



SỞ Y TẾ THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH
CHI CỤC DÂN SỐ - KẾ HOẠCH HÓA GIA ĐÌNH

CHUYÊN ĐỀ

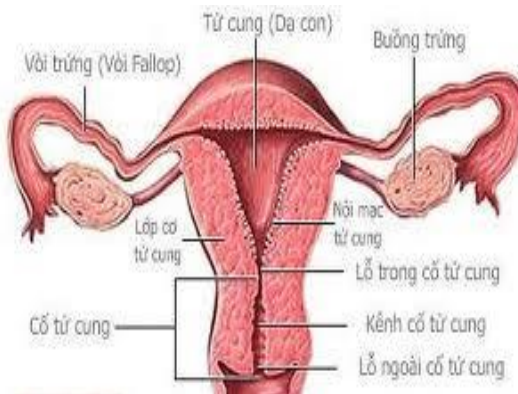
SỨC KHỎE SINH SẢN VỊ THÀNH NIÊN

Bs Ck1 Nguyễn Văn Hùng
TP Truyền thông – Giáo dục
ĐT: 077 892 9098

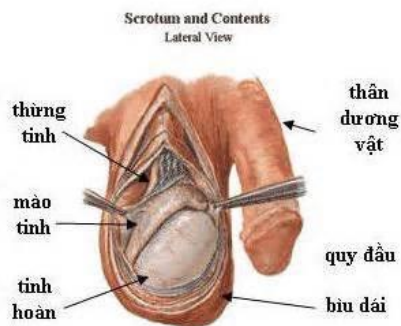




Giới thiệu về hệ thống sinh sản



Perineum and External Genitalia of Female



Vị thành niên?



- Giai đoạn chuyển tiếp từ trẻ con sang người lớn
- Được phân biệt bằng sự thay đổi nhanh về tâm lý, thể chất, tình cảm và nhận thức
 - Bắt đầu bằng tuổi dậy thì; kết thúc bằng việc giành được vai trò, trách nhiệm của người lớn.

Vị thành niên?

Ba giai đoạn của tuổi vị thành niên



Sớm
10-13 tuổi



Giữa
14-16 tuổi



Muộn
17-19 tuổi



Sớm
10-13 tuổi



Giữa
14-16 tuổi



Muộn
17-19 tuổi

Thay đổi thể chất ở trẻ trai?

Tuổi dậy thì ở bạn trai

Phát triển tinh hoàn
và bìu dái

1

2

Mọc lông ở bộ phận
sinh dục

3

Mộng tinh

4

Tầm vóc tăng
đột ngột

5

Giọng vỡ,
yết hầu lộ ra

8

Râu xuất hiện

7

Các tuyến ở da xuất hiện
(xuất hiện trứng cá và
mùi cơ thể)

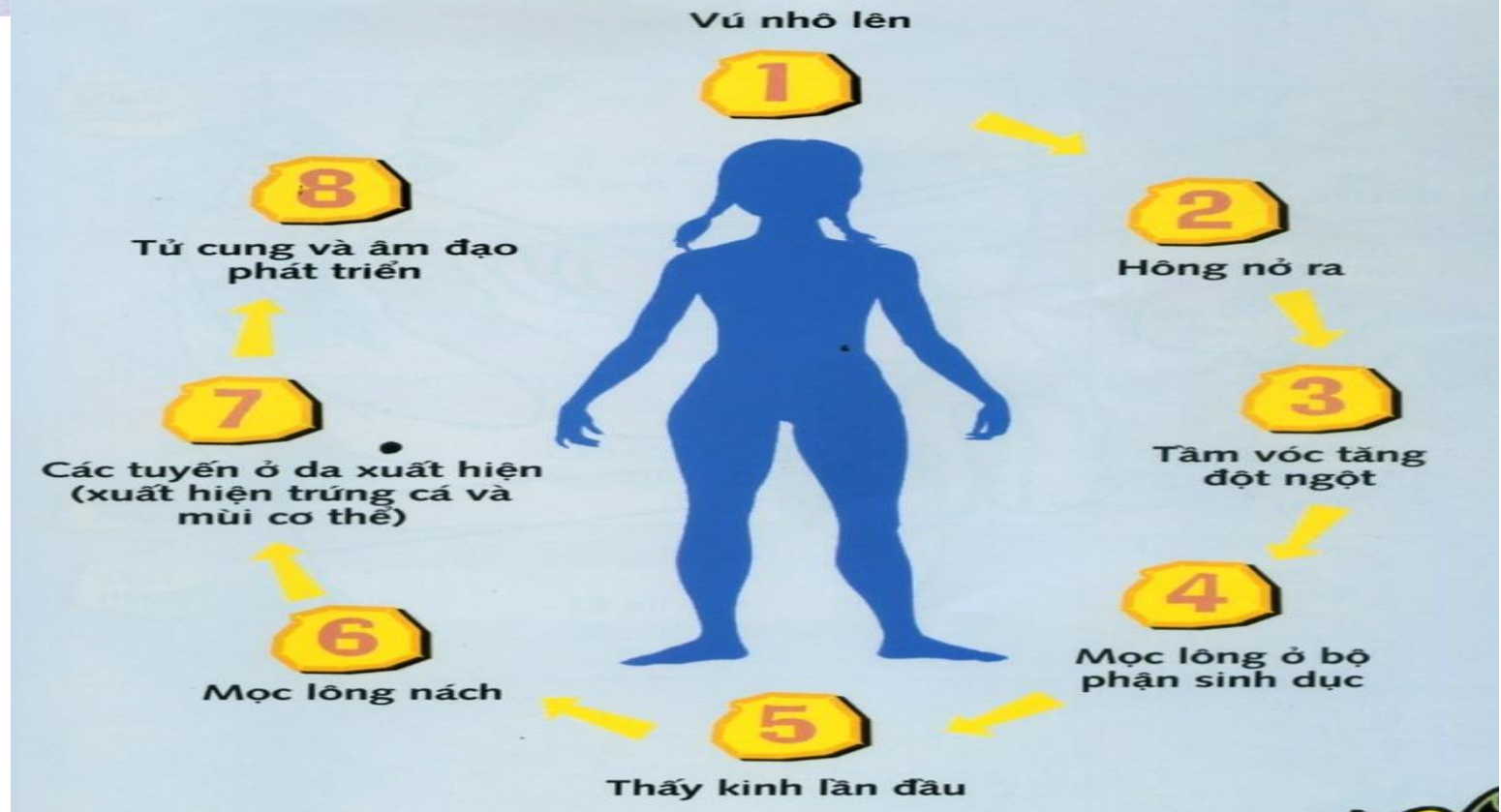
6

Mọc lông nách



Thay đổi thể chất ở trẻ gái?

Tuổi dậy thì ở bạn gái



TUỔI DẬY THÌ LÀ GÌ?

Là mốc đánh dấu sự trưởng thành về mặt sinh học của cơ thể. Dậy thì là quá trình năm và được chia làm 2 giai đoạn: giai đoạn tiền dậy thì và giai đoạn dậy thì hoàn toàn.

Đối với người Việt Nam:

Các em nữ: dậy thì hoàn toàn vào khoảng 13-14 tuổi, đánh dấu bằng kinh nguyệt đầu tiên.

Các em nam: dậy thì hoàn toàn vào khoảng 14-15 tuổi, đánh dấu bằng lần xuất tinh không chủ định đầu tiên.



THỂ NÀO LÀ DẬY THÌ SỚM?

Khi bé gái có kinh nguyệt trước 8 tuổi, bé trai xuất tinh lần đầu trước 9 tuổi là Dậy thì sớm.

+ Trẻ gái:

Tuyến vú

Lông sinh dục

Kinh nguyệt

- Phát triển tuyến vú trước 8 tuổi

- Lông mu > 8 tuổi

- Kinh nguyệt > 10 tuổi

+ Trẻ trai:

TTTH ≥ 4 ml, lông sinh dục ,
xuất tinh

Thể tích tinh hoàn tăng < 9
tuổi, Lông mu < 9 tuổi

CÁC DẤU HIỆU DẬY THÌ SỚM?



HẬU QUẢ DẬY THÌ SỚM?

