# PHỐI HỢP VỚI TRẠM Y TẾ XÃ TUYÊN TRUYỀN VỀ SỨC KHỎE SINH SẢN VỊ THÀNH NIÊN, LỢI ÍCH CỦA VIỆC TƯ VẤN KHÁM SỨC KHỎE TIỀN HÔN NHÂN

  Chăm sóc sức khỏe vị thành niên là một vấn đề xã hội rất quan tâm, nếu không được cung cấp kiến thức đầy đủ sẽ dễ dẫn đến nhiều nguy cơ ảnh hưởng đến đạo đức lối sống, việc học hành, có khả năng ảnh hưởng đến cả tương lai sự nghiệp của các em, đến chất lượng dân số của toàn xã hội.  
      Chính bởi vậy , Hôm nay ngày 9/11/2023 nhà trường phối hợp với trạm y tế xã Huổi Lèng tổ chức tuyên truyền về sức khỏe sinh sản vị thành niên, lợi ích của việc tư vấn khám cức khỏe tiền hôn nhân nhằm tạo cho các em những hiểu biết cơ bản chăm sóc sức khỏe sinh sản vị thành niên, phòng chống tội phạm vị thành niên nhằm trang bị cho các em những kiến thức cơ bản cần thiết.



   *Bác: Thào A Sinh-Trạm trưởng trạm y tế xã Huổi Lèng*

*tuyên truyền về sức khỏe sinh sản vị thành niên*

*tới CBGVNV và học sinh Trường PTDTBTTHCS Huổi Lèng*

##### NGUYÊN NHÂN TẢO HÔN VÀ HÔN NHÂN CẬN HUYẾT THỐNG

**1. Tảo hôn là gì:**

Tảo hôn là việc lấy vợ, lấy chồng khi một bên hoặc cả hai bên chưa đủ tuổi kết hôn theo quy định tại điểm a khoản 1 Điều 8 của Luật này (căn cứ khoản 8 Điều 3 Luật Hôn nhân và Gia đình).

Có thể thấy, tảo hôn là việc cả hai người nam và nữ hoặc chỉ người nam hoặc chỉ người nữ chưa đủ tuổi kết hôn nhưng đã lấy vợ, lấy chồng. Trong đó, luật không có khái niệm lấy vợ, lấy chồng nhưng có thể hiểu là tổ chức đám cưới.

Bởi theo điểm b khoản 2 Điều 5 Luật này, đây là một trong các hành vi bị cấm. Do đó, thông thường, việc lấy vợ, lấy chồng của nam nữ chưa đủ tuổi kết hôn sẽ không được thực hiện tại cơ quan có thẩm quyền về đăng ký kết hôn.

Có thể nhìn rõ hậu quả trước mắt của hành vi tảo hôn là những đứa trẻ chưa đủ tuổi nhưng kết hôn sớm, ảnh hưởng đến tâm sinh lý, sức khoẻ sinh sản của nam, nữ đặc biệt là các bé gái.

Ngoài ra, do chưa đủ tuổi, chưa trưởng thành, cơ thể chưa phát triển toàn diện nên việc mang thai, sinh con, nuôi con sớm sẽ ảnh hưởng đến quá trình phát triển của chính cha, mẹ và con.

Như vậy, có thể hiểu, tảo hôn là việc nam nữ đăng ký kết hôn khi chưa đủ tuổi theo quy định, là một trong các trường hợp bị cấm kết hôn theo luật hiện hành.

**2. Cận huyết thống là gì:**

Chúng ta hiểu hôn nhân cận huyết thống chính là việc nam và nữ thực hiện hôn nhân nội tộc, hôn nhân cận huyết thống là thuật ngữ được dùng để chỉ những cặp hôn nhân trong cùng họ hàng gần gũi với nhau, hay nói một cách khác thì chúng ta hiểu hôn nhân cận huyết thống thực chất là hôn nhân giữa những người có cùng dòng máu trực hệ.

Theo quy định tại Khoản 17 điều 3 [Luật hôn nhân gia đình 2014](https://luatduonggia.vn/luat-hon-nhan-va-gia-dinh-so-52-2014-qh13-ngay-19-thang-6-nam-2014/) có nội dung cụ thể như sau: “Những người cùng dòng máu về trực hệ là những người có quan hệ huyết thống, trong đó, người này sinh ra người kia kế tiếp nhau.”

Bên cạnh đó thì tại Khoản 18 điều 3 Luật hôn nhân gia đình 2014 quy định nội dung cụ thể như sau: “Những người có họ trong phạm vi ba đời là những người cùng một gốc sinh ra gồm cha mẹ là đời thứ nhất; anh, chị, em cùng cha mẹ, cùng cha khác mẹ, cùng mẹ khác cha là đời thứ hai; anh, chị, em con chú, con bác, con cô, con cậu, con dì là đời thứ ba.”

Như vậy, ta nhận thấy rằng, theo quy định của pháp luật hôn nhân gia đình về [các trường hợp cấm kết hôn](https://luatduonggia.vn/nhung-truong-hop-bi-cam-ket-hon-theo-quy-dinh-moi-nhat/) thì chúng ta cũng có thể hiểu hôn nhân cận huyết thống là việc nam và nữ thực hiện kết hôn hoặc giữa nam và nữ có sự chung sống giống như vợ chồng và giữa những người này thì sẽ có cùng dòng máu về trực hệ. Pháp luật quy định cụ thể hôn nhân cận huyết thống là giữa những người có họ trong phạm vi ba đời; giữa cha, mẹ nuôi với con nuôi; giữa người đã từng là cha, mẹ nuôi với con nuôi, cha chồng với con dâu, mẹ vợ với con rể, cha dượng với con riêng của vợ, mẹ kế với con riêng của chồng.

**3. Nguyên nhân của tảo hôn**

**3.1. Nhận diện các nguyên nhân dẫn đến tảo hôn:**

**Một là, những vấn đề về sinh kế**

Khoảng 72,3% người DTTS từ 15 tuổi trở lên có việc làm trong lĩnh vực nông nghiệp, lâm nghiệp và thủy sản, đồng nghĩa địa bàn cư trú của họ chủ yếu là ở nông thôn.

Dường như có mối tương quan nhất định giữa tỷ lệ tảo hôn với tỷ lệ lao động từ 15 tuổi trở lên làm nông, lâm nghiệp cao ở một số DTTS. Ví dụ: dân tộc Mông, có tới tới 95% tỷ lệ lao động từ 15 tuổi trở lên làm nông, lâm nghiệp; tỷ lệ này đối dân tộc Khơ Mú 91,7%, dân tộc kháng 89%...

Đặc điểm chung trong sản xuất nông, lâm nghiệp ở vùng DTTS và miền núi là phụ thuộc vào tự nhiên, trong khi vùng này chịu nhiều ảnh hưởng của thiên tai như: lũ ống, lũ quét, sạt lở đất, mưa đá vào mùa hè; rét đậm, rét hại, băng giá vào mùa đông… cộng với biến đổi khí hậu diễn biến phức tạp, khó lường khiến sản xuất nông, lâm nghiệp phần lớn phụ thuộc vào “ông trời”.

Chỉ có nguồn thu nhập chủ yếu từ sản xuất nông, lâm nghiệp, lại bấp bênh nên nhu cầu lao động trong gia đình người DTTS thường rất lớn. Do vậy, thanh, thiếu niên sớm tham gia làm việc cùng cha mẹ để đảm bảo cuộc sống cũng là điều cần thiết và bình thường. Vấn đề trở nên tiêu cực khi cha mẹ thúc đẩy việc tảo hôn cho con với suy nghĩ có thêm nhân lực tham gia hỗ trợ, gánh vác việc nhà cho người lớn, hoặc tham gia các hoạt động kinh tế cho nhà chồng để đảm bảo sinh kế.

Sau khi tảo hôn, khoảng thời gian lao động của thanh, thiếu niên có thể lên tới 10 - 12 giờ đồng hồ/ngày khi các em vừa phải lao động sản xuất, vừa phải chăm lo cho bản thân, chồng, vợ, con, người già, người khuyết tật… trong gia đình. Lao động kéo dài nhiều giờ trong ngày khiến các em không còn thời gian học tập, vui chơi, giải trí, phát triển thể chất, tinh thần, mà đáng lẽ ra như trong điều kiện bình thường các em đáng được hưởng.

Chịu tác động của hoàn cảnh tự nhiên, gia đình, một số trường hợp bỏ học lấy vợ, lấy chồng do có suy nghĩ học tiếp cũng không xin được việc làm, kết hôn là “phương án tốt nhất” để được đảm bảo về mặt tài chính, nhất là với trẻ em gái.

**Hai là, những vấn đề về gia đình và xã hội**

Ngày nay, tuy không còn phổ biến tình trạng “cha mẹ đặt đâu con ngồi đó” nhưng tiếng nói của phụ huynh vẫn có ảnh hưởng lớn đến hôn nhân của con cái. Một nghiên cứu do Viện Nghiên cứu Xã hội, Kinh tế và Môi trường thực hiện năm 2017 với chủ đề “Kết hôn trẻ em tại một số cộng đồng DTTS ở Việt Nam: Phân tích trên góc độ nhân chủng học” cho thấy, trẻ em gái sợ mình phải sống cô đơn và ít cơ hội kết hôn khi tuổi đời tăng dần. Họ sợ trở thành “bà cô” hoặc “bị ế”. Kết hôn khiến họ cảm thấy yên tâm. Áp lực và các mối quan hệ xã hội có thể tác động tới quyết định kết hôn của một bé gái. Dưới áp lực danh dự và sự đảm bảo về mặt kinh tế, cha mẹ trẻ em thường đồng ý gả con.

Ở không ít nơi, còn tình trạng một số cặp thanh thiếu niên nếu bị gia đình hoặc chính quyền ngăn cản không cho lấy nhau là ăn lá ngón tự tử (nhiều nhất là trong đồng bào dân tộc Mông), gây khó khăn trong việc can thiệp ngăn chặn tảo hôn.

**Ba là, những vấn đề về giáo dục**

Mặc dù tỷ lệ trẻ em DTTS trong độ tuổi đi học phổ thông nhưng không đi học đã giảm gần 2 lần, từ 26,4% năm 2019 xuống còn 15,5% năm 2019, nhưng tỷ lệ trẻ em ngoài nhà trường học của 10 DTTS hiện vẫn cao hơn gấp 2 lần tỷ lệ trẻ em ngoài nhà trường học của cả huyện Mường Chà và cao hơn gần gấp 3 lần tỷ lệ này ở dân tộc Kinh.

Tỷ lệ trẻ em trai DTTS trong độ tuổi đi học phổ thông nhưng không đi học cao hơn trẻ em gái, mức chênh lệch là 1,9% (16,4% so với 14,5%). Có 19/53 DTTS có tỷ lệ trên 20% trẻ em ngoài trường học.

Tỷ lệ trẻ em ngoài trường học ở cấp học càng cao càng tăng. Ở cấp tiểu học, trong 100 em có 2 em không đến trường; ở cấp trung học cơ sở và trung học phổ thông (lứa tuổi dễ tảo hôn), con số tương ứng là 13 và 46 em. Tình trạng học sinh DTTS trong độ tuổi học trung học phổ thông không đến trường phổ biến ở hầu hết các DTTS, với 4/10 DTTS có tỷ lệ học sinh trong độ tuổi không đi học trung học phổ thông chiếm trên 50%. Việc trẻ em trong độ tuổi đi học nhưng không đi học là một nguyên nhân và hệ quả của tảo hôn.

**Bốn là, mang thai ở tuổi chưa thành niên**

Ở lứa tuổi dậy thì, thanh thiếu niên có nhiều biến đổi về tâm sinh lý, bản năng yêu, tình dục bắt đầu trỗi dậy, xuất hiện nhu cầu tình dục với người khác giới.

Số liệu Điều tra quốc gia về sức khỏe tình dục và sinh sản của vị thành niên và thanh niên Việt Nam độ tuổi 10 - 24 cho thấy, ngày càng có nhiều thanh niên Việt Nam có quan hệ tình dục ở độ tuổi chưa thành niên: 7,8% người chưa thành niên ở độ tuổi 15 - 18 đã quan hệ tình dục lần đầu khi 15 tuổi; tỷ lệ sử dụng các biện pháp tránh thai thấp, chỉ có 41% nữ và 65% nam ở độ tuổi 15 - 24 sử dụng biện pháp tránh thai khi quan hệ tình dục.

Đa số các em gái mang thai ở tuổi vị thành niên khi được tư vấn đều cho rằng cha mẹ rất ngại, thậm chí lảng tránh khi con cái hỏi hoặc nhắc đến những vấn đề về sức khỏe sinh sản. Trong nhà trường cũng hạn chế đề cập đến giáo dục sức khỏe sinh sản; các câu lạc bộ sinh hoạt về chủ đề này cũng ít. Thành ra, các em không có nhiều cơ hội được tiếp cận những nguồn thông tin chính thống về sức khỏe sinh sản và tình dục.

Việc không được tiếp cận đầy đủ các dịch vụ tư vấn và y tế liên quan đến sức khỏe tình dục và sinh sản, các biện pháp tránh thai, trong khi hiện nay, trẻ em dậy thì sớm, độc lập hơn trong cách nghĩ, cách làm, quan điểm đời sống cởi mở, cho rằng việc yêu đương, chung sống như vợ chồng khi chưa kết hôn là bình thường... đã góp phần làm gia tăng tỉ lệ mang thai sớm. Trong bối cảnh đó, tảo hôn được xem là giải pháp xử lý hậu quả mang thai ngoài ý muốn nhằm “bảo vệ danh dự” của người con gái và gia đình khỏi kỳ thị và chê bai của xã hội.

**Năm là, ảnh hưởng của mạng internet và truyền thông xã hội.**

Theo nghiên cứu của Viện Nghiên cứu Xã hội, Kinh tế và Môi trường, sự ra đời của điện thoại di động và các công nghệ viễn thông đã thay đổi thói quen hẹn hò, cho phép người chưa thành niên “tìm vợ nhanh hơn” và làm gia tăng xu hướng mang thai trước hôn nhân - yếu tố dẫn đến tảo hôn.

Vấn đề đáng quan ngại là nhiều cha mẹ không giám sát và nắm bắt đầy đủ thông tin về những nguy cơ của mạng internet và truyền thông xã hội, không dạy trẻ cách sử dụng truyền thông xã hội một cách an toàn.

