

## MỨC ĐỘ NGHIỆN RƯỢU BIA Ở NAM SINH VIÊN VÀ NGƯỜI TRƯỞNG THÀNH TRẺ TUỔI TẠI THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH HIỆN NAY

HUỠNH VĂN SƠN<sup>\*</sup>, MAI MỸ HẠNH<sup>\*\*</sup>, QUANG THỤC HẢO<sup>\*\*\*</sup>

### TÓM TẮT

*Bài viết trình bày kết quả khảo sát mức độ nghiện rượu bia ở nam SV và người trưởng thành trẻ tuổi nam (NTTTN) tại Thành phố Hồ Chí Minh (TPHCM). Kết quả khảo sát cho thấy có 37,9% đợc khảo sát thuộc mức độ “sử dụng rượu bia một cách bình thường”, 21,3% “có xu hướng lạm dụng rượu bia”, 20,2% “nghiện nhẹ”, 16,0% “nghiện vừa” và 4,6% “nghiện nặng”. Như vậy, tỉ lệ phần trăm khách thể khảo sát giảm dần khi mức độ nghiện tăng dần. Tuy nhiên, đây vẫn là những con số đáng quan tâm bởi hậu quả và tính nghiêm trọng của các mức độ nghiện đối với chủ thể sử dụng rượu bia và những người xung quanh.*

**Từ khóa:** nghiện, mức độ nghiện, nam sinh viên, người trưởng thành trẻ tuổi nam.

### ABSTRACT

#### *The dipsomaniac levels of male students and young adults in Ho Chi Minh City nowadays*

*The article presents results from the survey of the dipsomaniac levels of male students and young adults in Ho Chi Minh City. According to the results, 37.9% of male students and young adults in Ho Chi Minh City are at the level of “use alcohol in a normal way”, 21.3% “tend to abuse alcohol”, 20.2% “mild addiction”, 16.0% “moderate addiction” and 4.6% “heavy addiction”. The percentage decreases when the level of addiction increases, but these are very alarming statistics because of its severity and consequences.*

**Keywords:** dipsomaniac, dipsomaniac levels, male students, young male adults.

### 1. Đặt vấn đề

Nghiện rượu bia hay còn gọi là lệ thuộc rượu bia là toàn bộ những hành vi, nhận thức và đáp ứng sinh lí của người sử dụng bằng một hoặc nhiều chất tác động đến tâm thần làm cho người nghiện dần dần bị mất kiểm soát trong việc sử dụng rượu bia. Đặc điểm cơ bản của người nghiện là sự thèm muốn mãnh liệt có khi

mang tính chất cưỡng bức phải uống rượu cho bằng đợc. Sau khi cai nghiện, nếu tái nghiện thì hội chứng nghiện lại xuất hiện rất nhanh, hơn cả lần nghiện đầu tiên. Mức độ phổ biến của nghiện rượu ở người lớn là 1-10% dân số. [10]

Tác hại của rượu bia đối với đời sống tinh thần của chủ thể sử dụng và những người xung quanh là điều không thể phủ nhận. Dưới góc độ nghiên cứu hành vi nghiện trên bình diện Tâm lí học, bài viết đề cập hành vi sử dụng rượu bia của khách thể qua một số tình huống giả

<sup>\*</sup> PGS TS, Trường Đại học Sư phạm TPHCM

<sup>\*\*</sup> ThS, Trường Đại học Sư phạm TPHCM

<sup>\*\*\*</sup> SV, Trường Đại học Sư phạm TPHCM

định, từ đó trình bày mức độ nghiện rượu bia ở nam SV và NTTT tại TPHCM.

## 2. Giải quyết vấn đề

Nghiên cứu được khảo sát trên 470 khách thể nam, trong đó có 291 SV (chiếm 61,9%) và 179 người đi làm (chiếm 38,1%). Các khách thể khảo sát là SV được chọn ngẫu nhiên từ 3 trường: Đại học Sư phạm TPHCM, Đại học Khoa học Tự nhiên - Đại học Quốc gia TPHCM, Đại học Mở TPHCM; và những người lao động tại các công ti, cơ quan ở TPHCM bằng cách khảo sát qua mạng internet.

Đối với riêng nhóm khách thể khảo sát là SV, có 23,4% là SV năm nhất, 21,6% là SV năm hai, 27,3% là SV năm ba và 27,7% SV năm tư. Bên cạnh đó, xét

về kết quả học tập gần nhất, có 2,1% SV xếp loại yếu, 4,9% xếp loại trung bình, 50% xếp loại khá và 4,9% xếp loại giỏi.

Công cụ nghiên cứu chính là bảng hỏi điều tra thực trạng. Bảng hỏi được xây dựng gồm ba phần chính: Biểu hiện hành vi sử dụng rượu bia qua một số câu hỏi định hướng, biểu hiện bên ngoài - biểu hiện bên trong của hành vi sử dụng rượu bia và biểu hiện hành vi sử dụng rượu bia qua một số tình huống giả định.

