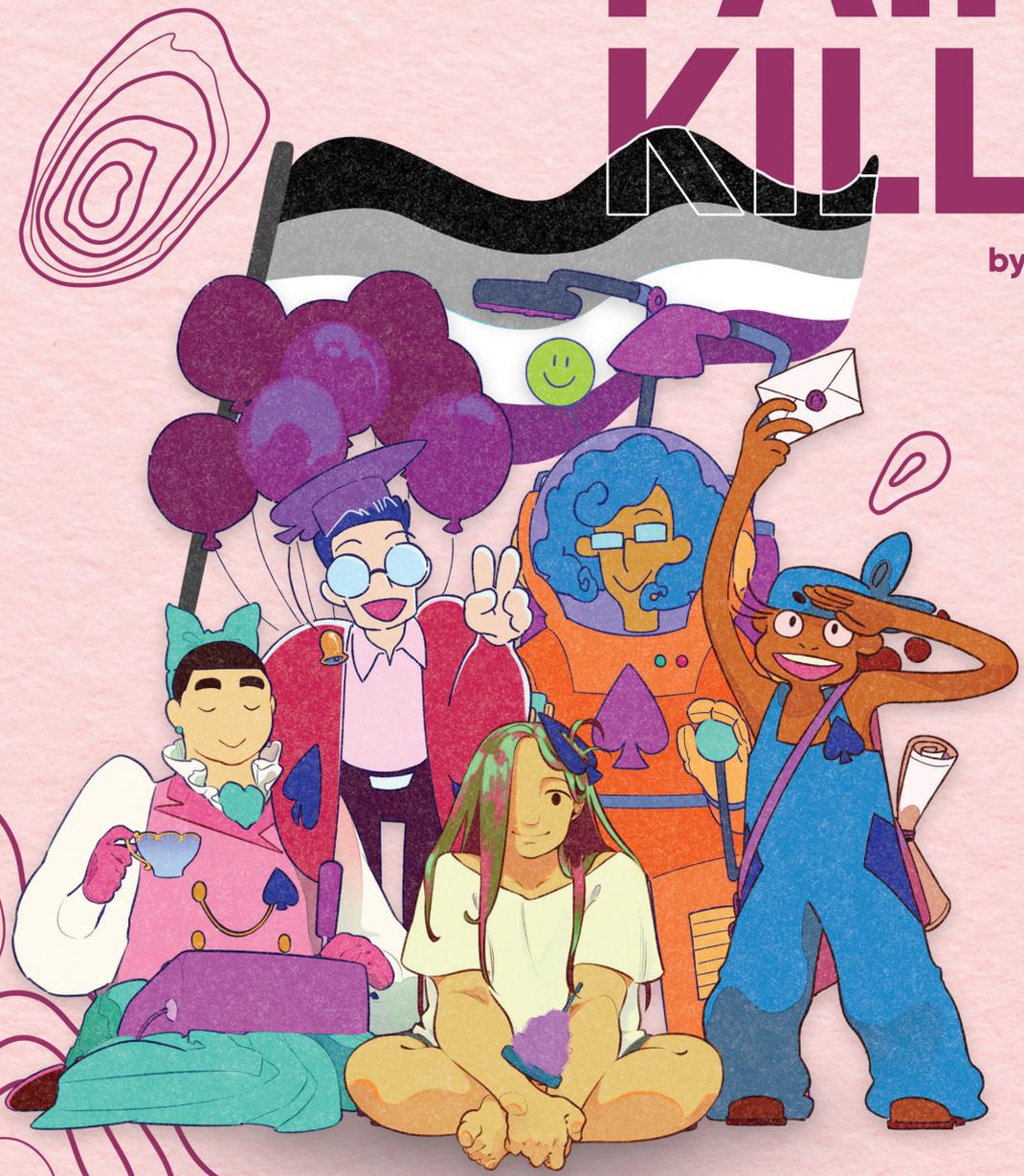




COMIC

# PAIN-KILLER.

by Asexual in VIETNAM







# GIỚI THIỆU DỰ ÁN

Bộ truyện tranh “Painkiller” gồm năm mẩu truyện ngắn là những gợi ý về quá trình giải thích về nhãn dán tính dục của người thuộc cộng đồng phổ Vô tính. Năm tập truyện đem đến những khoảnh khắc “khó đỡ”, gần gũi mà người thuộc cộng đồng gặp phải trong quá trình giải thích về xu hướng tính dục của bản thân với bạn bè của mình, và các “mẹo” xử lý khéo léo những tình huống đó. Như một liều thuốc “Painkiller”, dự án hy vọng sẽ giúp các bạn thuộc phổ Vô tính đỡ cơn đau đầu trong quá trình giải thích bản thân mình, và đem đến thấu hiểu với bạn bè xung quanh.

# ĐƠN VỊ TỔ CHỨC

## *Asexual in Vietnam*

Asexual in Vietnam được thành lập vào năm 2013 với mục đích kết nối, gia tăng sự hiện diện và khẳng định sự đóng góp của các thành viên thuộc cộng đồng Vô Tính tại Việt Nam. Trong một xã hội hiện đại với tốc độ tiếp cận thông tin nhanh như vũ bão, thật đáng buồn khi những quan điểm lệch lạc do thiếu hiểu biết và thiếu sự cảm thông của một bộ phận lớn trong xã hội về cộng đồng queer nói chung và cộng đồng Vô tính nói riêng vẫn còn tồn tại và trở thành niềm ám ảnh, lo sợ của những người trong cộng đồng. Nhận thức được điều ấy, AIV đã, đang và luôn cố gắng hướng tới lan toả những hiểu biết, chia sẻ những khó khăn và đồng hành cùng cộng đồng Vô tính; xóa bỏ những định kiến, hiểu nhầm về người thuộc phổ Vô tính cũng như khẳng định sự đa dạng giới, tính dục và cung cấp các thông tin về cộng đồng queer quốc tế nói chung và tại Việt Nam nói riêng. Hiện, bên cạnh phạm vi hoạt động online như hiện nay, AIV còn đang hướng tới nhiều dự định thiết thực trong tương lai để thực sự trở thành cầu nối giữa các bạn thuộc cộng đồng với không chỉ những người ủng hộ mà còn là toàn xã hội.



