**TẬP 20**

**Chương trình Tiếng Hàn cơ bản**

**Cùng nói tiếng Hàn!**

**Tập 20 - Chủ đề 스마트폰 중독**

| 1. **HỘI THOẠI 1** |
| --- |
| **배경: 친구 (여자 2명, 남자 1명) 3명이 앉아서 쉬는 중**  **Bối cảnh: 3 người bạn (2 nữ, 1 nam) đang ngồi giải lao với nhau**  **미키**: 아이고 심심하네! 우리 뭐라도 할까? 게임?  Miki: Trời ơi, chán quá. Hay mình chơi game gì đi nhỉ?  **휘**: 어 그래, 게임하자! 요즘 밸런스 게임이 대세라는데, 우리도 한번 해 볼래? 서로 더 잘 알게 될지도 몰라~  Huy: Chuẩn luôn, chơi game thôi! Dạo này balance game đang hot lắm, tụi mình thử chơi nhé? Biết đâu lại hiểu nhau hơn~  **탄하**: 오~ 밸런스 게임! 인터넷에서 엄청 웃기던데! 그 게임으로 시간을 때우자.  **Thanh Hà**: Oh~ Balance game! Trên mạng xem hài lắm luôn. Chơi game đấy giết thời gian đi!  **미키**: 근데 그거 어떻게 하는 거야?  **Miki**: Nhưng trò đó chơi như thế nào vậy?  **휘**: 내가 너희 둘에게 질문을 던지면, 동시에 대답하는거야! 예를 들면 "더 좋아하는 음식은? 분짜 vs 쌀국수" 이렇게!  Huy: Khi tớ đưa ra câu hỏi cho hai cậu thì hai cậu phải đồng thời trả lời.. Ví dụ: "Cậu thích món nào hơn? Bún chả hay phở?". Kiểu vậy.  **탄하**: 아하~ 서로의 대답이 같으면 진짜 친한 친구 사이가 맞고, 많이 다르면...음...친구가 맞는지 다시 생각해봐야 하는 거 아냐?ㅋㅋ  **Thanh Hà**: Aha~ Nếu chọn giống nhau thì chứng tỏ là bạn thân thật, còn nếu khác nhiều thì... hmm... có khi phải xem lại tình bạn này đấy! Kkk  **휘**: 에이~ 그 정도는 아니지. 사람마다 취향이 다르잖아!^^  **Huy**: Ấy, làm gì tới mức đấy. Mỗi người một gu mà!^^  **미키**: 오케이 입력 완료. 빨리 시작하자!  **Miki**: Ok, hiểu rồi. Chơi luôn thôi!!!  **휘: 그럼 첫번째 질문. “뭐가 더 좋아? 김태희 같은 미모 vs 잘생긴 류선재와 결혼!”**  **Huy: Vậy câu đầu tiên nhé. Các cậu thích cái gì hơn: có nhan sắc như Kim Tae Hee hay cưới Soái ca Ryu Sun Jae?**  **미키**: 김태희!  **Miki**: Kim Tae Hee!  (거의 동시에) **탄하**: 선재랑 결혼!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!  (nối liền sau đó) **Thanh Hà**: Cưới Sun Jae!!!!!!!!!!!  **휘**: 시작부터 다르네? ㅋㅋㅋ  **Huy**: Mới bắt đầu đã khác rồi nhỉ? Kkk  **미키**: 사실 김태희처럼 예쁜 얼굴을 가지면 좋기는 하지만 선재랑 결혼하는 것도 나쁘지 않은데? ㅋㅋㅋ  **Miki**: Thật ra có được gương mặt đẹp như Kim Tae Hee cũng tốt, nhưng cưới Sun Jae cũng đâu tệ ha? Kkk  **탄하**: 됐어. (뻔뻔하게) 선재는 내꺼야. 다음 질문 가자!  **Thanh Hà**: Thôi đi, Sun Jae là của tớ. Câu hỏi tiếp theo đi!!  **휘: 오케이. 어떻게 먹으면 더 맛있을까? 찍어서 먹는 ‘찍먹’ 대 부어서 먹는 ‘부먹’!**  **Huy: Ăn theo cách nào sẽ ngon hơn: Chấm xốt hay đổ xốt vào ăn cùng luôn?**  **미키**: 찍먹! (동시) **탄하** : 부먹!  **Miki**: Chấm xốt! (đồng thời) **Thanh Hà**: Chan xốt!  **휘: 오~ 이번에도 갈렸네. 그럼 다음 질문! 스마트폰 없이 1년 살기 vs 남친 없이 1년 살기!