Vietnamese

### Bước 1: Nói chuyện về sự đồng ý với những người lớn khác

# Hãy cùng thống nhất về sự đồng ý


## Có sẵn sự hỗ trợ

Nói chuyện về sự đồng ý, hoặc thậm chí đọc qua hướng dẫn này có thể khiến một số người cảm thấy xúc động.

### Các dịch vụ tư vấn và hỗ trợ

**1800RESPECT (1800 737 732)**[1800respect.org.au](https://www.1800respect.org.au/)

**Danh bạ các Dịch vụ Hỗ trợ về Bạo hành Tình dục của Úc**[nasasv.org.au](https://www.nasasv.org.au/)

**Đường dây hỗ trợ Nam giới MensLine (1300 78 99 78)**[mensline.org.au](https://www.mensline.org.au/)

**13YARN – 13 92 76**[13yarn.org.au](https://www.13yarn.org.au/)

**Lifeline (13 11 14)**[lifeline.org.au](http://lifeline.org.au/)

**Nếu quý vị đang gặp nguy hiểm tức thì, vui lòng liên lạc 000**

### Cách ứng phó khi ai đó tiết lộ trải nghiệm của họ về bạo hành tình dục hoặc tấn công tình dục

Phản ứng thương cảm trước việc tiết lộ bạo hành tình dục giúp những người sống sót cảm thấy họ được lắng nghe và đóng vai trò vô cùng quan trọng đối với việc họ quyết định tìm sự giúp đỡ thêm.

Những điều quan trọng nhất mà quý vị có thể làm là:

* Chăm chú lắng nghe, không ngắt lời hoặc phán xét
* Chứng tỏ là quý vị tin điều họ kể cho quý vị nghe
* Cho họ biết là họ có sự hỗ trợ của quý vị

Thời điểm họ tiết lộ sẽ ảnh hưởng tới cách phản hồi tốt nhất. Nếu họ có nguy cơ bị bạo hành hoặc tấn công tình dục nữa, họ có thể cần được bảo vệ ngay lập tức.

Ngoài ra còn có một loạt các dịch vụ hỗ trợ cấp quốc gia, tiểu bang và vùng lãnh thổ.



## Sự đồng ý tình dục là gì?

Sự đồng ý tình dục là sự thỏa thuận tự do, tự nguyện và có hiểu biết giữa những người tham gia vào hành động tình dục. Sự thỏa thuận này chỉ hiện diện khi những người này thật sự cảm thấy muốn tham gia vào hoạt động tình dục và tích cực chắc chắn là người bạn tình của họ cũng muốn thế.

Điều này nghĩa là sự đồng ý hoạt động tình dục chỉ hiện hữu nếu mọi người trong cuộc đều:

* đồng ý với nhau sẽ tham gia
* thật sự muốn tham gia – họ không cảm thấy là họ phải tham gia
* kiểm tra với nhau để chắc chắn là mọi người đều muốn tham gia
* thể hiện hoặc nói là họ muốn tham gia một cách rõ ràng và cởi mở.

Sự đồng ý tình dục liên quan tới các hoạt động tình dục, như là:

* giao hợp
* đụng chạm ai đó theo cách gợi dục
* chia sẻ hình ảnh tình dục
* hoạt động tình dục trực tuyến và gửi tin nhắn tình dục.

Sự đồng ý tình dục không phải là:

* một vấn đề để giải quyết
* một giao dịch hoặc một hợp đồng –cuộc trao đổi trong đó có người ‘cho’ hoặc ‘nhận’ sự đồng ý.

Hiểu biết và truyền đạt sự đồng ý là một phần trong tập hợp các kỹ năng mà mọi người có thể học hỏi để có các mối quan hệ tình dục an toàn và lành mạnh. Phải có sự đồng ý để hoạt động tình dục không bị bạo lực, ép buộc và kiểm soát.

### Tại sao sự đồng ý lại quan trọng

Sự đồng ý là thiết yếu để có cuộc gặp gỡ an toàn và lành mạnh. Nó xây dựng sự tôn trọng, giao tiếp và lòng tin, cho phép những người bạn tình cảm thấy tự do bày tỏ ham muốn và ranh giới. Nó cũng tạo nên sự gắn kết mạnh mẽ hơn với nhau.



## Vì sao chúng ta phải quan tâm về sự đồng ý tình dục?

Những nghiên cứu gần đây cho thấy là giới trẻ đồng ý rằng người lớn trong cuộc sống của họ nên nói chuyện với họ về sự đồng ý tình dục.



Nói chuyện về sự đồng ý không nhất thiết phải là điều gì chỉ xảy ra khi có điều bất ổn xảy ra.

