



Bảo vệ con em của chúng ta

Cẩm nang dành cho cha mẹ và người chăm sóc trẻ nhỏ.
Cuốn sách nhỏ này cung cấp cho quý vị những từ ngữ đơn giản để sử dụng tại nhà, với con và với những người lớn khác trong cuộc sống của con, nhằm giữ an toàn cho bé.

MỘT SÁNG KIẾN CHUNG CỦA

Body Safety
Australia

GENWEST

GENWEST TRÂN TRỌNG BIẾT ƠN SỰ HỖ TRỢ CỦA CHÍNH PHỦ BANG VICTORIA





Về các tác giả

Body Safety Australia thúc đẩy tuổi thơ không có bạo lực, nơi trẻ em được hưởng những mối quan hệ bình đẳng và tôn trọng.

Chúng tôi cung cấp các chương trình dựa trên bằng chứng cho trẻ em, thanh thiếu niên, gia đình và cộng đồng nhằm giúp ngăn ngừa bạo lực đối với trẻ em trong môi trường gia đình và trường học, cả trực tuyến và ngoại tuyến.

Tìm hiểu thêm tại www.bodysafetyaustralia.com.au

GenWest hành động nhằm ngăn ngừa và ứng phó với bạo lực gia đình và bạo lực giới ở khu vực phía tây Melbourne.

Chúng tôi hỗ trợ người dân và cộng đồng sống an toàn và khỏe mạnh thông qua các chương trình giáo dục sức khỏe và xã hội.

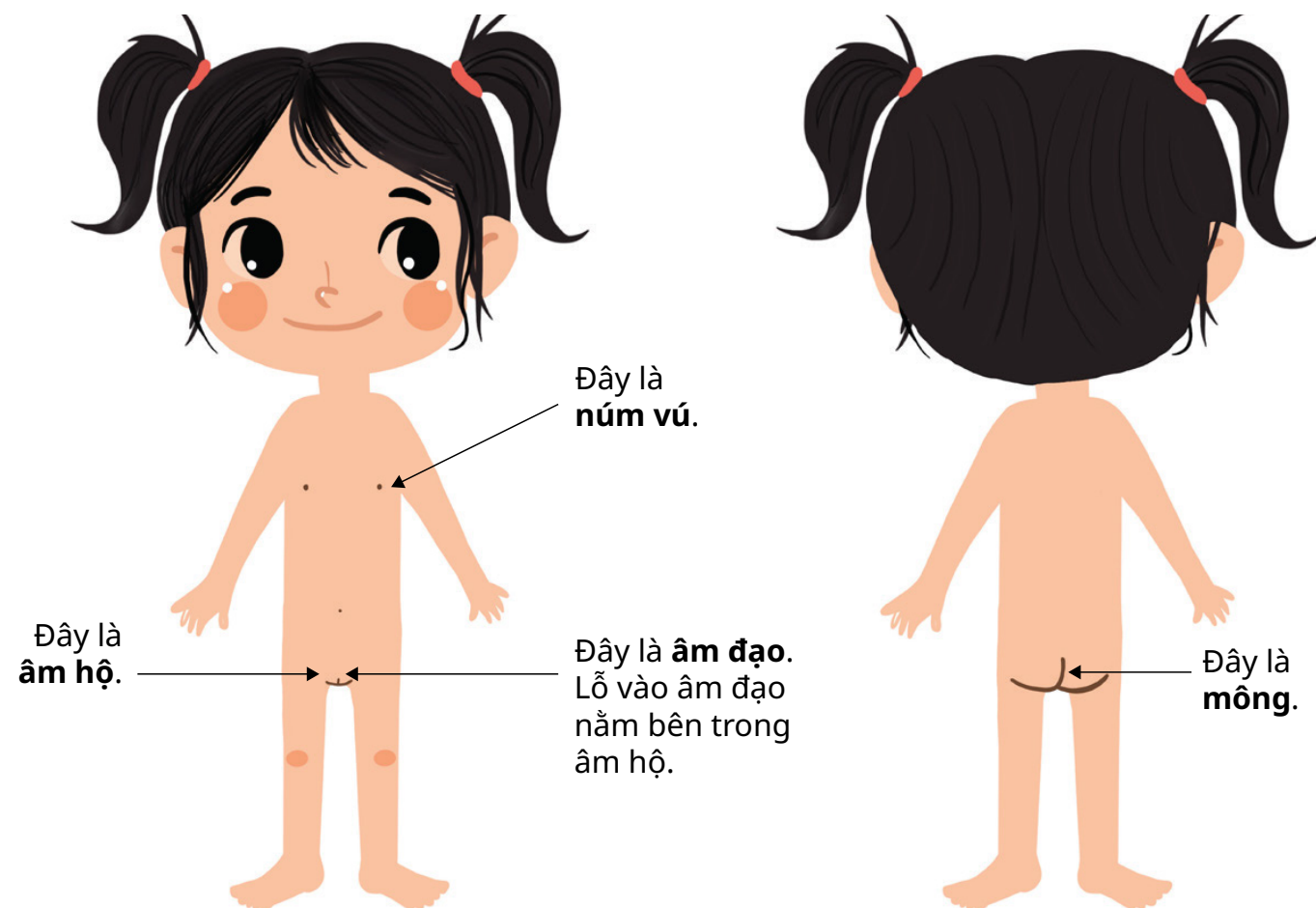
Chúng tôi cũng hỗ trợ người lớn và trẻ em đang trải qua bạo lực gia đình để đảm bảo an toàn và nhận được sự giúp đỡ cần thiết.