KẾT QUẢ SÀNG LỌC

* Ảnh hưởng đến phát triển chiều cao: Đỉnh tăng trưởng sớm lúc đầu làm chiều cao tăng nhanh. Tuy nhiên: cốt hóa xương nhanh gây ngừng lớn sớm và chiều cao ở tuổi trưởng thành thấp: Trẻ trai không điều trị 151-156 cm (giảm 20 cm), trẻ gái không điều trị 150-154 cm (giảm 12 cm)

- Phát triển tuyến vú sớm hoặc có kinh sớm ở trẻ gái.
- Dậy thì sớm gây lo lắng ở một số trẻ
- Lo lắng của cha mẹ
- Nguy cơ lạm dụng tình dục?
- Mạn kinh sớm

HẬU QUẢ DẠY THÌ SỚM?

KẾT QUẢ SÀNG LỌC

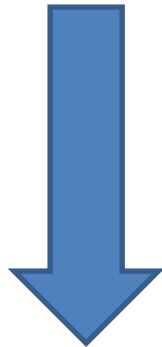
- Ảnh hưởng đến kết quả học tập: những biến đổi tâm sinh lý trong thời gian Dạy thì dễ khiến trẻ lơ là, bỏ bê việc học
Chưa có ý thức chăm sóc cơ thể và ảnh hưởng của các mối quan hệ xã hội: Cơ thể phát triển khi trẻ còn non nớt chưa có đủ kiến thức, kỹ năng chăm sóc cơ thể và luôn tự ti khi giao tiếp

NGUYÊN NHÂN DẬY THÌ SỚM?

Nguyên nhân xác nhận qua nghiên cứu và lâm sàng

- Đối với trẻ gái: 5% còn lại là do các khối u ở buồng trứng, tuyến thượng thận, tuyến yên.
- Đối với trẻ trai: 95% trẻ dậy thì sớm là có các khối u ở não, tuyến giáp còn lại là vô căn
- **Nguyên nhân dinh dưỡng:**
- **Chế độ sinh hoạt không phù hợp:** Lười vận động, chơi trò chơi điện tử..
- **Nguyên nhân xã hội - gia đình:**

