

Sổ tay dẫn chứng nghị luận xã hội

**15 dẫn chứng tư tưởng đạo lý*

STT	Chủ đề	Dẫn chứng
1	Tình yêu thương /lòng nhân ái	Hiệu trưởng trường Marie Curie Hà Nội - thầy Nguyễn Xuân Khang, đã nhận nuôi những trẻ em kém may mắn còn sống sót sau trận lũ quét kinh hoàng tại thôn Làng Nủ, xã Phúc Khánh, huyện Bảo Yên, Lào Cai. Thầy Nguyễn Xuân Khang mong muốn qua dự án này sẽ phần nào bù đắp những thiệt hại mà các em phải gánh chịu, thắp lên ngọn lửa của niềm tin, hy vọng vào một tương lai tươi sáng hơn. Hành động ấy khiến không ít cộng đồng mạng cảm động vì tấm lòng cao thượng, trái tim ấm áp của người thầy đáng kính này.
2	Lòng yêu nước	Trong chương trình truyền hình thực tế về âm nhạc được phát sóng trên kênh VTV3 - “Anh trai vượt ngàn chông gai”, NSND Tự Long đã có những chia sẻ sâu sắc, chạm đến trái tim của nhiều khán giả về sức mạnh văn hóa và lòng yêu nước – những giá trị trường tồn đã dẫn lối cho dân tộc ta vượt qua muôn vàn thử thách: “ <i>Văn hóa là bản chất! Văn hóa là cội nguồn! Văn hóa là dân tộc</i> ”. Chương trình đã đem những màn trình diễn mang đậm bản sắc văn hóa dân tộc đến gần hơn với giới trẻ, tạo nên một bức tranh đầy màu sắc Việt

		qua ca khúc “Trống cơm”, “Chiếc khăn Piêu”, “Đào Liễn”, “Dạ Cổ Hoài Lang”,... Hôm nay, chúng ta tiếp tục giữ gìn và lan tỏa sức mạnh văn hóa ấy – sợi dây kết nối quá khứ, hiện tại và tương lai, tình yêu cùng sự tự hào dân tộc.
3	Lối sống giản dị, mộc mạc	Đồng Văn Hùng (SN 1996, ở Thái Nguyên) là chủ nhân kênh YouTube chuyên về ẩm thực - “Ẩm thực mẹ làm” với những thước phim bình dị về cuộc sống làng quê, đặc biệt là gian bếp thân thuộc nơi mẹ chế biến bao món ăn dân dã, bình dị. Chính bởi tình yêu và sự trân trọng những điều nhỏ bé, giản dị ấy mà những thước phim đã thực sự chạm tới trái tim người xem.
4	Đoàn kết	Trước sự đổ bộ của siêu bão Yagi (2024), để bảo vệ người dân và ủng hộ đồng bào vượt qua những thiệt hại của cơn bão, quân đội nhân dân Việt Nam đã điều động hơn 450.000 cán bộ, chiến sĩ sẵn sàng hỗ trợ bà con nhân dân. Dù ở trong bất cứ hoàn cảnh nào, quân đội vẫn luôn một lòng trung hiếu với dân. Trong mưa bão, những người chiến sĩ cụ Hồ vẫn tiếp tục nhiệm vụ "vì nước quên thân, vì dân phục vụ".
5	Ý chí, nghị lực	Nick Vujicic là một diễn giả truyền cảm hứng người Úc, sinh năm 1982 và mắc hội chứng tetra-amelia bẩm sinh. Khi chào đời, anh không có tứ chi mà chỉ có một