Năm 2020, 2021, đại dịch COVID-19 ảnh hưởng sâu rộng đến toàn cầu, trong đó có Việt Nam. Báo Lao Động phản ánh: tại một lớp của khối 9, Trường THCS Mường chà, sau kỳ nghỉ dịch, có 5 em chưa đi học (2 học sinh nam, 3 học sinh nữ). Theo giáo viên chủ nhiệm lớp, qua nắm bắt thông tin từ học sinh trong lớp và các học sinh trong trường, nhà trường được biết cả 5 em này đã lập gia đình trong thời gian nghỉ phòng chống dịch, các em nghỉ học dài, lại đi chơi nhiều nên chỉ cần một vài hôm gặp gỡ là đã về ở cùng nhau.

6 tháng đầu năm 2020, huyện Mường chà có 23 học sinh bỏ học tảo hôn, tăng gấp đôi so với năm 2019. Nguyên nhân chính là do học sinh được nghỉ học kéo dài. Không có sự quản lý của nhà trường, các em tự do sử dụng điện thoại, kết nối với nhau qua mạng xã hội, dễ nảy sinh tình cảm khác giới.

Chúng tôi chưa có con số thống kê về số học sinh bỏ học để tảo hôn trong thời gian diễn ra đại dịch COVID-19 nhưng qua vài dẫn chứng trên, có thể thấy, tình trạng tảo hôn do gia tăng sử dụng internet và mạng xã hội trong thời gian nghỉ chống dịch COVID-19 là có xảy ra trong thực tế cuộc sống.

**Sáu là, pháp luật hôn nhân và gia đình chưa được thực thi đầy đủ hoặc không phát huy tác dụng**

Nghị định 82/2020/NĐ-CP ngày 15/7/2020 của Chính phủ quy định: “Tổ chức lấy vợ, lấy chồng cho người chưa đủ tuổi kết hôn: phạt tiền từ 1.000.000 đồng đến 3.000.000 đồng. Duy trì quan hệ vợ chồng trái pháp luật với người chưa đủ tuổi kết hôn mặc dù đã có bản án, quyết định đã có hiệu lực pháp luật của Toà án: phạt tiền từ 3.000.000 đồng đến 5.000.000 đồng”.

Mức xử phạt này, Nhiều gia đình sẵn sàng chấp nhận bị phạt để tổ chức cưới tảo hôn cho con, nhất là trong trường hợp cô gái đã có thai. Hơn nữa, chế tài nộp tiền phạt rất khó thực hiện ở vùng DTTS. Các gia đình tổ chức cưới tảo hôn cho con đa số là hộ nghèo nên không có tiền nộp phạt. Chính quyền địa phương cũng khó mà cưỡng chế.

Các gia đình còn tìm đủ mọi cách “cưới chui”. Chỉ đến khi cặp vợ chồng tảo hôn sinh con mới đi làm đăng ký khai sinh, đặt UBND xã vào tình thế phải “hợp thức hóa” để bảo vệ quyền lợi cho đứa trẻ. Mặt khác, ở cơ sở, cán bộ xã nhiều khi là anh em họ hàng của đôi nam, nữ nên dù biết là vi phạm vẫn đành làm ngơ, tạo điều kiện cho tảo hôn tồn tại. Ở một số nơi, không chỉ những người dân mà cả gia đình cán bộ, đảng viên là lãnh đạo xã cũng để xảy ra tình trạng tảo hôn. Những phản ứng từ cộng đồng địa phương cũng rất yếu, hầu hết coi đây là việc riêng của từng gia đình, thậm chí cộng đồng không những không phản đối mà còn đồng tình ủng hộ.

**Bảy là, hạn chế của công tác tuyên truyền, vận động**

Công tác tuyên truyền, nâng cao nhận thức cho người dân về chống tảo hôn ở vùng DTTS gặp nhiều hạn chế do rào cản về ngôn ngữ. Tại các bản vùng sâu, vùng xa, người dân ở độ tuổi từ 35 tuổi trở lên và phụ nữ không biết chữ, không biết tiếng phổ thông còn nhiều. Trình độ dân trí hạn chế, người dân chưa hiểu rõ hậu quả của tảo hôn, thiếu kinh phí triển khai… dẫn đến hiệu quả tuyên truyền, vận động chưa được như mong muốn./.

#### 3.2. Nguyên nhân chủ quan

**Thứ nhất, do ý thức của người dân:**

Có thể thấy rằng đây chính là nguyên nhân dẫn đến tình trạng tảo hôn là những phong tục tập quán cổ hủ, lạc hậu, lỗi thời đã đi sâu vào trong nếp sống của người dân, đặc biệt là bộ phận dân tộc miền núi, vùng sâu – vùng xa – những nơi còn nặng nề về tư tưởng phong kiến. Xuất phát từ tâm lý con người muốn còn đàn cháu đống, nhu cầu cần thêm lao động cho gia đình. Người dân bảo thủ trong nếp nghĩ, lối sống, đi ngược lại với tiến bộ, văn minh của xã hội.

**Thứ hai, do sự hiểu biết còn hạn chế:**

Là hiện tượng chủ yếu diễn ra tại các vùng nông thôn, vùng sâu vùng xa, nơi mà kiến thức cùng sự hiểu biết của người dân về hôn nhân và vấn đề giới tính còn rất hạn chế. Đây là nơi mà những kiến thức pháp luật của Đảng và Nhà nước chưa được phổ biến rộng rãi và triệt để, vì vậy người dân không có đầy đủ nhận thức về tầm quan trọng của vấn đề dân số, hôn nhân – gia đình cũng như những hệ lụy mà vấn nạn này gây ra.Vấn nạn tảo hôn không chỉ xảy ra ở miền núi, vùng sâu – vùng xa mà còn tồn tại ở các tỉnh – thành phố. Đây là nơi những công tác tuyên truyền, vận động các vấn đề hôn nhân – gia đình được triển khai rộng rãi và phổ biến, tuy nhiên người dân vẫn vi phạm, mặc dù họ biết và hiểu rõ những quy định của pháp luật.

#### Thực tế cho thấy rằng những bậc làm cha làm mẹ cũng chính là nguyên nhân dẫn đến tình trạng tảo hôn. Ảnh hưởng bởi các tập quán – phong tục thời phong kiến, suy nghĩ lạc hậu, họ đã áp đặt buộc con phải kết hôn sớm trong khi đang còn trong độ tuổi đi học. Suy nghĩ nông cạn, cổ hủ rằng nếu không kết hôn sớm sẽ lỡ duyên. Vì vậy, chỉ cần đến độ tuổi “trăng tròn” là những ông bố bà mẹ quyết định kết duyên cho con, cho con mình yên bề gia thất, lập cơ nghiệp

#### 3.3. Nguyên nhân khách quan

#### Thứ nhất, do ảnh hưởng của phong tục tập quán:

#### Tình trạng tảo hôn vẫn còn tồn tại và được chấp nhận ở trong cộng đồng dân cư nước ta. Mặc dù người dân biết được mức độ ảnh hưởng tiêu cực đối với sức khỏe phụ nữ, trẻ em cũng như ảnh hưởng đến sự phát triển kinh tế, văn hóa – xã hội, cản trở sự phát triển của cá nhân và sự bền vững của gia đình, song trên thực tế hiện tượng các cặp vợ chồng vị thành niên vẫn tồn tại, đổi lại những phản ứng từ phía cộng đồng đối với hiện tượng này còn rất thờ ơ, họ coi dây là câu chuyện của riêng từng gia đình.

#### Phong tục tập quán của các dân tộc thiểu số tồn tại và ăn sâu trong nhận thức của người dân từ nhiều đời nay và ảnh hưởng, chi phối mạnh mẽ trong đời sống, sinh hoạt của phần lớn đồng bào các dân tộc thiếu số. Quan hệ hôn nhân và gia đình cũng không nằm ngoài sự chi phối đó, một số tập tục vẫn còn duy trì đến bây giờ. Đối với họ, việc kết hôn chủ yếu được thực hiện theo phong tục, tập quán; việc lấy vợ, lấy chồng mà chỉ cần sự đồng ý của những người đứng đầu trong làng hoặc của cha mẹ hai bên nam nữ và sự chứng kiến của gia đình, họ hàng, làng xóm. Quan niệm cha mẹ đặt đâu con ngồi đấy; quan niệm kết hôn trong họ tộc để lưu giữ tài sản trong gia đình không mang của cải sang họ khác hay như tục lệ bắt vợ, tục “nối dây”, cưỡng ép hôn nhân. Tục bắt vợ ngày trước được coi là một nét đẹp văn hóa, nhưng hiện nay, tục bắt vợ kéo theo nhiều hệ lụy khôn lường như nạn tảo hôn, nạn bắt cóc, buôn bán người trái phép… Không chỉ vậy, xuất phát từ những hạn chế trong cuộc sống với thói quen ở vùng núi xa xôi hẻo lánh, nhà nào cũng cso tâm lý muốn sớm có con đàn cháu đống, thêm lao động cho gia đình. Nhà nào có con gái thì muốn sớm gả để bớt miệng ăn, nhà nào có con trai thì muốn cưới vợ sớm để lo toan cuộc sống, có thêm lao động trong gia đình.

#### Thứ hai, do tác động, ảnh hưởng mặt trái của cơ chế thị trường:

#### Trong nền kinh tế thị trường, con người dần biến đổi để thích nghi với những điều kiện mới. Họ trở nên năng động, sáng tạo, linh hoạt và độc lập hơn trong cách nghĩ, cách làm. Quan điểm đời sống của họ cũng trở nên cởi mở hơn, đơn giản hơn, không bị gò bó bởi quan niệm thành kiến đạo đức xưa. Vì vậy, con người dễ dàng thiết lập các mối quan hệ với nhau. Một trong những hệ lụy đó là việc chung sống như vợ chồng giữa nam và nữ trở nên hết sức bình thường và làm gia tăng tỉ lệ mang thai sớm dẫn đến tăng tỉ suất sinh con vị thành niên. Đây cũng là nguyên nhân khách quan làm gia tăng tình trạng tảo hôn ở cùng dân tộc thiểu số.

#### Thứ ba, do quy định của pháp luật còn chưa phù hợp:

#### Tình trạng nơi lỏng pháp luật, thực thi pháp luật chưa kiên quyết, triệt để trong lĩnh vực quản lý đăng ký kết hôn cũng như trong lĩnh vực hộ tịch. Chế tài của luật còn chưa nghiêm khắc, chưa đủ sức răn đe, mới chỉ dừng lại ở việc phạt hành chính, sau đó buộc phải hủy hôn. Song trên thực tế thì họ chịu nộp phạt và vấn đề là họ vẫn được chung sống bình thường. Do xuất phát từ những phong tục tập quán lâu đời nên mức độ điều chỉnh của những quy phạm pháp luật quy định về vấn đề này còn khá mờ nhạt, không rõ ràng.

#### Thứ tư, do công tác tuyên truyền còn hạn chế:

#### Công tắc tuyên truyền giáo dục tại địa phương còn mắc phải nhiều hạn chế, tình độ dân trí chưa cao, người dân tộc do bất đồng ngôn ngữ nên không thể hiểu rõ ý nghĩa của các quy định pháp luật và điều này cũng gây nhiều khó khăn trong việc trang bị, tuyên truyền kiến thức pháp luật đến người dân. Ngoài ra, phần lớn các trường hợp tảo hôn đều rơi vào các hộ nghèo nông thôn, thanh thiếu niên thường bỏ học, thiếu hiểu biết về pháp luật. Nhận thấy cái khó, cái khổ của nạn tảo hôn, cán bộ địa phương cũng chỉ biết đi tuyên truyền, vân động. Vì vậy, có thể thấy rằng công tác tuyên truyền pháp luật về hôn nhân gia đình chưa được hiểu một cách sâu rộng và hiệu quả, đồng thời vấn đề tuyên truyền, giáo dục pháp luật chống nạn tảo hôn chưa được các cơ quan, cá nhân, các đơn vị có thẩm quyền quan tâm đúng mức.

#### 4. Nhận diện nguyên nhân cận huyết thống

#### Trên thực tế hiện nay, chúng ta nhận thấy rằng, có rất nhiều nguyên nhân được cho là dẫn đến tình trạng hôn nhân cận huyết thống, trong số đó thì chúng ta cũng có thể kể đến một số nguyên nhân cụ thể sau:

#### – Nguyên nhân dẫn đến tình trạng hôn nhân cận huyết thống là bởi vì mỗi nơi sẽ có trình độ nhận thức, hiểu biết và trình độ dân trí của người dân tại một số nơi vẫn còn thấp, đặc biệt là những vùng khó khăn. Cũng bởi vì nguyên nhân đó, người dân chưa nhận thức được những hệ quả của việc kết hôn cùng huyết thống.

#### – Nguyên nhân dẫn đến tình trạng hôn nhân cận huyết thống là bởi vì các vùng có tình trạng hôn nhân cận huyết thống là những vùng có kinh tế khó khăn, và tại những vùng đó thiếu công ăn việc làm, hoạt động kinh tế của người dân vẫn chủ yếu là nương rẫy nên có nhiều thời gian nhà rỗi dẫn đến yêu đương và kết hôn cận huyết.

#### – Nguyên nhân dẫn đến tình trạng hôn nhân cận huyết thống là bởi vì những tập tục lạc hậu của người dân và đặc biệt là các vùng miền núi, miền kinh tế xã hội còn nhiều những khó khăn. Một trong những hủ tục của các vùng miền núi, miền kinh tế xã hội khó khăn đó là do sự sắp xếp của gia đình 2 bên.

#### – Nguyên nhân dẫn đến tình trạng hôn nhân cận huyết thống là bởi vì trong quan niệm của một bộ phận người dân còn cho rằng những người cùng họ hàng lấy nhau thì gần gũi nhau hơn, thương yêu nhau hơn, khó bỏ nhau giữa chừng. Và, bên cạnh đó nếu như lựa chọn việc lấy cùng họ hàng thì của cải, ruộng đất của mình sẽ không bị phân chia cho họ hàng người khác.

#### – Nguyên nhân dẫn đến tình trạng hôn nhân cận huyết thống là bởi vì điều kiện giao thông khó khăn, địa hình hiểm trở nên trai gái tại các vùng miền núi, miền kinh tế xã hội khó khăn khác buôn làng khó có dịp gặp nhau nên trai gái trong buôn làng gần nhau nên dẫn đến tình trạng kết hôn cận huyết.

