

TỪ TỦ SÁCH GIA ĐÌNH ĐẾN ĐIỆN THOẠI THÔNG MINH (SMARTPHONE): XUNG ĐỘT GIA ĐÌNH VIỆT NAM TRONG THẾ GIỚI THỰC VÀ ẢO

ĐINH HỒNG HẢI^(*)

Phân loại ngành: Sử học-Khảo cổ học-Dân tộc học/Nhân học

Tóm tắt: Gia đình từ lâu đã được coi là tế bào, là nền tảng cốt lõi của xã hội phương Đông nói chung và xã hội Việt Nam nói riêng. Xuyên suốt lịch sử, cấu trúc và giá trị gia đình đã trải qua những thay đổi sâu sắc. Gần đây, chúng đang thay đổi nhanh chóng do công nghệ hiện đại, đặc biệt là ảnh hưởng của điện thoại thông minh. Tại sao một thiết bị hữu ích lại trở nên quyền lực đến vậy? Tại sao con người lại “tự nguyện” phá vỡ những khuôn mẫu truyền thống? Để trả lời những câu hỏi này, bài viết đưa ra một góc nhìn so sánh về quá trình chuyển đổi từ “thư viện gia đình” - biểu tượng của các giá trị và lễ nghi gia đình truyền thống - sang “thời đại điện thoại thông minh”. Sự thống trị của điện thoại thông minh và thế giới ảo đối với đời sống gia đình đã tạo ra những lợi ích không thể phủ nhận nhưng cũng gây ra những tác hại khôn lường cho cả cha mẹ và con cái. Bằng cách tham khảo kinh nghiệm quản lý điện thoại thông minh ở một số quốc gia trên thế giới, nghiên cứu này đề xuất một số hướng đi và giải pháp cụ thể để bảo vệ các giá trị gia đình Việt Nam trong bối cảnh chuyển đổi số bằng cách sử dụng biểu tượng truyền thống của gia đình trí thức: giá sách.

Từ khóa: Điện thoại thông minh; Gia đình; Tủ sách gia đình; Xung đột gia đình.

FROM FAMILY BOOKSHELVES TO SMARTPHONES: VIETNAMESE FAMILY CONFLICTS IN THE REAL AND VIRTUAL WORLD

Abstract: The family has always been considered the cell, the core foundation of Eastern society in general and Vietnamese society in particular. Throughout history, the structure and values of the family have undergone profound changes. Recently, they have been changing rapidly due to modern technology, especially the influence of smartphones. Why does a useful device become so powerful? Why do people “voluntarily” break with traditional patterns? To answer these questions, this article offers a comparative perspective on the transition from the “family library”-a symbol of traditional family values and etiquette-to the “smartphone era”. The dominance of smartphones and the virtual world over family life have created undeniable benefits but also immeasurable harm to both parents and children. By referring to the smartphone management experiences in several countries around the world, this study proposes some specific directions and solutions to protect Vietnamese family values in the context of digital transformation using the traditional symbol of the intellectual family: the bookshelves.

Keywords: Family; Family bookshelves; Family conflicts; Smartphones.

^(*) Trường Đại học Khoa học Xã hội và Nhân văn, Đại học Quốc gia Hà Nội.

Ngày nhận bài: 09/4/2026; Ngày gửi phản biện: 10/4/2026; Ngày sửa chữa: 21/5/2026; Ngày duyệt đăng bài: 08/6/2026.

1. Đặt vấn đề

Các nghiên cứu về gia đình trong bối cảnh số cho thấy sự chuyển dịch từ mô hình gia đình dựa trên giao tiếp trực tiếp, đồng hiện diện, sang mô hình gia đình tương tác thông qua trung gian bởi thiết bị kết nối và mạng xã hội (Qian & Hu, 2024; Le, 2022). Ở Việt Nam, internet và smartphone trở thành hạ tầng thiết yếu, vừa mở rộng khả năng duy trì liên lạc gia đình, vừa làm suy giảm chất lượng giao tiếp mặt đối mặt và làm sâu sắc thêm khoảng cách thế hệ. Trong nhiều xã hội châu Á có nền tảng Nho giáo và Phật giáo như Việt Nam, giá trị truyền thống như hiếu kính, sự hòa thuận, vai trò quyền uy của cha mẹ vẫn quan trọng nhưng đang được “tái định nghĩa” cùng với các giá trị mới như tự chủ cá nhân, bình đẳng giới, tối đa hóa cơ hội giáo dục và kinh tế (Issina et al., 2025). Về mặt hình thức, cấu trúc gia đình hạt nhân, gia đình đơn thân, sống thử, v.v. gia tăng, song ngay cả trong các gia đình còn duy trì mô hình đa thế hệ, nội dung và chuẩn mực giao tiếp cũng thay đổi mạnh dưới tác động của đời sống số.

Các khung tiếp cận gần đây nhấn mạnh cần nhìn “gia đình số” như một hệ sinh thái đa tầng: ở tầng vi mô là thực hành thường ngày (ai dùng điện thoại thế nào, trong bữa cơm làm gì); ở tầng trung gian là các cộng đồng, nền tảng trực tuyến dành cho cha mẹ, cho con cái; và ở tầng vĩ mô là các chính sách, định hướng xây dựng “xã hội số” (digital society) quốc gia (Qian & Hu, 2024). Việt Nam đặt mục tiêu trở thành “quốc gia số” trước năm 2030, với các trụ cột kinh tế số, chính phủ số, văn hóa số, xã hội số; điều này khiến gia đình không chỉ là đối tượng chịu tác động mà còn được kêu gọi trở thành chủ thể thích ứng sáng tạo, gìn giữ bản sắc trong điều kiện số hóa toàn diện.