		bàn chân và 2 ngón chân nhỏ. Là người mang một sức mạnh, nghị lực sống lớn lao như thế, Nick Vujicic đã trở thành một tấm gương cho mọi người không chỉ vì ý chí mạnh mẽ vượt qua mọi khó khăn, thử thách của cuộc sống mà còn là một bài học, lời nhắc nhở cho tất cả chúng ta về ý chí, nghị lực chính là sức mạnh giúp chúng ta vượt qua trở ngại, chông gai trong cuộc sống
6	Cố gắng	Chàng trai xứ Nghệ Quang Linh - hành trình từ một người thợ xây ở đất nước xa lạ, đến danh xưng “người hùng Châu Phi” trong lòng người hâm mộ với những hoạt động thiện nguyện ý nghĩa ở nhiều nơi, đặc biệt tại Angola. Anh từng chia sẻ <i>“Tôi cảm thấy vui mình lan toả được những điều tốt đẹp cho xã hội. Tôi luôn tự nhủ rằng muốn làm điều tốt đẹp, phải xuất phát từ cái tâm. Đó không phải là công việc. Cứ cho đi thì sẽ được nhận lại”</i>
7	Dũng cảm	Chàng "shipper" (người giao hàng) cứu sống 9 người trong vụ hỏa hoạn chung cư mini tại Hà Nội vào tháng 09.2023 - Nguyễn Đăng Văn là một hình ảnh thật đẹp về người anh hùng giữa đời thường. Nhận được tin báo căn chung cư nơi gia đình chị gái ruột sinh sống xảy ra cháy, anh đã nhanh chóng có mặt tại hiện trường, không màng nguy hiểm để cùng các chiến sĩ cảnh sát bắt đầu công cuộc tìm kiếm cứu người và đã thành công cứu được 9 nạn nhân ra ngoài.

8	Lạc quan	Cựu Thủ tướng Anh Winston Churchill từng bị "đúp" năm lớp 6 (phải học lại 2 năm 1 lớp). Ông cũng bị đánh bại ở tất cả các vị trí trong những cơ quan chính phủ mà ông xin vào. Tuy nhiên, tới năm 62 tuổi, Churchill đã trở thành Thủ tướng Anh sự phấn đấu không ngừng nghỉ và nỗ lực phát huy giá trị của bản thân sau những lần bị phủ nhận bởi cuộc đời. Ông tự nhận mình là "một người bi quan luôn thấy sự khó khăn trong mọi cơ hội" và "một người lạc quan luôn tìm thấy cơ hội trong mọi khó khăn"
9	Tuổi trẻ và ước mơ	Tuổi trẻ có ý nghĩa là khi con người có lí tưởng, có định hướng trong cuộc đời. Chắc hẳn kinh ngư Ánh Viên của sau này sẽ nở nụ cười rạng rỡ khi nhớ về một thời tuổi trẻ đã nỗ lực và cống hiến hết mình vì đam mê, ước mơ và hoài bão. Từ con rạch nhỏ bơi với ông nội ở sau hè nhà, cho đến đường đua xanh của thế giới. Cô đã cất lên những sóng nhạc rực rỡ, dẫu rằng có thăng, có trầm nhưng chưa bao giờ từ bỏ ước mơ, hoài bão của mình.
10	Tuổi trẻ và sự sáng tạo	Đội ngũ truyền thông của Di tích Nhà tù Hỏa Lò - Hoa Lo Prison Relic đã truyền tải những giá trị truyền thống tốt đẹp của dân tộc trên nền tảng mạng xã hội, đem lịch sử đến gần hơn với người trẻ Việt Nam. Bằng sự sáng tạo, trong hình thức thể hiện như lồng ghép

		lời bài hát, hình ảnh minh hoạ, câu đố hóm hình, vui nhộn nhưng không làm mất đi chất “sử”, khiến những thông tin gắn liền với lịch sử tưởng chừng “khô khan” lại trở nên vô cùng thu hút. Qua nền tảng mạng xã hội, di tích nhà tù Hỏa Lò đã thành công trong việc đưa lịch sử đến gần hơn với công chúng, đặc biệt là các bạn trẻ với thông điệp vô cùng ý nghĩa: lịch sử không chỉ là câu chuyện của quá khứ, lịch sử là sự tiếp nối và đó là một phần trách nhiệm của thế hệ trẻ hiện nay.
11	Vượt qua định kiến	H’Hen Niê xuất thân từ miền núi và là người dân tộc thiểu số Ê-đê. Cô đã phải trải qua nhiều áp lực từ những định kiến để đặt chân đến cuộc thi và có lẽ ít ai hiểu rõ được sự nỗ lực đằng sau ánh hào quang giành vương miện cao quý ấy của cô. Cô từng chia sẻ “ <i>Mọi người gọi tôi là nàng Lọ Lem của Việt Nam, nhưng cô ấy có một bà mẹ đỡ đầu là bà tiên. Còn tôi thì tự tạo ra phép màu cho chính bản thân mình</i> ”
12	Lý tưởng sống	Phạm Quang Linh - người con của mảnh đất Nghệ An, chàng trai xứ Nghệ gây "bão mạng" với hành trình thiện nguyện đặc biệt tại đất nước Angola (châu Phi) xa xôi. Năm 2016, anh đã sang Angola làm việc và sau hơn sáu năm, anh đã thực hiện được nhiều dự án mang lại giá trị bền vững cho cộng đồng người dân địa phương: hỗ trợ người dân làm nông nghiệp, ủng hộ lương thực, cung cấp nước sạch, xây nhà, sửa

