

TÀI LIỆU HƯỚNG DẪN SINH HOẠT CÂU LẠC BỘ NAM GIỚI TIÊN PHONG PHÒNG NGỪA BẠO LỰC VỚI PHỤ NỮ

Thay đổi các chuẩn mực nam tính,
xây dựng các mối quan hệ tôn trọng
và bình đẳng với phụ nữ

Dành cho Hướng dẫn viên



TÀI LIỆU HƯỚNG DẪN SINH HOẠT CÂU LẠC BỘ NAM GIỚI TIÊN PHONG PHÒNG NGỪA BẠO LỰC VỚI PHỤ NỮ

Thay đổi các chuẩn mực nam tính,
xây dựng các mối quan hệ tôn trọng
và bình đẳng với phụ nữ

Dành cho Hướng dẫn viên

Tài liệu được biên soạn dựa trên các nguồn tham khảo:

Tumursukh, U., Chanthavysouk, K., Uysingco, P., Hernandez L., Hasyim, N., Muttaqin, F., Trang, Q.T.T., Sananikone, S., Nakagawa, K., Greig, A., and Pawar, A. (2013) Transforming Masculinities towards Gender Justice. Produced by the Partners for Prevention Regional Learning Community for East and Southeast Asia

Gevers, A., Jama-Shai, N., & Jewkes, R. (2014). Skhokho Supporting Success for Families. Pretoria, South Africa: South African Medical Research Council.

Jewkes, R., Nduna, M., & Jama, N. (2010). Third South African Edition of Stepping Stones: A training manual for sexual and reproductive health communication and relationship skills. Pretoria, South Africa: South African Medical Research Council

Michau, L., Hundle, A., Chevannes, C., Sekitoleko, D.E., McMullen, K., Moreaux, M., & Sauve, S. (2008). The SASA! Activist Kit for Prevention Violence against Women and HIV. Kampala, Uganda: Raising Voices

Nhóm biên soạn:

TS. Anik Gevers

ThS. Quách Thu Trang

ThS. Lê Thị Lan Phương

ThS. Phan Thanh An

ThS. Nguyễn Thị Huyền

LỜI CẢM ƠN

Tài liệu hướng dẫn này được biên soạn trong khuôn khổ của Chương trình Đối tác Phòng ngừa Bạo lực đối với phụ nữ và trẻ em gái khu vực Châu Á-Thái Bình Dương của Liên hiệp quốc (LHQ), do Cơ quan LHQ về Bình đẳng giới và Trao quyền cho phụ nữ (UN Women) làm đầu mối, trên cơ sở hợp tác với Hội LHPN thành phố Đà Nẵng và Chương trình Tình nguyện viên LHQ. Tài liệu do tiến sĩ Anik Gevers, Thạc sĩ Quách Thu Trang, Thạc sĩ Lê Thị Lan Phương, Thạc sĩ Phan Thanh An, Thạc sĩ Nguyễn Thị Huyền biên soạn thông qua quá trình tham vấn với địa phương do bà Kathy Taylor, Giám đốc Chương trình Đối tác Phòng ngừa Bạo lực đối với Phụ nữ và trẻ em gái Khu vực Châu Á-Thái Bình Dương điều phối.

Chúng tôi xin trân trọng cảm ơn Hội Liên hiệp Phụ nữ (LHPN) thành phố Đà Nẵng đã tham gia thực hiện Chương trình. Một số cá nhân tâm huyết cũng đã đóng góp ý kiến vào Phiên bản 1 của Tài liệu hướng dẫn trong đợt đào tạo hướng dẫn viên vào tháng 8/2015 và tham gia đóng góp cho các sửa đổi trong Phiên bản 2 của tài liệu hướng dẫn này vào tháng 10/2016. Các cá nhân khác đã hỗ trợ công tác đào tạo các hướng dẫn viên, dịch tài liệu và hiệu đính tài liệu. Các thông tin đóng góp của họ trước, trong và sau quá trình can thiệp đã mang lại những giá trị quý báu giúp xây dựng và tăng cường hoạt động phòng ngừa bạo lực đối với phụ nữ và trẻ em gái, thu hút sự tham gia của nam giới trong công tác phòng ngừa bạo lực gia đình trong cộng đồng tại Việt Nam.

Ngoài ra, sự đóng góp của những thành viên các câu lạc bộ nam giới tiên phong, cùng với các thanh niên tình nguyện và nhiều cơ quan ban ngành khác tham gia vào quá trình thí điểm mô hình phòng ngừa này, đã có vai trò hết sức quan trọng trong việc điều chỉnh tài liệu hướng dẫn cho phù hợp, khả thi và hiệu quả trong bối cảnh cộng đồng xã hội ở Việt Nam.

Dự án này đã nhận được sự hỗ trợ của Chương trình Đối tác Phòng ngừa Bạo lực đối với phụ nữ và trẻ em gái cấp vùng của LHQ - đây là chương trình phối hợp giữa các tổ chức sau: Chương trình Phát triển LHQ (UNDP), Quỹ Dân số LHQ (UNFPA), Cơ quan LHQ về Bình đẳng giới và trao quyền cho Phụ nữ (UN Women) và Chương trình Tình nguyện viên LHQ (UNV) để phòng ngừa bạo lực đối với phụ nữ và trẻ em gái ở Khu vực châu Á Thái Bình Dương. *Xin mời quý vị ghé thăm trang web www.partners4prevention.org để có thêm thông tin và các nguồn tài liệu khác.*

Chương trình Đối tác Phòng ngừa bạo lực đối với phụ nữ và trẻ em gái cấp vùng của LHQ cũng xin bày tỏ sự biết ơn chân thành đến Bộ Ngoại giao và Thương mại Úc – đơn vị tài trợ cho chương trình này.



Bạo lực đối với phụ nữ và trẻ em gái (BLPNTEG) là sự vi phạm nghiêm trọng đối với các quyền con người cũng như an sinh của phụ nữ và trẻ em gái. Tình trạng này khá phổ biến trên toàn thế giới và châu Á-Thái Bình Dương là một trong những nơi có tỷ lệ vi phạm cao nhất (theo Báo cáo *Ước lượng bạo lực đối với phụ nữ trên toàn thế giới và khu vực* năm 2013 của Tổ chức Y tế Thế giới (WHO)). Với việc các Mục tiêu Phát triển Bền vững số 5 và số 16 kêu gọi xoá bỏ tất cả các hình thức bạo lực đối với phụ nữ và trẻ em thì sứ mệnh xây dựng và triển khai các chương trình phòng ngừa BLPNTEG có vai trò ngày càng quan trọng trên toàn cầu. Mặc dù ngày càng có nhiều bằng chứng chỉ ra những việc cần làm để phòng ngừa các hình thức bạo lực như vậy, nhưng cũng cần thiết phải điều chỉnh và thí điểm các biện pháp can thiệp tại các địa phương để xác định tính phù hợp, tính khả thi và mức độ hiệu quả tiềm năng.

Với sự hỗ trợ của Cơ quan LHQ về Bình đẳng giới và Trao quyền cho Phụ nữ, Chương trình Tình nguyện viên LHQ và Chương trình Phòng ngừa Bạo lực đối với phụ nữ và trẻ em gái cấp vùng của LHQ, Hội LHPN thành phố Đà Nẵng đã hưởng ứng lời kêu gọi hành động và chỉ đạo công tác phòng ngừa BLPNTEG tại thành phố Đà Nẵng, Việt Nam thông qua dự án này, với mục tiêu xây dựng và thí điểm công tác phòng ngừa để tạo cảm hứng cho nam giới trong cộng đồng trở thành những người tiên phong trong vận động phòng ngừa BLPNTEG.

Trong bối cảnh như vậy, Tài liệu hướng dẫn sinh hoạt Câu lạc bộ nam giới tiên phong trong phòng ngừa BLPNTEG đã được xây dựng trên cơ sở điều chỉnh các tài liệu hướng dẫn đã có thông tin và bằng chứng đầy đủ hiện có để áp dụng vào bối cảnh tại địa phương. Chương trình vận động nam giới này áp dụng cách tiếp cận phòng ngừa, theo hướng giải quyết những nguyên nhân gốc rễ và các yếu tố rủi ro gây ra BLPNTEG, nâng cao năng lực cho nam giới để thể hiện nam tính theo cách không bạo lực và bình đẳng giới, cũng như tăng cường mối quan hệ, khả năng giao tiếp và kỹ năng giải quyết mâu thuẫn không sử dụng bạo lực cho nam giới. Nam giới được hỗ trợ để tiếp cận cộng đồng thông qua nhiều dự án truyền thông, vận động nhằm thúc đẩy bình đẳng giới và an toàn trong cộng đồng.

Thông qua quá trình xây dựng tài liệu hướng dẫn, hỗ trợ và đào tạo hướng dẫn viên một cách kỹ lưỡng, chương trình can thiệp này đã được thí điểm thành công tại các cộng đồng trên địa bàn thành phố Đà Nẵng và đã được đón nhận tích cực và cho thấy nhiều triển vọng. Tài liệu hướng dẫn này có thể được áp dụng tại Việt Nam để phòng ngừa BLPNTEG. Chúng tôi đánh giá rất cao những nam giới đã tham gia vào đợt thí điểm với vai trò là hướng dẫn viên, thành viên và tất cả đội ngũ cán bộ đã hỗ trợ triển khai và điều hành quá trình thực hiện chương trình thí điểm.

Hội LHPN thành phố Đà Nẵng, Cơ quan LHQ về Bình đẳng giới và Trao quyền cho Phụ nữ và Chương trình Tình nguyện viên LHQ rất tự hào đã cùng hợp tác trong quá trình triển khai dự án tại Đà Nẵng, và mong rằng, mô hình hoạt động phòng ngừa này sẽ tiếp tục được phát huy để mang lại lợi ích cho nam giới, phụ nữ, các gia đình và cộng đồng trên khắp đất nước Việt Nam.



Kathy Taylor

Giám đốc Chương trình
Đối tác Phòng ngừa Bạo lực PNTEG
Khu vực Châu Á-Thái Bình Dương



Nguyễn Thị Thu Hà

Chủ tịch
Hội Liên hiệp phụ nữ
Thành phố Đà Nẵng



Shoko Ishikawa

Trưởng Đại diện
Cơ quan LHQ về Bình đẳng giới và
trao quyền cho phụ nữ tại Việt Nam



Fiammetta Mancini

Cán bộ Chương trình
Tình nguyện viên LHQ
tại Việt Nam

GIỚI THIỆU VÀ HƯỚNG DẪN SỬ DỤNG TÀI LIỆU

Tài liệu này dành cho những hướng dẫn viên trong các buổi sinh hoạt Câu lạc bộ (CLB) nam giới tiên phong trong phòng ngừa bạo lực đối với phụ nữ và trẻ em gái (BLPNTEG). Mục tiêu tổng thể của can thiệp này là giúp nam giới hình thành thái độ, hành vi hướng tới bình đẳng giới, trang bị cho họ kỹ năng xây dựng mối quan hệ và các kỹ năng vận động cộng đồng trong phòng ngừa BLPNTEG.

Hình thức sinh hoạt CLB nên tuyển cả nam thanh niên và trung niên tham gia trong khoảng thời gian 01 năm. Mỗi CLB sẽ gồm từ 20-30 thành viên gặp nhau hai tuần một lần tại một địa điểm và thời điểm mà tất cả các thành viên đều đã thống nhất trong vòng 05 tháng đầu và trong 06 tháng còn lại thì CLB sẽ sinh hoạt với tần suất giảm xuống một lần/tháng. Bên cạnh việc tham gia các buổi sinh hoạt của CLB, các thành viên cũng tham gia tổ chức các sự kiện, hoạt động khác liên quan tới phòng ngừa BLPNTEG tại địa phương.

Mục đích của can thiệp này là góp phần hình thành các mạng lưới nam giới tiên phong trong công tác phòng ngừa BLPNTEG. Để tạo ra những thay đổi hiệu quả và bền vững trong công tác phòng ngừa BLPNTEG, chúng ta cần nâng cao năng lực cho nam giới để giúp họ chủ động và tích cực hơn trong các hoạt động phòng ngừa BLPNTEG ngay tại cộng đồng của họ trong khoảng thời gian 01 năm thông qua hình thức học tập dựa trên trải nghiệm kết hợp với thực hành triển khai các hoạt động truyền thông, vận động. Chính vì vậy, các buổi sinh hoạt định kỳ của CLB, các hoạt động truyền thông – vận động có sự hỗ trợ của dự án và dựa trên nhu cầu của chính các thành viên tham gia chính là cách tiếp cận cốt lõi của những can thiệp này. Các buổi sinh hoạt CLB phải dựa trên nguyên tắc có sự tham gia và thảo luận tích cực của các thành viên.

Trong gian đoạn đầu của can thiệp, các buổi sinh hoạt 02 tuần/lần sẽ tập trung xây dựng sự gắn kết và niềm tin giữa các thành viên trong CLB; giúp các thành viên hình thành và nuôi dưỡng các thái độ, hành vi hướng tới bình đẳng giới và thách thức các thái độ, hành vi nam tính mang tính bạo lực, tiêu cực, có hại; trang bị các kỹ năng xây dựng quan hệ lành mạnh, nâng cao nhận thức về sức khỏe tình dục - sinh sản cũng như các vấn đề về BLPNTEG. Trong giai đoạn hai của can thiệp, các thành viên CLB sẽ gặp nhau mỗi tháng một lần và các buổi sinh hoạt này sẽ tiếp tục thảo luận về các chủ đề nêu trên cũng như thảo luận về cách thức hình thành các nhóm nam giới tiên phong trong cộng đồng (ví dụ: là một nam giới tiên phong trong cuộc sống hàng ngày, chia sẻ về những kết quả đạt được, suy nghĩ về các giải pháp nhằm phá bỏ các rào cản và tăng cường sự tham gia của cộng đồng trong những nỗ lực của họ). Các buổi sinh hoạt này được tổ chức hàng tháng nhằm tăng cường sự tham gia của các nhóm khác trong các hoạt động tiên phong cũng như giúp các nhóm thực hiện các ý tưởng hoạt động của riêng mình.

Trong suốt chương trình, các nam thanh niên và trung niên sẽ có cơ hội trải nghiệm

và thử thách bản thân qua quá trình tham gia CLB nam giới tiên phong trong cộng đồng về phòng ngừa BLPNTEG cũng như nhiều hoạt động khác của chương trình. Điều này được thể hiện qua các cuộc trò chuyện, trao đổi với những người mà họ tin cậy về BLPNTEG (VD: thành viên gia đình và bạn bè), qua việc tham gia vào các sự kiện của dự án (Ví dụ: Ngày Quốc tế Phụ nữ, Ngày Quốc tế Hạnh phúc, Ngày Gia đình Việt Nam, Ngày Tết Thiếu nhi, Chiến dịch 16 ngày hành động chấm dứt bạo lực với Phụ nữ v.v...), qua việc nói không với bạo lực, qua việc giới thiệu các địa chỉ tư vấn phù hợp tới những người đang bị bạo lực và/ hoặc gặp các vấn đề về sức khỏe tình dục - sinh sản, qua truyền thông trên các mạng xã hội kết hợp với các hoạt động phòng ngừa BLPNTEG, và cuối cùng là qua việc hỗ trợ triển khai các hoạt động mà các thành viên trong nhóm đã lên kế hoạch thực hiện. Dự án đã xây dựng một Điều khoản Tham chiếu, trong đó nêu rõ trách nhiệm của những thành viên CLB. Ban Tuyển chọn sẽ căn cứ vào Điều khoản Tham chiếu trong quá trình tuyển chọn thành viên CLB. Trước khi chính thức trở thành thành viên CLB, các nam giới cũng đọc Điều khoản Tham chiếu để hiểu rõ về dự án và quyết định xem họ có thực sự muốn tham gia CLB hay không.

Các nhóm nam giới tiên phong có nhiều hoạt động khác nhau, như: tổ chức một buổi trao đổi tại cộng đồng; tổ chức truyền thông qua hình thức đóng kịch; thiết kế các pa-nô, áp phích truyền thông để treo tại các vị trí phù hợp trong cộng đồng hoặc lồng ghép các hoạt động trên vào các buổi sinh hoạt CLB; hoặc thu hút sự tham gia của những người có uy tín, ảnh hưởng trong cộng đồng, tranh thủ sự hỗ trợ của họ, và phổ biến các thông điệp phòng ngừa BLPNTEG tới cộng đồng. Cách tiếp cận lý tưởng nhất là: một tổ chức tại cộng đồng sẽ hỗ trợ tài chính (chỉ là một khoản tài trợ nhỏ) và kỹ thuật cho những nam giới tiên phong thực hiện các hoạt động, ý tưởng của chính họ. Cách tiếp cận này sẽ cho phép tổ chức đó dần dần chuyển giao lại mô hình hoạt động dự án cho chính các thành viên CLB trong cộng đồng thông qua việc nâng cao năng lực cho họ để họ có thể tiếp tục duy trì các hoạt động phòng ngừa BLPNTEG ngay cả khi dự án đã kết thúc.

Mục tiêu cụ thể của CLB là:

1. Thách thức các quan niệm nam tính theo chiều hướng tiêu cực (các quan niệm trọng nam khinh nữ, cho rằng nam giới phải có quyền lực cao hơn phụ nữ) và góp phần hình thành các thái độ, hành vi hướng tới bình đẳng giới căn cứ trên các nguyên tắc về nhân quyền;
2. Thách thức các quan niệm chấp nhận BLPNTEG;
3. Thúc đẩy các kỹ năng xây dựng mối quan hệ lành mạnh, bao gồm các kỹ năng giao tiếp cởi mở và giải quyết xung đột không bạo lực;
4. Giúp nam giới cải thiện các kỹ năng ứng phó, ý thức tự lực, lòng tự tôn để họ trở thành những người nam giới tiến bộ, bình đẳng cũng như đẩy mạnh lối sống tiến bộ, tích cực, bình đẳng giới trong cộng đồng của họ; và
5. Nâng cao năng lực cho các nam trung niên và thanh niên để giúp họ trở thành những tình nguyện viên tham gia tích cực trong các hoạt động phòng ngừa BLPNTEG.

HƯỚNG DẪN & VAI TRÒ CỦA HƯỚNG DẪN VIÊN

(Lưu ý từ Tài liệu Skhokho Supporting Success for Families)

Thế nào là các buổi sinh hoạt CLB có sự tham gia?

Sự thành công của các CLB phụ thuộc rất nhiều vào mức độ tham gia của các thành viên CLB. Vì thế, các buổi sinh hoạt CLB có sự tham gia có nghĩa là quá trình học hỏi diễn ra thông qua sự tham gia tích cực, chủ động của các thành viên, và chính thành viên là những người tìm ra các câu trả lời. Các thành viên sẽ được giới thiệu các thông tin mới và các phương pháp phân tích, sau đó họ sẽ dựa trên các trải nghiệm của chính họ để cùng nhau thảo luận, học hỏi. Một buổi sinh hoạt CLB có sự tham gia hoàn toàn khác với các buổi trao đổi thông tin theo kiểu truyền thống, và đặc biệt sẽ rất hữu ích cho việc phân tích giới vì những người hoạt động xã hội hiểu biết về giới ở các mức độ khác nhau; nhiều người có thể rất nhạy cảm, có thái độ phòng thủ hay thậm chí thù địch đối với chủ đề giới. Phương pháp tiếp cận có sự tham gia sẽ giúp giảm thiểu các hiện tượng tiêu cực đó vì người tham gia khám phá các vấn đề giới và các vấn đề nhạy cảm khác trong một môi trường mà họ được khuyến khích, hỗ trợ chia sẻ và học hỏi.

Phương pháp tiếp cận có sự tham gia cũng dựa trên các lý thuyết về quá trình học của con người. Con người nói chung và người trưởng thành nói riêng đều đã biết rất nhiều điều. Vì thế, con người chúng ta sẽ học tốt nhất khi chúng ta dựa trên những kinh nghiệm của riêng mình. Chúng ta học thông qua làm nhiều hơn so với thông qua nghe. Các lý thuyết về quá trình học đều nhấn mạnh rằng người học cần có cơ hội để suy nghĩ, để hiểu và để áp dụng:

- Để học thông qua suy nghĩ, người tham gia cần phải có trách nhiệm tự tìm ra kết luận
- Để học thông qua hiểu, người tham gia cần phải liên hệ kiến thức họ được học với các giá trị, niềm tin và trải nghiệm của chính họ
- Để học thông qua áp dụng, người tham gia cần phải áp dụng và thử nghiệm một kỹ năng họ mới học và nhận được phản hồi, đánh giá về việc áp dụng của họ

Học tập được thể hiện bằng sự thay đổi - thay đổi trong hành vi, kiến thức, sự hiểu biết, kỹ năng, sở thích, giá trị, nhận thức, thái độ. Để giúp tạo ra những chuyển biến ở người tham gia, cần phải sử dụng các hoạt động dựa trên trải nghiệm - trong đó người tham gia tự đưa ra kết luận của riêng mình - hơn là các bài giảng. Các hình thức truyền đạt kiến thức hiệu quả thường bao gồm một loạt các hoạt động học tập khác nhau như: thuyết trình, làm việc nhóm lớn, làm việc nhóm nhỏ, trò chơi, đóng vai. Mỗi hoạt động có ưu thế riêng và mục đích sử dụng riêng. Trong một lớp học có sự tham gia, các hoạt động được lựa chọn phải đảm bảo khuyến khích học viên tương tác, tham gia tích cực, đưa ra ý tưởng, đặt câu hỏi, cùng nhau rút ra kiến thức cũng như không ngại tranh luận với nhau để làm rõ vấn đề. Theo phương pháp có sự tham gia, các thành viên có cơ hội học hỏi lẫn nhau, cùng nhau phân tích và rút ra kết luận trên nguyên tắc đồng thuận. Các hoạt động học tập có sự tham gia được tổ chức dựa trên các khả năng của người tham gia, như: khả năng suy luận, phân tích vấn đề và đề ra các giải pháp của chính họ. Phương pháp có sự tham gia nhấn mạnh đến quá trình chủ động tìm hiểu kiến thức và vì thế các hoạt động học tập có sự tham gia thường kết thúc bằng những câu hỏi cũng như các kết luận. Những hướng dẫn viên trong các hoạt động học tập có sự tham gia cũng thường năng động và luôn luôn di chuyển. Phương pháp này hiệu quả trong việc truyền cảm hứng cho sự thay đổi và giúp cải thiện sự tập trung của người tham gia vì họ được khuyến khích tham gia.

Hướng dẫn và vai trò của hướng dẫn viên trong các buổi sinh hoạt CLB

“Hướng dẫn” có nghĩa là tạo điều kiện thuận lợi cho một nhóm người (cho dù họ quen nhau hoặc không quen nhau) để họ làm việc cùng nhau nhằm hướng tới một mục tiêu nhất định nào đó. Hướng dẫn trong tài liệu này cũng có nghĩa là nâng cao năng lực cho người khác.

Trong các CLB, vai trò của người hỗ trợ là làm việc với một nhóm nam giới để giúp họ học hỏi lẫn nhau, cùng nhau suy nghĩ và hành động. Trong các buổi sinh hoạt CLB, công việc của hướng dẫn viên/người hỗ trợ là tổ chức và tạo điều kiện thuận lợi cho các thành viên thảo luận, học hỏi hơn là cung cấp thông tin, giải thích, hoặc đưa ra câu trả lời. Lý tưởng là hướng dẫn viên phải có khả năng châm ngòi cho các cuộc thảo luận và sau đó giúp chính những người tham gia tìm ra câu trả lời. Hướng dẫn viên tóm tắt, làm rõ các ý kiến của người tham gia; so sánh và nối kết các ý kiến khác nhau của người tham gia và chỉ ra các quan điểm đối lập; liên hệ các ý kiến của người tham gia với các mục tiêu của buổi sinh hoạt. Họ đưa ra những câu hỏi kích thích tư duy và phân tích một vấn đề từ nhiều khía cạnh khác nhau.

Vai trò của hướng dẫn viên trong một buổi sinh hoạt CLB là phải làm sao tạo điều kiện cho các thành viên tham gia một cách hợp tác, tích cực, hiệu quả. Hướng dẫn viên sẽ hướng dẫn các thành viên khác học tập và thảo luận bằng cách giới thiệu các chủ đề hoặc các khái niệm và hướng dẫn họ tư duy, liên hệ và thảo luận các chủ đề hoặc khái niệm thay vì đưa ra câu trả lời, kết luận cho các thành viên.

Hướng dẫn viên sẽ hướng dẫn người tham gia thông qua thảo luận bằng cách xem xét tất cả các khía cạnh trong nhóm và cho đến khi họ có thể đạt được sự đồng thuận ở một mức độ nhất định về một chủ đề hay khái niệm cụ thể nào đó hoặc thừa nhận rằng không có sự đồng thuận. Các khái niệm được giới thiệu thường là những khái niệm không mới đối với những người tham gia, và vai trò của người hỗ trợ là giúp những người tham gia thảo luận về các khái niệm, rút ra những kết luận theo cách hiểu của họ, và trình bày những kết luận đó với những thành viên khác bằng những hình thức khác nhau (Ví dụ: bài tập động não nhóm lớn, thảo luận nhóm nhỏ, trình bày ý tưởng của nhóm với nhóm lớn hơn, làm việc theo cặp bằng cách chia sẻ những câu chuyện cá nhân, hoặc từng thành viên lần lượt chia sẻ quan điểm/trải nghiệm cá nhân. Trong phương pháp có sự tham gia, các thành viên đóng vai trò chủ động, tích cực, nhưng hướng dẫn viên vẫn đóng vai trò vô cùng quan trọng. Hướng dẫn viên vừa phải có sự chuẩn bị kỹ lưỡng về chủ đề, vừa phải thể hiện được thái độ vui vẻ, trung lập, mà vẫn phải rõ ràng, chắc chắn trong kỹ năng điều hành.

Nhiệm vụ chính của hướng dẫn viên là:

- Giúp người tham gia thống nhất và tuân thủ các nội quy của buổi thảo luận
- Khuyến khích và hướng dẫn người tham gia tư duy một cách phản biện
- Lắng nghe ý kiến, câu hỏi và phản hồi của người tham gia
- Giữ tập trung và đảm bảo cuộc thảo luận diễn ra theo đúng tiến độ
- Quan sát và phân tích
- Giúp người tham gia đưa ra các kết luận phù hợp

- Khuyến khích người tham gia đóng góp cho cuộc thảo luận
- Giúp người tham gia đạt được một mức độ đồng thuận thích hợp
- Xây dựng lòng tin
- Giúp xác định các cơ hội và tiềm năng
- Tóm tắt các kết quả thảo luận chính hoặc yêu cầu người khác tóm tắt

Gợi ý để có bài trình bày hiệu quả

Để thu hút sự chú ý của người tham gia, bạn có thể sử dụng các phương pháp sau: đặt câu hỏi; đưa ra một ấn tượng hoặc thực tế; kể một câu chuyện; đưa ra một trích dẫn; đưa ra một tuyên bố mạnh mẽ.

Tạo không khí thoải mái cho những người tham gia và bản thân: Đưa ra các tín hiệu phù hợp, cả bằng lời và không lời, cho người tham gia. Khi đưa ra tín hiệu bằng lời, giọng nói của bạn không nên run rẩy. Một giọng nói bình tĩnh, với ngữ điệu thay đổi, nhiệt huyết sẽ tạo được ấn tượng tốt đối với người tham gia. Tương tự như vậy, trong các tín hiệu không lời, tư thế, chuyển động, cử chỉ và nét mặt của bạn sẽ bổ sung cho các tín hiệu lời nói của bạn.

Xem trước chủ đề thảo luận: Luôn xem trước hoặc thông báo trước cho người tham gia về những nội dung bạn sẽ trình bày. Điều này giúp họ hiểu được những gì họ sẽ được tiếp cận trong ngày hôm nay, cũng như giúp họ ưu tiên các lĩnh vực quan tâm của họ.

Nêu lên tầm quan trọng của chủ đề: Việc này giúp những người tham gia hiểu rằng người trình bày đánh giá cao việc họ sắp xếp thời gian tới tham gia thảo luận, và từ đó hiểu được lợi ích của việc tham gia thảo luận về chủ đề sẽ giúp cải thiện hành vi hàng ngày của mình như thế nào.

Đừng tiêu cực: Cảm xúc tiêu cực của bạn trong khi trình bày có thể ảnh hưởng tới sự tiếp thu của người nghe hoặc khiến bạn không truyền tải được thông điệp tới người nghe một cách hiệu quả. Thay vào đó, thể hiện thái độ tiêu cực sẽ khiến bạn mất đi cơ hội được người tham gia chấp nhận.

Hãy ngắn gọn, súc tích: ngắn gọn có nghĩa là “nói ít thôi”. Là hướng dẫn viên, nếu có thể, bạn nên truyền tải ý tưởng/ thông điệp của bạn càng ngắn gọn càng tốt, mà vẫn phải đảm bảo đầy đủ, rõ ràng. Điều đó giúp người nghe tập trung và hiểu bạn tốt hơn, giúp bạn tránh được sự nhàm chán.

Hãy thể hiện sự hào hứng, nhiệt huyết. Điều này sẽ giúp bạn đạt được những điều sau đây:

- Duy trì sự chú ý của thành viên trong câu lạc bộ
- Giúp người nghe không cảm thấy buồn ngủ
- Giúp người nghe tập trung và hiểu các nội dung trình bày của bạn một cách tốt hơn

Các kỹ năng cần thiết trong điều hành/hướng dẫn thảo luận

Chuẩn bị sẵn sàng	Tập dượt trước buổi thảo luận
Giao tiếp rõ ràng	Nêu rõ mục tiêu của buổi thảo luận
Thể hiện sự tôn trọng	Thông qua các kỹ năng giao tiếp hiệu quả (bằng ngôn ngữ và phi ngôn ngữ)
Thể hiện sự thân thiện	Khi đáp lại các câu hỏi của người tham gia
Khuyến khích sự tham gia	Đối với những thành viên ít phát biểu, khuyến khích họ chia sẻ ý kiến, đặt câu hỏi và động viên họ trao đổi nhiều hơn – sử dụng câu hỏi mở nhiều hơn
Tập trung, chú ý	Đáp ứng các nhu cầu và chú ý tới cảm xúc của người tham gia
Quản lý thời gian	Đảm bảo buổi thảo luận sẽ diễn ra đúng tiến độ thời gian
Chân thật	Thể hiện thái độ chuyên nghiệp, tự tin
Giao tiếp hiệu quả	Sử dụng ngôn ngữ đơn giản, ngữ điệu phù hợp, giao tiếp bằng mắt, lắng nghe tích cực
Sử dụng các phương tiện khác nhau	Sử dụng các phương tiện, công cụ khác nhau để truyền tải nội dung tới người tham gia
Truyền tải thông điệp chính	Tóm lược, tổng kết các nội dung chính của buổi thảo luận

So sánh giữa hướng dẫn thảo luận với giảng dạy

GIẢNG DẠY	HƯỚNG DẪN THẢO LUẬN
Giảng viên và học viên có mối quan hệ không ngang bằng, phân biệt rõ đâu là người dạy, đâu là học viên	Hướng dẫn viên có vị thế ngang bằng với người tham gia, mối quan hệ giữa hai bên dựa trên lòng tin, sự tôn trọng và mong muốn phục vụ
Giảng viên chú trọng vào việc học sinh phải đưa ra được câu trả lời đúng	Hướng dẫn viên khuyến khích người tham gia đưa ra các quan điểm khác nhau
Thông tin một chiều, từ giảng viên tới học viên	Thông tin đến từ nhiều hướng khác nhau giữa hướng dẫn viên và các thành viên tham gia thảo luận

Giảng viên bám theo giáo án đã chuẩn bị trước	Hướng dẫn viên sử dụng các phương pháp tích cực, có sự tham gia, VD: thảo luận nhóm và các hoạt động trong đó các thành viên cùng tham gia
Các nội dung được truyền tải chỉ dựa trên kiến thức của giảng viên	Hướng dẫn viên dẫn dắt thảo luận các vấn đề do chính các thành viên/cộng đồng xác định và sẽ điều chỉnh các nội dung cho phù hợp với nhu cầu và đặc điểm của các thành viên tham gia

Xem thông tin và nội dung trước buổi sinh hoạt CLB

Chuẩn bị trước buổi thảo luận

Cần chuẩn bị trước một ngày cho mỗi buổi thảo luận bằng cách đọc và làm nổi bật tất cả các bước khác nhau đặt ra cho mỗi bài tập. Điều này sẽ giúp hướng dẫn viên biết cách quản lý thời gian, xác định rõ những nội dung cần giao tiếp với những người tham gia và cách tiến hành các bài tập. Bước chuẩn bị là rất quan trọng vì điều này giúp bạn hạn chế, ứng phó một cách tốt nhất với những trở ngại sẽ phát sinh trong thực tế.

Các thông tin & nội dung quan trọng

Nhiệm vụ của hướng dẫn viên là đưa ra những nội dung cụ thể liên quan đến khái niệm đang được trình bày hoặc thảo luận. Hướng dẫn viên cần hỏi những người tham gia xem họ đã biết gì về khái niệm đó, đánh giá độ chính xác và những khoảng trống trong hiểu biết của những người tham gia, sau đó cung cấp thông tin thực tế và chính xác và thậm chí bổ sung thông tin về khái niệm đó cho nhóm học viên tham buổi thảo luận. Phần phụ lục nằm ở phần cuối của tài liệu này cung cấp các thông tin mà hướng dẫn viên cần biết trước khi bắt đầu tiến hành thảo luận và phần này chứa đựng những nội dung quan trọng để cung cấp thêm kiến thức cho hướng dẫn viên về các khái niệm liên quan tới kỹ năng của phòng ngừa bạo lực với phụ nữ và trẻ em gái. Hướng dẫn viên không cần thiết phải đọc to các thông tin trong phụ lục cho những người tham gia, nhưng có thể tham khảo thông tin đó để đảm bảo đưa ra những thông tin phù hợp và chính xác.

Quy trình một buổi sinh hoạt

Hướng dẫn viên được cung cấp trước mục đích và cách thức triển khai buổi sinh hoạt CLB, định hướng thực hiện các bài tập theo các bước quy định.

- Giới thiệu - Tất cả các bài tập thường bắt đầu với một tóm tắt/giới thiệu tổng quan và đôi khi còn kèm theo thông tin giúp hướng dẫn viên biết cách dẫn dắt vào bài tập. Trong nhiều phần giới thiệu (Bước 1), hướng dẫn viên sẽ giới thiệu chủ đề thảo luận và các bài tập trước đó liên quan tới bài tập mới. Điều này giúp người tham gia nắm được sự liên quan giữa các phần cũng như nắm được tổng quan về các vấn đề liên quan tới chuẩn mực giới.

- Các động từ chỉ sự hướng dẫn như: hãy giải thích, hỏi, nhắc nhở, tóm tắt, v.v... giúp hướng dẫn viên biết cách tiến hành các hoạt động, biết nên nói gì và các giới thiệu các bước tới người tham gia trong mỗi bài tập.
- Các câu hỏi dẫn dắt, gợi ý, lưu ý thường nằm ngay dưới các bước hướng dẫn và cần được cân nhắc để có thể áp dụng một cách phù hợp trong các hoạt động. Đôi khi những người tham gia sẽ thảo luận hay đề cập đến các vấn đề được nêu trong tài liệu hướng dẫn, và trong trường hợp đó, hướng dẫn viên chỉ cần đảm bảo rằng những vấn đề đó đã được thảo luận đầy đủ.

Làm thế nào để hiểu/ giải thích các hướng dẫn trong các bài tập?

Một số hình thức sau có thể áp dụng trong các bài tập:

- **Động não**
Động não có nghĩa là yêu cầu người tham gia tư duy nhanh về một khái niệm nào đó. Khái niệm này thường không được giải thích và thường chỉ là một từ/cụm từ, ví dụ: ‘cha mẹ’.
- **Làm việc theo cặp**
Làm việc theo cặp có nghĩa là hướng dẫn viên yêu cầu người tham gia tìm một người khác trong nhóm để thảo luận về những vấn đề mà hướng dẫn viên gợi ý.
- **Các nhóm nhỏ**
Một nhóm nhỏ có thể có đến 4-5 người để thảo luận về chủ đề theo gợi ý của hướng dẫn viên.
- **Bài tập tự liên hệ tới trải nghiệm cá nhân**
Trong bài tập này, hướng dẫn viên yêu cầu toàn bộ người tham gia nhắm mắt lại, giữ yên lặng và nghĩ về một vấn đề cụ thể nào đó. Hướng dẫn viên sẽ đọc to một kịch bản bắt đầu bằng các tư thế mà những người tham gia phải làm theo, ví dụ: cách họ ngồi hoặc nằm xuống, nhắm mắt và thư giãn. Sau đó, hướng dẫn viên sẽ giới thiệu kịch bản và những người tham gia sẽ phải hình dung hoặc suy nghĩ về kịch bản đó. Sau đó, mỗi câu về kịch bản đó sẽ được đọc chậm rãi, có ngắt nghỉ sau mỗi câu để người tham gia hình dung hoặc nghĩ về kịch bản đó. Tạm dừng sau khi kết thúc hoạt động này cũng rất quan trọng vì điều đó cho phép người tham gia nhập tâm trở lại với buổi sinh hoạt CLB. Sau bài tập này, hướng dẫn viên thường đưa ra phản hồi và những câu hỏi cụ thể để phân tích vấn đề cùng những người tham gia.
- **Nhóm lớn**
Khi nói “Nhóm lớn” có nghĩa là nói tới toàn bộ thành viên đang tham gia buổi sinh hoạt CLB. Trong các thảo luận nhóm, hãy cứ để những người tham gia trao đổi và không áp đặt họ phải theo một định dạng ép buộc nào. Nhưng hãy đảm bảo không để một số thành viên lấn át các thành viên khác và cố gắng tạo cơ hội cho những người ít phát biểu tham gia đóng góp ý kiến.

