

TÌM HIỂU VÀ TRỢ GIÚP TÂM LÝ ĐỐI VỚI NHỮNG TRẺ EM BỊ LẠM DỤNG TÌNH DỤC Ở MỸ

Mai Thị Việt Thắng

Viện Tâm lý học.

I. Trẻ em bị lạm dụng tình dục ở Mỹ: những vấn đề liên quan

1. Thế nào là lạm dụng tình dục trẻ em ?

Ở Mỹ, tùy theo luật pháp của từng bang mà người ta hiểu khái niệm lạm dụng tình dục và lạm dụng tình dục ở trẻ em. Tại tiểu bang Louisiana, trong điều 603 Luật Trẻ em, lạm dụng tình dục được hiểu là tất cả những hành vi gây ảnh hưởng nghiêm trọng đến thể xác, tinh thần, và sự an toàn của trẻ, như dùng sức mạnh, sự đe dọa để bắt ép có quan hệ không phù hợp về mặt tình dục với trẻ (Christensen, 2005). Corsini cho rằng lạm dụng tình dục trẻ em là tất cả những hành vi tình dục không phù hợp đối với lứa trẻ. Việc quy định thế nào là phù hợp tùy thuộc vào điều kiện xem xét cụ thể (Corsini, 1999). Chẳng hạn, người ta xem xét khi một người cha, hoặc người mẹ thường xuyên sờ vào chỗ kín của con, gây cho đứa trẻ cảm giác khó chịu, hoặc sau đó bị phụ thuộc vào hành động đó của người cha, người mẹ. Hay việc một người thân khác trong gia đình thường cho trẻ xem những băng đĩa có nội dung liên quan đến hoạt động tình dục của người lớn, cũng có thể được coi như là hành vi lạm dụng và xâm hại tình dục đối với trẻ em. Tất nhiên, mức độ nghiêm trọng nhất của sự lạm dụng tình dục trẻ em là việc bắt ép trẻ quan hệ trực tiếp hay đe dọa trẻ quan hệ. Tùy theo mức độ nặng nhẹ của hành vi lạm dụng tình dục để pháp luật có thể kết tội những kẻ lạm dụng và xâm hại tình dục, và cũng dựa trên mức độ bị lạm dụng của trẻ mà các nhà trị liệu có thể xây dựng một kế hoạch chữa trị cụ thể.

Nhìn một cách tổng quát, con số trẻ em bị lạm dụng tình dục ở Mỹ tăng liên tục hàng năm. Chẳng hạn, năm 1986 số trẻ em bị lạm dụng chỉ mới là 1,4 triệu, nhưng năm 1993 đã tăng lên gấp đôi: 2,8 triệu, trong đó số trẻ em bị lạm dụng tình dục và ngược đãi ở mức độ nghiêm trọng tăng lên gấp 4 lần (từ 143.000 đến 570.000 em). Người ta còn ước đoán rằng có tới 6 triệu người hiện đang sống ở Mỹ đã từng là nạn nhân của việc lạm dụng và xâm hại tình dục ở

các mức độ nặng nhẹ khác nhau. Trong đó rất nhiều người đã được đưa đến chữa trị tại các cơ sở tư vấn và trị liệu tâm lý ngay từ rất sớm và có cuộc sống bình thường. Tuy nhiên, cũng có một phần lớn trong số này đã không được phát hiện và chữa trị kịp thời cho đến khi họ có những vấn đề tâm lý khác nhau như trầm cảm, có vấn đề trong mối quan hệ liên nhân cách, vi phạm pháp luật... thì mới được phát hiện đã từng bị lạm dụng tình dục từ khi còn nhỏ tuổi.