Đạt được, từ chối và truyền đạt sự đồng ý là một tập hợp các kỹ năng mà bất cứ ai cũng có thể học tập. Các cuộc trò chuyện này trở thành một phần quan trọng của quá trình phát triển của mỗi người trẻ.

### Chúng ta nghĩ như thế nào về sự đồng ý?

Mọi người có quan điểm khác nhau về sự đồng ý. Nó trông như thế nào, bao gồm những gì, dễ hoặc khó bàn luận.

Một nghiên cứu về thái độ của những người từ 16 tới 24 tuổi cho thấy 33% đồng ý rằng ‘các cáo buộc tấn công tình dục thường là một cách để trả thù đàn ông’. Điều này cho thấy giới trẻ có thể gặp khó khăn để nhận ra sự đồng ý và bạo lực tình dục.[[1]](#footnote-1)

Tuy nhiên, việc cung cấp thông tin tích cực có thể giúp giới trẻ phát triển mối quan hệ tôn trọng lẫn nhau và ngăn ngừa tổn hại. Nhưng trước khi chúng ta nói chuyện với người trẻ, chúng ta cần phải tập trung vào việc nói chuyện giữa những người lớn.



### Vì sao chúng ta nên nói chuyện với người lớn trước?

Trước khi nói chuyện với giới trẻ, chúng ta cần phải thống nhất quan điểm về sự đồng ý để cung cấp cho họ một thông điệp thống nhất.

Thông thường, sự đồng ý tình dục vẫn chưa được người lớn thảo luận, dẫn tới sự thiếu thoải mái và né tránh.

Cách tốt nhất để giải quyết vấn đề này là tự giáo dục bản thân bằng cách sử dụng các tài nguyên tại [consent.gov.au](https://www.consent.gov.au/) và tham gia vào các cuộc thảo luận với những người lớn khác. Quan điểm cá nhân của quý vị về sự đồng ý có thể không hợp với nhau và điều đó không sao cả.

Thông qua đối thoại, sự hiểu biết chúng có thể xuất hiện.

## Năm điều cần nhớ khi nói đến đồng ý

Có 5 ý tưởng chính giúp xác định sự đồng ý tình dục:

### 1. Sự đồng ý là tự do và tự nguyện

Sự đồng ý luôn luôn là sự lựa chọn tự do. Không có sự đồng ý nếu có bất cứ người nào trong cuộc:

* có các trải nghiệm bạo lực
* bị cưỡng ép hoặc ép buộc làm điều gì đó
* cảm thấy bị hăm dọa hoặc đe dọa
* cảm thấy bị sỉ nhục
* có thứ gì đó bị lấy đi
* bị theo dõi hoặc giám sát từng bước
* bị kiểm soát.

Sự đồng ý không đi kèm với điều kiện. Sự đồng ý phải được cho một cách tự do và thành thật và không do dự.



### 2. Rõ ràng và hiểu biết

Mọi người cảm thấy thực sự chắc chắn hoặc nhiệt tình và biết điều họ đồng ý với điều gì. Đồng ý là khi mọi người:

* muốn tham gia vào hoạt động tình dục
* hiểu rõ hoạt động tình dục đó là gì.

Đồng ý với một hoạt động tình dục, như là hôn hoặc đụng chạm, không có nghĩa là đồng ý với các hoạt động tình dục khác. Mọi người cũng phải đồng ý về cách hoạt động sẽ diễn ra, kể cả việc sử dụng bao cao su và biện pháp tránh thai.

### 3. Chủ động và truyền đạt thông tin

Sự đồng ý là tất cả những gì về truyền đạt thông tin. Những người bạn tình cần phải chủ động nói hoặc làm điều gì để kiểm tra xem bạn tình của mình có muốn tham gia vào hoạt động tình dục hay không.

Mọi người có thể truyền đạt sự đồng ý bằng cách:

* nói – ví dụ như “Tôi ôm bạn được không?”, “Bạn có muốn thử…?”, “Thế này có làm cảm thấy thích không?”
* thể hiện không bằng lời – ví dụ như cử chỉ cơ thể nhiệt tình, tích cực tham gia, kéo lại gần hơn
* viết ra – ví dụ như khi đang hoạt động tình dục trực tuyến.

Mọi người phải kiểm tra xem là bạn tình của mình có muốn tham gia vào hoạt động tình dục hay không. Không nói ‘không’ không có nghĩa là ai đó đồng ý; họ phải báo là họ đồng ý. Nếu có bất cứ dấu hiệu do dự hoặc không chắc chắc nào, như cứng đơ người, điều đó có nghĩa là người đó không đồng ý.

Việc kiểm tra có thể giống như là:

“Bạn có muốn chậm lại không?”

“Bạn có muốn dừng một chút không?”

“Bạn có muốn ngừng lại không?”

