

LÊ THỊ THÙY DƯƠNG - HOÀNG THỊ TÂY NINH

HƯỚNG DẪN PHÒNG CHỐNG XÂM HẠI TÌNH DỤC TRẺ EM

DÀNH CHO HỌC SINH
TRUNG HỌC CƠ SỞ



NHÀ XUẤT BẢN GIÁO DỤC VIỆT NAM

Lê Thị Thuỷ Dương - Hoàng Thị Tây Ninh



(Tái bản lần thứ nhất)



NHÀ XUẤT BẢN GIÁO DỤC VIỆT NAM

LỜI NÓI ĐẦU

Từ 11 đến 15 là độ tuổi các em đang trong giai đoạn dậy thì và đứng trước rất nhiều thay đổi, từ tâm sinh lý đến môi trường sống và học tập. Giai đoạn này mang đến cho các em nhiều điều mới mẻ, hấp dẫn, nhưng cũng tiềm ẩn nhiều mối nguy cơ với những hậu quả khôn lường. Xâm hại tình dục không phải là vấn đề mới, nhưng đang dần trở thành thực trạng nhức nhối, nóng bỏng của toàn xã hội. Nhờ công nghệ thông tin và tốc độ lan truyền của mạng xã hội, các sự việc liên quan đến xâm hại tình dục đã và đang gióng lên những hồi chuông báo động và thu hút được sự quan tâm của mọi tầng lớp trong xã hội. Là nhóm đối tượng đang trong quá trình phát triển và cũng là nhóm có nguy cơ cao nhất trong các đối tượng của nạn xâm hại tình dục trẻ em, các em học sinh trung học cơ sở cần trang bị cho mình đầy đủ kiến thức, kĩ năng để hiểu được những thay đổi mà mình đang trải qua, những nguy cơ mình có thể phải đối mặt, cách phòng tránh, vượt qua để góp phần ngăn chặn, đẩy lùi nạn xâm hại tình dục trẻ em.

Các em **KHÔNG BAO GIỜ ĐƠN ĐỘC** trong cuộc chiến chống lại vấn nạn này. Hãy dũng cảm khi đối diện với sự việc và nói lên tiếng nói của mình.

Với cuốn sách ***Hướng dẫn phòng chống xâm hại tình dục trẻ em (dành cho học sinh THCS)***, các tác giả hi vọng sẽ giúp các em hiểu về giai đoạn vô cùng quan trọng trong sự phát triển của mình – giai đoạn dậy thì – thông qua bài *Lớn lên*, nhằm giúp các em lí giải được những thay đổi của bản thân và vấn đề liên quan đến giới tính, tình dục ở độ tuổi này. Qua đó, giúp các em xác định được *Các hành vi báo động*, cũng như *Nhận diện thủ phạm và các hành vi xâm hại* để có thể phòng tránh và bảo vệ bản thân tốt hơn. Cuốn sách cũng đưa ra các tình huống và mẹo nhỏ để giúp các em *Ứng phó* hiệu quả hơn khi đối mặt với các nguy cơ

trong thực tế. Đồng thời, cuốn sách cũng gợi mở một số cách để các em có thể *Vượt qua* hay giúp bạn mình vượt qua nếu việc này thực sự xảy ra.

Các bậc cha mẹ, thầy cô cũng có thể tìm thấy trong cuốn sách này những chia sẻ, gợi ý để có thể là người bạn đồng hành đáng tin cậy cũng như là người bảo vệ tốt nhất cho con em, học trò của mình.

Các tác giả đã hết sức cố gắng để nội dung cuốn sách được truyền tải một cách dễ hiểu, dễ ứng dụng nhất. Cuốn sách có tham khảo các tài liệu về vấn đề xâm hại tình dục trẻ em trong và ngoài nước. Chúng tôi hi vọng nhận được sự góp ý của quý độc giả để cuốn sách ngày càng hoàn thiện, mang đến cho học sinh những kiến thức, kĩ năng hữu ích, thiết thực nhất giúp các em phát triển an toàn và khoẻ mạnh.

Xin trân trọng giới thiệu cuốn sách này tới các bậc phụ huynh, các thầy cô giáo và đặc biệt là các em học sinh trung học cơ sở.

Thay mặt nhóm tác giả

Lê Thị Thuỳ Dương

CÂU CHUYỆN TÌNH HUỐNG

Sau kì nghỉ hè, các bạn lớp 7A³ của Lan gặp lại nhau, vui mừng quá đỗi. Mấy tháng không gặp, trông ai cũng thay đổi. Các bạn gái trông phổng phao hơn hẳn, đã biết ngượng ngùng khi bị các bạn nam trêu chọc. Tụi con trai cũng lớn bồng lên. Mấy cậu choai choai còn lún phún rìa mép, giọng nói ồm ồm nghe thật ngộ. Cô chủ nhiệm nhìn thấy các bạn liền nói: “Ồi, các bạn lớp mình đã lớn thật rồi, sắp thành người lớn rồi đấy nhé!”.

Có điều gì kì lạ đã xảy ra với các bạn lớp Lan chẳng? Không hẳn vậy. Đó là điều rất bình thường mà ai trong chúng ta cũng phải trải qua. Các bạn đang “lớn lên” và bước vào thời kì “dậy thì” – thời kì quan trọng và là giai đoạn chuyển giao để chúng mình từ trẻ con trở thành người lớn.

CÙNG TÌM HIỂU

“DẬY THÌ” LÀ GÌ?

Vào tuổi vị thành niên (từ 10 đến 19 tuổi)⁽¹⁾, các em sẽ bắt gặp những thay đổi trong cơ thể, trong suy nghĩ và cảm xúc. Tất cả những thay đổi đó được gọi là “dậy thì” và chúng rất bình thường. Em nào cũng sẽ trải qua giai đoạn dậy thì nhưng một số em có thể trải qua những thay đổi này sớm hơn các bạn khác.

Những dấu hiệu thay đổi về cơ thể mà con gái sẽ gặp ở giai đoạn dậy thì

- Trở nên cao lớn hơn
- Da mặt sẽ nhiều dầu hơn, gây ra mụn

(1) Tổ chức Y tế Thế giới (WHO) quy định 10-19 tuổi là lứa tuổi vị thành niên.

- Bắt đầu xuất hiện mùi mồ hôi khó chịu nếu không tắm rửa và vệ sinh cá nhân thường xuyên
- Lông bắt đầu mọc ở xung quanh bộ phận sinh dục và dưới nách
- Hồng sẽ nở nang hơn
- Ngực bắt đầu phát triển và trở nên nhạy cảm
- Bắt đầu có dịch âm đạo (huyết trắng) và kinh nguyệt



Những dấu hiệu thay đổi về cơ thể mà con trai sẽ gặp ở giai đoạn dậy thì:

- Trở nên cao lớn hơn
- Da mặt nhiều dầu hơn, gây ra mụn
- Ra mồ hôi nhiều hơn khiến cơ thể có mùi
- Giọng nói trầm và khàn hơn
- Bắt đầu mọc râu, ria
- Lông bắt đầu mọc ở ngực, nách và quanh dương vật
- Ngực trở nên rộng và nở hơn
- Bắt đầu xuất tinh trong khi ngủ (còn gọi là mộng tinh)



Bên cạnh những thay đổi thể chất, em có thể sẽ gặp những thay đổi về tâm lí. Hôm nay em cảm thấy vui tươi, yêu đời, rất hoà đồng với bạn bè, nhưng hôm sau lại trở nên buồn rầu, chán nản hay rụt rè, nhút nhát. Những thay đổi tâm lí này đều là bình thường và chúng góp phần tạo ra những mong muốn, khát khao, chẳng hạn như:

- Muốn làm vui lòng người khác và không khác biệt so với bạn bè
- Muốn có người hiểu được cảm xúc của mình
- Muốn có nhóm bạn thân toàn con gái hoặc con trai
- Muốn trở nên nổi bật ở trường, ở lớp và thích ganh đua với bạn bè
- Bị hấp dẫn về mặt giới tính bởi một người nào đó

HỎI ĐÁP TUỔI DẬY THÌ:

Các em thường lo lắng rất nhiều ở tuổi dậy thì. Sẽ có nhiều câu hỏi đặt ra khi các em phải đối mặt với những thay đổi về tâm sinh lí trong giai đoạn này. Tuy nhiên, câu trả lời sẽ là: "Không cần lo lắng". Em hoàn toàn bình thường! Đó là những điều xảy ra với tất cả mọi người".

Tại sao các em thường có một vài biểu hiện kì quặc khi bắt đầu dậy thì?

Việc dậy thì sẽ làm tâm lí thay đổi thất thường, khiến các em có những hành xử khác lạ so với chính em trước đây. Em có thể buồn, vui hay tức giận, bực bội mà không hiểu tại sao. Những thay đổi này là bình thường nhưng nó xảy ra khá dồn dập nên các em có thể cảm thấy rối bời và choáng ngợp, thậm chí còn lo lắng. Hãy trò chuyện với bố mẹ, anh chị hoặc những người lớn tuổi mà em tin tưởng. Họ đều đã trải qua giai đoạn dậy thì nên sẽ trả lời những băn khoăn, thắc mắc em gặp phải, giúp em sớm vượt qua giai đoạn này một cách nhẹ nhàng.

Trong giai đoạn dậy thì các em thường gặp những vấn đề gì?

Các em, dù là trai hay gái, đều có thể trải qua rất nhiều vấn đề khi bước vào tuổi dậy thì. Đối với một số em thì chỉ là sự bối rối, lo lắng trước những thay đổi của cơ thể, nhưng có nhiều em lại cảm thấy muốn nổi loạn, dễ cáu gắt, ương bướng, thích quậy phá, thậm chí đánh nhau. Một số em cảm thấy lẻ loi vì chịu những áp lực từ bạn bè, tự ý bỏ học, muốn độc lập, quan tâm đến vẻ ngoài, tò mò về tình dục và bắt đầu quan hệ tình dục, dễ sa đà, bị dụ dỗ dẫn đến việc sử dụng chất gây nghiện.

Ở độ tuổi nào người ta nên bắt đầu có quan hệ giới tính với một người nào đó?

