



CHỨNG SỢ THIẾU ĐIỆN THOẠI DI ĐỘNG CỦA HỌC SINH TRUNG HỌC PHỔ THÔNG THỊ XÃ HƯƠNG THỦY, TỈNH THỪA THIÊN HUẾ

Nguyễn Thị Ngọc Bé, Lê Thị Thanh Uyên, Nguyễn Tuấn Vĩnh

Trường Đại học Sư phạm, Đại học Huế, 34 Lê Lợi, Huế, Việt Nam

Tác giả liên hệ: Nguyễn Thị Ngọc Bé < ntingocbe@hueuni.edu.vn >

(Ngày nhận bài: 12-07-2021; Ngày chấp nhận đăng: 23-11-2021)

Tóm tắt. Để nghiên cứu chứng sợ thiếu điện thoại di động (ĐTDD) ở học sinh (HS) trung học phổ thông (THPT), tác giả đã sử dụng phương pháp điều tra bằng bảng hỏi và phương pháp trắc nghiệm tiến hành điều tra 556 học sinh THPT ở thị xã Hương Thủy, tỉnh Thừa Thiên Huế. Kết quả nghiên cứu cho thấy, đa số HS được sở hữu ĐTDD từ khá sớm, 65,9% HS được hỏi đều đã sử dụng ĐTDD từ 3 năm trở lên hoặc lâu hơn. HS sử dụng ĐTDD chủ yếu với mục đích “Tìm kiếm thông tin trên mạng Internet, nghe nhạc, chơi trò chơi và nhắn tin với gia đình hoặc bạn bè”. Hầu hết (99,3%) HS sợ thiếu ĐTDD ở các mức độ khác nhau; Học sinh nữ có mức độ chứng sợ thiếu ĐTDD nhiều hơn học sinh nam; học sinh có cấu trúc gia đình “Cha mẹ ly dị hoặc ly thân; Cha hoặc mẹ đã chết” có chứng sợ thiếu ĐTDD nhiều hơn so với các học sinh có cấu trúc gia đình khác. Tuy nhiên, không tìm thấy sự khác biệt về chứng sợ thiếu ĐTDD dưới lát cắt khối lớp.

Từ khóa: Chứng sợ thiếu điện thoại di động, học sinh, trường Trung học phổ thông

NOMOPHOBIA IN HIGH SCHOOL STUDENTS OF HUONG THUY TOWN, THUA THIEN HUE PROVINCE

Nguyễn Thị Ngọc Bé, Lê Thị Thanh Uyên, Nguyễn Tuấn Vĩnh

University of Education, Hue University, 34 Le Loi St., Hue, Vietnam

* Correspondence to Nguyễn Thị Ngọc Bé < ntingocbe@hueuni.edu.vn >

(Received: July 12, 2021; Accepted: November 23, 2021)

Abstract. To study nomophobia in high school students, the author used questionnaire survey and multiple-choice methods to survey 556 high school students in Huong Thuy town, Thua Thien Hue province. Research results show that most students own a cell phone quite early; 65,9% of students

surveyed have used mobile phones for three years or more or longer. Students use mobile phones mainly to "Search for information on the Internet, listen to music, play Games and text with family or friends." Most (99,3%) students have nomophobia to varying degrees. Female students have higher levels of nomophobia than male students; Students with a family structure of "Parents divorced or separated; Father or mother dead" had more nomophobia than students with other family structures. However, found no difference was in nomophobia across grade levels.

Keywords: Nomophobia, students, high school

1. Đặt vấn đề

Trong thời đại công nghệ số hiện nay, sự xuất hiện của máy tính, điện thoại thông minh và các thiết bị công nghệ cao đã giúp con người nhanh chóng tiếp cận được thông tin cần thiết trên mọi lĩnh vực để phục vụ tốt hơn cho công việc, học tập, cũng như hoạt động cá nhân... và mở rộng các mối quan hệ giao tiếp. Trong các thiết bị kỹ thuật công nghệ, ĐTDD là phương tiện phổ biến vì mọi thành phần, giới tính, lứa tuổi, nghề nghiệp đều có thể dễ dàng sử dụng mọi lúc, mọi nơi khi có điều kiện. Đối với HS, nếu biết khai thác ĐTDD đúng cách sẽ đem lại những lợi ích thiết thực như: tra cứu thông tin bài học, gạt hái kiến thức trên mạng internet, học tập qua những phần mềm ứng dụng ở smartphone.

Tuy nhiên, thực tế cho thấy, số lượng HS dùng ĐTDD khá cao nhưng chưa đúng với kỳ vọng mà phụ huynh đặt ra khi cho con sử dụng. Phần lớn các em quá lạm dụng, đến mức lệ thuộc vào ĐTDD mà bản thân không thể kiểm soát được. Đối với một số HS, nếu bị bắt tạm dừng khi đang sử dụng hoặc phải rời ĐTDD tạm thời vì lý do nào đó thì ở các em sẽ xuất hiện cảm giác lo lắng, buồn phiền, bứt rứt, khó chịu, có khi ở mức cao hơn là bực bội, dễ dàng gây sự với người khác... Đó là những biểu hiện của chứng sợ thiếu ĐTDD (nomophobia). Theo King và cộng sự (2013), Chứng sợ thiếu ĐTDD là một dạng ám sợ cụ thể được định nghĩa là cảm giác khó chịu hoặc lo lắng gây ra bởi bởi sự vắng mặt của điện thoại, máy tính cá nhân hoặc bất cứ thiết bị giao tiếp ảo nào khác [1]. Theo Bianchi và Philips (2005) hội chứng này là các yếu tố tâm lý liên quan đến việc sử dụng quá mức ĐTDD [2]. Hội chứng lo sợ khi không có ĐTDD có thể được gây ra bởi rối loạn tâm thần tiềm ẩn và có khả năng những người mắc phải hội chứng này liên quan đến các hội chứng bao gồm ám ảnh xã hội hoặc rối loạn lo âu xã hội, lo âu xã hội, và rối loạn hoảng loạn [3]. Một nghiên cứu cho thấy gần 53% người dùng ĐTDD ở Anh có xu hướng lo lắng khi họ "mất ĐTDD, hết pin hoặc không có phủ sóng mạng". Dixit và cộng sự đã thử nghiệm trên 2.163 người và cho biết có khoảng 58% nam giới và 47% phụ nữ bị ám ảnh, 9% cảm thấy căng thẳng khi ĐTDD của họ bị tắt đi, 55% những người được khảo sát sợ không thể giữ liên lạc với bạn bè hoặc gia đình là lý do chính khiến họ lo lắng khi không thể sử dụng ĐTDD [4]. Synovata (2009) đã tiến hành phỏng vấn hơn 8000 người tham gia về việc sử dụng ĐTDD, và kết quả cho thấy 75% người tham gia nói rằng họ sẽ không rời khỏi nhà mà không mang theo ĐTDD; hơn 36% người tham gia cho biết họ không thể sống thiếu ĐTDD; 42% nói