#### – Nguyên nhân dẫn đến tình trạng hôn nhân cận huyết thống là bởi vì tình trạng nới lỏng pháp luật và các chế tài xử phạt vi phạm hôn nhân cận huyết thống chưa đủ mạnh mẽ để nhằm mục đích có thể ngăn ngừa , răn đe tình trạng hôn nhân cận huyết thống giữa các bên, bên cạnh đó thì vấn đề xử phạt của cơ quan Nhà nước chưa quyết liệt. Bên cạnh đó thì các công tác tuyên truyền vận động người dân về vấn nạn hôn nhân cận huyết thống được tiến hành không thường xuyên và thiếu hiệu quả.

#### Hôn nhân cận huyết thống là dạng hôn nhân đã có từ thời xa xưa, con người lựa chọn mối quan hệ này vì nhiều lý do, thường đến từ văn hóa xã hội là chính. Từ thời phong kiến, hoàng thất hoặc các gia tộc lớn thường lựa chọn hôn nhân cận huyết thống để ngôi vị, quyền thống trị và của cải không rơi vào tay người ngoài.

#### Ngày nay, các cộng đồng còn duy trì hôn nhân cận huyết thống thường là những dân tộc thiểu số sinh sống ở vùng sâu vùng xa. Nguyên nhân thường là vì:

#### Trình độ dân trí của họ còn thấp, chưa nhận thức được nguy cơ hệ lụy của hôn nhân cận huyết

#### Văn hóa, tập tục của những dân tộc thiểu số còn lạc hậu, kinh tế khó khăn

#### Điều kiện giao thông ở vùng núi, vùng sâu vùng xa thường hiểm trở, không thuận lợi khiến người dân nơi đây khó gặp gỡ người ở làng khác hoặc vùng khác. Vì vậy, họ thường chọn kết hôn với người trong gia đình hoặc gia tộc.

#### Về mặt tư tưởng, một số người ưa thích hôn nhân cận huyết thống vì cho rằng kết hôn với người trong gia đình, họ hàng thì có thể giúp mối quan hệ ổn định lâu dài, dễ chung sống với nhau hơn. Người ta còn tin rằng cuộc hôn nhân cận huyết còn giảm bớt áp lực cho mối quan hệ giữa mẹ chồng với nàng dâu. Qua đó thì những người phụ nữ trong gia đình có thể dễ dàng giúp đỡ nhau khi cần thiết.

#### Không những vậy, họ còn cho rằng kết hôn với anh chị em trong gia đình, họ hàng sẽ tạo điều kiện thuận lợi để truyền tải và duy trì văn hóa của cả gia tộc. Đối với những gia đình giàu có thì hôn nhân cận huyết sẽ giúp họ bảo toàn được tài sản, của cải để không rơi vào tay người ngoài.

#### Một vài trường hợp ngoại lệ khác vô tình dẫn đến hôn nhân cận huyết có thể là do anh chị em trong gia đình nảy sinh tình cảm với nhau một cách tự nhiên. Ngoài ra, một trường hợp hiếm hơn là trong gia đình, họ hàng có thành viên bị thất lạc bên ngoài nhiều năm. Sau đó, khi anh chị em vô tình gặp lại nhau, có tình cảm và muốn kết hôn thì có thể dẫn đến hôn nhân cận huyết mà họ không biết.

#### Cận huyết và loạn luân dưới góc nhìn của khoa học

#### Khi nói đến hiện tượng cận huyết hay loạn luân là nói đến những vấn đề nhạy cảm, phức tạp vì liên quan đến đời sống xã hội và pháp luật. Song, với cách nhìn của khoa học thì nó lại có tác động đến sự phát triển thể chất và trí tuệ con người.

#### Hôn nhân cận huyết và loạn luân xuất hiện từ bao giờ?

#### Theo Scheidel (1997) thì hiện tượng này có từ thời Ai Cập cổ đại vào những thế kỷ đầu sau Công Nguyên. Và cho đến ngày nay hôn nhân cận huyết và loạn luân vẫn tồn tại ở các nước với các mức độ khác nhau. Đã có những bài viết về việc xét nghiệm ADN những trường hợp cận huyết và loạn luân trong giải quyết các vụ án hình sự hoặc những hậu quả của chúng gây ảnh hưởng xấu đến sự phát triển sức khỏe con người.

#### Theo Luật Hôn nhân và Gia đình (2014), hôn nhân cận huyết được hiểu là việc kết hôn hoặc chung sống như vợ chồng giữa những người cùng dòng máu về trực hệ; giữa những người có họ trong phạm vi ba đời.

#### Còn loạn luân là hành vi bị cấm được quy định trong Bộ luật Hình sự 2015, sửa đổi bổ sung 2017 của nước CHXHN Việt Nam. Trong luật này quy định rõ “Người nào giao cấu với người mà biết rõ người đó cùng dòng máu về trực hê, là anh chị em cùng cha mẹ, anh chị em cùng cha khác mẹ hoặc cùng mẹ khác cha”. Tương tự như vậy, các nước trên thế giới đều coi loạn luân là hành vi bị cấm và xử phạt theo quy định của luật hình sự.

#### Hiện tượng này gây tác động xấu đến sức khỏe con người như thế nào?

#### Theo các tài liệu khảo sát và công bố của các nhà chuyên môn thì hôn nhân cận huyết là *một trong những lý do chính gây bệnh tan máu bẩm sinh* - Thalassemia.

#### Tại Việt Nam, bệnh Thalassemia phổ biến ở các tỉnh miền núi, cao nguyên, và phổ biến hơn ở các dân tộc ít người. Trên thế giới có khoảng 7% dân số mang gen bệnh Thalassemia.

#### Nguyên nhân của bệnh là do đột biến gen Alpha – Thalassemia trên nhiễm sắc thể số 16 và Beta – Thalassemia trên nhiễm sắc thể số 11, làm giảm hoặc mất khả năng tổng hợp chuỗi globin và bệnh được di truyền theo kiểu gen lặn trên nhiễm sắc thể thường.

#### Theo đó, nếu một trong hai bố mẹ mang gen bệnh (đột biến) thì khả năng 50% con sinh ra mang gen bệnh và 50% con sinh ra không mang gen bệnh; nếu cả 2 bố mẹ đều mang gen bệnh, khả năng 25% con sỉnh ra sẽ bị bệnh, 50% con sỉnh ra mang gen bệnh và 25% con không mang gen bệnh.

#### Biến chứng của hội chứng bệnh thường gây ra khả năng tăng nguy cơ nhiễm trùng, biến dạng xương, chậm phát triển và các bệnh về tim mạch. Cận huyết và loạn luân không chỉ gây ra hội chứng bệnh Thalasseia mà theo nghiên cứu của Robert E. Wenk (2008) cho rằng, các đứa trẻ sinh ra từ những cặp bố mẹ có quan hệ cận huyết có thể được thừa hưởng 2 alen do tổ tiên truyền lại (Identical By Descend - IBD) nên làm tăng kiểu gen đồng hợp tử và vì vậy sẽ có nguy cơ cao mắc các bệnh về di truyền.

#### Đối với các trường hợp loạn luân, theo các kết quả khảo sát và nghiên cứu của nhóm tác giả D. Corach và cộng sự (2003) của 33 vụ loạn luân và 300 ca xét nghiệm huyết thống không có quan hệ cận huyết để so sánh, kết quả khảo sát đã chỉ ra rằng:

#### Những vụ loạn luân thì tỷ lệ kiểu gen đồng hợp tử ở những đứa con chiếm trên 40%

#### Ngược lại, những ca không có quan hệ cận huyết thì tỷ lệ kiểu gen đồng hợp tử trung bình chỉ chiếm 30%.

#### Từ đó nhóm nghiên cứu đưa ra nhận định rằng, khi thấy xuất hiện kiểu gen đồng hợp tử của những đứa con đạt từ trên 40% thì không loại trừ khả năng là loạn luân. Tương tự, tác giả Ammirah  J. Omar và cộng sự (2012) cũng công bố kết quả tương tự. Và theo quan sát của chúng tôi, khi xử lý một số vụ loạn luân trong các vụ án hình sự thông qua giám định ADN tại Việt Nam cũng cho thấy kết quả tương đồng.

#### Xét về mặt xã hội, cận huyết và loạn luân gây ảnh hưởng không tốt đến văn hóa, đạo đức gia đình; phá vỡ và làm thui chột giá trị truyền thống văn hóa gia đình tốt đẹp, đồng thời làm giảm sút chất lượng nòi giống. Từ những thực tế trên cho thấy, quan niệm cổ xưa vẫn còn tồn tại ở đâu đó cho rằng “Trâu ta ăn cỏ đồng ta, tuy rằng cỏ cụt nhưng mà cỏ thơm” thì với góc nhìn của Di truyền học sẽ không còn phù hợp với quy luật phát triển và tiến hóa nữa.

#### Bởi vậy ngẫu phối (Random Mating) là cách để tạo nên lượng biến dị di truyền lớn trong quần thể, làm nguyên liệu cho quá trình tiến hóa. Quần thể ngẫu phối duy trì được sự đa dạng di truyền trong quần thể.

#### 5. Chung tay đẩy lùi tảo hôn và hôn nhân cận huyết thống

#### Từ những hậu quả trên cho thấy để ngăn ngừa, đẩy lùi tình trạng tảo hôn và hôn nhân cận huyết thống chúng ta cần: xây dựng gia đình no ấm, bình đẳng, tiến bộ, hạnh phúc, thật sự là tế bào lành mạnh của xã hội, là môi trường quan trọng, trực tiếp giáo dục nếp sống và hình thành nhân cách, góp phần quan trọng và trực tiếp cải thiện chất lượng giống nòi và nâng cao chất lượng dân số.

#### Bảo đảm thực hiện tốt hơn quyền con người, quyền công dân trong lĩnh vực Hôn nhân & Gia đình; bình đẳng giới; bảo vệ bà mẹ trẻ em và những người yếu thế khác. Nâng cao nhận thức người dân thông qua việc tăng cường công tác tuyên truyền nguyên nhân, hậu quả tảo hôn và hôn nhân cận huyết thống trong đồng bào dân tộc thiểu số. Vận động người có uy tín trong cộng đồng hỗ trợ giúp đỡ và tuyên truyền cho đồng bào hiểu biết pháp luật về hôn nhân và gia đình, vận động người dân phát huy truyền thống, tập quán tốt đẹp và xóa bỏ tập quán lạc hậu về hôn nhân và gia đình. Giáo dục kiến thức tiền hôn nhân trong đó quan tâm kiến thức chăm sóc sức khỏe sinh sản. Phối hợp chặt chẽ đồng bộ các ngành liên quan tổ chức các hoạt động tuyên truyền nâng cao nhận thức người dân về Luật Hôn nhân và Gia đình. Xây dựng các Đề án, Dự án “*Tuyên truyền nâng cao nhận thức nhằm giảm tỷ lệ tảo hôn và hôn nhân cận huyết thống trong đồng bào dân tộc Khmer*”.

#### Ngoài sự nỗ lực của ngành dân số rất cần sự quan tâm của các cấp chính quyền và các đoàn thể ở địa phương. Đồng thời, công tác truyền thông phải sát với tình hình thực tế, tăng cường đổi mới nội dung, hình thức tuyên truyền dễ hiểu, dễ thực hiện để những câu chuyện buồn về tảo hôn và hôn nhân cận huyết thống ở vùng đồng bào dân tộc thiểu số không còn xảy ra. Bà Nguyễn Thị Kim Hương - Nguyên Ủy viên Thường vụ - Nguyên Trưởng Ban kinh tế - gia đình - Hội LHPN tỉnh Sóc Trăng, cho biết thêm các giải pháp góp phần giảm thiểu tình trạng tảo hôn và hôn nhân cận huyết thống: "*Để giảm thiểu tình trạng tảo hôn và hôn nhân cận huyết thống, chúng ta cần có những giải pháp thiết thực, hữu hiệu hơn. Một là tăng cường công tác tuyên truyền, nâng cao nhận thức cho người dân, đặc biệt là trong vùng đồng bào dân tộc thiểu số về nguyên nhân, hậu quả và những giải pháp cần tránh và có được như vậy thì người dân sẽ hiểu hơn về tác hại, những hệ lụy của tảo hôn và hôn nhân cận huyết thống và từ đó có ý thức trong việc gả cưới cũng như các em ở lứa tuổi vị thành niên sẽ hiểu hơn và có những suy nghĩ chín chắn trước khi kết hôn.*

#### *Đối với công tác tuyên truyền, nâng cao nhận thức của người dân về thực hiện pháp luật, ý thức về pháp luật, tự tôn pháp luật thì các ngành liên quan tới pháp luật cũng nên tăng cường công tác tuyên truyền về Luật Hôn nhân và Gia đình, về điều kiện kết hôn, về độ tuổi kết hôn và những điều cấm như Điều 5 của Luật Hôn nhân và Gia đình và tuyên truyền về Nghị định 110/2013/NĐ-CP, ngày 24/9/2013 của Chính phủ về quy định xử phạt vi phạm hành chính trong lĩnh vực bổ trợ tư pháp, hành chính tư pháp, hôn nhân và gia đình, thi hành án dân sự, phá sản doanh nghiệp và hợp tác xã  để cho người dân hiểu được những vấn đề mà họ đang làm, họ có khả năng là họ vi phạm pháp luật thì họ khắc phục tốt hơn trong thời gian sắp tới*"./.

**HẬU QUẢ CỦA TẢO HÔN VÀ HÔN NHÂN CẬN HUYẾT THỐNG**

**1. Tác hại và ảnh hưởng của tảo hôn:**

**Đối với bản thân và gia đình:** Làm mất đi cơ hội về học tập, việc làm tốt, cơ hội để cải thiện điều kiện sống và chăm sóc sức khỏe của bà mẹ và trẻ em.

**Đối với bản thân người tảo hôn**: Sinh con sớm và sinh nhiều con trong khi cơ thể chưa phát triển đầy đủ nên ảnh hưởng xấu đến sức khỏe của cả mẹ và con, cản trở sự tiến bộ của bản thân, mất cơ hội học hành, tham gia hoạt động xã hội…

**Tinh thần**: Khi kết hôn sớm trẻ em sẽ không được nghỉ ngơi và thư giãn, không được tham gia vui chơi, tham gia những hoạt động giải trí và được tự do tham gia các sinh hoạt văn hóa và nghệ thuật phù hợp với lứa tuổi….

