

# An toàn và bảo mật thông tin trong môi trường mạng trực tuyến

*Những kiến thức và kỹ năng cần thiết  
và các phương pháp giảng dạy hiệu quả*

**I. Thực trạng sử dụng internet và các nền tảng số – lợi ích và rủi ro**

**II. Các nguy cơ học sinh có thể gặp phải khi sử dụng mạng trực tuyến**

**III. Những giải pháp có thể triển khai trong trường học để giảm thiểu rủi ro cho học sinh khi sử dụng mạng trực tuyến**

# **THỰC TRẠNG SỬ DỤNG INTERNET VÀ CÁC NỀN TẢNG SỐ TẠI VIỆT NAM VÀ TRÊN THẾ GIỚI**

# Thực trạng sử dụng các nền tảng số

| Thống kê                                     | Thế giới      | Việt Nam      |
|----------------------------------------------|---------------|---------------|
| Tỉ lệ người dùng internet                    | <b>62.5%</b>  | <b>73.2%</b>  |
| Tỉ lệ thuê bao điện thoại di động            | <b>104.6%</b> | <b>158.3%</b> |
| Tỉ lệ người thường xuyên sử dụng mạng xã hội | <b>58.4%</b>  | <b>78.1%</b>  |

(theo báo cáo "Digital 2022" của Tổ chức We Are Social)



# Thực trạng sử dụng các nền tảng số

| Thống kê                                     | Đông Nam Á  | Việt Nam      |
|----------------------------------------------|-------------|---------------|
| Tỉ lệ người dùng internet                    | <b>72%</b>  | <b>73.2%</b>  |
| Tỉ lệ thuê bao điện thoại di động            | <b>137%</b> | <b>158.3%</b> |
| Tỉ lệ người thường xuyên sử dụng mạng xã hội | <b>72%</b>  | <b>78.1%</b>  |

(theo báo cáo "Digital 2022" của Tổ chức We Are Social)



# Thực trạng sử dụng các nền tảng số

| Thống kê                                     | Thái Lan      | Việt Nam      |
|----------------------------------------------|---------------|---------------|
| Tỉ lệ người dùng internet                    | <b>77.8%</b>  | <b>73.2%</b>  |
| Tỉ lệ thuê bao điện thoại di động            | <b>136.5%</b> | <b>158.3%</b> |
| Tỉ lệ người thường xuyên sử dụng mạng xã hội | <b>81.2%</b>  | <b>78.1%</b>  |

(theo báo cáo "Digital 2022" của Tổ chức We Are Social)



