

### Lắng nghe và khẳng định

Bạn có thể là người lắng nghe quan trọng nhất của con bạn.

Lắng nghe những gì con bạn đang nói về giới tính của con bạn thông qua lời nói và hành động.

Hãy đặt câu hỏi! Đây là một cách tuyệt vời để lắng nghe ý kiến của con bạn về giới tính.

Khẳng định, trân trọng, và yêu thương con vì con là chính con ngày hôm nay.



### Nói chuyện và dạy dỗ

Dạy trẻ ngôn ngữ cần thiết để nói về giới tính.

Nói về nhiều cách khác nhau mà mọi người nhận biết và thể hiện giới tính của mình.

Cho con bạn thấy rằng các cộng đồng đa dạng giới tính tồn khắp nơi trên thế giới.

### Tạo không gian

Tạo ra một không gian khẳng định tại nhà để khám phá giới tính thông qua những cuộc trò chuyện, sách vở, và trò chơi.

Hỗ trợ con bạn khám phá những nhận dạng và biểu hiện giới tính của mình.

Hãy để những cuộc trò chuyện khơi mở từ từ theo thời gian, khi con bạn đã sẵn sàng.

### Ủng hộ và tìm kiếm sự hỗ trợ

Ủng hộ những môi trường khẳng định, an toàn và hỗ trợ cho con bạn ở trường học và trong cộng đồng của bạn.

Đảm bảo rằng bạn và con có quyền truy cập thông tin chính xác.

Tìm kiếm sự hỗ trợ từ bạn bè và chuyên gia cho bạn và con.

### Tìm kiếm thông tin

Việc tìm kiếm câu trả lời cho những thắc mắc của bạn có thể giúp giảm bớt nhiều lo lắng và giúp bạn lập kế hoạch cho nhu cầu của con bạn.

### Tiếp cận các nguồn hỗ trợ

Giải tỏa cảm xúc của bạn. Kết nối với những phụ huynh khác thông qua các nhóm hỗ trợ đồng đẳng hoặc mạng lưới trực tuyến. Nói chuyện với chuyên gia để chia sẻ cảm xúc của bạn.



### Tự chăm sóc mình

Chăm sóc chính mình để bạn có thể sẵn sàng hỗ trợ con bạn.



Hãy cởi mở với những bản dạng mà con bạn sẽ trở thành. Sự khẳng định, chấp nhận và thương yêu của bạn vô cùng quan trọng cho sự phát triển của con.

Con bạn đang trên hành trình riêng để tìm hiểu bản thân và cách sống trong thế giới này. Hãy yêu thương và ủng hộ con trong hành trình khám phá này. Hãy dõi theo và giúp con vượt qua những thử thách. Hãy cho con biết rằng bạn luôn ở bên con dù cuộc sống có ra sao. Điều này sẽ ảnh hưởng tích cực đến sức khỏe và các mối quan hệ của con trong tương lai.