**NHỮNG BẤT THƯỜNG
Ở CƠ QUAN SINH DỤC BÉ TRAI**



BẤT THƯỜNG BAO QUY ĐẦU

Hẹp bao
quy đầu



Bao quy đầu
bình thường



BẤT THƯỜNG BAO QUY ĐẦU



**XƠ HẸP
BAO QUY ĐẦU**



**DÍNH BAO QUY
ĐẦU**

BẤT THƯỜNG BAO QUY ĐẦU



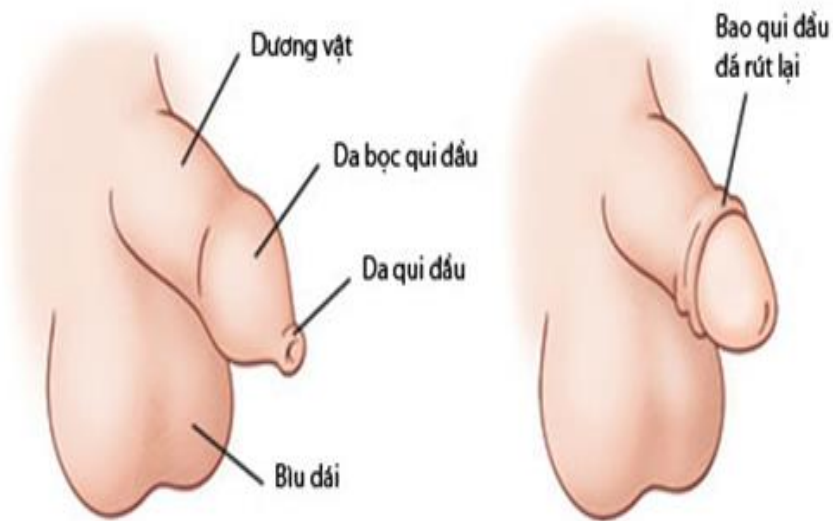
CẶN CÁN XI BAO QUY ĐẦU

BẤT THƯỜNG BAO QUY ĐẦU



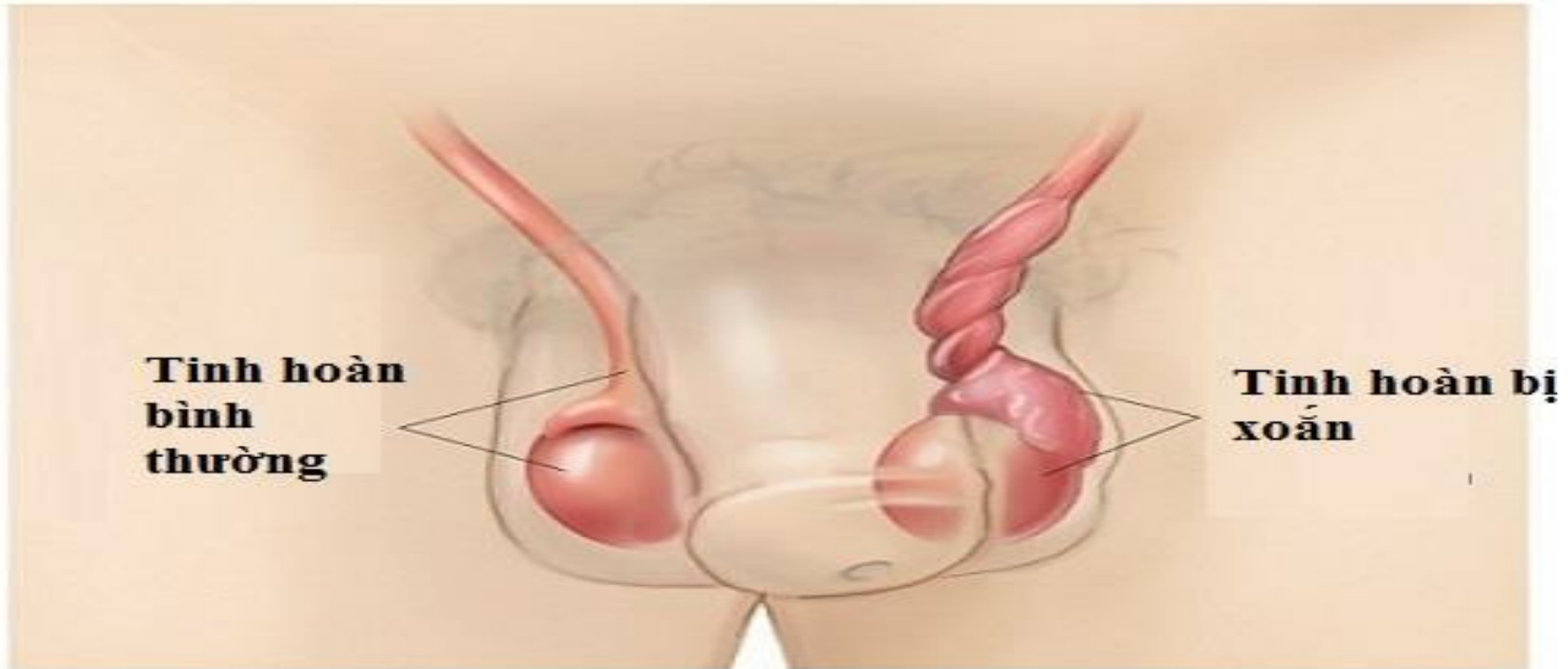
VIÊM NHIỄM DO VỆ SINH KÉM

BẤT THƯỜNG TINH HOÀN VÀ BÌU



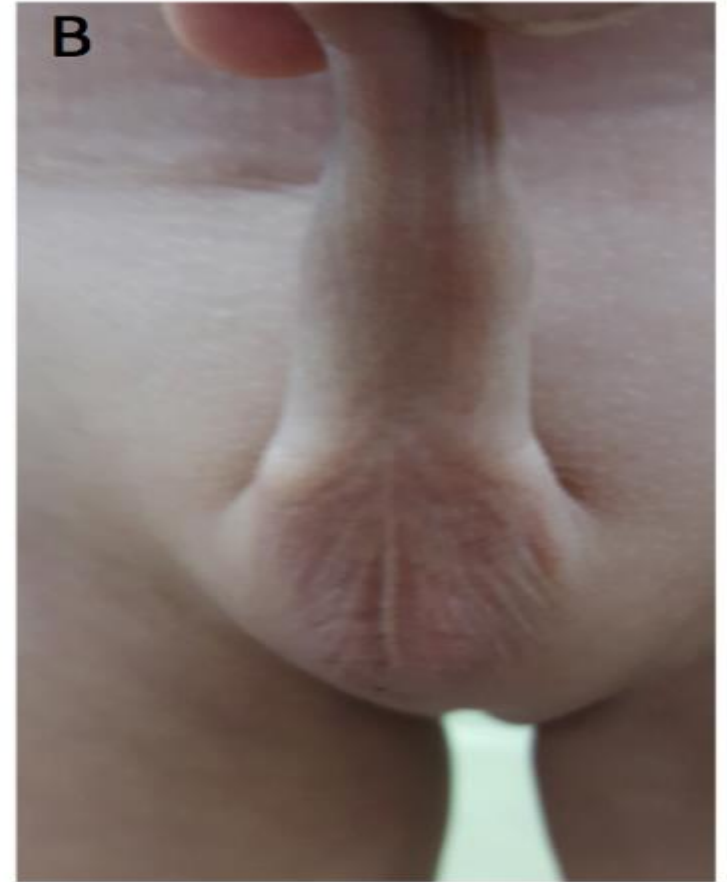
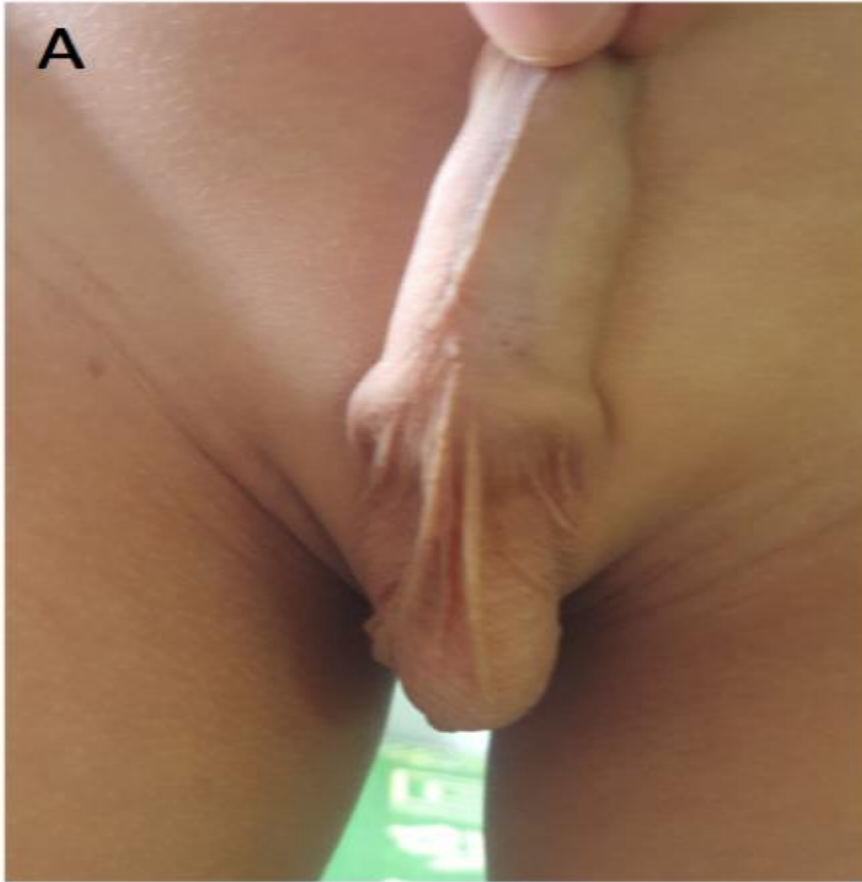
**BÌU TO BẤT THƯỜNG DO
TRÀN DỊCH TINH HOÀN**