2. Những dấu hiệu nhận biết trẻ em bị lạm dụng tình dục và những tổn thương của trẻ khi bị lạm dụng tình dục

Rất ít đứa trẻ bị lạm dụng tình dục có thể tự gọi thành tên những hành vi hoặc những gì đã từng xảy ra với mình. Đặc biệt, trong những điều kiện sống bình thường, không có gì xáo trộn lớn, đứa trẻ không biết thổ lộ với người lớn về những gì đã xảy ra. Chỉ khi việc lạm dụng tình dục của trẻ quá nghiêm trọng, gây ra những đau đớn hay tổn thương trên cơ thể, thì cha mẹ và những người chăm sóc mới nhận ra. Tuy nhiên, dưới góc độ trị liệu và tư vấn tâm lý cho trẻ em khi bị lạm dụng, người ta đã khái quát lại những dấu hiệu để nhận biết liệu đứa trẻ có bị lạm dụng tình dục hay không. Trẻ thường có những biểu hiện rất rõ ràng thông qua hành vi cụ thể và qua giấc mơ.

Christensen (2005) nhận thấy, hầu hết các trẻ em bị lạm dụng tình dục thường có biểu hiện của sự căng thẳng và rối loạn sau tổn thương (PTSD - post traumatic stress disorder) như quá lo hãi hoặc trở nên buồn bực bất thường và hung hăng, tăng háo động, giảm tập trung hoặc bị trầm cảm và có hành vi thoái lui. Một đặc điểm dễ nhận thấy là khi bị lạm dụng tình dục, trẻ thường có những hành vi thể hiện tình cảm một cách bất thường, ví dụ như ôm rất chặt người khác (kể cả những người lạ), hôn lên môi người khác (thay bằng việc hôn vào má bình thường) hoặc có những hành vi vượt quá tuổi của mình, như đứa trẻ mới 2 tuổi đã thích nhìn ngắm phần kín hay sờ vào phần kín của những bạn khác giới...

Hành vi tự tách mình ra, ngồi chơi một mình trong nhóm bạn hoặc giữa đám đông người của trẻ cũng là một trong những dấu hiệu cho thấy khả năng trẻ bị lạm dụng tình dục. Kết hợp với hành vi tự tách mình ra trong các mối quan hệ là việc trẻ rất thiếu các kỹ năng giao tiếp xã hội, không nhận biết về giới hạn của mình và người khác. Ví dụ, trẻ có thể lấy vật dụng của người khác mà không hỏi ý kiến, hoặc thể hiện sự tranh dành rất gay gắt với người khác khi tham gia vào các trò chơi (Gil, 1991).

Giấc mơ của trẻ cũng là một dấu hiệu cho chúng ta thấy trẻ có bị lạm dụng tình dục hay không. Faulker (2005) nhận thấy những đứa trẻ bị lạm dụng tình dục thường hay bật khóc thành tiếng trong giấc mơ (điều này giống với những đứa trẻ bị lo hãi hay bị đánh đập). Tuy nhiên, khi hỏi trẻ về giấc mơ, trẻ em bị lạm dụng tình dục thường nhắc nhiều đến những quái vật, những nhân

vật trong truyện tranh có sức mạnh hay ức hiếp người khác, hoặc là những nhân vật thể hiện rõ tính xâm kích (aggressive). Cõi giấc mơ của trẻ như là một biểu hiện của việc bị lạm dụng, nhiều nhà tư vấn tại bang Louisiana đã tổng hợp một bảng liệt kê những nhân vật quái vật, hay nhân vật có sức mạnh mà những trẻ em bị lạm dụng tình dục hay gặp trong giấc mơ và đã kể lại trong quá trình trị liệu.

Rất nhiều nghiên cứu đã được tiến hành dưới góc độ tâm lý, tư vấn, giáo dục nhằm làm rõ những tác hại của trẻ khi bị xâm hại và lạm dụng tình dục từ khi còn nhỏ tuổi. Những tổn thương của trẻ khi bị lạm dụng được thể hiện qua xúc cảm, tình cảm; nhận thức và hành vi.

