đến 5 (mỗi ngày). Tổng điểm của sáu item dao động từ 6 đến 30, với điểm cao hơn cho biết tần suất trở thành nạn nhân bắt nạt trực tuyến cao hơn (Phạm Thị Thu Ba và Trần Quỳnh Anh, 2016).

2.3. Xử lý thống kê

Trong nghiên cứu này, chúng tôi sử dụng phần mềm SPSS 20 và SMART PLS 3.9 để xử lý số liệu. Đối với phần mềm SPSS, chúng tôi sử dụng phân tích thống kê mô tả và phân tích tương quan. Phần mềm SMART PLS 3.9 được sử dụng để phân tích mô hình đo lường và phân tích trung gian. Các chỉ số được sử dụng để đánh giá mô hình đo lường bao gồm hệ số tải ngoài (outer loading), độ tin cậy cronbach's alpha (α) và độ tổng hợp (CR)

và tính hội tụ (AVE). Đối với phân tích trung gian, tác động của nỗi sợ bỏ lỡ đến tần suất trở thành nạn nhân bắt nạt trực tuyến thông qua hành vi bộc lộ bản thân trực tuyến là đáng kể khi giá trị sig (p) của tác động gián tiếp nhỏ hơn 0,05.

Độ tin cậy và tính hội tụ của các công cụ đo lường

Bảng 1: Độ tin cậy và tính hội tụ của các công cụ đo lường (N = 1.534)

Thang đo	Các Item	Hệ số tải ngoài
Thang đo nỗi sợ bỏ lỡ $(\alpha = 0,91;$ $CR = 0,92;$ $AVE = 0,55)$	1. Tôi sợ người khác có nhiều kinh nghiệm bỏ ích hơn tôi.	0,74
	2. Tôi sợ bạn bè có nhiều kinh nghiệm bỏ ích hơn tôi.	0,73
	3. Tôi lo khi phát hiện ra bạn bè đang vui vẻ mà không có tôi.	0,78
	4. Tôi lo lắng không biết bạn bè của mình đang làm gì.	0,78
	5. Tôi cần phải hiểu “những câu nói đùa với nhau” của bạn bè.	0,74
	6. Đôi khi tôi tự hỏi hình như tôi dành quá nhiều thời gian để theo kịp những gì đang xảy ra.	0,74
	7. Thật phiền khi bỏ lỡ một cơ hội để gặp gỡ bạn bè.	0,75
	8. Khi tôi có điều gì thú vị nhất định tôi phải chia sẻ trên mạng (cập nhật trạng thái...).	0,71
	8. Tôi buồn khi bỏ lỡ một cuộc gặp gỡ có hẹn trước.	0,67
	10. Khi đi nghỉ mát tôi vẫn theo dõi những gì bạn bè đang làm.	0,75
Thang đo hành vi bộc lộ bản thân trực tuyến $(\alpha = 0,92;$ $CR = 0,95;$ $AVE = 0,86)$	1. Tôi thường tiết lộ những thông tin cá nhân và hình ảnh của bản thân trên mạng xã hội (Facebook, Zalo...).	0,92
	2. Tôi thường chia sẻ cảm xúc về bản thân mình trên mạng xã hội (chia sẻ cảm xúc của tôi về tôi)	0,93
	3. Tôi thường tiết lộ tất cả về bản thân trong phần tự giới thiệu trên mạng xã hội (Facebook, Zalo...).	0,94
Thang đo tần suất trở thành nạn nhân bắt nạt trực tuyến $(\alpha = 0,92;$ $CR = 0,94;$ $AVE = 0,72)$	1. Tôi bị gọi bằng tên lóng, bị làm trò cười, trêu ghẹo trên mạng hoặc bằng điện thoại	0,76
	2. Tôi nhận được tin nhắn/ hình ảnh khiếm nhã	0,84
	3. Tôi bị cô lập hoặc tách biệt khỏi nhóm bạn trên mạng	0,86
	4. Tôi bị đặt điều, bị rêu rao những điều không đúng sự thật trên mạng hoặc bằng điện thoại	0,87
	5. Tin nhắn/ hình ảnh/ đoạn phim về tôi bị đưa lên mạng	0,88
	6. Tôi bị đe dọa trên mạng hoặc bằng điện thoại	0,88

