THẲNG THẮN VỀ XÂM HẠI TÌNH DỤC TRẺ EM

Cẩm nang phòng ngừa dành cho phụ huynh

Nuôi dạy một đứa trẻ đi kèm với rất nhiều trách nhiệm. Một trong số đó là bảo vệ con khỏi xâm hại tình dục. Việc tránh để trẻ tiếp xúc với những người phạm tội tình dục đã được biết đến trong cộng đồng là một bước quan trọng, nhưng vì phần lớn các vụ xâm hại tình dục không bao giờ được báo cáo, làm sao chúng ta biết ai là người an toàn?

Ước tính khoảng **1/4 đến 1/3 các vụ xâm hại tình dục xảy ra bởi thành viên trong gia đình.** Gần **60% các vụ liên quan đến những người mà bạn hoặc con bạn quen biết và tin tưởng thông qua trường học, thể thao hoặc các hoạt động cộng đồng khác**. Chưa đến **10% là do người lạ.**

Độ tuổi trung bình của các trường hợp được báo cáo là **từ 9–10** tuổi, điều đó có nghĩa là trẻ sơ sinh, trẻ nhỏ, trẻ em và thanh thiếu niên đều có nguy cơ. Trẻ có khuyết tật thể chất hoặc phát triển có nguy cơ bị xâm hại tình dục cao hơn đáng kể. Trẻ **điếc hoặc khiếm thính** có khả năng bị xâm hại tình dục cao gấp **2–3 lần** so với trẻ nghe bình thường.

Tin tốt là số ca được xác nhận đang giảm dần khi nhận thức cộng đồng tăng lên. Tuy nhiên, nguy cơ vẫn hiện hữu. Vì vậy, cha mẹ và người giám hộ cần chủ động hành động và thực hiện những bước cụ thể để tăng cường an toàn và giảm cơ hội xảy ra xâm hại.

Cẩm nang này sẽ cung cấp cho bạn kiến thức và kỹ năng cần thiết để làm điều đó.

Vì vậy, đừng trì hoãn việc trò chuyện với con chỉ vì bạn cảm thấy mình chưa biết đủ, không biết phải nói gì hoặc không biết bắt đầu như thế nào. Với những thông tin mới này, bạn có thể tự tin giúp con lớn lên an toàn, không phải chịu những hậu quả nghiêm trọng của xâm hại tình dục.

Xâm Hại Tình Dục Trẻ Em Là Gì?

Xâm hại tình dục trẻ em bao gồm **mọi hành vi tiếp xúc mang tính tình dục giữa người trưởng thành với trẻ em hoặc thanh thiếu niên.**

Ngoài ra, cũng có thể bao gồm **hành vi tình dục giữa các trẻ với nhau nếu một trẻ có nhiều** quyền lực hơn trẻ còn lại do:

- lớn tuổi hơn (thường từ **3 tuổi trở lên**),
- có kích thước cơ thể lớn hơn,
- hoặc phát triển trí tuệ vượt trội hơn.

Xâm hại tình dục trẻ em có thể bao gồm cả:

- **Hành vi có tiếp xúc cơ thể**
- **Hành vi không có tiếp xúc cơ thể**

Cả hai đều gây tổn hại cho trẻ và đều vi phạm pháp luật.

Các hành vi xâm hại có tiếp xúc cơ thể:

- Sờ mó hoặc cọ xát vào bộ phận sinh dục, mông hoặc ngực của trẻ
- Xâm nhập vào miệng, hậu môn hoặc âm đạo của trẻ bằng cơ thể hoặc vật dụng
- Ép buộc trẻ chạm vào chính mình, người xâm hại hoặc trẻ khác

Các hành vi xâm hại không tiếp xúc:

- Cố ý phô bày cơ thể trước trẻ theo cách khiêu dâm
- Quan sát hoặc xâm phạm quyền riêng tư của trẻ một cách không phù hợp (ví dụ: thay đồ, tắm rửa)
- Chụp ảnh khiêu dâm hoặc mang tính gợi dục của trẻ
- Cho trẻ xem nội dung khiêu dâm hoặc hình ảnh mang tính tình dục
- Nói chuyện với trẻ bằng ngôn ngữ gợi dục hoặc khiêu dâm trực tiếp, qua điện thoại, Internet hoặc tin nhắn

Ai Là Người Xâm Hại Tình Dục Trẻ Em?

Phần lớn người trưởng thành xâm hại trẻ em **trông thân thiện và dễ mến,** nhìn và cư xử giống như những người khác.

Nhiều người dành thời gian xây dựng lòng tin với:

- trẻ em,
- phụ huynh,
- và những người lớn khác.

Họ thường tiến tới hành vi xâm hại một cách từ từ:

- bắt đầu bằng những cái chạm tưởng như "vô tình",
- rồi chuyển sang ôm ấp,
- chơi đùa thân mật,
- vật lộn,
- xoa lưng.

Họ có thể dùng lời nói ám chỉ hoặc biến hành vi tình dục thành một "trò chơi".

Phần lớn trẻ em và thanh thiếu niên **không hiểu hoàn toàn chuyện gì đang xảy ra**. Khi hiểu ra, nhiều em bị người xâm hại khiến tin rằng **mọi chuyện là lỗi của mình,** khiến các em khó kể lại.