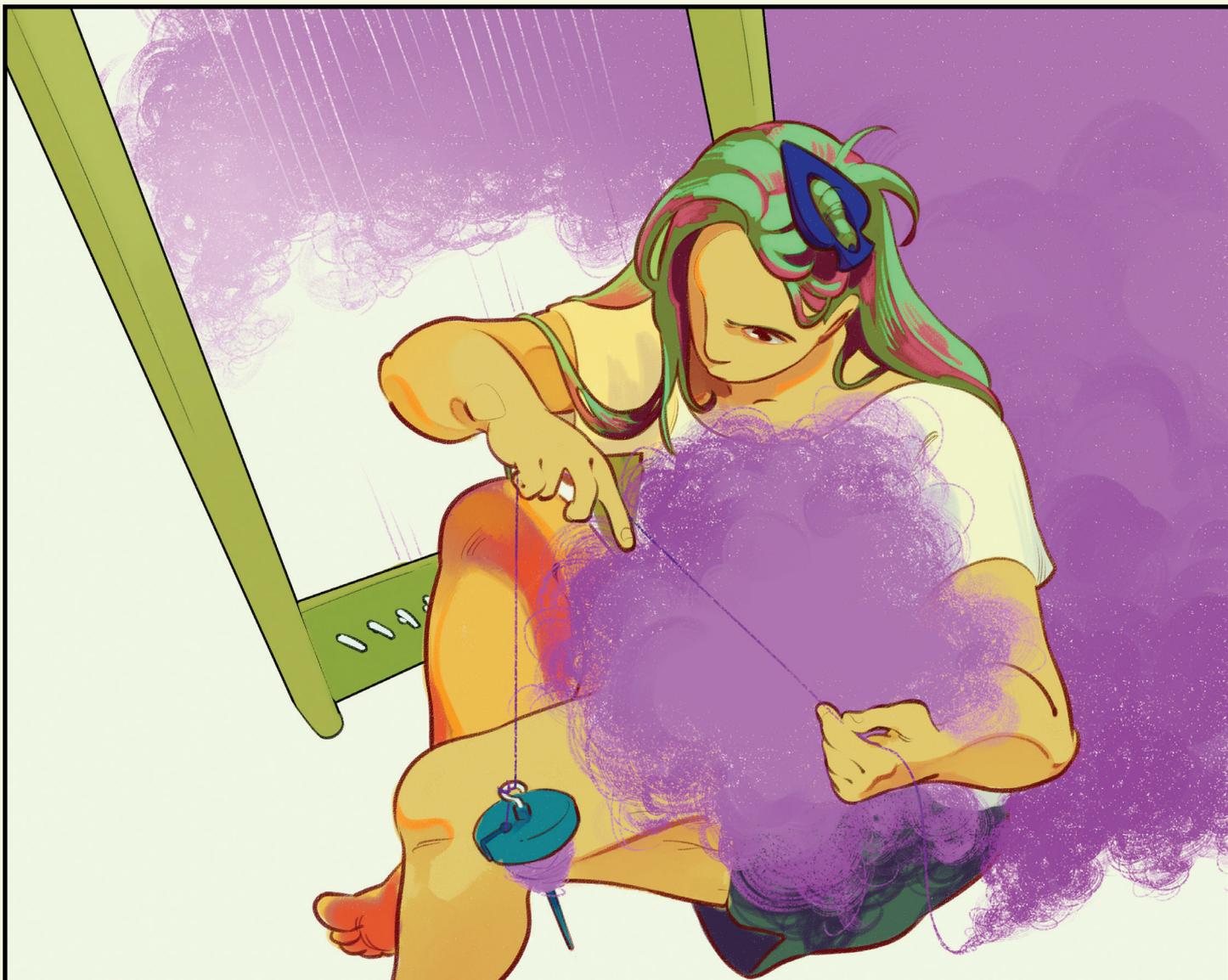
# MỤC LỤC

<i>Chương truyện</i>	<i>Trang</i>
Tập 1: GỖ TƠ.....	09
Tập 2: VÒNG TRÒN MỐI QUAN HỆ.....	17
Tập 3: CHUẨN BỊ CHO BẢN THÂN.....	25
Tập 4: GIẢI THÍCH HIỆU QUẢ.....	33
Tập 5: TÌM ĐỒNG MINH.....	41



# Tập 1: GỖ TƠ





Gần đây, mình thực sự cảm thấy  
mệt mỗi khi nói với bạn bè mình  
là người Vô tính.



Khi kèm  
theo  
những lần  
mở lòng,  
những lời  
giải thích...

là những câu hỏi như muốn  
vạch trần, phủ nhận mình.



Có phải  
chưa thử  
đúng  
người?



Có đang  
đùa không  
đấy?



Hay những sự thờ ơ  
không lắng nghe.



Những phản ứng ấy khiến mình rối như tơ vò. Mình cảm thấy tội lỗi vì không thể giải thích đúng, và ngày càng thấy xa cách với bạn bè.

Có những lúc mình tự hỏi liệu còn nên tiếp tục mở lòng chia sẻ về bản thân?

Những lúc ấy,  
mình cố gắng nhớ  
lại lần đầu dám  
nói với bạn thân  
về phổ Vô tính.

Khi mình bối  
rối và lo lắng  
nhất, thay vì  
tra hỏi thi họ  
đã sẵn sàng  
lắng nghe.