BẤT THƯỜNG TINH HOÀN VÀ BÌU



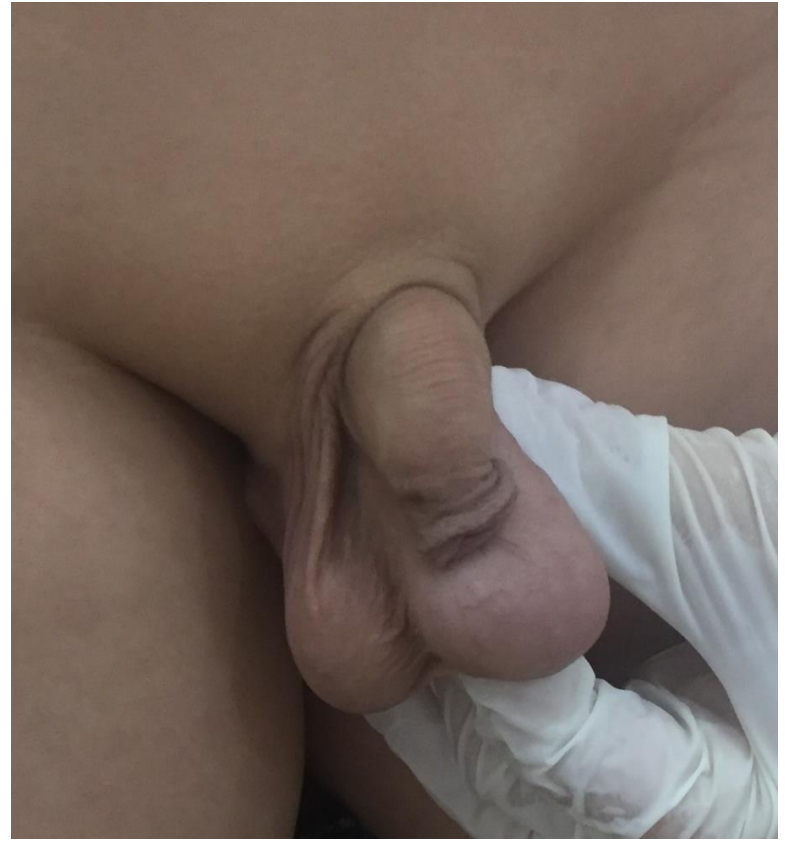
XOẮN TINH HOÀN

BẤT THƯỜNG TINH HOÀN VÀ BÌU



TINH HOÀN ẨN

BẤT THƯỜNG TINH HOÀN VÀ BÌU



TRÀN DỊCH MÀNG TINH HOÀN

BẤT THƯỜNG TINH HOÀN VÀ BÌU



THOÁT VỊ BỆN

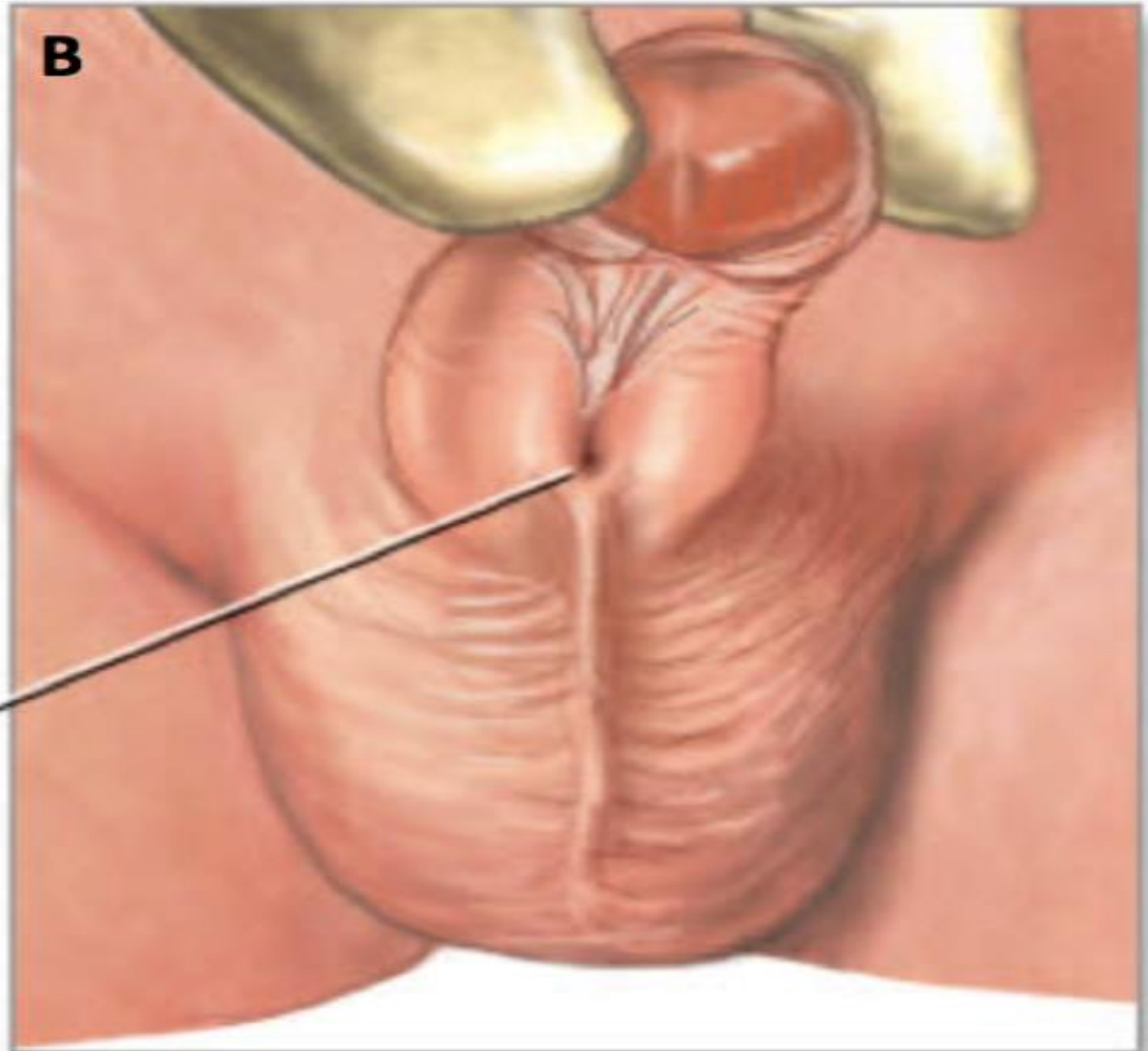
BẤT THƯỜNG DƯƠNG VẬT



LÚN DƯƠNG VẬT

BẤT THƯỜNG TINH HOÀN VÀ BÌU

LỖ ĐÁI THẤP
Ở THÂN
DƯƠNG VẬT

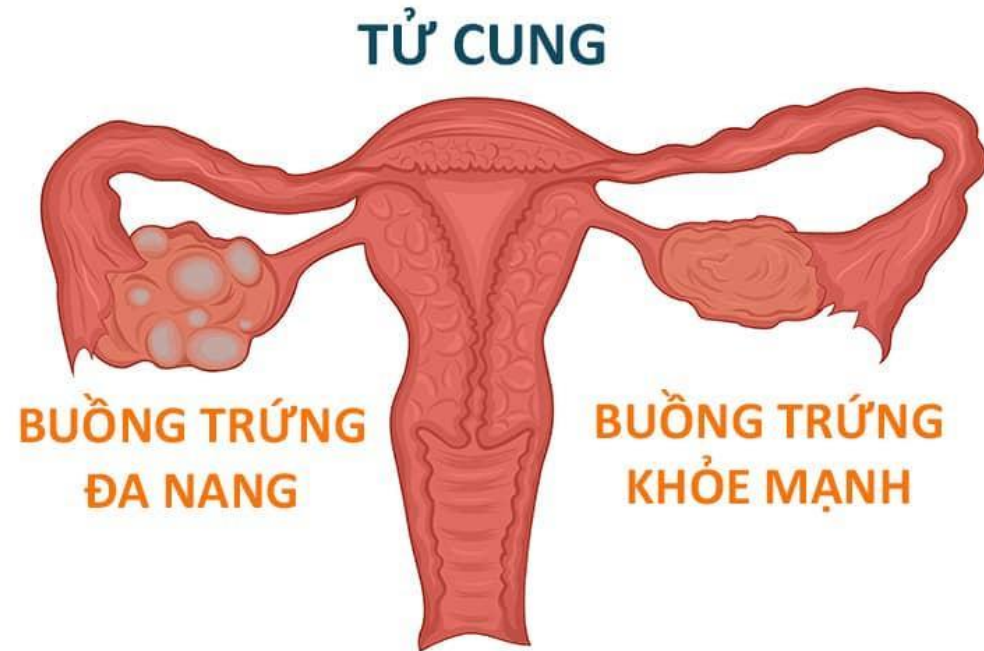


U BÃ ĐẬU



NHỮNG BẤT THƯỜNG Ở BỘ PHẬN SINH DỤC BÉ GÁI

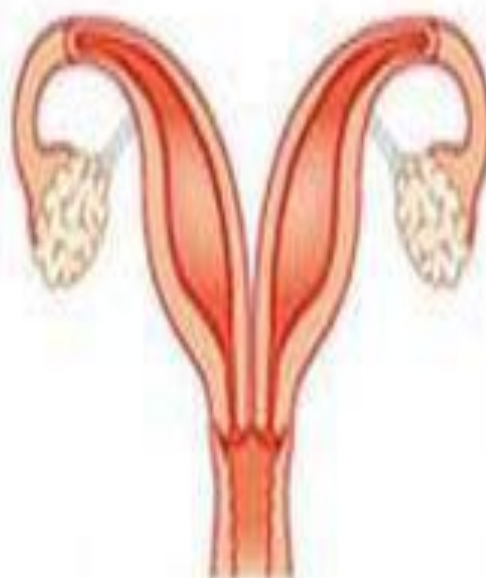
1. Dính môi bộ phận sinh dục
2. Viêm đường tiết niệu
3. Dị tật âm đạo
4. Không có âm đạo:
5. Âm đạo bị teo:
6. Dị tật phần phụ bên trong



CÁC DẠNG TỬ CUNG DỊ DẠNG



Tử cung
bình thường



Tử cung đôi



Tử cung
1 sừng



Tử cung
có vách ngăn

MỘT SỐ LƯU Ý VỀ SỰ THAY ĐỔI THỂ CHẤT Ở TUỔI DẠY THÌ

MỘNG TINH LÀ GÌ



Mộng tinh là hiện tượng xuất tinh của nam giới vào lúc ngủ có kèm hoặc không kèm theo việc chiêm bao thấy kích thích tình dục hoặc quan hệ tình dục. Các từ lóng *giấc mơ ướt, đêm mơ thấy...thác đổ, bắn máy bay đêm* thường để chỉ mộng tinh.^[1]

Mộng tinh là một hiện tượng bình thường của cơ thể nếu không xảy ra quá nhiều hoặc kèm theo một số triệu chứng khác. Mộng tinh có thể xảy ra ở mọi lứa tuổi nhưng thường xảy ra ở tuổi dậy thì và giảm dần sau khi lập gia đình. Đây là một cơ chế giải phóng tinh dịch dư thừa khi không có thủ dâm hay quan hệ tình dục, thủ dâm cũng có thể là nguyên nhân gây mộng tinh.^[2]

DI TINH LÀ GÌ



Di tinh là tình trạng xuất tinh tự nhiên, không cần kích thích và có khoái cảm. Hiện tượng này có thể xuất hiện khi đi vệ sinh hoặc bất cứ thời điểm nào trong ngày (hoạt di).