Một người có thể có quan hệ giới tính khi đã trưởng thành cả về thể chất và tâm hồn. Em dậy thì chứng tỏ em đã phát triển đến một mốc quan trọng trong cuộc đời. Việc bạn trai mộng tinh chứng tỏ em đã có thể “làm cha” nếu có quan hệ tình dục với bạn gái. Tương tự, việc bạn gái có kinh nguyệt chứng tỏ em đã có thể mang thai và “làm mẹ” nếu có quan hệ tình dục. Tuy nhiên, dậy thì và có khả năng sinh sản không có nghĩa là em đã trưởng thành và có thể chịu trách nhiệm về những việc mình làm. Ở tuổi dậy thì, em đã có thể có tình cảm với một người nào đó, bắt đầu có ý nghĩ về tình dục và điều này là bình thường. Tuy nhiên, em nên biết rằng quan hệ tình dục không an toàn có thể khiến bạn gái mang thai và kéo theo những trách nhiệm to lớn khi phải chăm sóc em bé. Nó cũng có thể khiến em mắc phải những bệnh lây truyền qua đường tình dục, trong đó có HIV/AIDS. Tốt hơn là hãy chờ đến khi em đủ trưởng thành, có khả năng tự chịu trách nhiệm trước mọi vấn đề của bản thân cũng như biết cách tránh mang thai ngoài ý muốn và các bệnh lây truyền qua đường tình dục.

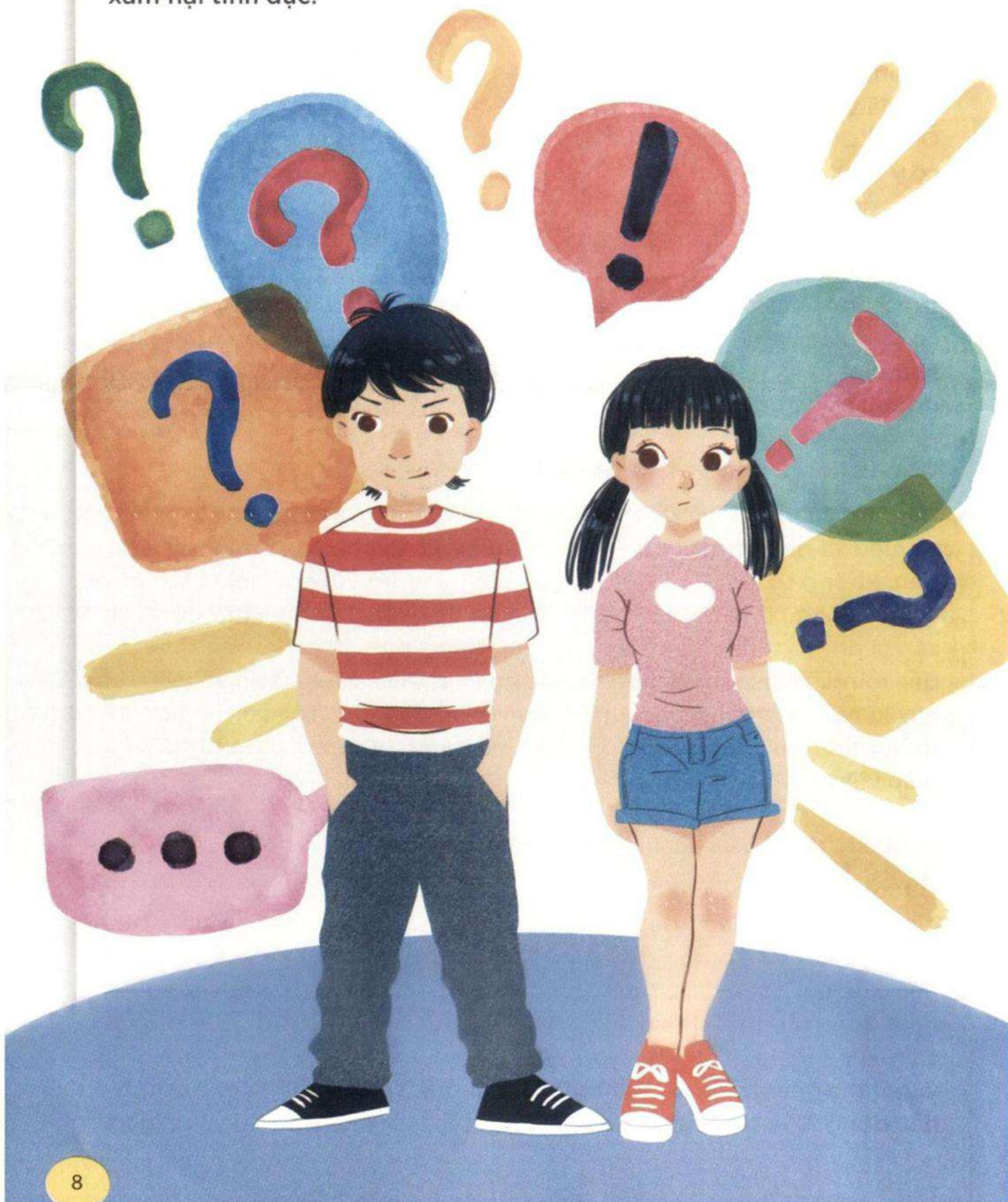
Có nên hỏi cha mẹ về tuổi dậy thì?

Có chứ, cha mẹ em cũng từng trải qua giai đoạn này, nên ít nhiều họ sẽ hiểu và giúp được em. Tuy nhiên, nhiều bậc cha mẹ cảm thấy không tiện, không thoải mái khi nói về chuyện dậy thì với con cái vì lúc trước cũng không có ai nói với họ về chuyện đó. Nếu cha mẹ em không chia sẻ với em về tuổi dậy thì thì em cũng đừng nghĩ là họ không quan tâm đến mình, nhiều khi chỉ đơn giản là họ cảm thấy thiếu tự tin về kiến thức hay kỹ năng giao tiếp về vấn đề này với em mà thôi. Em có thể tìm kiếm thông tin từ những người lớn khác mà mình tin tưởng, như người thân, giáo viên hay nhân viên y tế.

Tuổi dậy thì và vấn đề xâm hại tình dục

Ở tuổi dậy thì, các em thường tò mò về cơ thể mình cũng như các bạn cùng trang lứa. Điều này có thể bắt đầu từ những so sánh về sự thay đổi, từ những hấp dẫn giới tính. Các em có thể có những đụng chạm, tiếp xúc với nhau về cơ thể trong sinh hoạt hằng ngày, hay trong các hoạt động tập thể. Nhiều đụng chạm có thể đem đến cho các em những cảm xúc mới lạ, hấp dẫn. Nhưng nếu các em bị đụng chạm vào những vùng nhạy cảm trên cơ thể thì hãy cẩn thận, đó có thể là các dấu hiệu báo động. Các bạn trai và bạn gái ở tuổi vị thành niên có thể là nạn nhân

của việc xâm hại tình dục, nhưng đồng thời cũng có thể là thủ phạm của hành vi này. Các em có thể bị xâm hại bởi người lạ, nhưng thường là bởi bạn bè, hàng xóm, người quen hay họ hàng. Nên nhớ, việc xâm hại không phải lúc nào cũng gây đau đớn. Bất kì sự đụng chạm có chủ ý nào vào vùng cấm trên cơ thể, khiến em thấy bối rối và xấu hổ, đều là xâm hại tình dục.



BÀI TẬP TRẮC NGHIỆM

Hãy khoanh tròn vào đáp án đúng rồi so sánh với kết quả ở cuối bài.
(Các em có thể chọn làm bài trắc nghiệm theo giới tính của mình, hoặc thử cả hai xem mình có hiểu biết về tuổi dậy thì của bạn khác giới không nhé.)

	BẠN GÁI VÀ TUỔI DẬY THÌ	BẠN TRAI VÀ TUỔI DẬY THÌ
Câu 1	Bạn thực sự dậy thì khi: A. Mụn xuất hiện B. Kinh nguyệt xuất hiện C. Bạn cao lớn hơn	Bạn thực sự dậy thì khi: A. Mụn xuất hiện B. Mộng tinh xuất hiện C. Bạn cao lớn hơn
Câu 2	Thường khi nào thì xuất hiện kinh nguyệt? A. Khoảng 7-8 tuổi B. Khoảng 10-11 tuổi. C. Khoảng 12-13 tuổi	So với bạn gái, bạn trai dậy thì như thế nào? A. Sớm hơn B. Cùng thời điểm C. Muộn hơn
Câu 3	Chu kì kinh nguyệt thường là bao nhiêu ngày? A. 28 ngày B. 35 ngày C. 40 ngày	Thông tin nào về "mộng tinh" dưới đây là đúng? A. Nó diễn ra trong lúc bạn trai ngủ B. Có thể ngăn cản hoặc điều khiển để mộng tinh không xảy ra C. Mộng tinh chỉ có ở tuổi dậy thì
Câu 4	Bạn gái nên làm gì trong kì kinh nguyệt? A. Uống nhiều nước, đặc biệt là nước ấm B. Tránh làm việc nặng, quá sức C. Ăn uống đủ chất, ăn đồ dễ tiêu hoá D. Tất cả các phương án trên	Bạn cần làm gì khi vào tuổi dậy thì? A. Tìm kiếm thông tin về tuổi dậy thì B. Chia sẻ và tìm kiếm sự giúp đỡ khi cần từ những người lớn mà bạn thân thiết và tin cậy C. Trò chuyện và giúp đỡ bạn bè đang cùng trong lứa tuổi dậy thì D. Tất cả các phương án trên
Câu 5	Mặc đồ lót ở tuổi dậy thì thế nào là đúng: A. Bó sát cơ thể, chất liệu gì cũng được B. Vải cotton, thấm mồ hôi, đồ lót vừa vặn C. Vải cotton, đồ lót rộng rãi cho thoải mái	Trong tuổi dậy thì hành vi vệ sinh cá nhân nào dưới đây là đúng? A. Mặc đồ lót vừa vặn, thay giặt hằng ngày B. Dùng chung đồ lót với anh em trai C. Lau rửa bộ phận sinh dục từ trước ra sau, nên vệ sinh cả phần gấp dưới của bao quy đầu

GÓC CHA MẸ

Làm gì để giúp trẻ trải qua tuổi dậy thì với những trải nghiệm tích cực?

