Báo Cáo Tội Phạm cho Quận Montgomery, Maryland cho thấy rằng:

- ***Mỗi*** phụ nữ bị ám sát trong Quận vào năm 2006, bị giết bởi một người mà phụ nữ đó quen biết
- ***79%*** của những nạn nhân hiếp dâm được báo cáo trong năm 2006 có liên hệ hay quen biết hung thủ của họ
- ***35%*** của những vụ hiếp dâm báo cáo trong năm 2006 dưới 18 tuổi

Để có thêm những nguồn tin tức , xin liên lạc:

Những Nguồn Địa Phương:

Chương Trình cho Người Bị Ngược Đãi Quận Montgomery
(240)777-4195 * (240)777-4673 (24 tiếng)

Chương Trình Trợ Giúp Nạn Nhân và Hành Hung Tình Dục Quận Montgomery (VASAP)
(240)777-1355 * (240)777-HELP (24 tiếng)
http://www.montgomerycountymd.gov/vasap

Tổ Chức Chống Bạo Hành Gia Đình Maryland
(301)352-4574 * 1-800-MD-HELPS (63-43577)
http://www.mnadv.or g

Liên Minh Chống Hành Hung Tình Dục Maryland
1-800-983-RAPE (đường dây miễn phí)
http://www.mcasa.org

Viện Pháp Lý về Hành Hung Tính Dục
(301)565-2277 * 1-877-496-SALI (toll free)

Trung Tâm Cố Vấn và Nghề Nghiệp của Ủy Ban Phục Vụ
Phụ Nữ Quận Montgomery
401 N. Washington Street, Suite 100
Rockville, MD 20850
(240)777-8300 * (301)279-1034 (TTY)
cfw@montgomerycountymd.gov http://www.montgomerycountymd.gov/cfw

Những Nguồn Toàn Quốc:

Dây Nóng Toàn Quốc về Bạo Hành Gia Đình
1-800-799-SAFE (7233) * 1-800-787-3224 (TTY)

Dây Nóng Toàn Quốc về Hành Hung Tình Dục
1-800-656-HOPE (miễn phí và giữ kín)

Dây Nóng Toàn Quốc *Trên Mạng* về Hành Hung Tình Dục
https://online.rainn.org/index.aspx

Đàn Ông Có Thể Ngăn Chận Nạn Hiếp Dâm
http://www.mencanstoprape.org/
(202)265-6530

Đường Dây Quốc Gia Hẹn Hò Cho Thiếu Niên Hoặc Thiếu Nữ Bị Xúc Phạm
http://www.loveisrespect.org/
1-866-331-9474

Chương Trình Giảng Dạy Về Hẹn Hò Bạo Lực Sẵn Có Tại:

http://www.hazeldon.org/safedates
http://www.breakthecycle.org/
http://www.kbep.org/

Tập này được thực hiện bởi Ủy Ban phục vụ Phụ Nữ của Quận Montgomery (CFW).

Là một cơ quan Chính Quyền của Quận Montgomery, Ủy Ban phục vụ Phụ Nữ là một ban cố vấn gồm 15 thành viên, tranh đấu cho những quyền hạn và quan tâm của phụ nữ. Trung Tâm Cố Vấn và Nghề Nghiệp của CFW cung cấp những sự cố vấn cá nhân, cố vấn cho cặp đôi và cố vấn nghề nghiệp, những cuộc hội thảo và những nhóm trợ giúp.

Đặc biệt cám ơn Liên Minh Chống Hành Hung Tình Dục của Maryland, Tổ Chức Chống Bạo Hành Gia Đình của Maryland, Chương Trình Trợ Giúp Nạn Nhân và Hành Hung Tình Dục Quận Montgomery, Chương Trình cho Người Bị Ngược Đãi Quận Montgomery, Đàn Ông Có Thể Ngăn Chận Nạn Hiếp Dâm , Tổ Chức Toàn Quốc về nạn Hiếp Dâm, Ngược Đãi và Loạn Luân (RAINN) và Bác Sĩ David Lisak thuộc Đại Học Massachussetts về sự đóng góp của họ cho tập này.

