



SEEDS FOR THE FUTURE



*Cẩm nang*

# NHẬN BIẾT VÀ NGĂN CHẶN BẠO HÀNH TRẺ EM



**Thực hiện:**

Thoa Đình

**Biên tập:**

T.S Hương Lê  
Thùy Anh Nguyễn

**Thiết kế:**

Khánh Du  
Uyên Trương

InPsychOut cảm ơn T.S Nguyễn Thị Ánh Nguyệt vì những góp ý để hoàn thiện cuốn cẩm nang này.

Cẩm nang này thuộc bản quyền của InPsychOut. Xin vui lòng không sao chép dưới mọi hình thức.

Việc sử dụng cẩm nang cần được sự cho phép của InPsychOut.

# Lời mở đầu

*\*Lưu ý: Cẩm nang gồm nội dung liên quan đến bạo hành, có thể khơi gợi cảm xúc tiêu cực. Vui lòng cân nhắc kỹ trước khi đọc.*

Trẻ em phụ thuộc vào người lớn để bắt đầu hành trình cuộc sống. Ban đầu, điều này bao gồm việc cha mẹ đáp ứng nhu cầu thiết yếu cơ bản của đứa trẻ, chẳng hạn như thức ăn, chỗ ở và tình yêu thương và xa hơn nữa là cung cấp cho đứa trẻ một số định hướng. Tuy nhiên, khi cha mẹ hoặc những người lớn khác có trách nhiệm quan tâm và chăm sóc trẻ em trở nên không đáp ứng được những điều này, sự phát triển của trẻ sẽ thay đổi.

Trong cẩm nang này, InPsychOut sẽ đem đến những thông tin ngắn gọn, dễ hiểu xoay quanh một vấn đề, đáng tiếc thay, vẫn còn rất phổ biến trong xã hội hiện nay - bạo hành trẻ em. InPsychOut sẽ giúp bạn đọc tìm hiểu những phương diện tâm lý của tình trạng này thông qua việc trả lời 4 câu hỏi sau:

## 1. Bạo hành trẻ em là gì?

a. Một số dạng bạo hành trẻ em

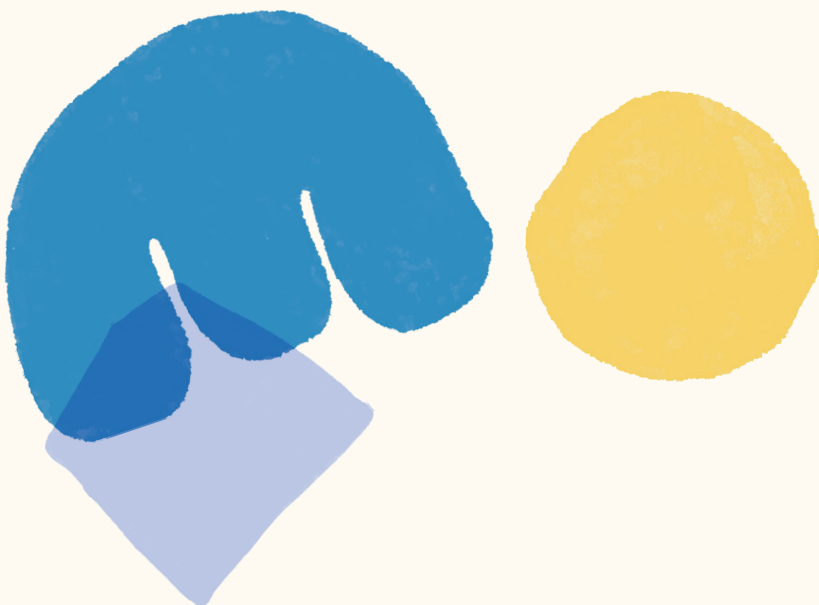
b. Các dấu hiệu nhận biết một trẻ đang bị bạo hành

## 2. Một số điểm nhận biết của kẻ bạo hành là gì?

3. Ảnh hưởng của bạo hành lên trẻ là gì?

4. Làm gì khi trẻ bị bạo hành tìm đến bạn?

5. Ngăn chặn bạo hành trẻ em như thế nào, tìm kiếm sự trợ giúp ở đâu?



# 1. Bạo hành trẻ em là gì?

## Một số dạng bạo hành trẻ em

Có nhiều định nghĩa về bạo hành được xác định bởi các tổ chức và cơ quan khác nhau, tập trung vào các khía cạnh khác nhau của bạo hành. Lạm dụng hoặc ngược đãi trẻ em cấu thành từ tất cả các hình thức đối xử tồi tệ về thể chất và/hoặc cảm xúc, lạm dụng tình dục, đối xử bỏ bê hoặc cấu thả, thương mại hoặc bóc lột khác, dẫn đến tổn hại thực tế hoặc tiềm ẩn đối với sức khỏe, sự sống còn, phát triển hoặc nhân phẩm của trẻ.

