

MỘT GIA ĐÌNH AN TOÀN HƠN. MỘT THẾ GIỚI AN TOÀN HƠN.

Tài liệu dành cho phụ huynh và người chăm sóc trẻ ở độ tuổi 0-12 về phòng chống quấy rối tình dục

Tập tài liệu này là dành cho phụ huynh, người chăm sóc trẻ và các người lớn khác để giúp họ phòng chống việc quấy rối tình dục ở trẻ. Một số lo ngại lớn của phụ huynh là con cái của họ bị tổn thương hoặc bị quấy rối. Chúng ta không thể lúc nào cũng kiểm soát được cách người khác đối xử với trẻ, và trẻ cũng không thể kiểm soát cách người khác đối xử với họ. Tuy nhiên, chúng ta luôn kiểm soát các hành vi của bản thân và chúng ta có thể giúp trẻ học cách làm tương tự. Là phụ huynh hoặc người chăm sóc trẻ, quý vị là người tốt nhất để dạy trẻ biết cách họ đối xử với người khác và cách họ nên được đối xử. Trẻ nhìn thấy quý vị cư xử mỗi ngày!

Trong tập tài liệu này, quý vị sẽ tìm thấy các ý tưởng để nói chuyện về quấy rối tình dục và sự an toàn. Các cuộc nói chuyện này sẽ làm mối quan hệ giữa quý vị và trẻ được gắn bó hơn và có thể giúp phòng chống quấy rối. Tuy nhiên, cho dù gia đình nói về vấn đề này, đôi khi trẻ vẫn bị quấy rối. Tập tài liệu này cũng nói về những gì cần làm khi việc quấy rối xảy ra.

Tất cả chúng ta đều đóng một vai trò trong việc tạo một gia đình an toàn hơn và một thế giới an toàn hơn. Xin hãy liên lạc với chúng tôi nếu quý vị cần giúp đỡ - chúng tôi luôn hân hạnh để nói chuyện cùng quý vị.

Harborview Center for Sexual Assault and Traumatic Stress

www.hcsats.org

206-744-1600



LÀM THẾ NÀO ĐỂ TÔI...

- ▶ Nói cho trẻ biết **tên thích hợp của các bộ phận trên cơ thể** rất hữu ích, bao gồm cả bộ phận sinh dục. Bằng cách dạy những từ này, quý vị cho trẻ biết rằng việc sử dụng các từ này rất bình thường và trẻ có thể nói với quý vị khi có vấn đề gì xảy ra với các bộ phận của cơ thể.
- ▶ Chỉ cho trẻ biết một số **bộ phận trong cơ thể là bộ phận kín**. Bộ phận kín của cơ thể thường là những nơi được che bởi đồ bơi.
- ▶ Trẻ thường có thắc mắc về việc trẻ con đến từ đâu, cách họ lớn lên, đi vệ sinh, bộ phận trong cơ thể và cách giữ cơ thể sạch sẽ. **Trẻ cần phải có câu trả lời cho các vấn đề này**. Quý vị cần phải suy nghĩ trước về cách quý vị muốn trả lời các câu hỏi này một cách trực tiếp và phù hợp với độ tuổi.
- ▶ Làm sao quý vị biết khi trẻ sẵn sàng để nói về các vấn đề này? **Nếu trẻ đặt câu hỏi, đây là dấu hiệu họ đã sẵn sàng!** Cung cấp một ít thông tin căn bản cho trẻ nhỏ và chờ xem họ có thắc mắc thêm. Điều quan trọng là những gì quý vị nói là đúng và thành thực.
- ▶ Tỉnh thoảng **các trò chơi giống như liên quan đến tình dục** xảy ra ở trẻ nhỏ, giống như trò chơi gia đình, hoặc làm bác sĩ. Trẻ khám phá thân thể và chạm vào các bộ phận của cơ thể mình cũng xảy ra. Quý vị có thể tạo ra giới hạn và quy tắc về việc đụng chạm, và chúng ta sẽ thảo luận thêm ở phần kế tiếp. Nếu quý vị không chắc các hành vi liên quan đến tình dục của trẻ là bình thường, quý vị có thể gọi cho chúng tôi.
- ▶ Có rất nhiều **cuốn sách tốt** mà gia đình có thể đọc cùng với nhau về vấn đề cơ thể, trẻ con và an toàn. Hãy viếng thăm trang web của chúng tôi **www.hcsats.org** và nhấn vào “Resources” để biết danh sách các quyển sách hay.

“Cơ thể của mỗi người khác nhau và rất đặc biệt.”

“Cơ thể của bạn thuộc về bạn. Chăm sóc cho cơ thể và giữ cơ thể sạch sẽ, khỏe mạnh là điều quan trọng.”