		trường miễn phí, giúp đỡ trẻ em nghèo đến lớp... Quang Linh từng chia sẻ về hành trình gắn bó của mình với dải đất châu Phi nắng gió rằng: <i>"Tôi cảm thấy vui khi mình lan tỏa được những điều tốt đẹp cho xã hội. Tôi luôn tự nhủ rằng muốn làm điều tốt đẹp, phải xuất phát từ cái tâm. Đó không phải là công việc. Cứ cho đi thì sẽ được nhận lại."</i> Cho đi yêu thương để nhận lại hạnh phúc, đó chính là một lý tưởng sống cao đẹp.
13	Lòng biết ơn	Tháng 9/2019, một vụ hỏa hoạn đã xảy ra tại cửa hàng quần áo ở địa chỉ số 8, ngõ 12, phố Núi Trúc (phường Giảng Võ, quận Ba Đình, TP Hà Nội). Ngọn lửa bùng phát từ tầng 1 của căn nhà cháy lan lên tầng trên, luồng khói đen nghi ngút bốc cao hàng chục mét khiến nhiều người dân xung quanh la hét, hoảng sợ. Tại đây, Nguyễn Hoàng Giang (khi đó khoảng 17 tuổi) đã được đồng chí Hoàng - một chiến sĩ phòng cháy chữa cháy công, cứu thoát khỏi đám cháy. Sau đó, chàng trai trẻ đã đến trụ sở Đội PCCC công an quận Đống Đa để gửi bức thư tay kèm những lời nhắn cảm ơn chân thành nhất đến những ân nhân đã cứu mạng mình. Trong bức thư tay, Hoàng Giang đã viết: <i>"Thân gửi các chú trong đội Cảnh sát PCCC quận Đống Đa. Cháu là Nguyễn Hoàng Giang, người mà đã được các chú cứu sống hôm 10/9 vừa qua. Thực sự nếu không có các chú thì cháu đã bỏ mạng. Thực sự cháu là con trai nên để"</i>

		diễn tả hết cảm xúc cũng rất khó. Cháu mong các chú hiểu sự biết ơn chân thành của cháu. Cháu thực sự biết ơn các chú rất nhiều". Nguyễn Viết Thành, bố của Hoàng Giang cũng chia sẻ: "Cảm ơn những người luôn xuất hiện như các vị thần để cứu nạn nhân của lửa và khói bụi".
14	Tình phụ tử	Câu chuyện lay động về tình phụ tử, của cha con diễn viên - đạo diễn Quốc Tuấn như một "bản hòa âm" ấm áp và giàu tình yêu thương, truyền cảm hứng cho rất nhiều người. Được lên sóng trong chương trình "Điều ước thứ 7" năm 2017, hành trình 15 năm cùng con chiến đấu với căn bệnh APERT (bệnh xương cứng sớm cục bộ) - một căn bệnh hiểm khi tỷ lệ trên thế giới là 1/88.000 trẻ - của diễn viên Quốc Tuấn khiến nhiều người không cầm được nước mắt. Điều khiến khán giả ngưỡng mộ Quốc Tuấn là ở hành trình anh giúp con trai tự tin, lớn lên như bao đứa trẻ bình thường khác bên cạnh việc chữa bệnh cho Bôm. Không chỉ vậy, trong suốt hành trình 15 năm đó, Quốc Tuấn còn nuôi dưỡng cho con trai tình yêu âm nhạc. Khi nhìn con tự tin đứng trên sân khấu, lướt tay trên những phím đàn, đó có thể xem như điều tuyệt vời nhất trong quãng thời gian đầy nước mắt trước đó.
15	Tình bạn	Câu chuyện về tình yêu thương và lòng hiếu học của đôi bạn thân 10 năm cùng nhau tới trường - Minh

