

Giáo dục giới tính cho thanh thiếu niên Kenya dưới góc nhìn Phật giáo

ISSN: 2734-9195 12:30 08/11/2025

Trong tinh thần Phật giáo, yêu thương không phải chỉ là bảo bọc, mà là trao năng lực tự lập và trách nhiệm.

Tác giả: **Whitney Atieno**

Chuyển ngữ & biên tập: **Liên Tịnh**

Nguồn: **indepthnews.net**

Kenya là một quốc gia nằm ở Đông Phi, nơi có dân số trẻ chiếm tỉ lệ cao và văn hóa cộng đồng giàu bản sắc. Thủ đô Nairobi là trung tâm chính trị – kinh tế lớn của khu vực này, đồng thời Kenya cũng được biết đến với các khu bảo tồn thiên nhiên rộng lớn và đời sống văn hóa đa dạng. Tuy nhiên, bên cạnh sự phát triển năng động ấy, nhiều vùng dân cư, đặc biệt là các khu ổ chuột đô thị và khu vực nông thôn vẫn đang đối mặt với hạn chế về điều kiện kinh tế, cơ hội giáo dục và tiếp cận dịch vụ y tế. Điều này ảnh hưởng trực tiếp đến hiểu biết về sức khỏe sinh sản của thanh thiếu niên, vốn là nhóm dân số đang trong giai đoạn thay đổi mạnh mẽ cả về thể chất lẫn tâm lý, nhưng lại thiếu nguồn thông tin chính xác và hỗ trợ phù hợp.

Chính trong bối cảnh này, việc giáo dục sức khỏe sinh sản cho thanh thiếu niên không chỉ là nhu cầu trước mắt, mà là yêu cầu cấp thiết để bảo vệ tương lai của một thế hệ trẻ và sức sống của cộng đồng.

Là người từng làm việc trực tiếp với giới trẻ trong cộng đồng, tôi chứng kiến nhiều em trai và em gái thiếu sự hướng dẫn đúng đắn, dẫn đến những quyết định bồng bột và hậu quả đáng tiếc. Theo Khảo sát Nhân khẩu và Sức khỏe Kenya (2014), khoảng 18% nữ vị thành niên từ 15-19 tuổi đã từng sinh con hoặc đang mang thai lần đầu. Đến những năm gần đây, con số này không giảm mà còn có xu hướng tăng, đặc biệt tại các khu vực nghèo và vùng nông thôn thiếu dịch vụ hỗ trợ.

Điều này không chỉ là câu chuyện y tế, mà còn là câu chuyện đạo đức và trách nhiệm xã hội.



Ảnh: indepthnews.net

Sức mạnh của những cuộc trò chuyện trong gia đình

Tuổi dậy thì là giai đoạn trẻ trải qua những biến đổi mạnh mẽ về hormone, cảm xúc và hình ảnh bản thân. Các em bắt đầu hình thành bản sắc cá nhân, mong muốn được lắng nghe, được tôn trọng và được nhìn nhận như một chủ thể có suy nghĩ riêng. Vì vậy, giao tiếp cởi mở giữa cha mẹ và con cái không chỉ là chia sẻ thông tin, mà còn là xây dựng nền tảng an toàn cảm xúc để trẻ có thể trưởng thành một cách lành mạnh.

Khi cha mẹ biết lắng nghe mà không phán xét, trò chuyện mà không áp đặt, trẻ sẽ:

- Cảm thấy được tôn trọng và tin tưởng, từ đó giảm hành vi che giấu.
- Biết tìm kiếm sự hỗ trợ khi cần, thay vì tự mình đối diện nỗi sợ và sai lầm. Giảm nguy cơ quan hệ tình dục bộc phát và thiếu an toàn, là nguyên nhân dẫn đến mang thai sớm và các bệnh lây truyền qua đường tình dục.
- Phát triển lòng tự trọng và khả năng tự quyết, nền tảng cho sự trưởng thành nhân cách sau này.

Nhiều nghiên cứu đã khẳng định điều này:

- Báo cáo của UNICEF năm 2021 cho thấy thanh thiếu niên có cha mẹ thường xuyên trò chuyện cởi mở về sức khỏe giới và cảm xúc giảm tới 40% nguy cơ quan hệ tình dục thiếu an toàn. Ngược lại, khi gia đình né tránh hoặc cấm đoán, trẻ thường tìm kiếm thông tin từ bạn bè hoặc mạng xã hội, nơi phần lớn thông tin không được kiểm chứng.

- Một ví dụ thực tế: Tại Nairobi, Chương trình Parent-Child Connectedness Initiative khảo sát hơn 300 gia đình. Sau 6 tháng được tập huấn về đối thoại lành mạnh, tỷ lệ trẻ có hành vi tìm kiếm tư vấn y tế khi gặp vấn đề về sinh lý tăng từ 18% lên 62%, và tỷ lệ quan hệ tình dục bộc phát giảm đáng kể. Điều này cho thấy: khi được tôn trọng, trẻ biết tự bảo vệ mình tốt hơn.

