



# Quý Vị

## Có thể ngăn ngừa lạm dụng trẻ em



Hội Đồng Chống Lạm Dụng Trẻ Em của Cộng Đồng Los Angeles  
www.lachildabusecouncils.org

Vietnamese

### Cách Cư Xử Tốt Hàng Ngày Đối Với Trẻ Em

Chủ Nhật	Thứ Hai	Thứ Ba	Thứ Tư	Thứ Năm	Thứ Sáu	Thứ Bảy
Kể/Đọc một câu chuyện cho trẻ	Khen ngợi và khuyến khích trẻ	Khởi Đầu Một Bữa Ăn Truyền Thống: Bữa Ăn Tối Đầy Dinh Dưỡng vào Thứ Ba	Lắng nghe những câu chuyện và ước mơ của con. Việc này giúp tạo nên lòng tự trọng.	Ca ngợi con về những gì chúng đang làm tốt	Cùng hát một bài hát với con	Cùng tô màu một bức tranh đặc biệt với con. Gắn tranh lên tủ lạnh.
Cả gia đình cùng tập thể dục hay chơi thể thao với nhau	Dành thời gian mỗi ngày để tập trung hoàn toàn vào con cái	Tự nguyện coi con cho một cặp phụ huynh cần được	Để con tình cờ nghe được quý vị kể với ai đó về sự giỏi giang của	Đưa con đi sở thú/ viện bảo tàng	Giúp con lựa ra đồ chơi cũ để đem cho	Cùng chơi trò chơi yêu thích của con
Cùng nấu ăn với con rồi mang biếu láng giềng/ bạn bè của quý vị.	Thể hiện tình thương với con (ôm chặt, vỗ tay 5 ngón – high-5)	Mở radio lên và khiêu vũ cùng với nhau	Nghỉ ngơi yên tĩnh để chăm sóc chính bạn	Đưa trẻ đi thăm sở cứu hỏa/thư viện	Hôm nay, hãy ôm tất cả mọi người trong gia đình	Cả nhà cùng đi bộ
Hãy dạy cho con những lời phát biểu để mô tả cảm xúc của nó	Thuê một phim gia đình về cùng nhau xem và ăn bắp rang	Tham dự một buổi hội thảo về nuôi dạy con	Tìm hiểu cách nào, khi nào, và điều gì cần báo cáo khi nghi ngờ có lạm dụng trẻ em	Hỏi con chuyện tốt đẹp nhất trong ngày của chúng là gì	Nói với con cái rằng “Bố/mẹ yêu con”	Đưa gia đình đến công viên để tổ chức bữa ăn ngoài trời
Cả gia đình ăn tối với nhau vào ngày Chủ nhật.	Hỏi con về môn học yêu thích của chúng ở trường	Dự tính chuyện đi chơi/hoạt động cùng với một gia đình khác	Tìm dịp thăm viếng láng giềng/ gia đình ở cạnh nhà	Đưa con đến thư viện và mượn một cuốn sách đặc biệt.	Biến đêm thứ Sáu thành Đêm Của Gia Đình!	Giúp con gửi thư, tranh, hoặc thiệp đến người mà chúng cảm kích



#### Danh sách các từ ngữ cảm xúc và cảm nghĩ:

Sợ hãi Buồn bã Vui vẻ Ngạc nhiên Giận dữ Lo âu Ghen tị  
 Hân hoan Bực bội Nóng nảy Mệt mỏi Hạnh diện Bối rối  
 Lo lắng Hoảng sợ E ngại Chán nản Gắt gỏng Bồn chồn  
 Hớn hờ Cô đơn Yêu thương Lúng túng Có lỗi Nhút nhát  
 Ngụ ngốc Tò mò và các từ ngữ của chính quý vị ...



## Năm Yếu Tố Bảo Vệ

Năm Yếu Tố Bảo Vệ là nền tảng của phương pháp Tăng cường Gia Đình. Nghiên cứu mở rộng hỗ trợ cho khái niệm thông thường có nghĩa là khi các Yếu Tố Bảo Vệ hiện diện và mạnh mẽ trong gia đình, khả năng lạm dụng và bỏ bê trẻ sẽ giảm.

Khả năng phục hồi của cha mẹ : Khả năng đối phó và phục hồi lại sau những thử thách.

Mối quan hệ xã hội : Bạn bè, các thành viên trong gia đình, láng giềng, và các thành viên khác trong cộng đồng mà đem đến sự hỗ trợ tinh thần và các trợ giúp cụ thể cho các bậc cha mẹ.

Kiến thức về nuôi dạy con cái và sự phát triển của trẻ : Thông tin chính xác về nuôi dạy con nhỏ và sự kỳ vọng phù hợp về hành vi của trẻ.

Sự hỗ trợ thiết thực khi cần : Sự bảo đảm tài chính để trang trải các chi tiêu hàng ngày và các chi phí bất ngờ thỉnh thoảng xảy ra, tiếp cận với các hỗ trợ chính thức như TANF và Medicaid, và hỗ trợ không chính thức từ các mạng lưới xã hội.

Phát triển tình cảm và giao du cho trẻ : Khả năng giao tiếp tích cực của trẻ với người khác và khả năng truyền đạt cảm xúc một cách hiệu quả.



## HỘI ĐỒNG CHỐNG LẠM DỤNG TRẺ EM THUỘC CỘNG ĐỒNG LOS ANGELES

### Advocacy Council for Abused Deaf Children

Jean Marie Hunter (626) 798-6793

### Asian and Pacific Islander Children, Youth and Family Council

( Hội Đồng Trẻ em, Thanh Niên, Gia Đình Á Châu và Thái Bình Dương )

Albert Ko (213) 808-1723, Yasuko Sakamoto (213) 473-3035

### Eastside Child Abuse Prevention Council

Elvia Torres (626) 442-1400

### End Abuse Long Beach

Paula Cohen (562) 435-3501 x3842

Helene Handler (562) 497-3372

### Family, Children, Community Advisory Council

Sandra Guine (213) 639-6443

### Foothill Child Abuse and Family Violence Council

Sarah Jin (626) 795-6907

### LGBT Child Abuse Prevention Council

Mark Abelsson (818) 239-0112 x121

[www.lachildabusecouncils.org](http://www.lachildabusecouncils.org)

### San Fernando, Santa Clarita Valley Child Abuse Council

Rita Baer (818) 772-9981

Cyndee Bellamy (818) 772-9981

### San Gabriel Valley Family Violence Council

Paula Jeppson (626) 967-7153

Lydia Sandoval (626) 966-1755

### Service Planning Area 7 Child Abuse Council

Georganne Bruce (562) 904-9590

### Westside Child Trauma Council

Michelle Harriman (310) 829-8576

### YES2KIDS - Antelope Valley Child Abuse Prevention Council

Bob Broyles (661) 538-1846

### Inter-Agency Council on Child Abuse and Neglect

Cathy Walsh (626) 455-4585

### Child Abuse Councils. Coordination Project

Monika McCoy, Ph.D. (818) 790-9448