- Kiểm tra xem các thành viên có hiểu rõ về yêu cầu bài tập và giải thích rõ cho họ hiểu nếu cần thiết.

- **Trình bày/ thuyết trình**

Sau khi hoàn thành hoạt động theo cặp/theo nhóm, các thành viên tham gia sẽ được yêu cầu thuyết trình về kết quả thảo luận của cặp/nhóm mình bằng lời hoặc kết hợp bằng lời và viết lên giấy A0. Sau khi phân nhóm, hướng dẫn viên nhớ nhắc các nhóm cử người đại diện cho nhóm để trình bày ý kiến của nhóm trước toàn thể CLB. Hướng dẫn viên đảm bảo đại diện của các nhóm hoàn thành bài trình bày và chỉ hỏi các câu hỏi làm rõ. Khi tất cả các nhóm đã trình bày xong, hướng dẫn viên hỏi lại xem có ai muốn phản hồi, bình luận, đưa ra ý kiến gì thêm hay không.

- **Sử dụng ngôn ngữ**

Tài liệu hướng dẫn này có cả phiên bản tiếng Việt và tiếng Anh. Các hướng dẫn viên nên tổ chức sinh hoạt CLB bằng ngôn ngữ phù hợp với thành viên tham gia. Hướng dẫn viên nên nghiên cứu trước các thuật ngữ, khái niệm khó, tìm các từ ngữ/cách diễn đạt tương đương, để hiểu trước khi diễn ra buổi sinh hoạt CLB. Chuẩn bị trước sẽ giúp hướng dẫn viên tự tin cũng như xây dựng được niềm tin và thu hút sự tham gia tích cực của những người thành viên tham gia.

MỤC LỤC

Lời cảm ơn	4
Lời nói đầu	5
Giới thiệu và hướng dẫn sử dụng tài liệu	7
BÀI 1. LÀM QUEN VÀ GIỚI THIỆU CHƯƠNG TRÌNH	20
1. Mục tiêu	21
2. Tóm tắt các hoạt động	21
Hoạt động 1.1 Làm quen	21
Hoạt động 1.2 Mong đợi và Giới thiệu chương trình sinh hoạt câu lạc bộ	22
Hoạt động 1.3 Trò chơi thư giãn	23
Hoạt động 1.4 Các nguyên tắc trong sinh hoạt nhóm	23
Hoạt động 1.5 Tổng kết	23
Tài liệu phát tay số 1.1 - Chương trình sinh hoạt câu lạc bộ “Nam giới tiên phong phòng ngừa bạo lực đối với phụ nữ”	25
BÀI 2. ÁP LỰC KHI LÀ NAM GIỚI	26
1. Mục tiêu	27
2. Tóm tắt các hoạt động	27
Hoạt động 2.1 Chào đón	27
Hoạt động 2.2 Giới tính và Giới	28
Hoạt động 2.3 Trò chơi thư giãn	29
Hoạt động 2.4 Lợi thế và áp lực của nam giới	29
Hoạt động 2.5 Tổng kết	31
Tài liệu phát tay số 2.1-Giới tính và Giới	32
Tài liệu phát tay số 2.2-Áp lực do chuẩn mực về Giới	33
BÀI 3. THAY ĐỔI CHUẨN MỰC GIỚI	34
1. Mục tiêu	35
2. Tóm tắt các hoạt động	35
Hoạt động 3.1 Chào đón	35
Hoạt động 3.2 Giới tính hay Giới?	36
Hoạt động 3.3 Trò chơi thư giãn	37
Hoạt động 3.4 Thay đổi các chuẩn mực giới	37
Hoạt động 3.5 Tổng kết	38
Tài liệu phát tay 3.1-Giới tính hay là Giới?	39
Tài liệu phát tay 3.2-Thay đổi chuẩn mực Giới từ đâu?	40
BÀI 4. GIAO TIẾP KHI NÓNG GIẬN	42
1. Mục tiêu	43
2. Tóm tắt các hoạt động	43
Hoạt động 4.1 Chào đón	43
Hoạt động 4.2 Giao tiếp để giảm căng thẳng và nóng giận	44

Hoạt động 4.3 Trò chơi thư giãn	45
Hoạt động 4.4 Sử dụng kĩ năng nói về cảm xúc và mong muốn của bản thân khi giao tiếp (phần 1)	46
Hoạt động 4.5 Tổng kết	47
Tài liệu phát tay 4.1-Các cách giao tiếp và tác động của giao tiếp tới kiểm soát căng thẳng và mâu thuẫn	48
Tài liệu phát tay 4.2-Kĩ năng nói về cảm xúc và mong muốn của bản thân	49
BÀI 5. Củng cố kĩ năng giao tiếp hiệu quả	50
1. Mục tiêu	51
2. Tóm tắt các hoạt động	51
Hoạt động 5.1. Chào đón	51
Hoạt động 5.2 Kĩ năng nói về cảm xúc và mong muốn của bản thân trong giao tiếp (phần 2)	52
Hoạt động 5.3 Trò chơi thư giãn	53
Hoạt động 5.4 Thể hiện sự ủng hộ và lắng nghe thực sự	53
Hoạt động 5.5 Tổng kết	55
Tài liệu phát tay 5.1-Thể hiện sự quan tâm với người đối thoại	56
BÀI 6. BẠO LỰC ĐỐI VỚI PHỤ NỮ VÀ TRẺ EM GÁI VÀ HẬU QUẢ CỦA BẠO LỰC	58
1. Mục tiêu	59
2. Tóm tắt các hoạt động	59
Hoạt động 6.1 Chào đón	59
Hoạt động 6.2 Thế nào là bạo lực đối với phụ nữ và trẻ em gái?	60
Hoạt động 6.3 Trò chơi thư giãn	61
Hoạt động 6.4 Hậu quả của bạo lực đối với phụ nữ và trẻ em gái	61
Hoạt động 6.5 Tổng kết	62
Tài liệu phát tay 6.1-Định nghĩa bạo lực đối với phụ nữ và trẻ em gái	62
Tài liệu phát tay 6.2-Chuyện của Thảo	63
Tài liệu phát tay 6.3-Các hành vi bạo lực đối với phụ nữ và trẻ em gái	64
Tài liệu phát tay 6.4-Hậu quả của bạo lực đối với phụ nữ và trẻ em gái	66
BÀI 7. NGUYÊN NHÂN GỐC RỄ CỦA BẠO LỰC & YẾU TỐ THỨC ĐẨY BẠO LỰC VỚI PHỤ NỮ VÀ TRẺ EM GÁI	68
1. Mục tiêu	69
2. Tóm tắt các hoạt động	69
Hoạt động 7.1 Chào đón	69
Hoạt động 7.2 Chúng ta đang giải thích về bạo lực như thế nào?	70
Hoạt động 7.3 Trò chơi thư giãn	70
Hoạt động 7.4 Nguyên nhân gốc rễ của bạo lực với phụ nữ và trẻ em gái và giải pháp phòng ngừa	71
Hoạt động 7.5 Tổng kết	72
Tài liệu phát tay số 7.1- Người gây bạo lực phải chịu hoàn toàn trách nhiệm về hành vi bạo lực của mình	72
Tài liệu phát tay số 7.2-Sự mất cân bằng quyền lực và bất bình đẳng giới là nguyên nhân gốc rễ của bạo lực với phụ nữ và trẻ em gái	73

BÀI 8. HỖ TRỢ PHỤ NỮ VÀ TRẺ EM GÁI BỊ BẠO LỰC	74
1. Mục tiêu	75
2. Tóm tắt các hoạt động	75
Hoạt động 8.1 Chào đón	75
Hoạt động 8.2 Làm gì để hỗ trợ phụ nữ và trẻ em gái bị bạo lực?	76
Hoạt động 8.3 Trò chơi thư giãn	77
Hoạt động 8.4 Lợi ích từ hỗ trợ phụ nữ và trẻ em gái bị bạo lực	77
Hoạt động 8.5 Tổng kết	78
Tài liệu phát tay số 8.1-Làm gì để hỗ trợ phụ nữ và trẻ em gái bị bạo lực?	79
Tài liệu phát tay số 8.2-Lợi ích từ hỗ trợ phụ nữ và trẻ em gái bị bạo lực	81
BÀI 9. BẠO LỰC TÌNH DỤC & TÌNH DỤC LÀNH MẠNH	82
1. Mục tiêu	83
2. Tóm tắt các hoạt động	83
Hoạt động 9.1 Chào đón	83
Hoạt động 9.2 Sự đồng thuận trong quan hệ tình dục	84
Hoạt động 9.3 Trò chơi thư giãn	85
Hoạt động 9.4 Bạo lực tình dục và giải pháp phòng tránh	85
Hoạt động 9.5 Tổng kết	86
Tài liệu phát tay số 9.1-Làm sao để xác định tình dục tự nguyện và tình dục đồng thuận?	87
Tài liệu phát tay số 9.2-Làm sao để có tình dục đồng thuận?	87
BÀI 10. SỐNG LÀNH MẠNH VÀ HẠNH PHÚC	88
1. Mục tiêu	89
2. Tóm tắt các hoạt động	89
Hoạt động 10.1 Chào đón	89
Hoạt động 10.2 Tình yêu là gì?	90
Hoạt động 10.3 Trò chơi thư giãn	91
Hoạt động 10.4 Điều gì phá hỏng các mối quan hệ hạnh phúc?	91
Hoạt động 10.5 Tổng kết	93
Tài liệu phát tay số 10.1-Thể hiện tình yêu đúng cách	94
Tài liệu phát tay số 10.2-Điều gì phá hỏng mối quan hệ?	95
BÀI 11. CAM KẾT THAY ĐỔI TỪ CÁC CÁ NHÂN	96
1. Mục tiêu	97
2. Tóm tắt các hoạt động	97
Hoạt động 11.1 Chào đón	97
Hoạt động 11.2 Khi nam giới ứng xử bình đẳng hơn	98
Hoạt động 11.3 Trò chơi thư giãn	99
Hoạt động 11.4 Ủng hộ nam giới vượt qua rào cản để ứng xử bình đẳng hơn	99
Hoạt động 11.5 Tổng kết	100
Tài liệu phát tay số 11.1-Khi nam giới ứng xử bình đẳng hơn	101

BÀI 12. LÀM NGƯỜI TIÊN PHONG VÀ VẬN ĐỘNG CHO PHÒNG NGỪA BẠO LỰC VỚI PHỤ NỮ VÀ TRẺ EM GÁI	102
1. Mục tiêu	103
2. Tóm tắt các hoạt động	103
Hoạt động 12.1 Chào đón	103
Hoạt động 12.2 Làm người tiên phong và vận động cho công bằng giới	104
Hoạt động 12.3 Trò chơi thư giãn	105
Hoạt động 12.4 Lập kế hoạch hành động	105
BÀI 13. LÀM NGƯỜI TẠO THAY ĐỔI VÀ VẬN ĐỘNG CHO PHÒNG NGỪA BẠO LỰC VỚI PHỤ NỮ VÀ TRẺ EM GÁI	108
1. Mục tiêu	109
2. Tóm tắt các hoạt động	109
Hoạt động 13.1 Chào đón	109
Hoạt động 13.2 Vận động xã hội hiệu quả	110
Hoạt động 13.3 Trò chơi thư giãn	111
Hoạt động 13.4 Lập kế hoạch hành động	111
BÀI 14. HỖ TRỢ CÁC NHÀ VẬN ĐỘNG XÃ HỘI VỀ PHÒNG NGỪA BẠO LỰC VỚI PHỤ NỮ VÀ TRẺ EM GÁI	114
1. Mục tiêu	115
2. Tóm tắt các hoạt động	115
Hoạt động 14.1 Chào đón	115
Hoạt động 14.2 Ghi nhận các nỗ lực và hỗ trợ lẫn nhau	116
Hoạt động 14.3 Kế hoạch hành động vận động cộng đồng tham gia Phòng ngừa bạo lực với phụ nữ và trẻ em gái	117
Hoạt động 14.4 Tổng kết	119
BÀI 15. HỖ TRỢ CÁC NHÀ VẬN ĐỘNG XÃ HỘI VỀ PHÒNG NGỪA BẠO LỰC VỚI PHỤ NỮ VÀ TRẺ EM GÁI (tiếp theo Bài 14)	120
1. Mục tiêu	121
2. Tóm tắt các nội dung hoạt động	121
3. Tổng kết	121
BÀI 16. TỔNG KẾT – RÚT KINH NGHIỆM – NHÂN RỘNG	122
1. Mục đích	123
2. Chương trình và hướng dẫn hoạt động	123
3. Tài liệu chuẩn bị trước để phục vụ buổi sinh hoạt	125
MỘT SỐ HOẠT ĐỘNG TRÒ CHƠI	126
ĐIỀU KHOẢN THAM CHIẾU NAM GIỚI TIÊN PHONG TRONG HOẠT ĐỘNG PHÒNG CHỐNG BẠO LỰC VỚI PHỤ NỮ VÀ TRẺ EM GÁI TẠI ĐÀ NẴNG, VIỆT NAM	129

Hoạt động 1.1.

12.

Mong đợi

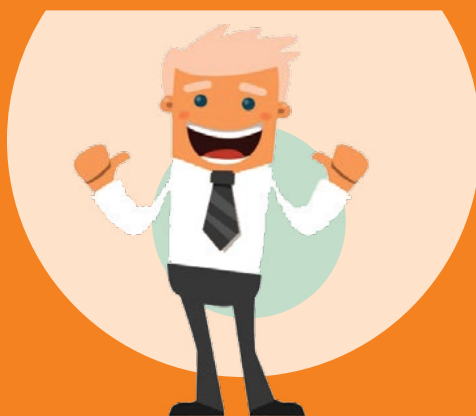
- * CLB duy trì lâu dài, hiệu quả.
- * Giải quyết hỗ trợ báo cáo g/đài x. b. em
- * Sắt với đời sống hiện tại -
- * Sinh hoạt đều đặn
- * Sinh hoạt tạo thành nếp sống văn hóa
- * Học được kinh nghiệm từ FCBL -
- * Kết nạp thêm thành viên
- * Sinh hoạt đúng giờ - chất

Lo ngại

* Có sinh hoạt trước



Bài 1



LÀM QUEN VÀ GIỚI THIỆU CHƯƠNG TRÌNH

1. MỤC TIÊU

Bài này nhằm giúp các thành viên và hướng dẫn viên:

- Làm quen với nhau, liệt kê được các mong đợi trong quá trình tham gia sinh hoạt câu lạc bộ.
- Tìm hiểu các chủ đề sẽ được đề cập trong tiến trình tham gia sinh hoạt câu lạc bộ, vai trò trách nhiệm của thành viên.
- Thiết lập các nguyên tắc trong sinh hoạt câu lạc bộ.

2. TÓM TẮT CÁC HOẠT ĐỘNG

Thời gian	Hoạt động	Tài liệu và phương tiện
30 phút	1.1. Làm quen	Giấy A0. Bút viết bảng cho thành viên.
30 phút	1.2. Mong đợi và Giới thiệu chương trình sinh hoạt câu lạc bộ	Thẻ giấy màu (2 màu). Giấy A0. Bút viết bảng cho thành viên. Tờ phát tay về chương trình sinh hoạt câu lạc bộ.
10 phút	1.3. Trò chơi thư giãn	
20 phút	1.4. Các nguyên tắc trong sinh hoạt câu lạc bộ	Thẻ giấy màu (2 màu). Giấy A0. Bút viết bảng cho thành viên.
10 phút	1.5. Tổng kết	Thông điệp chính của buổi sinh hoạt số 1

Hoạt động 1.1 Làm quen

Thời gian:

30 phút

Mục tiêu:

Các thành viên giới thiệu bản thân và biết thêm về các thành viên khác

Mô tả:

Trò chơi và hoạt động nhóm nhỏ

Tiến trình:

1. Trò chơi khởi động: Kết bè (10 phút)
 - Hướng dẫn viên chào mừng các thành viên đến với buổi sinh hoạt nhóm đầu tiên, mời tất cả tham gia một trò chơi khởi động để làm quen với nhau.
 - Hướng dẫn viên giới thiệu trò chơi Kết bè: Các thành viên đứng thành một vòng tròn. Khi hướng dẫn viên hô “Kết bè kết bè”, các thành viên sẽ trả lời “Kết mấy kết mấy”. Sau đó sẽ kết lại thành các “bè” theo hiệu lệnh của hướng dẫn viên.
 - Hướng dẫn viên cho nhóm chơi trong khoảng 5-7 phút. Sử dụng một số hiệu lệnh từ dễ tới khó: kết bè 2 người, 5 người 5 chân, 3 người 4 chân v.v.
 - Ở hiệu lệnh cuối cùng, hướng dẫn viên yêu cầu các thành viên kết thành 4 nhóm. Mục tiêu là để tạo nhóm nhỏ cho hoạt động tiếp theo.

2. Làm quen trong nhóm nhỏ (10 phút)

- Hướng dẫn viên đưa yêu cầu làm quen trong nhóm nhỏ: Mỗi thành viên nhóm sẽ tự giới thiệu 3 thông tin gồm: tên, tuổi, và một điều cảm thấy tự hào nhất về bản thân với tư cách là nam giới.
- Các thành viên nhóm sẽ trình bày thông tin (viết, vẽ) về nhóm mình một cách sáng tạo trên giấy A0, và cử người đại diện giới thiệu nhóm tới toàn thể thành viên câu lạc bộ.

3. Làm quen với toàn thể thành viên câu lạc bộ (10 phút)

- Đại diện của 4 nhóm lần lượt giới thiệu kết quả làm quen của nhóm mình tới toàn thể thành viên câu lạc bộ. Mỗi nhóm có tối đa 5 phút để giới thiệu.

Hoạt động 1.2 Mong đợi và Giới thiệu chương trình sinh hoạt câu lạc bộ

Thời gian:

30 phút

Mục tiêu:

Các thành viên chia sẻ mong đợi khi tham gia câu lạc bộ, và liệt kê được các chủ đề mà họ sẽ thảo luận trong thời gian 12 tháng sắp tới.

Mô tả:

Sử dụng thẻ màu để tìm hiểu mong đợi của thành viên. Sử dụng tờ phát tay số 1.1 để giới thiệu chương trình sinh hoạt câu lạc bộ.

Tiến trình:

1. Tìm hiểu mong đợi của thành viên câu lạc bộ (15 phút)

- Hướng dẫn viên đưa ra 2 loại thẻ màu để thành viên viết “MONG ĐỢI” và “LO NGẠI” khi tham gia sinh hoạt câu lạc bộ. Mỗi thẻ chỉ viết 01 điều mong đợi hoặc lo ngại. Thành viên có 5 phút để viết không hạn chế.
- Hướng dẫn viên thu lại các thẻ màu và dán lên bảng (giấy A0) theo 2 cột riêng cho “Mong đợi” và “Lo ngại”. Lưu ý gộp các ý kiến giống nhau lại để không bị trùng lặp.
- Hướng dẫn viên tóm tắt các mong đợi và lo ngại phổ biến.

2. Giới thiệu chương trình sinh hoạt câu lạc bộ (15 phút)

Hướng dẫn viên sử dụng tờ phát tay để giới thiệu chương trình sinh hoạt câu lạc bộ. Nhấn mạnh rằng:

- Các thành viên sẽ có được cả kiến thức và kỹ năng để giảm bớt các áp lực cho bản thân, ứng xử nhân văn hơn, và đặc biệt là cải thiện các mối quan hệ gia đình và xã hội của mình. Ngoài ra, các thành viên cũng sẽ tham gia các hoạt động truyền thông – vận động cộng đồng tùy theo khả năng.
- Kế hoạch sinh hoạt câu lạc bộ trong 11 tháng: 5 tháng đầu sẽ sinh hoạt 2 buổi/tháng; và 6 tháng tiếp theo sẽ sinh hoạt 1 buổi/tháng.

Hướng dẫn viên liên hệ các mong đợi, lo ngại của thành viên ở hoạt động trước để giải thích thêm về mong đợi xem có điều gì nằm ngoài khả năng của chương trình, đồng thời giải đáp các lo ngại.

Hoạt động 1.3 Trò chơi thư giãn

Thời gian:

10 phút

Mục tiêu:

Tạo không khí vui vẻ, thư giãn cho câu lạc bộ.

Mô tả:

Hướng dẫn viên chọn một trò chơi thư giãn, vận động tùy ý và hướng dẫn cho các thành viên (tham khảo hướng dẫn các trò chơi khởi động-thư giãn trong phụ lục).

Hoạt động 1.4 Các nguyên tắc trong sinh hoạt nhóm

Thời gian:

20 phút

Mục tiêu:

Các thành viên thống nhất địa điểm và thời gian phù hợp cho sinh hoạt câu lạc bộ, và nhất trí về những gì nên và không nên làm khi tham gia các buổi sinh hoạt.

Mô tả:

Sử dụng thẻ màu để lấy ý kiến thành viên. Thảo luận chung trên nhóm lớn.

Tiến trình:

1. Hướng dẫn viên đưa ra 2 loại thẻ màu để các thành viên viết những điều “NÊN LÀM” và “KHÔNG NÊN LÀM” khi tham gia sinh hoạt câu lạc bộ. Dành khoảng 5-7 phút để các thành viên viết không hạn chế các ý kiến, mỗi ý trên một thẻ màu phù hợp. Hãy suy nghĩ về những gì sẽ làm cho bạn cảm thấy thoải mái, an toàn, và truyền cảm hứng tham gia để mọi người có thể có trải nghiệm nhóm tích cực cùng nhau.
2. Hướng dẫn viên thu lại các thẻ màu và dán lên bảng (giấy A0) theo 2 cột riêng cho “Nên làm” và “Không nên làm”. Lưu ý gộp các ý kiến giống nhau để không bị trùng lặp.
3. Hướng dẫn viên tóm tắt các ý chính. Gọi ý thêm các nguyên tắc quan trọng nếu thành viên bỏ sót. Ví dụ: Đúng giờ, để điện thoại ở chế độ im lặng khi tham gia sinh hoạt câu lạc bộ, tích cực tham gia thảo luận, tôn trọng quan điểm của thành viên khác, lịch sự - không phát xét, bảo mật thông tin của người khác v.v.
4. Hướng dẫn viên đề nghị các thành viên thống nhất về thời gian và địa điểm phù hợp cho các buổi sinh hoạt câu lạc bộ tiếp theo. Lập kế hoạch thông báo và nhắc nhở một cách có hệ thống để đảm bảo rằng các thành viên nhóm nhận được thông báo/ nhắc nhở vào một hoặc hai ngày trước khi buổi sinh hoạt tiếp theo được tổ chức.

Hoạt động 1.5 Tổng kết

Thời gian:

10 phút

Mục tiêu:

Tổng kết nội dung thảo luận, khuyến khích các thành viên quay trở lại tham gia các buổi sinh hoạt sau.

Mô tả:

Hướng dẫn viên tóm tắt các thông điệp chính.

Tiến trình:

1. Hướng dẫn viên đề nghị mỗi thành viên chia sẻ 1 điều mà họ thích về buổi sinh hoạt câu lạc bộ đầu tiên

2. Hướng dẫn viên đưa thông điệp chính của buổi sinh hoạt câu lạc bộ:

Tham gia câu lạc bộ “Nam giới tiên phong trong phòng ngừa bạo lực đối với phụ nữ” để có kiến thức và kỹ năng làm giảm bớt áp lực cho bản thân khi thể hiện vai trò của người nam giới, có kỹ năng ứng xử nhân văn hơn để cải thiện các mối quan hệ gia đình và xã hội của mình.

Tham gia 16 buổi sinh hoạt trong 11 tháng: 2 buổi/tháng trong 5 tháng đầu, và 1 buổi/tháng trong 6 tháng sau. Mỗi buổi sinh hoạt trong 1,5 giờ (90 phút).

Tôn trọng các nguyên tắc khi tham gia sinh hoạt câu lạc bộ, đặc biệt là:

- Tôn trọng các quan điểm khác nhau.
- Không chỉ trích, phán xét quan điểm của người khác.
- Tích cực chia sẻ ý kiến và các bài học kinh nghiệm của bản thân.
- Tham gia nhiệt tình và đầy đủ các hoạt động của câu lạc bộ và các sự kiện liên quan đến dự án.

3. Hướng dẫn viên phát Tài liệu phát tay số 1.1, yêu cầu đại diện các nhóm đọc to cho mọi người cùng nghe, giải đáp thắc mắc nếu có, cảm ơn các thành viên đã tham gia buổi sinh hoạt, và hẹn gặp lại vào thời gian và địa điểm như đã thống nhất.



TÀI LIỆU PHÁT TAY SỐ 1.1 - Chương trình sinh hoạt câu lạc bộ “Nam giới tiên phong phòng ngừa bạo lực đối với phụ nữ”

1. Mục đích hoạt động

- Câu lạc bộ “Nam giới tiên phong trong phòng ngừa bạo lực đối với phụ nữ” được thành lập nhằm tạo một diễn đàn cho nam giới giao lưu, chia sẻ kiến thức, học hỏi kỹ năng để tạo dựng cuộc sống lành mạnh cho bản thân và cải thiện các mối quan hệ trong gia đình và xã hội.
- Đồng thời, câu lạc bộ cũng nhằm thúc đẩy các thành viên trở thành những người tiên phong tham gia truyền thông và các hoạt động phòng ngừa bạo lực đối với phụ nữ ở cộng đồng, góp phần xây dựng môi trường sống lành mạnh và văn minh tại địa phương.

2. Chương trình sinh hoạt

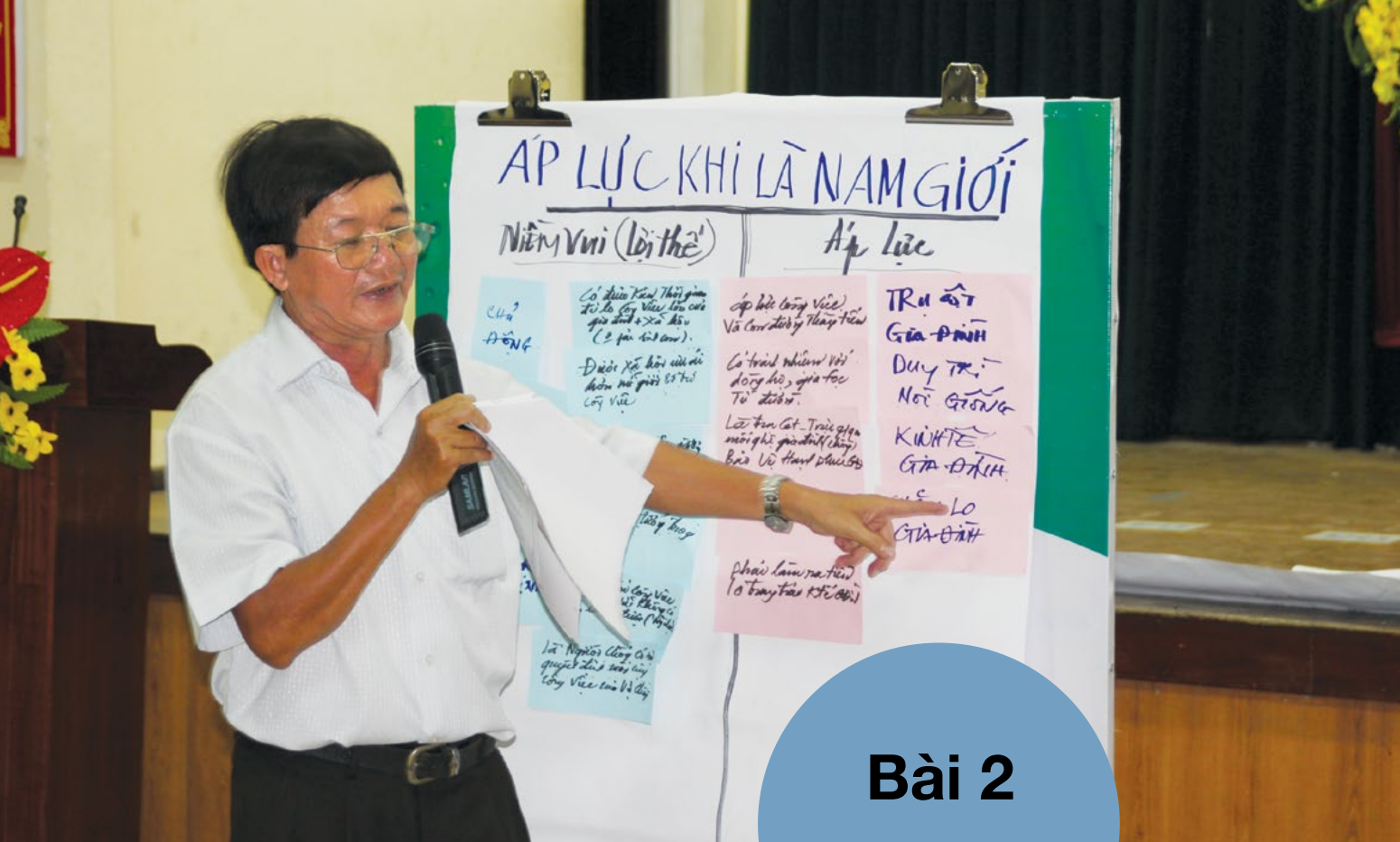
- Câu lạc bộ có 16 buổi sinh hoạt trong 11 tháng. Theo đó, 10 buổi sẽ được tổ chức trong 5 tháng đầu tiên (2 buổi/tháng). Trong 6 tháng tiếp theo, câu lạc bộ tổ chức sinh hoạt 1 buổi/tháng.

Nội dung các buổi sinh hoạt câu lạc bộ là về các kiến thức và kỹ năng giúp nam giới:

- a. Nhận diện các áp lực đối với nam giới trong cuộc sống và tạo các thay đổi tích cực trong thể hiện nam tính, hướng tới bình đẳng giới;
- b. Thực hành các kỹ năng giao tiếp hiệu quả và kiểm soát nóng giận, làm giảm căng thẳng và giải quyết mâu thuẫn không sử dụng bạo lực;
- c. Nhận diện các hành vi bạo lực đối với phụ nữ, phân tích nguyên nhân và hậu quả, chỉ ra những điều cần làm để hỗ trợ người bị bạo lực, và giải pháp hướng tới chấm dứt bạo lực;
- d. Xây dựng các kỹ năng và kế hoạch truyền thông để là những người vận động cộng đồng cùng tham gia thúc đẩy bình đẳng giới và phòng ngừa bạo lực đối với phụ nữ.

3. Vai trò của thành viên

- a. Cam kết tham gia đầy đủ và đúng giờ trong các buổi sinh hoạt câu lạc bộ.
- b. Tích cực tham gia các sự kiện cộng đồng do dự án “Huy động sự tham gia của cộng đồng trong việc phòng ngừa bạo lực với phụ nữ” tổ chức.
- c. Thiết kế và thực hiện các sáng kiến truyền thông tại cộng đồng về phòng ngừa bạo lực đối với phụ nữ (trong 6 tháng cuối và được cấp ngân sách riêng để thực hiện).
- d. Thể hiện bản thân là hình mẫu nam giới tích cực, bình đẳng, không sử dụng bạo lực.
- e. Khuyến khích các nam giới khác ở cộng đồng cùng tham gia các hoạt động về bình đẳng giới và phòng ngừa bạo lực đối với phụ nữ.



Bài 2



**ÁP LỰC
KHI LÀ NAM GIỚI**

1. MỤC TIÊU

Bài này nhằm giúp các thành viên:

- Giải thích sự khác nhau giữa đặc điểm sinh học (giới tính) và đặc điểm xã hội (giới) của nam và nữ
- Thảo luận và phân tích các áp lực đối với bản thân trong việc thể hiện nam tính (thể hiện giới) theo mong đợi của gia đình và xã hội.

2. TÓM TẮT CÁC HOẠT ĐỘNG

Thời gian	Hoạt động	Tài liệu và phương tiện
10 phút	2.1. Chào đón	02 tờ giấy A0 và bút viết giấy (cho lựa chọn 2)
30 phút	2.2. Giới và Giới tính	Hình vẽ cơ thể nam và nữ.
10 phút	2.3. Trò chơi thư giãn	
30 phút	2.4. Lợi thế và áp lực khi phải làm nam giới	1 tờ giấy A0 chia đôi: một bên là Lợi thế, một bên là Áp lực (hoặc chia đôi bảng). Nhiều thẻ giấy màu: 2 màu, khổ 7cm x 29cm (1/3 tờ A4) Bút viết giấy/ viết bảng: 1 bút/ 1 thành viên
10 phút	2.5. Tổng kết	Thông điệp chính của buổi sinh hoạt số 2

Hoạt động 2.1 Chào đón

Thời gian:

10 phút

Mục tiêu:

Giải đáp các câu hỏi hoặc phản hồi các “thành tựu” mà thành viên đã thực hiện được kể từ sau buổi sinh hoạt trước.
Giới thiệu nội dung buổi sinh hoạt

Mô tả:

Hướng dẫn viên tóm tắt và các thành viên đưa thông tin phản hồi.

Tiến trình:

1. Hướng dẫn viên chào đón các thành viên và đề nghị thành viên ôn lại nội dung chính của buổi sinh hoạt trước. Có thể thực hiện theo hình thức chia sẻ của cá nhân, hoặc thi đua chia sẻ theo nhóm.
2. Hướng dẫn viên hỏi các thành viên xem còn câu hỏi hoặc băn khoăn gì liên quan nội dung buổi sinh hoạt trước hay không.
3. Hướng dẫn viên giới thiệu nội dung của buổi sinh hoạt câu lạc bộ số 2: Chúng ta sẽ tìm hiểu xem các đặc điểm nam tính là do “trời sinh ra thế” hay “người sinh ra thế”, và thảo luận các áp lực đối với nam giới khi phải thể hiện nam tính – tuân thủ các chuẩn mực của xã hội về vai trò của nam giới trong gia đình và xã hội.

Hoạt động 2.2 Giới tính và Giới

Thời gian:

30 phút

Mục tiêu:

Các thành viên giải thích được sự khác nhau giữa đặc điểm sinh học và đặc điểm xã hội giữa nam và nữ, đồng thời giải thích được rằng phần lớn các chuẩn mực về nam tính không phải do các đặc điểm sinh học quyết định.

Mô tả:

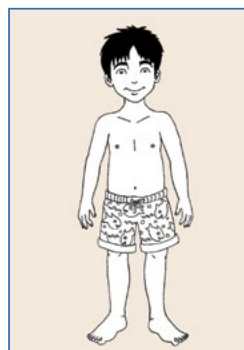
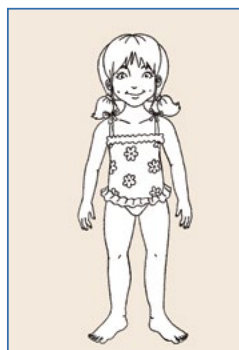
Các thành viên tham gia vẽ tranh và thảo luận trong nhóm nhỏ. Sau đó cùng thảo luận trên nhóm lớn.



Tiến trình:

1. Thảo luận nhóm nhỏ (10 phút)

Hướng dẫn viên chia các thành viên vào 4 nhóm, phát cho 2 nhóm hình vẽ nam giới và 2 nhóm kia hình vẽ nữ giới (hình vẽ nam giới và hình vẽ nữ giới phải được vẽ to trên tờ giấy A0). Yêu cầu các nhóm thảo luận và viết lên giấy các đặc điểm về mặt sinh học có thể phân biệt nam và nữ, các đặc điểm tính cách hoặc mong đợi của xã hội đối với nam/ nữ.



2. Trình bày và thảo luận nhóm lớn (20 phút)

Yêu cầu cử đại diện các nhóm trình bày (tổng 10 phút). Hai nhóm thảo luận cùng về một đối tượng (nam và nữ) sẽ trình bày cùng nhau: nhóm trình bày sau chỉ bổ sung các điểm khác, mới so với nhóm trình bày trước.