rằng họ dễ ĐTDD gần đó ngay cả khi đang ngủ và 36% trong số họ nói rằng họ không muốn tắt ĐTDD khi đang ngủ vì họ sợ bỏ lỡ thứ gì đó vào ban đêm [5]. Tại Việt Nam, cho đến nay, chỉ có một nghiên cứu chuyên sâu về chứng sợ thiếu ĐTDD của Nguyễn Phương Hồng Ngọc và Trần Văn Công (2017). Kết quả nghiên cứu trên 365 học sinh đến từ 2 trường THPT ở nội thành và ngoại thành Hà Nội cho thấy: Hầu hết (90,6%) học sinh có chứng sợ thiếu ĐTDD ở các mức độ khác nhau. Không có tương quan giữa mức độ sợ thiếu ĐTDD với mức độ giao tiếp và tính gắn kết giữa cha mẹ - con cái trong phạm vi mẫu khách thể nghiên cứu. Số lần học sinh xem (kiểm tra) ĐTDD mỗi ngày tương quan nghịch ở mức độ thấp với mức độ giao tiếp giữa cha mẹ - con cái và mức độ gắn kết với cha mẹ [6].

Chứng sợ thiếu ĐTDD có thể gây ra nhiều tác hại nghiêm trọng đến vấn đề sức khỏe thể chất và tinh thần. Hành vi sợ thiếu ĐTDD có thể làm ảnh hưởng đến cuộc sống hàng ngày, đến thói quen sinh hoạt, đến quá trình và kết quả học tập của bản thân. Các bài thảo luận được đề cập ở trên cung cấp một bằng chứng mạnh mẽ cho thực tế rằng công nghệ di động cũng có những tác động tiêu cực mặc dù có lợi thế. Theo George và cộng sự, công nghệ di động gây ra bảy nỗi sợ hãi sau: liên quan đến việc người dùng tương tác trực tuyến, bắt nạt trên mạng, trải nghiệm xã hội hóa ngoại tuyến và tình bạn, sự chia rẽ kỹ thuật số giữa cha mẹ và thanh thiếu niên, làm tổn hại bản thân và danh tính, những rủi ro tiềm ẩn đối với hiệu quả nhận thức và giấc ngủ [7]. Mặt khác, một số nhược điểm của việc lạm dụng sử dụng ĐTDD bao gồm cản trở hoạt động trong lớp, gây mất tập trung và khó chịu đối với các bạn cùng lớp và giáo viên, thiếu sự tập trung chú ý, tỷ lệ bỏ học ngày càng tăng và sinh viên tốt nghiệp ít hơn [7]. Do đó, có thể khẳng định rằng nhiều tác động tâm lý xuất hiện từ việc sở hữu và sử dụng điện thoại thông minh [8]. Một số tác giả cũng đã phát hiện ra rằng một người có điểm số cô đơn càng cao thì khả năng người đó nghiện điện thoại thông minh càng cao [9], [10], [11]. Điều này cho thấy việc lạm dụng không kiểm soát và sử dụng có vấn đề đối với công nghệ di động gây ra rối loạn tâm lý hoặc làm tăng các triệu chứng. Nghiên cứu gần đây được thực hiện bởi Argumosa-Villar và cộng sự [12] ủng hộ những tuyên bố này khi tập trung vào tác động của các biến tâm lý như lòng tự trọng, tính hướng ngoại, sự tận tâm và ổn định cảm xúc đối với chứng sợ thiếu ĐTDD. Ở Việt Nam, Nhiều nghiên cứu đã cho thấy học sinh bắt nạt nhau trên mạng internet, thông qua các thiết bị như ĐTDD, máy tính [13], [14], [6], [15]; hành vi sexting (Gửi nhận tin nhắn, hình ảnh, video, v.v. mang tính khiêu dâm đồi trụy) [16], nghiện game [17], nghiện internet [18], [19], [20].

Mặc dù đã có nhiều nghiên cứu liên quan nhưng chứng sợ thiếu ĐTDD vẫn là một khái niệm tương đối mới vì số lượng công trình, các cứ liệu chứng minh, các phương pháp đề ra vẫn còn hạn chế và chủ yếu là can thiệp cụ thể mà chưa chỉ ra được biện pháp phòng ngừa chung. Nghiên cứu chứng sợ thiếu ĐTDD ở HS là việc làm hết sức cần thiết. Việc xác định được mức độ, biểu hiện và các yếu tố liên quan đến chứng sợ thiếu ĐTDD là cơ sở để đề xuất các khuyến nghị nhằm giảm thiểu chứng sợ thiếu ĐTDD; đồng thời có căn cứ để hướng dẫn hành

vi sử dụng ĐTDĐ phù hợp cho HS. Xuất phát từ những lý do trên, chúng tôi thực hiện nghiên cứu vấn đề “Chứng sợ thiếu ĐTDĐ của học sinh THPT thị xã Hương Thủy, tỉnh Thừa Thiên Huế”.

2. Khách thể và phương pháp nghiên cứu

2.1. Khách thể nghiên cứu

Nghiên cứu đã tiến hành khảo sát trên 602 học sinh của hai trường THPT thị xã Hương Thủy, tỉnh Thừa Thiên Huế theo phương pháp chọn mẫu ngẫu nhiên phân tầng. Theo công thức của Slovin (1960) [21], với tỷ lệ sai sót là 5% và tổng số học sinh năm học 2020-2021 của hai trường là 2916, cỡ mẫu cần thiết cho nghiên cứu này là từ 352 trở lên. Nghiên cứu của chúng tôi đã được sự đồng ý của các hiệu trưởng trường trung học phổ thông và tất cả những người tham gia vào nghiên cứu. Trước khi trả lời vào phiếu hỏi, chúng tôi đã cam kết bảo mật thông tin cá nhân do học sinh cung cấp. Cuối cùng, có 556 phiếu hợp lệ với tỷ lệ là 92,35%, vượt quá tỷ lệ trả lời 30% mà hầu hết các nhà nghiên cứu yêu cầu để phân tích [22]. Trong mẫu nghiên cứu, nhóm tuổi dao động từ 16 đến 18 (Mean = 16,99, SD = 0,840); 40,3% là nam, 59,7% là nữ (xem Bảng 1).

