CHƯƠNG 3
BẢN QUYỀN SỐ, AN SINH SỐ VÀ CÔNG DÂN SỐ

Mục tiêu chương

Sau khi học xong chương này, người học có thể:

- **Trình bày** được các khái niệm cơ bản về quyền tác giả theo Luật Sở hữu trí tuệ Việt Nam; phân biệt được quyền nhân thân và quyền tài sản; hiểu các trường hợp sử dụng tác phẩm không cần xin phép.
- **Nhận biết và áp dụng** được hệ thống giấy phép Creative Commons; tìm và sử dụng đúng cách tài nguyên (ảnh, nhạc, footage, font) hợp pháp cho dự án sáng tạo; bảo vệ tác phẩm của chính mình.
- **Thực hành** các thói quen bảo vệ sức khỏe thể chất và tinh thần khi làm việc lâu với thiết bị số; sử dụng công cụ quản lý thời gian màn hình.
- **Áp dụng** quy tắc ứng xử văn minh trên mạng theo Bộ Quy tắc ứng xử của Bộ Thông tin và Truyền thông; xây dựng và quản lý danh tính số, thương hiệu cá nhân chuyên nghiệp.
- **Sử dụng** được các dịch vụ công trực tuyến (VNeID, Cổng Dịch vụ công quốc gia) và thực hành thanh toán số an toàn; hiểu tác động môi trường của công nghệ số và cách giảm thiểu.

3.1. Bản quyền và sở hữu trí tuệ

Với người học ngành sân khấu — điện ảnh, bản quyền không phải kiến thức pháp lý xa vời mà là chuyện hàng ngày: người học dùng nhạc gì cho phim ngắn? Ảnh nền poster lấy ở đâu? Kịch bản chuyển thể từ truyện có cần xin phép? Tác phẩm tốt nghiệp của người học thuộc về ai? Và khi ai đó lấy video của người học đăng lại kiếm tiền, người học làm gì? Hiểu bản quyền vừa để không vi phạm, vừa để bảo vệ chính tác phẩm của mình — nền tảng cho sự nghiệp lâu dài của người học.

3.1.1. Quyền tác giả là gì?

Sở hữu trí tuệ (Intellectual Property — IP) là quyền đối với sản phẩm sáng tạo của trí óc, gồm ba nhánh: quyền tác giả (bản quyền — copyright) cho tác phẩm văn học, nghệ thuật, khoa học; quyền sở hữu công nghiệp (sáng chế, nhãn hiệu, kiểu dáng); và quyền đối với giống cây trồng. Ngành sáng tạo chủ yếu liên quan đến quyền tác giả.

Theo Luật Sở hữu trí tuệ Việt Nam (2005, sửa đổi 2009, 2019, 2022), quyền tác giả phát sinh *tự động* kể từ khi tác phẩm được sáng tạo và thể hiện dưới hình thức vật chất nhất định — không cần đăng ký, không cần công bố, không cần ghi ký hiệu ©. Khoảnh khắc người học nhấn nút quay, chụp, lưu file kịch bản, người học đã là tác giả có quyền được pháp luật bảo hộ.

Các loại tác phẩm được bảo hộ (Điều 14): tác phẩm văn học, khoa học, sách giáo khoa; bài giảng, bài phát biểu; báo chí; âm nhạc; sân khấu; điện ảnh; mỹ thuật, mỹ thuật ứng dụng; nhiếp ảnh; kiến trúc; bản đồ, sơ đồ; chương trình

máy tính; tác phẩm phái sinh (dịch, phóng tác, chuyển thể, cải biên). Không bảo hộ: tin tức thời sự thuần túy, văn bản pháp luật, ý tưởng chưa thể hiện.

> **Ý tưởng không được bảo hộ — cách thể hiện mới được bảo hộ**
>
> *Người học kể ý tưởng phim cho bạn bè, người đó viết thành kịch bản và quay — người học không kiện được vì ý tưởng không phải tác phẩm. Nhưng nếu người học đã viết kịch bản (dù chỉ 5 trang) và người đó sao chép cốt truyện, nhân vật, lời thoại — đó là vi phạm. Bài học: viết ra, lưu lại có ngày tháng, gửi email cho chính mình hoặc đăng ký tại Cục Bản quyền tác giả trước khi chia sẻ ý tưởng quan trọng.*

3.1.2. Quyền nhân thân và quyền tài sản

Bảng 3.1 — Quyền nhân thân và quyền tài sản

	Quyền nhân thân (Điều 19)	**Quyền tài sản (Điều 20)**
Nội dung	Đặt tên tác phẩm; đứng tên thật hoặc bút danh; công bố hoặc cho phép công bố; bảo vệ sự toàn vẹn (không cho người khác sửa chữa, cắt xén, xuyên tạc)	Làm tác phẩm phái sinh; biểu diễn; sao chép; phân phối; truyền đạt đến công chúng (phát sóng, đăng mạng); cho thuê
Chuyển nhượng	*không* chuyển nhượng được (trừ quyền công bố). Dù bán tác phẩm, người học vẫn mãi là tác giả	Chuyển nhượng, cấp phép được — đây là cách kiếm tiền từ tác phẩm
Thời hạn	Vô thời hạn (trừ quyền công bố)	Suốt đời tác giả + 50 năm sau khi mất. Điện ảnh, nhiếp ảnh, mỹ thuật ứng dụng, tác phẩm khuyết danh: 75 năm từ khi công bố

Ví dụ: Người học quay phim ngắn cho một công ty theo hợp đồng thuê. Công ty sở hữu quyền tài sản (được chiếu, đăng, bán) nhưng người học vẫn có quyền nhân thân — được ghi tên đạo diễn, và công ty không được cắt xén làm sai lệch ý đồ nghệ thuật nếu hợp đồng không cho phép. Luôn đọc kỹ điều khoản "quyền sở hữu trí tuệ" trong hợp đồng — nhiều hợp đồng yêu cầu chuyển toàn bộ quyền tài sản vĩnh viễn với giá rẻ.

3.1.3. Bản quyền trong sản phẩm sáng tạo tập thể

Một bộ phim có nhiều tác giả: biên kịch, đạo diễn, quay phim, dựng phim, nhạc sĩ, họa sĩ thiết kế đều là đồng tác giả phần việc của mình (Điều 21). Nhà sản xuất (người đầu tư) là chủ sở hữu quyền tài sản của tác phẩm điện ảnh, trừ khi có thỏa thuận khác. Diễn viên, ca sĩ có quyền liên quan (Điều 29): được ghi tên, bảo vệ hình ảnh, hưởng thù lao khi biểu diễn được sử dụng.

Tác phẩm của người học: Bài tập, đồ án, phim tốt nghiệp người học tự làm — người học là tác giả và chủ sở hữu. Nhà trường có thể có quy định về

quyền sử dụng cho mục đích giảng dạy, quảng bá (đọc Quy chế đào tạo). Nếu trường cấp kinh phí, thiết bị, hoặc dự án nằm trong đề tài nghiên cứu, quyền sở hữu có thể thuộc trường. Khi làm nhóm, nên có thỏa thuận bằng văn bản về quyền của từng thành viên trước khi bắt đầu.

3.1.4. Sử dụng tác phẩm của người khác hợp pháp

a) Nguyên tắc chung: xin phép và trả thù lao

Muốn sử dụng tác phẩm còn trong thời hạn bảo hộ (sao chép, đăng, phát, chuyển thể, dùng làm nhạc phim...) phải được chủ sở hữu cho phép và trả thù lao (nếu có), trừ các trường hợp ngoại lệ. Cho phép có thể là: mua giấy phép (license) từ kho tài nguyên, ký hợp đồng với tác giả, hoặc tác giả đã công bố giấy phép mở (Creative Commons).

b) Các trường hợp không cần xin phép, không trả thù lao (Điều 25)

- Tự sao chép một bản để nghiên cứu khoa học, học tập cá nhân (không nhằm mục đích thương mại).
- Trích dẫn hợp lý để bình luận, minh họa, giới thiệu — phải ghi rõ tên tác giả và nguồn, và phần trích không làm sai ý tác giả, không thay thế tác phẩm gốc.
- Sử dụng trong giảng dạy, nghiên cứu tại trường học (không thương mại, không phát hành rộng).
- Chụp ảnh, ghi hình tác phẩm mỹ thuật, kiến trúc, nhiếp ảnh trưng bày nơi công cộng để giới thiệu.
- Biểu diễn tác phẩm sân khấu, âm nhạc trong hoạt động văn hóa, tuyên truyền không thu tiền.
- Sử dụng cho người khuyết tật; lưu trữ trong thư viện.

Lưu ý quan trọng: "không thương mại" và "trong trường học" là điều kiện then chốt. Phim tốt nghiệp dùng nhạc có bản quyền để chiếu trong hội đồng chấm — tạm chấp nhận được. Nhưng đăng phim đó lên YouTube (dù không bật kiếm tiền), gửi dự thi liên hoan phim, hoặc chiếu bán vé — là vi phạm. Khái niệm "fair use" của Mỹ rộng hơn và *không* áp dụng ở Việt Nam.

c) Trích dẫn đúng cách

Khi trích dẫn văn bản, ảnh, đoạn phim trong bài tập, bài nghiên cứu, tiểu luận: ghi tên tác giả, tên tác phẩm, năm, nguồn (liên kết hoặc nhà xuất bản). Chuẩn trích dẫn phổ biến: APA (khoa học xã hội), MLA (nhân văn), Chicago (lịch sử, nghệ thuật). Ví dụ APA: Nguyễn Văn A. (2024). Ngôn ngữ điện ảnh Việt Nam đương đại. NXB Văn hóa Thông tin. Sẽ học cách tạo trích dẫn tự động trong Word ở Chương 4.