- Hướng dẫn viên tập trung vào các đặc điểm khác biệt về mặt sinh học và đặt câu hỏi: “*Những đặc điểm này có thể hoán đổi giữa nam và nữ hay không?*”, sau đó kết luận: “*Những **đặc điểm sinh học** là **không thể thay đổi** và **hoán đổi** giữa nam và nữ (trừ khi tiến hành phẫu thuật chuyển đổi giới tính. Đó là những đặc điểm có sẵn từ khi sinh ra. Đây chính là **giới tính**”.*
- Hướng dẫn viên tập trung vào các đặc điểm khác và đặt câu hỏi: “*Những đặc điểm này **có thể hoán đổi** giữa nam và nữ hay không?*”, sau đó kết luận: “*Tất cả các đặc điểm về **mặt tính cách** hay **mong đợi xã hội** dành cho nam và nữ đều **có thể hoán đổi** và **thay đổi** theo thời gian tùy thuộc vào sự phát triển của xã hội. Những đặc điểm này là do được **dạy dỗ, học hỏi** và **quan sát** mà có. Đây là các đặc điểm về **giới**. Người ta hay lợi dụng sự khác biệt về mặt sinh học giữa nam và nữ để gán cho từng giới những thiên chức “*nhất định*” (ví dụ như Nam giới là trụ cột gia đình, Phụ nữ phải chăm sóc con cái do chỉ họ mới có thể sinh con,...).*

Hướng dẫn viên phát tài liệu phát tay số 2.1. và yêu cầu đại diện các nhóm đọc từng đoạn cho những người khác nghe. Sau khi đọc xong, hỏi các thành viên xem có câu hỏi hay thắc mắc gì không. Nếu không thì chuyển sang phần tiếp theo.

Hoạt động 2.3 Trò chơi thư giãn

Thời gian:

10 phút

Mục tiêu:

Tạo không khí vui vẻ, thư giãn cho câu lạc bộ.

Mô tả:

Hướng dẫn viên chọn một trò chơi thư giãn, vận động tùy ý và hướng dẫn cho các thành viên (tham khảo hướng dẫn các trò chơi khởi động – thư giãn trong phụ lục).

Hoạt động 2.4 Lợi thế và áp lực của nam giới

Thời gian:

30 phút

Mục tiêu:

Các thành viên hiểu rõ hơn các chuẩn mực của xã hội về nam tính và áp lực của các chuẩn mực này tới bản thân nam giới và các mối quan hệ của họ.

Mô tả:

Các thành viên chia sẻ trải nghiệm sống của cá nhân họ, tham gia thảo luận nhóm nhỏ và sau đó cùng thảo luận trên nhóm lớn.

Tiến trình:

1. Trải nghiệm cá nhân (5-10 phút)

Hướng dẫn viên đề nghị các thành viên nhắm mắt và nhớ lại một lần nào đó họ đã được người khác đối xử theo một cách riêng chỉ vì họ là nam giới (nghĩa là, nếu giả sử họ là phụ nữ thì sẽ chắc chắn không bị đối xử như vậy). Dành 2 phút riêng tư, im lặng cho các thành viên.

Đề nghị 1-2 người tình nguyện chia sẻ.

Hướng dẫn viên hỏi các thành viên xem họ cảm thấy như thế nào về việc được đối xử khác biệt như vậy?

2. Thảo luận nhóm nhỏ (15 phút)

Hướng dẫn viên chia các thành viên vào 4 nhóm nhỏ. Giao cho các nhóm thẻ màu xanh để họ liệt kê trong 5 phút (càng nhiều càng tốt) các “LỢI THẾ” của nam giới ở các độ tuổi khác nhau: trẻ em trai – thanh thiếu niên – trung niên – lớn tuổi (mỗi thẻ màu chỉ ghi 1 lợi thế). Yêu cầu các nhóm dán hết lên bảng vào ô Lợi thế.

Tiếp theo giao cho các nhóm thẻ màu vàng để họ liệt kê trong 5 phút (càng nhiều càng tốt) các “ÁP LỰC” của nam giới ở các độ tuổi khác nhau: trẻ em trai – thanh thiếu niên – trung niên – lớn tuổi (mỗi thẻ màu chỉ ghi 1 áp lực). Yêu cầu các nhóm dán hết lên bảng vào ô Áp lực.

3. Hướng dẫn viên lần lượt đặt các câu hỏi sau đây cho cả lớp (10-15 phút)

- Các anh có suy nghĩ gì khi nhìn thấy các lợi thế và áp lực của nam giới như đã được liệt kê trên bảng? (dành thời gian cho các nhóm trả lời).
- Theo các anh, phụ nữ có các lợi thế và áp lực như nam giới hay không? Vì sao?

4. Hướng dẫn viên nhấn mạnh sự khác biệt về lợi thế và áp lực của nam và nữ là do bất bình đẳng giới và sự mất cân bằng quyền lực giữa nam và nữ, đặc biệt trong xã hội gia trưởng của Việt Nam. Chỉ có bình đẳng giới mới giúp cho phụ nữ và nam giới có vị thế cân bằng với nhau.

5. Hướng dẫn viên đặt câu hỏi: “Theo các anh, nam giới có lợi ích như thế nào từ bình đẳng giới?”.

Hướng dẫn viên để cho học viên trả lời tự do, sau đó phát ờ phát tay số 2.2, yêu cầu mọi người đọc và tìm những lợi ích của nam giới khi có bình đẳng giới trong tờ phát tay.



Hoạt động 2.5 Tổng kết

1. Hướng dẫn viên đề nghị toàn bộ thành viên đứng lên thành vòng tròn khép kín, dung quả bóng giấy hoặc bút chuyển cho một người nhất định (có thể dung một bài hát tập thể hoặc dân ca địa phương và dùng bất ngờ); ai đang cầm bút hoặc quả bóng sẽ chia sẻ một điều mới mà họ học được trong buổi sinh hoạt.
2. Hướng dẫn viên đưa thông điệp chính của buổi sinh hoạt.
 - Nam giới và phụ nữ chỉ khác nhau ở các đặc điểm sinh học-do bẩm sinh đã có.
 - Phần lớn các khác biệt giữa nam và nữ là do quá trình học hỏi, quan sát, giáo dục từ khi còn nhỏ tới khi trưởng thành. Điều đó có nghĩa là các khác biệt này được tạo ra và không phải là đặc điểm sinh học tự nhiên vốn có.
 - Nam giới cũng chịu các áp lực do các chuẩn mực xã hội về thể hiện nam tính.
 - Nam giới cũng sẽ có lợi khi tham gia các hoạt động về bình đẳng giới: xoá bỏ các chuẩn mực cứng nhắc về nam tính và nữ tính, tôn trọng năng lực và đặc điểm riêng của từng cá nhân, tạo sự công bằng về cơ hội và hưởng thụ cho tất cả mọi người.
3. Hướng dẫn viên đề nghị các thành viên câu lạc bộ suy nghĩ về việc bản thân mong muốn và có khả năng trở thành một người nam giới như thế nào, đang phải chịu những áp lực gì khi phải theo chuẩn mực chung của xã hội, và việc phải cố gắng theo chuẩn mực đang tạo ra ảnh hưởng tiêu cực gì tới các mối quan hệ gia đình và cuộc sống của mỗi người.
4. Hướng dẫn viên cảm ơn các thành viên đã tham gia buổi sinh hoạt, và hẹn gặp lại vào thời gian và địa điểm như đã thống nhất.



TÀI LIỆU PHÁT TAY SỐ 2.1 - Giới tính và Giới

GIỚI TÍNH	GIỚI
<p>Là các đặc điểm khác biệt về sinh học giữa nam và nữ: nhiễm sắc thể cơ quan sinh dục cơ bắp v.v...</p> <p>Có được do bẩm sinh.</p> <p>Khó thay đổi. Không bị ảnh hưởng nhiều bởi các yếu tố xã hội như văn hoá – chính trị - lịch sử v.v.</p>	<p>Là các đặc điểm khác biệt về xã hội giữa nam và nữ: tính cách, phẩm chất, vai trò, vị thế v.v.</p> <p>Có được do quá trình dạy dỗ, học hỏi, quan sát trong gia đình, ngoài xã hội.</p> <p>Thay đổi theo thời gian địa lý. Bị ảnh hưởng nhiều bởi các yếu tố xã hội như văn hoá – chính trị - lịch sử - kinh tế v.v.</p>

Nam và nữ sinh ra có sự khác biệt về cơ thể sinh học, ví dụ nữ có thể mang thai và sinh con, còn nam giới có thể làm cho phụ nữ có thai. Sự khác biệt về mặt cơ thể sinh học là do bẩm sinh và không thể thay đổi được.

- Tuy nhiên, phần lớn những khác biệt giữa nam và nữ lại không phải do bẩm sinh, mà là do được dạy dỗ từ nhỏ, hoặc do học hỏi từ những người xung quanh.
- Ví dụ, lúc sinh ra, nam cũng như nữ đều chưa biết phải nấu cơm, rửa bát, quét nhà như thế nào. Nhưng do quan niệm sai lệch rằng nam chỉ lo công to việc lớn, nữ lo việc nội trợ trong nhà, nên bố mẹ và những người xung quanh chỉ dạy dỗ và yêu cầu con gái làm việc nhà, còn con trai thì không bắt phải làm. Khi lớn lên, nam và nữ quan sát thấy gia đình mình và những người xung quanh đều có cách làm tương tự, nên hiểu sai rằng nội trợ là ‘thiên chức’ của người phụ nữ, còn làm việc lớn là ‘thiên chức’ của người đàn ông. Và khi trở thành bố mẹ, họ lại tiếp tục dạy dỗ con mình theo quan niệm sai lệch đó, cho dù bản thân họ có thể nhận thấy những ‘thiên chức’ là gánh nặng mà không phải niềm vui.
- Trên thực tế, phần lớn những gì được coi là ‘thiên chức’ đều là do dạy dỗ, học hỏi mà thành, không phải là do sự khác biệt về cơ thể hay do bẩm sinh. Và vì vậy, những “thiên chức” này là có thể thay đổi được.



TÀI LIỆU PHÁT TAY SỐ 2.2 - Áp lực do chuẩn mực về Giới

- Các chuẩn mực về Giới và sự không bình đẳng về vai trò – vị thế giữa nam và nữ đang tạo ra nhiều bất công và nguy cơ cho phụ nữ.
- Nam giới có nhiều quyền lực, lợi thế và được ưu ái hơn so với phụ nữ. Tuy nhiên, bản thân nam giới cũng đang chịu các áp lực do chuẩn mực về Giới trong xã hội tạo ra.
- Ví dụ, nam giới bị áp lực phải kiếm tiền nuôi vợ con, làm chủ kinh tế gia đình. Giả sử, vì sức khỏe, vì điều kiện gia đình, vì năng lực cá nhân, vì không gặp may trong cuộc sống v.v. mà nam giới không kiếm được tiền hoặc không kiếm được nhiều tiền như người khác, thì họ dễ lâm vào tình trạng buồn chán, thất vọng, đối xử không tốt với vợ con. Trong khi đó, vợ của họ - để được coi là một người vợ 'tốt', thì vừa phải lo kiếm tiền, vừa phải gắng gượng các công việc nội trợ, chăm sóc con cái, lại vừa phải nhẫn nhục chịu đựng, kể cả khi chồng gây bạo lực. Trong nhiều trường hợp, người phụ nữ phải 'hy sinh' sức khỏe, thậm chí cả tính mạng của mình vì không dám làm khác đi hay phản ứng lại những 'thiên chức' mà họ bị gán cho.
- Trên thực tế, không có gì hoàn toàn chỉ là lợi thế hoặc chỉ là áp lực. Khi nam giới có lợi nhờ các quan niệm xã hội đề cao hơn vai trò – vị thế của nam, thì đồng thời nam giới cũng bị ràng buộc với các trách nhiệm đi theo vai trò – vị thế của mình.
- Khi nam giới tôn trọng sự bình đẳng của phụ nữ thì chắc chắn sẽ có nhiều lợi ích từ việc không nhất thiết phải tuân thủ các nguyên tắc xã hội về nam tính.
- Ví dụ, nam giới chia sẻ công việc nhà và chăm sóc con cái với vợ. Phụ nữ chia sẻ trách nhiệm làm kinh tế với chồng. Ai giỏi việc gì hơn thì làm theo năng lực. Ai có cơ hội hơn thì được tạo điều kiện để phấn đấu. Miễn là vợ chồng tôn trọng nhau và đánh giá cao công sức của nhau, cho dù công sức đó có mang lại vật chất – tiền bạc nhìn thấy được hay không.





Bài 3



THAY ĐỔI CHUẨN MỰC GIỚI

1. MỤC TIÊU

Bài này giúp các thành viên:

- củng cố thêm kiến thức để phân biệt giới và giới tính, và đặt câu hỏi phản biện lại “thiên chức” mặc định xưa nay của phụ nữ và nam giới
- Động não/ cùng suy nghĩ về những thay đổi trong thực hành các chuẩn mực xã hội về nam tính mà họ có thể làm và vận động nam giới khác cùng làm để có bình đẳng giới

2. TÓM TẮT CÁC HOẠT ĐỘNG

Thời gian	Hoạt động	Tài liệu và phương tiện
10 phút	3.1. Chào đón	
20 phút	3.2. Giới hay Giới tính?	Danh sách các câu nói về Giới/ Giới tính, 3 tờ giấy A4 ghi “GIỚI”, “GIỚI TÍNH”, “BẢN KHOẢN”
10 phút	3.3. Trò chơi thư giãn	
40 phút	3.4. Thay đổi các chuẩn mực giới tiêu cực	Một số thẻ giấy màu trên có ghi sẵn 1 vài kết quả thảo luận của hoạt động 2.4. về áp lực khi phải làm nam giới
10 phút	3.5. Tổng kết	Thông điệp chính của buổi sinh hoạt số 3

Hoạt động 3.1 Chào đón

Thời gian:

10 phút

Mục tiêu:

Giải đáp các câu hỏi hoặc phản hồi các “thành tựu” mà thành viên đã thực hiện được kể từ sau buổi sinh hoạt trước. Giới thiệu nội dung buổi sinh hoạt.

Mô tả:

Hướng dẫn viên tóm tắt và các thành viên đưa thông tin phản hồi.

Tiến trình:

1. Hướng dẫn viên chào đón các thành viên và đề nghị thành viên ôn lại nội dung chính của buổi sinh hoạt trước. Có thể thực hiện theo hình thức chia sẻ của cá nhân, hoặc thi đua chia sẻ theo nhóm.
2. Hướng dẫn viên hỏi các thành viên xem còn câu hỏi hoặc bản khoăn gì liên quan nội dung buổi sinh hoạt trước hay không.
3. Hướng dẫn viên giới thiệu nội dung của buổi sinh hoạt câu lạc bộ số 3: Hôm nay chúng ta sẽ cùng nhau thảo luận việc thay đổi trong thực hành các chuẩn mực xã hội về nam tính và vận động nam giới khác cùng thay đổi.

Hoạt động 3.2 Giới tính hay Giới?

Thời gian:

20 phút

Mục tiêu:

Các thành viên phân biệt được sự khác biệt giữa Giới tính và Giới, và giải thích được một số lầm tưởng về việc không thể thay đổi được chuẩn mực xã hội về Giới.

Mô tả:

Các thành viên tham gia hoạt động “chạy chỗ đưa ý kiến” để phân biệt Giới tính và Giới, và cùng thảo luận lý do khiến họ chấp nhận “vô điều kiện” hay dám đặt câu hỏi ngược lại đối với các “thiên chức” được gán cho nam giới và phụ nữ.

Tiến trình:

1. Hướng dẫn viên yêu cầu thành viên đứng lên thành vòng tròn, giới thiệu: *Hôm trước chúng ta đã phân biệt giới tính và giới. Chúng ta đã thống nhất với nhau giới là các đặc điểm xã hội, gán cho nam hoặc nữ. Bây giờ tôi sẽ đọc một số câu nói, các anh nghe và cân nhắc xem câu nào là nói về giới thì đứng sang bên tay phải tôi, câu nào là nói về giới tính thì đứng bên tay trái, và câu nào các anh còn băn khoăn thì đứng ở giữa đối diện với tôi:*

[Lưu ý cho hướng dẫn viên: sau mỗi câu thì ngừng lại và quan sát xem học viên đứng ở phía bên nào nhiều nhất, chọn một người bất kỳ trong nhóm ít và hỏi tại sao họ lại đứng ở đó. Yêu cầu một người bên nhóm đông đưa ra lý do của họ để thuyết phục những người ở nhóm ít sang phía mình. Đặc biệt chú ý đến nhóm còn băn khoăn].

- a. Lao động nữ có chế độ nghỉ thai sản 6 tháng
 - b. Đàn ông xây nhà, đàn bà xây tổ ấm
 - c. Nam vô tửu như kỳ vô phong
 - d. Phụ nữ đá không cao hơn ngọn cỏ
 - e. Nam giới nóng tính, khó kiềm chế khi tức giận
2. Hướng dẫn viên để cho học viên trả lời tự do và tìm những lợi ích của nam giới khi có bình đẳng giới trong tờ phát tay số 3.1. Hướng dẫn viên tóm lược: *Tất cả các chuẩn mực giới, dù là gán cho nam hay nữ thì đều mang tính phân biệt, có khả năng hạn chế tiềm năng và cơ hội nhất định của nam và nữ. Vì vậy, chúng ta cần phải thay đổi các chuẩn mực này để mọi người đều tận hưởng quyền của mình.* Cuối cùng, phát tờ phát tay số 3.1 và yêu cầu mọi người đọc.



Hoạt động 3.3 Trò chơi thư giãn

Thời gian:

10 phút

Mục tiêu:

Tạo không khí vui vẻ, thư giãn cho câu lạc bộ.

Mô tả:

Hướng dẫn viên chọn một trò chơi thư giãn, vận động tùy ý và hướng dẫn cho các thành viên. (Tham khảo hướng dẫn các trò chơi khởi động – thư giãn trong phụ lục).

Hoạt động 3.4 Thay đổi các chuẩn mực giới

Thời gian:

40 phút

Mục tiêu:

Các thành viên xác định được những giải pháp thiết thực để thách thức lại các chuẩn mực về giới đang thống trị trong xã hội.

Mô tả:

Các thành viên thảo luận nhóm nhỏ để nhận diện các yếu tố hỗ trợ và rào cản đối với sự thay đổi chuẩn mực về giới, và các giải pháp để vượt qua rào cản.

Tiến trình:

1. Ở buổi sinh hoạt trước, chúng ta đã thảo luận về các áp lực đối với nam giới khi phải tuân thủ theo các chuẩn mực xã hội về nam tính. Ở hoạt động 3.2. vừa xong, chúng ta rút ra bài học rằng “thiên chức” và các chuẩn mực về nam tính và nữ tính thực ra do yếu tố xã hội hơn là sinh học. Do vậy, các chuẩn mực về nam tính, nữ tính (Chuẩn mực Giới) hoàn toàn có thể thay đổi được.
2. Bây giờ, chúng ta sẽ chia về 4 nhóm nhỏ để thảo luận về các áp lực của nam giới: (1) áp lực kinh tế (nam giới là trụ cột kinh tế của gia đình); (2) áp lực vị thế xã hội (nam giới phải thành đạt, làm vẻ vang cho gia đình – dòng họ); (3) áp lực về sinh sản (phải có con trai nối dõi); (4) áp lực về tình dục (nam giới chủ động, nhiều ham muốn, biết cách tạo khoái cảm). Ở mỗi áp lực, các anh sẽ thảo luận 3 câu hỏi sau đây:
 - Liệu nam giới có thể làm gì khác đi giảm tải áp lực cho bản thân và đồng thời, tạo mối quan hệ tốt đẹp hơn với vợ/ người yêu/ bạn tình?
 - Liệu sẽ có những rào cản gì đối với việc nam giới sống “khác đi” như vậy?
 - Nam giới có thể làm gì để vượt qua các rào cản?
3. Hướng dẫn viên dành 10 phút cho các nhóm thảo luận các câu hỏi dưới đây. Sau đó mỗi nhóm có 5 phút để cử đại diện trình bày và cuối cùng có 10 phút cho thảo luận chung trên nhóm lớn.
 - Các bạn rút ra được điều gì từ thảo luận nhóm?
 - Làm thế nào để có thể thay đổi các chuẩn mực giới?
4. Hướng dẫn viên phát tờ phát tay số 3.2, yêu cầu mọi người đọc để tổng kết hoạt động.

Hoạt động 3.5 Tổng kết

1. Hướng dẫn viên đề nghị tất cả thành viên đứng lên thành vòng tròn, lần lượt chia sẻ 1 điều mới mà họ học được trong buổi sinh hoạt.
2. Hướng dẫn viên đưa thông điệp chính của buổi sinh hoạt.
 - Các đặc tính sinh học thường bị lạm dụng để giải thích cho các chuẩn mực về Giới (chuẩn mực về nam tính, nữ tính). Trên thực tế, hầu hết sự khác biệt giữa nam và nữ là do các quan niệm xã hội tạo ra, không phải do sinh học.
 - Nam giới hiện tại có vị thế quyền lực trong gia đình và xã hội cao hơn phụ nữ, vì vậy, nam giới đóng vai trò quan trọng để tạo ra các thay đổi trong thực hành vai trò Giới (vai trò của nam giới và phụ nữ do xã hội quy định).
 - Việc thay đổi quan niệm và thực hành vai trò Giới không đơn giản do số đông người trong xã hội được dạy dỗ và làm theo vai trò Giới đó là “tự nhiên” và “thiên chức”. Vì vậy, cần vận động nhiều nam giới trong cộng đồng cùng hiểu và tạo ra thay đổi.
3. Hướng dẫn viên đề nghị các thành viên câu lạc bộ tự đề ý tới các lời nói và hành động của cá nhân mình, xem mình đang vô tình củng cố thêm chuẩn mực xã hội về nam tính – nữ tính, hay mình đang hành động khác đi so với thông lệ để tạo ra sự thay đổi, và quan sát xem những sự thay đổi nhỏ nhỏ của bản thân đã có tác động gì tới mối quan hệ trong gia đình.
4. Hướng dẫn viên yêu cầu tất cả các thành viên hát một bài tập thể, sau đó cảm ơn các thành viên đã tham gia buổi sinh hoạt, và hẹn gặp lại vào thời gian và địa điểm như đã thống nhất.



TÀI LIỆU PHÁT TAY 3.1 - Giới tính hay là Giới?

- 1. Lao động nữ có chế độ nghỉ thai sản 6 tháng:** Quy định bắt nguồn từ sự khác biệt về Giới tính. Phụ nữ là người mang thai và sinh con. Tuy nhiên, trong một số bối cảnh, sự khác biệt này về Giới tính bị lạm dụng để giải thích cho sự phân biệt đối xử đối với phụ nữ trong xã hội: ví dụ, đổ lỗi cho phụ nữ nếu cặp đôi chậm có con hoặc sinh con một bề (nhất là sinh con gái).
- 2. Đàn ông xây nhà, đàn bà xây tổ ấm:** Đây là quan điểm về Giới. Trước kia, phụ nữ sống phụ thuộc vào nam giới, đặc biệt về kinh tế và không có nhiều giao lưu ra bên ngoài với xã hội. Hiện nay, ngày càng nhiều phụ nữ đi làm kiếm tiền và nam giới bắt đầu chia sẻ các trách nhiệm về công việc nhà, chăm sóc con với phụ nữ.
- 3. Nam vô tửu như kỳ vô phong:** Đây là quan điểm về Giới. Không phải nam giới nào cũng có khả năng uống nhiều rượu, và không phải tất cả nam giới đều thích uống rượu. Trong các bữa tiệc, nhiều nam giới bị ép phải uống (và uống say) hoặc phải cố gắng gồng mình lên uống để chứng tỏ “bản lĩnh đàn ông”. Điều này có hại nhiều hơn có lợi.
- 4. Phụ nữ đá không cao hơn ngọn cỏ:** Đây là quan điểm về Giới, tuy xuất phát điểm có liên quan tới Giới tính. Do cấu trúc của cơ thể, phụ nữ “đá ngỏi” trong khi nam giới có thể “đá đứng”. Tuy nhiên, sự khác biệt này về giới tính thường bị lạm dụng để cho rằng phụ nữ không có hiểu biết và không có năng lực bằng nam giới.
- 5. Nam giới nóng tính, khó kiểm chế khi tức giận:** Đây là quan điểm về Giới. Trên thực tế, bất kỳ ai-cho dù là nam hay nữ, thì đều có lúc nóng tính. Nhưng việc nam giới nóng tính và gây bạo lực thường dễ được xã hội chấp nhận hơn, và được giải thích bằng cách cho rằng đó là “bản chất tự nhiên” của nam giới. Trong khi với cùng tình huống, nếu là người phụ nữ nóng tính và không kiểm chế được, thì sẽ bị chê trách, lên án. Cả đàn ông và phụ nữ đều có khả năng diễn đạt bản thân, giải quyết các vấn đề bức bối và xung đột mà không sử dụng bạo lực, vẫn thể hiện sự tôn trọng, lịch sự và quả quyết.

Các đặc tính sinh học có vai trò nhất định trong việc hình thành một vài đặc tính xã hội. Ví dụ, phụ nữ có buồng trứng và dạ con để mang thai nên có chế độ nghỉ thai sản.

Tuy nhiên, **các đặc tính sinh học thường bị lạm dụng để giải thích các định kiến/ quan niệm của xã hội về phụ nữ và nam giới, và xây dựng nên niềm tin sai lầm rằng các định kiến/ quan niệm này là tự nhiên và không thể thay đổi được.** Trong khi trên thực tế, **các quan niệm xã hội đều có thể thay đổi và thực tế nó đã thay đổi.**

Định kiến xã hội có ảnh hưởng tiêu cực đến cả phụ nữ và nam giới. Nhưng do sự mất cân bằng về quyền lực giữa nam và nữ trong gia đình và xã hội, phụ nữ chịu nhiều thiệt thòi hơn và dễ bị tổn thương hơn so với nam giới.

TÀI LIỆU PHÁT TAY 3.2 - Thay đổi chuẩn mực Giới từ đâu?

- Nhiều người lầm tưởng rằng phụ nữ có khả năng kiếm tiền là sẽ được bình đẳng. Trên thực tế, năng lực làm kinh tế giúp phụ nữ được tự do hơn trong các quyết định cho bản thân, nhưng chưa giải phóng họ ra khỏi sự phụ thuộc vào nam giới, và cũng chưa giải phóng được nam giới ra khỏi mong đợi của xã hội rằng phải là trụ cột gia đình.
- Xã hội đang ngày càng thay đổi, đặc biệt về vai trò của phụ nữ trong làm kinh tế và tham gia công việc ngoài xã hội. Trong khi các chuẩn mực về Giới (nam tính, nữ tính) và vai trò Giới (vai trò của phụ nữ và nam giới trong gia đình và ngoài xã hội) chưa thay đổi, thì sẽ tạo một khoảng cách mâu thuẫn giữa đòi hỏi thực tế và quan niệm truyền thống. Sự mâu thuẫn này phần nào đã làm tăng thêm bạo lực đối với phụ nữ.
- Nam giới đóng vai trò quan trọng để tạo ra sự thay đổi, bởi vì hiện tại nam giới đang có ưu thế hơn – nghiêm nhiên được hưởng vị trí và có quyền lực cao hơn phụ nữ trong cả các mối quan hệ cá nhân, gia đình và xã hội. Quyền lực và lợi thế này có thể được sử dụng để thay đổi các chuẩn mực có hại và vai trò lẫn nhau để tất cả chúng ta có thể chung sống trong một cộng đồng bình đẳng, an toàn, và sôi động mà ở đó chúng ta cảm thấy được tôn trọng, được hỗ trợ, và có khả năng phát huy tiềm năng của chúng ta.
- Việc thay đổi chuẩn mực về giới có thể bắt đầu ngay trong các công việc và giao tiếp hàng ngày của mỗi nam giới. Một khi chúng ta không câu nệ việc gì là việc của phụ nữ, việc gì của nam giới; không cười những người nam giới “làm việc của đàn bà”; không trêu đùa những người chỉ có con gái; không ép nhau phải uống rượu để thể hiện “tính đàn ông” v.v. thì chúng ta giúp chính mình và giúp những người khác thay đổi, có cuộc sống bình đẳng hơn, thoải mái hơn.
- Việc thay đổi các chuẩn mực về giới là không đơn giản, ngay cả khi ta biết rõ rằng chuẩn mực đó là có hại và đang gây khó khăn, áp lực cho bản thân mình. Tuy nhiên, chúng ta sẽ có điều kiện thuận lợi hơn cho thay đổi khi có một nhóm bạn cùng chí hướng hỗ trợ và cùng thay đổi với mình. Càng có nhiều người thay đổi quan niệm về chuẩn mực giới thì sự thay đổi sẽ càng lớn hơn, thuận lợi hơn.
- Mỗi người chúng ta ở đây có thể là một hình mẫu cho sự thay đổi, cho hình ảnh nam giới bình đẳng cho những người xung quanh nhìn vào, và để họ cũng sẽ muốn thay đổi tích cực.





Bài 4



GIAO TIẾP KHI NÓNG GIẬN

1. MỤC TIÊU

Bài này giúp các thành viên:

- Giải thích được các cách giao tiếp khác nhau có thể giúp làm giảm hoặc làm tăng căng thẳng, nóng giận
- Liệt kê và thực hành cách nói để kiểm soát nóng giận và giảm căng thẳng

2. TÓM TẮT CÁC HOẠT ĐỘNG

Thời gian	Hoạt động	Tài liệu và phương tiện
10 phút	4.1. Chào đón	
45 phút	4.2. Giao tiếp để giảm căng thẳng và nóng giận	In/ viết 2 tình huống ra giấy, mỗi tình huống 2 bản cho thảo luận nhóm nhỏ: <ul style="list-style-type: none">- Tình huống 1: Anh sẽ nói gì với vợ khi vợ anh được một người bạn nói cho biết một lỗi lầm của anh khiến anh mất nhiều tiền.- Tình huống 2: Anh sẽ nói gì khi anh đang thích “yêu” mà vợ anh lại từ chối, nói rằng cô ấy đang mệt lắm. Giấy A0 và bút viết bảng/ giấy cho 4 nhóm
10 phút	4.3. Trò chơi thư giãn	
15 phút	4.4. Giao tiếp kỹ năng nói về cảm xúc và mong muốn của bản thân	
10 phút	4.5. Tổng kết	Thông điệp chính của buổi sinh hoạt số 4

Hoạt động 4.1 Chào đón

Thời gian:

10 phút

Mục tiêu:

Giải đáp các câu hỏi hoặc phản hồi các “thành tựu” mà thành viên đã thực hiện được kể từ sau buổi sinh hoạt trước. Giới thiệu nội dung buổi sinh hoạt.

Mô tả:

Hướng dẫn viên tóm tắt và các thành viên đưa thông tin phản hồi.

Tiến trình:

1. Hướng dẫn viên chào đón các thành viên và đề nghị thành viên ôn lại nội dung chính của buổi sinh hoạt trước. Có thể thực hiện theo hình thức chia sẻ của cá nhân, hoặc thi đua chia sẻ theo nhóm.
2. Hướng dẫn viên hỏi các thành viên xem còn câu hỏi hoặc băn khoăn gì liên quan nội dung buổi sinh hoạt trước hay không.

3. Hướng dẫn viên giới thiệu nội dung của buổi sinh hoạt câu lạc bộ số 4: Hôm nay chúng ta sẽ cùng nhau thảo luận cách chúng ta thường giao tiếp đang làm tăng hay giảm căng thẳng, nóng giận. Chúng ta cũng thực hành một vài cách để kiểm soát nóng giận, giảm căng thẳng.



Hoạt động 4.2 Giao tiếp để giảm căng thẳng và nóng giận

Thời gian:

50 phút

Mục tiêu:

Các thành viên phản hồi các cách ứng xử hiện tại của họ khi có mâu thuẫn, và hiểu được họ có vài lựa chọn để giảm áp lực và căng thẳng ngay từ giai đoạn đầu của tình huống mâu thuẫn.

Mô tả:

Các thành viên thảo luận nhóm nhỏ và đóng vai theo các tình huống được cho sẵn để xác định những cách giao tiếp ứng xử giúp làm giảm bớt hoặc làm tăng thêm căng thẳng.

Tiến trình:

- Hướng dẫn viên hỏi các thành viên: Có ai chưa từng bao giờ có mâu thuẫn hoặc bất đồng ý kiến với người khác? Hướng dẫn viên giải thích với các thành viên rằng việc có mâu thuẫn hoặc bất đồng ý kiến là bình thường, không ai có thể tránh khỏi. Tuy nhiên, điều quan trọng là chúng ta biết cách xử trí nào ổn thoả, không làm mâu thuẫn tăng thêm.
- Hướng dẫn viên chia các thành viên vào 4 nhóm nhỏ. Sau đó giới thiệu 2 tình huống (đã được nêu ở phần đầu của Bài 4 - Mục tóm tắt các hoạt động) để thảo luận và đóng vai (30 phút)

Hai nhóm sẽ thảo luận chung 1 tình huống, trong đó: 1 nhóm sẽ liệt kê các câu nói mà họ nghĩ là đa số mọi người thường làm, và có thể sẽ tăng thêm căng thẳng; nhóm còn lại sẽ liệt kê các câu nói làm giảm mâu thuẫn, thể hiện sự tôn trọng. Các câu nói cần được ghi lại trên giấy A0 và đưa ra cùng phần đóng vai minh họa.

Bốn nhóm thảo luận trong 10 phút, sau đó thể hiện kết quả thảo luận thông qua đóng vai (5 phút/ 1 nhóm). Hai nhóm thảo luận chung tình huống nên trình bày liền nhau để so sánh.

3. Vẽ và ghi lại các ý kiến của các thành viên trên một sơ đồ mạng nhện. Phần trên của sơ đồ thể hiện cách làm tăng căng thẳng, còn phần bên dưới thể hiện cách làm giảm căng thẳng. Sử dụng các thẻ màu khác nhau để tạo ra sự khác biệt rõ ràng hơn.

- Ví dụ làm giảm căng thẳng (các ví dụ này chỉ được cung cấp sau khi các thành viên đã nêu ra ý kiến của họ): ngồi xuống, hít thở sâu, pha một tách trà để chúng ta cùng uống và nói chuyện, thả lỏng cơ thể, thư giãn một chút, chia sẻ với người khác về vấn đề đang gặp phải thì bạn sẽ thấy nhẹ nhàng hơn, cố gắng thấu hiểu hoàn cảnh của họ, sử dụng kỹ năng giao tiếp tích cực bằng cách thể hiện cảm xúc và mong muốn của bản thân,...
- Ví dụ làm tăng căng thẳng (các ví dụ này chỉ được cung cấp sau khi các thành viên đã nêu ra ý kiến của họ): la lối om sòm, quở trách, buộc tội, lời lẽ và hành động hung hăng, không chân thành, không quan tâm đến ý kiến của người khác, xúc phạm, làm nhục...

4. Thảo luận chung trên nhóm lớn sau đóng vai (10 phút).

- Các bạn rút ra được bài học nào cho mình về giao tiếp khi đang trong tình huống bất đồng ý kiến hoặc có mâu thuẫn?
- Còn những cách giao tiếp/ những câu nói nào khác nữa mà chúng ta nên sử dụng để thể hiện sự tôn trọng và làm giảm căng thẳng, mâu thuẫn?
- Khó khăn lớn nhất với các bạn để thực hành được giao tiếp tôn trọng, làm giảm căng thẳng là gì?

Hướng dẫn viên tóm tắt lại các ý kiến thảo luận quan trọng, và sử dụng tài liệu phát tay 4.1 để tổng kết.

Hoạt động 4.3 Trò chơi thư giãn

Thời gian:

10 phút

Mục tiêu:

Tạo không khí vui vẻ, thư giãn cho câu lạc bộ

Mô tả:

Hướng dẫn viên chọn một trò chơi thư giãn, vận động tùy ý và hướng dẫn cho các thành viên (tham khảo hướng dẫn các trò chơi khởi động-thư giãn trong phụ lục).



Hoạt động 4.4 Sử dụng kĩ năng nói về cảm xúc và mong muốn của bản thân khi giao tiếp (phần 1)

Thời gian:
15 phút

Mục tiêu:
Các thành viên mô tả được cách giao tiếp sử dụng kĩ năng nói về cảm xúc và mong muốn của bản thân và thực hành sử dụng.

Mô tả:
Các thành viên làm bài tập giải thích và minh họa cách thể hiện cảm xúc về vấn đề gây mâu thuẫn theo cách kiên định nhưng không hung hăng.

