

Can Thiệp Sự Khủng Hoảng Khi Mang Thai

... cho người mới bắt đầu.

**Biết phải làm gì và nói gì
khi cần thiết nhất.**

John Ensor

Can Thiệp Sự Khủng Hoảng Khi Mang Thai - cho người mới bắt đầu

Làm gì và nói gì lúc quan trọng nhất

Trong lĩnh vực tâm vấn, có một dạng tâm vấn đặc biệt gọi là **Tâm vấn về khủng hoảng**. Dạng tâm vấn này dành cho những người đã nếm trải những sự kiện tổn thương như động đất, quấy rối tình dục, ám sát hoặc tự tử. Người tâm vấn viên sẽ đánh giá khủng hoảng, tạo một kế hoạch để can thiệp và theo dõi tình hình cho đến khi người đó có thể có khả năng giải quyết vấn đề bình thường. Những nguyên tắc chung dưới đây sẽ giúp bạn đáp lại với khủng hoảng phổ biến nhất mà người ta đang chịu đựng hiện nay: **khủng hoảng liên quan đến việc mang thai**. Dù với ít kinh nghiệm hoặc chưa có, bạn cũng có thể mạnh dạn đề can thiệp.

1. **Bày tỏ tình yêu thương, thực hành, và nói lên sự thật.**

Hãy bắt đầu với một vài ghi nhớ, bắt đầu với những luận điểm đơn giản...

- a. Tuân theo nguyên tắc vàng: giúp cho cô ấy hoặc cặp đôi ấy, việc mà bạn sẽ muốn ai đó làm cho bạn nếu bạn trong trường hợp đó. Xem Mat. 7:12.
- b. Noi theo gương người Sa-ma-ri nhân lành: làm bất cứ việc gì phải làm để thực hành việc ngăn chặn sự chết. Luca 10: 28-37.
- c. Theo lời khuyên “Hãy nói thật trong tình yêu thương.” Xem Ê-ph. 4:25

2. **Thấu hiểu phụ nữ đang mang thai gặp khủng hoảng.** *Dưới đây sẽ giúp vài cách cụ thể để biết những người nữ đang mang thai bày tỏ sự khủng hoảng của cô ấy.*

Cô ấy đang ...

- 1) Sợ hãi
- 2) Chịu sức ép
- 3) Thấy việc mang thai như đang đe dọa cuộc sống của cô ấy. Ví dụ: bà Gloria Steinem nói: “*Nó làm cho tôi sống cuộc đời tôi. Ý tôi là tôi sẽ không thể sống cuộc đời tôi nếu làm khác đi.*” (11/5/15 LifeNews.com).
- 4) Tìm kiếm sự nhẹ nhõm nhanh chóng
- 5) Có hai lối suy nghĩ (muốn/không muốn phá thai) nghe hai tiếng nói (làm đi/đừng làm như vậy)
- 6) Cảm thấy cô đơn
- 7) Không có hi vọng

3. **Hiểu bạn là ai trong quá trình can thiệp đó.** *Điều này rất quan trọng khi dựa vào sự khủng hoảng của người khác để không tạo nên sự khủng hoảng trong chính bạn. Nhớ nhé,*

Bạn là...

- 1) Cơ đốc nhân, nên bạn tiếp cận với tình yêu thương.
- 2) Hàng xóm, thì bạn dùng cách tiếp cận thực tiễn
- 3) Người giải cứu, thì bạn ngừng lại mọi việc để giúp đỡ
- 4) Người tâm vấn, thì bạn giúp cô ấy hiểu (tình thương, sự lựa chọn)
- 5) Người làm chứng, thì bạn phó mọi sự lên tay Chúa.
- 6) Bạn không phải là Đấng Cứu Rỗi: hãy làm việc chăm chỉ để cứu người nhưng nhớ rằng, Chúa sẽ ban cho kết quả. Sứ đồ Phao-lô nói: “*Đối với người yếu kém tôi trở nên yếu kém để chinh phục họ. Tôi trở nên mọi sự cho mọi người để bằng mọi cách cứu rỗi một vài người.*” 1 Cor. 9:22
- 7) Bạn không được nóng tính.
- 8) Bạn không phải đang sửa chữa quá khứ, hoặc chuộc lỗi vì quá khứ. Bạn đang giúp đỡ cô ấy.

Khi đến gặp cô ấy

Phản ứng khôn ngoan với sự khủng hoảng khi mang thai của cô ấy cùng những mục đích rõ ràng.