3.1.5. Creative Commons — Giấy phép mở

Creative Commons (CC) là hệ thống giấy phép miễn phí do tổ chức phi lợi nhuận cùng tên tạo ra năm 2001, cho phép tác giả "giữ một số quyền" (some rights reserved) thay vì "giữ mọi quyền" (all rights reserved). Tác giả chọn trước

điều kiện; người dùng chỉ cần tuân thủ, không phải xin phép từng lần. Hàng tỷ tác phẩm trên Wikipedia, Flickr, YouTube, Vimeo, Freesound dùng CC.

Bốn điều kiện cơ bản kết hợp thành sáu giấy phép:

Bảng 3.2 — Bốn điều kiện cơ bản của giấy phép Creative Commons

Ký hiệu	Tên	Điều kiện
BY	Attribution (Ghi công)	Phải ghi tên tác giả, nguồn, giấy phép, và có thay đổi gì không. Có trong mọi giấy phép CC (trừ CC0)
SA	ShareAlike (Chia sẻ tương tự)	Tác phẩm phái sinh phải dùng cùng giấy phép
NC	NonCommercial (Phi thương mại)	Không được dùng cho mục đích thương mại
ND	NoDerivatives (Không phái sinh)	Không được sửa đổi, chuyển thể, remix

Bảng 3.3 — Sáu giấy phép Creative Commons

Giấy phép	Người học được làm gì	Phù hợp
CC0	Mọi thứ — tác giả từ bỏ toàn bộ quyền, như public domain. Không cần ghi công (nhưng nên)	Tự do nhất
CC BY	Dùng, sửa, thương mại — chỉ cần ghi công	Rất tự do — nhạc, ảnh cho phim thương mại
CC BY-SA	Như BY, nhưng tác phẩm mới phải cũng BY-SA	Wikipedia, dự án cộng đồng
CC BY-NC	Dùng, sửa — không thương mại	Phim người học, dự án phi lợi nhuận
CC BY-NC-SA	Dùng, sửa — không thương mại, chia sẻ tương tự	Tài liệu giáo dục mở
CC BY-ND	Dùng nguyên bản, kể cả thương mại — không sửa	Phát lại nguyên vẹn
CC BY-NC-ND	Chỉ tải và chia sẻ nguyên bản, phi thương mại	Hạn chế nhất — không dùng làm nhạc nền vì không được cắt

Public Domain (Phạm vi công cộng): Tác phẩm đã hết hạn bảo hộ (tác giả mất trên 50 năm, hoặc 75 năm với phim/ảnh) hoặc tác giả từ bỏ quyền. Nhạc cổ điển (Beethoven, Mozart — nhưng bản THU ÂM cụ thể vẫn có quyền liên quan!), văn học cổ (Truyện Kiều), phim câm trước 1929. Lưu ý: thời hạn khác nhau theo quốc gia.

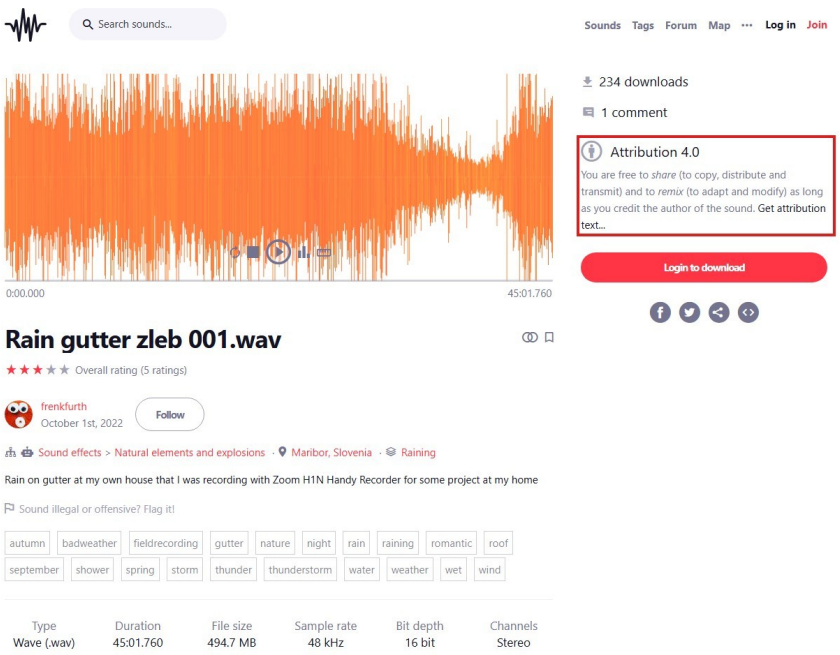
Cách ghi công CC đúng (TASL): Title (tên tác phẩm) — Author (tác giả, kèm liên kết) — Source (nguồn, liên kết) — License (giấy phép, liên kết). Ví dụ trong credit phim: Nhạc: "Morning Light" — Kevin MacLeod (incompetech.com) — CC BY 4.0.

3.1.6. Kho tài nguyên hợp pháp cho dự án sáng tạo

Lời khuyên số một: xây dựng thói quen chỉ lấy tài nguyên từ nguồn có giấy phép rõ ràng, và *lưu lại* giấy phép (chụp màn hình trang tải, ghi vào README dự án). Sau 2 năm, khi phim được chọn dự liên hoan và ban tổ chức yêu cầu chứng minh bản quyền nhạc, người học sẽ cần nó.

Bảng 3.4 — Kho tài nguyên hợp pháp cho dự án sáng tạo

Loại	**Miễn phí (kiểm tra giấy phép từng file)**	**Trả phí (chất lượng cao, license rõ)**
Ảnh	Unsplash, Pexels, Pixabay (giấy phép riêng gần như CC0); Wikimedia Commons (CC đa dạng); Flickr (lọc CC); Openverse	Shutterstock, Adobe Stock, Getty Images
Nhạc	YouTube Audio Library (miễn phí, an toàn cho YouTube); Free Music Archive; Incompetech (Kevin MacLeod, CC BY); ccMixter; Musopen (cổ điển)	Epidemic Sound (~15 USD/tháng), Artlist, Musicbed, Soundstripe, Uppbeat
Tiếng động (SFX)	Freesound (CC), BBC Sound Effects (RemArc — phi thương mại), Zapsplat, Mixkit	Boom Library, Pro Sound Effects, Soundsnap
Footage / Stock video	Pexels Videos, Pixabay, Mixkit, Videvo (lọc CC), NASA, Internet Archive (Prelinger — public domain)	Artgrid, Storyblocks, Shutterstock, Adobe Stock
Font chữ	Google Fonts (mở, thương mại OK), Font Squirrel (lọc thương mại), Vietnamese: Be Vietnam Pro, Lexend	Adobe Fonts (kèm CC), MyFonts. *lưu Ý*: nhiều font đẹp trên mạng chỉ miễn phí cho cá nhân — dùng in poster bán vé là vi phạm
3D / Texture	Poly Haven (CC0), Sketchfab (lọc CC), Blender Kit, ambientCG (CC0)	TurboSquid, CGTrader, Quixel Megascans (miễn phí với Unreal)
Đồ họa / Icon	Flaticon (ghi công), Noun Project, Undraw, Lucide, Font Awesome (free tier)	Envato Elements (~16 USD/tháng — bao gồm hầu hết loại)



Hình 3.1 — Trang một âm thanh trên Freesound (xem không cần đăng nhập): ô khoanh đỏ là giấy phép Attribution 4.0 (CC BY 4.0) — được sao chép, chỉnh sửa và dùng cả cho mục đích thương mại nếu ghi công tác giả; trang còn cho biết tên tác giả, ngày đăng, định dạng, tần số lấy mẫu 48 kHz và độ sâu 16 bit. Ảnh chụp màn hình trang freesound.org/people/frenkfurth/sounds/651952/ (tác phẩm "Rain gutter zleb 001.wav" của frenkfurth, CC BY 4.0), truy cập 05/11/2026.

3.1.7. Nhạc trong phim và video — Vấn đề nhức nhối nhất

Người học điện ảnh vi phạm bản quyền nhiều nhất ở nhạc. Một bài hát thương mại có ít nhất hai lớp quyền: quyền tác giả (giai điệu, lời — thuộc nhạc sĩ, nhà xuất bản) và quyền liên quan (bản thu âm cụ thể — thuộc ca sĩ, hãng đĩa). Muốn dùng làm nhạc phim (synchronization) phải xin phép CẢ HAI — gọi là sync license, thường tốn từ vài triệu đến hàng trăm triệu đồng, mất nhiều tuần. Kể cả cover lại bài hát cũng cần phép của nhạc sĩ.

- **Content ID (YouTube) và Rights Manager (Facebook):** Hệ thống tự động quét mọi video tải lên, đối chiếu với kho bản quyền. Video vi phạm bị: tắt tiếng, chặn ở một số nước, chuyển doanh thu cho chủ bản quyền, hoặc gỡ và nhận cảnh cáo (3 cảnh cáo = xóa kênh). Nhạc chỉ vài giây cũng bị phát hiện.
- **Nhạc "miễn phí" không đồng nghĩa "dùng được cho mọi mục đích":** Kiểm tra: có cho thương mại không? Có cần ghi công? Có được dùng trên YouTube/Facebook không? Có giới hạn số lượt xem? Epidemic Sound: đăng ký kênh trước, nếu ngừng thuê bao, video cũ vẫn an toàn nhưng video mới thì không.
- **Giải pháp cho người học:** (1) YouTube Audio Library — miễn phí, an toàn tuyệt đối trên YouTube; (2) Hợp tác với người học khoa nhạc, nhạc sĩ trẻ — thỏa thuận bằng văn bản, ghi tên trong credit; (3) Nhạc CC BY từ Incompetech, Free Music Archive; (4) Tự làm bằng công cụ (GarageBand,

Soundtrap, AI nhạc — xem mục AI); (5) Với phim dự thi liên hoan lớn: đầu tư sync license từ Artlist/Musicbed (có gói cho phim độc lập).

