

DANH SÁCH TẤT CẢ PHRASES & COLLOCATION KỲ THI CHUYÊN ANH 10, HSG TỈNH/THÀNH, OLYMPIC 30/4, HSG QUỐC GIA — BẢN 07

Release Date: 19th June, 2025 | Ngày phát hành: 19 tháng 06 năm 2025

Danh sách từ vựng, phrases (cụm từ), collocations (kết hợp từ) được tổng hợp từ các bài báo, tạp chí, ngữ liệu thực tế tổng hợp trong những ngày gần nhất. Xem nguồn ngữ liệu ở dưới cùng.

PHRASES/ COLLOCATION	GIẢI THÍCH NGHĨA, TỪ ĐỒNG NGHĨA, VÍ DỤ TRONG CÂU
1. Burnout	- Definition A state of emotional, mental, and physical exhaustion caused by prolonged stress or overwork. = Sự kiệt sức vì công việc - Synonyms exhaustion, chronic stress - Example A majority of employees reported a reduction in burnout after switching to a four-day schedule. → Phần lớn nhân viên cho biết họ ít bị kiệt sức hơn sau khi chuyển sang lịch làm việc bốn ngày.
2. Pilot (noun)	- Definition A trial or test run of a program or idea before full implementation. = Thử nghiệm ban đầu - Synonyms trial, test program - Example The six-month pilot helped companies evaluate the feasibility of a four-day workweek. → Cuộc thử nghiệm kéo dài sáu tháng giúp các công ty đánh giá tính khả thi của tuần làm việc bốn ngày.
3. Mental health	- Definition A person's psychological and emotional well-being.

	= Sức khỏe tinh thần - Synonyms emotional well-being, psychological state - Example Forty-one percent of workers reported improved mental health after the trial. → 41% người lao động cho biết sức khỏe tinh thần của họ được cải thiện sau cuộc thử nghiệm.
4. Customer satisfaction	- Definition How happy customers are with a company's services or products. = Mức độ hài lòng của khách hàng - Synonyms client contentment, service approval - Example The company monitored performance and customer satisfaction closely during the pilot. → Công ty theo dõi sát sao hiệu quả công việc và mức độ hài lòng của khách hàng trong suốt thời gian thử nghiệm.
5. Employee wellbeing	- Definition The overall mental, physical, and emotional health of employees. = Phúc lợi và sức khỏe tổng thể của nhân viên - Synonyms staff wellness, workforce health - Example The four-day week initiative aimed to boost employee wellbeing. → Sáng kiến tuần làm việc bốn ngày nhằm cải thiện phúc lợi của nhân viên.
6. Upheaval	- Definition A sudden and major change that causes disruption or disorder. = Sự biến động lớn, sự xáo trộn - Synonyms disruption, turmoil, unrest

	- Example The Covid-19 pandemic caused significant upheaval in global work routines. → Đại dịch Covid-19 đã gây ra sự biến động lớn trong thói quen làm việc toàn cầu.
7. Murky (economic outlook)	- Definition Unclear, uncertain, or difficult to understand. = Mờ mịt, không chắc chắn - Synonyms uncertain, obscure, ambiguous - Example A murky economic outlook has contributed to widespread financial anxiety. → Triển vọng kinh tế mờ mịt đã góp phần làm gia tăng lo lắng tài chính.
8. Stigma (around mental health)	- Definition A mark of disgrace or social disapproval attached to a particular condition or behavior. = Sự kỳ thị - Synonyms shame, taboo, social bias - Example There's still a lot of stigma around mental health in many corporate environments. → Vẫn còn nhiều sự kỳ thị đối với sức khỏe tinh thần trong nhiều môi trường doanh nghiệp.
9. Behavioral architect	- Definition A leader who intentionally designs systems and environments to influence behavior. = Người thiết kế hành vi tổ chức - Synonyms organizational designer, systems shaper - Example