Trẻ em ít khi nào là nạn nhân của chỉ một loại bạo hành/lạm dụng. Các hình thức bạo hành trẻ em có thể chia thành 4 nhóm chính:

1. Bạo hành thể chất
2. Bạo hành tình dục
3. Bỏ bê
4. Bạo hành tinh thần/cảm xúc

Trẻ em là nạn nhân của bạo hành có thể chịu ảnh hưởng của một nhóm hoặc sự kết hợp của nhiều nhóm bạo hành nói trên.



## **Các dấu hiệu nhận biết trẻ đang bị bạo hành**

*\*Lưu ý: Những dấu hiệu này không nhất thiết là biểu hiện của bạo hành trong mọi trường hợp; cần có sự trao đổi, tìm hiểu thêm trước khi đưa ra bất cứ kết luận hay giải pháp nào.*

Điều quan trọng là nhận ra các tình huống có nguy cơ cao và các dấu hiệu của hành vi bạo hành. Nếu bạn nghi ngờ một trẻ đang bị bạo hành, việc báo cáo những nghi ngờ của bạn có thể bảo vệ trẻ và giúp gia đình nhận được sự hỗ trợ.



## 1. Bạo hành thể chất

Bao gồm những hành vi cố ý gây ra thương tích, xâm hại tới trẻ, ví dụ như đánh đập, hành hạ, đầu độc, v.v.

### Dấu hiệu nhận biết:

- Các vết bầm tím hay trầy xước xuất hiện trên cơ thể trẻ, đặc biệt ở trên mặt, trên đầu, bộ phận sinh dục, hoặc những bộ phận bất thường khác trên cơ thể. Cần lưu ý rằng khả năng bị bạo hành ở trẻ đặc biệt cao khi không có bất kỳ lời giải thích thỏa đáng nào được đưa ra cho những vết bầm tím này, khi những lời giải thích trên không phù hợp để diễn tả độ nghiêm trọng của vết thương hoặc khi mật độ xuất hiện của chúng quá thường xuyên.
- Vết hằn ở những vị trí khác thường. Ví dụ: vết tát hằn trên phần má hoặc mông, vết cấu hoặc hằn gần má và miệng (thường để bắt trẻ ăn hoặc giữ trật tự), vết bầm quanh tai (thường để bắt trẻ lại khi chúng chạy đi vì sợ hãi), vết lằn tay trên cánh tay (thường do bị người lớn giật mạnh lấy rồi kéo tay), thâm mắt (thường do nạn nhân bị đấm hoặc do hệ quả của việc mũi bị đập mạnh - bác sĩ có thể giúp phân biệt các nguyên nhân này).
- Vết cắn xuất hiện ở các vị trí khác nhau trên cơ thể.
- Vết bỏng hoặc bỏng nước, đặc biệt ở những bộ phận dễ che đi như trong miệng, tay, bộ phận sinh dục. Ngoài ra, những vết bỏng giống như do đầu thuốc lá gây ra nên được chú ý. Bỏng nước do bị bạo hành thường to, xuất hiện thường xuyên, và có một hình dạng nhất định (chẳng hạn như vì bị bắt cho tay vào nước nóng) sẽ khác so với vết bỏng do vô tình bị bắn nước nóng lên tay.
- Đầu độc hoặc cố tình dùng thuốc sai chỉ định (như việc ép trẻ sử dụng quá nhiều thuốc an thần)

## 2. Bạo hành tình dục

Bao gồm những hành vi cưỡng ép tình dục mà thường trẻ không hiểu được và vi phạm những chuẩn mực xã hội

### Dấu hiệu nhận biết:

- Trẻ có thể biết những kiến thức tình dục không phù hợp với lứa tuổi
- Trẻ có những hành động quá gần gũi và không phù hợp với những trẻ hay người lớn khác
- Trẻ sợ bị khám cơ thể
- Trẻ có xu hướng thủ dâm quá mức, đặc biệt đáng chú ý khi điều này xảy ra ở nơi công cộng
- Trẻ có thay đổi đột ngột trong việc ăn uống, chịu ảnh hưởng của những rối loạn ăn uống
- Trẻ có những bệnh viêm nhiễm lây qua đường tình dục
- Trẻ luôn có cảm giác đang giữ bí mật và muốn người lớn hứa hẹn về việc giữ bí mật và bảo mật thông tin. Điều này đặc biệt đúng với các em đang muốn chia sẻ về việc bị bạo hành.
- Trẻ có những vết bầm ở mông, bụng dưới, đùi và xung quanh bộ phận sinh dục. Những vết bầm này có thể thấy cùng những vết hằn tay khi các em thường bị giữ chặt trong khi bị lạm dụng.
- Luôn cảm thấy không thoải mái và đau ở xung quanh bộ phận sinh dục
- Trẻ có lưu trữ những hình ảnh đồi trụy, không phù hợp với lứa tuổi



