



BỘ LAO ĐỘNG - THƯƠNG BINH
VÀ XÃ HỘI

unicef 

Australian
Aid 

BẢO VỆ VÀ CHĂM SÓC TRẺ EM TRONG THIÊN TAI



MỤC LỤC

A. PHÒNG NGỪA XÂM HẠI, BẠO LỰC CHO TRẺ EM TRONG THIÊN TAI	2
I. Các hình thức xâm hại, bạo lực trẻ em	3
II. Nguyên nhân xâm hại, bạo lực đối với trẻ em trong thiên tai	4
III. Dấu hiệu để nhận biết trẻ em bị xâm hại	6
IV. Cha mẹ, người chăm sóc cần làm gì để phòng tránh xâm hại, bạo lực đối với trẻ em	7
II. Cha mẹ, người chăm sóc hãy dạy trẻ em	9
B. PHÒNG TRÁNH TAI NẠN THƯƠNG TÍCH CHO TRẺ EM TRONG THIÊN TAI	11
I. Phòng tránh đuối nước cho trẻ em	12
II. Phòng tránh điện giật cho trẻ em	15
III. Chăm sóc trẻ khi bị chấn thương	18
IV. Phòng tránh vùi lấp	22
C. HỖ TRỢ TÂM LÝ CHO TRẺ EM TRONG THIÊN TAI	23
I. Những cảm xúc và phản ứng trẻ em có thể trải qua khi thiên tai xảy ra	24
II. Cha mẹ cần làm gì	26

PHÒNG NGỪA XÂM HẠI, BẠO LỰC ĐỐI VỚI TRẺ EM TRONG THIÊN TAI



I. CÁC HÌNH THỨC XÂM HẠI, BẠO LỰC TRẺ EM

⚠️ Xâm hại thể chất

- Là những hành vi hành hạ, ngược đãi, đánh đập hoặc những hành vi cố ý khác gây tổn hại đến sức khỏe, tính mạng của trẻ em

⚠️ Xâm hại về tinh thần, tình cảm

- Lăng nhục, chửi mắng
- Xúc phạm nhân phẩm, danh dự
- Đe dọa, dọa nạt
- Gây áp lực thường xuyên về tâm lý, gây tổn thương về tinh thần đối với trẻ

⚠️ Xâm hại tình dục

- Động chạm, sờ mó vào cơ thể hay những vùng nhạy cảm của trẻ
- Bắt trẻ động chạm vào những vùng nhạy cảm của cơ thể người lớn
- Bắt trẻ xem hình ảnh, phim khiêu dâm và các văn hóa phẩm đồi trụy
- Bắt trẻ phô trương cơ thể
- Bắt trẻ quan hệ tình dục

⚠️ Sao nhãng, bỏ rơi

- Bỏ bê/bỏ rơi, ngược đãi trẻ
- **KHÔNG** đáp ứng đủ nhu cầu về ăn, uống, quần áo, chăm sóc sức khỏe, chỗ ở an toàn cho trẻ
- **KHÔNG** giám sát và bảo vệ trẻ dẫn đến trẻ có nguy cơ bị tổn hại



II. NGUYÊN NHÂN XÂM HẠI, BẠO LỰC ĐỐI VỚI TRẺ EM TRONG THIÊN TAI

1. NGUY CƠ, NGUYÊN NHÂN TỪ PHÍA GIA ĐÌNH

- ♥ **KHÔNG** có người chăm sóc, giám sát trẻ trong thiên tai
- ♥ Cha/mẹ/người chăm sóc **không** có kiến thức và kỹ năng bảo vệ trẻ em
- ♥ Cha mẹ/người chăm sóc bị **áp lực, căng thẳng** do thiên tai dẫn đến bạo lực gia đình gia tăng