	Leaders are encouraged to act as behavioral architects to embed well-being into the organization. → Các nhà lãnh đạo được khuyến khích trở thành người thiết kế hành vi tổ chức để tích hợp sức khỏe tinh thần vào toàn bộ tổ chức.
10. Lived experience	- Definition Personal knowledge or understanding gained through direct, first-hand involvement. = Trải nghiệm cá nhân - Synonyms first-hand perspective, personal insight - Example Employees with shared lived experiences can offer peer support in mental health programs. → Nhân viên có trải nghiệm cá nhân tương tự có thể hỗ trợ lẫn nhau trong các chương trình sức khỏe tinh thần.
11. Peer support	- Definition Assistance and empathy provided by colleagues who have shared experiences or challenges. = Sự hỗ trợ từ đồng nghiệp - Synonyms mutual aid, co-worker backing - Example Peer support groups can improve participation in mental health programs. → Các nhóm hỗ trợ từ đồng nghiệp có thể cải thiện sự tham gia vào các chương trình sức khỏe tinh thần.
12. Vulnerability (in leadership)	- Definition The willingness to be open about one's emotions, weaknesses, or uncertainties. = Sự dễ tổn thương, thành thật thể hiện cảm xúc - Synonyms openness, authenticity, emotional honesty - Example

	A leader who shows vulnerability can help reduce stigma around mental health. → Một nhà lãnh đạo thể hiện sự dễ tổn thương có thể giúp giảm kỳ thị về sức khỏe tinh thần.
13. Uptake (of a program)	- Definition The degree to which people use or accept a service or initiative. = Mức độ tiếp nhận - Synonyms adoption, usage, participation - Example Sharing personal stories increased the uptake of peer-support services. → Việc chia sẻ câu chuyện cá nhân đã tăng mức độ tiếp nhận dịch vụ hỗ trợ đồng nghiệp.
14. Compartmentalize	- Definition To separate thoughts or emotions into distinct categories to manage stress. = Phân tách cảm xúc hoặc suy nghĩ để kiểm soát căng thẳng - Synonyms isolate, section off, detach - Example Leaders can compartmentalize anxiety to stay focused during work crises. → Các nhà lãnh đạo có thể phân tách lo âu để giữ sự tập trung trong các tình huống khủng hoảng công việc.
15. Gut-check (your decision-making)	- Definition To reflect on or validate one's instinctive judgment or choices. = Kiểm tra lại quyết định theo bản năng hoặc cảm giác - Synonyms reassess, reflect, sanity-check - Example Having a support network helps leaders gut-check their decisions during stressful times. → Có một mạng lưới hỗ trợ giúp các nhà lãnh đạo kiểm tra lại quyết định

	của mình trong những thời điểm căng thẳng.
1. Renewable energy sources	- Definition Energy that is collected from natural resources that are constantly replenished = Nguồn năng lượng tái tạo từ tự nhiên như mặt trời, gió - Synonyms clean energy, green energy - Example China is leading the world in expanding renewable energy sources. → Trung Quốc đang dẫn đầu thế giới trong việc mở rộng các nguồn năng lượng tái tạo.
2. Utility-scale solar and wind projects	- Definition Large-scale installations that generate solar or wind energy to supply electricity for the public grid = Các dự án năng lượng mặt trời hoặc gió quy mô lớn phục vụ lưới điện quốc gia - Synonyms grid-scale renewables, commercial solar/wind farms - Example China is building 510 gigawatts of utility-scale solar and wind projects. → Trung Quốc đang xây dựng 510 gigawatt các dự án năng lượng mặt trời và gió quy mô lớn.
3. Bolster energy security	- Definition To strengthen a country's ability to ensure a stable and reliable energy supply = Củng cố an ninh năng lượng quốc gia - Synonyms enhance energy independence, ensure energy reliability - Example China is investing in renewables to bolster energy security. → Trung Quốc đầu tư vào năng lượng tái tạo để củng cố an ninh năng lượng.