<p>1. Cô ấy đang sợ hãi. Cô ấy chưa từng sợ hãi và mất hết hi vọng như lúc này.</p>	<p>→ Thì bạn phải là người bình tĩnh, tự tin, và đảm bảo tựa an toàn. Hãy làm giảm nỗi sợ của cô ấy và tăng niềm hi vọng cho cô ấy. Từ từ giúp cô ấy thấy được con đường phía trước.</p>
<p>2. Cô ấy đang bị sức ép phải đi phá thai. Trong tình huống của cô ấy, gia đình và bạn bè đang tạo áp lực để cô ấy đi phá thai.</p>	<p>→ Bạn đưa cho cô ấy một lý do để không phá thai – Thai nhi là một con người vô tội! Có các lý do khác bao gồm cả thể chất, cảm xúc tinh thần của cô, nhưng chúng chỉ là thứ yếu bởi <u>lý do chính nhất - đứa trẻ là con người - nó là con của cô ấy!</u> Nói sự thật đó trong tình yêu thương về tính người của đứa trẻ chưa ra đời đó. Sự thật có quyền năng. Dạy cho cô ấy dựa trên sinh học, các rủi ro về nạo phá thai và những lựa chọn khác. Giúp cô ấy nghĩ về những sự thật quan trọng đó.</p>
<p>3. Cô ấy muốn nhẹ nhõm nhanh chóng. Cô ấy muốn vấn đề này qua đi nhanh chóng, cô ấy đang hoảng loạn, không muốn suy nghĩ nữa. Muốn thực hiện nhanh chóng</p>	<p>→ Bạn sẽ phải giúp cô ấy bình tĩnh và giúp cô ấy từ từ suy nghĩ thật rõ ràng.</p>
<p>4. Cô ấy thấy việc mang thai đe dọa cuộc sống của cô ấy.</p>	<p>→ Bạn sẽ phải giúp cô ấy nhìn thấy con đường cho cả hai. Có những lựa chọn như làm mẹ hoặc gửi ở trung tâm nhận nuôi. Hoặc lựa chọn khác. Có những lựa chọn khác nữa như cho con nuôi- ở nơi cần hoặc không cần đăng ký.</p>
<p>5. Cô ấy có hai luồng suy nghĩ, nghe hai giọng nói. Cô ấy muốn và cũng không muốn phá thai cùng một lúc.</p>	<p>→ Bạn sẽ giúp cô ấy hiểu tại sao cô ấy lại cảm thấy mâu thuẫn như vậy. Bạn sẽ giúp cô ấy lắng nghe tiếng nói nhỏ nhẹ của lương tâm cô ấy (nghe tiếng lòng của cô ấy). Hãy phóng to tiếng nói nhỏ nhẹ của tâm lòng và lương tâm trong chính cô.</p>
<p>6. Cô ấy cảm thấy cô đơn. Thậm chí cả việc cô ấy biết nạo phá thai là sai lầm, nhưng cô ấy cảm thấy chẳng có sự giúp đỡ vào và đơn độc</p>	<p>→ Bạn hứa giúp đỡ cô ấy qua việc này. Bạn sẽ ở bên cạnh cô ấy cho dù có chuyện gì đi nữa. Đảm bảo với cô ấy là cô ấy không cô đơn - bạn sẽ giúp đỡ cô ấy lúc này và cả những tháng tiếp theo nữa</p>
<p>7. Cô ấy cảm thấy mất hết hi vọng</p>	<p>→ Bạn sẽ tăng lòng tin cho cô ấy. Mọi chuyện sẽ hoàn thành</p>

Hiểu rõ việc can thiệp sự khủng hoảng khi mang thai là một quá trình

Một cách để lập bản đồ các giai đoạn và những điểm dịch chuyển trong tâm vấn khủng hoảng mang thai. Hoặc Nhiệm vụ của bạn là:

1) Lắng nghe/tin cậy.

Chào đón cô, đảm bảo cô rằng bạn ở đó để giúp đỡ. Hỏi nhiều câu hỏi, hiểu rõ cô thấy về khung khoảng cô ấy đang chịu đựng như thế nào, tạo những ghi chú về mặt tinh thần.

2) Xác định/ mở rộng – Những sợ hãi, những mâu thuẫn, và các mối bận tâm của cô ấy.

Hỏi những câu hỏi để làm rõ những mâu thuẫn về nạo phá thai, giúp cô ấy nói ra vì sao cô ấy lại có trạng thái mâu thuẫn như thế. Chỉ cho cô ấy nguyên nhân những mối bận tâm cô ấy lại chú trọng như vậy. Giải thích về mặt tâm lý những ảnh hưởng sau khi phá thai (Cảm thấy tội lỗi, nổi đau, trầm cảm...). Cô ấy đang chọn lựa giết một người vô tội - là đứa con trai/con gái của chính cô ấy!

3) Khẳng định/cung cấp thông tin

Cung cấp que thử thai, xác minh siêu âm nếu có thể và dạy cho cô ấy/cặp đôi về sự phát triển của thai nhi, thủ tục phá thai và rủi ro về nạo phá thai, và những lựa chọn khác như cho nhận nuôi.

4) Chỉ dẫn/thỉnh cầu

Đừng phá thai! Hãy giữ đứa con của bạn sống và sinh nó ra. Bạn có thể làm việc đó! Bạn có thể nói không cho người khác. Hãy nghe trái tim của mình. (*"Hôm nay tôi kêu gọi trời đất làm chứng cho tôi rằng tôi đã mời anh chị em lựa chọn giữa sự sống hoặc sự chết, giữa phước lành hoặc rửa sả. Hãy chọn sự sống, để anh chị em và con cháu anh chị em được sống."* Deut. 30:19).