Để có thể tiếp cận các xung đột nói trên, chúng tôi sử dụng lý thuyết “xung đột - điều chỉnh” thường được đề cập trong bối cảnh Tư pháp quốc tế và xã hội học pháp luật khi giải quyết các xung đột luật pháp, hôn nhân/gia đình có yếu tố nước ngoài hoặc sự điều chỉnh các mâu thuẫn trong gia đình thông qua các quy phạm pháp luật (Cheatham, 1945). Trong đó, điều chỉnh (adjustment) là cơ chế sử dụng quy phạm pháp luật (quy phạm xung đột) để lựa chọn hệ thống pháp luật áp dụng nhằm giải quyết xung đột đó, hoặc các biện pháp điều hòa, hòa giải mâu thuẫn giữa xã hội ảo và gia đình Việt Nam.

Xung đột chuẩn mực (normative conflict) là thang giá trị Nho giáo (tôn ti, kín đáo đời tư, quyền uy phụ huynh) va chạm với văn hóa biểu đạt cá nhân, “kinh tế chú ý” và tính lan truyền của mạng xã hội (công khai đời tư, tranh luận mở, “kinh tế lượt thích - like economy”). Các phân tích về tác động của Nho giáo tại Việt Nam cho thấy giá trị “tề gia” đặt nặng sự hòa thuận - trật tự, dễ “vấp” môi trường bình luận tự do/lập luận phê bình trên mạng. Trong khi đó, xung đột thế hệ/kỹ năng số (intergenerational digital skills) là sự chênh lệch kỹ năng số khiến phụ huynh khó “đọc” đời sống số của con (ứng dụng, cộng đồng, mã hóa ngôn ngữ Gen Z), trong khi trẻ vị thành niên lại dễ tổn thương trước rủi ro (bắt nạt mạng, lạm dụng, lộ dữ liệu). UNICEF ghi nhận khoảng 1/5 trẻ em vị thành niên Việt Nam từng là nạn nhân bắt nạt trên mạng và khoảng 3/4 không biết tìm hỗ trợ ở đâu, một chỉ báo “đứt gãy hỗ trợ” giữa gia đình, nhà trường và hệ thống trợ giúp (UNICEF, 2026).

Cùng với các xung đột nêu trên, xung đột thời gian/chú ý (attention conflict) chính là thời lượng trực tuyến cao dịch chuyển quỹ thời gian đối thoại gia đình hay đọc sách

sang tiêu thụ nội dung số; sự gián đoạn chú ý (notifications, auto-play) làm giảm “mạch dài” của hoạt động đọc và học truyền thống trong gia đình. Báo cáo *Digital 2024: Vietnam* cùng các phân tích thị trường truyền thông chỉ ra mức tiêu thụ video ngắn và nội dung giải trí cao trên YouTube, TikTok, Facebook, tạo “cạnh tranh chú ý” trực tiếp với sinh hoạt chung gia đình (Digital Marketing AI, 2024). Dựa trên số liệu cập nhật về mức độ thâm nhập Internet/mạng xã hội, báo cáo chính sách quốc gia về bảo vệ trẻ em trên môi trường mạng, cùng các nghiên cứu thực nghiệm về bắt nạt trực tuyến và bất bình đẳng số, bài viết chỉ ra các vấn đề trọng tâm sau:

(i) Xã hội ảo mở ra cơ hội học tập suốt đời nhưng đồng thời gây ra các dạng xung đột mới;

(ii) Nhà trường giữ vai trò “bản lề” giữa gia đình và môi trường số;

(iii) Cần gói giải pháp đa tầng - từ “hiến ước gia đình số” đến chuẩn năng lực số học đường (từ thu hẹp chia cắt số đến cơ chế trách nhiệm nền tảng để dung hòa truyền thống hiếu học với hiện đại hóa đời sống số).

Qua đó, đưa ra một góc nhìn và giải pháp mới cho gia đình Việt Nam trước thực trạng nói trên. Bao gồm: 1) Nhóm giải pháp phục hồi “Giờ vàng gia đình”, khuyến khích các gia đình thiết lập khung giờ “không thiết bị số” (thường là trong bữa tối hoặc 1 tiếng trước khi đi ngủ) để trò chuyện và kết nối. 2) Xây dựng “Tủ sách gia đình” hiện đại, kết hợp văn hóa đọc sách giấy với việc cùng nhau thảo luận, giúp trẻ hình thành tư duy phản biện thay vì thụ động tiếp nhận thông tin từ video ngắn (TikTok, Reels). Suy cho cùng, smartphone là thành tựu của văn minh, nhưng gia đình là gốc rễ của văn hóa. Chúng ta không bài trừ công nghệ, nhưng cần xác lập lại vị thế của nó. Smartphone phải là công cụ để phục vụ sự kết nối gia đình chứ không phải là bức tường ngăn cách các trái tim.

2. Tủ sách trong các gia đình trí thức truyền thống

Trong đời sống văn hóa của các gia đình trí thức truyền thống Việt Nam giai đoạn cận hiện đại¹, sách không chỉ là nguồn tri thức mà còn là một biểu tượng của học vấn, đạo đức và địa vị xã hội. Trước khi hệ thống giáo dục hiện đại phát triển rộng rãi, việc sở hữu và gìn giữ sách trong gia đình thường gắn với truyền thống hiếu học, với các dòng họ khoa bảng và với những gia đình coi trọng việc học hành vốn chiếm tỉ lệ vô cùng ít ỏi. Đầu thế kỷ XX, vẫn có tới 90 - 95% dân số Việt Nam mù chữ (Thanh Hằng, 2021), tủ sách gia đình ở đây quý hiếm như một loại “kim cương trí tuệ.” Trong bối cảnh đó, tủ sách gia đình không đơn thuần là nơi lưu giữ sách vở mà còn là một không gian văn hóa đặc biệt, nơi tri thức được tích lũy, truyền thừa và tái sinh giá trị qua nhiều thế hệ.

Tủ sách trong các gia đình truyền thống, theo đó, đóng vai trò như một tác nhân dẫn dắt con người, gia đình và xã hội hướng tới tương lai thông qua nguồn tri thức quý báu đó. Nói cách khác, ý nghĩa của tủ sách gia đình trong cấu trúc văn hóa chính là bộ não của xã hội truyền thống. Tủ sách gia đình Việt Nam thường bao gồm các loại sách khác nhau như kinh điển Nho-Y-Lý-Số, sách sử, sách văn chương, sách dạy đạo lý, gia phả hoặc các văn bản chép tay. Những cuốn sách này không chỉ phục vụ việc học tập và thi cử mà còn góp phần hình thành những chuẩn mực đạo đức, lối sống và thế giới quan của các thành viên trong gia đình.