4. Decarbonise industrial hubs	- Definition To reduce or eliminate carbon emissions from major economic zones or factories = Giảm phát thải carbon ở các trung tâm công nghiệp - Synonyms cut emissions in manufacturing zones, green industrial areas - Example Offshore wind energy helps decarbonise China's coastal industrial hubs. → Năng lượng gió ngoài khơi giúp giảm phát thải ở các trung tâm công nghiệp ven biển Trung Quốc.
5. Electrostate	- Definition A country where most of its energy use is powered by electricity, especially clean electricity = Một quốc gia vận hành phần lớn bằng điện, đặc biệt là điện sạch - Synonyms electrified nation, electricity-driven economy - Example China may become the world's first electrostate as electric trains and cars spread. → Trung Quốc có thể trở thành "nhà nước điện" đầu tiên nhờ sự phổ biến của ô tô và tàu điện.
6. rapid pace of expansion	- Definition The speed at which something (e.g. development or growth) increases significantly = Tốc độ mở rộng nhanh chóng - Synonyms swift growth, accelerated development - Example China continues to add solar and wind power at a record pace. → Trung Quốc tiếp tục bổ sung năng lượng mặt trời và gió với tốc độ kỷ lục.
7. global renewable energy build-out	- Definition The large-scale development and deployment of renewable energy

	infrastructure worldwide = Việc xây dựng và triển khai năng lượng tái tạo trên toàn cầu - Synonyms expansion of green infrastructure, rollout of clean power - Example China is leading the world in global renewable energy build-out. → Trung Quốc đang dẫn đầu thế giới về xây dựng năng lượng tái tạo.
8. play a dominant role	- Definition To have the most control or influence over a situation or field = Đóng vai trò chi phối / thống trị - Synonyms take the lead, hold a commanding position - Example China plays a dominant role in global manufacturing. → Trung Quốc đóng vai trò thống trị trong lĩnh vực sản xuất toàn cầu
9. make a push on renewables	- Definition To put significant effort into developing or promoting renewable energy = Thúc đẩy phát triển năng lượng tái tạo - Synonyms drive forward clean energy, accelerate green transition - Example China has been making a push on renewables to reduce fossil fuel reliance. → Trung Quốc đang thúc đẩy năng lượng tái tạo để giảm phụ thuộc vào nhiên liệu hóa thạch.
10. ambitious decarbonisation targets	- Definition Bold and challenging goals aimed at reducing carbon emissions = Các mục tiêu giảm phát thải đầy tham vọng - Synonyms lofty climate goals, aggressive emission-reduction targets - Example

	Coastal provinces in China are pursuing ambitious decarbonisation targets. → Các tỉnh ven biển Trung Quốc đang theo đuổi các mục tiêu khử carbon đầy tham vọng.
11. gain traction	- Definition To become more accepted or successful = Được chú ý và chấp nhận rộng rãi - Synonyms gain popularity, build momentum - Example Offshore wind is gaining traction in coastal megacities. → Năng lượng gió ngoài khơi ngày càng được ưa chuộng tại các siêu đô thị ven biển.
1. digital manipulation	- Definition The use of digital tools or algorithms to shape or control perceptions and narratives. = Sự thao túng kỹ thuật số - Synonyms digital spin, algorithmic influence - Example The book analyses how digital manipulation reshapes our perception of reality. → Cuốn sách phân tích cách thức thao túng kỹ thuật số định hình nhận thức của chúng ta về thực tại.
2. philosophical experiment	- Definition A deliberate and creative approach used to explore philosophical ideas through novel methods. = Thử nghiệm triết học - Synonyms thought experiment, conceptual exploration - Example Colamedici describes the book as a philosophical experiment and performance.