Những người xâm hại rất đa dạng; **hơn 1/3 có thể chính là trẻ vị thành niên.**

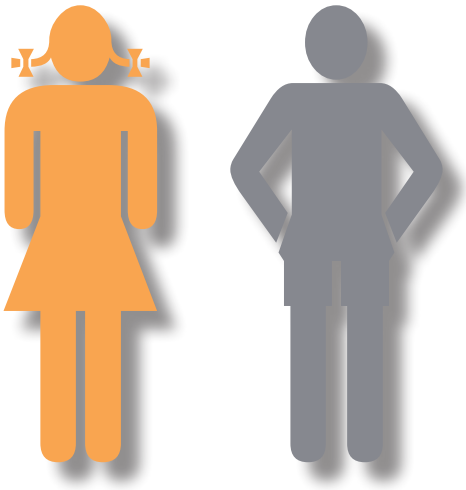
Dưới đây là những hành vi có thể cho thấy một người có ranh giới cá nhân không phù hợp. Điều này **không chứng minh họ đang xâm hại**, nhưng là dấu hiệu để quan sát kỹ hơn.

Bạn có biết ai trong gia đình hoặc người quen:

- Tìm cơ hội ở riêng với trẻ khi ít bị người lớn làm gián đoạn (đi xe riêng, chuyến đi riêng, trông trẻ)?
- Phớt lờ khi trẻ nói hoặc thể hiện rằng trẻ không muốn bị ôm, chạm, hôn hoặc cù?
- Không tôn trọng quyền riêng tư của trẻ trong phòng ngủ hoặc nhà tắm?
- Cho tiền hoặc quà mà không có dịp đặc biệt?
- Nói chuyện hoặc hỏi trẻ về trải nghiệm hoặc cảm xúc tình dục?
- Dường như không có bạn trưởng thành và thích dành thời gian với trẻ không phải con mình?

- Năm nào cũng có một "đứa trẻ đặc biệt" ở cùng một độ tuổi hoặc ngoại hình nhất định?
- Xem nội dung khiêu dâm trẻ em qua video, ảnh hoặc Internet?

Lưu ý: Phần lớn nam giới bị kết án vì sở hữu nội dung khiêu dâm trẻ em cũng thừa nhận từng có hành vi xâm hại trực tiếp. Việc xem, sở hữu hoặc tạo ra nội dung khiêu dâm trẻ em là bất hợp pháp.



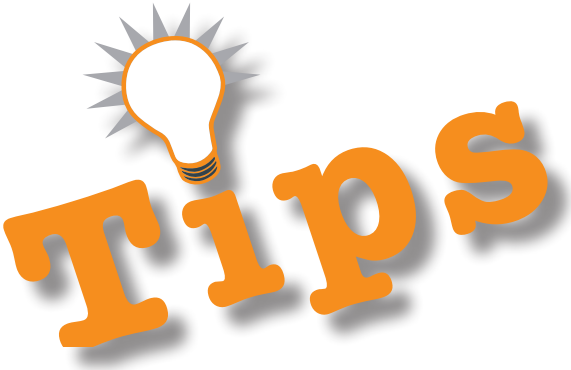
Trẻ Em Có Thể Xâm Hại Tình Dục Trẻ Em Khác Không?

Mặc dù một số hành vi tìm hiểu về cơ thể và tình dục ở trẻ là **phù hợp với từng giai đoạn phát triển** và là một phần bình thường của quá trình lớn lên, đôi khi trẻ có thể tham gia vào những hành vi với nhau mang tính **không phù hợp, ép buộc hoặc xâm hại.**

Bạn có thể đánh giá tình huống bằng cách tự hỏi:

- Hành vi này có đang gây ảnh hưởng tiêu cực cho trẻ hoặc trẻ khác không?
- Có phải một trẻ lớn hơn đáng kể về thể chất hoặc hơn **3 tuổi trở lên không?**
- Có phải một trẻ có khả năng nhận thức, cảm xúc hoặc thể chất vượt trội hơn không?
- Có phải một trẻ bị ép buộc tham gia thông qua đe dọa, dụ dỗ hoặc dùng vũ lực không?

Nếu bạn lo ngại về bất kỳ hành vi tình dục nào của con có liên quan đến các yếu tố trên, hãy trao đổi với bác sĩ nhi khoa và tìm lời khuyên hoặc giới thiệu chuyên môn. Xem phần tài nguyên ở cuối cẩm nang.



Những Cách Giúp Bảo Vệ Con Bạn

Phần lớn các vụ xâm hại tình dục xảy ra khi **một trẻ hoặc thanh thiếu niên ở riêng với một người lớn.**

Một trong những cách hiệu quả nhất để tăng mức độ an toàn cho con là:

- tăng giám sát,
- ưu tiên các hoạt động theo nhóm thay vì tình huống **"một trẻ – một người lớn"**.

Tuy nhiên, nhiều trẻ vẫn hưởng lợi từ các chương trình học hoặc cố vấn cá nhân, nơi mối quan hệ 1-1 là điều cần thiết, ví dụ:

- học nhạc,
- học thêm,
- huấn luyện thể thao,
- chương trình cố vấn cộng đồng.