Bảng 1. Khách thể nghiên cứu

		N	Ti lệ %
Giới tính	Nam	223	40,3
	Nữ	332	59,7
Độ tuổi	16	199	35,8
	17	164	29,5
	18	193	34,7
Lớp	Lớp 10	203	36,5
	Lớp 11	182	32,7
	Lớp 12	171	30,8
Cấu trúc gia đình	Cha mẹ sống cùng nhau	512	92,1
	Cha mẹ ly dị hoặc ly thân	16	2,9
	Cha hoặc mẹ đã qua đời	21	3,8
	Trường hợp khác	7	1,3

Kết quả học tập	Kém	5	0,9
	Yếu	167	30,0
	Trung bình	265	47,7
	Khá	99	17,8
	Giỏi	17	3,1
	Xuất sắc	3	0,5

2.2. Phương pháp nghiên cứu

Để đánh giá về chứng sợ thiếu ĐTDĐ của HS THPT Thị xã Hương Thủy, tỉnh Thừa Thiên Huế, chúng tôi đã sử dụng phương pháp điều tra bằng bảng hỏi, phương pháp trắc nghiệm. Bằng phương pháp điều tra bằng bảng hỏi, nhóm nghiên cứu thu thập một số thông tin chung về cá nhân như tên, tuổi, giới tính, lớp, trường, học lực, cấu trúc gia đình. Thang đo về chứng sợ thiếu ĐTDĐ dùng để tìm hiểu thực trạng chứng sợ thiếu ĐTDĐ ở HS THPT. Thang đo chứng sợ thiếu ĐTDĐ (*Nomophobia Questionnaire, NMP-Q*) của Yildirim (2014), gồm 20 câu (item), được thiết kế theo dạng thang đo Likert 7 điểm, từ 1 = “Rất không đồng ý” đến 7 = “Rất đồng ý”. Thang đo gồm có 4 nhân tố: nhân tố 1: Không thể giao tiếp - cảm giác mất liên lạc tức thì với mọi người và không thể sử dụng các dịch vụ cho phép liên lạc tức thì; nhân tố 2: Mất sự kết nối - cảm giác mất kết nối và bị ngắt kết nối trực tuyến (đặc biệt là trên mạng xã hội); Nhân tố 3: Không thể truy cập được thông tin - khó chịu khi bị mất đi khả năng truy cập thông tin qua điện thoại thông minh, không thể truy xuất và tìm kiếm thông tin trên điện thoại thông minh; Nhân tố 4: Bất tiện, cảm thấy không còn sự tiện lợi như khi có điện thoại. Tổng số điểm của thang đo được tính bằng cách tính tổng điểm của các câu trả lời cho mỗi câu, điểm dao động trong khoảng từ 20 đến 140, với điểm số cao hơn tương ứng với mức độ sợ thiếu ĐTDĐ càng nặng [23]. Điểm từ bảng hỏi NMP-Q được diễn giải như sau: điểm đo từ NMP-Q là 20 cho thấy không sợ thiếu ĐTDĐ; điểm NMP-Q lớn hơn 20 và nhỏ hơn 60 tương ứng với sợ thiếu ĐTDĐ ở mức nhẹ; điểm NMP-Q lớn hơn hoặc bằng 60 và dưới 100 tương ứng với sợ thiếu ĐTDĐ ở mức trung bình; và điểm NMP-Q lớn hơn hoặc bằng 100 tương ứng với sợ thiếu ĐTDĐ ở mức nặng [24]. Kết quả kiểm tra độ tin cậy cho thấy độ tin cậy của thang đo trong nghiên cứu của chúng tôi khá cao với $\alpha = 0,898$, với các câu thành phần đều thỏa mãn điều kiện có trọng số lớn hơn 0,3, kết quả chỉ số KMO đạt tiêu chuẩn, phép thử Barlett với $p < 0,05$ và phương sai trích $> 50\%$. Kết quả này chứng tỏ thang đo có độ tin cậy cao, đáp ứng yêu cầu nghiên cứu. Nghiên cứu cũng tiến hành phân tích nhân tố khẳng định (Confirmatory Factor Analysis - CFA) bằng phần mềm Amoss, kết quả cho thấy CFA xác nhận cấu trúc 4 nhân tố có nguồn gốc từ EFA vì tất cả các trọng số hồi quy đều thể hiện các chỉ số phù hợp dương, có ý nghĩa cao (trên 0,4): Chi-Square = 543,365, CMIN/DF = 3,354, $P < 0,001$, CFI = 0,911, GFI = 0,914 và RMSEA = 0,065 ($\leq 0,08$) [25]. Dựa trên các chỉ số sửa đổi, một số đường dẫn hiệp phương sai

giữa câu 2 và câu 4, câu 3 và câu 7 của thang đo đã được thêm vào, điều này đã cải thiện mô hình phù hợp.

Dữ liệu thu thập được sử dụng để tính tỉ lệ %, điểm trung bình, độ lệch chuẩn; kiểm định sự khác biệt trung bình bằng phương pháp Independent Sample T-Test và One-way ANOVA. Số liệu khảo được xử lí bằng phần mềm SPSS 25.

3. Kết quả nghiên cứu và thảo luận

3.1. Thực trạng sử dụng điện thoại di động ở học sinh Trung học phổ thông

Kết quả sau khi thực hiện khảo sát lấy ý kiến đánh giá của HS về thời gian sở hữu ĐTDĐ cho thấy đa số HS được sở hữu ĐTDĐ từ khá sớm, có 100% HS được hỏi đều đã có ĐTDĐ. Trong đó, có 23,6% HS được hỏi đã sở hữu ĐTDĐ 5 năm trở lên; 17,1% HS đã sử dụng ĐTDĐ từ 4 - dưới 5 năm; 25,2% đã sử dụng ĐTDĐ 3 - dưới 4 năm; số HS sử dụng ĐTDĐ 2 - dưới 3 năm là 15,1%; 1 - dưới 2 năm là 12,4% và chỉ có một phần nhỏ số lượng HS tham gia khảo sát sở hữu hiện thoại dưới 1 năm.