Tìm hiểu thêm tại genwest.org.au

CHƯƠNG 1

Trò chuyện với trẻ nhỏ

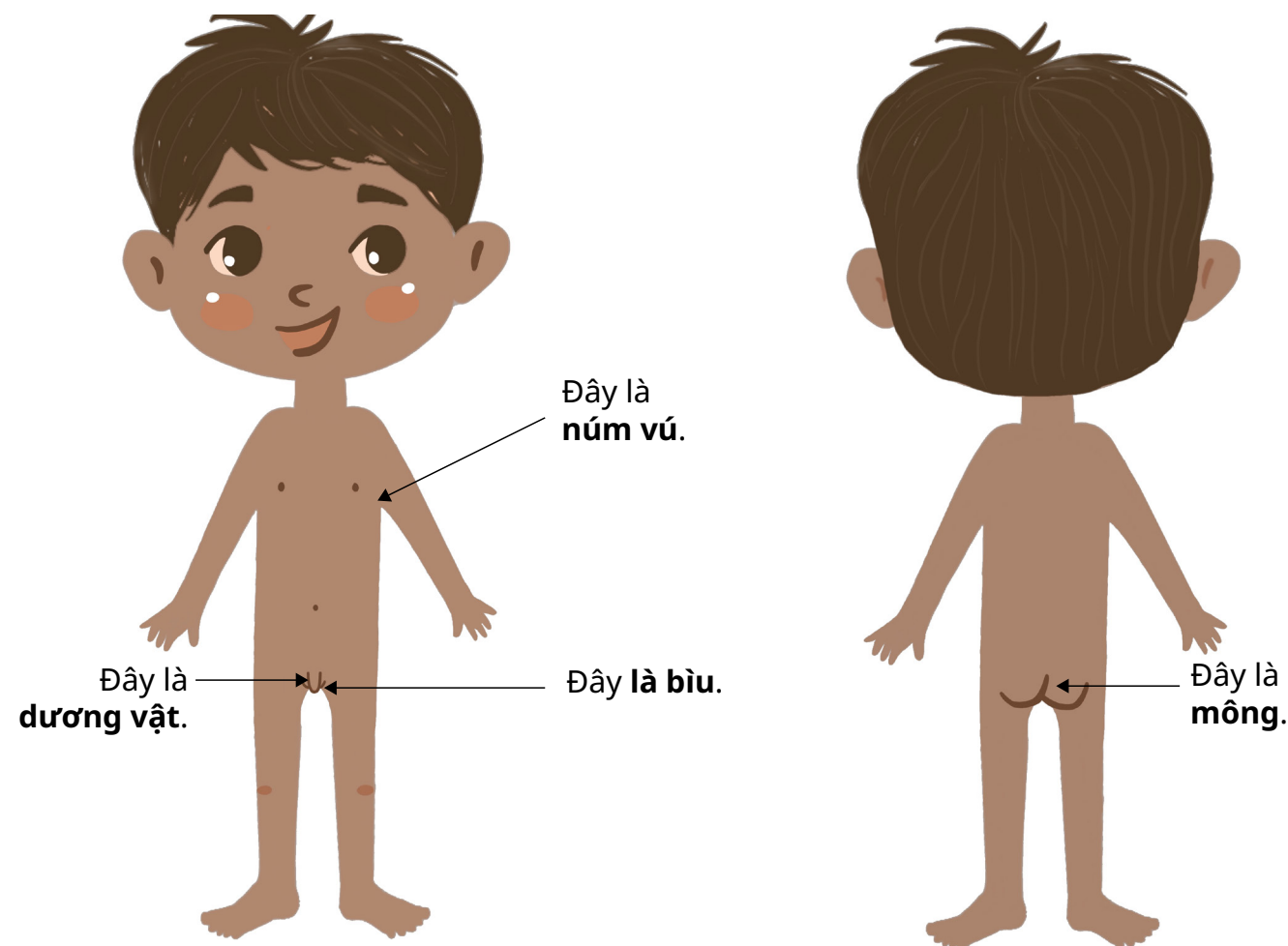
Trẻ em sẽ an toàn nhất khi người lớn thường xuyên trò chuyện với chúng về quyền của trẻ và lắng nghe bé. Chương này cung cấp những từ ngữ đơn giản mà cha mẹ có thể sử dụng với trẻ nhỏ ở nhà.