Nếu cho con tham gia những chương trình như vậy:

- Hãy trao đổi thẳng thắn với giáo viên hoặc người hướng dẫn rằng bạn muốn giảm nguy cơ xâm hại tình dục cho con.
- Hỏi về quy định như: có mở cửa trong giờ học không, phụ huynh có được quan sát hoặc ghé vào bất ngờ không.
- Chia sẻ cẩm nang này với họ hoặc để nghị họ tìm hiểu thêm tại: **www.enoughabuse.org**.
- Cho họ thấy rằng bạn là một phụ huynh có hiểu biết và luôn theo sát.
- Khuyến khích con nói với bạn nếu có bất kỳ điều gì khiến con không thoải mái khi tương tác với người lớn hoặc trẻ khác.

Đừng chờ đến năm con **12 tuổi** mới có "cuộc trò chuyện lớn".

Hãy bắt đầu lồng ghép các thông điệp phòng ngừa vào những cuộc trò chuyện hằng ngày từ khi trẻ khoảng **3 tuổi.**

Hãy nhớ: **bắt đầu sớm và nói chuyện thường xuyên sẽ dễ hơn nhiều.**

Những điều có thể nói với trẻ:

1. "Mọi bộ phận trên cơ thể chúng ta đều bình thường và tốt đẹp, và chúng ta có thể gọi tên chúng một cách tôn trọng. Tốt nhất nên dùng tên đúng cho vùng kín như dương vật, âm đạo, ngực, mông." (Lưu ý với phụ huynh: nếu bạn quá ngại khi gọi tên các bộ phận đó, con cũng có thể học theo và ngại kể với bạn khi có ai cư xử không phù hợp.)

2. "Người lớn hoặc trẻ lớn hơn không nên 'chơi đùa' với vùng kín của con. Đôi khi người lớn cần giúp trẻ nhỏ tắm hoặc vệ sinh nhưng điều đó không giống việc chơi với cơ thể. Đôi khi bác sĩ cần khám cho con, nhưng sẽ không bao giờ là bí mật và thường sẽ có cha mẹ hoặc nhân viên y tế ở đó."

3. "Người lớn hoặc trẻ lớn hơn không bao giờ cần trẻ em giúp đỡ với vùng kín của họ. Nếu ai đó yêu cầu con làm điều đó, hãy kể với ba mẹ ngay, kể cả đó là người trong gia đình hoặc người quen. Nếu ai đó cho con xem vùng kín của họ, hình ảnh vùng kín hoặc muốn chụp hình vùng kín của con, con có thể nói với ba mẹ. Ba mẹ hứa sẽ lắng nghe và không giận. Nếu con cảm thấy bối rối về bí mật, cảm xúc hoặc cơ thể riêng tư, hãy kể với ba mẹ và ba mẹ sẽ giúp."

4. "Điều quan trọng là con không được chạm vào vùng kín của người khác. Điều đó có thể khiến họ khó chịu, bối rối hoặc buồn và cũng có thể khiến con gặp rắc rối. Nếu con thắc mắc về những điều này, hãy đến nói chuyện với ba mẹ."

5. "Bất ngờ thì vui, nhưng bí mật thì không phải lúc nào cũng ổn. Bí mật trong một buổi tiệc bất ngờ sẽ được tiết lộ sau đó. Nhưng có những bí mật nguy hiểm vì chúng khiến ba mẹ không biết con có an toàn hay không. Nếu bạn của con đùa nghịch với vật dễ cháy ảnh hưởng đến con, ai đó đưa chất kích thích cho con, hoặc ai đó nhờ con làm điều liên quan đến vùng kín của họ, ba mẹ sẽ không thể bảo vệ con nếu con không kể."

Khuyến nghị thêm từ bác sĩ nhi khoa:

- Bắt đầu nói với trẻ về không gian cá nhân và quyền riêng tư từ 3 tuổi và nói về giới tính trước 10 tuổi.
- Chỉ để những người bạn thực sự tin tưởng và quen biết lâu năm hỗ trợ con trong việc tắm rửa hoặc vệ sinh cá nhân.
- Khuyến khích trẻ tự lập trong việc đi vệ sinh và chăm sóc cơ thể.
- Không khuyến khích tắm chung với anh chị em hoặc người lớn khi trẻ đã vào tiểu học. Trước độ tuổi đó cần có sự giám sát.

Trò Chuyện Với Con Về Những Hành Vi Vượt Ranh Giới Của Người Lớn Trong Trường Học

Trẻ em và thanh thiếu niên là những con người rất đặc biệt. Vì các em có ít trải nghiệm sống hơn nên dễ bị tổn thương hơn và cần được bảo vệ, dù ở nhà, ở trường hay trong cộng đồng.

Người lớn được giao trách nhiệm giữ an toàn cho trẻ.

Chúng ta muốn trẻ hiểu rằng mặc dù phần lớn người lớn đều quan tâm và đáng tin cậy, nhưng đôi khi vẫn có những người có vấn đề khiến họ trở nên không an toàn. Chúng ta muốn trẻ hiểu **người lớn nên đối xử với các em như thế nào**, và nếu có người lớn cư xử không phù hợp, trẻ nên kể với cha mẹ, người chăm sóc hoặc một người lớn đáng tin cậy khác.

Phụ huynh cần biết rằng một số người có xu hướng bị hấp dẫn tình dục với trẻ em hoặc thanh thiếu niên có thể chọn làm việc tại:

- trường học,
- tổ chức dành cho thanh thiếu niên,
- tổ chức tôn giáo.