### 3. Bỏ bê

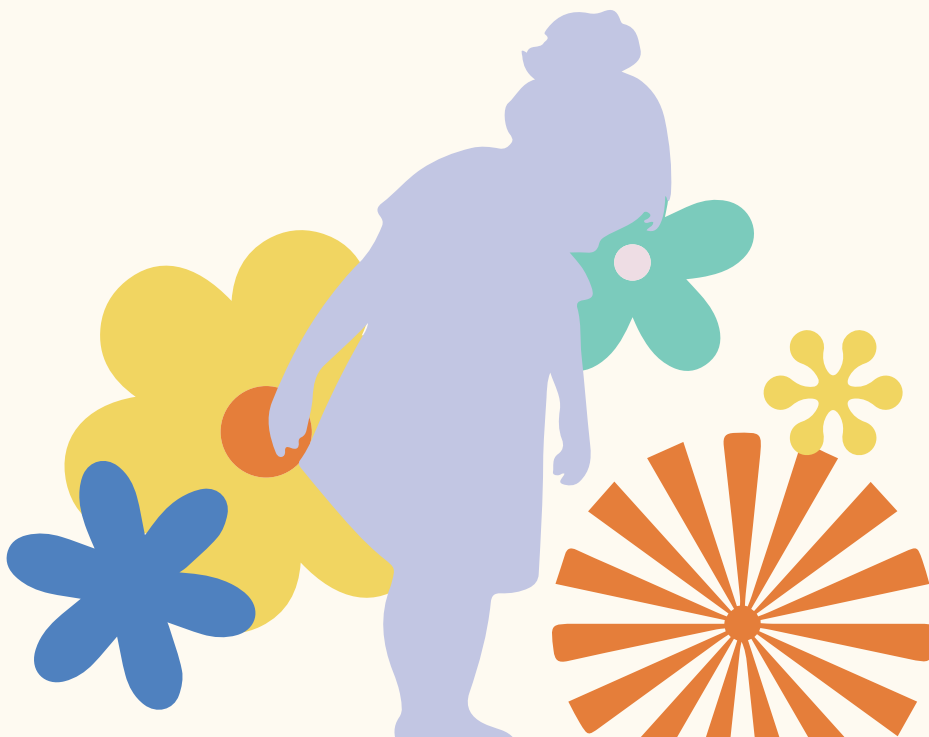
Bỏ bê là khi trẻ không được cung cấp những sự quan tâm, giám sát, ủng hộ, và tình cảm tối thiểu cần thiết để phát triển. Bỏ bê có nhiều loại: tinh thần, thể chất, giáo dục, vv. Tuy nhiên, trong những loại bỏ bê, bỏ bê thể chất có thể dễ dàng được nhận biết nhất qua những dấu hiệu sau:

#### **Dấu hiệu nhận biết:**

- Thiếu cân trầm trọng: Trẻ có thể thường bị bỏ đói, hoặc thường xuyên phải đi ăn trộm đồ ăn. Điều này đặc biệt đáng chú ý khi một đứa trẻ thiếu cân thường xuyên đột ngột tăng cân khi xa nhà, ví dụ ở viện hay đi dã ngoại.
- Trẻ không được ăn mặc đầy đủ, làm vệ sinh ở mức độ tối thiểu, quần áo thường dơ bẩn có mùi. Điều này cần được chú ý để phân biệt giữa trẻ bị bỏ bê và trẻ đến từ những gia đình mà không quá chú trọng về việc ngăn nắp, gọn gàng.
- Trẻ có những dấu hiệu phải sống trong môi trường không an toàn, dơ bẩn.

Bỏ bê thể chất là một dạng bạo hành khó để nhận dạng do nó cần chúng ta hình thành nhận định về mức độ của sự bỏ bê.

Nhiều trường hợp có thể chưa chăm sóc được trẻ được đến mức lý tưởng, tuy nhiên, điều này chỉ được gọi là bỏ bê khi nó có ảnh hưởng nghiêm trọng đến sự phát triển và trưởng thành của trẻ.





#### 4. Bạo hành tinh thần/cảm xúc

Mỗi loại bạo hành trên đều gây ra những tổn thương lớn tới tinh thần, cảm xúc, và hành vi của các trẻ. Ngoài ra, những hành động bạo hành tinh thần bao gồm những việc như lăng mạ, chửi bới, thao túng, sử dụng những ngôn từ để phá vỡ sự tự trọng của trẻ.

##### **Dấu hiệu nhận biết:**

- Bạo hành lời nói: sử dụng những từ ngữ ảnh hưởng tiêu cực đến lòng tự trọng cũng như cách nhìn nhận bản thân của trẻ, ví dụ như gọi trẻ là “vô dụng”, là “đáng ghét” và khiến trẻ cảm thấy mình xứng đáng bị đối xử tệ bạc.
- Gây mặc cảm tội lỗi cho trẻ, ví dụ như nói rằng “*vì mày mà tao phải khổ sở như thế này*”, “*tao đã làm biết bao nhiêu thứ cho mày rồi, chỉ việc nhỏ thế này mày cũng không làm cho tao được*”, v.v.
- Gaslighting: đổi trắng thay đen, bóp méo sự thật như tỏ ra rằng một vụ việc nào đó chưa bao giờ xảy ra, khiến trẻ bối rối và bắt đầu nghi ngờ nhận thức và trí nhớ của bản thân.
- Tỏ ra những hành động của mình là vô cùng bình thường, chối bỏ những nhận định của trẻ về việc bị lạm dụng hay bạo hành.



