

Hướng dẫn sử dụng AI trong đời sống

Nếu bạn mới bắt đầu sử dụng AI, có thể áp dụng AI theo những cách sau để cải thiện cuộc sống hàng ngày:

3 cách nên sử dụng AI:

1. **Quản lý công việc và thời gian:** AI có thể lập lịch, nhắc nhở deadline và tạo checklist hàng ngày. Ví dụ, bạn có thể hỏi ChatGPT hoặc Notion AI: “Giúp tôi lên kế hoạch học tập tuần này và nhắc các deadline quan trọng.”
2. **Sáng tạo nội dung và giải trí:** AI hỗ trợ viết nhật ký, sáng tác nhạc, viết truyện ngắn hoặc thiết kế poster. Ví dụ: Canva AI giúp tạo poster đẹp nhanh chóng, ChatGPT gợi ý cốt truyện hoặc lời bài hát.
3. **Tìm kiếm và tổng hợp thông tin:** AI giúp tra cứu địa điểm, gợi ý món ăn, lập kế hoạch du lịch hoặc so sánh sản phẩm khi mua sắm. Ví dụ: hỏi ChatGPT “Lập lịch trình du lịch 3 ngày ở Hội An” sẽ nhận được các đề xuất nhanh và chi tiết.

2 cách không nên sử dụng AI:

1. **Dựa hoàn toàn vào AI để ra quyết định quan trọng:** Không nên dùng AI để đầu tư, chọn nghề nghiệp hay quyết định tài chính lớn mà không cân nhắc kỹ lưỡng. AI chỉ hỗ trợ, không thay thế tư duy của bạn.
2. **Sao chép nguyên văn nội dung AI mà không kiểm tra:** Không nên dùng thẳng bài viết, lời nhắn, hay thông tin AI đưa ra nếu chưa xác thực; cần kiểm chứng và chỉnh sửa trước khi sử dụng.

Đánh giá

AI là công cụ hỗ trợ mạnh mẽ, giúp tiết kiệm thời gian, tăng hiệu quả công việc và khơi gợi sáng tạo. Tuy nhiên, nếu sử dụng sai cách, bạn có thể phụ thuộc quá nhiều, giảm khả năng tự học và đưa ra quyết định độc lập. Để dùng AI hiệu quả, hãy kết hợp tư duy cá nhân, kiểm chứng thông tin và sử dụng AI như trợ lý, không thay thế hoàn toàn bản thân.