¹ Chúng tôi tập trung vào phạm vi thời gian này vì tủ sách gia đình là một sự ảnh hưởng của văn hóa phương Tây (khác với hòm sách của các nhà nho xưa).

Trong nhiều trường hợp, tủ sách còn gắn liền với truyền thống khoa bảng và lịch sử của một dòng họ. Việc lưu giữ sách, chép sách và truyền lại sách cho thế hệ sau trở thành một cách duy trì ký ức gia đình và khẳng định bản sắc văn hóa của dòng tộc. Vì vậy, tủ sách gia đình chính là một không gian tri thức, nơi các giá trị văn hóa, học thuật và đạo đức được bảo tồn và tiếp nối qua nhiều thế hệ. Khi chữ Quốc ngữ được phổ cập, số lượng người biết chữ tăng lên. Hiện tại tỉ lệ người biết chữ trong độ tuổi 15-60 ở Việt Nam đạt 97,85%, trong đó nhóm tuổi 15-35 đạt 99,3%, tính đến năm 2020 (Thanh Hằng, 2021). Số người biết chữ tăng tạo nên một sự thay đổi lớn đối với việc tiếp nhận và tiếp nối tri thức.

Qua đó có thể thấy, “sách vở” không chỉ là công cụ truyền tải tri thức mà còn là biểu tượng của nền giáo dục và đạo đức gia đình. Vẻ đẹp của gia đình Việt xưa nằm ở sự kết nối trực tiếp bằng sự tôn nghiêm của gia phong. Việc giáo dục con cái thông qua những bài học đạo đức trong sách “thánh hiền”, qua những câu chuyện kể bên hiên nhà tạo sự gắn kết với nhau qua những hoạt động cụ thể qua bữa ăn gia đình, chăm sóc ruộng vườn, đọc sách hoặc trao đổi trực tiếp. Đây chính là mối dây tạo nên hệ giá trị bền vững của lòng hiếu thảo, tôn ti trật tự, kính trên nhường dưới được duy trì nhờ sự hiện diện trọn vẹn về cả sự hiện diện vật lý lẫn tinh thần của mỗi cá nhân trong không gian sống chung.

Trong cấu trúc đó, “sách vở” chính là biểu tượng của tri thức, gia phong và nhịp sống chậm, những yếu tố đã tạo nên nền tảng văn hóa gia đình qua nhiều thế hệ. Giờ đây, tri thức qua sách vở không còn quý hiếm như “kim cương” nữa mà đã trở thành một phần quan trọng như nước uống hay không khí để thở. Từ đây, tủ sách trong đời sống gia đình mang chức năng giáo dục và hình thành nhân cách của các thế hệ tiếp theo. Khi con người trực tiếp đối diện với “smartphone”, biểu tượng của kết nối tức thời, cá nhân hóa, thuật toán hóa trải nghiệm. Sự xung đột không chỉ nằm ở khác biệt công cụ mà ở logic văn hóa: một bên đề cao tích lũy sâu, nội dung được gia đình gạn lọc và trao truyền lại. Ở phía đối diện là sự “vận hành theo cơ chế dòng chảy thông tin vô hạn, do thuật toán và thị trường quyết định ưu tiên hiển thị” (Maihasni et al., 2025). Đây chính là một thời đại mới với vô số tác động của xã hội ảo, đặc biệt là sự xâm lăng của smartphone.

3. Sự “xâm lăng” của smartphone ở Việt Nam và một số quốc gia tương đồng văn hóa

Trong vòng chưa đầy ba thập niên kể từ khi kết nối mạng internet (1997), Việt Nam đã bước vào nhóm quốc gia có “mật độ số” cao nhất châu Á. Tính tới đầu năm 2024, ước có 78,44 triệu người dùng internet (79,1% dân số), 72,70 triệu người dùng mạng xã hội (73,3% dân số), và 168,5 triệu kết nối di động đang hoạt động ($\approx 170\%$ dân số). Những số liệu này phác họa nền sinh hoạt thường nhật mà giao tiếp, giải trí, mua sắm, học tập, thậm chí hành chính công, v.v. ngày càng chịu ảnh hưởng sâu rộng của nền tảng số. Thời gian trực tuyến bình quân của người dùng Việt Nam cao và mạng xã hội đã trở thành “không gian xã hội thứ hai”, tạo áp lực phải thích nghi cho mọi đơn vị xã hội, trước hết là gia đình, tế bào cơ bản của xã hội Việt Nam (Digital Marketing AI, 2024).

Mặt khác, cấu trúc và đạo lý gia đình Việt Nam vẫn chịu ảnh hưởng bền bỉ của Nho giáo (tôn ti, hiếu đễ, đề cao trách nhiệm cha mẹ - con cái, trong đó học tập/đạo đức là trục chính). Nhiều tông thuật học thuật cho thấy các chuẩn tắc này không tan biến trong hiện đại hóa mà chuyển hóa theo những hình thái mới, tạo nên “vùng căng” giữa truyền thống

và các giá trị mới (cá nhân hóa, tự do biểu đạt, minh bạch đời tư) mà môi trường số thúc đẩy. Các nghiên cứu tại Việt Nam và khu vực cho thấy lạm dụng internet liên quan đến các vấn đề sức khỏe tâm thần như lo âu, trầm cảm, rối loạn giấc ngủ, cùng với cảm giác bị cô lập trong chính gia đình mình (Le, 2022; Mehrabadi et al., 2025). Ở Pakistan, phân tích hiện tượng “cách mạng kỹ thuật số” trong gia đình cho thấy thanh niên dễ hình thành khoảng cách tâm lý với cha mẹ, suy giảm niềm tin và gắn bó, khi thế giới giá trị của họ ngày càng được “định dạng” bởi truyền thông số hơn là bởi gia đình (Khan và cộng sự, 2024).