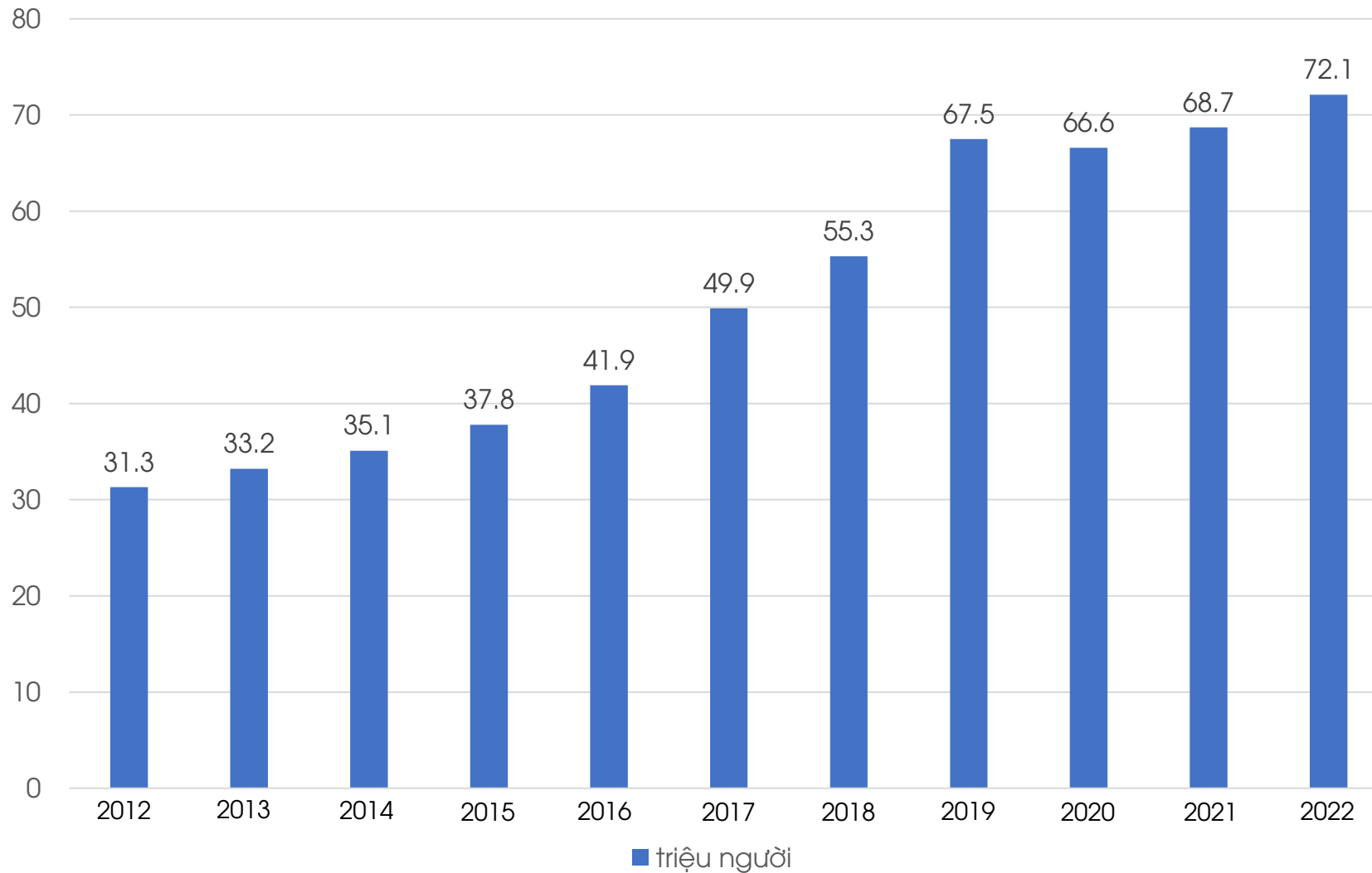
# Thực trạng sử dụng các nền tảng số

| Thống kê                                     | Hoa Kỳ        | Việt Nam      |
|----------------------------------------------|---------------|---------------|
| Tỉ lệ người dùng internet                    | <b>92%</b>    | <b>73.2%</b>  |
| Tỉ lệ thuê bao điện thoại di động            | <b>105.9%</b> | <b>158.3%</b> |
| Tỉ lệ người thường xuyên sử dụng mạng xã hội | <b>80.9%</b>  | <b>78.1%</b>  |

(theo báo cáo "Digital 2022" của Tổ chức We Are Social)



## Số lượng người dùng internet qua thời gian





Tỉ lệ người sử dụng  
internet truy cập bằng  
điện thoại thông minh



**95.8%**

Thời gian sử dụng  
internet hàng ngày  
(trung bình)



**6g 38p**

Thời gian sử dụng  
mạng xã hội hàng  
ngày (trung bình)



**2g 28p**

Các mục đích chính khi sử dụng internet:

- Liên hệ, kết nối với bạn bè và người thân: **71.4%**
- Tìm kiếm thông tin: **69%**
- Theo dõi tin tức và sự kiện: **68.4%**
- Xem các đoạn video, chương trình truyền hình, phim ảnh: **59.6%**
- Nghe nhạc: **53.5%**
- Tìm hiểu cách làm một việc nào đó: **49.2%**
- Giáo dục và học tập: **46.4%**
- Kết bạn mới: **43%**
- Chơi game: **39.4%**



# Thực trạng sử dụng internet đối với trẻ em

- Theo báo cáo của UNICEF về bảo vệ trẻ em trên mạng trực tuyến, trung bình trên thế giới cứ 3 người sử dụng internet thì 1 người dưới 18 tuổi.
  - Tỷ lệ trẻ em từ **12 – 13 tuổi** sử dụng Internet: **83%**
  - Tỷ lệ trẻ em từ **14 – 15 tuổi** sử dụng Internet: **93%**
- Khảo sát của Cục trẻ em, Bộ LĐTBXH cho thấy trong quý 3 năm 2022 có **89% trẻ em truy cập và sử dụng internet**.
  - Trong số này, **87% sử dụng internet hàng ngày**.
  - Thời gian sử dụng: 5 – 7 giờ/ngày
  - **36% trẻ em được dạy về an toàn mạng**, chủ yếu ở độ tuổi 16 – 17.



