

# Tìm hiểu các biện pháp ứng phó hiệu quả trong giáo dục phòng ngừa đối với những thử thách trực tuyến nguy hiểm

Đây là báo cáo về những thử thách nguy hiểm do Tiến sĩ Zoe Hilton (Praesidio Safeguarding) thực hiện, với sự đóng góp của Giáo sư Gretchen Brion-Meisels và Bác sĩ Richard Graham.

Báo cáo này được thực hiện với sự tham vấn của nhóm chuyên gia chỉ đạo. Chúng tôi muốn gửi lời cảm ơn: Ximena Díaz Alarcón, Giáo sư Amanda Third, Fabiana Vasconcelos, Jutta Croll, Tiến sĩ Maura Manca, Anne Collier, Diena Haryana, Karl Hopwood, Stephen Balkam, Nguyễn Phương Linh, Daniela Calvillo Angulo và Tiến sĩ Najla Alnaqbi vì đã có những lời khuyên mang tính chuyên môn và đóng góp ý kiến vào báo cáo này.

Chúng tôi muốn cảm ơn TVE (The Value Engineers) vì đã chia sẻ dữ liệu nghiên cứu và nội dung phân tích của họ với nhóm chỉ đạo.

Chúng tôi xin gửi lời cảm ơn đến TikTok vì đã yêu cầu thực hiện và hỗ trợ cho dự án này.



# Mục lục

- 01 Tìm hiểu các biện pháp ứng phó hiệu quả trong giáo dục phòng ngừa đối với những thử thách trực tuyến nguy hiểm
- 03 Tóm tắt dự án
- 04 Giới thiệu
- 06 Phần 1 - Tìm hiểu và khám phá vấn đề
  - 06 1.1 Định nghĩa
  - 06 1.2 Nghiên cứu học thuật về những thử thách nguy hiểm
  - 08 1.3 Các quan điểm và kinh nghiệm của hội đồng chuyên gia toàn cầu
- 11 Phần 2 - Phân tích và thông tin chi tiết từ bản khảo sát toàn cầu của TVE
  - 11 2.1 Hoàn cảnh ra đời và bối cảnh của bản khảo sát
  - 11 2.2 Thử thách trực tuyến
  - 15 2.3 Trò lừa bịp
- 19 Phần 3 - Vai trò của những thử thách trong quá trình phát triển của thanh thiếu niên
- 22 Phần 4 - Các biện pháp hiệu quả trong giáo dục phòng ngừa
  - 22 4.1 Học hỏi từ nghiên cứu về các biện pháp giáo dục phòng ngừa rủi ro
  - 27 4.2 Các chủ đề và hướng dẫn chính từ khoa học phòng ngừa
- 30 Phần 5 - Giáo dục phòng ngừa: quan điểm của ban chuyên gia về các phương pháp tiếp cận hiệu quả và cách cải thiện khả năng ứng phó của chúng ta
  - 30 5.1 Quan điểm về các phương pháp giáo dục hiệu quả
  - 33 5.2 Hướng dẫn và lời khuyên hiện tại về cách tiếp cận những thử thách
  - 37 5.3 Hướng dẫn về việc đưa tin và chia sẻ trên phương tiện truyền thông
  - 38 5.4 Ý tưởng của ban chuyên gia cho việc can thiệp cấp độ nền tảng
- 40 Phần 6 - Khuyến nghị

# Tóm tắt dự án

Trong báo cáo này, chúng tôi đã xem xét và đánh giá một loạt nghiên cứu về các thử thách nguy hiểm (trong đó có cả những thử thách kiểu trò lừa bịp) và hợp tác với hội đồng chuyên gia toàn cầu để thu thập thông tin nhằm tăng cường sự hiểu biết của chúng tôi. Báo cáo đưa ra khuyến nghị về cách chúng ta có thể cung cấp chương trình giáo dục phòng ngừa hiệu quả hơn cho người trẻ trước những thử thách nguy hiểm.

Chúng tôi hiểu rằng thử thách nguy hiểm có thể tác động nghiêm trọng đến từng trẻ em và là mối quan tâm lớn của các bậc phụ huynh cũng như giáo viên – những người thường có cảm giác không yên tâm và lo ngại về cách xử lý những vấn đề này. Chúng tôi nhận thấy cần có một biện pháp ứng phó tốt hơn và mang nhiều sắc thái hơn đối với cách tiếp cận phòng ngừa và giáo dục để đáp ứng được nhu cầu của trẻ em và người trẻ, những đối tượng có thể gặp các thử thách nguy hiểm và đối mặt với rủi ro khi tham gia vào những thử thách này.

Sau khi xem xét sự hiệu quả của các chương trình phòng ngừa khác nhau, chúng tôi nhận thấy rằng các cách tiếp cận sẽ hiệu quả hơn nếu được xây dựng dựa trên bằng chứng, có tính bao hàm toàn diện và có ý nghĩa đối với nhóm trẻ em và người trẻ mà các chương trình hướng đến. Theo dữ liệu khảo sát của chúng tôi, hầu hết người trẻ đều cảm thấy các thử thách đều vui vẻ/nhẹ nhàng hoặc mạo hiểm nhưng an toàn. Như vậy, các chiến lược phòng ngừa trong giáo dục đã được xây dựng dựa trên tiền đề rằng tất cả thử thách đều tiềm ẩn nguy hiểm sẽ không phù hợp với trải nghiệm sống của những người trẻ. Trong báo cáo này, chúng tôi nhận thấy điều quan trọng là cần phải xác nhận phạm vi trải nghiệm mà các thử thách trực tuyến mang lại, đồng thời phản ứng với dữ liệu cho thấy sự hỗ trợ và hướng dẫn mà người trẻ hoan nghênh nhất chính là sự giúp đỡ trong việc xác định những thử thách quá rủi ro. Ngoài ra, có một thông tin cần lưu ý rằng dữ liệu khảo sát cho thấy đa phần người trẻ không tham gia vào bất kỳ loại thử thách nào (dù là những thử thách vui vẻ và an toàn) và rằng chỉ có một số ít người trẻ thực hiện những thử thách mà họ xem là nguy hiểm.

Báo cáo này ghi nhận rằng các quyền của trẻ em cần được áp dụng trong thế giới số cũng như trong cuộc sống ngoài đời thực của chúng, và rằng trẻ có quyền được an toàn khi trực tuyến, cũng như có quyền riêng tư, quyền truy cập, quyền vui chơi và quyền thông tin cùng với quyền tham gia vào các quyết định có ảnh hưởng đến chúng. Trong báo cáo này, chúng tôi muốn nhấn mạnh rằng trẻ em và người trẻ nên tham gia vào việc định hình và cung cấp thông tin cho các biện pháp can thiệp hiệu quả mang tính bao hàm toàn xã hội cũng như phù hợp về mặt phát triển liên quan đến năng lực đang phát triển của các em.

Sau khi kiểm tra dữ liệu và thông tin sẵn có liên quan đến những thử thách nguy hiểm, chúng tôi đã tìm cách xác định một số cách tiếp cận đầy hứa hẹn để nâng mức độ can thiệp của giáo dục phòng ngừa đối với một loạt các bên liên quan.

<sup>1</sup>Khảo sát toàn cầu của The Value Engineers (TVE) sẽ được xem xét ở Phần 2 của báo cáo này.

<sup>2</sup>Bình luận chung về quyền trẻ em của UNCRC trong môi trường số.

# Giới thiệu

## Thông tin cơ bản về báo cáo

Báo cáo này tìm cách kiểm tra thông tin đã biết về những thử thách trực tuyến nguy hiểm bằng cách tổng hợp dữ liệu khảo sát, nghiên cứu học thuật từ các lĩnh vực liên quan và thông tin chuyên sâu từ hội đồng chuyên gia toàn cầu của chúng tôi. Bằng cách tập hợp những nghiên cứu và thông tin có sẵn về các thử thách trực tuyến nguy hiểm, cũng như nghiên cứu rộng hơn về các biện pháp ứng phó phòng ngừa hiệu quả đối với một loạt rủi ro trực tuyến và ngoại tuyến khác, báo cáo này tìm cách xác định cách giáo dục phòng ngừa phù hợp đạo đức, an toàn và hiệu quả để có thể giúp giảm rủi ro mà những thử thách nguy hiểm có thể mang lại.

Trong báo cáo này, chúng tôi đã sử dụng dữ liệu khảo sát do The Value Engineers tạo ra (theo yêu cầu từ TikTok). Dữ liệu này xét đến tất cả khía cạnh trong hoạt động tương tác của thanh thiếu niên, phụ huynh và giáo viên với những thử thách và trò lừa bịp trực tuyến.

Ngoài ra, chúng tôi nhận được sự tư vấn của một số chuyên gia hàng đầu và báo cáo này còn có sự đóng góp của Giáo sư Gretchen Brion-Meisels (lĩnh vực khoa học phòng ngừa) và Tiến sĩ Richard Graham (lĩnh vực tâm lý học phát triển). Trong suốt quá trình phân tích, chúng tôi cũng được trợ giúp rất nhiều từ những đóng góp về chuyên môn và thời gian của nhóm chuyên gia chỉ đạo toàn cầu gồm Ximena Díaz Alarcón (Argentina), Giáo sư Amanda Third (Úc), Fabiana Vasconcelos (Brazil), Jutta Croll (Đức), Tiến sĩ Maura Manca (Ý), Anne Collier (Hoa Kỳ), Diena Haryana (Indonesia), Karl Hopwood (Vương quốc Anh), Stephen Balkam (Hoa Kỳ), Nguyễn Phương Linh (Việt Nam), Daniela Calvillo Anhuilo (Mexico) và Tiến sĩ Najla Alnaqbi (UAE).

## Phạm vi báo cáo

Trong báo cáo này, chúng tôi tập trung vào các thử thách trực tuyến nguy hiểm; những thử thách có nguy cơ gây tổn hại đáng kể đến thể chất, tinh thần hoặc cảm xúc. Ở đây, chúng tôi đưa vào một danh mục phụ của các thử thách mà chúng tôi gọi là “thử thách trò lừa bịp”, đó là những thử thách tự sát/tự gây hại giả cho bản thân như Galindo/Blue Whale và Momo<sup>3</sup>. Thử thách trò lừa bịp tuyên truyền thông tin sai lệch rằng có một kẻ xấu chỉ đạo người dùng (thường là trẻ em) thực hiện một loạt hoạt động có hại ngày càng nghiêm trọng và kết thúc bằng cách tự gây hại cho bản thân hoặc tự sát. Chúng thường được gọi là “thử thách”. Trong thực tế, “thử thách trò lừa bịp” là những câu chuyện được xây dựng để lan truyền và kéo dài nỗi sợ hãi và sự lo lắng mà không hề có yếu tố tham gia hoặc thử thách thực sự.

<sup>3</sup>Các thử thách tự gây hại cho bản thân, tự sát hoặc “thử thách trò lừa bịp” tuyên truyền thông tin sai lệch rằng có một kẻ xấu chỉ đạo người dùng (thường là trẻ em) thực hiện một loạt hoạt động có hại ngày càng nghiêm trọng và kết thúc bằng cách tự gây hại cho bản thân hoặc tự sát. Danh tính kẻ xấu luôn được giấu kín. Đôi khi, chẳng hạn như trong Blue Whale, người ta cho rằng trẻ em/người trẻ bị đe dọa tống tiền để buộc phải làm trái với ý chí của mình trong các hoạt động được gọi là trò chơi tự sát gồm 50 nhiệm vụ, trong đó đỉnh điểm là nhiệm vụ tự sát. Thời gian gần đây, như trong thử thách Momo và Jonathan Galindo, thế lực gây hại đội lốt một bóng ma có siêu năng lực và khả năng phá hoại năng lực hành động độc lập của người dùng thông qua việc kiểm soát tâm trí để buộc họ phải hoàn thành loạt nhiệm vụ nguy hiểm, bao gồm cả việc tự gây hại cho bản thân và tự sát. Trong cả ba trường hợp trên, các thử thách trò lừa bịp đều được lan truyền rộng rãi.

Trong quá trình khám phá hiện tượng này, chúng tôi tìm cách hiểu rõ hơn và tăng cường khả năng ứng phó chung đối với các thử thách tự tử và tự gây hại cho bản thân. Báo cáo này không nhằm giảm thiểu những tác động tiêu cực cũng như không gợi ý rằng trò lừa bịp trực tuyến là cách duy nhất trên môi trường internet dẫn đến các vấn đề tự tử và tự gây hại. Bối cảnh hiện tại về công việc cần làm với thử thách

Hiện tại, hiểu biết chung của chúng ta về và biện pháp ứng phó với những thử thách nguy hiểm vẫn chưa được phát triển bài bản và có nhiều câu hỏi quan trọng vẫn đang bỏ ngỏ như:

- Phạm vi của vấn đề này là như nào?
- Điều gì thúc đẩy sự tham gia vào những thử thách nguy hiểm này?
- Người trẻ cần thông tin và công cụ gì để giữ an toàn (cho mình và cho người khác) khi gặp loại nội dung này?
- Chúng ta có nên đặt tên và mô tả những thử thách cụ thể khi nói chuyện với trẻ em và người trẻ về cách ứng phó không?

### *Nội dung của báo cáo này*

Trong *Phần 1* của báo cáo, chúng tôi nêu rõ vấn đề và những khó khăn do các thử thách trực tuyến nguy hiểm gây ra (bao gồm cả các thử thách trò lừa bịp) bằng cách xem xét các nghiên cứu thuật hiện có và trò chuyện với hội đồng chuyên gia của chúng tôi.

Trong *Phần 2*, chúng tôi phân tích kết quả phát hiện trong cuộc khảo sát toàn cầu của The Value Engineers về những thử thách và trò lừa bịp, rồi rút ra kinh nghiệm cho việc ứng phó.

Trong *Phần 3*, chúng tôi sẽ xem xét vai trò của các yếu tố liên quan đến phát triển trong việc thúc đẩy sự tương tác.

Trong *Phần 4*, chúng tôi sẽ ngừng đề cập đến các vấn đề cụ thể của thử thách và xem xét nội dung nghiên cứu hiện có về cách tiếp cận và giáo dục phòng ngừa hiệu quả. Ở phần này, chúng tôi sẽ xác định các hình thức can thiệp có thể có hiệu quả.

Trong *Phần 5*, chúng tôi lại xem xét thông tin chuyên sâu từ hội đồng chuyên gia để khám phá các phương pháp giáo dục phòng ngừa mà họ tin rằng có hiệu quả trên thực tế khi giải quyết những vấn đề này và khám phá một loạt cách để cải thiện khả năng ứng phó.

Trong *Phần 6*, chúng tôi sẽ tổng hợp tất cả các yếu tố từ báo cáo này để đưa ra ý tưởng về các cách tiếp cận trong tương lai đối với những thử thách nguy hiểm và các lựa chọn giúp giáo dục phòng ngừa thành công.

# Phần 1 - Tìm hiểu và khám phá vấn đề

## 1.1 Định nghĩa

Trong báo cáo này, chúng tôi sử dụng những định nghĩa sau:

### *Thử thách*

Các thử thách trực tuyến là việc mọi người ghi lại trực tuyến cảnh bản thân làm điều gì đó khó khăn hoặc mạo hiểm, rồi chia sẻ để khuyến khích người khác thực hiện lại.

Đó có thể là những thử thách vui vẻ và an toàn, nhưng cũng có thể là thử thách rủi ro và nguy hiểm, gây tổn hại cho cơ thể.

### *Thử thách nguy hiểm*

Khái niệm này đề cập đến những thử thách mang tính nguy hiểm và có thể dẫn đến tổn hại vĩnh viễn hoặc thương tích lâu dài cho cơ thể.

### *Trò lừa bịp*

Trò lừa bịp trực tuyến, hay đôi khi còn được gọi là trò chơi khăm hoặc lừa đảo, là những thủ đoạn lừa bịp được tạo ra để khiến người khác tin vào những điều đáng sợ, vốn không phải sự thật.

Nội dung trò lừa bịp có thể khá cực đoan vì chúng được tạo để gây ra sự hoảng sợ.

### *Thử thách trò lừa bịp*

Trong báo cáo này, chúng tôi dùng khái niệm “thử thách trò lừa bịp” để chỉ cụ thể danh mục phụ của các thử thách nguy hiểm, trong đó yếu tố thử thách là giả nhưng chúng được thiết kế để gây sợ hãi và tổn thương, từ đó tác động tiêu cực đến sức khỏe tâm thần. Các thử thách trò lừa bịp mà chúng tôi xem xét trong báo cáo này là những thử thách xúi giục việc tự gây hại cho bản thân hoặc tự tử như Momo hoặc Blue Whale.

## 1.2 Nghiên cứu học thuật về những thử thách nguy hiểm

Có một vài nghiên cứu nhỏ đã cân nhắc kỹ đến những thử thách đặc biệt nguy hiểm cùng tác động của chúng. Các nghiên cứu này thường có xu hướng kêu gọi nâng cao nhận thức và hiểu biết từ phía phụ huynh, nhà trường và các chuyên gia y tế<sup>4</sup>. Một số nghiên cứu tập trung vào tác động y tế và được báo cáo trên các tạp chí y tế.<sup>5</sup>

<sup>4</sup>Tóm tắt tầm quan trọng của việc nhận thức và can thiệp một cách không phán xét, xem Sabrina, S. (2019) “What’s the appeal of online challenges to teens?”, The Ohio State University: Wexner Medical Center, 17/09/2019. Các ví dụ khác về việc kêu gọi nâng cao nhận thức, gồm Gupta, A. (2018) “The problem with extreme social media challenges”, Medpage 06/09/2018.

<sup>5</sup>Deklotz, C.M. & Krakowski. A.C. (2013) “The Eraser Challenge Among School-Age Children”. Journal of Clinical and Aesthetic Dermatology, (2013) 6, no. 12. Đồng thời, xem thêm Grant-Alfieri, A., Schaechter, J. & Lipshultz, S.E. (2013) “Ingesting and Aspirating Dry Cinnamon by Children and Adolescents: The ‘Cinnamon Challenge’”. Pediatrics, (2013) 131, no. 5

Một số nghiên cứu đã cố gắng khám phá ý nghĩa của thử thách từ quan điểm của trẻ em và người trẻ, đồng thời liên kết việc tham gia vào các thử thách mạo hiểm với động lực phát triển bình thường nhằm tìm kiếm địa vị xã hội<sup>6</sup> và có được sự nhìn nhận từ những người đồng lứa cũng như sự chấp thuận từ nhiều đối tượng hơn. Nghiên cứu cũng khám phá cách thức mà trong đó, tác động của môi trường trực tuyến có thể khuếch đại và khiến những yếu tố ảnh hưởng này trở nên trầm trọng hơn.<sup>7</sup>

Các nghiên cứu hiện tại công nhận rằng hiện có rất nhiều thử thách với các mức độ rủi ro khác nhau, song nhìn chung đều xác định rằng việc tham gia thử thách là một hoạt động phổ biến của giới trẻ liên quan đến áp lực từ những người đồng lứa và việc tìm kiếm sự khẳng định, chứ không phải vì các vấn đề hoặc khó khăn về sức khỏe tâm lý hay tâm thần.<sup>8</sup> Một nghiên cứu đã xem xét ba loại thử thách khác nhau đều có tính lan tỏa (gồm Blue Whale, Tide Pod và Ice Bucket). Chúng tôi coi Blue Whale là thử thách mang các đặc điểm của “thử thách trò lừa bịp” như được mô tả ở trên; Tide Pod là một thử thách nguy hiểm, yêu cầu người tham gia ăn viên giặt tẩy, có thể gây ra tổn thương/thương tích đáng kể; còn Ice Bucket là một thử thách thú vị, rất ít rủi ro nhằm nâng cao nhận thức về chứng xơ cứng bên teo cơ. Nghiên cứu này đã đặt ra vấn đề rằng mức độ và bản chất của hoạt động tương tác trực tuyến với các loại thử thách nói chung (bao gồm cả những thử thách mạo hiểm) có thể bình thường hóa hành vi và tạo ra nhận thức sai lầm rằng hành vi đó phổ biến hơn thực tế.<sup>9</sup>

Tổ chức T.I.M. đã thực hiện đề tài nghiên cứu liên quan đến một nhóm tập trung mở rộng với những người trẻ ở độ tuổi từ 13 đến 18. Nhóm này đã quen thuộc với nhiều thử thách trực tuyến và thực hiện phân biệt các thử thách dựa trên mức độ tác động và nguy hiểm của chúng. Nhóm cũng đã thảo luận về một loạt thử thách, bao gồm cả những thử thách “trong sáng và vô hại” chẳng hạn như thử thách lật chai và những thử thách “lúc đầu có vẻ vô hại nhưng đến cuối lại vô cùng nguy hiểm” chẳng hạn như thử thách ăn quế<sup>10</sup>. Họ cũng thảo luận về những “thử thách” có vẻ đáng sợ và nguy hiểm ngay từ đầu, chẳng hạn như Momo (mặc dù đây hóa ra là một thử thách trò lừa bịp). Nhóm người trẻ đã giải thích động cơ khiến họ tham gia là:

- Cảm giác căng thẳng/xúc động – yếu tố mạo hiểm khiến thử thách trở nên hấp dẫn.
- Sự tò mò – thử cái gì đó mới.
- Củng cố mối quan hệ bạn bè – chia sẻ hành vi tham gia của bạn với bạn bè và nhờ đó có cảm giác “thuộc về tập thể”.
- Tăng mức độ nổi tiếng – thu hút sự chú ý của người khác, qua số lượt xem, lượt thích và số người theo dõi trên mạng xã hội.

