|  |
| --- |
|  |
| **Cách Trò chuyện với Trẻ về An toàn Cá nhân mà không làm Trẻ Sợ hãi**Phụ huynh, giáo viên, và những người lớn chăm sóc trẻ khác dạy cho trẻ biết cách giữ an toàn khi ở gần mặt nước sâu, trên đường phố, hoặc khi đi xe đạp. Điều này không khiến trẻ sợ xe đạp, bể bơi, và đường phố. An toàn khi đụng chạm có thể được trò chuyện theo cách tương tự. Dưới đây là một số ý tưởng về trò chuyện với trẻ về sự an toàn khi đụng chạm.**Giải thích các quy tắc về đụng chạm khi bạn nói về các loại quy tắc an toàn.*** "Nếu con bị một người lớn tuổi hơn đụng chạm theo cách con cảm thấy không ổn, hãy nói cho bố/mẹ hoặc \_\_\_\_ về điều nó. Mẹ sẽ tin con và giúp con".

**Nhắc lại thường xuyên các quy tắc an toàn đơn giản. Ví dụ:*** "Chúng ta không giữ các bí mật về đụng chạm trong gia đình chúng ta".
* "Người lớn thường không được chạm vào trẻ em ở những vùng kín trừ khi vì mục đích sức khỏe hoặc tắm".
* "Không được đi theo hoặc leo lên xe với một người lớn mà con không biết bất kể họ nói gì với con".
* "Con hãy vào linh cảm của con (bản năng, nhận định) nếu linh cảm cho con biết có gì đó không đúng".

**Giải thích các quy tắc của gia đình bạn, chẳng hạn như:*** "Đừng để người khác biết con đang ở nhà một mình".
* "Hãy cho mẹ biết nếu con gặp rắc rối với người giữ trẻ".
* "Con có thể nói 'không' với bất cứ ai muốn con phá vỡ một trong các quy tắc của gia đình chúng ta. Mẹ sẽ giúp con".
* "Con có thể đi xe cùng \_\_\_\_\_\_\_\_\_ hoặc \_\_\_\_\_\_\_\_\_. Đừng đi cùng bất cứ ai khác khi chưa đặt câu hỏi trước tiên".

**Chơi trò "Sẽ thế nào nếu" để thực hành việc ra quyết định.*** "Sẽ thế nào nếu con và mẹ bị lạc nhau trong cửa hàng?"
* "Sẽ thế nào nếu ai đó chúng ta biết rõ đụng chạm con theo cách khó hiểu và bảo con giữ bí mật?"
* "Sẽ thế nào nếu một người lớn tuổi hơn cho con tiền (hoặc thứ gì đó con thực sự muốn) nếu con vi phạm quy tắc gia đình chúng ta?"

**Giúp trẻ nói một cách quả quyết hơn. Để chúng thực hành những câu như:*** "Cháu không nói với mọi người điều đó".
* "Cháu không muốn bị cù lét. Chúng ta đi bộ thay vì đi xe được không?"
* "Để cháu yên. Cháu sẽ nói ra nếu chú vi phạm một quy tắc đụng chạm".
* "Cháu không được phép làm điều đó".
* "Không được".

**Giúp trẻ hành động một cách quả quyết để tự bảo vệ mình. Để chúng thực hành những câu như:** * Hất tay của ai đó ra khỏi người mình
* Di chuyển hoặc bỏ chạy
* Đứng thẳng và quay lưng lại
* Nhìn vào mắt người đó
* Lắc đầu nói "không"

**Dạy cho trẻ rằng người lớn không phải lúc nào cũng đúng.*** "Hầu hết người lớn chạm vào trẻ em theo những cách thích hợp, nhưng một số người lớn bị bối rối và không có những quyết định đúng đắn khi chạm vào trẻ em".
* "Nếu con không chắc chắn về điều gì đó mà người lớn nói hoặc làm, hãy hỏi mẹ và mẹ sẽ giải thích giúp con".

**Dạy trẻ rằng có một số điều mà người lớn, trẻ lớn và người giữ trẻ không nên làm.*** "Không ai có quyền đặt bàn tay của mình vào quần của con hoặc bắt con chạm vào những bộ phận kín của họ. Họ không được yêu cầu xem các phần thân thể kín của con hoặc chụp ảnh các bộ phận đó. Họ không được cho con thấy các bộ phận kín trên cơ thể của họ hoặc hình ảnh về các bộ phận kín của người khác".