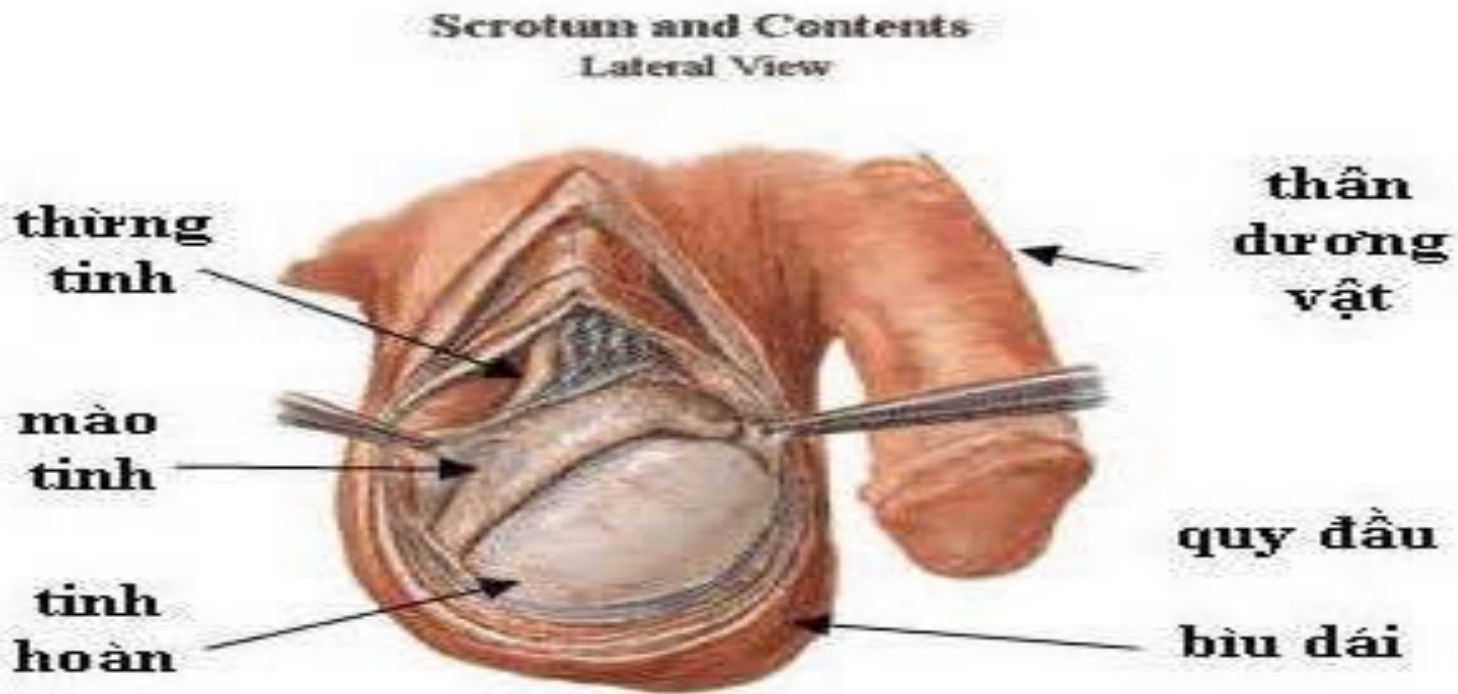
Di tinh được xem là biểu hiện bình thường của cơ thể khi chỉ diễn ra 1-2 lần trong tháng và không ảnh hưởng tới sức khỏe. Trường hợp di tinh xuất hiện nhiều lần mỗi tháng, thậm chí mỗi tuần và khiến cơ thể mệt mỏi, đuối sức thì được xét vào dạng bệnh lý. Lúc này, quý ông nên tìm hiểu rõ nguyên nhân di tinh là gì để có phương án xử lý tận gốc tình trạng này.

CÁCH KHẮC PHỤC TÌNH TRẠNG DI, MỘNG TINH BỆNH LÝ

- Tắm nước lạnh
- Không mặc quần lót bó sát, đặc biệt là lúc ngủ
- Tập luyện thể thao
- Ăn uống khoa học
- Vệ sinh dương vật sạch sẽ
- Hạn chế xem phim sex và sách báo có nội dung không lành mạnh



Tại sao tinh hoàn không nằm trong cơ thể mà lại nằm ngoài cơ thể?



Thông thường nhiệt độ ở bìu thấp hơn nhiệt độ cơ thể khoảng 1-2 độ C (Nhiệt độ cơ thể trung bình từ 36,5- 37,5 độ C)

*Các bạn nam ở tuổi dậy thì
có nên mặc quần lót không?*



**ON
OFF** ★

Mặc quần không quá bó, chất liệu vải sợi bông thấm mồ hôi, để không làm nóng tinh hoàn ảnh hưởng đến chất lượng tinh trùng

KINH NGUYỆT LÀ GÌ?

- Là hiện tượng chảy máu từ âm đạo ra ngoài có tính chất chu kỳ.
- Hiện tượng chảy máu là do niêm mạc tử cung bị bong ra ngoài.
- Máu kinh đỏ nhưng không đông, chỉ chứa ít máu, còn lại là các chất của niêm mạc tử cung.



CHU KỲ KINH NGUYỆT LÀ GÌ?

Chu kỳ kinh nguyệt (vòng kinh) được tính từ ngày có kinh đầu tiên đến ngày cuối cùng trước lần hành kinh tiếp theo. Thời gian của một chu kỳ kinh nguyệt thường từ 28-30 ngày. Tuy nhiên có một số người có vòng kinh ngắn hơn (21 ngày) hoặc dài hơn (35 ngày). Trong một chu kỳ kinh nguyệt có hiện tượng chảy máu từ 3-5 ngày.



HIỆN TƯỢNG RỤNG TRỨNG LÀ GÌ?

Thông thường, trong một chu kỳ kinh nguyệt, sự rụng trứng xảy ra vào ngày thứ 14 trước khi bước vào chu kỳ kinh nguyệt tiếp theo



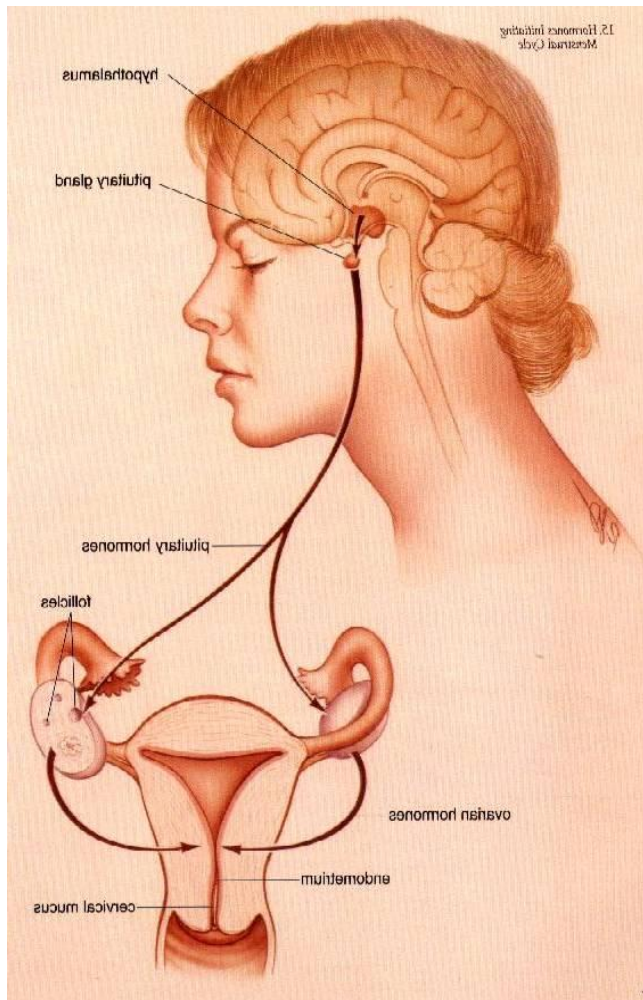
ĐAU BỤNG KINH VÀ CÁCH KHẮC PHỤC

- Đau bụng khi hành kinh là hiện tượng bình thường.
- Khi đau các bạn gái có thể chườm nóng bụng dưới.
- Nằm ngửa, kê gối dưới khủy chân để dẫn cơ bụng dưới.
- Xoa nhẹ vùng lưng, bụng cũng làm giảm đau.
- Trong trường hợp bạn gái hút thuốc lá thì phải ngừng hút thuốc.
- Các bạn gái nên chạy, tập thể dục hàng ngày để phòng đau.
- Nếu đau nhiều, kéo dài cần đến ngay cơ sở y tế khám.





