

## Tờ Thông Tin Tình Thân Khăng Khít: Cha Mẹ : Đối Phó với Bạo Hành

Thái độ/hành vi bạo hành là cách cư xử đáng chê trách. Nếu quý vị hoặc đứa con tuổi thanh thiếu niên có thái độ/hành vi bạo hành, quý vị cần phải tìm cách thức tốt hơn để giải quyết những cảm xúc của mình.

### Thái độ/hành vi bạo hành là cách cư xử đáng chê trách

Vấn đề bạo hành có thể xảy ra trong bất cứ gia đình nào và có thể là:

- Đập phá đồ đạc.
- Đánh đập người khác.
- La hét những điều chướng tai (chửi bới).
- Ép buộc người khác làm những điều trái ý chẳng hạn như: giao hợp với quý vị hoặc buộc họ phải ở nhà trong khi họ không muốn vậy.
- Hăm dọa người khác là quý vị sẽ bị đánh đập họ nếu họ không làm chuyện gì đó cho quý vị.

### Cội nguồn của thái độ/hành vi bạo hành?

Đôi khi, thái độ/hành vi bạo hành bắt đầu khi những cảm xúc mãnh liệt như tức giận, sợ hãi, đau đớn hoặc vô vọng vượt ra khỏi vòng kiểm soát.

Có khi người bạo hành nghĩ là họ có quyền cư xử như vậy và họ không cần để ý đến cảm xúc của người khác.

Việc sử dụng ma túy/thuốc gây nghiện và uống rượu có thể làm cho thái độ/hành vi bạo hành tệ hại hơn.

### Những cảm xúc mãnh liệt có thể khó kiềm chế

Học cách đối phó với những cảm xúc mãnh liệt là chuyện khó. Thanh thiếu niên thường đối phó với cảm xúc của mình giống như cách thức của cha mẹ. Nếu cha mẹ không thể tiết chế cảm xúc, thanh thiếu niên cũng sẽ khó học được cách tiết chế cảm xúc.

### Nếu quý vị là cha/mẹ có hành vi/thái độ bạo hành

Nếu quý vị là cha/mẹ hoặc người chăm sóc sẽ có thái độ/hành vi bạo hành khi tức giận hay bị căng thẳng tinh thần, quý vị cần nhờ giúp đỡ trước khi quý vị gây thương tích nghiêm trọng cho người khác và trước khi con quý vị học cách cư xử giống vậy.

Thái độ/hành vi bạo hành đối với con cái quý vị:

- Làm cho con bị nguy hiểm.
- Làm cho con cảm thấy bị mất an toàn.
- Làm cho con cảm thấy không thể tin cậy vào quý vị.
- Có thể dẫn tới nhiều rắc rối nữa.
- Có thể khiến cho con quý vị cũng có thái độ/hành vi bạo hành luôn.

### Nếu gần đây quý vị đã xảy ra xô xát hoặc sử dụng vũ lực

Có thể quý vị cảm thấy tức giận về cách cư xử của đứa con tuổi thanh thiếu niên. Có lẽ chuyện này đã dẫn tới xô xát?

Đôi khi, đánh nhau có thể làm cho cả hai cảm thấy hối hận. Đánh nhau có thể làm cho hai người gần gũi nhau trong một thời gian. Nhưng thái độ/hành vi bạo hành là cách cư xử đáng chê trách và có lẽ sẽ tiếp diễn cho đến khi cả hai biết tiết chế cảm xúc theo cách tốt hơn.

Hãy nhờ giúp đỡ và hướng dẫn bây giờ. Hãy nói chuyện với người quý vị tôn trọng và tin cậy.

Hoặc gọi cho Đường Dây dành cho Cha Mẹ (*Parentline*) hoặc Đường Dây Trợ Giúp Trường Hợp Khủng Hoảng (*Crisisline*) (xin xem số điện thoại dưới đây).