“Để tôi lấy cho chúng ta nước uống nhé?”

Sự hứng khởi thể chất cũng không có nghĩa là có sự đồng ý. Không có các mức độ khác nhau cho sự đồng ý. Hoặc là có sự đồng ý hoặc là không có sự đồng ý.

### 4. Liên tục và cùng nhau

Sự đồng ý là một quá trình liên tục và được chia sẻ. Trách nhiệm của tất cả những người tham gia là chắc chắn là có sự đồng ý ở mọi lúc. Quý vị không chỉ thông báo sự đồng ý một lần trước khi bắt đầu hoạt động tình dục, và bất cứ ai cũng có thể rút lại sự đồng ý vào bất cứ thời điểm nào trong quá trình hoạt động tình dục.

Nếu một người đồng ý mà người kia không đồng ý, thì không có sự đồng ý. Tất cả mọi người phải muốn tham gia vào hoạt động tình dục.



### 5. Có thể và có khả năng

Mọi người tham gia vào hoạt động tình dục cần phải có khả năng đồng ý hoặc thông báo là họ không đồng ý. Mọi người **không thể đồng ý** nếu họ:

* dưới độ tuổi đồng ý (16 hoặc 17 tuổi) – điều này khác nhau ở các vùng khác nhau ở Úc và có những trường hợp ngoại lệ đối với những người có quan hệ tình dục đồng thuận khi ở độ tuổi gần với độ tuổi quy định
* say rượu, phê hoặc bị ảnh hưởng nặng bởi ma túy hoặc rượu
* bất tỉnh – không thức hoặc tỉnh táo.

Những người bạn tình cần phải chủ động nói hoặc làm điều gì đó để kiểm tra xem bạn tình của họ có đủ khả năng hoặc muốn tham gia vào hoạt động tình dục hay không.

Truy cập [consent.gov.au](https://www.consent.gov.au/) để tìm hiểu thêm.

## Bắt đầu cuộc trò chuyện với người khác

Để giúp cho cuộc thảo luận với người lớn khác, quý vị có thể cân nhắc sử dụng những lời khởi đầu cuộc trò chuyện như thế này.



### Lời khởi đầu cuộc trò chuyện về giáo dục con cái

* Quý vị nói chuyện với con mình như thế nào về các chủ đề khó nói?
* Tuổi nào quý vị cho là phù hợp và vì sao?
* Làm thế nào chúng ta có thể dạy con cái xử lý việc bị từ chối hoặc việc rút lại sự đồng ý?

### Lời khởi đầu cuộc trò chuyện về quan hệ tình cảm

* Vì sao sự đồng ý lại quan trọng đối với hoạt động tình dục an toàn và quan hệ tình cảm lành mạnh?
* Việc hỏi sự đồng ý tình dục trong một mối quan hệ tình cảm mới có quan trọng hơn so với mối quan hệ tình cảm đã cam kết và lâu dài không?
* Quý vị có cần phải có mối quan hệ tình cảm với ai đó để cần có được sự đồng ý không?

### Lời khởi đầu cuộc trò chuyện về sự đồng ý

* Quý vị truyền đạt sự đồng ý bằng cách nào, và có bao giờ điều đó được ngụ ý không?
* Cách quý vị tiếp cận sự đồng ý có bị ảnh hưởng bởi văn hóa hoặc niềm tin tôn giáo của quý vị không?
* Liệu việc nói chuyện về sự đồng ý có làm cho mối quan hệ tình cảm trở nên khó xử không? Nếu vậy, làm thế nào để chúng ta có thể vượt qua điều này?

## Hỏi đáp về sự đồng ý

### Quý vị có cần phải cho sự đồng ý đối với ảnh và video không?

Quý vị phải luôn luôn hỏi để được sự đồng ý trước khi chia sẻ hình ảnh hoặc video của ai đó.

Quý vị có thể xin sự đồng ý đối với tài liệu số bằng cách hỏi:

“Tôi có thể chụp ảnh/quay video quý vị được không?”

“Tôi có thể chia sẻ video/ảnh quý vị với [điền tên/nhóm chat]?”

“Liệu tôi có thể đăng video/ảnh quý vị lên [điền tên nền tảng truyền thông xã hội]?”

Không bao giờ được phép chia sẻ các nội dung riêng tư, tình dục, xấu hổ hoặc không phù hợp của ai đó với người khác mà không có sự đồng ý. Việc tạo các nội dung như vậy không có nghĩa là tự động được phép chia sẻ.

Ép buộc người khác chia sẻ nội dung riêng tư là không thể chấp nhận được và việc nhận được các nội dung đó không có nghĩa là cần phải có sự hồi đáp. Nếu không chắc chắn hoặc không thoải mái về việc chia sẻ, hãy tạm dừng, suy nghĩ và tìm sự hướng dẫn.

