

## Tờ Thông Tin cho Bệnh Nhân (Patient Factsheet)

Phát hành tháng 5 năm 2018



## Quan Ngại về Hành Vi ở trẻ em (Behavioural Concerns in children)

### Quan Ngại về Hành Vi ở trẻ em là gì? (What is it?)

Một số trẻ hành động khác với các trẻ khác. Việc hành xử khác biệt không phải lúc nào cũng bị coi là một vấn đề. Tuy nhiên, nếu hành vi của con quý vị gây căng thẳng, lo lắng, tổn thương hoặc nguy hại – cho con quý vị hoặc cho những người xung quanh - thì đó có thể được coi là một mối quan ngại. Ví dụ về các hành động gây quan ngại bao gồm:

- Bạo lực
- Hung hăng
- Quá hiếu động
- Làm đau bản thân khi giận dữ
- Cơn giận xảy ra thường xuyên hoặc bùng nổ

Có nhiều lý do khiến trẻ hành động theo những cách này. Đôi khi, đó là một phần bình thường của quá trình phát triển. Trong nhiều trường hợp, các vấn đề chỉ mang tính tạm thời.

### Bác Sĩ Gia Đình của tôi sẽ làm gì bây giờ? (What will my GP do now?)

Bước đầu tiên là tìm hiểu những điều có thể gây ra hành vi của con quý vị. Bác Sĩ Gia Đình của quý vị cũng sẽ:

- Kiểm tra và điều trị các vấn đề sức khỏe là nguyên nhân gây ra hành vi – chẳng hạn như viêm tai giữa có dịch, bệnh chàm, táo bón, hàm lượng sắt thấp
- Trao đổi về giấy giới thiệu – để được đánh giá và hỗ trợ
- Cung cấp cho quý vị các biện pháp giúp kiểm soát hành vi – để quý vị có thể hỗ trợ con mình trong thời gian giữa những buổi hẹn

Bác Sĩ Gia Đình của quý vị cũng có thể yêu cầu nói chuyện riêng với con quý vị. Đôi khi, trẻ cảm thấy thoải mái hơn khi nói về những điều mà trẻ phải chịu đựng nếu phụ huynh không ở trong phòng. Nói chuyện riêng có thể sẽ hữu ích nếu có vấn đề về bắt nạt hoặc mối quan hệ bạn bè.

### Bác Sĩ Gia Đình của tôi sẽ làm gì trong tương lai? (What will my GP do in the future?)

Bác Sĩ Gia Đình của quý vị có thể yêu cầu gặp quý vị thường xuyên để đánh giá tiến triển của con quý vị.

Bác Sĩ Gia Đình của quý vị cũng có thể thảo luận về kết quả của các xét nghiệm, bao gồm xét nghiệm máu, thính lực và thị lực. Nếu hành vi của con quý vị không cải thiện, Bác Sĩ Gia Đình của quý vị có thể trao đổi về các giấy giới thiệu thêm.

### Tôi có thể làm gì? (What can I do?)

Việc điều trị và kiểm soát các quan ngại về hành vi cần thời gian và sự kiên nhẫn. Có thể sẽ không có cách để 'khắc phục nhanh'. Hãy cố gắng duy trì tinh thần tích cực trong suốt quá trình này.

- **Hỗ trợ con quý vị** – tiếp tục chú ý và chăm sóc trẻ
- **Nói chuyện với con quý vị** – hỏi xem trẻ có vấn đề gì với bạn bè hay có bị bắt nạt không
- **Khuyến khích hành vi tích cực** – và đặt ra hậu quả rõ ràng cho hành vi tiêu cực
- **Tự chăm sóc bản thân** – đây có thể là thời điểm căng thẳng, vì vậy đừng quên chăm sóc sức khỏe và hạnh phúc của bản thân

Nếu hành vi của con quý vị liên quan đến trường học, hãy trao đổi với nhà trường. Hãy hỏi xem nhà trường có đưa ra bất kỳ biện pháp tại chỗ nào hay không. Ngoài ra, hãy cân nhắc hỏi nhà trường xem con quý vị đang học tập như thế nào. Điều này có thể hữu ích cho quý vị và Bác Sĩ Gia Đình của quý vị.