Về xúc cảm, tình cảm: Có thể dùng những từ ngữ sau để miêu tả về xúc cảm, tình cảm của những đứa trẻ bị lạm dụng tình dục: *lẫn lộn và bất thường*. Trẻ có thể bất chợt vui buồn mà không thể đoán trước, luôn luôn trong trạng thái căng thẳng và đề phòng. Có lúc trẻ thể hiện rất bình thường, nhưng có lúc trở nên hung hãn rồi co mình lại. Theo tôi, những xúc cảm lẫn lộn và bất thường của trẻ giống như các dấu hiệu của bệnh rối loạn hưng trầm cảm của người lớn (bipolar). Rõ ràng, chúng ta có thể lấy mô hình phân loại bệnh theo DSM-IV (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder - VI, APS) để chẩn đoán và áp dụng cho trẻ em. Khi nắm rõ triệu chứng của rối loạn hưng trầm cảm của người lớn có thể giúp chúng ta nhận biết được những dấu hiệu và tổn thương về xúc cảm của những trẻ em bị lạm dụng tình dục.

Về nhận thức: Đứa trẻ tự đổ lỗi cho bản thân mình về mọi điều xảy ra xung quanh. Đứa trẻ tự coi mình là đồ bỏ đi, bản thủ, vô giá trị. Không chỉ nhìn nhận sai lệch về bản thân, những trẻ bị lạm dụng tình dục thường nhìn nhận thế giới với đầy rẫy những điều khủng khiếp, những khó khăn không thể nào giải quyết được. Trẻ còn cho rằng mình chính là nguyên nhân của mọi vấn đề xấu xa, tội lỗi xảy ra đối với bản thân và xảy ra đối với cuộc sống. Nếu không được chữa trị sớm, những suy nghĩ thiếu lôgic và tự đổ lỗi cho bản thân sẽ kéo dài trong suốt cuộc đời của trẻ. Và nếu càng để lâu thì khả năng chữa trị thành công là rất ít. Khi được làm việc với một đối tượng bị lạm dụng tình dục khi mới 2 tuổi (hiện nay trên 40 tuổi), trong 1 giờ đồng hồ tôi đã nghe đối tượng dùng 20 câu có ý tự đổ lỗi cho bản thân. Ví dụ, "tôi là đồ bỏ đi, tôi là đồ đáng ghét, tôi thật là béo và xấu xí, tôi là gánh nặng của gia đình và xã hội...".

Đặc biệt, những trẻ em bị lạm dụng tình dục thường hay suy nghĩ về hậu quả của việc mình tiết lộ danh tính người đã làm hại mình và lo hãi rằng những điều không hay sẽ xảy ra với người đó và xảy ra cả đối với mình. Chính điều này đã làm cho nhiều đứa trẻ cố tình che giấu những việc đã xảy ra. Giải thích điều này chúng ta có thể thấy rằng một phần do trẻ sợ vì bị đe dọa, nhưng một

phần trẻ đã tự coi mình là người xấu và luôn lo lắng về hậu quả việc người lạm dụng hoặc người ngược đãi mình bị bắt.

Một đặc điểm nổi bật của những trẻ bị lạm dụng tình dục là thiếu khả năng nhận biết về các giới hạn, các quy định xã hội. Ví dụ, một số người bị lạm dụng tình dục ngay từ khi còn nhỏ nhưng không được chữa trị kịp thời có khả năng giữ đúng các lịch hẹn làm việc, hay những người này thường ít khi hỏi ý kiến người khác khi muốn dùng đồ của họ, những người này cũng thường đặc biệt quan tâm đến chuyện rất riêng tư của người khác.