3.1.8. Bản quyền và trí tuệ nhân tạo

Đây là vùng xám pháp lý đang biến động nhanh. Ba câu hỏi lớn:

- **Nội dung do AI tạo có được bảo hộ?** Hiện nay, Việt Nam (và Mỹ, EU) chỉ bảo hộ tác phẩm do CON NGƯỜI sáng tạo. Ảnh Midjourney thuần từ prompt không có bản quyền — ai cũng dùng được, và người học không kiện được người sao chép. Nếu người học chỉnh sửa đáng kể (compositing, vẽ thêm, sắp đặt sáng tạo), phần đóng góp của người học có thể được bảo hộ.
- **AI học từ tác phẩm có bản quyền có hợp pháp?** Nhiều vụ kiện đang diễn ra (Getty kiện Stability AI, New York Times kiện OpenAI, nghệ sĩ kiện Midjourney). Chưa có phán quyết cuối cùng. Một số công cụ (Adobe Firefly, Getty AI) chỉ huấn luyện trên dữ liệu có phép — an toàn hơn cho dự án thương mại.
- **Dùng AI tạo nội dung giống phong cách/giọng/mặt người thật?** "Vẽ theo phong cách Ghibli" — phong cách không được bảo hộ bản quyền, nhưng có thể vi phạm nhãn hiệu hoặc gây tranh cãi đạo đức. Nhân bản giọng ca sĩ, mặt diễn viên — vi phạm quyền hình ảnh, quyền liên quan, và có thể vi phạm hình sự.

Nguyên tắc thực dụng: Với bài tập, thử nghiệm — được dùng tự do nhưng phải ghi rõ "tạo bằng AI". Với sản phẩm thương mại, dự thi — ưu tiên công cụ có nguồn dữ liệu sạch (Adobe Firefly), giữ bằng chứng quá trình sáng tạo của người học, và kiểm tra quy định của liên hoan/khách hàng về AI (nhiều liên hoan yêu cầu khai báo). Chi tiết ở Chương 9.

3.1.9. Bảo vệ tác phẩm của người học

- **Đăng ký quyền tác giả:** Tại Cục Bản quyền tác giả (Bộ VHTTDL) — không bắt buộc nhưng là bằng chứng mạnh nhất khi tranh chấp. Lệ phí 100.000-600.000 đồng tùy loại, 15 ngày làm việc. Nộp trực tuyến tại cov.gov.vn. Nên đăng ký cho kịch bản, phim tốt nghiệp, tác phẩm quan trọng.
- **Bằng chứng thời điểm sáng tạo:** Lưu file gốc có metadata ngày tạo; gửi email cho chính mình; đăng bản nháp lên Google Drive (có lịch sử phiên bản); ký số, timestamp.
- **Watermark và metadata:** Ảnh, video đăng mạng nên có watermark (logo mờ) và ghi thông tin tác giả vào metadata (IPTC trong Lightroom/Photoshop: File > File Info). Không ngăn được sao chép nhưng chứng minh nguồn gốc và khiến kẻ xấu ngại.
- **Chọn giấy phép cho tác phẩm:** Người học có thể đăng tác phẩm với giấy phép CC để lan tỏa (CC BY-NC cho phim người học: ai cũng xem, chia

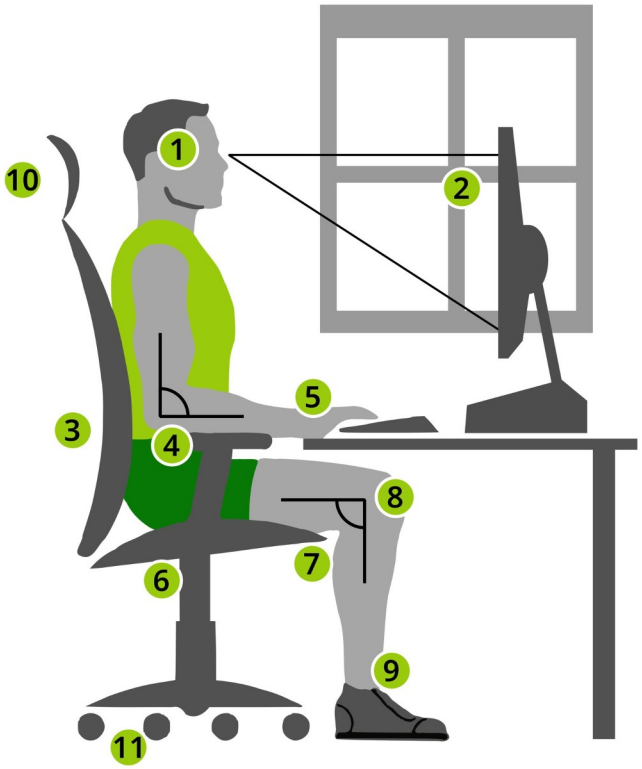
sẻ, nhưng không thương mại). Hoặc giữ toàn quyền, ghi rõ "© 2026 Nguyễn Văn A. All rights reserved."

- **Khi bị vi phạm:** (1) Chụp bằng chứng (liên kết, ảnh màn hình có ngày giờ); (2) Liên hệ người vi phạm yêu cầu gỡ/ghi công/trả phí; (3) Báo cáo nền tảng (YouTube copyright claim, Facebook IP report — cần bằng chứng người học là tác giả); (4) Nếu thiệt hại lớn: Thanh tra Bộ VHTTDL hoặc khởi kiện dân sự. Mức phạt hành chính vi phạm bản quyền đến 250 triệu đồng (NĐ 131/2013, sđ 2022).

3.2. Sức khỏe và an sinh số

Người làm sáng tạo ngồi trước màn hình 8-14 giờ mỗi ngày: dựng phim, vẽ, làm 3D, viết. Sau 5-10 năm, hậu quả tích lũy: đau cổ vai gáy mãn tính, hội chứng ống cổ tay, thoái hóa đốt sống cổ, cận thị tăng, mất ngủ, lo âu. Phần này là kiến thức nền tảng cho cả quá trình làm nghề lâu dài.

3.2.1. Công thái học (Ergonomics) — Thiết lập chỗ làm việc



Hình 3.2 — Tư thế ngồi làm việc trước máy tính: các điểm đánh số là những vị trí cần điều chỉnh khi thiết lập chỗ ngồi (màn hình, lưng, khuỷu tay, đầu gối, bàn chân). Ảnh: Marcel Kollmar và Partynia, CC BY-SA 3.0 DE, Wikimedia Commons.

Bảng 3.5 — Thiết lập chỗ làm việc đúng công thái học

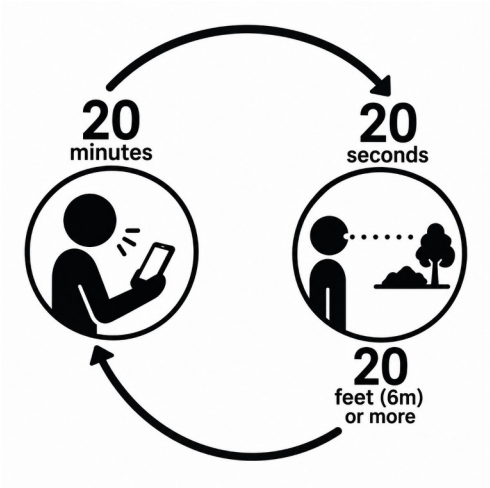
Yếu tố	Thiết lập đúng
Màn hình	Mép trên ngang tầm mắt hoặc thấp hơn một chút; cách mắt 50-70 cm (một sải tay); nghiêng nhẹ về sau 10-20°. Laptop: dùng đế nâng + bàn phím, chuột rời — cúi nhìn laptop là nguyên nhân số một gây đau cổ. Hai màn hình: màn chính thẳng trước mặt, màn phụ lệch 30°
Ghế	Chiều cao sao cho đùi song song sàn, chân đặt phẳng (hoặc đế kê chân); tựa lưng đỡ được thắt lưng; tay vịn ngang tầm bàn. Ghế công thái học tốt (2-5 triệu) là khoản đầu tư xứng đáng nhất sau máy tính
Bàn phím, chuột	Khuỷu tay gập 90°, cổ tay thẳng (không gập lên/xuống), cẳng tay đỡ trên bàn hoặc tay vịn. Bàn phím thấp, gần người. Chuột cùng độ cao bàn phím; chuột dọc (vertical mouse) nếu đau cổ tay. Bảng vẽ: đặt thẳng trước mặt, không lệch bên
Ánh sáng	Tránh cửa sổ/đèn phía sau màn hình (chói) hoặc phía sau lưng (phản chiếu). Đèn bàn chiếu lên tài liệu, không lên màn hình. Độ sáng màn hình tương đương môi trường xung quanh. Với người làm màu: ánh sáng phòng chuẩn D65 (6500K), tường xám trung tính
Bàn	Cao 70-75 cm cho người trung bình; bàn nâng hạ (standing desk) để luân phiên đứng-ngồi mỗi 30-60 phút

Quy tắc vận động

- **Mỗi 30 phút:** đổi tư thế, vươn vai, xoay cổ, đứng dậy 1-2 phút. Đặt hẹn giờ (Pomodoro 25/5 hoặc 50/10).
- **Mỗi 2 giờ:** rời khỏi bàn 10 phút, đi lại, uống nước, nhìn xa.
- **Bài tập 2 phút tại bàn:** xoay cổ chậm mỗi hướng 5 lần; nhún vai, xoay vai ra sau 10 lần; ép ngực (tay đan sau lưng, ưỡn ngực); xoay cổ tay 10 vòng mỗi chiều, duỗi ngón tay; vặn mình nhẹ hai bên.
- **Hội chứng ống cổ tay:** tê, đau ngón cái-trỏ-giữa, nhất là ban đêm — dấu hiệu sớm của người dùng chuột/bảng vẽ nhiều. Nghỉ ngơi, đổi chuột, dùng đệm cổ tay; kéo dài → đi khám.