Nghiên cứu chỉ ra rằng các thử thách có thể rất dễ được làm theo bởi thực tế là bạn thường

<sup>6</sup>Murphy, R. (2019) “The rationality of literal Tide Pod consumption”, *Journal of Bioeconomics*, (2019) 21

<sup>7</sup>Chu, V., Begaj, A. & Patel, L. (2018) “Burns challenges – A social media dictated phenomena in the younger generation”. *Burns Open*, 2 (2018)

<sup>8</sup>Trong tài liệu đã trích dẫn Chu cùng cộng sự, “Burns challenges” và Sykes, S., “What’s the appeal...?”,

<sup>9</sup>Khasawneh cùng cộng sự, (2021) “An Investigation of the Portrayal of Social Media Challenges on YouTube and Twitter”. *ACM Transactions on Social Computing*, (2021) 4, no. 1

<sup>10</sup>Đây là thử thách yêu cầu người tham gia ăn một thìa đầy quế mà không uống bất cứ thứ gì. Hành vi này có thể gây ho, nghẹn, nôn khan và có khả năng làm tổn thương phổi nếu hít phải quế. Xem thêm tại [https://en.wikipedia.org/wiki/Cinnamon\\_challenge](https://en.wikipedia.org/wiki/Cinnamon_challenge)

không cần kỹ năng và thiết bị đặc biệt nào để thực hiện thử thách, và rằng việc xem người khác thực hiện thử thách mà không bị tổn hại gì có thể khiến người trẻ đang đánh giá thấp những rủi ro mà một số thử thách mang đến.

### 1.3 Các quan điểm và kinh nghiệm của hội đồng chuyên gia toàn cầu

Đối với báo cáo này, chúng tôi đã tham khảo ý kiến của một hội đồng chuyên gia toàn cầu để nắm được quan điểm và kinh nghiệm của họ về những thử thách trực tuyến nguy hiểm. Hội đồng chuyên gia nhận thấy có sự kết hợp của các yếu tố nguyên nhân đối với việc trẻ tham gia vào các thử thách nguy hiểm. Các thử thách này có thể phức tạp và liên quan đến bối cảnh xã hội và văn hóa, sức khỏe tâm thần, sự hỗ trợ của gia đình và các hội nhóm bạn bè. Hội đồng này xác định trẻ em và người trẻ đến từ các nhóm bị cô lập và thiếu thốn hơn sẽ dễ gặp rủi ro hơn nhưng các yếu tố khác cũng có tác động, bao gồm khả năng phục hồi của cá nhân, mức độ tiếp cận hỗ trợ và năng lực tư duy phản biện, cùng nhu cầu và mong muốn của một số người trẻ về sự phấn khích, sự khẳng định và hòa nhập tại các thời điểm cụ thể.

#### *Tính dễ bị tổn thương và động cơ để tham gia vào những thử thách rủi ro*

Mặc dù những người được hỏi cảm thấy có sự kết hợp giữa các động lực và yếu tố cơ bản thúc đẩy sự tham gia vào các thử thách nguy hiểm, nhưng họ đều nhất trí rằng thiên hướng phát triển mới là yếu tố quan trọng. Các chuyên gia miêu tả những đứa trẻ họ từng làm việc cùng đều muốn được thể hiện bản thân, cảm nhận và thử nghiệm cảm xúc cũng như phạm vi và giới hạn trong trải nghiệm thể chất của trẻ. Mọi người cũng thừa nhận những thử thách gây cho họ cảm giác hồi hộp, sự kích thích từ adrenaline và dopamine. Các chuyên gia đã nói về sự cần thiết phải thể chỗ trải nghiệm thử thách nguy hiểm bằng một thử thách thay thế hoặc vui nhộn mang lại sự phấn khích nhưng ít rủi ro hơn và/hoặc có yếu tố giám sát.

Một yếu tố quan trọng nữa về động lực của trẻ em và người trẻ cũng được xem xét, đó là tác động từ sự ảnh hưởng của người đồng lứa và mong muốn gây ấn tượng với bạn bè hoặc để ứng phó với áp lực phải tham gia và hòa nhập với những người khác trong một nhóm xã hội. Mong muốn được chấp nhận và được nhiều người biết đến cùng sự liên hệ giữa những thử thách với những đứa trẻ nổi tiếng khiến trẻ quyết định thực hiện các thử thách đó để đạt được hoặc nâng cao vị thế xã hội. Việc tô vẽ đẹp đẽ cho các thử thách nguy hiểm bằng cách liên hệ thử thách với những hành vi hài hước, dũng cảm và chấp nhận rủi ro đều góp phần tạo nên sức hấp dẫn của các thử thách.

Hội đồng chuyên gia chỉ ra rằng những trẻ mà họ từng làm việc cùng thuộc các nhóm dễ bị tổn thương hơn ở ngoài đời thực cũng có xu hướng dễ bị tổn thương hơn khi ở trên mạng. Họ cảm thấy tính dễ bị tổn thương ở ngoài đời thực cũng là một yếu tố quan trọng trong việc quyết định tham gia vào các thử thách nguy hiểm. Nghiên cứu cho thấy mặc dù những trẻ em và người trẻ tuổi bị cô lập và dễ bị tổn thương thường dễ gặp rủi ro hơn khi ở trên<sup>12</sup> mạng nhưng nhóm trẻ này cũng phụ thuộc nhiều hơn vào thế giới trực tuyến để tìm cho

<sup>12</sup>El Asam, A. & Katz, A. (2018) 'Vulnerable Young People and Their Experience of Online Risks', Human-Computer Interaction, February 2018, Taylor & Francis

<sup>13</sup>Mitchell, K.J., Ybarra, M., & Finkelhor, D. (2007) 'The Relative Importance Online Victimization in Understanding Depression, Delinquency and Substance Use' Child Maltreatment 2007 Vol 12 no. 4.



mình kết nối và lối thoát tích cực.<sup>14</sup> Hội đồng chuyên gia nhấn mạnh rằng mối quan tâm chính đối với phần lớn trẻ em trên toàn cầu là quyền truy cập – liệu chúng có đủ khả năng truy cập trực tuyến hay không và thời gian truy cập là bao lâu. Có quan điểm cho rằng nhóm dễ bị tổn thương hơn (đặc biệt là những trẻ em bị cô lập trên mạng) thường mong muốn được chấp nhận, được hòa nhập và khẳng định bản thân hơn khi ở trên mạng – dẫn đến xu hướng tham gia hoặc tương tác với những thử thách nguy hiểm cao hơn.

### *Hiểu về thử thách trò lừa bịp và tác động của chúng*

Để hiểu về sự tương tác trong các thử thách trò lừa, ban chuyên gia đã phân biệt giữa nhóm nhỏ các trẻ em và người trẻ có thể dễ bị tổn thương, là các đối tượng cảm thấy việc tham gia vào các ý tưởng hoặc hành vi tự hại trở nên dễ dàng hơn nhờ thử thách trò lừa bịp – và nhóm lớn hơn nhiều gồm những người có thể bị ảnh hưởng bởi việc tiếp xúc với các ý tưởng đáng sợ và gây lo lắng.

Ban chuyên gia xác nhận rằng theo kinh nghiệm của họ, các phụ huynh thường hiểu nhầm hoặc hoang mang về thử thách trò lừa, dẫn đến các chiến thuật có hại như lan truyền các cảnh báo vô căn cứ và khiến trẻ chú ý đến các thử thách trò lừa, làm tăng nguy cơ trẻ tiếp xúc với chúng. Cũng có nguy cơ phụ huynh sẽ có cách tiếp cận quá thô bạo và không mang tính lâu dài như cấm trẻ dùng thiết bị hay tịch thu thiết bị.

Xét về tác động của các trò lừa, ban chuyên gia lo ngại về mức độ dễ bị tổn thương về mặt tâm lý của những trẻ em vốn đã dễ có hành vi tự hại, chẳng hạn như những đứa trẻ đang có tâm trạng ủ dột hoặc đối mặt với cảm xúc tiêu cực mạnh mẽ, suốt ngày nghĩ đến hoặc ám ảnh với ý tưởng bị kiểm soát. Ban chuyên gia nêu lên vấn đề rằng cũng có nguy cơ có nhiều người lợi dụng sự lo âu do thử thách trò lừa bịp gây ra để thao túng, kiểm soát và bóc lột trẻ em cũng như người trẻ trên mạng.

Một bản phân tích chi tiết về Blue Whale do một chuyên gia trong ban thực hiện đã phát hiện ra rằng rất khó để tìm hiểu lý do của động cơ bắt đầu, lý do lan truyền và mức độ ảnh hưởng cũng như gây hại liên quan đến những điều đã xảy ra – nhất là từ các nền văn hóa và quốc gia cách xa nơi xuất xứ của trò lừa.<sup>15</sup> Ở một số khía cạnh, đây có thể là chìa khóa giải mã nỗi sợ hãi mà thử thách trò lừa bịp gây ra, vì chúng có vẻ như được thiết kế để mang vẻ khó hiểu, khó xử lý hay khó bác bỏ và vì vậy khiến người dùng rơi vào trạng thái hoang mang, không chắc chắn. Trong trường hợp Blue Whale, mặc dù đã có một vụ bắt giữ liên quan đến trò chơi tự sát tại Nga được nhiều phương tiện truyền thông đưa tin, song người ta vẫn không xác minh được chắc chắn mối liên hệ giữa các vụ trẻ em tự sát và trò chơi Blue Whale.<sup>16</sup> <sup>17</sup>Các cuộc điều tra của Trung tâm Internet an toàn hơn tại Bulgaria cho thấy động cơ lan truyền có thể bao gồm những người tò mò và cố gắng tìm hiểu thêm và cả những người muốn lợi dụng việc lan truyền hashtag để bán sản phẩm, tăng lượt người xem/sự chú ý hoặc truyền bá nội dung.

<sup>14</sup>Katz, A., & El Asam, A. "Refuge and Risk: Life Online for Vulnerable People" Internet Matters

<sup>15</sup>Collier, A. <https://www.netfamilynews.org/blue-whale-2-months-later-real-concern>

<sup>16</sup>Xem nghiên cứu và khám phá về Blue Whale của Collier, A. tại <https://www.netfamilynews.org/blue-whale-2-months-later-real-concern>, xem thêm tại <https://www.netfamilynews.org/blue-whale-fake-news-teens-spread-internationally> và các bình luận được trích dẫn từ cuộc điều tra của Trung tâm Internet an toàn hơn của Bulgaria <https://balkaninsight.com/2017/02/22/experts-warn-against-rumours-for-spread-of-suicide-game-in-bulgaria-02-21-2017/>

<sup>17</sup>Để đọc phần tổng quan hữu ích của BBC, hãy xem tại <https://www.bbc.co.uk/news/blogs-trending-46505722>

## Câu chuyện điển hình - Một đánh giá về sự chú ý mà phương tiện truyền thông dành cho các thử thách trò lừa bịp ở Vương quốc Anh

Vào năm 2019, tổ chức từ thiện Vương quốc Anh, South West Grid for Learning, đã công bố một nghiên cứu của Andy Phippen, Giáo sư về Trách nhiệm xã hội trong CNTT, Đại học Plymouth và Emma Bond, Giáo sư Nghiên cứu kỹ thuật xã hội, Đại học Suffolk về tác động của phương tiện truyền thông và sự chú ý của người dân đến các thử thách trò lừa bịp ở Vương quốc Anh. Nghiên cứu khám phá các hậu quả tiêu cực ngoài ý muốn do sự chú ý của dân chúng cũng như phương tiện truyền thông gây ra liên quan đến Momo và Blue Whale (được mô tả là “truyện ma kỹ thuật số”) và tranh luận rằng phản ứng chung của phương tiện truyền thông và giới chuyên môn đã làm tăng khả năng tiếp xúc của trẻ em và người trẻ với những nội dung phản cảm.<sup>18</sup>

Các tác giả cho thấy việc “các cơ quan có trách nhiệm” chia sẻ thông tin về Momo và Blue Whale đã khiến sự quan tâm của trẻ em và người trẻ tăng vọt. Các tác giả truy ra điều này bằng cách xem xét số liệu thống kê lượt tìm kiếm tại các trường học từ một công ty lọc nội dung internet phổ biến. Số liệu cho thấy các lượt tìm kiếm này (họ đánh giá là chủ yếu do trẻ em thực hiện) đã tăng vọt và phản ánh việc đưa tin của phương tiện truyền thông cũng như các bình luận công khai.

Các tác giả lập luận rằng việc đưa tin không hữu ích như vậy sẽ tạo ra sự sợ hãi, lo lắng và lo ngại để rồi thúc đẩy việc lan truyền và khiến trẻ em có mức độ tiếp xúc không cần thiết với nội dung đó. Các tác giả kêu gọi một cuộc kiểm tra và điều tra gay gắt hơn đối với nội dung trò lừa bịp tiềm ẩn với lập luận rằng:

*Đối với các sự kiện trong tương lai, các hãng và các tổ chức có thể áp dụng phương pháp đánh giá rủi ro gây hại và tính xác thực của mối đe dọa trước khi ra cảnh báo nhằm cân nhắc hậu quả (tích cực và tiêu cực) của hành động của mình. Điều quan trọng là phải kiểm tra các nguồn đó và xác thực trước khi vội vã đưa tin trên phương tiện truyền thông xã hội. Việc quá vội vã có thể dẫn đến hiệu ứng quả cầu tuyết và việc nhận thức về mối đe dọa không chính xác có thể mang lại hậu quả có hại cho những người trẻ mà chúng ta muốn bảo vệ.*

Các tác giả của nghiên cứu kêu gọi chiến lược thông hiểu truyền thông rộng hơn trên tất cả các dạng nội dung gây ảnh hưởng tiêu cực và liên kết điều này với các bài học đã học được trong việc ngăn chặn tự sát trên báo cáo của phương tiện truyền thông. Chúng ta sẽ tìm hiểu sâu hơn về điều này trong Phần 4.

<sup>18</sup>Phippen, A. y Bond, E. (2019) Digital Ghost Stories, Impacts, Risks and Reasons. <https://swgfl.org.uk/assets/documents/digital-ghost-stories-impact-risks-and-reasons-1.pdf>

## Phần 2 – Phân tích và thông tin chi tiết từ bản khảo sát toàn cầu của TVE

### 2.1 Hoàn cảnh ra đời và bối cảnh của bản khảo sát

The Value Engineers (TVE) là một công ty tư vấn về thương hiệu. Đối với dự án này, TVE được ủy thác nhờ có chuyên môn trong việc thực hiện những nghiên cứu định lượng khắt khe trên cấp độ toàn cầu. Nghiên cứu của TVE gồm bản khảo sát trực tuyến do 5.400 thanh thiếu niên (gồm 1.800 em từ 13 đến 15 tuổi, 1.800 em từ 16 đến 17 tuổi và 1.800 em từ 18 đến 19 tuổi) thực hiện. Bản khảo sát cũng được 4.500 phụ huynh của các em thanh thiếu niên và 1.000 nhà giáo dục thực hiện, đưa tổng số mẫu lên tới 10.900 người trên khắp thế giới.

Mẫu được lấy từ Vương quốc Anh, Hoa Kỳ, Đức, Úc, Ý, Brazil, Mexico, Indonesia, Việt Nam và Argentina. Mẫu được thu thập trực tuyến nhờ hãng nghiên cứu thực hiện khảo sát trực tuyến.

Nghiên cứu của TVE sử dụng các định nghĩa trong mục 1.1 để mô tả về “thử thách” và “trò lừa bịp”. Đây cũng là trọng tâm của các câu hỏi trong bản khảo sát. Người trả lời được hỏi về nhận thức và việc tương tác với các thử thách trực tuyến thông thường chứ không được hỏi cụ thể về thử thách nguy hiểm. Một số câu hỏi yêu cầu người trả lời đưa ra quan điểm về rủi ro.

### 2.2 Thử thách trực tuyến

## Nhận thức về các Thử thách Trực tuyến

**73%**  
thanh thiếu niên

**73%**  
phụ huynh

**77%**  
giáo viên

cho biết họ có biết về các thử thách trực tuyến



**83%**  
thanh thiếu niên

**68%**  
phụ huynh

**76%**  
giáo viên

biết đến các thử thách trực tuyến thông qua mạng xã hội



**43%**  
thanh thiếu niên

**59%**  
phụ huynh

**52%**  
giáo viên

cho biết họ biết đến các thử thách trực tuyến nhờ vào các phương tiện truyền thông truyền thống



## Nhận thức:

Trong dữ liệu thu thập được, nhận thức về các thử thách trực tuyến có tỉ lệ cao đối với thanh thiếu niên, phụ huynh và giáo viên với 73% thanh thiếu niên và cha mẹ cùng 77% giáo viên cho biết họ có biết về các thử thách trực tuyến. Mạng xã hội đóng vai trò quan trọng nhất trong việc thúc đẩy nhận thức về thử thách trực tuyến với 83% thanh thiếu niên tiếp xúc qua mạng xã hội. Tỷ lệ này ở phụ huynh là 68% và ở giáo viên là 76%. Các phương tiện truyền thông truyền thống cũng thúc đẩy nhận thức, đặc biệt là phụ huynh và giáo viên (con số lần lượt là 59% và 52%). Họ cũng ngày càng nhận thức rõ hơn về thử thách trực tuyến từ các phương tiện truyền thông chính thống.

Dữ liệu cho thấy mức độ tiếp xúc tương đối cao đối với tất cả các nhóm và cho thấy trẻ em và người trẻ dễ gặp các thử thách trực tuyến (đủ loại) trong đời sống hàng ngày trên mạng.

## Đánh giá rủi ro

Khi được yêu cầu nghĩ về một thử thách gần đây và đánh giá thử thách đó, người trả lời mô tả thử thách họ gặp gần đây theo tỷ lệ sau: vui/nhẹ nhàng (48%), rủi ro nhưng an toàn (32%), rủi ro và nguy hiểm (14%), thực sự nguy hiểm (3%). Phương thức phổ biến nhất mà thanh thiếu niên sử dụng để đánh giá rủi ro là xem video mọi người thử làm, đọc bình luận và trò chuyện với bạn bè về thử thách đó. Số liệu cho thấy đa số thử thách họ gặp không được đánh giá là có hại – trong khi một phần nhỏ trong số đó được xác định là nguy hiểm.

Khảo sát nhận ra rằng thanh thiếu niên muốn được giúp đỡ trong việc đánh giá rủi ro của các thử thách họ gặp. 46% thanh thiếu niên được khảo sát chọn “nhận thông tin hữu ích về rủi ro một cách rộng rãi hơn và thông tin về việc thế nào là vượt quá giới hạn” là một trong ba chiến lược phòng tránh hàng đầu. Có một điều thú vị và có lẽ là bất ngờ mà chúng tôi phát hiện được qua bản khảo sát, đó là thanh thiếu niên rất hoan nghênh cơ hội tìm hiểu thêm về rủi ro. Nhận thông tin hữu ích về rủi ro là chiến lược phòng tránh hàng đầu của các em, trong khi ở phụ huynh con số này là 43% và giáo viên cũng là 42%.