Bảng 2. Thời gian học sinh THPT sở hữu ĐTDĐ

Stt	Thời gian sở hữu ĐTDĐ	N	%
1	Dưới 1 năm	37	6,7
2	1 năm – dưới 2 năm	69	12,4
3	2 năm – dưới 3 năm	84	15,1
4	3 năm – dưới 4 năm	140	25,2
5	4 năm – dưới 5 năm	95	17,1
6	5 năm trở lên	131	23,6

Nghiên cứu của chúng tôi khá tương đồng với nghiên cứu của tác giả Nguyễn Phương Hồng Ngọc và cộng sự (2017) khảo sát trên 365 HS đến từ 2 trường THPT ở nội thành và ngoại thành Hà Nội cho thấy đa số HS được sở hữu ĐTDĐ từ khá sớm, 100% HS được hỏi đều có sử dụng ĐTDĐ, và trong đó có 33,3% HS đã sở hữu ĐTDĐ 5 năm hoặc lâu hơn [13]. Báo cáo tương tự cũng chỉ ra rằng tỷ lệ sử dụng ĐTDĐ để kết nối Internet là 61% ở học sinh từ 14 tuổi trở xuống. Tỷ lệ này tăng lên 80% ở học sinh từ 17 tuổi trở lên [26].

Về mục đích sử dụng ĐTDĐ của HS THPT thị xã Hương Thủy, tỉnh Thừa Thiên Huế, kết quả khảo sát cho thấy, hầu hết HS đều sử dụng ĐTDĐ để “Tìm kiếm thông tin trên mạng Internet” với 84,2% HS lựa chọn. Tiếp theo là các mục đích như “Nghe nhạc, chơi trò chơi và nhắn tin với gia đình hoặc bạn bè”. Kết quả này cho thấy, sử dụng ĐTDĐ thông minh giúp HS dễ dàng trong việc tìm kiếm thông tin, nhanh gọn, dễ thực hiện hơn là thông qua máy tính, do đó đây là nội dung được HS quan tâm hơn cả.

Bảng 3: Mục đích sử dụng ĐTDD của học sinh THPT

Stt	Mục đích sử dụng ĐTDD	Số người chọn	Tỉ lệ %
1	Kiểm tra email	127	22,8
2	Kiểm tra ghi chú	132	23,7
3	Kiểm tra thông báo từ các trang mạng xã hội	373	67,1
4	Chơi trò chơi	418	75,2
5	Tiếp nhận tin tức	340	61,2
6	Giết thời gian	314	56,5
7	Tìm kiếm thông tin trên mạng Internet	468	84,2
8	Nghe nhạc	436	78,4
9	Ghi lịch công việc, cuộc hẹn	197	35,4
10	Nói chuyện với gia đình hoặc bạn bè	378	68,0
11	Nhắn tin với gia đình hoặc bạn bè	411	73,9

Theo nghiên cứu của Thanh Phong (2015), việc sử dụng thiết bị di động để tìm kiếm thông tin sẽ soán ngôi vị trí của máy vi tính [27]. Thống kê của tổ chức We are social cuối năm 2015 cho thấy xu hướng sử dụng các thiết bị di động, điện thoại thông minh để cập nhật thông tin, tương tác xã hội đã dần trở thành thói quen dùng máy vi tính. Thống kê vào những tháng cuối năm 2015 từ Google và Neilsen cũng cho thấy lượng người tìm kiếm thông tin qua thiết bị di động là hơn 50% và dự báo sẽ tăng từ 10-12% vào cuối năm 2016 [28]. Gezgin và cộng sự cũng cho rằng điện thoại thông minh và việc sử dụng internet di động phần lớn để vào mạng xã hội, âm nhạc, giao tiếp, ảnh, giáo dục, nghiên cứu, trò chơi và video [29]. Tuy nhiên, mặc dù việc sử dụng ĐTDD có thể mang lại sự tiện lợi cho mọi người - đặc biệt là đối với những người trẻ tuổi như: kết nối Internet, chụp ảnh, nghe đài và nghe nhạc, theo dõi tin tức, tìm địa chỉ và tuyến đường, đặt chỗ, giao dịch ngân hàng, mua sắm, chơi trò chơi, v.v. [30], thiết bị công nghệ này cũng khiến mọi người dễ thay đổi lối sống của họ và giới hạn cuộc sống của họ trong thế giới công nghệ này [5]. Ngoài ra, kết quả của nghiên cứu ở bảng 3 cũng cho thấy việc sử dụng điện thoại để “Kiểm tra email” là mục đích nhận được sự đánh giá thấp nhất từ phía HS trong việc sử dụng ĐTDD với tỷ lệ là 22,8%. Tiếp đến là “kiểm tra ghi chú” với tỷ lệ đánh giá của HS là 23,7%. Có thể thấy, HS sử dụng ĐTDD với nhiều mục đích và ở các mức độ khác nhau. Nghiên cứu của Gezgin và cộng sự cũng cho thấy mục đích sử dụng điện thoại thông minh của HS là để vào mạng xã hội (83,5%), nghe nhạc (75,7%), giao tiếp là (73,3%), chia sẻ và xem nhiếp ảnh là (60,6%), chơi trò chơi trực tuyến (58,6%), giáo dục và nghiên cứu là (56,3%), xem video (55,8%), xem tin tức (38,9%), mua sắm (25,6%), định vị (22,2%) và xem sách điện tử 16,9%) [31].

3.2. Thực trạng chứng sợ thiếu điện thoại di động ở học sinh Trung học phổ thông

3.2.1. Chứng sợ thiếu điện thoại di động ở học sinh Trung học phổ thông dưới lát cắt tổng quát

Để tìm hiểu thực trạng mức độ chứng sợ thiếu ĐTDĐ HS THPT, chúng tôi đã thực hiện lấy ý kiến đánh giá của HS THPT thị xã Hương Thủy, tỉnh Thừa Thiên Huế, kết quả thu được như sau:

Bảng 4. Mức độ chứng sợ thiếu ĐTDĐ ở học sinh THPT dưới lát cắt tổng quát

Chứng sợ thiếu ĐTDĐ	N	Tỉ lệ %
Không sợ thiếu ĐTDĐ (0-20 điểm)	4	0,7
Sợ thiếu ĐTDĐ ở mức nhẹ (21 đến 59 điểm)	68	12,2
Sợ thiếu ĐTDĐ ở mức trung bình (60 đến 99 điểm)	353	63,5
Sợ thiếu ĐTDĐ ở mức độ nặng (100 trở lên)	131	23,6
Tổng	556	100,0