# **NHẬN BIẾT NHỮNG NGUY CƠ HỌC SINH CÓ THỂ GẶP PHẢI KHI SỬ DỤNG INTERNET**

Một số nghiên cứu về những rủi ro trẻ em phải đối mặt trên môi trường mạng:

- Một khảo sát toàn cầu của UNESCO cho thấy **15% trẻ em đã từng xem các nội dung liên quan đến tự sát.**
- **50% trẻ vị thành niên** (15 – 17 tuổi) được khảo sát tại Chile cho biết **đã từng tiếp xúc những nội dung trực tuyến gây hại** cho mình (lừa đảo, khiêu dâm, bạo lực, xâm hại...).
- Trên 25% trẻ cho biết đã từng đối mặt các hình ảnh, nội dung đồi trụy.
- Tỷ lệ trẻ em bị **bắt nạt trên mạng cao tương đương** tỷ lệ trẻ em bị bắt nạt **ngoài đời thực.**
  - Rất ít học sinh chủ động tìm kiếm sự trợ giúp từ thầy cô khi bị bắt nạt trên mạng.



## 1. Thông tin sai lệch, tin giả, nội dung không phù hợp lứa tuổi

- Internet là kho dữ liệu khổng lồ nhưng các nội dung trên Internet không phải luôn được kiểm định chất lượng.
- Các thông tin giả, xuyên tạc thường mang tính giật gân, do đó dễ chia sẻ và lan toả qua các kênh mạng xã hội.
- Một số nội dung không phù hợp lứa tuổi của các em (vd. khiêu dâm, bạo lực) trở nên dễ tiếp cận do mạng Internet.
- Bóp méo thế giới quan và gây ảnh hưởng tiêu cực đến suy nghĩ của trẻ em, khó hoà nhập với thế giới thực tại.
- Có thể gây kích động hoặc hình thành những hành vi sai lệch ở trẻ em.
- Có thể gây nghiện.



## 2. Xâm phạm đời tư, thông tin cá nhân

- Việc có thể chia sẻ nội dung thuận tiện trên mạng Internet khiến trẻ em dễ dàng chia sẻ những thông tin nên được bảo mật.
- Kẻ gian có thể tiếp cận các thông tin cá nhân của trẻ, qua đó thực hiện các hành vi lừa đảo, tống tiền.
- Trẻ cũng có thể gặp phải những thông tin chế giễu, vu khống, bịa đặt về bản thân.
- Nạn nhân bị xâm phạm thông tin cá nhân rơi vào tâm lý hoảng loạn, dễ bị thao túng, dần dần mất niềm tin vào cộng đồng mạng.



## 3. Dụ dỗ và lừa đảo

- Dụ dỗ: Kẻ gian sử dụng mảnh khoé để thiết lập mối quan hệ thân thiết và/hoặc tạo sự tin tưởng với trẻ em nhằm mục đích xấu.
- Lừa đảo: Có nhiều hình thức lừa đảo trực tuyến, phổ biến nhất là những trang web giả mạo các trang web nổi tiếng (dịch vụ email, trang web của ngân hàng, mạng xã hội..) và cố gắng dẫn dụ người dùng đến trang này. Tội phạm có thể dùng những thông tin cá nhân, ngân hàng hay mật khẩu đánh cắp được để trộm tiền của người dùng, phát tán thư rác và phần mềm độc hại thông qua các email bị xâm nhập hay tài khoản mạng xã hội...





## 4. Xâm hại

- Các hành vi xâm hại trẻ em trên môi trường mạng xuất hiện ngày càng nhiều với thủ đoạn tinh vi.
- Hành vi xâm hại có thể được thực hiện thông qua một trang web, một trang mạng xã hội hoặc các trò chơi trực tuyến.
- Trẻ em bị thuyết phục hoặc ép buộc:
  - Gửi hoặc đăng tải những hình ảnh tính dục của mình.
  - Tham gia những hoạt động tình dục thông qua webcam hoặc điện thoại thông minh.
  - Nói chuyện tình dục bằng tin nhắn hoặc lời thoại.