CÁCH VỆ SINH BỘ PHẬN SINH DỤC



- Trong âm đạo pH 3,8 – 4,6 ức chế sự phát triển của vi khuẩn, nấm, ký sinh trùng, vi rút gây bệnh.
- Nếu phá vỡ cân bằng sinh lý, vi khuẩn có hại sẽ xâm nhập và tăng sinh, gây viêm nhiễm âm hộ
- âm đạo, cổ tử cung.

VÓI TRỨNG

BUỒNG TRỨNG

LOA VÓI TRỨNG

TỬ CUNG

BÀNG QUANG

XƯƠNG MU

NIỆU ĐẠO

ÂM
VẬT

MÔI NHỎ

MÔI LỚN

CỘT SỐNG

CỔ

TỬ CUNG

TRỰC TRÀNG

ÂM
ĐẠO

HẬU MÔN

CÁCH VỆ SINH BỘ PHẬN SINH DỤC

- Rửa bằng nước sạch một ngày ít nhất 2-3 lần, xả nước vào chậu, xô sạch, dùng gáo dội từ đằng trước để rửa, không rửa vào sâu trong âm đạo.
- Không ngồi vào chậu nước để ngâm, rửa, không rửa bằng nước lá cây hoặc nước muối đậm đặc
- Chỉ sử dụng dung dịch vệ sinh cá nhân trước, trong và sau khi hành kinh 1-2 ngày.
- Luôn giữ cho bộ phận sinh dục sạch sẽ , nếu có hiện tượng bất thường: Tăng tiết dịch nhiều, có màu và mùi hôi nồng, ngứa ngáy và có các dấu hiệu nóng rát, đau bên ngoài, đau tức bụng dưới, đi tiểu buốt, đau khi giao hợp.....phải đến các cơ sở y tế để khám và điều trị.

NHỮNG THAY ĐỔI TÂM LÝ TUỔI DẬY THÌ

- Có thể có biểu hiện buồn, vui quá độ; dễ cảm thấy bị xúc phạm; thích ngồi một mình suy nghĩ vẩn vơ,...
- Quan tâm đến bản thân nhiều hơn; thích trang điểm, ngắm vuốt.
- Quan tâm nhiều hơn đến người khác giới, thích tâm sự với bạn bè cùng lứa, ghi nhật kí,...
- Dành nhiều thời gian cho bạn bè hơn cho những người trong gia đình.
- Tò mò, ham hiểu biết cái mới
- Thích tự mình giải quyết vấn đề
- Muốn được đối xử như người lớn

GIỚI VÀ GIỚI TÍNH



GIỚI TÍNH

* *KN Giới tính:* Là sự khác biệt về mặt sinh học giữa nam giới và phụ nữ.

- Là các đặc điểm về cấu tạo cơ thể, liên quan đến **chức năng sinh sản** của phụ nữ và nam giới. Đây là những đặc điểm mà phụ nữ và nam giới **không thể hoán đổi cho nhau**.

*Mang thai,
sinh con*



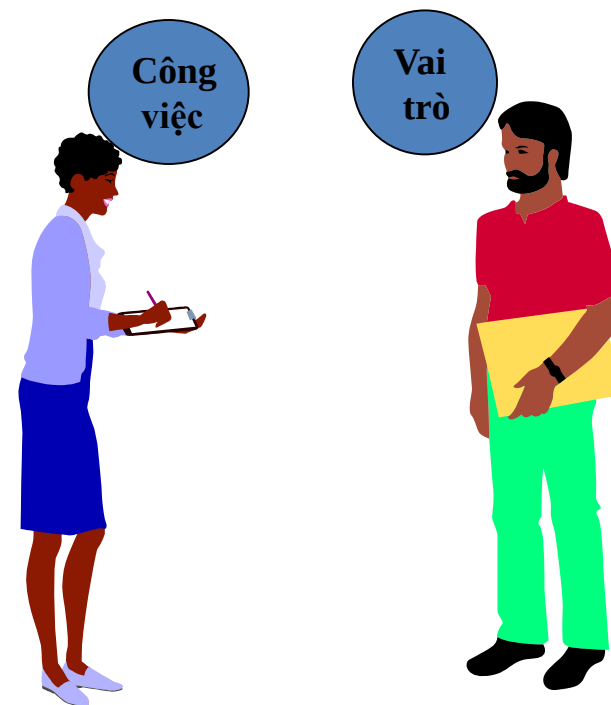
Không thể !



Giới (Gender)

- *Giới (Gender)* là sự khác biệt về mặt xã hội, liên quan đến vị trí, vai trò, tiếng nói, công việc của nam giới và phụ nữ trong gia đình và xã hội, do những mong đợi, quan niệm, chuẩn mực do xã hội và văn hóa tạo ra đối với phụ nữ và nam giới

Là các **đặc điểm về xã hội**, liên quan đến vị trí, tiếng nói, công việc của phụ nữ và nam giới trong gia đình và xã hội. Đây là những đặc điểm mà phụ nữ và nam giới **có thể hoán đổi cho nhau**.



Tình bạn là gì?

- Là tình cảm gắn bó giữa 2 hoặc nhiều người: hợp nhau về tính tình, sở thích, xu hướng.
- Có nhiều loại tình bạn khác nhau.
- 01 người có thể chơi với 1,2 nhóm bạn, nhưng cũng có người chơi với nhiều nhóm bạn khác nhau
- Tình bạn khác giới làm tôn vẻ đẹp của mỗi giới.
- Tình bạn khác giới có thể là khởi điểm cho quá trình chuyển hoá thành tình yêu sau này, mặc dù đó chưa phải là tình yêu.



Tình yêu là gì?

- Là một loại tình cảm đặc biệt, hấp dẫn, tôn trọng, chăm sóc và hiểu biết nhau sâu sắc.

- Tình yêu thúc đẩy hai người đi đến hoà nhập với nhau về tâm hồn, thể xác và cả cuộc đời.

- Tình yêu là là một dạng tình cảm thiêng liêng, đẹp đẽ nhất của con người.

- Tình yêu lành mạnh là sự kết tinh của tình người, nó làm cho con người trở nên thanh cao, giàu lòng nhân ái, giàu sức sáng tạo.

- Tình yêu có tính duy nhất, không chia sẻ.



Tình dục là gì?

- Tình dục là một mặt của nhân cách, biểu hiện tất cả những cảm xúc và hành vi giới tính của một con người.

- Tình dục có thể là biểu hiện cảm xúc và cũng có thể là những hoạt động sinh lý.

- Tình dục là một hành vi tự nhiên và lành mạnh của cuộc sống.

- Quan hệ TD có 2 cấp độ

+ Cấp thấp: Sự giao tiếp bề ngoài của bộ máy sinh dục

+ Cấp cao: Sự giao hợp



- Nguy cơ có thai ngoài ý muốn
- Nguy cơ bị xâm hại tình dục
- Nguy cơ bị viêm nhiễm đường sinh sản và mắc các bệnh lây truyền qua đường tình dục
- Các tệ nạn khác....

CÁCH PHÒNG NGUY CƠ CÓ THAI

Dừng lại ở tình bạn, không quan hệ tình dục ở lứa tuổi vị thành niên, thanh niên và chưa kết hôn

Nếu không trì hoãn được quan hệ tình dục phải sử dụng bao cao su đúng cách

- Không sử dụng các chất kích thích, thực hành kỹ năng sống thật tốt để luôn có các hành vi an toàn có lợi cho sức khỏe.

Mọi thắc mắc xin liên hệ

- BS.CKI.Đặng Thị Trúc Mai
- ĐT: 0988279750 (Zalo)
- Email: trucmaidangthi@gmail.com

Hoặc có thể vào:

- Trang Fanpage: Dân số Thành phố Hồ Chí Minh
- Website: www.dansohcm.gov.vn
- Zalo: Chi cục Dân số Thành phố Hồ Chí Minh

CÁM ƠN
VÌ ĐÃ CHÚ Ý LẮNG NGHE



SỞ Y TẾ THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH
CHI CỤC DÂN SỐ - KẾ HOẠCH HÓA GIA ĐÌNH

CHUYÊN ĐỀ
SỨC KHỎE SINH SẢN VỊ THÀNH NIÊN





KIẾN THỨC, KỸ NĂNG PHÒNG CHỐNG XÂM HẠI TRẺ EM



Thực trạng xâm hại

Theo số liệu của Bộ lao động thương binh và xã hội:

Từ năm 2011 – 2015 : cả nước có 5.300 vụ xâm hại tình dục trẻ em.