**Sức khỏe**: Tảo hôn sẽ làm cho sức khỏe của trẻ em bị ảnh hưởng đặc biệt là trẻ em gái dưới độ tuổi 15 mang thai sẽ có nguy cơ chết do mang thai và sinh đẻ cao hơn so với phụ nữ  trên 20 tuổi. Những đứa trẻ có mẹ dưới 18 tuổi có nhiều khả năng nhẹ cân hoặc chết non cao hơn những đứa trẻ khác. Đây chính là sự cảnh báo thầm lặng về sức khỏe, bởi các nguyên nhân cốt lõi của tử vong và bệnh tật của người mẹ không được quan tâm đúng mức.

**Môi trường giáo dục**: Trẻ em buộc phải kết hôn sớm ít khi được tiếp tục việc học hành, cản trở họ có hy vọng về sự độc lập, cản trở họ được tiếp thu những nền giáo dục tiên tiến, hiện đại nhằm phát triển tối đa nhân cách, tài năng, các khả năng về trí tuệ và thể chất của trẻ em;

**Ví dụ:** Hưng 16 tuổi và Hà 15 tuổi  Khi 2 em đang ở độ tuổi lẽ ra phải được đến trường thì  cha mẹ của các em lại bắt ép các em phải lập gia đình,  bỏ dở  việc học hành và để lo cho cuộc sống mưu sinh, gánh nặng cơm áo gạo tiền đè nặng trực tiếp lên vai của các em.

Có thể thấy đây  là hành vi vi phạm pháp luật hôn nhân, kết hôn không mang tính tự nguyện của đôi bên nam – nữ; chưa đủ tuổi kết hôn, tuổi đời còn quá trẻ để có thể tự mình lo cho cuộc sống hàng ngày của chính bản thân mình;

Bên cạnh đó, hành vi trên còn vi phạm quy định trong Luật trẻ em về quyền được giáo dục, đến trường học tập của chúng. Và vi phạm những chuẩn mực đạo đức xã hội: kết hôn khi còn quá trẻ thì khi sinh con sẽ dễ gây dị dạng bẩm sinh, ảnh hưởng đến việc duy trì nòi giống sau này của toàn dân tộc.

Mục đích hướng tới của hôn nhân là xây dựng gia đình ấm no, tiến bộ, hạnh phúc, bền vững cũng khó có thể đạt được nếu như tình trạng tảo hôn vẫn còn tiếp diễn.

**Đối với gia đình**: Đời sống gia đình khó khăn vì vợ chồng trẻ chưa có kinh tế vững vàng, con cái nheo nhóc, vợ chồng thiếu kinh nghiệm nuôi dạy con, có thể dẫn đến gia đình bất hòa, chất lượng cuộc sống kém….

**Kinh tế:** Tảo hôn khiến khả năng kiếm sống hoặc đóng góp về kinh tế cho gia đình là rất thấp dẫn đến tỷ lệ đói nghèo ngày càng tăng cao.

Bản thân những bà mẹ trẻ bị ảnh hưởng đến sức khỏe do cơ thể chưa phát triển đến độ hoàn thiện, ảnh hưởng trực tiếp đến thể chất, tâm sinh lý, sức khỏe sinh sản của người phụ nữ, nhất là trẻ em gái do chưa đủ tuổi trưởng thành, cơ thể phát triển chưa hoàn thiện, việc quan hệ tình dục sớm, mang thai, sinh đẻ, nuôi con sớm làm chậm quá trình phát triển thể chất tự nhiên của con người, dẫn tới thoái hóa và các di chứng bệnh tật, làm suy kiệt sức khỏe của bố, mẹ và con, ảnh hưởng đến chất lượng cuộc sống tương lai của những bà mẹ và những đứa trẻ được sinh ra. Những trẻ em được sinh ra từ những cặp vợ chồng tảo hôn và hôn nhân cận huyết thường mắc các dị tật bẩm sinh, chậm phát triển, suy dinh dưỡng. Hơn nữa khi sức khỏe không đảm bảo khi mang thai cũng là một trong những nguyên nhân chính dẫn đến gây tử vong mẹ và trẻ sơ sinh.

Có nhiều em đang ngồi trên ghế nhà trường phải bỏ học để lấy vợ lấy chồng, mất cơ hội học tập, kinh nghiệm cuộc sống còn non trẻ, nhưng phải lo toan cuộc sống gia đình mà chủ yếu là làm nông nghiệp, lao động phổ thông nên cuộc sống gặp rất nhiều khó khăn kinh tế, cơ hội lập nghiệp và phát triển kinh tế gia đình bị hạn chế, đây là nguyên nhân chính dẫn đến tình trạng đói nghèo.

**Ví dụ:** Chị Lý Mùi D., dân tộc Dao ở xã Bình Lãng, huyện Thông Nông, Cao Bằng sinh năm 1993. Năm 2009, khi D. vừa 16 tuổi, bố bắt nghỉ học lấy chồng. Chồng D. cũng là người Dao, sinh năm 1991, ở cùng thôn. Cả hai cùng học một trường. Khi lấy nhau, D. 16 tuổi, chồng 18 tuổi, nghĩa là cả hai đều chưa đủ tuổi kết hôn theo quy định của pháp luật. D. kể, 4 năm sống chung một mái nhà nhưng cặp vợ chồng “trẻ con” không nói chuyện, không ngủ cùng.

D. còn bùi ngùi cho hay, lấy nhau khi còn nhỏ, phải bỏ học giữa chừng và không có vốn nên vợ chồng chỉ ở nhà làm ruộng, trồng ngô. Cuộc sống quá khó khăn do thiếu kiến thức làm ăn và thiếu tiền để chăm sóc con nhỏ. Ít năm nay, được chính quyền hướng dẫn trồng cây thuốc lá, gia đình D. mới có thêm thu nhập 20 triệu đồng/năm. Đôi vợ chồng trẻ vừa làm được ngôi nhà nhỏ nhưng nợ nần chồng chất chưa biết khi nào mới trả xong.

Anh trai D. cũng tảo hôn. Do chưa biết làm ăn và còn trẻ con nên cặp vợ chồng này đã sớm ly hôn sau thời gian ngắn chung sống.

Chuyện của anh em D. không phải là hiếm trong vùng đồng bào DTTS nước ta và để lại nhiều hậu quả cho mỗi người, mỗi gia đình, cộng đồng và toàn xã hội.

**Đối với xã hội**

Việc kết hôn sớm, mang thai và sinh đẻ trong lứa tuổi vị thành niên ảnh hưởng lớn tới sức khỏe bà mẹ, sự phát triển của thai nhi và trẻ sơ sinh. Đây là nguyên nhân làm gia tăng tỉ lệ suy dinh dưỡng trẻ em, tăng tỷ lệ tử vong ở trẻ em dưới 1 tuổi và dưới 5 tuổi, tăng tỷ lệ tử vong của bà mẹ liên quan đến thai sản; là gánh nặng cho gia đình và xã hội, ảnh hưởng đến chất lượng dân số, nguồn nhân lực và gây hậu quả tiêu cực đến sự phát triển và tiến bộ xã hội, đồng thời là nguyên nhân chính dẫn đến nghèo đói, thất học.

Một là, những vấn đề về dân số

Tảo hôn là nguyên nhân làm dân số tăng nhanh nhưng lại giảm chất lượng.

Theo các bác sĩ sản khoa, việc kết hôn khi chưa trưởng thành và sinh đẻ trong lứa tuổi vị thành niên - lúc cơ thể người mẹ chưa phát triển hoàn thiện, thiếu hiểu biết, thiếu kinh nghiệm và chưa sẵn sàng tâm lý sẽ gây ảnh hưởng lớn đến bản thân bà mẹ, sự phát triển bình thường của thai nhi và trẻ sơ sinh. Trẻ nhỏ dễ mắc các bệnh về nhiễm sắc thể, bị Down, dị tật, thường xuyên đau ốm, yếu ớt, còi cọc, chậm phát triển. Đây là nguyên nhân trực tiếp làm gia tăng tỷ lệ suy dinh dưỡng trẻ em vùng DTTS.

Báo cáo “Suy dinh dưỡng dai dẳng trong cộng đồng các DTTS tại Việt Nam: Vấn đề và các giải pháp can thiệp” do Ngân hàng Thế giới và Viện Dinh dưỡng quốc gia thực hiện năm 2019 cho hay, trong 3 trẻ DTTS có 1 em thấp còi (tỷ lệ 33,3%) và trong 5 em có 1 em nhẹ cân (tỷ lệ 20%).

Tảo hôn cũng là một trong những nguyên nhân dẫn đến tăng tỷ lệ tử vong ở trẻ em DTTS dưới 1 tuổi và dưới 5 tuổi. Theo điều tra thực trạng kinh tế - xã hội 53 DTTS năm 2019, tỷ suất chết của trẻ em dưới 1 tuổi của 53 DTTS là 22,13‰, trong đó của trẻ em trai là 24,82‰, của trẻ em gái là 19,29‰.

Tảo hôn khiến tăng tỷ lệ tử vong của bà mẹ DTTS liên quan đến thai sản. Tóm tắt về tình hình phụ nữ và trẻ em gái DTTS ở Việt Nam do UN Women và Ủy ban Dân tộc thực hiện năm 2015 cho hay, tỷ lệ tử vong bà mẹ ở một số DTTS (Mông, Thái, Ba Na, Tày, Dao, Nùng) cao gấp 4 lần so với phụ nữ dân tộc Kinh, Hoa. Trường hợp người mẹ nạo phá thai dễ dẫn đến nguy cơ thủng dạ con, gây vô sinh về sau.

Quỹ Dân số Liên hợp quốc (UNFPA) đánh giá, các biến chứng khi mang thai và khi sinh tiếp tục là những nguyên nhân hàng đầu gây tử vong mẹ cho các em gái tuổi từ 15 - 19 ở các nước có thu nhập thấp và trung bình.

***Hai là, những vấn đề về nhân quyền và bình đẳng giới***

Quyền kết hôn, lập gia đình và bình đẳng trong hôn nhân thuộc các quyền dân sự, chính trị trong Tuyên ngôn thế giới về nhân quyềnnăm 1948 mà Việt Nam đã tham gia.Tuyên ngôn khẳng định nguyên tắc gắn kết chặt chẽ giữa quyền và nghĩa vụ của mỗi cá nhân đối với cộng đồng mà chính trong đó nhân cách của bản thân có thể phát triển tự do và đầy đủ.

Nội địa hóa các quy định của Tuyên ngôn nhân quyền, Hiến pháp năm 2013 của Việt Nam quy định: “công dân có nghĩa vụ tuân theo Hiến pháp và pháp luật” (Điều 46); “việc thực hiện quyền con người, quyền công dân không được xâm phạm lợi ích quốc gia, dân tộc” (Điều 15).

Tại Quyết định số 1557/QĐ-TTg ngày 10/9/2015, Thủ tướng Chính phủ đã phê duyệt một số chỉ tiêu thực hiện các Mục tiêu phát triển Thiên niên kỷ đối với đồng bào DTTS gắn với mục tiêu phát triển bền vững sau năm 2015. Trong Quyết định này, nhiều chỉ tiêu liên quan đến dân số, bình đẳng giới như: giảm tỷ lệ suy dinh dưỡng cân nặng/tuổi ở trẻ em DTTS dưới 5 tuổi; giảm tỷ lệ tử vong ở trẻ em; tăng cường sức khỏe bà mẹ; tăng cường bình đẳng nam nữ và nâng cao vị thế người phụ nữ… đã được quy định rõ như một cam kết của Việt Nam với thế giới.

Theo Điểm b, khoản 2, Điều 5 Luật Hôn nhân và Gia đình năm 2014 của nước ta, tảo hôn là hành vi bị cấm.

Kết hôn là quyền con người nhưng tảo hôn là hành vi vi phạm pháp luật của Nhà nước Việt Nam. Hành vi đó cũng vi phạm nguyên tắc kết hợp chặt chẽ giữa quyền và nghĩa vụ của mỗi cá nhân với cộng đồng theo Tuyên ngôn nhân quyền. Do vậy sẽ ảnh hưởng đến các nỗ lực của Chính phủ và nhân dân trong việc đảm bảo thực thi các công ước, điều ước quốc tế mà Việt Nam tham gia, ảnh hưởng đến những nỗ lực thực hiện bình đẳng giới của quốc gia.

***Ba là, ảnh hưởng tiêu cực đến nỗ lực xây dựng xã hội văn minh, tiến bộ***

Lịch sử xã hội loài người là tiến trình phấn đấu liên tục cho một cuộc sống đầy đủ về vật chất, hạnh phúc về tinh thần. Mục tiêu mà Đảng, Nhà nước và nhân dân ta hướng tới là xây dựng xã hội “dân giàu, nước mạnh, dân chủ, công bằng, văn minh”. Văn minh không chỉ về vật chất, kỹ thuật mà còn là văn minh về tinh thần, văn minh trong chất lượng cuộc sống và lối sống.

Chất lượng dân số là một trong các tiêu chí đánh giá mức độ văn minh, tiến bộ xã hội. Trong chất lượng dân số, thể chất, sức khỏe, tuổi thọ bình quân là những chỉ số cơ bản. Chất lượng dân số có vai trò rất quan trọng đối với sự phát triển kinh tế - xã hội của đất nước. Xã hội nào bảo đảm cho sự hoàn thiện về thể chất, tinh thần, cơ hội phát triển toàn diện cho cá nhân nói riêng, cộng đồng nói chung thì đó là xã hội tiến bộ, văn minh.

Tảo hôn làm suy thoái giống nòi, với nhiều đứa trẻ sinh ra không khỏe mạnh, nguy cơ mắc bệnh tật cao, làm giảm chất lượng dân số, khả năng học tập, lao động của đứa trẻ về lâu dài. Trong các gia đình tảo hôn, những đứa con thường xuyên ốm đau gây tốn kém về kinh tế, thậm chí làm nghèo thêm những gia đình vốn đang nghèo; là một trong những nguyên nhân gây nên sự mệt mỏi, cãi vã thường xuyên trong các gia đình, ảnh hưởng đến sức khỏe tinh thần của các cặp vợ chồng và kể cả đứa trẻ khi đã đủ lớn để có nhận thức riêng. Như vậy, tảo hôn đang cản trở việc thực hiện mục tiêu dân giàu, nước mạnh, xã hội văn minh, tiến bộ ở vùng DTTS nói riêng, cả nước nói chung.