KHÁI NIỆM 1

Bộ phận cơ thể

Khi trẻ em biết những từ ngữ mà bác sĩ thường dùng để nói về cơ thể, các bé có thể mạnh dạn nói với người lớn mà bé tin tưởng nếu có điều gì bất thường.



Mẫu Lời thoại cho Phụ huynh

Gia đình chúng ta sử dụng tên gọi đúng theo tên bác sĩ dành cho các bộ phận cơ thể. Biết tên gọi các bộ phận trên cơ thể của mình giúp con được an toàn.

Con có thể tự rửa ráy cơ thể của mình không? Con có thể rửa cánh tay của con, bụng của con, dương vật và âm hộ của con, núm vú của con và mông của con không? Tất cả các bộ phận cơ thể của con thuộc về con.

Chúng ta hỏi ý kiến trước khi chụp ảnh có cơ thể hoặc khuôn mặt của con. Chúng ta không chụp ảnh các bộ phận riêng tư trên cơ thể.

Lưu ý

Cảm xúc an toàn

Khi trẻ hiểu được cảm giác an toàn ở cơ thể mình, bé có thể nhận ra những người mà bé tin tưởng và tìm kiếm sự giúp đỡ khi cần.

Mẫu Lời thoại cho Phụ huynh

Cảm giác an toàn mang lại sự dễ chịu cho cơ thể.
Tim của con có thể cảm thấy đập chậm rãi và ổn định.
Bụng của con có thể cảm thấy thư giãn và dễ chịu.
Con có thể muốn mỉm cười hoặc bật cười.

Mẫu Lời thoại cho Phụ huynh

Cơ thể của bố/mẹ cảm thấy thư thái và ấm áp. Con cảm thấy cơ thể mình như thế nào vào lúc này?

Con có thể vẽ lại xem an toàn cảm thấy ra sao trên cơ thể mình không?



Cảm xúc không an toàn

Khi trẻ có thể nhận biết được những cảm giác không an toàn trong cơ thể, bé có thể nhận ra dấu hiệu cảnh báo sớm và xu hướng tìm đến an toàn.

Mẫu Lời thoại cho Phụ huynh

Cảm giác không an toàn có thể khiến con sợ hãi. Bụng con có thể thấy khó chịu. Tim con có thể đập nhanh. Con có thể muốn chạy trốn. Con có thể thấy muốn bật khóc. Con có thể đứng hình và im lặng.

Mẫu Lời thoại cho Phụ huynh

Bố/Mẹ thấy con trông có vẻ sợ hãi. Khi bố/mẹ cảm thấy sợ hãi, toàn thân bố/mẹ run rẩy và tim đập nhanh. Điều gì xảy ra trong cơ thể con khi con thấy sợ hãi?

Con có thể vẽ lại những gì con cảm thấy không an toàn trong cơ thể mình không?



KHÁI NIỆM 4

Bí mật và điều bất ngờ

Khi trẻ hiểu được sự khác biệt giữa bí mật và điều bất ngờ, trẻ sẽ ít có khả năng bị buộc phải giữ im lặng hơn và có nhiều khả năng chia sẻ với một người lớn mà trẻ tin tưởng nếu cảm thấy có điều gì đó không ổn.



Mẫu lời thoại dành cho phụ huynh và trẻ em

Một điều bất ngờ là một điều vui mà chúng ta sẽ chia sẻ sau. Một bí mật là điều mà ai đó bảo chúng ta không được kể cho bất kỳ ai. Một bí mật có thể khiến chúng ta cảm thấy buồn hoặc sợ hãi. Trong gia đình chúng ta, không ai giấu giếm bí mật gì.

Trẻ

Con không giữ bí mật. Con sẽ báo cho người lớn mà con tin tưởng.

Con không bao giờ phải giữ bí mật. Con luôn có thể kể cho bố/mẹ. Bố/mẹ sẽ lắng nghe và giúp đỡ con.