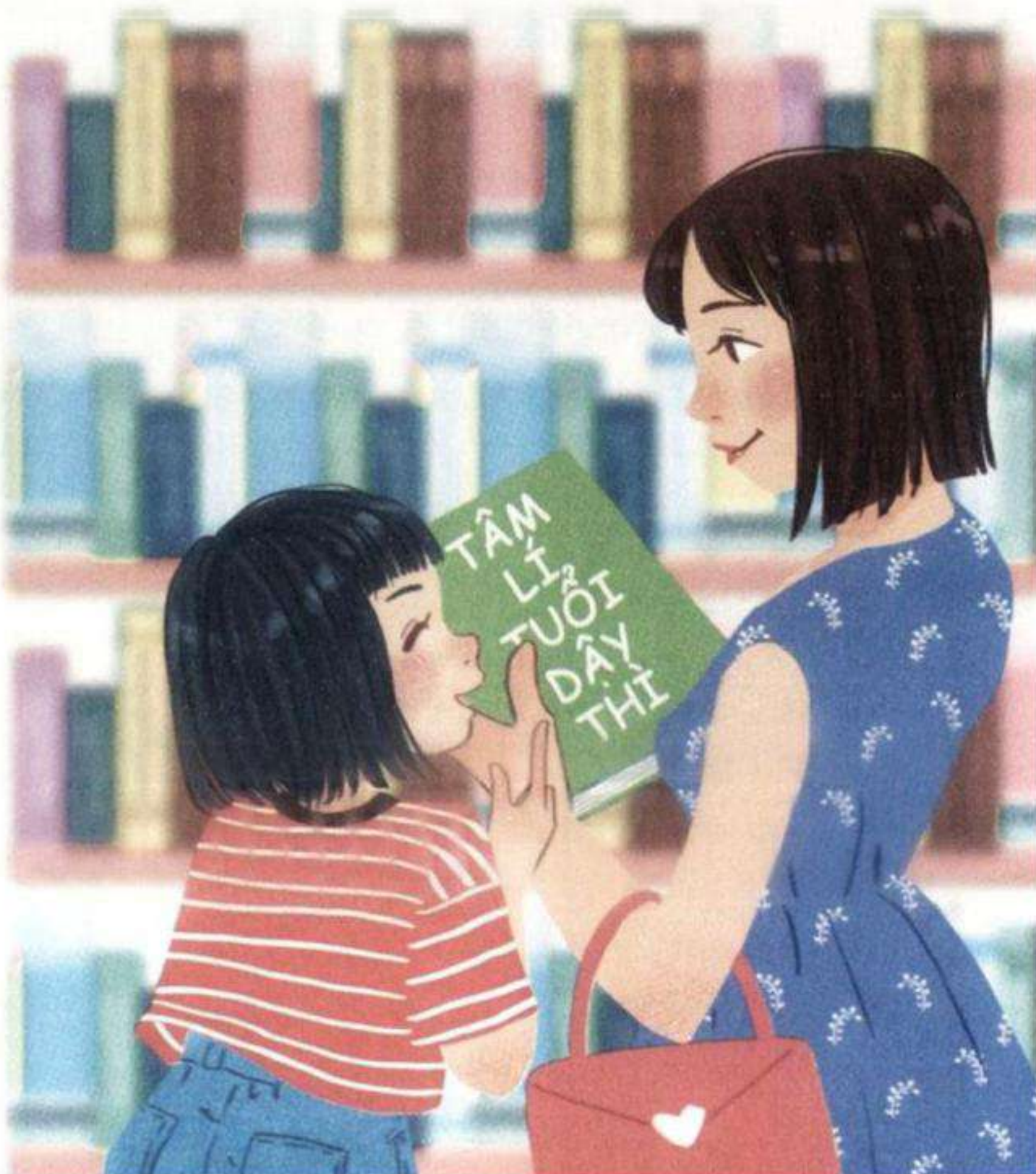
Hiểu biết về những thay đổi của con khi bước vào giai đoạn dậy thì, cha mẹ sẽ thông cảm, chia sẻ, giúp trẻ định hướng và nhất là vượt qua những áp lực mà trẻ có thể phải đối mặt. Từ đó bạn có thể trở thành người bạn gần gũi để con chia sẻ, cũng như đủ nhạy cảm để phát hiện nhằm giúp con phòng tránh hay vượt qua nỗi đau xâm hại tình dục.

Mỗi đứa trẻ sẽ có những trải nghiệm và phản ứng khác nhau trước những thay đổi ở tuổi dậy thì, vì vậy, cách làm này thì phù hợp với trẻ này nhưng có thể không phù hợp với trẻ khác. Dưới đây là một số nguyên tắc chung mà các bậc cha mẹ có thể áp dụng để giúp con mình có giai đoạn “chuyển giao” từ một đứa trẻ trở thành người lớn một cách suôn sẻ và khỏe mạnh.

- Dành thời gian cho con
- Nói với con về những thay đổi tâm sinh lý ở tuổi dậy thì
- Thể hiện sự tôn trọng, đối xử với con như một người lớn
- Lắng nghe ý kiến, nguyện vọng của con
- Tôn trọng sự riêng tư của con
- Thấu hiểu các áp lực từ bạn bè đồng trang lứa của con

ĐÁP ÁN BÀI TẬP TRẮC NGHIỆM

	BẠN GÁI	BẠN TRAI
1	B	B
2	C	C
3	A	A
4	D	D
5	B	A-C



Bài 2

CÁC HÀNH VI BẢO ĐỘNG NGUY CƠ BỊ XÂM HẠI TÌNH DỤC

CÂU CHUYỆN TÌNH HUỐNG

Nhà My ở thành phố cách nhà ông bà nội khoảng 40km. Từ lúc còn nhỏ đến giờ, mỗi khi nhà có giỗ hay làng có lễ hội, bố mẹ đều cho em về quê chơi. Gần nhà ông bà có chú Sang rất thân với gia đình em và hay sang chơi. Chú kể hồi bé My hay được chú cho ra đầu làng chơi cùng các bạn. Một dịp gần đây, chú hay khen em dạo này lớn nhanh thế, xinh quá. Thỉnh thoảng khi đi ngang qua My, chú vừa cười vừa nói và dùng tay bóp vào vai em, có lúc lại cố tình quét tay qua phần thắt lưng của em. My không thích như vậy nhưng em im lặng vì sợ mọi người nói em nhiều chuyện.

Các em biết không, hằng ngày, có rất nhiều tình huống khiến các em cảm thấy không thoải mái, thậm chí không an toàn. Có những tình huống tưởng chừng như bình thường cũng có thể đặt các em trước nguy cơ bị xâm hại tình dục.

CÙNG TÌM HIỂU

Có 5 hành vi bảo động nguy cơ bị xâm hại tình dục em cần lưu ý:

- 1 BẢO ĐỘNG NHÌN
- 2 BẢO ĐỘNG NÓI
- 3 BẢO ĐỘNG CHẠM
- 4 BẢO ĐỘNG ÔM
- 5 BẢO ĐỘNG MỘT MÌNH

Trong cuộc sống có rất nhiều tình huống khác nhau, em cần phân biệt các hành vi bình thường với các hành vi bảo động nhé.

HÀNH VI BÌNH THƯỜNG	HÀNH VI BẢO ĐỘNG
Khi quần áo của em bị bẩn, bị rách ở vùng kín ⁽¹⁾ có thể khiến mọi người tự nhiên chú ý đến điều “không bình thường” đó.	Khi có người nhìn vào vùng kín của em hoặc dụ dỗ em nhìn vào vùng kín của họ.
Khi mẹ, cô giáo, bạn bè và em cùng nhau trò chuyện về tuổi dậy thì, chia sẻ những băn khoăn, về các vùng nhạy cảm thì chuyện này hoàn toàn bình thường.	Khi có người nói chuyện về vùng kín với em hoặc có ý trêu chọc, kể những câu chuyện bậy bạ hay có những lời nói dâm ô khiến em không thích.
Khi bác sĩ khám vùng kín cho em và có mẹ hoặc y tá đứng cạnh. Trước khi khám, bác sĩ cần giải thích lí do vì sao cần phải khám và được em đồng ý.	Khi ai đó chạm vào vùng kín của em hoặc dụ dỗ em sờ vào vùng kín của người đó.
	
Khi em và những người thân trong gia đình lâu ngày không gặp nhau thì những cử chỉ thân mật như thái độ vui mừng, ôm hôn nhau là việc bình thường.	Khi ai đó ôm em theo cách không đúng đắn và em cảm thấy không thoải mái.
Khi em đã lớn hơn, em có thể tự làm một số việc, chẳng hạn như đi ra ngoài, đi mua đồ... nhưng em cần lưu ý nguyên tắc Ba Người ⁽²⁾ trong bất kể tình huống nào nhé.	Khi ai đó đưa em đến khu vực vắng hoặc trong phòng kín mà không có sự cho phép của cha mẹ em.

(1) **Vùng kín** hay còn gọi là vùng đồ lót, vùng nhạy cảm, vùng cấm. Đối với bạn trai là bộ phận sinh dục và mông. Đối với bạn gái là ngực, bộ phận sinh dục và mông.

(2) **Nguyên tắc Ba Người**: trong mọi tình huống, cần đảm bảo sự có mặt của người thứ ba để kẻ xấu không có cơ hội thực hiện các hành vi bảo động; người thứ ba cũng có thể làm chứng nếu như có sự việc nào đó xảy ra.

Năm báo động này mới chỉ giúp em nhận biết được những nguy cơ để phòng tránh. Em cần lưu ý khi gặp phải những tình huống có nguy cơ bị xâm hại, em nên: “Nói KHÔNG - Bỏ đi - Kể lại”.

BÀI TẬP TRẮC NGHIỆM

1. “Không ai có quyền nhìn, nói, động chạm vào vùng kín của em”. Vậy mẹ em hướng dẫn em cách vệ sinh vùng kín thì có được không?
 - A. Được, không sao cả
 - B. Không được
2. “Không để bất cứ ai ôm hay hôn mình”. Vậy, nếu em yêu quý bác của mình, hai bác cháu ôm hôn nhau thì có phải là báo động ôm không?
 - A. Được, không sao cả
 - B. Được, khi em từng trao đổi với bố mẹ, được bố mẹ đồng ý và em cũng thấy thoải mái, vui vẻ
 - C. Không được
3. Ly thấy khó chịu ở vùng kín, mẹ đưa em đi bác sĩ để kiểm tra. Khi bác sĩ bảo em cởi quần áo để kiểm tra vùng kín, em thấy rất ngượng, không thoải mái chút nào. Lúc đó, cả mẹ em và cô y tá đều ở trong phòng, vậy việc đó có hợp lí không?
 - A. Hợp lí, không sao cả
 - B. Không được
4. Lan thích đọc truyện nên đặc biệt thích đi nhà sách. Mẹ hay để Lan tự đi chọn truyện trong nhà sách còn mẹ mua sắm ở siêu thị gần đó. Khi xếp hàng thanh toán, lúc đó khá đông khách, có một người đàn ông cứ cố tình đứng gần Lan và chạm tay vào ngực cô bé. Theo em, đó là báo động gì?
 - A. Báo động nhìn
 - B. Báo động chạm
 - C. Báo động ôm