## 4. Xâm hại

- Kẻ xâm hại có thể đe dọa sẽ gửi ảnh, video, thu âm hoặc đoạn tin nhắn đã được ghi lại cho bạn bè hoặc gia đình của trẻ nếu như trẻ không đồng ý tham gia những hoạt động tình dục tiếp theo.
- Có thể dẫn đến những suy nghĩ lệch lạc về tình dục.
- Những chuẩn mực phổ biến trong giới trẻ hiện nay và áp lực từ bạn bè đồng trang lứa cùng với sự dễ dàng chia sẻ trên các nền tảng số dẫn đến việc thanh thiếu niên cảm thấy có thể chia sẻ hình ảnh tính dục của bản thân, khiến cho các em dễ trở thành nạn nhân bị xâm hại và bắt nạt trên mạng.



## 5. Bắt nạt

- Một cá nhân hoặc một nhóm người sử dụng internet để cố ý lặp đi lặp lại các hành vi gây hại đối với trẻ em, khiến trẻ không thể bảo vệ được bản thân.
  - Công kích, chế giễu, chỉ trích
  - Xuyên tạc thông tin
- Có thể gây tổn hại nghiêm trọng đến tâm lý và sức khỏe của trẻ.
- Dễ xảy ra vì người bắt nạt nghĩ rằng sẽ không bị phát hiện.
- Trẻ bị bắt nạt dễ đưa ra những quyết định sai lầm.
  - Một số trường hợp có thể dẫn đến hành động tự gây thương tích cho bản thân, thậm chí tự tử nếu không thể kiểm soát được.



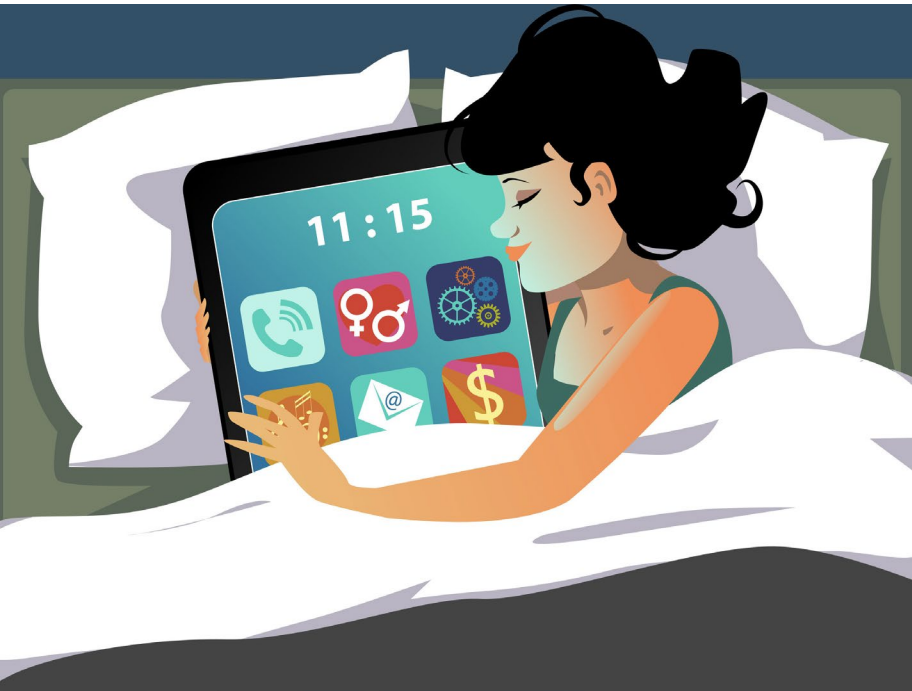
## 6. Lạm dụng, nghiện Internet



- Là một hình thức rối loạn kiểm soát xung lực không liên quan đến chất gây nghiện.
- Phổ biến nhất là nghiện trò chơi trực tuyến và mạng xã hội.
- Có thể gây nhiều hậu quả về sức khỏe như:
  - Rối loạn giấc ngủ, ảnh hưởng tới thần kinh.
  - Giảm tập trung, giảm trí nhớ, giảm thị lực.
- Dễ bị ảnh hưởng bởi các trò chơi bạo lực.
- Kết bạn, giao du với những đối tượng xấu.
- Có thể bị xúi giục tham gia những hoạt động phạm pháp.
- Bỏ bê cuộc sống hàng ngày, không chăm sóc bản thân.