**  **Huy: Oh~ Lại khác rồi nhỉ. Thế câu tiếp theo: Sống 1 năm không điện thoại hay sống 1 năm không bạn trai?**  (동시) **미키**, **탄하**: 남친 없이 1년 살기!!!  **(đồng thời) Miki, Thanh Hà**: Sống 1 năm không bạn trai!!!  **휘**: 헐... 너희 진짜 남친보다 스마트폰이 더 좋아?  **Huy**: Trời... Các cậu thực sự thích điện thoại hơn bạn trai hả?  **탄하**: 남자친구가 있으면 행복하기는 하지만 스마트폰이 없으면 난 진짜 못 살아.  **Thanh Hà**: Có bạn trai thì cũng vui, nhưng không có điện thoại thì tớ không sống nổi.  **미키**: 나도 인정. 요즘은 스마트폰이 꼭 필요한 필수품이기는 해. 아! 이번은 **휘**하고 **탄하가** 해 봐. 내가 재미있는 질문 하나 있어.  **Miki**: Tớ cũng công nhận. Bây giờ điện thoại là vật không thể thiếu luôn ấy. À, lần này Huy và Hà cùng trả lời xem nào. Tớ có một câu hỏi thú vị cho hai người đây.  **휘**: 그래. 빨리 질문해 봐.!  **Huy**: Ok. Cậu hỏi đi!!  **미키: 어떤게 더 좋을까? 1억동 받고 스마트폰 1년 안 하기 vs 10만동 받고 스마트폰 하기.**  **Miki: Lựa chọn nào sẽ tốt hơn? Nhận 100 triệu đồng nhưng không dùng điện thoại 1 năm hay nhận 100.000 đồng nhưng được dùng điện thoại?**  (동시) **휘**, **탄하**: 10만동.  **(đồng thời) Huy, Thanh Hà**: Nhận 100.000 đồng!  **미키**: ㅋㅋㅋ 대박! 그럼 우리는 진짜 스마트폰 없이 못 사나 봐. 1억동을 포기하고 스마트폰을 선택하다니!  **Miki**: Trời ơi!!!! Có vẻ là bọn mình thực sự không sống nổi nếu không có điện thoại. Từ bỏ cả 100 triệu đồng để chọn điện thoại!  **휘**: 그러게. 요즘 스마트폰으로 모든 일을 하다 보니, 스마트폰을 손에서 놓는 때가 없기는 해.  **Huy**: Đúng vậy. Dạo này cái gì cũng làm bằng smartphone nên đúng là chẳng có lúc nào rời tay khỏi nó.  **탄하**: 이러다가 스마트폰에 중독될 것 같아.  **Thanh Hà**: Cứ thế này có khi tụi mình nghiện điện thoại mất.  **미키**: 에이 중독은 무슨, 중독은… 게임처럼 좋지 않은 것에 빠졌을 때 사용하는 말 아니야?  **Miki**: Ấy, nghiện gì mà nghiện... "Nghiện" là từ dùng khi mình bị cuốn vào cái gì đó không tốt như game mà?  **탄하**: 아니야, 요즘 스마트폰에 푹 빠져 사는 사람들이 너무 많아서 스마트폰 중독이라는 말이 생겼을 정도야.  **Thanh Hà**: Không phải đâu, bây giờ có quá nhiều người suốt ngày dán mắt vào điện thoại đến mức xuất hiện cả từ "nghiện điện thoại" đó.  **휘**: 그러네. 아침에 일어날 때부터 스마트폰 알람 확인하고, 학교 갈 때도, 공부할 때도, 화장실에서도, 밥 먹을 때도 스마트폰만 쳐다보고… 스마트폰 중독이라는 표현이 맞기는 해.  **Huy**: Nghe hợp lý nhỉ. Sáng dậy mở mắt là đã kiểm tra chuông báo điện thoại rồi, đi học, học bài, đi vệ sinh, ăn cơm... cũng không rời mắt khỏi điện thoại... Nói nghiện điện thoại cũng đúng thật.  **미키**: 나도 하루의 시작과 끝을 스마트폰과 함께 하고 있기는 하는데… 아무튼 안돼… 난 절대 스마트폰 중독이 아냐…. 