3.2.2. Bảo vệ mắt

- **Quy tắc 20-20-20:** Mỗi 20 phút, nhìn vật cách 20 feet (6 m) trong 20 giây. Đơn giản nhất và hiệu quả nhất chống mỏi mắt số (Computer Vision Syndrome).



Hình 3.3 — Quy tắc 20-20-20 bảo vệ mắt: cứ 20 phút nhìn màn hình, nhìn vật cách xa khoảng 6 m (20 feet) trong 20 giây. Ảnh: tài khoản ẩn danh trên Wikimedia Commons (tên gồm ký tự Hán, xem trang tệp "20-20-20 rule process.png"), CC BY-SA 4.0.

- **Chớp mắt:** Nhìn màn hình, tần suất chớp giảm từ 15-20 xuống 5-7 lần/phút → khô mắt. Chủ động chớp mắt; nước mắt nhân tạo nếu khô nhiều.
- **Ánh sáng xanh và giấc ngủ:** Ánh sáng xanh từ màn hình ức chế melatonin, gây khó ngủ. Bật Night Light (Windows), Night Shift (Mac/iOS), Eye Comfort (Android) từ chiều tối. Kính lọc ánh sáng xanh có hiệu quả hạn chế theo nghiên cứu — quan trọng hơn là tắt màn hình 1 giờ trước khi ngủ.
- **Cỡ chữ và độ tương phản:** Phóng to (Ctrl + +) thay vì nheo mắt. Windows: Settings > Accessibility > Text size. Chế độ tối (Dark mode) giảm chói buổi tối nhưng chữ đen trên nền trắng dễ đọc hơn ban ngày.
- **Khám mắt định kỳ:** Mỗi 1-2 năm; ngay khi có mờ, đau đầu, nhìn đôi. Người làm màu, VFX cần kiểm tra thị lực màu (test Ishihara).

3.2.3. Bảo vệ thính giác

Người học âm thanh, dựng phim, nhạc dùng tai nghe nhiều giờ. Mất thính lực do tiếng ồn là *không* hồi phục. Quy tắc 60/60: không quá 60% âm lượng tối đa, không quá 60 phút liên tục, nghỉ 10 phút. Ưu tiên tai nghe chụp tai (over-ear) hoặc chống ồn chủ động (ANC) để không phải tăng âm lượng át tiếng ồn xung quanh. Khi mix/master: dùng loa kiểm âm ở mức 75-85 dB SPL, nghỉ tai thường xuyên — tai mệt sẽ mix sai. Đo mức nghe bằng Sound Level Meter trên điện thoại; iOS Health > Hearing theo dõi mức tai nghe.

3.2.4. Thời gian màn hình, giấc ngủ và sự tập trung

Người Việt Nam trung bình dùng điện thoại hơn 6 giờ/ngày (2025), phần lớn cho mạng xã hội và video ngắn. Các nền tảng được thiết kế để gây nghiện: cuộn vô hạn, thông báo ngẫu nhiên (cơ chế phần thưởng biến đổi như máy đánh bạc), autoplay, đếm lượt thích. Hậu quả: giảm khả năng tập trung sâu (deep work) — thứ sống còn với sáng tạo; mất ngủ; lo âu; FOMO (sợ bỏ lỡ); doomscrolling (cuộn tin xấu vô tận).

Chiến lược lấy lại quyền kiểm soát

- **Đo lường:** Digital Wellbeing (Android), Screen Time (iOS), Settings > Digital Wellbeing (Windows 11). Xem con số thật — thường gây sốc.
- **Tắt thông báo:** Tắt toàn bộ thông báo mạng xã hội, chỉ giữ tin nhắn từ người thật. Điện thoại ở chế độ im lặng, úp màn hình khi làm việc.
- **Focus mode:** Focus Sessions (Windows 11 Clock ứng dụng), Focus (iOS/Mac), Focus mode (Android) — chặn ứng dụng gây xao nhãng trong khung giờ làm việc. Ứng dụng: Forest, Freedom, Cold Turkey.
- **Khung giờ không màn hình:** 1 giờ đầu sáng và 1 giờ trước ngủ. Điện thoại sạc ngoài phòng ngủ, dùng đồng hồ báo thức thật.
- **Deep work:** Khối 90-120 phút không gián đoạn cho việc sáng tạo quan trọng nhất trong ngày — dựng, viết, vẽ. Mạng xã hội để sau.
- **Dọn feed:** Bỏ theo dõi tài khoản gây tiêu cực, so sánh; theo dõi nghệ sĩ, kênh học tập truyền cảm hứng. Thuật toán học theo hành vi — người học quyết định nó học gì.
- **Giấc ngủ:** 7-9 giờ. Thiếu ngủ giảm sáng tạo, trí nhớ, khả năng phán đoán màu sắc, phản xạ khi quay phim. "Cày đêm dựng phim" thành thói quen là con đường ngắn nhất đến kiệt sức (burnout).

3.2.5. Sức khỏe tinh thần trên không gian mạng

Ngành sáng tạo có tỷ lệ lo âu, trầm cảm cao hơn trung bình: áp lực deadline, thu nhập bất ổn, so sánh với đồng nghiệp, phê bình công khai. Mạng xã hội khuếch đại: người học thấy thành công của mọi người (đã được lọc, chỉnh sửa) và so với hậu trường lộn xộn của mình.

- **So sánh xã hội:** Nhận thức rằng feed là "highlight reel" — không ai đăng 100 lần thất bại trước một tác phẩm thành công. Đặt mục tiêu theo tiến bộ của bản thân, không theo lượt thích.
- **Phê bình và phản hồi tiêu cực:** Đăng tác phẩm lên mạng đồng nghĩa nhận cả khen lẫn chê. Phân biệt phê bình xây dựng (cụ thể, về tác phẩm, có gợi ý) với công kích (chung chung, về con người, xúc phạm). Đọc phê bình xây dựng; bỏ qua/chặn/báo cáo công kích. Không trả lời khi đang cảm xúc.
- **Bắt nạt trực tuyến (cyberbullying):** Bị nhắm mục tiêu liên tục, công kích, lan truyền tin đồn, đăng ảnh riêng tư, tạo tài khoản giả. Nếu người học là nạn nhân: không trả đũa, lưu bằng chứng, chặn, báo cáo nền tảng, nói với người tin cậy, báo trường/công an nếu nghiêm trọng. Nếu người học chứng kiến: không chia sẻ, không im lặng — ủng hộ nạn nhân, báo cáo.
- **Khi cần hỗ trợ:** Phòng Công tác người học, cố vấn học tập, giảng viên tin cậy; Đường dây nóng hỗ trợ tâm lý (Ngày Mai 096 306 1414; Tổng đài quốc gia bảo vệ trẻ em 111 cho người dưới 18). Tìm sự giúp đỡ là dấu hiệu của sức mạnh.

3.2.6. Bảo vệ môi trường số

Nhiều người nghĩ "số" là sạch — không phải. Trung tâm dữ liệu tiêu thụ 1-2% điện toàn cầu; huấn luyện một mô hình AI lớn phát thải bằng hàng trăm chuyến bay xuyên Đại Tây Dương; 1 giờ xem video HD ≈ 36 g CO_2; mỗi năm thế giới thải 60 triệu tấn rác điện tử (e-waste), chỉ 20% được tái chế đúng cách.

- **Kéo dài tuổi thọ thiết bị:** Sản xuất một laptop phát thải nhiều hơn 5 năm sử dụng nó. Nâng cấp RAM/SSD thay vì mua mới; vệ sinh, thay pin; mua máy cũ (refurbished) chất lượng.
- **Rác điện tử:** Không bỏ pin, thiết bị vào rác thường (chì, thủy ngân, cadmium độc hại). Điểm thu gom: Việt Nam Tái Chế (vietnamrecycles.com), các cửa hàng Thế Giới Di Động, FPT Shop, sự kiện thu gom của Sở TN&MT Hà Nội.
- **Tiết kiệm năng lượng:** Chế độ Sleep khi rời máy (Windows: Settings > Power); tắt hẳn qua đêm; độ sáng vừa đủ; laptop tiết kiệm hơn desktop 3-5 lần; Dark mode tiết kiệm pin trên màn OLED.
- **Dữ liệu và đám mây:** Mỗi GB lưu trên cloud tiêu thụ điện liên tục. Dọn email, ảnh trùng, video cũ; giảm độ phân giải stream khi không cần (xem YouTube 480p thay vì 4K trên điện thoại); hủy đăng ký newsletter không đọc.
- **Với người làm sáng tạo:** Render tối ưu (test ở độ phân giải thấp trước, render final một lần); tắt máy render khi xong; chọn dịch vụ cloud cam kết năng lượng tái tạo (Google, Microsoft, Apple đều có báo cáo).

3.3. Quy tắc ứng xử trên không gian mạng

3.3.1. Bộ Quy tắc ứng xử trên mạng xã hội

Quyết định 874/QĐ-BTTTT (17/6/2021) của Bộ Thông tin và Truyền thông ban hành Bộ Quy tắc ứng xử trên mạng xã hội, áp dụng cho cá nhân, tổ chức, cơ quan nhà nước và nhà cung cấp dịch vụ. Bốn quy tắc chung:

1. **Tôn trọng, tuân thủ pháp luật:** Tuân thủ pháp luật Việt Nam, tôn trọng quyền và lợi ích hợp pháp của tổ chức, cá nhân.
2. **Lành mạnh:** Hành vi, ứng xử phù hợp với giá trị đạo đức, văn hóa, truyền thống tốt đẹp của dân tộc.
3. **An toàn, bảo mật thông tin:** Tuân thủ quy định về bảo đảm an toàn, an ninh mạng, bảo vệ dữ liệu cá nhân.
4. **Trách nhiệm:** Chịu trách nhiệm về hành vi, ứng xử trên mạng; phối hợp với cơ quan chức năng xử lý hành vi vi phạm.