## 6. Lạm dụng, nghiện Internet

- Các biểu hiện của việc nghiện Internet:
  - Luôn sử dụng Internet liên tục
  - Thức khuya
  - Thay đổi tâm trạng và thường xuyên bồn chồn khi không sử dụng Internet
  - Không thể kiểm soát khoảng thời gian trên mạng và ngày càng ít giao tiếp với cuộc sống bên ngoài
  - Sử dụng Internet ảnh hưởng tới công việc, sức khỏe, tài chính, các mối quan hệ xã hội



# **ĐỀ XUẤT CÁC GIẢI PHÁP GIẢM THIỂU RỦI RO CHO HỌC SINH KHI SỬ DỤNG MẠNG TRỰC TUYẾN**

Nhà trường có thể tổ chức các hoạt động đào tạo nhằm nâng cao nhận thức của học sinh về an toàn thông tin mạng, qua đó giúp các em tránh các rủi ro có thể gặp phải khi sử dụng mạng trực tuyến. Các nội dung đào tạo có thể xoay quanh các chủ đề sau:

- Nhận biết lí do cần giữ an toàn cho bản thân trên mạng trực tuyến
- Các phương pháp kỹ thuật để giữ an toàn và bảo mật thông tin
- Cần làm gì và liên hệ với ai nếu em gặp phải hành vi xấu trên mạng trực tuyến và không biết cách xử lý phù hợp



# Tổ chức các hội thảo chuyên đề dành cho phụ huynh

Tăng cường nhận thức cho phụ huynh và học sinh về an toàn và bảo mật thông tin

Trang bị các dấu hiệu nhận biết nguy cơ trên mạng internet và tình trạng của học sinh

Giúp phụ huynh có kiến thức, hiểu biết để đồng hành cùng con trong thời đại số

Trang bị các công cụ hỗ trợ cho phụ huynh bao gồm các giải pháp tâm lý và giải pháp kỹ thuật

Phối hợp với nhà trường trong việc giáo dục và hỗ trợ học sinh về sử dụng internet một cách an toàn



# Một vài gợi ý về các phương pháp giảng dạy hiệu quả

**Bắt đầu với những điều cơ bản:** Dạy học sinh về sự nguy hiểm của việc chia sẻ thông tin cá nhân trực tuyến và tầm quan trọng của việc giữ mật khẩu an toàn. Nhấn mạnh rằng các em không bao giờ được chia sẻ tên đầy đủ, địa chỉ, số điện thoại hoặc bất kỳ thông tin cá nhân nào khác với bất kỳ ai gặp trực tuyến.

**Sử dụng các ví dụ thực tế:** Cho học sinh xem các ví dụ thực tế về sự nguy hiểm của Internet, chẳng hạn như bắt nạt trên mạng, lừa đảo trực tuyến và những kẻ săn mồi trực tuyến. Điều này có thể giúp các em hiểu tầm quan trọng của an toàn trên Internet và cách nó có thể ảnh hưởng đến cuộc sống của các em.

**Hướng dẫn học sinh về trách nhiệm khi sử dụng mạng trực tuyến:** Giáo viên có thể hướng dẫn học sinh biết chịu trách nhiệm đúng đắn khi sử dụng mạng trực tuyến, chẳng hạn như không chia sẻ thông tin cá nhân, tránh bắt nạt trên mạng và lưu tâm đến thông tin mà các em bắt gặp trên mạng.

**Khuyến khích học sinh thảo luận:** Khuyến khích học sinh tham gia thảo luận về an toàn trên mạng và những mối nguy hiểm mà các em có thể gặp phải trên mạng. Yêu cầu học sinh chia sẻ kinh nghiệm của riêng mình và nghĩ ra những cách để giữ an toàn khi trực tuyến.

# Một vài gợi ý về các phương pháp giảng dạy hiệu quả

**Khuyến khích tư duy phản biện:** Nên khuyến khích học sinh suy nghĩ phản biện về thông tin mà các em tìm thấy trên mạng và đặt câu hỏi về tính hợp lệ và tin cậy của các nguồn.

