

VÙNG AN TOÀN

**CÓ THỂ TIẾP NHẬN,
NHƯNG VẪN CẦN KIỂM CHỨNG.**

- Có nguồn gốc rõ ràng.
- Có dữ kiện và bối cảnh đầy đủ.
- Có thể kiểm chứng từ nguồn độc lập.
- Không thúc ép người đọc hành động ngay.

**An toàn không có nghĩa là đúng
tuyệt đối. Hãy luôn kiểm tra tính
cập nhật của thông tin.**

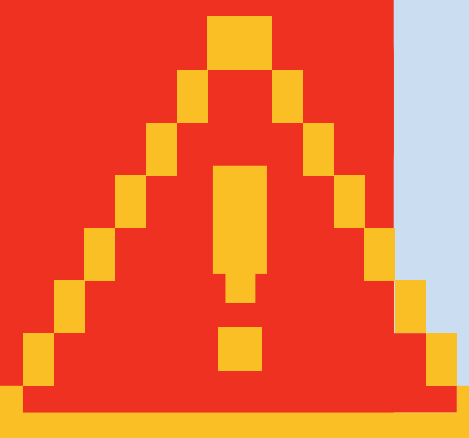


**Thông tin càng khiến bạn muốn
phản ứng ngay, càng cần dừng
lại để kiểm chứng.**

VÙNG NGUY HIỂM

**CÀNG THÚC ÉP HÀNH ĐỘNG,
CÀNG CẦN KIỂM CHỨNG.**

- Thiếu nguồn hoặc thiếu căn cứ.
- Tác động mạnh vào cảm xúc.
- Tạo áp lực về thời gian.
- Thúc ép chia sẻ hoặc hành động ngay.



VÙNG BẦY

**TRÔNG RẤT THẬT NHƯNG
CHƯA CHẮC LÀ SỰ THẬT.**

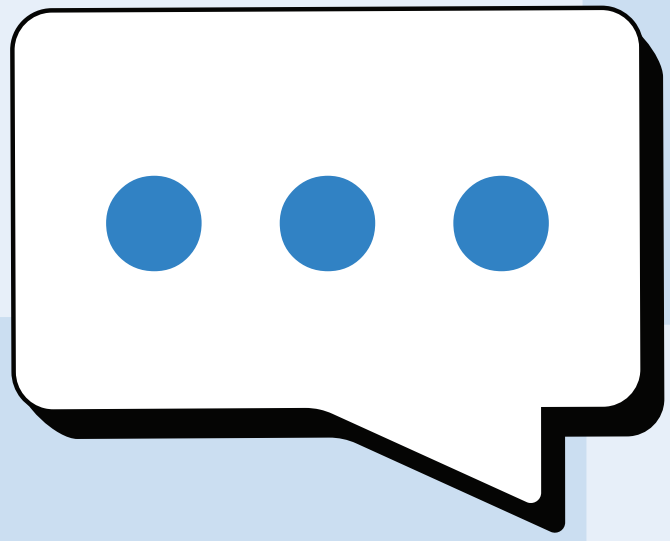
- Hình ảnh, video, âm thanh hoặc tài liệu được sử dụng như “bằng chứng”.
- Nội dung có thể bị cắt ghép, sai ngữ cảnh hoặc do AI tạo ra.
- Pha trộn giữa sự thật và thông tin sai lệch, khiến người đọc khó nhận biết.
- Dễ tạo cảm giác “đã có bằng chứng nên chắc là đúng”.

**Nhìn thấy không đồng nghĩa với
sự thật. Nghe thấy không đồng
nghĩa với bằng chứng.**



KIỂM TRUOCTINSAU





1

TẠO ÁP LỰC VỀ THỜI GIAN

Thông tin liên tục thúc giục:
[Khẩn cấp]
[Làm ngay]
[Chỉ còn hôm nay]

2

THÚC ÉP HÀNH ĐỘNG NGAY

Yêu cầu chia sẻ, chuyển tiền, bấm liên kết hoặc cung cấp thông tin cá nhân ngay lập tức.



3

TÁC ĐỘNG MẠNH VÀO CẢM XÚC

Khiến bạn hoảng sợ, tức giận, thương cảm hoặc quá phấn khích, hay có những cảm xúc kích động, cực đoan, làm bạn phản ứng trước khi suy nghĩ.