Về hành vi: Tổn thương của trẻ bị lạm dụng tình dục từ khi còn nhỏ về mặt hành vi là rất lớn, có thể coi là kết quả của sự kết hợp của sự tổn thương về nhận thức, xúc cảm. Như đã phân tích ở trên, khi đứa trẻ bị lạm dụng tình dục, chúng thường thể hiện ra các hành vi cụ thể, những hành vi không phù hợp này kéo dài liên tục có ảnh hưởng rất lớn đến cuộc sống của trẻ sau này cũng như mô hình hành vi của trẻ. Ví dụ, khi nhỏ, những hành vi thể hiện xúc cảm không được thể hiện một cách đúng mực, khi trẻ lớn lên một chút những hành vi biểu hiện xúc cảm, tình cảm này thường được thể hiện một cách hết sức lệch lạc. Trong đó nổi bật là những hành vi khoe cơ thể hoặc phân kín của mình trước mặt người khác, có nhiều bạn tình, quan hệ tình dục không an toàn. Có nhiều trẻ em sau khi lớn lên gặp rất nhiều khó khăn trong việc định hướng giới tính của mình, họ có thể quan hệ với cả nam giới, nữ giới. Rất nhiều bé gái bị lạm dụng tình dục lớn lên đã trở thành những gái mại dâm hay có nhiều hành vi chống đối xã hội. Theo con số thống kê tại Mỹ, có đến 95% những người làm nghề mại dâm ở tuổi vị thành niên đã từng bị lạm dụng tình dục, có hơn 30% những người phụ nữ hiện nay đang trong các nhà tù liên bang Mỹ cũng đã bị lạm dụng tình dục từ khi còn rất nhỏ.

3. Sự trợ giúp tâm lý, tư vấn cho những trẻ em bị lạm dụng tình dục tại một cơ sở tư vấn ở thành phố New Orleans, Mỹ

Do được quy định rõ ràng trong luật pháp, khi nhận thấy trẻ bị lạm dụng tình dục hoặc nghi ngờ bị lạm dụng tình dục, ngay tức khắc cha mẹ, ông bà, hoặc những người trực tiếp chăm sóc trẻ sẽ gọi điện thông báo cho tổ chức điều tra những vấn đề liên quan đến lạm dụng tình dục trẻ em. Một bước không thể thiếu là những trẻ em bị lạm dụng tình dục hoặc nghi ngờ bị lạm dụng tình dục sẽ được đưa ngay đến các trung tâm tư vấn tâm lý để trị liệu. Và tất nhiên, mọi chi phí trong quá trình trị liệu này được chính phủ hỗ trợ hoàn toàn. Ví dụ, trẻ có thể được đưa đến Family Services for Greater New Orleans, VOA (Volunteer of American), United Ways... Tuy nhiên, cũng có nhiều bậc cha mẹ không muốn mang con đến các trung tâm tư vấn công cộng mà tìm đến những nhà trị liệu độc lập và họ sẽ tự chi trả chi phí. Dù được chữa trị ở đâu thì những nhà trị liệu, tư vấn luôn tìm những biện pháp tốt nhất để khai thác, tìm hiểu

những khó khăn, những tổn thương mà trẻ gặp phải, dần dần đưa ra các biện pháp cụ thể. Christensen - người có nhiều năm kinh nghiệm làm việc với trẻ em bị lạm dụng tình dục tại Trường đại học tổng hợp New Orleans, đồng thời cũng là người đề ra những biện pháp ngăn chặn và can thiệp sự lạm dụng tình dục trẻ em trên toàn tiểu bang Louisiana, Mỹ - cho rằng: sử dụng liệu pháp trò chơi (play therapy) là rất phù hợp với những trẻ em bị lạm dụng tình dục, đặc biệt là những trẻ em dưới 10 tuổi. Qua kinh nghiệm làm việc với trẻ em bị lạm dụng tình dục nói riêng và đối tượng trẻ em cần trị liệu tâm lý nói chung, các nhà tư vấn, trị liệu nhận thấy áp dụng liệu pháp trò chơi rất phù hợp bởi hai lý do sau:

1. Sự hạn chế về ngôn ngữ của trẻ, trẻ chưa thể sử dụng lời nói để diễn đạt hết những suy nghĩ, những xúc cảm của mình.

2. Khi trẻ bị lạm dụng tình dục, đó là một sự tổn thương mà trẻ không muốn nhắc đến, chỉ khi tham gia trò chơi thì trẻ mới tự bộc lộ, tự nói ra.