Trong đó, việc tìm hiểu hành vi nghiện rượu bia ở nam SV và NTTT thông qua một số tình huống giả định bao gồm 5 tình huống, mỗi tình huống có 4 cách ứng xử và khách thể chỉ chọn 1 đáp án. Cách tính điểm cụ thể như sau:

**Bảng 1.** Điểm quy đổi tương ứng mức độ biểu hiện hành vi sử dụng rượu bia qua một số tình huống giả định

Lựa chọn	Điểm quy đổi
Tích cực	1
Bình thường	2
Tiêu cực	3
Rất tiêu cực	4

Dựa theo thang đánh giá, tổng điểm có được từ các phần được quy đổi theo năm mức độ như sau:

**Bảng 2.** Mức độ nghiện rượu bia quy đổi tương ứng mức điểm tổng hợp

Điểm	Mức độ nghiện rượu bia
325 - 405	Nghiện nặng
225 - 324	Nghiện vừa
166 - 244	Nghiện nhẹ
87 - 165	Có xu hướng lạm dụng rượu bia
7- 86	Sử dụng một cách thông thường

### 2.1. Biểu hiện hành vi nghiện rượu bia của sinh viên và người trưởng thành trẻ tuổi nam tại TPHCM qua một số tình huống giả định

**Tình huống 1:** “Bạn đang ngồi học hoặc làm việc nhưng bạn đang thèm rượu bia, bạn mang rượu bia ra uống thì ngay lập tức bị người khác nhắc nhở. Bạn sẽ phản ứng như thế nào?”

**Bảng 3.** Biểu hiện hành vi nghiện rượu bia thông qua tình huống giả định 1

TT	Xử lý tình huống	Tần số	Tỉ lệ (%)
1	Cất rượu và không uống nữa	255	54,2
2	Cố gắng uống một li rồi cất ngay	94	20,0
3	Trốn vào một góc nào đó uống rồi sau đó, tiếp tục công việc/học tập	61	13,0
4	Bỏ buổi làm/học đó để đi uống rượu bia	60	12,8

Bảng 3 cho thấy tần số lựa chọn của khách thể giảm dần theo sự gia tăng tính tiêu cực của phương án trả lời ở tình huống trên.

Phương án có tỉ lệ lựa chọn cao nhất là “cất rượu và không uống nữa” với 54,2% tương ứng 225 khách thể chọn cách xử lý này. Quả thật là đáng mừng khi có hơn 1/2 nam SV và NTTTNN được khảo sát vẫn có biểu hiện đúng mực khi được nhắc nhở về hành vi sử dụng rượu bia của mình, đặc biệt là tại nơi làm việc hoặc học tập. Tiếp sau đó, với tỉ lệ lựa chọn giảm xuống hơn phân nửa nhưng vẫn đứng ở vị trí thứ hai là phương án “cố gắng uống một li rồi cất ngay” với 20% khách thể đồng tình. Lí giải cho sự lựa chọn này, nhiều NTTTNN cho biết họ ý thức được rằng sẽ phải cất rượu bia kèm theo sự giám sát từ người nhắc nhở sẽ bắt đầu trở nên khát khe hơn, do đó họ sẽ cố gắng uống thêm một chút nữa cho thỏa cơn “thèm khát”. Anh T.V.T - nhân viên sản xuất tại một xưởng sản xuất tư nhân chia sẻ: “Nhiều lúc thèm rượu lắm, uống một chút rượu nữa thôi

chứ chủ mà thấy tôi uống nữa là đuổi việc”. Mặc dù biểu hiện này cho thấy một phần khách thể đã chịu sự chi phối hành vi bởi rượu bia nhưng mức độ của sự chi phối này vẫn còn nằm trong tầm kiểm soát và họ vẫn ý thức được hoàn cảnh cũng như những ảnh hưởng tiêu cực có thể xảy ra nếu như cứ tiếp tục sử dụng rượu bia. Thế nhưng, điều thực sự đáng suy ngẫm là có đến 13% SV và NTTTNN chọn cách xử lý là “trốn vào một góc nào đó uống rồi sau đó, tiếp tục công việc/học tập”, và đặc biệt là 12,8% “bỏ buổi làm/học đó để đi uống rượu bia”. Không ngần ngại bộc lộ, anh V.V.T. - giữ xe chung cư thẳng thắn: “Đã bị nói thì cứ bỏ đi ra ngoài uống với bạn bè cho sướng, cùng lắm là không lấy tiền công buổi đó”. Cách hành xử này minh chứng một cách mạnh mẽ rằng việc rượu bia đang điều khiển hành vi của SV và NTTTNN là thực sự tồn tại. Còn gì tai hại hơn khi nghĩ đến rượu bia là họ sẵn sàng từ bỏ công việc và chống chế bằng những từ ngữ thiếu trách nhiệm như “không nhận lương”, “đuổi việc cũng được”... Điều

này không chỉ ảnh hưởng đến hiệu quả và chất lượng công việc họ đang tiến hành mà còn ảnh hưởng nghiêm trọng đến lối sống và sự phát triển cá nhân của người ứng xử.