Họ luôn bên cạnh  
giúp mình bớt đi  
cảm giác cô đơn khi là  
Vô tính. Một chỗ dựa  
tinh thần an toàn bên  
cạnh gia đình mà mình  
không thể sống thiếu.



Có lúc họ còn là người đưa mình  
gần hơn tới cộng đồng. Vì họ  
đã nhìn thấy và chấp nhận con  
người thật của mình.



Sự thấu hiểu ấy là  
động lực để mình  
tiếp tục nói về  
bản thân, và tìm  
kiếm những người  
bạn sẵn sàng  
lắng nghe.

Vậy với bạn, điều gì khiến bạn  
muốn tiếp tục mở lòng giải thích  
về Vô tính cho bạn bè?



Tập 2:

**VÒNG  
TRÒN  
MỠI  
QUAN  
HỆ.**



Sau khi công khai, mình tự thấy trách nhiệm là một “guru” về Vô tính.

Mình đã chẳng ngại nói cho bạn thân, cho bạn đại học, thậm chí một người mới gặp.

Mình mong bạn bè mình biết thật nhiều về Vô tính, tìm 1000 cách để giải thích để họ dễ hiểu.

Vi vậy mà có lúc  
mình tự đặt bản  
thân vào trạng  
thái không thoải  
mái, khi phải trả  
lời trăm câu hỏi  
về tình dục.

Và cảm giác  
tội lỗi hơn nữa  
khi giải thích  
không thành  
công nhấn  
chìm mình.



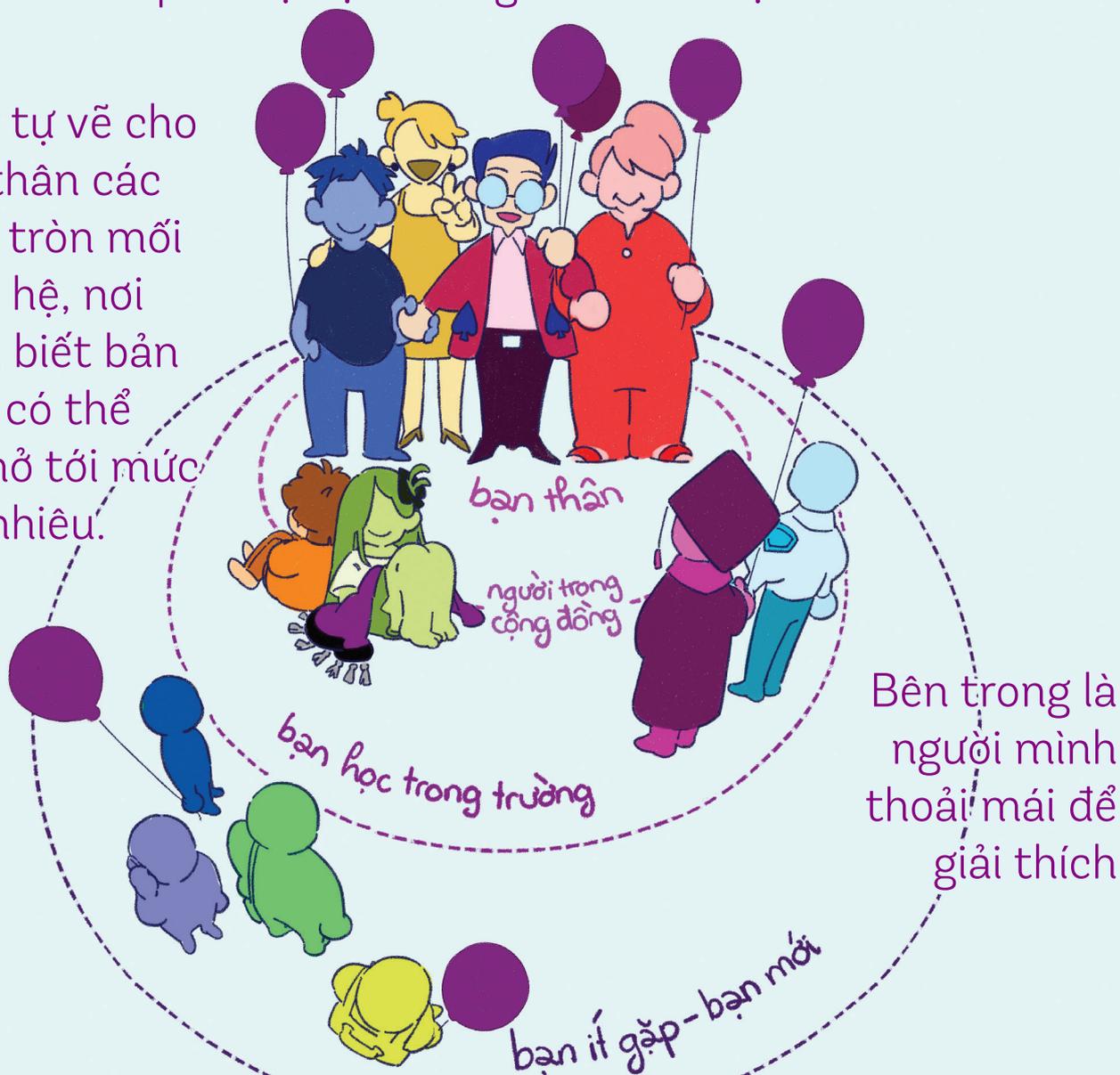


Nhưng mà khoan đã...  
Mình không có  
**TRÁCH NHIỆM**  
đi giải thích.

Một điều rất đơn giản,  
nhưng mình đã quên đi.