Dữ liệu cho thấy thực tế thanh thiếu niên muốn có nhiều thông tin hơn để đánh giá rủi ro và điều này rất quan trọng với việc chúng ta ứng phó. Điều này cho thấy chúng ta cần làm nhiều điều hơn nữa để trợ giúp những người trẻ bị thu hút bởi thử thách bằng cách cung cấp nhiều thông tin và công cụ để giúp họ hiểu, cân nhắc và suy nghĩ thấu đáo về rủi ro. Các phương pháp hiện tại mà các em đang dùng để đánh giá rủi ro của thử thách trực tuyến (ví dụ như xem video và hỏi bạn bè) có thể phản ánh lỗ hổng về thông tin hữu ích và đáng tin cậy cả ở trên mạng và ngoài đời.

## Sự tham gia

Xét về tổng thể, số liệu tổng hợp cho thấy đa số các em không tự mình tham gia thử thách. Chỉ 21% thanh thiếu niên tham gia vào các thử thách trực tuyến (thuộc bất kỳ thể loại nào) dù có chọn đăng video tham gia thử thách đó hay không.<sup>19</sup>Tỷ lệ tham gia thực tế những thử

<sup>19</sup>Tỷ lệ tương tác cao hơn tỷ lệ tham gia (với 31% thanh thiếu niên bình luận vào ảnh hoặc video của người khác tham gia)

thách nguy hiểm còn thấp hơn nhiều, cho thấy rằng trong khi 21% các em tham gia vào thử thách, chỉ 2% thanh thiếu niên tham gia vào thử thách họ cho là rủi ro và nguy hiểm, chỉ 0,3% thanh thiếu niên tham gia vào thử thách mà các em xếp vào loại rất nguy hiểm.

Con số trẻ vị thành niên tham gia (và đăng video mình tham gia) cũng giảm đáng kể theo tuổi tác. Việc giảm tỷ lệ tham gia giữa các nhóm ít tuổi và nhiều tuổi hơn có thể một phần do sự phát triển mà trong đó nhóm ít tuổi hơn có nhu cầu được bạn bè đồng lứa chấp nhận và xã hội công nhận cao hơn; các kỹ năng tư duy phản biện ít được phát triển và khuyến khích chấp nhận rủi ro lớn hơn – khiến các em muốn tham gia hơn.<sup>20</sup>

## Tác động của việc tham gia vào các thử thách trực tuyến

Những thanh thiếu niên đã tham gia vào các thử thách trực tuyến khi được hỏi về việc các em nghĩ gì về tác động của việc tham gia này:

Tác động:

**54%** các em tin rằng ảnh hưởng của việc tham gia vào các thử thách trực tuyến gần như bình thường

**34%** các em cảm thấy việc tham gia này có tác động tích cực

**11%** các em cảm thấy việc tham gia này có tác động tiêu cực

Trong nhóm các thanh thiếu niên tham gia vào các thử thách:

chỉ **21%** các em tham gia vào các thử thách trực tuyến (thuộc bất kỳ thể loại nào)

chỉ **2%** các em tham gia vào thử thách mà các em cho là rủi ro và nguy hiểm

chỉ **0.3%** các em tham gia vào thử thách mà các em xếp vào loại rất nguy hiểm

Tác động tích cực đến các mối quan hệ:

Trong số những em cảm thấy việc tham gia có tác động tích cực

**64%** 64% cho biết tác động này là đối với tình bạn và các mối quan hệ



Con số trẻ vị thành niên tham gia (và đăng video mình tham gia) cũng giảm đáng kể theo tuổi tác:

Dữ liệu cho thấy

**14%** các em trong độ tuổi 13-15 tham gia vào các thử thách rồi chia sẻ trên mạng

trong khi chỉ 9% các em thuộc độ tuổi 18-19 làm vậy

**9%** các em thuộc độ tuổi 18-19 làm vậy

<sup>20</sup>Dữ liệu cho thấy 14% các em trong độ tuổi 13-15 tham gia vào các thử thách rồi chia sẻ trên mạng, trong khi chỉ 9% các em thuộc độ tuổi 18-19 làm vậy. Cũng có sự sụt giảm đáng kể trong khả năng chia sẻ, với 21% trẻ ở độ tuổi 13-15 cho biết các em đã chia sẻ video của những người các em không biết là đã tham gia, so với 11% ở độ tuổi 18-19. Sự thay đổi này rất đáng kể với mức độ 95%. Sự khác biệt được ghi lại trong báo cáo này là giữa các nhóm tuổi hoặc giữa phụ huynh, thanh thiếu niên và giáo viên. Sự khác biệt đó về có độ tin cậy về mặt thống kê tới 95%.

## Động cơ

Để hiểu vì sao thanh thiếu niên lại tham gia vào thử thách (thuộc bất kỳ loại nào), người trả lời bản khảo sát được yêu cầu xếp hạng các lý do khả dĩ giải thích cho việc vì sao họ nghĩ thanh thiếu niên có thể tham gia. Dữ liệu về quan điểm cho thấy thanh thiếu niên cảm thấy lý do phổ biến nhất khiến mọi người tham gia vào thử thách là để thu hút lượt xem, bình luận và lượt thích với 50% thanh thiếu niên đưa lý do này vào một trong ba lý do hàng đầu, 22% chọn đây là lý do hàng đầu. 46% thanh thiếu niên đưa lý do muốn gây ấn tượng với người khác vào một trong ba lý do chính.

Dữ liệu này cho thấy việc được xã hội công nhận và gây ấn tượng với người khác được coi là một trong những yếu tố động cơ cốt lõi đối với tất cả thanh thiếu niên khi tham gia vào các thử thách và tương tác. Từ đó, chúng ta có thể thấy rằng bất kỳ chiến lược phòng ngừa hoặc an toàn hiệu quả nào cũng cần phải giải quyết mong muốn được bạn bè và người khác chú ý cũng như chấp nhận. Các chiến lược hiệu quả có thể cần nhận thức rằng đây chính là áp lực thực tế, đồng thời giúp trẻ em và người trẻ phân tích cũng như đánh giá mức độ rủi ro mà thử thách có thể mang lại, phân biệt giữa vui và nguy hiểm. Việc đưa ra những cách thức khác để có được sự công nhận của xã hội, bao gồm cả chiến lược ngoại tuyến và trực tuyến sẽ có giá trị. Một số cách thức thay thế trực tuyến có thể bao gồm việc cung cấp hoặc quảng bá các loại hình nội dung trực tuyến khác, có thể vui, tích cực về mặt xã hội, mang lại tiếng cười, thú vị hoặc đầy ý nghĩa.

## Tác động của việc tham gia

Khi được hỏi về tác động của việc tham gia vào các thử thách, các thanh thiếu niên cho biết họ tin rằng ảnh hưởng của việc tham gia gần như bình thường (54% tất cả các em) trong khi 34% cảm thấy có tác động tích cực và 11% cảm thấy có tác động tiêu cực. Đây là kết quả đối với tất cả các loại hình thử thách. Trong số những em cảm thấy việc tham gia có tác động tích cực, 64% cho biết tác động này là đối với tình bạn và các mối quan hệ. Điều này và dữ kiện về việc thanh thiếu niên phân loại phần lớn thử thách là vui/nhẹ nhàng hoặc rủi ro nhưng an toàn có vai trò rất quan trọng với việc ứng phó; các chiến lược giáo dục phòng ngừa xây dựng trên nền tảng tất cả thử thách đều nguy hiểm sẽ không phù hợp với trải nghiệm sống của người trẻ. Điều quan trọng là cần phải xác nhận phạm vi trải nghiệm mà các thử thách trực tuyến mang lại và phản hồi với thị hiếu của người trẻ để hướng dẫn và hỗ trợ họ xác định những trải nghiệm quá mức rủi ro.

## Hỗ trợ và tư vấn

Dữ liệu cho thấy 66% trong tổng số thanh thiếu niên tìm kiếm nguồn hỗ trợ và tư vấn liên quan đến thử thách trên mạng. Trong khi tìm kiếm nguồn hỗ trợ và tư vấn về thử thách, thanh thiếu niên thường tìm đến thành viên gia đình hoặc bạn bè hơn là sử dụng môi trường trực tuyến.

Về mặt cung cấp sự hỗ trợ, dữ liệu cho thấy cả phụ huynh (34%) và giáo viên (29%) đều cho rằng khó có thể nói chuyện về thử thách mà không khơi gợi sự hứng thú trong các em và 40% phụ huynh cũng như 31% giáo viên cho biết họ sẽ không chủ động nhắc đến thử

thách từ khi các em nói trước. Điều này cho thấy có khoảng trống lớn trong chủ đề này cần được giải quyết bằng hướng dẫn rõ ràng hơn, cụ thể hơn về thời điểm cần phải đề cập đến và thảo luận về thử thách cũng như cách làm như vậy trong thực tế. Thú vị là, chỉ 48% giáo viên được hỏi cảm thấy trường học đối phó tốt với các thử thách.

## Nhận thức và tác động của các trò lừa bịp trực tuyến

Nhận thức về các trò lừa bịp khá cao:

**81%**

thanh thiếu niên

**84%**

giáo viên

**81%**

phụ huynh

biết về các  
trò lừa bịp



**77%**

thanh thiếu niên

**77%**

giáo viên



**74%**

phụ huynh

biết đến trò lừa  
bịp qua mạng  
xã hội



**56%**

thanh thiếu niên

**64%**

giáo viên

**68%**

phụ huynh

biết đến trò lừa  
bịp qua phương  
tiện truyền thông  
chính thống



Tác động của các trò lừa bịp khá tiêu cực:

**17%**

thanh thiếu niên

cho rằng việc tiếp  
xúc với các trò lừa  
bịp có tác động tích  
cực

**51%**

thanh thiếu niên

tin rằng điều đó  
không gây ra  
tác động gì và

**31%**

thanh thiếu niên

tin rằng điều đó  
sẽ có tác động  
tiêu cực

63% trong tổng số những thanh thiếu  
niên đã gặp phải tác động tiêu cực từ các  
trò lừa bịp cho biết tác động tiêu cực này  
là đối với sức khỏe tâm thần

## 2.3 Trò lừa bịp

### Nhận thức

Dữ liệu cho thấy mức độ nhận thức về trò lừa bịp khá cao: 81% trong tổng số thanh thiếu niên tham gia khảo sát, 81% phụ huynh và 84% giáo viên. Nhận thức về trò lừa bịp thường hay đến từ mạng xã hội nhất, với 77% thanh thiếu niên, 74% phụ huynh và 77% giáo viên biết đến trò lừa bịp qua mạng xã hội. Tỷ lệ nhận thức về trò lừa bịp thông qua phương tiện truyền thông chính thống thấp hơn ở đối tượng thanh thiếu niên nhưng cao hơn ở phụ huynh và giáo viên (56% thanh thiếu niên, 68% phụ huynh và 64% giáo viên biết đến trò lừa bịp qua phương tiện truyền thông chính thống).<sup>21</sup>

### Tương tác và chia sẻ

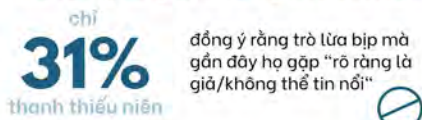
Liên quan đến việc tương tác với trò lừa bịp – câu trả lời phổ biến nhất từ thanh thiếu niên về cách nhận thức trò lừa bịp trực tuyến là tìm kiếm thêm thông tin trên mạng và 54% thanh thiếu niên cho biết họ có làm điều này. 28% thanh thiếu niên nhận thức về trò lừa bịp đã chia sẻ cảnh báo dưới dạng tin nhắn trực tiếp còn 25% thanh thiếu niên bình luận vào một

<sup>21</sup>Trong đa số chủ đề, điểm dữ liệu tại các quốc gia được thu thập dữ liệu đều khá nhất quán. Một trong những sự khác biệt thú vị giữa các quốc gia là mức độ nhận thức về trò lừa bịp ở Đức có vẻ thấp hơn nhiều so với các quốc gia được khảo sát khác. Nhận thức về trò lừa bịp đối với thanh thiếu niên ở Đức là 42% so với mức trung bình 86% ở các quốc gia khác. Sự khác biệt này được thảo luận ở mục 5.3.

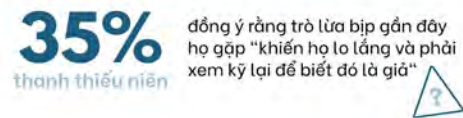
bài viết hoặc bài đăng về trò lừa bịp. Chỉ 22% thanh thiếu niên (nhất quán trên các nhóm tuổi) đồng ý với tuyên bố rằng chia sẻ trò lừa bịp là có hại. Có vẻ như điều này phần nào là do niềm tin rằng chia sẻ được coi là cách bảo vệ và hữu ích với người khác. Tương tự như vậy, đa số phụ huynh không coi việc chia sẻ là rủi ro hoặc có vấn đề vì chỉ 19% cho biết họ coi việc chia sẻ về một trò lừa bịp là có hại.

## Đánh giá rủi ro của các trò lừa bịp trực tuyến

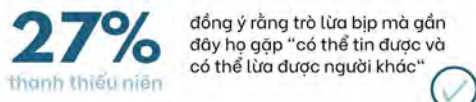
Rõ ràng là giả/không thể tin nổi:



Cảm thấy hơi nghi ngờ:



Có thể tin được:



Tin là thật:



### Đánh giá rủi ro

Người tham gia được hỏi họ làm cách nào để đánh giá trò lừa bịp họ gặp gần đây là thật hay giả. Chiến lược phổ biến nhất là tìm kiếm thêm thông tin, với 61% thanh thiếu niên đồng ý rằng họ tìm kiếm thêm thông tin trên mạng để đánh giá xem trò lừa bịp là thật hay giả. Ngoài ra, 57% thanh thiếu niên xem bình luận và 44% thanh thiếu niên trò chuyện với bạn bè để giúp họ đánh giá xem trò lừa bịp là thật hay giả. Điều này cho thấy sự hoang mang và không chắc chắn do trò lừa bịp gây ra có thể khiến mọi người tìm kiếm để xác định tính xác thực.

Về việc người trẻ đánh giá trò lừa bịp như thế nào, chỉ 31% thanh thiếu niên đồng ý rằng trò lừa bịp mà gần đây họ gặp "rõ ràng là giả/không thể tin nổi" (con số này ở phụ huynh là 37% và giáo viên là 30%). 35% thanh thiếu niên đồng ý rằng trò lừa bịp gần đây họ gặp "khiến họ lo lắng và phải xem kỹ lại để biết đó là giả" (con số này ở phụ huynh là 33% và giáo viên là 34%). 27% thanh thiếu niên đồng ý rằng trò lừa bịp mà gần đây họ gặp "có thể tin được và có thể lừa được người khác" (con số này ở phụ huynh là 22% và giáo viên là 27%) còn 3% thanh thiếu niên tin rằng trò lừa bịp là thật 100% (con số này ở phụ huynh là 4% còn giáo viên là 6%). Dữ liệu này phản ánh sự hoang mang và thiếu chắc chắn vẫn bao phủ xung quanh những trò lừa bịp trực tuyến. Đây là điều hoàn toàn dễ hiểu vì mục đích của trò lừa bịp là tạo ra tình trạng lo âu và nghi ngờ này. Chính vì vậy, kể cả khi người trẻ (cũng như phụ huynh và giáo viên) tìm hiểu kỹ hơn thì nhiều mối hoài nghi và lo ngại của họ vẫn chưa được giải quyết. Theo đó, chúng ta cần có thông tin công khai hơn để giải thích những điều đã biết về lý do các trò lừa bịp được tạo ra, cách thức chúng được thiết kế để gây nên tình trạng lo âu và sợ hãi cũng như lợi ích của việc giảm tác động do những trò lừa bịp gây ra qua việc không tương tác với chúng.



## Động cơ

Khi làm bài khảo sát, người tham gia đã trả lời câu hỏi về lý do mọi người chia sẻ hoặc đăng lại các trò lừa bịp trực tuyến, đồng thời xếp hạng các động cơ tiềm ẩn của hành động này. Một trong ba lý do hàng đầu mà hầu hết thanh thiếu niên (62%) lựa chọn là để thu hút sự chú ý của người khác (lướt xem/lướt nhấp/bình luận). 60% trong tổng số thanh thiếu niên tham gia cũng lựa chọn lý do là “không nhận ra đó là tin giả” là một trong ba lý do chính. Những động cơ này cho thấy rằng chỉ có một số ít người nhận rõ được tính chất giả mạo của những trò lừa bịp và cũng chỉ có một số ít thanh thiếu niên hoặc phụ huynh tin rằng việc lan truyền sẽ gây hại cho người khác. Trên thực tế (như đã xem xét ở trên), nhiều người có vẻ còn cho rằng việc chia sẻ như vậy sẽ giúp bảo vệ người khác (37% thanh thiếu niên chọn “bảo vệ người khác” là một trong ba lý do hàng đầu của việc chia sẻ và đăng lại). Điều này

lại một nữa cho thấy nhu cầu về thông tin và hướng dẫn rõ ràng hơn liên quan đến cách thức gây hại của các trò lừa bịp cũng như tác động của việc lan truyền tới người khác ở các đối tượng thanh thiếu niên, phụ huynh và giáo viên. Do đó, tất cả các đối tượng đều nên được nâng cao năng lực đánh giá tính đúng đắn của nội dung thuộc loại này với cách nhìn phân biệt và hoài nghi nhất có thể.

## Tác động

Đã có rất nhiều trường hợp báo cáo về tác động tiêu cực của việc tiếp xúc với các trò lừa bịp. Trong số tất cả thanh thiếu niên đã tiếp xúc với các trò lừa bịp, 17% đồng ý rằng việc tiếp xúc với các trò lừa bịp có tác động tích cực trong khi 51% cho biết điều đó không gây ra tác động gì và 31% tin rằng điều đó sẽ có tác động tiêu cực (kết quả nhất quán trên nhiều nhóm tuổi). 63% trong tổng số những thanh thiếu niên đã gặp phải tác động tiêu cực từ các trò lừa bịp cảm thấy tác động tiêu cực này là đối với sức khỏe tâm thần. Con số này cho thấy mức tác động rất đáng kể, làm dấy lên nhu cầu về các dịch vụ hỗ trợ để tìm và dễ tiếp cận dành cho thanh thiếu niên.

## Hỗ trợ và tư vấn

Tương tự như kết quả thu được ở trên về tác động, dữ liệu cho thấy 46% trong tổng số thanh thiếu niên tham gia từng tiếp xúc với các trò lừa bịp đã tìm đến các nguồn hỗ trợ và tư vấn. Khi muốn nhận được sự hỗ trợ về các trò lừa bịp, 53% thanh thiếu niên tìm đến bạn bè, 50% tìm đến người thân, 47% tra cứu thông tin tư vấn trực tuyến và 41% xin lời khuyên từ giáo viên hoặc nhân viên tại trường học. Điều đáng chú ý là hơn một nửa số thanh thiếu niên tiếp xúc với các trò lừa bịp đã không tìm đến bất kỳ nguồn hỗ trợ và tư vấn nào. Có lẽ con số ở trên đã cho thấy rằng thông tin và các tài nguyên dễ thấy, dễ tiếp cận hơn, phù hợp hơn với giới trẻ sẽ giúp ích người trẻ trong việc xử lý và hiểu được bản chất của các trò lừa.

Dữ liệu cho thấy phụ huynh rất thận trọng về cách thức tiếp cận khi trao đổi với trẻ về các trò lừa. 56% phụ huynh đồng ý rằng họ sẽ không nhắc đến một trò lừa bịp cụ thể trừ khi có

trẻ đề cập đến vấn đề đó trước. Ngoài ra, 43% phụ huynh cảm thấy rằng dịch vụ tư vấn về các trò lừa bịp trực tuyến không được tốt như dịch vụ có sẵn dành cho các rủi ro ngoài đời thực và 37% phụ huynh tin rằng các trò lừa bịp là một chủ đề rất khó nói chuyện nếu không gọi lên sự quan tâm ở trẻ. Điều này cho thấy có một lỗ hổng đáng kể trong việc hỗ trợ phụ huynh vì phụ huynh dường như không thể tiếp cận nguồn tư vấn hoặc thông tin giúp họ hiểu được hoặc trò chuyện được với trẻ về các trò lừa bịp.