Bảng 1 trình bày kết quả phân tích độ tin cậy và tính hội tụ của thang đo nỗi sợ bỏ lỡ, thang đo hành vi bộc lộ bản thân trực tuyến và thang đo tần suất trở thành nạn nhân bắt nạt trực tuyến.

nạt trực tuyến. Số liệu Bảng 1 cho thấy, thang đo nỗi sợ bỏ lỡ có độ tin cậy Cronbach's alpha $\alpha = 0,91$; hệ số tải ngoài của các items dao động từ 0,67 đến 0,78, độ tin cậy tổng hợp CR = 0,92 và tính hội tụ AVE = 0,55. Thang đo hành vi bộc lộ bản thân trực tuyến có $\alpha = 0,92$, hệ số tải ngoài dao động từ 0,92 đến 0,94, CR = 0,95 và AVE = 0,86. Thang đo tần suất trở thành nạn nhân bắt nạt trực tuyến có $\alpha = 0,92$, hệ số tải ngoài dao động từ 0,76 đến 0,88, CR = 0,94 và AVE = 0,72.

Kết quả phân tích độ tin cậy và tính hội tụ của thang đo nỗi sợ bỏ lỡ, thang đo hành vi bộc lộ bản thân trực tuyến, thang đo nạn nhân bắt nạt trực tuyến cho thấy cả ba thang đo đều có giá trị α lớn hơn 0,9 (ngưỡng chấp nhận $\alpha \geq 0,7$), hệ số tải ngoài lớn hơn 0,60 (ngưỡng chấp nhận hệ số tải ngoài trên 0,6), độ tin cậy tổng hợp lớn hơn 0,9 (ngưỡng chấp nhận CR $\geq 0,7$) và tính hội tụ lớn hơn 0,5 (ngưỡng chấp nhận AVE $\geq 0,5$). Dựa vào các ngưỡng đánh giá trong các nghiên cứu trước đây (Ercan và Kan, 2004; Wong, 2013; Hair và cộng sự, 2019) có thể thấy cả ba thang đo đều có độ tin cậy và tính hội tụ tốt.

3. Kết quả nghiên cứu

3.1. Mức độ nỗi sợ bỏ lỡ của sinh viên

Bảng 2: Mức độ nỗi sợ bỏ lỡ của sinh viên dưới lát cắt tổng quát ($N = 1.534$)

Nội dung các item	M	SD
Tôi sợ người khác có nhiều kinh nghiệm bỏ ích hơn tôi.	2,78	1,03
Tôi sợ bạn bè có nhiều kinh nghiệm bỏ ích hơn tôi.	2,79	1,03
Tôi lo khi phát hiện ra bạn bè đang vui vẻ mà không có tôi.	2,83	1,03
Tôi lo lắng không biết bạn bè của mình đang làm gì.	2,62	1,01
Tôi cần phải hiểu “những câu nói đùa với nhau” của bạn bè.	3,00	1,01
Đôi khi tôi tự hỏi hình như tôi dành quá nhiều thời gian để theo kịp những gì đang xảy ra.	3,05	1,01
Thật phiền khi bỏ lỡ một cơ hội để gặp gỡ bạn bè.	2,91	1,00
Khi tôi có điều gì thú vị nhất định tôi phải chia sẻ trên mạng (cập nhật trạng thái...).	2,66	1,04
Tôi buồn khi bỏ lỡ một cuộc gặp gỡ có hẹn trước.	3,05	1,01
Khi đi nghỉ mát tôi vẫn theo dõi những gì bạn bè đang làm.	2,82	1,04
Điểm trung bình chung	28,52	7,56

Ghi chú: M: Trung bình của tổng điểm; SD: Độ lệch chuẩn.