Ủy Ban phục vụ Phụ Nữ của Quận Montgomery
401 N. Washington Street, Suite 100
Rockville, MD 20850
(240)777-8300
www.montgomerycountymd.gov/cfw

Vietnamese

Hãy Thảo Luận Về *Bạo Lực trong Mối Quan Hệ*

Những gì mình không biết **có thể** hại mình

Hiếp Bởi Người Quen:

Kẻ hiếp dâm quen biết có thể là một người bạn mới quen hay có thể là một người bạn, nhưng luôn luôn là người làm tình với bạn nhưng không có sự chấp thuận của bạn.

Đa số những vụ hiếp bởi người quen, không được báo cáo – không bị phát giác bởi chính quyền. Nạn nhân có thể cảm thấy mắc cỡ hay sợ hãi vì nạn nhân tự ý ở gần hung thủ, vì vậy cô ta không đi cầu cứu.

Kẻ hiếp dâm không bị phát giác phạm tội hiếp dâm người quen nhưng không bao giờ bị báo cáo hay bị truy tố. Thường họ tiếp tục hành hung những người khác.

Nên cẩn thận, nếu có dấu hiệu nguy hiểm, đừng bắt đầu một mối quan hệ.

Ghi nhận những dấu hiệu tiềm ẩn của sự bạo lực của những người khác:

Tránh cặp với những người mà:

- Tìm cách kiểm soát và giới hạn hành vi và sinh hoạt của bạn
- Có những cơn giận bộc phát
- Chỉ trích hay làm mất phẩm giá bạn hay những người mà bạn ưa thích
- Hăm dọa hay làm bạn sợ hãi
- Kềm chế về thể chất hay làm bạn đau
- Có những hành động ngông cuồng để lấy le
- Thích hành hạ thú vật
- Nghiện ma túy hay rượu
- Ép bạn uống rượu hay dùng ma túy
- Cách ly bạn với những mối quan hệ khác
- Ép bạn để làm tình hay để hẹn hò
- Quyết định mọi điều thay cho bạn
- Đổ lỗi cho *bạn* về hành động ngược đãi *của họ*
- Ghen tuông quá độ với những mối quan hệ bạn có với những người khác

Nhiều phụ nữ và thiếu nữ bị hành hung, bị hiếp và bị giết không bởi người lạ, nhưng bởi người:

- Họ biết và tin;
- Mà họ ở chung; hay
- Họ mời vào nhà của họ.

LƯU Ý CHO PHỤ HUYNH

"Cẩn Thận với Người Lạ."

Lời khuyên tốt nhưng không đủ...

Những triệu chứng dưới đây có thể là dấu hiệu của nhiều vấn đề, nhưng chúng cũng có thể là dấu hiệu của một mối quan hệ ngược đãi.

Dấu hiệu con của bạn có thể đang ở trong một mối quan hệ lạm hành:

- Sự lo âu quá độ (sợ làm bạn trai/bạn gái "nổi giận")
- Phiền muộn; có những ý nghĩ tự tử
- Bị vết bầm mà không giải thích được; bị gãy xương; bị vết cắt; trang điểm nhiều để dấu vết thương
- Cảm thấy có lỗi quá độ; xấu hổ; không dứt khoát
- Cảm thấy vụng về; thiếu tự tin
- Trốn học; điểm đi xuống
- Ít nói; tiêu cực
- Hung hãn quá độ

Hãy nói chuyện với con của bạn:

- Tất cả chúng ta có thể đóng vai trò quan trọng trong việc ngăn chặn nạn bạo hành gia đình và hành hung tình dục.
- Lên tiếng phản đối khi có người kể một chuyện diễu xúc phạm, đổ tội cho nạn nhân của bạo hành tình dục hay bạo hành gia đình, hay ám chỉ là sự hành hung tình dục, hiếp dâm hay bạo hành gia đình là chấp nhận được.

Sự bạo hành gia đình và hành hung tình dục cũng là những vấn đề của đàn ông nữa. Đàn ông có thể giúp ngưng chặn bạo hành trong mối quan hệ bằng cách:

- Không bao giờ dùng lời lẽ xúc phạm để mô tả phụ nữ;
- Không chấp nhận những thái độ và những hành vi ủng hộ vũ lực của những người khác;
- Nâng cao nhận thức về ảnh hưởng tai hại của sự bạo hành trong mối quan hệ;
- Có những hành vi gương mẫu đối với đối tượng của mình.