Dữ liệu về giáo viên cho thấy mối lo ngại lớn hơn với 56% người tham gia bày tỏ họ cực kỳ hoặc rất lo ngại về các trò lừa bịp và 88% đồng ý rằng “việc hiểu rõ về các trò lừa bịp trực tuyến là một phần quan trọng trong công việc của họ”. Tuy nhiên, 50% trong số đó cảm thấy trường học không có đủ kiến thức và tài nguyên để xử lý các trò lừa bịp một cách hiệu quả. Chỉ 33% người tham gia đồng ý rằng trường học có thể cung cấp các công cụ và sự hướng dẫn hữu ích dành cho học sinh và gia đình về các trò lừa.

Dữ liệu này cũng cho thấy một vấn đề khác, đó là sự thiếu chắc chắn về người sẽ chịu trách nhiệm xử lý những thách thức và trò lừa bịp trực tuyến. Hiện vẫn chưa có sự đồng thuận rõ ràng nào về những bên sẽ đảm nhiệm các vai trò và trách nhiệm này cũng như ai là người được trang bị tốt nhất để đảm nhận việc này. Ví dụ: Tuy đã có sự nhất trí rằng phụ huynh sẽ phải chịu trách nhiệm dạy dỗ con mình về các trò lừa bịp nhưng nhiều phụ huynh cảm thấy mình chưa được trang bị đầy đủ và vẫn chưa nắm rõ cách thực hiện. Có vẻ như việc dùng biện pháp kết hợp trong đó chúng ta hỗ trợ cho cả giáo viên, phụ huynh cũng như các bên liên quan để họ có thể cung cấp những loại thông tin, sự tư vấn và hỗ trợ phù hợp có thể mang lại kết quả tốt nhất. Đó là điều chúng ta sẽ tìm hiểu sâu hơn trong Phần 4 và 5 của báo cáo này.

## Phần 3 - Vai trò của những thử thách trong quá trình phát triển của thanh thiếu niên

Khi thực hiện dự án này, chúng tôi đã làm việc với Bác sĩ Richard Graham, hiện là Bác sĩ tâm thần chuyên tư vấn cho trẻ em và thanh thiếu niên và cũng từng là cựu Giám đốc lâm sàng tại Tavistock Clinic. Những đóng góp của Bác sĩ Graham đã giúp chúng tôi khám phá sâu hơn về những yếu tố tiềm ẩn thúc đẩy thanh thiếu niên tham gia thách thức. Ông cũng là người viết phần nội dung dưới đây.

Để phát triển các biện pháp hiệu quả nhằm giảm bớt những tổn hại có thể xảy ra trong mọi tình huống và ở mọi cộng đồng, chúng ta cần hiểu rõ sự ảnh hưởng của quá trình phát triển của hành vi con người. Điều này càng trở nên quan trọng hơn khi xem xét sự giao thoa giữa những thách thức trực tuyến với “những biến đổi ở tuổi dậy thì”, “giai đoạn vị thành niên” cùng sự đáp ứng về mặt tâm lý. Giai đoạn phát triển phức tạp này là một đặc điểm độc đáo trong tự nhiên, ngoài con người thì chỉ có Tinh tinh mới phát triển đến giai đoạn trưởng thành thông qua những thay đổi ở giai đoạn dậy thì. Khi hiểu được giai đoạn phát triển này (cả sự phát triển và thay đổi về sinh lý), cũng như những điều chỉnh về mặt tâm lý để đáp ứng sự thay đổi đó, chúng ta có thể đồng cảm với những nỗ lực của thanh thiếu niên và đưa ra những cách hiệu quả hơn giúp hỗ trợ quá trình phát triển tích cực của các em.

Trong giai đoạn dậy thì, hầu hết các cơ quan và hệ thống trong cơ thể đều có sự biến đổi và phát triển để chuẩn bị cho giai đoạn trưởng thành. Gần đây, chúng ta đã tập trung vào sự phát triển của não bộ trong giai đoạn này để hiểu được những nỗ lực của thanh thiếu niên trong việc khám phá và tìm kiếm trải nghiệm mới. Tuy nhiên, người trẻ vẫn gặp khó khăn trong việc hiểu rõ sự tăng lên của kích thước cơ thể, độ bền và sức mạnh thể chất của mình cũng như khả năng nhận thức hoặc kiến tạo cuộc sống. Bằng việc tham gia vào nhiều hoạt động, các em có thể khám phá những khả năng mới cũng như những trách nhiệm đi kèm theo đó. Nếu sự hỗn loạn cảm xúc ở giai đoạn vị thành niên gây ra những thách thức riêng, từ sự nổi loạn dữ dội đến khao khát mãnh liệt, thì những cảm xúc đó nay nằm gọn trong một cơ thể có thể dễ dàng gây hại cho bản thân và người khác, do sự gia tăng sức mạnh. Có lẽ cũng vì những khó khăn trong việc kiểm soát cảm xúc và sức mạnh thể chất tăng lên mà thanh thiếu niên dễ đồng cảm với những câu chuyện được nhiều người yêu thích về các Siêu anh hùng của vũ trụ Marvel, kể cả Frankenstein.

Tuy nhiên, nếu việc thích ứng với những thay đổi về thể chất đặt ra một loạt thách thức mới đối với quá trình phát triển của người trẻ thì tốc độ phát triển nhanh chóng của não bộ lại mang đến những thách thức khác mà có lẽ còn lớn hơn. Ở môi trường phát triển lành mạnh, hệ viền não bộ (điều tiết cảm xúc và cảm giác khen thưởng) sẽ trải qua sự phát triển mãnh liệt trong giai đoạn 10-12 tuổi. Sau đó, những thay đổi này sẽ tương tác với vùng vỏ não trước trán (các trung tâm phán đoán) để thúc đẩy hành vi tìm kiếm điều mới lạ, chấp nhận rủi ro và tương tác với bạn đồng lứa. Nói một cách đơn giản, điều này có nghĩa là sẽ có một giai đoạn cảm xúc chiếm ưu thế khiến phán đoán trở nên kém nhạy bén, bởi những “trung tâm phán đoán” của não bộ đang có sự hiệu chỉnh. Trong giai đoạn vị thành niên, việc bị

cảm xúc chi phối, dù ở hình thức nào, là một điều hoàn toàn bình thường và lành mạnh. Ngoài ra, xét trên khía cạnh tiến hóa, điều này có thể giúp người trẻ giảm bớt sự phụ thuộc vào phụ huynh hoặc người chăm sóc của họ và bắt đầu cảm thấy độc lập hơn. UNICEF mô tả giai đoạn tiền vị thành niên là thời gian học hỏi và phát triển não bộ nhanh chóng, thúc đẩy sự gia tăng nhu cầu tìm kiếm cảm giác, kích lệ tạo lập các mối quan hệ xã hội và sự gắn kết với đánh giá xã hội; do đó, đây chính là thời điểm để khám phá bạn là ai.

Vì lẽ đó, giai đoạn vị thành niên vừa dễ bị tổn thương vừa là cơ hội để phát triển. Nếu trẻ vị thành niên nhận được sự hỗ trợ để đương đầu với những rủi ro lành mạnh, các em sẽ có cơ hội học hỏi tích cực, dám đảm nhận trách nhiệm khi có hướng dẫn, từ đó tạo nên vòng xoáy phát triển tích cực. Sự hỗ trợ từ người lớn đáng tin cậy có thể cực kỳ hữu ích trong quá trình này và đó có thể là người không ở trong gia đình của trẻ, chẳng hạn như giáo viên.

Trong nội tâm, người trẻ sẽ bắt đầu tham gia vào những trải nghiệm mà hy vọng là có thể giúp các em hướng đến một cuộc sống trưởng thành vui vẻ và lành mạnh. Hầu hết mọi hoạt động mà các em tham gia đều chứa đựng những mục đích và ý nghĩa nào đó nhằm vươn tới một tương lai tích cực. (Giai đoạn phát triển mạnh mẽ này cũng cần có những khoảng thời gian tự do để cơ thể nghỉ ngơi trước những áp lực của “sự lớn lên”. Vì vậy, thời gian để “thư thái”, mà không có bất kỳ áp lực phát triển nào cũng rất quan trọng.) Mặc dù tất cả các hoạt động này đều hỗ trợ sự phát triển và cảm giác ổn định của ý thức về đặc tính riêng (cùng với đó là rất nhiều sự thử nghiệm lành mạnh) nhưng phạm vi hoạt động mà trẻ tham gia thường được gọi là “Nhiệm vụ của trẻ vị thành niên”; việc đạt được sự phát triển trong mỗi nhiệm vụ có thể là nền tảng tốt cho cuộc sống trưởng thành sau này. Khi hiểu được hành vi của người trẻ dựa trên “Nhiệm vụ của trẻ vị thành niên”, chúng ta thường có thể thấy rõ hơn ý nghĩa và mục đích của những hành vi đó so với nhận thức ban đầu.

“Nhiệm vụ của trẻ vị thành niên” được mô tả theo nhiều cách, nhưng danh sách đầy đủ của MIT mô tả các nhiệm vụ này như sau:<sup>22</sup>

- Điều chỉnh theo cơ thể và cảm xúc đang trưởng thành về sinh lý
- Phát triển và áp dụng các kỹ năng tư duy trừu tượng
- Phát triển và áp dụng góc nhìn mới về các mối quan hệ nhân sinh
- Phát triển và áp dụng các kỹ năng đối phó mới ở những lĩnh vực như ra quyết định, giải quyết vấn đề và giải quyết xung đột
- Xác định các tiêu chuẩn đạo đức, giá trị và hệ thống niềm tin có ý nghĩa
- Hiểu rõ và thể hiện những trải nghiệm cảm xúc phức tạp hơn
- Tạo lập các mối quan hệ bạn bè thân thiết và hỗ trợ lẫn nhau
- Thiết lập những khía cạnh chính của đặc tính cá nhân
- Đáp ứng nhu cầu về vai trò và trách nhiệm khi ngày càng trưởng thành
- Thương lượng lại các mối quan hệ với những người lớn ở vai trò phụ huynh

Trong giai đoạn vị thành niên, mỗi nhiệm vụ có thể có tầm quan trọng nhất định. Vì vậy, trong bối cảnh “Nhiệm vụ của trẻ vị thành niên”, liệu chúng ta có thể bắt đầu hiểu được lý do người trẻ tham gia các thử thách và trò lừa bịp trực tuyến chẳng?

Chúng ta có thể thấy rằng ngoài tính giải trí và mua vui đối với nhiều người, những thử thách trực tuyến còn mang đến cơ hội để khám phá:

<sup>22</sup><https://hr.mit.edu/static/worklife/raising-teens/ten-tasks.html>

- Chất lượng của tình bạn/các mối quan hệ (gây ấn tượng với bạn bè và người khác)
- Cơ hội thể hiện sự can đảm và lòng quyết tâm
- Những khả năng về thể chất và giới hạn của cơ thể đang trưởng thành
- Cách thể hiện những đặc điểm cuốn hút, chẳng hạn như khiếu hài hước
- Cách thức hoạt động của các nền tảng hoặc thuật toán và cách để thành công trên mạng

Các trò lừa bịp tạo ra những nhóm cơ hội khác nhau với một số chủ đề chung có lẽ bởi chúng thường nhắm đến sự trưởng thành về mặt tâm lý thay vì sức mạnh thể chất được phô diễn trong các thử thách trực tuyến. Việc tham gia vào các trò lừa bịp có thể cho thấy người trẻ đang khám phá:

- Sự công nhận, sự chấp thuận của xã hội và cảm giác thuộc về xã hội
- Khả năng nhận ra những nội dung giả mạo (kỹ năng nhận thức)
- Cách để cho mọi người thấy bạn là người nhiệt tình, tử tế và biết che chở người khác như thế nào (lòng vị tha)
- Cách để chứng tỏ sự can đảm (và cho mọi người thấy bạn không còn là đứa trẻ chỉ biết sợ hãi nữa)
- Cách để chứng tỏ sự kiên cường (đối phó và phục hồi sau khi gặp chuyện đau buồn)
- Cách để hiểu được những trạng thái cảm xúc hoặc tâm lý phức tạp (chẳng hạn như cảm giác muốn tự tử)
- Cách thức hoạt động của internet (sự thông hiểu truyền thông/tác động của thông tin sai lệch)

Việc tham gia vào các trò lừa bịp cũng có nét tương tự nghi thức đánh dấu giai đoạn chuyển mình của người trẻ, giống như khi trẻ xem phim kinh dị hoặc tham gia chơi tàu lượn siêu tốc mạo hiểm, tuy nhiên lại không có bất kỳ sự đảm bảo an toàn nào trong trường hợp này.

Khi hiểu được mục đích và ý nghĩa ẩn sau việc tham gia vào các thử thách và trò lừa bịp đó, chúng ta mới thấy rằng những biện pháp đơn giản như tiết chế và giới hạn, nếu có thể thực hiện, là chưa đủ để đáp ứng nhu cầu phát triển và học hỏi từ trải nghiệm của người trẻ. Vì lẽ đó, chúng ta cần tìm được các giải pháp thay thế tích cực và lành mạnh hơn để thế chỗ các hành vi có nhiều rủi ro.

Nếu không được hỗ trợ theo cách đó, người trẻ sẽ có nguy cơ gặp phải những hậu quả tiêu cực khi trưởng thành, chưa kể đến việc tạo nên niềm tin về việc có thể phát triển mà không cần cố gắng hay chấp nhận rủi ro.

Thế giới người lớn có một nhân vật xuất chúng luôn đồng hành cùng chúng ta trong nỗ lực hỗ trợ sự phát triển lành mạnh của người trẻ cũng như giúp các em đón nhận những cơ hội tốt hơn trong cuộc đời. Tuy đã hơn 60 tuổi nhưng Chuyên gia phân tích tâm lý Anna Freud đã có những lời tâm sự đầy cảm động về nhu cầu của người trẻ đối với việc trưởng thành từ trải nghiệm, đồng thời nhắc nhở chúng ta cần ghi nhớ điều sau đây khi thực hiện mọi chương trình hoặc biện pháp can thiệp nhằm hỗ trợ người trẻ:

*“Tôi hiểu rằng đó là hiện tượng hoàn toàn bình thường khi thanh thiếu niên cư xử bất nhất và khó lường trong một thời gian dài; để chống lại những cơn bộc phát và chấp nhận chúng... để trở nên hoàn hảo hơn, khéo léo hơn, hào phóng hơn và không còn vị kỷ như trước kia...”*

## Phần 4 – Các biện pháp hiệu quả trong giáo dục phòng ngừa

Cả nghiên cứu và lý thuyết ở trên đều cho thấy giá trị của các chiến lược phát triển nhằm giảm rủi ro khi trẻ em và người trẻ tham gia vào những thử thách và trò lừa bịp nguy hiểm, đồng thời cũng chứng tỏ rằng việc thực hiện hiệu quả các chiến lược này có thể đồng nghĩa với việc công nhận sự hấp dẫn của những thử thách đó đối với giới trẻ cũng như trao cho các em những công cụ và sự hỗ trợ hiệu quả hơn để tránh gặp rủi ro. Phần này dựa vào nghiên cứu đã có về các chiến lược và biện pháp giáo dục phòng ngừa rủi ro hiệu quả đối với nhiều loại hành vi có nguy cơ rủi ro, đồng thời chất lọc bài học chính về các biện pháp hiệu quả mà chúng ta có thể sử dụng để phản ứng trước những thử thách nguy hiểm.

### 4.1 Học hỏi từ nghiên cứu về các biện pháp giáo dục phòng ngừa rủi ro

Báo cáo này được củng cố nhờ phần nội dung với nhiều bằng chứng rõ ràng lấy từ một nghiên cứu học thuật. Nghiên cứu này khám phá và đánh giá các báo cáo dựa trên bằng chứng về những chiến lược phòng ngừa và can thiệp thuộc lĩnh vực chấp nhận rủi ro ở tuổi thanh thiếu niên. Năm 2003, Nation và các cộng sự đã tiến hành một cuộc đánh giá quan trọng từ buổi đầu về những biện pháp phòng ngừa hiệu quả, có tên “What works in prevention: Principles of effective prevention programmes” (tạm dịch: Những hoạt động phòng ngừa hiệu quả: Nguyên tắc của các chương trình phòng ngừa hiệu quả). Nghiên cứu này xem xét hàng loạt các chương trình phòng ngừa và xác định được chín nguyên tắc để có chương trình giáo dục phòng ngừa hiệu quả. Theo kết quả nghiên cứu, biện pháp giáo dục phòng ngừa hiệu quả phải có tính toàn diện, kết hợp nhiều phương pháp giảng dạy đa dạng, cung cấp đủ thời lượng, dựa trên lý thuyết, thúc đẩy các mối quan hệ bền chặt, được phân bổ thời gian phù hợp dựa trên sự phát triển của học sinh, phù hợp về mặt văn hóa - xã hội, có đánh giá kết quả và do nhân viên đã qua đào tạo thực hiện.<sup>23</sup>

Một nghiên cứu về các chương trình giáo dục sức khỏe tình dục cho thấy các chương trình mang đến những biện pháp toàn diện và tổng thể, trong đó có sự trao đổi về giai đoạn kích thích tình dục, số lượng bạn tình, tần suất hoạt động tình dục, việc sử dụng bao cao su và các biện pháp tránh thai, các bệnh lây lan qua đường tình dục và việc mang thai, sẽ có hiệu quả hơn những chương trình giáo dục sức khỏe được xây dựng nhằm khuyến khích việc tiết chế.<sup>24</sup> Những nghiên cứu tương tự cũng cho thấy những chương trình dành cho cả người trẻ thuộc cộng đồng LGBTQ+ và sử dụng các chiến lược phù hợp để kết nối người trẻ với các dịch vụ, xét đến những ảnh hưởng khác nhau của gia đình và mạng xã hội đối với cuộc sống của họ, thường sẽ mang lại hiệu quả tốt hơn.<sup>25</sup> Nghiên cứu đã chỉ ra rằng các chương trình và chính sách theo chủ trương tiết chế đến khi kết hôn ở Hoa Kỳ đều không có hiệu quả vì

<sup>23</sup>Nation, M. et al. (2003). What works in prevention: principles of effective prevention programmes. *American Psychologist*, 58(6/7), 449-456.

<sup>24</sup>Santelli, J.S. (2017) “Abstinence-Only-Until-Marriage Programmes An updated position paper of the Society for Adolescent Health and Medicine (2017) *Journal of Adolescent Health* Position Paper, volume 61 Issue 3.

<sup>25</sup><https://www.cdc.gov/healthyyouth/whatworks/what-works-sexual-health-education.htm>

các chương trình và chính sách đó không tìm thấy được giai đoạn kích thích tình dục hay giảm bớt các hành vi tình dục nhiều rủi ro. Đồng thời, các tác giả cũng lập luận họ kỳ thị, loại trừ và củng cố những định kiến giới vô bổ trong khi giữ lại những thông tin y tế quan trọng có thể giúp thanh thiếu niên đưa ra những quyết định an toàn.

Ở một khía cạnh tương tự, các nghiên cứu xem xét tính hiệu quả của các chương trình phòng ngừa ma túy đã cho thấy việc giáo dục thanh thiếu niên về những tác động tiêu cực của ma túy đối với sức khỏe cũng như cung cấp cho các em thông tin về phản ứng khi dùng ma túy sẽ có hiệu quả hơn là bảo các em cách nghĩ hoặc hành động – hay chỉ đơn giản là bảo các em nói không với ma túy. Điều này đã được minh chứng trong một phân tích tổng hợp thuộc Dự án DARE (Drug Abuse Resistance Education – Giáo dục về sức đề kháng lạm dụng ma túy), một chương trình phòng ngừa ma túy được sử dụng rộng rãi tại Hoa Kỳ.<sup>26</sup> Phân tích tổng hợp gồm các nghiên cứu về tính hiệu quả của chương trình này đã cho thấy sự thiếu hụt bằng chứng về tính hiệu quả dù chương trình có quy mô, tài nguyên và sự chấp nhận rộng rãi.

