

Những hình thức ăn hiếp

Ăn hiếp thường được mô tả theo những loại hành vi đi kèm, vì vậy chúng ta nói về ăn hiếp bằng lời nói, xã hội và thể chất.

Đôi khi ăn hiếp cũng được gán với nơi xảy ra hoặc loại tổn thương gây ra. Những từ này có thể được sử dụng riêng hoặc kết hợp với những từ khác. Và nó có thể gây nhầm lẫn! Dưới đây là những cách mô tả ăn hiếp phổ biến nhất.

Loại hành vi - lời nói, xã hội và thể chất

Có ba loại hành vi ăn hiếp:

- **Ăn hiếp bằng lời nói** bao gồm việc chửi rủa hay xúc phạm ai đó về đặc điểm thể chất như trọng lượng hoặc chiều cao của họ, hoặc các thuộc tính khác bao gồm chủng tộc, giới tính, văn hóa, hoặc tôn giáo
- **Ăn hiếp thể chất** bao gồm việc đánh hoặc làm tổn thương ai đó, xô đẩy hoặc đe dọa người khác, hoặc làm hư hại hay ăn cắp đồ đạc của họ
- **Ăn hiếp xã hội** bao gồm việc liên tục loại người khác ra hoặc chia sẻ thông tin hay hình ảnh làm tổn thương người khác.

Nếu bất cứ hành vi nào trên đây xảy ra chỉ một lần, hoặc nằm trong mâu thuẫn giữa những người ngang hàng (cho dù không phù hợp như thế nào đi nữa) thì vẫn không phải là ăn hiếp.

Ăn hiếp bằng lời nói, thể chất và xã hội có thể xảy ra ngoài đời hoặc trên mạng, trực tiếp hoặc gián tiếp, công khai hoặc che giấu.

Môi trường – ngoài đời và trên mạng

Ăn hiếp có thể xảy ra ngoài đời hoặc trên mạng. Đôi khi ăn hiếp trên mạng được gọi là cyberbullying. Ăn hiếp bằng lời nói, thể chất và xã hội có thể xảy ra ngoài đời. Ăn hiếp bằng lời nói và xã hội có thể xảy ra trên mạng, cũng như đe dọa ăn hiếp thể chất.

Những đặc tính riêng biệt của môi trường trên mạng tạo thêm lo lắng cho học sinh, cha mẹ và người chăm sóc, và giáo viên. Ví dụ, việc ăn hiếp ai đó trên mạng có thể có một lượng người xem rất lớn. Nghiên cứu cho thấy trẻ em bị ăn hiếp trên mạng thường cũng bị ăn hiếp ngoài đời. Điều này có nghĩa là để đối phó hiệu quả với ăn hiếp trên mạng thì cần lưu ý đến các tình huống khác nữa.

Hình thức - trực tiếp và gián tiếp

Ăn hiếp trực tiếp xảy ra giữa những người liên quan, còn những hành động gián tiếp thì lại liên quan cả đến những người khác, ví dụ lăng mạ tiếp theo hoặc truyền tin đồn.

Ăn hiếp gián tiếp gây hại chủ yếu bằng cách làm tổn hại uy tín xã hội, quan hệ bạn bè và lòng tự trọng của người khác.

Tính minh bạch - công khai và che giấu

Ăn hiếp có thể được dễ dàng nhìn thấy, được gọi là công khai, hoặc không nhìn thấy bởi những người liên quan trực tiếp, được gọi là che giấu.

Ăn hiếp công khai liên quan đến các hành động thể chất như đấm hoặc đá hoặc các hành động bằng lời nói có thể nhận biết như chửi rủa và xúc phạm. Ăn hiếp thể chất công khai và trực tiếp là cách thường dùng để nói về ăn hiếp. (Đôi khi nó còn được gọi là 'ăn hiếp truyền thống').

Nhưng ăn hiếp thể chất công khai có thể không phải là hình thức ăn hiếp phổ biến nhất.

Ăn hiếp che giấu gần như là không thể nhận biết được bởi những người bên ngoài các mối quan hệ. Ăn hiếp che giấu có thể bao gồm việc liên tục sử dụng các cử chỉ tay và có cái nhìn kỳ lạ hoặc đe dọa, nói thầm, loại ra hoặc quay lưng lại với một người, hạn chế nơi người đó có thể ngồi và họ có thể nói chuyện với ai. Ăn hiếp xã hội hoặc bằng lời nói mà che giấu có thể tinh vi và thậm chí đôi khi bị từ chối bởi người ăn hiếp cho rằng họ đang đùa hay 'chỉ để vui'.

Một số ăn hiếp mang tính **che giấu và gián tiếp**, thường cố ý giấu đi, và rất khó để người khác nhận biết. Loại ăn hiếp này có thể bao gồm loan tin đồn, đe dọa, tống tiền, lấy mất bạn bè, phá vỡ bí mật, đàm tiếu, chỉ trích về trang phục và tính cách. Ăn hiếp che giấu gián tiếp gây hại chủ yếu bằng cách làm tổn hại uy tín xã hội, quan hệ bạn bè và lòng tự trọng của người khác, có nghĩa là thông qua tổn thương tâm lý chứ không phải tổn thương thể chất.

Tổn thương - thể chất và tâm lý

Ăn hiếp có khả năng gây tổn thương (mặc dù không phải tất cả các hành động không mong muốn đều nhất thiết gây tổn thương). Một số loại ăn hiếp được thừa nhận gây ra **tổn thương thể chất**.

Gần đây, nghiên cứu đã khẳng định rằng ăn hiếp có thể gây ra **tổn thương tâm lý** ngắn hạn và dài hạn. Điều này bao gồm tổn thương về địa vị xã hội của một người hoặc làm giảm tính sẵn sàng tham gia xã hội của người đó thông qua ăn hiếp (đặc biệt là ăn hiếp xã hội che giấu).

Trên thực tế, việc chỉ cần **lo sợ ăn hiếp** xảy ra cũng có thể gây ức chế và tổn thương. Việc bị ăn hiếp liên tục có thể khiến cho người bị ăn hiếp cảm thấy bất lực và không thể ngăn chặn điều đó xảy ra. Những ảnh hưởng của ăn hiếp, đặc biệt là đối với sức khỏe tâm thần và phúc lợi của những người liên quan, bao gồm cả những người chứng kiến, có thể kéo dài ngay cả khi tình hình đã được giải quyết.

Đôi khi thuật ngữ 'ăn hiếp tâm lý' được dùng để mô tả việc đe dọa và gây ra sợ hãi liên tục, nhưng sẽ chính xác hơn nếu mô tả loại hành vi này là 'ăn hiếp bằng lời nói hoặc xã hội' và ảnh hưởng đối với người bị ăn hiếp là 'tổn thương tâm lý'.

Môi trường – nhà, nơi làm việc và trường học

Ăn hiếp có thể xảy ra ở mọi nơi. Nó có thể xảy ra ở nhà, tại nơi làm việc hay ở trường học. Nó có thể xảy ra với bất cứ ai.

Ăn hiếp có thể xảy ra giữa sinh viên, nhân viên và cha mẹ/người chăm sóc. Ăn hiếp. Không đời nào! Hãy tập trung vào nạn ăn hiếp giữa sinh viên. Giáo viên bị ăn hiếp ở trường học cần liên lạc với đại diện về sức khỏe và an toàn, bộ phận nhân sự hoặc nghiệp đoàn của mình. Thông tin liên quan đến ăn hiếp tại nơi làm việc có sẵn tại Ủy ban Công bằng Lao động Úc

<https://www.fwc.gov.au/>