4

KHẲNG ĐỊNH CHẮC CHẮN NHƯNG THIỂU BẰNG CHỨNG

Dùng những câu như "100% đúng", "Nguồn nội bộ", "Đã xác nhận"... nhưng không có nguồn hoặc tài liệu kiểm chứng.

5

LAN TRUYỀN RẤT NHANH NHƯNG KHÔNG CÓ XÁC NHẬN CHÍNH THỨC

Xuất hiện dày đặc trên mạng xã hội nhưng không được cơ quan chức năng hoặc báo chí chính thống xác nhận.



6

HÌNH ẢNH, VIDEO, ÂM THANH "QUÁ THẬT"

Có thể là nội dung AI tạo ra, cắt ghép hoặc sai bối cảnh, nhưng rất khó nhận biết.

7

CHỈ ĐƯA RA MỘT GÓC NHÌN

Chỉ phản ánh một phía, không có nguồn từ các bên liên quan hoặc ý kiến đối chiếu.

8

NGUỒN GỐC MƠ HỒ

Không rõ ai đăng, từ đâu, khi nào, hoặc chỉ ghi chung chung như "nghe nói", "theo nguồn tin"...

THÔNG ĐIỆP

Nếu có từ 3 dấu hiệu trở lên, hãy coi đó là thông tin có mức độ rủi ro cao và kiểm chứng trước khi tin, chia sẻ hoặc hành động.



Bộ não đôi khi đánh lừa chính chúng ta

CHỈ TIN ĐIỀU MÌNH MUỐN TIN

01



Dấu hiệu:

- Chỉ đọc những thông tin ủng hộ quan điểm của mình
- Bỏ qua hoặc bác bỏ những ý kiến trái chiều

Vì sao dễ mắc?

Não bộ có xu hướng thích những điều quen thuộc và phù hợp với niềm tin sẵn có.

→ **Đừng chỉ tìm điều mình muốn tin. Hãy tìm cả những bằng chứng phản biện.**

ĐỒNG NHẤT “NỔI TIẾNG” VỚI “ĐÁNG TIN”

02

Dấu hiệu:

Tin một thông tin chỉ vì người nói nổi tiếng hoặc có nhiều người theo dõi.

Vì sao dễ mắc?

Chúng ta thường nhầm lẫn giữa sự nổi tiếng và chuyên môn.

→ **Đánh giá thông tin bằng bằng chứng và chuyên môn, không chỉ bằng danh tiếng.**

TIN THEO HIỆU ỨNG ĐÁM ĐÔNG

KIỂM TRUOCTINSAU

03

Dấu hiệu:

Cho rằng một thông tin đúng vì có nhiều lượt chia sẻ, bình luận hoặc xuất hiện khắp nơi.

Vì sao dễ mắc?

Con người thường cảm thấy an toàn khi làm theo số đông.

→ **Lướt xem, lướt chia sẻ phản ánh mức độ lan truyền, không phản ánh sự thật.**

CHO RẰNG “CHƯA BỊ BÁC BỎ” NGHĨA LÀ ĐÚNG

04

Dấu hiệu:

Luôn cho rằng “Nếu sai thì đã có người đính chính” hay “Chưa ai phản bác nên chắc là thật”.

Vì sao dễ mắc?

Não bộ thường muốn nhanh chóng lấp đầy khoảng trống khi chưa có đủ thông tin.

→ **Kiểm chứng là tìm bằng chứng, không phải chờ người khác phủ nhận.**



Khi bạn chỉ nhìn thấy điều mình muốn thấy
 ↳ Thông tin xuất hiện nhiều trên bảng tin của bạn không phản ánh toàn bộ sự thật.



DẤU HIỆU

- Chủ yếu nhìn thấy nội dung cùng quan điểm.
- Ít gặp ý kiến trái chiều.
- Dễ nghĩ rằng “ai cũng đang nghĩ như mình”

RỦI RO

- Góc nhìn trở nên phiến diện.
- Dễ củng cố niềm tin sẵn có.
- Tăng nguy cơ tin và chia sẻ thông tin chưa được kiểm chứng.

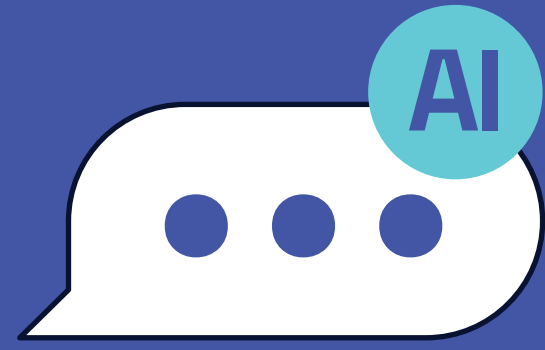
THOÁT KHỎI “BONG BÓNG”

- Theo dõi nhiều nguồn thông tin khác nhau.
- Chủ động đọc các góc nhìn đa chiều.
- Kiểm chứng trước khi tin hoặc chia sẻ.