## 2. Một số điểm nhận biết kẻ bạo hành

Cần nhắc khả năng bị lạm dụng thể chất khi cha mẹ hoặc người chăm sóc người lớn khác có những biểu hiện sau [4]:

- Có những giải thích không hợp lý cho những vết thương của trẻ
- Không tự nguyện tìm những hỗ trợ y tế kịp thời cho thương tích của trẻ
- Thường không cho trẻ đi học cho đến khi những vết thương bắt đầu lành với những lý do phi lý
- Thể hiện một thái độ hung hãn đối với trẻ
- Đánh giá những hành động của trẻ là "láo", "hư" và "xấu" một cách quá mức và vô lý
- Không giám sát trẻ khi các em còn quá nhỏ để có thể ở một mình
- Có một thái độ chung là không hài lòng với những việc trẻ làm
- Áp dụng kỷ luật thể chất khắc nghiệt với đứa trẻ
- Có tiền sử ngược đãi động vật hoặc vật nuôi

Tuy tài liệu này không thể liệt kê hết những dấu hiệu hay các cách nhận biết kẻ bạo hành và các loại bạo hành, InPsychOut hi vọng giúp bạn phần nào hiểu hơn về vấn đề này để có thể chung tay đóng góp vào công cuộc đấu tranh với vấn nạn xã hội này.

### 3. Ảnh hưởng của bạo hành tới trẻ

Lạm dụng và bỏ bê trẻ em có thể có những tác động tàn phá và lâu dài đối với trẻ em và có thể dẫn đến những tác động bất lợi cho xã hội. Ảnh hưởng của bạo hành dù là hình thức nào tới trẻ em cũng sẽ là ảnh hưởng tiêu cực. Có những hậu quả là tức thời và có những hậu quả lâu dài. Một số biểu hiện tức thời được quan sát dưới đây [5]:

- Trẻ em không chỉ bị tổn thương về thể chất mà còn có những biểu hiện căng thẳng về cơ thể gây ra bởi bạo lực tâm lý/ tình cảm và bị bỏ bê, bỏ rơi.

Ví dụ, trẻ em báo cáo trải qua tái phát đau đầu và đau bụng; trẻ có hành vi dửng dưng hoặc có xu hướng tấn công; trẻ buồn rầu, ủ rũ, mệt mỏi, dễ nổi nóng, thờ ơ, sợ hãi, thu mình và dễ khóc trước những việc nhỏ nhất...

- Trẻ em bị bạo hành mô tả cảm giác sợ hãi, căng thẳng, căng thẳng cao độ và lo lắng, cũng như lòng tự trọng thấp. Có rất nhiều sự xấu hổ liên quan đến trải nghiệm bị bạo hành, khiến trẻ em ngại chia sẻ vấn đề của mình với người khác, góp phần vào cảm giác cô đơn và cô lập của trẻ. Từ đó cũng có thể dẫn tới các hậu quả trên nhiều phương diện khác.

Ví dụ, trẻ có sự mất tập trung và sa sút đột ngột trong kết quả học tập; có những hành vi tự làm hại bản thân hoặc suy nghĩ tự tử; không có mối quan hệ tốt với bạn bè xung quanh; hay bỏ nhà ra đi (có thể là do chạy trốn khỏi kẻ bạo hành); thay đổi trong tính cách, có hành động khó chấp nhận, hoặc những hành vi gây chú ý một cách quá mức, ...

Các hậu quả lâu dài ở trẻ là nạn nhân của bạo hành là :

- **Về thể chất [6]:** trẻ là nạn nhân của bạo hành có nguy cơ cao liên quan tới các bệnh thể chất bao gồm nhưng không giới hạn như: tiểu đường, bệnh phổi, vấn đề cột sống, tổn thương não bộ, vấn đề thị lực, mệt mỏi mãn tính, ...
- **Về tâm lý, xã hội [7][8]:** bạo hành và bỏ bê trẻ em có thể gây ra nhiều vấn đề về tâm lý. Trẻ có thể cảm thấy bị cô lập, sợ hãi và không tin tưởng, có thể chuyển thành hậu quả tâm lý suốt đời, có thể biểu hiện như khó khăn về học tập, lòng tự trọng thấp, tạo dựng các mối quan hệ không bền vững - thiếu sự gắn kết, trầm cảm, lo âu, ...
- **Về hành vi:** thực hành tình dục không lành mạnh, sử dụng rượu và các chất kích thích, hành vi phạm pháp [7], một số người từng là nạn nhân lại có hành vi bạo hành lên con của họ nhiều hơn so với người không bị bạo hành [8], ...