**Tình huống 2:** “Trong một cuộc họp mặt gia đình, người thân của bạn không thích bạn uống rượu và tỏ thái độ khó chịu, bạn sẽ làm gì?”

**Bảng 4.** Biểu hiện hành vi nghiện rượu bia thông qua tình huống giả định 2

TT	Xử lý tình huống	Tần số	Tỉ lệ (%)
1	Không uống, sau khi kết thúc cuộc họp mặt sẽ uống một mình	111	23,6
2	Xin phép mọi người để uống rượu tại chỗ	176	37,4
3	Tránh đi nơi khác để uống	145	30,9
4	Tự nhiên uống mà không quan tâm đến phản ứng của người khác	38	8,1

Có sự phân tán tỉ lệ lựa chọn theo hướng gia tăng ở các ý kiến thuộc mức ứng xử bình thường và tiêu cực, đồng thời giảm tỉ lệ ở mức ứng xử tích cực và giảm mạnh ở mức rất tiêu cực đối với tình huống này.

Cụ thể, có 23,6% khách thể khảo sát quyết định “không uống, sau khi kết thúc cuộc họp mặt sẽ uống một mình”. Sự lựa chọn này nói lên rằng, rượu bia không phải là điều thực sự đáng quan tâm đến một bộ phận nam SV và NTTTNN, họ sẵn sàng lựa chọn khoảnh khắc vui vẻ trong mối quan hệ - yếu tố quan trọng nhất tại một buổi họp mặt gia đình. Bên cạnh đó, phương án “xin phép mọi người để uống rượu tại chỗ” có được sự đồng thuận lựa chọn của khách thể ở vị trí cao nhất: 37,4%. Với nhiều nam SV, đây là một cách ứng xử tế nhị trong giao tiếp mà vẫn thỏa mãn nhu cầu sử dụng rượu bia của mình. SV L.V.B - Trường Đại học Khoa học xã hội và Nhân văn chia sẻ: “Con trai lớn thì phải biết uống rượu bia và nếu có chùng mực thì việc này cũng

không ảnh hưởng xấu đến ai. Do đó, nếu thích tôi sẽ cứ uống và xin phép mọi người tôn trọng!”. Nhìn nhận hành vi sử dụng rượu bia trong tình huống giao tiếp, có thể thấy đây cũng là một cách xử lý có tính thuyết phục và thể hiện được sự kiểm soát của chủ thể sử dụng rượu bia, tuy vậy, vẫn có 30,9% nam SV và NTTTNN - con số cao thứ hai trong 4 sự lựa chọn sẽ “tránh đi nơi khác để uống”. Điều này cho thấy sự bận tâm và chú ý của khách thể không còn nằm ở mối quan hệ hay tình huống giao tiếp mà đã chuyển sang hẳn: rượu bia. Tệ hại hơn, 8,1% khách thể khảo sát cho rằng sẽ “tự nhiên uống mà không quan tâm đến phản ứng của người khác” khi gặp tình huống này. Tổng hợp hai phương án trả lời thì có đến hơn 1/3 nam SV và NTTTNN sẽ xử lý theo hướng tiêu cực trong giao tiếp. Đây cũng có thể được xem như một minh chứng phủ nhận những lí do mà những người sử dụng rượu bia, đặc biệt là người nghiện hay đưa ra, như: “rượu bia là một cách giao tiếp hiệu quả”, hay “nhờ những

rượu bia mà các mối quan hệ được hình thành trong buổi tiệc"... như là sự nguy hiểm hoặc hướng dẫn đến sự thay đổi suy nghĩ này trong thực tiễn.

**Tình huống 3:** “Một người thân hay bạn bè thân khi thấy bạn uống rượu bia nhiều thì khuyên răn bạn. Khi ấy bạn phản ứng ra sao?”

**Bảng 5.** Biểu hiện hành vi nghiện rượu bia thông qua tình huống giả định 3

TT	Xử lí tình huống	Tần số	Tỉ lệ (%)
1	Cảm ơn và hứa cố gắng thay đổi	217	57,7
2	Gật đầu cho qua chuyện	100	21,3
3	Đưa ra những lí lẽ để biện hộ	38	8,1
4	Mặc kệ và tiếp tục uống	61	13,0

Với tình huống này, phần lớn tỉ lệ lựa chọn nghiêng về phương án trả lời mang tính bình thường hoặc tích cực.