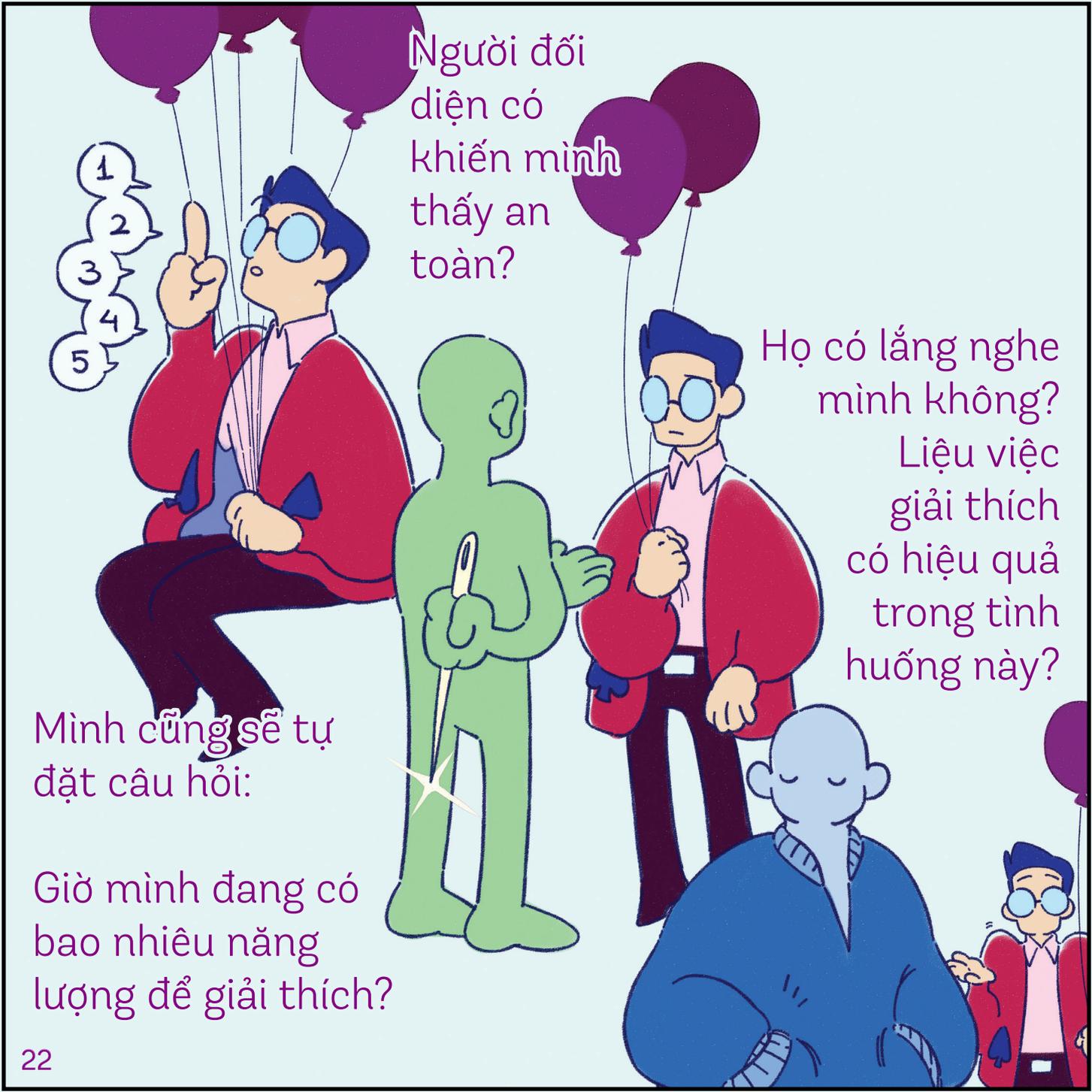
Mình phải tự đặt ranh giới để bảo vệ bản thân.

Mình tự vẽ cho bản thân các vòng tròn mối quan hệ, nơi mình biết bản thân có thể cởi mở tới mức bao nhiêu.



Bên trong là người mình thoải mái để giải thích

Ngoài cùng là những người mà mình sẽ xem xét có nên giải thích hay không, tùy vào tình huống.



Người đối  
diện có  
khiến mình  
thấy an  
toàn?

Họ có lắng nghe  
mình không?  
Liệu việc  
giải thích  
có hiệu quả  
trong tình  
huống này?

Mình cũng sẽ tự  
đặt câu hỏi:

Giờ mình đang có  
bao nhiêu năng  
lượng để giải thích?

Vậy vòng tròn mối quan hệ của mọi người  
trông như thế nào nhỉ?





Tập 3:

**CHUẨN**

**BỊ CHO**

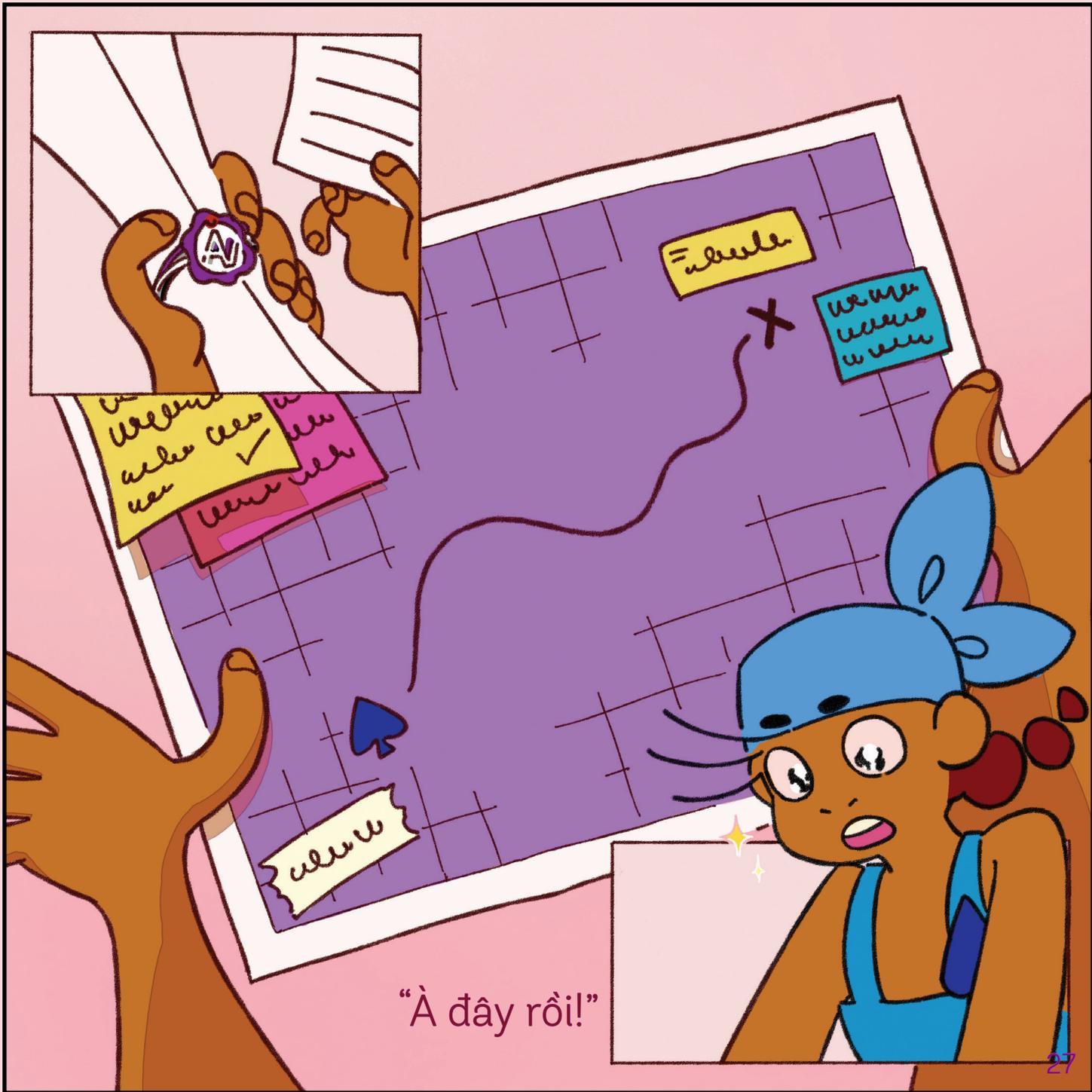
**BẢN**

**THÂN**





Bạn cần hiểu bản thân trước khi người ta hiểu bạn!



“À đây rồi!”



“Hấp dẫn tình dục là...?”

“Ham muốn tình dục là?”

“Phổ Vô tính...?”



Đừng vội vàng, tớ luôn bình tĩnh vạch ra lộ trình  
giải thích cho người nghe hiểu nhất!



Đôi khi kế hoạch  
thất bại,  
đừng nản lòng,  
hãy kiên trì!



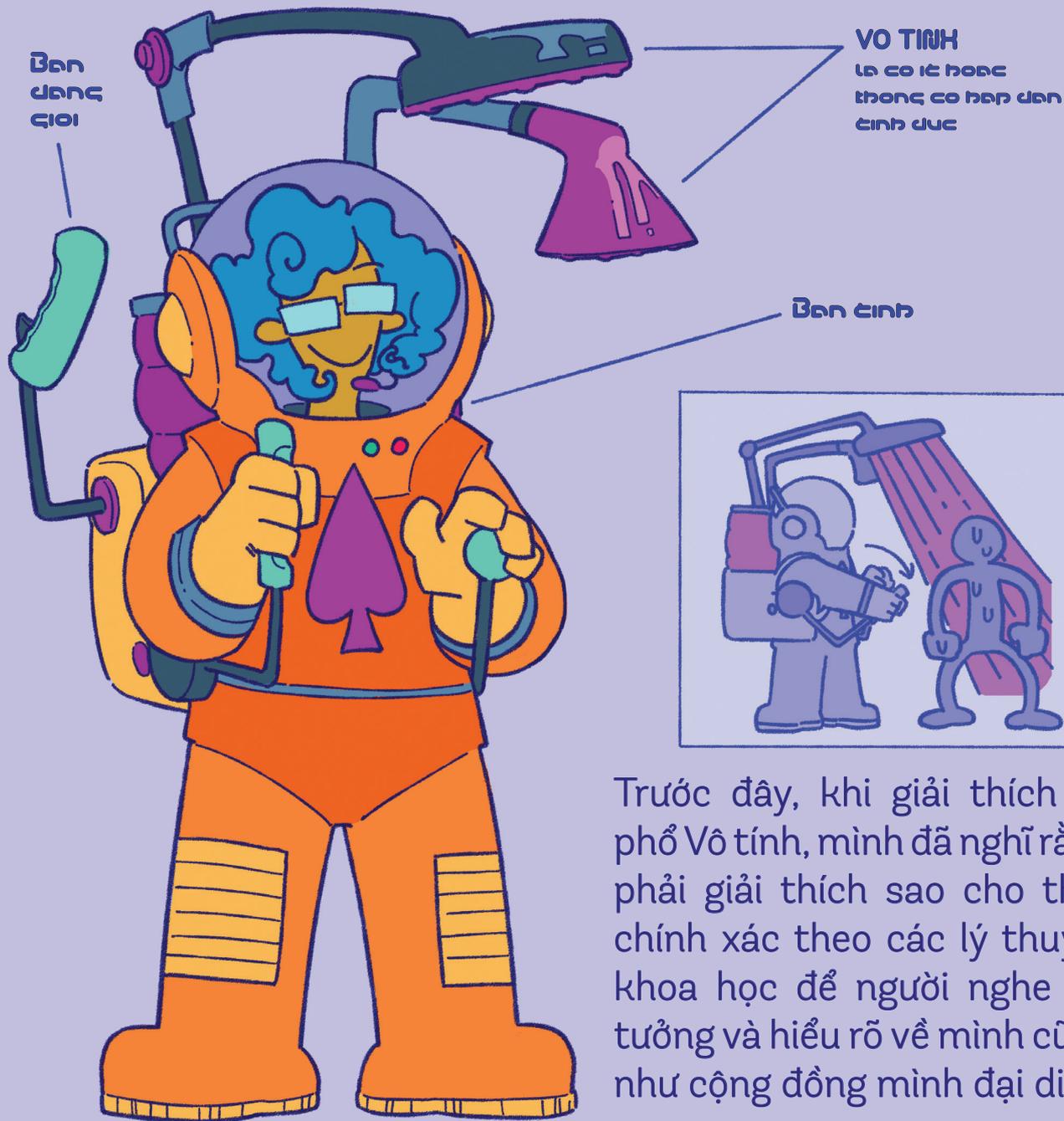
Các bạn hãy chia sẻ cách các bạn giải thích  
Vô tính với mình nhé!