Dữ liệu nghiên cứu ở bảng 4 về mức độ chứng sợ thiếu ĐTDĐ ở HS THPT dưới lát cắt tổng quát cho thấy, hầu hết HS tham gia khảo sát đều gặp phải chứng sợ thiếu ĐTDĐ ở các mức độ khác nhau chiếm tỉ lệ 99,3%. Cụ thể có 12,2% HS gặp phải chứng sợ thiếu ĐTDĐ ở mức nhẹ chiếm 12,2%; 23,6% HS sợ thiếu ĐTDĐ ở mức độ nặng và 63,5% HS sợ thiếu ĐTDĐ ở mức trung bình. Và chỉ có 1 số lượng rất nhỏ HS không sợ thiếu ĐTDĐ với 4/556 HS, chiếm tỉ lệ rất nhỏ (0,7%). Những con số này đã cho thấy thực trạng đáng báo động về chứng sợ thiếu ĐTDĐ ở HS. Kết quả nghiên cứu của chúng tôi khá tương đồng với các nghiên cứu của Nguyễn Phương Hồng Ngọc và Trần Văn Công (2017) [13] về chứng sợ thiếu ĐTDĐ. Kết quả nghiên cứu trên 365 HS đến từ 2 trường THPT ở nội thành và ngoại thành Hà Nội cho thấy: Hầu hết (90,6%) HS có chứng sợ thiếu ĐTDĐ ở các mức độ khác nhau. Gezgin và cộng sự cũng cho thấy chứng sợ thiếu ĐTDĐ của HS trung học ở mức độ trung bình (ĐTB= 3,61), dựa trên phân loại của Yildirim và cộng sự [24], trong đó điểm từ 3 đến dưới 5 có nghĩa là được mô tả ở mức độ trung bình [31]. Nghiên cứu của Farooqui và cộng sự (2018) trên đối tượng là 145 sinh viên năm thứ nhất cũng cho thấy có 17,9% sợ điện thoại ở mức độ nhẹ, 60% ở mức trung bình và 22,1% ở mức nặng [32]. Hay nghiên cứu của Sharma và cộng sự (2015) trên 130 sinh viên (22-24 tuổi) có 73% có sợ thiếu điện thoại và 83% có những cơn hoảng loạn khi họ không thể tìm thấy thiết bị di động của mình [33]. Như vậy ta có thể thấy, chứng sợ thiếu điện thoại là một vấn đề sức khoẻ tâm thần tồn tại trong cuộc sống của mỗi HS hay thanh thiếu niên. Tuy địa bàn và khách thể nghiên cứu là khác nhau nhưng vẫn có những nét khá tương đồng trong kết quả về mức độ sợ thiếu ĐTDĐ ở học sinh và sinh viên.

3.2.2. Chứng sợ thiếu điện thoại di động ở học sinh Trung học phổ thông dưới lát cắt giới tính

Kết quả khảo sát về chứng sợ thiếu ĐTDĐ ở HS THPT dưới lát cắt giới tính cho thấy: có sự khác biệt giữa nam và nữ về chứng sợ thiếu ĐTDĐ ở HS THPT ($p=0,000$). Cụ thể nữ giới có mức độ về việc sợ thiếu ĐTDĐ nhiều hơn so với nam giới với ĐTB lần lượt là 85,82 và nam giới là 78,07. Kết quả nghiên cứu của chúng tôi đồng nhất với kết quả nghiên cứu của Gezgin và cộng sự (2018). Gezgin và cộng sự đã nghiên cứu trên 929 HS từ lớp 9 đến 12 về chứng sợ thiếu ĐTDĐ, kết quả nghiên cứu cho thấy HS nữ có sợ thiếu ĐTDĐ nhiều hơn HS nam [31].

Bảng 5. Mức độ chứng sợ thiếu ĐTDĐ ở học sinh THPT dưới lát cắt giới tính

Chứng sợ thiếu ĐTDĐ	Giới tính	N	Mean	SD	t	p
	Nam	224	78,07	20,528	-4,322	0,000
	Nữ	332	85,82	21,062		

Nghiên cứu của Louragli và cộng sự (2018) trên 541 HS trung học cũng cho thấy có 69,1% nữ và 63% nam sợ thiếu ĐTDĐ ở mức độ trung bình đến cao [34]. Nguyên nhân về sự khác biệt này có thể lý giải là do HS nữ thường dễ gặp phải các vấn đề về tâm lý như mệt mỏi, căng thẳng, trầm cảm hơn là so với HS nam [35]. Những người gặp phải chứng rối loạn trầm cảm thường sẽ sử dụng điện thoại thông minh của họ như một chiến lược đối phó để đối phó với những cảm xúc tiêu cực đó. Vì vậy, ta có thể thấy nữ giới thường là những người sử dụng ĐTDĐ nhiều hơn so với nam giới. Đối với nữ giới, ĐTDĐ được sử dụng như là một phương tiện liên lạc xã hội, trong đó nhắn tin và mạng xã hội đóng vai trò nổi bật giúp họ đối phó với những cảm xúc tiêu cực mà họ gặp phải [36].

Bên cạnh đó, vẫn có sự khác biệt với các kết quả nghiên cứu khác như của tác giả Dongre và cộng sự (2017) nghiên cứu trên 650 người có độ tuổi từ 16 đến 40 tuổi tại Ấn Độ. Kết quả cho thấy tỷ lệ nam (82,91%) sợ thiếu ĐTDĐ cao hơn so với nữ (31,25%) [37]. Nghiên cứu của Prasad và cộng sự (2017) cũng cho thấy nguy cơ sợ thiếu ĐTDĐ ở nam giới (55,27%) cao hơn nữ giới (39,69%) [38]. Sự khác biệt về kết nghiên cứu này với những nghiên cứu trước cho thấy vấn đề cần được tiếp tục nghiên cứu sâu hơn trong những nghiên cứu tiếp theo.

3.2.3. Chứng sợ thiếu điện thoại di động ở học sinh Trung học phổ thông dưới lát cắt khối lớp

Phân tích One-Way ANOVA một chiều được sử dụng để kiểm tra sự khác nhau về mức độ chứng sợ thiếu ĐTDĐ của học sinh trung học phổ thông. Kết quả chỉ ra rằng không có sự khác biệt đáng kể giữa mức độ chứng sợ thiếu ĐTDĐ theo khối lớp ($F = 1,183$, $p = 0,307$). Phát hiện này cho thấy rằng khối lớp (cũng có thể được coi là tuổi) không ảnh hưởng đến tỷ lệ phổ biến của chứng sợ thiếu ĐTDĐ.