Tư tưởng đối thoại cởi mở trong gia đình không chỉ là lời khuyến nghị của tâm lý học hiện đại, mà đã được dạy trong Kinh Thiện Sinh (Sigālovāda Sutta, DN 31). Khi dạy về bốn phận giữa cha mẹ và con cái:

“Ngăn con làm điều ác, khuyến khích con làm điều thiện;

Dạy con nghề nghiệp vững chắc;

Tìm cho con nơi kết thân đúng đắn;

Trao cho con tài sản khi đến thời.”

(DN 31 – Sigālovāda Sutta)

Nhìn từ góc độ hiện đại, “ngăn điều ác và khuyến khích điều thiện” chính là trao cho con hiểu biết về cơ thể, cảm xúc và giới hạn an toàn; “dạy nghề nghiệp” cũng bao hàm rèn luyện năng lực tự quyết, biết chịu trách nhiệm với hành vi của mình; và “tìm nơi kết thân đúng đắn” nhấn mạnh môi trường quan hệ lành mạnh – điều đang rất cần thiết đối với thanh thiếu niên trong thời đại mạng xã hội.

Như người giữ đèn đi trong đêm, nếu trao đèn sau khi con đã lạc đường, ánh sáng không còn kịp cứu vãn. Ánh sáng phải được trao trước khi bóng tối phủ xuống. Kiến thức và tình thương cũng như vậy – phải được trao sớm, khi tâm trẻ còn đang hình thành nhận thức về bản thân và thế giới.

Một cuộc trò chuyện đúng lúc có thể ngăn một sai lầm lớn. Một lời lắng nghe trọn vẹn có thể cứu lấy tương lai của một đứa trẻ. Vì thế, thay vì chỉ dạy con phải sống đúng, hãy giúp con hiểu vì sao cần sống đúng. Thay vì đứng trên cao để phán xét, hãy bước xuống để đồng hành và nâng đỡ. Bởi tình thương, khi đi cùng trí tuệ, sẽ trở thành điểm tựa an toàn nhất cho mọi hành trình trưởng thành.

Góc nhìn Phật giáo

Về mặt y khoa, tuổi dậy thì là giai đoạn hệ nội tiết thay đổi mạnh mẽ, hormone giới tính tăng cao khiến nhu cầu tiếp xúc, tò mò và rung động cảm xúc trở nên mạnh mẽ hơn. Nếu không có hướng dẫn sức khỏe sinh sản khoa học, thanh thiếu niên có thể dễ chọn những hành vi bộc phát, từ đó dẫn đến mang thai sớm, nhiễm bệnh lây qua đường tình dục, hoặc tổn thương tâm lý lâu dài do cảm giác tội lỗi, sợ hãi và mặc cảm.

Giáo dục sức khỏe sinh sản đúng cách giúp kiến thức đi trước hành vi, giúp giới trẻ biết tự bảo vệ thân thể – mà Phật giáo gọi là hộ thân – giữ tâm sáng và biết trách nhiệm với chính mình và người khác.

Thảo luận về biện pháp tránh thai không phải là khuyến khích quan hệ tình dục sớm, mà là trao cho người trẻ năng lực tự chủ và làm chủ hành vi. Điều này tương đồng với sự thực hành Chính niệm (Sati) và Trách nhiệm nghiệp (Kamma): hiểu rằng mỗi hành động đều mang hệ quả, và lựa chọn khôn ngoan giúp giảm thiểu khổ đau. Phòng tránh thai không chỉ là vấn đề y tế mà còn là đạo đức của sự thấu hiểu và lòng từ bi, bởi nó ngăn ngừa những tổn thương không đáng có cho cả bản thân và người xung quanh.

Giáo dục sức khỏe sinh sản cho thanh thiếu niên là sự kết hợp giữa khoa học chuẩn xác và tuệ giác Phật giáo – giúp các bạn trẻ bước đi trên con đường trưởng thành một cách tự tin, hiểu biết và có trách nhiệm.

Hơn nữa, mục tiêu Phát triển Bền vững số 3 (SDG 3) của Liên Hợp Quốc khẳng định rằng mọi người, không phân biệt tuổi tác hay tình trạng hôn nhân, đều có quyền được hưởng một đời sống khỏe mạnh và hạnh phúc. Điều này bao gồm quyền tiếp cận thông tin và giáo dục sức khỏe sinh sản.

Tại Kenya, Hiến pháp Điều 43(1a) đã ghi rõ quyền được hưởng tiêu chuẩn chăm sóc sức khỏe cao nhất có thể, bao gồm dịch vụ chăm sóc sức khỏe sinh sản. Do đó, ngăn cản hoặc từ chối cung cấp biện pháp tránh thai cho thanh thiếu niên không chỉ là rào cản y tế, mà còn là vi phạm quyền con người. Đây cũng chính là hành trì chính niệm trong tình dục, nghĩa là tôn trọng thân thể của mình và của người khác, không gây khổ đau hay tạo nghiệp xấu cho bất kỳ ai.