**Sử dụng các hoạt động đóng vai:** Các hoạt động đóng vai có thể là một cách hiệu quả để dạy học sinh về an toàn trên mạng. Ví dụ: GV có thể yêu cầu học sinh đóng các tình huống khác nhau khi các em gặp nguy hiểm trên mạng và đưa ra các cách ứng phó.

**Phát triển kỹ năng số cho học sinh:** Giáo viên có thể giúp học sinh phát triển các kỹ năng và hiểu biết về môi trường số bằng cách dạy học sinh cách xác định các nguồn đáng tin cậy và cách đánh giá độ tin cậy của thông tin các em tìm thấy trên mạng.

**Phối hợp với phụ huynh:** Làm việc với phụ huynh để củng cố tầm quan trọng của an toàn trên mạng tại nhà. Khuyến khích phụ huynh trò chuyện cởi mở và trung thực với con cái về sự nguy hiểm của Internet và giám sát việc sử dụng Internet của các em.

**Sử dụng tài liệu tương tác:** Phương tiện tương tác, chẳng hạn như video và trò chơi, có thể là một cách hấp dẫn và hiệu quả để dạy học sinh về an toàn trên mạng. Tìm kiếm các tài nguyên được thiết kế đặc biệt cho mục đích này và phù hợp với lứa tuổi học sinh.

- Việt Nam đang trên con đường trở thành một cường quốc về công nghệ
  - Chúng ta đang đối mặt với những thách thức về an toàn thông tin mạng của một quốc gia phát triển về công nghệ
- Để nâng cao ý thức của trẻ về an toàn mạng cần có sự phối hợp toàn diện của xã hội: phụ huynh, nhà trường, chính sách
- Giải pháp tốt nhất luôn cân bằng và hài hoà giữa lợi ích và nguy cơ của việc sử dụng mạng Internet
  - Bồi dưỡng kiến thức cho trẻ về an toàn mạng
  - Giúp trẻ nhận thức các nguy cơ nhưng không gây hoang mang
  - Đưa ra các công cụ để trẻ tự bảo vệ bản thân trên môi trường mạng
  - Luôn đồng hành, sát cánh cùng trẻ khi gặp khó khăn

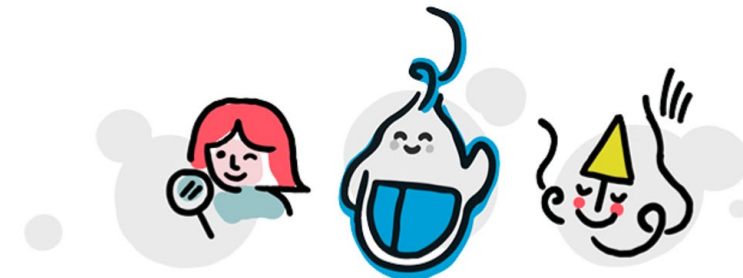


Thầy cô có thể tham khảo thêm thông tin về an toàn thông tin mạng cho trẻ em qua một số nguồn sau:

- Sách giáo khoa
- Khung chương trình ICDL Digital Student về nội dung an toàn và bảo mật thông tin trên mạng trực tuyến
- <https://saferinternet.org.uk/guide-and-resource/teachers-and-school-staff/teaching-resources>
- <https://www.esafety.gov.au/educators>
- <https://teachers-ab.libguides.com/c.php?g=709281&p=5053446>
- <https://iite.unesco.org/news/cop-2020-guidelines/>
- <https://edu.gcfcglobal.org/en/internetsafetyforkids/>
- <https://www.internetmatters.org/schools-esafety/>
- <https://beinternetawesome.withgoogle.com/>

Để tìm hiểu thêm các thông tin liên quan, Quý Thầy/Cô vui lòng liên hệ:

- **Cô Lê Thuý Hằng** – Phó Giám đốc, ICDL Miền Nam
  - Sđt: 0918.071.927
  - Email: [hangle@emg.vn](mailto:hangle@emg.vn)
- **Anh Nguyễn Đức Trung** – phụ trách chuyên môn chương trình ICDL Digital Student
  - Sđt: 0962.010.291
  - Email: [nguyenductrung@emg.vn](mailto:nguyenductrung@emg.vn)



**Xin trân trọng cảm ơn và  
kính chúc sức khỏe quý thầy cô!**