Bảng 6: Chứng sợ thiếu ĐTĐĐ ở học sinh Trung học phổ thông dưới lát cắt khối lớp

Chứng sợ thiếu ĐTĐĐ	Khối lớp	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
	Lớp 10	203	81,97	21,412		
	Lớp 11	182	84,65	19,989		
	Lớp 12	171	81,47	22,077		

Kết quả nghiên cứu này tương đồng với một số nghiên cứu trên thế giới. Trong nghiên cứu của Adnan và Gezgin (2016) được thực hiện trên các sinh viên đại học, không có sự khác biệt đáng kể nào giữa sinh viên thuộc các năm học khác nhau [39]. Tuy nhiên, một số nghiên cứu khác lại có kết quả ngược lại. Nghiên cứu của SecurEnvoy (2012) cho thấy mức độ chứng sợ thiếu ĐTĐĐ của những người trong độ tuổi từ 18-24 (77%) cao hơn những người trong độ tuổi từ 25-34 (68%) [40]. Tương tự như cấp độ lớp học, nghiên cứu của Yildirim và cộng sự (2016) đã báo cáo rằng không tìm thấy sự khác biệt đáng kể giữa những sinh viên dưới 20 tuổi và những người trên 20 tuổi về mức độ chứng sợ thiếu ĐTĐĐ [41]. Như vậy có thể thấy HS có độ tuổi gần nhau không có sự khác biệt đáng kể về chứng sợ thiếu ĐTĐĐ, do đó, sẽ tốt hơn nếu so sánh và đối chiếu giữa học sinh trung học và sinh viên đại học để xác định tác động của khối lớp, năm học và độ tuổi đến tỷ lệ mắc chứng sợ thiếu ĐTĐĐ để kiểm tra liệu tỷ lệ mắc chứng sợ thiếu ĐTĐĐ có khác nhau theo cấp lớp và độ tuổi hay không.

3.2.3. Chứng sợ thiếu điện thoại di động ở học sinh Trung học phổ thông dưới lát cắt hoàn cảnh gia đình

Kết quả về mức độ chứng sợ thiếu ĐTĐĐ ở HS THPT dưới lát cắt hoàn cảnh gia đình cho thấy có sự khác biệt về chứng sợ thiếu ĐTĐĐ đối với những HS có hoàn cảnh gia đình khác nhau. Trong đó, những HS có “Cha mẹ ly dị hoặc ly thân cũng như Cha hoặc mẹ đã qua đời” là 2 đối tượng gặp phải chứng sợ thiếu ĐTĐĐ nhiều nhất với ĐTB lần lượt là 86,88 và 86,76. Điều này cho thấy tình trạng hôn nhân của cha mẹ có ảnh hưởng đến chứng sợ thiếu ĐTĐĐ của các em.

Bảng 6: Mức độ chứng sợ thiếu ĐTĐĐ ở học sinh THPT dưới lát cắt hoàn cảnh gia đình

Chứng sợ thiếu ĐTĐĐ	Hoàn cảnh gia đình	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
	Cha mẹ sống cùng nhau	512	82,69	20,886		
	Cha mẹ ly dị hoặc ly thân	16	86,88	24,668		
	Cha hoặc mẹ đã qua đời	21	86,76	21,909		
	Trường hợp khác	7	61,43	23,846		

Nghiên cứu của McPherson và cộng sự (2013) đã khẳng định môi trường gia đình cũng đóng một vai trò quan trọng trong vấn đề sợ thiếu hay nghiện ĐTĐĐ của HS [42]. Các nghiên cứu của Kim và cộng sự cũng cho thấy bạo lực gia đình, bạo lực từ phía cha mẹ và các yếu tố gia đình khác có liên quan đặc biệt đến chứng nghiện điện thoại thông minh của thanh niên Hàn Quốc [43]. Sự gắn kết, mối quan hệ ấm áp, yêu thương của cha mẹ, cùng với việc làm cha mẹ hiệu quả là những yếu tố then chốt trong việc bảo vệ thanh thiếu niên khỏi những khó khăn trong hành vi và thúc đẩy sự phát triển tích cực của họ [44]. Tuy nhiên, việc sử dụng các thiết bị công nghệ thông tin trong thời đại hiện nay có thể là do vấn đề khoảng cách giữa các thế hệ. Việc thiếu đi tình cảm, sự gắn kết, yêu thương của cha mẹ cũng là một trong những nguyên nhân khiến con cái sử dụng ĐTĐĐ như một phương tiện giúp làm giảm đi sự cô đơn, thiếu thốn tình cảm của các em.

4. Kết luận

Nghiên cứu điều tra 556 học sinh THPT ở thị xã Hương Thủy, tỉnh Thừa Thiên Huế cho thấy, HS được sở hữu ĐTĐĐ từ khá sớm, có 100% HS được hỏi đều đã có ĐTĐĐ. HS sử dụng ĐTĐĐ chủ yếu với mục đích “Tìm kiếm thông tin trên mạng Internet, Nghe nhạc; Chơi trò chơi và Nhắn tin với gia đình hoặc bạn bè”. Hầu hết HS tham gia khảo sát đều có chứng sợ thiếu ĐTĐĐ ở các mức độ khác nhau chiếm tỉ lệ 99,3%, có sự khác biệt giữa nam và nữ về chứng sợ thiếu ĐTĐĐ ở HS THPT, trong đó, nữ giới có mức độ về việc sợ thiếu ĐTĐĐ nhiều hơn so với nam giới; Có sự khác biệt về chứng sợ thiếu ĐTĐĐ đối với những HS có hoàn cảnh gia đình khác nhau. Trong đó, HS có hoàn cảnh “Cha mẹ ly dị hoặc ly thân, Cha hoặc mẹ đã qua đời” gặp phải chứng sợ thiếu ĐTĐĐ nhiều nhất. Tuy nhiên, không tìm thấy sự khác biệt về chứng sợ thiếu ĐTĐĐ di động dưới lát cắt khối lớp.

Nghiên cứu này cũng cho thấy hiện tượng HS gặp phải chứng sợ thiếu ĐTĐĐ là một thực tế đáng báo động đối với xã hội nói chung và ngành giáo dục nói riêng, là mối quan tâm lo ngại của các gia đình hiện nay. Chứng sợ thiếu ĐTĐĐ không chỉ mang lại những hệ lụy về mặt tinh thần như nỗi sợ hãi, mà nó còn đang dần tác động mạnh mẽ và trực tiếp đến hành vi của HS khi sử dụng ĐTĐĐ. Từ cảm giác hoang mang lo sợ, người dùng cố tìm mọi cách để sử dụng được ĐTĐĐ. Vì vậy, để ngăn ngừa và hạn chế tình trạng này cần có sự chung sức, phối hợp của Nhà trường - Gia đình - Xã hội và sự nỗ lực của bản thân HS nhằm nâng cao nhận thức cho HS về những ảnh hưởng tiêu cực của ĐTĐĐ đối với cuộc sống. Để từ đó, giúp HS có định hướng đúng đắn về việc sử dụng ĐTĐĐ một cách hợp lý, hướng các em đến những hoạt động lành mạnh thiết thực, ý nghĩa, mang tính giáo dục. Tránh tình trạng HS bị phụ thuộc quá nhiều vào ĐTĐĐ dẫn đến việc hạn chế giao tiếp cũng như gây ảnh hưởng đến sự phát triển tâm lý.