Giáo dục tránh thai là một hành động tôn trọng sự sống, bởi nó giúp ngăn ngừa những tình huống dẫn đến bạo lực tinh thần, phá thai không an toàn, hoặc đánh mất cơ hội học tập và phát triển của người trẻ.

Khi xã hội chậm trễ trong việc trao cho thanh thiếu niên tri thức, các em không mất đi ham muốn sinh lý mà chỉ mất đi khả năng tự bảo vệ. Và chính khoảng trống đó tạo nên bi kịch. Do đó, tránh thai là quyền được sống an toàn, có phẩm

giá và có cơ hội phát triển toàn diện cả về thân và tâm. Bằng cách bảo vệ quyền này, chúng ta đang bảo vệ tương lai của một thế hệ và rộng hơn là tương lai của cộng đồng.

Những việc cần làm

Để đảm bảo thanh thiếu niên được bảo vệ đúng mức về sức khỏe sinh sản và có thể trưởng thành trong sự hiểu biết, trách nhiệm và phẩm giá, chúng ta cần thực hiện đồng bộ một số giải pháp sau:

- Chuẩn hóa giáo dục sức khỏe sinh sản cho thanh thiếu niên: Nội dung giáo dục cần được xây dựng dựa trên khoa học y tế và tâm lý học phát triển, phù hợp với từng độ tuổi, không giới hạn trong khuôn khổ hôn nhân. Mọi thanh thiếu niên đều có quyền được biết và được hiểu về cơ thể mình.
- Đào tạo nhân viên y tế và dược sĩ theo hướng hỗ trợ không phán xét: Những người làm công tác y tế phải được trang bị kỹ năng tư vấn thân thiện với thanh thiếu niên, tôn trọng sự riêng tư, phẩm giá và nhu cầu thật sự của các em.
- Xây dựng môi trường đối thoại tin cậy giữa gia đình và nhà trường: Cha mẹ và giáo viên cần trở thành “*người bạn hướng dẫn*”, tạo điều kiện cho con trẻ đặt câu hỏi, bày tỏ cảm xúc và định hướng lựa chọn. Đối thoại không phải là truyền đạt một chiều, mà là cùng lắng nghe và thấu hiểu.
- Phá bỏ định kiến và niềm tin sai lệch trong cộng đồng: Cần đẩy mạnh truyền thông cộng đồng, chuyển từ tư duy cấm đoán và kỳ thị sang tư duy hỗ trợ và đồng hành. Mỗi cuộc trò chuyện đúng lúc có thể cứu một tương lai trẻ.
- Triển khai giáo dục giới tính toàn diện: Bao gồm kiến thức sinh học, kỹ năng tự bảo vệ, phát triển cảm xúc, sự đồng thuận trong quan hệ, tôn trọng bản thân và người khác. Đây là cách giáo dục hướng đến trí tuệ và lòng từ bi, phù hợp với tinh thần Phật giáo.

Lời kêu gọi hành động

Sáng kiến Trao quyền Cộng đồng Kamukunji (KCEI) khẳng định rằng: *"Giáo dục về biện pháp tránh thai và sức khỏe giới tính toàn diện không phải là đặc ân cho một số người – đó là quyền cơ bản của mọi thanh thiếu niên. Đó là quyền được biết, để không sợ hãi trước cơ thể chính mình; quyền được tự chủ, để lựa chọn tương lai một cách sáng suốt; và quyền được bảo vệ, để bước vào đời với phẩm giá."*

Nếu chúng ta thực sự yêu thương trẻ, đừng đợi đến khi các em vấp ngã rồi mới đưa tay đỡ. Hãy trao cho các em ánh sáng của hiểu biết ngay từ hôm nay.

Đừng lấy phán xét làm rào chắn. Hãy dùng lòng từ bi, sự lắng nghe và thấu cảm để đồng hành.

Đừng để sự im lặng trở thành nguồn gốc của khổ đau. Hãy gieo trí tuệ và nhận thức đúng đắn, để các em bước đi vững vàng trên con đường trưởng thành.

Trong tinh thần Phật giáo, yêu thương không phải chỉ là bảo bọc, mà là trao năng lực tự lập và trách nhiệm. Một thế hệ được giáo dục đúng đắn sẽ biết giữ gìn thân tâm, biết tôn trọng bản thân và người khác, biết xây dựng tương lai mà không làm tổn thương chính mình.

Bởi một thế hệ có hiểu biết là một thế hệ biết bảo vệ mình, biết yêu thương đúng cách.

Tương lai của cộng đồng bắt đầu từ chính điều đó.

Tác giả: **Whitney Atieno**/Chuyển ngữ & biên tập: **Liên Tịnh**

Nguồn: **indepthnews.net**