- Đừng để bị sự xấu hổ cản trở.
- Đừng biện bạch.
- Nếu cha mẹ của quý vị đối xử bạo hành với quý vị, điều này không có nghĩa là quý vị có lý do để cũng gây thương đau cho gia đình mình.
- Dù người khác trong cộng đồng không chê trách thái độ/hành vi bạo hành, điều này không có nghĩa là quý vị có lý do để gây thương đau cho người trong gia đình mình.
- Tìm sự giúp đỡ cần thiết cho quý vị để giữ an toàn cho đứa con tuổi thanh thiếu niên.

## Tờ Thông Tin Tình Thân Khăng Khít: Cha Mẹ : Đối Phó với Bạo Hành

### Nếu cháu có thái độ/hành vi bạo hành

Tìm hiểu yếu tố khởi phát thái độ/hành vi bạo hành của con.

- Có phải là vì cháu bị căng thẳng tinh thần hoặc buồn rầu trầm trọng không?
- Có vấn đề nào trong gia đình chưa hề được giải quyết không?
- Có phải cháu nghĩ rằng quý vị luôn luôn đòi hỏi cháu học giỏi hoặc làm giỏi hoặc ngoan ngoãn ở nhà không?
- Có phải các cháu cảm thấy không thể đáp ứng những kỳ vọng của quý vị không?
- Có phải con quý vị say rượu, say thuốc hoặc đang cai ma túy (cai nghiện) khi cháu có thái độ/hành vi bạo hành không?
- Con quý vị có vấn đề về sức khỏe tâm thần không?
- Có phải cháu ra về có hành vi lạ lùng không?
- Có phải con quý vị bất chước hành vi/thái độ bạo hành của quý vị hoặc người khác trong gia đình không?

Tìm cách khuyến khích con nhờ giúp đỡ để tiết chế cảm xúc của mình tốt hơn. Con quý vị có cần được giúp đỡ về những vấn đề về ma túy/thuốc gây nghiện và rượu hay sức khỏe tâm thần không?

Có phải quý vị cảm thấy quá mắc cỡ để nói cho bất cứ người nào khác biết về thái độ/hành vi của cháu không?

Đừng vì thương con mà bênh hành vi/thái độ bạo hành của con. Hãy nói chuyện với bác sĩ và hỏi chỗ nào tốt nhất để đưa con tuổi thanh thiếu niên của quý vị có thể nhờ giúp đỡ với những vấn đề của con. Hoặc gọi cho một trong những cơ quan/tổ chức được liệt kê ở phần cuối tờ thông tin trợ giúp này.

### Khi thanh thiếu niên nổi khùng

Khi thanh thiếu niên quá giận, có thể quý vị khó lòng khuyên giải con. Nếu con có thái độ/hành vi bạo hành và đánh đập quý vị hay người khác trong gia đình, có lẽ điều tốt nhất là quý vị yêu cầu cháu ra khỏi nhà cho đến khi con đã bình tĩnh trở lại.

Nếu điều này có vẻ quá nguy hiểm, quý vị hãy ra khỏi nhà và gọi cảnh sát hoặc Toán Thẩm Định và Điều Trị Trường Hợp Khủng Hoảng địa phương (Xin xem Tờ Thông Tin Những Vấn Đề Sức Khỏe Y Tế Tâm Thần).

### Kế hoạch an toàn

Nếu biết người nào đó trong gia đình có thể có thái độ/hành vi bạo hành, quý vị phải bảo đảm mình có kế hoạch an toàn. Kế hoạch này sẽ giúp gìn giữ an toàn cho quý vị và những người khác trong gia đình nếu người này lại có thái độ/hành vi bạo hành nữa.

Thảo luận với gia đình và quyết định về những điều sau:

- Mật mã hoặc dấu hiệu để người trong gia đình rời khỏi nhà hay gọi cho bạn bè hoặc cảnh sát.
- Một căn phòng quý vị có thể vào rồi khóa cửa lại để quý vị được an toàn.
- Giấu chìa khóa xe ở một nơi nào đó để quý vị có thể lái xe đi.