Nghiên cứu hiện tại cũng tồn tại một số hạn chế. Thứ nhất, dữ liệu hoàn toàn phụ thuộc vào các biện pháp điều tra bằng bảng hỏi, dễ bị sai lệch vì những người tham gia (tức là trẻ vị thành niên). Để giảm tác động của tính chủ quan, nên sử dụng nhiều phương pháp đánh giá để

đánh giá như: phỏng vấn sâu, quan sát... Thứ hai, do bản chất của nghiên cứu cắt ngang, chúng tôi không thể rút ra mối quan hệ nhân quả giữa các biến nghiên cứu. Những phát hiện từ nghiên cứu hiện tại cần được xác nhận bởi các nghiên cứu trường diễn trong tương lai. Thứ ba, kết quả của nghiên cứu hiện tại dựa trên các thước đo về mức độ sử dụng DTDD và thực trạng chứng sợ thiếu DTDD dưới lát cắt giới tính, khối lớp và hoàn cảnh gia đình. Trong các nghiên cứu trong tương lai, các yếu tố ảnh hưởng đến chứng sợ thiếu DTDD khác cần phải được xem xét. Cuối cùng, trong nghiên cứu hiện tại được lấy từ mẫu là học sinh THPT, do đó, liệu những phát hiện hiện tại có thể được khái quát hóa cho các nhóm dân số khác, chẳng hạn như thanh niên, và người cao tuổi.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. King, A. L. S., Valença, A. M., Silva, A. C. O., Baczynski, T., Carvalho, M. R., & Nardi, A. E. (2013). "Nomophobia: Dependency on virtual environments or social phobia?". *Computers in Human Behavior*, 29(1), 140-144.
2. Adriana Bianchi, Dr. James G. Phillips (2005). "Psychological Predictors of Problem Mobile Phone Use". *CyberPsychology & Behavior*. Vol. 8, No. 1, <https://doi.org/10.1089/cpb.2005.8.39>
3. King, Anna Lucia S., Valença, A. M., & Nardi, A. E. (2010). "Nomophobia: The Mobile Phone in Panic Disorder With Agoraphobia". *Cognitive and Behavioral Neurology*, 23(1). <https://doi.org/10.1097/wnn.0b013e3181b7eabc>
4. Dixit, S., Shukla, H., Bhagwat, A., Bindal, A., Goyal, A., Zaidi, A., & Shrivastava, A. (2010). "A study to evaluate mobile phone dependence among students of a medical college and associated hospital of central India". *Indian Journal of Community Medicine*, 35(2). <https://doi.org/10.4103/0970-0218.66878>
5. Yilmaz, G., Şar, A. H., & Civan, S. (2015). "Investigation of Adolescent Mobile Phone Addiction by Social Anxiety Effect of Some Variable". *Online Journal of Technology Addiction and Cyberbullying*, 2(2).
6. Nguyễn Phương Hồng Ngọc, Trần Văn Công (2016), "Hậu quả của bắt nạt trực tuyến ở học sinh trung học phổ thông", *Kỷ yếu hội thảo quốc tế: Sang chấn tâm lý và các hoạt động trợ giúp*, NXB Đại học quốc gia Hà Nội, tr. 51-63.
7. George, M. J., & Odgers, C. L. (2015). "Seven Fears and the Science of How Mobile Technologies May Be Influencing Adolescents in the Digital Age". *Perspectives on Psychological Science*, 10(6). <https://doi.org/10.1177/1745691615596788>
8. Jesse, G. R. (2016). "Smartphone and App Usage Among College Students: Using

- Smartphones Effectively for Social and Educational Needs". *Issues in Information Systems*, 17(4), 8-20.
9. BALTA, Ö. Ç. (2008). *The factors that affect internet addiction of students in a web based learning environment*. Ankara Universitesi Egitim Bilimleri Fakultesi Dergisi. https://doi.org/10.1501/egifak_0000000211
 10. Bian, M., & Leung, L. (2015). "Linking Loneliness, Shyness, Smartphone Addiction Symptoms, and Patterns of Smartphone Use to Social Capital". *Social Science Computer Review*, 33(1). <https://doi.org/10.1177/0894439314528779>
 11. Chóliz, M. (2012). "Mobile-Phone Addiction in Adolescence: The Test of Mobile Phone Dependence (TMD)". *Progress in Health Sciences*, 2(1).
 12. Argumosa-Villar, L., Boada-Grau, J., & Vigil-Colet, A. (2017). "Exploratory investigation of theoretical predictors of nomophobia using the Mobile Phone Involvement Questionnaire (MPIQ)". *Journal of Adolescence*, 56. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2017.02.003>
 13. Nguyễn Phương Hồng Ngọc, Trần Văn Công (2017), "Mối quan hệ giữa chứng sợ thiếu điện thoại ở học sinh trung học phổ thông với sự gắn kết trong gia đình", *Kỷ yếu hội thảo khoa học toàn quốc lần thứ 2: Tâm lý học, giáo dục học với tình yêu, hôn nhân và gia đình*, NXB Thông tin và truyền thông, tr. 287-295.
 14. Trần Văn Công, Nguyễn Phương Hồng Ngọc, Ngô Thùy Dương, Nguyễn Thị Thắm (2015), "Chiến lược ứng phó của học sinh với bắt nạt trực tuyến". *Tạp chí Nghiên cứu Giáo dục*, Đại học Quốc gia Hà Nội, tập 31, số 3, tr. 11-24. ISSN 0866-8612.
 15. Le, H. T. H., Tran, N., Campbell, M. A., Gatton, M. L., Nguyen, H. T., & Dunne, M. P. (2019). "Mental health problems both precede and follow bullying among adolescents and the effects differ by gender: A cross-lagged panel analysis of school-based longitudinal data in Vietnam". *International Journal of Mental Health Systems*, 13(1). <https://doi.org/10.1186/s13033-019-0291-x>
 16. Trần Thành Nam, Nguyễn Thị Minh Phú (2016), "Thái độ, chuẩn mực cá nhân, dự định và hành vi sexting: Khảo sát trên học sinh THCS và sinh viên đại học", *Tạp chí Khoa học Xã hội và Nhân văn*, Tập 2, Số 1 (2016), 58-73.
 17. Trần Thị Hương (2014), *Nghiên cứu mối quan hệ giữa việc chơi game với các vấn đề hành vi trên lớp của học sinh trung học cơ sở*, Luận văn thạc sĩ, trường Đại học Giáo dục, Đại học Quốc gia Hà Nội.
 18. Lê Minh Công (2013), "Nghiện Internet và tự đánh giá của học sinh THCS qua hai trường hợp lâm sàng", *Tạp chí Tâm lý học*, số 8 (8/2013).

