

What men can do

Nam giới có thể làm gì



Để chấm dứt nạn bạo hành phụ nữ mà nam giới là thủ phạm, phải thay đổi thái độ và cách cư xử – việc này sẽ mất thời gian.

Dưới đây là một số điều thiết thực nam giới có thể thực hiện mỗi ngày để giúp chấm dứt nạn bạo hành phụ nữ mà nam giới là thủ phạm:



LẮNG NGHE

Hỏi một phụ nữ, người đặt niềm tin vào quý vị, xem nạn bạo hành và ngược đãi và ảnh hưởng thế nào đến cuộc sống của cô ấy. Nếu chị ấy có thể thổ lộ tâm tư, quý vị hãy lắng nghe và học hỏi từ trải nghiệm của chị ấy. Những phụ nữ đã sống sót hoặc đang bị nạn bạo hành và ngược đãi sẽ cho chúng ta thông tin và trải nghiệm giá trị.



TÌM HIỂU NẠN BẠO HÀNH

Nhiều người cho rằng bạo hành thường hay xảy ra ở chốn công cộng và do người lạ gây ra, nhưng trên thực tế phụ nữ dễ bị bạo hành ngay trong chính căn nhà của họ mà thủ phạm là những người phái nam họ quen biết. Hãy truy cập trang mạng White Ribbon (Ruy-băng Trắng) để tìm hiểu thêm thông tin. Xem tin tức trên báo chí, đọc các bài viết về chủ đề này và tìm kiếm thông tin sẽ giúp quý vị hiểu nạn bạo hành và ngược đãi tác động ra sao tới phụ nữ và cộng đồng.



TÌM HIỂU TẠI SAO MỘT SỐ NGƯỜI PHÁI NAM LẠI BẠO ĐỘNG

Bình thường tự nhiên nam giới không có tính bạo động. Cách cư xử bạo động và ngược đãi là thói tật họ bị tiêm nhiễm. Đối với họ, bạo hành là cách thể hiện nam tính. Đây là cách cư xử cố ý để nắm quyền lực và quyền kiểm soát.



XÂY DỰNG MỐI QUAN HỆ TÔN TRỌNG VỚI PHỤ NỮ

Hãy nêu gương cho người phái nam khác: đối xử tôn trọng và bình đẳng với phụ nữ. Để ý rằng ngôn ngữ cũng như hành động có thể phản ánh sự thiếu tôn trọng và ngược đãi. Mối quan hệ lành mạnh giúp tạo sự bình đẳng nam nữ. Bày tỏ thẳng thắn cảm xúc của quý vị một cách ôn hòa, ví dụ như tỏ lòng tri ơn của quý vị với người bạn đời hoặc sử dụng ngôn từ chừng mực và nghĩ suy cẩn kễ khi có bất đồng hoặc tranh cãi.



HÃY ĐEO RUY-BĂNG HAY VÒNG ĐEO TAY MÀU TRẮNG

Chúng ta có thể tạo ra thay đổi. Hãy đeo ruy-băng hoặc vòng đeo tay màu trắng để thể hiện rằng tôi cam kết chấm dứt nạn bạo hành phụ nữ mà nam giới là thủ phạm. Đây là điểm khởi đầu để bắt chuyện với bạn bè, thân nhân và đồng nghiệp về nạn bạo hành phụ nữ mà nam giới là thủ phạm. Hãy hãnh diện khi mình tranh đấu, dám nói và dám làm hòng ngăn chặn nạn bạo hành phụ nữ mà nam giới là thủ phạm.



PHẢN ĐỐI NGÔN TỪ VÀ CHUYỆN CHÂM BIẾN CỔ XÚY TRỌNG NAM KHINH NỮ

Ngôn từ và chuyện châm biếm cổ xúy trọng nam khinh nữ gây ấn tượng rằng phụ nữ lệ thuộc vào nam giới và coi họ là “đồ vật”, và nhằm mục đích hợp pháp hóa nạn bạo hành phụ nữ. Chúng là một phần của vấn đề ngược đãi nhằm mục đích hạ thấp phẩm giá phụ nữ, có nghĩa là phụ nữ bị xem như vật sở hữu. Hãy vạch rõ điểm này ra khi quý vị nghe những lời hay câu chuyện cười phân biệt giới tính và khuyến khích người khác tôn trọng phụ nữ.



TÌM BẰNG CHỨNG VÀ PHẢN ĐỐI NẠN SÁCH NHIỀU TÌNH DỤC VÀ BẠO LỰC TÌNH DỤC

Những lời nói và cách cư xử sàm sỡ phản ánh sự bất bình đẳng về quyền lực giữa nam và nữ. Hãy phản đối vấn đề quấy rối tình dục bằng cách ủng hộ các sáng kiến để tạo ra môi trường tôn trọng và lành mạnh.



HÀNH ĐỘNG NẾU QUÝ VỊ THẤY NẠN BẠO HÀNH XẢY RA

Gọi cảnh sát – đừng bao giờ cho rằng người khác đã gọi cảnh sát rồi. Quý vị phải hành động để chấm dứt nạn bạo hành, nhưng chính quý vị không nên sử dụng bạo lực hoặc đặt mình vào tình thế nguy hiểm. Đừng giữ im lặng: hãy tranh đấu, dám nói và dám làm để ngăn chặn nạn bạo hành phụ nữ mà nam giới là thủ phạm.



ỦNG HỘ CÁC CHƯƠNG TRÌNH VÀ DỊCH VỤ TRỢ GIÚP DÀNH CHO PHỤ NỮ TRONG VÙNG

Nơi tạm lánh dành cho phụ nữ, trung tâm trợ giúp nạn nhân bị hiếp dâm, dịch vụ tư vấn và dịch vụ pháp lý, trợ giúp phụ nữ bị bạo hành và là điều rất quan trọng để phụ nữ thoát khỏi cảnh bạo hành. Những dịch vụ này cần được trợ giúp và ủng hộ về tài chính.



RÀ SOÁT LẠI CÁCH CƯ XỬ CỦA CHÍNH MÌNH

Nếu đã sử dụng vũ lực với phụ nữ, xâm hại tình dục, hăm dọa hoặc tìm cách kiểm soát cuộc sống của họ, quý vị hãy nhờ giúp đỡ ngay hôm nay. Đừng đợi cho đến khi nó xảy ra lần nữa. Hãy gọi cho Mensline qua số 1300 78 99 78 để được trợ giúp và tư vấn.



NÊU GƯƠNG

Hãy nêu gương cho những người phái nam khác, phụ nữ và trẻ em. Hãy nói cho họ rằng bạo hành là điều không thể chấp nhận được và hãy nói về cách kiểm chế những cảm xúc tiêu cực có thể gây ra xung đột và bạo hành.



QUÝ VỊ CÓ THỂ THAM GIA VÀO WHITE RIBBON (RUY-BĂNG TRẮNG)

White Ribbon (Ruy-băng Trắng) là phong trào xã hội toàn cầu nhằm chấm dứt nạn bạo hành phụ nữ mà nam giới là thủ phạm. Quý vị có thể tham gia bằng rất nhiều cách: tổ chức sự kiện White Ribbon, trở thành Sứ giả hoặc thiện nguyện viên. Truy cập trang mạng của chúng tôi để biết thêm ý tưởng.

Trích Kaufman, M. (2000). *The White Ribbon Campaign: breaking men's silence to end men's violence – statement of principles*.

Michael Kaufman. Truy cập từ: <http://www.michaelkaufman.com/2000/the-white-ribbon-campaign-breaking-mens-silence-to-end-mens-violence-statement-of-principles/>