### Trợ giúp bản thân (Supporting yourself)

**Hãy nhớ chăm sóc sức khỏe của quý vị. Dưới đây là một số trang web hỗ trợ hữu ích:**

**HIPPY**

[hippyaustralia.org.au](http://hippyaustralia.org.au)

**Nuôi Dạy**

**(Raising Children)**

**Trẻ [raisingchildren.net.au](http://raisingchildren.net.au)**

**Gia Đình tại NSW**

**(Families NSW)**

**Yêu, nói chuyện, hát, đọc, chơi**  
[families.nsw.gov.au](http://families.nsw.gov.au)

**Tiện ích dành cho Phụ huynh**  
**(Resourcing Parents)**

[resourcingparents.nsw.gov.au](http://resourcingparents.nsw.gov.au)

## Tôi nên hỏi bác sĩ của mình những câu hỏi gì? (What questions should I ask my doctor?)



- Tôi có thể làm gì để giúp con tôi lúc này?
- Tôi có thể làm gì để giúp con tôi theo thời gian?
- Khi nào tôi nên đặt lịch hẹn khác?
- Điều gì sẽ xảy ra nếu tình trạng của con tôi trở nên tồi tệ hơn?
- Tôi có nên thường xuyên đến gặp bác sĩ không?
- Tôi nên phản ứng thế nào trước hành vi của con mình?

## Có sẵn những hỗ trợ nào? (What supports are available?)

### Các chương trình can thiệp sớm (Early intervention programs)

Dịch Vụ Tâm Lý Sức Khỏe Ban Đầu và Cộng Đồng của Quận Y Tế Địa Phương Tây Nam Sydney cung cấp dịch vụ đánh giá và can thiệp miễn phí cho trẻ em từ 12 tuổi trở xuống có các quan ngại về hành vi. Dịch vụ này có tại hầu hết các trung tâm y tế cộng đồng. Để tham khảo, hãy gọi số **8788 4200**

### Chuyên gia chăm sóc sức khỏe riêng (Private health professionals)

Quý vị có thể tiếp cận các bác sĩ nhi khoa hoặc chuyên gia chăm sóc sức khỏe liên kết. Trao đổi với Bác Sĩ Gia Đình của quý vị về số tiền được giảm.

Liên hệ với hội đồng địa phương của quý vị để tìm hiểu về các khóa học và nhóm làm cha mẹ ở địa phương hoặc truy cập [resourcing.parents.nsw.gov.au](http://resourcing.parents.nsw.gov.au).

### Hỗ trợ cho trẻ sơ sinh và trẻ mới tập đi (Support for babies and toddlers)

- **Các trung tâm chăm sóc sức khỏe sớm** – sắp xếp lịch hẹn kiểm tra sức khỏe thông qua Triple I: điện thoại **1800 455 511**
- **Karitane** – giúp đỡ các gia đình có con nhỏ: điện thoại 1300 227 464 hoặc truy cập [karitane.com.au](http://karitane.com.au)
- **Families NSW** – để tìm các nguồn lực can thiệp sớm: [families.nsw.gov.au](http://families.nsw.gov.au)
- **Healthdirect Australia Pregnancy, Birth & Baby** – tư vấn sức khỏe miễn phí: điện thoại **1800 882 436** hoặc truy cập [healthdirect.gov.au](http://healthdirect.gov.au)
- **Đường Dây dành cho Phụ Huynh NSW** – đường dây trợ giúp và tư vấn miễn phí: điện thoại 1300 130 052 hoặc truy cập [parentline.org.au](http://parentline.org.au)
- **Tresillian** – trợ giúp về vấn đề giấc ngủ và ổn định: điện thoại **1800 637 357** hoặc truy cập [tresillian.org.au](http://tresillian.org.au)

## Tôi có thể tìm hiểu thêm ở đâu? (Where can I find out more?)

Các nguồn lực sau đây có thể giúp quý vị tìm hiểu thêm về hành vi:

- **Dịch Vụ Gia Đình và Cộng Đồng** – nguồn lực làm cha mẹ: [facs.nsw.gov.au](http://facs.nsw.gov.au)
- **Chương Trình Tương Tác Tại Nhà cho Phụ Huynh và Thanh Niên**: [hippyaustralia.org.au](http://hippyaustralia.org.au)
- **Chương Trình Bảo Hiểm Khuyết Tật Toàn Quốc**: [ndis.gov.au](http://ndis.gov.au)
- **Mạng Lưới Raising Children**: [raisingchildren.net.au](http://raisingchildren.net.au)