스마트폰에 중독되기 싫어… 안돼…. ㅠㅠ  Miki: Sáng sớm tới tối muộn, mình cũng không thể rời điện thoại… Nhưng không, mình không phải là người nghiện đâu! Mình không thể nghiện được... Khônggg… 😭  **탄하**: 스마트폰 중독 테스트를 해 볼래?  Thanh Hà: Hay thử làm bài kiểm tra nghiện smartphone nhé?  **휘**: 엥? 그런 것도 있어? 병원에서 검사 받아야 돼?  Huy: Ơ, có cái đó thật á? Phải kiểm tra ở bệnh viện à?  **탄하**: 그냥 테스트야. 몇 가지 질문에 답하면, 결과에 따라 스마트폰 중독인지 아닌지 알 수 있어.  Thanh Hà: Chỉ là mấy câu hỏi thôi. Trả lời xong là biết ngay mình có nghiện smartphone không.  **미키**: 그럼 어디서 할 수 있어? 설마… 또 스마트폰으로?  Miki: Thế làm ở đâu được? Đừng bảo là… cũng làm trên smartphone nhé?!  **탄하**: 맞아 ㅋㅋㅋ 스마트폰이 빠질 수 없지.  Thanh Hà: Đúng rồi đó! Haha, làm sao mà thiếu smartphone được.  **미키**: 스마트폰으로 스마트폰 중독 테스트라니… (혼잣말) 정말 악순환이구나.  Miki: Làm bài kiểm tra nghiện smartphone mà cũng phải dùng smartphone? (thì thầm) Đây đúng là vòng luẩn quẩn rồi mà!  **휘**: 스마트폰으로 하면 편하지. 어디서 하면 돼?  Huy: Dùng smartphone mới tiện chứ! Thế làm ở đâu (link) nào?  **탄하**: (스마트폰을 **휘**에게 전달하면서) 여기! **휘가** 먼저 해.  Thanh Hà: (Đưa điện thoại cho Huy) Đây, cậu làm trước đi.  **미키**: 나도 내 스마트폰으로 할게. (핸드폰을 보여주면서) 여기서 하면 되지? 벌써 걱정되네…  Miki: Tớ cũng làm bằng điện thoại của tớ luôn. (Cho 2 bạn kia xem màn hình điện thoại) Làm trong trang này đúng không? Chưa gì đã lo ghê…  **(모두 테스트를 시작하면서 스마트폰 화면을 보며)**  **(모든 사람들이 화면을 보고 집중한다)**  **(Mọi người bắt đầu làm bài kiểm tra, tập trung nhìn vào màn hình điện thoại)**  **탄하**: (**휘와** **미키** 폰을 보며) 오호~ 결과가 나왔네! 누가 중독자야?  Thanh Hà: (nhìn điện thoại của Huy và Miki) Ồ, có kết quả rồi nè! Ai là người nghiện điện thoại vậy?  **미키**: (울컥) 나는… ㅠㅠ 25점, 잠재적 위험군으로 나왔어. 어떡해…  Miki: (mếu máo) Tớ đạt 25 điểm, thuộc nhóm có nguy cơ tiềm ẩn. Phải làm sao đây  **휘**: 나도 잠재적 위험군… 22점 나왔어. 아니 근데 ‘잠재적 위험군’이 뭐야? 그냥 무서운 말 같은데…  **Huy**: Tớ cũng thuộc nhóm có nguy cơ này... 22 điểm. Mà “nhóm nguy cơ tiềm ẩn” là gì vậy? Nghe cứ sợ sợ ấy…  **탄하**: 잠재적 위험군은, ‘지금은 괜찮아 보이지만 언제든지 위험할 수 있다’는 뜻이야. 무서운 거 맞아!  Thanh Hà: Nhóm nguy cơ tiềm ẩn nghĩa là “bây giờ thì ổn nhưng có thể nguy hiểm bất kỳ lúc nào”. Đúng là nên sợ đó!  **미키**: 그럼 중독은 아니지???? 제발 아니라고 말해 줘…  **Miki**: Vậy là chưa nghiện đúng không??? Hãy nói là không phải đi mà…  **탄하**: 응, 중독까지는 아니야... 아직은. 근데... 위험하긴 해. 우리 같이 스마트폰 사용 시간을 조절해 보자.  **Thanh Hà**: Ừ, chưa nghiện đâu... Chưa thôi. Nhưng... nguy hiểm thì đúng rồi đó. Chúng mình phải điều chỉnh thời gian sử dụng điện thoại thông minh thôi.  **휘**: 맞아, 많이 줄여야 돼. 요즘 스마트폰을 많이 보니까 목도 아프고, 눈도 잘 안 보이고… 내 건강도 점점 나빠지고, 내 스마트폰도 많이 피곤할 것 같아.  Huy: Đúng rồi, phải giảm nhiều thôi. Dạo này dùng điện thoại nhiều, cổ cũng đau, mắt cũng mờ dần... Sức khoẻ mình cũng ngày càng tệ đi và chiếc smartphone của mình chắc cũng mệt mỏi lắm…  **미키:** 맞아! 우리 모두 중독까지 가지 말자. 건강을 위해서라도... 아! 유튜브에서 스마트폰 덜 쓰는 방법을 찾아볼까?  Miki: Phải! Nhất định đừng để tới mức nghiện. Vì sức khỏe của chính mình... À! Hay thử tìm cách giảm thời gian dùng điện thoại trên YouTube nhé?  **휘**: 넌 중독 확정이네... 유튜브 찾는 것부터가 벌써 중독이야.  **Huy:** Cậu chắc kèo nghiện rồi đó... Chưa gì đã mò trên YouTube là biểu hiện nghiện rồi đó.  **미키**: 난 어떡해….  Miki: Tớ phải làm sao đây… |
| 1. **TRANH LUẬN** |
| * **Hà:** 안녕하세요, 여러분! 스마트폰은 요즘에는 우리 생활에서 빠질 수 없는 필수품이죠. 하지만 스마트폰에 너무 의존하게 되면 문제가 생길 수 있어요. 오늘은 우리 모두 스마트폰 중독 정도를 테스트해 볼까요? * Hà: Xin chào các bạn! Ngày nay, điện thoại thông minh là một phần không thể thiếu trong cuộc sống của chúng ta. Tuy nhiên, việc quá phụ thuộc vào điện thoại cũng có thể gây ra nhiều vấn đề. Hôm nay chúng ta sẽ cùng kiểm tra mức độ nghiện điện thoại thông minh nhé? * **Hayun:** 네, 좋습니다! 이 테스트는 스마트폰 과의존 정도를 알아보는 설문조사예요. 각 질문을 듣고, 자신이 해당하는 정도를 선택하세요. ‘전혀 그렇지 않다’는 1점, ‘그렇지 않다’는 2점, ‘그렇다’는 3점, 그리고 ‘매우 그렇다’는 4점입니다. Let’s go!!! * Hayun: Vâng, rất hay ạ! Đây là một cuộc khảo sát để kiểm tra mức độ phụ thuộc vào điện thoại thông minh của bạn. Hãy lắng nghe các câu hỏi và chọn mức độ phù hợp với bản thân. “Hoàn toàn không như thế” là 1 điểm, “Không như thế” là 2 điểm, “Đúng như vậy” là 3 điểm, và “Rất đúng như vậy” là 4 điểm. * **(Huy trong vai MC): 여러분, 질문에 답하기 전에 결과 평가 방법에 대해 간단히 설명해 드릴게요! 먼저, 청소년이라면 총점이 31점 이상일 때 위험 수준이 높고, 23점에서 30점 사이라면 잠재적인 위험이 있으며, 22점 이하라면 정상적으로 스마트폰을 사용하는 것입니다. 성인의 경우 29점 이상은 위험 수준이 높고, 24점에서 28점 사이는 잠재적인 위험이 있으며, 23점 이하라면 정상 사용자입니다. 60세 이상의 경우, 28점 이상은 위험 수준이 높고, 24점에서 27점 사이는 잠재적인 위험이 있으며, 23점 이하라면 정상 사용자입니다. 모두 준비되셨나요?** * **Huy (MC): Các bạn ơi, trước khi bắt đầu trả lời các câu hỏi, mình sẽ nói qua về cách đánh giá kết quả nhé! Nếu bạn là thanh thiếu niên, tổng điểm từ 31 điểm trở lên cho thấy mức nguy cơ cao, từ 23 đến 30 điểm là mức nguy cơ tiềm ẩn, và dưới 22 điểm thì bạn là người sử dụng bình thường. Đối với người trưởng thành, mức nguy cơ cao là từ 29 điểm trở lên, từ 24 đến 28 điểm là mức nguy cơ tiềm ẩn, và dưới 23 điểm thì bạn là người sử dụng bình thường. Còn đối với người trên 60 tuổi, từ 28 điểm trở lên là mức nguy cơ cao, từ 24 đến 27 điểm là mức cơ hiểm tiềm ẩn, và dưới 23 điểm thì bạn là người sử dụng bình thường. Các bạn đã sẵn sàng chưa?