5. Huệ chơi thân với Hoa từ bé nên hay sang nhà Hoa học bài cùng nhau. Bố của Hoa khi đi làm về thường thay quần áo trước mặt hai đứa, có khi bố Hoa thay đồ đúng lúc Hoa đi vệ sinh, chỉ có Huệ ở trong phòng. Theo em, đó là báo động gì?
- A. Báo động nhìn và báo động một mình
 - B. Báo động nhìn và báo động chạm
 - C. Báo động nhìn và báo động ôm
6. Chú hàng xóm khen Hân dạo này càng lớn càng xinh. Có lúc chú còn nói sau này lớn lên Hân có thể làm người mẫu vì “ngực chuẩn”. Theo em, đó là báo động gì?
- A. Báo động nhìn
 - B. Báo động chạm
 - C. Báo động nói
7. Trong buổi dã ngoại của lớp, khi các bạn đang nghỉ trưa, anh hướng dẫn viên nói có việc cần hỗ trợ và đề nghị Quân (lớp trưởng) đi theo anh. Quân đứng một mình ở chỗ vắng vẻ với anh hướng dẫn viên. Theo em, đó là báo động gì?
- A. Báo động nhìn
 - B. Báo động chạm
 - C. Báo động một mình
8. Có được không khi một người phụ nữ cho một cậu bé tuổi teen xem tấm ảnh một cô gái khoả thân?
- A. Không, đó là báo động nhìn
 - B. Không, đó là báo động chạm
 - C. Không, đó là báo động một mình



9. Mẹ Nam bảo có con trai đồ lo hơn có con gái khi vào tuổi dậy thì nên không để ý nhiều. Nhưng thực tế, hôm qua, khi đi chơi cùng các bạn, Nam nhìn thấy có một chú ôm và thom Hùng, bạn của Nam. Theo em, điều này có bình thường không?
- A. Không, đó là báo động nhìn
B. Không, đó là báo động chạm
C. Không, đó là báo động ôm
10. Có được không nếu có người cử nhất quyết hẹn em ra chỗ vắng sau giờ học để nói chuyện?
- A. Không, đó là báo động chạm
B. Không, đó là báo động một mình
C. Được, vì đó là chuyện bình thường.

GÓC CHA MẸ

Một số điều cha mẹ cần lưu ý để đảm bảo an toàn, giúp con tránh bị xâm hại tình dục:

- Luôn để ý đến những người hay tiếp xúc, trò chuyện với con. Trao đổi với con để con biết cảnh giác khi có những va chạm, gần gũi cơ thể, những hành động ôm ấp, vuốt ve với bạn bè hay ai đó lớn tuổi hơn, đặc biệt khi đó là những va chạm vào các vùng nhạy cảm trên cơ thể.
- Không nên để con ở một mình hoặc trong phòng kín với bất cứ ai, kể cả người quen, họ hàng.
- Không cho phép con ra ngoài một mình, nhất là khi đã khuya hay cần đi qua các đoạn đường vắng vẻ, ít người qua lại.
- Dặn con không nhận bất cứ thứ gì đồ ăn, đồ uống, tiền,... của người lạ.
- Dặn con không tin người lạ khi họ đến làm quen và gạ gẫm đi cùng với họ. Không cho người lạ vào nhà khi không có người lớn ở nhà.
- Thường xuyên trao đổi, tìm hiểu để biết về các mối quan hệ, tình cảm của con, giúp con có những quyết định đúng đắn, phù hợp.

- Thường xuyên trò chuyện cùng con, tạo sự tin cậy để con chia sẻ thông tin, đặc biệt là các thông tin khi con hoặc bạn bè con có nguy cơ hoặc là nạn nhân của xâm hại, cưỡng bức hay đe dọa tình dục. Hãy nói với con: **Kể lại và đừng giữ im lặng!**

ĐÁP ÁN BÀI TẬP TRẮC NGHIỆM

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
A	B	A	B	A	C	C	A	C	B

KẾT QUẢ:

- Nếu em trả lời đúng từ 8 đến 10 câu: Em có hiểu biết rất tốt về các hành vi bạo động nguy cơ bị xâm hại, giúp bảo vệ bản thân an toàn. Em nên chia sẻ những kiến thức này để các bạn của em cùng biết và thực hiện.
- Nếu em trả lời đúng từ 5 đến 7 câu: Em khá hiểu biết về vấn đề này, tuy nhiên, em cần có tinh thần cảnh giác cao hơn nữa để đảm bảo luôn được an toàn.
- Nếu em trả lời đúng 4 câu hoặc ít hơn: Em là người rất trong sáng, ngây thơ. Điều này cũng rất tốt, nhưng em biết không, trong cuộc sống có nhiều tình huống nguy hiểm, ảnh hưởng tới sự an toàn của em. Em nên trang bị cho mình những kiến thức và kĩ năng cần thiết để luôn tự tin, cảnh giác trước mọi tình huống.

Bài 3

NHẬN DIỆN THỦ PHẠM VÀ CÁC HÀNH VI XÂM HẠI TÌNH DỤC

NHỮNG CON SỐ BIẾT NÓI

Theo số liệu thống kê của Bộ Lao động - Thương binh và Xã hội và Tổng Cục Cảnh sát Phòng chống tội phạm:

Trung bình ở nước ta mỗi năm có **1.600 - 1.800** vụ xâm hại trẻ em được phát hiện.

Thủ phạm của xâm hại tình dục trẻ em có thể là **bất cứ ai**.

Trong 5 năm gần đây (2011 - 2015) tại Việt Nam có **5.300 vụ** xâm hại tình dục trẻ em được phát hiện.

Số thủ phạm có quen biết với nạn nhân chiếm **93%**.

Trong 1.000 vụ xâm hại tình dục, nạn nhân là nữ, tuổi từ 12 - 15 chiếm **57,46%**.

Tuy nhiên, đây chỉ là những con số được báo cáo, trên thực tế có rất nhiều trường hợp trẻ em bị xâm hại tình dục mà không được báo cáo hoặc không ai biết do bản thân nạn nhân và gia đình đã chọn cách im lặng thay vì lên tiếng.

Để giúp các em phòng tránh bị xâm hại tình dục, đồng thời góp phần xây dựng môi trường sống lành mạnh, an toàn cho trẻ em, chúng ta cần nhận diện thủ phạm và các hành vi xâm hại tình dục.

AI có thể là thủ phạm?

Nam và Thu là bạn học cùng lớp từ tiểu học đến giờ, vì thế dù khác giới nhưng hai bạn chơi với nhau rất thân và chuyện gì cũng chia sẻ được.



Đạo này vấn đề xâm hại tình dục trẻ em được quan tâm nhỉ. Mình cũng thấy đây là vấn đề mà chúng mình cần tìm hiểu để phòng tránh hoặc giúp bạn mình hay các em nhỏ hơn tránh được nguy cơ bị xâm hại đấy!

Thế theo cậu, ai có thể là thủ phạm?

Mẹ tớ luôn dặn là không nói chuyện với người lạ, như vậy chắc hẳn người lạ là người xấu rồi. Vậy thủ phạm nhất định là người lạ!

Ờ, chưa chắc đâu nhé. Tí vi nói mấy vụ gần đây, có vụ thủ phạm là hàng xóm rồi cả người quen nữa đấy thôi. Đâu cứ phải người lạ mới có thể là thủ phạm.

Ừ nhỉ.

Theo tớ tìm hiểu thì nhiều trường hợp thủ phạm còn là họ hàng, người thân, thậm chí còn là ruột thịt của nạn nhân nữa cơ.

Eo ôi, sợ quá, thế thì hoá ra ai cũng có thể là thủ phạm à?

Tớ nghĩ vậy đó. Mà này nhé, thủ phạm cũng không kể tuổi tác, giới tính đâu. Có cả người già, cả thanh niên, cả người trong tuổi học sinh chúng mình, cả đàn ông, cả phụ nữ nhé.

Ôi, thế thì sợ quá, liệu còn tin ai được nữa, vì ai cũng có thể là thủ phạm mà, hic hic.

Đây là để chúng ta nâng cao cảnh giác, chứ không phải để mất lòng tin hoàn toàn vào những người xung quanh. Mình cần phải chú ý quan sát và tỉnh táo để tránh bị xâm hại tình dục.

AI cũng có thể là thủ phạm, tuy nhiên các em cần xác định thêm một số hành vi để khoanh vùng đối tượng nguy cơ

- a. Người thường xuyên dụ dỗ em bằng những thứ em yêu thích như điện thoại có trò chơi điện tử, đồ ăn vặt, hoặc cho em những thứ mà cha mẹ thường không muốn em sử dụng.
- b. Người thích chơi trò "bí mật chỉ chúng ta biết" với em, ban đầu có thể là những bí mật vô hại, nhưng sau đó có thể dụ dỗ em che giấu bí mật về các hành vi xâm hại của họ.

Sang nhà chú đi, không có ai đâu, chú có bí mật này dành cho cháu.



- c. Người quan tâm đến em một cách không bình thường so với các bạn nhỏ khác hay anh chị em của em.
- d. Người có một trong 5 hành vi bạo động: nhìn, nói, chạm, ôm, một mình mà em đã học ở bài trước.

Chú ý: Bản thân các em trong giai đoạn dậy thì cũng có thể trở thành thủ phạm của hành vi xâm hại tình dục với bạn cùng tuổi hoặc các em nhỏ hơn. Các em đang ở tuổi dậy thì, những tò mò về sự phát triển của cơ thể, giới tính, sự hấp dẫn lẫn nhau, những cảm xúc rung động đầu đời đều có thể có. Tất cả những điều này là bình thường, tuy nhiên, nếu các em không tìm hiểu kĩ các thông tin và lại có những hành vi không đúng để thoả mãn sự tò mò của mình, thì rất có thể em sẽ biến mình thành thủ phạm đấy. Có thể là thủ phạm quấy rối tình dục (trêu ghẹo bạn bè về hình dáng, thân thể của họ; cố ý động chạm vào các vùng nhạy cảm....) hay thủ phạm xâm hại tình dục nếu có hành vi tình dục với bạn cùng lứa tuổi hoặc với các em nhỏ tuổi hơn. Nên nhớ rằng, ở độ tuổi này (dưới 16 tuổi), dù cho em chưa thành niên nhưng nếu em có hành vi hiếp dâm hay cưỡng dâm với trẻ em, em vẫn có thể bị truy cứu trách nhiệm hình sự theo quy định tại Điều 142 hoặc Điều 144 của Bộ Luật Hình sự năm 2015.

AI có thể là nạn nhân?

Này, chắc chỉ có các em bé bé, chưa biết gì nhiều mới dễ bị xâm hại tình dục nhỉ?

Ài bảo cậu thế? Các em bé thì có thể chưa biết nên dễ bị dụ dỗ thật, nhưng ai bảo những cô nàng như cậu là không dễ bị dụ dỗ nào?

Ờ, người ta lớn rồi cũng phải biết hơn chứ!

Ừ, lớn rồi mà vẫn nghĩ em bé mới dễ bị xâm hại, như thế là ngây thơ quá rồi còn gì. **Này nhé, theo thống kê thì chính lứa tuổi của chúng mình, từ 11-15 tuổi, là đối tượng của rất nhiều vụ xâm hại đấy nhé.**

Làm con gái khổ thật đấy, vừa thiệt thòi lại vừa đối mặt với nhiều nguy cơ.

