

## TỪ VỰNG IELTS SOCIAL MEDIA

Dưới đây là một số từ vựng hay về chủ đề Social media mà bạn có thể áp dụng vào các bài IELTS Writing hoặc IELTS Speaking nhé.

### Từ vựng IELTS Social media

1. **to stay connected on social media:** giữ liên lạc trên mạng xã hội
2. **to fuel feelings of anxiety, depression and isolation:** thúc đẩy cảm giác lo lắng, trầm cảm và cô lập
3. **social media platforms:** các nền tảng mạng xã hội
4. **a powerful communication tool:** một công cụ giao tiếp mạnh mẽ
5. **to exchange and share information, thoughts, and ideas across virtual networks:** trao đổi và chia sẻ thông tin, suy nghĩ và ý tưởng trên các mạng ảo
6. **to negatively affect mental health:** ảnh hưởng tiêu cực đến sức khỏe tâm thần kinh
7. **to spend too much time browsing social networks:** dành quá nhiều thời gian lướt các mạng xã hội
8. **to compulsively check your phone:** check điện thoại liên tục
9. **to turn off notifications:** tắt thông báo (của các ứng dụng)
10. **to limit the use of social media to 30 minutes a day:** hạn chế thời gian sử dụng mạng xã hội xuống còn 30 phút mỗi ngày
11. **to take a break from social media:** tạm dừng sử dụng mạng xã hội 1 thời gian
12. **to take a social media detox:** detox mạng xã hội
13. **to keep in touch and share photos:** giữ liên lạc và chia sẻ ảnh
14. **to bring distant people together:** mang những người ở xa lại với nhau
15. **to reunite long lost relatives:** đoàn tụ những người thân bị mất liên lạc bấy lâu nay
16. **the risk of data breaches:** nguy cơ rò rỉ dữ liệu
17. **security loopholes:** những lỗ hổng bảo mật
18. **to spread malicious content like scams and malware:** phát tán nội dung độc hại như lừa đảo và phần mềm độc hại
19. **to automatically track and collect location data:** tự động theo dõi và thu thập dữ liệu vị trí (của người dùng)
20. **to accept a new friend request:** chấp nhận yêu cầu kết bạn mới
21. **to delete your social media account:** xóa tài khoản mạng xã hội của bạn
22. **to prevent your data from getting compromised:** ngăn không cho dữ liệu của bạn bị xâm phạm

### Bài báo về Social media

Đây là 1 trong 30 bài thuộc dự án 30-DAY READING CHALLENGE mà Huyền triển khai để hỗ trợ các bạn tích lũy thêm từ vựng theo chủ đề – phục vụ cho [IELTS Writing](#) và [IELTS Speaking](#). Bạn có thể nhấn tin vào [Fanpage IELTS Nguyễn Huyền](#) nếu bạn cần thêm thông tin về Challenge này nhé.

Social media use can lead to low quality sleep and harm mental health. It **has associations with** depression, anxiety, and low self-esteem.

Social media may **trigger** feelings of inadequacy. People may feel **as though** their life or appearance does not compare favorably with that of others on social media, leading to **feelings of envy and dissatisfaction**.

Additionally, social media can **facilitate** cyberbullying and create unhealthy self-centeredness and distance from friends and family.

Despite its drawbacks, social media remains **an efficient means of** connecting communities and individuals across the world.

Social media-based networking among small groups of people is **beneficial for** many. Through social media, youngsters who struggle with **social skills** and anxiety can express themselves and socialize. It can be particularly **advantageous for marginalized groups**, such as LGBTQIA+ communities, as it enables people to meet and **interact with** other **like-minded individuals**.

- **to have associations with ...** = *to be linked to ...*: có liên quan tới ...
- **to trigger ... /'trɪɡə/ (v)** = *to cause a strong emotional reaction of fear, shock, anger, or worry in someone*: gây ra ...
- **as though** = *in a way that suggests something*: cứ như là
- **feelings of envy and dissatisfaction**: cảm giác ghen tị và không hài lòng
- **to facilitate ... /fə'sɪlɪteɪt/ (v)** = *to make an action or a process possible or easier*: tạo điều kiện cho ...
- **a means of ...** = *a way of ...*: 1 cách thức để làm gì
- **social skills** = *the skills that are necessary in order to communicate and interact with others*: các kỹ năng xã hội
- **marginalized groups** = *groups and communities that experience discrimination and exclusion (social, political and economic) because of unequal power relationships across economic, political, social and cultural dimensions*: các nhóm yếu thế
- **to interact with somebody** = *to communicate with somebody*: tương tác với ai đó
- **like-minded individuals** = *people who share similar opinions or preferences*: những cá nhân có cùng chí hướng

Source: <https://www.medicalnewstoday.com/articles/social-media-and-mental-health>

## SYNONYMS

- to be beneficial for ... ≈ to be advantageous for ...

