

# Hướng dẫn nhanh về ngược đãi người lớn trên mạng

Vietnamese | Tiếng Việt



## Ngược đãi người lớn trên mạng là gì?

Ngược đãi người lớn trên mạng là hành vi sử dụng Internet để gửi, đăng hoặc chia sẻ nội dung gây tổn hại cho sức khỏe thể chất hoặc tinh thần của người từ 18 tuổi trở lên.

Việc này có thể xảy ra trên mạng xã hội hoặc bất kỳ dịch vụ hay nền tảng trực tuyến hoặc điện tử nào khác. Nó có thể bao gồm các bài đăng, bình luận, email, tin nhắn, cuộc trò chuyện trên mạng, phát trực tiếp, meme, hình ảnh và video.

## Tôi nên làm gì?

Nếu ai đó tỏ ra thô lỗ, bức tức hoặc khó chịu, hay quý vị không thích ý kiến của họ, quý vị có thể sử dụng các cách đơn giản như thay đổi cài đặt trên thiết bị hoặc tài khoản trực tuyến để hạn chế liên lạc với họ.

Nếu nội dung đó gây tổn hại nghiêm trọng, quý vị nên trình báo tài liệu ngược đãi người lớn trên mạng để nội dung đó được xóa khỏi mạng xã hội, dịch vụ hoặc nền tảng trực tuyến.

Nếu dịch vụ hoặc nền tảng không hữu ích, eSafety có thể yêu cầu họ xóa bỏ nội dung nguy hại nghiêm trọng mà có khả năng tác động tiêu cực nghiêm trọng đến sức khỏe thể chất hoặc tinh thần của quý vị. Điều này bao gồm tình trạng phiền não nghiêm trọng vượt xa những phản ứng cảm xúc thông thường, chẳng hạn như tức giận, sợ hãi hoặc đau buồn.

## Các bước để trình báo hành vi ngược đãi người lớn trên mạng



### 1. Thu thập bằng chứng

Quý vị sẽ cần bằng chứng để chứng minh điều gì đã xảy ra và ở đâu, nếu quý vị quyết định trình báo thông tin có hại cho nền tảng, eSafety hoặc cảnh sát.

#### Những gì cần chụp lại màn hình hoặc lưu bản sao

- Nội dung đó nói hoặc thể hiện điều gì
- Hồ sơ người dùng của người đã gửi, đăng hoặc chia sẻ thông tin đó
- Ngày và giờ thông tin đó được gửi, đăng hoặc chia sẻ
- Tên của trang mạng, trò chơi hoặc ứng dụng
- Địa chỉ trực tuyến của trang mạng hoặc nguồn cấp dữ liệu (URL)





## 2. Trình báo nội dung độc hại

**Trình báo nội dung độc hại** tới dịch vụ hoặc nền tảng được sử dụng để gửi, đăng hoặc chia sẻ thông tin đó – quý vị có thể tìm thấy các đường dẫn để trình báo tới các dịch vụ hoặc nền tảng phổ biến trong **eSafety Guide (Hướng dẫn về An toàn Trên mạng)**. Đây thường là cách nhanh nhất để xóa bỏ nội dung độc hại.

**Nếu nội dung đó mang tính ngược đãi nghiêm trọng và đáp ứng định nghĩa pháp lý về ngược đãi người lớn trên mạng và dịch vụ hoặc nền tảng không xóa nội dung đó**, quý vị có thể trình báo vấn đề đó cho eSafety bằng biểu mẫu trực tuyến của chúng tôi tại [eSafety.gov.au/report/forms](https://www.esafety.gov.au/report/forms).

Định nghĩa pháp lý về hành vi ngược đãi người lớn trên mạng có nghĩa là nội dung thông tin đó nhằm mục đích gây tổn hại nghiêm trọng và mang tính chất đe dọa, quấy rối hoặc xúc phạm.

Chúng tôi sẽ yêu cầu quý vị cung cấp bằng chứng về hành vi ngược đãi người lớn trên mạng và quý vị cũng đã trình báo cho trang mạng hoặc nền tảng nơi việc đó xảy ra.

eSafety có thể giúp xóa nội dung có hại và có quyền đưa ra các khoản tiền phạt hoặc hình phạt đối với dịch vụ, nền tảng hoặc người chịu trách nhiệm nếu họ không xóa nội dung này.

**Quý vị cũng có thể trình báo việc ngược đãi này cho cảnh sát.** Điều này rất quan trọng vì nếu ai đó đang đe dọa quý vị, gia đình hoặc bạn bè của quý vị.