Có đến 57,7% khách thể lựa chọn các xử lí là “cảm ơn và hứa cố gắng thay đổi”. Mặc dù, “hứa” là một hành động chưa hoàn toàn khẳng định sự chắc chắn trong mức độ đạt được, nhưng dù sao, cách ứng xử này cũng mang tính tích cực. Tiếp theo, 100 khách thể tương ứng với 21,3% “gật đầu cho qua chuyện”. Không có gì là bất ngờ hay quá đặc biệt khi lựa chọn này đứng ở vị trí thứ hai, bởi lẽ đa phần người sử dụng rượu bia hoàn toàn ý thức được tác hại của chúng đối với sức khỏe và sự khuyên răn từ người thân cũng không phải là ít lần. Hành vi này cho thấy rằng trong chủ thể sử dụng bắt đầu hình thành sự chại sạn khi nghe những tác động từ người khác bằng lời nói. Điều đáng chú ý ở đây là sự gật đầu không đi kèm với hành vi giảm thiểu sử dụng rượu mà đôi khi còn như một kích thích gây phản tác dụng khi nam SV và NTTTNN bắt đầu chán chường với “điệp

khúc ‘biết rồi, khổ lắm, nói mãi’”. Điều này hoàn toàn có thể dẫn đến một cách phản ứng khác hơn nếu lặp đi lặp lại trong một thời gian dài, cách xử lí “mặc kệ và tiếp tục uống” là một ví dụ. Phương án này có tỉ lệ lựa chọn là 13,0% trong cuộc khảo sát. Anh H.L. - chuyên viên chăm sóc khách hàng tại một công ti điện tử viễn thông cho biết: “Mặc kệ, ai nói gì nói, tôi uống thì uống. Đàn ông mà không biết nhậu thì ra gì đàn ông nữa”. Đây rõ ràng là “nếp nghĩ” đã ăn sâu vào “nếp sống” của người dân nhiều nơi tại Việt Nam mà TPHCM cũng không ngoại lệ. Với 8,1%, phương án “đưa ra những lí lẽ để biện hộ” cũng đáng được quan tâm bởi tính chống chế để có thể thực hiện hành vi sử dụng rượu bia ở nam SV và NTTTNN.

**Tình huống 4:** “Bạn đang chuẩn bị nộp báo cáo công việc hoặc xem lại bài thuyết trình cho ngày mai, bỗng dưng bạn bè đến rủ bạn đi uống rượu bia, bạn sẽ hành động như thế nào?”

**Bảng 6. Biểu hiện hành vi nghiện rượu bia thông qua tình huống giả định 4**

TT	Xử lý tình huống	Tần số	Tỉ lệ (%)
1	Tiếp tục làm bài/làm việc và không quan tâm đến lời rủ rê ấy	192	40,9
2	Đi chơi với bạn và hứa rằng sẽ thức sớm làm	195	41,5
3	Nhủ lòng từ chối nhưng vẫn đi	60	12,8
4	Đi ngay vì vui mà	23	4,9

Trong tình huống này, các phương án xử lý có tỉ lệ lựa chọn được sắp theo thứ tự giảm dần là: “đi chơi với bạn và hứa rằng sẽ thức sớm làm” với 41,9%, “tiếp tục làm bài/làm việc và không quan tâm đến lời rủ rê ấy” với 40,9%, “nhủ lòng từ chối nhưng vẫn đi” với 12,8% và cuối cùng là “đi ngay vì vui mà” với 4,9%.

Đứng thứ hạng cao nhất, phương án “đi chơi với bạn và hứa rằng sẽ thức sớm làm” được 195/470 nam SV và NTTTNN lựa chọn, cách xử lý này cho thấy sự ưu ái của khách thể trong việc sắp xếp thứ tự những việc phải làm thì rượu bia vẫn cao hơn nhiệm vụ học tập. Xấp xỉ với sự lựa chọn này, phương án “tiếp tục làm bài/làm việc và không quan tâm đến lời rủ rê ấy” với 40,9% tỉ lệ khách thể đồng ý cũng cho thấy những dấu hiệu khá khả quan. Cộng gộp tỉ lệ lựa chọn ở hai cách ứng xử, có thể thấy rằng hơn 80% SV và NTTTNN thể hiện ý thức điều chỉnh hành vi theo hướng tích cực rõ nét trong tình huống này. Tuy nhiên, mặc dù thấp nhưng vẫn còn 12,8% khách thể “nhủ lòng từ chối nhưng vẫn đi”. Quan tâm đến sự đấu tranh trong suy nghĩ của khách thể, chúng tôi tiến hành phỏng vấn