2. NGUYÊN NHÂN TỪ PHÍA TRẺ EM

- ♥ Trẻ em còn bé, nhận thức hạn chế
- ♥ Trẻ bị **khuyết tật**
- ♥ Trẻ hay **dễ tin người**
- ♥ Trẻ **không được trang bị** kiến thức, kỹ năng tự bảo vệ mình trong thiên tai



3. NGUYÊN NHÂN TỪ MÔI TRƯỜNG

- ♥ Trẻ bị **thất lạc gia đình**
- ♥ Nơi sơ tán quá đông đúc và không có nhà vệ sinh riêng cho nam và nữ
- ♥ **Gia đình bị chia cắt** với bên ngoài (do sạt lở hoặc lũ lụt)
- ♥ Cán bộ bảo vệ trẻ em và những người có thể hỗ trợ trong cộng đồng không tiếp xúc được với trẻ và gia đình nên **không kiểm soát được tình hình của trẻ**



III. DẤU HIỆU ĐỂ NHẬN BIẾT TRẺ EM BỊ XÂM HẠI, BẠO LỰC

💡 Trẻ bị tổn thương thể chất:

- Bị thương, bị chảy máu, bị gãy tay, chân, có các vết bầm tím trên cơ thể
- Mất ngủ, biếng ăn, đái dầm, ngủ mơ (ác mộng), giật mình

💡 Dấu hiệu về hành vi

- Lầm lì/nổi loạn, có hành vi tự huỷ hoại bản thân
- Ít giao tiếp, Tự cô lập, tránh mặt, không muốn nói chuyện

💡 Trẻ bị tổn thương về tinh thần, tình cảm, tâm lý

- Có dấu hiệu về thay đổi nhận thức: không phân biệt đúng sai, rối loạn trong suy nghĩ, giao tiếp
- Trầm cảm, sợ hãi, buồn bã

💡 Những dấu hiệu khi trẻ bị xâm hại tình dục

- Tổn thương cơ quan sinh dục
- Tổn thương về tâm lý: sợ hãi, lo ngại khi tiếp xúc với người khác
- Biểu hiện về hành vi: đôi khi có thể có những hiểu biết và ham muốn tình dục không phù hợp với độ tuổi



IV. CHA MẸ, NGƯỜI CHĂM SÓC CẦN LÀM GÌ ĐỂ PHÒNG TRÁNH XÂM HẠI, BẠO LỰC ĐỐI VỚI TRẺ EM

- ♥ Luôn để mắt đến trẻ hoặc thu xếp để có người trông/giám sát trẻ
- ♥ Nếu trẻ bị thất lạc, hãy báo ngay cho công an, cán bộ bảo vệ trẻ em hoặc người có trách nhiệm ở địa phương
- ♥ Nhận biết được các hình thức xâm hại, bạo lực và các dấu hiệu khi trẻ bị xâm hại, bạo lực để có can thiệp phù hợp kịp thời
- ♥ Giữ bình tĩnh khi trẻ có những hành vi tiêu cực hoặc không phù hợp



IV. CHA MẸ, NGƯỜI CHĂM SÓC CẦN LÀM GÌ ĐỂ PHÒNG TRÁNH XÂM HẠI, BẠO LỰC ĐỐI VỚI TRẺ EM (tiếp)

- ♥ Hãy kiên nhẫn, nói chuyện với trẻ để tìm hiểu lý do và giúp trẻ điều chỉnh
- ♥ Đặt ra các quy tắc rõ ràng để trẻ biết những gì mong đợi
- ♥ Kiểm soát bản thân trước khi kỷ luật trẻ. **TRÁNH** trừng phạt, đánh đập, dùng lời lẽ xúc phạm trẻ
- ♥ **Báo ngay** cho các cán bộ bảo vệ trẻ em hoặc người có trách nhiệm ở địa phương khi thấy trẻ dấu hiệu bị xâm hại, bạo lực
- ♥ Gọi Tổng đài quốc gia bảo vệ trẻ em 111 khi cần có sự hỗ trợ