Điều này tạo cho họ một "vỏ bọc" để dần xác định những trẻ mà họ cho rằng dễ trở thành mục tiêu. Những người lớn ở vị trí có quyền lực hoặc được tin tưởng nhưng có ý định xâm hại thường sẽ **"grooming" (xây dựng lòng tin và vượt ranh giới dần dần)** trước khi xảy ra xâm hại.

Tin tốt là chúng ta không cần chờ đến khi xâm hại xảy ra mới hành động. Là phụ huynh, khi nhận ra các hành vi vượt quá ranh giới phù hợp giữa người lớn và trẻ em, bạn có thể can thiệp sớm trước khi mọi chuyện leo thang.

Việc giúp trẻ nhận biết các hành vi vượt ranh giới sẽ giúp các em hiểu rằng:

- các em không cần chấp nhận những hành vi khiến mình khó chịu,
- kể cả khi người đó là người lớn có quyền lực,
- hoặc được nhiều người yêu quý.

Điều này cũng giúp phụ huynh đồng hành cùng nhà trường và các tổ chức thanh thiếu niên để tạo ra môi trường an toàn cho trẻ phát triển.

Những Hành Vi Vượt Ranh Giới Mà Phụ Huynh Cần Biết:

Bạn hiểu con mình và mức độ phát triển của con hơn ai hết. Hãy giải thích cho trẻ theo cách phù hợp với độ tuổi và khuyến khích con kể lại nếu từng chứng kiến hoặc trải nghiệm những điều sau. Hãy nói với con rằng: "Dù con kể điều gì, ba mẹ sẽ tin con và sẽ không giận con."

Bạn hoặc con có từng thấy hoặc biết về một người lớn trong trường học hoặc tổ chức thanh thiếu niên mà:

1. Nhận xét về cơ thể hoặc ngoại hình của học sinh (ví dụ: "Con xinh quá", "Ôi, con phát triển thật rồi")?
2. Đưa ra bình luận mang tính tình dục, kể chuyện tục, cử chỉ gợi dục hoặc tán tỉnh học sinh?
3. Tặng quà cho một số học sinh theo cách vi phạm quy định của trường?
4. Ưu ái đặc biệt cho một học sinh (ví dụ: sai làm việc cá nhân)?
5. Chia sẻ số điện thoại cá nhân hoặc email cá nhân thay vì dùng hệ thống của trường?
6. Nhắn tin riêng không liên quan đến học tập hoặc trả lời tin nhắn vào đêm khuya (trừ khi có kế hoạch giáo dục và được phụ huynh đồng ý)?
7. Theo dõi hoặc kết bạn với học sinh trên Facebook, Instagram, Snapchat, TikTok hoặc mạng xã hội khác?
8. Chụp và chia sẻ hình ảnh học sinh mà không có sự cho phép của phụ huynh?
9. Kể chuyện rất riêng tư về đời sống cá nhân, hôn nhân hoặc tình dục của họ cho học sinh?
10. Hỏi học sinh về chuyện yêu đương hoặc bạn trai/bạn gái?
11. Tâm sự hoặc hỗ trợ một học sinh theo cách khiến em ấy tách khỏi bạn bè hoặc gia đình?
12. Gọi học sinh bằng biệt danh thân mật như "bé yêu", "cưng", hoặc để học sinh gọi mình bằng tên riêng nếu điều đó không phải văn hóa bình thường của trường?
13. Chạm vào học sinh vượt quá mức xã giao (chẳng hạn như ôm quá lâu, chơi đùa va chạm cơ thể, vuốt tóc, massage lưng…)
14. Cho học sinh nhỏ ngồi vào lòng hoặc nắm tay học sinh lớn?
15. Hôn học sinh, ôm quá lâu hoặc xâm phạm không gian cá nhân khiến trẻ khó chịu?
16. Tắm chung với học sinh sau hoạt động thể thao, thay đồ trước mặt học sinh hoặc xâm phạm quyền riêng tư trong phòng thay đồ hoặc nhà vệ sinh?
17. Cho học sinh đi nhờ xe riêng (trừ trường hợp khẩn cấp). Quy tắc nên áp dụng là "quy tắc ba người": không để một người lớn ở riêng với một học sinh.
18. Ở chung phòng qua đêm với học sinh trong các chuyến đi?
19. Mời học sinh tham gia hoạt động ngoài trường hoặc đi chơi riêng sau giờ học?
20. Đóng hoặc khóa cửa khi gặp học sinh hoặc che cửa kính để tránh bị nhìn thấy?

21. Dùng điện thoại hoặc máy ảnh trong phòng thay đồ hoặc nhà vệ sinh để chụp học sinh?
22. Gửi hình ảnh không phù hợp hoặc yêu cầu học sinh gửi ảnh?
23. Đưa hoặc gửi nội dung khiêu dâm cho học sinh?
24. Cho học sinh rượu, thuốc lá điện tử, thuốc lá hoặc chất kích thích?
25. Cư xử như người yêu hoặc hẹn hò với học sinh ở bất kỳ độ tuổi nào?
26. Có bất kỳ hành vi tình dục nào với học sinh. Ngay cả khi học sinh nghĩ mối quan hệ đó là ổn, hành vi của người lớn vẫn là sai và cần được báo cáo.

