Hãy tôn trọng!
Đây là cơ thể tôi!

#netsmart

(Sử dụng Internet thông minh)

Sổ tay dành cho cha mẹ về kỹ năng bảo vệ trẻ trước nguy cơ bị xâm hại tình dục trên môi trường mạng

Save the Children

Save the Children

Tổ chức Cứu trợ Trẻ em –
Văn phòng đại diện tại Việt Nam
Tầng 4, Tòa nhà Mercury,
444 Hoàng Hoa Thám, Tây Hồ, Hà Nội

Điện thoại: +84 024 3573 5050
Fax: +84 024 3573 6060
https://vietnam.savethechildren.net
www.facebook.com/SaveChildrenVN
www.twitter.com/SaveChildrenVN

© Save the Children 2015
Tác giả: Maria Schillaci
Thiết kế: Linda Askervall
Minh hoạ: Moa Hoff/Söderberg Agentur
Biên tập: Tổ chức Cứu trợ Trẻ em tại Việt Nam
Biên dịch: Phạm Hải Chung, Nguyễn Bùi Khánh Linh, Nguyễn Thùy Linh, Nguyễn Thùy Dương, Nguyễn Kim Ngân, Đào Hương, Lê Thị Nhật Linh, Phạm Linh, Phạm Minh Thư, Nguyễn Thị Thùy Trang, Hoàng Thu Hà, Vũ Thị Bích Đào, Lê Dung
Số xuất bản: 11499

Không khó để nhận thấy, hiện nay, Internet đã trở thành một phần tự nhiên trong cuộc sống hàng ngày của trẻ em – là nơi trẻ chơi, gặp gỡ bạn bè và học được nhiều điều mới mẻ. Nhờ có Internet mà trẻ em có thể dễ dàng tiếp cận với thế giới bên ngoài nhưng đồng thời thế giới bên ngoài cũng dễ dàng tiếp cận với trẻ em hơn. Nơi đâu có trẻ em, nơi đó cũng sẽ có những người muốn tiếp cận trẻ nhằm các mục đích xâm hại, gây tổn hại cho trẻ và thực hiện những hành vi xâm hại nghiêm trọng. Ngày nay, những loại hình tội phạm kiểu này đang dần trở nên phổ biến với tính chất ngày càng nghiêm trọng.

Các bậc cha mẹ và những người lớn thường xuyên sống và làm việc với trẻ em có thể sẽ thấy khó khăn, thậm chí là không thể theo kịp mọi hoạt động trên mạng của trẻ, do vậy, rất khó để biết làm thế nào để bảo vệ trẻ. Tuy nhiên, vẫn có nhiều cách để chúng ta vừa có thể hỗ trợ vừa hướng dẫn nhằm giúp trẻ tránh được tổn thương hay rắc rối trên môi trường mạng.

Về cơ bản, chúng ta chỉ cần học cách chia sẻ với trẻ về các hoạt động trên môi trường mạng. Cha mẹ có thể đặt câu hỏi: "Hôm nay ở trên mạng có vấn đề gì đặc biệt không con?" làm thế nào để câu hỏi này trở nên tự nhiên và thoải mái như việc trao đổi với con về việc đi đá bóng hay các hoạt động thường ngày xảy ra ở trường vậy.

Cuốn sổ tay này là tổng hợp những lời khuyên từ các nhà tâm lý học trẻ em, công an và những câu chuyện từ chính những cá nhân từng bị xâm hại. Chúng tôi hy vọng với cuốn sổ tay này, các bậc cha mẹ sẽ cảm thấy dễ dàng hơn trong việc trò chuyện với trẻ về các nguy cơ trên môi trường mạng hiện nay. Chúng tôi cũng hy vọng cuốn sổ tay này sẽ truyền cảm hứng cho bạn và giúp bạn trở thành một phần trong các hoạt động hàng ngày của trẻ trên Internet.

Càng hiểu biết nhiều thì chúng ta càng có thể can thiệp nhiều; chia sẻ nhiều về nguy cơ xâm hại tình dục có thể xảy ra trên môi trường mạng sẽ giúp chúng ta có khả năng bảo vệ trẻ tốt hơn.

Elisabeth Dahlin
Tổng thư ký, Tổ chức Cứu trợ Trẻ em Thuỵ Điển

Dragana Strinic
Giám đốc Quốc gia, Tổ chức Cứu trợ Trẻ em,
Văn phòng đại diện tại Việt Nam

Trẻ em và môi trường mạng

Về cơ bản, việc trẻ muốn được giao tiếp với mọi người trên môi trường mạng là điều hết sức tự nhiên và tích cực. Có thể thấy, thế giới trực tuyến nơi có thể tìm kiếm và kết bạn với những người bạn mới.

Tuy vậy, cha mẹ, những người lớn xung quanh trẻ và chính bản thân trẻ cần phải nhận thức rằng môi trường mạng cũng ẩn chứa rất nhiều nguy cơ. Chúng ta phải đặc biệt cảnh giác bởi sẽ luôn có những kẻ tìm mọi cách để làm quen với trẻ vì mục đích xâm hại và những đối tượng này sẽ thường xuyên xuất hiện trong những trang mạng mà trẻ hay truy cập. Những đứa trẻ sống khép mình, bị tổn thương tâm lý hoặc ít giao tiếp xã hội sẽ là đối tượng dễ bị tổn thương nhất nhưng chúng ta cũng cần biết rằng bất kỳ trẻ nào đều có thể là đối tượng của nạn xâm hại qua môi trường mạng.

Có thể chúng ta cảm thấy khó khăn khi nói chuyện với trẻ về việc trẻ làm hoặc người chúng gặp trên mạng bởi vì trẻ em thường biết nhiều hơn người lớn và đôi khi chúng sử dụng những từ ngữ hay cách viết tắt mà chúng ta không hiểu. Điều ấy không có nghĩa là người lớn nhất định phải trở thành một chuyên gia về Internet, quan trọng là chúng ta cần trò chuyện với trẻ để trẻ có thể thoải mái chia sẻ về các hoạt động của chúng trên mạng giống như các hoạt động khác trong đời sống hàng ngày.