V. CHA MẸ, NGƯỜI CHĂM SÓC HÃY DẠY TRẺ EM

- ♥ **KHÔNG** đi một mình ở nơi tối tăm, vắng vẻ
- ♥ **KHÔNG** ở một mình với người lạ
- ♥ **KHÔNG** nhận tiền, quà hoặc nhận sự giúp đỡ đặc biệt của người khác mà không rõ lý do
- ♥ **KHÔNG** để người lạ vào nhà, nhất là khi trong nhà chỉ có một mình
- ♥ **KHÔNG** để cho người lạ đến gần, tùy tiện động chạm, sờ mó vào cơ thể, đặc biệt chỗ kín của cơ thể
- ♥ **KHÔNG** gần gũi quá mức với người khác, kể cả những người thân họ hàng (trừ bố mẹ, ông bà, anh chị em ruột của mình)

♥ Khi thấy điều gì không bình thường cần **cảnh giác và chủ động** nghĩ cách phòng tránh để thoát ra khỏi tình huống đó



V. CHA MẸ, NGƯỜI CHĂM SÓC HÃY DẠY TRẺ EM (tiếp)

- ♥ **Làm theo yêu cầu và hướng dẫn** của những người quản lý khi không ở cùng với gia đình
- ♥ **Kể lại hoặc chia sẻ với bố mẹ, người mình tin tưởng** về những điều mình thấy không thoải mái hay cảm xúc của em khi bị bạo lực hay hành vi xâm hại của người khác với mình
- ♥ Bạo lực đối với trẻ em và xâm hại trẻ em là điều không bao giờ chấp nhận được. Nếu có ai gây hại cho trẻ, đó **không bao giờ là lỗi của trẻ**
- ♥ **Gọi tới Tổng đài điện thoại quốc gia Bảo vệ Trẻ em 111** (hoạt động liên tục 24/7) khi cần sự hỗ trợ



PHÒNG TRÁNH TAI NẠN THƯƠNG TÍCH CHO TRẺ EM TRONG THIÊN TẠI



I. PHÒNG TRÁNH ĐUỐI NƯỚC CHO TRẺ EM

1. CÁC NGUY CƠ GÂY ĐUỐI NƯỚC CHO TRẺ EM TRONG THIÊN TẠI:

- ⚠ Do **thiếu sự giám sát** của người lớn, đặc biệt là để trẻ chơi một mình khi thiên tai xảy ra
- ⚠ Do ao, hồ, sông, suối, kênh, rạch có thêm **nhiều nước sau thiên tai** gây nguy cơ nhiều hơn
- ⚠ Do **lũ quét, ngập lụt** trẻ không biết cách tránh
- ⚠ Trẻ em **không biết bơi** và **thiếu kỹ năng an toàn** trong môi trường nước



2. CHA MẸ CẦN DẠY TRẺ KIẾN THỨC ĐỂ PHÒNG TRÁNH ĐUỐI NƯỚC

- 💡 **KHÔNG** đi bơi khi có bão lũ, mưa to
- 💡 **KHÔNG** đi qua ngầm, tràn, cầu, cống hoặc được giao thông khi có lũ tới
- 💡 **Mặc áo phao** theo quy định khi đi tàu, thuyền, đò, xuồng, bè, mảng
- 💡 **KHÔNG** chơi đùa gần ao, hồ sông suối khi mưa lớn, bơi lội ở những nơi ngập lụt
- 💡 **KHÔNG** được chơi, ra khỏi nhà khi thiên tai xảy ra
- 💡 Tránh xa khu vực **sạt lở đất, lũ quét** vì nền đất vẫn chưa ổn định và có thể tiếp tục sạt lở
- 💡 Nếu thấy lũ phải **chạy thật nhanh** ra khỏi nơi nguy hiểm đến các khu vực, vị trí cao hơn
- 💡 **KHÔNG** được đi lại gần các khu vực có nguy cơ lũ quét hoặc đi qua sông, suối
- 💡 Di chuyển và **làm theo hướng dẫn** của người lớn, chính quyền địa phương