SV L.Q.L.P - Trường Đại học Mở TPHCM và nhận được ý kiến như sau: “Nhiều lúc bạn bè hẹn đi nhậu trước rồi, nhưng mình quyết tâm là sẽ ở nhà chuẩn bị bài. Tụi bạn điện thoại mình cũng làm lơ, không bắt máy, nhưng khi tụi nó đến nhà, thấy không khí vui quá không thể nào từ chối được thì phải đi thôi. Bài ngày mai đành... chém gió”. Không chỉ riêng SV, nhiều NTTTNN đã tích lũy được kinh nghiệm giao tiếp, kinh nghiệm làm việc cũng cho rằng: “từ chối khi bạn bè rủ và bản thân cũng thích là một việc làm khó nhất trên đời”. Trong khi 60 người được khảo sát còn nghĩ đến việc từ chối thì 23 khách thể hoàn toàn không chút “vấn vương” với nhiệm vụ cần hoàn thành mà phải “đi ngay vì vui mà”. Phải khẳng định rằng, ở sự lựa chọn này, nam SV và NTTTNN đã bị rượu bia chi phối một cách khá rõ nét và cần quan tâm một cách đúng mức nhằm phòng hoặc chống những hậu quả khó lường mà nghiện rượu bia là một trường hợp hoàn toàn có thể xảy ra.

**Tình huống 5:** “Bạn đang uống rượu bia trong không khí vui vẻ, bỗng có người dùng lời lẽ khiêu khích hoặc nói khích, bạn sẽ phản ứng như thế nào?”

**Bảng 7. Biểu hiện hành vi nghiện rượu bia thông qua tình huống giả định 5**

TT	Xử lí tình huống	Tần số	Tỉ lệ (%)
1	Không quan tâm và tiếp tục uống	156	33,2
2	Cảnh cáo bằng lời với đối phương	199	42,3
3	Nổi giận và sẵn sàng dùng bạo lực nếu tiếp tục nói khích	54	11,5
4	Dùng bạo lực ngay vì đây là điều không chấp nhận được	61	13,0

Theo bảng 7, thứ tự giảm dần tỉ lệ lựa chọn phương án trả lời lần lượt là “cảnh cáo bằng lời với đối phương” (42,3%), “không quan tâm và tiếp tục uống” (33,2%), “dùng bạo lực ngay vì đây là điều không chấp nhận được” (13,0%), “nổi giận và sẵn sàng dùng bạo lực nếu tiếp tục nói khích” (11,5%) trong tình huống trên.

Có đến 199/470 khách thể lựa chọn cách ứng xử là “cảnh cáo bằng lời với đối phương”. Tương đối phù hợp với kết quả này, nhiều công trình nghiên cứu cũng cho thấy rượu bia không phải là một chất kích thích mà là một chất làm suy giảm cả hai quá trình hưng phấn và ức chế của hệ thần kinh trung ương. Tuy nhiên, rượu làm mất ức chế mạnh hơn, gây nên quá trình hưng phấn giả, vì vậy, người uống rượu cảm thấy hưng phấn, đỡ lo âu, sợ hãi, hoạt động nhiều, nói nhiều, khả năng tự kiểm chế bản thân suy giảm nên lời nói mất kiểm soát, thiếu tế nhị, đặc biệt là trong trường hợp bị khiêu khích hoặc nói khích [10]. Bên cạnh cách ứng xử này thì phương án “Không quan tâm và tiếp tục uống” đứng vị trí thứ hai với khoảng 1/3 khách thể đồng tình. Để làm rõ độ trung thực của khách thể khảo sát trong phương án này, chúng tôi tiến hành phỏng vấn

SV B.Q.P - Trường Đại học Khoa học tự nhiên - Đại học Quốc gia TPHCM và nhận được ý kiến: “Thật ra thì bây giờ tôi nghĩ mình mặc kệ nhưng khi xin rồi thì khó nói lắm, nhiều lúc nói gì rồi mình cũng không nhớ nữa”. Cùng được hỏi cụ thể về cách xử lí tình huống này, anh H.M - nhân viên bảo vệ Shop and Go tại Quận 1 cho rằng: “Đôi khi buồn hay bạn bè rủ rê thì tôi nhậu, nhưng nhậu là để tán dóc cho vui, đàn hát cho quên buồn, chứ cụ cãi, ầu đã chi cho mệt”. Có thể nói rằng, một phần nam SV và NTTTTN thực sự còn làm chủ hành vi của mình khi sử dụng rượu bia, đây là một điều có thể chấp nhận được. Tuy nhiên, cũng không thể không lưu tâm đối với những trường hợp sử dụng rượu bia một cách mất kiểm soát, gây ảnh hưởng đến những người xung quanh và an ninh trật tự công cộng. 61/470 người được khảo sát “dùng bạo lực vì không chấp nhận được” và 54/470 “nổi giận và sẵn sàng dùng bạo lực nếu tiếp tục nói khích” là những con số khiến mỗi người phải suy ngẫm - một con số ít nhưng không ít hậu quả có thể hình dung được. Thật không mấy khó khăn khi tìm kiếm những bài báo viết về hiện tượng xô xát, đánh nhau khi sử dụng rượu bia với những hình ảnh thật đau thương. Người