***Bốn là, tác động tiêu cực đến chất lượng nguồn nhân lực***

Mỗi con người là một thực thể sinh học - xã hội, trong đó mặt sinh học là tiền đề, là cơ sở cho mặt xã hội phát triển. Mặt xã hội của con người chỉ phát triển khi phù hợp với mặt sinh học. Các cặp vợ chồng tảo hôn thường sinh ra những đứa con không khỏe mạnh về thể chất, tinh thần. Tỷ lệ trẻ em DTTS suy dinh dưỡng thể thấp còi lên tới 33%, thể nhẹ cân 20% là những nguyên nhân ảnh hưởng đến chất lượng nguồn nhân lực. Nguồn nhân lực chất lượng thấp khó phát triển thành lực lượng sản xuất hiện đại. Điều này không phù hợp với mục tiêu Đại hội đại biểu toàn quốc lần thứ XIII của Đảng đặt ra, đó là: “…Nâng cao chất lượng dân số gắn với nâng cao chất lượng nguồn nhân lực”.

***Năm là, ảnh hưởng tiêu cực đến thực hiện mục tiêu công bằng trong phát triển giữa miền núi và miền xuôi***

Thu hẹp khoảng cách phát triển, hay nói cách khác là thực hiện công bằng trong phát triển giữa miền núi và miền xuôi luôn là chủ trương nhất quán của Đảng và Nhà nước ta. Bên cạnh nguồn lực đầu tư của Nhà nước, mức độ thành công của sự nghiệp phát triển kinh tế - xã hội vùng DTTS và miền núi phụ thuộc một phần vào vai trò nòng cốt, quyết định của đồng bào thông qua khả năng tham gia, quản lý, xây dựng, phát triển kinh tế - xã hội, văn hóa trên địa bàn. Muốn vậy, đồng bào phải được đào tạo, nâng cao năng lực về mọi mặt. Nhưng với những hệ lụy về mặt sinh học, thật khó để kỳ vọng những “chủ nhân tương lai” được sinh ra từ các cặp vợ chồng tảo hôn tham gia hiệu quả vào sự nghiệp phát triển kinh tế - xã hội của địa phương khi bản thân họ luôn loay hoay đối phó với nguy cơ bệnh tật rình rập.

Cùng với nhiều quốc gia khác trên thế giới, 5 năm trở lại đây, vấn đề đói nghèo đã được Việt Nam tiếp cận đa chiều. Đánh giá đói nghèo không chỉ ở góc độ thu nhập mà còn ở cơ hội được tiếp cận với dịch vụ công về giáo dục, y tế, đời sống văn hóa...

Theo cách tiếp cận đa chiều, tảo hôn là một tập quán lạc hậu và lạc hậu luôn là bạn đồng hành của nghèo đói. Thực tế là ở các DTTS có tỷ lệ tảo hôn cao thì tỷ lệ đói nghèo cũng cao. Ví dụ, dân tộc Mông, tỷ lệ đói nghèo 52,7%; dân tộc Mảng 66,3%; dân tộc Xinh Mun 65,3%..

Giữa tảo hôn và nghèo đói, thất học, suy giảm chất lượng cuộc sống có mối quan hệ mật thiết, thậm chí là vòng luẩn quẩn. Tảo hôn là hệ quả của sự thiếu hụt về trình độ dân trí, văn hóa, giáo dục, lạc hậu. Ngược lại sự thiếu hụt về trình độ dân trí, văn hóa, giáo dục, lạc hậu dễ khiến xảy ra tảo hôn.

Với những bất lợi về vị trí địa kinh tế, địa hình, khí hậu, thổ nhưỡng, trình độ dân trí… vùng DTTS và miền núi luôn gặp khó khăn hơn trong quá trình phát triển kinh tế, văn hóa, xã hội so với các vùng khác. Tảo hôn nếu không được ngăn chặn hiệu quả sẽ tiếp tục bổ sung thành một trong những rào cản cản trở tiến trình miền núi tiến kịp miền xuôi mà Đảng, Nhà nước và nhân dân ta đang nỗ lực thúc đẩy.

**Về môi trường giáo dục:** Trẻ em buộc phải kết hôn sớm ít khi được tiếp tục việc học hành, cản trở họ có hy vọng về sự độc lập, cản trở họ được tiếp thu những nền giáo dục tiên tiến, hiện đại nhằm phát triển tối đa nhân cách, tài năng, các khả năng về trí tuệ và thể chất của trẻ em;

**Về kinh tế:** Tảo hôn khiến khả năng kiếm sống hoặc đóng góp về kinh tế cho gia đình là rất thấp dẫn đến tỷ lệ đói nghèo ngày càng tăng cao.

**Về  tinh thần:**Khi kết hôn sớm trẻ em sẽ không được nghỉ ngơi và thư giãn, không được tham gia vui chơi, tham gia những hoạt động giải trí và được tự do tham gia các sinh hoạt văn hóa và nghệ thuật phù hợp với lứa tuổi….

Những gia đình tảo hôn thường có cuộc sống rất khó khăn, chưa hiểu biết nhiều về kiến thức nuôi dạy con cái, cũng như trách nhiệm, bổn phận của những người làm cha, làm mẹ, nên các cặp vợ chồng trẻ bị khủng hoảng về tâm lý, thường xảy ra mâu thuẫn. Hạnh phúc gia đình dễ bị rạn nứt, tỷ lệ ly hôn cao.

Từ những nguyên nhân, hậu quả trên cho thấy để ngăn ngừa, đẩy lùi tình trạng tảo hôn xây dựng gia đình Việt Nam no ấm, tiến bộ, hạnh phúc, thật sự là tế bào lành mạnh của xã hội, là môi trường quan trọng, trực tiếp giáo dục nếp sống và hình thành nhân cách góp phần quan trọng và trực tiếp cải thiện chất lượng giống nòi và nâng cao chất lượng dân số bảo đảm thực hiện tốt hơn quyền con người, quyền công dân trong lĩnh vực hôn nhân và gia đình; bình đẳng giới; bảo vệ bà mẹ, trẻ em và những người yếu thế khác; quyền, lợi ích của cá nhân, tổ chức khác có liên quan; lợi ích của gia đình, của Nhà nước và xã hội là trách nhiệm mỗi cá nhân, gia đình cộng đồng và toàn xã hội, vì vậy cần thực hiện tốt các chính sách, pháp luật của nhà nước nói chung, Luật hôn nhân gia đình năm 2014.

**2. Tác Hại của Hôn nhân cận huyết thống**

Hôn nhân cận huyết thống để lại những ảnh hưởng trực tiếp đến sức khoẻ của phụ nữ và trẻ em, làm suy thoái giống nòi và là bước cản lớn đến sự phát triển của kinh tế - xã hội.

**2.1. Hậu quả của hôn nhân cận huyết thống trên phương diện sinh học**

Thực tế y học đã chứng minh, hôn nhân cận huyết thống khiến cho những gen lặn bệnh lý ở người đàn ông và người phụ nữ kết hợp với nhau và gây bệnh cho con. Đứa trẻ sinh ra trong hôn nhân cận huyết thống có thể bị dị dạng hoặc mắc các bệnh di truyền:

- Bệnh da vảy cá do hôn nhân cận huyết thống

- Thiếu men G6PD do hôn nhân cận huyết thống

- Suy giáp bẩm sinh do hôn nhân cận huyết

- Hội chứng Edwards do hôn nhân cận huyết thống

- Hội chứng Pa-tau do thừa một nhiễm sắc thể 13

- Hôn nhân cận huyết thống và hội chứng Down

- Bạch tạng vì hôn nhân cận huyết thống

- Mù màu vì hôn nhân cận huyết thống

- Bệnh máu nguy hiểm hay gặp do hôn nhân cận huyết thống.

Đối với người mẹ, hôn nhân cận huyết thống dẫn tới nguy cơ cao bị thai lưu, sảy thai,...

Có thể thấy, hôn nhân cận huyết thống ảnh hưởng tiêu cực đến nòi giống và sức khoẻ của con người, đặc biệt là trẻ nhỏ. Sức khoẻ và quyền lợi của trẻ không được bảo đảm, chất lượng dân số giảm dẫn đến nhiều hệ luỵ: bệnh tật, thất học, nghèo đói,...

**2.2. Hậu quả của hôn nhận cận huyết thống đến xã hội**

**Ảnh hưởng của hôn nhân cận huyết thống đối với chính người trong cuộc.**

Hôn nhân cận huyết ảnh hưởng như thế nào đối với chính những người trong cuộc chúng ta cần giải thích dựa trên phương diện sinh học. Khi cuộc hôn nhân này diễn ra tức là nó sẽ tạo điều kiện cho sự hình thành của một loạt bệnh lý di truyền bởi gen lặn trên nhiễm sắc thể phát triển và bộc lộ ở thế hệ sau.

Những bệnh lý có thể xảy ra ở thế hệ sau của một cuộc hôn nhân cận huyết gồm:

– Sớm bị khiếm thính và suy giảm thị lực.

– Dị tật bẩm sinh vì rối loạn di truyền.

– Khuyết tật hoặc chậm phát triển về mặt trí tuệ.

– Chậm hoặc không thể phát triển thể chất.

– Động kinh.

– Bị các bệnh lý rối loạn máu.

Ngoài ra, hôn nhân cận huyết còn có thể dẫn đến tình trạng thai lưu, sảy thai,…

Kết hôn cận huyết bản chất là cuộc hôn nhân giữa những người có chung huyết thống. Vì thế, hôn nhân cận huyết ảnh hưởng như thế nào thì hệ lụy đầu tiên phải kể đến là nó sẽ làm tăng nguy cơ suy giảm sức khỏe và tỷ lệ mắc các bệnh lý di truyền, làm suy thoái chất lượng nòi giống.

Trẻ được sinh ra từ cuộc hôn nhân cận huyết rất dễ mắc các bệnh dị dạng về xương, thiểu năng trí tuệ, phình to bụng, bạch tạng, tan máu bẩm sinh, thiếu men G6PD, hồng cầu liềm,… và nguy cơ tử vong là rất lớn. Cứ như thế, những bệnh lý này di truyền đến các thế hệ sau và kết quả là dần dần nòi giống sẽ bị suy thoái.

Đặc biệt, những đứa trẻ được sinh ra từ cha mẹ cùng huyết thống có tời 50% mang gen bệnh và 25% khả năng bị mắc bệnh Thalassemia (tan máu bẩm sinh di truyền). Bệnh lý này hiện chưa có biện pháp điều trị khỏi, chi phí trị bệnh vô cùng tốn kém và người bệnh sẽ phải điều trị cả cuộc đời nên trở thành gánh nặng cho cả xã hội và gia đình, khiến thế hệ tương lai phải gánh chịu nhiều hậu quả nặng nề.

Tình trạng kết hôn cận huyết xảy ra ở nước ta chủ yếu ở các vùng dân tộc ít người, vùng sâu xa vì họ không hiểu hết được hôn nhân cận huyết ảnh hưởng như thế nào đến nòi giống và sức khỏe. Cứ như vậy, chính những người trong cuộc rơi vào vòng luẩn quẩn giữa bệnh tật, đói nghèo và thất học.

**Ảnh hưởng của hôn nhân cận huyết thống đối với xã hội.**

Cuộc hôn nhân cận huyết không chỉ ảnh hưởng nghiêm trọng đến những đứa trẻ do người trong cuộc sinh ra mà nó còn tác động xấu đến đạo đức truyền thống, văn hóa, phá vỡ đi các mối quan hệ dòng tộc, gia đình. Theo thời gian, nó chính là tác nhân trực tiếp làm biến đổi các giá trị truyền thống văn hóa tốt đẹp của người Việt.

Thế nào là những người có cùng dòng máu về trực hệ

Những người cùng dòng máu về trực hệ là những người có quan hệ huyết thống, trong đó, người này sinh ra người kia kế tiếp nhau.

- Được hiểu như sau:

+ Ông bà X sinh ra Mẹ Y: Mẹ Y và ông bà X có cùng dòng máu trực hệ;

+ Mẹ Y sinh ra Y: Y và Mẹ Y có cùng dòng máu trực hệ nên Y và ông bà X cũng có cùng dòng máu trực hệ.

***Thế nào là những người cỏ họ trong phạm vi ba đời***

heo quy định giải thích tại Điều 3 Luật Hôn nhân và gia đình, những [người có họ trong phạm vi ba đời](https://tuvan.luatthaian.vn/tu-van-ket-hon) là những người cùng một gốc sinh ra gồm cha mẹ là đời thứ nhất; anh, chị, em cùng cha mẹ, cùng cha khác mẹ, cùng mẹ khác cha là đời thứ hai; anh, chị, em con chú, con bác, con cô, con cậu, con dì là đời thứ ba.

Như vậy, đời thứ nhất được xác định là cha, mẹ. Đời thứ hai được xác định gồm anh, chị, em ruột hoặc có cùng bố, hoặc cùng mẹ. Đời thứ ba được xác định là anh, chị, em là con của chú, của bác, của cô, của cậu.

Trường hợp của bạn, đời thứ nhất được xác định là cụ thân sinh ra hai bà của hai bạn. Đời thứ hai là bà của hai bạn. Đời thứ ba là cha mẹ của hai bạn. Hai bạn, như vậy, là đời thứ tư.

Theo sự giải thích trên, việc kết hôn của hai bạn không thuộc trường hợp bị cấm do có họ trong phạm vi ba đời.

# 

# 

# 

# 

*Cô: Lò Thị Chum –Nhân viên trạm y tế xã Huổi Lèng*

*Cung cấp kiến thức về chăm sóc sức khỏe vị thành niên*

*tới CBGVNV và học sinh Trường PTDTBTTHCS Huổi Lèng*

**CUNG CẤP KIẾN THỨC VỀ CHĂM SÓC SỨC KHỎE VỊ THÀNH NIÊN, THANH NIÊN**

**1. Vị thành niên là gì:**

Vị thành niên là người chưa đến độ tuổi được pháp luật coi là đủ khả năng để sử dụng quyền, làm nghĩa vụ và chịu trách nhiệm. Người chưa đủ 18 tuổi là vị thành niên.

Hiện nay pháp luật Việt Nam không có quy định cụ thể như thế nào là tuổi vị thành niên và chưa vị thành niên. Chỉ có quy định về người chưa thành niên là người từ đủ 16 tuổi đến dưới 18 tuổi và người thành niên là từ đủ 18 tuổi trở lên.