Mặc dù vấn đề bạo hành thể chất và bỏ bê trẻ em chưa thấy dẫn đến một hình thái chuyên biệt cụ thể nào, nhưng trẻ bị bạo hành vào thời kỳ thơ ấu có thể có các vấn đề về phát triển trong những năm sau đó.



## 4. Làm gì khi trẻ bị bạo hành tìm đến bạn?

Khi một đứa trẻ đến gặp bạn để nói về sự lạm dụng mà trẻ đang phải đối mặt, điều quan trọng là phải lắng nghe và hành động theo cách để hỗ trợ đứa trẻ và giữ cho chúng được bảo vệ. Quá trình đó cần có những chú ý sau [9]:

### • Nhận ra khi trẻ tiết lộ

Trẻ có thể tiết lộ trực tiếp hoặc gián tiếp. Nhiều khả năng sự tiết lộ sẽ là gián tiếp, có nghĩa là trẻ không chia sẻ chi tiết hoặc nói một cách vòng vo. Ví dụ là, "Cháu có một người anh em họ đang bị lạm dụng", "Bạn của con đã nói với con...". Điều quan trọng là phải nhận ra các manh mối có thể có để đặt ra các câu hỏi tiếp theo. Hầu hết những trẻ tiết lộ đều muốn tình trạng lạm dụng chấm dứt. Khi sự tiết lộ bị "bỏ qua", trẻ có thể tiếp tục với các gợi ý khác hoặc không. Một số trẻ có thể cố gắng bảo vệ kẻ bạo hành, đặc biệt khi kẻ bạo hành là người mà trẻ yêu quý.

### • Hỗ trợ trẻ

Đừng quên rằng trẻ đã khó khăn như thế nào khi nói ra. Thật khó để nghe tin trẻ bị bạo hành và phản ứng ban đầu của bạn có thể là không tin hoặc tỏ ra sốc hoặc kinh hãi, nhưng điều quan trọng là phải hỗ trợ trẻ và giúp trẻ nói ra.

### • Thừa nhận sự can đảm của trẻ khi nói ra

Bất kể trẻ tiết lộ như thế nào, việc nhận biết khả năng trẻ bị bạo hành, tin tưởng vào trẻ và thảo luận về tình huống với trẻ, trong hầu hết các trường hợp, sẽ đưa ra các chi tiết cụ thể hơn.



## • Tránh từ chối

Phản ứng phổ biến đối với sự tiết lộ của trẻ là từ chối. Tôn trọng trẻ bằng cách lắng nghe những gì trẻ nói và nghiêm túc thực hiện những gì trẻ nói. Hãy tin những gì trẻ đang nói với bạn.

## • Cung cấp một môi trường an toàn

Đảm bảo sự bí mật và thoải mái. Tránh giao tiếp với thái độ sốc, kinh hoàng hoặc sợ hãi, ngay cả khi những gì bạn đang nghe có thể gây sốc và kinh hoàng. Trẻ có thể im lặng khi gặp phản ứng như vậy. Trẻ cần bạn tin tưởng và hỗ trợ. Hãy nói chậm và giữ thái độ điềm tĩnh. Nói với trẻ rằng trẻ đang làm đúng và bạn sẽ làm những gì có thể để giúp trẻ.

## • Trấn an trẻ và đừng tra khảo

Hãy trấn an trẻ rằng trẻ không làm gì sai và bạn tin tưởng trẻ. Đừng hỏi trẻ quá nhiều câu hỏi (ví dụ: “*Điều này hay điều kia đã xảy ra? Con có ở trường không? Chú của con có đánh con vào chân không?*”). Điều này có thể gây nhầm lẫn cho trẻ. Đừng hỏi chỉ để biết chi tiết. Điều này có thể khiến trẻ khó nói với bạn về việc lạm dụng hơn.

## • Lắng nghe trẻ, để chúng giải thích những gì đã xảy ra bằng lời của mình

Đừng ngăn trẻ ở giữa câu chuyện để đi tìm ai đó hoặc để đi làm một việc khác. Hạn chế đặt câu hỏi, hãy hỏi chỉ trong bốn câu hỏi sau nếu trẻ chưa cung cấp cho bạn thông tin:

- “*Chuyện gì đã xảy ra thế?*”
- “*Chuyện đó xảy ra khi nào?*”
- “*Chuyện đó đã xảy ra ở đâu?*”
- “*Ai đã làm điều đó?*”
- “*Làm sao mà con biết họ?*” (Nếu mối quan hệ của kẻ bạo hành không rõ ràng.)

- **Không hứa hẹn**

Đừng nói rằng bạn sẽ không nói cho ai biết những gì trẻ nói với bạn. Trẻ sẽ có nỗi sợ hãi về những gì sẽ xảy ra tiếp theo, vì vậy hãy nói cho trẻ biết bạn sẽ làm gì, điều gì sẽ xảy ra tiếp theo và những người khác mà trẻ sẽ cần nói chuyện. Điều này sẽ giúp trẻ cảm thấy có sự kiểm soát đối với những gì xảy ra tiếp theo trong ranh giới của luật pháp.