Để có thêm tài nguyên về sự đồng ý hình ảnh dành cho cha mẹ truy cập [eSafety](https://www.esafety.gov.au/parents).

### Có những tình huống nào khi sự chú ý không mong muốn là chấp nhận được không?

Sự chú ý thể chất không mong muốn không bao giờ là ổn, bất kể tình huống nào. Mọi người xứng đáng được cảm thấy an toàn và thoải mái, và không ai được bao giờ tự cho là có sự đồng ý.

### Việc hỏi để được đồng ý có làm mất hứng không?

Nhất định là không. Sự đồng ý không phải là điều cảm thấy quá chính thức hoặc khó xử. Nó có thể đơn giản như đặt những câu hỏi như “Bạn thích gì?” hoặc “Bạn có muốn tiếp tục không?”

Điều làm ‘mất hứng’ là cứ tiếp tục mà không chắc chắn là người kia có thực sự thoải mái hoặc sẵn lòng hay không.



### Làm thế nào để quý vị rút lại sự đồng ý nếu quý vị cảm thấy không thoải mái?

Quý vị có thể đổi ý vào bất cứ thời điểm nào trong cuộc tình dục, và mọi người đều phải dừng lại. Mọi người đều có quyền quyết định điều gì sẽ xảy ra với cơ thể của mình.

Ví dụ về lời nói có thể giống như:

“Tôi đã đổi ý”

“Tôi cảm thấy không thoải mái”

“Tôi không muốn làm điều này nữa”

Lời nói gián tiếp cũng có thể là cách rút lại sự đồng ý. Ví dụ như:

“Tôi mệt lắm”

“Tôi không chắc chắn về việc này”

“Tôi không chắc là tôi còn hứng nữa”

Không phải ai cũng thấy dễ truyền đạt ranh giới của mình. Truyền đạt phi ngôn ngữ cũng có giá trị như lời nói. Một số tín hiệu phi ngôn ngữ cần lưu ý là:

* Không còn tham gia một cách tích cực
* Im lặng hoặc trở nên im lặng
* Tránh tiếp xúc mắt và nhìn chỗ khác
* Giữ khoảng cách thể chất
* Thể hiện các dấu hiện căng thẳng hoặc không thoải mái.

Truyền đạt rõ ràng và cởi mở là mấu chốt. Mọi người có quyền đặt ra ranh giới để làm cho họ cảm thấy an toàn và được tôn trọng.

### Liệu có ổn không khi khen ai đó về ngoại hình của họ?

Có sự khác biệt giữa việc cho ai lời khen và sự quấy nhiễu gợi dục không mong muốn hoặc mang tính tấn công tình dục. Nếu mọi người đều cảm thấy thích làm và điều này được cho biết rõ ràng qua ngôn ngữ cử chỉ, hoặc bằng lời nói của họ thì sao? Nếu quý vị không chắc, thì đó là lúc nên hỏi.

### Việc hỏi về sự đồng ý tình dục trong một mối quan hệ tình cảm mới có quan trọng hơn so với mối quan hệ lâu dài không?

Việc hỏi về sự đồng ý là thiết yếu trong bất cứ mối quan hệ như thế nào hoặc bất cứ hoạt động tình dục nào ngoài mối quan hệ.

## Các bước kế tiếp

Sự đồng ý không thể chờ, bởi vì sự hiểu biết về sự đồng ý của cả một thế hệ về sự đồng ý phụ thuộc vào việc chúng ta học hỏi, hiểu, và nói chuyện về điều đó hôm nay.

### Vui lòng tham khảo các tài nguyên và công cụ bổ sung để thúc đẩy thêm cuộc trò chuyện:

[[Các trang mạng về sự đồng ý](https://www.consent.gov.au/)](https://www.consent.gov.au/)

[[Hướng dẫn trò chuyện với giới trẻ – bao gồm phần Hỏi Đáp về sự đồng ý](https://www.consent.gov.au/conversation-guides)](https://www.consent.gov.au/conversation-guides)

[[Khởi đầu trò chuyện](https://www.consent.gov.au/)](https://www.consent.gov.au/)

[[Bộ tài liệu về sự đồng ý – để tải về và các công cụ để sử dụng ở nhà và trong cộng đồng của quý vị](https://www.consent.gov.au/translated-resources)](https://www.consent.gov.au/translated-resources)

[[The Line – để có thêm thông tin về sự đồng ý](https://www.theline.org.au/)](https://www.theline.org.au/)

1. Khảo sát toàn quốc về thái độ cộng đồng về Bạo lực đối với phụ nữ năm 2017 và 2021 [↑](#footnote-ref-1)