Tuy nhiên một thông tin có thể tham khảo là tổ chức Y tế Thế giới (WHO) quy định lứa tuổi 10 - 19 tuổi là độ tuổi vị thành niên. Tuổi vị thành niên (VTN) chia làm 3 giai đoạn:

- Giai đoạn đầu: 10 - 13 tuổi

- Giai đoạn giữa: 14 - 16 tuổi

- Giai đoạn cuối VTN: 17 - 19 tuổi

Tuổi VTN là giai đoạn có nhiều biến động, phát triển phức tạp hơn các giai đoạn trước. Do sự phát triển của tuyến yên và tuyến sinh dục, cơ thể trẻ VTN diễn ra hàng loạt những thay đổi mạnh mẽ về thể chất, sinh lý, đặc biệt là sự phát triển của cơ quan sinh dục giúp VTN nhận thức rõ về bản sắc giới của mình.

Sự phát triển cơ thể rõ rệt và dễ nhận thấy nhất là các dấu hiệu của tuổi dậy thì. Tuổi dậy thì ở các em nữ thường sớm hơn và trong khoảng từ 10-15 tuổi, các em nam bắt đầu dậy thì muộn hơn các em nữ chừng 2 năm, trong khoảng từ 12-17 tuổi. Đây là giai đoạn chuyển tiếp từ trẻ em sang người lớn trưởng thành thể hiện ở sự phát triển của cơ quan sinh dục và cơ thể nói chung chuẩn bị sẵn sàng cho hoạt động sinh sản.

Nồng độ của các nội tiết tố sinh dục (ở nữ là Estrogen, ở nam là Testosteron) tăng dần lên từ tuổi dậy thì đến khi trưởng thành. Biểu hiện rõ rệt nhất ở các em nữ là hiện tượng kinh nguyệt và ở các em nam là hiện tượng xuất tinh. Nồng độ nội tiết tố sinh dục tăng làm tăng nội tiết tố tăng trưởng, gây ra hàng loạt các thay đổi của các đặc tính sinh dục phụ, của hệ thống sinh dục và sự lớn lên của cơ thể.

Sự lớn lên và trưởng thành ở VTN xảy ra với tốc độ khác nhau giữa các cá nhân và phụ thuộc vào các yếu tố sinh học, tâm lý, kinh tế, văn hoá. - xã hội.

**Dậy thì ở nam**

Dấu hiệu đầu tiên là tinh hoàn bắt đầu to lên, kéo theo sự phát triển về kích thước của dương vật và xuất hiện lông mu, ria mép.

Các tuyến bã hoạt động mạnh và mụn trứng cá xuất hiện.

Thân hình cao lên nhanh chóng, các xương dài phát triển, bàn chân, bàn tay to lên, dài ra, khuỷu tay và đầu gối to lên đáng kể. Thanh quản mở rộng, vỡ tiếng. Tiếp đó là sự phát triển các cơ bắp ở ngực, vai, đùi. Các em bắt đầu có hình dáng đặc trưng của nam giới.

Giai đoạn dậy thì ở con trai được đánh dấu bằng hiện tượng xuất tinh trong giấc mơ (mộng tinh hoặc giấc mơ ướt).

**Dậy thì ở nữ**

Dấu hiệu đầu tiên phát triển núm vú cứng và quầng vú. Mọc lông ở mu và nách. Tử cung, âm đạo, buồng trứng phát triển và to ra. Xương hông to ra.

Các em gái lớn nhanh trước khi có kinh nguyệt. Các em phát triển chiều cao rất nhanh và khi 17 - 18 tuổi có thể cao bằng người phụ nữ trưởng thành. Các em gái ít khi có khối cơ phát triển mạnh như các em trai.

Các tuyến bã hoạt động mạnh và mụn trứng cá xuất hiện.

Giai đoạn dậy thì ở con gái được đánh dấu bằng hiện tượng kinh nguyệt lần đầu. Chỉ có một số ít các em gái có kinh muộn (17 - 19 tuổi).

 Về mặt tâm lý xã hội, tuổi VTN  tuy không còn là trẻ con nhưng cũng chưa thành người lớn. Trước sự thay đổi nhanh chóng về cơ thể và sinh lý, trẻ VTN có thể cảm thấy bối rối, lo âu và có nhiều băn khoăn, thêm nữa ;lại tò mò, muốn khám phá bản thân, muốn khẳng định mình là người lớn.

2. **NHỮNG ĐIỀU VỊ THÀNH NIÊN CẦN BIẾT!**

Vị thành niên là thời kỳ phát triển đặc biệt trong cuộc đời một con người, là thời kỳ xảy ra hàng loạt biến đổi nhanh chóng cả về thể chất lẫn tâm sinh lý và các mối quan hệ xã hội của trẻ, cần phải có sự chuẩn bị sẵn sàng để đón nhận những thay đổi ấy theo hướng tích cực và có lợi nhất.

  Vị thành niên là thời kỳ phát triển đặc biệt trong cuộc đời một con người, là thời kỳ xảy ra hàng loạt biến đổi nhanh chóng cả về thể chất lẫn tâm sinh lý và các mối quan hệ xã hội của trẻ, cần phải có sự chuẩn bị sẵn sàng để đón nhận những thay đổi ấy theo hướng tích cực và có lợi nhất.

Tuổi VTN thường được ấn định vào khoảng 10 đến 18 tuổi và có 3 giai đoạn: VTN sớm (10-13), VTN giữa (14-16) và VTN muộn (17-18). Thay đổi cơ thể và tâm sinh lý cũng như các mối quan hệ xã hội phụ thuộc vào từng giai đoạn cũng như giới tính của VTN. Bản chất của thay đổi này là nội tiết tố sinh dục tăng dần, cơ quan sinh dục phát triển và cơ thể chuẩn bị sẵn sàng cho hoạt động sinh sản. Hiện tượng được xem là mốc đánh dấu tuổi dậy thì ở các em nữ là hiện tượng kinh nguyệt và nam giới là hiện tượng xuất tinh.

Sự phát triển vượt trội về cơ thể được gọi là dậy thì với chiều cao tăng nhanh, thay đổi rõ rệt ở các cơ quan sinh dục phụ như vú, hệ thống da, lông, bộ phận sinh dục ngoài, biển đổi giọng nói, biến đổi thể hình đặc trưng của nam và nữ...  
Tâm lý các em biến đổi khác nhau phụ thuộc vào các giai đoạn VTN sớm, giữa và muộn, thể hiện ở việc quan tâm tìm hiểu những thay đổi của cơ thể, quan tâm đến giới tính, nhận định sự độc lập của cá nhân với gia đình và xã hội, phát triển tư duy trừu tượng, kỹ năng phân tích...

Thông thường VTN mong muốn phát triển cơ thể tốt, khỏe mạnh, tránh được các hành vi xấu, có hại, được quan tâm chia sẻ và được khẳng định bản thân, phát triển nhân cách tốt và được tôn trọng.

Tuy nhiên, cũng từ những những biến đổi tâm sinh lý rất đặc trưng của VTN ở thời kỳ này như nông nổi, chưa đủ kỹ năng phân tích vấn đề, muốn thoát ly sự kiểm soát của gia đình, chịu ảnh hưởng nhiều của bạn bè cùng trang lứa, muốn khám phá, thử nghiệm cái mới, ngộ nhận giữa tình bạn với tình yêu, muốn khẳng định bản thân...lại tiềm ẩn nhiều nguy cơ cho sự phát triển sức khỏe thể chất cũng như tinh thần. Các em có thể gặp tại nạn trong sinh hoạt, thể thao, giao thông; có thể mắc các bệnh truyền nhiễm, bệnh lây qua đường tình dục, có thể có thai ngoài ý muốn, bị bạo hành cơ thể, tinh thần và có trường hợp tử vong đáng tiếc.  
      Để có cơ thể tráng kiện, khỏe mạnh, cân đối, có trí óc sáng suốt VTN cần quan tâm chăm sóc sức khỏe sinh sản của mình và cần tập trung vào những nội dung sau:  
      - Chăm sóc dinh dưỡng: Thường sử dụng là chỉ số khối cơ thể (BMI: Body Mass Index) để đánh giá, bình thường chỉ số này từ 18,5-23kg/m2. Thấp hơn 18,5kg/m2 gọi là dinh dưỡng kém và cao hơn 23kg/m2 được xếp loại thừa cân. Chế độ ăn cần đa dạng và cân đối các nhóm thực phẩm: tinh bột, đạm, chất béo, chất khoáng và vitamin. Hạn chế thức ăn nhanh chứa nhiều acid béo không no và hàm lượng muối cao là tác nhân gây tăng mỡ máu, xơ vữa mạch khi dùng kéo dài. Hạn chế chất đường, đặc biệt các loại nước uống công nghiệp. Uống đủ nước từ 2 lít/ngày.

- Vận động hợp lý: thể dục hoặc tập chuyên biệt, hạn chế ngồi nhiều, ít vận động để phát triển cơ thể cân đối và tránh bệnh tật sau này. Hoạt động thể chất với sự tương tác xã hội cao giúp tăng tiết những chất trung gian hóa học có lợi cho sự phát triển và bảo vệ trí não.

- Vệ sinh cá nhân: vệ sinh răng miệng, mắt, thân thể thường xuyên vừa giúp tinh thần sảng khoái vừa loại trừ tác nhân truyền nhiễm trong quá trình tiếp xúc với môi trường bên ngoài. Đặc biệt VTN nữ cần quan tâm vệ sinh kinh nguyệt để tránh viêm nhiễm đường sinh sản, có thể gây ảnh hưởng đến việc thụ thai, sinh nở sau này.

 - Nói không với các chất gây nghiện, chất kích thích: thuốc lá, rượu bia, ma túy...Cần lưu ý rằng ma túy tổng hợp hiện nay được sản xuất với các sản phẩm rất đa dạng về hình thức mà người sử dụng nhiều khi không hay biết cho đến khi nghiện. Bạn trẻ cần luôn cảnh giác với các sản phẩm lạ, không có nhãn mác rõ ràng, không ghi rõ thành phần, không có địa chỉ sản xuất và nhà cung cấp...Tất nhiên, không tiếp xúc, không thử đồng nghĩa với không nghiện! Phòng tránh bằng cách kiên quyết không đặt bản thân vào tình huống bất khả kháng: tụ tập đông người, sử dụng các chất kích thích, đối tượng xấu rủ rê lôi kéo, bạn bè thách thức nhau...  
      - Có kế hoạch học tập hoàn thiện bản thân, mở rộng tầm nhìn: xây dựng khung kế hoạch cụ thể cho một ngày, một tuần...với các mục tiêu rõ ràng và ra quyết tâm thực hiện bằng được. Ngoài kiến thức thu nhận từ nhà trường, nên đặt ra cho bản thân một chỉ tiêu phấn đấu, tìm tòi kiến thức mới, đặc biệt kiến thức về đời sống xã hội.

- Học kỹ năng sống cơ bản: bơi, tự vệ cá nhân, kỹ năng thoát hiểm, kỹ năng phân tích tình huống, kỹ năng giao tiếp...Các kỹ năng này sẽ hữu ích cho cuộc sống của trẻ hiện tại và quyết định thành công trong tương lai.

Vị thành niên là quãng đời có thể xem là đẹp nhất của con người, cái tuổi còn vô tư “ăn chưa no, lo chưa tới” vì chưa chịu áp lực chịu trách nhiệm với bản thân, gia đình và xã hội; ngược lại là tuổi được gia đình và xã hội đặc biệt quan tâm.  Hiểu biết sâu sắc về đặc điểm của thời kỳ này sẽ giúp vị thành niên định hướng chăm sóc sức khỏe sinh sản hợp lý, khoa học, phát huy được lợi thế và hạn chế nguy cơ để đạt được sự phát triển tốt nhất cả về thể chất lẫn tinh thần./.

3. **Các vấn đề thường gặp ở lứa tuổi thanh thiếu niên**

Hiện nay khi xã hội càng phát triển con người càng chịu nhiều áp lực từ cuộc sống  xã hội hiện tại về mọi mặt. Hầu hết các thanh thiếu niên hiện nay đều có sự phát triển về sức khỏe thể chất vượt trội hơn trước nhưng phát triển về sức khỏe tinh thần thì tỷ lệ gặp nhiều khó  khăn  ngày càng gia  tăng. Các bệnh lý liên quan mà thanh thiếu niên thường hay gặp phải có liên quan đến tăng trưởng và phát triển, vấn đề học đường, những bệnh tật thời thơ ấu tiến triển kéo dài đến tuổi vị thành niên, rối loạn sức khoẻ tâm thần, và hậu quả của các hành vi nguy hiểm hoặc bất hợp pháp, bao gồm chấn thương, hậu quả pháp lý, mang thai, bệnh truyền nhiễm, và rối loạn sử dụng chất. Tai nạn giao thông và chấn thương do bạo lực học đường là nguyên nhân chính dẫn đến tử vong và tàn tật ở thanh thiếu niên.

Thanh thiếu niên là lứa tuổi “Bùng nổ” với sự phát triển và diễn biến tâm lý ở mỗi con người. Bởi vì  giai đoạn này thường các vấn đề về bản thân, quyền tự chủ, tình dục, và các mối quan hệ. "Tôi là ai, tôi đang đi đâu, và làm thế nào để tôi kết nối với tất cả mọi người trong cuộc sống của tôi?" là những bận tâm thường xuyên đối với hầu hết thanh thiếu niên ở giai đoạn tuổi này.

Trường học đóng vai trò quan trọng trong đời sống của thanh thiếu niên. Khó khăn trong hầu hết các lĩnh vực của cuộc sống lứa tuổi này thường liên quan đến trường học.

Rối loạn khả năng học tập có thể xuất hiện lần đầu tiên khi trường học đặt ra các yêu cầu khắt khe hơn, đặc biệt có thể xảy ra trong số những đứa trẻ thông minh mà trước đó đã thích ứng với những yêu cầu thấp hơn.

Đôi khi, khuyết tật nhẹ về trí tuệ không được phát hiện sớm là nguyên nhân của một số các vấn đề của trường học. Các rối loạn hành vi phát triển sớm ở tuổi thơ ấu, chẳng hạn như rối loạn tăng động/giảm chú ý, có thể tiếp tục gây ra vấn đề học đường cho thanh thiếu niên.

Các vấn đề đặc biệt của trường học bao gồm

- Sợ đi học

-  Sự vắng mặt mà không được phép (trốn học)

- Bỏ học.

