

CSAGA
CMRC

DV-32

Robert J. Ackerman, Ph.D.

BEFORE
IT'S TOO LATE

KHI CÒN CHƯA QUÁ MUỘN

Là phụ nữ bạn hãy tìm cách
tự giải thoát mình khỏi người chồng tội lỗi
khi còn chưa quá muộn



NHÀ XUẤT BẢN HẢI PHÒNG



CÔNG TY VĂN HÓA NHÂN VĂN

8-2-67

Robert G. Ackerman, Ph.D. & Susan E. Plekhanov
Trần Minh Nhật (Điền Điền)

KHI CÒN CHINA
QUAN MỌI ANO

La phụ nữ, bạn hãy tìm cách từ chối một mình
khỏi người chống lại lời nói của bạn

TRUNG TÂM TƯ VẤN VÀ THÔNG TIN TƯ LIỆU
VỀ BẢO TỰC GIỚI (CMRC)
Mã sách:.....

TRUNG TÂM TƯ VẤN VÀ THÔNG TIN TƯ LIỆU

LỜI GIỚI THIỆU

Có những phụ nữ có hoàn cảnh rất đáng thương. Trong những ngày hè ấm áp, đôi khi người ta vẫn thấy vẻ buồn tẻ, u ám trên gương mặt họ. Dưới những trang phục lộng lẫy và những nụ cười rạng rỡ nơi họ, ta như vẫn thấy một nỗi cô đơn đến tội nghiệp.

Rebecca harding davis

Biết rút lui đúng lúc chính là phản ứng tốt nhất đối với một tình huống xấu. Ngược lại, nếu người ta để quá lâu rồi mới rút lui khỏi tình huống ấy, mọi việc sẽ trở nên nguy hiểm. Rất nhiều phụ nữ phải trả giá cho sự trì hoãn này. Báo chí tràn ngập những tin tức về các vụ án, trong đó phụ nữ là nạn nhân của một ông chồng hung hăng khi hai bên không tìm được cơן giận dữ. Dĩ nhiên, khi ở trong những tình huống đó, người phụ nữ có thể nhờ đến sự giúp đỡ từ bên ngoài, nhưng điều này không đơn giản. Dứt bỏ một mối quan hệ bình thường đã là một chuyện khó khăn, dứt bỏ một mối quan hệ không thể kiểm soát nổi lại là một chuyện khó khăn hơn. Đôi khi điều này là không thể thực hiện được. Tuy nhiên, ngày nay nhiều phụ nữ đã bắt đầu nhận ra rằng có cách giải quyết khác cho những tình huống đó để thay đổi cuộc đời mình. Họ cũng nhận ra rằng sống trong sợ hãi chẳng khác gì không sống.

Các mối quan hệ xung đột hoặc kìm nén đều tạo ra những nỗi sợ hãi. Càng sợ hãi, ta càng khó có quyết định theo lý trí.

Khi một mối quan hệ đã vượt quá giới hạn căng thẳng, nó sẽ nhanh chóng xấu đi. Vợ chồng không còn tin tưởng nhau nữa, không thể dần cơn nóng giận nữa, những thái độ xấu của họ bắt đầu bộc lộ và họ bắt đầu tự chất vấn mình tại sao lại có mối ràng buộc này giữa biết bao nhiêu người khác trên đời.

Sống với một người hay lạm dụng với bạn và với người khác là một việc chẳng hay chút nào. Bạn không thể không có liên quan. Nếu bạn hoặc người bạn yêu đang bị xúc phạm về thân thể, tình dục, tình cảm hoặc tâm linh trong một mối quan hệ nào đó, hãy để cuốn sách này giúp bạn.

Không phải người phụ nữ bị lạm dụng nào cũng phản ứng như nhau. Chúng ta biết rằng nhiều phụ nữ bị lạm dụng cố tìm cách riêng của mình để giải quyết tình huống. Họ nhờ đến gia đình và bạn bè hoặc giao phó cho những người trung gian. Thế rồi họ vẫn cảm thấy chẳng có chút tiến triển nào và cũng chẳng còn hy vọng nào để mối quan hệ bình thường lại như xưa.

Chúng ta biết rằng nếu một người phụ nữ không thể tìm được sự giúp đỡ và tình trạng tồi tệ vẫn còn đó, còn có chiều hướng ngày càng xấu đi, người phụ nữ bắt đầu cảm thấy hoàn toàn vô vọng. Việc không biết phải làm gì để đối phó với nạn lạm dụng và để trở lại cuộc sống như trước kia có thể sẽ là điều không thể tránh được. Điều này đặc biệt đúng đối với những phụ nữ đang ở trong hoàn cảnh bị lạm dụng từ nhiều tình huống trong cuộc sống hằng ngày. Những người này thường phải chung sống với một người nghiện rượu, do đó, lạm dụng càng dễ bùng phát hơn.