Thuật toán chọn nội dung cho bạn.
 Đừng để thuật toán quyết định góc nhìn của bạn





BẦY HÌNH ẢNH / VIDEO

Ảnh có thể là thật nhưng bị gán sai thời gian, địa điểm hoặc sự kiện. Video có thể bị cắt ghép, chỉnh sửa hoặc thêm phụ đề sai, làm thay đổi ý nghĩa sự việc.

→ **Đừng chỉ xem qua, hãy tìm bản đầy đủ và nguồn đăng tải ban đầu**

BẦY ÂM THANH

Giọng nói có thể được AI giả mạo để mạo danh người thân, lãnh đạo hoặc cơ quan chức năng nhằm lừa đảo.

→ **Với các yêu cầu chuyển tiền hoặc cung cấp thông tin, luôn xác minh qua kênh liên lạc khác.**



BẦY NGỮ CẢNH

Thông tin có thể đúng nhưng bị cắt khỏi bối cảnh hoặc chỉ phản ánh một phần sự thật, dẫn đến hiểu sai.

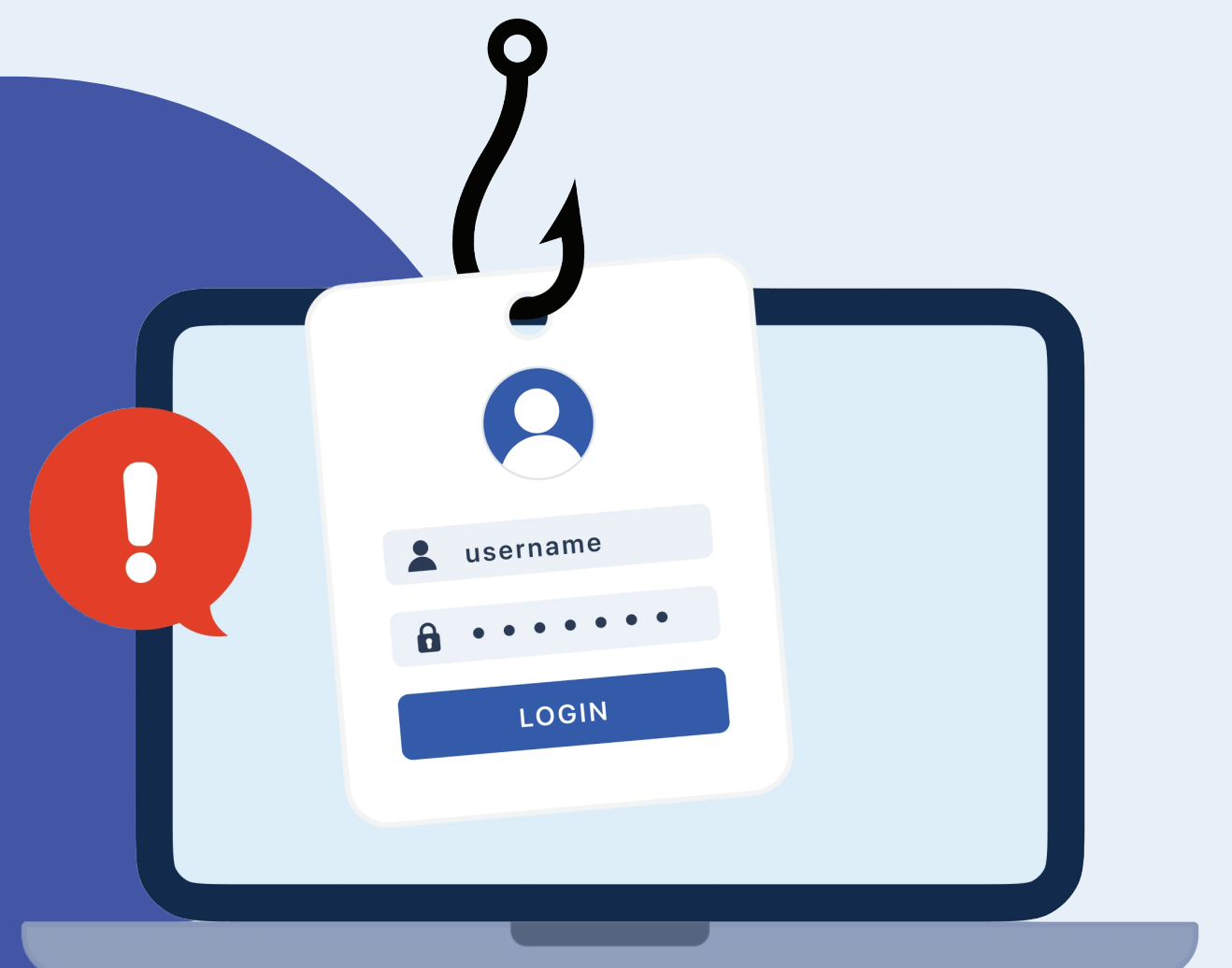
→ **Một nửa sự thật vẫn có thể gây hiểu lầm.**