Trong bối cảnh Việt Nam, khảo sát với thanh niên cho thấy công nghệ giúp họ duy trì liên lạc thường xuyên với cha mẹ khi đi học, đi làm xa - 61,7% thành viên gia đình tiếp tục coi trọng tương tác trực tiếp mặt đối mặt, đặc biệt trong khi ăn tối như cơ hội để nói chuyện và chia sẻ kinh nghiệm (Nguyen, 2025). Điều này hàm ý gia đình đang dần mất vị thế độc tôn là “bến đỗ cảm xúc” duy nhất, trong khi vai trò thay thế của không gian ảo lại không đảm bảo được chiều sâu và an toàn như các mối quan hệ thực. Trong bối cảnh đó, điện thoại thông minh bước vào gia đình như một “vị khách không mời” nhưng nhanh chóng chiếm vị trí trung tâm, tạo ra một sự chuyển đổi sâu sắc đối với hành vi giao tiếp.

Tiện ích không thể phủ nhận là smartphone giúp kết nối liên lạc tức thời (đặc biệt với các thành viên đi làm xa), hỗ trợ học tập trực tuyến, cập nhật kiến thức y tế, giáo dục và giải trí đa dạng. Nhưng chính sự cuốn hút của smartphone lại tạo nên một sự “ngắt kết nối” giữa cha mẹ và con cái. Smartphone làm giảm thời gian trò chuyện trực tiếp, gia tăng “im lặng đồng hiện diện” mỗi người một màn hình, một thế giới riêng (Le, 2022). Không gian cá nhân hóa do xã hội ảo tạo ra “bong bóng” riêng cho từng cá nhân phù hợp với các phát hiện về việc mỗi thành viên lựa chọn nền tảng, nhóm bạn, nội dung khác nhau, khiến sự đồng bộ về trải nghiệm và vốn văn hóa chung trong gia đình suy giảm (Nurhaliza & Savandha, 2025; Issina et al., 2025).

Một căn bệnh mới của xã hội công nghệ đã hình thành, đó là chứng nghiện smartphone ở trẻ (Kwak et al., 2018; Sheinov, 2025). Ở chiều ngược lại, sự thiếu quan tâm cảm xúc, xung đột dai dẳng và “nghiện smartphone” của chính cha mẹ được chứng minh là yếu tố dự báo mạnh đối với lệ thuộc thiết bị ở con. Tại Hàn Quốc, nghiên cứu trên hơn 1.100 học sinh trung học cho thấy sự mất kết nối với cha mẹ liên quan rõ rệt đến nghiện smartphone; mối quan hệ này được trung gian một phần bởi sự trực tiếp trong quan hệ với thầy cô và bạn học (Kwak et al., 2018). Trẻ em bị bỏ mặc có xu hướng tìm kiếm bù đắp trong thế giới số, nhưng điều này lại đẩy chúng xa hơn khỏi các mối quan hệ thực cần thiết cho phát triển lành mạnh. Một tổng quan 53 nghiên cứu quốc tế cũng khẳng định: phụ huynh lạm dụng smartphone, “technoference” (thiết bị chen ngang vào tương tác) và phong cách nuôi dạy thiếu ấm áp đều gắn với gia tăng vấn đề hành vi, cảm xúc và nghiện thiết bị ở trẻ (Sheinov, 2025).

Dữ liệu Trung Quốc cho thấy sự hòa thuận cha mẹ - con cái là “lá chắn” chống nghiện smartphone, trong đó sự giám sát vừa phải, dựa trên hiểu biết và tôn trọng đóng vai trò trung gian: quan hệ hài hòa giúp phụ huynh dễ theo dõi, định hướng việc dùng smartphone, và chính điều này làm giảm nguy cơ nghiện. Tự kiểm soát của trẻ cũng là biến số quan trọng: ở những trẻ có năng lực tự kiểm soát cao, tác động tiêu cực của việc giám sát yếu lên nguy cơ nghiện giảm đi đáng kể (Meng et al., 2025).

Tại các khu công nghiệp Việt Nam, nơi công nhân chịu áp lực việc làm, thu nhập thấp và thiếu thiết chế văn hóa, smartphone và mạng xã hội vừa đóng vai trò cứu cánh cho nhu cầu giải trí, kết nối, vừa làm suy yếu thêm những “thời gian chung” vốn đã ít ỏi giữa cha mẹ và con cái. Số liệu từ khảo sát Nielsen được trích dẫn cho thấy khoảng 60% hộ gia đình đô thị dành trên 4 giờ mỗi ngày cho thiết bị điện tử, kéo theo sự suy giảm trò chuyện trực tiếp (Ngoc et al., 2025). Tính “nghiện” thiết bị không chỉ ở trẻ em mà cả ở người lớn, dẫn đến hiện tượng *phubbing*², giảm đồng cảm và gia tăng biên giới riêng tư trong gia đình (Maihasni et al., 2025; Khan et al., 2024; Sheinov, 2025). Một vài thống kê nêu trên cho thấy, sự xâm lấn của smartphone ở Việt Nam và một số quốc gia tương đồng văn hóa đang tạo ra những hệ lụy vô cùng lớn. Đó chính là những rủi ro đối với gia đình dưới tác động của smartphone và xã hội ảo mà chúng ta cần chỉ ra.

4. Rủi ro đối với gia đình dưới tác động của smartphone và xã hội ảo

Những nghiên cứu ở nhiều bối cảnh châu Á ghi nhận xu hướng suy giảm quyền uy của cha mẹ, ông bà khi trẻ có thể dựa vào công cụ tìm kiếm, mạng xã hội để kiểm chứng, thậm chí phản biện lại tri thức và chuẩn mực gia đình. Trong các gia đình trung lưu Indonesia, việc sử dụng thiết bị số đã làm giảm các giá trị gắn kết, kỷ luật, quyền uy, tạo ra những thương lượng mới trong phân chia thời gian online/offline, cũng như trong việc ai có quyền quyết định nội dung được phép tiếp cận (Nurhaliza & Savandha, 2025).