Riêng về sự an toàn trực tuyến, vào năm 2014, Jones cùng cộng sự tại Đại học New Hampshire đã hoàn thành nghiên cứu khám phá chuyên sâu về tính hiệu quả của các chương trình an toàn trên internet.<sup>27</sup> Nghiên cứu đánh giá mà họ đã hoàn thành có vai trò rất quan trọng đối với hoạt động giáo dục an toàn trực tuyến hiện có, nhằm giải quyết một số sai sót cơ bản như không kết hợp các chiến lược giáo dục hiệu quả đã được kiểm chứng của những lĩnh vực phòng ngừa khác. Kết quả cũng cho thấy các chương trình an toàn trên Internet thường không kết hợp những thông điệp dựa trên nghiên cứu, các mục tiêu học tập dựa trên kỹ năng, cơ hội cho giới trẻ thực hành kỹ năng mới hoặc thiếu thời gian học tập. Họ nhận thấy các chương trình thường sử dụng những chiến thuật gây sợ hãi không thực tế để phóng đại việc chấp nhận rủi ro (và điều này có thể phản tác dụng do hình thành những tiêu chuẩn xã hội tiêu cực). Họ cũng phát hiện rằng các chiến dịch thường có xu hướng áp dụng những thông điệp an toàn chung chung cho những hành vi xã hội và cảm xúc phức tạp, với giả định rằng giới trẻ không có đủ kiến thức – và cho rằng chỉ cần bảo họ không làm là đủ. Nghiên cứu này kêu gọi mọi người suy nghĩ lại về các chiến lược và thông điệp giáo dục an toàn trên internet với trọng tâm nghiêng về việc đánh giá.

Jones cùng cộng sự (2014) cũng tìm cách xác định thành phần của các chương trình giáo dục và phòng ngừa hiệu quả, lập luận rằng mặc dù nội dung đánh giá về các chương trình an toàn trên internet còn hạn chế nhưng vẫn có những kiến thức và thông tin có thể chia sẻ về cách tiếp cận hiệu quả từ bằng chứng thực hành ở các lĩnh vực phòng ngừa khác, bao gồm bằng chứng vốn có từ phòng ngừa rủi ro ngoài đời thực<sup>28</sup>. Jones cùng cộng sự (2014) đã xem xét 31 bản phân tích tổng hợp về các chương trình giáo dục phòng ngừa dành cho giới trẻ, trong đó có những chương trình về việc lạm dụng ma túy, các vấn đề sức khỏe tâm

<sup>26</sup>West, S.L. & O’Neal, K.K. (2004) Project D.A.R.E. Outcome Effectiveness Revisited. *American Journal of Public Health* 2004, 94 (6)

<sup>27</sup>Jones, L.M., Mitchell, K.J. & Walsh, W.A. (2014) ‘A Content Analysis of Youth Internet Safety Programmes: Are Effective Prevention Strategies Being Used?’ Crimes Against Children Research Centre, University of New Hampshire. See also Jones, L.M., Mitchell, K.J. and Walsh, W.A. (2014) ‘A Systematic Review of Effective Youth Prevention Education: Implications for Internet Safety Education.’ Crimes Against Children Research Centre, University of New Hampshire.

<sup>28</sup>Điều này cũng được chứng minh trong bài đánh giá gần đây “Youth Internet Safety Education: Aligning Programs With the Evidence Base (unh.edu)” của Finkelhor, D. cùng cộng sự, (2020) *Trauma, Violence and Abuse*

thần, hành vi công kích, phạm pháp, bỏ học, bắt nạt và lạm dụng tình dục, đồng thời tìm cách xác định nguyên tắc của các chương trình phòng ngừa hiệu quả từ những dữ liệu này. Dựa trên phân tích của họ, các tác giả đã phát triển một bộ nguyên tắc gọi là Danh sách kiểm tra các nguyên tắc KEEP “Known Elements of Effective Prevention – Các yếu tố đã biết trong phòng ngừa hiệu quả”. Danh sách kiểm tra này sẽ xác định năm đặc điểm giáo dục phòng ngừa cơ bản mà họ nhận thấy có vai trò quan trọng đối với tính hiệu quả. Năm yếu tố này gồm: 1) một chương trình giảng dạy hoặc bài học có cấu trúc; 2) các mục tiêu học tập cụ thể theo kỹ năng; 3) sự học hỏi và tham gia tích cực của người tham gia; 4) khối lượng chương trình thích hợp; và 5) các cơ hội học tập khác.

Bên cạnh nhu cầu cải thiện các chiến lược giáo dục, những nghiên cứu của New Hampshire còn kêu gọi xây dựng thêm phương pháp tiếp cận dựa trên nghiên cứu đối với việc truyền đi thông điệp trực tuyến an toàn. Các nghiên cứu cho thấy thông điệp cần được phát triển dựa trên cơ sở bằng chứng về những rủi ro xuất hiện trên trực tuyến, mang tính thực tế và đa dạng. Ví dụ: Họ đánh giá lời khuyên an toàn mà họ đã gặp trong bài đánh giá của mình dành cho người trẻ đó là “không chia sẻ thông tin cá nhân” khi trực tuyến. Nghiên cứu còn phản ánh thách thức trong việc đảm bảo những thông điệp này là chính xác:

*Khả năng phân biệt tình huống an toàn với tình huống rủi ro, không an toàn có thể hữu ích khi giới trẻ cân nhắc việc có nên cung cấp hoặc đăng thông tin cá nhân hay không, nhưng chúng ta chưa có cơ sở nghiên cứu hay kiến thức nào để giúp đưa ra các quyết định dạng này. Những thông điệp chung chung, bao quát hoặc quá bảo thủ có thể sẽ bị giới trẻ gạt bỏ vì không thực tế hoặc quá trẻ con.*

Hoạt động học tập này có liên quan mật thiết đến cách chúng ta tiếp cận nhiệm vụ truyền đi thông điệp một cách hiệu quả và dựa trên bằng chứng về các thử thách, cũng như cách chúng ta tư vấn việc thiết lập, thiết kế và phát triển các chương trình hiệu quả mà không thô thiển hoặc quá cơ bản đối với người trẻ (ví dụ như chỉ đơn thuần khuyên họ nên tránh xa mọi thử thách). Để đạt hiệu quả, các thông điệp cần phải dễ hiểu và rõ ràng đối với trẻ em và người trẻ, đồng thời tìm hiểu và chấp nhận quan điểm cũng như mối quan tâm của các em.

Các tác giả còn đặt câu hỏi liệu an toàn trên internet có đáng được coi là một môn học độc lập tại trường học hay không khi thời gian dành cho giáo dục phòng ngừa là “tài nguyên khan hiếm” đối với các trường học và cũng bởi có các chủ đề chung xung quanh phương pháp tiếp cận phòng ngừa, bao gồm kỹ năng từ chối và chống lại áp lực, thể hiện sự đồng cảm, cân nhắc về hậu quả trong dài hạn và làm chủ các cảm xúc mạnh. Với thành phần kỹ năng xã hội và cảm xúc chung này, họ cho rằng chủ đề an toàn trực tuyến phải được đưa vào các chương trình an toàn bao quát hơn (tồn tại lâu dài và dựa trên bằng chứng rõ hơn) được phát triển cho những nguy hại ngoài đời thực. Đây là điểm mà họ ủng hộ tiếp tục nghiên cứu thêm trong bài đánh giá được cập nhật gần đây, lập luận về việc kết hợp do “mối liên hệ chặt chẽ giữa nguy hiểm và động lực trực tuyến, ngoại tuyến”<sup>29</sup>.

Trong đánh giá năm 2016, CEOP đã hợp tác với Hiệp hội PSHE ở Vương quốc Anh để xuất bản

<sup>29</sup>Finkelhor, D. et al, (2020) Youth Internet Safety Education: Aligning Programs With the Evidence Base (unh.edu)' Trauma, Violence and Abuse (2020)



một báo cáo, trong đó nêu rõ 11 nguyên tắc chính của việc thực hành hiệu quả trong giáo dục phòng ngừa.<sup>30</sup> Những nguyên tắc này nhằm giúp các chuyên gia giáo dục cá nhân, xã hội, sức khỏe và kinh tế (PSHE) giảng dạy về giáo dục an toàn trực tuyến chất lượng cao trong các chương trình PSHE bao quát hơn của họ. Các nguyên tắc này dựa trên tổng quan tài liệu nghiên cứu về các yếu tố chung của hoạt động can thiệp giáo dục thành công (bao gồm nhiều nghiên cứu chuyên sâu được trích dẫn ở trên) và bao hàm bài đánh giá về hàng trăm chương trình tại Vương quốc Anh cũng như trên thế giới.

Bài đánh giá năm 2016 này còn mở rộng đến các nguyên tắc KEEP do Jones cùng cộng sự phát triển vào năm 2014 ở trên (và những nguyên tắc do Nation cùng cộng sự xác định vào năm 2003) cũng như xác định 11 nguyên tắc giáo dục phòng ngừa có hiệu quả nổi bật trong nghiên cứu. Đó là: phương pháp tiếp cận toàn trường bao gồm các biện pháp can thiệp đa thành phần; các phong cách giảng dạy đa dạng giúp giải quyết một loạt yếu tố; một chương trình phát triển phù hợp với lứa tuổi và sự trưởng thành của học sinh; nội dung học tập bao hàm sự khác biệt và sự phù hợp về mặt văn hóa xã hội; giáo viên được đào tạo bài bản; dựa trên lý thuyết/nghiên cứu và thực tế; một cách tiếp cận tích cực, tránh “chiến thuật hù dọa” hoặc chiến lược đối đầu; mục tiêu và kết quả rõ ràng, giám sát và đánh giá hiệu quả; sự hỗ trợ từ đội ngũ lãnh đạo nhà trường và các cơ quan chức năng khác; sự tham gia của cộng đồng, phụ huynh và học sinh và phương pháp can thiệp có độ dài hoặc cường độ thích hợp. Như đã nói ở trên, những nguyên tắc này được xây dựng trên các đánh giá và phân tích trước đây về nghiên cứu phòng ngừa rủi ro và cung cấp cho chúng tôi một cơ sở bằng chứng mạnh mẽ, nhất quán về các loại phương pháp tiếp cận có hiệu quả. Một trong những thiếu sót đã được xác định trong nghiên cứu CEOP là thực tế, việc xác định các yếu tố chương trình liên quan đến tính hiệu quả không có nghĩa là các yếu tố này có thể khiến hoặc đảm bảo một chương trình sẽ hoạt động hiệu quả – tuy nhiên, việc xác định các yếu tố hiệu quả sẽ cung cấp bằng chứng hữu ích về cách thức tạo dựng nên những chương trình hiệu quả.

Những nghiên cứu khác được trích dẫn trong phần CEOP khám phá các phương pháp và chiến lược học tập chi tiết. Nghiên cứu của Herbert và Lohrmann (2011) xem xét nội dung và chiến lược của mười chương trình giáo dục sức khỏe đã được đánh giá để cải thiện các hành vi tiềm ẩn rủi ro về sức khỏe<sup>31</sup>. Họ xác định ba chiến lược học tập chủ động đã được minh chứng trong cả mười chương trình giảng dạy: phân vai, hợp tác nhóm và thảo luận nhóm nhỏ. Sau khi đánh giá, họ kết luận rằng các chiến lược học tập hiệu quả cho phép học sinh áp dụng bài học và kiến thức thông qua thực hành. Họ kêu gọi mọi người cân bằng thời gian giảng dạy với việc yêu cầu học sinh chủ động học tập và rèn luyện các kỹ năng.

Thomas cùng cộng sự còn thực hiện một nghiên cứu hữu ích khác vào năm 2015, trong đó xem xét 50 thử nghiệm đối chứng ngẫu nhiên ở các chương trình ngăn ngừa hút thuốc tại trường học<sup>32</sup>. Họ kết luận rằng các chương trình thường hoạt động hiệu quả hơn nếu kết hợp cả năng lực xã hội và cảm xúc. Các chương trình này tập trung vào việc cải thiện

<sup>30</sup>Chakravorty, P. (2016) ‘Key Principles of Effective Prevention Education’, PSHE Association. <https://www.pshe-association.org.uk/curriculum-and-resources/resources/key-principles-effective-prevention-education>

<sup>31</sup>Herbert, P.C. & Lohrmann, D.K. (2011) ‘It’s all in the delivery! An analysis of instructional strategies from effective health education curricula’. *Journal of School Health*, 81, 258-264

<sup>32</sup>Thomas, R.E., McLellan, J. & Perera, R. (2015) ‘Effectiveness of school based smoking prevention curricula: systematic review and meta analysis’. *BMJ Open* 5 (3)

những kỹ năng nhận thức như giải quyết vấn đề và ra quyết định, đồng thời cải thiện các kỹ năng xã hội và cảm xúc để cho phép người trẻ chống lại ảnh hưởng của truyền thông hoặc những người đồng lứa, đồng thời tăng khả năng tự chủ, lòng tự trọng và khả năng giải quyết căng thẳng.

Một loạt nghiên cứu gần đây đã khám phá tác động của các phương pháp tiếp cận do người đồng lứa dẫn dắt đối với việc lập chương trình phòng ngừa thành công và bằng chứng liên quan dường như vẫn đang xuất hiện cùng với một số nghiên cứu cho thấy chúng có hiệu quả và các nghiên cứu khác ít mang tính kết luận hơn.<sup>33 34</sup>Tuy nhiên, các bản phân tích tổng hợp gần đây – chẳng hạn về việc phòng chống HIV đã cho thấy các chương trình này có thể đem đến tác động đầy hứa hẹn.<sup>35</sup>

### *Học hỏi từ nghiên cứu quy chuẩn xã hội*

Một lĩnh vực nghiên cứu khác có liên quan đến việc phòng ngừa rủi ro xem xét đến tác động của các quy chuẩn xã hội. Nghiên cứu về tác động của các quy chuẩn xã hội đối với nạn bắt nạt cho thấy trẻ em và người trẻ thường bị ảnh hưởng nặng nề bởi nhận thức của họ về các quy chuẩn xã hội, và rằng việc cung cấp cho trẻ em thông tin thực tế về tỷ lệ bắt nạt, chẳng hạn như tình trạng bắt nạt không xảy ra phổ biến, sẽ giúp giảm tình trạng bắt nạt vì mọi người đều muốn tuân thủ quy chuẩn.

### *Một nghiên cứu lập luận rằng:*

*Tình trạng quấy rối liên tục và tràn lan tại trường học có thể được xem là sản phẩm của những quy chuẩn trường học chung, coi sự quấy rối và hành vi cho phép tình trạng quấy rối leo thang là điển hình và thậm chí là được mong đợi. Vì vậy, một phương pháp tiếp cận để giúp giảm sự quấy rối là thay đổi nhận thức của học sinh về những quy chuẩn chung này<sup>36</sup>.*

Các tác giả nhận thấy việc thay đổi nhận thức về quy chuẩn xã hội của trường học có thể được dùng để thay đổi (và giảm thiểu) hành vi quấy rối đã lập luận rằng “hành vi công khai của các nhân vật thường xuyên nổi bật và có lượng kết nối cao trong một nhóm, gọi là đối tượng có ảnh hưởng, sẽ cung cấp các dấu hiệu quy chuẩn liên quan đến những điều có thể được chấp nhận và được mong đợi ở các thành viên trong nhóm”. Một nghiên cứu khác về vấn đề bắt nạt học đường cho thấy các học sinh thực chất đều nhận thức sai quy chuẩn với người đồng lứa về hành vi bắt nạt và sự hậu thuẫn cho thái độ ủng hộ bắt nạt.<sup>37</sup> “Các tác giả nhận thấy việc thực hiện chiến lược cung cấp thông tin thực tế về các mức độ bắt nạt đã giúp giảm đáng kể thái độ ủng hộ bắt nạt nói chung và cả tỷ lệ bắt nạt.”

<sup>33</sup>MacArthur, G.J. et al, (2016) ‘Peer led interventions to prevent tobacco alcohol and drug use among young people ages 11–21 years a systematic review and meta analysis’. *Addiction* 2016 111 (3).

<sup>34</sup>King, T. & Fazel, M. (2021) ‘Examining the mental health outcomes of school-based peer-led interventions on young people: A scoping review of range and a systematic review of effectiveness.’ *PLOS one*

<sup>35</sup>He, H. et al, (2020) ‘Peer education for HIV prevention among High risk groups: a systematic review and meta analysis’. *BMC Infectious Diseases* 20 (338)

<sup>36</sup>Paluck, E.L., & Shepherd, H.(2012) “The Salience of Social Referents: A Field Experiment on Collective Norms and Harassment Behavior in a [High] School Social Network,” Department of Psychology and Public Affairs, Princeton University.

<sup>37</sup>Wesley Perkins, H., Craig, D.W.,& Perkins, J.M. (2021) “Using social norms to reduce bullying: A research intervention among adolescents in five middle schools.”

Các phân tích tổng hợp gần đây xem xét tác động của các quy chuẩn xã hội đối với một loạt hành vi cũng đã xác nhận sự phù hợp của cách tiếp cận dựa trên quy chuẩn xã hội.<sup>38</sup> Điều này cho thấy nếu chúng ta cung cấp cho người trẻ thông tin thực tế về các thử thách nguy hiểm (ví dụ: qua nghiên cứu TVE) để hầu hết trẻ em và người trẻ đều không tham gia vào đó - việc này sẽ giúp giảm rủi ro tham gia của nhiều người trẻ.

Nghiên cứu này có tác động đối với việc giáo dục phòng ngừa và cả với những thử thách nguy hiểm sắp tới được các phương tiện truyền thông chính thống, mạng xã hội, các trường học và cơ quan công quyền đưa tin. Các báo cáo này thường bỏ qua mọi vấn đề về quy mô hoặc ngụ ý rõ ràng rằng hoạt động tham gia rất phổ biến trong khi dữ liệu mà chúng tôi có lại cho thấy tỷ lệ tham gia rất thấp. Việc này không chỉ làm gia tăng sự lo lắng (khá dễ hiểu) mà còn có nguy cơ bình thường hóa các hành vi không điển hình.

## 4.2 Các chủ đề và hướng dẫn chính từ khoa học phòng ngừa

Trong dự án này, chúng tôi đã có cơ hội làm việc với Tiến sĩ Gretchen Brion-Meisels, một nhà khoa học phòng ngừa từ Trường giáo dục sau đại học Harvard. Nghiên cứu của Tiến sĩ Brion-Meisels giúp chúng tôi xem xét nhiều khung lý thuyết đóng vai trò là nền tảng cho việc thiết kế và thực hiện các chương trình phòng ngừa hiệu quả. Việc suy tính về lý thuyết giúp chúng ta ngừng đánh giá chi tiết về mối tương quan của hiệu quả, đồng thời suy nghĩ về và có thể hiểu rõ hơn lý do một số cách tiếp cận lại có nhiều khả năng đạt hiệu quả và thành công trong việc thúc đẩy thay đổi. Lời khuyên này của chuyên gia đã cung cấp cho chúng tôi một lối tư duy về cách thức và nguyên nhân xảy ra việc thay đổi hành vi và từ đó, đưa ra bộ hướng dẫn về khái niệm một chương trình hiệu quả.

Sau đây là ba câu hỏi thiết yếu mà Tiến sĩ Brion-Meisels chia sẻ liên quan đến những thử thách nguy hiểm và những trò lừa:

- Thanh thiếu niên sẽ đưa ra quyết định như thế nào về những điều họ nghĩ, làm và cảm thấy?
- Môi trường sẽ hỗ trợ họ như thế nào để đưa ra quyết định phù hợp cho sự phát triển?
- Các cộng đồng sẽ hỗ trợ thanh thiếu niên như thế nào để đưa ra các quyết định tích cực, phù hợp khi họ tương tác với nhau trên mạng?

### Các mô hình sinh thái của sự phát triển

Brion-Meisels giải thích cách tiếp cận chính đối với những câu hỏi này nằm ở Khoa học phát triển và Khoa học phòng ngừa. Khoa học phát triển giúp chúng ta hiểu các quy trình hoặc cơ chế giúp trung hòa nhiều yếu tố gây ảnh hưởng đến sự phát triển xã hội, cảm xúc và nhận thức. Tương tự, Khoa học phòng ngừa sẽ đặt câu hỏi: Việc can thiệp vào sự phát triển theo những cách thức đẩy các yếu tố bảo vệ và giảm các yếu tố nguy cơ để thúc đẩy tình trạng tốt cho người trẻ có nghĩa là gì? Hai lĩnh vực này đều là sự

<sup>38</sup>Paulius, Y. et al, (2019) "Using Social Norms to Change Behavior and Increase Sustainability in the Real World: a Systematic Review of the Literature". Sustainability, 11, 5847 (2019): 1-41.

giao thoa giữa giáo dục và sức khỏe cộng đồng.