Tiến trình:

- Hướng dẫn viên giới thiệu rằng người Việt Nam chúng ta thường không có thói quen nói về cảm xúc và mong muốn của bản thân khi giao tiếp. Trong phần này chúng ta sẽ học và thực hành kĩ năng này để xây dựng thái độ không đánh giá và tôn trọng đối phương. Kĩ năng này cần được sử dụng thường xuyên để làm giảm căng thẳng, mâu thuẫn.
 - Kĩ năng nói về cảm xúc và mong muốn của bản thân có nghĩa là chúng ta chỉ nói về quan điểm và cảm xúc của mình, về kết quả cho sự việc/ mâu thuẫn mà mình muốn đạt được, mà không mang hàm ý đổ lỗi, chê trách hay áp đặt với người đối thoại.
 - Kĩ năng nói về cảm xúc và mong muốn của bản thân giúp chúng ta tạo ra một “không gian cho đối thoại” và để cho người kia cũng có thể nói về bản thân họ.
 - Khi cần phải mô tả lại vấn đề mâu thuẫn hoặc xung đột, chúng ta nên mô tả càng cụ thể và không phán xét thì càng tốt. Nếu anh thấy mình cần phải có giải thích gì đó thì cần phải mô tả cụ thể hành vi khiến anh có cảm xúc như anh đã nói; và cần chú ý là anh không cố đổ lỗi cho đối phương.

- Ví dụ (cho tình huống 2 ở trên: Anh sẽ nói gì khi anh đang thích “yêu” mà vợ anh lại từ chối, nói rằng cô ấy đang mệt lắm):

*Sử dụng kiểu giao tiếp đổ lỗi cho người khác: **Em** từ chối làm anh buồn. Sao **em** không hiểu là anh muốn gần em? Sao **em** không chịu chia sẻ nếu em thấy mệt, có gì phải suy nghĩ?*

*Sử dụng kĩ năng nói về cảm xúc và mong muốn của bản thân: **Anh** có **buồn** một chút khi em từ chối. **Anh** chỉ **muốn** em biết là anh luôn thích gần bên em, được em chia sẻ khi em mệt mỏi, có gì phải suy nghĩ v.v.*

2. Hướng dẫn viên chia các thành viên theo nhóm 2 người, trong đó 1 người tình nguyện chia sẻ một tình huống có bất đồng ý kiến hoặc mâu thuẫn với một ai đó (bất kỳ ai) để cùng thực hành cách nói kĩ năng nói về cảm xúc và mong muốn của bản thân [sử dụng mẫu ở tài liệu phát tay 4.2].

Sau 5 phút hướng dẫn viên hô “Đổi vai” thì từng đôi lại đổi vai trò để hai người cùng được thực hành và sửa lỗi cho nhau.

3. Sau 10 phút thực hành, hướng dẫn viên đề nghị các thành viên quay lại nhóm lớn và chia sẻ cảm nhận và suy nghĩ của họ về kĩ năng nói về cảm xúc và mong muốn của bản thân.

- Cảm giác khi giao tiếp kĩ năng nói về cảm xúc và mong muốn của bản thân khác gì so với khi chỉ nói về đối phương?

- Có gì khó khi giao tiếp kĩ năng nói về cảm xúc và mong muốn của bản thân?

4. Hướng dẫn viên tóm tắt các ý kiến thảo luận và nhấn mạnh: Các bạn có thể chưa quen với cách nói như thế này, và cần có thời gian để làm quen cũng như sử dụng tự nhiên trong giao tiếp hàng ngày. Bạn chỉ cần nhớ tới cách tiếp cận, còn ngôn từ hoàn toàn có thể thay đổi cho phù hợp với từng bối cảnh và thói quen của bạn. Miễn là bạn tập trung vào việc chia sẻ cảm xúc và suy nghĩ của bạn, đề xuất và lắng nghe những người khác chia sẻ những cảm xúc và suy nghĩ của họ.

Hoạt động 4.5 Tổng kết

1. Hướng dẫn viên đề nghị các thành viên đứng lên thành vòng tròn, chia sẻ 1 điều mới mà họ học được về nội dung buổi sinh hoạt.

2. Hướng dẫn viên đưa thông điệp chính của buổi sinh hoạt:

- Thái độ chỉ trích, phán xét, đổ lỗi cho đối phương khi có bất đồng ý kiến hoặc mâu thuẫn sẽ làm tăng thêm căng thẳng.

- Giao tiếp để giảm căng thẳng và mâu thuẫn cần: thái độ bình tĩnh và tôn trọng, không phán xét mà cố gắng nhìn sự việc từ quan điểm của đối phương. Ngoài ra, sử dụng ngôi thứ 1 khi giao tiếp là kĩ năng quan trọng giúp kiểm soát cảm xúc và giảm căng thẳng.

- Sử dụng ngôi thứ 1 nghĩa là chỉ nói về quan điểm và cảm xúc của bản thân, về kết quả cho sự việc/ mâu thuẫn mà mình muốn đạt được, mà không mang hàm ý đổ lỗi, chê trách hay áp đặt với người đối thoại.

3. Hướng dẫn viên đề nghị các thành viên câu lạc bộ để ý quan sát giao tiếp hàng ngày của mình, đặc biệt khi có bất đồng quan điểm với một người nào đó khác, và thực hành kĩ năng nói kĩ năng nói về cảm xúc và mong muốn của bản thân, mô tả không phán xét như đã học hôm nay.
4. Hướng dẫn viên yêu cầu mọi người cùng hát một bài, cảm ơn các thành viên đã tham gia buổi sinh hoạt, và hẹn gặp lại vào thời gian và địa điểm như đã thống nhất.

TÀI LIỆU PHÁT TAY 4.1- Các cách giao tiếp và tác động của giao tiếp tới kiểm soát căng thẳng và mâu thuẫn

Người ta có các cách giao tiếp khác nhau để tác động tới suy nghĩ, lựa chọn hoặc hành vi của bản thân và của người khác. Khi bị người khác cố gắng tác động thì mỗi người cũng có phản ứng theo những cách rất khác nhau. Vấn đề là nhiều khi chúng ta giao tiếp không theo cách thuyết phục hoặc không mang tính xây dựng.

Có thể phân nhóm các cách giao tiếp như ở bảng sau. Thực ra mỗi người chúng ta đều sử dụng cả 4 kiểu giao tiếp này, tùy theo trong thời điểm và hoàn cảnh cụ thể thì chúng ta thường chọn cách nào dễ nhất hoặc hiệu quả nhất trong ngắn hạn cho giải quyết mâu thuẫn, xung đột. Tuy nhiên, về lâu dài thì 3 cách giao tiếp đầu tiên (Tấn công và hung hăng, Thụ động và né tránh, áp đặt) sẽ tạo ra thêm nhiều mâu thuẫn, xung đột hơn, mà không thể giải quyết được theo hướng tích cực, đôi bên cùng có lợi như cách cuối cùng (Tôn trọng và cương định).

Tấn công & Hung hăng	Thụ động & Né tránh	Áp đặt	Tôn trọng & Cương định
Thể hiện cảm xúc và mong muốn của bạn theo cách đe dọa hoặc trừng phạt người đối thoại.	Chiều theo mong muốn của người đối thoại, hy vọng đạt được điều mình muốn mà không phải nói ra, để cho người khác suy đoán và quyết định thay.	Sử dụng “thủ thuật” hoặc khẳng khái áp đặt ý muốn của mình cho người khác. Đôi khi người có tính áp đặt lại có vẻ như thụ động, hoặc không hề hung hăng, nhưng cách nói của họ hoàn toàn mang tính áp đặt, không thực sự nghe xem người khác muốn gì.	Nói rõ ràng mong muốn và cảm xúc của mình, nhưng thể hiện sự tôn trọng với người đối thoại, không hung hăng đe dọa, không áp đặt (cho người khác có quyền suy nghĩ khác với mình).

<p>Gào thét, cắt lời, bùng bùng tức giận, đe dọa, sỉ nhục, đổ lỗi, khẳng khẳng rằng mình đúng.</p> <p>Động tác cơ thể mạnh mẽ, hăm dọa.</p>	<p>Nói vòng vo, không làm rõ điều mình nghĩ hoặc mong muốn; bằng mặt mà không bằng lòng.</p>	<p>Làm cho người đối thoại cảm thấy có lỗi; Đưa ra một lợi ích cho một vấn đề nào đó hoàn toàn khác để mua chuộc (mà không phải là giải quyết mâu thuẫn hiện tại).</p>	<p>Nói rõ cảm xúc và mong muốn một cách từ tốn; Đưa ra một số lựa chọn để thảo luận; Thoả hiệp ở chừng mực chấp nhận được để đôi bên cùng đồng thuận với giải pháp.</p>
---	--	--	---

Giao tiếp sai lầm làm tăng căng thẳng: la hét; đổ lỗi hoặc buộc tội ngay; ngôn ngữ và điệu bộ hung hăng; sử dụng cách giao tiếp áp đặt; gạt bỏ ngay ý kiến của người khác; hạ nhục hoặc làm giảm giá trị của người đối thoại hoặc sự đóng góp và xuất thân của họ.

Một số gợi ý để làm giảm căng thẳng: ngồi xuống; hít một hơi thở sâu; nói là sẽ pha một ấm trà rồi cả 2 cùng bình tĩnh ngồi nói chuyện; tạm lánh mắt – nói rõ với người kia là mình sẽ vắng mặt trong một thời gian ngắn (khoảng 1 giờ) và khi bình tĩnh lại rồi thì sẽ nói chuyện tiếp; cố gắng hiểu góc nhìn của người kia, sử dụng các kĩ năng giao tiếp chủ động, bao gồm cả việc kĩ năng nói về cảm xúc và mong muốn của bản thân.

Cách mỗi người xử trí mâu thuẫn sẽ trực tiếp tác động ngay tới những gì xảy ra trong cuộc tranh luận. Nếu bạn căng thẳng và hoặc sợ hãi thì bạn sẽ không thể nói rõ ràng quan điểm của mình được. Nếu bạn cực kỳ tức giận thì bạn sẽ có xu hướng gào hét hoặc trở nên hung hăng hơn, và như vậy chỉ làm căng thẳng tăng thêm, tạo ra thêm nhiều mâu thuẫn mới. Nếu bạn bình tĩnh nhưng vẫn chủ động và cương quyết, thì bạn sẽ lắng nghe hết những gì người đối diện cần phải nói, và bạn có thể làm rõ quan điểm của mình để đôi bên cùng hiểu nhau trước khi ra một quyết định hành động nào đó.

TÀI LIỆU PHÁT TAY 4.2 - Kỹ năng nói về cảm xúc và mong muốn của bản thân

Tôi cảm thấy [cảm xúc]

Khi [tình huống hoặc hành vi cụ thể]

Tôi muốn [mong muốn một giải pháp tiềm năng để giải quyết các xung đột, bất đồng hay làm giảm bớt khó chịu]



Bài 5



CỦNG CỐ KĨ NĂNG
GIAO TIẾP HIỆU QUẢ

1. MỤC TIÊU

Bài này giúp các thành viên:

- Củng cố kỹ năng nói về cảm xúc và mong muốn của bản thân trong giao tiếp
- Giải thích và thực hành được cách thể hiện sự ủng hộ và lắng nghe thực sự trong giao tiếp để cải thiện mối quan hệ và phòng ngừa bạo lực sớm (khi chưa xảy ra)

2. TÓM TẮT CÁC HOẠT ĐỘNG

Thời gian	Hoạt động	Tài liệu và phương tiện
10 phút	5.1. Chào đón	
20 phút	5.2. Kỹ năng nói về cảm xúc và mong muốn của bản thân trong giao tiếp.	Tình huống thảo luận
10 phút	5.3. Trò chơi thư giãn	
40 phút	5.4. Thể hiện sự ủng hộ và lắng nghe thực sự trong giao tiếp	Tình huống thảo luận Tài liệu phát tay số 5.1.
10 phút	5.5. Tổng kết	Thông điệp chính của buổi sinh hoạt 5

Hoạt động 5.1. Chào đón

Thời gian:

10 phút

Mục tiêu:

Giải đáp các câu hỏi hoặc phản hồi các thành tựu mà thành viên đã thực hiện được kể từ sau buổi sinh hoạt trước. Giới thiệu nội dung buổi sinh hoạt.

Mô tả:

Hướng dẫn viên tóm tắt và các thành viên đưa thông tin phản hồi.

Tiến trình:

1. Hướng dẫn viên chào đón các thành viên và đề nghị thành viên ôn lại nội dung chính của buổi sinh hoạt trước. Có thể thực hiện theo hình thức chia sẻ của cá nhân, hoặc thi đua chia sẻ theo nhóm.
2. Hướng dẫn viên hỏi các thành viên xem còn câu hỏi hoặc băn khoăn gì liên quan nội dung buổi sinh hoạt trước hay không.
3. Hướng dẫn viên giới thiệu nội dung của buổi sinh hoạt câu lạc bộ số 5: Hôm nay chúng ta sẽ tiếp tục cùng nhau củng cố kỹ năng nói về cảm xúc và mong muốn của bản thân, và tìm hiểu 2 kỹ năng khác nhằm có giao tiếp hiệu quả gồm: thể hiện sự ủng hộ và lắng nghe thực sự. Các kỹ năng giao tiếp này sẽ giúp chúng ta cải thiện các mối quan hệ hiện có.



Hoạt động 5.2 Kỹ năng nói về cảm xúc và mong muốn của bản thân trong giao tiếp (phần 2)

Thời gian:
20 phút

Mục tiêu:
Các thành viên củng cố và kỹ năng nói về cảm xúc và mong muốn của bản thân trong giao tiếp và thực hành đúng kỹ năng.

Mô tả:
Các thành viên thực hành kỹ năng thông qua hoạt động thi đua theo nhóm.

Tiến trình:

1. Hướng dẫn viên giới thiệu: Trong buổi sinh hoạt câu lạc bộ số 4, các bạn đã tìm hiểu thế nào là kỹ năng nói về cảm xúc và mong muốn của bản thân trong giao tiếp và lợi ích của nó trong giao tiếp, đặc biệt trong tình huống có bất đồng ý kiến hay mâu thuẫn. Các bạn cũng đã thực hành sử dụng cách giao tiếp kỹ năng nói về cảm xúc và mong muốn của bản thân.

Hôm nay chúng ta sẽ cùng nhau thực hành thêm về giao tiếp kỹ năng nói về cảm xúc và mong muốn của bản thân thông qua một cuộc thi nhỏ bằng cách sử dụng mẫu Tài liệu phát tay số 4.2.

2. Hướng dẫn viên chia các thành viên vào 2 nhóm. Giới thiệu một tình huống để các thành viên 2 nhóm sử dụng. Các nhóm sẽ thảo luận riêng trong 5 phút, liệt kê càng nhiều càng tốt các câu nói mang tính phán xét – đánh giá – đổ lỗi và sử dụng ngôi thứ 2 mà nhân vật trong tình huống có thể sử dụng để giao tiếp.

Sau đó, trong khoảng 10 phút, các nhóm sẽ luân phiên đưa ra các câu nói này để nhóm còn lại làm nhiệm vụ thay đổi thành các câu nói kỹ năng nói về cảm xúc và mong muốn của bản thân, không phán xét – đánh giá – đổ lỗi. Nhóm nào đổi được nhiều câu đúng cách (là những câu thể hiện quan điểm, cảm xúc của bản thân và kết quả mà mình mong muốn - chú không chê trách, đổ lỗi, phán xét hay áp đặt với người đối thoại) thì sẽ là nhóm thắng cuộc.

Tình huống: 11h đêm chồng đi ngủ cùng với sếp về. Tâm trạng anh cáu kỉnh vì lúc đang ngủ bị sếp chê, so sánh với một đồng nghiệp khác. Vợ đang dỗ con nhỏ bị sốt, khóc và nôn trớ. Chị vừa lo lắng cho con, vừa bực bội vì một mình xoay xở với con, chồng mãi không thấy về.

3. Sau 10 phút, hướng dẫn viên dừng cuộc thi đua của 2 nhóm. Đề nghị các thành viên phản hồi xem họ cảm thấy cách nói kĩ năng nói về cảm xúc và mong muốn của bản thân và mô tả sự việc theo cách không phán xét thì có lợi ích gì, mang lại hiệu quả như thế nào qua phần thực hành.

Hướng dẫn viên gợi ý rằng các thành viên có thể bắt đầu với các tình huống đơn giản và mang tính tích cực trước. Ví dụ, thực hành nói chuyện về những điều khiến họ hài lòng, sau đó mới thực hành trong các tình huống khó khăn hơn, chẳng hạn khi có mâu thuẫn với vợ.

Hoạt động 5.3 Trò chơi thư giãn

Thời gian:

10 phút

Mục tiêu:

Tạo không khí vui vẻ, thư giãn cho câu lạc bộ.

Mô tả:

Hướng dẫn viên chọn một trò chơi thư giãn, vận động tùy ý và hướng dẫn cho các thành viên.

Hoạt động 5.4 Thể hiện sự ủng hộ và lắng nghe thực sự

Thời gian:

40 phút

Mục tiêu:

Các thành viên giải thích và thực hành kĩ năng thể hiện sự ủng hộ và lắng nghe thực sự trong giao tiếp.

Mô tả:

Các thành viên làm việc nhóm nhỏ, thảo luận và phản hồi trên nhóm lớn.

Tiến trình:

1. Hướng dẫn viên chia các thành viên theo cặp, và giới thiệu rằng họ sẽ có hoạt động trải nghiệm về kĩ năng lắng nghe. Đề nghị mỗi cặp cử ra một người là người nghe, và một người là người nói. Người nói sẽ có khoảng 1 phút để chuẩn bị câu chuyện hay trải nghiệm cá nhân mà họ muốn kể cho người nghe. Họ sẽ kể câu chuyện đó mà không được dừng lại trong vòng 5 phút, bất kể người nghe làm gì.
2. Trong khi người nói chuẩn bị, hướng dẫn viên mời riêng người nghe ra một chỗ và cho biết họ sẽ thể hiện sự lắng nghe theo 2 kiểu khác nhau. Đầu tiên, trong khoảng 2-3 phút họ sẽ tập trung lắng nghe người nói và thể hiện sự lắng nghe bằng cách gật đầu, nhìn vào người nói, hoặc nói “à, ừ” v.v. Khi hướng dẫn viên ra hiệu lệnh bằng cách vỗ tay, người nghe sẽ cần thay đổi thái độ. Họ làm các công việc riêng như xem điện thoại, nhìn đi chỗ khác, không có “à, ừ” nữa.
3. Hướng dẫn viên cho các cặp đôi thực hành theo đúng tiến trình. Sau đó, đề nghị các thành viên chia sẻ suy nghĩ và cảm nhận của họ về trải nghiệm vừa có.

- Người nói có nhận ra sự khác biệt nào của người nghe trong quá trình họ kể chuyện? Người nghe có nhận ra sự khác biệt nào của người nói trước và sau khi hướng dẫn viên vỗ tay? (Viết lên bảng những chia sẻ chính).
 - Hỏi toàn bộ các thành viên về các đặc điểm của người đang lắng nghe thực sự và người chỉ tỏ vẻ lắng nghe (Viết lên bảng những chia sẻ chính).
4. Hướng dẫn viên giới thiệu hoạt động tiếp theo: *Chúng ta không chỉ giao tiếp bằng lời nói mà còn bằng ngôn ngữ cử chỉ. Người đối thoại sẽ cảm nhận được đồng thời ngôn ngữ cử chỉ và ngôn ngữ lời nói để biết họ có được lắng nghe và quan tâm thật sự hay không, và để quyết định có cởi mở suy nghĩ của họ trong cuộc đối thoại hay không. Bây giờ chúng ta sẽ thực hành sử dụng đồng thời 2 loại ngôn ngữ cử chỉ và lời nói trong giao tiếp thông qua một tình huống.*
5. Hướng dẫn viên đọc to tình huống và sau mỗi đoạn thì dừng lại và hỏi các thành viên có suy nghĩ gì và nếu họ là người trong cuộc thì họ sẽ nói gì.

Tình huống: Các anh có hẹn để bàn chuyện làm ăn với một người bạn, nhưng anh này đến muộn và lại không hề trả lời tin nhắn của các anh đã gửi trong khi đang sốt ruột chờ đợi.

Người bạn xuất hiện với vẻ vội vã. Anh ta thở dài và nói đơn giản là “Xin lỗi, tôi đến muộn”. Người bạn nói rằng anh ấy đã định không ra chỗ hẹn, nhưng sau thấy ngại với các anh nên lại đi

Các anh cảm thấy thế nào? Các anh nghĩ gì? Các anh sẽ nói gì?

Người bạn nói rằng anh ấy đang có chuyện rắc rối, anh ấy không tiện ở lâu để bàn chuyện làm ăn.

Các anh cảm thấy thế nào? Các anh nghĩ gì? Các anh sẽ nói gì?

Người bạn nói rằng anh ấy phải về nhà luôn bây giờ để giúp vợ của một người bạn, nếu không chị ấy lo lắng, không biết phải làm sao. Chị ấy bị chồng đánh, hiện đang trú tạm ở nhà anh ấy và anh chồng thì đang đi tìm vợ để đánh tiếp.

Các anh cảm thấy thế nào? Các anh nghĩ gì? Các anh sẽ nói gì?

6. Hướng dẫn viên hỏi các thành viên xem họ học được gì từ bài tập này.

Hướng dẫn viên đề nghị các thành viên thảo luận “những gì họ có thể nói hoặc làm” trong tình huống này, và liệt kê ra những câu nói thể hiện sự ủng hộ/ thông cảm hoặc gợi ý giúp đỡ.

Trong trường hợp hướng dẫn viên thấy các thành viên vẫn muốn sử dụng các cách nói dựa trên sự tự giả định hoặc giảng giải cho người khác, thì có thể hỏi ngược lại: Liệu cách giao tiếp đó có giúp họ biết được điều gì đang thật sự xảy ra với người kia? Liệu khi họ không biết được sự thật và tiếp tục tin vào giả định của mình, thì cảm giác của họ sẽ là thoải mái hơn hay cáu giận hơn?

7. Hướng dẫn viên sử dụng tài liệu phát tay số 5.1. để tóm tắt sau thảo luận.

Hoạt động 5.5 Tổng kết

Thời gian:

10 phút

Mục tiêu:

Tổng kết nội dung thảo luận, khuyến khích các thành viên quay trở lại tham gia các buổi sinh hoạt sau.

Mô tả:

Hướng dẫn viên tóm tắt các thông điệp chính.

Tiến trình

1. Hướng dẫn viên đề nghị các thành viên đứng lên thành vòng tròn, mỗi người chia sẻ 1 điều mới mà họ học được về nội dung buổi sinh hoạt.
2. Hướng dẫn viên đưa thông điệp chính của buổi sinh hoạt:
 - Chúng ta giao tiếp đồng thời bằng ngôn ngữ lời nói và ngôn ngữ cử chỉ.
 - Các kỹ năng để giao tiếp hiệu quả gồm: Kỹ năng nói về cảm xúc và mong muốn của bản thân; Thể hiện sự lắng nghe thực sự và sự quan tâm thông qua các câu hỏi về thực tế xảy ra với người đối thoại, không phán xét-đánh giá và không dựa trên suy diễn-giả định của bản thân.
3. Hướng dẫn viên đề nghị các thành viên câu lạc bộ về nhà thực hành kỹ năng nói về cảm xúc và mong muốn của bản thân, và thể hiện mình là người nghe tốt, thể hiện sự ủng hộ với những người xung quanh khi giao tiếp với họ. Họ cũng sẽ quan sát xem việc sử dụng các kỹ năng giao tiếp như vậy có tác động như thế nào tới người đối thoại.
4. Hướng dẫn viên yêu cầu mọi người cùng hát một bài, cảm ơn các thành viên đã tham gia buổi sinh hoạt, và hẹn gặp lại vào thời gian và địa điểm như đã thống nhất.



TÀI LIỆU PHÁT TAY 5.1 - Thể hiện sự quan tâm với người đối thoại

Những điều cần lưu ý khi giao tiếp để thể hiện sự quan tâm - ủng hộ:

- Một là **không nên đưa ra giả định và chặn ngọn¹ người khác**, và nhất là không nên ngay lập tức cho lời khuyên hay răn dạy người khác. Chúng ta không thể nào biết chắc được là người khác đang gặp chuyện gì
- Hai là **thể hiện sự ủng hộ** có nghĩa là gồm cả lắng nghe, động viên, thể hiện sự quan tâm thông qua một hành động nào đó (ví dụ như mời họ uống nước), tuy nhiên không nhay ngay vào việc đưa ra giải pháp cho vấn đề của họ
- Ba là việc **động viên, ủng hộ được thể hiện qua những lời nói tích cực, lạc quan**, bình luận về những gì họ đã làm rất tốt rồi, thể hiện sự đồng cảm

Thể hiện sự quan tâm - ủng hộ chỉ hiệu quả khi chúng ta **đặt mình vào vị trí của người đối thoại**, và cố gắng hình dung nếu là bản thân mình thì sẽ cảm thấy như thế nào.

Thể hiện sự thông cảm và thấu hiểu cũng là cách để giúp người khác khi họ gặp khó khăn. Khi người đối thoại cảm thấy họ được ủng hộ và có cảm giác an toàn, thoải mái thì họ sẽ cởi mở, và không có tâm lý phòng vệ - phản ứng tiêu cực.

Ví dụ về một số câu nói thể hiện sự ủng hộ/ thông cảm hoặc gợi ý giúp đỡ.

- Ừ, chúng tôi đang lo đây, không biết anh có chuyện gì không.
- Tới được đây mà an toàn là mừng rồi.
- Có gì khó khăn thì cứ nói, chuyện làm ăn là phải thoải mái.
- Nếu chúng tôi có thể giúp gì thì anh cứ nói nhé.

¹ Từ địa phương, có nghĩa là “bắt ngọn” người khác.





Bài 6



BẠO LỰC ĐỐI VỚI PHỤ NỮ VÀ TRẺ EM GÁI VÀ HẬU QUẢ CỦA BẠO LỰC

1. MỤC TIÊU

Bài này giúp các thành viên:

- Hiểu được khái niệm Bạo lực với phụ nữ và trẻ em gái (BLPNTG).
- Liệt kê và mô tả được các nhóm hành vi của BLPNTG.
- Mô tả và giải thích được hậu quả của bạo lực tới phụ nữ và trẻ em gái bị bạo lực, người gây bạo lực, gia đình có bạo lực và cộng đồng

2. TÓM TẮT CÁC HOẠT ĐỘNG

Thời gian	Hoạt động	Tài liệu và phương tiện
10 phút	6.1. Chào đón	
40 phút	6.2. Thế nào là bạo lực đối với phụ nữ và trẻ em gái? Các hình thức của BLPNTG?	Chuyện của Thảo (tài liệu phát tay số 6.2.) Tài liệu phát tay số 6.1. và 6.3.
10 phút	6.3. Trò chơi thư giãn	
20 phút	6.4. Hậu quả của bạo lực đối với phụ nữ và trẻ em gái?	Tài liệu phát tay số 6.4.
10 phút	6.5. Tổng kết	Thông điệp chính của buổi sinh hoạt 6

Hoạt động 6.1 Chào đón

Thời gian:

10 phút

Mục tiêu:

Giải đáp các câu hỏi hoặc phản hồi các “thành tựu” mà thành viên đã thực hiện được kể từ sau buổi sinh hoạt trước. Giới thiệu nội dung buổi sinh hoạt.

Mô tả:

Hướng dẫn viên tóm tắt và các thành viên đưa thông tin phản hồi.

Tiến trình:

1. Hướng dẫn viên chào đón các thành viên và đề nghị thành viên ôn lại nội dung chính của buổi sinh hoạt trước. Có thể thực hiện theo hình thức chia sẻ của cá nhân, hoặc thi đua chia sẻ theo nhóm.
2. Hướng dẫn viên hỏi các thành viên xem còn câu hỏi hoặc băn khoăn gì liên quan nội dung buổi sinh hoạt trước hay không.
3. Hướng dẫn viên giới thiệu nội dung của buổi sinh hoạt câu lạc bộ số 6: Hôm nay chúng ta sẽ cùng nhau tìm hiểu về các hành vi và hình thức của bạo lực đối với phụ nữ và trẻ em gái, cũng như hậu quả của bạo lực tới người bị bạo lực, người gây bạo lực, và con cái trong gia đình có bạo lực.

Hoạt động 6.2 Thế nào là bạo lực đối với phụ nữ và trẻ em gái?

Thời gian:

40 phút

Mục tiêu:

Các thành viên nhóm liệt kê được các hình thức bạo lực khác nhau đối với phụ nữ và trẻ em gái.

Mô tả:

Các thành viên nghe một câu chuyện và cùng thảo luận trên nhóm lớn.

Tiến trình:

1. Hướng dẫn viên hỏi các thành viên: Các anh hình dung ra những gì khi nghe từ “bạo lực đối với phụ nữ và trẻ em gái”? Hướng dẫn viên lấy 1-2 ý kiến.

Sử dụng tài liệu phát tay số 6.1. để giới thiệu định nghĩa về bạo lực đối với phụ nữ và trẻ em gái.

2. Hướng dẫn viên giải thích với các thành viên rằng họ sẽ được nghe một câu chuyện về cô gái tên Thảo (Tài liệu phát tay số 6.2.). Hướng dẫn viên đọc thật chậm, to và rõ ràng câu chuyện; tạm dừng sau mỗi đoạn, sau đó yêu cầu các thành viên thực hiện bài tập sau đây theo cặp:

- a. Liệt kê các chi tiết có liên quan tới “bạo lực với phụ nữ và trẻ em gái” lên thẻ màu (mỗi thẻ 1 chi tiết);
- b. Giải thích lý do (tại sao anh nghĩ đấy là bạo lực?);
- c. Xếp loại (chi tiết đó thuộc nhóm hình thức bạo lực nào?);

(*) Trên giấy A0 thì vẽ sẵn 1 bảng gồm 4 cột: bạo lực thể xác, bạo lực tinh thần, bạo lực tình dục, bạo lực kinh tế để phục vụ hoạt động xếp loại bằng cách dán các thẻ màu lên các thẻ màu của thành viên.

3. Sau khi cùng nghe hết câu chuyện, nếu hành vi nào được in đậm mà các thành viên không nhận diện được thì hướng dẫn viên hỏi họ nghĩ gì về các chi tiết đó.

4. Hướng dẫn viên hỏi các thành viên sau khi nghe Chuyện của Thảo:

Câu chuyện tương tự như vậy có thể gặp trong thực tế cuộc sống ở khu dân cư hay không?

Hành vi bạo lực nào thì dễ được người ngoài biết tới (dễ phát hiện được)? Hành vi nào khó bị phát hiện? Lý do vì sao dễ/ khó phát hiện các hành vi bạo lực?

Hướng dẫn viên tóm tắt các ý kiến thảo luận, nhấn mạnh rằng độ nghiêm trọng của hành vi bạo lực có xu hướng tăng dần theo thời gian (thể hiện theo 3 phần của câu chuyện), và người bên ngoài chỉ biết tới hành vi bạo lực khi đó là bạo lực thể chất và đã tới mức độ rất nghiêm trọng (như ở phần 3 của câu chuyện).

5. Hướng dẫn viên chia các thành viên vào 4 nhóm để liệt kê trong vòng 5 phút các hành vi bạo lực đối với phụ nữ và trẻ em gái mà họ đã từng chứng kiến hoặc nghe nói tới: bạo lực tinh thần, bạo lực thể chất, bạo lực tình dục và bạo lực kinh tế. Gợi ý để thành viên liệt kê cả các hành vi xảy ra ở nơi công cộng lẫn trong đời sống gia đình, riêng tư.

Sau đó sử dụng tài liệu phát tay số 6.3 để tổng kết hoạt động.



Hoạt động 6.3 Trò chơi thư giãn

Thời gian:

10 phút

Mục tiêu:

Tạo không khí vui vẻ, thư giãn cho câu lạc bộ.

Mô tả:

Hướng dẫn viên chọn một trò chơi thư giãn, vận động tùy ý và hướng dẫn cho các thành viên.

Hoạt động 6.4 Hậu quả của bạo lực đối với phụ nữ và trẻ em gái

Thời gian:

20 phút

Mục tiêu:

Các thành viên mô tả được hậu quả của bạo lực đối với người bị bạo lực, người gây bạo lực, gia đình của họ và giải thích được can thiệp sớm có thể có tác dụng tích cực.

Mô tả:

Các thành viên thảo luận trên nhóm lớn.

Tiến trình:

1. Hướng dẫn viên đưa ra 3 tờ giấy A0 trên ghi lần lượt: (1) Hậu quả cho người bị bạo lực, (2) Hậu quả cho con cái (đặc biệt con gái) và gia đình của người bị bạo lực, và (3) Hậu quả cho người gây bạo lực.

Chia các thành viên vào 3 nhóm để thảo luận, mỗi nhóm điền thông tin (bằng cách vẽ tranh) vào một tờ A0. Sau mỗi 3-5 phút thì đổi giấy để các nhóm có cơ hội thảo luận về hậu quả của bạo lực tới cả 3 đối tượng (nhóm sau điền thêm vào kết quả của nhóm trước, không điền thông tin lặp lại). Các nhóm có thể liên hệ tới Chuyện của Thảo và các tình huống khác trên thực tế để liệt kê các hậu quả.

2. Hướng dẫn viên hỏi các thành viên:

Hậu quả nào dễ nhận biết và hậu quả nào khó nhận biết, và lý do vì sao.

Trong trường hợp của Thảo, nếu có sự can thiệp sớm để câu chuyện dừng ở phần 1 hoặc phần 2 thì hậu quả có gì khác so với câu chuyện hiện tại?

Sử dụng tài liệu phát tay số 6.4 để tổng kết.

Hoạt động 6.5 Tổng kết

Thời gian:

10 phút

Mục tiêu:

Tổng kết nội dung thảo luận, khuyến khích các thành viên quay trở lại tham gia các buổi sinh hoạt sau.

Mô tả:

Hướng dẫn viên tóm tắt các thông điệp chính.

Tiến trình:

1. Hướng dẫn viên đề nghị mọi người đứng lên thành vòng tròn, mỗi thành viên chia sẻ 1 điều mới mà họ học được về nội dung buổi sinh hoạt
2. Hướng dẫn viên đưa thông điệp chính của buổi sinh hoạt:
 - Bạo lực đối với phụ nữ và trẻ em gái có thể xảy ra ở cả nơi công cộng (đông người hoặc vắng vẻ), lẫn nơi quen thuộc và riêng tư như trong gia đình.
 - Có 4 dạng bạo lực chủ yếu gồm: bạo lực thể chất, bạo lực tinh thần, bạo lực tình dục và bạo lực kinh tế. Một người có thể là nạn nhân của nhiều hình thức bạo lực cùng lúc.
 - Trường hợp bạo lực với phụ nữ và trẻ em gái thường chỉ được biết tới khi có hành vi bạo lực thể chất và ở mức độ nghiêm trọng. Trong khi đó, nếu được hỗ trợ sớm thì các hậu quả sẽ được giảm bớt, kể cả cho người bị bạo lực, con cái và gia đình của họ, và cho cả người gây bạo lực.
3. Hướng dẫn viên đề nghị các thành viên câu lạc bộ về nhà nói chuyện với một ai đó mà họ thấy tin tưởng hoặc thích nói chuyện cùng về những gì đã thảo luận trong câu lạc bộ từ buổi sinh hoạt số 1 cho đến nay, và hỏi xem người kia nghĩ gì về điều họ chia sẻ.
4. Hướng dẫn viên yêu cầu mọi người cùng hát một bài, cảm ơn các thành viên đã tham gia buổi sinh hoạt, và hẹn gặp lại vào thời gian và địa điểm như đã thống nhất.

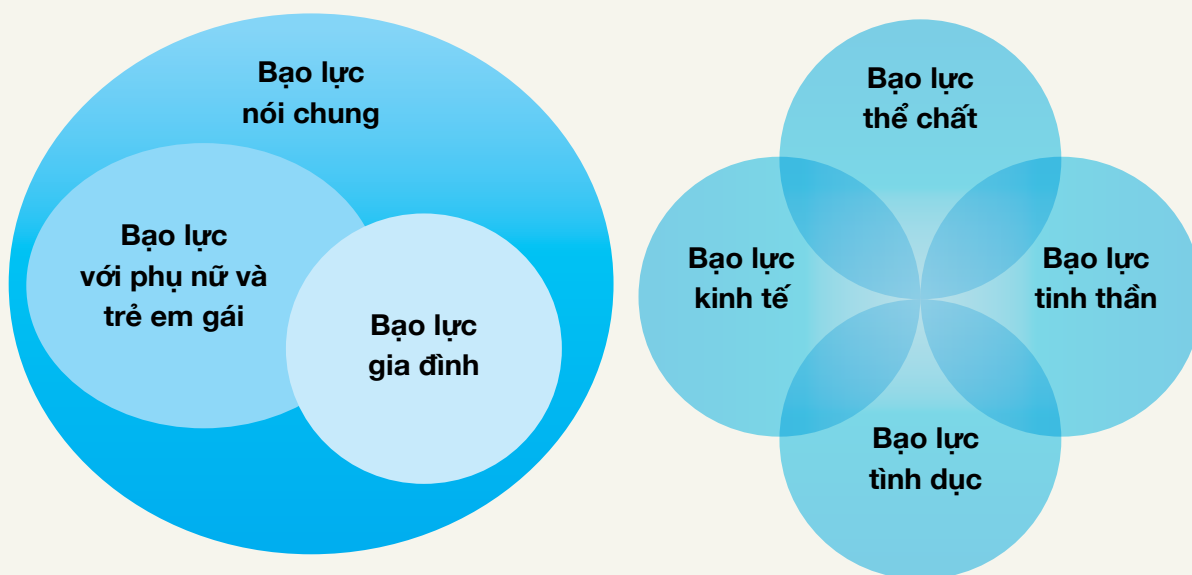
TÀI LIỆU PHÁT TAY 6.1 - Định nghĩa bạo lực đối với phụ nữ và trẻ em gái

Bạo lực với phụ nữ và trẻ em gái (BLPNTEG) là bất kỳ hành động, lời nói, hay thái độ đe dọa trực tiếp (về thể xác, cảm xúc, tình dục, kinh tế) đối với phụ nữ và trẻ em gái nhằm làm tổn thương hoặc kiểm soát họ, cho dù xảy ra ở nơi công cộng hay trong đời sống riêng tư.

