

NƠI NÀO CÓ SỰ GIÚP ĐỠ

Tại Nhà Thờ Công Giáo:

- ◆ Gọi cho giáo xứ của bạn để được sự hỗ trợ tinh thần và cảm xúc và những sự hỗ trợ có liên quan. Nếu bạn cần tìm một giáo xứ, bạn có thể gọi số ĐT: (404) 920-7620 hoặc vào trang web: www.archatl.com
- ◆ Để biết thêm chi tiết “Khi nào gọi cho sự giúp đỡ” bạn có thể vào trang web: <http://www.usccb.org/issues-and-action/marriage-and-family/marriage/domestic-violence/when-i-call-for-help.cfm> (nói tiếng Anh và tiếng Mễ)

Nguyên nhân gây nên bạo lực trong gia đình và hướng dẫn lập kế hoạch an toàn

- ◆ **Tài liệu Lập Kế Hoạch An Toàn bằng tiếng Việt**
Nhấn vào link dưới đây:

<http://health.state.ga.us/pdfs/injury/gcadv%20brochure%20updated%20VIETNAMESE.PDF>

hoặc vào trang web:

<http://health.state.ga.us/pdfs/injury/gcadv%20brochure%20updated%20VIETNAMESE.PDF>

- ◆ National Domestic Violence Hotline, gọi đường dây khẩn cấp 1-800-799-7233 hoặc vào trang web: www.ndvh.org
- ◆ Liên minh chống lại bạo hành trong gia đình của tiểu bang GA, vào trang web: www.gcadv.org
Đường dây khẩn cấp 24 giờ tại GA: 1-800-334-2836
Nếu bạn cần người thông dịch, nói “Vietnamese” và đợi. Họ sẽ tìm người thông dịch.

Cần sự giúp đỡ bằng nhiều ngôn ngữ

- ◆ Good Shepherd Services (Văn Phòng Sơ Mỹ Hạnh)
770-455-9379, Gwinnett: 770-939-2200, Clayton and South: 404-366-8677
(Vietnamese, Mandarin, Cantonese)
- ◆ International Women’s House
Đường dây khẩn cấp 24 giờ: (770) 413-5557
Nếu bạn cần người thông dịch, nói “Vietnamese” và đợi. Họ sẽ tìm người thông dịch.
Trang web: www.internationalwomenshouse.org
- ◆ Tapestri, Inc.: (404) 299-2185 hay 1-866-562-2873,
www.tapestri.org
- ◆ **“Domestic Violence Safety Brochures” in many languages.**
<http://health.state.ga.us/programs/injuryprevention/vaw.asp>