5) Giải quyết vấn đề/kế hoạch

Xác định những vấn đề trước mắt và đối mặt với nó bằng một kế hoạch. Ví dụ;

"Tôi muốn đưa bé, nhưng mẹ tôi muốn phá thai." Bạn sẽ cần đưa mẹ đến gặp chúng tôi và chúng tôi sẽ nói chuyện như chúng tôi nói chuyện với bạn. Hoặc,

"Tôi biết tôi có thể nghỉ học một năm đại học, nhưng bố mẹ tôi sẽ bỏ tôi - họ sẽ không hỗ trợ tài chính cho tôi nữa. Tôi sẽ trả tiền thuê phòng và sống như thế nào đây?" Hãy để chúng tôi giúp bạn về phí thuê phòng trong những tháng bạn cần nó, và hãy tin tưởng rằng bố mẹ bạn sẽ chấp nhận bạn và con của bạn và sẽ giúp đỡ. Tôi chắc chắn trái tim của mẹ bạn sẽ được động chạm khi thấy cháu của bà.

6) Trao quyền/hứa

Hãy hứa giúp đỡ và lập kế hoạch một hoặc hai ngày tiếp theo, tặng những tài liệu để đọc, số điện thoại, kế hoạch hẹn lần sau.

7) Tiếp tục theo dõi/ hướng dẫn

Hãy giữ liên lạc với cô ấy cho đến khi cảm giác khủng hoảng của cô ấy đã được giải quyết và cô ấy có thể giải quyết vấn đề bình thường trở lại. Giữ mọi thứ cá nhân. Mọi quan hệ bạn bè có năng lực cứu sống sinh mạng con người.

Hãy nói và làm trong khả năng của bạn giúp cô ấy giảm sợ hãi và tăng niềm tin rằng sinh con và nuôi dạy con hoặc cho người khác dạy nuôi nó là điều ước muốn của Chúa và mặc dù lúc này sẽ khó khăn, nhưng sẽ dẫn đến bình an và hạnh phúc sau cùng.

Mười câu hỏi hướng dẫn người mới can thiệp sự khủng hoảng khi mang thai.

Nếu bạn lo lắng bạn có thể nói hay làm sai, thì bạn có thể dựa vào các câu hỏi dưới đây đối với các mẹ mang thai hay các cặp đôi. Bạn sẽ giúp cô ấy rất tốt đấy.

1. Làm sao bạn biết bạn có thai? Bạn đã thử thai ở một bệnh viện uy tín à?
2. Bạn chậm kinh bao lâu rồi? Lần cuối cùng hành kinh là khi nào?
3. Bạn có biết khả năng sống của thai nhi thế nào không? Bạn có siêu âm xác minh thai nhi khỏe mạnh và không có dấu hiệu sắp sảy thai không?
4. Bạn sợ hãi điều gì khi mang thai vào lúc này?
5. Theo niềm tin/giá trị của bạn thì bạn hiểu về việc mang thai như thế nào? Chúa ở đâu trong quyết định này? Trước đây, bạn cảm thấy như thế nào về nạo phá thai?
6. Bạn đã từng mang thai chưa? Điều gì xảy ra mỗi lần mang thai?
7. Bạn biết gì về sự phát triển của thai nhi?
8. Bạn biết gì về nạo phá thai và nó được diễn ra như thế nào không?
9. Bạn biết về rủi ro và biến chứng của nó không?
10. Số điện thoại của bạn là gì? Tôi sẽ giữ liên lạc với bạn trong khi bạn bị gặp khủng hoảng này nhé.

Hãy nhớ rằng

Cô ấy...

là đầy sợ hãi

là dưới sức ép

muốn giải quyết vấn đề một cách nhanh chóng

có hai luồng suy nghĩ – cô ấy muốn và không muốn phá thai cùng một lúc.

cảm thấy một mình.

Nhiệm vụ của bạn là...

giảm nỗi sợ hãi của cô ấy... tăng hi vọng cho cô.

nói sự thật trong tình yêu thương... *‘đó là một em bé sẽ bị giết.’*

giúp cô ấy bình tĩnh lại và suy ngẫm.

giúp cô ấy nghe tiếng nói của trái tim/lương tâm

hứa giúp đỡ cô ấy... cô ấy không cô độc.

Khi bạn gặp một cô gái đang mang thai và đang bị khủng hoảng, làm thế nào giúp cô ấy bởi nó không rõ ràng như khi bạn thấy một người đang chảy máu và sắp chết. Hãy bắt đầu hiểu cô ấy là ai và cô ấy đang cảm chịu đựng điều gì. Cầu nguyện và xin Chúa giúp đỡ. Tiếp theo giải quyết từng vấn đề trong các cách khẳng định thai nhi là sự sống.

Cần giúp đỡ? Liên hệ chúng tôi:

Hotline: 034-2244-820

Email: baovemamsong@gmail.com

Web: www.baovemamsong.org