Danh sách trên không bao gồm tất cả các hành vi có thể xảy ra và có thể còn những hành vi khác mà bạn nghĩ tới. Khi trao đổi với con về các hành vi vượt ranh giới này, hãy nói với trẻ rằng nếu bất cứ lúc nào trẻ cảm thấy bối rối hoặc không chắc chắn về hành vi của một người lớn, trẻ luôn có thể đến nói chuyện với bạn. Hãy cho trẻ biết rằng bạn sẽ không giận dữ hay trách mắng. Bạn sẽ lắng nghe, tin tưởng trẻ và làm mọi điều có thể để đảm bảo trẻ được an toàn. Nếu trong cuộc trò chuyện, con bạn cho biết có một người lớn trong trường học hoặc tổ chức phục vụ thanh thiếu niên đã có hành vi không phù hợp với các em, với tư cách là phụ huynh, bạn có thể liên hệ với nhà trường hoặc người quản lý của tổ chức đó để thông báo về hành vi của nhân viên này.

Nếu bạn biết hoặc nghi ngờ rằng một người lớn hoặc một trẻ em trong trường học hoặc tổ chức phục vụ thanh thiếu niên đã có hành vi mà bạn cho rằng có thể cấu thành xâm hại tình dục đối với con bạn hoặc một trẻ khác, bạn nên báo cáo vụ việc với cơ quan bảo vệ trẻ em của bang mình. Bạn cũng có thể gọi cảnh sát.

Các hành vi từ số 1 đến số 11 trong danh sách trên có thể chưa đạt đến mức được xem là hành vi xâm hại cần báo cáo theo quy định pháp luật, nhưng có thể là những dấu hiệu ban đầu của quá trình grooming (tiếp cận và xây dựng lòng tin nhằm mục đích xâm hại). Các hành vi từ số 12 đến số 25 cần được báo cáo ngay lập tức.

- Liên hệ Sở Trẻ em và Gia đình Massachusetts (Department of Children and Families - DCF) theo số (617) 748-2000 hoặc truy cập **www.mass.gov/orgs/massachusetts-department-of-children-families/locations** để tìm văn phòng gần nhất trong giờ hành chính (8:45 sáng – 5:00 chiều, Thứ Hai đến Thứ Sáu). Ngoài giờ hành chính, gọi Đường dây Khẩn cấp về Xâm hại Trẻ em của Massachusetts theo số (800) 792-5200, hoạt động 24 giờ/ngày, 7 ngày/tuần.
- Để báo cáo thông tin liên quan đến khả năng trẻ em bị bóc lột tình dục, chẳng hạn như: nội dung khiêu dâm trẻ em, mua bán tình dục trẻ em, dụ dỗ trẻ thực hiện hành vi tình dục, du lịch tình dục, gửi tài liệu khiêu dâm cho trẻ. Hãy liên hệ: CyberTipline ở đường dây: 1-800-843-5678 hoặc truy cập: **https://report.cybertip.org/**.

Giữ An Toàn Cho Con Trên Môi Trường Trực Tuyến

Xâm Hại Tình Dục Trẻ Em Trực Tuyến Là Gì?

- **Tài liệu xâm hại tình dục trẻ em (CSAM)**, trước đây thường được gọi là "khiêu dâm trẻ em". Việc đăng tải, chia sẻ hoặc xem các tài liệu này là một hình thức xâm hại tình dục trẻ em và là hành vi phạm pháp.
- **Gạ gẫm tình dục trẻ vị thành niên.** Đây là những yêu cầu nhằm dụ dỗ trẻ tham gia hoạt động tình dục, trò chuyện tình dục hoặc cung cấp thông tin cá nhân mang tính tình dục.
- Dụ dỗ trực tuyến (online enticement), bao gồm cả "sextortion" (tống tiền bằng hình ảnh nhạy cảm), khi kẻ xâm hại đe dọa, ép buộc hoặc tống tiền trẻ để trẻ gửi hình ảnh hoặc video nhạy cảm của chính mình.
- Grooming (tiếp cận và tạo dựng lòng tin), khi người xâm hại, dù có quen biết ngoài đời hay không, kết bạn với trẻ qua mạng xã hội, ứng dụng nhắn tin hoặc trò chơi trực tuyến nhằm chiếm được lòng tin trước khi bóc lột tình dục trẻ, trực tuyến hoặc trực tiếp.
- Deepfake tình dục, khi ai đó sử dụng trí tuệ nhân tạo (AI), ứng dụng "cởi đồ bằng AI" hoặc các công nghệ khác để tạo ra hoặc chỉnh sửa hình ảnh, video của một người nhằm khiến chúng trông như mang nội dung tình dục.

Việc tạo hoặc phát tán deepfake tình dục liên quan đến trẻ em là bất hợp pháp tại phần lớn các bang ở Hoa Kỳ.

Bạn Có Biết Không?