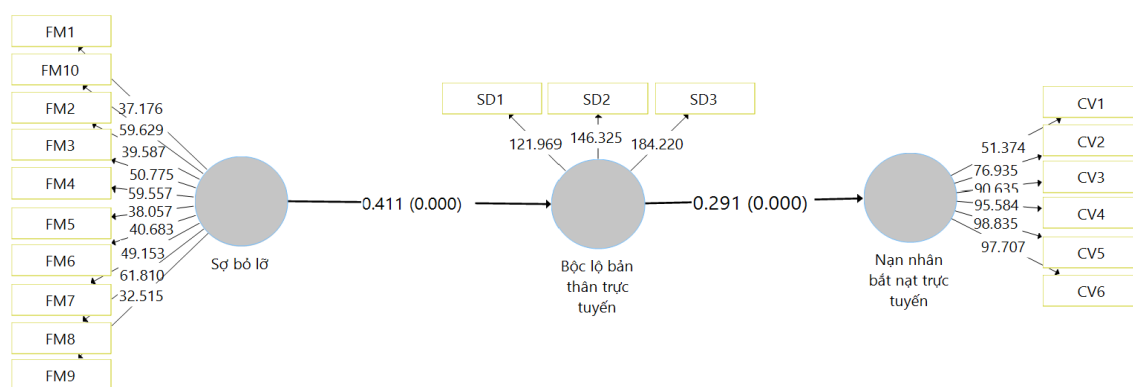
Bảng 2 mô tả các biểu hiện của nỗi sợ bỏ lỡ và mức độ nỗi sợ bỏ lỡ của sinh viên. Theo dữ liệu ở bảng 2, các biểu hiện của nỗi sợ bỏ lỡ có điểm trung bình dao động từ 2,62 đến 3,05 và mức độ nỗi sợ bỏ lỡ của sinh viên là $M = 28,52$ và $SD = 7,56$.

So sánh mức độ nỗi sợ bỏ lỡ của sinh viên theo biến số giới tính cho thấy, mức độ nỗi sợ bỏ lỡ của sinh viên nam là $M = 28,4$ ($SD = 7,99$) và mức độ nỗi sợ bỏ lỡ của sinh viên nữ là

$M = 28,6$ ($SD = 7,31$). Kiểm định hai mẫu độc lập cho thấy không có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê về mức độ sợ bỏ lỡ giữa sinh viên nam và sinh viên nữ với $t_{(1533)} = -0,66$, $p > 0,05$.

3.2. *Mối quan hệ giữa nỗi sợ bỏ lỡ, hành vi bộc lộ bản thân trực tuyến và tần suất trở thành nạn nhân bắt nạt trực tuyến ở sinh viên*

Hình 1 mô tả mối quan hệ giữa nỗi sợ bỏ lỡ, hành vi bộc lộ bản thân trực tuyến và tần suất trở thành nạn nhân bắt nạt trực tuyến của sinh viên. Có thể thấy, mức độ nỗi sợ bỏ lỡ có khả năng dự đoán thuận chiều và đáng kể hành vi bộc lộ bản thân trực tuyến của sinh viên với $\beta = 0,411$ và $p < 0,001$; đồng thời, hành vi bộc lộ bản thân trực tuyến có khả năng dự đoán thuận chiều và đáng kể tần suất trở thành nạn nhân bắt nạt trực tuyến với $\beta = 0,291$ và $p < 0,001$. Tác động gián tiếp từ nỗi sợ bỏ lỡ đến tần suất trở thành nạn nhân bắt nạt trực tuyến thông qua hành vi bộc lộ bản thân trực tuyến là đáng kể $\beta = 0,12$ và $p < 0,001$. Kết quả này cho thấy hành vi bộc lộ bản thân trực tuyến có vai trò trung gian trong mối quan hệ giữa nỗi sợ bỏ lỡ và tần suất trở thành nạn nhân bắt nạt trực tuyến ở sinh viên Việt Nam.