Không, đừng tưởng chỉ con gái mới là nạn nhân của xâm hại tình dục. Nạn nhân là các bé trai cũng ngày càng tăng kia kìa.

Chắc là ít thôi, ít khi phụ nữ là người xâm hại lắm, tớ nghĩ vậy.

Thủ phạm xâm hại bé trai có thể là phụ nữ mà cũng có thể là nam giới mà. Với bé gái cũng vậy.



Xâm hại tình dục có thể xảy ra với bất kì trẻ em nào, kể cả trẻ em trai và trẻ em gái. Tuy nhiên, trẻ em trong độ tuổi dậy thì, trẻ em khuyết tật, trẻ em ít được quan tâm do hoàn cảnh gia đình (quá nghèo, bố mẹ li hôn, bạo lực gia đình....) thì sẽ có nguy cơ trở thành nạn nhân cao hơn.

Các hành vi xâm hại tình dục:

Hành vi động chạm

- Động chạm vào các vùng nhạy cảm của trẻ
- Bắt trẻ chạm vào vùng kín của người khác
- Thực hiện các hành vi tình dục đối với trẻ

Hành vi không động chạm

- Treu chọc trẻ bằng lời nói có hơi hướng tình dục một cách quá đáng
- Cho trẻ xem phim khiêu dâm hoặc kể chuyện về tình dục cho trẻ nghe
- Cố tình phơi bày vùng kín của người lớn cho trẻ nhìn thấy
- Dụ dỗ/ lừa trẻ khoả thân hoặc tạo dáng ở những tư thế nhạy cảm để chụp ảnh
- Rình xem trộm trẻ tắm hay thay quần áo



Một số thông tin về Luật Trẻ em và vấn đề xâm hại trẻ em

1. Luật Trẻ em năm 2016, Điều 25. Quyền được bảo vệ để không bị xâm hại tình dục: Trẻ em có quyền được bảo vệ dưới mọi hình thức để không bị xâm hại tình dục.
2. Nghị định 56/2017 quy định chi tiết một số điều của Luật Trẻ em:
Điều 13. Trẻ em bị xâm hại tình dục là:
 - Trẻ em bị hiếp dâm.
 - Trẻ em bị cưỡng dâm.
 - Trẻ em bị giao cấu.

- Trẻ em bị dâm ô.
- Trẻ em bị sử dụng vào mục đích mại dâm, khiêu dâm dưới mọi hình thức.

GÓC CHA MẸ

Các dấu hiệu nhận biết con bị xâm hại

Hành vi:

1. Con thay đổi tâm trạng, thu mình hơn, cáu giận bất thường hay trở nên hung hăng.
2. Con tự nhiên bám bố mẹ một cách bất thường, sợ hãi hoặc không muốn ở một mình với một người hoặc một nơi đặc biệt nào đó.
3. Phản ứng không bình thường khi con được hỏi có tiếp xúc, đụng chạm với một người nào đó không.
4. Con thay đổi thói quen ăn uống.
5. Con nói về một người bạn mới, người lớn tuổi và tiền hoặc quà tặng không giải thích được nguyên nhân.
6. Con thực hiện các hành vi không thích hợp, có xu hướng tình dục với đồ chơi hay vẽ những hình vẽ liên quan đến hành vi tình dục.
7. Con bỗng hiểu rõ bộ phận sinh dục, các hoạt động tình dục cũng như các từ ngữ liên quan.
8. Con tự làm tổn thương bản thân hoặc có những hành động gây hại như tự rạch tay chân, đốt phá đồ đạc,...

Thể chất:

1. Xuất hiện vết thương, vết bầm khó giải thích ở miệng hay vùng kín của con.
2. Đi tiêu, tiểu khó, ra máu; thấy vết máu trên quần áo con; con ít tắm, sợ tắm, sợ thay đồ.
3. Con khó ngủ, gặp ác mộng và hay tè dầm.

Bài 4

ỨNG PHÓ VỚI XÂM HẠI TÌNH DỤC

CÂU CHUYỆN TÌNH HUỐNG

Thứ bảy tuần trước Ngân được cùng bố mẹ đến trung tâm thương mại để mua sắm. Đến nơi, bố mẹ muốn đi xem gian hàng công nghệ ở tầng trên nhưng Ngân thì muốn xem tập truyện comics của lứa tuổi teen đang rất “hot”. Em nói: “Bố mẹ cứ đi đi, con chỉ ở đây thôi, con sẽ chờ bố mẹ!”. Bố mẹ đi được một lát, Ngân đang say sưa đọc sách thì một người đàn ông đứng tuổi đến gần và nói: “Cháu là con bố Đức phải không? Chú là bạn của bố cháu đây. Bố cháu nhờ chú đón cháu về vì bố mẹ cháu có việc gấp”. Ngân cứ ngờ ngợ không nhớ đã gặp chú này ở đâu rồi, em bước theo mà trong lòng cứ bồn bồn. Ra khỏi quầy sách một lát, Ngân nói: “Chú cho cháu nói chuyện với bố cháu được không ạ?”. Người đàn ông đó đáp: “Chú cũng vội lắm, để lát nữa nhé!”. Ngân chợt nhớ đến bài học kĩ năng ở lớp hôm trước, em nói: “Chú không cho cháu nói chuyện thì cháu không đi nữa, cháu muốn quay lại nhà sách chờ bố mẹ!”. Người đàn ông tỏ thái độ cáu kỉnh, nắm chặt tay em và đi nhanh về phía cầu thang bộ. Ngân sợ quá, vội kêu to: “Đây không phải bố cháu, cứu cháu với, cứu cháu với!”. Ngân dùng hết sức giằng tay lại và kêu to hơn. May quá, có mấy anh chị ở gần đó nghe thấy và chạy đến hỏi han. Nhân lúc Ngân đang mải kể lại câu chuyện, người đàn ông kia đã nhanh chân lên đi mất. Mấy anh chị đưa Ngân quay lại nhà sách và cùng em chờ bố mẹ đến đón. Khi bố mẹ đến nơi, vừa nhìn thấy bố mẹ, Ngân liền oà khóc. Sau khi hỏi han, bố bảo bố không nhờ ai đến đón Ngân cả, may mà Ngân nhanh trí nên đã thoát khỏi nguy hiểm.

Các em biết không, trong cuộc sống hằng ngày, có nhiều tình huống có thể đặt em trước nguy cơ bị xâm hại. Các em hãy luôn cảnh giác và ghi nhớ những kĩ năng cần thiết để đảm bảo an toàn cho bản thân, tránh bị xâm hại nhé.

CÙNG TÌM HIỂU

Một số ghi nhớ để giữ an toàn, tránh bị xâm hại tình dục:

Hãy cảnh giác khi có những va chạm, gần gũi cơ thể, những hành động ôm ấp, vuốt ve với bạn bè hay với những người lớn tuổi hơn đặc biệt khi đó là những va chạm vào các vùng nhạy cảm trên cơ thể.

Tránh ở một mình, không đi chơi quá khuya, khi đi qua các đoạn đường vắng vẻ cần đi cùng một nhóm người.



Khi sang nhà bạn chơi, chỉ nên chơi với bạn ở phòng khách, không lên những tầng trên hoặc vào phòng riêng của bố mẹ, anh chị của bạn.

Suy nghĩ cẩn thận trước khi nhận quà từ bất kì ai. Không nhận đồ ăn, đồ uống, tiền hoặc những đồ vật của người lạ cho.

Không tin người lạ khi họ đến làm quen và gạ gẫm đi cùng với họ. Không cho người lạ vào nhà khi không có người lớn ở nhà.

Hãy nói cho bố mẹ, người lớn thân thiết hay bạn bè để được giúp đỡ nếu em thấy mình có nguy cơ hoặc là nạn nhân của việc xâm hại, cưỡng bức hay đe dọa tình dục. *Hãy kể lại và đừng giữ im lặng!*

Khi gặp phải tình huống nguy hiểm, em phải làm gì?

Phản đối một cách quyết liệt, bỏ đi ngay và kể lại cho người thân/ người tin tưởng được, ngay khi có thể, khi có người tìm cách đụng chạm vào vùng kín trên cơ thể em.

Vờ như không nghe thấy và đi nhanh sang nơi có đông người/ người có thể tin cậy khi có người lạ bắt chuyện với dụng ý không tốt.

La hét thật lớn, kêu khóc, cầu cứu, tìm sự giúp đỡ của những người xung quanh khi không may bị tấn công.



Bình tĩnh, tìm cơ hội sơ hở của kẻ xấu để chạy thoát thật nhanh khi bị kẻ xấu đe dọa hoặc làm tổn thương. Tuy nhiên, em nên chú ý rằng do sự chênh lệch về thể lực nên trong nhiều trường hợp, sự phản kháng còn khiến kẻ xấu sử dụng những biện pháp bạo lực hơn. Vì vậy, em cần tỉnh táo, nếu chẳng may rơi vào những tình huống này, chỉ có sự thông minh và những kĩ năng phù hợp mới có thể giúp em thoát thân an toàn.

Ghi nhớ số điện thoại của cha mẹ, người thân, số điện thoại khẩn cấp như 111, 113,... để có thể sử dụng trong trường hợp khẩn cấp.

Chia sẻ, tìm kiếm sự giúp đỡ từ những người em cảm thấy tin cậy, hoặc gọi đến Tổng đài quốc gia bảo vệ trẻ em **111**.

Một số gợi ý để thoát thân khi đối mặt với nguy bị cơ xâm hại tình dục:

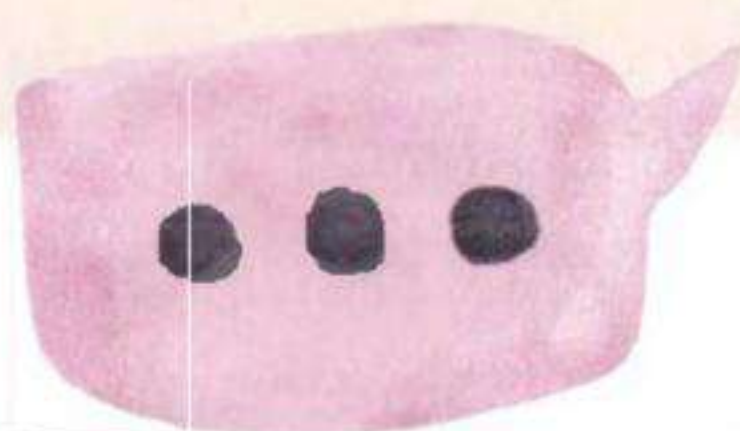


Khi kẻ xấu có ý định sờ vào vùng riêng tư trên cơ thể, em hãy lấy hết sức mình, dùng tay gạt tay kẻ xấu ra hoặc hét mạnh lên đầu, có thể dùng cả hai tay để bảo vệ cơ thể mình.