Thông qua hình thức trò chơi, trẻ có thể kể rõ phân nào những điều đã xảy ra với mình, những suy nghĩ, những cảm xúc hiện nay của mình. Trong 3 tuyển tập liệu pháp trò chơi hiện nay đang được những nhà tâm lý, trị liệu và tư vấn ở Mỹ sử dụng, tôi nhận thấy có một số trò chơi rất dễ áp dụng với trẻ bị lạm dụng tình dục. Ví dụ, trò chơi bong bóng (cho trẻ thổi bong bóng, sau đó thả những quả bóng ra cho chúng va chạm tự do vào nhau, sau đó hỏi trẻ về những va chạm của bóng). Bên cạnh đó những liệu pháp khác như trò chơi vẽ tranh về bản thân và gia đình, trò chơi đóng vai các nhân vật khác nhau trong câu chuyện cổ tích hoặc một câu chuyện do trẻ tự tưởng tượng ra, trò chơi làm quan tòa để xét hỏi tội lỗi, trò chơi với hộp cát... cũng rất phù hợp trong việc tìm hiểu và trợ giúp trẻ em bị lạm dụng tình dục. Tuy nhiên, khi áp dụng những trò chơi này với trẻ em bị lạm dụng tình dục, đòi hỏi nhà tư vấn/ trị liệu phải kiên trì và áp dụng nhiều kỹ năng như đặt câu hỏi mở, phản hồi lại các xúc cảm (feeling reflection), làm rõ nghĩa của từ (word meaning clarify), gọi tiếp các hướng của câu chuyện (khi trẻ tham gia vào trò chơi tự kể chuyện). Đặc biệt, do khả năng ngôn ngữ của trẻ còn hạn chế, cũng như những tổn thương về tâm lý của trẻ khi bị lạm dụng là rất lớn, nhà tư vấn/ trị liệu cần tránh những từ gây nên phản ứng tiêu cực hoặc ngăn cản quá trình tự bộc lộ của trẻ. Ví dụ, khi đưa trẻ đóng vai quan tòa xét hỏi một người nào đó, trẻ luôn gán cho các nhân vật một khái niệm hết sức chung chung, như: người tốt, người xấu. Vì vậy, nhà tư vấn/trị liệu không nên đặt ra những câu hỏi đóng như "ai là người tốt?", "ai là người xấu?" hay "ai đã làm tổn thương cháu?". Trí tưởng tượng của trẻ nhỏ cũng rất đa dạng và thường sống với những câu chuyện cổ tích, điều này đòi hỏi nhà trị liệu cũng cần phải nắm được những nhân vật cổ tích, hay truyện tranh mà trẻ yêu thích, cũng như những ý nghĩa được gắn liền với những nhân vật đó.

Ngoài trị liệu cá nhân với trẻ qua hình thức trò chơi, những trẻ bị lạm dụng tình dục có thể được chữa trị bằng liệu pháp nhóm hay liệu pháp gia đình. Liệu pháp nhóm có thể được áp dụng với những trẻ lớn tuổi để giúp trẻ chia sẻ và tìm sự ủng hộ tinh thần của những người có cùng cảnh ngộ. Theo Damon (1987) liệu pháp nhóm có thể giúp trẻ bày tỏ xúc cảm của mình một cách đúng mực, nhận biết những mặt mạnh, ưu điểm của mình, và phát triển các kỹ năng giao tiếp liên nhân cách và giải quyết các mâu thuẫn trong nhóm. Nhưng khi sử dụng liệu pháp nhóm, đòi hỏi nhà tư vấn, trị liệu phải thiết lập một quy tắc hoạt động cho nhóm hết sức rõ ràng, trong đó đề cao tính bí mật, tôn trọng lẫn nhau giữa các thành viên, và nhất là khả năng giải quyết các vấn đề xúc cảm nảy sinh trong quá trình trị liệu nhóm. Ví dụ, khi một bé gái bị lạm dụng tình dục nghe các bạn chia sẻ về những kinh nghiệm của mình, bé gái đó bỗng nhiên chạy vụt ra khỏi phòng trị liệu, vì những điều bé gái vừa nghe gợi lại những điều đau buồn mà bản thân đã trải qua và cố gắng muốn giấu kín.