Chắc chắn, không ai trong chúng ta muốn con mình bị lạc trong một thành phố, và tương tự như vậy, đừng để trẻ bị lạc trên Internet. Thực tế, cho dù môi trường mạng chỉ là thế giới ảo nhưng mọi hoạt động của nó lại được tạo dựng bởi những con người thật.

Hôm nay con nói chuyện với những ai ở trên mạng thế?

Bố/mẹ muốn cùng con tìm hiểu các thông tin trên mạng được không

Lòng tự tôn sau mỗi bức ảnh "tự sướng"

Giống như ngoài đời thực, các hoạt động, các mối quan hệ và tương tác trong thế giới ảo hình thành nên cá tính và lòng tự trọng của trẻ. Giờ đây khái niệm "lòng tự trọng" có biến thể và phần nào được hiểu theo nghĩa là **"lòng tự tôn đằng sau mỗi bức ảnh "tự sướng"**. Cụm từ này biểu đạt cách chúng ta xây dựng sự tự tin và lòng tự trọng thông qua những phản hồi trên môi trường mạng sau khi chúng ta đăng tải và chia sẻ hình ảnh. Thông qua những phản hồi dưới hình thức là số lượng người thích, người theo dõi và bình luận, ngay từ nhỏ, trẻ đã vô tình tự khẳng định bản thân theo một cách xa rời thực tế. Điều này có nghĩa là trẻ sẽ tìm cách khẳng định mình qua các bức ảnh chúng đăng tải, chẳng hạn trẻ sẽ tạo dáng sao cho bức ảnh của mình nhận được thật nhiều lượt thích.

Khẳng định bản thân là nhu cầu của con người và hoạt động giống như nguồn sinh khí cho tinh thần ở mọi lứa tuổi. Tuy nhiên, nhu cầu này lại bị một số người sử dụng Internet lợi dụng để tìm kiếm trẻ em phục vụ cho mục đích xâm hại của mình. Những người này thường xuất hiện trong các trang mạng mà trẻ hay truy cập và chúng rất biết cách khai thác niềm khát khao được khẳng định bản thân, điều mà mỗi người trong chúng ta ai cũng có.

Vì vậy, thay vì cấm đoán trẻ, chúng ta nên giải thích cho trẻ hiểu rõ hơn về vấn đề này. Cha mẹ và những người lớn khác phải luôn là tấm gương cho trẻ, bởi thông thường trẻ sẽ không làm theo những gì chúng ta nói mà sẽ bắt chước những gì chúng ta làm.

Hãy trò chuyện với trẻ và hỏi trẻ những câu như: "Lượt thích" nghĩa là gì vậy con? Con cảm thấy thế nào nếu con không nhận được "lượt thích" nào? Chúng ta nên đăng những bức ảnh nào và ai sẽ thực sự xem những bức ảnh đó? Hãy tự đặt những câu hỏi này cho chính mình bởi đây cũng là cách để chúng ta có thể hiểu trẻ tốt hơn.

Xâm hại tình dục trên môi trường mạng

Xâm hại tình dục trên môi trường mạng là gì?

Bạo lực và xâm hại tình dục đối với trẻ em bao gồm tất cả các hành vi ép buộc tình dục mà người khác thực hiện đối với trẻ. Xâm hại có thể được phân loại thành xâm hại thể chất và phi thể chất. Hầu hết các trường hợp xâm hại bắt nguồn trên môi trường mạng bắt đầu bằng hình thức xâm hại phi thể chất rồi mới dẫn tới khống chế và đe doạ, rồi dần dần dẫn đến xâm hại thể chất. Một ví dụ của hành vi xâm hại phi thể chất đó là xúi giục trẻ tạo dáng trước máy quay để trò chuyện bằng hình ảnh. Đôi khi hành vi này còn đi xa hơn nữa, đó là kẻ xấu ép buộc trẻ có hành động xâm hại tới chính cơ thể mình trước máy quay để kẻ xâm hại xem. Để phân biệt với hiếp dâm thực tế thì hành động này được gọi là hiếp dâm ảo.

Dụ dỗ trẻ em là gì?

Dụ dỗ trẻ em là hành động tiếp cận, kết bạn với trẻ nhỏ, đặc biệt là thông qua môi trường mạng với mục đích thuyết phục trẻ có quan hệ tình dục. Ở nhiều quốc gia, dụ dỗ tình dục cũng được coi là một hành vi vi phạm pháp luật.

Cho dù là hành vi xâm hại tình dục thể chất hay phi thể chất, nếu nạn nhân là trẻ em thì đó là hành vi bạo lực tình dục nghiêm trọng và các hành vi này thuộc nhóm tội phạm hình sự. Hậu quả đối với trẻ em là như nhau, bất kể việc bị xâm hại diễn ra trên môi trường mạng hay ngoài đời thực

Thực trạng này phổ biến như thế nào?

Dữ liệu thống kê từ các quốc gia khác nhau cho thấy vấn nạn khai thác tình dục trẻ em đang tăng lên một cách nghiêm trọng và những vụ án được trình báo tới cơ quan công an điều tra chỉ là những con số rất nhỏ so với tổng số vụ đã diễn ra trên thực tế. Mặc dù số liệu chính xác chưa được thống kê đầy đủ, ước tính vẫn có hàng triệu hình ảnh xâm hại trẻ em được lưu hành trên môi trường mạng. Đây là những hình ảnh trẻ em trong các hoạt động thực tế hoặc mô phỏng/ giả định. Khi xem xét các trường hợp xâm hại tình dục trẻ em được trình báo tới cơ quan công an điều tra, có thể thấy sự khác biệt rất lớn về giới tính. Trong hầu hết các trường hợp xâm hại tình dục trẻ em thì nạn nhân là một bé gái và kẻ xâm hại là đàn ông. Tuy nhiên, có nhiều dấu hiệu cho thấy chỉ một số ít các trường hợp xâm hại tình dục đối với bé trai là được trình báo tới cơ quan công an và dữ liệu về tình dục đồng giới cũng như các hành vi ép buộc tình dục đối với bé trai chỉ có ở một số ít quốc gia.