3. CHA MẸ, NGƯỜI CHĂM SÓC TRẺ CẦN LÀM GÌ ĐỂ PHÒNG TRÁNH ĐUỐI NƯỚC CHO TRẺ TRONG THIÊN TAI

- ♥ Luôn **để mắt đến trẻ nhỏ** vì trẻ nhỏ có thể bị đuối nước chỉ trong tích tắc
- ♥ **KHÔNG** để trẻ ở nhà **một mình**, luôn thu xếp người lớn trông trẻ
- ♥ **Dạy trẻ những dấu hiệu cần cảnh giác**, chú ý trong mùa mưa, bão, lũ lụt, khi có các dấu hiệu của lũ quét, nhất là khi có mưa lớn kéo dài
- ♥ **Cập nhật các thông tin thời tiết** trên các phương tiện như tivi, loa đài, internet
- ♥ **Nhận biết sớm** các hiện tượng mưa bão, lũ lụt, sạt lở đất để có biện pháp phòng tránh
- ♥ Xác định và thông báo cho trẻ **vị trí an toàn** hơn có thể trú ẩn khi có tình huống xảy ra
- ♥ Hướng dẫn trẻ lớn hỗ trợ trẻ nhỏ và chủ động **chuẩn bị thức ăn, nước uống, thuốc và đồ sơ cứu y tế, đèn pin, ...**
- ♥ Ở trong nhà vừa chơi cùng trẻ vừa nghe theo chỉ đạo của chính quyền địa phương khi có lũ lụt, **giúp trẻ bình tĩnh**
- ♥ **Mặc áo phao** cho trẻ em khi đi tàu, thuyền, đò, xuồng, bè, mảng
- ♥ Nếu lũ dâng cao, **di chuyển các em đến nơi cao, an toàn**, đề phòng rắn rết



II. PHÒNG TRÁNH ĐIỆN GIẬT CHO TRẺ EM

1. CÁC NGUY CƠ GÂY ĐIỆN GIẬT CHO TRẺ EM

- ⚠ Do thiếu sự giám sát của người lớn
- ⚠ Đi lại gần các trạm biến thế, cột điện, trạm điện khi lũ lụt xảy ra
- ⚠ Các dụng cụ, điều khiển, công tắc điện trong nhà bị nhiễm, hở điện khi xảy ra thiên tai...



2. CHA MẸ CẦN LÀM GÌ ĐỂ PHÒNG TRÁNH ĐIỆN GIẬT CHO TRẺ EM

- ♥ Dạy trẻ em biết về sự nguy hiểm của điện, tránh xa nơi dây điện rơi, đứt
- ♥ **KHÔNG** cho trẻ lại gần trạm điện, biến thế điện
- ♥ Kiểm tra toàn bộ hệ thống điện
- ♥ **KHÔNG** để trẻ tự ý sử dụng các thiết bị điện
- ♥ Ổ điện, công tắc điều khiển, cầu chì, ổ cắm được lắp đặt **ngoài tầm với** của trẻ dưới 6 tuổi và phải có **hộp hay lưới bảo vệ** hoặc có **nắp đậy an toàn**, dán kín các ổ điện khi có lũ xảy ra
- ♥ **KHÔNG** để trẻ đi chân đất
- ♥ Quản lý trẻ tránh xa nguồn điện
- ♥ **Cắt hết nguồn điện, ga, nước** khi nước lũ sắp có nguy cơ tràn vào nhà