Liệu pháp gia đình cũng được nhiều nhà tư vấn/trị liệu áp dụng với trẻ em bị lạm dụng tình dục. Ưu điểm của liệu pháp này là giúp tìm hiểu về toàn cảnh gia đình trẻ, các hình thức tương tác trong gia đình, những mặt tốt cũng như chưa tốt trong chăm sóc và giáo dục trẻ. Đặc biệt, các nhà tư vấn/trị liệu đánh giá cao sự tham gia và vai trò trợ giúp của các bậc cha mẹ trong việc giúp đỡ trẻ. Ví dụ, khi biết con mình bị lạm dụng tình dục, cha mẹ có thể tham gia vào việc trợ giúp con cái ngay từ gia đình như: không dùng những từ ngữ có thể làm tổn thương đến lòng tự trọng của trẻ, như "kém cỏi", "bỏ đi", "đốt nát", "bẩn thỉu"...; sự kiên trì của cha mẹ trước các hành vi thoái lui hay lo hãi của trẻ sẽ giúp trẻ dần dần lấy lại sự tự tin và tìm được sự chia sẻ, an toàn từ phía cha mẹ. Cha mẹ cũng có thể giúp con cái tự khẳng định bản thân, biết bày tỏ xúc cảm tình cảm của mình trong nhiều tình huống. Đối với nhiều cha mẹ, khi con cái họ bị lạm dụng tình dục thì họ thường có thái độ căm thù đối với những kẻ làm hại con mình, nhưng họ cũng thường tự đổ lỗi rất nhiều cho bản thân sau những gì đã xảy ra với con mình. Chính vì thế liệu pháp gia đình có thể coi là một liệu pháp mang lại lợi ích cho cả hai phía, con cái và cha mẹ.

Còn nữa.

Tài liệu tham khảo

1. Christensen, T.M. (2003). *Bubbles and Boundaries*. In Kaduson, H.G & Schaefer, C.E. (2003) 101 Favorite play therapy techniques Volume III, Jason Aronson Inc. Northvale, NJ.
2. Christensen, T.M. (2005). *Play and Therapeutic interventions with children and adolescents affected by abuse, crisis, death, and divorce*. Lectured in the Adolescent and Children Counseling class, Department of Education Leadership, Counseling, and Foundation, UNO.

3. Corsini, R.J. (1999). *The dictionary of Psychology*. Brann - Brumfield, Ann Arbor, MI.
4. Damon, L., Todd, J. and Macfarlane, K. (1987). *Treatments issues with sexually abused young Children*. Children welfare/Volume L XVI, number 3/March - April 1987.
5. *Increase in Child abuse and Neglect*. Retrieved 15 March, 2005 from <http://www.prevent-abuse-now.com/stats.htm>.
6. Gil, E. (1991). *The healing power of play: working with abused children*. New York: Guilford Press.
7. Faulkner, N. (2005). *I am not a victim*. Retrieved 9 March, 2005 from <http://www.prevent-abuse-now.com/stats.htm>.
8. Faulkner, N. (2005). *Adult - Child sex: abuse or misuse*. Retrieved 9 March, 2005 from <http://www.prevent-abuse-now.com/stats.htm>.
9. Faulkner, N. (2005). *Is your child being sexually assaulted?*. Retrieved 9 March, 2005 from <http://www.prevent-abuse-now.com/stats.htm>.