Luật phòng, chống bạo lực gia đình của Việt Nam có hiệu lực từ năm 2007. Trong Luật quy định: Bạo lực gia đình là hành vi cố ý của thành viên gia đình gây tổn hại hoặc có khả năng gây tổn hại về thể chất, tinh thần, kinh tế đối với thành viên khác trong gia đình (Luật phòng, chống bạo lực gia đình. Điều 1, Mục 2).

Bạo lực đối với phụ nữ và trẻ em gái bao trùm một phần của bạo lực gia đình khi đối tượng bị bạo lực trong gia đình là phụ nữ và trẻ em gái. Ngoài ra, bạo lực đối với phụ nữ và trẻ em gái còn nói đến các hành vi bạo lực ở ngoài phạm vi gia đình, do bất kỳ một cá nhân hay tổ chức nào gây ra cho phụ nữ và trẻ em gái với bất kỳ nguyên nhân gì.

Các hình thức bạo lực chủ yếu gồm: bạo lực về thể chất, bạo lực về tinh thần, bạo lực về tình dục và bạo lực về kinh tế. Một người có thể là nạn nhân của nhiều hình thức bạo lực cùng lúc.



TÀI LIỆU PHÁT TAY 6.2 - Chuyện của Thảo

Phần 1: Thảo 25 tuổi. Cô kết hôn được 3 năm và có một con gái 2 tuổi. Cô có một quán café nhỏ, khá đông khách. Cuộc sống của cô có vẻ rất hạnh phúc và là niềm mơ ước của nhiều người. Thảo là một phụ nữ dễ thương và vui chuyện, và cô pha café rất ngon. Quán của Thảo tuy nhỏ nhưng có một lượng khách quen đáng kể, họ thích đến nhâm nhi café ngon và nói chuyện phiếm với cô chủ quán duyên dáng. Hùng – chồng Thảo không thích điều này. **Nhiều lần anh phàn nàn về việc kinh doanh của vợ với lý do vợ anh nói chuyện với nhiều anh nam giới tới uống café** và nhiều khi để khách ngồi khuya, đóng quán muộn. Hùng cảm thấy không thoải mái khi thu nhập từ quán café của vợ lại cao hơn nhiều so với lương lái xe taxi của anh. Đôi lần Hùng đã **mắng vợ và đập vài bộ ly tách ở quán khi vợ cố gắng giải thích lý do đóng quán muộn**. Thảo thấy buồn về cách cư xử của chồng, còn bạn bè và người thân lại khuyên là cô nên thấy vui mới phải vì chồng ghen tuông nghĩa là rất yêu vợ. Đã vậy, nhiều khi Hùng còn ép cô phải quan hệ trong lúc cô rất mệt, không muốn và Hùng cũng chẳng thèm để ý đến tâm trạng và sức khỏe của vợ như thế nào.

Phần 2: Hùng muốn sinh con thứ 2 và cần nó là con trai bởi vì anh là con trai trưởng trong gia đình. Hùng càng thấy bức tức với vợ nhiều hơn nữa khi Thảo muốn trì hoãn việc sinh con thêm vài năm. Anh **đổ lỗi cho vợ về việc trì hoãn sinh con, nghi ngờ vợ có người đàn ông khác**, mà rất có thể là một trong số các khách uống café quen ở quán. Còn Thảo thì thấy “phát điên” với những câu hỏi **vặn vẹo của chồng về “người đàn ông khác”** và thấy bị xúc phạm khi chồng **thường xuyên có các cuộc viếng thăm “đột xuất” tới quán để kiểm tra vợ**. Hùng yêu cầu vợ phải **chọn 1 trong 2** hướng: hoặc là có con thứ 2 ngay và sẽ được tiếp tục công việc kinh doanh nhưng **phải thường xuyên cập nhật kết quả kinh doanh trong ngày** cho Hùng; hoặc là nhượng lại quán café cho người hàng xóm cũng đang muốn mua lại. Cuối cùng, Thảo đồng ý với chồng là sẽ có con thứ 2 luôn và hy vọng là chồng sẽ chấm dứt việc ghen tuông từ đây.

Phần 3: Khi Thảo mang thai được 12 tuần, cô được biết rằng đứa con sắp chào đời là con gái. Hùng cảm thấy vô cùng thất vọng vì anh rất muốn có con trai. Hùng **nài nỉ vợ đi phá thai, và đổ lỗi cho vợ không biết đẻ nên mới có con gái**. Thảo cảm thấy đau đớn và nhẫn tâm nếu phải đi phá thai, và cô cương quyết giữ đứa con. Cô không thể thuyết phục được chồng chấp nhận theo ý mình, thay vào đó cô còn **bị chồng tát cho vài cái khi “cãi lại chồng”**. Đứa con gái 2 tuổi chứng kiến ba mẹ đánh nhau thì hoảng sợ khóc âm lên, và cũng **bị ba nó cho cái tát**. Thảo giận dữ khi thấy chồng tát con gái, và cô nói sẽ mang con về nhà mẹ đẻ. Tuy nhiên, cô đã không thực hiện được ý định về nhà mẹ đẻ, mà thay vào đó được người nhà đưa vào cấp cứu trong bệnh viện. Cô **bị sảy thai do bị chồng đá mạnh vào bụng**.

TÀI LIỆU PHÁT TAY 6.3 - Các hành vi bạo lực đối với phụ nữ và trẻ em gái

Bạo lực thể chất là gì?

Bạo lực thể chất bao gồm tất cả những hành động gây thương tích về cơ thể của phụ nữ hoặc trẻ em gái. Những hành vi đó có thể bao gồm tát, đánh đập, đấm, đá, hành hung với một hung khí và có thể giết chết phụ nữ hoặc bé gái. Bạo lực thể chất có thể diễn ra cả trong và ngoài bối cảnh gia đình, tuy nhiên, phần lớn phụ nữ bị bạo lực do những người thân, gần gũi với họ gây ra.

Bạo lực thể chất dễ được nhận biết hơn các hình thức bạo lực khác nên nhiều người nhầm tưởng đây là hình thức bạo lực duy nhất. Cũng bởi vì dễ nhận biết hơn nên trong nhiều trường hợp, bạo lực thể chất che giấu các hình thức bạo lực khác xảy ra cùng thời điểm (như bạo lực tình dục, kinh tế hoặc tinh thần).

Bạo lực tinh thần là gì?

Bạo lực tinh thần bao gồm sự ngược đãi về tinh thần bằng lời nói và hành động như: quát mắng, lạm dụng, coi thường, nhục mạ, đe dọa, cô lập. Các nghiên cứu cho thấy phần lớn hành vi bạo lực với phụ nữ do bạn tình gây ra đều liên quan đến bạo lực tinh thần dưới hình thức kiểm soát hành vi.

Thông thường bạo lực tinh thần hạn chế khả năng tự đánh giá bản thân của phụ nữ, dẫn đến sự tự hạ thấp bản thân mình, trầm cảm và giảm cơ hội/ khả năng kêu gọi sự giúp đỡ của bạn bè và

gia đình. Trong thực tế bạo lực tinh thần rất khó để xác định, tuy nhiên phụ nữ bị bạo lực cho biết bạo lực tinh thần hủy hoại họ kinh khủng hơn nhiều so với bạo lực thể chất.

Chúng ta phải luôn ghi nhớ rằng mọi hình thức bạo lực đều gây ra những hậu quả về tinh thần cho phụ nữ.

Bạo lực kinh tế là gì?

Bạo lực kinh tế là khi nam giới phạt hoặc cấm vận phụ nữ bằng cách không đưa tiền hoặc ngừng các khoản chu cấp (trong trách nhiệm của họ), không cho phụ nữ quyền lao động để kiếm tiền, hoặc quản lý thu nhập của phụ nữ, hoặc sử dụng tiền để kiểm soát phụ nữ ở bất cứ hình thức nào.

Bạo lực kinh tế cũng là một hình thức kiểm soát phụ nữ và hạn chế các lựa chọn của họ. Có nhiều phụ nữ bị lệ thuộc chồng về kinh tế cũng như các nguồn thu khác của gia đình như đất đai, tài sản giá trị.

Bạo lực tình dục là gì?

Bạo lực tình dục là bất cứ hành vi nào hướng tới phụ nữ hoặc trẻ em gái nhằm làm hạn chế sự kiểm soát cơ thể, tính dục và/hoặc sức khỏe sinh sản của họ.

Hiếp dâm

Trẻ em gái hoặc phụ nữ bị ép buộc quan hệ tình dục trái với mong muốn của họ. Hiếp dâm có thể do bạn tình/chồng (hiếp dâm trong hôn nhân) hoặc bởi người thân của phụ nữ/trẻ em gái, cũng có thể là từ 1 người xa lạ.

Tại sao hiếp dâm trong hôn nhân thường không được xác định?

- Hiếp dâm trong hôn nhân là một hình thức của tình dục ép buộc khi người chồng cưỡng hiếp người vợ của mình. Thông thường thì người chồng, thậm chí cả người vợ cũng không coi đó là một dạng bạo lực tình dục, bởi vì người vợ hiển nhiên được mong đợi là phải quan hệ tình dục với chồng mình sau khi cưới.
- Hôn nhân không có nghĩa là phụ nữ phải từ bỏ quyền được quyết định những điều liên quan đến cơ thể và hoạt động tình dục của bản thân. Mỗi lần người đàn ông bắt phụ nữ phải quan hệ tình dục mà không có sự đồng ý của họ cho dù họ kết hôn hay không kết hôn thì đều là hiếp dâm.

Cưỡng dâm

Trẻ em gái hoặc phụ nữ bị ép buộc về mặt tinh thần, xã hội hoặc kinh tế để có quan hệ tình dục. Việc ép buộc này bao gồm cảm giác bị ép buộc để có quan hệ tình dục không an toàn hoặc quan hệ tình dục với nỗi sợ hãi bị nhiễm HIV. Cưỡng dâm có thể do bạn tình hoặc người thân quen thông qua việc đe dọa, khống chế, mua chuộc tài chính.

Quấy rối tình dục

Trẻ em gái hoặc phụ nữ có trải nghiệm bị quan tâm hoặc động chạm tình dục mà họ không mong muốn.

Mua bán dâm

Trẻ em gái hoặc phụ nữ bị ép quan hệ tình dục ngoài quan hệ thân thiết thông qua việc trả tiền hoặc có những trao đổi về tài chính hoặc vật chất khác. Mua bán dâm có thể được xem là hình thức bạo lực tình dục và bạo lực kinh tế.

TÀI LIỆU PHÁT TAY 6.4 - Hậu quả của bạo lực đối với phụ nữ và trẻ em gái

HẬU QUẢ ĐỐI VỚI PHỤ NỮ BỊ BẠO LỰC:

Ảnh hưởng về sức khỏe thể chất:	Ảnh hưởng về tinh thần:
<ul style="list-style-type: none">- Đau đớn, tê liệt- Đau đầu, ù tai- Kiệt sức- Tinh thần hoảng loạn- Kém ăn, rối loạn tiêu hóa- Khó ngủ- Xây xước- Thâm tím trên người, mắt, mặt v.v- Chảy máu- Vết thương, vết cắt trên người- Gãy xương- Bị tổn thương nội tạng, cơ quan sinh dục- Bị bệnh lây truyền qua đường tình dục, bệnh viêm nhiễm đường sinh sản- Có thai ngoài ý muốn/ Sức khỏe giảm sút do buộc phải phá thai- Tàn tật	<ul style="list-style-type: none">- Căng thẳng- Buồn nản, khổ sở- Bị ám ảnh, luôn sợ hãi, khiếp đảm- Rối trí, nghĩ quẩn, không mạch lạc- Hốt hoảng, hay giật mình, hồi hộp, nơm nớp, lo lắng- Mất lòng tin người khác, luôn nghi ngờ- Không tự tin về mình: nghĩ rằng mình xấu xí, có lỗi, vô tích sự, yếu đuối, ngu ngốc v.v.- Tức giận- Cô đơn, tủi thân- Bế tắc- Lạnh nhạt- Mất hy vọng- Không thể tập trung làm gì- Muốn tự vẫn
Ảnh hưởng về quan hệ và ứng xử với chồng con:	Ảnh hưởng về mối quan hệ xã hội:
<ul style="list-style-type: none">- Đồng ý với chồng hầu hết mọi chuyện để được yên thân, an toàn- Tránh nói chuyện hoặc tiếp xúc với chồng- Không dám nói ra những điều mình muốn hoặc nghĩ. Nói dối để bảo vệ bản thân mình và con cái- Mất cảm giác/ Sợ hãi khi quan hệ tình dục với chồng- Cảm giác không xứng đáng với con, không bảo vệ được con, không còn sức lực để chăm sóc con, hoặc dễ nổi nóng với con	<ul style="list-style-type: none">- Luôn phải giấu diếm, nói dối về mối quan hệ với chồng- Luôn phải thanh minh, giải thích. Sợ mọi người biết chuyện- Sợ bị mọi người trách móc, đổ lỗi, đánh giá không tốt- Lo lắng khi phải nói chuyện với ai đó- Thấy xấu hổ, muốn tránh mặt mọi người, ngại tiếp xúc

HẬU QUẢ ĐỐI VỚI CON CÁI CỦA PHỤ NỮ BỊ BẠO LỰC:

Khi con cái phải chứng kiến bạo lực trong gia đình thì sẽ chịu tác động xấu về nhiều mặt, đặc biệt là tác động về tinh thần. Những tác động xấu không chỉ dẫn tới hậu quả xấu tức thời, mà còn dẫn tới những nguy cơ trong tương lai.

Hậu quả tức thời:

- Buồn chán, mất tự tin, suy nghĩ tiêu cực về cuộc sống
- Mất niềm tin vào bố mẹ
- Bị bạn bè chê cười
- Sa sút học tập
- Trở thành nạn nhân trực tiếp của bạo lực khi bố mẹ đánh cãi nhau và trút giận lên con cái
- Luôn cảm thấy lo lắng
- Cảm thấy tức giận
- Có các hành vi hung hăng, bạo lực (với bạn bè, giáo viên, người thân,...)

Nguy cơ trong tương lai:

- Dễ sa đà vào các tệ nạn xã hội
- Tâm lý không ổn định, dị ứng với người khác giới, gặp khó khăn trong việc kết bạn, yêu đương sau này
- Bắt chước bố sử dụng vũ lực, hay hành vi bạo lực khi muốn đạt được điều gì đó
- Bắt chước mẹ cam chịu, chấp nhận bạo lực

HẬU QUẢ ĐỐI VỚI (NAM GIỚI) NGƯỜI GÂY BẠO LỰC:

Tinh thần: Luôn cảm thấy bực bội và không hài lòng. Hoặc có cảm giác tội lỗi, căng thẳng. Trong khi đó, không giải quyết được mâu thuẫn đang có.

Tình cảm với vợ con: Không còn được vợ con tin tưởng hay ngưỡng mộ. Vợ con chỉ thể hiện sự lảng nghe do sợ hãi mà thực chất không còn sự tôn trọng, yêu mến. Vợ con luôn sợ hãi khi phải ở gần, muốn tránh mặt – giữ khoảng cách.

Trong trường hợp ly hôn, có thể không được quyền nuôi con

Công việc và quan hệ xã hội: Mất khả năng tập trung làm việc. Giảm sút uy tín ở công sở - trong nhóm bạn – làng xóm và trong gia đình, bị coi là người xấu và không có năng lực giải quyết vấn đề một cách tốt đẹp. Bị lên án hoặc xa lánh.

Pháp luật: Bị pháp luật xử lý theo quy định.



Bài 7



NGUYÊN NHÂN GỐC RỄ
CỦA BẠO LỰC &
YẾU TỐ THỨC ĐẨY
BẠO LỰC VỚI PHỤ NỮ
VÀ TRẺ EM GÁI

1. MỤC TIÊU

Bài này giúp các thành viên:

- Hiểu được cách cộng đồng, gia đình và người trong cuộc giải thích về bạo lực với PNTEG, và cách giải thích này đang góp phần củng cố thêm các quan niệm bất bình đẳng về giới và thúc đẩy hành vi bạo lực như thế nào.
- Giải thích được nguyên nhân gốc rễ của bạo lực đối với phụ nữ và trẻ em gái.

2. TÓM TẮT CÁC HOẠT ĐỘNG

Thời gian	Hoạt động	Tài liệu và phương tiện
10 phút	7.1. Chào đón	
30 phút	7.2. Chúng ta đang giải thích bạo lực như thế nào?	Chuyện của Thảo (Tài liệu phát tay số 6.2) Tài liệu phát tay số 7.1.
10 phút	7.3. Trò chơi thư giãn	
30 phút	7.4. Nguyên nhân gốc rễ của bạo lực đối với phụ nữ và trẻ em gái và giải pháp phòng ngừa.	Tài liệu phát tay số 7.2.
10 phút	7.5. Tổng kết	Thông điệp chính của buổi sinh hoạt 7

Hoạt động 7.1 Chào đón

Thời gian:

10 phút

Mục tiêu:

Giải đáp các câu hỏi hoặc phản hồi các “thành tựu” mà thành viên đã thực hiện được kể từ sau buổi sinh hoạt trước.
Giới thiệu nội dung buổi sinh hoạt.

Mô tả:

Hướng dẫn viên tóm tắt và các thành viên đưa thông tin phản hồi.

Tiến trình:

1. Hướng dẫn viên chào đón các thành viên.
2. Đề nghị thành viên ôn lại nội dung chính của buổi sinh hoạt trước (có thể thực hiện theo hình thức chia sẻ của cá nhân, hoặc thi đua chia sẻ theo nhóm).
3. Hướng dẫn viên hỏi các thành viên xem còn câu hỏi hoặc băn khoăn gì liên quan nội dung buổi sinh hoạt trước hay không & cùng nhau giải đáp.
4. Hướng dẫn viên giới thiệu nội dung của buổi sinh hoạt câu lạc bộ số 7: *Hôm nay chúng ta sẽ cùng nhau tìm hiểu về Nguyên nhân gốc rễ của bạo lực đối với phụ nữ và trẻ em gái, cũng như Các yếu tố thúc đẩy hành vi bạo lực.*

(*) Lưu ý: hướng dẫn viên chuẩn bị 2 thẻ màu, trong đó ghi to và rõ trên Thẻ 1: “Nguyên nhân gốc rễ của bạo lực” & Thẻ 2: “Các yếu tố thúc đẩy hành vi bạo lực”.

Hoạt động 7.2 Chúng ta đang giải thích về bạo lực như thế nào?

Thời gian:

30 phút

Mục tiêu:

Giúp các thành viên nhận ra việc cộng đồng, gia đình và người trong cuộc cho rằng bạo lực với phụ nữ là chuyện bình thường, đang góp phần duy trì và tiếp tay cho bạo lực leo thang, và củng cố sâu sắc hơn bất bình đẳng giới.

Mô tả:

Các thành viên thảo luận nhóm nhỏ và thảo luận chung trong nhóm lớn.

Tiến trình:

1. Hướng dẫn viên giới thiệu: *Buổi sinh hoạt trước chúng ta đã phân tích câu chuyện của Thảo để xác định các hành vi bạo lực và hậu quả. Hôm nay, chúng ta sẽ tiếp tục phân tích xem bạo lực với Thảo đang được giải thích như thế nào.*

Hướng dẫn viên chia các thành viên vào 3 nhóm, và mỗi nhóm **liệt kê các câu bình luận và giải thích về Chuyện của Thảo** trong 5 phút và trình bày kết quả thảo luận trong khoảng 3-5 phút/nhóm.

- **Nhóm 1:** Liệt kê các câu giải thích của Hùng và Thảo về chuyện đã xảy ra (dưới góc độ quan hệ vợ - chồng).
 - **Nhóm 2:** Liệt kê các câu giải thích của ba mẹ Hùng về chuyện đã xảy ra giữa Hùng và Thảo (dưới góc độ người trong gia đình).
 - **Nhóm 3:** Liệt kê các câu giải thích của hàng xóm ở cạnh nhà Hùng-Thảo về chuyện đã xảy ra giữa Hùng & Thảo.
2. Hướng dẫn viên đặt câu hỏi thảo luận với cả lớp: Giả sử các anh là Hùng và nghe được những lời giải thích của Thảo, của người trong gia đình, của làng xóm như đã liệt kê trong bài tập nhóm nhỏ.
 - **Các anh sẽ có suy nghĩ gì & sẽ làm gì tiếp theo** (chú ý viết các ý trả lời chính trên bảng)?
 3. Hướng dẫn viên tóm tắt các ý kiến và sử dụng tài liệu phát tay số 7.1 để tổng kết (chuẩn bị sẵn các thẻ màu ghi các ý chính trong tài liệu phát tay 7.1).

Hoạt động 7.3 Trò chơi thư giãn

Thời gian:

10 phút

Mục tiêu:

Tạo không khí vui vẻ, thư giãn cho câu lạc bộ.

Mô tả:

Hướng dẫn viên chọn một trò chơi thư giãn, vận động tùy ý và hướng dẫn cho các thành viên.



Hoạt động 7.4 Nguyên nhân gốc rễ của bạo lực với phụ nữ và trẻ em gái và giải pháp phòng ngừa

Thời gian:

30 phút

Mục tiêu:

Các thành viên giải thích được bất bình đẳng giới là nguyên nhân gốc rễ dẫn tới bạo lực với phụ nữ và trẻ em gái.

Mô tả:

Các thành viên thảo luận trên nhóm lớn, sau đó tham gia hoạt động sáng tạo trong nhóm nhỏ.

Tiến trình:

- Hướng dẫn viên dẫn dắt cả nhóm: *Khi nghe câu chuyện của Thảo, với kiến thức về bình đẳng giới và các chuẩn mực xã hội tạo nên sự bất bình đẳng đã thảo luận ở các buổi sinh hoạt câu lạc bộ trước, theo các anh:* (lưu ý: hướng dẫn viên lần lượt nêu ra từng câu hỏi để các thành viên trả lời, không được hỏi dồn một lúc)

- **Những quan niệm nào trong xã hội đang góp phần dẫn tới bạo lực** (người hỗ trợ viết lên bảng các ý trả lời chính, sau đó mới đặt các câu hỏi tiếp theo sau)?
- **Bạo lực có mang lại lợi ích cho ai? Lợi ích người đó nhận được so với thiệt hại (lâu dài) mà họ sẽ phải chịu thì như thế nào?**

Hướng dẫn viên tóm tắt các ý kiến thảo luận. Sau đó sử dụng thẻ màu (cần phải được chuẩn bị trước buổi sinh hoạt) ghi sẵn các ý tổng kết, và cung cấp tài liệu phát tay số 7.2. vào cuối buổi sinh hoạt.

- Hướng dẫn viên mời các thành viên quay trở lại 3 nhóm nhỏ (như hoạt động 7.2) và cùng nhau “sáng tác” thông điệp về thay đổi nam tính theo hướng tích cực², không sử dụng bạo lực để gửi tới nhân vật Hùng.

Các anh có thể vẽ tranh, đóng một đoạn kịch ngắn, nghĩ ra một đoạn truyền thông - quảng cáo, hoặc sáng tác một đoạn thơ ngắn v.v. (bất kỳ điều gì các anh có thể nghĩ ra trong 10 phút). Mỗi nhóm có 3 phút thể hiện kết quả sáng tạo của mình.

² Có thể phát tài liệu hoặc cho xem clip về “16 điều bạn có thể làm để chấm dứt bạo lực với phụ nữ” làm tài liệu tham khảo cho các nhóm (<https://www.youtube.com/watch?v=waTCAQO1DD0>).

Hoạt động 7.5 Tổng kết

Thời gian:

10 phút

Mục tiêu:

Tổng kết nội dung thảo luận, khuyến khích các thành viên quay trở lại tham gia các buổi sinh hoạt sau.

Mô tả:

Hướng dẫn viên tóm tắt các thông điệp chính.

Tiến trình:

1. Hướng dẫn viên để mọi người đứng lên thành vòng tròn, mỗi thành viên chia sẻ 1 điều mới mà họ học được về nội dung buổi sinh hoạt.
2. Hướng dẫn viên đưa thông điệp chính của buổi sinh hoạt; hướng dẫn viên cần chuẩn bị các thẻ màu ghi sẵn các thông điệp chính sau đây:
 - Mâu thuẫn nào cũng có thể được giải quyết mà không phải sử dụng tới bạo lực. Cần khẳng định người gây bạo lực đã lựa chọn sử dụng bạo lực thay vì giải pháp khác, và do đó, chịu hoàn toàn trách nhiệm về hành vi của mình.
 - Nguyên nhân gốc rễ của bạo lực với phụ nữ và trẻ em gái là ở sự mất cân bằng về quyền lực, đặc biệt là quyền lực về giới, được thể hiện thông qua các quan niệm xã hội. Vì vậy, vận động cả cộng đồng cùng thay đổi sẽ hiệu quả hơn là chỉ tập trung vào các cá nhân và giải quyết một vài trường hợp đơn lẻ.
3. Hướng dẫn viên đề nghị các thành viên câu lạc bộ về nhà nói chuyện với một ai đó mà họ thấy tin tưởng hoặc thích nói chuyện cùng về những gì đã thảo luận trong câu lạc bộ từ buổi sinh hoạt số 1 cho đến nay, và hỏi xem người kia nghĩ gì về điều họ chia sẻ.
4. Hướng dẫn viên yêu cầu tất cả cùng hát một bài, cảm ơn các thành viên đã tham gia buổi sinh hoạt, và hẹn gặp lại vào thời gian và địa điểm như đã thống nhất.

TÀI LIỆU PHÁT TAY SỐ 7.1 - Người gây bạo lực phải chịu hoàn toàn trách nhiệm về hành vi bạo lực của mình

Khi nói về nguyên nhân của bạo lực, người gây bạo lực và những người xung quanh thường vô tình hoặc cố ý hợp lý hoá hay giải thích hành vi bạo lực.

- **Bình thường hoá bạo lực:** Cho rằng đó là một phần của cuộc sống, chấp nhận việc phụ nữ bị xử tệ hoặc bị bạo lực. VD: bát đĩa còn có lúc xô, nhà ai chẳng có mâu thuẫn
- **Xem nhẹ vấn đề bạo lực:** Làm giảm nhẹ mức độ nghiêm trọng và hậu quả của bạo lực, không tin lời người bị bạo lực nói hoặc cho rằng họ nói quá lên. VD: làm gì tới mức đấy, nhà khác còn kinh khủng hơn nhiều ấy chứ
- **Đổ lỗi cho người bị bạo lực:** Người bị bạo lực làm gì đó sai trái nên mới phải chịu hậu quả. VD: thế làm gì để cho chồng đánh, chắc phải thế nào thì chồng nó mới xử lý như thế.

- **Bỏ qua tổn thất do bạo lực:** Không hiểu được các hậu quả nhìn thấy được và không nhìn thấy được đối với người bị bạo lực khi phải trải qua tình trạng khủng hoảng, chỉ đơn giản muốn người bị bạo lực “quên đi để sống” hoặc “bỏ qua lỗi lầm”.
- **Không thấy có gì liên quan tới mình:** Không nhận thấy rằng việc im lặng, không làm gì khi chứng kiến bạo lực thì cũng là các yếu tố thúc đẩy để bạo lực diễn ra thường xuyên hơn, cho rằng đó là việc riêng của người khác/ nhà khác, hoặc cho rằng là chuyện liên quan tới phụ nữ/ hội phụ nữ

Với việc hợp lý hoá hoặc cố gắng giải thích lý do dẫn tới hành vi bạo lực, cho dù là vô tình hay cố ý, **chúng ta đang khiến người gây bạo lực cảm thấy hành vi của họ được chấp nhận hoặc được tha thứ, và họ hoàn toàn thoải mái tiếp tục hành vi đó** trong tương lai.

Hành vi bạo lực không phải là cách duy nhất để giải quyết vấn đề mâu thuẫn. Ngược lại, **đó là một lựa chọn thể hiện quyền lực** của người gây bạo lực, trong khi không chắc chắn giải quyết được triệt để mâu thuẫn.

Mâu thuẫn nào cũng có thể được giải quyết/ có giải pháp mà không phải sử dụng tới bạo lực.

TÀI LIỆU PHÁT TAY SỐ 7.2 - Sự mất cân bằng quyền lực và bất bình đẳng giới là nguyên nhân gốc rễ của bạo lực với phụ nữ và trẻ em gái

Chúng ta không nên chỉ nhận diện và chỉ trích các cá nhân đã gây ra hành vi bạo lực, mà rất quan trọng là phải nhận ra các vấn đề mang tính hệ thống và xã hội đã dẫn tới hoặc ủng hộ cho hành vi bạo lực.

Chúng ta thấy từ nhỏ nam giới đã được ưu tiên hơn phụ nữ và được giáo dục về nam tính với nhiều đặc tính có liên quan tới hung hăng, quyền lực và bạo lực. Tuy nhiên, những đặc tính này thực ra là “lợi bất cập hại”. Bản thân nam giới gây bạo lực cũng bị tác động tiêu cực do mất cân bằng về quyền lực. Ví dụ, anh Hùng trong câu chuyện bị áp lực về thể hiện vai trò trụ cột kinh tế (vợ thu nhập cao hơn), việc phải có con trai nối dõi, và việc phải kiểm soát được hay “dạy dỗ” được vợ.

Một số quan niệm xã hội theo hướng bất bình đẳng giới gồm: nam giới là trụ cột gia đình, phải có con trai để nối dõi tông đường, nam giới nóng tính là bình thường, “dạy vợ từ thuở ban sơ mới về”, phụ nữ “đái không qua ngọn cỏ” –không được tỏ ra hơn chồng, chuyện sinh đẻ là việc của phụ nữ v.v. Các chuẩn mực xã hội này lại thường được thừa nhận và củng cố như một phần của “giá trị văn hoá truyền thống tốt đẹp”, và vì vậy, hiếm có người đặt câu hỏi.

Nguyên nhân gốc rễ của bạo lực với phụ nữ và trẻ em gái là ở sự mất cân bằng về quyền lực giữa nam và nữ, và được thể hiện thông qua các quan niệm xã hội và giá trị văn hoá mang tính bất bình đẳng giới. Các cá nhân nam giới gây bạo lực không phải là sinh ra đã có “tính gây bạo lực” mà được giáo dục từ nhỏ và bị ảnh hưởng bởi các chuẩn mực xã hội và giá trị văn hoá đối với nam giới. Với cộng đồng nói chung, quan niệm xã hội về nam tính – nữ tính khiến cho các hình thức bạo lực và kiểm soát phụ nữ được bình thường hoá, ví dụ được giải thích “đó là vì yêu”, vì muốn những điều tốt đẹp cho cuộc sống của phụ nữ.



Bài 8



HỖ TRỢ PHỤ NỮ
VÀ TRẺ EM GÁI
BỊ BẠO LỰC

1. MỤC TIÊU

Bài này giúp các thành viên:

- Giải thích được những việc cần làm để hỗ trợ phụ nữ và trẻ em gái bị bạo lực trong các tình huống hỗ trợ khẩn cấp và can thiệp phòng ngừa (can thiệp trước khi hành vi bạo lực xảy ra).
- Giải thích được các lợi ích và trở ngại khi hỗ trợ phụ nữ và trẻ em gái bị bạo lực, và liệt kê các giải pháp để vượt qua các trở ngại đó.

2. TÓM TẮT CÁC HOẠT ĐỘNG

Thời gian	Hoạt động	Tài liệu và phương tiện
10 phút	8.1. Chào đón	
40 phút	8.2. Cần làm gì để hỗ trợ phụ nữ và trẻ em gái bị bạo lực?	Chuyện của Thảo (tài liệu phát tay 6.2) Tài liệu phát tay số 8.1
10 phút	8.3. Trò chơi thư giãn	
20 phút	8.4. Lợi ích và trở ngại khi hỗ trợ phụ nữ và trẻ em gái bị bạo lực	Tài liệu phát tay số 8.2
10 phút	8.5. Tổng kết	Thông điệp chính của buổi sinh hoạt 8

Hoạt động 8.1 Chào đón

Thời gian:

10 phút

Mục tiêu:

Giải đáp các câu hỏi hoặc phản hồi các “thành tựu” mà thành viên đã thực hiện được kể từ sau buổi sinh hoạt trước. Giới thiệu nội dung buổi sinh hoạt.

Mô tả:

Hướng dẫn viên tóm tắt và các thành viên đưa thông tin phản hồi.

Tiến trình:

1. Hướng dẫn viên chào đón các thành viên và đề nghị thành viên ôn lại nội dung chính của buổi sinh hoạt trước; có thể thực hiện theo hình thức chia sẻ của cá nhân, hoặc thi đua chia sẻ theo nhóm.
2. Hướng dẫn viên hỏi các thành viên xem còn câu hỏi hoặc băn khoăn gì liên quan nội dung buổi sinh hoạt trước hay không.
3. Hướng dẫn viên giới thiệu nội dung của buổi sinh hoạt câu lạc bộ số 8: Hôm nay chúng ta sẽ cùng nhau thảo luận về những điều cần làm để hỗ trợ phụ nữ và trẻ em gái bị bạo lực trong tình huống khẩn cấp và can thiệp phòng ngừa, cũng như các lợi ích và rào cản khi hỗ trợ họ.

Hoạt động 8.2 Làm gì để hỗ trợ phụ nữ và trẻ em gái bị bạo lực?

Thời gian:

40 phút

Mục tiêu:

Thành viên giải thích được những việc cần làm để hỗ trợ phụ nữ và trẻ em gái bị bạo lực trong các tình huống hỗ trợ khẩn cấp và can thiệp phòng ngừa (can thiệp trước khi hành vi bạo lực xảy ra).

Mô tả:

Các thành viên thực hành đóng vai và tham gia thảo luận nhóm.

Tiến trình:

1. Hướng dẫn viên giới thiệu: *Trong bài 6 trước đây, chúng ta đã thảo luận một số hậu quả của bạo lực tới các phụ nữ và trẻ em gái bị bạo lực, tới gia đình của họ, cũng như tới người gây bạo lực. Bạo lực với phụ nữ và trẻ em gái luôn dẫn tới kết cục làm tổn thương nhiều người, cho dù là các tổn thương trực tiếp – nhìn thấy được, hay là tổn thương gián tiếp – khó nhận biết hơn.*

Bây giờ chúng ta sẽ có một hoạt động để xem chúng ta có thể làm gì để hỗ trợ phụ nữ và trẻ em gái bị bạo lực. Chúng ta cùng quay trở lại Câu chuyện của Thảo ở buổi sinh hoạt số 6.

2. Đóng vai theo nhóm nhỏ: *Chúng ta chia thành 3 nhóm để đóng vai thể hiện các hỗ trợ đối với Thảo và con gái theo câu chuyện của Thảo. Các vai bao gồm: Hùng, Thảo, bố (hoặc anh trai) của Hùng, hàng xóm đồng thời là thành viên câu lạc bộ nam giới của chúng ta.*

Nhóm 1 đóng vai khi câu chuyện dừng lại ở đoạn 1. Nhóm 2 đóng vai khi câu chuyện dừng ở đoạn 2. Và nhóm 3 đóng vai khi câu chuyện đã tới cuối cùng – Thảo phải vào viện do sảy thai.

Hướng dẫn viên lưu ý các nhóm là các hành vi bạo lực trong Câu chuyện của Thảo diễn ra trong những thời điểm khác nhau, ở các mức độ khác nhau, và sự hỗ trợ do đó cũng sẽ có thay đổi tùy theo thời điểm can thiệp sớm hay muộn.

Câu hỏi cho thảo luận trong nhóm để chuẩn bị cho đóng vai (hướng dẫn viên ghi các câu hỏi lên bảng):

- **Thảo sẽ cần được hỗ trợ gì, như thế nào?**
- **Mỗi nhân vật (ở vị trí của mình), có thể làm gì để giúp chấm dứt hành vi bạo lực của Hùng, và hỗ trợ cho Thảo?**

Dành 15 phút cho các nhóm thảo luận và chuẩn bị trình bày. Mỗi nhóm có khoảng 5-7 phút để thể hiện qua đóng vai.