BẦY AI

AI có thể tạo văn bản, hình ảnh, video và giọng nói rất thuyết phục nhưng không phải lúc nào cũng chính xác.

→ **Hãy xem AI là công cụ hỗ trợ, không phải nguồn kết luận cuối cùng.**





”Lỗi tắt nhận thức” giúp đưa ra quyết định nhanh nhưng cũng khiến chúng ta dễ tin vào thông tin sai lệch nếu không kiểm chứng.

ĐIỀU GÌ DỄ NHỚ THÌ TƯƠNG LÀ PHỔ BIẾN

Cho rằng một thông tin đúng vì có nhiều lượt chia sẻ, bình luận hoặc xuất hiện khắp nơi.

➔ Điều xuất hiện nhiều chưa chắc phản ánh đúng thực tế.

TRÔNG GIỐNG THẬT THÌ DỄ TIN

Thông tin có giao diện chuyên nghiệp, logo, hình thức giống báo chí hoặc cơ quan chính thống dễ tạo cảm giác đáng tin.

➔ Hình thức không thay thế được nguồn và bằng chứng.

NGHE NHIỀU THÀNH QUEN, QUEN THÀNH TIN

Một thông tin được lặp đi lặp lại nhiều lần có thể khiến não bộ cảm thấy nó đúng, dù chưa từng được kiểm chứng.

➔ Quen thuộc không đồng nghĩa với sự thật.

HIỆU ỨNG MỎ NEO

Thông tin xuất hiện đầu tiên thường ảnh hưởng mạnh đến nhận định, ngay cả khi sau đó đã có đính chính.

➔ Đừng để ấn tượng ban đầu quyết định sự thật.



1. DỪNG LẠI

Đừng phản ứng ngay khi một thông tin khiến bạn bất ngờ, lo lắng, tức giận hoặc quá phấn khích. Chỉ cần dừng lại vài giây cũng đủ để tránh những quyết định vội vàng.