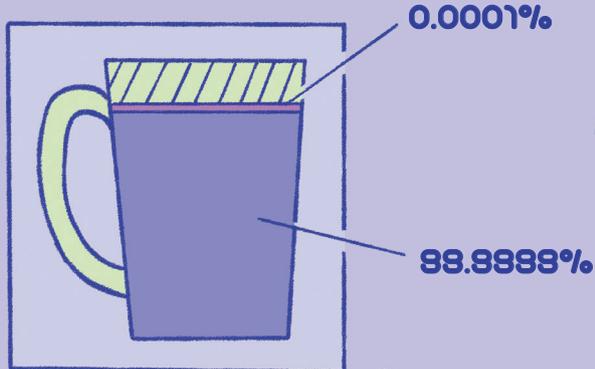
Tập 4:

**GIẢI  
THÍCH  
HIỆU  
QUẢ**





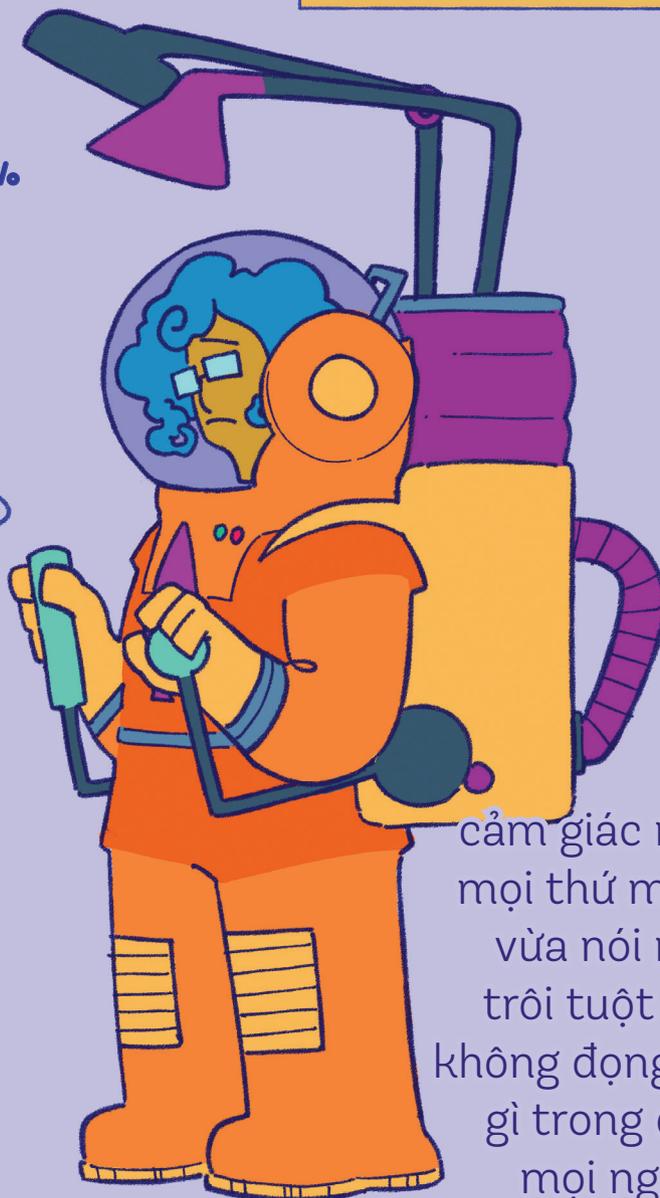
Trước đây, khi giải thích về phổ Vô tinh, mình đã nghĩ rằng phải giải thích sao cho thật chính xác theo các lý thuyết khoa học để người nghe tin tưởng và hiểu rõ về mình cũng như cộng đồng mình đại diện.



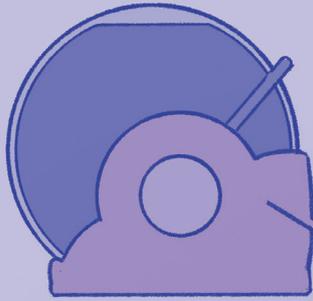
**BAO HOÀ THẤT BẠI**



Sau vài lần giải thích, mọi người đều phản ứng rằng “Sao nó khó hiểu thế?”, “Thế có khác gì người dị tính”,



cảm giác như mọi thứ mình vừa nói như trôi tuột mà không đọng lại gì trong đầu mọi người.