3. **Thảo luận chung:** hướng dẫn viên lần lượt đưa ra các câu hỏi sau đây để tất cả các thành viên tham gia thảo luận và cho ý kiến.

- **Can thiệp từ sớm và can thiệp khi bạo lực đã nghiêm trọng có tác động khác nhau như thế nào?**
- **Điều quan trọng để đảm bảo an toàn cho người bị bạo lực khi họ báo cáo việc bị bạo lực và được hỗ trợ là gì?**

Hướng dẫn viên tóm tắt các ý kiến thảo luận và sử dụng tài liệu phát tay số 8.1 để tổng kết.



Hoạt động 8.3 Trò chơi thư giãn

Thời gian:
10 phút

Mục tiêu:
Tạo không khí vui vẻ, thư giãn cho câu lạc bộ.

Mô tả:
Hướng dẫn viên chọn một trò chơi thư giãn, vận động tùy ý và hướng dẫn cho các thành viên.

Hoạt động 8.4 Lợi ích từ hỗ trợ phụ nữ và trẻ em gái bị bạo lực

Thời gian:
20 phút

Mục tiêu:
Thành viên mô tả được các lợi ích từ việc hỗ trợ người bị bạo lực để có thêm động lực tham gia can thiệp, phòng ngừa bạo lực với phụ nữ và trẻ em gái.

Mô tả:
Thành viên thảo luận nhóm nhỏ

Tiến trình:

- Hướng dẫn viên chuẩn bị 1 tờ giấy khổ to (A0) có 4 cột tương ứng với 4 nhóm đối tượng khác nhau để các thành viên liệt kê các lợi ích đối với các nhóm đối tượng này từ việc hỗ trợ và can thiệp các trường hợp bạo lực (yêu cầu thành viên chỉ ghi 1 lợi ích trên 1 thẻ màu & các cột khác nhau thì có màu thẻ khác nhau).

Người bị BL và con cái	Người gây ra BL	Bản thân người hỗ trợ	Hàng xóm và cộng đồng nói chung

2. Sau đó, chia các thành viên vào 4 nhóm, mỗi nhóm phụ trách 1 cột (tương ứng với 1 nhóm đối tượng) để bắt đầu thảo luận trong 5 phút nhằm liệt kê các lợi ích cho từng đối tượng. Sau 5 phút, các nhóm lại đổi vị trí để đọc kết quả thảo luận của nhóm khác và điền tiếp các thông tin còn thiếu.
3. Hướng dẫn viên hỏi các thành viên: ***Có nguy cơ gì xảy ra với người đi hỗ trợ can thiệp bạo lực và với người bị bạo lực trong quá trình hỗ trợ can thiệp hay không?***
4. Hướng dẫn viên sử dụng tài liệu phát tay số 8.2. để tổng kết.

Hoạt động 8.5 Tổng kết

Thời gian:

10 phút

Mục tiêu:

Tổng kết nội dung thảo luận, khuyến khích các thành viên quay trở lại tham gia các buổi sinh hoạt sau. Thông báo tới các thành viên về sự kiện truyền thông tại cộng đồng để họ cùng tham gia.

Mô tả:

Hướng dẫn viên tóm tắt các thông điệp chính.

Tiến trình:

1. Hướng dẫn viên đề nghị mọi người đứng lên thành vòng tròn, mỗi thành viên chia sẻ 1 điều mới mà họ học được về nội dung buổi sinh hoạt.
2. Hướng dẫn viên đưa thông điệp chính của buổi sinh hoạt:
 - Hỗ trợ và can thiệp sớm các trường hợp bạo lực đối với phụ nữ và trẻ em gái sẽ giúp ngăn chặn bạo lực kịp thời, giảm mức độ nghiêm trọng của hành vi bạo lực và hậu quả đối với người bị bạo lực.
 - Nguyên tắc hỗ trợ và can thiệp số 1: An toàn cho người bị bạo lực là trên hết.
 - Mỗi người đều có thể hỗ trợ, giúp đỡ người bị bạo lực tùy theo khả năng.
3. Hướng dẫn viên đề nghị các thành viên câu lạc bộ về nhà nói chuyện với một ai đó mà họ thấy tin tưởng hoặc thích nói chuyện cùng về những gì đã thảo luận trong câu lạc bộ từ buổi sinh hoạt số 1 cho đến nay, và hỏi xem người kia nghĩ gì về điều họ chia sẻ.
4. Hướng dẫn viên giới thiệu một số sự kiện cộng đồng liên quan phòng ngừa bạo lực giới (nếu có) và khuyến khích các thành viên tham gia.
5. Hướng dẫn viên đề nghị tất cả hát một bài, sau đó cảm ơn các thành viên đã tham gia buổi sinh hoạt, và hẹn gặp lại vào thời gian và địa điểm như đã thống nhất.

TÀI LIỆU PHÁT TAY SỐ 8.1 - Làm gì để hỗ trợ phụ nữ và trẻ em gái bị bạo lực?

Khi một người phụ nữ hay một em gái nói ra rằng họ sợ chồng/ người yêu của họ hay một nam giới nào đó khác, và rằng họ đã bị bạo lực/ làm tổn thương, thì **chúng ta nên tin tưởng những gì họ nói**. Đừng vặn vẹo họ xem đó có là sự thật hay không, hoặc đòi họ đưa ra bằng chứng, hoặc đổ lỗi cho họ. Bởi vì:

- i. Người bị bạo lực đã phải suy nghĩ rất kỹ, vượt qua nhiều mặc cảm về tâm lý để nói ra việc mình bị bạo lực hay quấy rối; không có ai lại muốn dàn dựng lên một câu chuyện không có thật về bạo lực để rồi bản thân mình bị kỳ thị, bị tổn thương thêm.
- ii. Người bị bạo lực thường ở thế yếu, và ngoại trừ việc bị bạo lực về thể chất một cách nặng nề, không dễ dàng để họ thu thập bằng chứng chống lại người đang ở thế mạnh.
- iii. Cho dù như thế nào, người bị bạo lực không đáng phải bị bạo lực. Mọi mâu thuẫn hoặc sai lầm đều có thể được giải quyết, sửa chữa bằng giải pháp “hoà bình”, không bạo lực.

Tùy theo khả năng, các bạn có thể hỗ trợ trực tiếp cho người bị bạo lực và con cái, gia đình của họ bằng cách:

- i. Kêu gọi những người khác cùng với mình tạm dừng hành vi bạo lực, giữ an toàn cho người bị bạo lực.
- ii. Trấn an tâm lý cho người bị bạo lực và con cái họ.
- iii. Đưa người bị bạo lực đến cơ sở y tế để điều trị và lập hồ sơ y tế nếu cần thiết.
- iv. Cho người bị bạo lực và con cái họ tạm lánh để được an toàn, nếu họ cần tạm lánh.
- v. Cung cấp bằng chứng cho người có trách nhiệm can thiệp (công an, hội phụ nữ, y tế, đại diện chính quyền v.v.) để hỗ trợ can thiệp hiệu quả cho trường hợp bạo lực.

Khi hành vi bạo lực đã tạm thời lắng xuống, hoặc khi phụ nữ và trẻ em gái chia sẻ với bạn về việc họ đang bị kiểm soát hoặc có nguy cơ bị bạo lực, **hãy giúp đỡ bằng cách**:

- i. Giải thích rõ cho họ biết rằng hành vi kiểm soát hoặc làm họ tổn thương đó chính là bạo lực, và họ không đáng phải bị bạo lực vì bất cứ lý do gì. Kể cả họ có làm gì sai thì cũng có nhiều cách sửa sai và giải quyết mâu thuẫn mà không sử dụng bạo lực.
- ii. Họ không thể chấm dứt bạo lực bằng cách cố gắng tuân thủ hay thoả mãn mọi yêu cầu của người gây bạo lực.

Một là không thể nào thoả mãn được tất cả yêu cầu (hết cái này sẽ tới cái khác).

Hai là việc cố gắng làm theo các yêu cầu sẽ khiến cho người gây bạo lực thấy rằng sử dụng bạo lực là có lợi, là hiệu quả để điều khiển người khác, và càng muốn sử dụng bạo lực nhiều hơn.

Ba là bạo lực sẽ diễn ra theo chu kỳ. Khi bạn đã thoả mãn một yêu cầu của người gây bạo lực và đang hy vọng bạo lực có dấu hiệu dừng lại, thì chính là lúc chuẩn bị có một chu kỳ bạo lực tiếp theo, ở cấp độ nghiêm trọng hơn.

- iii. Cho họ các địa chỉ hỗ trợ/ tư vấn về bạo lực gia đình, bạo lực với phụ nữ và trẻ em gái. Thể hiện sự sẵn lòng giúp đỡ khi họ cần đến.

Khi bạn chứng kiến phụ nữ hoặc trẻ em gái bị quấy rối tình dục hoặc bạo lực ở nơi công cộng, bạn cần:

- i. Nói ra ngay với người gây bạo lực rằng hành vi của họ là không đúng, đề nghị họ rời đi chỗ khác.
 - ii. Kêu gọi những người xung quanh cùng hỗ trợ người bị bạo lực, và dừng hành vi bạo lực lại
 - iii. Gọi 113 hoặc số đường dây nóng để báo cáo bạo lực ở địa phương để được trợ giúp
- Tất cả mọi người – cho dù bạn là ai, đều có trách nhiệm hỗ trợ/ giúp đỡ phụ nữ và trẻ em gái bị bạo lực. Giúp đỡ người khác hôm nay chính là để ngăn chặn bạo lực xảy đến với bản thân hoặc với người thân trong gia đình trong tương lai.

Nguyên tắc hỗ trợ để phòng ngừa các nguy cơ và đảm bảo an toàn

Nguyên tắc quan trọng số 1: Đảm bảo an toàn cho người bị bạo lực

- Có sự đồng thuận của người bị bạo lực: Trong bối cảnh bạo lực gia đình đối với phụ nữ và trẻ em gái đang được coi là chuyện riêng tư, sự can thiệp từ bên ngoài cần cẩn trọng để không đẩy người bị bạo lực vào tình huống nguy hiểm hơn. Các giải pháp can thiệp cần được bàn thảo kỹ với người bị bạo lực.
- Tôn trọng lựa chọn của người bị bạo lực: họ là người biết rõ nhất giải pháp nào là tốt nhất trong hoàn cảnh của họ, có nhiều ẩn khúc mà người ngoài khó nắm bắt được hết
- Trong một số trường hợp nguy cấp, có thể phải tạm nhân nhượng với người gây bạo lực để giữ an toàn cho người bị bạo lực và người đi hỗ trợ, sau đó tìm giải pháp khác để tiếp cận lại

Nguyên tắc số 2: Bảo mật thông tin

- Thông tin chỉ được chia sẻ ở mức độ phù hợp cho những người có trách nhiệm tham gia hỗ trợ, can thiệp
- Thông tin rò rỉ sẽ ảnh hưởng xấu tới uy tín cá nhân của người bị bạo lực, tăng thêm nguy cơ và mức độ nghiêm trọng của hậu quả đối với họ, và làm giảm hiệu quả can thiệp

Nguyên tắc số 3: Theo định hướng bình đẳng giới và tuân thủ pháp luật

- Người gây bạo lực luôn tìm lý do để bào chữa cho hành vi của mình, vì vậy, người đi hỗ trợ không được làm theo cảm tính, mà phải tuân thủ theo các quy định pháp luật hiện hành
- Khẳng định bạo lực không phải là lựa chọn hay giải pháp cho mọi tình huống, kể cả khi người bị bạo lực sai trái thì vẫn có giải pháp khác
- Luôn đặt câu hỏi ngược lại: Trong cùng tình huống, với cùng lựa chọn ứng xử, thì liệu nam giới và phụ nữ có được chấp nhận, hay bị đổ lỗi, hay được mong đợi thể hiện giống nhau không?

Hỗ trợ chỉ hiệu quả khi tác động tận gốc tới các quan niệm không bình đẳng về nam và nữ, bởi sẽ không bao giờ giải quyết được hết các mâu thuẫn phát sinh trên bề mặt.

TÀI LIỆU PHÁT TAY SỐ 8.2 - Lợi ích từ hỗ trợ phụ nữ và trẻ em gái bị bạo lực

Lợi ích đối với người bị bạo lực và gia đình của họ

- Được an toàn trước mắt và lâu dài: có nơi tạm trú an toàn, được chăm sóc y tế, hành vi bạo lực được ngăn chặn kịp thời để giảm thiểu hậu quả, chuẩn bị tâm thế và giải pháp an toàn để ngăn ngừa bạo lực tiếp diễn
- Được nâng đỡ về tâm lý – tinh thần: Tự tin hơn vì thấy mình được bảo vệ, và sẽ chủ động hơn trong tìm kiếm giải pháp cho hoàn cảnh của mình
- Cải thiện mối quan hệ gia đình và xã hội: khi hành vi bạo lực được ngăn chặn kịp thời, người bị bạo lực không bị đổ lỗi hay lên án về những gì xảy ra, người gây bạo lực có thể nhận ra sai lầm v.v. thì các bên có thể bình tĩnh tìm ra giải pháp chung – không bạo lực cho mâu thuẫn
- Con cái của người bị bạo lực được an toàn, được chăm sóc và hỗ trợ kịp thời, và phòng ngừa nguy cơ tham gia tệ nạn xã hội

Lợi ích đối với người gây bạo lực

- Được tác động/ giải thích/ hỗ trợ kịp thời để tránh gây ra hậu quả nghiêm trọng hơn, không đi đến mức bị xử lý về pháp luật
- Cải thiện mối quan hệ gia đình và xã hội: nhận thức được giải pháp sử dụng bạo lực là sai lầm, không giải quyết được mâu thuẫn tồn tại; và bình tĩnh tìm ra giải pháp chung – không bạo lực để giữ được sự tôn trọng, tình cảm yêu mến từ những người xung quanh

Lợi ích đối với bản thân người đi hỗ trợ, can thiệp

- Được tôn trọng, được cộng đồng ủng hộ, tăng thêm uy tín với những người xung quanh
- Cảm thấy tự tin, thoải mái khi làm được việc tốt cho người khác và mang lại niềm tin cuộc sống – thậm chí là mạng sống, cho người bị bạo lực
- Góp phần xây dựng văn minh ở khu dân cư, không để con cháu, người thân bị tập nhiễm hoặc bị ảnh hưởng bởi hành vi xấu

Lợi ích đối với cộng đồng, làng xóm nói chung

- Tăng thêm tình cảm đoàn kết, giúp đỡ lẫn nhau giữa hàng xóm láng giềng
- Tăng thêm an ninh trật tự, phòng ngừa tệ nạn xã hội ở khu dân cư, không để lớp trẻ bị tập nhiễm hoặc bị ảnh hưởng bởi hành vi xấu

BÀI 9. BẠO LỰC TÌNH DỤC & TÌNH DỤC LÀNH MẠNH



Bài 9



**BẠO LỰC TÌNH DỤC &
TÌNH DỤC LÀNH MẠNH**

1. MỤC TIÊU

Bài này giúp các thành viên:

- Phân biệt tình dục lành mạnh và tình dục có bạo lực liên quan đến sự đồng thuận trong quan hệ tình dục.
- Giải thích thế nào là bạo lực tình dục và các giải pháp phòng tránh.

2. TÓM TẮT CÁC HOẠT ĐỘNG

Thời gian	Hoạt động	Tài liệu và phương tiện
10 phút	9.1. Chào đón	
30 phút	9.2. Xác định sự tự nguyện và đồng thuận trong quan hệ tình dục.	Giấy A0; bút viết bảng/viết giấy (1 bút/thành viên). 2-3 bộ thẻ ghi hành vi tình dục (đảm bảo mỗi thành viên có 1 thẻ), 1 hành vi/thẻ. Tài liệu phát tay số 9.1
10 phút	9.3. Trò chơi thư giãn	
30 phút	9.4. Bạo lực tình dục và giải pháp phòng ngừa	Tài liệu phát tay số 6.3 (phần về Khái niệm bạo lực tình dục). Tài liệu phát tay số 9.2.
10 phút	9.5. Tổng kết	Thông điệp chính của buổi sinh hoạt 9

Hoạt động 9.1 Chào đón

Thời gian:

10 phút

Mục tiêu:

Giải đáp các câu hỏi hoặc phản hồi các thành tựu mà thành viên đã thực hiện được kể từ sau buổi sinh hoạt trước. Giới thiệu nội dung buổi sinh hoạt.

Mô tả:

Hướng dẫn viên tóm tắt và các thành viên đưa thông tin phản hồi.

Tiến trình:

1. Hướng dẫn viên chào đón các thành viên và đề nghị thành viên ôn lại nội dung chính của buổi sinh hoạt trước, bằng cách chia sẻ cá nhân, hoặc thi đua theo nhóm.
2. Hướng dẫn viên hỏi các thành viên xem còn câu hỏi hoặc băn khoăn gì liên quan nội dung buổi sinh hoạt trước hay không.
3. Hướng dẫn viên giới thiệu nội dung của buổi sinh hoạt câu lạc bộ số 9: *Hôm nay chúng ta sẽ cùng nhau thảo luận về sự đồng thuận trong mối quan hệ tình dục, và phân biệt thế nào là tình dục lành mạnh, và thế nào là tình dục có bạo lực.*



Hoạt động 9.2 Sự đồng thuận trong quan hệ tình dục

Thời gian:
10 phút

Mục tiêu:
Các thành viên giải thích được tầm quan trọng của sự đồng thuận trong tình dục.

Mô tả:
Các thành viên làm một bài tập và thảo luận trên nhóm lớn.

Tiến trình:

- Hướng dẫn viên giới thiệu về hoạt động: *Trong các mối quan hệ tình yêu - hôn nhân, tình dục là một khía cạnh quan trọng. Ở bài tập này, trước tiên chúng ta sẽ cùng xem làm sao để biết tình dục trong mỗi quan hệ tình yêu - hôn nhân là tự nguyện hay ép buộc.*
- Người điều hành kẻ một đường thẳng ở giữa phòng. Viết mỗi cụm từ “*Tình dục tự nguyện*” và “*Tình dục cưỡng ép*” vào một tờ giấy và dán hai tờ giấy này vào hai đầu đường thẳng. Yêu cầu các thành viên đứng thành vòng tròn quanh đường kẻ. Mỗi thành viên sẽ:
 - Rút một thẻ đã ghi sẵn hành vi tình dục.
 - Sau đó hướng dẫn viên yêu cầu lần lượt từng người đọc to hành vi mà mình rút được và đặt vào một vị trí mà người đó cho là phù hợp trên đường kẻ Tình dục tự nguyện - Tình dục cưỡng ép và giải thích vì sao mình lại đặt vào đó.

Các thành viên có thể nhận các tình huống giống nhau và quyết định đặt vào các vị trí khác nhau, tùy theo suy nghĩ của họ.

- Các thẻ ghi lại 10 hành vi tình dục (mỗi thẻ chỉ ghi 1 hành vi) bao gồm:
 - Dùng vũ lực ép vợ quan hệ tình dục khi vợ không muốn.
 - Quan hệ tình dục với bạn gái khi cô ấy chưa thật sự cảm thấy thoải mái, mặc dù cô ấy cũng muốn.
 - Quan hệ tình dục khi vợ đang ngủ.

- d. Cố gắng dùng lời nói để thuyết phục vợ đồng ý quan hệ tình dục khi vợ không muốn.
 - e. Không dùng biện pháp bảo vệ khi quan hệ tình dục mặc dù vợ đề nghị.
 - f. Quan hệ quá nhanh hoặc quá lâu mà không để ý tới mong muốn của vợ.
 - g. Sau khi thoả mãn thì lăn ra ngủ, không để ý xem vợ thế nào.
 - h. Quan hệ tình dục khi cả vợ & chồng đều mong muốn & cảm thấy thoải mái.
 - i. Quan hệ một lúc thì vợ nói thấy hơi mệt và chồng dừng lại.
 - j. Chia sẻ ảnh quan hệ tình dục của hai người lên internet để khoe mà không xin ý kiến bạn gái.
4. Kết thúc phần thảo luận, giảng viên cảm ơn các học viên đã tham gia và sử dụng tài liệu phát tay số 9.1. để kết luận.

Hoạt động 9.3 Trò chơi thư giãn

Thời gian:

10 phút

Mục tiêu:

Tạo không khí vui vẻ, thư giãn cho câu lạc bộ.

Mô tả:

Hướng dẫn viên chọn một trò chơi thư giãn, vận động tùy ý và hướng dẫn cho các thành viên.

Hoạt động 9.4 Bạo lực tình dục và giải pháp phòng tránh

Thời gian:

30 phút

Mục tiêu:

Các thành viên giải thích được khái niệm bạo lực tình dục trong mối liên hệ tới sự không đồng thuận trong tình dục, và liệt kê được một số giải pháp để phòng tránh.

Mô tả:

Động não, thảo luận chung trên nhóm lớn và bài tập nhóm nhỏ (có thể sử dụng hình thức đóng vai).

Tiến trình:

1. Hướng dẫn viên hỏi: *Trong Bài 6, chúng ta đã nhắc tới khái niệm “bạo lực tình dục”. Dựa trên nội dung thảo luận về đồng thuận trong tình dục vừa rồi, các anh thấy có gì liên quan giữa đồng thuận trong tình dục và xác định hành vi bạo lực tình dục hay không?*
 Hướng dẫn viên để thành viên nhóm suy nghĩ trong khoảng 1-2 phút và chia sẻ quan điểm của họ. Sau đó, khẳng định: **“Các hành vi tình dục không có sự đồng thuận chính là các dạng của bạo lực tình dục”.**
2. Hướng dẫn viên giới thiệu bước tiếp theo: *Bây giờ, chúng ta sẽ lựa chọn ra 3 tình huống ở trên để thảo luận trong nhóm nhỏ. Câu hỏi thảo luận là (ghi lên bảng để các nhóm đọc):*
 - **Những yếu tố cản trở (rào cản) khiến hai người khó trao đổi cởi mở trong tình huống này là gì?**
 - **Có thể vượt qua các rào cản này bằng cách nào?**

Các tình huống gồm (ghi lên giấy A0 và giao cho các nhóm để ghi lại phần trả lời cho từng câu hỏi thảo luận trên đây):

- **Tình huống 1:** Quan hệ tình dục khi vợ đang ngủ.
 - **Tình huống 2:** Sau khi thoả mãn thì lăn ra ngủ, không để ý xem vợ thế nào.
 - **Tình huống 3:** Quan hệ quá nhanh hoặc quá lâu mà không để ý tới mong muốn của vợ.
3. Dành khoảng 5-7 phút cho thảo luận trong nhóm nhỏ, sau đó đề nghị các nhóm chia sẻ kết quả thảo luận.
- Nhấn mạnh: *Tình huống 1 nói về đồng thuận trước khi bắt đầu hành vi tình dục, tình huống 2 nói về đồng thuận sau khi quan hệ xong, và tình huống 3 nói về đồng thuận khi đang quan hệ.*
4. Hướng dẫn viên tổng kết sử dụng tài liệu phát tay số 9.2. Đề nghị các thành viên nhóm bổ sung thêm các giải pháp khác cho trao đổi cởi mở về tình dục, phòng ngừa bạo lực tình dục.

Hoạt động 9.5 Tổng kết

Thời gian:

10 phút

Mục tiêu:

Tổng kết nội dung thảo luận, khuyến khích các thành viên quay trở lại tham gia các buổi sinh hoạt sau.

Mô tả:

Các thành viên làm một bài tập và thảo luận trên nhóm lớn.

Tiến trình:

1. Đề nghị mọi người đứng lên thành vòng tròn, mỗi thành viên chia sẻ 1 điều mới mà họ học được về nội dung buổi sinh hoạt.
2. Nêu thông điệp chính của buổi sinh hoạt:
 - Đồng thuận trước, trong và sau hành vi tình dục là điều kiện tiên quyết để phòng ngừa bạo lực tình dục.
 - Quan tâm và tôn trọng nhu cầu và mong muốn tình dục của đối tác.
 - Chủ động hỏi về nhu cầu và mong muốn tình dục của đối tác để giúp trao đổi cởi mở về tình dục giữa hai người.
3. Đề nghị các thành viên câu lạc bộ về nhà nói chuyện với một ai đó mà họ thấy tin tưởng hoặc thích nói chuyện cùng về những gì đã thảo luận trong câu lạc bộ hôm nay, và hỏi xem người kia nghĩ gì về điều họ chia sẻ.
4. Đề nghị tất cả cùng hát một bài, sau đó cảm ơn các thành viên đã tham gia buổi sinh hoạt, và hẹn gặp lại vào thời gian và địa điểm như đã thống nhất.

TÀI LIỆU PHÁT TAY SỐ 9.1 - Làm sao để xác định tình dục tự nguyện và tình dục đồng thuận?

Việc phân định hành vi tình dục là tự nguyện hay đồng thuận không phải lúc nào cũng rõ ràng:

- Một dấu hiệu rõ ràng để đánh dấu sự không đồng thuận của người phụ nữ là khi cô ấy nói **“không”**. Tuy nhiên, không phải trong trường hợp nào, việc nói “không” cũng dễ dàng với người phụ nữ.
- Một cách nữa để phân định giữa tự nguyện và đồng thuận là sự **mong muốn** của người phụ nữ. Khi người phụ nữ quan hệ có mong muốn và chủ động thì đó là tình dục tự nguyện. Quan hệ thụ động, không mong muốn là không có đồng thuận, và là một hình thức của tình dục cưỡng ép (tình dục có bạo lực).
- Khi người phụ nữ đã nói **‘Đồng ý’** cũng không có nghĩa là tình dục tự nguyện. Nếu bất cứ một lúc nào đó trong quá trình quan hệ mà người phụ nữ cảm thấy không thoải mái, không muốn nữa, mà người kia vẫn cố gắng tiếp tục thì kể từ lúc đó là tình dục cưỡng ép (tình dục có bạo lực).
- Việc kiểm soát ham muốn tình dục của chúng ta không dễ dàng. Tuy nhiên, chúng ta cần xác định là người phụ nữ có quyền nói ‘không’ vào bất cứ lúc nào khi quan hệ tình dục và chúng ta phải **tôn trọng** quyết định của họ.
- Nhu cầu và ham muốn tình dục phụ thuộc vào nhiều yếu tố như sức khỏe, tâm lý, điều kiện ngoại cảnh v.v. mà không chỉ phụ thuộc vào tình cảm “có yêu hay không yêu”. Vì vậy, không nên coi việc bị từ chối tình dục đồng nghĩa với “mất mặt” hay là “không được yêu” để tránh ép buộc tình dục và thể hiện sự quan tâm, tôn trọng.
- Trong bất kỳ mối quan hệ tình cảm nào, **tôn trọng và quan tâm đến nhau** là nền tảng cơ bản của tình dục tự nguyện.
- Sự đồng thuận về tình dục không chỉ là **trước khi** bắt đầu hành vi quan hệ tình dục, mà cần có **trong khi** đang quan hệ cũng như **sau khi** kết thúc quan hệ tình dục.

TÀI LIỆU PHÁT TAY SỐ 9.2 - Làm sao để có tình dục đồng thuận?

Giải pháp cho phòng ngừa bạo lực tình dục, để tránh rơi vào tình thế có tình dục mà không có sự đồng thuận, là hai người cần phải **trao đổi cởi mở** và **tôn trọng nhu cầu**, mong muốn về tình dục của người kia. Sự trao đổi và tôn trọng không chỉ cần có trước khi bắt đầu hành vi quan hệ tình dục, mà phải có cả trong và sau khi có quan hệ tình dục.

Tuy nhiên, việc trao đổi cởi mở để có tình dục đồng thuận không phải luôn dễ dàng bởi vì tình dục là một chủ đề nhạy cảm trong văn hoá của chúng ta. Đặc biệt trong hôn nhân, người ta thường nghĩ rằng việc có quan hệ tình dục là đương nhiên, và thường bỏ qua các hành vi tình dục ép buộc, không có đồng thuận.

Giải pháp để vượt qua sự ngưng ngừng và trao đổi cởi mở về tình dục:

1. Coi tình dục là một phần bình thường của cuộc sống để cùng học hỏi, tìm hiểu;
2. Quan tâm và tôn trọng nhu cầu và mong muốn của đối tác, và không nên tự tin rằng nam giới biết hết mọi thứ về tình dục;
3. Chủ động hỏi trước về nhu cầu và mong muốn của đối tác để phá bỏ sự ngưng ngừng;
4. Nên nhớ rằng nếu không có sự trao đổi cởi mở về tình dục thì bạn và đối tác sẽ gặp nhiều vấn đề. Khi vượt qua sự ngưng ngừng ban đầu để trao đổi về tình dục, bạn sẽ có một cuộc sống tình dục lành mạnh. Khi càng trao đổi cởi mở, bạn và đối tác sẽ càng cảm thấy thoải mái hơn và điều này sẽ cải thiện mối quan hệ giữa hai người.



Bài 10



SỐNG LÀNH MẠNH VÀ HẠNH PHÚC

1. MỤC TIÊU

Bài này giúp các thành viên:

- Thảo luận về thể hiện tình yêu đúng cách.
- Xác định một số yếu tố làm hỏng mối quan hệ tình cảm.

2. TÓM TẮT CÁC HOẠT ĐỘNG

Thời gian	Hoạt động	Tài liệu và phương tiện
10 phút	10.1. Chào đón	
30 phút	10.2. Tình yêu là gì?	Tài liệu phát tay số 10.1
10 phút	10.3. Trò chơi thư giãn	
30 phút	10.4. Điều gì phá hỏng các mối quan hệ hạnh phúc?	4 tình huống Tài liệu phát tay số 10.2
10 phút	10.5. Tổng kết	Thông điệp chính của buổi sinh hoạt 10

Hoạt động 10.1 Chào đón

Thời gian:

10 phút

Mục tiêu:

Giải đáp các câu hỏi hoặc phản hồi các thành tựu mà thành viên đã thực hiện được kể từ sau buổi sinh hoạt trước. Giới thiệu nội dung buổi sinh hoạt.

Mô tả:

Hướng dẫn viên tóm tắt và các thành viên đưa thông tin phản hồi.

Tiến trình:

1. Hướng dẫn viên chào đón các thành viên và đề nghị thành viên ôn lại nội dung chính của buổi sinh hoạt trước. Có thể thực hiện theo hình thức chia sẻ của cá nhân, hoặc thi đua chia sẻ theo nhóm.
2. Hướng dẫn viên hỏi các thành viên xem còn câu hỏi hoặc băn khoăn gì liên quan nội dung buổi sinh hoạt trước hay không.
3. Hướng dẫn viên giới thiệu nội dung của buổi sinh hoạt câu lạc bộ số 10: *Trong buổi sinh hoạt câu lạc bộ hôm nay, chúng ta sẽ thảo luận về thể hiện tình yêu sao cho người được yêu cảm nhận được đúng tình cảm của chúng ta, và nhận diện những điều phá hỏng các mối quan hệ để phòng tránh.*

Hoạt động 10.2 Tình yêu là gì?

Thời gian:

10 phút

Mục tiêu:

Các thành viên mô tả được rằng tình yêu có thể được thể hiện theo những cách khác nhau trong những mối quan hệ tình cảm khác nhau.

Mô tả:

Các thành viên động não suy nghĩ và thảo luận trong nhóm nhỏ, sau đó chia sẻ kết quả thảo luận trên nhóm lớn.

Tiến trình:

1. Hướng dẫn viên giới thiệu: *Chúng ta sẽ bắt đầu bằng một chủ đề luôn “nóng” với tất cả mọi người: Các anh định nghĩa “tình yêu” là gì?*

Hướng dẫn viên để 1-2 phút cho các thành viên suy nghĩ và đưa ra định nghĩa của họ. Sau đó nhấn mạnh: *Có nhiều kiểu tình yêu mà chúng ta dành cho những đối tượng khác nhau. Tình yêu với con cái chẳng hạn sẽ khác với tình yêu dành cho vợ/ người yêu, hay là dành cho cha mẹ.*

2. Hướng dẫn viên chia các thành viên vào 5 nhóm nhỏ (khoảng 3-4 người vào một nhóm) và họ sẽ thảo luận trong nhóm trong khoảng 5-10 phút về **những cách khác nhau để thể hiện tình yêu của họ với:**

- Con của mình (hoặc một đứa trẻ là cháu của họ).
- Anh chị em ruột.
- Cha mẹ.
- Người bạn thân.
- Vợ/ người yêu.

3. Các thành viên quay về nhóm lớn để cùng thảo luận (ghi to-rõ ràng 2 câu hỏi dưới đây lên bảng hoặc giấy A0 để các thành viên đọc được):

- Các anh học được gì từ phần chia sẻ về tình yêu?
- Liệu có khi nào chúng ta nghĩ rằng ta đang thể hiện tình yêu với những người thân yêu, gần gũi mà họ lại có thể hiểu lầm hoặc không cảm nhận được tình yêu đó?

4. Bây giờ chúng ta sẽ cùng thảo luận về câu nói “Thương cho roi cho vọt, ghét cho ngọt cho bùi”

- Theo các anh thì câu nói này có nghĩa là gì? Có liên quan gì tới bạo lực?
- Nên hiểu câu nói này như thế nào để người được yêu thương cảm nhận được tình yêu, mà không phải bạo lực?

5. Hướng dẫn viên sử dụng tài liệu phát tay 10.1 để tổng kết. Nên đề nghị các thành viên nhóm bổ sung thêm các cách thể hiện tình yêu không bạo lực. Có thể linh hoạt sử dụng câu chuyện nào đó để làm ví dụ minh họa.



Hoạt động 10.3 Trò chơi thư giãn

Thời gian:
10 phút

Mục tiêu:
Tạo không khí vui vẻ, thư giãn cho câu lạc bộ.

Mô tả:
Hướng dẫn viên chọn một trò chơi thư giãn, vận động tùy ý và hướng dẫn cho các thành viên.

Hoạt động 10.4 Điều gì phá hỏng các mối quan hệ hạnh phúc?

Thời gian:
30 phút

Mục tiêu:
Các thành viên có thể xác định được các phương diện mà có thể làm cho mối quan hệ trở nên tích cực, tốt đẹp hoặc trở nên tiêu cực, có vấn đề.

Mô tả:
Các thành viên thảo luận các tình huống trong nhóm nhỏ.

Tiến trình:

- Hướng dẫn viên chia thành viên vào 4 nhóm và đưa ra 4 tình huống để thảo luận trong nhóm nhỏ (mỗi nhóm thảo luận 1 tình huống).
Các tình huống để thảo luận (cần photo sẵn để phát cho 4 nhóm):
 - Tình huống 1:** Một người lái xe taxi đi làm về, cởi bỏ áo somi và ngã người thư giãn trên ghế. Vợ anh mang ra cho anh một bát mì. Anh nhận bát mì, thìa đũa và hỏi: Không có ớt à? Vợ anh lại nhanh chóng mang ít ớt tươi ra. Anh ăn mì, và phàn nàn: Sao nấu nhạt thế, không cho muối vào à?

- **Tình huống 2:** Hai vợ chồng đang ở nhà, người vợ rửa bát đĩa còn người chồng thì giúp lau và xếp vào tủ bếp. Vợ khen chồng hoá ra biết làm rất giỏi, và cảm ơn chồng giúp lau dọn. Xong việc, chồng xin vợ đưa một khoản tiền để trả một món nợ. Vợ hỏi chồng đây là món nợ bao nhiêu, cho cái gì, và vì sao trước đây cô không hề hay biết. Chồng khăng khăng nói đó là chuyện riêng của anh, chỉ cần vợ đưa tiền ra là được.
 - **Tình huống 3:** Một cặp đôi ngồi trong quán café và nói chuyện về công việc trong ngày của họ ở cơ quan. Một người tỏ ra lấn lướt và nghiêm khắc hơn với người kia, liên tục hỏi về việc người kia đã gặp ai, làm những gì, và thậm chí giật cả điện thoại di động để lướt qua các tin nhắn và cuộc gọi. Người kia không đồng ý, nhưng chỉ phản kháng được yếu ớt. Người lấn lướt tiếp tục gặng hỏi: A là ai, vì sao lại thường xuyên có cuộc gọi với anh ta.
 - **Tình huống 4:** Hai vợ chồng Hùng và Thảo chuẩn bị đi tới một tiệc cưới của người thân. Thảo khen Hùng mặc bộ mới rất đẹp, trông trẻ trung và hỏi anh thấy bộ mới của cô thế nào. Hùng không nhìn vợ và nói: Em mặc gì thì có quan trọng gì đâu, đằng nào mà chẳng béo. Hùng nói thêm: Em làm thế nào mà trông trẻ trung, hiện đại như vợ thằng Trung ấy, vợ thế mới là vợ chứ. Thảo thoáng buồn và bối rối. Từ hồi còn yêu, Hùng đã kịch liệt phản đối thời trang hiện đại của cô, nói là phải thay đổi cách ăn mặc để không được hở hang, bó sát để cho bọn con trai khác muốn nhìn; mà giờ thì anh lại phàn nàn và muốn cô mặc kiểu bó sát, hở đây kia như vợ của Trung.
2. Các nhóm có 5-7 phút thảo luận và 3-5 phút trình bày cho mỗi nhóm. Các câu hỏi thảo luận gồm:
- *Các anh có nhìn thấy hay cảm nhận được tình yêu trong tình huống này hay không? Nhân vật nữ có thể có suy nghĩ và cảm nhận gì?*
 - *Hành vi ứng xử của nhân vật nam đang có tác động (tiêu cực) như thế nào tới mối quan hệ của hai người?*
 - *Những quan niệm (định kiến hay chuẩn mực) nào về giới có liên quan tới cách ứng xử của nhân vật nam?*
3. Hướng dẫn viên sử dụng tài liệu phát tay số 10.2 để tổng kết.