		Hiếu và Tất Minh (cựu học sinh tại Trường THPT Triệu Sơn 5, huyện Triệu Sơn, tỉnh Thanh Hóa) đã khiến bao trái tim rung động khi chứng kiến một tình bạn đẹp và những thành tích học tập đáng nể phục. Dù sinh ra không được may mắn, ngay từ khi lọt lòng mẹ, Minh đã bị tật nguyền nhưng em rất ham học, khao khát được tới trường như bao bạn bè cùng trang lứa. Thương bạn, Ngô Minh Hiếu đã tự nguyện làm "đôi chân" cõng bạn ròng rã suốt hơn 10 năm qua.
--	--	--

**15 dẫn chứng hiện tượng đời sống (cả tiêu cực & tích cực)*

STT	Chủ đề	Dẫn chứng
16	Bỏ phố về quê	Vlogger An Đen (Nguyễn Thúy An, quê Đắk Lắk) với hành trình bỏ phố về quê ,sáng tạo nội dung và trở thành nguồn cảm hứng cho nhiều bạn trẻ dùng mạng xã hội. Những hình ảnh, thước phim tái hiện cuộc sống giản dị, mộc mạc chốn làng quê cùng một tinh thần lạc quan đã trở thành nguồn cảm hứng cho nhiều người trong một xã hội nhiều áp lực, xô bồ như hiện nay. Vlogger An Đen đã từng được trang web du lịch của Singapore - The Smart Local đưa vào danh sách 10 kênh nấu ăn Việt Nam giúp người xem trở thành

		đầu bếp tại gia cũng như đề cao việc đưa hình ảnh làng quê tươi đẹp vào các sản phẩm video của mình.
17	Giới trẻ và xu hướng “sống xanh”	Green Life - Tổ chức bảo vệ môi trường phi lợi nhuận ra đời từ 2018 do các sinh viên đến từ nhiều trường đại học tại Hà Nội đồng sáng lập và vận hành với nhiều dự án bảo vệ môi trường. Hơn 200.000 người theo dõi trên mạng xã hội, 600 tấn rác tái chế, cùng hàng chục nghìn cây xanh được gieo trồng là những con số ấn tượng mà Dự án vì môi trường Green Life đã mang đến, góp phần khuyến khích lối sống xanh đến với cộng đồng. Không chỉ dừng lại ở việc thu gom, phân loại rác, Green Life còn liên kết với một số tổ chức là các đối tác về tái chế rác như Công ty TNHH JP Corelex Vietnam, tái chế giấy vụn thành giấy ăn, giấy vệ sinh; Công ty Re.socks sản xuất tất tái chế từ chai nhựa PET đạt tiêu chuẩn tái chế toàn cầu GRS... Ngoài ra, sách báo thu gom được từ các sự kiện, Green Life đã thành lập được hơn 200 tủ sách thiện nguyện, nhân rộng những giá trị nhân văn đến với cộng đồng.
18	Xu hướng tiếp cận văn hóa dân gian của giới trẻ	Show “Tinh hoa Bắc Bộ” (xã Sài Sơn, huyện Quốc Oai (Hà Nội) với sân khấu “thực cảnh” đầu tiên tại Việt Nam, nhằm tôn vinh vẻ đẹp văn hoá Việt được đông đảo người tham gia, đặc biệt là các bạn trẻ. Show diễn tái hiện lại những tinh hoa văn hoá Bắc Bộ thời xưa một cách chân thực và sống động từ thi ca, hoạ nhạc