ĐỒNG NGHĨA VỚI VIỆC TRUNG BÌNH:

Cứ 8 h trôi qua lại có 1 trẻ em bị xâm hại



Thực trạng xâm hại

ĐỘ TUỔI TRUNG BÌNH CỦA TRẺ BỊ XÂM HẠI TÌNH DỤC: 9 tuổi

Tại Việt Nam trước đây trẻ bị xâm hại TD là 13 – 15 tuổi nay xuất hiện nhiều vụ việc ở lứa tuổi 5 – 13.

Cứ 4 bé gái thì có 1 bé trai bị xâm hại tình dục



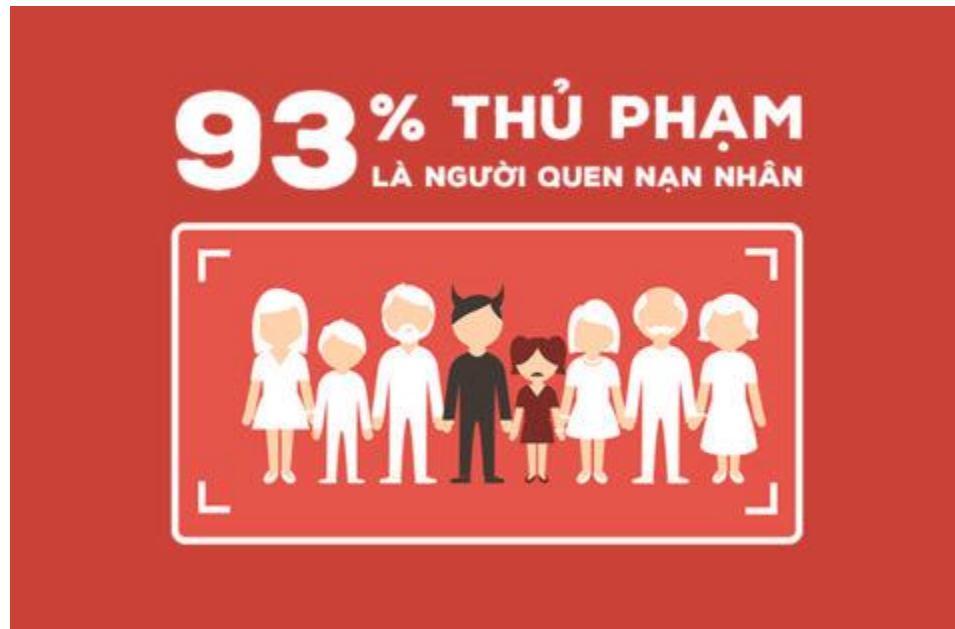
Khái niệm xâm hại



Xâm hại tình dục trẻ em là mọi hành vi lôi kéo trẻ vào các hoạt động liên quan đến tình dục, mà trẻ không đủ khả năng (hoặc không hiểu), hoặc không đủ tâm thế để đưa ra quyết định đối với các hành vi này, hoặc các hành vi đó vi phạm đến luật pháp hay các giá trị văn hóa của cộng đồng sở tại.



THỦ PHẠM XÂM HẠI LÀ AI?



Thủ phạm xâm hại

- Là người lớn trưởng thành ở nhiều độ tuổi
- 93% thủ phạm là người quen nạn nhân.
- 43% thủ phạm là người họ hàng và người trong gia đình



Thủ đoạn dụ dỗ



Rủ đi chơi



Rủ ngủ cùng



Rủ xem phim
người lớn

Các mức độ xâm hại



**Đụng chạm
vào bộ phận
riêng tư**

**Sờ vào vùng
nhạy cảm**

**Nhìn vào vùng
nhạy cảm**

**Chụp ảnh
khỏa thân**

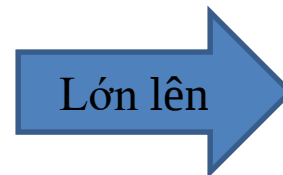
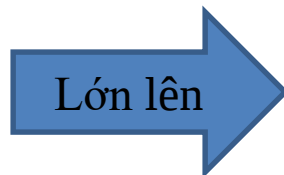
Quan hệ TD

Tác hại của việc xâm hại tình dục

- + Làm tổn hại nghiêm trọng đến tinh thần, tâm lý, SK trẻ
- + Gây hoang mang, lo lắng cho gia đình và xã hội.
- + Làm ảnh hưởng đến tương lai của trẻ em, của dân tộc.
- + Làm gia tăng tệ nạn mại dâm, tệ nạn buôn bán phụ nữ, tăng sự lây nhiễm HIV/AIDS và các bệnh lây qua đường tình dục.
- + Gây ảnh hưởng xấu đến thuần phong mỹ tục và truyền thống đạo đức tốt đẹp của nhân dân ta.



Một trẻ bị xâm hại có thể lớn lên sẽ xâm hại trẻ khác nếu không có sự giúp đỡ vòng tròn sẽ tiếp tục



KỸ NĂNG PHÒNG TRÁNH XÂM HẠI TÌNH DỤC?



Nguyên tắc “vùng đồ bơi”

Những vùng kín che chắn khi mặc đồ bơi được xem là khu vực bí mật, không ai được nhìn, nói đến, chạm, sờ hoặc làm đau (trừ các trường hợp đặc biệt)

(Xem clip)





“Quy tắc bàn tay”





“Quy tắc bàn tay” (tiếp)

Ngón cái

Gần mình nhất, tượng trưng cho những người thân ruột thịt trong gia đình như ông bà, bố mẹ, anh chị em ruột





“Quy tắc bàn tay” (tiếp)

Ngón trở

Tượng trưng cho thầy cô, bạn bè ở trường lớp hoặc họ hàng của gia đình. Có thể nắm tay, khoác vai hoặc chơi đùa. Nhưng chỉ dừng lại ở đó!

.





“Quy tắc bàn tay” (tiếp)

Ngón giữa

Người quen biết nhưng ít khi gặp như hàng xóm, bạn bè của cha mẹ: bạn chỉ nên bắt tay, cười và chào hỏi.





“Quy tắc bàn tay” (tiếp)

Ngón áp út

Người quen của gia đình mà các em mới gặp lần đầu: Các em chỉ nên dừng lại ở mức vẫy tay chào.





“Quy tắc bàn tay” (tiếp)

Ngón út

Ngón tay xa bé nhất - Thể hiện cho những người hoàn toàn xa lạ hoặc người có cử chỉ thân mật, khiến các em thấy lo sợ, bất an, các em hoàn toàn có thể bỏ chạy, hét to để thông báo với mọi người xung quanh.



DẤU HIỆU CẢNH BÁO XÂM HẠI

1. Cảnh báo nhìn:

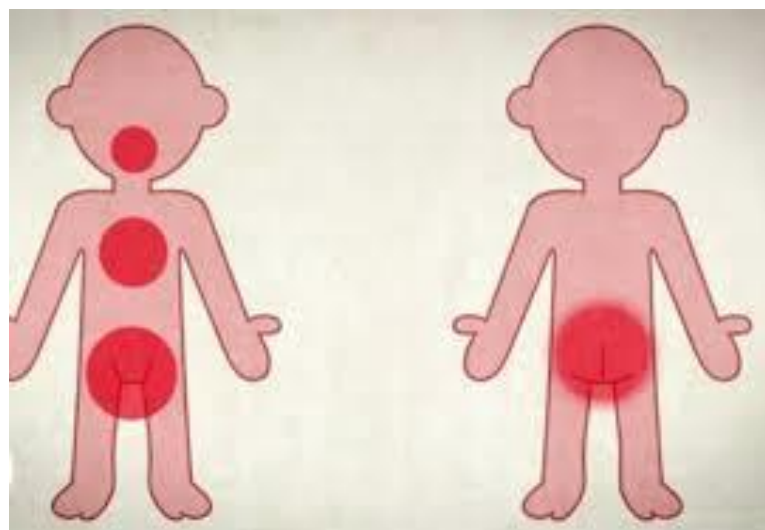
Có ai đó nhìn “chăm chú” vào “vùng đồ bơi” của con hoặc họ yêu cầu các con nhìn vào “vùng đồ bơi” của họ.