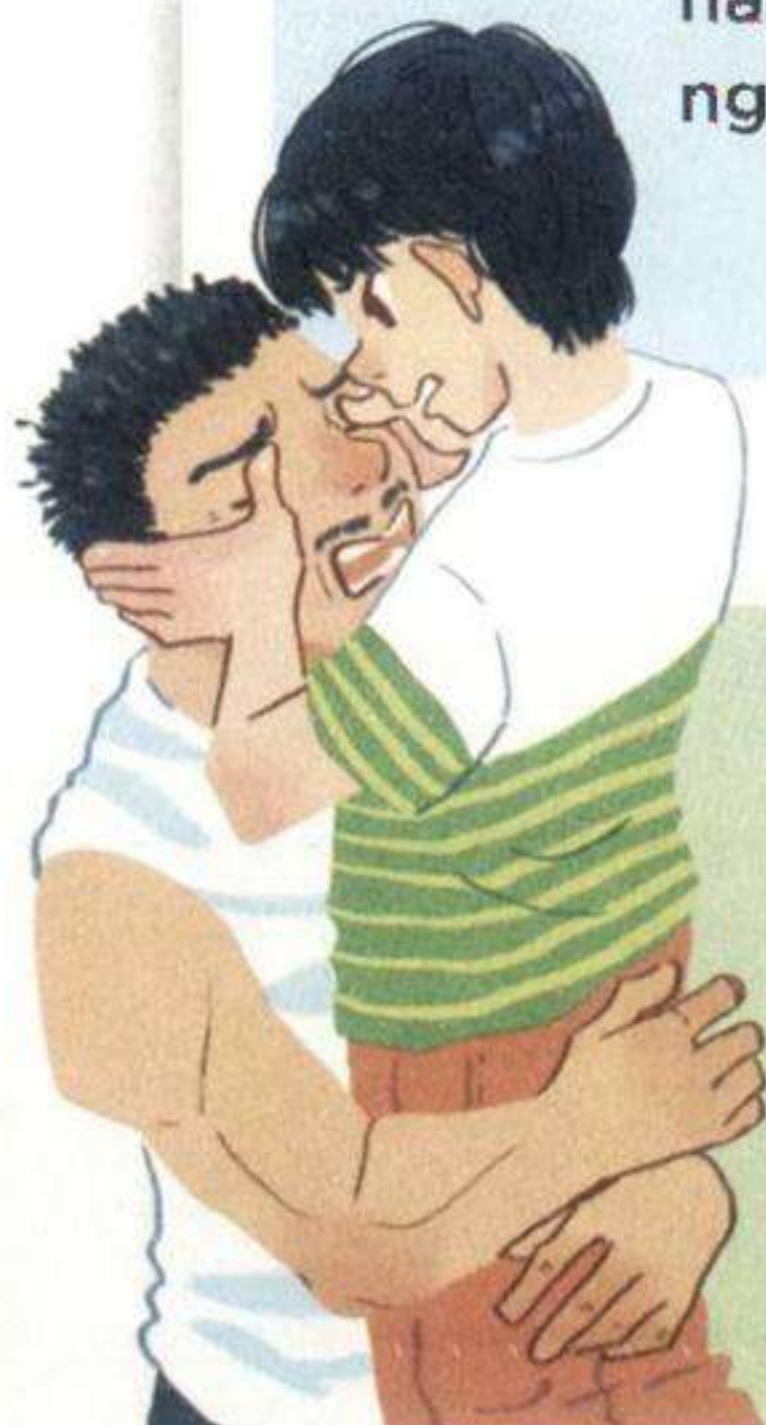
Khi kẻ xấu bắt chợt ôm chặt em từ phía sau, em phải ngồi thật nhanh xuống, kết hợp giơ hai tay thật mạnh lên phía đầu để tháo tung vòng tay của hắn ra khỏi cơ thể mình và bỏ chạy thật nhanh.

Khi bị kẻ xấu nắm chặt cổ tay, em hãy cố gắng giữ thẳng cánh tay, dùng hết sức mình hất tung tay kẻ xấu ra. Ngoài ra, có một cách khác để thoát ra là giật mạnh tay xuống phía dưới. Khi bị nắm chặt hai cổ tay, em cũng có thể thoát thân bằng cách giật mạnh hai tay như vậy.





Trong tình huống khó khăn hơn, đó là khi đối phương nắm trái tay, em phải xoay cổ tay thật mạnh, sau đó nắm vào cổ tay kẻ xấu và bẻ ngược tay chúng lại.



Khi bị kẻ xấu ôm chặt kiểu mặt đối mặt, em dùng hai ngón tay cái ấn mạnh vào mắt đối phương rồi lợi dụng lúc kẻ xấu mất tập trung để thoát ra.

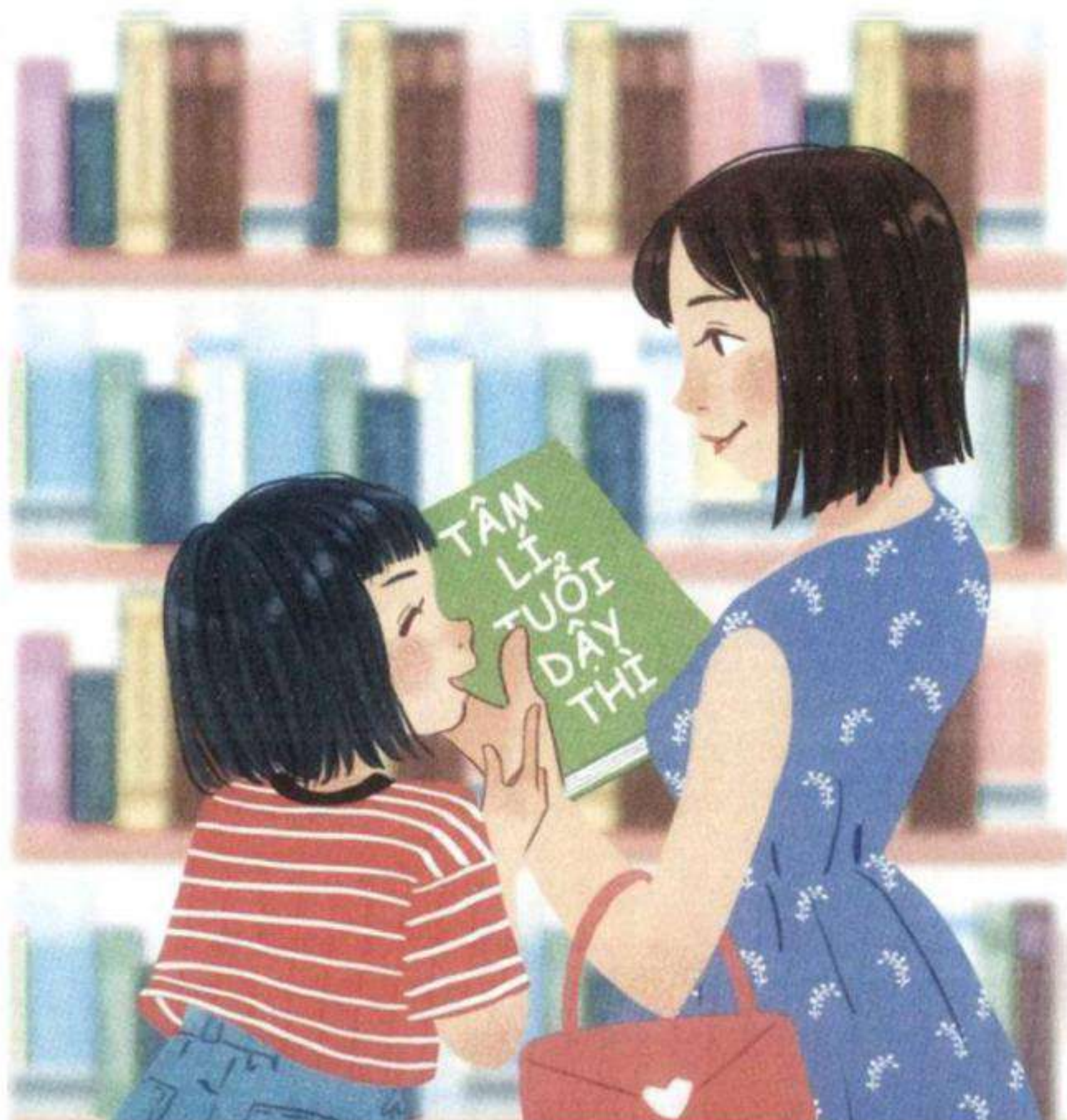


Những cách ứng phó mà em không nên sử dụng:

- **Phớt lờ:** Coi như không có chuyện gì xảy ra (để nó tự biến mất). Đây là cách thức được nhiều người sử dụng nhất nhưng trên thực tế, hành động đó không tự biến mất mà có thể lặp đi lặp lại nhiều lần, với những hậu quả nghiêm trọng hơn.
- **Chối bỏ:** Tự nhủ với bản thân rằng họ chỉ đùa hoặc do vô tình thôi, hoặc họ đang tán tỉnh mình; hay mình nhạy cảm quá... Một số em sử dụng cách thức này nhưng thực chất các em chỉ cảm thấy thoải mái hơn một chút về tinh thần chứ không thay đổi được thực tế.
- **Né tránh:** Xin nghỉ học, xin chuyển lớp, hạn chế những tình huống có nguy cơ phải đối diện với kẻ quấy rối. Cách thức này không có tác dụng lâu dài và sẽ gây ra rất nhiều bất tiện trong cuộc sống của các em.

Cha mẹ có thể làm gì để giúp con tránh nguy cơ bị xâm hại tình dục?

1. Trao đổi với con càng sớm càng tốt về những giới hạn của cơ thể: Không ai được phép sờ, chạm vào bộ phận riêng tư của con hay yêu cầu con sờ, chạm vào bộ phận riêng tư của họ.
2. Luôn quan tâm đến con, cho con thấy rằng cha mẹ hiểu, quan tâm và luôn cố gắng trao đổi thường xuyên với con về mọi vấn đề trong đời sống.
3. Giải thích với con rằng sự thân mật và quan hệ tình dục là điều bình thường khi đã trưởng thành; nhưng ở tuổi vị thành niên việc đó có thể làm nảy sinh nhiều vấn đề phức tạp và thậm chí là phạm pháp.
4. Nhắc nhở con phải có thái độ dứt khoát khi đối mặt với các hành vi bạo động, KHÔNG nghĩa là KHÔNG.
5. Hãy cho con thấy rằng cha mẹ luôn sẵn lòng và vui vẻ khi nói chuyện chứ không ép buộc hay tạo áp lực cho con.
6. Tôn trọng khi con không sẵn sàng trả lời các câu hỏi.
7. Đừng bỏ cuộc nếu con không trả lời bạn lần đầu. Hãy thử lại một vài lần nữa vào dịp khác.