Quy tắc cho cá nhân (Điều 4): dùng họ tên thật hoặc tên phù hợp; chia sẻ thông tin có nguồn chính thống, đáng tin cậy; ứng xử phù hợp với đạo đức, thuần phong mỹ tục; không đăng tin giả, sai sự thật, xúc phạm, kích động bạo lực, phân biệt, quảng cáo trái phép, vi phạm bản quyền; không tiết lộ bí mật nhà nước, đời tư người khác; khuyến khích lan tỏa thông tin tích cực, hoạt động thiện nguyện.

3.3.2. Nguyên tắc ứng xử văn minh (Netiquette)

Bảng 3.6 — Nguyên tắc ứng xử trên không gian mạng

Nguyên tắc	Thực hành
Nhớ rằng phía bên kia là con người	Trước khi đăng/bình luận: "Tôi có nói điều này trước mặt họ không?" Màn hình không phải lá chắn
Không viết khi đang tức giận	Viết nháp, để 30 phút hoặc qua đêm, đọc lại. Xóa nếu vẫn muốn gửi thì gửi. Hầu hết sẽ xóa
Đọc kỹ trước khi phản hồi	Nhiều tranh cãi bắt nguồn từ hiểu sai. Đọc toàn bộ, đọc lại, hỏi làm rõ trước khi phản bác
Tiếng Việt chuẩn, rõ ràng	Viết có dấu, đúng chính tả trong giao tiếp học tập/công việc; hạn chế teencode, viết tắt tùy tiện; VIẾT HOA TOÀN BỘ = LA HÉT
Bình luận có trách nhiệm	Kiểm chứng trước khi chia sẻ (SIFT); ghi nguồn; không "chia sẻ cho vui" tin chưa rõ; sẵn sàng đính chính khi sai
Tôn trọng thời gian người khác	Tin nhắn có nội dung đầy đủ, không "Alo?" rồi chờ; không spam nhóm; không gọi video không báo trước; giờ giấc hợp lý (không nhắn giảng viên 23h)
Tôn trọng riêng tư	Không chụp màn hình tin nhắn riêng đăng công khai; không tag người khác vào ảnh xấu; hỏi trước khi đăng ảnh có người khác; không chia sẻ thông tin cá nhân của người khác
Tha thứ lỗi nhỏ	Ai cũng từng gõ sai, hiểu nhầm. Nhắc nhẹ nhàng hoặc bỏ qua thay vì công khai chế giễu
Đóng góp giá trị	Mỗi bài đăng, bình luận: có ích, có vui, có ý nghĩa gì cho người đọc? Nếu không — có cần đăng?

3.3.3. Ứng xử trong nhóm làm việc trực tuyến

Người học SKĐA sẽ làm việc nhóm liên tục: nhóm sản xuất phim, ekip vở diễn, nhóm thiết kế. Phần lớn giao tiếp qua Zalo, Messenger, Discord, Teams. Quy tắc riêng cho nhóm công việc:

- **Một kênh cho một mục đích:** Nhóm công việc tách khỏi nhóm bạn bè. Trong nhóm công việc: thông báo quan trọng ghim; thảo luận theo chủ đề (thread) nếu nền tảng hỗ trợ; file gửi vào thư mục chung (Drive), không gửi rải rác trong chat.
- **Phản hồi đúng cách:** Xác nhận đã đọc ("Đã nhận, tối nay gửi"), không để tin nhắn quan trọng chìm. Phản hồi trong 24 giờ ngày làm việc. Khi bận, thông báo khi nào rảnh.
- **Rõ ràng về nhiệm vụ:** Mỗi yêu cầu ghi rõ: việc gì, ai làm, deadline, kết quả mong đợi. "Ai đó làm poster nhé" → không ai làm. "Minh làm poster

A2, deadline thứ 6 18h, gửi file PDF vào Drive/04_Graphics" → có kết quả.

- **Phê bình tác phẩm trong nhóm:** Phê bình tác phẩm, không phê bình con người. Cụ thể: "Cảnh 3 cắt hơi nhanh, chưa kịp cảm xúc — thử giữ thêm 2 giây?" thay vì "Dựng tệ". Khen trước, góp ý sau, kết bằng gợi ý. Nhận phê bình: cảm ơn, hỏi thêm, không phòng thủ.
- **Xung đột:** Không giải quyết xung đột trong chat nhóm — gọi điện hoặc gặp mặt. Chữ viết thiếu ngữ điệu, dễ leo thang.
- **Họp trực tuyến:** Có agenda gửi trước; đúng giờ; camera bật khi có thể; tắt mic khi không nói; một người ghi biên bản; kết thúc bằng danh sách việc-người-hạn.

3.3.4. Phát ngôn thù ghét, bắt nạt và hậu quả pháp lý

Ranh giới giữa tự do ngôn luận và vi phạm pháp luật trên mạng ở Việt Nam:

Bảng 3.7 — Hành vi vi phạm và chế tài

Hành vi	Chế tài
Đăng, chia sẻ tin giả, sai sự thật; xúc phạm uy tín tổ chức, danh dự cá nhân	Phạt 10-20 triệu (NĐ 15/2020 sđ 14/2022); có thể bị buộc gỡ, xin lỗi công khai
Vu khống, bịa đặt gây thiệt hại nghiêm trọng	Điều 156 BLHS: phạt tù đến 7 năm
Làm nhục người khác (body-shaming, chế giễu công khai, đăng ảnh riêng tư)	Điều 155 BLHS: phạt tù đến 5 năm nếu nghiêm trọng; NĐ 15: phạt hành chính
Kích động thù hằn dân tộc, tôn giáo, vùng miền	Điều 116 BLHS: phạt tù đến 15 năm
Sử dụng hình ảnh người khác không xin phép vào mục đích thương mại, xúc phạm	Điều 32 BLDS: bồi thường, xin lỗi; NĐ 13/2023: xử lý dữ liệu cá nhân trái phép
Quấy rối tình dục trực tuyến, phát tán nội dung nhạy cảm	Điều 155, 326 BLHS; Luật ANM

Thực tế: từ 2020 đến nay, nhiều người dùng Facebook, TikTok tại Việt Nam đã bị phạt vì "chia sẻ cho vui" tin giả về dịch bệnh, thiên tai, người nổi tiếng. "Tôi chỉ chia sẻ lại, không viết" không phải lý do bào chữa — chia sẻ là hành vi phát tán. Với người học ngành nghệ thuật — người sẽ có sức ảnh hưởng công chúng — trách nhiệm phát ngôn càng lớn.

3.4. Danh tính số và thương hiệu cá nhân

Chương 2 đã bàn về bảo vệ danh tính số. Chương này bàn về *xây dựng* nó — vì với người làm sáng tạo, danh tính số chính là hồ sơ năng lực, phòng trưng

bày, và kênh tìm việc. Đạo diễn casting tìm diễn viên trên Instagram; công ty sản xuất tìm editor trên Vimeo; khách hàng tìm designer trên Behance.

3.4.1. Nền tảng portfolio theo chuyên ngành

Bảng 3.8 — Nền tảng xây dựng thương hiệu cá nhân theo chuyên ngành

Chuyên ngành	Nền tảng chính	Lưu ý
Điện ảnh, Dựng phim, Quay phim	Vimeo (chất lượng cao, không quảng cáo, chuyên nghiệp), YouTube (phổ biến, SEO tốt), website cá nhân	Showreel 60-90 giây là bắt buộc — cập nhật mỗi 6-12 tháng
Thiết kế, Đồ họa, Hoạt hình	Behance (Adobe — chuẩn ngành), Dribbble (UI/UX), ArtStation (3D, concept art, game), Instagram	Mỗi dự án kể được câu chuyện: brief, quá trình, kết quả
Nhiếp ảnh	Instagram, 500px, Flickr, Behance, website (Squarespace, Adobe Portfolio)	Chọn lọc — 20 ảnh xuất sắc hơn 200 ảnh trung bình
Diễn viên, Biểu diễn	Instagram, TikTok, YouTube, Facebook; hồ sơ trên các nền tảng casting	Showreel diễn xuất, ảnh headshot chuyên nghiệp, thông tin liên hệ rõ
Âm thanh, Âm nhạc	SoundCloud, Bandcamp, YouTube, Spotify for Artists	Demo reel âm thanh: sound design, mix, nhạc gốc
Sân khấu, Đạo diễn	Website cá nhân, Facebook page, YouTube (trích đoạn vở diễn)	Ảnh sân khấu chất lượng, trailer vở diễn, bài báo, giải thưởng
Chung	LinkedIn (kết nối chuyên nghiệp, nhà tuyển dụng), website cá nhân (tên miền riêng tenban.com ~300k/năm)	Website là "nhà" — mạng xã hội là "cửa hàng thuê", có thể bị khóa bất cứ lúc nào

3.4.2. Nguyên tắc xây dựng thương hiệu cá nhân số

- **Nhất quán:** Cùng tên (hoặc nghệ danh), cùng ảnh đại diện, cùng bio, cùng tông giọng trên mọi nền tảng. Người tìm người học trên Instagram rồi Behance phải chắc chắn đó là cùng một người.
- **Tách công việc và cá nhân:** Tài khoản công việc: portfolio, hậu trường, chia sẻ chuyên môn, công khai. Tài khoản cá nhân: bạn bè, gia đình, riêng tư. Nhà tuyển dụng thấy tài khoản công việc — và không thấy ảnh đi bar.