- Trước khi đủ 18 tuổi, **cứ 5 trẻ thì có 1 trẻ sẽ từng tiếp xúc với một hình thức tổn hại tình dục trực tiếp hoặc trực tuyến**, và hơn một nửa các trường hợp xảy ra giữa những người cùng độ tuổi.
- Trong năm 2024, **Trung tâm Quốc gia Hoa Kỳ về Trẻ em Mất tích và Bị Bóc lột (NCMEC)** nhận khoảng 100 báo cáo mỗi ngày liên quan đến hành vi **tống tiền tình dục vì mục đích tài chính (sextortion).**
- Nội dung xâm hại tình dục trẻ em (CSAM) tiếp tục được tạo ra và phát tán với tốc độ chưa từng có. Chỉ riêng năm 2025, NCMEC đã nhận **21,3 triệu báo cáo**, bao gồm hơn **61,8 triệu hình ảnh,** video và tệp tin liên quan đến nghi ngờ bóc lột tình dục trẻ em, trong đó **1,5 triệu trường hợp có liên quan đến AI.**
- Con số này thực tế đã giảm so với **36,2 triệu báo cáo năm 2023**, một phần do mã hóa đầu cuối khiến các nền tảng khó phát hiện và báo cáo hơn.
- Khoảng **1 trên 17 thanh thiếu niên** cho biết từng là nạn nhân của **hình ảnh deepfake mang tính tình dục.**

- Hành vi dụ **dỗ trẻ trực tuyến (online enticement)** tiếp tục tăng mạnh; năm 2025, NCMEC nhận **1,4 triệu báo cáo, tăng 156% so với năm 2024.**

Giờ Bạn Đã Biết, Vậy Bạn Có Thể Làm Gì?

Điều quan trọng nhất là theo sát việc sử dụng Internet của con và giúp con trở thành một người dùng công nghệ có trách nhiệm.

Sau khi tự tìm hiểu về công nghệ và Internet, hãy bắt đầu trò chuyện với con về:

- lợi ích của công nghệ,
- các rủi ro khi sử dụng,
- quyền riêng tư,
- trách nhiệm cá nhân,
- an toàn cá nhân.

Hãy cùng con xây dựng các quy tắc phù hợp với độ tuổi. Khi trẻ được tham gia vào việc xây dựng quy tắc thay vì chỉ bị áp đặt, trẻ sẽ có xu hướng tuân thủ tốt hơn và dần hình thành khả năng tự bảo vệ bản thân. Hãy nhấn mạnh với trẻ rằng: "Những quy tắc này nhằm bảo vệ con, không phải để kiểm soát con." Khi công nghệ thay đổi và trẻ lớn lên, hãy tiếp tục điều chỉnh các quy tắc và giáo dục trẻ cách bảo vệ:

- bản thân,
- thông tin cá nhân,
- và cách sử dụng công nghệ có trách nhiệm.

Những việc phụ huynh nên làm:

- Hỏi con đang sử dụng những ứng dụng và trang web nào, đồng thời đề nghị con cho xem cài đặt quyền riêng tư. Trẻ không nên cho phép những người lạ không quen biết: xem nội dung cá nhân, hoặc nhắn tin cho mình trên mạng xã hội. Đặc biệt, không nên bật chia sẻ vị trí trên các nền tảng như Snapchat vì điều đó có thể cho người khác biết trẻ đang ở đâu.
- Dạy trẻ **không kết bạn, theo dõi hoặc kết nối với người mà trẻ không quen ngoài đời thật.** Chỉ vì ảnh đại diện trông giống trẻ cùng tuổi không có nghĩa đó là trẻ em. Những người có ý đồ xấu thường giả làm trẻ em để tiếp cận trẻ khác.
- Giải thích rằng trẻ **không nên đăng hoặc chia sẻ ảnh không mặc đủ quần áo.** Hãy giải thích rằng có những người sẽ sử dụng hình ảnh đó theo cách gây tổn hại. Một khi ảnh đã được đưa lên Internet thì không thể đảm bảo xóa hoàn toàn được nữa.
- Giải thích với thanh thiếu niên rằng**: không nên chụp hoặc gửi ảnh khỏa thân của chính mình ("sexting")**, kể cả cho: người yêu, người đang hẹn hò, bạn bè. Người nhận có thể phát tán hình ảnh đó

mà không có sự đồng ý của trẻ.

- Dạy trẻ không đăng những thông tin có thể khiến người lạ tìm hoặc theo dõi được trẻ, ví dụ: địa chỉ nhà, địa điểm thường xuyên lui tới, ảnh chụp bên ngoài ngôi nhà.
- Dặn trẻ: **KHÔNG BAO GIỜ đồng ý gặp trực tiếp một người lạ hoặc "bạn quen trên mạng".** Dạy trẻ báo cho cha mẹ hoặc người lớn đáng tin cậy nếu có ai trên mạng muốn gặp trực tiếp.
- Cân nhắc sử dụng phần mềm lọc nội dung để chặn các trang web không phù hợp trên: máy tính, máy tính bảng, điện thoại. Bạn cũng có thể điều chỉnh cài đặt kiểm soát của phụ huynh trên thiết bị hoặc trình duyệt. Các thiết lập này nên thay đổi theo độ tuổi của trẻ.
- Hãy nhớ rằng: Không thể giám sát trẻ mọi lúc. Việc giới hạn quyền truy cập hoặc dựa hoàn toàn vào phần mềm giám sát tuy hấp dẫn nhưng không đủ. Trẻ càng được tham gia vào các cuộc trò chuyện về an toàn trực tuyến thì càng có khả năng ghi nhớ và áp dụng những nguyên tắc đó ngay cả khi không có người lớn bên cạnh.

Để tìm hiểu thêm dành cho phụ huynh về: giữ trẻ an toàn trên Internet, tài liệu dạy trẻ sử dụng mạng an toàn, cách báo cáo, tài nguyên về sexting và bắt nạt mạng, truy cập: **https://enoughabuse.org/get-the-facts/internet-safety/**

LÀM SAO TÔI CÓ THỂ BIẾT CON MÌNH CÓ BỊ XÂM HẠI TÌNH DỤC HAY KHÔNG?