sử dụng rượu bia đánh bạn bè vì vài lời châm chọc, vợ ngay thứ gì gần đó như chai thủy tinh hay thanh gỗ để ầu đả vì chút tự trọng của người say rượu, không ngại cảnh sát hay người đi đường, sẵn sàng “san bằng thiên hạ” nếu có ai đó dám động đến “ta”, hoặc dùng cả vũ lực với gia đình chỉ vì một vài lời nói chưa vừa lòng mình... Tất cả những điều này nếu diễn ra trong một hoàn cảnh không có rượu bia thì chắc chắn có thể không xảy ra hậu quả nặng nề. Rượu bia không làm người ta can đảm hơn mà là liều lĩnh một cách mất lí trí hơn! Quả thật, kiểm soát hành vi sau khi sử dụng rượu bia không còn là vấn đề của riêng một cá nhân nào, một tổ chức hay một khoa học độc lập nào.

Nhìn chung, trong 5 tình huống giả định được đưa ra, đa phần khách thể khảo sát lựa chọn các phương án trả lời thuộc mức độ tích cực hoặc bình thường theo chỉ báo nghiên cứu. Mặc dù không thể phủ nhận ảnh hưởng của rượu bia đối với hành vi cụ thể trong hoạt động học tập/làm việc, trong các mối quan hệ... nhưng việc sử dụng rượu bia vẫn trong chừng mực có thể tự kiểm soát của người sử dụng, đây cũng là tín hiệu khả quan. Bên cạnh đó, vấn đề “phòng hơn chống” cũng cần được lưu ý, bởi lẽ với lứa tuổi còn khá trẻ, nam SV và NTTTNN lựa chọn các phương án như thế là phù hợp, nhưng nếu không có chế độ kiểm soát phù hợp, các hành vi này hoàn toàn có thể chuyển sang những cách xử lí tiêu cực hơn trong tương lai. Ngoài ra, báo động từ những hành vi tiêu cực, gây hậu quả nghiêm trọng bởi một bộ phận nam SV và

NTTTNN có liên quan đến việc sử dụng rượu bia bắt đầu vang to hơn, ngân hơn và dài hơn đối với một xã hội phát triển theo xu hướng hiện đại, văn minh và hội nhập như Việt Nam và đặc biệt là TPHCM.

## **2.2. Mức độ nghiện rượu bia ở nam sinh viên và người trưởng thành trẻ tuổi nam tại TPHCM**

Nghiên cứu về hành vi nghiện rượu bia ở nam SV và NTTTNN, cần tập trung tiến hành nghiên cứu biểu hiện bên ngoài và biểu hiện bên trong của hành vi nghiện, từ đó tính tổng điểm và chia thành các mức độ cụ thể. Trong đó, biểu hiện bên trong của hành vi được xem xét trong việc bộc lộ từng mặt cụ thể ở cấu trúc của ý thức như: nhận thức (trong đó nhấn mạnh đến khả năng tự ý thức của bản thân chủ thể sử dụng rượu), xúc cảm - tình cảm (trong đó chú trọng các biểu hiện hành vi thông qua các chỉ báo về cảm xúc) và ý chí (sự nỗ lực vượt qua những rào cản để có thể uống rượu). Biểu hiện bên ngoài của hành vi là sự thể hiện ra bên ngoài bằng các dấu hiệu quan sát được có liên quan đến việc uống rượu bia. Các biểu hiện bên ngoài của hành vi sử dụng rượu bia được nghiên cứu thông qua một số hoạt động, thói quen - thái độ, về mặt sức khỏe và một số hành vi lệch chuẩn trong đời sống. Kết quả mức độ nghiện rượu bia của SV và NTTTNN tại TPHCM trong đề tài được trình bày ở bảng 8 sau đây:

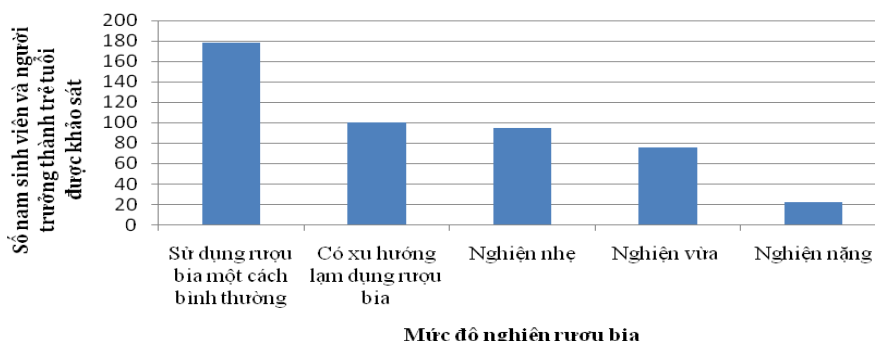


**Bảng 8. Mức độ nghiện rượu bia ở nam SV và NTTT**

TT	Mức độ	Tần số	Tỉ lệ (%)
1	Sử dụng rượu bia một cách bình thường	178	37,9
2	Có xu hướng lạm dụng rượu bia	100	21,3
3	Nghiện nhẹ	95	20,2
4	Nghiện vừa	75	16,0
5	Nghiện nặng	22	4,6
<b>TỔNG</b>		<b>470</b>	<b>100</b>