Đối với thể hệ trẻ Việt Nam, thực tế quan sát cho thấy các giá trị truyền thống như sự tôn trọng cha mẹ vẫn được coi trọng, song song với đó là sự chấp nhận cao hơn đối với các mô hình gia đình mới và nhấn mạnh vào tự chủ, bình đẳng giới và quyền lựa chọn lối sống. Công nghệ đóng vai trò gia tăng cho tiến trình này. Theo đó, người trẻ dùng mạng xã hội để tiếp cận hệ giá trị toàn cầu, mở rộng vòng tham chiếu vượt ra ngoài gia đình, từ đó làm suy yếu vị thế độc tôn của gia đình như “nguồn” duy nhất về chuẩn mực đạo đức. Tuy vậy, các giá trị truyền thống trong bối cảnh số cho thấy gia đình vẫn giữ vai trò then chốt nếu biết điều chỉnh phong cách giao tiếp. Các gia đình có thể định hướng đối thoại, cùng học kỹ năng số với con và lồng ghép hướng dẫn giá trị vào quá trình sử dụng thiết bị có khả năng duy trì ảnh hưởng tích cực lên hệ giá trị của trẻ.

Một số mô hình như “cha mẹ cùng học số” (parental digital co-learning) cùng với giáo dục năng lực đọc hiểu truyền thông (media literacy) được đánh giá là một trong những chiến lược hiệu quả nhất để vừa khai thác lợi ích của công nghệ vừa hạn chế xung đột giá trị. Công trình về biến đổi giá trị gia đình dưới tác động “ảo hóa” ghi nhận khoảng cách giá trị lớn giữa thế hệ trẻ và già. Tại đây, thế hệ trung niên đóng vai trò “cầu nối” khi vừa tiếp cận công nghệ vừa còn gắn bó với hệ giá trị truyền thống. Mức độ “ảo hóa” cao có liên quan đến sự suy giảm tự chấp nhận và tự chủ ở thanh niên, song lại đi kèm với cảm giác “phát triển cá nhân” phản ánh nghịch lý giữa mở rộng cơ hội nhưng thiếu lưu giữ giá trị (Issina et al., 2025).

² Phubbing (ghép từ “phone” và “snubbing”) là hành vi cầm cúi vào điện thoại thông minh, phớt lờ người đang ở cạnh, phổ biến trong xã hội hiện đại. Hiện tượng này gây rạn nứt mối quan hệ, khiến đối phương thấy bị bỏ rơi và không được tôn trọng. Phubbing thường xuất phát từ chứng nghiện điện thoại (nomophobia) hoặc thói quen “lướt” khi tinh thần không tốt.

Hình 1: Sự giao thoa của công nghệ và xã hội đối với gia đình truyền thống

Sự giao thoa của rủi ro công nghệ và xã hội đối với gia đình truyền thống



Nguồn: Tác giả mô hình hóa.

Ở các khu vực ven đô, nơi tình trạng di cư gia tăng, đô thị hóa và phổ cập smartphone làm suy yếu cơ chế giáo dục liên thế hệ giữa ông bà, cha mẹ, con cháu, nhất là khi người trẻ phải rời quê, người già ở lại hoặc được gửi vào cơ sở chăm sóc. Trong khi đó, bất bình đẳng tiếp cận công nghệ cũng tạo ra “chia cắt số” trong nội bộ gia đình: người già khó theo kịp ngôn ngữ, phong tục số mới của con cháu, từ đó giảm cơ hội truyền đạt kinh nghiệm sống, chuẩn mực ứng xử. “Phubbing” chính là tác nhân làm đứt gãy sự kết nối cảm xúc, xóa nhòa ranh giới thực và ảo trong gia đình. Điều gây tác hại lớn nhất đối với con cái chính là sự cô đơn trong chính ngôi nhà mình. Trẻ em dễ rơi vào tình trạng trầm cảm hoặc lo âu khi thiếu sự tương tác mắt (eye-contact) từ cha mẹ. Điều này dễ dẫn đến nguy cơ bệnh lý và nhận thức, suy giảm thị lực, béo phì do lười vận động và sự lệch lạc trong nhận thức khi tiếp cận quá sớm với các nội dung độc hại, thiếu kiểm soát (Tommy, 2024).

Có thể nói, xã hội ảo (mạng xã hội, cộng đồng trực tuyến) đang tạo ra những “ốc đảo” bên trong một mái nhà. Mỗi thành viên là một cá thể độc lập trong thế giới ảo riêng của mình, dù đang ngồi cạnh nhau. Gia đình từ một thể thống nhất trở thành những “người lạ chung nhà”. Sự lung lay của các chuẩn mực ứng xử, các giá trị như sự kiên nhẫn, sự lắng nghe và thấu hiểu bị thay thế bằng văn hóa “lướt”, “like” và sự phán xét nhanh chóng trên mạng. Khoảng cách số (digital divide) giữa ông bà/cha mẹ và con cái ngày càng lớn, dẫn đến sự mất tiếng nói chung trong việc truyền thụ các giá trị văn hóa truyền thống.

5. Giải pháp của một số chính phủ trên thế giới và tủ sách gia đình với thế hệ tương lai ở Việt Nam

Giải pháp của một số chính phủ trên thế giới

Để đối phó với sự “xâm lăng” của công nghệ vào cấu trúc xã hội, một số quốc gia đã có những bước đi quyết liệt. Pháp đã ban hành luật cấm sử dụng điện thoại di động trong các trường tiểu học và trung học cơ sở để bảo vệ không gian giao lưu trực tiếp của học sinh. Trung Quốc áp dụng các biện pháp kỹ thuật nghiêm ngặt để giới hạn giờ chơi game của trẻ vị thành niên (chỉ 3 giờ/tuần) nhằm kéo trẻ về với đời sống thực và gia đình.

Đức và Bắc Âu khuyến khích các phong trào “digital detox” (cai nghiện kỹ thuật số) và thúc đẩy các hoạt động ngoại khóa gia đình thông qua các quỹ phúc lợi cộng đồng.

