

HƯỚNG DẪN PHÁT TRIỂN TÌNH DỤC & GIỚI TÍNH PHỤ HUYNH GIÚP TRẺ LUÔN VUI, KHỎE & HỌC TỐT



LỜI KHUYÊN HỮU ÍCH

- **Nhấn mạnh những điều tích cực.** Đa số trẻ sợ rằng chúng không thể kết bạn ở trường hoặc sẽ bị bắt nạt. Hãy cho trẻ biết nghiên cứu đã cho thấy hầu hết trẻ đều rất thích thú và làm quen nhiều bạn mới khi vào trung học.
- **Trò chuyện với trẻ về những thay đổi của bạn.** Tâm sự với trẻ về cảm giác của bạn đối với những thay đổi gần đây như bắt đầu công việc mới chẳng hạn. Trẻ và bạn sẽ có chung cảm giác ở nhiều vấn đề.
- **Trò chuyện với trẻ về những thay đổi ở tuổi dậy thì.** Cha mẹ thường xấu hổ khi trò chuyện với trẻ về cơ thể đang phát triển. Tuy nhiên, chúng ta biết rằng trẻ muốn tâm sự với cha mẹ về những thay đổi này. Tại sao không dùng một câu chuyện từ chương trình truyền hình hoặc qua phim ảnh? Nói về những kỷ niệm khi bạn ở tuổi dậy thì nếu thấy thoải mái.
- **Đa số trẻ không có quan hệ tình dục dưới 16 tuổi** trong khi nhiều người, kể cả bạn bè và cha mẹ, đều nghĩ ngược lại. Hãy phân tích cho trẻ thấy có thể bạn bè chỉ muốn “khoe khoang” và giúp trẻ hiểu rằng chúng hoàn toàn có thể suy nghĩ theo cách khác. Trò chuyện cởi mở sẽ giúp trẻ thông suốt vấn đề và tự tin hơn để chống lại áp lực.
- **Tìm hiểu chương trình học của trẻ.** Mọi trường học đều có giáo trình giảng dạy tình dục và giới tính, hãy yêu cầu được nhận bản copy.
- **Một số phụ huynh lo ngại chương trình giáo dục giới tính (SRE) học đường** sẽ khuyến khích trẻ quan hệ tình dục sớm. Hiện không có bằng chứng nào cho thấy mối lo ngại này trong khi chúng ta thấy rõ chương trình này giúp trẻ ý thức hơn về các nguy cơ và cách chọn phương pháp bảo vệ an toàn.
- **Tìm hiểu thêm thông tin về tuổi dậy thì, giới tính và quan hệ tình dục.** Hiện có nhiều tổ chức cung cấp thông tin hữu ích cho phụ huynh và thanh thiếu niên ở các lứa tuổi khác nhau – một trong số các tổ chức này được liệt kê ở phần cuối hướng dẫn. Nếu cảm thấy không thoải mái khi trò chuyện với trẻ về một số vấn đề nào đó, bạn có thể đặt tờ bướm và thông tin ở nơi trẻ dễ tìm thấy.

MỐI QUAN HỆ Ở TUỔI THIẾU NIÊN

- Ở bậc tiểu học, phần lớn trẻ dành thời gian chơi đùa với bạn bè cùng giới. Điều này tiếp tục ở năm đầu hoặc năm hai trung học. Tuy nhiên, ở tuổi 13-14, hầu hết trẻ bắt đầu mở rộng quan hệ với bạn bè khác giới.
- Những năm cuối cấp tiểu học, trẻ có thể phát triển những tình bạn rất thân thiết. Trẻ có thể cảm thấy thật khó khăn nếu bạn bè không cùng vào chung trường trung học. Trẻ cần được trấn an rằng chúng có thể kết bạn ở trường mới và được hỗ trợ để giữ liên lạc với bạn cũ ở trường tiểu học.
- Một số trẻ không có hoặc có rất ít bạn bè. Đây không phải là vấn đề đối với nhiều trẻ – chúng thích dành thời gian chơi một mình hoặc chơi cùng gia đình. Tuy nhiên, nhiều trẻ lại thiếu tự tin hoặc khả năng giao tiếp để phát triển mối quan hệ với các bạn khác. Nếu điều này khiến bạn lo lắng, hãy nói chuyện với nhà trường hoặc bất cứ tổ chức nào được liệt kê ở phần cuối hướng dẫn này.