Trong số 407 nam SV và NTTT được khảo sát thì hơn 50% tập trung ở hai mức độ đầu tiên là “sử dụng rượu bia một cách bình thường” và “có xu hướng lạm dụng rượu bia”. Bảng số liệu cũng cho thấy tỉ lệ phần trăm khách thể giảm dần khi mức độ nghiện tăng dần. Biểu đồ mức độ nghiện rượu bia ở nam SV và NTTT dưới đây thể hiện rõ điều này:

*Biểu đồ mức độ nghiện rượu bia ở nam SV và NTTT*



Biểu đồ trên cho thấy có 178 (37,9%) nam SV và rơi vào mức độ “sử dụng rượu bia một cách bình thường”. Con số này nói lên rằng hơn 1/3 khách thể vẫn còn ở mức độ sử dụng rượu bia một cách thông thường, người sử dụng xem rượu bia là một trong những phương thức phục vụ cho nhu cầu giao tiếp, nhu cầu sinh hoạt của mình. Đa phần nam SV và NTTT ở mức độ này không có thói quen uống rượu bia, không quy định thời gian và số lượng rượu bia cụ thể, không bị rượu bia chi phối đời sống. Tại sao số liệu không phải cao hơn 37,9% trong khi đây là mức độ hợp lí và đúng đắn nhất

trong việc sử dụng rượu bia đối với nam SV và NTTT nói chung? Kết quả phỏng vấn và kiểm chứng quan sát trong thực tiễn cho thấy có khá nhiều SV xuất hiện ở quán bia/ rượu vào ngày cuối tuần hay thậm chí bất kì ngày nào trong tuần. Ra quán bia khi chơi thể thao thắng cuộc, nhận lương dạy thêm, chuẩn bị đi thực tập, ngày thực tập đầu tiên, chia tay với người “ấy” và hàng loạt lí do khác... Điều này cho thấy có một số SV vẫn thường xuyên tham gia nên con số phát hiện trên cũng chỉ là tương đối. Ngay trong nhóm SV “sử dụng rượu bia một cách bình thường” đã có dấu hiệu của

mức lạm dụng rượu bia phía dưới đây.

Đứng sau mức độ trên là mức độ “có xu hướng lạm dụng rượu bia” đạt 100 (21,3%) khách thể nghiên cứu. Ở giai đoạn này, ở chủ thể sử dụng bắt đầu có sự lệ thuộc trong việc sử dụng rượu bia mặc dù điều này chưa rõ nét. Cá nhân có sự gia tăng liều lượng sử dụng rượu bia trong những hành vi mang tính xã giao về mặt xã hội và bắt đầu manh nha hình thành sự cưỡng bức về mặt tâm lý bên trong. Đáng lo lắng khi số lượng khách thể nghiên cứu thuộc mức độ này cũng khá cao, việc sử dụng rượu bia dưới tính chất này có nguy cơ dẫn đến mức độ nghiện rượu bia thực sự.

Kế tiếp là mức độ nghiện nhẹ với 95 (20,2%) nam SV và NTTTNTN. Đây cũng là số liệu không nhỏ, cùng với mức độ nghiện vừa đều là những số liệu rất đáng lo ngại. Ở mức độ nghiện nhẹ này, cá nhân có sự lệ thuộc vào rượu bia, họ cũng xuất hiện các hành vi như khó chịu khi không được uống rượu bia, trốn tránh trách nhiệm để được uống rượu bia. Tuy nhiên, hành vi sử dụng rượu bia và các biểu hiện hành vi không tích cực khi sử dụng rượu bia của khách thể vẫn còn kiểm soát được khi có một sự nỗ lực về mặt ý chí và sự nhắc nhở của người xung quanh. Với những khách thể này, việc tác động phù hợp và kịp thời có thể đẩy lùi và cải thiện mức độ nghiện một cách hữu hiệu.

Tuy nhiên, khi nam SV và NTTTNTN có thói quen uống rượu bia thường xuyên với một thời gian và cường độ nhất định, họ có thể dễ dàng bước sang mức độ nghiện vừa. Tỷ lệ nam SV và NTTTNTN rơi vào mức độ này là

16,0%, con số không quá cao nhưng cũng đáng lo ngại. Ở giai đoạn nghiện này, người sử dụng có biểu hiện uống rượu bia một cách thường xuyên, họ trốn tránh sự ngăn cấm để được uống rượu bia. Đặc biệt hơn, họ vẫn nhận thức được hành vi không tích cực của mình nhưng không thể nào ngưng lại được và bắt đầu bất chấp các hậu quả có thể xảy ra với bản thân họ cũng như người khác. Như vậy, thời gian dài và sự tác động liên tục là điều kiện quan trọng nhất để khách thể trở về mức độ sử dụng rượu bia một cách bình thường.