		đến Phật giáo, tín ngưỡng cùng đời sống sinh động trên bến dưới thuyền, sĩ tử đèn sách, sinh hoạt lễ hội,... Tinh hoa Bắc Bộ có thể được ví như cầu nối giữa quá khứ với hiện tại, bước qua cây cầu ấy, các bạn trẻ như được “xuyên không” trở về với thời đại của cha ông ta ngày trước, thấu hiểu những khó khăn, gian khổ mà họ đã từng phải chịu đựng, qua đó càng thêm biết ơn và trân trọng cuộc sống hòa bình hiện tại.
19	Bảo vệ môi trường	Biệt đội Sài Gòn Xanh là nhóm các bạn trẻ ở Thành phố Hồ Chí Minh đã tập hợp lại để cùng nhau dọn vệ sinh, thu gom rác thải ở nhiều tuyến kênh rạch bị ô nhiễm trên địa bàn TP.HCM, với mong muốn hồi sinh những dòng kênh xanh, vì một thành phố xanh, môi trường xanh – sạch – đẹp. Biệt đội Sài Gòn Xanh mong rằng có thể truyền tải những thông điệp bảo vệ môi trường tích cực đến mọi người. Với mong muốn người dân nâng cao ý thức gìn giữ môi trường, cùng chung tay không xả rác bừa bãi để biến Sài Gòn thành đô thị xanh.
20	Bảo vệ rừng	Dự án trồng rừng của Hà Anh Tuấn được bắt đầu vào năm 2019 với tên Rừng Việt Nam. Anh từng chia sẻ: "Đây là dự án dành cho cộng đồng mà tôi đeo đuổi nhiều năm qua. Với tôi, bảo vệ thiên nhiên là bảo vệ cuộc sống. Mỗi người làm một việc nhỏ sẽ tạo ra thành quả lớn". Kinh phí trích ra từ những sản phẩm nghệ

		thuật, trong năm 2020, ca sĩ đã phối hợp lực lượng địa phương trồng cây tại các điểm như Lâm Đồng, Đà Nẵng, Hà Giang ... Bên cạnh đó, nam ca sĩ sẽ hợp tác với các địa phương trước để theo dõi, chăm sóc và nuôi lớn các cánh rừng đã trồng. Từ đó tạo ra những thay đổi tích cực cho môi trường, nhận thức của giới trẻ trong việc bảo vệ thiên nhiên.
21	Sáng tạo nội dung trên mạng xã hội	Câu chuyện về một chàng trai trẻ Lê Tuấn Khang (sinh năm 2002, quê Sóc Trăng) sở hữu hơn 10 triệu lượt theo dõi trên nền tảng Tiktok đã thu hút nhiều sự chú ý của cộng đồng mạng với những video clip đời thường mộc mạc, bình dị về mảnh đất miền Tây cùng những con người bình dị và lan tỏa những giá trị tốt đẹp. Những thước phim tái hiện văn hóa bình dị của miền Tây sông nước, những con người mộc mạc, chân phương ấy đã chạm đến trái tim hàng triệu người. Tuấn Khang đại diện cho những giá trị đơn giản nhưng không lỗi thời: Tình yêu quê hương, mộc mạc và chân thành
22	Lối sống “xê dịch” của giới trẻ	Với niềm đam mê với ẩm thực, yêu thích sự dịch chuyển cũng như văn hóa của các vùng miền, quốc gia, Khoai Lang Thang (tên thật là Đinh Võ Hoài Phương) là một travel blogger, nhà sáng tạo nội dung số nổi tiếng trong giới yêu thích "xê dịch". Anh đã lan tỏa tinh thần tuổi trẻ tràn đầy năng lượng cùng hành