Xâm hại tình dục trẻ em xảy ra như thế nào?

Những kẻ dụ dỗ sẽ tìm kiếm những diễn đàn trên mạng, nơi có nhiều trẻ em tham gia và thường những kẻ này sẽ sử dụng một tài khoản với tên và ảnh đại diện giả. Lần tiếp cận đầu tiên sẽ thông qua một nhóm trao đổi hoặc một diễn đàn thảo luận. Sau đó, kẻ dụ dỗ sẽ tìm cách thuyết phục đối tượng được nhắm tới chuyển qua trao đổi riêng, thường liên quan tới trò chuyện bằng hình ảnh – trò chuyện bằng webcam. Bằng cách đó, kẻ dụ dỗ sẽ dễ dàng khai thác các thông tin cá nhân như địa chỉ của trẻ, số điện thoại, bạn bè và gia đình. Chúng thường cố gắng tạo dựng mối quan hệ và niềm tin bằng cách giả vờ có nhiều điểm chung với đối tượng của mình. Thông thường, cuộc tiếp xúc ban đầu thường mang tính chất tích cực nhưng trong đó bao hàm sự thao túng tinh vi và những đe doạ tiềm ẩn; sau đó sự tiếp cận này sẽ thay đổi dần và chuyển sang tính chất tình dục.

Internet cũng cho phép kẻ xâm hại chia sẻ và phát tán những hình ảnh của trẻ.

Trẻ có thể bị lôi kéo bởi những kẻ xấu ở trên mạng như thế nào?

Người lớn thường cảm thấy khó hiểu là làm thế nào trẻ có thể tiếp xúc và bị lôi kéo bởi những kẻ xấu ở trên mạng như vậy. Kẻ xấu thường khá kín đáo và sử dụng nhiều chiến lược tiếp cận khác nhau. Một trong những cách thức tiếp cận được sử dụng nhiều nhất đó là dụ dỗ trẻ gửi ảnh hoặc đoạn phim của trẻ cho chúng, sau đó chúng dùng những bức ảnh hay đoạn phim này để bắt ép nạn nhân làm theo ý chúng và nếu không làm theo thì chúng sẽ phát tán những bức ảnh này cho người thân và bạn bè của các em. Ngay sau khi gửi bức hình đầu tiên, nhiều trẻ thường cảm thấy xấu hổ và tội lỗi, không muốn lặp lại và không mốn nói đến bức ảnh đó nữa, và đây chính là điểm mà những kẻ xấu ở trên mạng có thể lợi dụng. Trong trường hợp này, trẻ đã mắc phải "bẫy hổ thẹn" do kẻ xấu đặt ra.

Trên thực tế, chúng ta cần nhớ rằng bản chất của trẻ em là tò mò và muốn khám phá nhiều điều liên quan đến giới tính, tình dục, nhiều khi trẻ biết đến những vấn đề đó sớm hơn chúng ta tưởng. Sự tò mò của trẻ khiến trẻ nảy ra ý định làm quen với những tài khoản lạ trên mạng sẽ khiến các em có cảm giác tội lỗi và hổ thẹn, làm cho trẻ không dám lên tiếng để được giúp đỡ khi gặp phải kẻ xấu.

Có dấu hiệu nào đặc biệt ở trẻ mà cha mẹ nên để ý hay không?

Đối với cha mẹ thì điều quan trọng nhất là phải hiểu con và phát hiện ra những thay đổi trong cử chỉ và hành vi của trẻ. Thói quen ăn ngủ khác thường, không đi học hay tham gia các hoạt động ngoại khóa, tâm trạng thất thường… là một vài ví dụ. Trong một vài trường hợp, trẻ có thể không có bất kì dấu hiệu nào thể hiện là trẻ đang gặp rắc rối. Bạn phải hiểu rằng không có một dấu hiệu đặc trưng nào cho thấy một đứa trẻ đang bị xâm hại tình dục trên mạng. Hãy hỏi con bạn nếu bạn cảm thấy lo lắng và đừng chỉ hỏi một lần. Hãy thật kiên nhẫn, đừng bỏ đi mà hãy thể hiện sự quan tâm với trẻ, cố gắng sử dụng ngôn ngữ sao cho phù hợp và thân thiện khi giao tiếp với trẻ.

Trẻ nhỏ

Trẻ càng nhỏ thì sẽ dễ nghe theo những yêu cầu bạn đưa ra để sử dụng Internet an toàn và tích cực. Đó chính là lý do vì sao bạn nên ở bên trẻ và tham gia vào quá trình trẻ khám phá các trò chơi điện tử, phim ảnh hay những thứ thú vị khác ở trên điện thoại thông minh, máy tính bảng hoặc máy tính. Với nhiều trẻ, quá trình này bắt đầu khi chúng mới hai tuổi.

Hầu hết các bậc phụ huynh đều đồng ý rằng không nên sử dụng tivi như một công cụ để trông trẻ. Chúng ta cũng cần có thái độ tương tự đối với máy tính bảng hay điện thoại. Bạn không được phép cho trẻ tự sử dụng Internet, việc này cũng giống như việc bạn sẽ không cho trẻ tự đi lại một mình khắp thành phố vậy. Chỉ khi quan tâm và tham gia vào quá trình trẻ sử dụng Internet, bạn mới có thể dạy trẻ rằng môi trường mạng là một thứ mà cả hai có thể chia sẻ cùng nhau. Bằng việc đặt câu hỏi và bình luận về những điều có trên mạng, bạn đang cho trẻ thấy việc chia sẻ những điều mà trẻ xem được trên mạng là điều hết sức bình thường. Bằng cách này, về lâu dài cha mẹ sẽ tạo tiền đề để dễ dàng tâm sự với con về Internet khi chúng lớn lên. Trẻ sẽ cảm thấy đơn giản và thoải mái hơn khi chia sẻ những trải nghiệm cả tốt và xấu mà chúng có trên Internet nếu như người lớn cũng chủ động chia sẻ về thế giới trên mạng của mình.