Nếu sinh mạng của quý vị hoặc người khác bị đe dọa tức khắc hoặc quý vị lo sợ mình sẽ bị đánh đập, rời khỏi nhà và gọi cho Cảnh Sát số 000.

Nếu cho rằng vấn đề bạo hành có thể xảy ra nhưng chưa đến lúc, quý vị có thể gọi điện cho người nào quý vị tin cậy để họ có thể đến giúp hóa giải tình hình hoặc giữ an toàn cho mọi người.

Trẻ em khác trong gia đình quý vị phải chứng kiến anh chị em hay cha / mẹ có thái độ/hành vi bạo hành là điều tai hại vô cùng. Hãy tìm cách gởi các cháu đến nơi khác an toàn cho đến khi vấn đề bạo hành chấm dứt.

Nếu vấn đề bạo hành thường xảy ra, gia đình hoặc người bạo hành có thể cần phải sống ở một chỗ khác trong một thời gian.

### Gọi cảnh sát

Cha mẹ thường không cam tâm gọi cảnh sát về chuyện có dính dáng đến con mình. Thế nhưng nếu đưa con tuổi thanh thiếu niên cư xử bạo hành, có lẽ gọi cảnh sát là điều cần thiết, vì nhờ vậy những người khác trong gia đình không bị nguy hại và để cho cháu biết quý vị sẽ không dung túng hành vi như vậy.

### Nếu thanh thiếu niên tự hại bản thân

Nếu con quý vị nói với quý vị rằng cháu sẽ tự hại bản thân, đừng trì hoãn:

Gọi cho Cảnh Sát số 000 hoặc Toán Thẩm Định và Điều Trị Trường Hợp Khủng Hoảng (Dịch Vụ Y Tế Tâm Thần) tại bệnh viện công địa phương.

## Tờ Thông Tin Tình Thân Khăng Khít: Cha Mẹ : Đối Phó với Bạo Hành

### Ngăn ngừa thái độ/hành vi bạo hành

#### Nội quy và biện pháp phạt

Gia đình cần phải có nội quy rõ ràng rằng thái độ/hành vi bạo hành là cách cư xử đáng chê trách. Toàn thể gia đình cần phải biết nếu vi phạm nội quy thì sẽ bị phạt.

Chọn những biện pháp phạt tương xứng với tuổi của thanh thiếu niên và mức độ bạo hành.

Những biện pháp phạt thanh thiếu niên có thể là:

- Ngỏ lời xin lỗi.
- Sửa chữa những thứ bị phá hư hoặc chịu phí tổn sửa chữa.
- Giúp đỡ cho người bị đau đớn hoặc bị thương.

Nếu sự việc đi quá trớn, cha mẹ có thể:

- Gọi cảnh sát
- Yêu cầu cảnh sát cáo buộc tội thanh thiếu niên
- Xin Án Lệnh Can Thiệp. Đây là án lệnh pháp lý, có thể ngăn cấm thanh thiếu niên không được:
  - Đánh đập quý vị và gia đình
  - Đập phá đồ đạc hoặc phá hoại nhà quý vị.
  - Sở hữu súng hay vũ khí khác.
  - Vào nhà quý vị mà không được phép.

Nếu vi phạm án lệnh, quý vị có thể gọi cảnh sát và yêu cầu họ bắt giữ cháu.

#### Trước khi sự việc trở nên tệ hại hơn

Thông thường thái độ/hành vi bạo hành xảy ra theo nếp cũ.

Có thể quý vị cảm thấy bầu không khí trở nên gay gắt hơn. Quý vị đoán biết có lẽ sẽ xảy ra thái độ/hành vi bạo hành.

Nếu có cảm giác này trước khi xảy ra thái độ/hành vi bạo hành, có thể quý vị có khả năng ngăn chặn nó xảy ra.

Làm cho thanh thiếu niên biết về tánh tình của cháu. Sau đó con quý vị sẽ có cơ hội để tự kiểm chế.