- Thành tích học tập kém (đặc biệt là sự thay đổi về điểm số hoặc giảm khả năng học tập)

Từ 1% đến 5% thanh thiếu niên có dấu hiệu sợ đi học. Sự sợ hãi này có thể được khái quát hoá hoặc liên quan đến một người cụ thể (giáo viên hoặc một sinh viên khác, xem phần bắt nạt) hoặc sự kiện tại trường (như lớp giáo dục thể chất). Trẻ vị thành niên có thể phát triển các triệu chứng thể chất, chẳng hạn như đau bụng, hoặc có thể chỉ đơn giản là từ chối đi học. Nhân viên nhà trường và các thành viên trong gia đình nên xác định lý do (nếu có) của sự sợ hãi và khuyến khích thanh thiếu niên đi học.Thanh thiếu niên trốn học hoặc rời trường nhiều lần thường đã quyết tâm bỏ học. Những thanh thiếu niên này thường có thành tích học tập thấp và ít thành công hoặc cảm thấy ít hài lòng khi tham gia các hoạt động liên quan đến trường học. Họ thường có những hành vi có nguy cơ cao, như có quan hệ tình dục không an toàn, dùng ma túy và sử dụng bạo lực học đường.

Các vấn đề của trường trong những năm vị thành niên có thể do

- Sự nổi dậy và nhu cầu độc lập (phổ biến nhất).

- Các rối loạn về sức khoẻ tâm thần, như lo lắng hoặc trầm cảm.

-  Sử dụng chất gây nghiện.

-  Xung đột gia đình.

-Rối loạn học.

- Rối loạn hành vi.

Khi thanh thiếu niên bắt đầu tìm kiếm sự tự do, mong muốn của chúng có thể trái ngược với mong muốn của cha mẹ để giữ cho con được an toàn. Thanh thiếu niên nổi dậy bằng nhiều cách khác nhau, chẳng hạn như từ chối đi học hoặc uống rượu. Thanh thiếu niên đang lo lắng hoặc chán nản có thể từ chối điều trị hoặc ngừng dùng thuốc theo đơn Tất cả những hành vi thử thách này có thể có nguyên nhân là các vấn đề trong gia đình và ở nhà trường. Chính vì vậy bạn hãy đưa trẻ tới các trung tâm sức khỏe tâm thần để được hỗ trợ kịp thời. Các vấn đề về trường học, đặc biệt khi liên quan đến học tập hoặc khó khăn trong tập trung nên được xác định các bác sỹ lâm sàng cùng giáo viên nhà trường và cha me, Nếu có rối loạn khả năng học tập hoặc khuyết tật về trí tuệ, các dịch vụ thích hợp nên được cung cấp thông qua kế hoạch giáo dục cá nhân. Những thay đổi về môi trường học tập và đôi khi điều trị có dùng thuốc có thể rất hữu ích cho những học sinh gặp khó khăn. Thanh thiếu niên  khi gặp khó khăn và có nguy cơ bỏ học cần được cung cấp thêm các được thông tin về các lựa chọn giáo dục khác hoặc chương trình đào tạo nghề và các chương trình thay thế.

4.**Những điều đáng lo ngại ở tuổi vị thành niên và giải pháp**

Lứa tuổi này vẫn đang trong giai đoạn trẻ học tập ở nhà trường nhưng rất dễ bị ảnh hưởng những điều xấu từ xã hội. Những điều đáng lo ngại nhất cho mỗi gia đình có trẻ vị thành niên có thể kể ra những lo ngại nổi bật nhất:

**4.1. Quan hệ yêu đương sớm:**

**Nguyên nhân và hậu quả:** Trẻ vị thành niên có trí tuệ, thân thể phát triển nhanh hơn, thêm vào đó là với lượng thông tin về tình cảm lứa đôi và giới tính (có thông tin có lợi nhưng cũng có rất nhiều thông tin không lành mạnh)…, là nguyên nhân dẫn đến việc trẻ thích khám phá, tìm tòi tri thức về đặc điểm bạn khác giới, tình cảm đối với bạn khác giới, tìm hiểu về sự phát triển của cơ thể bản thân. Bởi vậy một số học sinh bậc trung học cơ sở, trung học phổ thông tự ngộ nhận mình đang yêu. Tình yêu ở "tuổi học trò" xuất hiện.

Trẻ vị thành niên nói chung, học sinh bậc trung học nói riêng yêu sớm là vấn đề khiến các bậc cha mẹ và thầy cô cảm thấy không yên tâm. Trong lớp học hay ở nhà, các em "đang yêu" có biểu hiện bề ngoài rất yêu đời, hay hát những bài hát có những ca từ ca ngợi tình yêu đôi lứa, hay mơ mộng, thích làm đẹp và "không thích" học tập nữa. Tình trạng có chiều hướng xấu đi là từ học sinh giỏi, chăm ngoan trở thành học sinh cá biệt, thích làm nổi, không thuộc bài khi ở lớp, về nhà thường nói dối cha mẹ, người lớn trong gia đình, bắt đầu tiêu xài tiền phung phí… Đôi khi do áp lực học tập căng thẳng và do nhận thức không đúng, trẻ đã tìm đến "tình yêu" để cảm thấy được "thư giãn" đầu óc (?). Thậm chí, học sinh yêu sớm đến mức mù quáng muốn làm người lớn về chuyện tình dục. Học sinh nam, nữ yêu nhau rủ nhau vào nhà nghỉ hoặc có hành vi sinh hoạt tình dục thiếu an toàn.

**Việc cần giúp trẻ:**

Khi đã phân tích rõ các nguyên nhân về thể chất, tâm lý, môi trường sống, áp lực của việc học… thì việc hạn chế hiện tượng học sinh trung học yêu sớm là có thể và cần làm ngay trước khi quá muộn.

*- Thứ nhất,* để giúp trẻ có thể trưởng thành khỏe mạnh, cha mẹ, thầy cô giáo và xã hội cần phải kết hợp với nhau. Đó chính là thực hiện tốt mối quan hệ ba môi trường giáo dục: gia đình - nhà trường và xã hội; nhắm đúng vào thực tế của trẻ để tìm những biện pháp đề phòng tích cực giúp trẻ thấy việc học tập là thích thú, là bổn phận của mình.

*- Thứ hai,* ngăn chặn tình trạng yêu sớm ở học sinh không chỉ là trách nhiệm của nhà trường, cha mẹ mà là của toàn xã hội. Nhà trường nên tổ chức các hoạt động giáo dục phong phú, đa dạng phù hợp với lứa tuổi như mở các lớp chuyên đề, sinh hoạt ngoại khóa về phát triển giới tính của trẻ, tình bạn trong học sinh, cách học tập đạt hiệu quả; hoặc tổ chức các phong trào văn nghệ, thể thao. Bên cạnh đó, tổ chức cho các em đọc tham khảo những sách giáo khoa, tài liệu do các cơ quan có trách nhiệm ban hành như Bộ GD&ĐT, Bộ Y tế đề cập đến nội dung giáo dục giới tính, tâm sinh lý  lứa tuổi dậy thì, quá trình thay đổi phát triển của các bộ phận cơ thể. Điều này hướng các em thiết lập những mối quan hệ lành mạnh giữa bạn trai - bạn gái. Tất cả các hoạt động trên đều phải dựa trên tiền đề tôn trọng nhân cách của các em, tạo tâm lý thoải mái, gợi mở để các em tâm sự, tự tin nêu lên những thắc mắc về các góc độ (cơ thể, tâm sinh lý, kiến thức SKSS). Song song đó, cha mẹ phải luôn là người gần gũi, xử lý tốt mối quan hệ với trẻ. Từ đó hiểu trẻ hơn, kịp thời phát hiện những biểu hiện, hành động của con cái và có định hướng tư tưởng, tư vấn cho trẻ. Dẫu cha mẹ biết trước tình yêu này thường chẳng bền lâu nhưng cũng tuyệt đối không được dùng mọi biện pháp đe dọa, ngăn chặn bởi điều này có thể gây ra một số hậu quả tiêu cực, đặc biệt với những đứa trẻ có cá tính mạnh.

*- Thứ ba,* tiến hành trang bị kiến thức về SKSS, giáo dục giới tính cho học sinh theo đặc điểm lứa tuổi và từng giới. Trong thời kỳ thanh xuân của học sinh trung học, sẽ xuất hiện sự khác biệt sự hoàn thiện về sinh lý và chưa thành thực về đạo lý. Vì vậy, khi giáo dục giới tính, tình bạn, tình yêu cho các em cũng phải chú ý phù hợp từng loại đối tượng. Như đối với số trẻ chưa yêu thì khi giáo dục chủ yếu là tiến hành các hình thức giáo dục đề phòng, ngăn chặn trẻ bước vào con đường yêu sớm. Nhưng đối với trẻ vừa mới yêu thì chủ yếu là tiến hành các hình thức giáo dục, thuyết phục để trẻ nhận thức được sự nguy hại của việc yêu sớm, tự giác chuyển hướng vào học tập. Đối với những học sinh đã yêu và không thể tự rút ra được thì hướng giáo dục chủ yếu là bảo vệ, ngăn chặn những việc đáng tiếc có thể xảy ra.

**4.2. Quan hệ tình dục sớm:**

**Nguyên nhân và Hậu quả:** Có nhiều nguyên nhân như hiện tượng yêu đương sớm. Nhưng tiến tới quan hệ tình dục sớm sẽ có những hậu quả nặng nề hơn. Do sự phát triển cơ thể chưa hoàn chỉnh, vì vậy hành vi tình dục ở độ tuổi vị thành niên thường không kiểm soát và thường dẫn đến thai nghén ngoài ý muốn.  Nếu mang  thai ở tuổi vị thành niên sẽ liên quan đến một số hậu quả nghiêm trọng cho sức khoẻ tình dục như nạo phá thai, sẩy thai, sinh thiếu cân, đẻ non, thai nhỏ so với tuổi thai, tử vong mẹ. Đây thực sự là một thảm họa, là gánh nặng cho bản thân, cho gia đình và xã hội. Chính sự mang thai ở tuổi vị thành niên cũng gây ảnh hưởng nặng nề đến sự phát triển thể chất và tâm sinh lý cũng như phát triển trí tuệ sau này. Quan hệ tình dục không an toàn có nguy cơ mắc các bệnh lây truyền qua đường tình dục đang là nỗi lo ngại của cộng đồng (lậu, giang mai, HIV...).

Ngoài hậu quả với bản thân, quan hệ tình dục sớm còn tạo ra những hậu quả về kinh tế, xã hội: Hạn chế khả năng học tập hoặc bỏ học dẫn đến giảm cơ hội tìm được việc làm tốt hoặc từ bỏ quyền làm mẹ, có khi giết đứa trẻ mới sinh hoặc bi quan tự sát, làm gái mại dâm...  Điều kiện kinh tế khó khăn sẽ ảnh hưởng chất lượng cuộc sống của cả mẹ và con. Nhà nước phải chi trả trực tiếp trợ cấp về y tế, xã hội để giải quyết khó khăn cho mẹ và con; làm tăng tốc độ phát triển dân số; điều kiện chăm sóc trẻ và sức khỏe của người mẹ không được tốt.

**Việc cần giúp trẻ:** Phải dạy cho các em những kiến thức, kỹ năng cụ thể như cách từ chối tình dục, cách giữ gìn thân thể, cách thoát hiểm... Tùy theo lứa tuổi mà có phương thức, nội dung phù hợp. Ở trường học nên tổ chức vào giờ ngoại khóa, sinh hoạt chủ đề, phòng tư vấn và tùy nội dung có thể nam, nữ học riêng. Tại nhà bố mẹ nên dành thời gian trò chuyện tâm sự, giữa mẹ với con gái, bố với con trai. Đây chính là chìa khóa giúp con biết cách tự vệ, giữ gìn bản thân ở mọi hoàn cảnh,  khi người khác có cái nhìn khiếm nhã, có động tác đụng chạm, người lạ rủ đi chơi, dụ cho ăn uống, cho quà... Vấn đề mấu chốt là trang bị cho con gái lứa tuổi vị thành niên kỹ năng sống và biết cách từ chối trước những đòi hỏi hoặc dụ dỗ từ bạn tình; những cách ứng xử hợp lý trong mọi tình huống để giúp con tránh được những nguy cơ có thể đến với chúng. Đặc biệt không được trẻ tự ý phá thai ở những cơ sở y tế không an toàn cho trẻ.

**4.3. Trẻ vị thành niên trầm cảm:**

**Dấu hiệu:**Những dấu hiệu giúp chúng ta biết trẻ vị thành niên bị trầm cảm

**- Không quan tâm tới các hoạt động yêu ích:**Đây là dấu hiệu báo động đầu tiên cho thấy trẻ có những thay đổi về tâm trạng.

**- Rối loạn giấc ngủ:**Ngủ quá nhiều hoặc quá ít đều có thể là dấu hiệu trầm cảm ở tuổi vị thành niên. Yếu tố khác phụ huynh nên nhận thấy cùng với những thay đổi mô hình giấc ngủ là trẻ có thể làm trái với những hoạt động thường ngày của mình.

**- Thiếu tương tác xã hội:**Nếu trẻ vốn thân thiện, vui vẻ và hướng ngoại bỗng thu mình dưới một lớp vỏ, đó có thể là dấu hiệu trẻ đang phải chịu đựng trầm cảm.

**- Nói về tự sát:**Một đứa trẻ khỏe mạnh và tâm lý ổn định sẽ không nói về tự sát. Nhưng nếu trẻ bắt đầu trở nên quá tò mò về tự sát, bắt đầu tìm kiếm các chủ đề, bài báo về tự sát. Bạn không nên bỏ qua dấu hiệu này. Hãy nói chuyện với con bạn về lý do tìm kiếm thông tin về tự sát. Bạn có thể nhờ chuyên gia tư vấn về điều này.

**- Thay đổi thói quen ăn uống:**Thói quen ăn uống có liên quan nhiều đến trạng thái tâm lý của bạn. Điều này cũng đúng với trẻ vị thành niên. Vì vậy, nếu con bạn ăn quá nhiều hoặc quá ít, bạn nên chú ý. Thay đổi thói quen ăn uống có thể do con bạn có những thay đổi tâm trạng mà bạn cần lưu tâm.

**- Xuống hạng:**Nếu trẻ bắt đầu sa sút về lực học cùng với những thay đổi về chế độ ăn, ngủ thì có thể do trẻ đang trải qua những biến đổi tâm lý sâu sắc. Đây là có thể là dấu hiệu của trầm cảm.

**- Quá nhạy cảm:**Trẻ vị thành niên bị trầm cảm thường có tâm trạng quá nhạy cảm. Điều này thể hiện khi hội thoại cùng cha mẹ, ở những câu nói mang tính hờn dỗi như "bố mẹ không yêu con", "bố mẹ không có thời gian dành cho con". Đây có thể là một dấu hiệu đáng báo động.