## 3. Ngăn chặn việc liên lạc thêm nữa

**Đừng trả lời người đó. Thay đổi cài đặt quyền riêng tư của quý vị** trên thiết bị hoặc tài khoản trực tuyến của quý vị để không nhìn thấy nhiều tin nhắn, bài đăng hoặc bình luận từ họ. Quý vị có thể sử dụng các chức năng trong ứng dụng để bỏ qua, tắt tiếng hoặc chặn người hoặc tài khoản khác.

Nếu ai đó mà quý vị biết là mục tiêu của hành vi ngược đãi người lớn trên mạng, quý vị có thể thay mặt họ trình báo việc này cho eSafety nếu họ ủy quyền cho quý vị làm như vậy và dịch vụ hoặc nền tảng không giúp ích được gì.

## 4. Nhận thêm sự trợ giúp

Việc trải qua hoặc giúp đỡ một người từng bị ngược đãi nghiêm trọng trên mạng có thể rất phiền não. Hãy quan tâm đến sức khỏe của quý vị và nói chuyện với người mà quý vị tin tưởng về những gì đã xảy ra. Quý vị cũng có thể nói chuyện với ai đó từ dịch vụ tư vấn và hỗ trợ.



## Dịch vụ tư vấn và hỗ trợ

### Beyond Blue

1300 22 4636

[beyondblue.org.au](http://beyondblue.org.au)

Tư vấn qua điện thoại và trò chuyện trực tuyến luôn sẵn sàng cả ngày, mọi ngày cho mọi lứa tuổi và mọi vấn đề.

### Lifeline (Đường dây cứu sinh)

13 11 14

[lifeline.org.au](http://lifeline.org.au)

Tư vấn qua điện thoại và trò chuyện trực tuyến luôn sẵn sàng cả ngày, mọi ngày cho mọi lứa tuổi và mọi vấn đề.

### 1800RESPECT

1800 737 732

[1800respect.org.au](http://1800respect.org.au)

1800RESPECT cung cấp dịch vụ lập kế hoạch, tư vấn và hỗ trợ an toàn 24 giờ, miễn phí và bảo mật cho tất cả các loại ngược đãi, bao gồm ngược đãi trong gia đình và lạm dụng tình dục. Họ cũng có thể kết nối quý vị với các dịch vụ khác trong khu vực của quý vị. Vào trang mạng [1800respect.org.au/languages](http://1800respect.org.au/languages) để biết thêm thông tin, lời khuyên và video bằng các ngôn ngữ khác.

### QLife

1800 184 527

[qlife.org.au](http://qlife.org.au)

QLife cung cấp tư vấn và giới thiệu cho mọi người ở mọi lứa tuổi là đồng tính nữ, đồng tính nam, song tính, chuyển giới, giới tính khác biệt và/hoặc liên giới tính. Tư vấn qua điện thoại có sẵn từ 3 giờ chiều đến 12 giờ sáng mỗi ngày. Trò chuyện trực tuyến có sẵn từ 3 giờ chiều đến 12 giờ sáng hàng ngày.

## Hỗ trợ bằng ngôn ngữ của quý vị

Hãy gọi cho Dịch vụ Biên phiên dịch theo số **131 450** và yêu cầu họ liên lạc với một trong các đường dây trợ giúp dành cho quý vị hoặc hỗ trợ làm trình báo cho eSafety. Hoặc truy cập vào trang mạng [tisnational.gov.au](http://tisnational.gov.au).

## Hỗ trợ cho người khiếm thính hoặc khiếm ngôn

Hãy gọi cho Dịch vụ Tiếp âm Quốc gia theo số **133 677** cho người dùng máy đánh chữ (TTY) và các cuộc gọi thoại, đồng thời yêu cầu họ liên hệ với một trong các đường dây trợ giúp dành cho quý vị. Hoặc truy cập vào trang mạng [infrastructure.gov.au/national-relay-service](http://infrastructure.gov.au/national-relay-service).

## Giữ an toàn

**Trợ giúp khẩn cấp ở Úc, bất cứ lúc nào cả ngày và đêm:**

Nếu quý vị gặp nguy hiểm về tính mạng hoặc sự an toàn, và cần trợ giúp khẩn cấp, hãy gọi **Ba số không (000)**.

Nếu quý vị đang suy nghĩ về việc tự tử hoặc tự làm hại bản thân, hãy gọi Lifeline **13 11 14** hoặc Suicide Call Back Service số **1300 659 467**.

## Thông tin thêm

Để biết thêm thông tin về **[hành vi ngược đãi người lớn trên mạng](#)** và lời khuyên về việc **[quản lý các tác động](#)**, hãy vào trang mạng [eSafety.gov.au](http://eSafety.gov.au).