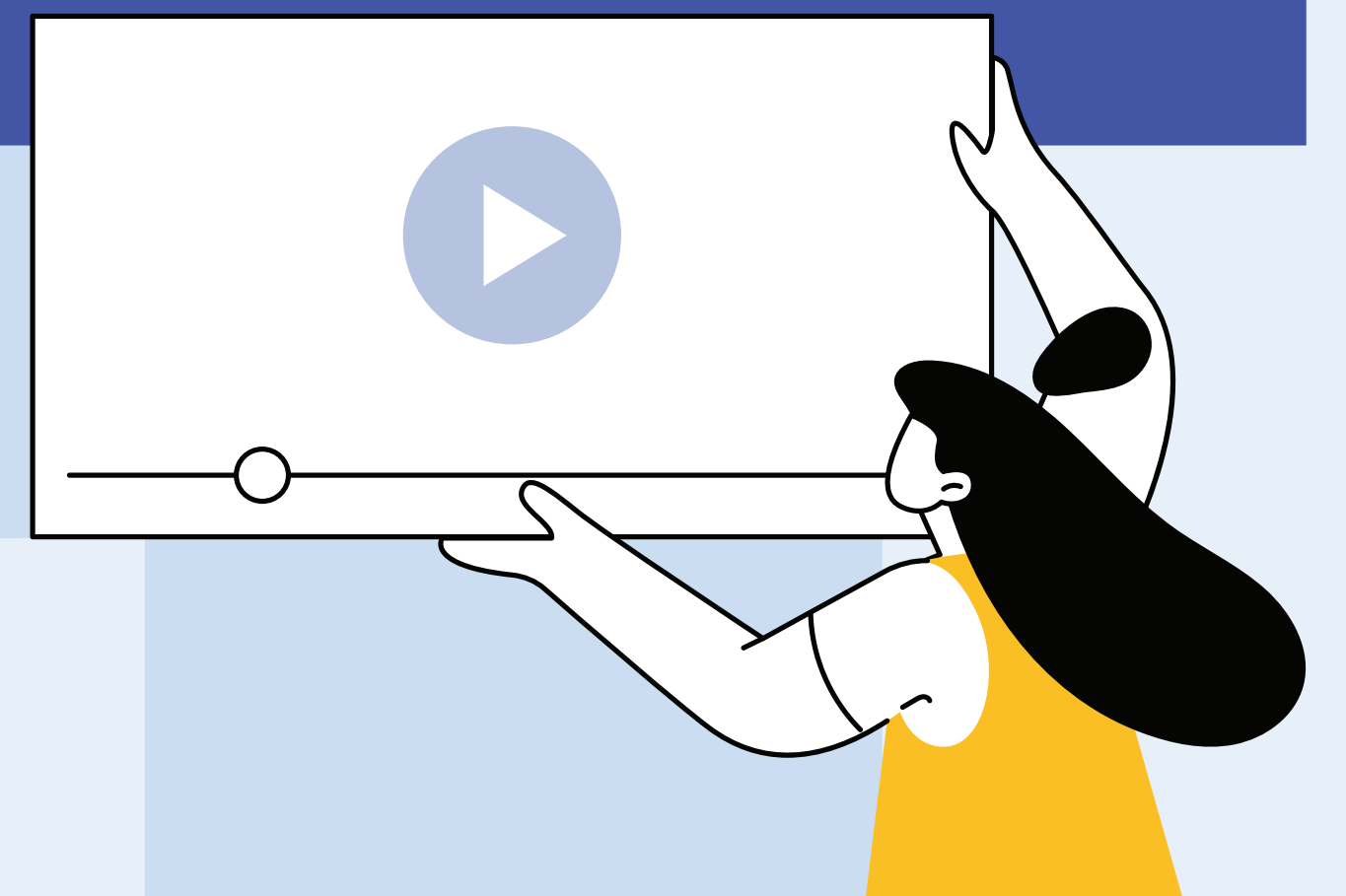
Thông tin càng thúc ép hành động ngay, càng cần dừng lại để kiểm chứng.



2. ĐỌC TOÀN BỘ

Đừng chỉ đọc tiêu đề hoặc xem vài giây đầu của video. Hãy đọc đầy đủ nội dung, kiểm tra thời gian, địa điểm, bối cảnh và bằng

Tiêu đề thu hút không phải lúc nào cũng phản ánh đầy đủ sự thật.



3. ĐỐI CHIẾU NGUỒN

Kiểm tra nguồn gốc của thông tin, đối chiếu với nguồn chính thức hoặc ít nhất hai nguồn độc lập. Nhiều bài viết giống nhau chưa chắc là nhiều nguồn khác nhau.

Nguồn đầu tiên luôn quan trọng hơn người chia sẻ cuối cùng.

4. ĐÁNH GIÁ MỤC ĐÍCH

Tự hỏi: Thông tin này muốn mình hiểu, hay muốn mình hành động ngay? Hãy cảnh giác với những nội dung thúc ép chia sẻ, chuyển tiền, bấm liên kết hoặc tạo áp lực thời gian.

Càng thúc ép hành động nhanh, càng cần đọc chậm lại.

5. ĐƯA RA QUYẾT ĐỊNH

Đủ căn cứ: Có thể tiếp nhận và chia sẻ có trách nhiệm.

Chưa đủ căn cứ: Tiếp tục kiểm chứng, chưa chia sẻ. Có dấu hiệu giả mạo, lừa đảo: Không tương tác, báo cáo khi cần thiết.

Không chia sẻ cũng là một hành động có trách nhiệm.



KHÔNG

vội tin chỉ vì có hình ảnh, video hoặc giọng nói.



KHÔNG

chia sẻ khi chưa xác minh được nguồn gốc và bối cảnh.

KHÔNG

hành động chỉ dựa trên một nguồn thông tin duy nhất.



KIỂM TRUỞCTINSAU