**- Thay đổi tâm trạng:**Khó chịu, buồn bã, hiếu động, cô đơn, hạnh phúc thái quá là một số cảm xúc trẻ sẽ phải đối mặt khi bị trầm cảm.

**Nguyên nhân:**Nguyên nhân gây trầm cảm vẫn chưa được biết rõ, nhưng có rất nhiều vấn đề có liên quan tới chứng bệnh này như:

**- Sinh học**: các chất dẫn truyền thần kinh dẫn truyền các tín hiệu tới các phần khác của não và cả cơ thể. Khi những chất hóa học này bị hư hoặc biến đổi, chức năng của thụ thể thần kinh và hệ thần kinh cũng bị thay đổi, dẫn tới trầm cảm.  
 **- Nội tiết tố**: các thay đổi trong việc cân bằng các nội tiết tố của cơ thể có thể gây trầm cảm.

**- Các đặc điểm di truyền**: trầm cảm thường gặp hơn ở những người có người thân mắc chứng trầm cảm

**- Các trải nghiệm đau thương từ thuở nhỏ**: các sự kiện đau thương trong thời thơ ấu như bị lạm dụng thể xác hoặc tinh thần, hoặc mất cha mẹ có thể làm thay đổi trong não bộ, làm cho người đó dễ bị trầm cảm hơn.

**- Quen suy nghĩ tiêu cực**: trầm cảm tuổi teen có thể có liên quan tới việc quen cảm giác bất lực hơn là cảm thấy có khả năng tự tìm được cách giải quyết cho những thử thách trong cuộc sống.

**Việc cần làm:**Nếu các triệu chứng trầm cảm đang bắt đầu hoặc tiếp tục quấy rầy cuộc sống của con bạn, hãy gặp bác sĩ hoặc chuyên gia tâm lý được huấn luyện làm việc với trẻ vị thành niên. Các triệu chứng trầm cảm không tự mất đi – và chúng có thể trở nên tệ hơn hoặc dẫn tới các vấn đề khác nếu không được chữa trị. Rất nhiều trường hợp cần phải chữa trị bằng thuốc, do bác sỹ chỉ định. Trẻ vị thành niên bị trầm cảm có nguy cơ tự tử mặc dù các triệu chứng không quá nghiêm trọng.   
- Để đạt hiệu quả tốt hơn, hãy nói với con cùng chuẩn bị với bạn. Lập một danh sách bao gồm:

- Bất kì triệu chứng nào mà trẻ có, cả những triệu chứng có vẻ như không liên quan tới chứng bệnh của trẻ.

- Những thông tin cá nhân chính yếu như bất kì căng thẳng nào trong cuộc sống hoặc các thay đổi gần đây trong cuộc sống của trẻ.

- Tất cả loại thuốc, vitamin, các loại thảo dược hay thuốc bổ mà trẻ đang uống.  
- Các câu hỏi mà bạn và trẻ muốn hỏi bác sĩ.

**4.4. "Nổi loạn" ở tuổi vị thành niên**

**Nguyên nhân và biểu hiện:**Do thay đổi sinh lý và các tuyến nội tiết trong cơ thể nên trẻ vị thành niên dẫn đến những rối loạn tâm lý. Đặc biệt khi bị thêm áp lực về học tập hoặc những xung đột trong gia đình thì trẻ dễ bị kích thích, hay nổi cáu vô cớ. Trẻ có thể đánh bạn, đánh em, cãi lại và có nhiều hành vi hỗn láo với bố mẹ hoặc giáo viên. Mệt mỏi thường xuyên nên trẻ hay bỏ học. Khó tập trung chú ý, vì thế trẻ rất lơ đễnh trong nghe giảng. Trí nhớ sút kém, do vậy trẻ không nhớ được nội dung bài học, không nhớ được những điều bố mẹ dặn dò. Hay có ý định và hành vi tự sát do chán nản, bi quan, học tập sút kém, do bị ảnh hưởng của game bạo lực. Nhiều trẻ đã bỏ nhà đi lang thang khi có những kẻ xấu lôi kéo.

**Việc cần làm:**Chúng ta cần hết sức bình tĩnh vì theo giáo sư thần kinh học Gina Rippon, đến từ Đại học Aston (Anh), đã "biện hộ" cho trẻ vị thành niên nổi loạn. Theo bà, cha mẹ và giáo viên không nên quá đau khổ khi một đứa trẻ bỗng trở nên khó bảo vào giai đoạn vị thành niên. Sự nổi loạn ấy như một hệ quả tất yếu khi não bộ được nâng cấp từ trẻ em sang người lớn với nhiều thay đổi có thể ảnh hưởng đến nhận thức và hành vi của trẻ. Nói đúng hơn, sự nổi loạn có thể đơn giản là một chút "chập mạch" như khi bạn cố nâng cấp "cỗ máy" não bộ.

 Rất may mắn, sự bốc đồng của thiếu niên hoàn toàn khác biệt với sự bốc đồng của người lớn, xét theo các mặt hoạt động thần kinh. Vì thế, giai đoạn ẩm ương của thiếu niên thực sự là dấu hiệu của quá trình tinh chỉnh các hoạt động thần kinh nhằm tạo ra người lớn chín chắn hơn. Nhưng điều đó không có nghĩa là bạn phải "bó tay" trước mọi hành vi nổi loạn của con mình. Trẻ vị thành niên vẫn cần có một hệ thống rất khéo léo liên kết giữa nỗ lực và phần thưởng. Thực sự, hầu hết các bé đều đang cố kháng cự lại những phút nổi loạn. Hãy động viên và khuyến khích trẻ đúng lúc, bạn sẽ thấy hiệu quả.

**5. Đặc trưng tâm lý vị thành niên**

Tuổi vị thành niên là giai đoạn chuyển tiếp giữa tuổi trẻ em và tuổi trưởng thành. Ở độ tuổi trẻ em, mọi thay đổi, phát triển và hoạt động đều phụ thuộc vào người chăm sóc, còn người trưởng thành cần đạt được những phương thức tồn tại độc lập, tuổi vị thành niên là giai đoạn giao thoa: không còn là trẻ con cũng chưa phải là người lớn. Chính vì vậy, với mỗi cá nhân đây giai đoạn có nhiều thay đổi về cả thể chất lẫn tâm lý chi phối đến các giai đoạn tương lai sau này.

Nhiều tác giả nhìn nhận tuổi vị thành niên là một giai đoạn khủng hoảng, theo tổ chức Y tế thế giới, tuổi vị thành niên là giai đoạn từ 10 – 19 tuổi. Ở tuổi vị thành niên, các em phải đương đầu với hàng loạt thách thức như sự biến đổi nhanh về thể chất, tâm sinh lý, tình yêu, tình bạn, những hiện tượng sinh lý sinh dục mới xuất hiện (kinh nguyệt, sự ham muốn về tình dục...), sự lối kéo và sức ép từ phía bạn bè, chưa có hiểu biết và chưa được trải nghiệm các kỷ năng tự bảo vệ, khó khăn trong mối quan hệ với người lớn...chính vì vậy giai đoạn này cá nhân tự đặt lại vấn đề, tự vấn về bản ngã, cơ thể, gia đình, bạn bè, nhà trường và xã hội. Mỗi cá nhân đều muốn khẳng định bản thân, nhìn nhận bản thân đã trưởng thành, hành động bộc phát, cảm tính… thường đi ngược với những mong muốn của người lớn, nên trong giai đoạn này xung đột thế hệ rất dễ xảy ra. Những điều này khiến cho giai đoạn vị thành niên trở thành giai đoạn khó khăn, tồi tệ thậm chí còn đau khổ nếu không được nhìn nhận và thấu hiểu đúng cách trong độ tuổi này.

Tuy nhiên, không có nghĩa chúng ta nhìn nhận những khủng khoảng trong giai đoạn này là khó khăn, tiêu cực vì đây là giai đoạn nhận biết, học tập một cuộc sống mới, xây dựng bản ngã, cái tôi cá nhân… do đó càng cần phải tìm cách giải quyết tốt những khủng hoảng trong giai đoạn này.

**Những thách thức tâm lý ở tuổi vị thành niên.**

**Hình thành bản ngã mới**

Tác động tâm lý quan trọng nhất đối với vị thành niên là hình thành một bản ngã mới. Sự thất bại trong việc hoàn thành một bản ngã riêng vẹn toàn hầu như chắc chắn tạo ra ảnh hưởng xấu đến tâm lý sau này. Điều này được Waterman chứng minh (1992), ông đã điểm lại các nghiên cứu cho thấy mối liên hệ chặt chẽ giữa sự hình thành bản ngã và hoạt động tâm lý có hiệu quả.

Thanh thiếu niên có nhiệm vụ tạo nên cá tính riêng có tính độc đáo và đặc trưng. Tuy nhiên, trong quá trình phát triển ý thức về bản ngã riêng, cũng sẽ nỗ lực vô thức duy trì sự liên tục tính cách riêng biệt của cá nhân (Erikson,1968). Trong quá trình bản ngã riêng phát triển, theo thời gian, sự trưởng thành diễn ra, đưa thanh thiếu niên đến độ tuổi trưởng thành.

**Các chức năng của bản ngã**

Adams và Marshall (1996) nêu ra các chức năng được ghi nhận thông thường nhấy về bản ngã cá nhân:

- Cung cấp cấu trúc cho sự hiểu biết ta là ai

- Cung cấp ý nghĩa và phương hướng thông qua sự thể hiện, các giá trị và mục đích

- Cung cấp ý thức về tự chủ và ý chí tự do

- Giúp tạo tính bền vững, tính gắn kết vầ sự hòa hợp giữa các giá trị, niềm tin và các cam kết.

- Giúp nhận biết tiềm năng thông qua ý thức về khả năng trong tương lai và những lựa chọn thay thế.

  Adam và Marshall cũng cho rằng việc tìm kiếm bản ngã là một quá trình liên tục không chỉ giới hạn trong độ tuổi vị thành niên. Hai ông chỉ ra rằng bản ngã riêng có thể thay đổi do ý thức cao về bản thân, và rằng có những điểm nhạy cảm trong suốt quá trình sống, một trong những điểm đó tuổi vị thành niên, là mức mà việc lấy cái tôi làm trọng tâm và sự hình thành bản ngã được nâng cao. Dù chúng ta đồng ý rằng việc tìm kiếm bản ngã là một quá trình tiếp tục suốt đời, tuy nhiên việc hình thành bản ngã là nổi bật hơn ở tuổi vị thành niên và là đặc điểm trung tâm của lưa tuổi này.

**Cá thể hóa**

Trong khi trẻ em sống chan hòa cùng bố mẹ và gia đình, thì vị thành niên đi vào môt khoảng không gian riêng trở thành một cá nhan tách biệt. Nói một cách khác, sự cá thể hóa đã diễn ra. Quá trình cá thể hóa bao gồm sự phát triển tính độc lập tương đối với mối quan hệ gia đình, sự suy yếu các mối quan hệ ràng buộc với các đối tượng trước đây là quan trọng với trẻ, và một khả năng gia tăng để nhận vai trò chức năng như là một thành viên của xã hội người lớn (Archer,1992).

Thanh thiếu niên có thể xây dựng các quan niệm về bản thân trong hoàn cảnh có các mối quan hệ với người khác, nhưng đồng thời cũng tìm cách thiết lâp sự tách biệt bằng các ranh rới. Như thế , quá trình xã hội hóa của thanh thiếu niên, một mặt dựa trên sự cân bằng giữa cá thể hóa với việc tạo thành bản ngã riêng, và mặt khác là hòa nhập với xã hội (Adam và Marshall). Nếu không hoàn thành được sự cân bằng này, thì có thể xảy ra các khủng hoảng cá nhân đối với vị thành niên. Ví dụ, nếu như cá nhân vị thành niên tìm kiếm mức độ cá nhân hóa rất cao thì hậu quả có thể phá hỏng các mối quan hệ bạn bè cùng trang lứa. Điều này có thể khiến các em bị loại trừ khỏi tập thể. Trong trường hợp này, cá nhân các em sẽ tìm kiếm môt cá nhân khác tương đồng cùng lứa tuổi. Cũng có thể hậu quả là cảm nhận của vị thành niên về sự đánh giá của người khác sẽ bị giảm bớt.

Thay vì tìm một mức độ cao về cá thể hóa, một số vị thành niên làm ngược lại, là tìm sự gắn kết tốt đa với người khác. Điều này có thể khiến các em dễ gặp khó khăn trong việc thích nghi với hoàn cảnh mới khi phải tự đối phó với các tình huống cụ thể.

**Những đáp ứng xúc cảm**

Khi ở trong độ tuổi vị thành niên các em phải liên tục thích nghi với những hoàn cảnh, va chạm và kinh nghiệm mới, đồng thời các em cũng phải thích nghi với những thay đổi về sinh học, nhận thức và tâm lý. Các mặt này đều căng thẳng và gây lo lắng cho các em. Bởi vậy, không có gì là ngạc nhiên khi than thiếu niên bộc lô sự chịu đựng, chấp nhận, thích nghi kém. Chính vì vậy, tạo sự khó khăn trong việc kiểm soát và chỉnh sửa các đáp ứng hành vi. Các kích động có giá trị tương đối nhỏ đối với người lớn, nhưng nếu ở độ tuổi vị thành niên nó có thể tạo ra sự chuyển biến tâm trạng mạnh mẽ khiến cá nhân phản ứng ở mức độ xúc đông cao gồm có  sự hung hăng, giận hờn, buồn bã, chán nản hay bối rối. Rõ ràng là ở độ tuổi vị thanh niên có một thời gian khó khăn trong việc đối phó với sự căng thẳng cao độ về cảm xúc và các phản ứng của mình.

Thông qua buổi tuyên truyền giúp trang bị cho các em học sinh những kiến thức để tự chăm sóc sức khỏe tuổi vị thành niên, kỹ năng ứng xử trước sự thay đổi về tâm, sinh lý; Những kỹ năng sống cần cho sự phát triển về sức khỏe của vị thành niên, cách để tránh bị lạm dụng tình dục, phòng tránh bệnh lây truyền qua đường tình dục và HIV/AIDS, tránh mang thai ngoài ý muốn. Chăm sóc sức khỏe sinh sản vị thành niên là việc làm quan trọng, cần nhận được sự quan tâm, vào cuộc của toàn xã hội. Qua đó, không chỉ giúp các em phát triển một cách toàn diện về tâm sinh lý mà còn góp phần phòng ngừa các tệ nạn và các hậu quả đáng tiếc có thể xảy ra./.

Tác giả: cô giáo Nguyễn Thị Nguyệt