Kinh nghiệm quốc tế cho thấy chính sách công có thể can thiệp tích cực để tạo “khung an toàn” cho gia đình trong kỷ nguyên số. Ở nhiều nước, việc giới hạn smartphone trong trường học, bảo vệ quyền “không phải kết nối” ngoài giờ làm, và thiết kế chế độ “trẻ em” trên nền tảng số nhằm giới hạn thời gian, lọc nội dung được xem như công cụ tái cân bằng giữa đời sống số và đời sống gia đình (Mehrabadi et al., 2025). Trung Quốc áp dụng chế độ giờ giới nghiêm cho game và chế độ “thanh thiếu niên” cho video ngắn; Hàn Quốc xây dựng hệ thống tư vấn, trại “cai nghiện” internet quy mô quốc gia (Mehrabadi et al., 2025; Kwak et al., 2018).

Đối chiếu với định hướng “xã hội số” đến năm 2030, Việt Nam cần phát triển song song với “văn hóa số” và “gia đình số”, trong đó, bảo vệ gia đình khỏi lạm dụng thiết bị và nội dung độc hại phải được xem như trụ cột của chính sách văn hóa xã hội (Le, 2022). Các chiến dịch truyền thông toàn quốc về “sử dụng internet an toàn”, “gia đình văn minh trên mạng” nên dựa trên bằng chứng khoa học: nhấn mạnh không chỉ nguy cơ sức khỏe tâm thần, mà cả nguy cơ đứt gãy giá trị, gia tăng bạo lực và nghiện hành vi.

Các bằng chứng quốc tế và trong nước cho thấy gia đình Việt Nam đang trải qua một quá trình tái cấu trúc văn hóa sâu sắc dưới áp lực của “xã hội ảo”, nhưng chiều hướng cuối cùng của quá trình này không định sẵn là đánh mất bản sắc. Câu hỏi trung tâm không phải “chọn sách hay chọn smartphone”, mà là: ứng xử với smartphone như thế nào để lấy lại được tinh thần của “tủ sách gia đình” như công cụ để tích lũy tri thức, nuôi dưỡng lễ nghĩa, mở rộng đối thoại, thay vì như phương tiện tiêu thụ thụ động và rút lui khỏi quan hệ thực. Để làm được điều đó, cần sự kết hợp giữa chính sách vĩ mô xây dựng “xã hội số có nhân tính”, các thiết chế trung gian (trường học, cộng đồng) nuôi dưỡng năng lực sống số và nỗ lực vi mô của từng gia đình trong việc tái kiến tạo nghi lễ, không gian và thói quen giao tiếp. Khi đó, xung đột giữa “sách vở” và “smartphone” có thể được chuyển hóa thành một lai ghép sáng tạo, nơi gia đình Việt vừa giữ được linh hồn truyền thống vừa hòa nhịp với nhịp sống và cơ hội của kỷ nguyên số.

“Gia phong” và “khoảng trống cảm xúc số”

Ở bình diện nghi lễ thường ngày, nhiều nghiên cứu nhấn mạnh tầm quan trọng của bữa ăn chung như “nơi neo” gắn kết và trao truyền giá trị (Mehrabadi et al., 2025). Trong các nghiên cứu trường hợp tại Việt Nam và các cộng đồng Á - Âu khác, sự hiện diện của điện thoại trong bữa ăn thường gắn với suy giảm đối thoại, tăng mâu thuẫn, thậm chí là cảm giác bị bỏ rơi ở trẻ em (Barros, 2023). Một tổng quan về tác động của không gian ảo đến gia đình chỉ ra xu hướng giảm tần suất các hoạt động chung (ăn uống, sinh hoạt tôn giáo, vui chơi), thay vào đó là “cùng tồn tại song song” - mỗi người một thiết bị, ít tương tác phi ngôn ngữ, ít chia sẻ cảm xúc (Mehrabadi et al., 2025).

Điều này tạo ra “khoảng trống cảm xúc số” nơi thông tin trao đổi nhiều hơn, nhưng chiều sâu cảm xúc, sự tin cậy và năng lực đọc cảm xúc trực tiếp lại suy giảm. Nơi từng là không gian cho những câu chuyện gia tộc, giáo huấn, kinh nghiệm sống, nay thường bị phá vỡ bởi thông báo tin nhắn, cuộc gọi việc làm hoặc dòng tin vô tận trên mạng xã hội. Tuy nhiên, không phải cộng đồng nào cũng trải qua sự đứt gãy toàn diện. Nghiên cứu tại một làng bản ở Indonesia cho thấy dù smartphone làm tăng các xao nhãng, truyền thống ngồi ăn cùng nhau, lắng nghe lời khuyên của người lớn vẫn được bảo tồn

như “hàng rào văn hóa” chống lại sự phân mảnh số (Polnaya et al., 2023). Sự bền bỉ của các nghi lễ này gợi ý rằng ở Việt Nam, chính sách và can thiệp xã hội nên dựa vào những hình thức sinh hoạt truyền thống (bữa cơm, giỗ Tết, họp họ, v.v.) như “vùng đệm” để thương lượng lại quan hệ với thiết bị số.

Tủ sách gia đình: nền tảng đạo lý và thiết chế truyền thống

Trở lại với thế hệ 7X (của cá nhân tác giả bài viết) trong thập niên 80 - 90 của thế kỷ XX, nơi mỗi cuốn sách chuyển tay nhau đọc hàng nghìn lượt, tới mức, những trang bìa sờn rách phải bọc đi và lại nhiều lần. Trong bối cảnh như vậy, một tủ sách gia đình có vài trăm cuốn sách thực sự đã là một kho báu, tôi có may mắn được sở hữu một kho báu như vậy. Cha tôi là kỹ sư địa chất nên sách của ông hầu hết đều là sách kỹ thuật. Mẹ tôi là giáo viên dạy văn nên có nhiều tác phẩm văn học kinh điển. Tôi đã đọc đi đọc lại toàn bộ số sách văn học, cuối cùng thì cũng phải “giải khuây” bằng sách kỹ thuật của cha, mà hầu hết đều rất khó hiểu. Nhưng tôi cũng nhặt nhạnh được vô số kiến thức quan trọng từ những cuốn sách về kỹ thuật điện, kỹ thuật xây dựng và cả kỹ thuật ra-đa (radar: radio detection and ranging - dò tìm và định vị bằng sóng vô tuyến).