Một cách hữu hiệu để chia sẻ Internet với trẻ đó là hãy cùng trẻ chọn ra những trò chơi, ứng dụng và phim ở trên mạng, giống như cách bạn chọn những câu chuyện để đọc cho trẻ mỗi tối vậy. Cha mẹ và trẻ có thể ngồi cùng nhau trước màn hình vi tính và khiến việc sử dụng Internet trở nên an toàn và thoải mái, cũng như việc bạn và trẻ cùng nhau đọc một cuốn truyện. Hãy để trẻ thoải mái nói ra những gì mà chúng trải nghiệm trên mạng và thể hiện rằng bạn rất quan tâm và muốn tìm hiểu nhiều hơn về những điều đó. Khi trẻ muốn hỏi hoặc tìm kiếm sự giúp đỡ từ cha mẹ, bạn nên khuyến khích chúng bằng cách đáp lại: "Thật tuyệt vì con đã hỏi mẹ" hoặc "Mẹ cảm thấy rất vui khi con cho bố mẹ xem những thứ này". Khi làm điều này, bạn đang tạo cho con thói quen sử dụng Internet tích cực, những thói quen sẽ theo trẻ đến khi đi học và tuổi vị thành niên sau này. Trẻ học được khi chúng biết là mình đã làm đúng.

Hãy cùng tham gia khi trẻ sử dụng Internet. Bằng cách thể hiện sự quan tâm của mình, bạn sẽ dạy cho trẻ biết rằng Internet là thứ mà cha mẹ và trẻ có thể chia sẻ cùng nhau.

Khi trẻ 4 hoặc 5 tuổi, chúng ta nên bắt đầu nói về những nguy cơ khi sử dụng Internet – đó là một vài người xấu trên mạng có thể không thật thà, thường đóng giả người khác để làm những điều xấu. Nhưng quan trọng nhất đừng khiến trẻ cảm thấy sợ hãi với Internet. Bởi thứ gì càng sợ hãi thì trẻ sẽ càng tò mò về điều đó. Cách tốt nhất để nói chuyện với trẻ về một chủ đề khó nói nào đó là bạn phải thật khách quan và cố gắng không sử dụng những từ ngữ mang tính chất dọa nạt. Ví dụ, bạn có thể nói:

"Có một số người trên mạng thường giả vờ là người tốt nhưng họ lại hay nói dối và muốn làm hại trẻ con đấy con ạ".

"Bố mẹ muốn cùng con khám phá Internet, giống như cách mà bố mẹ dắt con đi qua đường vậy. Đây là cách để bảo vệ và dạy con rõ hơn về Internet để sau này khi con lớn lên, con có thể tự biết cách phân biệt được đâu là người có thể và không thể liên hệ ở trên mạng".

Tuy nhiên kể cả khi bạn đã đưa ra cảnh báo và nói về những nguy cơ khi sử dụng Internet thì cách tốt nhất để bảo vệ trẻ ở độ tuổi mẫu giáo là sử dụng Internet cùng các bé. Điều này cho phép chúng ta đưa ra những hướng dẫn đúng đắn và bảo vệ trẻ khỏi những rắc rối trong cuộc sống sau này.

- Cố gắng không sử dụng máy tính bảng như một công cụ để trông trẻ. Thay vào đó, hãy sử dụng nó như một thứ để bạn và trẻ cùng khám phá.
- Luôn có vai trò chủ động khi trẻ lựa chọn ứng dụng, trò chơi điện tử hay phim ảnh để tạo cảm giác bạn luôn ở bên trẻ khi trẻ ngồi trước màn hình.
- Khuyến khích trẻ để bạn tham gia cùng trong các hoạt động trên mạng của trẻ .
- Nói về những nguy cơ khi sử dụng Internet nhưng không làm trẻ sợ. Bởi sự sợ hãi có thể dẫn đến tò mò.

Những bí mật tốt và không tốt:

Một lời khuyên dành cho các bậc phụ huynh đó là dạy cho trẻ hiểu được sự khác nhau giữa những bí mật tốt và không tốt. Bạn có thể lấy ví dụ những món quà sinh nhật mà trẻ nhận vào dịp sinh nhật hay những món đồ khác khiến trẻ vui là những bí mật tốt. Trẻ không nhất thiết phải kể với người khác về những bí mật tốt. Còn những bí mật không tốt là những điều khiến trẻ không vui hoặc khiến trẻ mệt mỏi. Bạn nên khuyến khích trẻ chia sẻ những bí mật không tốt cho dù người khác bắt trẻ giữ bí mật.

Trò chuyện về những bí mật tốt và không tốt là một trong những biện pháp giúp cho trẻ không còn ngại ngần khi chia sẻ những điều không hay mà trẻ gặp phải, cả trên cả mạng lẫn trong cuộc sống thường ngày.

Trẻ ở độ tuổi đến trường

Khi trẻ lên bậc tiểu học, trẻ sẽ bước chân vào một thế giới rộng lớn với nhiều ấn tượng và các mối quan hệ mới, điều này đúng với cả cuộc sống ngoài đời thực lẫn trên mạng. Với những trẻ đã học được cách chia sẻ với người lớn về những hoạt động trên mạng, cha mẹ nên khuyến khích con tiếp tục duy trì trong suốt những năm tháng đi học.