3. CHA MẸ CẦN DẠY TRẺ CÁCH PHÒNG TRÁNH ĐIỆN GIẬT

- ♥ Luôn **cảnh giác** về sự nguy hiểm của điện, tránh xa nơi dây điện rơi, đứt; cột điện gãy, đổ
- ♥ Tuyệt đối không được dùng **dây điện không có phích** để cắm trực tiếp vào ổ điện
- ♥ **KHÔNG chạm, sờ vào dụng cụ, điều khiển, công tắc điện** trong nhà bị nhiễm, hở điện khi xảy ra thiên tai...
- ♥ Đi giày, dép có đế cao su, **không đi chân đất**
- ♥ **KHÔNG** di chuyển lại gần trạm điện, biến thế, cột điện khi lũ lụt xảy ra
- ♥ Luôn **tuân thủ, làm theo hướng dẫn**, giám sát của người lớn, đảm bảo an toàn về điện khi có thiên tai xảy ra



4. CẤP CỨU KHI TRẺ EM BỊ ĐIỆN GIẬT

- 💡 Ngắt nguồn điện ngay lập tức bằng cách rút dây điện, ngắt cầu dao điện...
- 💡 Tách trẻ bị nạn ra khỏi nguồn điện: sử dụng một đồ vật không dẫn điện như que gỗ hay chổi...
- 💡 **KHÔNG** chạm vào trẻ bằng tay trần khi trẻ đang tiếp xúc với dòng điện và không được đi vào khu vực rò điện có nước
- 💡 Khi trẻ đã được tách khỏi nguồn điện và có thể chạm vào một cách an toàn, nên **kiểm tra xem trẻ còn thở và mạch còn đập không**
- 💡 Nếu trẻ đã bất tỉnh phải **kêu gọi mọi người giúp đỡ**, tiến hành **xoa bóp tim ngoài lồng ngực và hà hơi thổi ngạt** ngay lập tức và kiên trì
- 💡 Sau đó **chuyển ngay trẻ tới cơ sở y tế gần nhất**



III. PHÒNG TRÁNH TRẺ KHỎI CHẤN THƯƠNG

1. CHA MẸ, NGƯỜI CHĂM SÓC TRẺ CẦN LÀM GÌ ĐỂ PHÒNG TRÁNH TRẺ KHỎI CHẤN THƯƠNG

- ♥ **Quan sát, hướng dẫn** trẻ em cách di chuyển trong khi xảy ra thiên tai
- ♥ Không cho trẻ lại gần những **khu vực nguy hiểm** (đường trơn, khu vực sạt lở, dây, cột điện...)
- ♥ **Động viên, trấn an** giúp trẻ bình tĩnh, tránh để trẻ hoảng sợ
- ♥ Luôn để trẻ **trong tầm kiểm soát** của mình, không để trẻ chơi một mình
- ♥ **KHÔNG** để trẻ **chạy nhảy, nô đùa** khi thiên tai đang xảy ra



2. CHA MẸ, NGƯỜI CHĂM SÓC TRẺ EM CẦN HƯỚNG DẪN TRẺ EM CÁCH PHÒNG TRÁNH CHẤN THƯƠNG

- 💡 **KHÔNG** chạy nhảy, nô đùa
- 💡 **KHÔNG** leo trèo cây, cột điện, cầu thang
- 💡 **KHÔNG** nhảy từ trên cao xuống
- 💡 **KHÔNG** được lại gần những khu vực nguy hiểm
- 💡 **KHÔNG** tự ý sử dụng dao kéo, phích nước, nấu nướng tránh chấn thương do vật sắc nhọn và bỏng
- 💡 **Tuân thủ và làm theo chỉ dẫn của người lớn**



3. SƠ CẤP CỨU KHI TRẺ BỊ CHẤN THƯƠNG

3.1. Đối với trường hợp gãy xương

- ♥ Khi trẻ bị gãy xương, hãy **GỌI CẤP CỨU** nếu xương xuyên qua da hay nghi ngờ đầu, cổ hay lưng của đứa trẻ bị thương
- ♥ Có thể **SƠ CỨU** bằng cách cho trẻ nằm xuống, đặt lên vùng bị thương một miếng gạc hay một miếng vải sạch. Không nắn xương trở lại vị trí và không nên rửa vùng bị thương
- ♥ Nếu không nhìn thấy xương bị gãy, **đừng di chuyển trẻ**. Tìm chỗ xương gãy bằng cách cắt đi những vùng quần áo xung quanh chỗ bị thương. Dùng một thanh nẹp để ổn định vùng bị thương