Thật không may, sự lạm dụng rượu và lạm dụng đối với phụ nữ thường có mối tương quan với nhau. Tuy nhiên, bản chất

của mối quan hệ giữa hai việc này hiếm khi được nhận diện. Việc nào là nguyên nhân và việc nào là kết quả? Cả hai hành vi này có chung một nguồn gốc hay không? Cho dù câu trả lời là gì đi nữa, chúng ta đều biết rõ hai điều: thứ nhất: hai dạng lạm dụng này rất thường hay đi chung với nhau, thứ hai: nhiều phụ nữ đang phải khổ đau gánh chịu hậu quả của chúng.

Trong phạm vi cuốn sách này, chúng tôi sẽ cung cấp cho quý độc giả một cái nhìn độc đáo về mối tương quan tai hại giữa việc lạm dụng rượu và lạm dụng người bạn đời. Chúng tôi sẽ phân tích từng loại thông tin mà người bị lạm dụng phải có, không chỉ về việc lạm dụng vợ (chồng) mà còn về việc lạm dụng rượu. Chúng tôi sẽ đưa ra đề nghị một giải pháp kết hợp cho những nạn nhân của cả hai nạn lạm dụng trên. Nạn nhân của việc lạm dụng vợ (chồng) cũng giống như nạn nhân của việc lạm dụng rượu. Cả hai nạn nhân của việc lạm dụng trên cần phải được phục hồi một cuộc sống an toàn về mặt tình cảm hơn cũng như không còn phải bị ảnh hưởng bởi sự ruồng bỏ, sợ hãi, buồn nản. Họ cũng không phải gặp nguy hiểm về thể xác, không còn phải cảm thấy tự ti, tội lỗi, giận dữ và tuyệt vọng.

Chúng tôi sẽ đưa ra một phương pháp kết hợp kinh nghiệm của chúng tôi trong của hai lĩnh vực nhằm đi đến một mục tiêu là giúp người phụ nữ bị lạm dụng trở lại cuộc sống bình thường. Susan đã có trên 15 năm làm việc với những phụ nữ bị lạm dụng trong vai trò nhà tham vấn và điều hành một nhóm bảo vệ phụ nữ. Robert có 20 năm kinh nghiệm trong lĩnh vực nghiên cứu tác hại cả rượu, đặc biệt đối với gia đình. Xuyên suốt cuốn sách này là nhiều tình huống có thật nói lên sự cần thiết phải kết hợp hai vấn đề lạm dụng phụ nữ và lạm dụng rượu. Chúng tôi hy vọng rằng sau khi đọc

những trang sách này, những phụ nữ bị lạm dụng sẽ ngộ ra vấn đề cũng như có cách giải quyết và giành được cho mình quyền được phát triển, được an toàn, được sống lành mạnh và có được động lực để trở lại cuộc sống bình thường.

Susan pickering

Robert ackerman

CHƯƠNG I

NHỮNG MỐI QUAN HỆ LẠM DỤNG

Trước khi một điều bí mật được tiết lộ, ta đã có thể cảm thấy bầu không khí nặng nề của nó.

Susan Griffin

Cathy lớn lên trong một gia đình có sự lạm dụng. Ngày nay, cô đã có chồng và ba đứa con. Chồng của Cathy là một người rất chuyên quyền và hay ghen, anh ta hay lạm dụng Cathy mặc dù luôn hứa rằng sẽ sửa đổi.

Lần đầu tiên bị anh ấy lạm dụng, tôi đã biết rằng việc này sẽ còn xảy ra. Tuy nhiên, trái tim tôi muốn tôi tin rằng anh ấy sẽ không bao giờ làm tổn thương tôi nữa. Tôi yêu anh ấy! Lần đầu tiên đó xảy ra vào dịp Giáng sinh. Lúc đó tôi mới nghỉ làm. Chúng tôi đi chơi với mẹ, cha dượng tôi và Jack, con trai riêng của ông ấy. Lúc đầu mọi việc đều diễn ra êm đẹp. Rồi tôi nhìn thấy một người bạn cũ của hai đứa tôi (chồng tôi không ưa anh này) nên tôi bước đến hỏi thăm anh ta. Khi tôi quay lại, chồng tôi bảo rằng anh ấy phải đi và để mặc tôi ở đó. Tôi rất buồn và xấu hổ với mọi người. Vì sao anh ấy làm như thế? Jack đưa tôi về nhà. Stan, chồng tôi, đang đợi ở nhà.

Chúng tôi bắt đầu gây gỗ, rồi tôi bực bội lấy chìa khóa và bước đến định mở cửa. Nhưng anh ấy đã túm lấy tôi, giằng xâu chìa khóa và bóp chặt mấy ngón tay của tôi. Anh ấy vát xâu chìa khóa vào phòng và túm lấy cổ tôi rồi ném tôi vào

cây thông Noel. Tôi ngã dúi dụi xuống sàn nhà nhưng anh ấy vẫn tiếp tục lao tới bóp cổ và đập đầu tôi xuống nền nhà. Lúc đó tôi gần như tắt thở.

