

VĂN NGHỊ LUẬN XÃ HỘI

HIỆN TƯỢNG SỐNG ẢO

1. Giải thích: Sống ảo là một trào lưu thường thấy trên các mạng xã hội đặc biệt là đối với mạng xã hội Facebook, Instagram. Sống ảo là hành động, việc làm cập nhật trên mạng xã hội xa rời với thực tế, tự tạo ra niềm vui cho riêng mình qua những lượt tương tác trên mạng xã hội như like, thả tim, lượt theo dõi...

1. Nêu hiện tượng/ thực trạng

- Sống ảo trên Facebook hay mạng xã hội đang trở thành xu hướng khá phổ biến của nhiều bạn trẻ tham gia các trang mạng xã hội nói chung hay Facebook nói riêng.

+ Không chỉ chụp hình khoe dáng, khoe sắc đẹp, nhiều bạn trẻ còn đắm chìm trong thế giới ảo với nhiều biểu hiện như: khoe giàu, khoe sang, khoe người yêu, ... trong khi thực tế lại khác xa so với những bức hình trên mạng. Họ coi đó là niềm vui, và hài lòng với những like, comment của cộng đồng mạng.

+ Nhiều bạn đăng những tấm hình qua nhiều lần chỉnh sửa đến mức khó nhận ra để trở thành những cô gái xinh lung linh lên mạng nhằm mục đích khác nhau.

+ Nhiều người đăng tải lên những thứ “phù phiếm” không đúng với cuộc sống của mình để tỏ ra sang chảnh khiến người khác phải trầm trồ.

- Dẫn chứng: ví dụ: vừa qua, trên mạng xã hội xuất hiện hình ảnh chiếc iPhone 6s. Có đến 4 thanh niên Việt tự nhận chiếc iPhone 6S bị ô tô cán gãy của mình, với những dòng status đầy tiếc nuối (mục đích chỉ để khoe giàu, khoe sang, trong khi sự thật không như thế)

3. Nêu nguyên nhân của lối sống ảo: Bệnh ảo tưởng đối với một bộ phận người trẻ là có nguyên nhân. Trước tiên, đó là **tác dụng ngược của mạng xã hội**

- Nguyên nhân tâm lý: **Nhiều bạn trẻ thích thể hiện bản thân**, hành vi của họ là để bù đắp cho sự thiếu tự tin ngoài thực tế. Nói cách khác, họ muốn được yêu thương, ngưỡng mộ, chấp nhận thông qua việc đăng những ảnh mà họ cho rằng sẽ khiến họ trở nên hấp dẫn hơn, và theo kịp thời đại.

- Suy cho cùng, sống “ảo” là **hệ quả của việc sống thiếu bản lĩnh, thói quen mong hưởng thụ nhiều hơn cố gắng.**

4. Tác hại của hiện tượng

- **Ảnh hưởng đến sức khỏe:** Việc sử dụng điện thoại quá nhiều sẽ ảnh hưởng đến thị lực của mắt, khiến con người trở nên mệt mỏi và có thể dẫn đến các vấn đề về tâm lý. Ví dụ như trường hợp tự tử vì bị chế giễu trên mạng xã hội hoặc những vụ nổ điện thoại khi sử dụng quá mức...

- **Làm tốn nhiều thời gian:** Có một số người sử dụng mạng xã hội là công cụ để tìm kiếm thông tin, kiếm tiền hay giải trí. Tuy nhiên, lại rất ít người có thể sử dụng mạng xã hội một cách có khoa học và không có kiểm soát. Họ thường sa đà vào những tin

tức không chính thống, hoặc dành quá nhiều thời gian để lướt màn hình điện thoại một cách vô bổ.

– **Tiếp cận những thông tin không lành mạnh:** Trên các trang mạng xã hội luôn đầy rẫy những thông tin, hình ảnh không lành mạnh. Đó có thể là những hình ảnh đồi trụy không phù hợp với lứa tuổi, thông tin lừa đảo hay những thông tin về chính trị mang tính phản động. Một thông tin của báo lá cải về một hành vi xấu của ai đó, khi chưa được chứng thực thì có nhiều người cho mình cái quyền được chửi rủa, lăng mạ người khác..

– **Xa rời những mối quan hệ hiện thực:** Việc quá chú tâm vào những người bạn ảo sẽ khiến bạn xa rời thực tế, bỏ rơi những người thân thiết, yêu thương bạn. Vì quá chú tâm vào thế giới ảo nên khiến nhiều người trở nên thờ ơ, lạnh nhạt với nhau hơn. Khi gặp hỏa hoạn hay tại nạn người ta vẫn “vô tư” livestream trên facebook để câu tương tác.

5.Giải pháp khắc phục, bài học rút ra

Hãy để mạng XH dừng lại ở mức là món ăn tinh thần, là phương tiện kết nối bạn bè, đem lại lợi ích thật.

- Hãy thôi sống ảo, bắt đầu tin tưởng vào bản thân, hướng cuộc sống của bạn đến với những giá trị có ích cho bản thân và xã hội. Đừng để đến khi cuộc sống ảo hoàn toàn thay thế và làm chủ cuộc sống thật của bạn.
- Dành thời gian cho những việc có ích, sống hoà đồng, quan tâm giúp đỡ những người xung quanh
- Học tập, rèn luyện để trở thành người có ích, khẳng