** * **Hà, Hayun:** 네!!!! Rồi ạ. * **Huy (MC): 이제 시작하겠습니다. 첫 번째 질문입니다. "스마트폰 이용 시간을 줄이려 할 때마다 실패한다." Chúng ta cùng bắt đầu nhé! Câu hỏi đầu tiên: "Tôi luôn thất bại mỗi khi định giảm thời gian sử dụng điện thoại thông minh."** * Hà: 나는 ‘전혀 그렇지 않다.’ 1점이야. Tớ hoàn toàn không như vậy: 1 điểm. * Hayun: 나도 ‘전혀 그렇지 않다.’ 1점! Tớ cũng hoàn toàn không như thế. 1 điểm. * **Huy (MC): 두 번째 질문입니다. "스마트폰 이용 시간을 조절하는 것이 어렵다." Câu hỏi thứ hai: "Tôi rất khó điều chỉnh thời gian sử dụng điện thoại thông minh."** * Hà: 음.. 나는 가끔 그래. 3점. Ừm. Thi thoảng tớ cũng thế đấy. 3 điểm. * Hayun: 나는 그렇지 않은데? 2점! Tớ thì không như thế. 2 điểm. * **Huy (MC): 세 번째 질문입니다. "적절한 스마트폰 이용 시간을 지키는 것이 어렵다." Câu hỏi thứ ba: "Tôi khó giữ đúng thời gian sử dụng điện thoại thông minh một cách phù hợp."** * Hà: 나는 그렇다. 3점! 가끔 시간을 조절 못할 때가 있기는 해. Tớ thì đúng như thế. 3 điểm. Thỉnh thoảng có lúc tớ không điều chỉnh được. * Hayun: 나는 잘 지킬 수 있어! 2점. 그렇지 않다! Tớ thì có thể tuân thủ được! 2 điểm. “Không như thế”! * **Huy (MC): 네 번째 질문입니다. "스마트폰이 옆에 있으면 다른 일에 집중하기 어렵다." Câu hỏi thứ tư: "Tôi khó tập trung khi có điện thoại thông minh bên mình."** * Hà: 음. 아무래도 스마트폰이 옆에 있으면 계속 보게 되니까.. 그렇기는 하지. 3점! Ừm. Dù sao thì khi có điện thoại thông minh ở cạnh tớ cứ liên tục nhìn vào điện thoại. “Đúng như thế” 3 điểm. * Hayun: 음… 나도 그렇기는 해. 3점! Ừ, tớ cũng như thế thật. 3 điểm. * **Huy (MC): 다섯 번째 질문입니다. "스마트폰 생각이 머리에서 떠나지 않는다." Câu hỏi thứ năm: "Lúc nào trong đầu tôi cũng nghĩ đến điện thoại thông minh."** * Hà: 나는 그 정도는 아냐. ‘그렇지 않다’ 2점~. Tớ không như thế! 2 điểm. * Hayun: 나도 스마트폰 생각이 많이 나는 편은 아냐. 2점. Tớ thì cũng không hay nghĩ tới điện thoại đâu. 2 điểm. * **Huy (MC): 여섯 번째 질문입니다. "스마트폰을 이용하고 싶은 충동을 강하게 느낀다." Câu hỏi thứ sáu: "Tôi có cảm giác như có gì đó thôi thúc mạnh mẽ việc dùng điện thoại thông minh."** * Hà: 음… 가끔 게임을 할 때, 충동을 강하게 느낄 때가 있어서 아쉽게도 3점. Ừ, thỉnh thoảng tớ có cảm giác đó khi chơi điện tử. Thế nên rất tiếc câu này của tớ 3 điểm. * Hayun: 나는 게임에 전혀 관심이 없어서 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점. Vì tớ hoàn toàn không chơi game nên hoàn toàn không như thế. 1 điểm. * **Huy (MC): 일곱 번째 질문입니다. "스마트폰 이용 때문에 건강에 문제가 생긴 적이 있다." Câu hỏi thứ bảy: "Đã từng có vấn đề với sức khỏe của tôi do sử dụng điện thoại thông minh."