DẤU HIỆU CẢNH BÁO XÂM HẠI

2. Cảnh báo nói: Có ai đó nói, kể chuyện với con về “vùng đồ bơi” hoặc họ yêu cầu các con nói, kể chuyện về “vùng đồ bơi”.





DẤU HIỆU CẢNH BÁO XÂM HẠI

3. Cảnh báo sờ: Có ai đụng chạm, sờ vào “vùng đồ bơi” của con hoặc họ yêu cầu con sờ, đụng chạm vào “vùng đồ bơi” của họ.



Tuyệt đối không để ai sờ soạng vào các khu vực mặc đồ lót



DẤU HIỆU CẢNH BÁO XÂM HẠI

4. Cảnh báo ôm: Có ai đó ôm con hoặc họ yêu cầu con ôm họ





DẤU HIỆU CẢNH BÁO XÂM HẠI

5. Cảnh báo khi ở một mình dễ bị bắt cóc:

Khi con ở một mình, nếu có người lạ đến nói chuyện hoặc lôi, bắt con đi với họ con sẽ làm như sau:

- + Không nói chuyện , nên giả vờ như không nghe thấy và đi nhanh sang nơi khác khi người lạ bắt chuyện.
- + Có thể nói dối để thoát khỏi nguy hiểm.
- + Kiên quyết phản đối, có thể la hét, kêu khóc, cắn và kêu cứu hoặc tìm cách để chạy tới nơi đông người.
- + Gọi đến số điện thoại của cha mẹ, người thân hoặc điện thoại khẩn cấp như 115, 113...





CÁC BƯỚC CẦN XỬ LÝ KHI BỊ XÂM HẠI

Bước 1: Nói “không” với những cảnh báo từ bất cứ ai.

Bước 2: sau khi nói "Không" thì bỏ chạy về phía một người lớn khác, hoặc hãy chạy ra chỗ có người.

Bước 3: Hãy kể chính xác vị trí bị chạm vào với bố, mẹ, người thân



BẠO LỰC HỌC ĐƯỜNG VÀ CÁCH PHÒNG TRÁNH

Bạo lực học đường là những lời nói, hành vi bạo lực thô bạo, thiếu văn hóa giữa học sinh với học sinh và thậm chí và học sinh với thầy cô giáo. Những hành vi và lời nói này xúc phạm nghiêm trọng tới thể chất và tinh thần của người bị hại, gây những tác động xấu trong xã hội. Một thực tế đáng buồn là tình trạng bạo lực học đường đang có tình trạng gia tăng.



MỘT SỐ GỢI Ý XỬ LÝ TÌNH HUỐNG KHI CÓ KHẢ NĂNG BỊ BẠO LỰC HỌC ĐƯỜNG

Tình huống 1: Bị bạn học trêu ghẹo

Bình thường trêu ghẹo cho vui và người bị trêu ghẹo không bị ức chế chưa được xem là bạo lực học đường. Tuy nhiên, khi hành vi trêu ghẹo diễn ra thường xuyên gây ức chế cho người bị trêu ghẹo thì đó cũng chính là hành vi bạo lực học đường.

Khi bị bạn trêu ghẹo, nếu cảm thấy khó chịu, muốn chấm dứt tình trạng này, các bạn cần phải bình tĩnh, lánh tránh đi ra nơi khác, không nên phản ứng gay gắt càng kích thích đối tượng trêu ghẹo. Dùng lời lẽ nhẹ nhàng yêu cầu không trêu ghẹo. Nếu tình trạng vẫn tiếp diễn cần phản ánh đến giáo viên chủ nhiệm, với cha mẹ... Tránh xử lý tiêu cực như nhờ bạn bè ngoài xã hội can thiệp hoặc trêu ghẹo lại sẽ dẫn đến hậu quả nghiêm trọng hơn.



MỘT SỐ GỢI Ý XỬ LÝ TÌNH HUỐNG KHI CÓ KHẢ NĂNG BỊ BẠO LỰC HỌC ĐƯỜNG

Tình huống 2: Khi bị đe dọa dùng vũ lực

Khi bị đe dọa dùng vũ lực, bạn phải bình tĩnh tỏ thái độ phối hợp. Sau khi tạm thời thoát ra khỏi sự đe dọa của đối tượng cần phải báo ngay những người có trách nhiệm để ngăn chặn, chấm dứt đe dọa dùng vũ lực của các đối tượng.

Báo cáo với nhà trường để cùng gia đình phối hợp giải quyết. Nếu đối tượng là người ngoài xã hội, cần báo sự việc cho cảnh sát khu vực hoặc công an nơi gần nhất để ghi nhận sự việc và răn đe đối tượng.

Ngoài ra, để an toàn hơn cần phải bố trí phụ huynh đưa đón, tạm thời tránh mặt đối tượng. Nếu yêu cầu của đối tượng là đúng đắn, các bạn cần phải thực hiện đúng, nếu vô lý, ép buộc phải kiên quyết không thực hiện.



MỘT SỐ GỢI Ý XỬ LÝ TÌNH HUỐNG KHI CÓ KHẢ NĂNG BỊ BẠO LỰC HỌC ĐƯỜNG

Tình huống 3: Khi bị đánh đập

Đối tượng sử dụng vũ lực bao giờ cũng có thời gian đôi co, đe dọa vì vậy các bạn phải bình tĩnh quan sát tìm vị trí thích hợp để có thể chạy thoát như hướng ra đường lớn, hướng ra cửa... hoặc có thể thủ thế tránh bị đánh từ 4 phía, nên tìm vị trí tựa lưng vào tường, vào gốc cây hoặc một vật che chắn phía sau.

Nếu đối tượng sử dụng hung khí, cần phải tỏ thái độ lo sợ, năn nỉ đối tượng rồi bất ngờ bỏ chạy, cố gắng chạy thật nhanh đến vị trí có người lớn cứu giúp. Trường hợp đối tượng không sử dụng hung khí thì tìm cơ hội bỏ chạy.



MỘT SỐ GỢI Ý XỬ LÝ TÌNH HUỐNG KHI CÓ KHẢ NĂNG BỊ BẠO LỰC HỌC ĐƯỜNG

Nếu xét thấy khó có khả năng chạy thoát, khi bị đánh cần cuộn tròn người, dùng tay, cánh tay, co 1 chân lên bụng để che chắn và vùng chạy thoát khi có cơ hội. Nếu thấy có người lớn có thể trợ giúp cần kêu cứu. Khi kêu cứu cần hướng về một người cụ thể, có khả năng giúp mình không nên trông chờ vào đám đông.

Sau khi thoát được nhóm đối tượng có hành vi bạo lực cần phải báo ngay cho phụ huynh và người có trách nhiệm để xử lý, tường trình lại toàn bộ sự việc để cơ quan chức năng đánh giá tính chất vụ việc và có hình thức xử lý. Tuyệt đối không nên tìm cách trả thù hoặc nhờ người ngoài xã hội giúp đỡ, thanh toán sẽ để lại hậu quả kéo dài, nghiêm trọng.



MỘT SỐ GỢI Ý XỬ LÝ TÌNH HUỐNG KHI CÓ KHẢ NĂNG BỊ BẠO LỰC HỌC ĐƯỜNG

Sau khi vượt qua các tình huống này, cho dù tính chất, mức độ nghiêm trọng đến đâu (bị sỉ nhục bắt quì, bị xé quần áo, bị quay clip đưa lên mạng...), tuyệt đối không được suy nghĩ tiêu cực hoặc có cách làm tiêu cực như trả thù, bỏ học, tự vẫn mà phải đối mặt với vấn đề của mình, nhờ sự trợ giúp của phụ huynh, thầy cô, cơ quan chức năng.



Trân trọng cảm ơn !