		trình khám phá mọi miền đất nước, đặt chân đến những vùng đất mới, giới thiệu nét văn hoá và món ăn ngon hay phong cảnh đẹp.
23	Sự phát triển của Chat GPT	Là một chatbot do công ty Open AI của Mỹ phát triển và ra mắt vào tháng 11 năm 2022. Chat GPT được xây dựng dựa trên GTP-3.5 - một dòng mô hình ngôn ngữ lớn của OpenAI đồng thời được tinh chỉnh bằng cả hai kỹ thuật học tăng cường lẫn học có giám sát. Chat GPT nhanh chóng thu hút sự chú ý nhờ việc nó có thể hồi đáp chi tiết và trả lời lưu loát trên nhiều lĩnh vực kiến thức khác nhau. Chỉ sau một tuần ra mắt, Chat GPT đã ghi nhận hơn một triệu người đăng ký, ngoài ra, tính đến ngày 31/01/2023 đã cán mốc hơn 100 triệu người dùng. Ngay sau đó, hãng công nghệ Microsoft, Google, Amazon hay Meta cũng đã chính thức tham gia cuộc đua trí tuệ nhân tạo.
24	Bạo lực trẻ em	Chắc hẳn, những hình ảnh, video bạo hành các em nhỏ tại Mái ấm Hoa Hồng (quận 12, TPHCM) vẫn còn là nỗi kinh hoàng với nhiều người. Đây là một mái ấm tình thương tư nhân nhận nuôi trẻ em mồ côi do bà Giáp Thị Sông Hương quản lý. Nhưng dư luận đã không khỏi phẫn nộ đối với những hành vi thô bạo, vô nhân tính của những bảo mẫu ở cơ sở này. Dưới danh nghĩa là mái ấm tình thương nhưng nơi đây dường như không có tình yêu thương mà chỉ đầy ắp

		những cảnh đòn roi vô nhân đạo. Và chính những em bé tội nghiệp đã trở thành nạn nhân của tội ác và là công cụ của lòng tham khi người ta dùng chính các em để trục lợi.
25	Sức mạnh của công nghệ	Cô giáo Trần Thị Thúy - nổi tiếng là người đi đầu trong việc ứng dụng Skype vào giảng dạy, cô Thúy đã tạo nên môi trường học tập giúp học sinh có thể kết nối với học trò các nước khác chỉ thông qua màn hình máy tính. Sau những nỗ lực nỗ lực cải tạo giáo dục không ngừng nghỉ suốt gần 10 năm trời, cuối cùng cô Thúy cũng gặt hái được những thành quả nhất định. Năm 2016, cô cùng học trò đạt giải Nhì cuộc thi Giáo viên Sáng tạo trên nền tảng Công nghệ thông tin với dự án “Bảo vệ cuộc sống của chúng ta trước thuốc trừ sâu”. Với dự án này, cô tiếp tục được trở thành một trong 4 giáo viên tham gia Diễn đàn giáo dục toàn cầu do Microsoft 2017 tổ chức tại Canada. Vượt qua hơn 40 nhóm khác, nhóm của cô Thúy xuất sắc giành giải chung cuộc - giải cao nhất tại Diễn đàn. Cô còn có biệt danh khác là "cô giáo toàn cầu" khi vinh dự trở thành 1 trong 50 giáo viên được nhận Giải thưởng Giáo viên Toàn cầu (Global Teacher Prize), một giải được coi như "giải Nobel" về giảng dạy để ghi nhận công lao nổi bật của giáo viên trên toàn thế giới.
26	Căn bệnh trì hoãn	Nhà tư vấn Tâm lý học Arushi Malik chia sẻ trên trang

		Health Shots: "Các bạn trẻ có xu hướng trì hoãn công việc của họ đến sát hạn nộp và cảm thấy lo lắng cao độ khi thời hạn đến. Nghiên cứu chỉ ra rằng 63% mọi người có xu hướng bỏ dở công việc đến phút cuối, trong thời gian đó họ làm việc khác hoặc sử dụng mạng xã hội". Ông Doug Williamson, giám đốc trung tâm y tế tại Lundbeck, một cơ sở chuyên điều trị bệnh về thần kinh chia sẻ về vấn đề này trên trang Forbes: "Khi bạn trì hoãn những công việc từ nhỏ đến lớn mà bất chấp nguy cơ không hoàn thành nhiệm vụ, đó là dấu hiệu cho thấy sự trì hoãn của bạn là do thói quen nhiều hơn là do hoàn cảnh". Ngoài ra, nhà tư vấn Tâm lý học Arushi Malik cũng chia sẻ: "Hầu hết mọi người nhầm lẫn sự trì hoãn với sự lười biếng, thật ra chúng không giống nhau. Mỗi người cần phải hiểu mình đang bị trì hoãn hay lười biếng để tìm cách tốt nhất vượt qua nó".
27	Bạo lực học đường	Số liệu thống kê về công tác phòng, chống bạo lực học đường của Bộ GD-ĐT cho thấy, trong 5 năm (từ năm học 2017 - 2018 đến năm học 2021 - 2022), tổng số vụ bạo lực học đường xảy ra là 2.624 vụ, với 7.209 đối tượng có liên quan. Đây là số liệu thống kê của Bộ Giáo dục và Đào tạo và con số này chỉ là "phần nổi của tảng băng chìm" do nhiều vụ việc không bị tố giác.
28	Nghiện game	Năm 2016, PGS.TS Trần Thành Nam, Chủ nhiệm khoa Các khoa học Giáo dục, Đại học Quốc gia Hà Nội,