- **Chất lượng hơn số lượng:** Portfolio chỉ chứa tác phẩm người học tự hào nhất. Một tác phẩm yếu làm giảm chất lượng chung của cả bộ. Cập nhật, loại bỏ tác phẩm cũ khi có cái tốt hơn.
- **Kể câu chuyện:** Không chỉ đăng sản phẩm — kể quá trình: ý tưởng, thử nghiệm, thất bại, bài học. Hậu trường thu hút và cho thấy tư duy.
- **Ghi công đầy đủ:** Mỗi tác phẩm đăng: vai trò của người học là gì, ai làm cùng (tag họ), khách hàng/trường. Không nhận công của người khác — ngành nhỏ, ai cũng biết ai.
- **Tương tác chuyên nghiệp:** Bình luận có giá trị trên tác phẩm của người khác; trả lời tin nhắn công việc trong 24h; cảm ơn khi được chia sẻ. Cộng đồng là mạng lưới việc làm.
- **Kiên nhẫn:** Thương hiệu cá nhân xây trong nhiều năm, không phải vài tuần viral. Đăng đều (1-2 lần/tuần) tốt hơn đăng dồn rồi biến mất.

3.4.3. Quản lý danh tiếng và "quyền được lãng quên"

- **Kiểm tra định kỳ:** Mỗi 3 tháng tìm kiếm tên mình trên Google (có ngoặc kép, kèm "SKĐA", kèm tên chuyên ngành); Google Alerts cho tên người học.
- **Rà soát nội dung cũ:** Bài đăng, bình luận thời cấp 2-3 có thể gây hại khi xin việc. Facebook: Activity Log > lọc theo năm > xóa/ẩn hàng loạt (Manage Activity). Twitter/X: công cụ TweetDelete. Cân nhắc xóa tài khoản cũ không dùng (Ask.fm, Zing Me, forum cũ).
- **Quyền yêu cầu xóa:** Theo NĐ 13/2023, người học có quyền yêu cầu tổ chức xóa dữ liệu cá nhân. Với Google: yêu cầu gỡ kết quả tìm kiếm chứa thông tin cá nhân nhạy cảm (số CCCD, SĐT, địa chỉ) tại support.google.com/websearch. Với bài báo, trang web: liên hệ trực tiếp tòa soạn/quản trị.
- **Xử lý khủng hoảng:** Khi có nội dung tiêu cực về người học lan truyền: không phản ứng vội; đánh giá mức độ; nếu sai sự thật — đính chính một lần, ngắn gọn, có bằng chứng; nếu đúng — xin lỗi thật lòng, sửa sai; không tranh cãi kéo dài; tập trung tạo nội dung tích cực mới để nội dung cũ lùi xuống phía sau.

3.5. Công dân số và dịch vụ công trực tuyến

3.5.1. Công dân số là gì?

Công dân số (digital citizen) là người sử dụng công nghệ số một cách có trách nhiệm, an toàn, hiệu quả để tham gia đời sống xã hội, kinh tế, chính trị. Hoạt động công dân thông qua công nghệ số bao gồm: sử dụng dịch vụ công trực tuyến, thực hiện quyền và nghĩa vụ công dân trên môi trường số, tham gia thảo luận xã hội có trách nhiệm, và tiếp cận cơ hội (học tập, việc làm, kinh doanh) qua công nghệ.

Việt Nam đang chuyển đổi số mạnh mẽ: Đề án 06 (2022) về định danh điện tử, Cổng Dịch vụ công quốc gia, hơn 4.000 thủ tục hành chính trực tuyến, mục tiêu 2025-2030 người dân giải quyết hầu hết thủ tục không cần đến cơ quan. Người học là nhóm cần thành thạo nhất — vừa cho bản thân, vừa hỗ trợ gia đình.

3.5.2. Định danh điện tử và VNeID

VNeID là ứng dụng định danh điện tử quốc gia do Bộ Công an phát hành, gắn với căn cước công dân gắn chip. Tài khoản định danh mức 2 (xác thực trực tiếp tại công an) có giá trị pháp lý tương đương CCCD, cho phép:

- Xuất trình giấy tờ điện tử: CCCD, giấy phép lái xe, đăng ký xe, thẻ BHYT, hộ chiếu (khi đi máy bay nội địa, làm thủ tục hành chính, kiểm tra giao thông).
- Đăng nhập Cổng Dịch vụ công quốc gia và các cổng bộ, ngành, địa phương bằng một tài khoản.
- Thông báo lưu trú, khai báo tạm trú (người học thuê trọ), đăng ký thường trú trực tuyến.
- Tố giác tội phạm, phản ánh kiến nghị đến cơ quan công an.
- Ký số, xác thực danh tính khi mở tài khoản ngân hàng, ký hợp đồng điện tử.

Bảo mật VNeID: đặt mật khẩu mạnh, bật sinh trắc học, không cho mượn điện thoại đã đăng nhập, không chụp màn hình VNeID gửi cho người khác, cảnh giác lừa đảo "hỗ trợ cài VNeID" qua điện thoại (kẻ xấu gửi ứng dụng giả chiếm quyền điện thoại).

3.5.3. Dịch vụ công trực tuyến người học cần biết

Bảng 3.9 — Một số dịch vụ công trực tuyến

Dịch vụ	Nội dung
Cổng Dịch vụ công quốc gia (dichvucong.gov.vn)	Một cửa cho hơn 4.000 thủ tục: hộ tịch, cư trú, giáo dục, y tế, thuế, giao thông. Tra cứu hồ sơ, thanh toán phí trực tuyến
Cổng DVC Bộ VHTTDL (dichvucong.bvhttdl.gov.vn)	Đăng ký quyền tác giả, giấy phép biểu diễn, phổ biến phim, quảng cáo — thủ tục người học ngành sẽ dùng khi hành nghề
Thuế điện tử (thuedientu.gdt.gov.vn; ứng dụng eTax Mobile)	Đăng ký mã số thuế cá nhân (bắt buộc khi có thu nhập từ freelance, nhuận bút), tra cứu thuế TNCN, quyết toán thuế, hoàn thuế. Từ 7/2025 mã số thuế = số CCCD
BHXH số (VssID)	Tra cứu quá trình đóng BHXH, BHYT, thẻ BHYT điện tử, khám chữa bệnh không cần thẻ giấy
Sổ sức khỏe điện tử (trên VNeID)	Lịch sử khám, đơn thuốc, tiêm chủng
Cổng thông tin tuyển sinh, học bạ số	Xác nhận nhập học, tra cứu văn bằng (từ 2025 văn bằng số trên VNeID)
Phản ánh hiện trường (Hà Nội: iHanoi)	Phản ánh vấn đề đô thị, hành chính; tra cứu quy hoạch, lịch cắt điện/nước
Ký số cá nhân (VNPT SmartCA, Viettel MySign, FPT.eSign)	Ký hợp đồng điện tử, đơn từ trực tuyến — người freelance nên có; một số miễn phí cho cá nhân

3.5.4. Thanh toán số an toàn

Việt Nam đứng đầu Đông Nam Á về thanh toán QR; hơn 90% giao dịch bán lẻ ở thành phố lớn không dùng tiền mặt. Người học nhận học bổng, nhuận bút, tiền dự án qua chuyển khoản; thu tiền vé, bán sản phẩm sáng tạo qua QR. Các nguyên tắc an toàn:

- **App ngân hàng:** Tải từ App Store/Google Play chính thức; bật sinh trắc học; đặt hạn mức giao dịch; bật thông báo biến động số dư; không cài ứng dụng từ liên kết lạ ("cập nhật app ngân hàng" qua SMS là lừa đảo).
- **OTP:** *không bao giờ* đọc OTP cho ai qua điện thoại, kể cả tự xưng ngân hàng, công an. Từ 7/2024, giao dịch trên 10 triệu phải xác thực khuôn mặt — kẻ xấu không thể chuyển tiền chỉ với OTP.
- **Mã QR:** Kiểm tra tên người nhận hiện lên trước khi xác nhận; cẩn thận QR dán đè tại quán (kẻ xấu dán QR của mình lên QR cửa hàng); khi bán hàng, in QR của chính người học (VietQR có tên + số tài khoản).
- **Ví điện tử (MoMo, ZaloPay, VNPay):** Tiện, nhiều ưu đãi; liên kết ngân hàng; không để số dư lớn; bật mật khẩu thanh toán.

- **Mua sắm online:** Ưu tiên sàn uy tín (Shopee, Lazada, Tiki) có bảo vệ người mua; thanh toán khi nhận hàng (COD) với người bán lạ; đọc đánh giá; cảnh giác giá rẻ bất thường; không chuyển khoản trước cho tài khoản cá nhân trên Facebook.
- **Nhận tiền công việc:** Hợp đồng hoặc thỏa thuận văn bản trước; đặt cọc 30-50% với khách mới; xuất hóa đơn khi cần; ghi chép thu nhập để khai thuế.

3.5.5. Tham gia xã hội số có trách nhiệm

- **Tiếp cận thông tin chính thống:** Theo dõi kênh chính thức của cơ quan nhà nước (Cổng TTĐT Chính phủ, Bộ VHTTDL, UBND TP Hà Nội) thay vì tin qua nhóm chat. Phân biệt tài khoản chính thức (tích xanh, tên miền .gov.vn) với giả mạo.
- **Góp ý chính sách:** Cổng thông tin lấy ý kiến dự thảo văn bản (duthaoonline.quochoi.vn, chinhphu.vn) — người học ngành văn hóa nghệ thuật có thể góp ý Luật Điện ảnh, Nghị định về nghệ thuật biểu diễn, quy định về AI trong sáng tạo.
- **Cộng đồng sáng tạo:** Tham gia, đóng góp cho cộng đồng chuyên ngành (Vietnam Film Community, các nhóm dựng phim, thiết kế, âm thanh); chia sẻ kiến thức; hỗ trợ người mới — chính là cách người học được biết đến và nhận cơ hội.
- **Cơ hội số:** Học trực tuyến miễn phí (Coursera, edX, YouTube, Khan Academy, các khóa của Adobe, Blackmagic), gọi vốn cộng đồng cho dự án (Comicola, Kickstarter), bán tác phẩm số (NFT — cẩn trọng, in theo yêu cầu — Printful, Redbubble), freelance quốc tế (Upwork, Fiverr, Behance Jobs).
- **Khoảng cách số:** Không phải ai cũng có kỹ năng và thiết bị như người học. Hỗ trợ ông bà, cha mẹ cài VNeID, dùng ngân hàng số an toàn, nhận biết lừa đảo — đó là trách nhiệm công dân số thiết thực nhất.