3.2. Đối với vết thương phần mềm

- ♥ Nhanh chóng rửa **sạch, sát trùng và cầm máu** vết thương, rồi đưa trẻ tới cơ sở y tế gần nhất
- ♥ Nếu vết thương có dị vật (que tre, củi, thanh sắt, dao...) **tuyệt đối không được rút dị vật ra**
- ♥ Nếu dị vật quá dài gây khó khăn khi di chuyển trẻ, cần dùng phương tiện **cắt ngắn bớt dị vật** rồi di chuyển ngay trẻ tới cơ sở y tế gần nhất



3. SƠ CẤP CỨU KHI TRẺ BỊ CHẤN THƯƠNG (tiếp)

3.3. Những việc không nên làm

- ⚠ **Garô tay, chân phía trên vết thương bằng dây chun** các loại với mục đích cầm máu (ngoại trừ trường hợp một phần tay, chân đã đứt rời)
- ⚠ **Xối rửa, kỳ cọ hay dùng dụng cụ để cố lấy dị vật ra khỏi vết thương** vì sẽ gây tổn thương thêm phần mềm xung quanh
- ⚠ **Dùng các mẹo dân gian** không hợp vệ sinh: đắp lá nhai nát, đắp bùn đất,...



IV. PHÒNG TRÁNH VÙI LẤP TRONG THIÊN TAI

CHA MẸ CẦN LÀM GÌ

- 💡 **Luôn theo dõi thông tin cảnh báo** trên loa, đài, internet để nắm bắt tình hình khi có mưa lũ
- 💡 **Tìm hiểu khu vực nhà mình** đã từng xảy ra sạt lở đất bao giờ chưa?
- 💡 **Phân công nhiệm vụ** cho các thành viên trong gia đình, trao đổi các hướng thoát hiểm an toàn nhất nếu có sạt lở xảy ra
- 💡 **Quan sát, để ý các dấu hiệu của sạt lở đất:** Cây cối nghiêng, vết nứt tường, lún đất, nước sông đục ngầu
- 💡 **Lắng nghe các âm thanh lạ** do đất đá chuyển động, tiếng cây đổ, đất rung chuyển

THÔNG BÁO KHẨN !



HỖ TRỢ TÂM LÝ CHO TRẺ EM TRONG THIÊN TAI



I. NHỮNG CẢM XÚC VÀ PHẢN ỨNG TRẺ EM CÓ THỂ TRẢI QUA TRONG THIÊN TAI

Trước những đảo lộn trong cuộc sống và sinh hoạt hằng ngày hoặc mất mát của người thân hoặc của cái của gia đình do ảnh hưởng của thiên tai, trẻ có thể có những biểu hiện sau đây:



- ▲ Trẻ nhỏ có thể xuất hiện nhiều hơn các triệu chứng như **tè dầm, ác mộng, dễ khóc, bám lấy cha mẹ...**
- ▲ **Sợ hãi, buồn bã, lo lắng, căng thẳng, suy nghĩ tiêu cực, dễ bị kích động**
- ▲ **Dễ khóc**

- ▲ Có các hành xử **tiêu cực, hung hăng**
- ▲ **Khó ngủ, chán ăn hoặc ăn quá nhiều**
- ▲ **Giảm hứng thú với các hoạt động thường ngày, hoặc trở nên quá tập trung vào việc gì đó**



I. NHỮNG CẢM XÚC VÀ PHẢN ỨNG TRẺ EM CÓ THỂ TRẢI QUA TRONG THIÊN TAI (tiếp)



- ⚠ Trẻ có thể **thu mình**, ít nói, ít tham gia vào các cuộc nói chuyện và chia sẻ
- ⚠ Các em gái ở **tuổi dậy thì** có thể bị **mất kinh nguyệt tạm thời**

