

# Có Gì Mới Không? Sự Phát Triển Của Con Quý Vị



CHĂM SÓC NHI KHOA • HỖ TRỢ • NUÔI DẠY CON CÁI  
Một Chương Trình thuộc ZERO TO THREE

## Lần Thăm Khám 4 Tháng

Đây là khoảng thời gian hoàn toàn dành cho phụ huynh và em bé kết nối với nhau nhiều hơn nữa.

### 4 – 6 THÁNG: Điều Gì Đang Diễn Ra?

#### Con Quý Vị Có Thể Làm Gì

Con đang học cách kiểm soát cơ thể mình.

- Con thúc đẩy bản thân để khám phá thế giới xung quanh. Con lăn để tìm cách đến gần với ba/mẹ hoặc một món đồ chơi hoặc đồ vật bắt mắt.
- Con có thể ngồi dậy khi được giúp và giữ đầu một cách ổn định.
- Con có thể lắc lư qua lại bàn tay và đầu gối để chuẩn bị bò.



Con dùng bàn tay và ngón tay để khám phá.

- Con với và nắm các đồ vật và đồ chơi. Con khám phá mọi thứ bằng ngón tay, bàn tay và miệng để biết xem những đồ vật xung quanh có tác dụng gì.

#### Quý Vị Có Thể Làm Gì

Quý vị hãy để con quý vị nằm ở nhiều tư thế khác nhau nhằm giúp em bé phát triển nhiều kỹ năng mới như lăn, trườn và bò.



- Đảm bảo rằng em bé có thời gian nằm ngửa và nằm sấp và hỗ trợ em bé ngồi dậy.
- Điều này cho phép em bé khám phá được môi trường và các đồ vật theo nhiều cách mới.
- Luôn để em bé nằm ngửa khi ngủ.

**Cho con quý vị chơi đồ chơi để học cách khám phá.** Hãy chọn các loại đồ chơi có nhiều hình dáng, kích cỡ, kết cấu và âm thanh khác nhau. Hãy chỉ cho em bé cách sử dụng những đồ vật này bằng cách lắc, đập, đẩy và thả rơi.

**Hãy quan sát và phản hồi lại các tín hiệu của con quý vị.** “Con đang cười kìa. Ba/mẹ nghĩ là con thích soi gương đấy. Con có muốn nhìn thấy mình trong gương nữa không?”

Khi quý vị sử dụng tài liệu HealthySteps, hãy nhớ rằng con quý vị có thể phát triển các kỹ năng nhanh hơn hoặc chậm hơn so với mức được ghi và vẫn phát triển bình thường. Mỗi đứa trẻ sẽ phát triển theo tốc độ riêng của mình. Chuyên Gia HealthySteps của quý vị sẽ sẵn sàng trả lời mọi câu hỏi. Niềm tin và giá trị văn hóa của gia đình quý vị cũng là những yếu tố quan trọng hình thành nên sự phát triển của con quý vị.

## Điều Gì Đang Diễn Ra?

### Con Quý Vị Có Thể Làm Gì

#### Con giao tiếp bằng âm thanh, hành động và biểu cảm khuôn mặt.

- Khi ba/mẹ lắc cái lục lạc của con, con có thể cười và cử động tay và chân để cho ba/mẹ biết rằng con muốn chơi tiếp.
- Con phát ra nhiều âm thanh khác nhau để phản hồi lại âm thanh của ba/mẹ. Con bi bô, ọ ẹ và gậm gừ.

#### Con đang dần làm quen với thế giới xung quanh.

- Con có thể bắt đầu phát triển thói quen ăn uống và ngủ nghỉ một cách đều đặn hơn.
- Con bắt đầu để ý đến các thói quen hàng ngày. Khi ba/mẹ tắt đèn, con học được rằng đã đến giờ đi ngủ.

### Quý Vị Có Thể Làm Gì

**Hãy có những “cuộc trò chuyện” qua lại với con quý vị.** Khi quý vị trả lời tiếng bi bô của em bé, chúng biết là quý vị quan tâm đến những gì chúng đang nói. Điều này giúp em bé học cách nói chuyện.

#### Hãy tạo thói quen cho con quý vị.

- Cho con quý vị biết đã đến giờ đi ngủ bằng cách lặp lại những điều tương tự cùng một thứ tự. Ví dụ: quý vị có thể cho em bé đi tắm, cho ăn rồi đến hát ru.
- Quý vị có thể tự nghĩ ra bài hát và hát khi chuẩn bị cho con quý vị ăn. Mỗi lần em bé nghe bài hát đấy thì em bé biết mình chuẩn bị uống sữa. Việc hát này sẽ giúp em bé trở nên bình tĩnh và dạy em bé cách chờ đợi.

## Những Điều Khác Cần Biết và Thử

Việc quý vị phản hồi với việc con quý vị khóc không có nghĩa là quý vị đang dạy hư em bé. Khi người chăm sóc phản ứng với tín hiệu của em bé, họ giúp em bé có được tư duy và kỹ năng cảm xúc xã hội mạnh mẽ hơn.<sup>1</sup> Ba bước sau đây giúp quý vị hiểu được em bé đang cố nói gì.

- ☐ **Quan sát và lắng nghe.** Hãy tìm kiếm thói quen khóc, âm thanh, biểu cảm khuôn mặt và chuyển động cơ thể của em bé. Ví dụ, con quý vị có mút ngón tay khi thấy đói không?
- ☐ **Hãy thấu hiểu.** Sử dụng tín hiệu của con quý vị để biết được xem chúng cần gì hoặc muốn gì. Ví dụ: con quý vị có thể kéo dài tai khi buồn ngủ.
- ☐ **Phản hồi.** Hãy sử dụng các dấu hiệu của bé để chọn cách phản hồi. Quý vị có thể nghĩ một lúc sau khi chơi khi chúng nằm ngửa và nhìn đi chỗ khác vì quý vị biết rằng điều này có nghĩa là chúng đang cảm thấy choáng ngợp.

*Ở lần thăm khám này, đội ngũ nhi khoa sẽ đo chiều dài, cân nặng và đầu của em bé. Họ sẽ nghe tim của con quý vị và nhìn vào mắt, tai, mũi và miệng của em bé. Con quý vị sẽ được dùng bất kỳ loại vắc-xin cần thiết nào. Chúng ta sẽ nói về sự phát triển và các thói quen của em bé như ngủ và ăn. Chúng ta cũng sẽ xem xét các lời khuyên về an toàn. Và tất nhiên, chúng ta sẽ dành thời gian để thảo luận về bất kỳ câu hỏi hoặc mối quan ngại nào mà quý vị có thể có!*

1. Hart, B. & Risley, T. (1995). Meaningful differences in the everyday experience of young American children. Baltimore, MD: Brookes.