“Ba mẹ không biết câu trả lời cho câu hỏi này nhưng ba mẹ vui khi con hỏi. Ba mẹ sẽ tìm một quyển sách về vấn đề này và chúng ta sẽ cùng nhau tìm hiểu.”

“Em bé lớn từ từ cùng của người phụ nữ.”

“Nhìn và chạm vào cơ thể của bạn là chuyện bình thường. Bạn có thể làm việc này ở phòng ngủ của bạn hoặc phòng vệ sinh”

...NÓI VỀ TÌNH DỤC LÀNH MẠNH

Tìm cơ hội để tạo mô hình cho sự đồng ý. Nó có thể giúp cho trẻ có cơ hội để quyết định cách họ muốn chia sẻ cơ thể của họ hoặc nếu họ không muốn.

“Ba mẹ hy vọng con có một ngày vui ở trường. Ba mẹ muốn ôm con, nhưng chúng ta cũng có thể làm high five. Con muốn tạm biệt ba mẹ thế nào?”

“Anh ấy trông rất buồn. Con có muốn hỏi anh ấy nếu anh muốn ôm hoặc anh ấy có cần con làm gì để anh ấy dễ chịu hơn?”

Dạy cho trẻ làm thế nào để hiểu các lời nói có ý nghĩa là không được, và làm thế nào để nhận biết cảm xúc của người khác.

“Mèo thường thích được vuốt ve trên lưng. Nhưng nếu nó đi chỗ khác hoặc dựng đôi tai thẳng lên, có nghĩa là nó không thích nữa và con cần phải ngưng lại.”

“Khi con vật lộn với bạn, nhìn vào gương mặt của bạn. Xem liệu bạn đang vui vẻ? Bạn con đang mỉm cười hoặc cười to? Khi con ngưng lại một giây, bạn con có nói với con là bạn ấy muốn chơi tiếp không?”

Thiết lập quy định về an toàn cơ thể trong quy tắc trong nhà của quý vị.

“Không được sờ mó các bộ phận kín của người khác hoặc để cho mọi người thấy bộ phận kín của mình. Bởi vì những bộ phận này là bộ phận kín. Những người khác cũng phải tuân theo quy định này.”

“Nếu con cảm thấy không an toàn hoặc không thoải mái, con có thể tạo ra một lý do để con rời nơi không an toàn này.”

Tạo cơ hội trong cuộc nói chuyện để trẻ có thể thông báo.

“Nếu có ai sờ vào bộ phận kín của con hoặc vi phạm các quy định trong gia đình mình, con luôn luôn phải nói với ba mẹ. Con sẽ không bị phạt gì.”

“Ba mẹ là người giữ an toàn cho con. Vì thế con luôn có thể nói cho ba mẹ biết nếu bất kỳ ai làm cho con đau, buồn, bối rối hoặc không thoải mái. Cho dù đó là người ba mẹ thích hoặc là con thích.”

Nói cho người khác biết những gì quý vị đang dạy con quý vị. Chia sẻ thông tin này với các phụ huynh khác, giáo viên của con quý vị, nơi giữ trẻ, người giữ trẻ ở nhà, ông bà và người thân.

“Chúng tôi đang dạy cho con chúng tôi về sự đồng ý. Chúng tôi muốn yêu cầu quý vị hỏi con tôi trước khi ôm hoặc hôn nó để nó biết là nó có chọn lựa về việc chia sẻ cơ thể. Chúng tôi không muốn nó ôm hoặc hôn ai nếu nó không muốn.”

“Chúng tôi đang dạy con chúng tôi về an toàn cơ thể. Chúng tôi nói cho nó biết rằng nó có thể nói với chúng tôi nếu có gì hoặc có ai làm cho nó khó chịu.”

...DẠY SỰ ĐỒNG Ý, RANH GIỚI VÀ SỜ MÓ

Trẻ nghe rất nhiều điều bên ngoài, những vấn đề ảnh hưởng đến cách họ nghĩ con người phải nên làm. Một số những điều trẻ nghe thấy không lành mạnh và có thể **dạy trẻ đối xử xấu với người khác**. Quý vị có thể nói với trẻ về những gì họ thấy trong TV hoặc nghe từ bạn. Quý vị có thể **tranh đấu về vai trò của giới tính và trẻ em thiếu tiếng nói**. Điều quan trọng là trẻ không nghe các lời phê phán về tình dục của người lớn và thanh thiếu niên. Trẻ cũng không nên xem TV hoặc phim có nội dung tình dục.

Đối xử nam nữ bình đẳng với cùng quy tắc và kỳ vọng rất là quan trọng. Một số thông điệp về nam có hại như họ luôn phải có quyền lực và không thể thể hiện cảm xúc. Thông điệp về nữ có hại là họ yếu đuối, quá xúc động và bề ngoài của họ là quan trọng. Quấy rối tình dục có nhiều khả năng xảy ra khi cộng đồng tin tưởng vào các thông điệp này.

