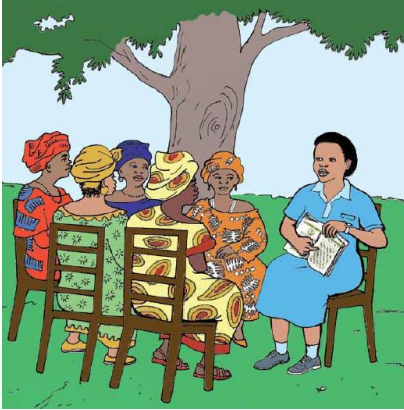


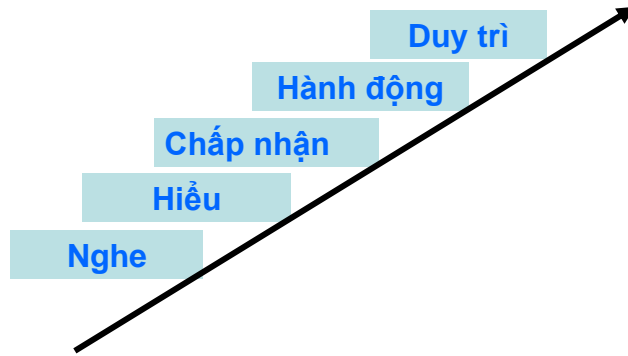
## KỸ NĂNG TƯ VẤN BÀ MẸ



### Mục tiêu

1. Biết được 6 bước của tiến trình tư vấn.
2. Biết được những kỹ năng để tư vấn hiệu quả cho bà mẹ.
3. Biết được những vấn đề cần tư vấn cho bà mẹ về nuôi con bằng sữa mẹ ở từng giai đoạn:
  - đang mang thai
  - chuẩn bị sinh
  - sau khi sinh

## 5 giai đoạn thay đổi hành vi

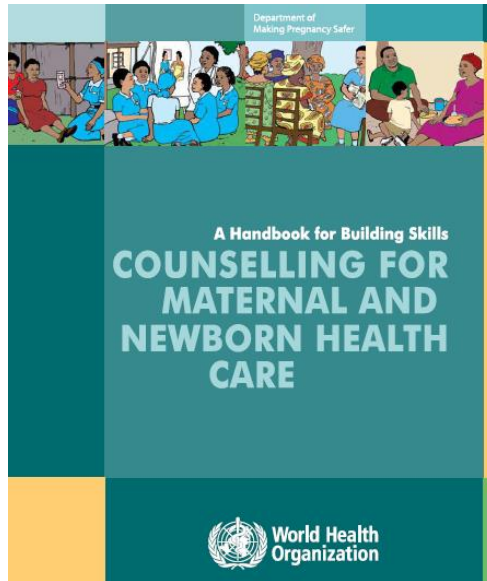


## Nói - áp dụng !

### Những cản trở đối với truyền thông



## Tài liệu



## Tiến trình tư vấn

### Tiến trình tư vấn

1. Ghi nhận tình hình
2. Xác định vấn đề, nhu cầu và thông tin thiếu hụt
3. Đưa ra giải pháp
4. Xác định giải pháp ưu tiên
5. Lập kế hoạch
6. Theo dõi và lượng giá

### Nguyên tắc

- Đặt mình vào vị trí BN
- Đồng cảm và tôn trọng
- Khuyến khích
- Xây dựng kỹ năng và kiến thức
- Chia sẻ vấn đề giải quyết
- Phù hợp với nhu cầu đặc trưng

### Kỹ năng tư vấn

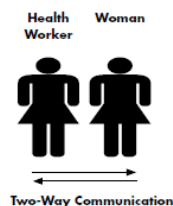
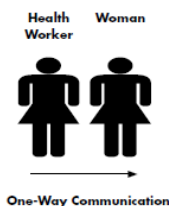
- Giao tiếp 2 chiều
- Tạo liên minh
- Nghe chủ động
- Đặt câu hỏi mở-đóng
- Cung cấp thông tin
- Hỗ trợ

## Kỹ năng tư vấn



## Giao tiếp 2 chiều

- Là điều rất quan trọng trong một buổi tư vấn
- Giúp làm rõ vấn đề
- Rất quan trọng nếu vấn đề thảo luận phức tạp hoặc nhạy cảm
- Giao tiếp tốt không chỉ qua ngôn từ, mà còn ngôn ngữ cơ thể, lắng nghe chủ động, thể hiện sự ấm áp chia sẻ.