19. Lê Minh Công (2014), “Xác định tỷ lệ và một số biểu hiện tâm lý của thanh thiếu niên nghiện Internet theo trắc nghiệm của Young”, *Tạp chí Tâm lý học*, số 2 (2/2014).
20. Lê Minh Công (2012), *Thực trạng nghiện internet ở học sinh THCS tại TP Biên Hòa – Đồng Nai*; Hội thảo khoa học quốc tế về Tâm lý học trường học lần thứ 3 (2012) tại Đại học Sư phạm TP. HCM – NXB ĐH Sư phạm TP. HCM.
21. Slovin, E. (1960), “Slovin’s Formula for Sampling Technique”. <https://prudencexd.weebly.com/>
22. Dillman, Don A. (2007), *Mail and Internet Surveys: The Tailored Design Method*, 2nd Ed. Mail and Internet Surveys: The Tailored Design Method, 2nd Ed.
23. Yildirim, C. (2014), *Exploring the dimensions of nomophobia: Developing and validating a questionnaire using mixed methods research*, <http://lib.dr.iastate.edu/etd>
24. Yildirim, C., & Correia, A. P. (2015), “Exploring the dimensions of nomophobia: Development and validation of a self-reported questionnaire”, *Computers in Human Behavior*, 49. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.02.059>
25. Hair, J. F. (2010). *Multivariate data analysis: a global perspective*. Upper Saddle River, New Jersey, USA: Person Prentice Hall.
26. Google Turkey, MEB, & IGK (2015, September 13), *Conscious Internet Usage Research [Bilinçli İnternet Kullanımı Araştırması]*. Istanbul. Retrieved March 17, from http://www.kesfetprojesi.org/source/Bilincli_internet_Kullanim%20Arastirmasi.pdf.
27. Nguyễn Hà (2016), “Dịch chuyển vì tương lai”. Truy cập tại trang: <https://congluan.vn/dich-chuyen-vi-tuong-lai-post20980.html>
28. Tezch (2016), “Những xu hướng công nghệ sẽ làm thay đổi thế giới năm 2016”. Truy cập tại trang: <http://sdtv.vn/vn/nhung-xu-huong-cong-nghe-se-lam-thay-doi-the-gioi-nam-2016.html>
29. Gezgin, D. M., & Çakır, Ö. (2016), “Analysis of nomophobic behaviors of adolescents regarding various factors”. *Journal of Human Sciences*, 13(2). <https://doi.org/10.14687/jhs.v13i2.3797>
30. Gezgin, D. M. (2017), “Exploring The Influence Of The Patterns Of Mobile Internet Use On University Students Nomophobia Levels”. *European Journal of Education Studies*, 3(6), 29–53. <https://doi.org/10.5281/zenodo.572344>
31. Gezgin, D. M., Cakir, O., & Yildirim, S. (2018), “The relationship between levels of nomophobia prevalence and internet addiction among high school students: The factors

- influencing nomophobia". *International Journal of Research in Education and Science*, 4(1). <https://doi.org/10.21890/ijres.383153>
32. Farooqui, I. A., Pore, P., & Gothankar, J. (2018). "Nomophobia: an emerging issue in medical institutions?", *Journal of Mental Health*, 27(5). <https://doi.org/10.1080/09638237.2017.1417564>
33. Sharma, N., Sharma, P., Sharma, N., & Wavare, R. (2015). "Rising concern of nomophobia amongst Indian medical students". *International Journal of Research in Medical Sciences*, 3(3). <https://doi.org/10.5455/2320-6012.ijrms20150333>
34. Louragli, I., Ahami, A., Khadmaoui, A., Mammad, K., & Lamrani, A. (2018). "Evaluation of the nomophobia's prevalence and its impact on school performance among adolescents in Morocco". *Problems Of Psychology In The 21St Century*, 12(2), 84-94. doi: 10.33225/ppc/18.12.84
35. Kuehner, C. (2003). *Gender differences in unipolar depression: An update of epidemiological findings and possible explanations*. In *Acta Psychiatrica Scandinavica* (Vol. 108, Issue 3). <https://doi.org/10.1034/j.1600-0447.2003.00204.x>
36. Demirci, K., Akgönül, M., & Akpınar, A. (2015). "Relationship of smartphone use severity with sleep quality, depression, and anxiety in university students". *Journal of Behavioral Addictions*, 4(2). <https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.010>
37. Dongre, A., Inamdar, I., & Gattani, P. (2017). "Nomophobia: A Study to Evaluate Mobile Phone Dependence and Impact of Cell Phone on Health". *National Journal of Community Medicine*, 8(11).
38. Prasad, M., Patthi, B., Singla, A., Gupta, R., Saha, S., Kumar, J. K., Malhi, R., & Pandita, V. (2017). "Nomophobia: A cross-sectional study to assess mobile phone usage among dental students". *Journal of Clinical and Diagnostic Research*, 11(2). <https://doi.org/10.7860/JCDR/2017/20858.9341>
39. Adnan, M., & Gezgin, D. M. (2016). "A Modern Phobia: Prevalence of Nomophobia among College Students" [Modern Çağın Yeni Fobisi: Üniversite Öğrencileri Arasında Nomofobi Prevalansı]. *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences*, 49(1), 141-158.
40. SecurEnvoy, (2012). "66% of The Population Suffer from Nomophobia The Fear of Being without Their Phone". <https://www.securenvoy.com/blog/2012/02/16/66-of-the-population-suffer-from-nomophobia-the-fear-of-being-without-their-phone/> Accessed 15.12.16.
41. Yildirim, C., Sumuer, E., Adnan, M., & Yildirim, S. (2016). "A growing fear: Prevalence

- of nomophobia among Turkish college students". *Information Development*, 32(5).
<https://doi.org/10.1177/0266666915599025>
42. McPherson, K. E., Kerr, S., Morgan, A., McGee, E., Cheater, F. M., McLean, J., & Egan, J. (2013). "The association between family and community social capital and health risk behaviours in young people: An integrative review". *BMC Public Health*, 13(1).
<https://doi.org/10.1186/1471-2458-13-971>
43. Kim, H. J., Min, J. Y., Min, K. B., Lee, T. J., & Yoo, S. (2018). "Relationship among family environment, self-control, friendship quality, and adolescents' smartphone addiction in South Korea: Findings from nationwide data". *PLoS ONE*, 13(2).
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0190896>
44. Currie, Melissa (2014). *Parenting in the Technology Generation: Exploring the Impact of Technology on Adolescents and their Parents*. Honours Thesis, School of Psychology, The University of Queensland.