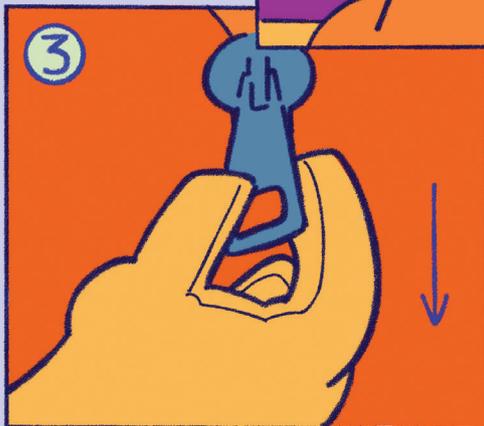
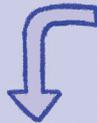
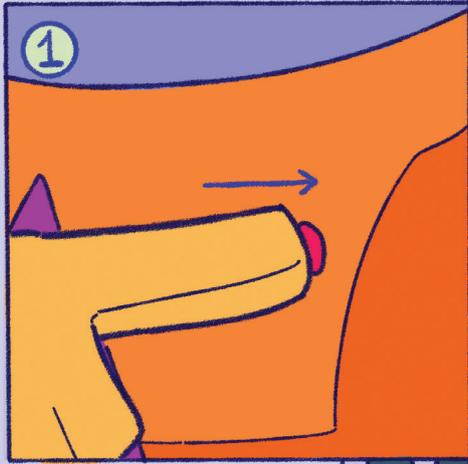


**88%**  
dung lượng

Mỗi lần như vậy, mình cảm thấy bí bách kinh khủng khi giải thích mà mọi người không có hứng thú nghe mình nói.



Quan sát những điều mọi người quan tâm, mình nhận ra: để đối phương thấu hiểu thì việc sử dụng các câu chuyện, trải nghiệm của bản thân mình sẽ là cách dễ kết nối cảm xúc nhất.



Nó chỉ đơn  
giản là việc:  
Bạn dự đoán  
các câu hỏi và  
chuẩn bị trước  
câu trả lời,



• sau đó chọn lựa câu chuyện  
tương ứng để minh họa câu trả lời  
và phù hợp với người nghe.

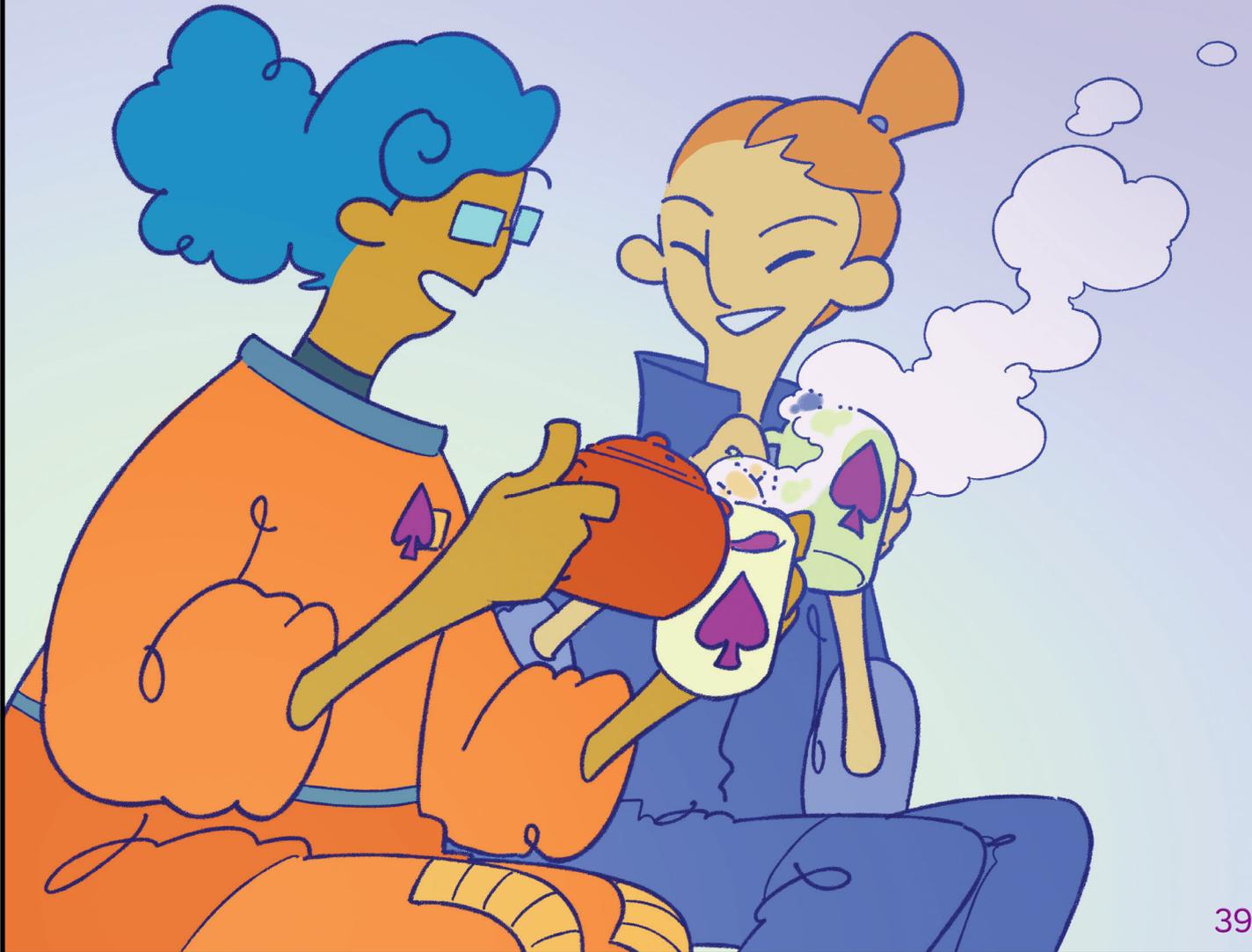


Điều quan trọng nhất là bạn tin  
tưởng vào trải nghiệm của mình,



không xin lỗi, xấu hổ về nó.