Nói với con của bạn là:

- ***Bạo lực không phải là giải pháp:*** Không bao giờ chấp nhận bạo hành trong một mối quan hệ.
- ***KHÔNG bao giờ coi mình có lỗi khi mình bị tấn công:*** Hành vi bạo lực LUÔN LUÔN là trách nhiệm của kẻ vi phạm.
- ***Không có gì ngờ vực:*** Nếu không có sự chấp thuận của đối tượng, đó LÀ hiếp dâm, đó LÀ hành hung.
- ***Sự an toàn của con quan trọng hơn là chuyện con có vi phạm điều lệ trong gia đình hay không:*** Bất kể hoàn cảnh ra làm sao, con có thể gọi để được chở về nhà bất cứ lúc nào – mà không bị tra vấn gì cả.

Trong MỖI mối quan hệ, con có quyền nói "Không", có quyền xin những gì con cần, tự quyết định lấy, tự tin mình, được người khác hiểu và quan tâm, được đối xử tốt.

Làm thế nào để giảm sự rủi ro bị hành hung trong khung cảnh xã giao:

- Khi bạn đi tới một party, đi với một nhóm bạn. Tới cùng một lúc, kiểm soá lẫn nhau, và cùng nhau đi về.
- Tập uống an toàn. Đừng để thức uống mà không canh chừng hay nhận chất uống từ một người mà bạn không quen hay tin.
- Đừng tin người nào bạn không biết rõ.
- Có phương cách để trông chừng. Đừng lo ngại cho bạn mình biết nếu có gì làm bạn cảm thấy không tự nhiên hay là bạn lo ngại cho sự an toàn của bạn hay bạn của bạn.
- Nếu có người mà bạn không quen biết hay tin, kêu bạn đi đâu một mình, trả lời là bạn muốn ở gần nhóm của bạn.
- Luôn luôn để ý tới môi trường xung quanh. Biết rõ mình ở đâu và có những ai gần mình có thể giúp bạn thoát ra một hoàn cảnh khó khăn.
- Đừng uống quá độ để mà có nhưững quyết định không tốt .

**Nên nhớ là những kẻ hiếp dâm quen biết, thường khuyến khích nạn nhân của họ "uống cho say" để họ tấn công dễ hơn.*

Hiếp Bởi Người Quen:

Kẻ hiếp dâm quen biết có thể là một người bạn mới quen hay có thể là một người bạn, nhưng luôn luôn là người làm tình với bạn nhưng không có sự chấp thuận của bạn.

Đa số những vụ hiếp bởi người quen, không được báo cáo – không bị phát giác bởi chính quyền. Nạn nhân có thể cảm thấy mắc cỡ hay sợ hãi vì nạn nhân tự ý ở gần hung thủ, vì vậy cô ta không đi cầu cứu.

Kẻ hiếp dâm không bị phát giác phạm tội hiếp dâm người quen nhưng không bao giờ bị báo cáo hay bị truy tố. Thường họ tiếp tục hành hung những người khác.

Kẻ Hiếp Dâm Không bị Phát Giác:

- Dùng rượu hay ma túy để làm nạn nhân dễ bị tấn công;
- Nhắm nạn nhận - thường là những người trẻ tuổi muốn làm bạn, hay chỉ muốn được "chấp nhận,"
- Dự trù sự tấn công;
- Đeo nạn nhân ra xa bạn bè hay đám đông;
- Dùng một mức vũ lực giới hạn, vừa đủ để kềm chế hay làm nạn nhân sợ hãi và bọ khuất phục;
- Dùng vũ khí tâm lý – quyền lực, sự kiểm soát, mưu mô và sự hăm dọa – để đi cùng với vũ lực;
- Gần như không dúng khí giới như là dao hay súng.

Nên nhớ, bạn không bao giờ có lỗi nếu bạn là người bị hành hung.

Montgomery County CFW Commission for Women