**Bài tuyên truyền phòng tránh xâm hại tình dục trẻ em**

****

**Xâm hại tình dục là một hành động trái pháp luật. Nó không chỉ gây tổn thương thể chất và những hậu quả nhất thời mà còn có thể ảnh hưởng lâu dài.**

Những hậu quả lâu dài biểu hiện từ nhẹ đến những rối loạn rất nặng. Những rối loạn này không chỉ liên quan đến sức khỏe sinh sản mà còn liên quan đến khả năng học tập, khả năng hòa nhập cũng như đối với sức khỏe tâm thần của trẻ.

Tùy thuộc vào mức độ của lạm dụng tình dục mà trẻ có thể biểu hiện sợ hãi và lo lắng trước người khác giới hoặc trước những vấn đề liên quan đến tình dục và có thể biểu hiện những hành vi tình dục không đúng mực.

Về mức độ ảnh hưởng tâm lý lâu dài, trẻ em từng là nạn nhân bị xâm hại tình dục, có nguy cơ bị tự tử, uống thuốc quá liều, bị rối loạn lo âu, trầm cảm, mất ngủ, lệ thuộc các thuốc/chất gây nghiện (rượu, thuốc lá, các thuốc kích thích...), các bệnh tâm lý tâm thần cao hơn nhiều so với các trẻ khác. Và rất nhiều người gặp rất nhiều khó khăn trong đời sống tình dục sau này.

Hãy chỉ ra cho trẻ thấy những nơi vắng vẻ, những nơi người xung quanh khó nhìn thấy và những nơi mọi người được tự do ra vào thường là những nơi có tiềm ẩn những nguy hiểm cao. 70% trường hợp bị xâm hại xảy ra là khi trẻ em chỉ có một mình. Trong đó, khoảng hơn một nửa số vụ xảy ra trong khoảng thời gian từ 3 giờ tới 6 giờ chiều...

***Các biện pháp phòng ngừa như:***

***+ Trẻ không nên chơi một mình ở công viên và những nơi công cộng;***

***+ Không đi một mình đến những địa điểm vắng người  hoặc những nơi người xung quanh khó nhìn thấy;***

***+ Không đi một mình qua đường vắng và thiếu ánh sáng;***

***+ Trước khi đi đâu các em nên ghi chú lên bảng thông báo hoặc giấy ghi chú cho gia đình biết thời gian đi và thời gian về, mình đi đâu địa chỉ nơi mình đi đến và số điện thoại liên hệ (nếu có) càng tốt.***

Chúng ta cũng nên nhấn mạnh rằng khi bị cuốn vào nơi dễ bị xâm hại thì phải biết cách cầu cứu, phát tín hiệu cho mọi người xung quanh biết mình đang gặp nguy hiểm…

Đặc biệt, công an và mọi người xung quanh luôn luôn sẵn sàng hành động giúp đỡ khi thấy trẻ em gặp nạn. Làm cho các em đừng bao giờ nghĩ rằng mình bị bỏ rơi, bị đơn độc mà buông xuôi.

Ngoài ra để bảo đảm cuộc sống an toàn và phòng tránh trẻ bị xâm hại thì phải tập cho trẻ thói quen biết cân nhắc môi trường nguy hiểm, tránh đến nơi dễ xảy ra tội phạm.

Ở nước ta, nhân những vụ xâm hại giới tính trẻ em xảy ra có phần gia tăng dạo gần đây vấn đề này mới được dư luận xã hội quan tâm. Nhưng, nói về trách nhiệm và cách phòng ngừa thì chúng ta dường như đang “bơi” trong một rừng các ý kiến, các lời khuyên của nhiều chuyên gia.

Có bao nhiêu thầy cô và cha mẹ đã từng hỏi con em học sinh những câu hỏi như: khi đi bộ trên đường, khi vui chơi trong công viên hoặc những khu vực công cộng tại địa phương... có điều gì làm cho con em lo lắng sợ hãi, để nghe con bộc bạch hay không? Rõ ràng là còn ít.

Trong lúc có những câu hỏi của cha mẹ như: con ăn chưa, con uống sữa chưa, con làm bài tập chưa… quá nhiều đến nỗi làm con phát ngán.

Trẻ thường không nói với người lớn khi bị xâm hại vì nhiều lý do và thường giữ im lặng về việc bị xâm hại. Vì vậy, hãy quan sát các dấu hiệu, đừng chờ trẻ nói ra.