Bài phân tích chi tiết cho bài mẫu bên dưới bạn có thể [xem tại đây](#) nhé.

The use of social media is replacing face-to-face interaction among many people in society. Do you think the advantages outweigh the disadvantages? (Đề thi thật 8/2/2020)

These days, **face-to-face communication** is being replaced with online conversations using **social media apps**, such as Facebook, WhatsApp or Tumblr. It seems to me that the benefits these technologies have brought to our lives **are overshadowed by** their drawbacks.

In terms of the advantages, social networking sites have made it much easier for us to **keep in contact with** our **loved ones, regardless of** geographic locations. Students studying abroad, for example, can **keep in touch with** their families and friends **on a daily basis** using the video call features of Skype, Facebook or various other apps. Social media is also **a powerful tool** in marketing and business. **In this digital age**, companies can keep their clients updated regarding **newly-released products** or promotions by posting their campaigns on Facebook or Instagram, which helps **save a great deal of time and expense** compared to the traditional methods of advertising in newspapers or magazines.

Despite the above benefits, I personally believe that when it comes to communication, social media does more harm than good. **The overuse of** social media reduces the quality of interpersonal communication. Many people are so **addicted to** social networking sites that they constantly **stare at** their screens during dinners with their families without actually **paying attention to** the people around them. **The frequent use of** social media also affects the style of speaking and writing, especially among young people. These days, many teenagers **have a habit of** using abbreviated words, which are frequently used in text messages or in posts on social media, in their academic essays or formal emails.

In conclusion, for the reasons mentioned above, I am of the opinion that the positive effects that social media has on our communication **are outweighed by** the disadvantages.

(written by Huyen Nguyen )

## Bài dịch

*Ngày nay, việc giao tiếp trực tiếp đang được thay thế bằng các cuộc trò chuyện trực tuyến bằng các ứng dụng mạng xã hội, chẳng hạn như Facebook, WhatsApp hoặc Tumblr. Đối với tôi những lợi ích mà các công nghệ này mang lại cho cuộc sống của chúng ta bị lu mờ bởi những nhược điểm của chúng.*

*Xét về lợi ích, các trang mạng xã hội đã giúp chúng ta dễ dàng giữ liên lạc với những người thân yêu, bất kể vị trí địa lý. Ví dụ, sinh viên du học có thể giữ liên lạc với gia đình và bạn bè của họ hàng ngày bằng cách sử dụng các tính năng gọi video của Skype, Facebook hoặc các ứng dụng khác. Mạng xã hội cũng là một công cụ mạnh mẽ trong tiếp thị và kinh doanh. Trong thời đại kỹ thuật số này, các công ty có thể cập nhật cho khách hàng về các sản phẩm hoặc chương trình khuyến mãi*

mới bằng cách đăng các chiến dịch của họ lên Facebook hoặc Instagram, giúp tiết kiệm rất nhiều thời gian và chi phí so với các phương thức quảng cáo truyền thống trên báo hoặc tạp chí.

Mặc dù có những lợi ích trên, cá nhân tôi tin rằng khi nói đến việc giao tiếp, mạng xã hội có hại nhiều hơn là lợi. Việc lạm dụng mạng xã hội làm giảm chất lượng giao tiếp giữa các cá nhân. Nhiều người nghiện các trang mạng xã hội đến mức họ liên tục nhìn chăm chăm vào màn hình của họ trong các bữa ăn tối với gia đình mà không thực sự chú ý đến những người xung quanh mình. Việc sử dụng mạng xã hội thường xuyên cũng ảnh hưởng đến phong cách nói và viết, đặc biệt là trong giới trẻ. Ngày nay, nhiều thanh thiếu niên có thói quen sử dụng các từ viết tắt, cái mà thường được sử dụng trong tin nhắn văn bản hoặc trong các bài đăng trên mạng xã hội, trong các bài tiểu luận học thuật hoặc email trang trọng.

Tóm lại, vì những lý do nêu trên, tôi cho rằng những tác động tích cực mà mạng xã hội mang lại cho việc giao tiếp của chúng ta ít hơn những nhược điểm của nó.