Ở giai đoạn này, có lẽ quý vị nên:

- Nói chuyện về những cảm xúc của con.
- Cùng làm một hoạt động nào đó ở ngoài căn nhà.
- Biểu lộ sự sẵn sóc, tình thương và cảm thông.
- Đổi kế hoạch liền.

- Để thanh thiếu niên yên một mình một lúc.
- Yêu cầu con rời khỏi nhà.

Đôi khi, có thể thanh thiếu niên kiếm cớ để nổi giận, để rời khỏi nhà hoặc sử dụng ma túy/thuốc gây nghiện. Cố gắng không cãi nhau. Tránh xa ra.

Những nếu cư xử này có thể luôn luôn khởi sự giống nhau. Hãy nghĩ ra cách có thể thay đổi nó. Quý vị hay người khác trong gia đình có làm hoặc nói điều gì khiến cho thanh thiếu niên cảm thấy rất tức giận không?

Nhưng xin nhớ cuối cùng đưa con tuổi thanh thiếu niên là người tự vạch lối đi cho cháu trong đời. Quý vị có thể khuyến khích con nhờ giúp đỡ nhưng quý vị không có nhiệm vụ ngăn chặn con có thái độ/hành vi bạo hành; đây là trách nhiệm của con quý vị. Nhiệm vụ của quý vị là giữ an toàn cho bản thân và những người khác trong gia đình.

#### → Gợi ý trong Tờ Thông Tin này

- Thái độ/hành vi bạo hành là cách cư xử đáng chê trách.
- Đừng vì mắc cỡ mà quý vị hay con không dám nhờ giúp đỡ nếu một hoặc cả hai có thái độ/hành vi bạo hành.
- Thái độ/hành vi bạo hành là do quyết định của mình.
- Kế hoạch an toàn sẽ giúp quý vị biết phải làm gì khi xảy ra vấn đề bạo hành.
- Gọi cảnh sát nếu quý vị hoặc gia đình quý vị cảm thấy bị mất an toàn.
- Nếu đưa con tuổi thanh thiếu niên hăm dọa tự hại bản thân, quý vị hãy gọi cảnh sát số 000 hoặc Toán Thẩm Định Trường Hợp Khủng Hoảng.

## Tờ Thông Tin Tình Thân Khăng Khít: Cha Mẹ : Đối Phó với Bạo Hành

### ➔ Những tờ thông tin liên quan

- Đối Phó với Xung Đột
- Sự Phát Triển Tuổi Thanh Thiếu Niên
- Nói Chuyện Dễ Dàng Hơn
- Vấn Đề Phức Tạp Là Gì?

### ➔ Thông tin hữu ích

#### Đường Dây dành cho Cha Mẹ (*Parentline*)

VIC	Đt 13 2289
QLD, NT	Đt 1300 301 300
ACT	Đt (02) 6287 3833
TAS	Đt 1300 808 178
WA	Đt 1800 654 432
SA	Đt 1300 364 100
NSW	Đt 1300 1300 52

Đường Dây Trợ Giúp Trường Hợp Khủng  
Hoảng - *Crisisline*  
Đt: 1800 019 116

Toán Thẩm Định & Điều Trị Trường Hợp  
Khủng Hoảng (*Toán CAT*)  
Gọi cho bệnh viện công gần nhất.

Đường Dây Trợ Giúp cho Nam Giới  
Đt 1300 789 978

Dịch Vụ Trợ Giúp Trường Hợp Khủng  
Hoảng vì Bạo Hành Gia Đình dành cho Phụ  
Nữ  
Đt 1800 015 188

Đường Dây Bảo Vệ Trẻ Em Cấp Bách  
Đt 13 12 78

#### Strong Bonds

Jesuit Social Services  
PO Box 1141  
COLLINGWOOD VIC 3066  
Đt (03) 9415 8700  
Điện thư (Email) [info@strongbonds.jss.org.au](mailto:info@strongbonds.jss.org.au)  
Trang mạng [www.strongbonds.jss.org.au](http://www.strongbonds.jss.org.au)