Mặc dù trẻ sẽ trở nên độc lập hơn, có thể tự đọc chữ trên màn hình và đôi khi còn giỏi công nghệ hơn người lớn, nhưng trẻ cần hiểu rằng chúng ta quan tâm tới những gì trẻ làm và những người trẻ liên lạc. Rất nhiều trẻ hoạt động sôi nổi trên mạng xã hội và trò chuyện với người khác qua trò chơi điện tử từ rất sớm, do đó càng cần có một người lớn ở bên và chỉ dẫn cho trẻ.

Giống như cách chúng ta hỏi trẻ về những điều diễn ra ở trường hay ở trận bóng, chúng ta có thể hỏi trẻ về những điều chúng làm trên mạng mỗi ngày. "Hôm nay ở trên mạng có gì không con?" hoặc "Hôm nay con đã gặp những người bạn nào trên mạng thế?"

Một cách khác để mở đầu câu chuyện là nhờ trẻ giúp đỡ và coi chúng như một chuyên gia thật sự: "Con thấy mẹ có nên đăng bức ảnh này không nhỉ?" "Bố/ Mẹ viết thế này được không nhỉ?" hoặc "Bố/ Mẹ nên làm gì nếu một người lạ liên lạc với mẹ?". Bằng việc hỏi những câu hỏi đó, chúng ta dạy trẻ suy nghĩ về luồng thông tin, hình ảnh và con người trên mạng, và để chúng hiểu rằng những cái này không hề xảy ra "một cách tự động" – nó là những điều chúng ta quyết định và phải kiểm soát. Chúng ta chỉ ra cho trẻ rằng chúng ta có những giới hạn trên mạng và trẻ cũng cần có giới hạn trên môi trường mạng.

Khi trò chuyện với trẻ, chúng ta phải làm rõ rằng trên mạng có những kẻ muốn hãm hại trẻ em và không phải ai cũng là con người mà họ thể hiện. Giống như cách chúng ta cảnh báo trẻ về những người lạ ngoài đường, chúng ta phải dạy trẻ cảnh giác với những người lạ trong thế giới ảo.

Hãy giải thích rằng rất khó để biết ai tốt ai xấu trên mạng và không thể chắc chắn người đang ngồi trước màn hình bên kia là con người như thế nào – hình ảnh chỉ là hình ảnh mà thôi. Giải thích cho trẻ rằng bất kỳ ai cũng có thể sử dụng tên và ảnh của người khác để che giấu thân phận thực sự của họ. Hãy tìm cơ hội nói với trẻ rằng một bức ảnh có thể được lan truyền rộng rãi trên mạng với tốc độ ánh sáng và trẻ không được phép đăng hay gửi ảnh của chúng – hoặc của bất kỳ ai – mà không chắc chắn rằng sẽ không có vấn đề gì xảy ra.

Tuy nhiên, việc cấm đoán ít khi là một phương pháp hữu dụng. Tốt hơn hết cha mẹ nên nói rằng: "Nếu con gặp ai đó trên mạng mà con không biết, bố/ mẹ mong con nói với bố/ mẹ trước khi con liên lạc với người đó". Thời điểm phù hợp để nói điều này là khi các phương tiện truyền thông đưa tin về các vụ xâm hại tình dục trên mạng, điều này có thể khiến câu chuyện trở nên tự nhiên hơn.

Mức độ sẵn sàng của trẻ khi trò chuyện về vấn đề xâm hại tình dục trên mạng phụ thuộc vào độ tuổi và sự trưởng thành của trẻ. Rất khó để trẻ quá nhỏ hiểu được những gì bạn nói nhưng lại khá dễ dàng với trẻ lớn hơn vì chúng đã được học về cơ thể con người và sự phát triển của giới tính. Cho dù ở độ tuổi hay mức độ trưởng thành nào, trẻ cần được dạy một điều cực kỳ quan trọng là: "Con có quyền nói "KHÔNG" trên mạng" và "Con phải nói "KHÔNG" nếu có điều gì xảy ra không theo mong muốn của con".

Một cách khác để bảo vệ trẻ ở độ tuổi đến trường là dạy chúng không bao giờ được cung cấp tên đầy đủ, địa chỉ và số điện thoại trên các trang trò chuyện hoặc khi đăng kí tài khoản trên mạng. Bởi vì phần lớn trẻ đều rất thật thà, chúng có xu hướng điền đầy đủ thông tin được yêu cầu. Đây là điều cha mẹ cần giúp trẻ nhận thức khác đi. Bạn cần nhắc trẻ rằng một khi ảnh đã đăng lên mạng, chúng sẽ không mất đi dù trẻ đã xóa, bởi một ai đó có thể đã lưu bức ảnh đó về máy tính của họ và giữ chúng tồn tại mãi mãi trên mạng.

Ngoài ra, cha mẹ nên trao đổi với nhà trường, các câu lạc bộ ngoại khóa và câu lạc bộ thể thao về chính sách công khai tên tuổi và ảnh chụp trên mạng. Càng nhiều thông tin đăng tải trên mạng, bọn tội phạm càng dễ lợi dụng và làm hại trẻ em.

Nếu con gặp một người trên mạng mà con không biết, mẹ mong con sẽ nói với mẹ trước khi liên lạc với người đó.

- Hỏi trẻ về những gì đã và đang xảy ra trên mạng như cách bạn hỏi trẻ về những việc khác trong cuộc sống thường ngày.
- Nhờ con tư vấn về điều bạn nên làm trên mạng. Điều này sẽ mở đầu cho một cuộc trò chuyện và khiến trẻ bắt đầu suy nghĩ.
- Giải thích cho trẻ rằng những người muốn hãm hại trẻ em thường giả vờ là ai đó khác, một người với tên và hình đại diện giả mạo.
- Trò chuyện với trẻ về việc không đăng hay gửi hình ảnh của trẻ nếu trẻ không thấy vui khi làm như vậy.
- Dạy trẻ không bao giờ cung cấp thông tin như tên, số điện thoại hoặc địa chỉ trên các trang trò chuyện hoặc mạng xã hội.