Rồi bỗng dưng anh ấy bỏ đi vào bếp, chẳng nói năng gì nữa, đầu cúi xuống. Tôi nằm trên sàn nhà đến mấy phút sau, lúc đó tôi vô cùng sợ hãi. Trước đây, tôi chưa từng thấy anh ấy như thế. Anh ấy đã hành xử như một người điên.

Lúc đầu, tôi nghĩ anh ấy sắp giết tôi. Đó là một ý nghĩ lạnh xương sống. Tôi ngồi trên chiếc ghế nệm và khóc, người run bần bật. Anh ấy bước đến và ngồi xuống bên cạnh tôi. Khi anh ấy chạm vào tôi, tôi giật nảy người và lùi lại.

Anh ấy bắt đầu khóc lóc và nói rằng anh ấy yêu tôi và không muốn mất tôi. Stan nói xin lỗi về chuyện vừa xảy ra. Tôi cảm thấy rất tổn thương nhưng cũng thấy có lỗi với anh ấy. Tôi biết anh ấy yêu tôi và không cố ý làm như vậy, tôi tin khi Stan hứa chuyện đó sẽ không xảy ra nữa. Lúc đó tôi rất muốn tin lời anh ấy.

Tháng Bảy năm sau, tôi được nghỉ phép. Tôi bảo Stan xin nghỉ một ngày để đi nghỉ cùng nhau. Anh ấy nhìn tôi và cười lớn rồi hỏi: “Nghỉ à? Để làm gì?”. Tôi hết thấy yêu anh từ ngày hôm đó. Tôi vào nhà và khóc. Tôi có cảm giác như tôi chẳng có ý nghĩa gì và chẳng còn quan trọng để anh ấy xin nghỉ một ngày. Anh ấy luôn đặt công việc lên trước tôi, tôi chỉ là thứ anh ấy quan tâm cuối cùng. Kể từ đó, chúng tôi chẳng còn hòa hợp về điều gì cả.

Lần thứ hai còn đáng sợ hơn. Chúng tôi đi dự tiệc ở nhà người chị. Lúc đó tôi biết sẽ có chuyện xảy ra. Chồng tôi nhắc nhở tôi bằng một lời nói rất khó nghe. Tôi rất buồn mặc dù chưa tới dự tiệc.

Khi chúng tôi đến đó, tôi lui vào một góc và ngồi xuống. Lúc đó tôi rất lo, tôi sợ anh ấy sẽ nổi điên lên. Anh ấy cũng

chẳng nói gì với tôi. Rồi anh ấy bước đến và chúng tôi nhảy. Suốt buổi tiệc ấy tôi chỉ nhảy với anh ấy và chẳng dám nói chuyện với một người khác phái nào khác vì sợ Stan sẽ nổi khùng lên.

Lúc ra về, Stan đã say và tôi định lái xe. Ai cũng cho rằng như vậy là đúng nên anh ấy đưa chìa khóa cho tôi. Khi đã ngồi vào xe, anh ấy hét vào mặt tôi: “Cô nghĩ là cô giỏi lắm sao? Há? Cô cho tôi là thằng ngu sao?” Tôi cứ im lặng mà lái xe.

Anh ta cứ tiếp tục lái nhải trên suốt đường về nhà và tôi biết sắp có chuyện xảy ra. Về tới nhà, tôi nhảy ra khỏi xe và chạy nhanh vào trong. Anh ấy chạy nhanh hơn đến đứng trước mái hiên và vật tôi xuống rồi cắn vào môi tôi. Ôi! Sao mà đau đến thế? Anh ấy đẩy tôi vào cửa và đè lên tôi. Trời ơi! Sao anh ấy cứ đè tôi mà chẳng chịu dừng?

Con gái tôi thức dậy và tôi gào lên: “Con dậy kìa!”. Anh ấy đẩy tôi ngã lên Deana và nằm đè lên hai chúng tôi. Lúc đó tôi nghe con khóc thét: “Mẹ, mẹ đè con đau quá.” Tôi đập anh ta ra và tung một quả đấm vào anh ta với tất cả sức mạnh của mình. Tôi rất giận dữ vì anh ta đã làm Deana đau. Sau đó, anh ta bắt đầu đánh tôi.

Tôi chạy đến điện thoại nhưng anh ta đã nhanh tay chộp lấy và đập nó tan tành. Anh ta khuyu xuống và khóc. Tôi cứ đứng đó nhìn anh ta khóc lóc van xin tôi đừng bỏ đi. Tôi cảm thấy tội nghiệp cho anh ta nhưng tôi cũng thấy hận vì anh ta đã đối xử với tôi như thế. Tôi rất bối rối không biết phải làm sao. Anh ấy xin tôi ở lại và nói rằng anh ấy yêu tôi và sẽ không làm như thế nữa. Không biết đây là lần thứ bao nhiêu anh ấy nói yêu tôi kiểu này.

Tôi không biết phải làm sao. Tôi không có nơi nào để đi và thực sự tôi cũng chẳng muốn bỏ ngôi nhà này. Tôi hỏi tại