	→ Colamedici mô tả cuốn sách như một thử nghiệm và màn trình diễn triết học.
3. hybrid human-algorithmic creation	- Definition A work generated through a collaborative process between human intellect and AI algorithms. = Sự sáng tạo lai giữa con người và thuật toán - Synonyms AI-human hybrid authorship, algorithmic co-creation - Example Jianwei Xun was revealed to be a hybrid human-algorithmic creation. → Jianwei Xun được tiết lộ là một sáng tạo lai giữa con người và AI.
4. bridge to the unknown	- Definition Something that connects familiar understanding to unexplored, unfamiliar realms. = Cây cầu dẫn đến điều chưa biết - Synonyms gateway to the unfamiliar, link to the unexplored - Example AI can serve as a bridge to the unknown if used thoughtfully. → Nếu được sử dụng một cách có tư duy, AI có thể trở thành một cây cầu dẫn đến điều chưa biết.
5. parallel versions of the world	- Definition Different interpretations or constructions of reality coexisting simultaneously. = Các phiên bản song song của thế giới - Synonyms alternative realities, multiple narratives - Example Trump and Musk “multiply realities” by presenting parallel versions of the world. → Trump và Musk “nhân rộng thực tại” bằng cách đưa ra nhiều phiên bản song song của thế giới.

6. echo chambers	- Definition Environments where people are exposed only to information or opinions that reinforce their own views. = Buồng vọng; môi trường thông tin khép kín - Synonyms filter bubbles, information silos - Example Social networks trap users in echo chambers that limit diverse perspectives. → Các mạng xã hội giam cầm người dùng trong những buồng vọng, hạn chế góc nhìn đa chiều.
7. state of consciousness	- Definition The condition or level of awareness an individual has at a given moment. = Trạng thái ý thức - Synonyms mental state, level of awareness - Example Colamedici argues that power today acts not on the body or mind, but on our state of consciousness. → Colamedici cho rằng quyền lực ngày nay không tác động lên thân thể hay tâm trí, mà lên trạng thái ý thức của chúng ta.
8. bespoke reality	- Definition A version of reality tailored to an individual's preferences or biases, often by algorithms. = Thực tại được "đo ni đóng giày" - Synonyms customized reality, personalized worldview - Example Social media feeds curate a bespoke reality for each user. → Các dòng tin trên mạng xã hội tạo nên một thực tại được "cá nhân hóa" cho mỗi người dùng.
9. pile lies on the	- Definition

table	A metaphor indicating the deliberate flooding of information space with falsehoods to obscure truth. = Chất đồng lời dối trá để che khuất sự thật - Synonyms bury the truth, overload with misinformation - Example It's no longer about hiding truth, but about piling lies on the table to drown it out. → Vấn đề không còn là che giấu sự thật, mà là chất đồng lời dối trá để làm chìm nó.
10. creative codependency	- Definition A mutually influential relationship between human and AI in the act of creation. = Mối quan hệ sáng tạo phụ thuộc lẫn nhau - Synonyms reciprocal innovation, collaborative invention - Example The book arose from a creative codependency between author and AI. → Cuốn sách hình thành từ sự phụ thuộc sáng tạo giữa tác giả và trí tuệ nhân tạo.
11. platforming people	- Definition Reducing human interactions to transactional or interface-based behaviors, like interacting with apps. = Biến con người thành nền tảng hay giao diện kỹ thuật số - Synonyms depersonalizing interaction, reducing humans to tools - Example Ordering Ubers via apps can lead to platforming people, treating them like interfaces. → Gọi Uber qua ứng dụng có thể khiến ta biến người khác thành “nền tảng”, đối xử với họ như giao diện kỹ thuật.
12. collective	- Definition

consciousness	Shared beliefs, ideas, or moral attitudes functioning as a unifying force in society. = Ý thức tập thể - Synonyms group mind, shared awareness - Example AI can be seen as a kind of digital collective consciousness. → Trí tuệ nhân tạo có thể được xem như một dạng ý thức tập thể kỹ thuật số.
13. spur for philosophy	- Definition A force that provokes or motivates deeper philosophical inquiry. = Động lực thúc đẩy triết học - Synonyms philosophical catalyst, intellectual provocation - Example Colamedici sees AI not as a threat but a spur for philosophy. → Colamedici không xem AI là mối đe dọa, mà là một động lực thúc đẩy triết học.
1. class warfare	- Definition A struggle between different classes in society, often used to describe socialist or Marxist ideologies. = Xung đột giai cấp trong xã hội - Synonyms socioeconomic conflict, ideological struggle - Example Backing Mamdani's agenda clashes with voters who value prosperity over class warfare. → Ủng hộ chương trình nghị sự của Mamdani mâu thuẫn với cử tri đề cao sự thịnh vượng hơn là xung đột giai cấp.
2. economic decay	- Definition A process of declining economic strength and productivity over time. = Sự suy thoái kinh tế