Hình 1: *Vai trò trung gian của hành vi bộc lộ bản thân trực tuyến trong mối quan hệ giữa nỗi sợ bỏ lỡ và tần suất trở thành nạn nhân bắt nạt trực tuyến ở sinh viên*

4. Bàn luận

Kết quả nghiên cứu này cho thấy sinh viên Việt Nam có mức độ nỗi sợ bỏ lỡ không cao. Phát hiện này tương đồng với phát hiện của Qutishat và Sharour (2019) trên mẫu sinh viên tại Oman. Cùng sử dụng thang đo nỗi sợ bỏ lỡ của Przybylski và cộng sự (2013), mức độ nỗi sợ bỏ lỡ của sinh viên trong nghiên cứu của chúng tôi thấp hơn so với mẫu sinh viên Oman (Qutishat, 2020), nhưng mức độ nỗi sợ bỏ lỡ ở sinh viên trong mẫu nghiên cứu của chúng tôi lại cao hơn so với mức độ nỗi sợ bỏ lỡ được tìm thấy trong mẫu sinh viên Hoa Kỳ (Adams và cộng sự, 2020) và mẫu sinh viên Thổ Nhĩ Kỳ (Deniz, 2021).

Các nghiên cứu trước đây cũng chỉ ra rằng có sự khác biệt về mức độ nỗi sợ bỏ lỡ giữa giới nam và giới nữ (Alabri, 2022; Przybylski và cộng sự, 2013; Qutishat, 2020). Khác với các nghiên cứu trước đây, nghiên cứu của chúng tôi cho thấy không có sự chênh lệch có ý nghĩa thống kê về mức độ sợ bỏ lỡ giữa nhóm sinh viên nam và nhóm sinh viên nữ. Theo các nghiên cứu trước đây, cách sử dụng điện thoại thông minh, mức độ sử dụng mạng xã hội và nhu cầu thuộc về là những yếu tố có thể liên quan đến sự khác biệt giới tính về

mức độ nỗi sợ bỏ lỡ (Alabri, 2022; Przybylski và cộng sự, 2013; Qutishat, 2020). Tuy nhiên, nghiên cứu của chúng tôi đã không điều tra những yếu tố có thể liên quan đến thực trạng này. Điều này gợi ý rằng, các nghiên cứu trong tương lai cần cân nhắc điều tra các yếu tố có thể giải thích sự khác biệt giới tính về mức độ nỗi sợ bỏ lỡ như cách sử dụng điện thoại thông minh, nhu cầu thuộc về và mức độ sử dụng các trang mạng xã hội của sinh viên.

Giống với các nghiên cứu trước đây (Sultan, 2021; Van der Schyff và Flowerday, 2023), nghiên cứu này chỉ ra rằng nỗi sợ bỏ lỡ có liên quan đến sự gia tăng mức độ hành vi bộc lộ bản thân trực tuyến. Việc sử dụng các trang mạng xã hội và chứng nghiệm các trang mạng xã hội có thể trở thành yếu tố giải thích con đường từ nỗi sợ bỏ lỡ đến hành vi bộc lộ bản thân trực tuyến (Sultan, 2021; Van der Schyff và Flowerday, 2023).

Bên cạnh đó, nghiên cứu này tìm thấy rằng hành vi bộc lộ bản thân trực tuyến có liên quan đến sự gia tăng tần suất trở thành nạn nhân bắt nạt trực tuyến trong mẫu sinh viên Việt Nam. Phát hiện này tương đồng với những phát hiện trước đây trên mẫu trẻ em và thiếu niên tại Israel (Aizenkot, 2020) và trên mẫu thanh thiếu niên tại Việt Nam (Ho và Nguyen, 2023). Những cá nhân có hành vi bộc lộ bản thân trực tuyến cao có thể làm tăng tần suất trở thành nạn nhân bắt nạt trực tuyến do thủ phạm trực tuyến có thể dễ dàng tìm kiếm và sử dụng những thông tin của nạn nhân để gây bất lợi hoặc làm hại họ (Aizenkot, 2020; Ho và Nguyen, 2023).