- **Lưu lại dữ liệu**

Có thể hữu ích nếu viết ra những trích dẫn chính xác về những gì trẻ đã nói trong trường hợp có sự tham gia của các bên khác, chẳng hạn như trường học hoặc các dịch vụ bảo vệ trẻ em.

- **Hãy ủng hộ, không phán xét**

Mặc dù trẻ có thể tiết lộ những điều khủng khiếp có thể đã xảy ra do một thành viên trong gia đình hoặc bạn bè, trẻ vẫn có thể yêu người đó và có thể chỉ mới bắt đầu nhận ra rằng mình đang bị bạo hành. Đảm bảo với trẻ rằng trẻ không có lỗi và không làm gì sai.

- **Đừng hỏi những câu hỏi ám chỉ đứa trẻ có lỗi**

- “Tại sao con không nói với (bố/ mẹ/ cô) trước đây?”
- “Con đã làm gì ở đó?”
- “Tại sao con không dừng nó lại?”
- “Con đã làm gì để bị như vậy?”
- “Con nói thật không?”

- **Báo cáo bất kỳ nghi ngờ nào về việc lạm dụng và bỏ rơi trẻ em**

Nếu bạn nghi ngờ rằng một đứa trẻ khác đang bị bạo hành, hãy báo cáo với cơ quan chức năng. Khi báo cáo, điều quan trọng là phải có các thông tin sau: chuyện gì đã xảy ra, xảy ra khi nào, xảy ra ở đâu, ai đã làm và mối quan hệ của họ với trẻ. Bạn sẽ được yêu cầu cung cấp một số thông tin nhận dạng như tên, địa chỉ, nơi bạn làm

## Những điều KHÔNG NÊN làm

- Công kích người bạo hành. Hãy tập trung vào hành vi bạo hành chứ không phải nhân cách người đó.
- Đổ lỗi cho nạn nhân. Đổ lỗi cho nạn nhân là hành vi của kẻ bạo hành.
- Coi nhẹ mỗi nguy hiểm tàng đối với cả người chịu bạo hành lẫn bản thân bạn.
- Hứa hẹn bất cứ điều gì bạn không thể thực hiện.
- Chỉ hỗ trợ với những điều kiện nhất định.
- Khiêu khích người bạo hành.
- Tạo áp lực lên người bị bạo hành.
- Bỏ cuộc. Hãy kiên nhẫn.
- Tác động khiến tình hình càng thêm xấu đi với người bị bạo hành.





## 5. Làm thế nào để phòng ngừa bạo hành/ lạm dụng trẻ em?

Một số biện pháp hữu hiệu nhất để chống lạm dụng và bỏ bê trẻ em tập trung vào việc nuôi dạy trẻ, mối quan hệ cha mẹ - con cái và môi trường gia đình, bao gồm [10]:

- Cung cấp cho cha mẹ thông tin về sự phát triển của trẻ cũng như sự gắn bó và gắn bó, đồng thời dạy họ sử dụng các phương pháp nuôi dạy trẻ nhất quán và cách quản lý xung đột gia đình.
- Các chuyến thăm thường xuyên đến nhà của các gia đình cần hỗ trợ đặc biệt về chăm sóc trẻ em hoặc nơi có nguy cơ ngược đãi trẻ em đã được xác định. Các biện pháp can thiệp có thể bao gồm tư vấn, đào tạo và giới thiệu đến các bác sĩ chuyên khoa hoặc các cơ quan khác.
- Các chuyên gia chăm sóc sức khỏe có vai trò quan trọng trong việc xác định, điều trị và giới thiệu các trường hợp bị lạm dụng và bỏ rơi cũng như báo cáo các trường hợp nghi ngờ bị ngược đãi cho các cơ quan chức năng thích hợp.
- Trường học - hướng dẫn trẻ em cách nhận biết các tình huống đe dọa và cung cấp cho chúng với các kỹ năng bảo vệ chống lại lạm dụng.
- Phương tiện truyền thông và các chiến dịch phòng ngừa khác để kích thích cộng đồng hành động và thay đổi các kiểu hành vi.
- Nhiều việc có thể được thực hiện để ngăn chặn lạm dụng và bỏ bê trẻ em - bao gồm các biện pháp giải quyết tình trạng nghèo đói, cải thiện cơ hội giáo dục và việc làm, cũng như tăng cường sự sẵn có và chất lượng của dịch vụ chăm sóc trẻ em.