		từng thực hiện một khảo sát với 266 học sinh thường xuyên chơi game (sàng lọc trong số 500 học sinh lớp 7,8,9 các trường THCS ở Hà Nội). Kết quả cho thấy 41,4% học sinh chơi game từ lúc 8 tuổi hoặc sớm hơn, nếu tính số học sinh bắt đầu chơi game từ 10 tuổi hoặc sớm hơn thì tỷ lệ này lên tới 92,5%. Về thời gian, học sinh chơi game 1-2 tiếng mỗi ngày vào các ngày trong tuần, còn trong những ngày cuối tuần, thời gian chơi game khoảng 2 - 4 tiếng. Cụ thể hơn, 76,7% học sinh thường chơi game bất cứ khi nào có thời gian rảnh; 36,8% chơi sau khi đi học về và trước giờ ăn cơm; 34,6% chơi sau khi ăn cơm xong và trước khi phải học bài.
29	Trân trọng sự khác biệt của chính mình	Từ một cô gái người dân tộc thiểu số, gia đình khó khăn, H'Hen Niê đã có những bút phá vượt bậc khẳng định mình khi không chỉ dừng lại ở danh hiệu Hoa hậu Hoàn vũ 2017 mà còn ghi danh trên đấu trường nhan sắc quốc tế bằng việc lọt vào top 5 Miss Universe - Hoa hậu Hoàn vũ Thế giới 2018 và hơn thế nữa cô đã trở thành nhân vật truyền cảm hứng, niềm tự hào của người phụ nữ Việt Nam. Cô cũng là một trong những nàng hoa hậu đã phá vỡ chuẩn mực về cái đẹp đang dần bó khuôn lại ở Việt Nam "Phụ nữ tóc dài, da trắng mới đẹp". Vẻ đẹp của H'Hen Niê đã vượt ra khỏi khuôn khổ ấy để đem tới thế giới một vẻ đẹp

		hoàn toàn khác của phụ nữ dân tộc thiểu số ở Việt Nam. H'Hen Niê còn luôn toát lên một tinh thần tự tin, tự chủ luôn là chính mình. Cô đã từng nói sẽ không bao giờ nhuộm da vì cô tự hào với màu da mình. Câu chuyện của cô đã truyền cảm hứng cho rất nhiều người phụ nữ dám sống, dám ước mơ, không để mình bị trói buộc vào những nếp nghĩ quen thuộc mà đánh mất cơ hội trong mình.
30	Phân biệt chủng tộc	Vào năm 2020, ngày 25/5, người đàn ông da đen George Floyd, 46 tuổi, ở Minneapolis, tiểu bang Minnesota đã chết sau khi bị sĩ quan cảnh sát da trắng Derek Chauvin còng tay, dùng đầu gối đè lên cổ để ghì anh xuống đất trong quá trình bắt giữ. Trong video ghi lại tình cảnh đó, Floyd liên tục nói: "Tôi không thể thở được". Ngay sau vụ việc trên, một làn sóng biểu tình phản đối phân biệt sắc tộc đã diễn ra rộng khắp ở thành phố Minneapolis và nhiều thành phố khác trên khắp nước Mỹ, khiến cảnh sát Mỹ đã bắt giữ hơn 4.000 người biểu tình. Không những vậy, làn sóng biểu tình phản đối phân biệt chủng tộc còn lan rộng ra các nước khác như Canada, Anh, Đức, New Zealand, Hà Lan và Ireland...