Cuối cùng, nghiên cứu này tìm thấy rằng hành vi bộc lộ bản thân trực tuyến là yếu tố trung gian trong mối quan hệ giữa nỗi sợ bỏ lỡ và tần suất trở thành nạn nhân bắt nạt trực tuyến trong sinh viên Việt Nam. Phát hiện này giống với các nghiên cứu trước đây về mối quan hệ giữa nỗi sợ bỏ lỡ và hành vi bộc lộ bản thân trực tuyến (Sultan, 2021; Van der Schyff và Flowerday, 2023), và giữa hành vi bộc lộ bản thân trực tuyến và tần suất trở thành nạn nhân bắt nạt trực tuyến (Aizenkot, 2020; Ho và Nguyen, 2023). Có thể thấy hành vi bộc lộ bản thân trực tuyến là cơ chế quan trọng trên con đường từ nỗi sợ bỏ lỡ đến việc sự gia tăng tần suất trở thành nạn nhân bắt nạt trực tuyến ở sinh viên Việt Nam. Theo các nghiên cứu trước, những sinh viên có mức độ nỗi sợ bỏ lỡ cao có xu hướng bộc lộ bản thân trực tuyến cao hơn do tăng cường các tương tác trực tuyến nhằm giảm cảm giác khó chịu và căng thẳng (Van der Schyff và Flowerday, 2023; Wang và cộng sự, 2023; Brailovskaia và Margraf, 2024); sau đó, mức độ bộc lộ bản thân trực tuyến cao có thể khiến sinh viên có nguy cơ trở thành nạn nhân bắt nạt trực tuyến cao hơn (Aizenkot, 2020; Ho và Nguyen, 2023). Tìm thấy vai trò trung gian của hành vi bộc lộ bản thân trực tuyến trong mối quan hệ giữa nỗi sợ bỏ lỡ và tần suất trở thành nạn nhân bắt nạt trực tuyến trong sinh viên Việt Nam là một điểm mới của nghiên cứu này. Đây là phát hiện chưa từng được tìm thấy trong các nghiên cứu trước đây; trong khi các mối quan hệ riêng lẻ giữa nỗi sợ bỏ lỡ và hành vi bộc lộ bản thân trực tuyến, giữa hành vi bộc lộ bản thân trực tuyến và tần suất trở thành nạn nhân bắt nạt trực tuyến đã được xác lập trong tài liệu. Phát hiện này gợi ý rằng, việc cải thiện nỗi sợ bỏ lỡ, hạn chế và kiểm soát thông tin chia sẻ trên các nền tảng trực tuyến có thể hữu ích trong việc giảm tần suất trở thành nạn nhân bắt nạt trực tuyến ở sinh viên.

5. Kết luận

Sử dụng mẫu gồm 1.534 sinh viên tại hai trường đại học ở miền Trung và Tây Nguyên Việt Nam, nghiên cứu này tìm thấy nỗi sợ bỏ lỡ của sinh viên ở mức trung bình và không có sự khác biệt về mức độ sợ bỏ lỡ giữa nhóm sinh viên nam và sinh viên nữ. Quan trọng hơn, nghiên cứu này tìm thấy rằng hành vi bộc lộ bản thân trực tuyến đóng vai trò

trung gian trong mối quan hệ giữa nỗi sợ bỏ lỡ và tần suất trở thành nạn nhân bắt nạt trực tuyến ở sinh viên Việt Nam. Đây là những phát hiện mới, có ý nghĩa thực tiễn quan trọng. Nghiên cứu đã chỉ ra mức độ nỗi sợ bỏ lỡ ở sinh viên; đồng thời, nó cũng cho biết con đường và cách thức mà nỗi sợ bỏ lỡ liên quan đến tần suất trở thành nạn nhân bắt nạt trực tuyến trong sinh viên. Những phát hiện của nghiên cứu này cũng cho thấy sự cần thiết phải giảm mức độ sợ bỏ lỡ và giảm hành vi bộc lộ bản thân trực tuyến nhằm phòng ngừa và hạn chế nguy cơ trở thành nạn nhân bắt nạt trực tuyến trong sinh viên. Theo đó, để phòng ngừa và hạn chế nguy cơ trở thành nạn nhân bắt nạt trực tuyến ở sinh viên, một trong những biện pháp cần tập trung là tìm phương thức cải thiện nỗi sợ bỏ lỡ, hạn chế việc thể hiện bản thân và chia sẻ thông tin cá nhân trên mạng xã hội. Tuy nhiên, nghiên cứu còn tồn tại một số hạn chế do thiết kế nghiên cứu cắt ngang và mẫu không cân đối theo giới tính. Các nghiên cứu tương lai cần xem xét khắc phục những hạn chế của nghiên cứu này.