Hoạt động 10.5 Tổng kết

Thời gian:

10 phút

Mục tiêu:

Tổng kết nội dung thảo luận, khuyến khích các thành viên quay trở lại tham gia các buổi sinh hoạt sau. Thông báo tới các thành viên về sự kiện truyền thông tại cộng đồng để họ cùng tham gia

Mô tả:

Hướng dẫn viên tóm tắt các thông điệp chính.

Tiến trình:

1. Hướng dẫn viên đề nghị mọi người đứng lên thành vòng tròn, mỗi thành viên chia sẻ 1 điều mới mà họ học được về nội dung buổi sinh hoạt.
2. Hướng dẫn viên đưa thông điệp chính của buổi sinh hoạt:
 - Tình yêu phải được thể hiện sao cho người đón nhận tình cảm thực sự cảm nhận được sự yêu thương và tôn trọng, mà không phải là sự kiểm soát, ban ơn hay bạo lực
3. Hướng dẫn viên đề nghị các thành viên câu lạc bộ về nhà nói chuyện với một ai đó mà họ thấy tin tưởng hoặc thích nói chuyện cùng về những gì đã thảo luận trong câu lạc bộ hôm nay, và hỏi xem người kia nghĩ gì về điều họ chia sẻ.
4. Hướng dẫn viên giới thiệu một số sự kiện cộng đồng liên quan phòng ngừa bạo lực giới (nếu có) và khuyến khích các thành viên tham gia.
5. Hướng dẫn viên đề nghị tất cả cùng hát một bài, sau đó cảm ơn các thành viên đã tham gia buổi sinh hoạt, và hẹn gặp lại vào thời gian và địa điểm như đã thống nhất.



TÀI LIỆU PHÁT TAY SỐ 10.1 - Thể hiện tình yêu đúng cách

Chúng ta **thể hiện tình yêu với những người khác nhau theo các cách khác nhau**. Ví dụ:

- Bằng lời nói (ví dụ: nói “Anh yêu em”; “Anh luôn đánh giá cao tất cả các công việc mà em đã làm cho gia đình của chúng ta”; “Em là một người vợ tuyệt vời và anh rất may mắn khi được kết hôn với em”; “Anh cảm thấy được yêu thương và tôn trọng khi em hỏi ý kiến của anh” v.v...);
- Bằng ngôn ngữ cử chỉ: ôm, cầm tay, hôn, nhìn vào mắt và cười, quan hệ tình dục v.v...;
- Bằng quà tặng (những thứ nhỏ nhỏ bạn tự làm hoặc điều gì đó mà bạn biết là họ sẽ thích, hoặc quà gì đó lớn hơn thế);
- Bằng việc bạn làm để giúp đỡ họ (việc nhà, bài tập về nhà, chia sẻ trách nhiệm v.v...);
- Bằng việc dành thời gian cho họ (cùng làm gì đó vui vẻ, xem phim/ TV, cùng chơi gì đó mà họ thích, không nghe điện thoại khi đang ở bên họ v.v...);
- Và nhiều cách khác nữa.

Việc thể hiện tình yêu không mất tiền, và quan trọng là bạn thực sự có ý thể hiện tình cảm của mình **chân thành**. Chúng ta chú ý rằng người ta có thể biểu hiện tình yêu theo những cách khác nhau, mà không phải tất cả thể hiện tình yêu theo cùng một cách. Như vậy, bạn cần suy nghĩ về mong đợi của bạn đối với người bạn yêu, và mong đợi của họ đối với bạn trong việc thể hiện tình yêu.

Tình yêu có nghĩa là **tôn trọng, tin tưởng, chia sẻ, có trách nhiệm và trung thành**, và tất cả những điều này sẽ bao trùm lên các vấn đề liên quan tiền bạc, tình dục, các trách nhiệm trong hôn nhân và những áp lực xã hội khác

Chúng ta rất cần phải tự nhìn lại để xem liệu cách thể hiện tình yêu của chúng ta thực sự là yêu thương hay là làm tổn thương người khác. Nếu một người thể hiện tình yêu theo cách gây tổn thương thì sẽ phải làm sao? Đương nhiên là người “nhận tình yêu” sẽ không thể cảm nhận được tình yêu đó.

Một số ví dụ về việc thể hiện tình yêu không đúng cách, khiến cho người kia cảm thấy bị tổn thương.

- Kiểm soát hoặc bảo vệ thái quá những gì thuộc về cá nhân của vợ/ chồng, ví dụ quần áo họ mặc, việc họ sử dụng thời gian cho cá nhân, giao tiếp hàng ngày, vài chi tiêu vật hàng ngày v.v...
- Cố tình nài nỉ vợ quan hệ tình dục khi vợ không muốn.
- Đánh giá tình cảm của vợ/ chồng dựa trên mức độ đắt giá của các món quà, hoặc nhất định cần phải có quà bằng vật chất trong khi kinh tế của gia đình (của chồng/

vợ) khó khăn.

TÀI LIỆU PHÁT TAY SỐ 10.2 - Điều gì phá hỏng mối quan hệ?

Thông điệp từ các tình huống thảo luận:

- Công việc nhà cần phải được chia sẻ. Khi bạn được ai đó chăm sóc – như là nấu ăn cho chẳng hạn, thì bạn cần phải ghi nhận công sức của họ và cảm ơn họ, hoặc đề xuất giúp đỡ họ.
- Các quyết định về tài chính cần được chia sẻ và cùng quyết định trong hôn nhân, và trao đổi cởi mở là rất quan trọng để một người không cảm thấy bị chèn ép hay điều khiển bởi người kia.
- **Kiểm soát lẫn nhau** và **xâm phạm đến quyền riêng tư** không phải là tình yêu. Người muốn kiểm soát là người cho mình có quyền được quyết định việc người kia được gặp ai, nói chuyện với ai và muốn được biết tất cả mọi thứ. Người bị kiểm soát sẽ cảm thấy không an toàn, càng không muốn cởi mở chia sẻ, và dần sẽ cảm thấy không còn thoải mái, có cảm hứng trong mối quan hệ nữa.
- **Áp đặt quan điểm** định kiến giới và tình dục cho phụ nữ, kiểm soát cách ăn mặc hay bình luận về cơ thể của họ thì không phải là tình yêu. Một người đàn ông có quan điểm bình đẳng giới sẽ chấp nhận cơ thể và cách thể hiện bản thân (mặc quần áo) của người phụ nữ, coi đó là lựa chọn và đặc trưng riêng của họ, mà không coi phụ nữ chỉ đơn thuần là “đối tượng tình dục” hay vật trang trí cho mình.

Đôi khi những người đang trong mối quan hệ không an toàn hoặc mang tính bạo lực cảm thấy bối rối về hành vi của bạn tình/ bạn đời, đặc biệt khi họ đang rất gắn gũi, đang yêu. Họ có thể lý giải đó là vì “quá yêu”. Tuy nhiên, việc kiểm soát bạn tình/ bạn đời, tỏ ra độc đoán – tự ra các quyết định, cũng như khiến cho họ phải cảm thấy sợ hãi mình thì hoàn toàn không bình thường, và sẽ phá hỏng mối quan hệ của các bạn. Ngay cả việc nam giới nghĩ rằng mình kiểm soát hay chịu trách nhiệm hết về tài chính vì yêu thương vợ, thì không giúp tạo mối quan hệ hạnh phúc, mà lại khiến bản thân nam giới luôn phải sống trong nghi ngờ và chịu quá nhiều áp lực về tài chính.

Hầu hết các vấn đề như trên đều có thể phòng tránh nếu người trong cuộc đối thoại cởi mở với nhau về cảm xúc, mong đợi, ham muốn và trải nghiệm họ có trong mối quan hệ. Các bạn đã từng bao giờ hỏi bạn đời để biết cô ấy nghĩ gì về những điều xảy ra trong mối quan hệ của các bạn?

CAU LAC BỘ NAM GIỚI TIỀN PHONG
TRUNG PHÒNG CHỐNG BẠC LỰC ĐỐI VỚI PHỤ NỮ & TRẺ EM

SINH HOẠT ĐỊNH KỲ

Ngày 31 tháng 8 năm 2016



Bài 11



CAM KẾT THAY ĐỔI TỪ CÁC CÁ NHÂN

1. MỤC TIÊU

Bài này giúp các thành viên:

- Thảo luận về lợi ích và thách thức khi nam giới thực hành nam tính tích cực, không bạo lực.
- Thiết kế thông điệp để ủng hộ nam giới có ứng xử bình đẳng.

2. TÓM TẮT CÁC HOẠT ĐỘNG

Thời gian	Hoạt động	Tài liệu và phương tiện
10 phút	11.1. Chào đón	
45 phút	11.2. Khi nam giới ứng xử bình đẳng hơn	Tài liệu phát tay số 11.1
10 phút	11.3. Trò chơi thư giãn	
25 phút	11.4. Ủng hộ nam giới vượt qua rào cản để ứng xử bình đẳng hơn	
10 phút	11.5. Tổng kết	Thông điệp chính của buổi sinh hoạt 11

Hoạt động 11.1 Chào đón

Thời gian:

10 phút

Mục tiêu:

Giải đáp các câu hỏi hoặc phản hồi các “thành tựu” mà thành viên đã thực hiện được kể từ sau buổi sinh hoạt trước. Giới thiệu nội dung buổi sinh hoạt.

Mô tả:

Hướng dẫn viên tóm tắt và các thành viên đưa thông tin phản hồi.

Tiến trình:

1. Hướng dẫn viên chào đón các thành viên và đề nghị thành viên ôn lại nội dung chính của buổi sinh hoạt trước. Có thể thực hiện theo hình thức chia sẻ của cá nhân, hoặc thi đua chia sẻ theo nhóm.
2. Hướng dẫn viên hỏi các thành viên xem còn câu hỏi hoặc băn khoăn gì liên quan nội dung buổi sinh hoạt trước hay không.
3. Hướng dẫn viên giới thiệu nội dung của buổi sinh hoạt câu lạc bộ số 11: Trong buổi sinh hoạt hôm nay chúng ta sẽ thảo luận một số giải pháp để cải thiện mối quan hệ tình cảm, tránh sử dụng bạo lực. Đồng thời chúng ta cũng thảo luận các rào cản để nam giới thể hiện sự nam tính tích cực, không bạo lực.

Hoạt động 11.2 Khi nam giới ứng xử bình đẳng hơn

Thời gian:

45 phút

Mục tiêu:

Các thành viên tìm hiểu các thách thức và quan điểm đối lập mà họ có thể gặp khi bắt đầu cố gắng thể hiện vai trò giới theo một cách khác so với số đông.

Mô tả:

Các thành viên thảo luận trong nhóm nhỏ, đóng vai và cùng phản hồi trên nhóm lớn.

Tiến trình:

1. Chia các thành viên vào 4 nhóm nhỏ. Để cho các nhóm tự chọn một trong số các tình huống của buổi sinh hoạt trước, hoặc là các nhóm sẽ tự nghĩ ra tình huống mới cho nhóm mình. Các tình huống đã sử dụng được liệt kê ở dưới đây:
 - **Tình huống 1:** Một người lái xe taxi đi làm về, cởi bỏ áo sômi và ngả người thư giãn trên ghế. Vợ anh mang ra cho anh một bát mì. Anh nhận bát mì, thìa đũa và hỏi: Không có ớt à? Vợ anh lại nhanh chóng mang ít ớt tươi ra. Anh ăn mì, và phàn nàn: Sao nấu nhạt thế, không cho muối vào à?
 - **Tình huống 2:** Hai vợ chồng đang ở nhà, người vợ rửa bát đĩa còn người chồng thì giúp lau và xếp vào tủ bếp. Vợ khen chồng hoá ra biết làm rất giỏi, và cảm ơn chồng giúp lau dọn. Xong việc, chồng xin vợ đưa một khoản tiền để trả một món nợ. Vợ hỏi chồng đây là món nợ bao nhiêu, cho cái gì, và vì sao trước đây cô không hề hay biết. Chồng khẳng khái nói đó là chuyện riêng của anh, chỉ cần vợ đưa tiền ra là được.
 - **Tình huống 3:** Một cặp đôi ngồi trong quán café và nói chuyện về công việc trong ngày của họ ở cơ quan. Một người tỏ ra lẩn tránh và nghiêm khắc hơn với người kia, liên tục hỏi về việc người kia đã gặp ai, làm những gì, và thậm chí giật cả điện thoại di động để lướt qua các tin nhắn và cuộc gọi. Người kia không đồng ý, nhưng chỉ phản kháng được yếu ớt. Người lẩn tránh tiếp tục gắng hỏi: A là ai, vì sao lại thường xuyên có cuộc gọi với anh ta.
 - **Tình huống 4:** Hai vợ chồng Hùng và Thảo chuẩn bị đi tới một tiệc cưới của người thân. Thảo khen Hùng mặc bộ mới rất đẹp, trông trẻ trung và hỏi anh thấy bộ mới của cô thế nào. Hùng không nhìn vợ và nói: Em mặc gì thì có quan trọng gì đâu, đằng nào mà chẳng béo. Hùng nói thêm: Em làm thế nào mà trông trẻ trung, hiện đại như vợ thằng Trung ấy, vợ thế mới là vợ chứ. Thảo thoáng buồn và bối rối. Từ hồi còn yêu, Hùng đã kịch liệt phản đối thời trang hiện đại của cô, nói là phải thay đổi cách ăn mặc để không được hở hang, bó sát để cho bọn con trai khác muốn nhìn; mà giờ thì anh lại phàn nàn và muốn cô mặc kiểu bó sát, hở đây kia như vợ của Trung.
2. Yêu cầu thảo luận nhóm nhỏ: Các thành viên trong nhóm cùng nhau sửa lại tình huống, trong đó nhân vật nam chính thay đổi cách ứng xử theo hướng bình đẳng hơn. Thực hành đóng vai tình huống mới đó.
3. Thảo luận chung trên nhóm lớn:
 - Nhân vật người vợ/ người yêu có cảm nhận khác như thế nào so với việc được ứng xử như tình huống cho ban đầu?

- Có những thách thức hay khó khăn gì đối với nhân vật nam chính để họ có thể có quan điểm và ứng xử bình đẳng hơn về giới?
4. Hướng dẫn viên sử dụng tài liệu phát tay số 11.1 để tổng kết.



Hoạt động 11.3 Trò chơi thư giãn

Thời gian:
10 phút

Mục tiêu:
Tạo không khí vui vẻ, thư giãn cho câu lạc bộ.

Mô tả:
Hướng dẫn viên chọn một trò chơi thư giãn, vận động tùy ý và hướng dẫn cho các thành viên.

Hoạt động 11.4 Ủng hộ nam giới vượt qua rào cản để ứng xử bình đẳng hơn

Thời gian:
25 phút

Mục tiêu:
Các thành viên phát triển thông điệp truyền thông và phương pháp truyền thông sáng tạo để ủng hộ nam giới có hành vi ứng xử bình đẳng hơn.

Mô tả:
Các thành viên thảo luận trong nhóm nhỏ và phản hồi trên nhóm lớn.

Tiến trình:

1. Hướng dẫn viên giới thiệu: *Từ bài tập trước, chúng ta thấy rằng không dễ để từng người thay đổi hành vi ứng xử cũng như có sự ủng hộ của những nam giới khác cho sự thay đổi đó của cá nhân. Chúng ta cũng đã thảo luận và liệt kê ra các rào cản mà những nam giới tiên phong trong thay đổi hành vi ứng xử bình đẳng giới hơn có thể gặp phải.*

2. Hướng dẫn viên chia các thành viên vào 4 nhóm nhỏ và đề nghị mỗi nhóm chọn ra 1 rào cản từ bài tập trước để thảo luận. Yêu cầu thảo luận gồm:
 - Quan niệm về giới nào là nguyên nhân gốc rễ dẫn tới rào cản/ khó khăn cho nam giới khi họ muốn thay đổi hành vi ứng xử?
 - Phát triển một thông điệp truyền thông, kèm theo gợi ý về phương pháp truyền thông sáng tạo để đề cập (một hoặc các) rào cản này.
3. Các nhóm trình bày kết quả thảo luận. Hướng dẫn viên cảm ơn các sáng kiến và nhấn mạnh rằng các nhóm sẽ có cơ hội hiện thực hoá ý tưởng của họ trong bước lập kế hoạch ở buổi sinh hoạt nhóm tiếp theo.

Hoạt động 11.5 Tổng kết

Thời gian:

10 phút

Mục tiêu:

Tổng kết nội dung thảo luận, khuyến khích các thành viên quay trở lại tham gia các buổi sinh hoạt sau. Thông báo tới các thành viên về sự kiện truyền thông tại cộng đồng để họ cùng tham gia.

Mô tả:

Hướng dẫn viên tóm tắt các thông điệp chính.

Tiến trình:

1. Hướng dẫn viên đề nghị tất cả đứng lên thành vòng tròn, mỗi thành viên chia sẻ 1 điều mới mà họ học được về nội dung buổi sinh hoạt.
2. Hướng dẫn viên đưa thông điệp chính của buổi sinh hoạt:
 - Sự thay đổi của bình đẳng giới bắt đầu từ mỗi cá nhân.
 - Các nam giới tiên phong trong ứng xử bình đẳng giới cần được hoan nghênh và ủng hộ.
 - Mỗi người tạo một vài thay đổi nhỏ trong ứng xử sẽ truyền cảm hứng cho cả cộng đồng trong phòng ngừa bạo lực với phụ nữ và trẻ em gái.
3. Hướng dẫn viên đề nghị các thành viên câu lạc bộ về nhà và bắt đầu vận động các nam giới khác cùng thực hiện các thay đổi trong ứng xử bình đẳng hơn với phụ nữ và trẻ em gái.
4. Hướng dẫn viên đề nghị tất cả cùng hát một bài, sau đó cảm ơn các thành viên đã tham gia buổi sinh hoạt, và hẹn gặp lại vào thời gian và địa điểm như đã thống nhất.



TÀI LIỆU PHÁT TAY SỐ 11.1 - Khi nam giới ứng xử bình đẳng hơn

Thái độ và hành vi của các cá nhân thể hiện các chuẩn mực về giới và tình dục của cả cộng đồng và xã hội, bao gồm cả sự bất bình đẳng và không công bằng. Điều gì sẽ xảy ra khi các cá nhân bắt đầu thực hành thay đổi quan điểm và hành vi của họ?

- Khi nam giới bắt đầu thay đổi thái độ và hành vi ứng xử theo hướng bình đẳng hơn và không bạo lực thì sẽ rất nhanh chóng **cảm nhận được sự thay đổi tích cực trong phản hồi của đối tác** trong các mối quan hệ.
- Việc cư xử khác với số đông – thách thức lại các quan niệm giới đã tồn tại hàng trăm năm không phải là dễ dàng. Những người tiên phong sẽ gặp nhiều khó khăn, ví dụ như sự phản đối hoặc chê cười của những nam giới khác ở cộng đồng
- Tuy nhiên, khi có nhiều cá nhân cùng bắt đầu sự thay đổi, và chấp nhận những sự thay đổi tích cực đó thì họ sẽ **khơi gợi cảm hứng cho những người khác** cũng muốn thay đổi. Các chuẩn mực xã hội về giới có ảnh hưởng tiêu cực như vậy sẽ được thay đổi nhanh chóng hơn.
- Sự thay đổi cần bắt đầu từ chính chúng ta: từ cách chúng ta nghĩ và làm. Có thể chúng ta sẽ cần thay đổi hiện trạng của mối quan hệ và trong gia đình của chúng ta trước tiên. Tiếp đó sẽ là các mối quan hệ khác như mối quan hệ bạn bè, nơi làm việc, cộng đồng v.v. Vòng ảnh hưởng sẽ dần rộng hơn và mạnh mẽ hơn, và như vậy, chúng ta sẽ không phải là những người duy nhất đang thay đổi. Chúng ta sẽ tạo ra **một cộng đồng những người cùng thay đổi để có một cộng đồng an toàn hơn và hạnh phúc hơn**.



Bài 12



LÀM NGƯỜI TIÊN PHONG VÀ VẬN ĐỘNG CHO PHÒNG NGỪA BẠO LỰC VỚI PHỤ NỮ VÀ TRẺ EM GÁI

1. MỤC TIÊU

Bài này nhằm giúp các thành viên

- Phản hồi các kinh nghiệm của cá nhân khi tham gia vận động phòng ngừa bạo lực đối với phụ nữ và trẻ em gái, và xây dựng năng lực ứng phó với các phản ứng tiêu cực khi họ khởi xướng sự biến chuyển của cá nhân và xã hội.
- Lập kế hoạch cho dự án cá nhân về vận động cộng đồng (về phòng ngừa bạo lực đối với phụ nữ và trẻ em gái, và bình đẳng giới).

2. TÓM TẮT CÁC HOẠT ĐỘNG

Thời gian	Hoạt động	Tài liệu và phương tiện
10 phút	12.1. Chào đón	
30 phút	12.2 Làm người đi vận động cho công bằng giới.	Giấy A0. Bút viết bảng/ viết giấy (mỗi thành viên 1 cái).
10 phút	12.3. Trò chơi thư giãn	
50 phút	12.4 Lập kế hoạch hành động.	Biểu mẫu cho lập kế hoạch hoạt động in trên giấy A4 cho các thành viên. Giấy A0, bút viết bảng/ viết giấy (mỗi thành viên 1 cái).

Hoạt động 12.1 Chào đón

Thời gian:

10 phút

Mục tiêu:

Chào đón các thành viên quay trở lại hội thảo, và giới thiệu với thành viên về nội dung hội thảo lần này.

Mô tả:

Hướng dẫn viên tóm tắt và các thành viên phản hồi.

Tiến trình:

1. Hướng dẫn viên vui mừng chào đón các thành viên quay lại gặp nhau ở buổi hội thảo số 12. Hướng dẫn viên giải thích: Như thông lệ, ở đầu mỗi buổi hội thảo tôi mong đợi có một vài thành viên tình nguyện chia sẻ những gì các bạn đã có trải nghiệm từ sau buổi sinh hoạt trước tới hôm nay. Có ai muốn chia sẻ về kinh nghiệm vận động các nam giới khác cùng thực hiện các thay đổi trong ứng xử bình đẳng giới hơn với phụ nữ và trẻ em gái?
2. Hướng dẫn viên hỏi các thành viên xem có ai có câu hỏi hay băn khoăn gì về nội dung của buổi sinh hoạt trước.

Hoạt động 12.2 Làm người tiên phong và vận động cho công bằng giới

Thời gian:

30 phút

Mục tiêu:

Các thành viên củng cố thêm tinh thần tình nguyện làm vận động xã hội cho công bằng giới, và xác định các nguồn lực hỗ trợ cho việc tạo ra các thay đổi.

Mô tả:

Động não và thảo luận nhóm lớn.

Tiến trình:

- Hôm nay chúng ta sẽ thảo luận về hành động để thay đổi sự bất công bằng về giới và chấm dứt bạo lực với phụ nữ và trẻ em gái.
- Hướng dẫn viên có thể cho các thành viên cùng thảo luận, hoặc viết các ý tưởng ra thẻ màu (2 thẻ màu cho 2 nhóm: (i) phản ứng tiêu cực có thể xảy ra, thách thức/ rào cản, và (ii) giải pháp vượt qua). Các câu hỏi thảo luận:
 - Điều gì cần được lưu ý nhất khi chúng ta chia sẻ kiến thức và quan điểm về công bằng giới và chấm dứt bạo lực với phụ nữ và trẻ em gái tới các nam giới khác trong gia đình và ở cộng đồng?
Ghi chú cho hướng dẫn viên: Chúng ta là hình mẫu tích cực, tạo sự thay đổi từ chính bản thân mình, hành động có sức ảnh hưởng mạnh hơn lời nói.
 - Điều gì có thể xảy ra khi chúng ta bắt đầu chia sẻ các quan điểm mới về công bằng giới và bạo lực đối với phụ nữ và trẻ em gái tới cộng đồng? Chúng ta sẽ phải làm gì khi có các phản ứng tiêu cực?
 - Có những thách thức và rào cản nào để chúng ta chia sẻ các ý tưởng về công bằng giới và chấm dứt bạo lực với phụ nữ và trẻ em gái? Làm sao để chúng ta vượt qua được các rào cản này?
- Làm một nhà vận động xã hội cần rất nhiều năng lượng. Chúng ta sẽ cần sáng tạo, đổi mới và biết rõ ta đang làm việc để có sự thay đổi tích cực cho tất cả mọi người. Nhưng làm nhà vận động xã hội cũng gặp nhiều khó khăn. Chúng ta sẽ thấy mệt mỏi khi phải đối mặt với các phản ứng tiêu cực từ người khác, và sự thay đổi chậm có thể làm giảm sự hào hứng, nhiệt tình. Chính vì vậy, chúng ta cần quan tâm chăm sóc bản thân mình, cùng hợp tác với những người cùng chí hướng, và đảm bảo là chúng ta quan tâm thực hiện sự thay đổi tích cực trước tiên cho chính cuộc sống của mình.
 - Việc im lặng và không hành động thì sẽ không thể thay đổi được gì cả.
 - Nếu không phải là chúng ta, thì sẽ là ai? Nếu không phải là bây giờ, thì sẽ là bao giờ?
 - Làm sao chúng ta hỗ trợ được nhau trong công việc sắp tới?

Hoạt động 12.3 Trò chơi thư giãn

Thời gian:

10 phút

Mục tiêu:

Tạo không khí vui vẻ, thư giãn cho câu lạc bộ

Mô tả:

Hướng dẫn viên chọn một trò chơi thư giãn, vận động tùy ý và hướng dẫn cho các thành viên.

Hoạt động 12.4 Lập kế hoạch hành động

Thời gian:

50 phút

Mục tiêu:

Các thành viên lập kế hoạch sơ lược về hoạt động họ có thể làm ở cộng đồng để truyền thông và vận động cộng đồng thay đổi quan niệm về giới và tham gia phòng ngừa bạo lực với phụ nữ và trẻ em gái.

Mô tả:

Các thành viên thảo luận trong nhóm nhỏ (theo phường hoặc cụm dân cư) sử dụng một biểu mẫu về lập kế hoạch, và chia sẻ trên nhóm lớn.



Tiến trình:

1. Buổi sinh hoạt trước chúng ta đã làm việc trong nhóm nhỏ để thiết kế các thông điệp truyền thông. Hôm nay, chúng ta sẽ tiếp tục làm việc trong nhóm nhỏ để phát triển các ý tưởng truyền thông này.
2. Hướng dẫn viên phổ biến biểu mẫu được sử dụng để xây dựng kế hoạch hành động cá nhân:

1. Vấn đề cần thay đổi: Thực tế ở cộng đồng (liên quan bất bình đẳng giới, bạo lực với phụ nữ và trẻ em gái) mà bạn muốn thay đổi là gì; lý do khiến bạn muốn thay đổi (thực tế đó có gì không hợp lý, không công bằng, và đang làm tổn hại tới những ai v.v.)

2. Đối tượng cần tác động: Bạn muốn tác động tới ai để có sự thay đổi, vì sao cần ưu tiên tác động những người này? Những đối tượng này có thể được tiếp cận theo cách nào: trực tiếp – gián tiếp?

3. Mục tiêu bạn muốn đạt được trong thời gian 6 tháng: Bạn mong đợi đối tượng mà bạn tác động sẽ có thay đổi gì sau 6 tháng: kiến thức – thái độ - hành động?

Mục tiêu cần: Cụ thể (về đối tượng, hành động) - Đo lường được – Có thể đạt được – Có khung thời gian rõ ràng.

4. Kế hoạch chi tiết

4.1 Các hoạt động thực hiện để đạt mục tiêu đề ra	4.2 Các đầu ra/ kết quả mong đợi của hoạt động	4.3 Phương pháp thực hiện hoạt động	4.4 Phương tiện cần có	4.5 Thời gian và địa điểm tổ chức hoạt động	4.6 Người chịu trách nhiệm chính	4.7 Người hỗ trợ

3. Dành một số thời gian cho các nhóm chỉnh sửa các mục từ 1 tới 3, sau đó tiếp tục thảo luận mục 4 (từ 4.1. đến 4.7)
4. Đề nghị các nhóm chia sẻ kết quả thảo luận và góp ý cho nhau. Bài tập về nhà là các nhóm cần hoàn thiện kế hoạch dựa trên cân nhắc các ý kiến góp ý.
5. Cảm ơn các bạn đã tích cực tham gia thảo luận hôm nay. Hẹn gặp lại các bạn vào lúc ...h... ngày .../.../... ở ...





Bài 13



LÀM NGƯỜI TẠO
THAY ĐỔI VÀ VẬN ĐỘNG
CHO PHÒNG NGỪA
BẠO LỰC VỚI PHỤ NỮ
VÀ TRẺ EM GÁI

1. MỤC TIÊU

Bài này giúp các thành viên:

- Phản hồi các kinh nghiệm của cá nhân khi tham gia vận động phòng ngừa bạo lực đối với phụ nữ và trẻ em gái, và xây dựng năng lực ứng phó với các phản ứng tiêu cực khi họ khởi xướng sự biến chuyển của cá nhân và xã hội.
- Lập kế hoạch cho dự án cá nhân về vận động cộng đồng (về phòng ngừa bạo lực đối với phụ nữ và trẻ em gái, và bình đẳng giới).

2. TÓM TẮT CÁC HOẠT ĐỘNG

Thời gian	Hoạt động	Tài liệu và phương tiện
10 phút	13.1. Chào đón	
40 phút	13.2. Vận động xã hội hiệu quả.	Giấy A0. Bút viết bảng/ viết giấy (mỗi thành viên 1 cái).
10 phút	13.3. Trò chơi thư giãn	
40 phút	13.3. Lập kế hoạch hành động.	Biểu mẫu cho lập kế hoạch hoạt động in trên giấy A4 cho các thành viên. Giấy A0, bút viết bảng/viết giấy (mỗi thành viên 1 cái).

Hoạt động 13.1 Chào đón

Thời gian:

10 phút

Mục tiêu:

Chào đón các thành viên quay trở lại hội thảo, và giới thiệu với thành viên về nội dung hội thảo lần này.

Mô tả:

Hướng dẫn viên tóm tắt và các thành viên phản hồi.

Tiến trình:

1. Hướng dẫn viên vui mừng chào đón các thành viên quay lại gặp nhau ở buổi hội thảo số 13. Hướng dẫn viên giải thích: Nhu thông lệ, ở đầu mỗi buổi hội thảo tôi mong đợi có một vài thành viên tình nguyện chia sẻ những gì các bạn đã có trải nghiệm từ sau buổi hội thảo trước tới hôm nay. Cuối hội thảo trước, các bạn đã làm việc theo nhóm để lập kế hoạch cho dự án nhỏ. Có ai muốn chia sẻ về kinh nghiệm lập kế hoạch dự án và việc hoàn thiện kế hoạch của nhóm các bạn từ hội thảo trước tới hôm nay không?
2. Hướng dẫn viên hỏi các thành viên xem có ai có câu hỏi hay băn khoăn gì về nội dung của hội thảo trước.
3. Hướng dẫn viên giới thiệu nội dung của hội thảo số 13: Buổi hội thảo hôm nay chúng ta sẽ tiếp tục tập trung thảo luận về các dự án mà các bạn muốn làm để tạo thay đổi ở cộng đồng, và chuẩn bị để trở thành “người làm vận động hiệu quả”.

Hoạt động 13.2 Vận động xã hội hiệu quả

Thời gian:

40 phút

Mục tiêu:

Các thành viên giải thích được các chiến lược và kĩ năng để vận động xã hội hiệu quả.

Mô tả:

Thảo luận nhóm lớn và chia sẻ kinh nghiệm cá nhân.

Tiến trình:

- Chúng ta đã thảo luận rất nhiều về việc hành động để tạo ra sự thay đổi thông qua thúc đẩy công bằng giới và chấm dứt bạo lực với phụ nữ và trẻ em gái. Hôm nay chúng ta sẽ thảo luận thêm về những gì có hại, không hiệu quả và những gì mang lại hiệu quả trong cách chúng ta tạo ra các thay đổi này
- Bài tập phản hồi: Hướng dẫn viên đề nghị các thành viên nhắm mắt lại và hình dung ra một vài tình huống
 - Cảnh thứ 1:** Một nam giới cầm một tấm biển trên viết “Hãy chấm dứt bạo lực gia đình”. Anh ấy la hét, gào lên và đi dọc các đường phố ở khu dân cư. Anh ấy dừng lại trước nhà của một người đàn ông được biết là hay đánh vợ. Anh ấy gõ cửa chính và cửa sổ. Anh tiếp tục hô to “Ông hãy chấm dứt việc đánh vợ đi thôi”. Anh dán một tờ rơi lên cửa nhà họ và nói “Loại chồng vũ phu thì phải biến đi”. (Tới đây, hướng dẫn viên hô: Dừng lại)
 - Cảnh thứ 2:** Một phụ nữ và một nam giới cầm biển trên viết “Nam giới thể hiện mình là người có trách nhiệm. Nam tính gia trưởng có thể thay đổi được”. Hình ảnh trên tấm biển có thể hiểu theo nhiều cách khác nhau. Họ dán áp phích lên tường, ở một chỗ tương đối xa mặt đường, và bỏ đi. Có nhiều người đi chợ, đi học, đi làm, đi vào trung tâm thành phố ngang qua đó, nhưng không để cho họ nhìn thấy áp phích. Vài người có thấy tấm áp phích nhưng họ không dừng lại đọc. (Tới đây, hướng dẫn viên hô: Dừng lại)
 - Cảnh thứ 3:** Đây là một sự kiện văn hoá của cộng đồng. Có một sân khấu đơn giản được dựng ở sân nhà văn hoá, có nhiều người đang đứng xem ở xung quanh và đang có vẻ rất chăm chú lắng nghe. Có hai người – cùng là người ở địa phương, một nam và một nữ, đang ngồi trên sân khấu. Tất cả những người xem đều biết họ và đều biết là họ đang vận động và truyền thông về bình đẳng giới. Họ chia sẻ các câu chuyện của cá nhân mình về phòng ngừa bạo lực đối với phụ nữ, và về việc họ đang làm gì để thay đổi các định kiến về nam tính. Họ cũng kể lại bài học kinh nghiệm, cũng như những hỗ trợ mà họ nhận được từ cộng đồng để làm công việc truyền thông – vận động đó. Một số người xem tỏ ra không tán thành với những gì họ được nghe. Nhưng hai người đang truyền thông vẫn đang tiếp tục thuyết phục mọi người cùng tham gia phong trào Nam giới thời đại bình đẳng, không bạo lực, có trách nhiệm và biết quan tâm, và cùng phòng ngừa bạo lực. (Tới đây, hướng dẫn viên hô: Dừng lại)
- Hướng dẫn viên đưa các câu hỏi thảo luận trên nhóm lớn (hoặc chia 3 nhóm, mỗi nhóm thảo luận về 1 cảnh):

- Có gì hay/ hiệu quả và không hay/ không hiệu quả ở các cảnh 1, 2 và 3? Điều gì khiến các bạn nghĩ như vậy là hiệu quả/ không hiệu quả?
 - Những người được vận động liệu sẽ phản ứng như thế nào với từng cách truyền thông- vận động này?
 - Ghi chú cho hướng dẫn viên:
 - Cảnh 1 không hiệu quả ở chỗ người đi vận động sử dụng ngôn ngữ mang tính xúc phạm, dán nhãn, hành vi thể hiện sự hung hăng và xâm phạm đến tài sản riêng. Những người được vận động sẽ cảm thấy tức giận, không hiểu thông điệp, và cho rằng đó là đi nói xấu cá nhân họ
 - Cảnh 2 không hiệu quả ở chỗ thông điệp quá cũ, nhàm chán, và chỗ để không phù hợp. Khi người dân ở cộng đồng thấy họ không có liên quan gì thì người đi vận động sẽ không có được sự thay đổi như mong muốn.
 - Cảnh 3 hiệu quả hơn so với cảnh 1 và 2 ở chỗ nguy cơ bị từ chối là có, nhưng ở mức vừa phải, địa điểm phù hợp, các thông điệp khơi gợi được sự quan tâm chú ý của người nghe mà không có tính “tấn công”, kết hợp các trải nghiệm có thật và hy vọng cho tương lai, có nhân vật làm hình mẫu
4. Các bạn rút ra được bài học kinh nghiệm gì cho dự án nhỏ sắp tới của bản thân sau thảo luận này?