Bài 5

VƯỢT QUA

Cách tìm kiếm sự hỗ trợ và vượt qua (về tâm lý) khi bị xâm hại

CÂU CHUYỆN TÌNH HUỐNG

Dạo này các bạn cùng lớp thấy Phương rất lạ. Trước đây, Phương rất thích chơi cùng các bạn, giờ lại chỉ ngồi một góc, hầu như không nói chuyện, kể cả với bạn cùng bàn. Chưa kể gương mặt lúc nào cũng thất thần, ngơ ngác, sợ hãi. Thảo và các bạn cùng nhóm với Phương cố gắng hỏi mãi mới biết Phương bị kẻ xấu xâm hại. Phương cảm thấy rất xấu hổ, sợ hãi, không biết phải làm gì. Thảo và các bạn cũng vô cùng bối rối, không biết làm sao để giúp Phương.

CÙNG TÌM HIỂU

Em cần làm gì khi bản thân bị xâm hại - và làm gì khi phát hiện bạn khác bị xâm hại?

Trẻ bị xâm hại tình dục thường cảm thấy gì?

1. Bị phản bội (bởi niềm tin đã bị phá vỡ, nhất là khi bị người quen xâm hại)
2. Vô vọng (nhất là với trẻ vị thành niên là nữ, bởi nhiều em tin rằng anh trai, nam giới là phái mạnh thì sẽ bảo vệ phái yếu)
3. Bị lừa dối (khi người khác lợi dụng sự ngây thơ và thực hiện hành vi xâm hại trên danh nghĩa “tình yêu/ sự yêu thương”)
4. Cô đơn: không dám trò chuyện, chia sẻ với ai, tự vật lộn với bản thân và nghĩ mình chắc hẳn đã làm điều gì đó sai
5. Sợ hãi: không dám ở một mình với ai, sợ thấy kẻ xâm hại, sợ người lạ, sợ những nơi khó tìm chỗ ẩn nấp, sợ chơi các “trò chơi”, thậm chí sợ cả giường ngủ...
6. Thấy mình khác biệt, ốm yếu, hoang mang, mất phương hướng, tội lỗi...

Để vượt qua cú sốc này, Phương phải làm gì?

1. Cần biết rằng em không cô đơn, có rất nhiều người bên cạnh, sẵn sàng giúp đỡ em.
2. Em **KHÔNG CÓ LỖI** trong việc này.
3. Em có thể cảm thấy sốc, xấu hổ, có lỗi, giận dữ, lo lắng hoặc trống rỗng, không cảm xúc sau khi bị xâm hại. Đây là những phản ứng bình thường khi em phải trải qua việc như vậy. Tuy nhiên, đừng để những cảm xúc này đi theo em mãi. Hãy tìm kiếm sự trợ giúp để em vượt qua.
4. Hãy chia sẻ với người mà em tin tưởng. Kẻ xấu mong em giữ kín để còn tiếp tục hành vi xấu này với em hoặc với các bạn khác. Vì thế, đừng im lặng.

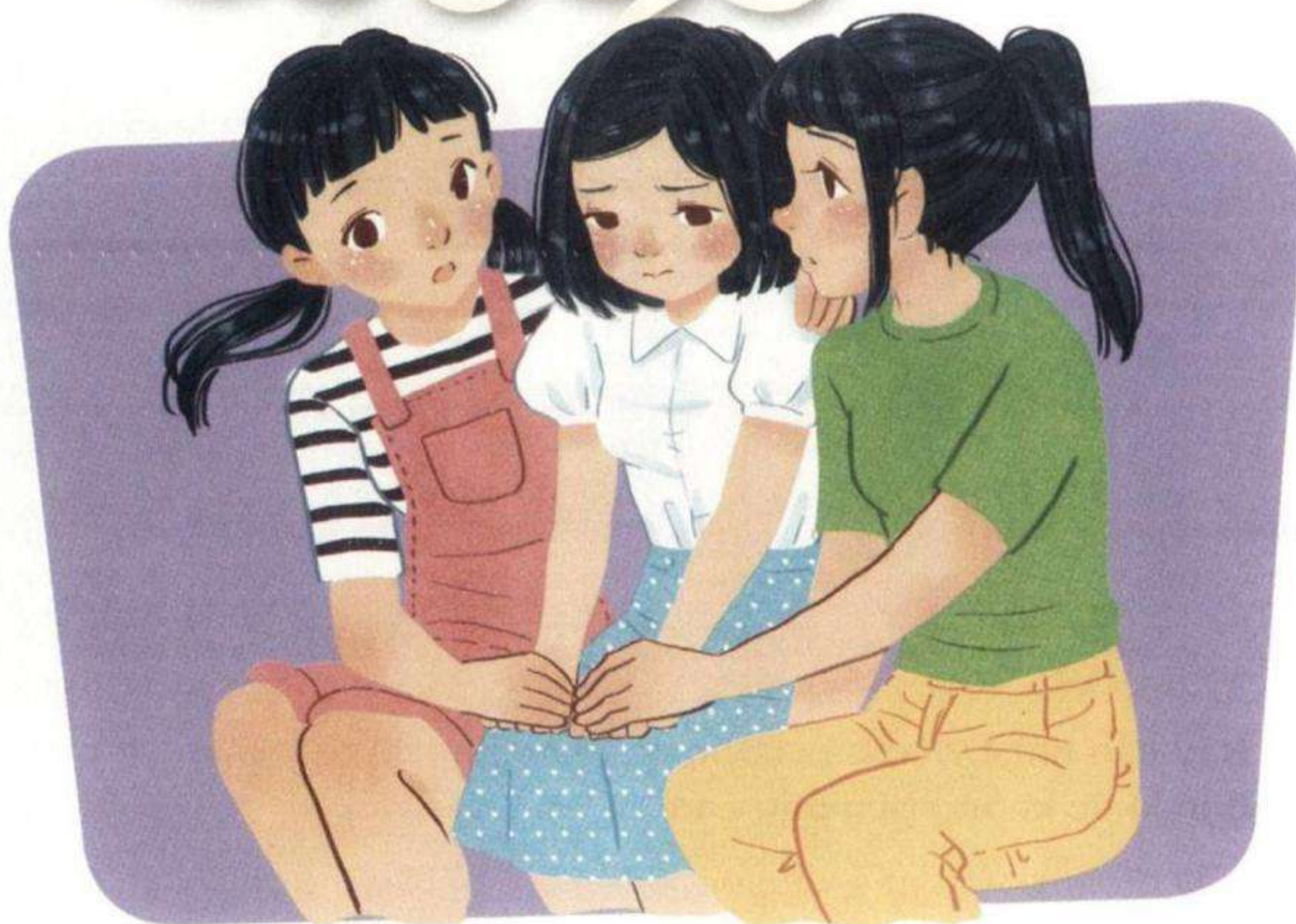


5. Hãy cân nhắc việc báo công an. Việc này có thể giúp ích cho những bạn khác không bị giống em.
6. Hãy điều trị y tế nếu việc đó khiến em bị tổn thương, đau đớn.
7. Hãy tìm kiếm sự tư vấn về tâm lý để em vượt qua được cú sốc này. Đừng tự hàn gắn vết thương một mình. Có những chuyên gia tư vấn tâm lý để giúp đỡ em và các nạn nhân bị xâm hại tình dục. Em hoàn toàn bình thường, chỉ là em cần tìm kiếm sự trợ giúp phù hợp từ người biết cách giúp em vượt qua việc này cả về khía cạnh tâm lý và cảm xúc.

Thảo và các bạn có thể làm gì?

1. Tìm hiểu về vấn đề xâm hại tình dục trẻ em để có thông tin, kiến thức và biết cách tự bảo vệ bản thân cũng như hiểu thêm về việc mà bạn mình đang phải trải qua, đối mặt.
2. Cần quan tâm và tôn trọng các cảm xúc của bạn.
3. Chia sẻ, đồng cảm với bạn.
4. Chấp nhận bạn như một người bình thường. Đừng bao giờ tỏ ra thương hại hay đánh giá bạn mình.
5. Hỗ trợ bạn tìm kiếm thông tin và sự giúp đỡ.

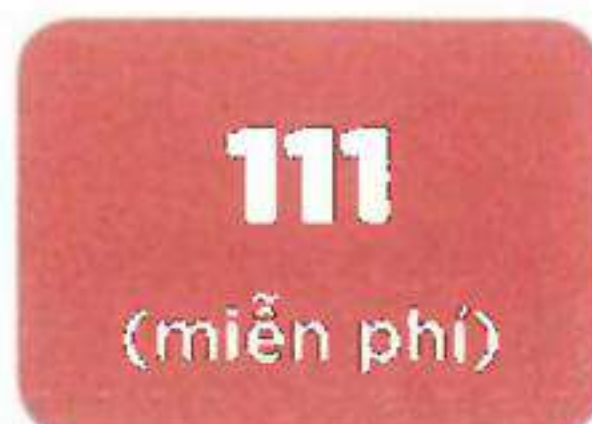
Chúng tớ đã tìm được một trung tâm tư vấn tâm lí đáng tin cậy và sẽ đi cùng cậu đến đó nhé!