** * Hà: 와… 건강 문제까지… 전혀 그렇지 않아! 1점. Ôi… Cả vấn đề sức khỏe cơ á? Tớ hoàn toàn không như thế. 1 điểm. * Hayun: 나도 1점. Tớ cũng 1 điểm. * **Huy (MC): 여덟 번째 질문입니다. "스마트폰 이용 때문에 가족과 심하게 다툰 적이 있다." Câu hỏi thứ tám: "Tôi đã từng tranh cãi rất gay gắt với mọi người trong gia đình vì việc sử dụng điện thoại thông minh."** * Hà: 음… 그런 적이 없는데. 1점! Hmm… mình chưa từng có tranh cãi nào như thế. 1 điểm. * Hayun: 나도 스마트폰 때문에 다툰 적은 없어서 1점. Tớ cũng chưa từng cãi nhau vì điện thoại thông minh. 1 điểm. * **Huy (MC): 아홉 번째 질문입니다. "스마트폰 이용 때문에 사회적 관계에서 심한 갈등을 경험한 적이 있다." Câu hỏi thứ chín: "Tôi đã từng có mâu thuẫn nghiêm trọng trong mối quan hệ ngoài xã hội do việc sử dụng điện thoại thông minh."** * Hà: 그런 적도 없네. 1점. Tớ cũng chưa từ bao giờ có mâu thuẫn như này. 1 điểm. * Hayun: 나도 그런 갈등을 겪은 적이 없어. 1점. Tớ chưa trải qua mâu thuẫn nào như thế. 1 điểm. * **Huy (MC): 마지막 질문입니다. "스마트폰 때문에 학업 수행에 어려움이 있다."Câu hỏi cuối cùng: "Tôi gặp khó khăn trong việc học do điện thoại thông minh."** * Hà: 나는 가끔 SNS 때문에 시간을 뺏길 때가 있긴 있어서 3점. Đúng là thỉnh thoảng tớ bị mất thời gian vì mạng xã hội. 3 điểm. * Hayun: 나는 SNS 를 많이 안 써서 2점. Tớ thì không dùng mạng xã hội mấy nên 2 điểm. * **Huy (MC): 질문이 끝났습니다! 점수를 계산해서 기준에 따라 스마트폰 중독인지 아닌지를 판단해 보세요. Khảo sát đã kết thúc. Xin vui lòng tính điểm và phán đoán xem mình có phải người nghiện điện thoại hay không.** * **Hà:** 와. 끝났네. 어디보자… 하윤이는 모두 몇 점이야? Ôi kết thúc rồi. Để xem nào… Hayun ơi tổng điểm bao nhiêu vậy? * **Hayun:** 나는 16점이야. Tớ 16 điểm. * **Hà:** 오, 스마트폰을 적절히 사용하고 있구나! Ồ, cậu sử dụng điện thoại thông minh hợp lý đấy. * **Hayun:** 탄하는? Thế Hà thì sao? * **Hà:** 나는 21점이야. 하윤이보다 점수가 높긴 해. Tớ 21 điểm. Cao hơn cậu một chút. * **Hayun:** 그래도 21점이면 정상 사용자에 해당하네. 괜찮아. Nhưng mà nếu 21 điểm thì vẫn thuộc nhóm người sử dụng bình thường. Không sao. * **Hà:** 완전 다행이야 ㅠㅠ Ôi may quá! * **Hayun:** 맞아 맞아. 앞으로도 조심해야겠다. Chuẩn chuẩn. Sau này phải cẩn thận hơn mới được. * **Hà:** 웅!여러분은요? 어떤 결과가 나왔나요? 스마트폰 사용에 중독되지 않도록 적절하게 사용하세요! Thế còn các bạn khán giả thì sao ạ? Các bạn đã có được kết quả của mình chưa? Hãy nhớ sử dụng điện thoại thông minh một cách hợp lý để không rơi vào tình trạng nghiện điện thoại thông minh nhé. |