Trẻ vị thành niên

Cũng giống như với trẻ nhỏ, chúng ta cần để trẻ vị thành niên thấy rằng chúng ta quan tâm đến những gì trẻ làm hay những người trẻ gặp gỡ qua Internet. Đơn giản hãy hỏi trẻ "Hôm nay trên mạng có gì vậy con?" giống như bạn vẫn thường hỏi về một ngày ở trường của con. Dùng những câu hỏi mở để bắt đầu cuộc trò chuyện với trẻ nhưng đừng mong đợi những câu trả lời dài hay chi tiết, chúng ta cần làm quen với điều đó. Trẻ trong độ tuổi thanh thiếu niên thường bận rộn với cuộc sống của riêng mình hơn và không muốn chia sẻ nhiều với người lớn.

Ngay cả khi bạn với vai trò là cha mẹ hay người lớn không nhận được sự hợp tác của trẻ, hãy tiếp tục đặt câu hỏi thường xuyên và để con thấy bạn thực sự quan tâm đến trẻ. Đừng ngại nếu trẻ cằn nhằn. Bố mẹ cần phải nhớ rằng những năm tháng vị thành niên là thời gian trẻ vẫn rất cần sự hỗ trợ và quan tâm của cha mẹ trong cuộc sống thường ngày cũng như trên môi trường mạng. Đây là giai đoạn mà ý thức về tình dục của trẻ dần hình thành

và trẻ có mong muốn được chú ý và yêu thích – những trẻ này có nguy cơ bị xâm hại trên mạng nhiều hơn. Kẻ xấu thường hiểu rất rõ mong muốn được tự khẳng định mình của trẻ và khai thác điều đó thông qua tương tác trên môi trường mạng, ví dụ như chúng thể hiện sự chú ý và đăng những nhận xét tích cực về ngoại hình của trẻ.

Tò mò và mong muốn khám phá những điều mới mẻ là điều hoàn toàn tự nhiên trong sự phát triển của mỗi đứa trẻ. Chúng ta cũng cần biết rằng không phải lúc nào trẻ em cũng là đối tượng bị tìm đến; đôi khi các em cũng tự chủ động tìm kiếm trên mạng những người bạn mới và "thú vị". Chúng ta cần phải có cái nhìn đa chiều hơn về nạn nhân và thủ phạm, đồng thời quên đi khái niệm về một "Lão già xấu xa". Kẻ xấu rất có thể là một ai đó trong cùng độ tuổi của trẻ.

Nhiều trẻ nhận ra được những rủi ro nhưng trẻ vẫn khó có thể tự liên hệ vấn đề này với bản thân và những mối quan hệ của chính mình. Hãy giải thích với trẻ rằng rất có thể những người mà trẻ liên lạc trên internet không giống với con người của họ ngoài đời thực- ẩn sau một cái tên hoặc một tấm hình có thể là bất cứ ai. Hãy trò chuyện về những ranh giới, nhắc nhở trẻ rằng "Không luôn có nghĩa là không", rằng trẻ có quyền dừng liên lạc nếu trẻ cảm thấy có gì đó không ổn. Hãy nói với con rằng trẻ hoàn toàn không phải cung cấp tên, gửi ảnh hay cho người khác nhìn thấy mình qua webcam. Một lời khuyên hữu ích là không mở webcam cho đến khi thấy người kia đã mở.

Nói chuyện về xâm hại tình dục trên Internet một cách thẳng thắn có thể là điều khó khăn với cả người lớn và trẻ vị thành niên. Nhưng những điều khó

khăn và nhạy cảm đó rất có thể sẽ giúp bảo vệ trẻ khỏi các hành vi bạo lực và xâm hại tình dục. Đó là lý do vì sao người lớn chúng ta phải đối mặt với thử thách, bước ra khỏi vùng an toàn và nói về những chủ đề khó này. Thời điểm thuận lợi để nói về vấn đề này một cách tự nhiên là khi nó được nhắc đến trên các phương tiện truyền thông. Chia sẻ những suy nghĩ và cảm nhận của riêng bạn về những tin tức bạn nghe được, nhưng cố gắng không khiến trẻ cảm thấy mình có lỗi. Nhắc nhớ trẻ về quyền của trẻ đối với chính cơ thể của mình: "Con biết rằng mỗi người đều có quyền kiểm soát cơ thể của mình và con hoàn toàn có thể nói "Không" chứ? Chính con là người được quyền quyết định điều gì là tốt nhất". Đồng thời nhắc trẻ rằng không có bất cứ ai được chụp ảnh trẻ và lan truyền những hình ảnh này nếu không được trẻ cho phép, đó là một hành động xâm hại và trẻ có thể nói về chuyện này với cha mẹ bất cứ khi nào trẻ muốn, ngay cả khi một bức ảnh của trẻ đã được gửi đi hoặc có một điều gì đó đã xảy ra.

Cảm giác xấu hổ, tội lỗi và sợ hãi có thể khiến trẻ không muốn nhắc đến những sự cố khó chịu trên mạng, đây là một trong những điều những kẻ xấu có thể lợi dụng. Vì vậy sẽ tốt hơn nếu có một người lớn khác mà trẻ tin tưởng và có thể chia sẻ cùng. Nếu bạn là bố mẹ, hãy cố gắng nghĩ đến một ai đó có thể hỗ trợ và giúp đỡ trẻ trên mạng - một người anh/chị của trẻ hoặc một người trưởng thành đáng tin cậy - người có thể đặt câu hỏi cho trẻ theo cách khiến trẻ dám chia sẻ câu chuyện và suy nghĩ của mình. Đồng thời, hãy nhớ rằng bạn hoàn toàn có thể trở thành một người lớn đáng tin cậy của những đứa trẻ khác. Trò chuyện về Internet với người khác vừa có thể giúp bạn giải tỏa những lo lắng của riêng mình, vừa để họ thấy rằng bạn luôn sẵn sàng trở thành một người tin cậy có thể nói chuyện với con của họ.