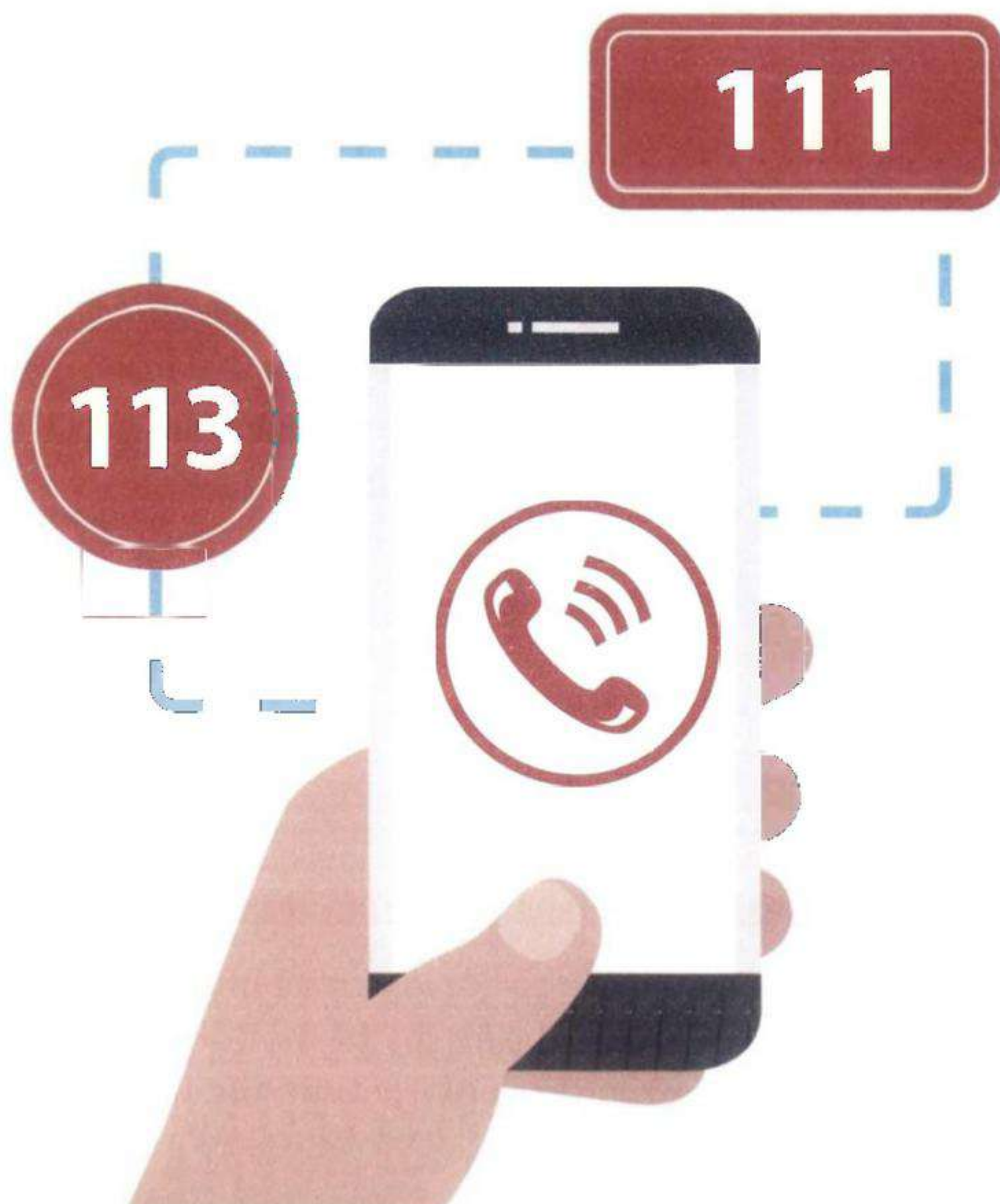
6. Luôn chia sẻ với nhau và cùng nhau giải quyết vấn đề. Khi các em luôn đi cùng một nhóm thì nguy cơ bị xâm hại ở nơi công cộng sẽ giảm. Việc chia sẻ giúp các em hiểu và có thể giúp nhau phòng tránh nguy cơ.

Một số đường dây nóng, địa chỉ để tìm kiếm sự hỗ trợ:

1. Tổng đài quốc gia về bảo vệ trẻ em



2. Đường dây nóng của cảnh sát **113**
3. Trung tâm Công tác xã hội trẻ em các tỉnh/ thành phố
4. Phòng Trẻ em, trực thuộc Sở Lao động - Thương binh và Xã hội các tỉnh/ thành phố
5. Phòng Lao động - Thương binh và Xã hội các quận/huyện
6. Công an các địa phương gần nhất
7. Hội Bảo vệ Quyền trẻ em Việt Nam và các chi nhánh tại các tỉnh



Cùng lên tiếng qua bài hát *Em ơi, hãy kể!*

Chúng mình tự tìm hiểu cách hát và khuyến khích các bạn cùng hát bài hát này để góp phần chia sẻ, giúp đỡ những bạn bị xâm hại tình dục nhé!



Em ơi, hãy kể!



Nếu có một ngày màu mắt em nhuộm buồn

Một điều gì đó làm em bối rối

Cớ chi em sợ, em hay trốn mình?

Tuổi thần tiên thơ ấu chỗ sâu lo!

(Điệp khúc) Hãy kể cho má, và kể cho ba,

Một người nào đó mà em yêu quý

Đừng sầu lo, đừng rơi nước mắt,

Mọi người luôn đứng bên cạnh em

Người bạn lớn là thầy cô giáo,

Cùng chia sẻ, cùng nhau lên tiếng

Kể cho nhau nghe, và ta sẽ nói:

"Rồi mùa xuân sẽ về, ngọt ngào như tuổi thần tiên".

Xin nhắn em đôi lời và mong em nhớ giữ:

Ở nhà, công viên hay đường đi đến lớp

Có ai dối lừa làm cho em bất bình

Là điều em nên nói cùng tôi.

(Điệp khúc)

GÓC CHA MẸ

Nên làm gì khi phát hiện trẻ bị xâm hại tình dục?

Vấn đề xâm hại tình dục vẫn được coi là vấn đề nhạy cảm, kể cả ở những nước phát triển. Chính việc coi đây là "bí mật" hay sự phủ nhận của nhiều cộng đồng đối với vấn đề xâm hại tình dục trẻ em đã dung túng

cho vấn nạn này tiếp diễn ngày càng nghiêm trọng. Việc nhiều cộng đồng miễn cưỡng can thiệp vào các “vấn đề riêng tư của gia đình” hay sự ảo tưởng về việc duy trì hình tượng “gia đình là nơi an toàn” đã góp phần che giấu và bỏ qua cho tình trạng xâm hại tình dục trẻ em đang lan tràn. Vì thế, chúng ta cần lên tiếng và góp phần bảo vệ trẻ em.

Cha mẹ/ thầy cô giáo không bao giờ mong muốn chuyện này xảy ra với con em hay học trò của mình. Tuy nhiên, khi chuyện đó xảy ra, chúng ta cần bình tĩnh và tham khảo một số gợi ý sau để giúp các con vượt qua cú sốc:

1. Kiểm chế cảm xúc của mình, tập trung vào việc trấn an trẻ, tuyệt đối tránh việc đánh mắng hay đổ lỗi cho trẻ.
2. Nhẹ nhàng hỏi xem con có đau ở đâu không, đau như thế nào và ai làm con đau. Tuy nhiên, tránh việc hỏi đi hỏi lại trẻ vì như vậy sẽ làm cho trẻ phải nhớ lại sự việc nhiều lần, càng thêm vết đen tâm lí.
3. Kiểm tra sơ bộ toàn thân trẻ xem có bị thương ở đâu không. Nếu nghi ngờ có tổn thương ở cơ quan sinh dục, tốt nhất nên đưa con đi giám định tại cơ sở y tế, và giữ nguyên trạng đồ lót, quần áo của con nếu phát hiện sự việc ngay sau khi xảy ra để làm bằng chứng. Đồng thời có các điều trị y tế nếu cần.
4. Nếu phát hiện con có bất ổn về tâm lí thì nên đưa con đến các trung tâm tư vấn, trị liệu tâm lí.
5. Nên trình báo cơ quan công an. Việc lên tiếng sẽ góp phần bảo vệ chính con bạn khỏi rơi vào tình trạng này lần nữa cũng như bảo vệ các trẻ em khác.
6. Dành nhiều thời gian cho con, cố gắng trò chuyện và tạo nhiều niềm vui cho con nhằm giúp con quên đi chuyện đã xảy ra. Cần nhắc việc thay đổi môi trường học tập hoặc môi trường sống để tránh cho trẻ phải chịu áp lực tâm lí khi có thể có nhiều người biết chuyện của trẻ.
7. Trang bị cho con các kĩ năng để con tránh bị xâm hại lần nữa.
8. Cha mẹ cũng có thể cần được giúp đỡ về tâm lí khi con mình bị xâm hại. Đừng ngại ngần tìm đến chuyên gia hoặc có thể chia sẻ với người mà bạn tin tưởng.
9. Hãy kiên nhẫn với con và với chính bản thân mình để có thể cùng nhau vượt qua một cách nhẹ nhàng nhất.

MỤC LỤC

	TRANG
Lời nói đầu	2
Bài 1. Lớn lên	4
Bài 2. Các hành vi báo động nguy cơ bị xâm hại tình dục	11
Bài 3. Nhận diện thủ phạm và các hành vi xâm hại tình dục	17
Bài 4. Ứng phó với xâm hại tình dục	24
Bài 5. Vượt qua	30

Chịu trách nhiệm xuất bản:

Chủ tịch Hội đồng Thành viên NGUYỄN ĐỨC THÁI

Tổng Giám đốc HOÀNG LÊ BÁCH

Chịu trách nhiệm nội dung:

Tổng biên tập PHAN XUÂN THÀNH

Tổ chức và chịu trách nhiệm bản thảo:

Phó Tổng biên tập NGUYỄN HIỀN TRANG

Giám đốc CTCP Dịch vụ xuất bản Giáo dục Hà Nội PHẠM THỊ HỒNG

Biên tập nội dung và sửa bản in: VŨ THỊ MINH HẢI

Thiết kế sách và minh họa: THU THUY

Công ty cổ phần Dịch vụ xuất bản Giáo dục Hà Nội –

Nhà xuất bản Giáo dục Việt Nam giữ quyền công bố tác phẩm.

Đơn vị phối hợp thực hiện: Công ty cổ phần Đầu tư và Xuất bản Giáo dục.

HƯỚNG DẪN PHÒNG CHỐNG XÂM HẠI TÌNH DỤC TRẺ EM (DÀNH CHO HỌC SINH TRUNG HỌC CƠ SỞ)

Mã số: C2G18h9

In 10.000 bản (QĐ 05/STK), khổ 17 x 24cm.

In tại Công ty cổ phần In Phú Thọ, Số in: 1127.

Địa chỉ: Đ. Nguyễn Thái Học - P. Gia Cẩm - TP. Việt Trì - T. Phú Thọ

Số ĐKXB: 444-2019/CXBIPH/16-120/GD.

Số QĐXB: 1550/QĐ-GD-HN ngày 04 tháng 05 năm 2019.

In xong và nộp lưu chiểu Quý II năm 2019.

Mã số ISBN: 978-604-0-16236-6



NHÀ XUẤT BẢN GIÁO DỤC VIỆT NAM
CTCP ĐẦU TƯ VÀ XUẤT BẢN GIÁO DỤC
187B Giảng Võ - Quận Đống Đa - TP. Hà Nội
Tel: 024.3564 1188 - Fax: 024. 3564 2435



Tìm đọc bộ sách
**HƯỚNG DẪN PHÒNG CHỐNG
XÂM HẠI TÌNH DỤC TRẺ EM**



ISBN 978-604-0-16236-6



9 786040 162366

Giá: 15.000đ