KHÁI NIỆM 5

Phải làm gì khi cảm thấy điều gì đó không ổn

Khi trẻ thực hành cách ứng xử khi cảm thấy có điều gì đó không ổn, trẻ sẽ có khả năng lên tiếng và tìm kiếm sự giúp đỡ sớm hơn.

Phụ huynh

Nếu cảm thấy có điều gì đó không ổn, con có thể nói “không”. Con có thể di chuyển cơ thể ra xa. Con có thể kể với một người lớn an toàn. Hãy cùng thực hành với nhau. Chúng ta cùng chơi một trò chơi gọi là ‘**Không, Đi ra, Kể**’.

Cách chơi:

Phụ huynh hô to một hành động: **KHÔNG, ĐI RA,** hoặc **KỂ**
Trẻ diễn hành động

Hành động:

KHÔNG! = trẻ nói ‘Không!’ bằng giọng dứt khoát và giơ tay lên

ĐI RA! = trẻ di chuyển cơ thể ra xa (bước lùi hoặc đến nơi an toàn)

KỂ! = trẻ chạy đến chỗ người lớn an toàn và nói: ‘Cháu cần giúp đỡ!’



Không



Đi ra



Kể

Trẻ em cũng có thể truyền đạt từ ‘không’ bằng ngôn ngữ cơ thể.

CHƯƠNG 2

Trẻ em sẽ an toàn hơn khi chúng ta cùng nhau hỗ trợ các bé

Giữ cho trẻ em an toàn cần có lòng dũng cảm. Công việc này không chỉ do một phụ huynh gánh vác. Chúng ta cần mỗi người lớn chăm sóc trẻ em đều phải chú trọng đến việc bảo vệ an toàn thân thể. Cùng chung tay hành động sẽ giúp trẻ em an toàn hơn.



Để giới thiệu khái niệm

Tôi đã tìm hiểu về việc một số người lớn làm tổn thương trẻ em. Tôi muốn chúng ta cùng nhau hợp tác để bảo vệ sự an toàn cho con của chúng ta. Chúng ta có thể nói về vấn đề an toàn thân thể không?

Bắt đầu cuộc trò chuyện

Để giúp người bạn đời hoặc người cùng chăm sóc của quý vị hiểu được tầm quan trọng của việc này

Tôi biết có thể quý vị không cảm thấy điều này quan trọng, nhưng nó rất cần thiết cho sự an toàn của con chúng ta. Điều này sẽ giúp trẻ cảm thấy an toàn và biết phải làm gì.

Để thống nhất ngôn ngữ chung

Tôi muốn chúng ta cùng sử dụng những từ ngữ thống nhất về an toàn thân thể khi nói chuyện với con mình. Chúng ta có thể sử dụng cụm từ bảo vệ thân thể gia đình không?



Câu nói về an toàn cơ thể của gia đình chúng ta

Cơ thể là của con. Con luôn luôn có thể tìm đến bố mẹ để được giúp đỡ.

CHƯƠNG 3

Trò chuyện với người cao niên, gia đình

Trẻ em sẽ an toàn hơn khi người lớn xung quanh chúng nói cùng một ngôn ngữ. Thật khó để nói về vấn đề an toàn thân thể với người lớn tuổi hoặc các nhà lãnh đạo, đặc biệt khi những ý tưởng đó mới mẻ hoặc khác biệt. Thông qua những cuộc đối thoại thẳng thắn, chúng ta có thể cùng nhau nỗ lực để bảo vệ sự an toàn cho tất cả trẻ em.

Hoan nghênh ông bà hoặc người lớn tuổi - Giới thiệu về an toàn thân thể

Mẫu Lời thoại cho Phụ huynh

Tôi đã tìm hiểu về việc một số người lớn làm tổn thương trẻ em. Cả hai chúng tôi đều muốn đảm bảo an toàn cho trẻ em. Tôi muốn đảm bảo con tôi hiểu rằng cơ thể của bé thuộc về bé và chúng tôi luôn ở đây để giúp đỡ bé nếu ai đó cố gắng làm hại trẻ. Chúng ta có thể cùng trao đổi về an toàn thân thể được không?

Tôi đã tìm hiểu về cách một số người lớn sử dụng hình ảnh của trẻ em cho mục đích xấu. Tôi muốn dạy con tôi rằng chúng có thể nói không khi bị chụp ảnh. Chúng ta có thể thảo luận về sự đồng ý cho việc chụp ảnh và chia sẻ ảnh không?