## Nếu bạn là cha mẹ, hãy ...

Có một số yếu tố bảo vệ để giảm thiểu nguy cơ lạm dụng và bỏ bê trẻ em có thể nâng cao như [11]:

- **Nuôi dưỡng và gắn bó:** Khi cha mẹ và con cái cảm thấy sự rộng lượng và ấm áp dành cho nhau, cha mẹ sẽ có khả năng nuôi dạy con cái tích cực hơn, cũng như hỗ trợ thể chất lành mạnh, xã hội và phát triển tình cảm của con cái.
- **Kiến thức về nuôi dạy và sự phát triển của trẻ em và thanh thiếu niên:** Cha mẹ hiểu sự phát triển các cột mốc quan trọng và cách trẻ phát triển có thể cung cấp môi trường nơi trẻ em có thể phát huy hết tiềm năng của mình.
- **Sức bật của cha mẹ:** Cha mẹ kiên cường, có thái độ tích cực, giải quyết hiệu quả các thách thức, vấn đề trong cuộc sống sẽ ít hướng sự tức giận và thất vọng về phía con cái của họ.
- **Kết nối xã hội:** Bạn bè đáng tin cậy và quan tâm đến gia đình sẽ cung cấp cho cha mẹ sự khuyến khích và hỗ trợ khi đối mặt với những thách thức của việc nuôi dưỡng con cái.
- **Giá đỡ cho bố mẹ:** Cha mẹ có thể cung cấp các nguồn lực cơ bản, chẳng hạn như thực phẩm, quần áo, nhà ở, phương tiện đi lại và tiếp cận với các thiết bị cần thiết, các dịch vụ như chăm sóc trẻ em về sức khỏe thể chất và tinh thần, có khả năng tốt hơn để đảm bảo sức khỏe và hạnh phúc của con cái của họ.
- **Năng lực xã hội và tình cảm của trẻ em:** Cha mẹ dạy cho con cái khả năng tương tác tích cực với những người khác, kiểm soát hành vi của bản thân và giao tiếp cảm xúc của trẻ. Như vậy trẻ có nhiều khả năng được nâng cao mối quan hệ tích cực với gia đình, bạn bè. Trẻ em không có những kỹ năng này có thể có nguy cơ bị lạm dụng nhiều hơn.

## 6. Danh sách tham khảo nơi hỗ trợ về sức khỏe tâm lý:

*\*Lưu ý: InPsychOut hoàn toàn không cam kết hay đảm bảo chất lượng dịch vụ của những cơ sở dưới đây*

### Hà Nội:

#### 1. Viện Sức Khỏe Tâm Thần, Bệnh viện Bạch Mai

- Địa chỉ: Tòa nhà T4, T5, T6 Viện Sức khỏe Tâm thần - Bệnh viện Bạch Mai
- Điện thoại: 0243 5765 344

#### 2. Bệnh viện Tâm thần ban ngày Mai Hương

- Địa chỉ: Số 4 phố Hồng Mai, phường Bạch Mai, quận Hai Bà Trưng, Hà Nội
- Điện thoại : Hotline 043 627 5762

#### 3. Khoa Sức khỏe Tâm thần - Bệnh viện Lão khoa Trung ương

- Địa chỉ: Số 1A Phương Mai, Đống Đa, HN
- Điện thoại: 0243 5760 750

#### 4. Phòng khám số 1 - Bệnh viện Đại học Y Hà Nội

- Địa chỉ: Nhà A5, số 1 Tôn Thất Tùng, Đống Đa, Hà Nội
- Điện thoại: (+84) 1900 6422

#### 5. Khoa Tâm thần, Bệnh viện Nhi Trung ương

- Địa chỉ: 18/879 La Thành, Láng Thượng, Đống Đa, Hà Nội
- Điện thoại: 0246 2738 964

#### 6. Bệnh viện Tâm thần Trung Ương I

- Địa chỉ: ĐT427B, Hoà Bình, Thường Tín, Hà Nội, Vietnam
- Điện thoại: (+84) 24 3385 3227

#### 7. Trung tâm Nghiên cứu và Hỗ trợ Tâm lý - CRISP

- Địa chỉ: Phòng 203-204, tòa nhà C0, 182 Lương Thế Vinh, Thanh Xuân, Hà Nội.
- Điện thoại: 0387 885 182

#### 8. Trung tâm Tư vấn - Trị liệu tâm lý SHARE

- Địa chỉ: Số 31, ngõ 84 Trần Quang Diệu, Đống Đa, Hà Nội
- Điện thoại: (+84) 024 2211 6989 - (+84) 024 3514 9499

#### 9. A...Ra là thế! Tham vấn & Trị Liệu Tâm Lý

- Điện thoại: (+84) 975 955 545 (Linh Hoang)
- Email: aralathe@gmail.com

## **TP. Hồ Chí Minh:**

### **1. Bệnh viện Tâm thần TP.HCM**

- Địa chỉ: 766 Võ Văn Kiệt, Phường 1, Quận 5, TP.HCM
- Điện thoại: 028 9234 675

### **2. Phòng Khám Tâm lý và Chăm sóc giảm nhẹ, Bệnh viện Đại học Y dược TP.HCM**

- Địa chỉ: 215 Hồng Bàng, Phường 11, Quận 5, TP.HCM
- Điện thoại: 028 3952 5149 - 028 3952 5353