Lời cảm ơn: Nghiên cứu này được tài trợ bởi Quỹ Phát triển khoa học và công nghệ Quốc gia (NAFOSTED) trong đề tài mã số 501.02-2023.01.

Tài liệu tham khảo

- Adams, S. K., Murdock, K. K., Daly-Cano, M., & Rose, M. (2020). Sleep in the social world of college students: bridging interpersonal stress and fear of missing out with mental health. *Behavioral Sciences*, 10(2), 54. <https://doi.org/10.3390/bs10020054>.
- Aizenkot, D. (2020). Social networking and online self-disclosure as predictors of cyberbullying victimization among children and youth. *Children and Youth Services Review*, 119(1), 105695.
- Al-Furaih, S. A. A., & Al-Awidi, H. M. (2021). Fear of missing out (FoMO) among undergraduate students in relation to attention distraction and learning disengagement in lectures. *Education and Information Technologies*, 26(2), 2355-2373. <https://doi.org/10.1007/s10639-020-10361-7>.
- Alabri, A. (2022). Fear of Missing Out (FOMO): the effects of the need to belong, perceived centrality, and fear of social exclusion. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 2022, 1-12.
- Alt, D. (2017). Students' social media engagement and fear of missing out (FoMO) in a diverse classroom. *Journal of Computing in Higher Education*, 29(2), 388-410. <https://doi.org/10.1007/s12528-017-9149-x>.
- Brailovskaia, J., & Margraf, J. (2024). From fear of missing out (FoMO) to addictive social media use: The role of social media flow and mindfulness. *Computers in Human Behavior*, 150, 107984. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2023.107984>.
- Deniz, M. (2021). Fear of missing out (FoMO) mediate relations between social self-efficacy and life satisfaction. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 34(1), 28. <https://doi.org/10.1186/s41155-021-00193-w>.
- Do, A. D., & Nguyen, T. D. (2022). Factors affecting phubbing of students in the context of COVID-19. *V MOST Journal of Social Sciences and Humanities*, 64(3), 27-36. [https://doi.org/10.31276/VMOSTJOSSH.64\(3\).27-36](https://doi.org/10.31276/VMOSTJOSSH.64(3).27-36).
- Ercan & Kan. (2004). Reliability and validity in the scales. *Uludag Medical Journal*, 30(3), 211-216.
- Gong, Z., Lv, Y., Jiao, X., Liu, J., Sun, Y., & Qu, Q. (2022). The relationship between COVID-19-related restrictions and fear of missing out, problematic smartphone use, and mental health in college students: The moderated moderation effect of resilience and social support. *Frontiers in Public Health*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.986498>.
- Gupta, M., & Sharma, A. (2021). Fear of missing out: A brief overview of origin, theoretical underpinnings and relationship with mental health. *World Journal of Clinical Cases*, 9(19), 4881-4889. <https://doi.org/10.12998/wjcc.v9.i19.4881>.