Nếu bạn đang trong tình trạng nguy hiểm hãy gọi 911 /cảnh sát

Rev. 10/2011

Kiểm tra sự lạm dụng



trong mối quan hệ của bạn với người phối ngẫu

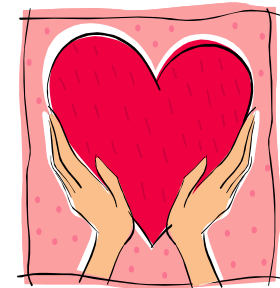
- ◆ Người phối ngẫu của bạn làm bạn xấu hổ, chọc ghẹo bạn trước mặt người khác, thường chỉ trích những chọn lựa, những thành quả và mục đích của bạn?
- ◆ Người phối ngẫu của bạn thường phê bình bạn là người không giá trị hoặc bất tài, không thể quyết định chuyện của riêng bạn?
- ◆ Người phối ngẫu thường kiểm soát, không tin tưởng hoặc vu cáo bạn không thành tín, không trung thành?
- ◆ Người phối ngẫu của bạn thường đổ lỗi cho bạn là nguyên nhân khiến họ hành động hoặc làm tình cảm bị chi phối?
- ◆ Bạn có cảm thấy bạn chịu trách nhiệm về sự thay đổi tình cảm liên tục, uống bia rượu, dùng thuốc an thần, ma túy của người phối ngẫu không?
- ◆ Bạn có thấy bạn phải cẩn thận lời nói, việc làm để người phối ngẫu của bạn đừng nổi giận không?
- ◆ Bạn có thường cố gắng chấp nhận chịu đựng mỗi ngày hơn là “tạo vấn đề” để mất lòng nhau không?
- ◆ Dần dần bạn không còn muốn gặp gỡ bạn bè, người nhà để làm vui lòng người phối ngẫu của mình?
- ◆ Bạn thường bị ép bằng lối dọa nạt, đánh đập để làm theo ý người phối ngẫu?
- ◆ Người phối ngẫu của bạn đã xô, tát, đánh đá, bóp cổ hoặc đã làm bạn đau đớn?
- ◆ Có khi nào bạn lo sợ cho sự an toàn và sức khỏe của mình nhưng vẫn tin rằng người phối ngẫu của mình sẽ thay đổi nếu bạn tiếp tục thương họ nhiều hơn?
- ◆ Bạn tin rằng người phối ngẫu được quyền làm bạn đau khổ vì đây là chuyện thường tình xảy ra trong mọi gia đình?
- ◆ Bạn chấp nhận ngược đãi vì bạn nghĩ đây là ý chúa?
- ◆ Bạn lo lắng về sự an toàn của bạn nếu bạn ra đi?

Nếu một số hoặc tất cả những điều trên đây mô tả mối quan hệ của bạn, hãy tìm lời khuyên dạy và sự giúp đỡ ngay bây giờ.

BẠO LỰC TRONG GIA ĐÌNH VÀ SỰ LẠM DỤNG

Hãy Lên Tiếng Và Ngăn Chặn Sự Tái Diễn

Bạn Hãy Yêu Thương Chính Mình



Như Thiên Chúa Yêu Thương Bạn

Tổng Giáo Phận Atlanta
Office of Formation and Discipleship
Mục Vụ Đời Sống Hôn Nhân và Gia Đình
ĐT: 404-920-7620
2401 Lake Park Drive, S.E.
Smyrna, GA 30080

Bạn có phải đang bị ngược đãi?

Bạo lực và ngược đãi trong gia đình thường bị khuất lấp bởi sự yên lặng. Những người trong gia đình có thể muốn giấu giếm, và những người ngoài cuộc không quan tâm can thiệp. Ai muốn tin tưởng điều đó có thể xảy ra? Nhưng nó thực sự tồn tại trong xã hội: người giàu lẫn nghèo, mọi văn hóa và tôn giáo, dù cho hai người đã kết hôn, đang cặp kè, hay đang sống chung với nhau.

Khi một người duy trì quyền lực và ức chế người bạn đời bằng sự đe dọa và sợ hãi, đó chính là bạo lực. Bạo lực đó có thể xảy ra bằng lời nói phi báng, đánh đập thể xác, cưỡng bức tình dục, hành hạ tâm lý, hoặc thậm chí ức chế tài chính.

Bạo lực thường trở nên tồi tệ hơn theo thời gian. Những lúc biến đổi trong gia đình như thời kỳ thai nghén, ly thân hoặc ly dị có thể xem là cực kỳ nguy hiểm. Có khi người hành hung là phụ nữ, nhưng phụ nữ bị hành hung lại rất thường xuyên xảy ra và có khả năng bị thương nặng hoặc chết. Ở Georgia, điều này đứng đầu nguyên nhân gây thương tích cho phụ nữ và thiếu nữ từ tuổi 15 – 44. Và hơn một nửa là đàn ông hành hung với vợ hoặc đánh đập con của họ.

Dầu trẻ em có bị đánh đập hay không, chúng vẫn luôn bị tổn thương vì lý do ngược đãi và bạo lực ở gia đình. Khả năng chúng sẽ trở thành người bạo lực hoặc bị khả năng vướng mắc trong những quan hệ bạo lực khác trong tương lai rất cao. Thế nên bạo lực trong gia đình nối tiếp từ đời này sang đời khác.