Cả hai lĩnh vực đều cho rằng sự phát triển có nhiều khía cạnh và chịu ảnh hưởng bởi các yếu tố ngữ cảnh theo thời gian. Cách tư duy về sự phát triển và hành vi của con người này - thường được gọi là mô hình sinh thái của sự phát triển - được xây dựng trên giả định cơ bản rằng con người phát triển trong sự tương tác với môi trường của họ. Tất cả mọi người đều phát triển bằng cách tương tác với con người, sự vật và môi trường xung quanh. Những con người, sự vật và môi trường này lại thay đổi theo thời gian. Các mô hình sinh thái của sự phát triển giúp chúng ta suy nghĩ về những yếu tố tác động đến sự trưởng thành và hành vi, đồng thời nhắc nhở chúng ta rằng mỗi cá nhân đều là duy nhất.

### Các mô hình phòng ngừa

Khi suy nghĩ theo sinh thái học, chúng ta có thể nhớ đến việc xem xét các yếu tố trong các môi trường, cấp độ và thời gian. Phần lớn mô hình giáo dục chỉ tập trung vào cấp độ cá nhân, xem xét cách thay đổi hành vi của trẻ em mà không xét đến các yếu tố văn hóa - xã hội có ảnh hưởng đến cách thức chúng cư xử. Chúng ta có thể gọi cấp độ mà mình can thiệp vào là “cấp độ” về sự can thiệp của chúng ta, tức là, cấp độ của xã hội, cộng đồng, gia đình, trường học, đồng nghiệp hoặc cá nhân. Ví dụ về hoạt động can thiệp ở cấp độ cá nhân là tư vấn tâm lý, còn hoạt động can thiệp ở mức cộng đồng có thể sẽ giống như một chiến dịch thông tin (ví dụ: các chiến dịch phòng ngừa Covid-19). Các chính sách và chiến lược ảnh hưởng đến xã hội làm thay đổi hành vi sẽ ở cấp độ hệ thống vĩ mô.

### Khoa học phòng ngừa - hướng dẫn phòng ngừa hiệu quả

Dựa trên thông tin ở trên về khoa học phòng ngừa, có một số bài học chính về cách tiếp cận mà nhiều khả năng sẽ chứng minh được hiệu quả:

- *Các biện pháp can thiệp hiệu quả nhất thường gồm nhiều tầng, diễn ra ở các cấp độ sinh thái, môi trường/ngữ cảnh và xảy ra theo thời gian.* Các chương trình này thừa nhận việc thay đổi hành vi là khó khăn và cách tiếp cận hiệu quả nhất để thay đổi hành vi là can thiệp ở nhiều cấp độ sinh thái cùng lúc.
- *Các biện pháp can thiệp hiệu quả nhất phải được kết hợp và duy trì sự nhất quán.* Các giải pháp khắc phục nhanh thường không mang lại nhiều lợi ích. Thay đổi hành vi đòi hỏi thay đổi tâm tính, ý nghĩ, chính sách và văn hóa. Khi con người thay đổi theo thời gian, các chương trình phòng ngừa và can thiệp cũng cần được phát triển phù hợp theo đó.
- *Cảm giác năng lực, tự chủ và sự kết nối đều quan trọng đối với động lực bên trong.* Nói chung, con người hành động khi họ cảm thấy họ đã có các kỹ năng để làm vậy (ví dụ: các công cụ để tránh những thử thách nguy hiểm), một vài khả năng hành động độc lập trong quy trình (ví dụ: lựa chọn về phương án thay thế có thể thực hiện) và cảm giác kết nối với người khác (ví dụ: cảm giác giúp đỡ, bảo vệ hoặc kết nối với người khác bằng cách đưa ra lựa chọn tích cực).

- *Các chương trình can thiệp hiệu quả sử dụng cách tiếp cận dựa trên điểm mạnh, được xây dựng dựa trên các kỹ năng và mối quan tâm của trẻ, đồng thời giúp chúng kết nối với người khác theo những cách lành mạnh. Chương trình bền vững tập trung vào những điều lành mạnh và an toàn mà thanh thiếu niên có thể thực hiện thay vì chỉ nói cho họ biết những điều không được làm. Ví dụ: Thay vì nói “đừng hút thuốc!”, người lớn có thể đưa ra cho học sinh các hoạt động ngoại khóa thay thế và cung cấp không gian cho các cơ hội hoạt động xã hội (ví dụ: các chương trình thể thao, nghệ thuật hoặc công nghệ). Bài học từ lĩnh vực sức khỏe tình dục cho thấy các phương pháp mang tính bao hàm toàn diện và tập trung vào giảm rủi ro sẽ hiệu quả hơn so với tập trung vào tiết chế.*
- *Việc phát triển đặc tính cá nhân là điểm nổi bật trong giai đoạn thanh thiếu niên và phần lớn người trẻ đều nhận thức đầy đủ về sự bất bình đẳng và bất công trong cuộc sống của họ. Các chương trình có thể xem xét cách xây dựng cam kết đạo đức này bằng cách cung cấp cho người trẻ cơ hội để suy nghĩ và nói về các vấn đề đạo đức phát sinh trực tuyến. Tương tự, trong trường hợp học sinh không nhận thức được ý nghĩa chính trị xã hội lớn hơn từ hành động của họ, chương trình phải chỉ ra những cách mà giới trẻ có thể vô tình tái tạo thông điệp có hại (ví dụ: thông điệp về cân nặng, vẻ đẹp, phân biệt chủng tộc, v.v).*
- *Các chương trình hiệu quả tôn trọng kiến thức địa phương. Mọi người (và cộng đồng) thường hiểu rõ về bản thân và các nhu cầu riêng của họ.*
- *Các chương trình hiệu quả đảm bảo có được sự hỗ trợ tại địa phương. Để được như vậy, chúng ta có thể cần thu thập thông tin chi tiết từ nhiều bên liên quan và xem xét vấn đề tại địa phương. Hoặc là dành thời gian để thống nhất về tầm nhìn và giá trị mà bạn sẽ dùng để đặt nền móng cho chương trình và đánh giá định kỳ. Hãy đảm bảo tất cả các bên liên quan (kể cả giới trẻ) đều có thể nêu ý kiến và bỏ phiếu.*
- *Cuối cùng, việc tìm ra các thành phần thiết yếu trong chiến lược phòng ngừa sẽ hữu ích trong việc cho phép các nhà hoạt động địa phương điều chỉnh và sửa đổi chương trình sao cho phù hợp với văn hóa. Các cộng đồng và chuyên gia địa phương là những người hiểu rõ nhất về giới trẻ ở đó. Việc tạo các danh mục can thiệp với các hình thức lập chương trình khác nhau mà mọi người có thể cùng phối hợp (và tinh chỉnh) thường đều dẫn đến thành công.*

Từ bằng chứng được xem xét trong chương này, rõ ràng những cách tiếp cận có nội dung nghiên cứu ý nghĩa và lý thuyết hỗ trợ sẽ có nhiều khả năng hoạt động hiệu quả hơn. Việc hiểu được các yếu tố thúc đẩy thay đổi hành vi giúp giải thích và củng cố lý do tại sao một số cách tiếp cận đã được chứng minh là có hiệu quả, còn những cách khác thì không. Ví dụ: Những phát hiện về sự phù hợp với văn hóa xã hội và sự hỗ trợ rộng rãi hơn của cộng đồng là rất quan trọng vì trẻ em và người trẻ chịu ảnh hưởng của nhiều yếu tố trong môi trường (và sự hỗ trợ của cộng đồng cho phép củng cố thông điệp ở các mức độ ảnh hưởng khác nhau). Các phương pháp tiếp cận hiệu quả tập trung vào năng lực xã hội và cảm xúc, còn việc rèn luyện các kỹ năng có thể được sử dụng khi đối mặt với các tình huống khó khăn. Các phương pháp tiếp cận này cũng mang tính tổng thể, nhiều lớp và nhất quán theo thời gian, sử dụng kiến thức cộng đồng, tập trung vào việc giảm thiểu rủi ro và cung cấp cho những người trẻ cả năng lực hành động độc lập và các lựa chọn thay thế.

## Phần 5 – Giáo dục phòng ngừa: quan điểm của ban chuyên gia về các phương pháp tiếp cận hiệu quả và cách cải thiện khả năng ứng phó của chúng ta

### 5.1 Quan điểm về các phương pháp giáo dục hiệu quả

Ban chuyên gia đã thảo luận về những khó khăn mà những thử thách nguy hiểm đưa ra và các phương pháp tiếp cận giáo dục phòng ngừa mà họ cảm thấy có hiệu quả nhất.

#### *Các phương pháp tiếp cận hoạt động hiệu quả*

Có sự đồng thuận rằng các phương pháp tiếp cận hiệu quả với người trẻ cần hiểu được lợi ích khi tham gia vào các thử thách theo quan điểm của người trẻ. Các biện pháp can thiệp cần bao gồm việc lắng nghe và tương tác với người trẻ và tạo ra “không gian tư duy” ở nơi có thể để cùng họ suy nghĩ về các vấn đề và hướng dẫn họ phát triển các kỹ năng và kiến thức quan trọng. Điều này bao gồm việc khuyến khích trẻ em và người trẻ phản ánh cảm xúc và suy nghĩ về cách mà một số trải nghiệm nhất định khiến họ cảm thấy và lý do tại sao. Có sự đồng thuận rằng thông tin về những thử thách nguy hiểm cần được giảng dạy trong bối cảnh rộng lớn hơn của sự thông hiểu truyền thông, bao gồm việc giúp trẻ em và người trẻ phát triển kiến thức quan trọng và hiểu biết về tất cả các loại nội dung trực tuyến, bao gồm đầy đủ các nội dung có hại hoặc rủi ro mà các em có thể tiếp xúc trên mạng.

#### *Hiểu rõ hơn và thừa nhận các hoạt động của giới trẻ liên quan đến những thử thách*

Ban chuyên gia có quan điểm rằng chúng ta cần hiểu rõ hơn về hoạt động tham gia vào các thử thách (trong bối cảnh văn hóa giới trẻ địa phương) và trao đổi với người trẻ để hiểu những thử thách có ý nghĩa và đóng góp gì cho cuộc sống của họ. Người ta cho rằng cần phải nhấn mạnh vào việc tương tác với trẻ em và người trẻ, cũng như hiểu quan điểm của họ như một điểm khởi đầu để định hình các biện pháp can thiệp. Một số thành viên ban chuyên gia bày tỏ lo ngại rằng chúng ta cũng nên thừa nhận tính hợp lý của việc tham gia vào các thử thách trực tuyến đối với một số người trẻ như một cách để đạt được lượt thích, lượt chia sẻ và cuối cùng là tìm kiếm “sự nổi tiếng” như một con đường thoát nghèo trong bối cảnh mà các con đường thoát nghèo truyền thống khác (ví dụ như hệ thống giáo dục) bị hạn chế hoặc không có triển vọng. Liên kết với điều này, người ta nhấn mạnh rằng các nền tảng phải đảm bảo rằng các chiến lược hạn chế ngăn chặn những người có ảnh hưởng trên nền tảng của họ sử dụng những thử thách nguy hiểm để xây dựng lượng người theo dõi.

#### *Giáo dục và công tác an toàn với trẻ nhỏ*

Có ý kiến cho rằng các chương trình giáo dục an toàn internet cho trẻ nhỏ là rất cần thiết và nhiều biện pháp can thiệp bắt đầu quá muộn, rất lâu sau khi trẻ em và người trẻ tiếp xúc với nội dung có hại hoặc có nguy cơ. Các thành viên ban chuyên gia lưu ý rằng chương trình

hiện tại thường hiếm khi tiếp cận trẻ dưới 10 tuổi và không truyền đạt đủ sớm các kỹ năng quan trọng mà trẻ em cần.

### *Mức độ phức tạp và thời gian cần thiết để ứng phó hiệu quả*

Nhiều người đồng ý rằng việc áp dụng biện pháp phòng ngừa một cách hiệu quả cần nhiều thời gian và phức tạp hơn so với việc cung cấp thông tin một lần, do giáo viên hướng dẫn về một chủ đề hoặc rủi ro nhất định. Tuy nhiên, khi các trường học đang thực hiện bất kỳ hoạt động nào về an toàn trực tuyến (và điều này thay đổi đáng kể theo quốc gia và địa phương) thì đó thường là buổi cung cấp thông tin một lần do từng trường yêu cầu. Các chuyên gia đã chia sẻ những rào cản chung trong việc tìm kiếm thời gian và không gian để hoạt động nhất quán và có hệ thống trong môi trường học đường theo một chương trình cụ thể.

### *Trường học có phải là môi trường thích hợp không?*

Như trên, các chuyên gia nhất trí về sự cần thiết phải tìm ra những không gian mà họ có thể khuyến khích trẻ em và người trẻ suy nghĩ và phát biểu một cách tự chủ về môi trường kỹ thuật số. Điều này thường bao gồm việc tập hợp các nhóm trẻ em và người trẻ đa dạng cùng nhau thảo luận với sự lắng nghe và hướng dẫn của người lớn. Tuy nhiên, khi các trường học có xu hướng trở thành môi trường áp lực tập trung vào học tập, người ta nghi ngờ liệu trường học có thể hoặc có nên tạo ra không gian cho việc học tập về xã hội và cảm xúc hay không, hoặc liệu điều này có cần được tiếp nhận và phát triển bên ngoài môi trường học đường bởi một nhóm rộng lớn hơn bao gồm các nhà hoạt động, nhân viên xã hội, nhân viên hỗ trợ giới trẻ, người chăm sóc trẻ em và phụ huynh hay không. Tuy nhiên, mọi người cũng công nhận rằng ở một số quốc gia và địa điểm, trẻ em sẽ không được tiếp cận với một môi trường có cấu trúc khác (ngoài trường học), nơi các em có thể tham gia vào một chương trình hoặc hoạt động can thiệp hướng đến các em.

Người ta cũng chỉ ra rằng ngoài việc làm việc trực tiếp với các nhóm trẻ em để khám phá trải nghiệm trên mạng của các em, bản thân các nền tảng trực tuyến cũng cần củng cố thông điệp và tạo sự tin cậy cho các em. Chúng tôi cảm thấy rằng cần cung cấp các công cụ và thông điệp giáo dục phòng ngừa trực tuyến trong các không gian (dịch vụ trực tuyến, Ứng dụng và nền tảng) mà trẻ em và người trẻ dành thời gian sử dụng thay vì chỉ dựa vào hoạt động này ở ngoài đời thực. Điều này được xem xét thêm trong phần 5.4 Ý tưởng cho các biện pháp can thiệp ở cấp độ nền tảng.

### *Phụ huynh*

Các thành viên ban chuyên gia đã xác định một số vấn đề liên quan đến việc dựa vào phụ huynh trong nỗ lực giáo dục phòng ngừa. Việc giả định rằng phụ huynh sẽ giúp trẻ em đánh giá một cách nghiêm túc các rủi ro đòi hỏi một cách tiếp cận nuôi dạy con cái nhất định (có thể là cụ thể về mặt văn hóa) và giả định rằng phụ huynh nhận thức được các rủi ro trực tuyến và nhận ra rằng trẻ em cần được bảo vệ khỏi các rủi ro này. Các chuyên gia cũng mô tả các nhóm phụ huynh dành thời gian vào môi trường trực tuyến nhiều đến mức họ không có khả năng suy nghĩ chín chắn về các vấn đề an toàn hoặc nguy hại. Một số chuyên gia chỉ

ra rằng trong nhiều bối cảnh toàn cầu, tư duy về an toàn trực tuyến vẫn được coi là sự xa xỉ chỉ có ở các tầng lớp tinh anh.

Một số chuyên gia đã mô tả vấn đề đối lập trong các chiến lược nuôi dạy con kỹ thuật số là sự không nhất quán và dựa trên nỗi hoảng sợ, xảy ra vào những thời điểm truyền thông đưa ra sự chú ý đặc biệt (ví dụ: tịch thu thiết bị) dựa trên sự hiểu biết kém về đời sống kỹ thuật số của trẻ. Tuy nhiên, bất chấp những rào cản và khó khăn khi làm việc với phụ huynh, các chuyên gia nhất trí rằng biện pháp phòng ngừa có nhiều khả năng thành công hơn khi phụ huynh và cộng đồng dành thời gian chung tay góp sức.

### *Ai nên dẫn dắt các nỗ lực phòng ngừa?*

Cuộc thảo luận trên đây đã nêu lên các vấn đề về cách chúng ta nên cung cấp các chương trình phòng ngừa, về người chịu trách nhiệm thúc đẩy các chương trình trước những áp lực đối với hệ thống trường học và về sự thiếu nhận thức của một số phụ huynh về sự cần thiết. Một số chuyên gia cảm thấy rằng chúng ta thường quá phụ thuộc vào trường học và chúng ta cần một phương pháp tiếp cận rộng rãi hơn. Hiện tại, các tổ chức phi chính phủ dường như đang thúc đẩy các nỗ lực và phản ứng phòng ngừa (mặc dù các nỗ lực này đã được chỉ ra rằng không phải lúc nào cũng là dựa trên bằng chứng hoặc được đánh giá độc lập). Các thành viên ban chuyên gia nhất trí rằng các biện pháp can thiệp lý tưởng cần có nhiều lớp, bao gồm cả trẻ em và người trẻ, phụ huynh và người chăm sóc, ông bà, nhân viên xã hội và nhân viên hỗ trợ giới trẻ, giáo viên cũng như các mạng xã hội và phương tiện truyền thông chính. Chúng tôi nghe nói rằng mặc dù các biện pháp can thiệp đa thành phần là quan trọng, nhưng rất khó để có được tài trợ và sự ủng hộ cho những biện pháp can thiệp phức tạp và có ý nghĩa hơn này với trẻ em. Các mối lo ngại đã được đặt ra về việc những trẻ dễ bị tổn thương nhất không nhận được ý kiến đóng góp ở trường hoặc ở nhà, cũng như việc phụ thuộc vào các tổ chức phi chính phủ để tiếp cận trẻ em và người trẻ có nguy cơ. Điều này cũng được liên kết đến quan điểm đã được đưa ra về trách nhiệm của nhà cung cấp trong việc cung cấp thông điệp giáo dục và phòng ngừa trong Ứng dụng, nền tảng và dịch vụ vì điều này đặc biệt quan trọng đối với những người trẻ không được hỗ trợ trong bất kỳ môi trường ngoài đời thực nào.

### *Các phương pháp hiệu quả để làm việc với trẻ em*

Ban chuyên gia thường mô tả giá trị của các sáng kiến và chương trình cố vấn đồng lứa, trong đó chính trẻ em và những người trẻ chia sẻ kinh nghiệm với các bạn đồng lứa và đóng vai trò là người hướng dẫn. Các chương trình được cho là thành công vì chúng được dẫn dắt bởi những người trẻ đã trưởng thành trong môi trường kỹ thuật số tương tự (và đã phải đối mặt với những lựa chọn tương tự) như những người mà họ đang hướng dẫn. Một phương pháp tiếp cận khác được nhấn mạnh là học tập trải nghiệm, thường thông qua các phương pháp tiếp cận game hóa và các dự án cho phép người trẻ thực hành các kỹ năng (bao gồm các kỹ năng điều tiết và cảm xúc giúp họ nhận ra cảm xúc, thiết lập ranh giới cá nhân và sử dụng các kỹ năng từ chối). Các thành viên ban chuyên gia thừa nhận các động lực xã hội, văn hóa, vật chất phức tạp gắn liền với những thử thách nguy hiểm và không cho rằng chỉ có một cách tiếp cận duy nhất để làm theo mà thay vào đó cần phải có nhiều chiến lược. Độ tuổi phù hợp và cách trò chuyện với trẻ về những thử thách



Các thành viên ban chuyên gia đã được hỏi về cách mà họ cho là thích hợp để nói về những thử thách và đặc biệt là có nên nêu rõ các thử thách này không, vì sự thiếu nhất quán ở điểm này có thể là rào cản đối với việc giải quyết những thử thách nguy hiểm. Phần lớn quan điểm cho rằng đây phải là một phán đoán dựa trên ngữ cảnh cụ thể và cân bằng, thay vì đề xuất có một phương pháp tiếp cận đúng hay sai duy nhất. Rõ ràng là phụ huynh và giáo viên có thể cảm thấy lo lắng và miễn cưỡng khi chủ động nói về những thử thách cụ thể vì họ lo ngại điều đó sẽ thúc đẩy sự quan tâm ở những trẻ có thể vốn sẽ không tiếp xúc với thử thách đó (mối lo ngại cũng được thể hiện trong dữ liệu TVE).