Con luôn có thể nói "không" nếu con không muốn điều gì đó.

- Tiếp tục quan tâm tới những việc trẻ làm trên mạng ngay cả khi bạn gặp sự phản đối của trẻ. Đừng ngại nếu bạn có cảm giác đang làm phiền trẻ.
- Hãy nhắc trẻ rằng con luôn có quyền nói "Không" và chấm dứt liên hệ với ai đó nếu con không thấy thoải mái.
- Hãy dạy trẻ rằng trẻ không cần phải cung cấp bất kỳ thông tin cá nhân nào, không cần bật webcam hay gửi hình ảnh.
- Hãy can đảm nói chuyện với trẻ về bạo lực và xâm hại tình dục ngay cả khi bạn thấy bối rối và điều đó rất khó khăn.
- Hãy tìm một người lớn có trách nhiệm khác có thể hỗ trợ nếu trẻ không dám hay không muốn nói chuyện với bạn.

Cán bộ tư vấn

Chị gái

Huấn luyện viên

Bố

Cô giáo

Ông

Câu chuyện của Sara – một nạn nhân bị xâm hại tình dục qua Internet

Sara nhớ lại:

Em nghĩ rằng nhiều người coi Internet là nơi khẳng định bản thân. Ai cũng thích được chú ývà đó là lí do tại sao chuyện đó xảy ra. Ông ấy liên lạc với em qua một trang web mà các bạn em hay truy cập. Lúc đầu ông ấy dành rất nhiều lời khen ngợi em nhưng ngay sau đó ông ta nói ra những điều hoàn toàn bịa đặt về em và cuối cùng ông ta dọa dẫm em: "Em chắc hẳn là béo và xấu lắm nhỉ, hãy chứng minh là em không như vậy đi!" Ông ta bảo ông ta sẽ không làm phiền em nếu em gửi một bức ảnh cho ông ta. Nhưng sau đó ông ta không dừng lại mà muốn nói chuyện với em qua Skype. Ông ta cũng hứa sẽ không ghi hình em qua Skype.

Em đã chặn tài khoản của ông ta nhưng ông ta lại tạo các tài khoản mới để liên lạc với em. Đến lúc này thì ông ta đã biết tên họ đầy đủ của em, địa chỉ nhà em và danh sách các thành viên trong đội thể thao em tham gia và ông ta đã biết ai là bạn của em. Ông ta nói ông ta đã kết bạn với các bạn em qua Facebook và sẽ cho bạn em xem các đoạn phim về em. Em đã cố gắng làm một số việc ông ta yêu cầu chỉ mong ông ta sẽ không đe dọa em nữa. Nhưng một số việc thì em từ chối vì những việc đó khiến em cảm thấy rất tồi tệ cả về thể xác và tinh thần. Ông ta rất lạnh lùng và không hề quan tâm tới những việc ông ta làm với em và ông ta buộc em phải tự làm. Em bắt đầu thấy khó ngủ và không thể tới trường, em lúc nào cũng cảm thấy mình mệt mỏi. Ông ta tiếp tục đe dọa và nói rằng nếu em không xuất hiện trước camera, ông ta sẽ không để yên. Ông ta bảo em phô bày cơ thể mình. Ông ta nói đó sẽ là lần cuối cùng. Trẻ em nên tin lời người lớn và em tin lời ông ta. Nhưng không lần nào là lần cuối cả. Em đã định báo cáo về tài khoản của ông ta trên những trang web mà em biết. Nhưng những trang đó nói rằng nếu em dưới 15 tuổi thì hành động của ông ta mới được coi là phạm tội trong khi đó em đã bước sang tuổi 15. Vì vậy, em nghĩ ông ta không bị coi là tội phạm và em đã không báo cáo.

Bạn nghĩ điều đó sẽ không bao giờ xảy ra với con bạn, có thể với người khác chứ không phải con bạn. Cho đến khi nó xảy ra.

Lúc đó đối với em điều tồi tệ nhất là gia đình em có thể biết chuyện – mặc dù bây giờ em lại nghĩ đó lại là điều tốt nhất. Em đã thấy rất xấu hổ. Giá như lúc đó em hiểu rằng chuyện xảy ra không phải lỗi của em mà ông ta mới chính là tội phạm. Em mong muốn mọi người nếu ở trong tình trạng của em nên kể với một ai đó và nhờ bố mẹ, cảnh sát hoặc bất kỳ ai khác giúp đỡ. Về phần mình, em đã liên hệ với một tổ chức trên Internet và kể cho họ câu chuyện của em. Em ước gì em làm như vậy sớm hơn. Bạn không bao giờ nghĩ chuyện đó sẽ xảy ra với mình, nghĩ rằng "chuyện đó sẽ xảy với người khác chứ chắc không phải với tôi đâu". Nhưng cuối cùng nó lại xảy ra với bạn.

Bố của Sara kể lại:

Trẻ con thường không muốn làm cha mẹ thất vọng. Tôi nghĩ sẽ rất nguy hiểm nếu cha mẹ lúc nào cũng nói "Con không được để chuyện đó xảy ra", nhưng chẳng may chuyện đó thực sự xảy ra và con bạn không muốn làm bạn thất vọng và không dám kể cho bạn nghe thì sao? Thay vào đó, bạn phải nói chuyện với con bạn, vào các trang web mà con bạn hay truy cập, vân vân. Hãy nói với con bạn về Internet từ khi con bạn còn nhỏ. Tôi đã vô cùng tức giận khi biết về chuyện đã xảy ra với con tôi. Nhưng tôi không giận dữ với con. Tôi cảm thấy tức giận và thất vọng về chính mình và tôi cũng thấy cần nói rõ điều đó với các bậc cha mẹ khác. Chuyện đó đã xảy ra với gia đình tôi và cũng có thể xảy ra với bất kỳ ai. Hãy quan tâm và để ý đến bất kỳ thay đổi nào trong tâm trạng và hành vi của các con bạn và phải nghiêm túc tìm hiểu. Chẳng có gì là đáng xấu hổ nếu bạn kể chuyện đó cho các phụ huynh khác và hỏi lời khuyên từ họ. Việc đó thực ra đang bảo vệ con cái của chúng ta."