- 💡 Các phản ứng của trẻ **hoàn toàn bình thường**. Cha mẹ, người chăm sóc trẻ cần **giải thích** điều này cho trẻ hiểu và **giúp đỡ** trẻ
- 💡 Trong giai đoạn này trẻ cần được **tôn trọng lắng nghe, quan tâm** và nhận được tình **yêu thương** của cha mẹ



II. CHA MẸ CẦN LÀM GÌ ĐỂ HỖ TRỢ TÂM LÝ CHO TRẺ EM TRONG THIÊN TAI

1. ĐỐI VỚI TRẺ NHỎ

- 💡 Giữ cho trẻ luôn cảm thấy **an toàn, thoải mái và ấm áp**
- 💡 Giữ cho trẻ tránh xa các tiếng động to và sự hỗn loạn
- 💡 Thường xuyên **ôm và âu yếm** trẻ
- 💡 Cho trẻ **ăn và ngủ** theo khung giờ mỗi ngày nếu có thể
- 💡 Luôn **nhẹ nhàng** và giữ **bình tĩnh** với trẻ



II. CHA MẸ CẦN LÀM GÌ ĐỂ HỖ TRỢ TÂM LÝ CHO TRẺ EM TRONG THIÊN TAI (tiếp)

2. ĐỐI VỚI TRẺ TUỔI MẦM NON

- 💡 Dành cho trẻ thêm **thời gian** và **sự chú ý**
- 💡 Nói với trẻ **thường xuyên** rằng con đang **an toàn**
- 💡 Giải thích với trẻ rằng con **không có lỗi** vì những gì **đã xảy ra**
- 💡 Tránh việc tách trẻ khỏi những **người chăm sóc**, anh chị em hay những **người thân yêu** của trẻ
- 💡 Cố gắng **duy trì** các hoạt động thường ngày
- 💡 Đưa ra những câu trả lời đơn giản về những gì đã diễn ra mà không nhắc tới những **chi tiết đáng sợ**
- 💡 Để trẻ **ở bên cạnh** nếu con cảm thấy **sợ hãi** hay muốn ở gần người lớn
- 💡 **Kiên nhẫn** với những trẻ bắt đầu có những hành vi **ấu thơ như ngậm ngon tay hay tè dầm**
- 💡 Hãy cho trẻ cơ hội để **chơi và thư giãn** nếu có thể



II. CHA MẸ CẦN LÀM GÌ ĐỂ HỖ TRỢ TÂM LÝ CHO TRẺ EM TRONG THIÊN TAI (tiếp)

3. VỚI TRẺ LỚN HƠN VÀ VỊ THÀNH NIÊN

- 💡 Dành cho con **thời gian** và **sự chú ý** của bạn
- 💡 Giúp con **duy trì** các hoạt động thường ngày
- 💡 Cung cấp **thông tin chính xác** bằng một cách **đơn giản và dễ hiểu** về những gì **đã diễn ra và đang xảy ra**
- 💡 Hãy **chấp nhận** việc con cảm thấy buồn và **đừng bắt con** phải thể hiện sự cứng rắn
- 💡 Hãy **trò chuyện, lắng nghe** con mà **không phán xét** những suy nghĩ và cảm xúc của con
- 💡 Trao đổi với con về **những quy tắc** và chia sẻ **những mong đợi**
- 💡 Hỏi con về **những nguy hiểm** con đã phải đối mặt, và trao đổi với con bằng những cách để con **tránh cảm thấy bị tổn thương**
- 💡 **Động viên và tạo cơ hội** để con thấy mình có ích và có thể giúp được người khác





BỘ LAO ĐỘNG - THƯƠNG BINH
VÀ XÃ HỘI

unicef 

Australian
Aid 



Trái tim Xanh 