Nhìn chung, việc nhắc đến những thử thách cụ thể có thể mang lại giá trị khi các thử thách đó đã được phổ biến rộng rãi. Để hiệu quả, các biện pháp can thiệp cần phải cởi mở và chân thực, đồng thời nếu thử thách đã là một phần trong đời sống trực tuyến của trẻ thì người lớn cần có khả năng giải quyết vấn đề một cách trực tiếp. Người lớn cũng cần được coi là nguồn thông tin và chuyên môn đáng tin cậy để trẻ em và người trẻ tìm kiếm sự giúp đỡ. Một người tham gia đã mô tả giá trị của việc nói chung chung về các loại thử thách, ví dụ: những thử thách có thể gây tổn hại thể chất nghiêm trọng bằng cách tác động đến các hệ thống cơ thể hoặc những thử thách có thể gây tổn thương về mặt tinh thần do nội dung phản cảm và đau buồn. Đây được coi là một phương pháp tiếp cận tích cực hơn là liệt kê cụ thể các thử thách và dẫn đến nguy cơ gợi lên sự quan tâm. Đặc biệt với trẻ nhỏ, việc dạy “kỹ năng từ chối” nói chung cũng được lưu ý là rất hữu ích – để khuyến khích trẻ nhận ra sự khó chịu hoặc bối rối, tránh xa những điều khiến chúng khó chịu và thông báo cho người lớn.

Hầu hết các thành viên ban chuyên gia đều cảm thấy rằng chỉ nên đề cập hoặc nhắc đến những thử thách cụ thể ở bối cảnh do trẻ chủ động, trong đó trẻ em đề cập đến chúng trước tiên hoặc rõ ràng đã tiếp xúc với chúng. Bác sĩ Graham khuyên rằng phương pháp tiếp cận “uơm mầm” khá là có giá trị, trong đó trẻ em (độ tuổi tiểu học) được giới thiệu và giải thích về những thử thách để chuẩn bị trước khi tiếp xúc với loại nội dung này.

## 5.2 Hướng dẫn và lời khuyên hiện tại về cách tiếp cận những thử thách

### *Hướng dẫn của DfE về những thử thách trực tuyến và trò lừa bịp trực tuyến có hại*

Hiện tại, có rất ít ví dụ hướng dẫn về các thử thách nguy hiểm hoặc các thử thách trò lừa bịp. Hướng dẫn DfE của Vương quốc Anh dành cho các trường học và trường đại học là một nỗ lực hữu ích để phát triển hướng dẫn để định hình cách ứng phó.<sup>39</sup>

*Ví dụ về hướng dẫn phương pháp tốt nhất của Vương quốc Anh – Hướng dẫn của DfE về “Những thử thách trực tuyến và trò lừa bịp trực tuyến có hại”*

Hướng dẫn này coi các thử thách và trò lừa bịp nguy hiểm là một dạng nội dung có hại mà trẻ em và người trẻ cần có cơ hội tìm hiểu:

*“Trẻ em và người trẻ cần có cơ hội học cách xác định và ứng phó một cách chín chắn đối với nội dung nguy hiểm hoặc có hại. Do đó, điều quan trọng là các tổ chức*

<sup>39</sup>Để đưa ra hướng dẫn này, Chính phủ Vương quốc Anh đã hợp tác với UKCCIS (Hội đồng An toàn internet cho trẻ em của Vương quốc Anh) và Hội bác ái. Hướng dẫn đầy đủ có tại <https://www.gov.uk/government/publications/harmful-online-challenges-and-online-hoaxes/harmful-online-challenges-and-online-hoaxes>

*phải cung cấp không gian an toàn và cởi mở để trẻ em và người trẻ đặt câu hỏi và chia sẻ mối lo ngại về những gì trẻ trải nghiệm trực tuyến mà không bị cho là ngu ngốc hoặc bị đổ lỗi... Bạn nên làm rõ lộ trình tiếp cận sự hỗ trợ dành cho trẻ em và người trẻ khi chúng cảm thấy tò mò, lo lắng hoặc buồn bực.”*

Hướng dẫn nhấn mạnh rằng các tổ chức nên tìm kiếm lời khuyên của chuyên gia và tự đánh giá một cách hợp lý về rủi ro của các thử thách và trò lừa bịp. Hướng dẫn cũng kêu gọi các tổ chức đưa ra đánh giá về việc liệu trẻ em và người trẻ có khả năng nhận biết được trò lừa bịp hay không trước khi quyết định có giải quyết trò lừa bịp đó hay không:

*“Nói chung, việc nhắc cụ thể đến trò lừa bịp trực tuyến và đưa ra các cảnh báo trực tiếp là không hữu ích. Mối lo ngại thường được thúc đẩy bởi sự công khai không hữu ích, hay được tạo ra trên mạng xã hội và có thể không dựa trên các sự kiện đã được xác nhận hoặc thực tế hay bất kỳ rủi ro thực sự nào đối với trẻ em và người trẻ. Đã có những ví dụ về trò lừa bịp có phần lớn nội dung được tạo ra bởi những người phản hồi câu chuyện được đưa tin, khiến trẻ em và người trẻ tiếp xúc với nội dung u buồn một cách không cần thiết.*

*Nếu bạn tin rằng những trẻ em và người trẻ đã biết và tham gia vào một thử thách thực sự có thể khiến chúng có nguy cơ bị tổn hại, thì bạn nên giải quyết trực tiếp vấn đề này. Cần thận xem xét cách tốt nhất để xử lý vấn đề này. Cách thích hợp là cung cấp sự hỗ trợ tập trung cho một nhóm tuổi cụ thể hoặc từng trẻ em có nguy cơ. Hãy nhớ rằng, ngay cả với những thử thách thực sự, nhiều trẻ em và người trẻ có thể chưa hề gặp và biết tới các thử thách đó. Bạn phải cân nhắc cẩn thận những lợi ích của việc nói cho trẻ em và người trẻ những tác hại tiềm ẩn liên quan đến một thử thách so với sự gia tăng tiếp xúc không cần thiết của trẻ em và người trẻ với thử thách đó.*

Các hướng dẫn khác đã được đưa ra về các thử thách có cùng chủ đề với các thử thách ở trên, với lời khuyên là tránh nhắc đến tên các thử thách cụ thể, nghiên cứu nội dung của chúng, cung cấp cho trẻ em các chiến lược để đối phó với nội dung khó, gây khó chịu hoặc rủi ro, cũng như khuyến khích trẻ em và người trẻ tìm kiếm sự giúp đỡ nếu cần. Lời khuyên nói chung cũng bao gồm nỗ lực giúp phát triển kỹ năng tư duy phản biện của trẻ em và giúp chúng học cách chịu đựng áp lực đồng trang lứa.<sup>40</sup>

Ngoài ra, còn có một số ví dụ hữu ích về hướng dẫn đã được tạo ra để tư vấn và hỗ trợ phụ huynh, cũng như giúp họ tìm hiểu thêm về một loạt các thử thách khác nhau và cách thức hoạt động của các thử thách đó<sup>41</sup> cùng một số ví dụ hạn chế về các nguồn hỗ trợ nhằm mục đích khuyến khích trẻ em ngăn chặn và báo cáo nếu trẻ gặp phải nội dung về các thử thách nguy hiểm hoặc các thử thách trò lừa bịp.<sup>42</sup>

<sup>40</sup><https://www.saferinternet.org.uk/blog/advice-schools-responding-online-challenges> hoặc ví dụ <https://www.webwise.ie/uncategorized/responding-to-online-challenges-and-hoaxes/>

<sup>41</sup>13 thử thách trực tuyến mà trẻ đã biết (Common Sense Media) <http://www.common Sense Media.org/blog/viral-you-tube-challenges-internet-stunts-popular-with-kids>

<sup>42</sup><https://www.bbc.com/ownit/its-personal/when-you-see-something-scary-online> see also <https://www.internetmatters.org/connecting-safely-online/advice-for-young-people/the-hard-stuff-on-social-media/scary-challenges/>

### *Ví dụ về biện pháp tốt nhất để đối phó với những thử thách nguy hiểm – Công tác tại Brazil của Instituto Dimi Cuida*

Viện đã phát triển một chương trình để đối phó với những thử thách nguy hiểm. Chương trình này bao gồm một loạt các công cụ và tài nguyên giáo dục để phụ huynh sử dụng ở nhà nhằm dạy trẻ về mức độ ảnh hưởng của những thử thách đối với cơ thể và sức khỏe.

Một ví dụ mà Viện đã đưa ra là chương trình toàn trường dành cho học sinh từ lớp 6 đến hết trung học phổ thông. Chương trình bao gồm việc đào tạo tất cả nhân viên của trường, không chỉ cán bộ giảng dạy mà tất cả người lớn, bao gồm cả nhân viên vệ sinh và an ninh. Họ đã làm việc với giáo viên để cung cấp các buổi học cho trẻ em trong tất cả các khối lớp. Họ cũng làm việc với các gia đình – giải thích cho phụ huynh và người chăm sóc một số bằng chứng dựa trên nghiên cứu về lý do tại sao trẻ em bị thu hút bởi những thử thách/những trò mạo hiểm. Chương trình này nhận được đánh giá rất tích cực từ phụ huynh, giúp họ hiểu tâm trạng của con mình hơn.

Phương pháp tiếp cận của Viện ban đầu được xây dựng dựa trên quan hệ đối tác với APEAS (Agir pour la prévention des jeux dangereux) ở Paris và được mô phỏng theo chương trình phòng ngừa của họ.<sup>43</sup> Khi đã phát triển, phương pháp này cũng đã bị ảnh hưởng mạnh mẽ bởi Chương trình vòng tròn mở của Đại học Wesley ở Hoa Kỳ, trong đó cung cấp các chương trình học tập cảm xúc và xã hội dựa trên bằng chứng.<sup>44</sup> Viện sử dụng phương pháp tiếp cận vòng tròn mở để hướng dẫn các nhóm do họ điều hành, khuyến khích trẻ em và người trẻ chia sẻ cởi mở về cuộc sống trực tuyến. Viện khuyến nghị thiết lập chương trình năng lực xã hội địa phương tập trung về các lựa chọn, trách nhiệm, sự đồng cảm và quyền công dân.<sup>45</sup>

### *Ví dụ về các phương pháp tiếp cận do người đồng lứa dẫn dắt – Project Rockit của Úc – một phong trào do giới trẻ thúc đẩy nhằm giải quyết hành vi bắt nạt trên mạng*

Trong hơn một thập kỷ, PROJECT ROCKIT đã hỗ trợ học sinh đứng lên chống lại hành vi bắt nạt, thù ghét và định kiến thay vì chỉ đứng nhìn. Thông qua lăng kính của hành vi bắt nạt (trên mạng), hội thảo của chúng tôi khám phá các chủ đề về hòa nhập, các mối quan hệ tôn trọng, lãnh đạo xã hội, sự đa dạng, các giá trị, đạo đức và sự đồng cảm.

PROJECT ROCKIT tạo ra không gian nơi tất cả người trẻ được tiếp cận với sự tôn trọng, chấp nhận, thể hiện sáng tạo và các kỹ năng lãnh đạo thực sự. Chúng tôi cử những nhà diễn thuyết trẻ được đào tạo chuyên sâu, có đam mê đến các trường học để tổ chức các hội thảo hỗ trợ học sinh để dẫn đến sự thay đổi tích cực tại trường học, trên mạng và hơn thế nữa.

<sup>43</sup>APEAS Agir pour la prévention des jeux dangereux, xem <https://www.jeudufoulard.com/>, tổ chức này được thành lập vào năm 2002 để hướng dẫn các bậc phụ huynh và các chuyên gia về những thách thức nguy hiểm và ngăn ngừa trẻ em bị tổn hại.

<sup>44</sup><https://www.open-circle.org/>

<sup>45</sup>(<http://www.institutodimicuida.org.br/en/como-prevenir/>)

### *Học tập dựa trên việc trình bày trực quan chứ không phải kể lể*

- Thông qua việc đóng vai, các hoạt động, thí nghiệm và thảo luận tương tác, những hiểu biết quan trọng sẽ được định hướng theo học sinh và các thông điệp chính được nhận thức một cách an toàn thông qua học tập trải nghiệm.

### *Tập trung dựa trên điểm mạnh*

- Các hội thảo của chúng tôi tập trung mạnh vào việc thiết lập các quy chuẩn tích cực. Chúng tôi nhắm đến mục tiêu nâng cao nhận thức của học sinh về bản thân và xã hội, đồng thời tạo ra môi trường tôn vinh sự đa dạng.

### *Thống nhất kết quả*

- Kết quả hội thảo của chúng tôi thống nhất với Chương trình học của Úc, khuôn khổ eSmart của AMF và chúng tôi được văn phòng eSafety Liên bang chứng nhận chính thức.

### *Chiến lược chủ động*

- Chúng tôi cung cấp cho người trẻ cả chiến lược để đối phó với bắt nạt (trên mạng) khi điều đó xảy ra và các chiến lược chủ động để giữ an toàn, duy trì liên hệ và sự hỗ trợ cho bản thân họ và người khác

### *Ví dụ phương thức học game hóa từ Hoa Kỳ*

The Social Institute (TSI) cung cấp nền tảng học tập trực tuyến, được game hóa, hỗ trợ học sinh tìm hiểu thế giới xã hội của các em – gồm mạng xã hội và công nghệ – để thúc đẩy sức khỏe, trạng thái hạnh phúc và sự thành công trong tương lai của các em. Bằng cách củng cố các điểm mạnh trong tính cách như sự cảm thông, tính chính trực và tinh thần làm việc nhóm cũng như giới thiệu cho các em những tấm gương sáng (từ các thủ lĩnh học sinh đến các vận động viên Olympic của Hoa Kỳ), TSI sử dụng phương pháp tiếp cận tích cực và phù hợp để truyền cảm hứng cho học sinh đưa ra các lựa chọn tích cực, đúng đắn với #WinAtSocial.

TSI mang lại cho cộng đồng trường học:

- Tư vấn trực tuyến #WinAtSocial LIVE: Chương trình tư vấn trực tiếp hoặc từ xa về cảm xúc xã hội do học sinh dẫn dắt, giải quyết kịp thời các chủ đề mỗi tuần.
- Chương trình học game hóa #WinAtSocial: Chương trình học trọn năm được hoàn thiện sẵn, từ lớp 4-12, tập trung vào việc đào tạo cảm xúc xã hội, mạng xã hội và công nghệ, được giảng dạy theo cách dễ hiểu và linh hoạt trong Buổi tư vấn, Phòng học bộ môn, Lớp sức khỏe, Chương trình cuộc sống cư dân hoặc Thời gian cộng đồng.
- Tài nguyên cho phụ huynh: Giúp phụ huynh chuẩn bị trước cho các thay đổi và giúp

<sup>43</sup>APEAS Agir pour la prévention des jeux dangereux, véase <https://www.jeudufoulard.com/> Esta organización fue fundada en 2002 con el objetivo de educar a padres y profesionales sobre los retos peligrosos y evitar que los niños se vean perjudicados.

<sup>44</sup><https://www.open-circle.org/>

<sup>45</sup>(<http://www.institutodimicuida.org.br/en/como-prevenir/>)

các con đưa ra các lựa chọn tích cực nhờ các bài thuyết trình và nội dung dành cho cha mẹ.

- Hội thảo trực tuyến hoặc bài thuyết trình trực tiếp cho học sinh, phụ huynh và nhà giáo dục: Khởi dậy hứng thú và hỗ trợ học sinh, phụ huynh và nhà giáo dục với bài thuyết trình nổi tiếng của chúng tôi về mạng xã hội, công nghệ và đào tạo cảm xúc xã hội.

### 5.3 Hướng dẫn về việc đưa tin và chia sẻ trên phương tiện truyền thông

Ở Phần 1 của báo cáo này, chúng ta đã bàn đến tác động bất lợi của việc phương tiện truyền thông đưa tin về thử thách trò lừa. Thành viên ban chuyên gia đã thảo luận về các cách mà việc đưa tin trên phương tiện truyền thông có thể thúc đẩy sự hứng thú, nhận thức, sự hấp dẫn và sự tham gia. Chúng tôi thấy rằng việc đưa tin về thử thách trò lừa bịp có thể dựa trên hoạt động nâng cao nhận thức và cảnh báo tuy có dụng ý tốt nhưng lại sai lầm từ các tổ chức muốn thúc đẩy an toàn.

Thành viên ban chuyên gia đề xuất rằng nội dung hướng dẫn trên phương tiện truyền thông có thể đóng vai trò trong việc xác định vấn đề này và chỉ ra những hướng dẫn có sẵn về việc đưa tin về vấn đề tự sát. Tại Vương quốc Anh, hướng dẫn do các Hội bác ái phát triển đã giải quyết yêu cầu suy nghĩ thấu đáo về cách trình bày vấn đề tự sát trên phương tiện truyền thông nhằm tránh trào lưu tự sát hoặc bắt chước.<sup>46</sup> Tiếp sau những hướng dẫn trên tại Vương quốc Anh, Viện Chất lượng Lâm sàng Quốc gia đã phát triển tiêu chuẩn chất lượng hữu ích cho việc đưa tin về tự sát trên phương tiện truyền thông.<sup>47 48</sup> Các ví dụ sâu hơn về hướng dẫn quan trọng và đáng tin cậy cho phương tiện truyền thông bao gồm “Khuyến cáo cho hướng dẫn đưa tin về vấn đề tự sát” ở Hoa Kỳ<sup>49</sup> và “Ngăn chặn tự sát: tài nguyên cho chuyên gia phương tiện truyền thông” của Tổ chức Y tế Thế giới.<sup>50</sup>

#### *Hệ quả tiềm tàng của thử thách nguy hiểm và thử thách trò lừa bịp*

Đối lập với việc đưa tin trên phương tiện truyền thông, Hội bác ái nhận ra rằng khi tham gia vào các công tác trực tiếp với từng cá nhân, việc trực tiếp hỏi về tự sát nếu bạn cho rằng người đó có thể đang có ý định tự sát là cách tiếp cận mang tính bảo vệ hơn và có thể trực tiếp giúp đỡ một người đang có những cảm xúc đó<sup>51</sup>. Điều này cho thấy nên có sự phân biệt

<sup>46</sup><https://www.samaritans.org/about-samaritans/media-guidelines/media-guidelines-reporting-suicide/>

<sup>47</sup><https://www.nice.org.uk/guidance/qs189/chapter/Quality-statement-3-Media-reporting>

<sup>48</sup>Tiêu chuẩn chất lượng này dựa trên các nguồn sau: “Ngăn chặn tự sát: tài nguyên cho chuyên gia phương tiện truyền thông” của Tổ chức Y tế Thế giới; “Hướng dẫn đưa tin về vấn đề tự sát trên phương tiện truyền thông” của Hội bác ái; Điều lệ phát sóng của OFCOM và Tổ chức tiêu chuẩn báo chí độc lập (IPSO). Hướng dẫn của NICE về ngăn chặn tự sát trong cộng đồng và môi trường giam giữ, nêu ra các tiêu chí chính để đưa tin. Hướng dẫn này bao gồm việc sử dụng ngôn ngữ nhạy cảm không bêu xấu hoặc gây lo lắng theo bất kỳ cách nào khác cho những người bị ảnh hưởng, giảm việc đưa tin mang tính phỏng đoán, tránh nêu chi tiết về cách thức và đưa ra các câu chuyện về hi vọng và sự phục hồi cũng như hướng dẫn để nhận trợ giúp.

<sup>49</sup><https://www.reportingonsuicide.org/> Hướng dẫn này trình bày sự hợp tác giữa các chuyên gia ngăn chặn tự sát, chuyên gia sức khỏe cộng đồng, nhà báo và tổ chức phương tiện truyền thông

<sup>50</sup>[https://www.who.int/mental\\_health/prevention/suicide/resource\\_media.pdf](https://www.who.int/mental_health/prevention/suicide/resource_media.pdf) - hướng dẫn dựa trên bằng chứng từ một bài đánh giá các cuộc điều tra về tự sát bắt chước

<sup>51</sup><https://www.samaritans.org/how-we-can-help/if-youre-worried-about-someone-else/supporting-someone-suicidal-thoughts/>

giữa việc tạo ra sự chú ý qua phương tiện truyền thông và khuếch đại nhận thức chung về thử thách nguy hiểm và thử thách trò lừa bịp và nói chuyện thẳng thắn và trực tiếp với các nhóm người trẻ có thể đang gặp nguy hiểm, như đã phân tích ở trên. Tuy nhiên, hướng dẫn về vấn đề tự sát bên trên (và các bài đánh giá về tác động của phương tiện truyền thông dựa trên đó) có cho thấy hướng dẫn phương tiện truyền thông có thể đóng vai trò quan trọng trong việc giảm tác động có hại từ thử thách nguy hiểm và trò lừa.