Các dấu hiệu thể chất của việc bị xâm hại tình dục không phổ biến, nhưng dưới đây là những dấu hiệu bạn có thể lưu ý. Hãy nhớ rằng chúng không xác nhận rằng việc xâm hại đã xảy ra. Trẻ em có thể bị chấn thương hoặc vấn đề y tế có thể gây ra một số dấu hiệu này. Nếu bạn thấy bất kỳ dấu hiệu nào, hãy cùng con và bác sĩ nhi khoa tìm hiểu nguyên nhân có thể là gì.

- Khó đi lại hoặc ngồi
- Than phiền đau khi đi tiểu
- Kích ứng, trầy xước, sưng, rách da, chảy máu hoặc nhiễm trùng ở bộ phận sinh dục hoặc hậu môn
- Chấn thương không rõ nguyên nhân quanh miệng
- Vùng da bị chai hoặc sần giữa hai mông
- Nhiễm trùng lây truyền qua đường tình dục (STIs)

- Mang thai ở tuổi vị thành niên

Trẻ em thường có thể biểu hiện thay đổi hành vi vì nhiều lý do gây căng thẳng, ví dụ như bị bắt nạt, điểm số kém, vấn đề gia đình, v.v. Nếu bạn thấy thay đổi hành vi, đừng vội cho rằng đã xảy ra xâm hại tình dục. Hãy hỏi con bạn điều gì đang làm phiền hoặc làm con đau buồn, bất kể bạn nghĩ nguyên nhân là gì.

- Đau đầu, đau bụng hoặc đau mãn tính
- Thay đổi khẩu vị
- Tăng hoặc giảm cân đáng kể
- Tai nạn đi vệ sinh
- Vấn đề về giấc ngủ hoặc ác mộng
- Tự dùng những từ mới cho bộ phận cơ thể riêng tư mà không được học ở nhà
- Có hành vi tình dục với đồ chơi, búp bê hoặc trẻ khác
- Bắt chước hành vi tình dục của người lớn, ví dụ hôn kiểu Pháp, "cọ xát"
- Đề nghị không được để ở một mình với một người lớn, trẻ em hoặc người trông trẻ nào đó. Hãy hỏi con bạn điều gì về người đó hoặc hành động nào của họ khiến con không muốn ở gần. Ngay cả khi trẻ chưa sẵn sàng nói chi tiết, hãy nghiêm túc cân nhắc việc chấm dứt việc cho con tiếp xúc với người đó.
- Thay đổi tâm trạng khi ở với một người cụ thể (ví dụ: từ nói chuyện vui vẻ chuyển sang im lặng, thu mình)
- Hành vi tự cắt, đốt hoặc tự làm hại bản thân
- Hành vi tự tử

TÔI NÊN LÀM GÌ NẾU TÔI NGHĨ RẰNG ĐÃ XẢY RA XÂM HẠI TÌNH DỤC?

Hãy nói với con bạn: "Con có vẻ đang buồn. Bố/mẹ rất muốn con nói cho bố/mẹ biết lý do để bố/mẹ có thể giúp con. Dù con nói gì, bố/mẹ vẫn yêu con và sẽ không giận." Một số trẻ có thể chưa sẵn sàng nói, nhưng chỉ cần biết rằng bạn luôn ở đó khi con sẵn sàng có thể giúp con có đủ tự tin để chia sẻ sau này.

Nếu con bạn nói rằng có ai đó đang xâm hại mình:

- Giữ bình tĩnh trong lời nói và hành động. Phản ứng quá xúc động có thể khiến trẻ cảm thấy tệ vì đã nói ra và có thể khiến trẻ ngừng chia sẻ thông tin.
- Nói với con bạn: "Bố/mẹ tin con. Con không có lỗi. Con rất dũng cảm khi nói ra. Bố/mẹ sẽ bảo vệ con."
- Đặt câu hỏi mở, ví dụ: "Điều quan trọng là bố/mẹ cần biết con biết những gì. Hãy kể cho bố/mẹ nghe chuyện gì đã xảy ra."
- Đừng gieo ý tưởng vào đầu trẻ về điều bạn nghĩ có thể đã xảy ra hoặc đưa cho trẻ những từ để mô tả. Điều này có thể ảnh hưởng đến các cuộc phỏng vấn hoặc điều tra sau này.
- Đừng yêu cầu trẻ lặp lại nhiều lần những gì đã nói.
- Liên hệ với Dịch vụ Bảo vệ Trẻ em địa phương, Cảnh sát hoặc Trung tâm Hỗ trợ Trẻ em để được hướng dẫn các bước tiếp theo, như chăm sóc y tế hoặc để trẻ được phỏng vấn bởi chuyên gia có kinh nghiệm trong lĩnh vực này.
- Lập kế hoạch an toàn để trẻ không bị đặt vào tình huống có thể bị người bị nghi ngờ xâm hại tiếp cận nếu họ biết hoặc nghi ngờ rằng trẻ đã tiết lộ.
- Tìm kiếm sự hỗ trợ cho chính bạn. Việc liên quan đến một trường hợp tiết lộ xâm hại tình dục có thể gây căng thẳng, và bạn có thể muốn tìm sự hỗ trợ riêng tư từ người thân, bạn bè hoặc chuyên gia đáng tin cậy.