Tóm tắt chương

- Quyền tác giả phát sinh tự động khi tác phẩm được thể hiện, không cần đăng ký. Ý tưởng không được bảo hộ — cách thể hiện mới được. Quyền nhân thân (vô thời hạn, không chuyển nhượng) và quyền tài sản (đời tác giả + 50 năm; phim/ảnh 75 năm; chuyển nhượng được).
- Dùng tác phẩm người khác: xin phép + trả thù lao, trừ ngoại lệ Điều 25 (học tập, trích dẫn có ghi nguồn, giảng dạy phi thương mại). "Fair use" Mỹ không áp dụng ở Việt Nam. Đăng YouTube, dự thi = không còn là "học tập".
- Creative Commons: BY (ghi công), SA (chia sẻ tương tự), NC (phi thương mại), ND (không phái sinh). CC0 và public domain tự do nhất. Ghi công theo TASL. Lưu bằng chứng giấy phép trong README dự án.

- Nhạc là điểm vi phạm nhiều nhất: cần sync license cả quyền tác giả và quyền liên quan. Content ID phát hiện vài giây. Giải pháp: YouTube Audio Library, Incompetech, hợp tác nhạc sĩ trẻ, Artlist/Epidemic cho dự án lớn.
- Nội dung AI thuần không được bảo hộ; huấn luyện AI đang bị kiện; tránh tạo giống người thật. Ưu tiên Adobe Firefly cho thương mại, khai báo AI khi dự thi.
- Bảo vệ tác phẩm: đăng ký tại Cục Bản quyền (cov.gov.vn), lưu bằng chứng thời điểm, watermark + metadata, chọn giấy phép, báo cáo vi phạm qua nền tảng.
- Công thái học: màn hình ngang mắt cách 50-70 cm, khuỷu 90°, cổ tay thẳng, laptop dùng đế + bàn phím rời. Mỗi 30' đổi tư thế. 20-20-20 cho mắt, 60/60 cho tai. Night Light buổi tối, tắt màn hình 1h trước ngủ.
- Thời gian màn hình: đo bằng Digital Wellbeing/Screen Time; tắt thông báo mạng xã hội; Focus mode; deep work 90-120'; chọn lọc lại nội dung trên bảng tin; ngủ 7-9h. Sức khỏe tinh thần: feed là highlight reel; phân biệt phê bình xây dựng và công kích; bắt nạt mạng — lưu bằng chứng, chặn, báo cáo, tìm hỗ trợ.
- Môi trường số: kéo dài tuổi thọ thiết bị, tái chế e-waste đúng nơi, Sleep khi rời máy, xóa bớt dữ liệu lưu trữ đám mây, render tối ưu.
- Bộ Quy tắc ứng xử mạng xã hội (QĐ 874/2021): tôn trọng pháp luật, lành mạnh, an toàn, trách nhiệm. Netiquette: bên kia là con người; không viết khi giận; kiểm chứng trước khi chia sẻ; tôn trọng riêng tư. Chia sẻ tin giả: phạt 10-20 triệu; vu khống, làm nhục: hình sự.
- Thương hiệu cá nhân: portfolio đúng nền tảng (Vimeo, Behance, ArtStation, Instagram, LinkedIn, website riêng); nhất quán; tách công việc/cá nhân; chất lượng hơn số lượng; kể quá trình; ghi công đầy đủ. Rà soát nội dung cũ số; quyền yêu cầu xóa theo NĐ13.
- Công dân số: VNeID mức 2 = CCCD điện tử; Cổng DVC quốc gia; thuế điện tử (MST = CCCD từ 7/2025, bắt buộc khi có thu nhập); VssID; ký số. Thanh toán an toàn: không đọc OTP, kiểm tra tên người nhận QR, cảnh giác QR dán đè, COD với người lạ.

Thuật ngữ cần nhớ

Bảng 3.10 — Thuật ngữ cần nhớ

Thuật ngữ	Giải nghĩa
Sở hữu trí tuệ (IP)	Quyền đối với sản phẩm sáng tạo: quyền tác giả, sở hữu công nghiệp, giống cây trồng
Quyền tác giả (Copyright)	Quyền của người sáng tạo tác phẩm văn học, nghệ thuật, khoa học
Quyền liên quan	Quyền của người biểu diễn, nhà sản xuất bản ghi, tổ chức phát sóng
Quyền nhân thân / Quyền tài sản	Quyền gắn với tác giả, không chuyển nhượng / Quyền khai thác kinh tế, chuyển nhượng được
Tác phẩm phái sinh	Dịch, chuyển thể, phóng tác, cải biên từ tác phẩm gốc
License (Giấy phép)	Sự cho phép sử dụng tác phẩm theo điều kiện nhất định
Sync license	Giấy phép đồng bộ nhạc với hình ảnh (phim, video)
Creative Commons (CC)	Hệ thống giấy phép mở: BY, SA, NC, ND, CC0
Public Domain	Phạm vi công cộng — hết hạn bảo hộ hoặc tác giả từ bỏ quyền
TASL	Title, Author, Source, License — cách ghi công CC
Content ID	Hệ thống YouTube tự động phát hiện nội dung có bản quyền
Watermark / Metadata IPTC	Dấu mờ trên ảnh/video / Thông tin tác giả nhúng trong file
Ergonomics	Công thái học — thiết kế môi trường làm việc phù hợp cơ thể
Quy tắc 20-20-20 / 60-60	Bảo vệ mắt / Bảo vệ tai
Computer Vision Syndrome	Hội chứng mỏi mắt do màn hình
Digital Wellbeing / Screen Time	Công cụ đo và giới hạn thời gian dùng thiết bị
Deep work	Làm việc tập trung sâu không gián đoạn
FOMO / Doomscrolling	Sợ bỏ lỡ / Cuộn tin xấu vô tận
Cyberbullying	Bắt nạt trực tuyến
E-waste	Rác thải điện tử
Netiquette	Quy tắc ứng xử trên mạng
QĐ 874/QĐ-BTTTT	Bộ Quy tắc ứng xử trên mạng xã hội (2021)
Digital Identity / Personal Brand	Danh tính số / Thương hiệu cá nhân
Showreel / Portfolio	Video tổng hợp tác phẩm / Bộ sưu tập tác phẩm
Digital Citizen	Công dân số
VNeID / Định danh điện tử mức 2	Ứng dụng định danh quốc gia / Tài khoản có giá trị như CCCD
Cổng Dịch vụ công quốc gia	dichvucong.gov.vn — một cửa thủ tục hành chính trực tuyến
VietQR	Chuẩn mã QR chuyển khoản liên ngân hàng Việt Nam

Câu hỏi ôn tập

1. Quyền tác giả phát sinh từ khi nào? Có cần đăng ký không? Vậy đăng ký tại Cục Bản quyền để làm gì?
2. Phân biệt quyền nhân thân và quyền tài sản. Người học bán phim ngắn cho một công ty — họ có được đổi tên phim, cắt bỏ cảnh kết mà không hỏi người học không?
3. Người học viết kịch bản dựa trên một truyện ngắn của tác giả còn sống. Cần làm gì? Nếu tác giả mất năm 1960 thì sao?
4. Phim tốt nghiệp dùng bài hát của Sơn Tùng M-TP làm nhạc nền. Chiếu trong hội đồng chấm có được không? Đăng YouTube có được không? Gửi dự thi liên hoan phim có được không? Giải thích từng trường hợp.
5. Giải thích 4 điều kiện CC. Một bản nhạc CC BY-NC-ND có dùng làm nhạc nền phim người học (phi thương mại) được không? Tại sao?
6. Viết dòng ghi công đúng chuẩn TASL cho một ảnh trên Unsplash và một bản nhạc trên Incompetech mà người học dùng trong poster/phim.
7. Ảnh tạo bằng Midjourney từ prompt của người học — người học có bản quyền không? Nếu người học ghép 5 ảnh AI với ảnh chụp thật, vẽ thêm và phối màu — phần nào được bảo hộ?
8. Mô tả tư thế ngồi chuẩn khi dựng phim 8 giờ. Vì sao dùng laptop trực tiếp gây đau cổ? Giải pháp?
9. Quy tắc 20-20-20 và 60/60 là gì? Tại sao mất thính lực do tiếng ồn nguy hiểm hơn cận thị?
10. Liệt kê 5 cơ chế khiến mạng xã hội gây nghiện và 5 chiến lược đối phó.
11. Phân biệt phê bình xây dựng và công kích cá nhân. Viết lại bình luận "Phim dở tệ, đạo diễn không có tài" thành phê bình xây dựng.
12. Người học thấy bạn cùng lớp bị lan truyền ảnh chế giễu trong nhóm chat 200 người. Người học làm gì? Người tạo ảnh có thể chịu chế tài gì?
13. Thiết kế bộ tài khoản mạng xã hội cho bản thân với vai trò người học [chuyên ngành của người học]: nền tảng nào, tên gì, đăng gì, tách công việc/cá nhân ra sao?
14. VNeID mức 2 khác mức 1 thế nào? Kể 5 việc người học có thể làm với VNeID mức 2.
15. Người học nhận tiền dựng video cho một công ty (5 triệu/tháng, 6 tháng). Người học cần làm gì về thuế? Tra cứu ở đâu?