PHÁT TRIỂN SINH LÝ VÀ TÌNH DỤC Ở TRẺ VỊ THÀNH NIÊN

- Trẻ quan tâm về giới tính và tình dục từ rất sớm. Trẻ muốn biết về quan hệ tình dục.
- Nhiều thay đổi ở tuổi dậy thì như thời kỳ phát triển nhanh có thể bắt đầu khi trẻ học tiểu học.
- Tốc độ dậy thì ở trẻ không giống nhau. Một số trẻ có thể xuất hiện những thay đổi sớm từ 8-9 tuổi trong khi ở những trẻ khác lại là 14-15. Các cô bé thường bắt đầu và kết thúc tuổi dậy thì sớm hơn khoảng hai năm so với các cậu bé. Bạn có thể cần trấn an rằng trẻ không có gì là bất thường cả chỉ vì bạn bè dường như trưởng thành sớm hơn.
- Trong những năm đầu trung học, nhiều trẻ bắt đầu có những mối quan hệ thân thiết. Một số trẻ cảm thấy bị hấp dẫn bởi bạn khác phái trong khi số khác lại quan tâm đến bạn cùng phái. Nhiều trẻ không rõ giới tính của mình cho đến khi trưởng thành hơn.
- Mức độ lây bệnh qua đường tình dục (STI) ngày càng gia tăng ở thanh thiếu niên. Chẳng hạn, tỷ lệ bệnh lậu ở thanh thiếu niên đã tăng đến 300% trong mười năm qua. Trẻ có quan hệ tình dục trước 16 tuổi thường hối tiếc hơn bạn bè có quan hệ muộn và thường ít sử dụng các biện pháp tránh thai.
- Nhiều trẻ nhận thức sai về giới tính và tình dục. Chẳng hạn, nhiều trẻ cho rằng phụ nữ không thể có thai ngay lần đầu quan hệ tình dục. Điều này không đúng. Tỷ lệ có thai ở thanh thiếu niên đã giảm dần nhưng phần lớn các trường hợp có thai sớm là ngoài ý muốn. Chương trình SRE và các cuộc trò chuyện cởi mở với cha mẹ sẽ giúp trẻ lựa chọn các biện pháp đúng đắn và an toàn.

PSHE VÀ SRE Ở HỌC ĐƯỜNG

- Mọi trường trung học đều giảng dạy một số khía cạnh về các mối quan hệ cá nhân, về những thay đổi ở tuổi dậy thì, giới tính và tình dục. Một số trường giảng dạy các nội dung này qua chương trình Giáo dục Cá nhân - Y tế - Xã hội (PSHE) hoặc chương trình Giáo dục Tình dục - Giới tính (SRE).
- Chương trình Toàn quốc về Khoa học quy định các trường phải giảng dạy về sinh sản giới tính và quá trình truyền bệnh. Phụ huynh có thể miễn cho con em tham dự các buổi học SRE nhưng không áp dụng đối với các nội dung trong chương trình khoa học.
- Chương trình SRE học đường giúp bảo vệ con em chứ **không** khuyến khích các em có quan hệ tình dục.

TRÒ CHUYỆN VỚI TRẺ VỀ TÌNH DỤC VÀ GIỚI TÍNH

- Phần lớn trẻ đều cho rằng chúng muốn trò chuyện với cha mẹ về các vấn đề tình dục và giới tính. Bằng chứng cho thấy rằng ở những quốc gia mà cha mẹ và con cái trò chuyện cởi mở về vấn đề này, trẻ thường ít có quan hệ tình dục sớm. Trẻ cũng thường sử dụng các biện pháp tránh thai khi quan hệ tình dục.
- Hầu hết các bậc cha mẹ đều cảm thấy khó trò chuyện với trẻ về tình dục và giới tính. Họ cho rằng họ rất xấu hổ, rằng trẻ biết nhiều hơn họ ở một số chủ đề, và rằng đề cập đến tình dục có thể khiến trẻ muốn thử qua.
- Trẻ thường tìm hiểu thông tin về giới tính và tình dục chủ yếu qua bạn bè, trường học và sách báo.
- Nhiều phụ huynh cho rằng họ có thể dễ dàng trò chuyện với trẻ về các mối quan hệ, giới tính và tình dục thông qua chương trình truyền hình và phim ảnh.
- Trò chuyện cởi mở tại gia đình giúp bảo vệ con em chứ **không** khuyến khích các em có quan hệ tình dục sớm.

Để biết thêm thông tin và được tư vấn:

FPA (kế hoạch hóa gia đình) – 0845 310 1344 www.fpa.org.uk

Cung cấp nhiều tài liệu về tình dục và giới tính cho phụ huynh và con em.

Brook – 020 7284 6040 www.brook.org.uk

FFLAG (Gia đình và Bạn bè Đồng tính Nam Nữ) – 01454 852418 www.fflag.org.uk

Email: info@fflag.org.uk

Tổ chức quốc gia hỗ trợ cha mẹ trẻ đồng tính nam nữ và lưỡng tính.

Trang web www.connexions.com dành cho thanh thiếu niên nhưng cũng chứa nhiều thông tin hữu ích dành cho phụ huynh

Parentline Plus – DfES hỗ trợ chương trình Trò chuyện nhằm giúp cha mẹ trò chuyện với con em về tình dục và giới tính. Phụ huynh có thể được tư vấn qua đường dây nóng hoặc tải tài liệu từ trang web.

Đường dây hỗ trợ: 0808 800 22 22

www.parentlineplus.org.uk

Ruthinking – Dành cho trẻ ở độ tuổi 13-18: thông tin, lời khuyên và hướng dẫn về giới tính, tình dục và biện pháp tránh thai

Đường dây hỗ trợ: 0800 28 29 30

www.ruthinking.co.uk

Vui lòng điền thông tin địa phương và chi tiết liên hệ tại đây