Hoan nghênh ông bà hoặc người lớn tuổi - Giới thiệu về an toàn thân thể

Mẫu Lời thoại cho Phụ huynh

Tôi hiểu điều này khác với những gì chúng ta đã làm khi còn trẻ. Chúng tôi muốn đảm bảo an toàn cho trẻ em ở thời kỳ hiện nay. Việc sử dụng những từ ngữ này thể hiện sự quan tâm và yêu thương, chứ không phải sự trách móc hay làm xấu hổ.

Tôi hiểu rằng việc một đứa trẻ từ chối những cái ôm và nụ hôn có vẻ thiếu tôn trọng. Nhưng trẻ em thể hiện tình yêu thương và sự tôn trọng với chúng ta bằng rất nhiều cách.



Chào đón các nhà Lãnh đạo Tôn giáo hoặc Cộng đồng

Mẫu Lời thoại cho Phụ huynh

Cả hai chúng tôi đều muốn đảm bảo an toàn cho tất cả trẻ em trong cộng đồng. Body safety (An toàn thân thể) giúp trẻ học được điều gì an toàn và điều gì không an toàn. Đây là một phần trách nhiệm chung của chúng ta trong việc bảo vệ trẻ.

Phản hồi lại lời từ chối

Phản ứng lại

Khi tôi còn nhỏ, chúng tôi không bàn về những chuyện này và mọi chuyện vẫn ổn.

Phản hồi

Thời thế đã thay đổi, và trẻ em ngày nay phải đối mặt với những rủi ro khác nhau. Chúng tôi muốn trang bị cho trẻ em kiến thức và công cụ để giữ an toàn. Đây không phải là bất kính với quá khứ, mà là thể hiện sự quan tâm đến đứa trẻ ở hiện tại. Đôi khi những chuyện như vậy cũng từng xảy ra với chúng ta khi còn nhỏ. Giúp trẻ em trở nên dũng cảm là điều đúng đắn.



CHƯƠNG 4

Chia sẻ những gì quý vị đã học được với bạn bè và gia đình.

Quý vị không cần phải là chuyên gia để chia sẻ những gì mình đã học được. Ngay cả những cuộc trò chuyện nhỏ với bạn bè và gia đình cũng giúp trẻ em được an toàn.

Bắt đầu cuộc trò chuyện

Chúng tôi đã bắt đầu hỏi ý kiến con mình trước khi chụp hoặc chia sẻ ảnh của trẻ. Quý vị đã từng cân nhắc làm điều này chưa?

Đến giờ tắm, tôi thường nói với con mình: 'Cơ thể của con thuộc về con. Con luôn luôn có thể tìm đến bố mẹ để được giúp đỡ.' Nó đơn giản và giúp trẻ cảm thấy an toàn.

Tôi đã học được một cách đơn giản để nói chuyện với trẻ nhỏ về cơ thể của các bé. Tôi có thể chia sẻ với anh/chị được không?

Tôi đã tìm thấy các nguồn tài liệu và dịch vụ nói về an toàn thân thể cho các bậc phụ huynh có con nhỏ. Anh/Em có muốn cùng đọc cùng em/anh không?



Hãy chia sẻ thông tin này!

Tin nhắn đơn giản dành cho nhóm trò chuyện cộng đồng

Xin chào mọi người! Anh/Em muốn chia sẻ về việc chúng tôi cùng nhau hợp tác để bảo vệ sự an toàn cho con mình. Chúng tôi thường nói với bé 'Cơ thể của con thuộc về con. Con luôn luôn có thể tìm đến bố mẹ để được giúp đỡ.' Nó ngắn gọn, dễ hiểu và hiệu quả... hãy thử xem!



GenWest và Body Safety Australia công nhận rằng vùng đất nơi chúng tôi làm việc và cung cấp dịch vụ của mình luôn và sẽ luôn là đất Thổ dân. Chúng tôi bày tỏ lòng kính trọng đối với các bậc trưởng lão trong quá khứ và hiện tại.

Chúng tôi tự hào công nhận các cộng đồng các Quốc gia Bản địa khắp Naarm, phía Tây Melbourne, người Wurundjeri và Bunurong của Quốc gia Kulin. Chúng tôi ghi nhận sự đa dạng phong phú, văn hóa, lịch sử và tri thức của họ, cũng như những đóng góp sâu sắc mà họ mang lại cho đời sống của khu vực này.

Chúng tôi thừa nhận những tác động đang diễn ra của quá trình thuộc địa hóa, cũng như sức mạnh và khả năng phục hồi của người dân các Quốc gia Bản địa, đồng thời bày tỏ tình đoàn kết với cuộc đấu tranh đang diễn ra vì quyền đất đai, quyền tự quyết, chủ quyền và sự thừa nhận những bất công trong quá khứ.