### *Phân biệt trải nghiệm trò lừa bịp - Hướng dẫn phương tiện truyền thông của Đức*

Một trong những phát hiện thú vị từ nghiên cứu của TVE là sự tiếp xúc và tác động của trò lừa bịp ở Đức thấp hơn các quốc gia khác cũng tham gia vào khảo sát. Có thể ở Đức, sự phát tán trò lừa bịp (và thử thách trò lừa bịp) bị hạn chế hơn. Điều này phản ánh cơ chế phản ứng khác của truyền thông và công chúng. Chúng tôi nhận thấy rằng Luật báo chí Đức hạn chế việc đưa tin chi tiết về nạn nhân và trẻ em cũng như về bệnh tật, thương tích và tự sát (phần 8)<sup>52</sup>. Thực tế rằng Đức nổi trội nhờ có tác động thấp từ trò lừa bịp rất đáng để chúng ta tìm hiểu thêm.

### *Hướng dẫn cho các trang và nền tảng lưu trữ nội dung do người dùng tạo ra*

Ngoài hướng dẫn dành cho phương tiện truyền thông chính, Hội bác ái còn phát hành hướng dẫn cho các trang và nền tảng lưu trữ nội dung do người dùng tạo ra. Hướng dẫn này đưa trò lừa, thử thách tự sát và thỏa thuận đồng tự sát<sup>53</sup> vào các phân loại nội dung cần được ưu tiên trong chiến lược hạn chế (chẳng hạn như chặn các từ khóa tìm kiếm có hại liên quan đến trò lừa bịp tự sát). Nội dung sẽ tốt hơn nữa nếu bổ sung hướng dẫn cụ thể về cách đối phó với nội dung do người dùng tạo ra trong đó người dùng chia sẻ cảnh báo về trò lừa bịp tự sát như thể trò lừa bịp đó có thật.

## **5.4 Ý tưởng của ban chuyên gia cho việc can thiệp cấp độ nền tảng**

Ban chuyên gia đã cân nhắc các biện pháp can thiệp cấp độ nền tảng khả thi và nêu bật vai trò cần thiết của việc hạn chế sớm cũng như loại bỏ các thử thách nguy hiểm để ngăn khả năng tiếp xúc. Về mặt hỗ trợ phương pháp thông hiểu truyền thông, ban chuyên gia cho rằng có rất nhiều lộ trình quan trọng cho các nền tảng, bao gồm việc đưa ra thông điệp rõ ràng và quy trình để người dùng báo cáo nội dung này. Ngoài ra, ban chuyên gia còn thấy rằng các nền tảng có thể chủ động kết hợp với những người có tầm ảnh hưởng trên mạng xã hội để tạo ra nội dung gây ảnh hưởng, giáo dục và cung cấp thông tin về các chủ đề này. Các nội dung này có thể được chủ động quảng bá trên nền tảng để tác động đến lượng khán giả lớn. Thành viên ban chuyên gia còn cảm thấy rằng các nền tảng nên hiểu rõ hơn cách làm giảm sức hút của thử thách nguy hiểm hoặc giúp các hoạt động khác trở nên hấp dẫn hơn, đồng thời có thể hợp tác với các nhà sáng tạo trẻ để cùng thiết kế (và thử nghiệm) các nội dung hiệu quả thuộc loại này. Điều này cũng sẽ giúp chống lại những người có tầm

<sup>52</sup>Tiến sĩ Jutta Croll, chuyên gia người Đức trong ban, đã xác định điều này và chỉ ra rằng mức độ tiếp xúc và tác động giảm có thể là kết quả của việc tuân thủ hướng dẫn phương tiện truyền thông rõ ràng đối với việc đưa tin về nội dung này.

<sup>53</sup><https://www.samaritans.org/about-samaritans/research-policy/internet-suicide/guidelines-tech-industry/guidelines/> Xem thêm Reducing\_access\_to\_harmful\_self-harm\_and\_suicide\_content\_online\_FINAL.pdf (samaritans.org)

ảnh hưởng có được lướt theo dõi hoặc sự chấp nhận bằng cách thực hiện những thử thách rủi ro.

Ban chuyên gia cũng đề xuất việc can thiệp sâu hơn để buộc tạm dừng cũng như cung cấp thêm hoạt động giáo dục và thông tin trên nền tảng về thử thách tại thời điểm người dùng gặp nội dung này. Tuy đồng ý rằng điều quan trọng là quy trình hạn chế phải tích cực giảm thiểu các thử thách nguy hiểm, nhưng đồng thời mọi người cũng thấy rằng nên cung cấp hoạt động giáo dục và thông tin trên các nền tảng đối với cả những thử thách tuy không nguy hiểm nhưng lại không hữu ích, phản xã hội hoặc gây cảm giác khó chịu. Tại thời điểm cụ thể đó, nền tảng có thể cung cấp thông tin sâu hơn (bằng những thuật ngữ trung tính/ thực tế) về thử thách – có thể dưới dạng cửa sổ bật lên. Đề xuất cho nội dung có thể là: “Những người dùng khác đã báo cáo rằng hành động này có nguy cơ gây hại” đối với thử thách, hoặc “Người dùng khác đã báo cáo nội dung này là trò lừa bịp với chủ ý gây lo âu – việc chia sẻ nội dung này sẽ tăng mức độ phổ biến và khiến nhiều người nhìn thấy nội dung này hơn” đối với thử thách trò lừa bịp.

Ban chuyên gia hết sức lưu ý rủi ro của những hậu quả vô tình, chẳng hạn như khi nhãn cảnh báo nội dung nhằm khiến nội dung đó bớt phổ biến hơn lại khiến mọi người xem nhiều hơn. Dù sao, mọi người đồng ý rằng thông tin thực tế không quá nổi bật có thể hữu ích. Chúng tôi thấy trong nghiên cứu của TVE, thanh thiếu niên đánh giá rủi ro bằng cách đọc bình luận và xem video cảnh báo, tức là người trẻ đã bị ảnh hưởng bởi nội dung tại giai đoạn này rồi.

Ban chuyên gia đã thảo luận xem liệu kỹ thuật tác động nhẹ để tạo phương thức thay đổi hành vi có hiệu quả với người trẻ hay không và họ cảnh báo rằng kỹ thuật này cần phải nhẹ nhàng, được kiểm nghiệm tác động và theo dõi theo thời gian (vì kỹ thuật này có thể trở nên ít hiệu quả do việc tạm dừng hoặc các nỗ lực khác tác động đến hành vi có thể trở nên bình thường với người trẻ). Họ cũng đồng ý rằng các phương thức tiếp cận cần phải được phối hợp, bởi vì sự thật là việc hạn chế nội dung trên một nền tảng có rủi ro tăng thông tin của nội dung đó trên các nền tảng khác trừ khi có phương pháp phối hợp một cách hệ thống trên nhiều nền tảng.

### *Nhu cầu về thông tin có căn cứ và kịp thời về các thử thách.*

Ban chuyên gia xác định rằng các em có nhu cầu tiếp cận thông tin hữu ích, cụ thể và chất lượng cao, được chia sẻ một cách kịp thời về từng thử thách nguy hiểm và thử thách trò lừa bịp. Một trung tâm thông tin duy nhất (hoặc trang web có thể tìm kiếm) có thể chứa và phân tán thông tin dựa trên bằng chứng, làm giảm sự hỗn loạn và những tin đồn có thể thúc đẩy sự lan truyền một số các nội dung này, bao gồm cả nội dung “thứ cấp” (chẳng hạn như báo cáo và video, bài đăng cảnh báo). Thông tin hữu ích có thể bao gồm thông tin về việc lan truyền, phương thức của thử thách nguy hiểm hoặc thử thách trò lừa bịp và thông tin về xuất xứ, phạm vi và tác động tiềm năng về thể chất cũng như sức khỏe tâm thần của người tham gia. Cách tiếp cận nhóm độc lập này cũng rất hữu ích trong việc dọn đường cho cách tiếp cận mang tính liên kết hơn đối với nội dung này trên các nền tảng khác nhau.

## Phần 6 – Khuyến nghị

Dữ liệu của chúng tôi có cho thấy đa phần trẻ em không tự tham gia vào bất kỳ loại thử thách nào (dù là những thử thách vui vẻ và an toàn) và rằng chỉ có một số ít trẻ em tham gia thử thách thực hiện những thử thách mà họ xem là nguy hiểm. Tuy nhiên, thử thách nguy hiểm có thể có tác động đến từng đối tượng trẻ em bị ảnh hưởng, nên điều quan trọng là phải hiểu cách chúng ta có thể tăng cường sự an toàn và công tác ngăn chặn trong lĩnh vực này.

Chúng tôi nhận ra rằng đối với thử thách nguy hiểm, mức độ dễ bị tổn thương và động cơ của những em tham gia có thể rất phức tạp và bao gồm yếu tố tác động xã hội, cảm xúc, văn hóa và phát triển mà khó có thể áp dụng biện pháp ngăn chặn đơn giản hoặc thông điệp dựa trên sự tiết chế. Báo cáo này cho thấy giá trị của việc trang bị cho trẻ em, cũng như phụ huynh và người chăm sóc, giáo viên và cộng đồng những thông tin và công cụ để có thể đánh giá, tiếp cận và quản lý rủi ro trực tuyến này tốt hơn. Trong phần cuối này, chúng tôi tóm tắt những ý tưởng hữu ích và chiến lược ngăn chặn mà chúng tôi đã xác định cũng như thảo luận trong báo cáo này.

Khuyến nghị của chúng tôi dưới đây tập trung vào giáo dục phòng ngừa hiệu quả và các phương thức phòng ngừa chủ yếu nhắm đến trẻ em và người trẻ (và những người chăm sóc hoặc làm việc với các em). Tuy nhiên, cần phải nhấn mạnh rằng giáo dục phòng ngừa (mặc dù đây là trọng tâm của báo cáo này) không phải là toàn bộ giải pháp và có nhiều yếu tố tác động có vai trò chủ chốt trong việc đối phó với thử thách nguy hiểm nằm ngoài phạm vi giáo dục và thông hiểu truyền thông. Đặc biệt, qua phát hiện của chúng tôi về vấn đề này, rõ ràng các nền tảng có trách nhiệm quan trọng trong việc hạn chế nội dung một cách hiệu quả. Các nền tảng nên ưu tiên xác định và loại bỏ nội dung này, đồng thời chủ động sử dụng các thuật toán nhằm phát hiện thử thách nguy hiểm cũng như ngăn chặn người dùng trẻ tuổi thấy nội dung này. Các nền tảng cũng có trách nhiệm đảm bảo rằng họ đưa ra thông điệp và hướng dẫn rõ ràng trong dịch vụ đồng thời có quy trình báo cáo thuận tiện cho người dùng để người dùng tích cực báo cáo nội dung gây hại cũng như nguy hiểm và có thể làm điều đó một cách dễ dàng.

### *Khuyến nghị về phương thức phòng ngừa hiệu quả*

Khuyến nghị cho các tổ chức (bao gồm tổ chức phi chính phủ, tổ chức cộng đồng hoặc trường học) phát triển chương trình phòng ngừa để giảm hành vi rủi ro (bao gồm ở các thử thách nguy hiểm):

- Cân nhắc nội dung nghiên cứu hiện tại và có sự đồng lòng mạnh mẽ về những yếu tố tạo nên phương pháp giáo dục phòng ngừa hiệu quả.<sup>54</sup>
- Thiết kế phương pháp và chương trình phòng ngừa theo những cách có xét đến

<sup>54</sup><https://www.pshe-association.org.uk/curriculum-and-resources/resources/key-principles-effective-prevention-education>



động lực giúp người trẻ học kỹ năng mới, phát triển cũng như vượt qua thử thách trong quá trình trưởng thành. Đưa ra các cách thức để giúp trẻ em và người trẻ phân biệt giữa rủi ro có thể chấp nhận được và rủi ro không thể chấp nhận được (công nhận rằng việc chấp nhận rủi ro có thể tạo cơ hội tích cực để phát triển bản thân với điều kiện rủi ro là tương đối và có thể hiểu được). Nếu được, hãy cung cấp lựa chọn và cơ hội thay thế để khám phá và thử nghiệm thật ý nghĩa và vui vẻ.

- Tuân thủ Công ước Liên hợp quốc về Quyền trẻ em và quyền của trẻ em và người trẻ về việc tham gia cũng như có tiếng nói trong các biện pháp can thiệp ảnh hưởng đến các em - đưa trẻ em và người trẻ vào việc đồng thiết kế/sáng tạo tài liệu giáo dục và đưa các em đồng lứa hoặc đại sứ trẻ vào tham gia hoặc dẫn dắt.
- Cân nhắc sử dụng đa dạng các chiến lược thu hút trẻ em và khuyến khích các em suy nghĩ nghiêm túc về các hoạt động trên mạng trong một không gian không phán xét. Cân nhắc thiết kế và sử dụng phương pháp học tập trải nghiệm và chủ động bao gồm game hóa hoặc hoạt động thử nghiệm trong đó người trẻ có thể thực hành kỹ năng và thử nghiệm với nhiều phương pháp tiếp cận khác nhau mà sau này các em có thể sử dụng để đối phó với nội dung rủi ro.
- Các biện pháp can thiệp sẽ thành công hơn nếu được cộng đồng địa phương hỗ trợ và củng cố. Các biện pháp can thiệp phải bao gồm và thu hút trẻ em, phụ huynh và trường học tại địa phương (cũng như bất kỳ không gian thân thiện hơn nào, nếu được, để trẻ em có thể dành thời gian với cả cộng đồng).
- Khuyến khích phụ huynh sử dụng các biện pháp can thiệp hiệu quả với con cái, lồng ghép các biện pháp quanh việc giao tiếp mở và tư duy phản biện. Giúp phụ huynh nhận ra rằng việc tức đi thiết bị hoặc chỉ đơn thuần nói với con là phải biết tiết chế có thể sẽ phản tác dụng.
- Đối với trẻ nhỏ, cần nhận thức rằng giáo dục phòng ngừa phải tuân theo và phù hợp với mức độ phát triển của các em. Để làm như vậy, chúng ta cần tập trung vào việc giúp các em nhận ra khi chúng phát hiện một điều gây lo sợ hoặc hoang mang, cung cấp kỹ năng và sự tự tin để các em từ chối tham gia.

Khuyến nghị cho các tổ chức phi chính phủ, tổ chức cộng đồng, trường học hoặc nhóm phụ huynh địa phương khi cân nhắc cách tiếp cận thử thách nguy hiểm, cụ thể:

- Đưa thử thách nguy hiểm vào chiến lược giáo dục và thông hiểu truyền thông dựa trên chứng cứ và được đánh giá độc lập để biết tính hiệu quả.
- Khi làm việc với một nhóm trẻ em và người trẻ cụ thể, hãy quyết định xem có nên nêu tên thử thách cụ thể không, liệu việc đó có làm dấy lên mối lo ngại không. Trong một số bối cảnh, việc đề cập đến sẽ đem đến tính chân thực và mang tính bảo vệ cao hơn là tránh đề cập trực tiếp, nhưng điều này cần được đánh giá một cách cân bằng. Việc cung cấp biện pháp can thiệp do trẻ chủ động thường sẽ cho biết có nên đề cập trực tiếp một thử thách hay không.

- Khi làm việc với trẻ em, việc ương mằm tâm lý cũng có giá trị nhất định. Chúng ta có thể làm điều này bằng cách trò chuyện về các loại thử thách chứ không nói cụ thể (chẳng hạn thử thách tác động đến hệ thống cơ thể và có thể gây hại trầm trọng cho cơ thể).
- Chúng tôi nhận thấy rằng việc chỉ thực hiện nâng cao nhận thức (ví dụ như giữa phụ huynh hoặc cộng đồng nhà trường) trong một buổi can thiệp duy nhất hầu như không có tác dụng. Biện pháp can thiệp cần thời gian để thảo luận thấu đáo, xem xét và xây dựng thông tin, bao gồm đưa ra hướng dẫn để hỗ trợ thêm và lời khuyên thực tế về cách xử lý. Phương pháp tiếp cận nên được kết hợp với sự thông hiểu truyền thông và các biện pháp can thiệp cả về năng lực cảm xúc và xã hội.
- Hiểu rằng người trẻ cần năng lực tự chủ và cơ hội để tạo ra lựa chọn tích cực hơn - cung cấp thông tin chính xác, chân thực và hữu ích cho các em về thử thách, đồng thời giúp các em đánh giá rủi ro. Điều này liên quan tới việc cung cấp thông tin rõ ràng hơn và hữu ích hơn (đáng tin cậy hơn) cả ở trên mạng và ngoài đời.
- Tuân theo các nghiên cứu về quy chuẩn xã hội, chia sẻ thực tế rằng đa số người trẻ không tham gia vào thử thách nguy hiểm.

Khuyến nghị cho các nền tảng trực tuyến để cải thiện các phương pháp giáo dục và thông hiểu (quay lại phần trên để xem nội dung thảo luận đầy đủ hơn về trách nhiệm của ngành, bao gồm các chiến lược hạn chế và loại bỏ cần thiết):

- Giải quyết việc thiếu tài nguyên thông hiểu truyền thông chuyên biệt trên nền tảng tại thời điểm này về các thử thách nguy hiểm đối với người trẻ, phụ huynh và nhà giáo dục. Đưa ra thông điệp trên nền tảng và thông tin về việc đánh giá cũng như báo cáo các thử thách có hại tiềm năng và nhận diện trò lừa bịp.
- Cộng tác với những nhà sáng tạo và người có tầm ảnh hưởng để cung cấp hướng dẫn về thử thách nguy hiểm và giảm mong muốn tham gia cũng như tương tác (chia sẻ, thích và bình luận).
- Hỗ trợ quá trình ra quyết định của người trẻ bằng cách tạo ra những khoảnh khắc trong hành trình của người dùng, trong đó người dùng được khuyến khích dừng lại và suy ngẫm khi họ gặp thông tin về thử thách (bao gồm thử thách trò lừa bịp).
- Tìm hiểu tính khả thi trong việc hỗ trợ một nhóm chuyên gia độc lập hợp tác trên các nền tảng để giám sát, đánh giá và chỉ ra các thử thách (bao gồm thử thách trò lừa bịp) và cung cấp thông tin thực tế kịp thời về những thử thách có thể gây hại cho cảm xúc và cơ thể.
- Hỗ trợ nhà giáo dục thông hiểu truyền thông cung cấp chương trình ngăn chặn hiệu quả vừa đầy đủ, nhiều tầng và dựa trên bằng chứng, bao gồm việc tài trợ kinh phí.

Khuyến nghị cho bên hành pháp, tổ chức truyền thông, trường học, y tế cộng đồng và các nguồn đáng tin cậy khác:

- Nếu được, đưa ra thông điệp công khai rõ ràng về bản chất của thử thách trò lừa bịp dựa trên khoa học phòng ngừa, giải thích cách thức hoạt động và cách chúng ta có thể bảo vệ nhau trước tác động của chúng. Điều này bao gồm việc tránh cảnh báo và báo động không hữu ích có thể thu hút lưu lượng truy cập vào các nội dung xấu.
- Đảm bảo rằng nội dung giải thích “thử thách trò lừa bịp” nêu rõ hai điểm: ngôn từ được sử dụng không nhằm mục đích gây sợ hãi và hoảng loạn, mà là cảnh báo việc tương tác với thử thách trò lừa bịp có thể khiến người trẻ tiếp xúc với những đối tượng sử dụng nội dung giả để khai thác thông tin và gây hại.
- Phát triển và/hoặc tuân theo hướng dẫn truyền thông về thử thách nguy hiểm và thử thách trò lừa bịp để đưa ra phương thức xử lý tốt nhất liên quan đến hướng dẫn truyền thông về đưa tin vấn đề tự sát. Điều này là rất quan trọng để tránh tăng khả năng tiếp xúc với nội dung gây hại cũng như giúp xây dựng cách ứng phó giáo dục phòng ngừa mang tính xây dựng hơn (và đỡ làm mọi người hoảng loạn hơn).