Bài tập tìm hiểu (làm ở nhà, nộp trước buổi sau)

Chọn 2 trong 7 bài, trình bày 1-2 trang Word có liên kết nguồn.

1. **Phân tích một vụ tranh chấp bản quyền trong ngành.** Tìm một vụ tranh chấp bản quyền thực tế liên quan đến phim, nhạc, ảnh, hoặc sân khấu (Việt Nam hoặc quốc tế) trong 5 năm gần đây (ví dụ: tranh chấp kịch bản, đạo

nhái MV, dùng ảnh không phép, AI Ghibli...). Tóm tắt sự việc, các bên, lập luận mỗi bên, kết quả (nếu có), và bài học cho người sáng tạo trẻ.

2. **Quy trình đăng ký quyền tác giả.** Truy cập cov.gov.vn và Cổng DVC Bộ VHTTDL. Tìm hiểu: đăng ký quyền tác giả cho một tác phẩm điện ảnh/kịch bản/ảnh cần hồ sơ gì, lệ phí bao nhiêu, thời gian xử lý, nộp trực tuyến thế nào. Lập checklist các bước để đăng ký cho phim tốt nghiệp của người học.
3. **Giấy phép nhạc cho dự án.** So sánh 4 nguồn nhạc: YouTube Audio Library, Epidemic Sound, Artlist, và hợp tác nhạc sĩ độc lập. Với mỗi nguồn: chi phí, phạm vi giấy phép (YouTube? Facebook? rạp chiếu? liên hoan phim? truyền hình?), điều kiện ghi công, điều gì xảy ra khi ngừng thuê bao. Đề xuất phương án cho phim tốt nghiệp dự định gửi 3 liên hoan phim.
4. **Đánh giá công thái học chỗ làm việc.** Chụp ảnh chỗ làm việc hiện tại của người học (bàn, ghế, màn hình, tư thế). Đối chiếu với bảng ở mục 3.2.1, chỉ ra ít nhất 5 điểm chưa đạt và đề xuất cải thiện với ngân sách 0 đồng, 500.000 đồng, và 3 triệu đồng. Tìm hiểu về một trong các thiết bị: ghế công thái học, tay đỡ màn hình, chuột dọc, bàn nâng hạ — có đáng đầu tư không?
5. **Dấu chân carbon của dự án sáng tạo.** Ước tính lượng điện và CO_2 của một dự án phim ngắn: quay (pin, đèn), dựng và render (số giờ × công suất máy), lưu trữ cloud (GB × tháng), phát hành (lượt xem × thời lượng). Dùng công cụ như Website Carbon, Green Web Foundation, hoặc số liệu trung bình. Đề xuất 5 cách giảm 20-30%.
6. **Phân tích thương hiệu cá nhân của một nghệ sĩ.** Chọn một nghệ sĩ/nhà làm phim/nhà thiết kế trẻ Việt Nam (dưới 35 tuổi) mà người học ngưỡng mộ. Khảo sát toàn bộ danh tính số của họ: các nền tảng, tần suất đăng, loại nội dung, tông giọng, cách ghi công, cách tương tác, tách công việc/cá nhân. Rút ra 5 điều học được và 2 điều người học sẽ làm khác.
7. **Thuế cho người làm sáng tạo tự do.** Tìm hiểu: người học có thu nhập từ nhuận bút, thiết kế, dựng video, biểu diễn phải đăng ký mã số thuế không? Ngưỡng thu nhập nào phải nộp thuế TNCN? Thuế khấu trừ 10% tại nguồn là gì? Khi nào được hoàn thuế? Cách quyết toán trên eTax Mobile. Lập bảng theo dõi thu nhập mẫu cho một năm.

Bài tập thực hành

BT1-BT3 trên lớp (2 tiết thực hành); BT4-BT6 ở nhà. Nộp TinHoc_Buoi03_HoTen.zip.

1. **Xây dựng kho tài nguyên hợp pháp cho dự án (trên lớp, 20 phút).** Cho dự án chuyên ngành của người học (từ BT2 chương 1), tìm và tải: 3 ảnh (Unsplash/Pexels/Wikimedia CC), 2 bản nhạc (YouTube Audio Library/Incompetech), 2 tiếng động (Freesound), 1 font (Google Fonts). Với *mỗi* tài nguyên: chụp màn hình trang tải có thông tin giấy phép, ghi

dòng ghi công chuẩn TASL vào file CREDITS.txt trong thư mục dự án. Kiểm tra: tài nguyên nào dùng được cho thương mại, tài nguyên nào không?

2. **Kiểm tra giấy phép và phát hiện vi phạm (trên lớp, 15 phút).** Giảng viên cung cấp 6 tình huống sử dụng tài nguyên (ví dụ: dùng ảnh CC BY-NC-ND cắt ghép vào poster bán vé; dùng nhạc Epidemic Sound sau khi hết thuê bao; dùng font "free for personal use" in banner sự kiện; trích 30 giây phim Hollywood để bình luận trong video review; dùng ảnh Unsplash không ghi công; cover bài hát đăng YouTube). Với mỗi tình huống: hợp pháp hay không, vi phạm điều gì, cách sửa. Trình bày dạng bảng.
3. **Thiết lập công thái học và sức khỏe số (trên lớp, 10 phút).** (a) Điều chỉnh chỗ ngồi hiện tại theo chuẩn (màn hình, ghế, bàn phím) — bạn cùng bàn chụp ảnh tư thế trước/sau. (b) Bật Night Light (Windows Settings > Display) hẹn giờ 19:00-07:00. (c) Cài Focus Sessions (Windows Clock) hoặc ứng dụng Pomodoro, đặt 25/5. (d) Trên điện thoại: mở Digital Wellbeing/Screen Time, chụp ảnh thống kê tuần qua, tắt thông báo của 3 ứng dụng mạng xã hội, đặt giới hạn 1 giờ/ngày cho ứng dụng dùng nhiều nhất.
4. **Đăng ký tác phẩm và nhúng metadata (ở nhà).** (a) Chọn 1 tác phẩm của người học (ảnh, video, thiết kế). Nhúng metadata tác giả: ảnh — Photoshop/Lightroom File > File Info (Author, Copyright, Copyright Notice, URL); video — trong phần mềm dựng hoặc bằng ExifTool. Thêm watermark mờ ở góc. (b) Chọn giấy phép cho tác phẩm (giữ toàn quyền hoặc một giấy phép CC) và viết dòng thông báo bản quyền. (c) Tìm hiểu và điền thử (không nộp) hồ sơ đăng ký quyền tác giả trên cov.gov.vn hoặc Cổng DVC Bộ VHTTDL — chụp màn hình form. (d) Tìm ngược ảnh của người học bằng Google Lens/TinEye xem có ai dùng chưa.
5. **Xây dựng portfolio online (ở nhà).** Tạo mới hoặc rà soát lại tài khoản portfolio trên nền tảng phù hợp chuyên ngành (Behance/Vimeo/ArtStation/Instagram công việc/SoundCloud/LinkedIn). Yêu cầu: tên nhất quán, ảnh đại diện chuyên nghiệp, bio 2-3 câu (người học là ai, làm gì, liên hệ), ít nhất 3 tác phẩm với mô tả (vai trò, quá trình, cộng sự được tag), đường liên kết đến các nền tảng khác. Tách khỏi tài khoản cá nhân. tìm kiếm tên mình trên Google sau khi hoàn thành — chụp ảnh kết quả. Nộp liên kết portfolio.
6. **Công dân số — dịch vụ công và thanh toán (ở nhà).** (a) Kiểm tra tài khoản VNeID: mức mấy? Nếu mức 1, tìm hiểu thủ tục lên mức 2 tại công an phường. Chụp ảnh màn hình giấy tờ tích hợp (che thông tin). (b) Đăng nhập dichvucong.gov.vn bằng VNeID, tìm và đọc thủ tục "Đăng ký quyền tác giả" hoặc "Thông báo lưu trú" — chụp ảnh. (c) Tra cứu mã số thuế cá nhân của người học trên thuedientu.gdt.gov.vn hoặc eTax Mobile — người học đã có MST chưa? (d) Kiểm tra ứng dụng ngân hàng: đã bật sinh trắc học, hạn mức, thông báo số dư chưa? Tạo VietQR nhận tiền của người

học. (e) Hỗ trợ một người thân (ông bà, cha mẹ) một việc số: cài VNeID, bật xác thực ngân hàng, hoặc hướng dẫn nhận biết lừa đảo — viết 5 câu mô tả.

Tiêu chí đánh giá bài tập

Đúng và đủ yêu cầu (40%) · Áp dụng đúng kiến thức bản quyền, giấy phép, quy tắc ứng xử (30%) · Trình bày rõ, ảnh đầy đủ, có nhận xét cá nhân (20%) · Đúng hạn, đúng định dạng (10%). BT1 (kho tài nguyên hợp pháp) và BT5 (portfolio) là bắt buộc — file CREDITS.txt và portfolio sẽ được dùng tiếp trong dự án cuối kỳ.

— Hết Chương 3 —

Nguồn hình ảnh

Các ảnh trong chương lấy từ Wikimedia Commons (commons.wikimedia.org), được cấp phép tự do. Khi dùng lại cần ghi nguồn và giữ đúng giấy phép như dưới đây. Truy cập ngày 31/10/2026.

- **Hình 3.1:** Ảnh chụp màn hình trang Freesound (freesound.org); tác phẩm “Rain gutter zleb 001.wav” — frenkfurth, CC BY 4.0.
- **Hình 3.2:** Ergonomic Workstation.svg — Marcel Kollmar và Partynia, CC BY-SA 3.0 DE.
- **Hình 3.3:** 20-20-20 rule process.png — tác giả ẩn danh (xem trang tệp), CC BY-SA 4.0.