**Bắt đầu trò chuyện về giới tính khi trẻ 2 tuổi**

Theo các chuyên gia giáo dục giới tính, hãy bắt đầu trò chuyện về giới tính khi trẻ 2 tuổi. Điều này nghe có vẻ sớm, nhưng trẻ em dưới 12 tuổi có nguy cơ bị xâm hại nhiều nhất khi 4 tuổi. Ngay cả khi trẻ chưa thể nói tốt nhưng ở độ tuổi này, trẻ đang trong quá trình tìm hiểu và khám phá những điều xung quanh. Hãy cho trẻ biết rằng, cơ thể trẻ thuộc về chính bé. Không ai có quyền làm bất cứ điều gì với cơ thể bé mà khiến bé khó chịu. Nếu ai cố tình, trẻ cần biết nói “Không”.

Khi tắm cho trẻ, hãy nói cho trẻ biết rằng, không một ai có thể được nhìn hay chạm vào vùng kín của con, trừ một số người như bác sĩ, y tá hay bố mẹ. Tuy nhiên, bác sĩ y tá cần phải mặc đồng phục và đang trong giờ khám chữa bệnh, phải giải thích được cho con là họ cần chạm vào để làm gì và cần có sự đồng ý của con.

Cha mẹ hãy giải thích cho trẻ về sự khác biệt giữa những bí mật "tốt" và "xấu". Những câu như “Đây là bí mật của riêng hai chú cháu mình" thường của những kẻ lạm dụng khiến trẻ con cảm thấy lo lắng và sợ không dám kể cho ai khác nghe. Những bí mật "tốt" có thể là món quà hay bữa tiệc. Những bí mật "xấu" là cái khiến con cảm thấy buồn, lo lắng, sợ hãi và con cần nói ra.

Hãy nói với con khi nào bé cảm thấy buồn, lo lắng, sợ hãi, bé nên lên tiếng với người bé tin tưởng, có thể nói với bố mẹ, hay chị gái, cô giáo...

**Những dấu hiệu cảnh báo trẻ có nguy cơ bị xâm hại tình dục**

Trẻ thay đổi tâm trạng, thu mình hơn, cáu giận bất thường hay trở nên hung hăng; Sợ hãi một người hoặc một nơi đặc biệt nào đó, phản ứng không bình thường từ trẻ khi trẻ được hỏi chúng có tiếp xúc đụng chạm với một người nào đó không; Đi tiêu, tiểu khó, ra máu; thấy vệt máu trên quần áo trẻ; trẻ ít tắm, sợ tắm sợ thay đồ; trẻ khó ngủ, gặp ác mộng và hay tè dầm; trẻ hay vẽ những hình vẽ liên quan đến hành vi tình dục; bỗng hiểu rõ bộ phận sinh dục, các hoạt động tình dục cũng như các từ ngữ liên quan…

***Quy tắc bàn tay được chia thành 5 vòng tròn giao tiếp mà cha mẹ cần dạy trẻ để giúp trẻ tự bảo vệ mình:***

***1. Chỉ người thân ruột thịt trong gia đình như ông bà, bố mẹ, anh chị em ruột mới được ôm hôn con.***

***2. Với bạn bè, thầy cô, họ hàng chỉ được nắm tay con.***

***3. Khi gặp người quen chỉ bắt tay.***

***4. Nếu đó là người lạ chỉ vẫy tay.***

***5. Xua tay không tiếp xúc, thậm chí hét to và bỏ chạy nếu những người xa lạ mà bé cảm thấy bất an, tiến lại gần và có cử chỉ thân mật.***

Theo TS Vũ Thu Hương - Khoa Giáo dục Tiểu học, ĐH Sư phạm Hà Nội, ***các bậc cha mẹ nên cho con mặc đồ lót từ sớm, khoảng 3 tuổi, rồi dặn con khu vực bên trong đồ lót là bất khả xâm phạm, ai động vào khu vực đó mà chưa có sự đồng ý của con thì đều là người xấu, bất kể đó có là người thân thiết***. Trẻ biết được quy tắc đồ lót này có thể giữ gìn bản thân tránh khỏi phần lớn các nguy cơ bị xâm hại.Người lớn cần chỉ rõ trẻ em không nhận quà của người lạ, không đi một mình khi trời tối, đường vắng, không được để trẻ đi chơi một mình sau 9h tốivà báo ngay cho cha mẹ nếu có ai đó chạm vào và làm con sợ.

Ngoài ra, các bậc cha mẹ hãy quan tâm con nhiều hơn, lắng nghe và vị tha, bao dung với con để trẻ có thể tin tưởng, cởi mở và tâm sự với cha mẹ nhiều hơn. Từ đó, cha mẹ có thể sớm nhận biết con có đang gặp vấn đề gì không an toàn hay không./.