### **3. Khoa Tâm lý - Bệnh viện Nhi Đồng 1**

- Địa chỉ: 341 Sư Vạn Hạnh, phường 10, Quận 10, TP.HCM
- Điện thoại: 028 3927 1119

### **4. Khoa Tâm lý - Bệnh viện Nhi Đồng 2**

- Địa chỉ: 14 Lý Tự Trọng, Phường Bến Nghé, Quận 1, TP. HCM
- Điện thoại: 0283 8295 723 - 0283 8295 724

### **5. Bệnh viện FV**

- Địa chỉ: 6 Nguyễn Lương Bằng, Tân Phú, Quận 7, TP.HCM
- Điện thoại: 028 5411 3333

### **6. Khoa Tâm thể - BV Thành phố Thủ Đức:**

- Địa chỉ: 106 Tam Hà, Tam Phú, TP. Thủ Đức
- Điện thoại: 028 6650 0223

### **7. Saigon Psychub - Phòng Tâm Lý Sài Gòn**

- Địa chỉ: 54/4 Ký Con, P Nguyễn Thái Bình Q.1, TP.HCM,
- Điện thoại: 0866 045 054



## Đường dây nóng:

**1. Đường dây nóng Ngày mai:** cung cấp miễn phí thông tin về sức khỏe tinh thần và tham vấn tâm lý trực tiếp qua điện thoại

- Điện Thoại: 096 306 1414
- Email: hotlinengaymai@gmail.com
- Website: <https://duongdaynongngaymai.vn/>
- Facebook: <https://www.facebook.com/duongdaynongngaymai>
- Thời gian làm việc: 13:00-20:30 Thứ Tư, Năm, Sáu, Bảy và Chủ nhật

**2. Đường dây nóng BlueBlue:** là dự án phi lợi nhuận hỗ trợ sức khỏe tinh thần cho thanh thiếu niên

- Điện Thoại: 1900 9204 - bấm phím 3
- Email: safeprofect@gmail.com  
blueblue.bluebells@gmail.com
- Facebook: <https://www.facebook.com/BlueBlueHotline>
- Thời gian: 24/7



## Nguồn tham khảo:

- [1] Ten Bensel RW, Rheinberger MM, Radbill SX. Children in a world of violence: the roots of child maltreatment. In: Helfer ME, Kempe RS, Krugman RD, eds. The battered child. Chicago, IL, University of Chicago Press, 1997:3-28.
- [2] Bạo lực với trẻ em trong gia đình phổ biến ở Việt Nam mặc dù đã có pháp luật bảo vệ - theo nghiên cứu của UNICEF [Internet]. Unicef.org. 2022 [cited 2 January 2022]. Available from: <https://tinyurl.com/2p8purhv>
- [3] Child Welfare Information Gateway. What is child abuse and neglect? Recognizing the signs and symptoms. Washington, DC: U.S. Department of Health and Human Services, Children's Bureau. 2019
- [4] Recognizing child abuse: What parents should know [Internet]. Nic.unlv.edu. 2018 [cited 17 January 2022]. Available from: [https://nic.unlv.edu/pcan/files/recognizing\\_abuse.pdf](https://nic.unlv.edu/pcan/files/recognizing_abuse.pdf)
- [5] Vu, Thi Thanh Huong. Understanding Children's Experiences of Violence in Viet Nam: Evidence from Young Lives, Innocenti Working Paper, UNICEF Office of Research, Florence. 2016,26:8.
- [6] Widom C, Czaja S, Bentley T, Johnson M. A Prospective Investigation of Physical Health Outcomes in Abused and Neglected Children: New Findings From a 30-Year Follow-Up. American Journal of Public Health. 2012;102(6):1135-1144.
- [7] Tổng quan bạo hành trẻ em [Internet]. Benhviennihi.org.vn. 2022 [cited 2 January 2022]. Available from: <http://www.benhviennihi.org.vn/upload/-files/B%E1%BA%A1o%20h%C3%A0nh%20tr%E1%BA%BB%20em%20BVND2.pdf>
- [8] Yang M, Font S, Ketchum M, Kim Y. Intergenerational transmission of child abuse and neglect: Effects of maltreatment type and depressive symptoms. Children and Youth Services Review. 2018;91:364-371.
- [9] Smith M. Pre-professional mandated reporters' understanding of young children's eyewitness testimony: Implications for training. Children and Youth Services Review. 2008;30(12):1355-1365.
- [10] Violence injury prevention [Internet]. Who.int. 2002 [cited 17 January 2022]. Available from: [https://www.who.int/violence\\_injury\\_prevention/violence/world\\_report/factsheets/en/childabusefacts.pdf](https://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/world_report/factsheets/en/childabusefacts.pdf)
- [11] Protective Factors Approaches in Child Welfare [Internet]. Child Welfare. 2020 [cited 17 January 2022]. Available from: <https://www.childwelfare.gov/topics/preventing/promoting/protectfactors/>