	- Synonyms economic collapse, financial deterioration - Example Economic decay occurs everywhere. → Suy thoái kinh tế diễn ra ở khắp nơi.
3. government-run retail	- Definition Retail stores or enterprises operated and owned by the state. = Bán lẻ do nhà nước điều hành - Synonyms state-owned retail, public retail enterprises - Example Mamdani promises government-run groceries to “bring down prices”. → Mamdani đề xuất mô hình cửa hàng do nhà nước quản lý để giảm giá thành.
4. restrictive zoning	- Definition Urban planning laws that limit the types of buildings and activities in specific areas. = Quy định phân vùng hạn chế - Synonyms land-use restrictions, development limits - Example Restrictive zoning locks 75% of residential land into one- and two-family lots. → Phân vùng hạn chế khiến 75% đất ở chỉ được xây nhà một hoặc hai hộ.
5. rent freeze	- Definition A policy that prevents landlords from increasing rent. = Chính sách đóng băng giá thuê nhà - Synonyms price control, rent cap - Example He proposes a rent freeze, forcing down the price of housing.

	→ Ông ấy đề xuất đóng băng giá thuê nhà, buộc thị trường hạ giá.
6. taxpayer burden	- Definition The financial strain placed on citizens to fund public services or welfare. = Gánh nặng thuế đối với người dân - Synonyms fiscal pressure, public spending strain - Example Even as taxpayers picked up the heavy bill, the effect was minimal. → Dù người đóng thuế gánh chi phí nặng nề, hiệu quả vẫn không đáng kể.
7. non-cognitive shock	- Definition A negative impact on social or emotional development, not related to IQ. = Tác động tiêu cực đến kỹ năng mềm - Synonyms behavioral setback, emotional disturbance - Example Low-cost childcare delivered a sizeable negative shock to non-cognitive skills. → Dịch vụ giữ trẻ giá rẻ gây ra tác động tiêu cực đến kỹ năng mềm của trẻ
10. repair backlog	- Definition A large accumulation of needed repairs that have not been addressed. = Khối lượng sửa chữa tồn đọng - Synonyms maintenance delay, renovation backlog - Example NYCHA's \$80 billion repair backlog shows what happens when government runs housing. → Tồn đọng sửa chữa trị giá 80 tỷ đô của NYCHA cho thấy hậu quả khi chính phủ điều hành nhà ở.
11. prevailing-wage	- Definition

rule	A regulation requiring workers on public projects to be paid the average wage for their trade. = Quy định mức lương phổ biến cho dự án công - Synonyms standard wage law, union wage mandate - Example Prevailing-wage rules push subway construction costs to \$2–3 billion per mile. → Các quy định lương phổ biến khiến chi phí xây tàu điện ngầm đội lên 2–3 tỷ đô mỗi dặm.
12. minimum wage hike	- Definition An increase in the legally mandated lowest hourly pay rate. = Việc tăng lương tối thiểu - Synonyms wage increase, base pay raise - Example Mamdani proposes a massive minimum wage hike by 2030. → Mamdani đề xuất tăng mạnh lương tối thiểu vào năm 2030.

Bản 07 | Release Date: 19th June, 2025 | Ngày phát hành: 19 tháng 06 năm 2025

Nguồn sử dụng

- [1] [All companies trialling four-day working week opt to keep it & HBR's Best Practices for Supporting Employee Mental Health](#)
- [2] [China is building 74% of all current solar and wind projects, report says](#)
- [3] [A Philosopher Released an Acclaimed Book About Digital Manipulation. The Author Ended Up Being AI | WIRED](#)
- [4] [Unlike Zohran Mamdani the majority of Dems want prosperity over class warfare](#)