“Nam có thể...”

- buồn bã
- nhạy cảm với cảm xúc của người khác
- biểu lộ tâm sự
- chăm sóc người khác
- lịch sự
- là người bạn tốt
- chơi bất kỳ trò chơi nào họ thích

Tất cả trẻ
đều có thể
làm các
điều này!

“Nữ có thể...”

- chơi mạnh bạo
- tức giận
- mạnh mẽ
- cứu người khác
- trở lãnh lãnh đạo
- tạo ra quy tắc
- chơi bất kỳ trò chơi nào họ thích

Phụ huynh có quyền tạo ra quy định và kỳ vọng cho con mình. Tuy nhiên phải để cho trẻ biết **đôi khi họ có thể không đồng ý**, và **ý kiến của họ được nghe** cũng rất quan trọng. Điều này bảo vệ họ không bị quấy rối. Người quấy rối có thể tận dụng việc trẻ không biết cách từ chối người lớn. Quý vị có thể cho con quý vị thấy quý vị tôn trọng ý kiến của họ ngay cả khi thực thi quy tắc. Cho phép trẻ thỉnh thoảng không đồng ý với quý vị để thực hành việc từ chối và việc tự chọn lựa cho bản thân. Điều quan trọng là trẻ có thể nói lên khi một người nào đó không được an toàn.

“Ba mẹ làm sai và ba mẹ xin lỗi.
Ba mẹ không biết đã làm con
xấu hổ. Cảm ơn con đã nói cho
be mẹ biết cảm nghĩ của con.”

“Ba mẹ tôn trọng ý của con
và ba mẹ sẽ ngưng vì con
đã yêu cầu ba mẹ.”

“Những gì con có thể làm nếu
một người nào đó chạm vào
con một cách con không thích?
Nếu có ai đó yêu cầu con làm
việc gì đó mà không đúng quy
tắc trong nhà mình?”

...TRANH ĐẤU THÔNG ĐIỆP CỦA XÃ HỘI

Nói chuyện với con quý vị chỉ là một phần trong việc phòng chống. Một phần quan trọng trong việc phòng chống là chú ý vào **các hành vi đáng quan tâm từ người lớn và thiếu niên**. Luôn luôn biết con mình ở với ai, họ đang ở đâu và những ai khác có ở đó là điều rất quan trọng. Tránh việc để trẻ lớn coi trẻ nhỏ trong một thời gian dài mà không có sự quan sát của người lớn. **Người quấy rối thường là những người trẻ biết**, và thường xảy ra bí mật. Nên biết rằng trẻ có thể bị quấy rối bởi trẻ khác và người lớn bao gồm cả người ở trong nhà hoặc người làm việc tại trường và các chương trình dành cho trẻ. Nếu hành vi của một người nào đó làm quý vị cảm thấy không thoải mái, **tin giác quan của quý vị** và không để con quý vị ở một mình với người đó. Người quấy rối thường có bề ngoài hiền lành để họ có thể tạo ra một mối quan hệ gần gũi và tin cậy với trẻ.

Ví dụ về các hành vi đáng lo ngại ở người lớn:

- ▶ **Quan tâm đặc biệt:** bày tỏ tình cảm và lời khen ngợi đến một trẻ (hoặc một nhóm nhỏ)
- ▶ **Đối xử đặc biệt:** tặng quà và ưu đãi đặc biệt hoặc cho phép trẻ phạm luật
- ▶ **Tập trung vào trẻ:** chạm vào trẻ thường xuyên khi chơi, dường như thân với trẻ hơn người lớn, có quan hệ chặt chẽ với một trẻ mà không bao gồm phụ huynh hoặc người chăm sóc trẻ
- ▶ **Không có ranh giới:** không ngừng lại khi trẻ có vẻ không thoải mái hoặc yêu cầu dừng lại; nói về các vấn đề tình dục hoặc mối quan hệ cá nhân
- ▶ **Bí mật:** yêu cầu trẻ giữ bí mật, tìm cơ hội hoặc địa điểm để được ở một mình với trẻ

Làm thế nào để nói chuyện với người có hành vi đáng lo ngại về ranh giới với trẻ:

- ▶ “Có vẻ như đứa bé không còn thích trò chơi này nữa.”
- ▶ “Tôi cảm thấy không thoải mái khi bạn nói chuyện với các em về vấn đề _____”
- ▶ “Xin hãy để cửa mở khi bạn chơi với trẻ. Mặc dù bạn ở đây nhưng tôi vẫn muốn nhìn thấy trẻ.”
- ▶ “Khi bạn nói về thân thể của trẻ và gọi nó là “tán tỉnh” tôi thấy khó chịu.”