Nếu bạn đang lo lắng…

Vậy bạn nên làm gì khi bạn nghi ngờ có điều gì không ổn? Làm thế nào để phân biệt giữa bảo vệ trẻ và kiểm soát sự tự do của trẻ? Cha mẹ có thể dễ dàng phản ứng thái quá khi lo lắng. Dưới đây là một vài lời khuyên để bạn cân nhắc tránh "bẫy-phản-ứng-thái-quá" và động viên trẻ tin tưởng và trao đổi cởi mở với bạn.

Cố gắng đừng vội vàng kết luận. Thậm chí cả khi bạn nghi ngờ có hiện tượng xâm hại, đừng vội vàng kết luận cho đến khi bạn biết chắc. Điều này tốt cả cho bạn lẫn cho trẻ. Nếu bạn sợ điều xấu nhất xảy ra nhưng nỗi sợ đó của bạn hóa ra không đủ căn cứ, vấn đề thực chất sẽ bị coi nhẹ. Tình hình có thể vẫn rất nghiêm trọng với trẻ theo cách khác và là một người lớn, bạn cần lắng nghe và sẵn sàng hỗ trợ trẻ.

Bất kỳ điều gì làm bạn lo lắng, cần nghiêm túc cân nhắc về điều đó. Là một người lớn, đôi khi bạn phải quyết định trái với mong muốn của trẻ và mâu thuẫn là khó tránh khỏi. Bạn rất dễ bị kích thích, hành xử như một cảnh sát viên và bắt đầu điều tra để làm rõ mọi chuyện. Nhưng thay vì nóng vội đi thẳng từ suy nghĩ đến hành động, tốt hơn là bạn có thể giải thích cho trẻ những suy nghĩ của bạn và những điều bạn đang định làm trước khi bạn làm điều gì đó, ví dụ như thiết lập tường lửa trong máy tính hay tạo một tài khoản trên trang web trẻ hay tham gia…

Trò chuyện về xâm hại tình dục trên Internet và giải thích cho trẻ rằng việc ai đó ép trẻ làm bất kỳ điều gì mà trẻ không muốn trên mạng là vi phạm pháp luật. Bạn cũng nên nói rõ để trẻ hiểu rằng trẻ không có lỗi vì những gì đã hoặc đang xảy ra. Bạn hãy giúp trẻ cảm nhận được sự quan tâm mà bạn dành cho trẻ, để trẻ hiểu rằng bạn luôn ở đó khi trẻ cần. Bạn có thể không có câu trả lời ngay lập tức cho mọi câu hỏi mà bạn đặt ra cho trẻ. Trẻ thường có cảm giác tội lỗi và xấu hổ nên sẽ rất khó tâm sự với bạn về những việc đã xảy ra. Lúc ấy, có thể trẻ không dễ dàng tìm đến cha mẹ hay những người lớn gần gũi khác. Vì thế, bạn rất cần cho trẻ thấy là luôn có những người khác luôn sẵn sàng lắng nghe câu chuyện của trẻ.

Đừng quên rằng bạn – dù là một người lớn – cũng không nên đơn độc đối mặt với nỗi lo lắng của mình. Việc chia sẻ với những người lớn khác rất hữu ích. Tuy nhiên, một khi bạn đã chứng kiến một cuộc nói chuyện đáng nghi hay trẻ đã kể cho bạn về một sự việc nghiêm trọng, bạn phải báo cáo lại việc này với cơ quan chức năng. Xâm hại tình dục với trẻ em là tội phạm hình sự và nếu có bằng chứng nghi vấn, cảnh sát phải vào cuộc điều tra.

Đọc thêm:

"Hãy tôn trọng! Đây là cơ thể của tôi – Cẩm nang trò chuyện với trẻ về cơ thể, những giới hạn và phòng tránh xâm hại tình dục".

Ấn bản này đã được dịch sang tiếng Việt và được Đại sứ quán Thụy Điển, Tổ chức Cứu trợ Trẻ em (Save the Children) và Chương trình Nghiên cứu Internet và Xã hội ra mắt tại Việt Nam tháng 5/2017.

Bạn cũng có thể download ấn phẩm này và các ấn phẩm khác bằng tiếng Anh về kỹ năng bảo vệ và phản ứng với xâm phạm tình dục từ Trung tâm tư liệu của Tổ chức Cứu trợ Trẻ em Thụy Điển (Save the Children's Resource Center)

http://resourcecentre.savethechildren.se/respectmybody
http://resourcecentre.savethechildren.se/netsmart

Save the Children

Tổ chức Cứu trợ Trẻ em –
Văn phòng đại diện tại Việt Nam

Tầng 4, Tòa nhà Mercury,
444 Hoàng Hoa Thám, Tây Hồ, Hà Nội

Điện thoại: +84 024 3573 5050

Fax: +84 024 3573 6060

https://vietnam.savethechildren.net

www.facebook.com/SaveChildrenVN

www.twitter.com/SaveChildrenVN

Embassy of Sweden
Hanoi

Đại sứ quán Thụy Điển

Toà nhà Daeha, tầng 15, 360 Kim Mã, Hà Nội

Tel : +84 024 3726 0400

Email: ambassaden.hanoi@gov.se

Website:www.swedenabroad.com/hanoi

Facebook:www.facebook.com/EmbassyOf SwedenInHanoi

Twitter: @SwedeninVN