Hoạt động 13.3 Trò chơi thư giãn

Thời gian:

10 phút

Mục tiêu:

Tạo không khí vui vẻ, thư giãn cho câu lạc bộ

Mô tả:

Hướng dẫn viên chọn một trò chơi thư giãn, vận động tùy ý và hướng dẫn cho các thành viên.

Hoạt động 13.4 Lập kế hoạch hành động

Thời gian:

40 phút

Mục tiêu:

Các thành viên lập kế hoạch sơ lược về hoạt động họ có thể làm ở cộng đồng để truyền thông và vận động cộng đồng thay đổi quan niệm về giới và tham gia phòng ngừa bạo lực với phụ nữ và trẻ em gái.

Mô tả:

Các thành viên thảo luận trong nhóm nhỏ (theo phường hoặc cụm dân cư) sử dụng một biểu mẫu về lập kế hoạch, và chia sẻ trên nhóm lớn.



Tiến trình:

1. Hội thảo trước chúng ta đã làm việc trong nhóm nhỏ để thiết kế một kế hoạch hành động theo biểu mẫu. Hôm nay, chúng ta sẽ tiếp tục làm việc trong nhóm nhỏ để hoàn thiện kế hoạch đó.
2. Hướng dẫn viên nhắc lại biểu mẫu đã sử dụng trong hội thảo trước:

1. Vấn đề cần thay đổi:

Thực tế ở cộng đồng (liên quan bất bình đẳng giới, bạo lực với phụ nữ và trẻ em gái) mà bạn muốn thay đổi là gì; lý do khiến bạn muốn thay đổi (thực tế đó có gì không hợp lý, không công bằng, và đang làm tổn hại tới những ai v.v.)

2. Đối tượng cần tác động:

Bạn muốn tác động tới ai để có sự thay đổi, vì sao cần ưu tiên tác động những người này? Những đối tượng này có thể được tiếp cận theo cách nào: trực tiếp – gián tiếp?

3. Mục tiêu bạn muốn đạt được trong thời gian 6 tháng:

Bạn mong đợi đối tượng mà bạn tác động sẽ có thay đổi gì sau 6 tháng: kiến thức – thái độ - hành động?

Mục tiêu cần: Cụ thể (về đối tượng, hành động) - Đo lường được – Có thể đạt được – Có khung thời gian rõ ràng.

4. Kế hoạch chi tiết

4.1	4.2	4.3	4.4	4.5	4.6	4.7
Các hoạt động thực hiện để đạt mục tiêu đề ra	Các đầu ra/ kết quả mong đợi của hoạt động	Phương pháp thực hiện hoạt động	Phương tiện cần có	Thời gian và địa điểm tổ chức hoạt động	Người chịu trách nhiệm chính	Người hỗ trợ

3. Dành một số thời gian cho các nhóm nhớ lại/ cập nhật kết quả thảo luận ở hội thảo trước.
 - Đề nghị các nhóm dành thời gian làm rõ phần 4.3 về Phương pháp thực hiện hoạt động: Phương pháp truyền thông nào sẽ được sử dụng cho nhóm đối tượng cụ thể nào, lý do vì sao, và có gì cần lưu ý khi thực hiện.
 - Đề nghị các nhóm tính toán ngân sách cho dự án nhỏ của họ.
4. Đề nghị các nhóm chia sẻ kết quả thảo luận và góp ý cho nhau. Bài tập về nhà là các nhóm cần hoàn thiện kế hoạch dựa trên cân nhắc các ý kiến góp ý. Hướng dẫn viên cung cấp các thông tin cần thiết về hồ sơ và biểu mẫu trong hồ sơ xin tài trợ nhỏ, nơi nộp và hạn cuối để nộp.
5. Cảm ơn các bạn đã tích cực tham gia thảo luận hôm nay. Hẹn gặp lại các bạn vào lúc... ngày... ở...



Bài 14



HỖ TRỢ CÁC
NHÀ VẬN ĐỘNG XÃ HỘI
VỀ PHÒNG NGỪA
BẠO LỰC VỚI PHỤ NỮ
VÀ TRẺ EM GÁI

1. MỤC TIÊU

Bài này nhằm hướng tới:

- Cải thiện kỹ năng giải quyết vấn đề của nam giới, sự tự tin và chủ động trong việc thiết lập và thể hiện nam tính theo hướng bình đẳng giới, đồng thời tuyên truyền và phổ biến nam tính bình đẳng tới cộng đồng.
- Thúc đẩy nội lực của nam giới trẻ và trung niên để trở thành tình nguyện viên tích cực trong việc tham gia và dẫn dắt các hoạt động phòng ngừa bạo lực đối với phụ nữ và trẻ em gái tại cộng đồng.

Cụ thể, các thành viên sẽ:

- Chia sẻ các kinh nghiệm và ý tưởng của cá nhân khi tham gia vận động cộng đồng, và hỗ trợ lẫn nhau trong khi thực hiện các sự kiện vận động cộng đồng phòng ngừa bạo lực đối với phụ nữ và trẻ em gái.
- Tham gia xây dựng và thực hiện các dự án nhỏ về vận động cộng đồng tham gia phòng ngừa bạo lực với phụ nữ và trẻ em gái.

2. TÓM TẮT CÁC HOẠT ĐỘNG

Thời gian	Hoạt động	Tài liệu và phương tiện
10 phút	14.1. Chào đón	
30-45 phút	14.2. Ghi nhận các nỗ lực cá nhân và hỗ trợ lẫn nhau	Giấy A0. Bút viết bảng/viết giấy (mỗi thành viên 1 cái). Biểu mẫu để thảo luận về khó khăn và giải pháp.
30-45 phút	14.3. Kế hoạch hành động	Giấy A0, bút viết bảng/viết giấy (mỗi thành viên 1 cái)
5 phút	14.4. Tổng kết	

Hoạt động 14.1 Chào đón

Thời gian:

10 phút

Mục tiêu:

Chào đón các thành viên quay trở lại câu lạc bộ, và giới thiệu với thành viên về nội dung sinh hoạt lần này.

Mô tả:

Hướng dẫn viên tóm tắt và các thành viên phản hồi.

Tiến trình:

1. Hướng dẫn viên vui mừng chào đón các thành viên. Hướng dẫn viên giải thích: Như thông lệ, ở đầu mỗi buổi sinh hoạt tôi mong đợi có một vài thành viên tình nguyện chia sẻ những gì các bạn đã làm kể từ sau khi lập kế hoạch hành động cá nhân của riêng mình trong buổi sinh hoạt thứ 13 vừa rồi cho đến hôm nay. Có ai muốn chia sẻ câu chuyện hay điều gì đó về điều các bạn đang làm không?
2. Hướng dẫn viên hỏi các thành viên xem có ai có câu hỏi hay băn khoăn gì về nội dung của các buổi sinh hoạt trước.
3. Hướng dẫn viên giới thiệu nội dung chính: Buổi sinh hoạt hôm nay chúng ta sẽ tập trung thảo luận lập kế hoạch về một dự án/sáng kiến nhỏ về huy động cộng đồng tham gia phòng ngừa bạo lực với phụ nữ và trẻ em gái do chính Câu lạc bộ chúng ta chịu trách nhiệm tổ chức và thực hiện.



Hoạt động 14.2 Ghi nhận các nỗ lực và hỗ trợ lẫn nhau

Thời gian:

45 phút

Mục tiêu:

Các thành viên được hỗ trợ để cải thiện hiệu quả kế hoạch hoạt động của họ và cùng ghi nhận các nỗ lực, thành công của nhau.

Mô tả:

Phản hồi trong nhóm nhỏ và thảo luận trên nhóm lớn.

Tiến trình:

1. Nội dung chính đầu tiên trong lần sinh hoạt này là tập trung chia sẻ và phản hồi về tiến trình và kết quả ban đầu của các kế hoạch cá nhân mà từng thành viên đang thực hiện, đồng thời dành thời gian để hỗ trợ lẫn nhau giải quyết các khó khăn, thách thức mà các bạn gặp phải.

- Hướng dẫn viên chia các thành viên ra làm 3 nhóm. Sau đó yêu cầu các nhóm cùng đánh giá lại việc thực hiện kế hoạch hành động cá nhân của mỗi thành viên trong nhóm theo biểu mẫu sau đây (hướng dẫn viên ghi sẵn biểu mẫu này lên giấy A0). Thời gian thảo luận nhóm là 15 phút. Sau đó lần lượt đại diện của từng nhóm lên chia sẻ kết quả thảo luận của nhóm mình – các nhóm còn lại góp ý.

Các hoạt động đã thực hiện theo kế hoạch cá nhân	Kết quả		Khó khăn gặp phải	Nguyên nhân	Cách giải quyết
	Mong đợi	Thực tế			

- Các nhóm chia sẻ kết quả thảo luận.
- Chú ý là các nhóm có thể gặp các khó khăn/ thách thức giống nhau, nên hướng dẫn viên cần tổng hợp các điểm khó khăn giống và khác nhau mà các nhóm đang gặp phải, đồng thời đặc biệt lưu ý ghi nhận và khen ngợi các nỗ lực và thành công của từng nhóm/ thành viên.

Hoạt động 14.3 Kế hoạch hành động vận động cộng đồng tham gia Phòng ngừa bạo lực với phụ nữ và trẻ em gái.

Thời gian:

45 phút

Mục tiêu:

Các thành viên lập kế hoạch hoạt động của nhóm/câu lạc bộ về hoạt động mà nhóm/ câu lạc bộ có thể làm để tuyên truyền và vận động cộng đồng thay đổi quan niệm về giới và tham gia phòng ngừa bạo lực với phụ nữ và trẻ em gái.

Mô tả:

các thành viên thảo luận trong nhóm nhỏ (theo cụm dân cư) bằng cách sử dụng biểu mẫu lập kế hoạch, và chia sẻ trên nhóm lớn.

Tiến trình:

Buổi sinh hoạt	Nội dung các bước
Lần thứ 14	Lập kế hoạch sơ bộ
(*)	Trình dự án lên Ban Quản lý dự án & Xin phép chính quyền
Lần thứ 15	Lập kế hoạch chính thức
(**)	Triển khai thực hiện
Lần thứ 16	Tổng kết, đánh giá, rút kinh nghiệm về hoạt động sáng kiến truyền thông & sinh hoạt câu lạc bộ

- 1. Xác định Vấn đề cần thay đổi** dựa trên tình hình thực tế tại cộng đồng (liên quan đến vấn đề định kiến giới, bất bình đẳng giới, bạo lực với phụ nữ và trẻ em gái); quan tâm đến PHÒNG NGỪA hơn là XỬ LÝ vấn đề BẠO LỰC VỚI PN.

Lý do tại sao lại chọn chủ đề này (mức độ nghiêm trọng, phạm vi ảnh hưởng về đối tượng và không gian, tần suất xảy ra, v.v...)?

- 2. Xác định Nhóm đối tượng mục tiêu** cần can thiệp của hoạt động truyền thông này là ai? Số lượng bao nhiêu? Vì sao cần ưu tiên tác động những người này?

Các thành phần tham gia khác (ngoài nhóm đối tượng mục tiêu) là ai? (chú ý huy động thêm nhóm nam giới trẻ).

- 3. Xác định Địa bàn mục tiêu** (gồm những tổ dân phố nào)?

- 4. Xác định các Kết quả mong đợi** từ hoạt động truyền thông này là gì: mục tiêu mong muốn đạt được về kiến thức, thái độ, và hành động (cần phải Cụ thể, Đo lường được, Có thể đạt được, Có khung thời gian rõ ràng).

- 5. Xác định Phương pháp truyền thông**

Gợi ý: có thể lựa chọn hoặc kết hợp các phương pháp truyền thông sau đây:

- Hội thi (trắc nghiệm, hỏi-đáp, giải ô chữ,...);
- Diễn kịch (tiểu phẩm), dân ca-hò vè, thể hiện tài năng;
- Thuyết trình, tọa đàm;
- Phần thi giao lưu, dành cho khán giả.
- Chiếu video, v.v...

Lưu ý: nên dựa vào một số tiêu chí sau đây để xác định phương pháp truyền thông phù hợp:

- Năng lực của các thành viên trong CLB.
- Ngân sách hỗ trợ của dự án.
- Khả năng huy động sự hỗ trợ từ các nguồn khác bên ngoài (về con người, tài chính, tài liệu, dụng cụ-trang thiết bị và các hình thức hỗ trợ khác).

(*) Chú ý cần chuẩn bị phần giao lưu với khán giả, thông qua những câu hỏi hoặc xử lý tình huống, nhằm tăng cường hiệu quả tuyên truyền và nâng cao nhận thức; đồng thời chuẩn bị sẵn những phần quà nhỏ để thưởng cho những câu trả lời hay.

- 6. Xác định Địa điểm & Thời gian** (bao gồm thời điểm & thời lượng) tổ chức: cần đảm bảo huy động được sự tham gia tối đa của nhóm đối tượng mục tiêu, và đảm bảo được diện tích và không gian cần thiết, kể cả khu vực giữ xe; lưu ý phương án dự phòng nếu trời mưa & đảm bảo hệ thống điện không bị cắt vào thời điểm tổ chức.

Hoạt động 14.4 Tổng kết

1. Đề nghị các nhóm chia sẻ kết quả thảo luận và góp ý cho nhau. Bài tập về nhà là các nhóm cần hoàn thiện kế hoạch dựa trên cân nhắc các ý kiến góp ý. Hướng dẫn viên cung cấp các thông tin cần thiết về hồ sơ và biểu mẫu trong hồ sơ xin tài trợ nhỏ, nơi nộp và hạn cuối để nộp.
2. Cảm ơn các bạn đã tích cực tham gia thảo luận hôm nay. Hẹn gặp lại các bạn vào lúc... ngày... ở....

ĐỰ ÁN HUY ĐỘNG CỘNG ĐỒNG THAM GIA PHÒNG NGỪA BẠO LỰC VỚI
PHỤ NỮ & TRẺ EM GÁI

CÂU LẠC BỘ 1 HÒA CƯỜNG BẮC

Hội Thi

NAM GIỚI THAM GIA PHÒNG NGỪA BẠO LỰC
VỚI PHỤ NỮ VÀ TRẺ EM GÁI

Hòa Cường Bắc,

ăm 2016



Bài 15



HỖ TRỢ CÁC
NHÀ VẬN ĐỘNG XÃ HỘI
VỀ PHÒNG NGỪA
BẠO LỰC VỚI PHỤ NỮ VÀ
TRẺ EM GÁI (tiếp theo Bài 14)

1. MỤC TIÊU

- Hoàn thiện kế hoạch chi tiết (lưu ý mời tất cả các bên liên quan);
- Triển khai công tác chuẩn bị.

2. TÓM TẮT CÁC NỘI DUNG HOẠT ĐỘNG

- **Nội dung chương trình chi tiết** để tổ chức triển khai

Stt	Hoạt động	Người phụ trách	Người hỗ trợ	Thời gian	Dụng cụ cần thiết
1					
2					
3					

(*) Người hỗ trợ có thể là: thanh niên tình nguyện, chính quyền địa phương, cán bộ Hội LHPN thành phố, các thành viên tình nguyện tích cực trong cộng đồng,...

- **Xác định Phương pháp thông báo** đến nhóm đối tượng mục tiêu về sự kiện truyền thông để họ biết và tham gia.

Có thể quan tâm đến các hình thức sau đây: phát giấy mời, dán tờ rơi thông báo, băng rôn biểu ngữ (dán/ treo tại những nơi dễ thấy và có nhiều người qua lại), thông báo trên hệ thống loa đài của xã/phường, thông báo trong các cuộc họp đoàn thể tại địa phương.

Trong nội dung thông báo cần thể hiện rõ ràng các thông tin sau: tên sự kiện (hoạt động), mục đích, thời gian, địa điểm, đơn vị tổ chức, chủ đề-nội dung-tài liệu liên quan cần tìm hiểu.

- **Dự toán ngân sách** cụ thể (lưu ý khai thác tối đa các nguồn hỗ trợ và tự nguyện đóng góp tại địa phương và cộng đồng)

STT	Khoản chi	ĐVT	Số lượng	Đơn giá	Thành tiền
1					
2					
3					
...					

3. TỔNG KẾT

Hướng dẫn viên tóm tắt toàn bộ kế hoạch (thời gian, địa điểm, các nhiệm vụ chính cần chuẩn bị, công tác giám sát và kiểm tra trước khi thực hiện hoạt động chính thức.



Bài 16



TỔNG KẾT
- RÚT KINH NGHIỆM
- NHÂN RỘNG

1. MỤC ĐÍCH

- Đánh giá mô hình hoạt động của CLB sau 15 buổi sinh hoạt, các bài học kinh nghiệm và kiến nghị, bao gồm cả hoạt động sáng kiến truyền thông.
- Xây dựng kế hoạch tuyên truyền về PCBLPNTG tại các khu dân cư, do thành viên CLB thực hiện trong thời gian đến.
- Xây dựng kế hoạch phát triển+nhân rộng mô hình sau khi Dự án kết thúc.

2. CHƯƠNG TRÌNH VÀ HƯỚNG DẪN HOẠT ĐỘNG

Thời gian	Hoạt động	Phương pháp
05 phút	2.1 Giới thiệu nội dung sinh hoạt Bài 16	Thuyết trình
	2.2 Đánh giá mô hình hoạt động CLB	
05 phút	Tóm tắt lại mô hình hoạt động CLB: mục đích thành lập, tổng số thành viên, phương pháp sinh hoạt (chu kỳ, tần suất, thời lượng, hướng dẫn viên, công cụ hỗ trợ), các chủ đề sinh hoạt, tỉ lệ tham gia cao nhất-thấp nhất-bình quân, sự hỗ trợ từ bên ngoài do BCN (<i>ban chủ nhiệm chuẩn bị trước khi họp</i>).	Thuyết trình + kết hợp photo phát cho các thành viên.
55 phút	<p>Đánh giá về các nội dung/khía cạnh sau đây:</p> <p>1. Cách kết nạp thành viên & tổ chức nhóm</p> <ul style="list-style-type: none"> • Đã đảm bảo tính tự nguyện hay chưa? Tại sao? Cần thay đổi như thế nào? • Tỷ lệ tham gia của các thành viên: cần cải thiện như thế nào? • Làm thế nào để tiếp cận đến các nhóm nam thanh niên (tăng tỷ lệ nam giới trẻ trong CLB)? • Tổ chức nhóm/CLB như vậy đã hợp lý hay chưa (về quy mô, phân bố địa lý)? Tại sao? Nên điều chỉnh như thế nào? <p>2. Chu kỳ, thời điểm, thời lượng, tần suất sinh hoạt: Đã thích hợp hay chưa? Tại sao? Điều chỉnh như thế nào?</p> <p>3. Chủ đề/nội dung sinh hoạt</p> <ul style="list-style-type: none"> • Những chủ đề nào thích hợp? • Những chủ đề nào ko thích hợp? Tại sao? • Những chủ đề nào cần bổ sung? Tại sao? 	<p>Thảo luận nhóm</p> <p>Chia làm 3 nhóm (riêng các thành viên BCN phải thuộc nhóm 3 vì nhóm này có thảo luận về BCN):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Nhóm 1: thảo luận các nội dung 1,2. • Nhóm 2: thảo luận các nội dung 3,4. • Nhóm 3: thảo luận các nội dung 5,6,7. <p>Mỗi nhóm thảo luận trong 15 phút, sau đó đại diện từng nhóm lên trình bày kết quả thảo luận của nhóm mình, các nhóm còn lại góp ý.</p>

	<p>4. Hoạt động sáng kiến truyền thông:</p> <ul style="list-style-type: none"> Những gì đã làm tốt? Những gì làm chưa tốt? Nguyên nhân? Nên khắc phục như thế nào? 	
	<p>2.3 Xây dựng kế hoạch tuyên truyền về PCBLPNTG tại các khu dân cư, do thành viên CLB thực hiện</p>	
20 phút	<p>1. Mục đích: tăng cường tác động từ các thành viên CLB đến cộng đồng trong việc phổ biến kiến thức PCBL với PNTG.</p> <p>2. Thời gian thực hiện.</p> <p>3. Người thực hiện: thành viên CLB.</p> <p>4. Ngân sách: do Tổ chức Phụ nữ LHQ tài trợ.</p> <p>5. Phương pháp tổ chức thực hiện:</p> <ul style="list-style-type: none"> Hình thức hoạt động là gì? Tần suất? Nhóm đối tượng mục tiêu? Phân công địa bàn cho các nhóm & nhiệm vụ cụ thể cho các thành viên trong nhóm? Công tác hỗ trợ: Về nội dung gì? Bởi ai? <p><i>(*) Lưu ý: BCN cần báo cáo kế hoạch với chính quyền để thống nhất chủ trương.</i></p>	<p>Thuyết trình các nội dung 1,2,3,4.</p> <p>Thảo luận chung nội dung 5.</p>
20 phút	<p>2.4 Xây dựng kế hoạch duy trì+nhân rộng mô hình sau khi Dự án kết thúc</p>	
	<ul style="list-style-type: none"> Các hoạt động dự kiến sẽ thực hiện để phát triển/nhân rộng các kết quả đã đạt được là gì? Thực hiện như thế nào? Ai là người chịu trách nhiệm chính để thực hiện những hoạt động này? Cần hỗ trợ về nội dung gì? Bởi ai? Các công việc cụ thể trước mắt là gì? Do ai phụ trách? Khi nào triển khai? 	<p>Thảo luận chung</p>
05 phút	<p>2.5 Tổng kết</p>	<p>Thuyết trình</p>

3. TÀI LIỆU CHUẨN BỊ TRƯỚC ĐỂ PHỤC VỤ BUỔI SINH HOẠT

3.1. Tóm tắt mô hình hoạt động CLB

- Mục đích thành lập CLB: Tạo cơ hội cho các nam giới thảo luận về những vấn đề mà nam giới phải đối mặt trong cuộc sống và cách thức mà nam giới có thể tham gia tích cực vào các hoạt động phòng ngừa BL với PNTEG trong cộng đồng.
- Tổng số thành viên: lịch sử biến động và nguyên nhân
- Phương pháp sinh hoạt
 - Chu kỳ: 11 tháng.
 - Tần suất: 2 lần/tháng trong 5 tháng đầu tiên và 1 lần/tháng trong 6 tháng tiếp theo.
 - Thời lượng: bình quân 90 phút/buổi sinh hoạt.
 - Hướng dẫn viên: là các HDVNC được lựa chọn từ chính CLB nhằm phát huy nội lực và xây dựng năng lực cho cộng đồng, tăng cường tính hiệu quả và tính bền vững của mô hình.
- Nội dung/ chủ đề sinh hoạt:
 - Bài 1. Làm quen và giới thiệu chương trình.
 - Bài 2. Áp lực khi là nam giới.
 - Bài 3. Thay đổi chuẩn mực giới.
 - Bài 4. Giao tiếp khi nóng giận.
 - Bài 5. Củng cố kỹ năng giao tiếp hiệu quả.
 - Bài 6. Bạo lực và hậu quả đối với PNTEG.
 - Bài 7. Nguyên nhân gốc rễ & các yếu tố thúc đẩy bạo lực với PNTEG.
 - Bài 8. Hỗ trợ PNTEG bị bạo lực.
 - Bài 9. Bạo lực tình dục và tình dục lành mạnh.
 - Bài 10. Sống lành mạnh và hạnh phúc.
 - Bài 11. Cam kết thay đổi từ các cá nhân.
 - Bài 12-13. Làm người tạo thay đổi và vận động cho PCBL với PNTEG (xây dựng kế hoạch hành động cá nhân).
 - Bài 14-15. Hỗ trợ các nhà vận động xã hội về PCBL với PNTEG (xây dựng kế hoạch tuyên truyền của nhóm/CLB).
 - Bài 16. Tổng kết hoạt động của CLB & Xây dựng kế hoạch nhân rộng tuyên truyền.
- Tỷ lệ tham gia cao nhất-thấp nhất-trung bình của các thành viên.
- Sự hỗ trợ từ bên ngoài, gồm có: Thanh niên tình nguyện, cán bộ Hội LHPN thành phố Đà Nẵng,...

3.2. Ghi sẵn các nội dung và câu hỏi thảo luận của mục 2.2 lên giấy A0.

MỘT SỐ HOẠT ĐỘNG TRÒ CHƠI



1. TRÒ CHƠI MÁTXA

Tất cả các thành viên câu lạc bộ đứng theo vòng tròn với khoảng cách một cách tay, quay mặt về một hướng. Mọi người đặt tay lên vai nhau. Hướng dẫn viên sẽ hô hiệu lệnh và các thành viên làm theo hiệu lệnh đó.

- Hiệu lệnh 1: Mua xuân. Mọi thành viên vỗ nhẹ nhẹ lên vai nhau
- Hiệu lệnh 2: Mua Rào. Các thành viên vỗ lên vai nhau mạnh hơn 1 chút.
- Hiệu lệnh 3: Mua Đá. Mọi người lại đấm mạnh hơn 1 chút nữa.

--> Khi hướng dẫn viên hô, mọi người vừa thực hiện vừa đi theo vòng tròn. Hướng dẫn để mọi người không đấm quá mạnh. Đi theo 1 chiều vài vòng rồi đi theo hướng ngược lại.



2. TRÒ CHƠI CUA CẮP

- Người chơi đứng thành vòng tròn.
- Tất cả mọi người xòe tay trái ra trước mặt mình, ngón trỏ tay phải đặt vào lòng bàn tay người bên cạnh.
- Người quản trò nói “đi chợ, đi chợ”.
- Người mua hỏi “Mua gì, mua gì”.
- Người quản trò có thể nói bất kỳ đồ mua sắm nào.
- Chú ý sau mỗi lần mua, hướng dẫn viên lại nói “đi chợ, đi chợ”. Khi người quản trò nói đến từ “mua cua” thì người chơi phải: tay trái nhanh chóng nắm lấy ngón trỏ người bên cạnh, tay phải rút nhanh ra khỏi tay của người khác. Ai bị tóm lấy là người thua cuộc.
- Làm mẫu động tác với 2 người bên cạnh. Chơi thử làm chậm. sau đó tập trung chơi thật.



3. CON THỎ

---> Người chơi đứng thành vòng tròn. Hướng dẫn viên hô hiệu lệnh.

- Hiệu lệnh 1: “con thỏ, con thỏ” người chơi đưa 2 tay lên đầu tạo thành tai thỏ.
- Hiệu lệnh 2: “con thỏ ăn cỏ” Người chơi đưa 2 tay ra trước mặt.
- Hiệu lệnh 3: “con thỏ uống nước” Người chơi đưa 2 tay chỉ vào miệng.
- Hiệu lệnh 4: “con thỏ vào hàng” Người chơi đưa 2 tay chỉ vào tai.

Hướng dẫn viên vừa hô vừa làm. Chậm đến nhanh dần. Hô theo thứ tự, sau đó hô hoán đổi các hành động. Sau đó để tăng độ khó, hướng dẫn viên sẽ hô 1 đường và làm động tác khác để đánh lừa người chơi. Ai sai người đó sẽ bị thua cuộc.



4. ĐỘNG VẬT BAY

---> Người chơi đứng thành 1 vòng tròn. Hướng dẫn viên sẽ hô bất cứ con vật nào. Người chơi phải hô theo. Đối với các con vật nào có thể bay thì kèm theo động tác hất hai tay lên trời. Nếu ai làm sai, thì bị phạt.

Ví dụ: Chim bay, Gà bay..... phải hất tay
Heo bay, Bò bay.... chỉ hô không hất tay.
Ai làm chậm cũng bị phạt....



5. ẾCH KÊU

---> Người chơi đứng thành một vòng tròn. Khi người điều hành nói số lượng con ếch ra thì số người chơi hô “ộp” sẽ theo đúng số lượng đó. Yêu cầu người chơi phải chú ý lắng nghe từ phía người điều hành và quan sát xung quanh với những người cùng chơi.

Ví dụ: 1 con ếch --> 1 người chơi hô “ộp”.
2 con ếch --> 2 người chơi hô “ộp”.
5 con ếch --> 5 người chơi hô “ộp”.



6. TÌM BẠN

---> Người chơi đứng thành 1 vòng tròn. Hướng dẫn viên yêu cầu những người có cùng đặc điểm tìm đến nhau (ví dụ: cùng mặc áo vàng, cùng đeo đồng hồ, cùng mang giày, v.v...). Trò chơi rèn luyện óc quan sát và khả năng nhanh nhẹn.



ĐIỀU KHOẢN THAM CHIẾU

NAM GIỚI TIÊN PHONG TRONG HOẠT ĐỘNG PHÒNG NGỪA BẠO LỰC VỚI PHỤ NỮ VÀ TRẺ EM GÁI TẠI ĐÀ NẴNG, VIỆT NAM

I. Giới thiệu chung

Hội Liên hiệp phụ nữ Thành phố Đà Nẵng phối hợp với UN Women, UN Volunteers và Chương trình Đối tác Phòng ngừa bạo lực với phụ nữ và trẻ em gái (P4P) có kế hoạch thành lập các câu lạc bộ Nam giới tiên phong trở thành những tác nhân thay đổi tích cực trong hoạt động phòng chống bạo lực đối với phụ nữ và trẻ em gái. Theo đó, Hội Liên hiệp Phụ nữ Đà Nẵng sẽ là đầu mối thiết lập các diễn đàn đối thoại thường xuyên cho các thành viên câu lạc bộ để phản ứng lại với những thách thức mà họ gặp phải trong cộng đồng ở xã Hòa Phong và phường Hòa Cường Bắc. Nỗ lực này được phát triển trên cơ sở các chương trình hiện có trong cộng đồng liên quan đến công tác ngăn ngừa và ứng phó với bạo lực.

Trở thành nam giới tiên phong là cơ hội cho cả nam giới và nam thanh niên tham gia vào một chương trình kéo dài trong một năm. Chương trình này sẽ tạo lập các diễn đàn để các thành viên trong câu lạc bộ thảo luận những vấn đề mà nam giới phải đối mặt trong cuộc sống và cách thức nam giới có thể tham gia tích cực vào các hoạt động ngăn ngừa bạo lực đối với phụ nữ và trẻ em gái trong cộng đồng. Thành viên các câu lạc bộ Nam giới tiên phong trong hoạt động phòng chống bạo lực đối với phụ nữ và trẻ em gái sẽ thường xuyên gặp gỡ để giao lưu, thảo luận, tham gia vào các hoạt động phòng ngừa bạo lực ở cộng đồng và lập kế hoạch cũng như triển khai dự án phòng chống bạo lực của riêng mình ở cộng đồng.

Các cuộc sinh hoạt câu lạc bộ định kỳ sẽ mang tính tương tác và tạo điều kiện cho sự tham gia của từng cá nhân, được hỗ trợ bởi một điều phối viên đã qua tập huấn. Trong thời gian đầu, các nhóm sẽ gặp gỡ hai lần một tháng trong năm tháng đầu (10 buổi sinh hoạt) và sau đó họp một lần một tháng trong thời gian còn lại của chương trình (6 tháng, 6 buổi sinh hoạt). Ngoài việc tích cực tham gia vào các buổi sinh hoạt này, những nam giới tiên phong sẽ áp dụng những điều mình học được vào thực tế (phù hợp với cuộc sống thường ngày); tham gia vào các hoạt động phòng chống bạo lực với phụ nữ và trẻ em gái trong cộng đồng hoặc trên các phương tiện truyền thông xã hội do người điều phối kết nối; xây dựng, lập kế hoạch và triển khai các sáng kiến ngăn ngừa bạo lực với phụ nữ và trẻ em gái ở cộng đồng của mình.

II. Lợi ích từ chương trình

- Phát triển các kỹ năng duy trì quan hệ lành mạnh bao gồm giao tiếp cởi mở và các kỹ năng giải quyết mâu thuẫn không bạo lực;
- Khuyến khích những hình mẫu nam tính tích cực cho bản thân những nam giới tiên phong và trong cộng đồng;
- Tăng cường kỹ năng ứng phó với khó khăn, ý thức tự lực và tự trọng, đặc biệt liên quan đến việc phát triển bản thân và thể hiện nam tính tích cực;
- Trao quyền cho nam thanh niên và nam trung niên để họ trở thành những tình nguyện viên tiên phong, tích cực dẫn dắt và khuyến khích sự tham gia của cộng đồng trong công tác phòng chống bạo lực đối với phụ nữ và trẻ em gái.

III. Thành viên

- 30 nam thanh niên và nam trung niên sẽ được mời tham gia mỗi nhóm;
- Thành viên các nhóm sẽ được lựa chọn dựa trên sự sẵn sàng tham gia vào tất cả các hoạt động của dự án (bao gồm các buổi sinh hoạt câu lạc bộ, các hoạt động vận động ngăn ngừa bạo lực đối với phụ nữ và trẻ em gái, lập kế hoạch và triển khai các sáng kiến ngăn ngừa bạo lực đối với phụ nữ và trẻ em gái);

- c. Tự nguyện tham gia các hoạt động của dự án;
- d. Có thể là thành viên các nhóm/câu lạc bộ trong nhà trường, hội cha mẹ học sinh, nam thanh niên và nam giới từ Trung tâm Tình nguyện Quốc gia, nam giới trong các hội hoặc câu lạc bộ ở cộng đồng, và nam giới từ tổ phản ứng nhanh phòng chống bạo lực hoặc các tổ hòa giải, các cơ quan ban ngành địa phương;
- e. Từ 18 tuổi trở lên.

IV. Trách nhiệm của thành viên Câu lạc bộ Nam giới Tiên phong trong hoạt động phòng chống bạo lực đối với phụ nữ và trẻ em gái

- a. Xác định và thống nhất thời gian và địa điểm sinh hoạt;
- b. Tiến hành sinh hoạt 2 lần/tháng trong 5 tháng đầu và 1 lần/tháng trong 6 tháng tiếp theo còn lại;
- c. Trở thành tác nhân thay đổi nhằm thúc đẩy nam tính tích cực trong cộng đồng của họ thông qua việc:
 - i. Triển khai các ý tưởng vào đời sống thường ngày như nhất trí không tham gia vào bất kỳ hành vi bạo lực nào dù riêng tư hay công khai, để trở thành tấm gương trong cộng đồng.
 - ii. Tham gia vào tương tác xã hội với thanh niên, hội phụ huynh, nhà trường và các nhóm cộng đồng hoặc thành viên gia đình khác để chia sẻ ý tưởng và kinh nghiệm từ dự án.
 - iii. Thúc đẩy việc vận động ngăn ngừa bạo lực đối với phụ nữ và trẻ em gái thông qua mạng xã hội và các hoạt động cộng đồng, ví dụ như trong những ngày kỷ niệm chính:
 - 16 ngày hành động phòng chống bạo lực giới (25/11-10/12)
 - Ngày Quốc tế Phụ nữ (8/3),
 - Ngày quốc tế hạnh phúc (20/3)
 - Ngày Gia đình Việt Nam (28/6)
 - V.v...
- d. Xây dựng, lập kế hoạch và triển khai một sáng kiến truyền thông ngăn ngừa bạo lực đối với phụ nữ tại cộng đồng;
- e. Xác định và thành lập mạng lưới, chia sẻ kinh nghiệm với các nhóm tình nguyện quốc gia khác, nhà trường và hội phụ huynh, và Trung tâm Tình nguyện Quốc gia;
- f. Hoạt động với tư cách là nam giới tiên phong trong suốt thời gian dự án và có thể tiếp tục vận động ngăn ngừa bạo lực đối với phụ nữ và trẻ em gái sau khi dự án chính thức kết thúc.

V. Cơ cấu tổ chức của câu lạc bộ

- a. Mỗi Câu lạc bộ sẽ lựa chọn Ban chủ nhiệm và ban thư ký
- b. Ban chủ nhiệm và Ban thư ký sẽ ghi chép, tổng hợp và báo cáo về hoạt động của câu lạc bộ
Xác nhận tham gia của thành viên CLB Nam giới tiên phong phòng chống bạo lực đối với phụ nữ và trẻ em gái:

Tên _____

Chữ ký _____

Ngày _____



PARTNERS FOR PREVENTION (P4P)

UNDP, UNFPA, UN WOMEN & UNV Regional Joint Programme for Asia and the Pacific

3rd Floor, UN Service Building, Rajadamnern Nok Avenue, Bangkok 10200 Thailand

P4P website: www.partners4prevention.org

Facebook: www.facebook.com/Partners4Prevention

Twitter: @p4pasiapacific

Phone: +66 2 304 9100 x 2760



THÀNH PHỐ ĐÀ NẴNG

HỘI LIÊN HIỆP PHỤ NỮ THÀNH PHỐ ĐÀ NẴNG

Địa chỉ: 01 Pasteur - Quận Hải Châu - Tp Đà Nẵng

Số điện thoại: 05113. 82 66 11

Fax: (05113) 821 329

Email: hoilhpndanang@vnn.vn

Website: www.phunudanang.org.vn