Một cách để ngăn ngừa quấy rối tình dục trước khi nó xảy ra là **phải lên tiếng khi quý vị thấy các hành vi đáng quan tâm**. Điều này cũng là một ví dụ tốt để con quý vị thấy quý vị làm những việc này. Hầu hết tất cả mọi người sẽ hiểu và sẽ ngừng các hành vi đáng quan tâm. Mặt khác, người quấy rối sẽ tự biện bạch hoặc nói là quý vị quá nhạy cảm. Họ vẫn có thể tiếp tục các hành vi mặc dù quý vị đã lên tiếng hoặc họ sẽ trở nên bí mật hơn. Nếu điều này xảy ra, hãy trong chừng trẻ khi có mặt người này. Nói chuyện với bạn bè hoặc người gia đình. Gọi cho trung tâm của chúng tôi (hoặc chương trình quấy rối tình dục địa phương) để được hướng dẫn.

...ĐỂ Ý DẤU HIỆU CỦA NGƯỜI BỊ QUẤY RỐI

Quý vị có thể bắt đầu **NGAY BÂY GIỜ**. Cho con quý vị biết là quý vị luôn bảo vệ họ, sẵn sàng trả lời thắc mắc hoặc lo ngại họ có cho dù chỉ là vấn đề nhỏ. Lắng nghe họ. Khi họ đến với quý vị với một lo lắng hoặc vấn đề gì, hãy nói cho họ biết là quý vị rất vui khi họ nói cho quý vị. Họ có thể cảm thấy thoải mái khi nói với quý vị các vấn đề lớn hơn nếu họ cảm thấy quý vị chịu lắng nghe các vấn đề nhỏ của họ.

Mặc dù chúng ta nỗ lực để bảo vệ trẻ, quấy rối tình dục vẫn có thể xảy ra. Sự quan tâm hỗ trợ của quý vị rất quan trọng. Trẻ có thể và sẽ phục hồi từ việc bị quấy rối. Chúng tôi có thể giúp cho con quý vị và giúp quý vị.

▶ Nếu quý vị nghi ngờ con mình bị quấy rối tình dục, nhưng quý vị không chắc chắn, hãy để ý quan sát kỹ. Quan sát sự thay đổi tâm trạng của họ. Tạo điều kiện cho con trẻ nói trong cuộc nói chuyện: “con có thể nói với ba mẹ nếu có gì đang làm phiền con”. Gọi cho chúng tôi (hoặc chương trình quấy rối tình dục địa phương) để được hướng dẫn.

▶ Nếu con quý vị nói với quý vị rằng họ đang bị sờ mó hoặc quấy rối tình dục, quý vị sẽ có sự hoài nghi và cảm thấy khó chịu là chuyện bình thường. Điều quan trọng là bình tĩnh và tin con quý vị. Quý vị có thể nói với trẻ là quý vị vui khi họ nói cho quý vị biết.

▶ Khi một trẻ báo việc quấy rối tình dục, quý vị không được cho phép sự liên lạc mà không có sự giám sát với người quấy rối. Quý vị có thể gọi cho cảnh sát hoặc Child Protective Services để báo cáo. Quý vị có thể dẫn trẻ đi thử nghiệm để xem cơ thể của trẻ có bị ảnh hưởng gì không và cũng để thu thập chứng cứ. Quý vị có thể gọi cho chúng tôi để được hỗ trợ.

▶ Nếu quý vị lo lắng hành vi của con quý vị về tình dục hoặc sờ mó người khác một cách không thích hợp, hãy tìm sự giúp đỡ từ người có chuyên môn. Nói chuyện với trẻ về quy tắc an toàn thân thể và nơi nào đụng chạm được nơi nào không đụng chạm được. Dạy và bắt thi hành theo nguyên tắc như là các quy tắc khác về an toàn và tôn trọng. Gọi cho chúng tôi (hoặc chương trình quấy rối tình dục địa phương) để được hướng dẫn.

Thông tin bổ sung:

- Washington Coalition of Sexual Assault Programs: www.wcsap.org
- National Child Traumatic Stress Network: www.nctsn.org
- Để biết thêm thông tin, xin vào www.hcsats.org. Nhân vào “Resources”

Harborview Center for Sexual Assault and Traumatic Stress
Văn phòng ở Seattle, Redmond, Bellevue, and Shoreline
Phục vụ bao gồm: kiểm tra y tế,
giúp đỡ khi khủng hoảng và tư vấn

www.hcsats.org
206-744-1600

UW Medicine
HARBORVIEW
MEDICAL CENTER

Dự án này được hỗ trợ bởi Seattle Children's
and the Molteni Family Endowment

 **Seattle Children's**
HOSPITAL • RESEARCH • FOUNDATION

...GIẢI QUYẾT VẤN ĐỀ KHI TRẺ BỊ QUẤY RỐI TÌNH DỤC