Vậy cách giải thích về Vô tính của riêng bạn là gì?





Tập 5:

# TÌM ĐỒNG MINH





Vậy thì Vô tình khác gì bị lãnh cảm vậy?

Ấy có thể giải thích rõ hơn được không?

Mình rất muốn giải thích để được các bạn thấu hiểu hơn, nhưng cứ như thế này thì mệt mỏi ghê

Mình vẫn còn  
cách này nữa mà!



Đi tìm đồng minh thôi!



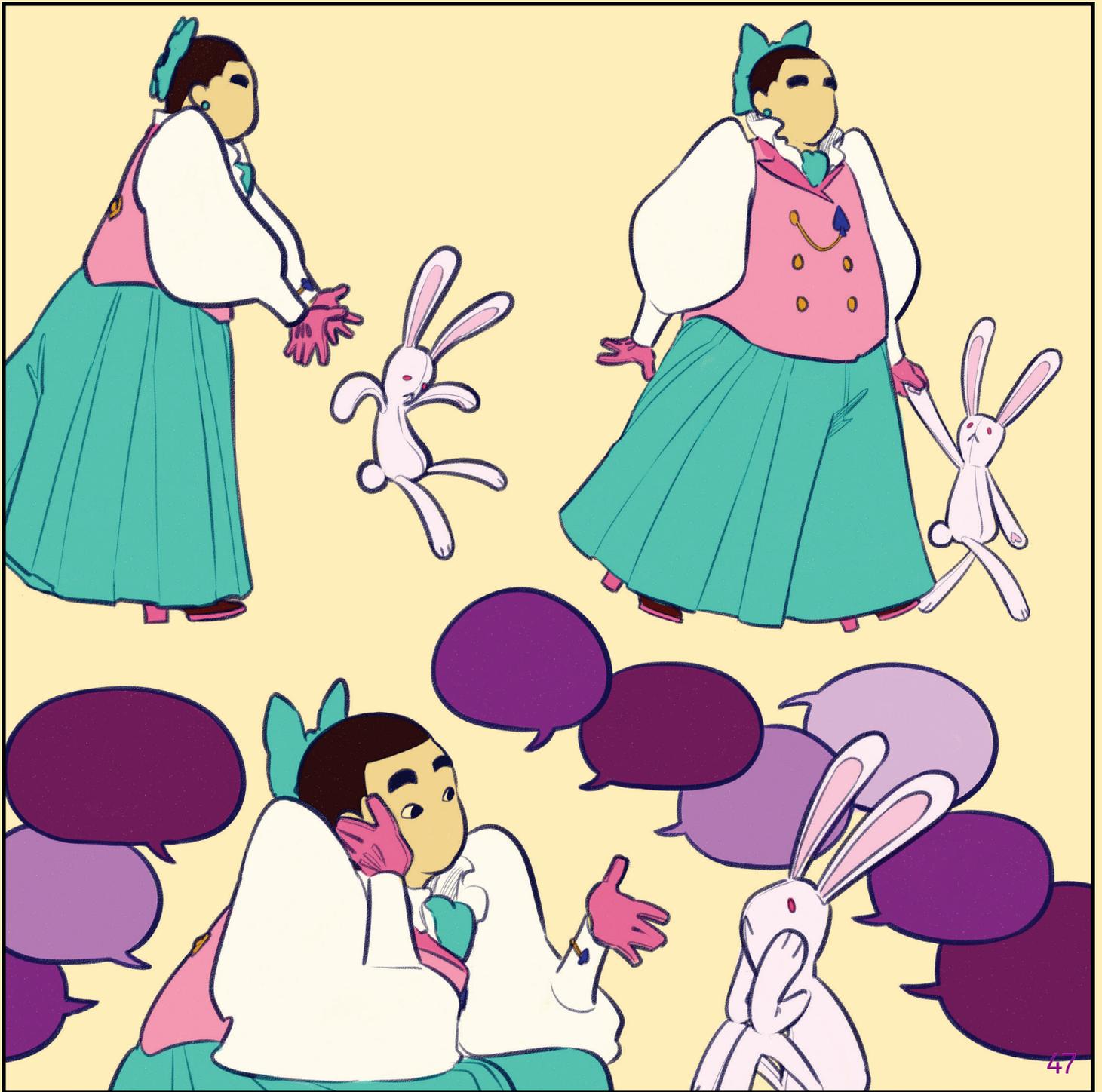


Các yếu tố khiến người bạn này thành một đồng minh tốt trong việc giải thích:

- Tương tác nhiều với những bài viết về phổ Vô tính trên mạng xã hội của mình
- Luôn là người bình tĩnh lắng nghe khi mình giải thích
- Luôn thấu hiểu những trải nghiệm của mình khi là người vô tính

Đợi chúng mình  
một chút nhé!







Tớ hiểu rồi.

Yên tâm đi nhé, vì  
có tớ đồng hành  
cùng cậu rồi

Vậy còn cậu, đồng minh của cậu trong  
hành trình giải thích này là ai?





# CREDITS

Bộ truyện tranh "*Painkiller*"

Được thực hiện bởi *Asexual in Vietnam*

**Nhóm tác giả:** Ngô Thị Thanh Huyền, Nguyễn Thị Xuân Phúc, Cát Hạt Tuấn, Ngô Nhật Anh

**Họa sĩ minh họa:** Baku

**Thiết kế:** Trịnh Kim Chi, Lê Hải Anh

**Truyền thông:** Triển Vân

**Biên tập:** Ngô Thị Thanh Huyền, Nguyễn Thị Xuân Phúc, Triển Vân, Ngô Nhật Anh