**Giúp trẻ học tên gọi chính xác của các bộ phận trên cơ thể, bao gồm cả bộ phận sinh dục.*** Đôi khi trẻ sử dụng những từ tiếng lóng để nói về bộ phận sinh dục của mình. Điều này có thể dẫn đến sự nhầm lẫn nếu trẻ cố gắng báo cáo việc lạm dụng tình dục. Ví dụ, nếu một cậu bé nói rằng ai đó chạm vào "thanh xúc xích" của mình thì ý em muốn nói là "dương vật", những người khác có thể nghĩ rằng em đang phàn nàn về một người nào đó đang cố gắng lấy mất thức ăn của mình và không nghe em nói.

**Dạy trẻ rằng các quy tắc về an toàn đụng chạm sẽ luôn được áp dụng mọi lúc.*** Đó không chỉ là các quy tắc về người lạ hay những người đàn ông hay người giữ trẻ. Hầu hết những kẻ lạm dụng tình dục là những người mà trẻ biết và tin tưởng. Họ thậm chí còn có thể là một thành viên trong gia đình hoặc thành viên đáng kính của cộng đồng.
 | **How to Talk to Children about Personal Safety without Scaring Them**Parents, teachers, and other caring adults teach children how to stay safe when near deep water, on the street, or riding a bike. This does not make children afraid of bicycles, swimming pools, and roads. Touching safety can be discussed in the same way. Here are some ideas about talking with children about touching safety.**Explain safety rules about touch when you talk about other types of safety rules.*** “If you are touched by an older adult in a way that you don’t feel right, tell me or \_\_\_ about it. We will believe you and help you.”

**Repeat simple safety rules often. For example:*** “We don’t keep secrets about touching in our family.”
* “Grownups don’t usually need to touch children in private areas unless it’s for health or bathing.”
* “Never go away with or get in a car with a grownup you don’t know, no matter what they tell you.”
* “Trust your inner voice (instincts, judgment) if it’s telling you something doesn’t seem right.”

**Explain your family’s rules, such as:*** “Do not let others know if you are home alone.”
* “Tell me if you have a problem with a babysitter.”
* “You can say ‘no’ to anyone who wants you to break one of our family rules. I will support you.”
* “You can ride in a car with \_\_\_ or \_\_\_. Don’t ride with anyone else without asking first.”

**Play “What ifs” to practice decision-making.*** “What if you and I got separated at the store?”
* “What if someone we know really well touched you in a confusing way and asked you to keep it a secret?”
* “What if an older person offered you money (or something you really wanted) if you would break our family rules?”

**Help children speak more assertively. Have them practice saying things like:*** “I don’t tell people that.”
* “I don’t want to be tickled. Could we take a walk instead?”
* “Leave me alone. I’ll tell if you break a touching rule.”
* “I’m not allowed to do that.”
* “No.”

**Help children act assertively to protect themselves. Have them practice things like:** * Taking someone’s hand off them
* Moving or running away
* Standing tall with shoulders back
* Looking person in the eye
* Shaking head “no”

**Teach children that adults aren’t always right.*** “Most adults touch children in appropriate ways, but some adults are mixed up and don’t make good decisions about touching children.”
* “If you aren’t sure about something a grownup says or does, ask me to help explain it.”

**Teach children that there are certain things that adults, older children and babysitters shouldn’t do.*** “No one has the right to put their hand down your pants or force you to touch their private parts. They shouldn’t ask to see your private body parts or take pictures of them. They shouldn’t show you private parts of their body or pictures of someone else’s private parts.”

**Help children learn the correct names for body parts, including the genitals.*** Children sometimes use slang words to talk about their genitals. This can lead to confusion if they try to report sexual abuse. For example, if a boy says that someone touched his “hot dog” when he means “penis,” others might think he is complaining about someone trying to take his food and ignore him.

**Teach children that touching safety rules apply all the time.*** They are not just rules about strangers or men or babysitters. Most sexual abusers are people that a child knows and trusts. They may even be a family member or respected member of the community.
 |