## Tạo liên minh

- Tạo liên minh “cùng phe” với bà mẹ, gia đình bà mẹ.
- Sẽ thúc đẩy bà mẹ tham gia thảo luận tốt hơn.
- Bà mẹ cần nhớ tư vấn viên có mặt là để giúp đỡ.
- Tạo môi trường tin cậy.



## Một nghiên cứu cho thấy ...

- Điều gì là quan trọng nhất để việc tư vấn có hiệu quả?
  - ngôn ngữ cơ thể 58%
  - giọng nói 35%
  - ngôn từ sử dụng 7%

Source: Population Council. *A client-centered approach to reproductive health. A trainer's manual.* Islamabad, Pakistan, 2005.



10. Women expressing Sympathy

## Lắng nghe chủ động

### Ngôn ngữ cơ thể

- L** lean forward: nghiêng người về trước
- O** open stance: tư thế cởi mở
- V** voice of compassion: giọng “thấu hiểu”
- E** eye contact: tiếp xúc bằng mắt
- R** relaxed: tư thế thoải mái
- S** sit at an angle: ngồi gần



## Lắng nghe chủ động (tt)

Ngoài ra:

- Giảm sự chi phối từ bên ngoài: tắt điện thoại, đóng cửa.
- Mọi người ngồi thoải mái và như nhau
- Mỉm cười
- Dùng những từ khẳng định như “Vâng”, “Tôi hiểu”, ...
- Hỏi để làm rõ thêm vấn đề
- Lập lại những gì bà mẹ đã nói
- Tóm tắt lại những điểm chính





Không nên ...



## Đặt câu hỏi

- Góp phần giúp quá trình tư vấn thành công
- Đặt câu hỏi sao cho bà mẹ không cảm thấy khó chịu, bối rối
- Câu hỏi mở > Câu hỏi đóng



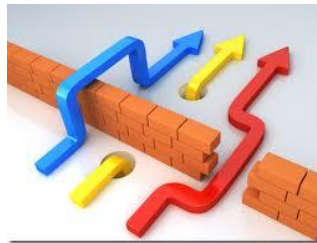
## Cung cấp thông tin

- Thông tin phải rõ ràng, dễ hiểu, phù hợp.
- Nên nhớ những gì bà mẹ đã biết. Chỉ nên cung cấp thông tin cần biết thêm.
- Chú ý về tôn giáo, phong tục và giải thích nếu chúng có thể không phù hợp.
- Phải đảm bảo bà mẹ hiểu rõ những thông tin đã đưa ra.



## Hỗ trợ

- Hỗ trợ bà mẹ và gia đình thực hiện được vấn đề vừa được tư vấn.
- Nhớ rằng mỗi bà mẹ có điều kiện kinh tế, gia đình, giáo dục, tôn giáo, ... khác nhau.



## Các yếu tố ảnh hưởng đến công tác tư vấn

- Kinh tế
- Giáo dục
- Xã hội
- Vai trò giới quyền
- Tiến trình ra quyết định trong gia đình



## Tư vấn nuôi con bằng sữa mẹ trong từng giai đoạn thai kỳ



## Đang mang thai

- Lợi ích của việc bú mẹ:
  - cho bé
  - cho mẹ
  - cho xã hội
- Những bất lợi về sức khỏe nếu trẻ không được bú mẹ.
- Nuôi con bằng sữa mẹ trong một số trường hợp đặc biệt.

## Chuẩn bị sinh

- Bé nên được nằm với mẹ sớm (da kề da).
- Cách cho bú khi mới sinh.
- Ưu điểm của sữa non

## Sau sinh

- Tư thế bú đúng.
- Ngậm bắt vú đúng.
- Nuôi con bằng sữa mẹ trong một số trường hợp đặc biệt.
- Hỗ trợ nếu trẻ không được bú mẹ.

Xin cảm ơn!