Ở quy mô quốc gia, các chính sách gắn với các phong trào khuyến học, xây dựng xã hội học tập cũng được thể chế hóa trong gần hai thập niên qua. Chẳng hạn, Quyết định số 387/QĐ-TTg của Thủ tướng Chính phủ: *Phê duyệt Chương trình Đẩy mạnh phong trào học tập suốt đời trong gia đình, dòng họ, cộng đồng, đơn vị giai đoạn 2021-2030*. Qua đó lồng ghép tiêu chí chuyển đổi số vào bộ công cụ đánh giá, chứng tỏ xu hướng “số hóa” chính sách học tập suốt đời. Tuy nhiên, các dữ liệu thống kê đều cho thấy mức độ thâm nhập của internet và mạng xã hội rất cao nên hướng đi thiết thực là bộ giải pháp đa tầng kết nối trường học, cộng đồng và gia đình với văn hóa số.

Trường học, cộng đồng và gia đình với văn hóa số

Trường học là nơi then chốt để giáo dục kỹ năng thích nghi số hóa, nhiều nghiên cứu khuyến nghị không chỉ dừng ở cảnh báo tác hại, mà cần lồng ghép năng lực đọc hiểu truyền thông, nhận diện thao túng thuật toán, kỹ năng quản lý thời gian online, kỹ năng giao tiếp cảm xúc trực tiếp. Giáo viên, cố vấn học đường cần được đào tạo để nhận diện sớm dấu hiệu nghiện smartphone, trầm cảm, bắt nạt mạng, từ đó kết nối với gia đình, chuyên gia tâm lý. Ở cấp cộng đồng, các nhóm gia đình, hội phụ nữ, đoàn thanh niên có thể đóng vai trò tổ chức hoạt động ngoại khóa “không màn hình”, khôi phục văn hóa đọc, trò chơi dân gian, sinh hoạt tập thể - những thực hành được chứng minh là “vùng đệm” giúp giảm phụ thuộc thiết bị và tăng gắn kết (Polnaya et al., 2023). Một số mô hình tư vấn gia đình, trị liệu nhóm tại Hàn Quốc và các nước khác cho thấy khi cả gia đình cùng tham gia, học kỹ năng giao tiếp, quản lý thiết bị, hiệu quả đối phó nghiện internet cao hơn nhiều so với chỉ can thiệp vào cá nhân trẻ (Mehrabadi et al., 2025; Kwak et al., 2018).

Ở quy mô gia đình, cần thiết lập “không gian cấm thiết bị” trong nhà, đặc biệt là bàn ăn, phòng ngủ và trong những thời điểm then chốt như bữa cơm, trước giờ ngủ, nghi lễ gia đình. Cha mẹ cần làm gương về sử dụng thiết bị, như các nghiên cứu cho thấy, phụ huynh lệ thuộc smartphone là yếu tố chỉ ra sự lệ thuộc của con cái, ngược lại, khi cha mẹ biết chủ động đặt điện thoại xuống, ưu tiên tương tác trực diện, trẻ có xu hướng điều chỉnh theo. Các bậc cha mẹ nên chuyển từ “kiểm soát thời lượng” sang “đồng tham gia” dẫn dắt nội dung và cùng phân tích nội dung giáo dục, kết nối với họ hàng xa, qua đó biến smartphone thành công cụ tăng cường gắn kết thay vì thay thế gắn kết (Barros, 2023).

Phụ huynh nên duy trì và làm mới văn hóa đọc, kể chuyện, thảo luận và đọc sách cùng con. Thảo luận thời sự trong bữa cơm nếu được “cập nhật” với tài nguyên số (sách điện tử, podcast, tư liệu lịch sử trên mạng, v.v.) có thể trở thành cầu nối giữa “sách vở” và “smartphone” - giữ được chiều sâu suy tư của đọc sách, đồng thời tận dụng thế mạnh tra cứu, minh họa của công nghệ. Dễ dàng nhận thấy, tủ sách gia đình với thể hệ tương lai ở Việt Nam không chỉ là một không gian vật lý như những thập niên trước mà trên thực tế là một “tủ sách gia đình số”. Đây là nơi gắn kết và sẽ chia trí thức hai chiều: Cha mẹ chia sẻ *kinh nghiệm sống* của bản thân trong khi con cái chia sẻ *kinh nghiệm số* với người lớn tuổi.

Thay lời kết: Tủ sách gia đình với thể hệ tương lai của Việt Nam

Thông qua các nghiên cứu so sánh ở nhiều bối cảnh từ châu Á như Việt Nam, Indonesia, Hàn Quốc đến châu Âu, tất cả đều đi đến kết luận chung: Tác động của xã hội ảo lên gia đình là lưỡng tính và phụ thuộc mạnh vào cách các gia đình quản trị công nghệ. Kịch bản bi quan khi gia đình bị ngắt kết nối, mất chức năng giáo dục, suy kiệt vốn văn hóa, v.v. không phải là tội lỗi của công nghệ mà là hệ quả của sự thiếu kỹ năng và ý thức ở cấp độ cá nhân và gia đình. Ngược lại, khi gia đình biết “đọc” logic của xã hội ảo, biến mình thành chủ thể tích cực đặt giới hạn, chọn lọc nội dung, ưu tiên nghi lễ và không gian trực tiếp thì chính công nghệ có thể củng cố các giá trị gia đình. Qua đó giúp duy trì quan hệ đa thể hệ xuyên biên giới, hỗ trợ giáo dục, mở rộng không gian văn hóa, đồng thời làm nổi bật hơn nhu cầu gặp gỡ và sẻ chia.