Cuối cùng, trong 470 nam SV và NTTTNTN được khảo sát thì có 22 người với tỷ lệ 4,6% rơi vào mức độ nghiện nặng. Tuy con số chưa đến 5% nhưng mức độ nghiện nặng với những biểu hiện và hậu quả đáng lo ngại thì điều này cũng đáng quan tâm. Ở mức độ này, cá nhân dù có sự nỗ lực về mặt ý chí nhưng vẫn không thể ngưng việc sử dụng rượu bia với mức độ rất thường xuyên, kèm theo các biểu hiện hành vi tiêu cực như cáu gắt nếu không được thỏa mãn việc uống rượu bia, chống đối cũng như đấu tranh gay gắt để được sử dụng rượu bia tại nơi nghiêm cấm hoặc khi được người đối diện nhắc nhở, sẵn sàng dùng bạo lực khi đã sử dụng rượu bia. Hậu quả của việc sử dụng rượu bia ở mức độ này không chỉ ảnh hưởng mạnh mẽ đến bản thân người nghiện mà còn gây tổn hại những người xung quanh và xã hội. Những trường hợp này, các tác động can thiệp nhằm cải thiện hành vi sử dụng rượu bia cần được thực hiện với cường độ mạnh hơn và thời gian dài hơn. Thông thường, bên cạnh

các biện pháp tác động về mặt tâm lý còn cần sự hỗ trợ của y học như thuốc và các hình thức khác. Mặc dù vậy, đối với bản thân người sử dụng, việc nỗ lực mạnh mẽ để vượt qua rào cản của rượu bia là yếu tố quyết định. Bức tường bên trong mỗi người chỉ có thể được đập đổ bởi chính bản thân người đó và cũng chính họ là người thụ hưởng niềm vui, niềm hạnh phúc của mình!

Nhìn chung, tất cả các mức độ nghiện rượu bia được khảo sát đều đề cập những ý nghĩa rất đáng quan tâm. Việc làm sao để giảm đến mức tối thiểu tỉ lệ người nghiện rượu bia và gia tăng đến mức tối đa số lượng nam SV và NTTTTN ở mức sử dụng rượu bia một cách bình thường là mong mỏi của mọi người, mọi nhà và toàn xã hội.

### 3. Kết luận

Thông qua một số tình huống giả định, có thể thấy rằng cách xử lý của nam SV và NTTTTN trong các tình huống khảo sát có sự phân tán, tuy vậy, đa số các phương án có tỉ lệ lựa chọn cao vẫn “ưu ái” dành cho những đáp án có tính tích cực nhiều hơn tiêu cực. Về mức độ nghiện rượu bia của nam SV và NTTTTN tại TPHCM, mức độ “sử dụng rượu bia một cách bình thường” đạt tỉ lệ cao nhất với 37,9% tổng số khách thể. Tuy nhiên, với mong muốn cải tiến chất lượng cuộc sống của con người và đẩy lùi hành vi nghiện rượu bia thì con số này khiến chúng ta chưa thể hài lòng. “Làm sao để giúp cho nam SV và NTTTTN sử dụng rượu bia một cách đúng đắn và hợp lý?” là một câu hỏi lớn, đòi hỏi sự quan tâm, đầu tư từ nhiều phía.

### TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Huỳnh Văn Sơn (chủ biên) (2011), *Tâm lý học đại cương*, Nxb Đại học Sư phạm.
2. Huỳnh Văn Sơn (chủ biên) (2012), *Hành vi nghiện dưới góc độ tâm lý học*, Nxb Giáo dục.
3. Anne M. Holbrook, MD, PharmD, MSc; Renée Crowther, MSc; Ann Lotter, BA; Chiachen Cheng, MD; Derek King, Bmath (1999), *Diagnosis and management of acute alcohol with drawal* - CMAJ; 160-675-80.
4. World Health Organization (2008), *The ICD - 10 Classification of Mental and Behavioural Disorders: Clinical Descriptions and Diagnostic Guidelines*.
5. Centre for Education and Information on Drugs and Alcohol (CEIDA) (1997), *Drug Information Fact Sheets*.
6. Commonwealth Department of Health, Housing, Local Government and Community Services (1993), *Handbook for Medical Practitioners and other Health Care Workers on Alcohol and other Drug Problems*.
7. Howard H. Goldman (2000), *Review of general psychiatry*, p.263-283.
8. <http://nguoiduatin.vn>.
9. <http://oas.samhsa.gov/spotlight/Spotlight027AlcoholDependence.pdf>.
10. <http://www.mentalhealth.com/>.

(Ngày Tòa soạn nhận được bài: 13-12-2013; ngày phản biện đánh giá: 24-12-2013; ngày chấp nhận đăng: 18-02-2014)