Nếu bạn quá lo lắng hoặc không chắc cách xử lý, tốt nhất hãy liên hệ với một chuyên gia có thể giúp bạn.

ĐIỀU TRỊ:

Để quá trình hồi phục bắt đầu, trẻ trước hết cần được đảm bảo an toàn khỏi việc bị xâm hại thêm. Bất kỳ triệu chứng thể chất nào do xâm hại tình dục gây ra thường sẽ lành nhanh chóng và hoàn toàn. Tuy nhiên, tổn thương tâm lý mà nhiều trẻ trải qua có thể kéo dài hơn và thường cần được hỗ trợ bởi chuyên gia sức khỏe tâm thần. Xem các nguồn hỗ trợ điều trị bên dưới.

Danh sách nguồn hỗ trợ ở trang tiếp theo!

Nguồn hỗ trợ về Báo cáo, Phòng ngừa và Điều trị

Việc báo cáo nghi ngờ xâm hại tình dục trẻ em là trách nhiệm của mọi người — dù bạn là người bắt buộc phải báo cáo theo luật hay là công dân bình thường.

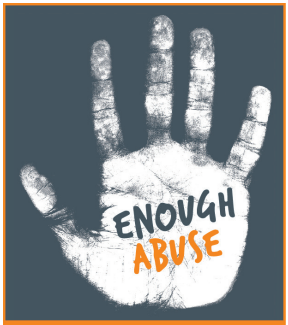
- Để báo cáo hành vi xâm hại trẻ em, hãy liên hệ Sở Trẻ em và Gia đình Massachusetts (DCF) theo số (617) 748-2000 hoặc truy cập **www.mass.gov/orgs/massachusetts-department-of-children-families/locations** để tìm văn phòng gần nhất trong giờ hành chính (8:45 sáng – 5:00 chiều, Thứ Hai đến Thứ Sáu). Ngoài giờ hành chính, gọi Đường dây Khẩn cấp về Xâm hại Trẻ em Massachusetts theo số (800) 792-5200, hoạt động 24 giờ/ngày, 7 ngày/tuần.
- Để báo cáo thông tin về khả năng bóc lột tình dục trẻ em, ví dụ: nội dung khiêu dâm trẻ em, buôn bán tình dục, dụ dỗ thực hiện hành vi tình dục, du lịch tình dục, hoặc tài liệu khiêu dâm không mong muốn gửi cho trẻ, hãy liên hệ cybertipline: 1-800-843-5678 hoặc truy cập **report.cybertip.org**

Tìm hiểu cách phòng ngừa xâm hại tình dục trẻ em

- Truy cập Enough Abuse® tại **enoughabuse.org**. Xem mục "get the facts" để tìm hiểu thêm về xâm hại tình dục trẻ em. Tăng cường chính sách phòng ngừa xâm hại của trường học hoặc tổ chức thông qua chương trình **Safety S.T.A.R.S.** đăng ký nhận bản tin để cập nhật về công việc phòng ngừa xâm hại tình dục trẻ em.
- Tham gia cam kết Take The pledge To Prevent® xâm hại tình dục trẻ em tại **pledgetoprevent.org.**
- Để biết thông tin về phòng ngừa xâm hại tình dục trẻ em trong các tổ chức phục vụ thanh thiếu niên, truy cập **SafeKidsThrive.org.**

Dịch vụ tư vấn, điều trị và hỗ trợ

- Massachusetts Children's Alliance: Gọi (617) 573-9800 hoặc truy cập **machildrensalliance.org** để tìm Trung tâm Vận động và Bảo vệ Trẻ em (Children's Advocacy Center) gần bạn.
- MASOC: Cung cấp tư vấn và hỗ trợ cho trẻ có các hành vi tình dục không phù hợp và gia đình các em. Liên hệ (413) 540-0712 hoặc truy cập **masoc.net**.
- Chương trình Chăm sóc Khẩn cấp Sức khỏe Tâm thần thuộc Cambridge Health Alliance: Hỗ trợ về sức khỏe tâm thần. Gọi 833-222-2030 hoặc truy cập **challiance.org/services-programs/mental-health-and-substance-use/psychiatry-crisis-services**.
- Massachusetts Society for the Prevention of Cruelty to Children (MSPCC): Gọi (617) 587-1500 hoặc truy cập **mspcc.org**.
- Boston Area Rape Crisis Center (BARCC): Gọi (800) 841-8371 (phục vụ 24 giờ/ngày, 7 ngày/tuần) hoặc truy cập **barcc.org.**
- Massachusetts Office of Victim Assistance (MOVA): Gọi (617) 586-1340 hoặc truy cập **mass.gov/mova**.
- Massachusetts Association for the Treatment of Sexual Abusers (MATSA): Gọi (413) 427-6903 hoặc truy cập **matsa.info.**



end child sexual abuse

Để biết thêm thông tin, vui lòng liên hệ:

Enough Abuse®

www.enoughabuse.org

Hướng dẫn này được biên soạn bởi Jetta Bernier, M.A.

Enough Abuse

112 Water Street. Suite 502 ~ Boston, MA 02109

info@enoughabuse.org ~ (617) 742-8555

© Copyright Enough Abuse ® 2026