Trong thời đại của internet và mạng xã hội như hiện nay, cha mẹ cần làm gương trong việc sử dụng điện thoại. Không thể bắt buộc con cái bỏ điện thoại khi chính tay cha mẹ vẫn đang lướt mạng. Bên cạnh việc ứng dụng công nghệ để quản lý công nghệ như sử dụng các phần mềm kiểm soát thời gian màn hình và lọc nội dung, điều quan trọng hơn là cần tôn trọng và đối thoại với con cái. Chính sách của một số quốc gia cấm trẻ em dưới 16 tuổi sử dụng smartphone và mạng xã hội là hợp lý nhưng cần có những chiến dịch truyền thông mạnh mẽ về tác hại của việc lạm dụng. Trong phạm vi gia đình, việc xây dựng các quy tắc ứng xử trên mạng văn minh, gắn liền với đạo đức truyền thống và một tủ sách gia đình kết hợp giữa không gian vật lý và không gian số chính là nơi chúng ta có thể giúp cho các thể hệ tương lai lọc thông tin có giá trị giữa nguồn thông tin phong phú hiện nay.

Tài liệu tham khảo

1. Báo cáo UNICEF Việt Nam. (2021). <https://www.unicef.org/vietnam/vi/nghien-cuu-va-bao-cao>
2. Barros, C. (2023). Connection in Transnational Families. Face-to-Face and Digital Spaces in Portuguese Emigrants. *Trends in Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s43076-023-00309-4>
3. Cheatham, E. E. (1945). American Theories of Conflict of Laws: Their Role and Utility. *Harvard Law Review*, 58(3), 361-394. <https://doi.org/10.2307/1335426>
4. Digital Marketing AI (2024). *Digital 2024: Vietnam*. <https://www.mckinsey.com/capabilities/quantumblack/our-insights/the-state-of-ai-2024>
5. Issina, A., Abdykhalykova, Z., & Nuradinov, A. (2025). Family values and their transformation in the digital environment: Intergrational aspect and family well-being. *Psychology and Cognitive sciences*, 3(152), 127-148. <https://doi.org/10.32523/3080-1893-2025-152-3-127-148>

6. Khan, G., Jamshaid, A., Hussain, Y., Zaheer, H., & Mukhtar, A. (2024). Technology overuse Influencing Emerging Psychological Acquaintances among Youth. *Journal of Social Sciences and Management Studies*, 3(4), 90-101. <https://doi.org/10.56556/jssms.v3i4.1087>
7. Kwak, J., Kim, J., & Yoon, Y. (2018). Effect of parental neglect on smartphone addiction in adolescents in South Korea. *Child abuse & neglect*, 77, 75-84. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2017.12.008>
8. Le, T. K. Dung. (2022). The relationship between internet usage behavior India communication activities in Vietnamese family. *Anthropological researches and studies*. <https://doi.org/10.26758/12.1.14>
9. Maihasni, M., Fachrina, F., Anggraini, N., & Ariesta, A. (2025). Social Cohesion and Social Media Threats to Families in the Digital Era. *Society*, 13(2), 796-813. <https://doi.org/10.33019/society.v13i2.833>
10. Mehrabadi, A., Mehregan, M., & Rad, A. (2025). Systematic Review of Virtual Education's Impact on Family Dynamics. *International Journal of Body, Mind and Culture*, 12(4). <https://doi.org/10.61838/ijbmc.v12i4.882>
11. Meng, Z., Min, K., , R., Yang, J., Zhang, H., & Li, Q. (2025). The mediating effect of parental monitoring in the association between parent-child relationship harmony and smartphone addiction: findings from a nationwide youth survey in China. *BMC Public Health*, 25. <https://doi.org/10.1186/s12889-025-22366-3>
12. Ngoc, N., , A., Anh, Q., & Han, B. (2025). Some remarkable changes in the family life of workers in Vietnam's industrial zones today. *International Journal of Management Studies and Social Science Research*, 7(2), 284-293. <https://doi.org/10.56293/ijmsssr.2025.5544>
13. Nguyen, H. (2025). Buddhist Philosophy and Confucian Thought: Reinterpreting Family Values among Vietnamese Youth in Contemporary Society. *Journal of Underrepresented & Minority Progress*, 9(2). <https://doi.org/10.32674/m7w42h34>
14. Nurhaliza, N., & Savandha, S. (2025). The Transformation of Social Values in the Digital Era: A Study on Changing Family Relations Among the Middle Class. *Journal of Social Science (JoSS)*, 4(3), 182-188. <https://doi.org/10.57185/joss.v4i3.450>
15. Polnaya, T., Murwani, P., & Pariela, T. (2023). Transformasi Budaya dan Interaksi Sosial dalam Masyarakat Adat: Dampak Masuknya Teknologi Digital. *Baileo: Jurnal Sosial Humaniora*, 1(1), 1-14. <https://doi.org/10.30598/baileofisipvolliss1pp1-14>
16. Qian, Y., & Hu, Y. (2024). The digitalization of family life: A multilevel conceptual framework. *Journal of Marriage and Family*, 86(5). <https://doi.org/10.1111/jomf.12983>
17. Sheinov, V. (2025). Parent-Child Relationships and Children's Addiction to Smartphones: A Review of International Studies. *RUDN Journal of Psychology and Pedagogics*, 22(1), 75-95. <https://doi.org/10.22363/2313-1683-2025-22-1-75-95>
18. Thanh Hằng. (18/6/ 2021). Hơn 97% người Việt biết chữ. <https://vnexpress.net/hon-97-nguoi-viet-biet-chu-4296185.html>
19. Tommy330. (21/11/2024). Phubbing và câu chuyện giao tiếp. <https://spiderum.com/bai-dang/Phubbing-va-cau-chuyen-giao-tiep-QzoDGCxPHwrw>
20. UNICEF. (2026). *Bảo vệ trẻ em khỏi bị bạo lực, lạm dụng và bóc lột*. <https://www.unicef.org/vietnam/vi/bao-ve-tre-em-khoi-bi-bao-luc>