- Hair, J. F., Risher, J. J., Sarstedt, M., & Ringle, C. M. (2019). When to use and how to report the results of PLS-SEM. *European Business Review*, 31(1), 2-24. <https://doi.org/10.1108/EBR-11-2018-0203>.
- Ho, T. T. Q., & Nguyen, H. T. (2023). Self-disclosure on social networking sites, loneliness and psychological distress among adolescents: The mediating effect of cyber victimization. *European Journal of Developmental Psychology*, 20(1), 172-188. <https://doi.org/10.1080/17405629.2022.2068523>.
- Lee, K.-T., Noh, M.-J., & Koo, D.-M. (2013). Lonely people are no longer lonely on social networking sites: the mediating role of self-disclosure and social support. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 16(6), 413-418. <https://doi.org/10.1089/cyber.2012.0553>.
- McKee, P. C., Budnick, C. J., Walters, K. S., & Antonios, I. (2022). College student Fear of Missing Out (FoMO) and maladaptive behavior: Traditional statistical modeling and predictive analysis using machine learning. *PLOS ONE*, 17(10), e0274698. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0274698>.
- Nguyen, H. T., & Ho, T. T. Q. (2022). Online self-disclosure and well-being among Vietnamese adolescents: online social support as a mediator. *Mental Health and Social Inclusion*, 26(4), 339-346.
- Patchin, J. W., & Hinduja, S. (2010). Cyberbullying and Self-Esteem. *Journal of School Health*, 80(12), 614-621. <https://doi.org/10.1111/j.1746-1561.2010.00548.x>.
- Pham, T. T. H. (2023). Adaptation of the Trait-State Fear of Missing Out Scale in Vietnam Sample of University Students. *Hnue Journal of Science*, 68(4), 163-176.
- Phạm Thị Thu Ba & Trần Quỳnh Anh. (2016). Bắt nạt qua mạng ở học sinh trung học phổ thông và một số yếu tố liên quan. *Tạp chí Nghiên cứu Y học*, 104(6).
- Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in Human Behavior*, 29(4), 1841-1848.
- Qutishat, M. G. (2020). Gender Differences in Fear of Missing out Experiences among Undergraduate Students in Oman. *New Emirates Medical Journal*, 02, 3-7.
- Qutishat, M., & Sharour, L. A. (2019). Relationship Between Fear of Missing Out and Academic Performance Among Omani University Students: A Descriptive Correlation Study. *Oman Medical Journal*, 34(5), 404-411. <https://doi.org/10.5001/omj.2019.75>.
- Shoib, S., Philip, S., Bista, S., Saeed, F., Javed, S., Ori, D., ... Chandradasa, M. (2022). Cyber victimization during the COVID-19 pandemic: A syndemic looming large. *Health Science Reports*, 5(2), 1-3.
- Sultan, A. J. (2021). Fear of missing out and self-disclosure on social media: the paradox of tie strength and social media addiction among young users. *Young Consumers*, 22(4), 555-577. <https://doi.org/10.1108/YC-10-2020-1233>.
- Sun, C., Sun, B., Lin, Y., & Zhou, H. (2022). Problematic Mobile Phone Use Increases with the Fear of Missing Out Among College Students: The Effects of Self-Control, Perceived Social Support and Future Orientation. *Psychology Research and Behavior Management*, 15, 1-8. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S345650>.
- van der Schyff, K., & Flowerday, S. (2023). The mediating role of perceived risks and benefits when self-disclosing: A study of social media trust and FoMO. *Computers & Security*, 126, 103071.
- Wang, L., Zhou, X., Song, X., Gan, X., Zhang, R., Liu, X.,... Becker, B. (2023). Fear of missing out (FOMO) associates with reduced cortical thickness in core regions of the posterior default mode network and higher levels of problematic smartphone and social media use. *Addictive Behaviors*, 143, 107709.
- Wheless, L. R., & Grotz, J. (1976). Conceptualization and measurement of reported self-disclosure. *Human Communication Research*, 2(4), 338-346. <https://doi.org/10.1111/j.14682958.1976.tb00494.x>.
- Wireko, J. K. (2019). Internet Addiction and Fear of Missing Out. In *Gender Gaps and the Social Inclusion Movement in ICT* (pp. 253-268). IGI Global. <https://doi.org/10.4018/978-1-5225-7068-4.ch013>.
- Wong, K. K.-K. (2013). Partial Least Squares Structural Equation Modeling (PLS-SEM) Techniques Using SmartPLS. *Marketing Bulletin*, 24, 1-32.