Nếu bạn có nghi ngại về việc bạn được đối xử như thế nào trong quan hệ của bạn, hoặc người mà bạn tin tưởng nói với bạn rằng bạn không được đối xử với sự tôn trọng tôn trọng, bạn có thể đang trong một mối quan hệ bạo lực.

Nhà Thờ Công Giáo xử lý bạo lực trong gia đình...

Hãy tâm sự với người mà bạn tin tưởng và người quan tâm tới bạn nhất. Một trong những nguyên nhân tiếp diễn sự bạo lực là vì người hành hung thuyết phục bạn dần dần vì ý kiến của bạn có ít giá trị, bạn thiếu trình độ hoặc ngu si, và tất cả những sự việc xấu xảy ra đều là lỗi của bạn. Họ từ từ cố tách rời bạn ra khỏi gia đình và bạn bè của bạn, và khiến bạn trở nên mất lòng tin đối với mọi phán quyết của bạn. Bạn có sẽ trở nên tin tưởng rằng bạn không còn một ai để nương tựa ngoài người đang hành hạ bạn, trong khi đó bạn luôn hãi hùng với những điều họ có thể làm kế tiếp.

Nếu là người bạo lực...

Bạn có thể rất yêu người này nhưng hãy còn đối xử rất tệ bạc với những lời thối mạ, đe dọa, cưỡng bức họ làm những điều bạn muốn mà không màn đến những gì họ mong muốn. Bạn có thể cảm thấy rất tội tệ sau một sự việc xảy ra và hứa là sẽ không bao giờ tái phạm, nhưng tình trạng và tâm trạng căng thẳng có thể chất chồng, và bạn lại tái



The cycle of abuse:
abusive behavior →
remorse →
honeymoon phase →
tension builds →
abusive behavior

phạm nữa. Bạn có thể sẽ tự thuyết phục bản thân rằng làm tổn thương người bạn thương là đúng, là cần thiết, hoặc để cải cách đạo đức của họ. Tuy nhiên, tất cả những gì người bạn thường nói hoặc làm đều không thể thay đổi được sự nhục mạ hoặc nỗi đau đớn bạn đã gây ra.

Nhà Thờ Công Giáo xử lý bạo lực trong gia đình...

Tôn giáo bị lạm dụng sai trái qua nhiều thế hệ như là phương tiện để khống chế người khác. “Độc đúng Thánh Kinh có thể dẫn con người đến sự hiểu biết về phẩm giá bình đẳng giữa nam và nữ dẫn đến những quan hệ dựa vào sự phụ thuộc và tình yêu... nam lẫn nữ đều được tạo ra từ hình ảnh của Chúa.”¹

Đôi khi người phối ngẫu tin tưởng rằng họ phải chịu đựng bạo lực chỉ vì lời thề nguyện của họ. Chúa Giêsu mời gọi chúng ta hãy tha thứ “bảy mươi lần bảy.” Tuy nhiên, Chúa không có ý khiến cho một người hay gây tổn thương cho người khác. Mặc dù khi bạn tha thứ, bạn vẫn chịu trách nhiệm trước mặt Chúa để giữ cho bạn an toàn thể xác lẫn tâm hồn. Giáo Hội không bao giờ muốn bạn bị tổn thương vì lý do hòa giải.

Hãy bắt đầu thông tin dưới mục *Nơi Nào Có Sự Giúp Đỡ*. Nếu như bạn bị ngược đãi, hãy tạo ra một kế hoạch an toàn. Sau đó, dù bạn có là kẻ bị hại hay là người bạo lực đi nữa, hãy tìm sự giúp đỡ. Bạn không phải cô đơn một mình. Hãy lên tiếng và ngăn chặn sự tái diễn.

¹ *When I Call For Help* U.S. Conference of Catholic Bishops